

การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงวัยบ้านธรรมปรกรณ์
อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

AN APPLICATION OF BUDDHADHAMMA IN DAILY LIFE OF THE ELDERLY AT BAN
THAMMAPAKORN IN MUANG DISTRICT, CHIANG MAI PROVINCE

นางสาวอังศุมาลย์ บุญวาณิชรักษ์^๑

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ ดังนี้ ๑) เพื่อศึกษาสภาพปัญหาของผู้สูงวัยบ้านธรรมปรกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ๒) เพื่อศึกษาการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงวัยบ้านธรรมปรกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

ผลจากการศึกษาวิจัย มีดังนี้

สภาพปัญหาของผู้สูงวัยบ้านธรรมปรกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เกี่ยวกับปัญหาด้านครอบครัวและสังคม พบว่า ผู้สูงวัยขาดความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นในสังคม และอยากให้บุตรหลานได้กำกับดูแลเมื่อเกิดเจ็บป่วยไข้ และอยากให้บุตรหลานยกย่องนับถือ ด้านความใกล้ชิดกับบุตรหลานในครอบครัว พบว่า รับประทานอาหารร่วมกันน้อยที่สุด มีเวลาพูดคุยกันน้อยมาก ปัญหาด้านสุขภาพร่างกายของผู้สูงวัย พบว่า ไม่ได้เข้ารับการตรวจสุขภาพ รับประทานอาหารไม่เป็นเวลา และการขับถ่ายอุจจาระปัสสาวะไม่เป็นเวลา ปัญหาสุขภาพจิตของผู้สูงวัย พบว่า มีจิตใจหดหู่ ไม่ร่าเริง ไม่อยากรับประทานอาหาร กลัดกลุ้มใจตลอดเวลา และเศร้าซึมอย่างไม่มีเหตุผล

การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงวัยบ้านธรรมปรกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ด้านการปฏิบัติตนของผู้สูงวัยตามหลักไตรลักษณ์ พบว่า ผู้สูงวัยได้พิจารณาถึงอนิจจัง ความไม่เที่ยงแห่งร่างกายอยู่เป็นประจำ ด้านหลักอริยสัจ ๔ พบว่า ผู้สูงวัยได้กำหนดรู้ปัญหา รุ้สาเหตุของปัญหา ด้านหลักพรหมวิหาร ๔ พบว่า ผู้สูงวัยส่วนมากจะมีความกรุณาและเมตตา ด้านหลักเบญจศีล พบว่า เว้นจากสุราและเมรัย ด้านหลักเบญจธรรม พบว่า มีสติสัมปชัญญะ ด้านหลักการเว้นจากอบายมุข ๖ พบว่า ผู้สูงวัยมีความเห็นว่า ส่วนมากเว้นจากสุราและของมีนเมา และด้านความเชื่อเรื่องหลักบุญบาปหลักกรรม พบว่า ผู้สูงวัยมีความเชื่อเรื่องทำบาปไปเสวยผลกรรมในอบายภูมิ ทำบุญไปเสวยผลบุญในสุคติ และเชื่อเรื่องชาติหน้ามีจริง

คำสำคัญ : การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรม, ผู้สูงวัย, บ้านธรรมปรกรณ์

Abstract

The objectives of this research are 1) to study the problems of the elderly at Ban Thammapakorn in Muang District, Chiang Mai Province and 2) to study how to

^๑ นิสิตรระดับปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

apply Buddhadhamma doctrine in daily life of elderly at at Ban Thammapakorn in Muang District, Chiang Mai Province.

The result of this research. Was found ;

Family and social problems: Researcher found a lack of good relationship between the elderly at Ban Thammapakorn and people in the society. The elderly want their children to take care of them when they get sick. They also want their children to admire them. The elderly do not have much activities or interactions with their children though they sometimes have meals and simple conversations. Health problems: Researcher found out that the elderly do not get any kind of healthcare services. Some do not eat on time. Some also have problems with their excretory systems. Mental problems: Some seniors often display symptoms of depression e.g. not being cheerful, denying food, and being worried or upset without reasons.

An application of Buddhadhamma in daily life of the Elderly Ban Thammapakorn in Muang District, Chiang Mai Province should encourage the elderly to understand the Principles of Permanence and Impermanence of life. The Four Noble Truths could help them realize the problem and the cause of the problems. The Four Devine States of Mind would direct them to have compassion and sympathetic. These seniors should also understand the Five Precepts by refraining from alcoholic drinks. The Five Ennobling Virtues could advise them to have mindfulness practice. Researcher found that the cause that ruined most of their lives is refraining from evils-drunkenness. These elders believe in good deed, bad deed, karma, and life after death. They believe that they must stay in woeful state. Instead, if they make merit, they will stay in pleasurable state and are fortunate in their next life.

Keywords : An Application of Buddhadhamma, Elderly, Ban Thammapakorn

บทนำ

ในช่วง ๕๐ ปีที่ผ่านมา สังคมไทยเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงอย่างมากและรวดเร็วทางด้านประชากร การเปลี่ยนแปลงทางประชากรจากภาวะการเกิดสูง ตายสูงมาสู่การเกิดต่ำตายต่ำ ประกอบกับการเปลี่ยนผ่านทางระบาดวิทยาจากโรคระบาดและโรคติดต่อ มาสู่โรคเรื้อรังและโรคที่เกิดจากการเสื่อมสภาพร่างกายตามวัย ทำให้สังคมไทยเปลี่ยนจากสังคมวัยเยาว์ สู่สังคมสูงวัย ประเด็นท้าทายต่อการพัฒนาที่ยั่งยืนของประเทศจึงเปลี่ยนจากการเพิ่มประชากรวัยเด็กอย่างรวดเร็วในอดีต เป็นการเพิ่มประชากรวัยสูงอายุอย่างรวดเร็วในปัจจุบันและยังทวีความรวดเร็วต่อไปอีกใน ๒๐ - ๓๐ ปีข้างหน้า หากพิจารณาลักษณะที่สำคัญของประชากรสูงอายุไทยในปัจจุบันจะพบว่า

ผู้หญิงมีอายุยืนยาวกว่าผู้ชาย ทำให้ผู้หญิงสูงอายุมีจำนวนและสัดส่วนมากกว่าผู้ชายสูงอายุและกลายเป็นประชากรส่วนใหญ่ในกลุ่มผู้สูงอายุวัยปลายผู้สูงอายุในปัจจุบันมีการศึกษาสูงขึ้นกว่าในอดีต และช่องว่างทางการศึกษาระหว่างผู้สูงอายุชายและหญิงลดลง ผู้สูงอายุหญิงจะมีสัดส่วนผู้ที่เป็นโรคเรื้อรัง และเป็นหม้ายเนื่องจากคู่สมรสเสียชีวิต สูงกว่าผู้สูงอายุชาย นอกจากนี้การลดลงของภาวะเจริญพันธุ์ การเพิ่มขึ้นของสัดส่วนผู้สูงอายุที่เป็นโรค และการย้ายถิ่นของบุตรส่งผลให้แบบแผนการอยู่อาศัยกับบุตรมีแนวโน้มลดลงในขณะที่การอยู่ตามลำพังหรืออยู่กับคู่สมรสเท่านั้นเพิ่มขึ้น^๒

วัยสูงอายุเป็นวัยที่คนส่วนใหญ่เข้าใจว่ากำหนดขึ้นโดยการเปลี่ยนแปลงของสภาพร่างกายและจิตใจแม้ว่าการมองวัยนี้จะสัมพันธ์กับอายุและกระบวนการชราแต่การกำหนดเส้นแบ่งว่าเข้าสู่วัยสูงอายุนั้นมีขอบเขตที่คลุมเครือและมีความคิดทางสังคมเป็นหลัก ในสังคมเดิมซึ่งเป็นสังคมเกษตรกรรมอายุประชากรไม่ยืนยาวนัก ผู้ที่มีอายุสูงเมื่อเปรียบเทียบกับประชากรทั่วไปในสังคมนั้นจะได้รับการกล่าวขานว่าเป็นผู้อาวุโสหรือผู้เฒ่า นอกจากนั้นภายในสังคมเดิมจะมีระบบของการเกื้อกูลกันในภายในครอบครัวและชุมชนที่เข้มแข็ง ทำให้สังคมแบบเดิมซึ่งเป็นสังคมเกษตรกรรมจึงไม่มีความจำเป็นในการจำแนกบุคคลว่าเป็นผู้สูงอายุโดยใช้เกณฑ์อายุสมบูรณ์^๓

ผู้สูงอายุทุกคนย่อมมีศักดิ์ศรี นอกจากศักดิ์ศรีในความเป็นมนุษย์แล้ว ผู้สูงอายุแต่ละคนยังมีศักดิ์ศรีในตัวเองที่เกิดจากการทำงานและการมีส่วนร่วมในสังคมมาตลอดชีวิตในฐานะของผู้ประพฤติดี เป็นพลเมืองดี ทำประโยชน์ให้แก่ครอบครัวและชุมชน เป็นภูมิปัญญาของสังคม ดังนั้นจะเห็นว่าผู้สูงอายุอยู่ในฐานะผู้ให้มาก่อนทั้งต่อครอบครัวชุมชนและสังคม และมีส่วนร่วมในความเป็นหน่วยกำลังของรัฐทั้งในด้านกำลังสติปัญญา กำลังกาย และกำลังทรัพยากรไม่มากนักน้อย^๔

สังคมไทยกำลังเดินเข้าสู่ระยะของประชากรชราในระยะเวลาอีก ๒๐ ปี ข้างหน้า (พ.ศ. ๒๕๖๓) โดยจะมีประชากรสูงอายุที่อายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ ๑๔ ของประชากรทั้งประเทศและมีประชากรสูงอายุตั้งแต่ ๖๕ ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ ๑๐ ของประชากรทั้งประเทศ และการที่จะทำให้สังคมประสบความสำเร็จในระยะประชากรชราเป็นงานหรือหน้าที่ของทุกหน่วยในสังคมที่จักต้องร่วมแรงร่วมใจกันโดยไม่อาจปฏิเสธได้^๕ ขณะเดียวกันจากโครงสร้างประชากร ๓๐ ปี

^๒ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, รายงานวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรและผลกระทบที่เกิดขึ้นต่อการพัฒนาประเทศ, (กรุงเทพมหานคร : สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, ๒๕๕๑), หน้า ๑.

^๓ สุทธิชัย จิตพิณกุล, ชัยยศ คุณานันท์, วิพุธ พูลเจริญ, ไพบุลย์ สุริยะวงศ์ไพศาล, ปัญหาสุขภาพผู้สูงอายุไทย, (กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิจัยสาธารณสุขไทย มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ และสำนักนโยบายและแผนสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข, ๒๕๔๒), หน้า ๕.

^๔ ปรีชา อุปโยคิน, สุรีย์ กาญจนวงศ์, วิภา ศิริสุข, มัลลิกา มัติโก, ไม่ใกล้ฝั่ง : สถานภาพและบทบาทผู้สูงอายุ, (กรุงเทพมหานคร : กองบริหารงานวิจัย มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๑), หน้า ๓.

^๕ สำนักงานสถิติแห่งชาติ, สถานภาพของผู้สูงอายุไทย, (กรุงเทพมหานคร : สำนักงานสถิติแห่งชาติ สำนักงานนายกรัฐมนตรี, ๒๕๕๕), หน้า ๓.

ข้างหน้า^๖ รายงานว่า โครงสร้างประชากรกำลังเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ หรือสังคมคนแก่เป็นประเด็นที่ได้ยินบ่อยมากขึ้นในช่วง ๑-๒ ปีที่ผ่านมา หลายคนมองเป็นเรื่องไกลตัว แต่ความจริงเป็นเรื่องใกล้ตัวอย่างคาดไม่ถึง และเป็นโจทย์ที่ทุกคนทุกภาคส่วนต้องรับมือตั้งแต่วันนี้ เพราะประเทศไทยก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging society) มาตั้งแต่ปี ๒๕๔๗ และจะเข้าสู่สังคมสูงวัยระดับสุดยอด ในปี ๒๕๗๔ มีข้อมูลตัวเลขสถิติที่น่าสนใจ คือ ในปี ๒๕๕๓ ประเทศไทยมีประชากรอายุ ๖๕ ปีขึ้นไป คิดเป็นสัดส่วน ๙ % ของประชากรทั้งหมด และจะเพิ่มขึ้นเป็น ๑๔ % ในปี ๒๕๖๔ และจะเพิ่มขึ้นเป็น ๒๐% ในปี ๒๕๗๔ เมื่อนั้นจะเรียกประเทศไทยว่าเป็น “สังคมสูงวัยระดับสุดยอด” ได้แล้ว ขณะที่สหประชาชาติคาดการณ์ว่า สัดส่วนผู้สูงอายุของไทยมากกว่าประเทศอื่น ๆ ในอาเซียนและไทยก้าวเข้าสู่สังคมคนแก่เร็วกว่าประเทศส่วนใหญ่ในอาเซียนประมาณ ๒๐ ปี

ด้วยปัจจัยการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากร ที่มีอัตราการเกิดและอัตราการตายไม่สมดุลกันเหมือนในอดีต คือ มีอัตราการเกิดมากกว่าการตาย ทำให้ภาวะประชากรสูงวัยในประเทศไทยสูงขึ้นถึงประมาณ ๙.๖ ล้านคนในปัจจุบัน ซึ่งเท่ากับ ร้อยละ ๑๔ ของประชากรทั้งประเทศ อีกทั้งสังคมมีความเจริญทางวัตถุมากขึ้น วิถีชีวิตของคนจึงเปลี่ยนแปลง คนในครอบครัวไม่ค่อยมีเวลาให้กัน เนื่องจากมีความจำเป็นต้องออกไป ประกอบอาชีพหารายได้เลี้ยงตนเองและครอบครัว ความสัมพันธ์ภายในครอบครัว จึงเกิดช่องว่าง ผู้สูงวัย จึงเป็นกลุ่มที่ได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตทางสังคมค่อนข้างสูง อันอาจเกิดจากการเปลี่ยนแปลงบทบาทของตนเอง จากการที่เคยเป็นหัวหน้าครอบครัว มีอาชีพ มีรายได้ ต้องออกจากบ้านไปประกอบอาชีพ ได้พบปะผู้คน มีอำนาจในการตัดสินใจภายในครอบครัว แต่เมื่อถึงวัยสูงอายุ บทบาทดังกล่าวลดลงหรือหมดสิ้นไป ประกอบกับภาวะเสื่อมถอยของระบบต่าง ๆ ในร่างกาย คิดช้า ทำช้า บางรายเกิดภาวะซึมเศร้า เกิดความเหงา ความว้าเหว่ ความเครียดบางรายมีปัญหาในการดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับคนในครอบครัวและชุมชน ซึ่งไม่ยอมรับความเปลี่ยนแปลงของผู้สูงวัย ที่มีความเสื่อมถอยทั้งทางร่างกายและจิตใจ ซึ่งต้องการความรัก ความเข้าใจ ความเอื้ออาทรจากครอบครัวข้างเป็นอย่างยิ่ง”

จึงเห็นได้ว่า ปัญหาของผู้สูงวัย ที่ถูกภัยคุกคามในทางด้านจิตใจประสบทุกข์ที่ถูกหลานทอดทิ้งให้อยู่บ้านคนเดียวตามลำพังโดยขาดคนเหลียวแล เป็นปัญหาใหญ่ในสังคมไทยปัจจุบัน เพราะว่าผู้สูงวัย มีเพิ่มขึ้นมาเรื่อย ๆ ทำให้ผู้สูงวัยถูกทอดทิ้งอย่างที่ไม่ลืกลืมไม่ได้ จึงเป็นปัญหาใหญ่ในวงกว้าง ซึ่งจะต้องร่วมมือช่วยกันเข้ามาแก้ปัญหา ผู้สูงวัยที่ถูกภัยทางสังคมที่เป็นคนรอบข้างเป็นส่วนมาก ที่ปล่อยให้เป็นคนแก่ชราเฝ้าบ้านอยู่คนเดียวไร้คนดูแล ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดจากสภาพแวดล้อมทางสังคมที่มีการพัฒนาไปจุดสูงสุดจนปล่อยปละละเลยอย่างที่เราเห็นในปัจจุบัน หรืออาจจะเกิดจากสภาพเศรษฐกิจที่ไม่คงที่ สภาพการเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่พัฒนาไปไกลจนทำให้ผู้สูงวัยปรับตัวไม่ทัน หรือการมีเทคโนโลยีที่ทันสมัยเข้ามาเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตทำให้ชีวิต

^๖ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (สศช.), “การศึกษาวิเคราะห์ผลกระทบเชิงนโยบายต่อการพัฒนาประเทศจากผลการคาดประมาณประชากรของไทย พ.ศ. ๒๕๕๓-๒๕๘๓”, รายงานวิจัย: จัดทำโดยคณะกรรมการคาดประชากรของประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๕๓-๒๕๘๓.

^๗ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, รายงานวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรและผลกระทบที่เกิดขึ้นต่อการพัฒนาประเทศ, หน้า ๗.

เปลี่ยนไปอย่างรวดเร็วจนปรับตัวไม่ทัน เช่น การใช้เทคโนโลยีที่นำเข้ามาใช้กับชีวิตประจำวัน จนทำให้ชีวิตของมนุษย์สะดวกสบายมากขึ้น แต่ขาดการดูแลซึ่งกันและกัน เช่น เครื่องใช้ไฟฟ้าในครัวเรือนที่ทันสมัยและการมีโทรศัพท์เคลื่อนที่ที่ทันสมัย โดยไม่ต้องไปหากันใช้โทรศัพท์สื่อสารหากันเอง ทำให้ผู้สูงวัยถูกทอดทิ้งให้เฝ้าบ้านอยู่ลำพังคนเดียว ส่วนผู้ที่เป็นลูกหรือเป็นหลานก็ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ตามความประสงค์ เพราะจะต้องออกจากบ้านไปทำงาน ตั้งแต่เช้าจรดเย็นเมื่อมาถึงบ้านก็เกิดอาการเหนื่อยล้าจากการทำงานและเข้าที่พักเอาแรงไว้ทำงานในวันข้างต่อไปทำอย่างนี้ไปวัน ๆ จนไม่มีเวลาดูแลพ่อแม่ นี่คือ ปัญหาในสังคมไทยในปัจจุบัน ไม่ว่าในเมืองหรือชนบทก็เหมือนกัน ถ้าปล่อยปละละเลยให้ผู้เฒ่าผู้สูงวัยอยู่ตามลำพังแบบนี้ไปเรื่อย ๆ จะทำให้หน้าที่ของลูกที่จะต้องคอยดูแลพ่อแม่ยามแก่เฒ่าเริ่มจะเห็นห่างออกไป จนกระทั่งเป็นปัญหาใหญ่ในปัจจุบัน ดังนั้น ปัญหาที่สำคัญของผู้สูงวัย คือ ปัญหาด้านจิตใจ สุขภาพอนามัยที่ควรได้รับจากสมาชิกในครอบครัว และปัญหาทางสังคม เพื่อน ๆ ที่เคยร่วมสุขร่วมทุกข์^๔

พระพุทธศาสนา มีหลักคำสอนที่เหมาะสมในแต่ละช่วงวัยของบุคคล เช่น ปฐมวัย ก็จะต้องมีอิทธิบาทธรรม ในการศึกษาเล่าเรียน เพื่อให้บรรลุเป้าหมายในชีวิต คือ มีความพอใจเรียน ตั้งใจเรียน เข้าใจเรียนและฉลาดในการเรียนรู้ศาสตร์ใหม่ ๆ ในโลกปัจจุบัน วัยผู้ใหญ่หรือมัชฌิมวัย ก็คือ ดำรงตนอยู่ในความหมั่นพากเพียรในการประกอบอาชีพที่สุจริตทำงานเพื่อสร้างฐานะทางการเงินหรือเศรษฐกิจในครอบครัวให้มั่นคง ส่วนในวัยสุดท้ายของชีวิตหรือปัจฉิมวัย ซึ่งก็คือวัยของผู้สูงวัยนั่นเอง พึงดำรงตนอยู่ในหลักพุทธธรรมที่เหมาะสมแก่ตน เพื่อให้สามารถที่จะดำเนินชีวิตอยู่ได้อย่างปกติสุข และรู้จักการปล่อยวางต่ออารมณ์ต่าง ๆ ที่ตนเคยผ่านประสบการณ์มาเป็นเวลานาน เพราะหากไม่รู้จักแสวงหาทรัพย์ภายในตนหรืออริยทรัพย์ไว้แก่ตนแล้ว เมื่อถึงคราวที่เกิดเจ็บป่วยหรือจวนเจียนใกล้จะถึงแก่กรรม ก็เกิดความไม่พร้อมในการเตรียมตัวก่อนตาย เนื่องจากการเดินทางของมนุษย์ไม่ใช่เพียงความตายเท่านั้นมาัดตรอนแล้วสิ้นสุด แต่มนุษย์จะต้องเดินทางไกลไปสู่ภพน้อยภพใหญ่อีก ความคติความเชื่อในทางพระพุทธศาสนา ฉะนั้น การเตรียมตัวเตรียมใจของผู้สูงวัยที่มีต่อกิจกรรมต่าง ๆ ในทางพระพุทธศาสนา เป็นเรื่องยืนยันได้ว่า เป็นผู้ไม่ประมาท ดังพระพุทธพจน์ที่ปรากฏในภทเทกธตสูตรว่า

บุคคลไม่ควรคำนึงถึงสิ่งที่ล่วงไปแล้ว ไม่ควรหวังสิ่งที่ยังไม่มาถึง สิ่งใดล่วงไปแล้วสิ่งนั้นก็เป็นอันละไปแล้ว และสิ่งใดที่ยังไม่มาถึง สิ่งนั้นก็เป็นอันยังไม่มาถึง ส่วนบุคคลใด เห็นแจ้งธรรมที่เป็นปัจจุบัน ไม่ถ่องแท้ ไม่คลอนแคลนในธรรมนั้น ๆ บุคคลนั้น ควรเจริญธรรมนั้นให้แจ่มแจ้ง บุคคลทำความเพียรตั้งแต่วินาทีนี้ทีเดียวใครเล่าจะรู้ว่าความตายจักมีในวันพรุ่งนี้ เพราะว่าความผัดผ่อนกับมัจจุราชผู้มีเสนามากนั้น ย่อมไม่มีแก่เราทั้งหลายพระมุนีผู้สงบบเรียกบุคคลผู้มีความเพียร ไม่เกียจคร้านทั้งกลางวันและกลางคืน ซึ่งมีปกติอยู่อย่างนี้นั้นแล้วผู้มีราตรีเดียวเจริญ^๕

^๔ พระบุญทรง หนีดำ (บุญธโร), “ปัญหาและทางออกของผู้สูงอายุตามหลักพระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๙), หน้า ๓๔.

^๕ ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๐๑/๒๓๓.

จากพระพุทธรูปนี้ จะเห็นว่า ผู้สูงวัยต้องมีการเตรียมตัวเตรียมใจดังกล่าวเพื่อเผชิญหน้ากับเหตุการณ์เกินความคาดเดาในอนาคต เพราะไม่รู้ว่าตนจะมีอายุอยู่ได้นานสักเพียงใด ฉะนั้น การทำบุญให้ทานรักษาศีลและปฏิบัติตามหลักพุทธธรรม จึงเป็นแนวทางปฏิบัติที่เหมาะสมอย่างยิ่งแก่ผู้สูงวัยเพราะเป็นการส่งเสริมให้ท่านเป็นผู้มีสุขภาพทางกายและสุขภาพทางจิตที่เข้มแข็ง สามารถที่จะเตรียมตัวเพื่อรับมือกับปัญหาต่าง ๆ ที่คอยรุมเร้าอยู่ตลอดเวลาได้อย่างน่าอัศจรรย์ เพราะว่าพุทธธรรม ก็คือ คำสอนที่เป็นประโยชน์สำหรับให้มวลมนุษยทุกเพศทุกวัยได้นำไปประพฤติปฏิบัติและยังส่งผลดีในด้านต่าง ๆ เช่น การแผ่เมตตาช่วยให้ตนมีความรักต่อเพื่อนมนุษย์ รู้จักการให้อภัยต่อคนอื่น ขณะเดียวกันก็จะได้รับความรัก ความเมตตาจากกลับคืนมาสู่ตน

บ้านธรรมปกรณ อำเภอมือง จังหวัดเชียงใหม่ เป็นสถานสงเคราะห์คนชรา ที่รัฐบาลได้อนุมัติงบประมาณให้กรมประชาสงเคราะห์ดำเนินการจัดตั้งเพื่อสงเคราะห์คนชราที่ประสบปัญหาความเดือดร้อน ที่มีภูมิลำเนาใน ๑๗ จังหวัดภาคเหนือ โดยเริ่มเปิดดำเนินการตั้งแต่วันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๔๘ เป็นต้นมา และเมื่อวันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๕๕ กรมประชาสงเคราะห์ ได้ปรับเปลี่ยนชื่อเป็นกรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ และสถานสงเคราะห์คนชรากันธรรมปกรณ จึงได้เปลี่ยนชื่อเป็น ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ ตั้งแต่วันที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๕๕ โดยมีภารกิจในการสนับสนุนการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ

จากการดำเนินการของบ้านธรรมปกรณ ที่ผ่านมา พบว่า ผู้สูงวัยที่เข้ารับบริการ มีสภาพปัญหาทางด้านจิตใจมาก่อนเข้ารับบริการ ซึ่งเกิดความหดหู่ทางใจ ว่าเหว่ ซึมเศร้า ความเหินห่างจากครอบครัว ปลอยให้ผู้สูงวัยต้องอยู่อย่างโดดเดี่ยวลำพัง ถูกปล่อยปละละเลยและไม่ได้รับการดูแลเอาใจใส่จากลูกหลานหรือหมู่ญาติ จึงเกิดการถดถอยทางจิตใจ ดังนั้น เมื่อเข้ามาอาศัยสถานสงเคราะห์แห่งนี้จึงปรับตัวทั้งการกิน การนอน และการขับถ่าย ตลอดจนสุขอนามัยต่าง ๆ เนื่องจากผู้สูงวัยเหล่านี้มีความเคยชินกับชีวิตภายนอกมาก่อน จึงไม่ประสบความสำเร็จในการปรับตัวเข้าหาผู้อื่น นอกจากนี้ ยังมีปัญหาสุขภาพที่ติดตัวมา มีสภาพร่างกายที่ทรุดโทรม การเจ็บไข้ได้ป่วย โรคภัยรุมเร้า จึงส่งผลให้สภาพจิตใจแย่ตามไปด้วย^{๑๑}

สำหรับการรักษาบำบัดผู้สูงวัยนั้น นอกจากจะต้องบำบัดด้วยสภาพแวดล้อมที่ดีที่เหมาะสม การรักษาด้วยยา รวมทั้งการกิน การนอนที่เป็นเวลา และขับถ่ายแล้ว การทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใส จึงเป็นอีกแนวทางวิธีหนึ่งที่จะทำให้ผู้สูงวัยเกิดความสุข ดังนั้น การนำเอาหลักพุทธธรรมมาบูรณาการกับกิจกรรมในแต่ละวันจึงเป็นกรรมวิธีที่เหมาะสม เพื่อให้ผู้สูงวัยได้ตระหนักถึงคุณค่าในชีวิตที่เหลืออยู่ได้อย่างยาวนาน

ด้วยเหตุดังกล่าวนี้ ผู้วิจัย จึงมีความสนใจที่จะศึกษาสภาพปัญหาของผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ อำเภอมือง จังหวัดเชียงใหม่ และการประยุกต์หลักพุทธธรรมมาใช้ในชีวิตประจำวันของ

^{๑๑} ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ เชียงใหม่ : ประวัติความเป็นมาและสภาพปัญหา. บ้านธรรมปกรณ. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : <http://www.thammapakorn.go.th/tam/se.htm>. [๑๙ มกราคม ๒๕๕๗].

กลุ่มผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ว่าเป็นไปในลักษณะเช่นไร และใช้หลักพุทธธรรมในการแก้ไขปัญหาผู้สูงวัยเป็นลำดับไป

๑. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๑ เพื่อศึกษาสภาพปัญหาของผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่
- ๑.๒ เพื่อศึกษาการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

๒. ปัญหาที่ต้องการทราบ

- ๒.๑ สภาพปัญหาของผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เป็นอย่างไร
- ๒.๒ การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เป็นอย่างไร

๓. ขอบเขตการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัย แบ่งขอบเขตของการศึกษาออกเป็น ๒ ด้าน ได้แก่

๓.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

ขอบเขตด้านเนื้อหา ประกอบด้วย การศึกษาถึงแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงวัย การวิเคราะห์ถึงสภาพปัญหาของผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่และการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

๓.๒ ขอบเขตด้านพื้นที่ศึกษาและกลุ่มเป้าหมาย

ขอบเขตด้านพื้นที่ศึกษา คือ บ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ และกลุ่มเป้าหมาย คือ ผู้สูงวัยทั้งชายและหญิง อายุระหว่าง ๖๐ ปี ขึ้นไป แบ่งเป็นชายจำนวน ๔๓ คน และหญิง จำนวน ๖๐ คน รวมทั้งสิ้น ๑๐๓ คน^{๑๑}

๔. สมมติฐานการวิจัย

๔.๑ ผลการวิจัยสภาพปัญหาของผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก

๔.๒ ผลการวิจัยการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ โดยภาพรวมจัดอยู่ในระดับมาก

๕. วิธีดำเนินการวิจัย

^{๑๑} ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ์ เชียงใหม่ : ประวัติความเป็นมาและสภาพปัญหา.” บ้านธรรมปกรณ์. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : <http://www.thammapakorn.go.th/tam/se.htm>. [๑๙ มกราคม ๒๕๕๗].

๕.๑ รูปแบบการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ในครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) ซึ่งเป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research)

๕.๒ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ประชากรที่เป็นผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ผู้สูงวัยชาย จำนวน ๔๓ คน และผู้สูงวัยหญิง จำนวน ๖๐ คน รวมจำนวนประชากร ๑๐๓ คน ซึ่งผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมจากประชากรทั้งหมดของบ้านธรรมปกรณ์ ในปีพุทธศักราช ๒๕๕๗

๕.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นเครื่องมือที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเองเป็นแบบสอบถาม แบบมีโครงสร้าง โดยแบ่งออกเป็น ๒ ส่วน ดังตัวอย่างต่อไปนี้

ตอนที่ ๑ เป็นข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับสถานภาพส่วนบุคคล

๑. เพศ

๒. อายุ

๓. สถานภาพ

๔. วุฒิการศึกษา

ตอนที่ ๒ เป็นแบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับสภาพปัญหาของผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ดังนี้

๑. ปัญหาในด้านครอบครัว/สังคม

จำนวน ๗ ข้อ

๒. ความใกล้ชิดกับลูกหลานในครอบครัว

จำนวน ๖ ข้อ

๓. ปัญหาด้านสุขภาพร่างกายของผู้สูงวัย

จำนวน ๖ ข้อ

๔. ปัญหาด้านสุขภาพจิตของผู้สูงวัย

จำนวน ๖ ข้อ

ตอนที่ ๓ เป็นแบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ดังนี้

๑. การปฏิบัติตนของผู้สูงวัยตามหลักไตรลักษณ์

จำนวน ๓ ข้อ

๒. การปฏิบัติตนของผู้สูงวัยตามหลักอริยสัจ ๔

จำนวน ๔ ข้อ

๓. การปฏิบัติตนของผู้สูงวัยตามหลักพรหมวิหาร ๔

จำนวน ๔ ข้อ

๔. การปฏิบัติตนของผู้สูงวัยตามหลักเบญจศีล

จำนวน ๕ ข้อ

๕. การปฏิบัติตนของผู้สูงวัยตามหลักเบญจธรรม

จำนวน ๕ ข้อ

๖. ผู้สูงวัยกับหลักการเว้นจากอบายมุข ๖

จำนวน ๖ ข้อ

๗. ผู้สูงวัยกับความเชื่อเรื่องหลักบุญบาป/หลักกรรม

จำนวน ๖ ข้อ

แบบสอบถามทั้งหมดมีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Retting Scale) ๕ ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

๖. ผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับสภาพปัญหาและการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ผลการวิจัยมีดังต่อไปนี้

๖.๑ สถานสภาพทั่วไปของผู้สูงวัยที่ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามเพศ ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ ๕๘.๒๕ จำแนกตามอายุ ส่วนใหญ่จะเป็นผู้มีอายุ ๗๐ ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ ๕๖.๓๒ ด้านสถานภาพ ส่วนใหญ่จะมีสถานภาพหย่า คิดเป็นร้อยละ ๓๒.๐๔ และด้านวุฒิการศึกษา ส่วนใหญ่จะมีวุฒิการศึกษาม.๓-๖ คิดเป็นร้อยละ ๕๑.๔๖

๖.๒ ระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับสภาพปัญหาของผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เมื่อพิจารณาเป็นลำดับปัญหา พบว่า ปัญหาสุขภาพจิตของผู้สูงวัยและปัญหาด้านครอบครัว/สังคม อยู่ในระดับมาก ปัญหาด้านสุขภาพร่างกายของผู้สูงวัย อยู่ในระดับปานกลาง และความใกล้ชิดกับลูกหลานในครอบครัว อยู่ในระดับน้อย ซึ่งในแต่ละด้านสามารถสรุปผลได้ดังนี้

๑) สภาพปัญหาของผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เกี่ยวกับปัญหาด้านครอบครัว/สังคม รวมทุกรายการ อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายการ พบว่ามีรายการที่อยู่ในระดับมากและปานกลาง เรียงลำดับจากมากไปหาน้อยคือ อยากให้บุตรหลานได้กำกับดูแลเมื่อเกิดเจ็บป่วยไข้ หรือได้รับการดูแลจากบุตรหลานเป็นอย่างดีในยามป่วยไข้ อยากจะช่วยเหลือหรือแบ่งเบาภาระจากบุตรหลานในด้านต่าง ๆ เท่าที่ผู้สูงวัยจะช่วยเหลือได้ อยากให้ลูกหลานรักเอาใจใส่ให้ความใกล้ชิดมองเห็นคุณค่าของตนเอง อยากมีเงินใช้ ฟังตนเองได้ด้วยการมีบำเหน็จ บำนาญหรือมีเงินใช้จ่ายรายได้ทางอื่น ๆ ให้เหมาะสมกับอัตภาพ การขาดเพื่อน เนื่องจากการถูกออกจากงาน หรือการตายของบุคคลผู้ใกล้ชิดจากคนในครอบครัวและคนนอกครอบครัว อยากให้บุตรหลานยกย่องนับถือ และยอมรับว่าผู้สูงวัยเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว และการขาดความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นในสังคม และมีร่างกายชำรุดทรุดโทรม ตามลำดับ

๒) สภาพปัญหาของผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เกี่ยวกับความใกล้ชิดกับลูกหลานในครอบครัว โดยภาพรวม อยู่ในระดับน้อย เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าอยู่ในระดับน้อยที่สุด ๒ ข้อ เรียงลำดับจากมากไปหาน้อยคือ รับประทานอาหารร่วมกัน และไปเป็นเพื่อนร่วมงานสังคม นอกนั้นอยู่ในระดับน้อยทุกข้อ เรียงลำดับจากมากไปหาน้อยคือ ชื่อของและจ่ายตลาดร่วมกัน มีเวลาพูดคุยด้วย ขวนลูกหลานร่วมกิจกรรมทางศาสนา และเล่นกีฬาและออกกำลังกายร่วมกัน ตามลำดับ

๓) สภาพปัญหาของผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เกี่ยวกับปัญหาด้านสุขภาพของผู้สูงวัย โดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่ามี ๒ ข้อที่อยู่ในระดับปานกลาง เรียงลำดับจากมากไปหาน้อยคือ ปวดเมื่อยตามร่างกาย วิงเวียนศีรษะ และเจ็บตามข้อกระดูกบริเวณเข่า ข้ออื่น ๆ นอกนั้นอยู่ในระดับมากเรียงลำดับจากมากไปหาน้อยคือ การไม่ได้เข้ารับการตรวจสุขภาพ ปัญหาการนอนไม่หลับ รับประทานอาหารไม่เป็นเวลา การขับถ่าย อุจจาระ ปัสสาวะ ไม่เป็นเวลา ตามลำดับ

๔) สภาพปัญหาของผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เกี่ยวกับปัญหาสุขภาพจิตของผู้สูงวัย โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมาก ทุกข้อ เรียงจากมากไปหาน้อยคือ จิตใจหดหู่ ไม่ร่าเริง/ไม่ยอมรับประทานอาหาร กลัดกลุ้มใจตลอดเวลา นอนไม่หลับ เศร้าซึมอย่างไม่มีเหตุผล ไม่อยากพูดคุยกับบุตรหลาน มีจิตใจคับแคบ/อารมณ์อ่อนไหวง่าย ตามลำดับ

๖.๓ เกี่ยวกับระดับความคิดเห็น/การปฏิบัติเกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในชีวิตประจำวันของผู้สวดวิชัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด ๒ ข้อ เรียงลำดับจากมากไปหาน้อยคือ ผู้สวดวิชัยกับความเชื่อเรื่องหลักบุญบาป/หลักกรรม และการปฏิบัติตนของผู้สวดวิชัยตามหลักเบญจธรรม นอกนั้นจัดอยู่ในระดับมากทุกข้อ เรียงลำดับจากมากไปหาน้อยคือ การปฏิบัติตนของผู้สวดวิชัยตามหลักเบญจศีล การปฏิบัติตนของผู้สวดวิชัยตามหลักพรหมวิหาร ๔ การปฏิบัติตนของผู้สวดวิชัยตามหลักอริยสัจ ๔ การปฏิบัติตนของผู้สวดวิชัยตามหลักไตรลักษณ์ ผู้สวดวิชัยกับหลักเว้นจากอบายมุข ๖ ซึ่งในแต่ละด้านสามารถสรุปผลได้ดังนี้

๑) การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในชีวิตประจำวันของผู้สวดวิชัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เกี่ยวกับการปฏิบัติตนของผู้สวดวิชัยตามหลักไตรลักษณ์ โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากทุกข้อ เรียงจากมากไปหาน้อยคือ การพิจารณาอนิจจัง ความไม่เที่ยงแห่งร่างกาย การพิจารณาทุกขัง ความเป็นทุกข์หรือสภาพที่ทนอยู่ได้ยากในสภาวะเดิม และการพิจารณาอนัตตา ความไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา ตามลำดับ

๒) การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในชีวิตประจำวันของผู้สวดวิชัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เกี่ยวกับการปฏิบัติตนของผู้สวดวิชัยตามหลักอริยสัจ ๔ โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากทุกข้อ เรียงจากมากไปหาน้อยคือ ทุกข์อริยสัจ กำหนดรู้ปัญหา สมุทัยอริยสัจ กำหนดรู้สาเหตุของปัญหา นิโรธ กำหนดรู้การดับหรือ แก้ปัญหาได้แล้ว มรรค ปฏิบัติตนให้แก้ไขปัญหิต่าง ๆ ได้ สรุปมรรคโดยย่อ คือ ศีล สมาธิ และปัญญา ตามลำดับ

๓) การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในชีวิตประจำวันของผู้สวดวิชัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เกี่ยวกับการปฏิบัติตนของผู้สวดวิชัยตามหลักพรหมวิหาร ๔ โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากทุกข้อ เรียงจากมากไปหาน้อยคือ กรุณา เมตตา มุทิตา และอุเบกขา ตามลำดับ

๔) การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในชีวิตประจำวันของผู้สวดวิชัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เกี่ยวกับการปฏิบัติตนของผู้สวดวิชัยตามหลักเบญจศีล โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากทุกข้อ เรียงจากมากไปหาน้อยคือ เว้นจากสุรา และเมรัย เว้นจากอทินนาทาน เว้นจากปาณาติบาต เว้นจากมุสาวาท และเว้นจากกาเมสุมิฉฉาจาร ตามลำดับ

๕) การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในชีวิตประจำวันของผู้สวดวิชัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เกี่ยวกับการปฏิบัติตนของผู้สวดวิชัยตามหลักเบญจธรรม โดยภาพรวม อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากที่สุดทุกข้อ เรียงจากมากไปหาน้อยคือ กามสังวร สติสัมปชัญญะ สัจจะ เมตตาและกรุณา สัมมาอาชีวะ ตามลำดับ

๖) การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในชีวิตประจำวันของผู้สวดวิชัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เกี่ยวกับผู้สวดวิชัยกับหลักการเว้นจากอบายมุข ๖ โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากทุกข้อ เรียงจากมากไปหาน้อยคือ เว้นจากสุราและของมีเมา เว้นจากการเที่ยวกลางคืน เว้นจากการเที่ยวดูการละเล่น เว้นจากการคบคนชั่ว เว้นจากการพนัน และเว้นจากการเกียจคร้านทำงาน ตามลำดับ

๓) การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เกี่ยวกับผู้สูงวัยกับความเชื่อเรื่องหลักบุญบาป/หลักกรรม โดยภาพรวม อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมาก ๑ ข้อ คือเชื่อว่าบุญเกิดได้ ๓ ทาง คือ ทางกาย ทางวาจา และทางใจ ที่เหลืออีก ๕ ข้อ อยู่ในระดับมากที่สุด เรียงจากมากไปหาน้อยคือ เชื่อว่าทำบาปไปเสวยผลกรรมในอบายภูมิ เชื่อว่าทำบุญไปเสวยบุญในสุคติ เชื่อเรื่องชาติหน้ามีจริง เชื่อเรื่องการทำบุญได้บุญทำบาปได้บาป ตามลำดับ

๖.๔ ผลจากการสัมภาษณ์ผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์กับการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ดังนี้

๑) การประยุกต์ใช้หลักไตรลักษณ์ พบว่า ผู้ให้สัมภาษณ์ กล่าวว่า เมื่อมีอารมณ์อันไม่น่าปรารถนาเกิดขึ้นในใจ เช่น โกรธโมโหไม่ได้ตั้งใจปรารถนา ไม่ชอบ เกลียด ต่อต้านคนอื่น เป็นต้น ก็จะนำหลักไตรลักษณ์มาพิจารณาว่า คนเราเกิดมาไม่ได้ตั้งใจนี้หรือปรารถนาทุกอย่างในโลกนี้ หากทุกคนได้ทุกอย่างดังที่คิดเอาไว้ คงสมปรารถนาทุกคน แต่ในความเป็นจริงแล้ว ย่อมเป็นไปไม่ได้เลย ฉะนั้น สิ่งเหล่านี้ จึงเป็นสิ่งที่ไม่แน่นอน มีความทุกข์जरเข้ามาระทบและไม่ใช่ว่าจะไปยึดถือว่าเป็นของตนเอง

๒) การประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ พบว่า ผู้ให้สัมภาษณ์ กล่าวว่า เบื้องต้นจะต้องกำหนดรู้เหตุของปัญหาก่อนว่า มาจากเรื่องใด เช่น ปัญหาเรื่องที่ทำกิน อาชีพ การเงิน การศึกษาหรือเรื่องอื่น ๆ (สมุทัย) เมื่อกำหนดรู้เหตุของปัญหาได้แล้วว่าสิ่งเหล่านี้ทำให้เกิดความทุกข์แก่คนในครอบครัว (ทุกข์) ก็จะต้องแสวงหาวิธีการต่าง ๆ เพื่อมาแก้ไขปัญหานั้นให้หมดไป (มรรค) เช่น การพูดคุยกันระหว่างสมาชิกในครอบครัวเพื่อหาทางออกร่วมกัน

๓) การประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ พบว่า ผู้ให้สัมภาษณ์ กล่าวว่า เบื้องต้นจะต้องกำหนดรู้เหตุของปัญหาก่อนว่า มาจากเรื่องใด เช่น ปัญหาเรื่องที่ทำกิน อาชีพ การเงิน การศึกษาหรือเรื่องอื่น ๆ (สมุทัย) เมื่อกำหนดรู้เหตุของปัญหาได้แล้วว่าสิ่งเหล่านี้ทำให้เกิดความทุกข์แก่คนในครอบครัว (ทุกข์) ก็จะต้องแสวงหาวิธีการต่าง ๆ เพื่อมาแก้ไขปัญหานั้นให้หมดไป (มรรค) เช่น การพูดคุยกันระหว่างสมาชิกในครอบครัวเพื่อหาทางออกร่วมกัน

๔) การประยุกต์ใช้หลักพรหมวิหาร ๔ พบว่า ผู้ให้สัมภาษณ์ กล่าวว่า เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นแก่สมาชิกในครอบครัว ฟังมีความเมตตาและกรุณาแก่สมาชิกเป็นพื้นฐานในการตัดสินเรื่องต่าง ๆ พร้อมด้วยเหตุผลทางปัญญา และเมื่อบุตรธิดาหรือญาติ ๆ ได้ดีก็ควรแสดงความยินดี แต่หากพวกเขาประสบกับความล้มเหลวเนื่องจากปัญหาด้านใดก็ตาม ก็ควรรู้จักปล่อยวางหรือตั้งใจไว้ในอุเบกขาอารมณ์ได้ คือรู้จักวางเฉยด้านจิตใจและแก้ปัญหาอย่างมีปัญญา

๕) การประยุกต์ใช้หลักเบญจศีล-เบญจธรรม พบว่า ผู้ให้สัมภาษณ์ กล่าวว่า ตระหนักถึงชีวิตของคนอื่นและสัตว์อื่น แล้วมีใจเมตตาไม่กล้าทำลาย ตระหนักถึงทรัพย์สินเงินทองที่คนอื่นหามาได้ จึงไม่ควรฉ้อโกงหรือลักขโมยด้วยวิธีการใด ๆ ตระหนักถึงคู่ครองของคนอื่นเขาก็ต้องรักและห่วงหา จึงไม่ควรเข้าไปยุ่งเกี่ยวให้ครอบครัวเขาล่มจม ตระหนักถึงการพูดเท็จหรือพูดไม่จริง ว่าเป็นเรื่องที่เสียประโยชน์ทั้งสองฝ่าย จึงไม่ควรพูดคำเท็จหรือพูดโกหกหลอกลวงต่อกัน และตระหนักถึงโทษภัยของการดื่มสุราและยาเสพติดให้โทษที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพและเสียทรัพย์สินเสียชื่อเสียงที่ติงาม

๖) การประยุกต์ใช้หลักเว้นจากอบายมุข ๖ พบว่า ผู้ให้สัมภาษณ์ กล่าวว่า พิจารณาโทษของสิ่งเสพติดทุกประเภทและงดเว้นสิ่งมีนเมาต่าง ๆ แล้วประพฤติในศีลเพื่อรักษาสติให้มั่นคง เช่น รักษาอุโบสถศีล รักษาศีล ๕

๗) การประยุกต์ใช้หลักบุญบาป/หลักกรรม พบว่า ผู้ให้สัมภาษณ์ กล่าวว่า เรื่องบุญบาปชาตินี้ชาติหน้าเป็นความเชื่อที่ส่งผลดีในการดำเนินสุภาพจิตโดยตรง คือทำให้เชื่อมั่นได้ว่า ตนได้บำเพ็ญบุญบารมีในทางพระพุทธศาสนา เป็นคนไม่ประมาทในการใช้ชีวิต รู้จักหมั่นสร้างกุศลอยู่เสมอ แม้หากสิ้นชีวิตจากโลกนี้ไปแล้วก็จะมีสุคติเป็นที่พึ่งที่พำนักอย่างแน่นอน เพราะผู้ทำความดีย่อมไปสู่สุคติโลกสวรรค์ ส่วนผู้ที่ประกอบกรรมทำชั่ว ก็จะต้องไปสู่อบายภูมิ เช่น นรก เป็นต้น

๗. ข้อเสนอแนะ

๗.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

การวิจัยเรื่องศึกษาการประยุกต์ใช้หลักธรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ มีข้อเสนอแนะเพื่อนำผลการวิจัยไปใช้ดังนี้

๑) ทั้งภาครัฐและเอกชนร่วมกับทางคณะสงฆ์ ควรจัดให้มีการจัดอบรมปฏิบัติธรรมแก่ผู้สูงวัย อย่างน้อยปีละ ๒ ครั้ง

๒) จากผลการวิจัย พบว่า ปัญหาความใกล้ชิดกับลูกหลานในครอบครัว มีค่าเฉลี่ยน้อยและน้อยที่สุดทั้ง ๖ รายการ ซึ่งแสดงให้เห็นได้ว่า ผู้สูงวัยบ้านธรรมปกรณ์นั้น มีความรู้สึกเหงาและรู้สึกว่าตนเองกำลังถูกลูกหลานทอดทิ้งให้อยู่เพียงลำพัง จากข้อค้นพบนี้ ทางหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรให้ความสำคัญมากยิ่งขึ้น ให้โอกาสและหาแนวทางให้ผู้สูงวัยพบปะลูกหลานเพื่อช่วยเหลือผู้สูงวัยให้รู้สึกมีความอบอุ่นในบั้นปลายชีวิตต่อไป

๗.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย

๑) ควรมีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับบทบาทของผู้สูงวัยในหลาย ๆ ด้าน

๒) ควรมีการวิจัยเพื่อหาแนวทางในการนำความรู้ใหม่ ๆ มาพัฒนาสังคมผู้สูงวัยให้มีความเจริญก้าวหน้าและยั่งยืนตลอดไป

๓) ควรมีการศึกษาเรื่องการมีส่วนร่วมระหว่างชุมชนกับชมรมผู้สูงวัย เพื่อความเข้มแข็งทางด้านวัฒนธรรมประเพณีไทย

๔) ควรมีการศึกษาผลกระทบที่เกิดจากการไม่ร่วมมือกันในการพัฒนาด้านวัฒนธรรมจารีตประเพณีระหว่างชุมชนกับผู้สูงวัย

บรรณานุกรม

๑. ภาษาบาลี-ไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Sources)

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Sources)

(๑) หนังสือ

ปรีชา อุปโยคิน, สุรีย์ กาญจนวงศ์, วีณา ศิริสุข, มัลลิกา มัตโก. **ไม้ใกล้ฝั่ง : สถานภาพและบทบาทผู้สูงอายุ**. กรุงเทพมหานคร : กองบริหารงานวิจัย มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๑.

สุทธิชัย จิตพันธ์กุล, ชัยยศ คุณานุสนธิ์, วิพุธ พูลเจริญ, ไพบุลย์ สุริยะวงศ์ไพศาล. **ปัญหาสุขภาพผู้สูงอายุไทย**. กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิจัยสาธารณสุขไทย มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ และสำนักนโยบายและแผนสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข, ๒๕๔๒.

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. **รายงานวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรและผลกระทบที่เกิดขึ้นต่อการพัฒนาประเทศ**. กรุงเทพมหานคร : สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, ๒๕๕๑.

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. **สถานภาพของผู้สูงอายุไทย**. กรุงเทพมหานคร : สำนักงานสถิติแห่งชาติ สำนักงานนายกรัฐมนตรี, ๒๕๕๕.

(๒) วิทยานิพนธ์

พระบุญทรง หมีดำ (บุญธโร). “ปัญหาและทางออกของผู้สูงอายุตามหลักพระพุทธศาสนา”. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๙.

(๓) สื่ออิเล็กทรอนิกส์

ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ์ เชียงใหม่ : ประวัติความเป็นมาและสภาพปัญหาบ้านธรรมปกรณ์. (ออนไลน์). แหล่งที่มา [http : / www. Thammapakorn.go.th/tam/se.htm](http://www.Thammapakorn.go.th/tam/se.htm). [๑๙ มกราคม ๒๕๕๗].