



การบูรณาการหลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ
ขององค์กรชุมชนอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม^๑
The Buddhas Integration For elder Service of Local
Administration Organization in Nakhonpathom Province

พระมหาไกรวรรณ ชินทตฺติโย (ปุนนขันธ)^๒, พระปลัดสมชาย ปโยโค (ดำเนิน)^{๒*},
พระมหาสุรชัย ขยาภิวฑฒโน (พุดชู)^๒, แม่ชีกุลกรณ์ แก้ววิลัย^๒, โยตะ ชัยวรมันกุล,^๒
ชัตติยา ดั่งสำราญ^๓ Phramaha Kraiwan Jinadattiyo (Punnakhan),
Phrapalad Somchai Payogo (Damnoen),
Phramaha Surachai Jayabhivaddhano (Phutchu),
Maechee Kulaporn Kaewwilai, Yota Chaiworamankul ,
Khattiya Duangsamran.

บทคัดย่อ

งานวิจัยฉบับนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ ๑) ศึกษากระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ ขององค์กรชุมชน ในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ๒) ศึกษากิจกรรมที่บูรณาการหลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ ขององค์กรชุมชน ในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม และ ๓) เสนอการบูรณาการหลักพุทธธรรมกับการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ วิธีดำเนินการวิจัย เป็นการศึกษาการวิจัยเชิงคุณภาพ ใช้วิธีศึกษาวิจัยเอกสาร และการศึกษาภาคสนาม โดยเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก จำนวน ๒๕ รูป/คน นำผลมาสนทนากลุ่มย่อยกับผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน ๑๕ รูป/คน เพื่อสรุปผลการวิจัย โดยผลการวิจัยพบว่า กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม โดยใช้หลักพุทธธรรมไตรสิกขา ได้ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุ ปฏิบัติธรรมอยู่เป็นประจำฝึกดำรงตนอยู่ในความ ไม่ประมาท รู้เท่าทัน มีสติ มีความรู้ความเข้าใจในตัวเอง มีเหตุผลมากขึ้น ส่วนกิจกรรมที่บูรณาการหลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสามพราน

^๑บทความนี้ได้รับทุนวิจัยจากสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ปีงบประมาณ ๒๕๖๐

^๒ วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
Buddhapanya Sri Thawarawadee Buddhist College Mahachulalongkornrajavidyalaya
University, Thailand.

^๓นักวิชาการนักวิชาการอิสระ Independent Scholar

*Corresponding Author Email: sdamnoen@yahoo.com



จังหวัดนครปฐม ใช้หลักไตรสิกขา พัฒนาพฤติกรรมทางกายและวาจา ในด้านจิตใจ พัฒนาปัญญาช่วยให้ชีวิตประสบความสำเร็จ มีการสร้างสวนสุขภาพ ลานกิจกรรม นำภูมิปัญญาท้องถิ่นให้ความรู้ในเรื่องต่างๆ การจัดกิจกรรมด้านศาสนา ในโอกาสพิเศษต่าง ๆ และเสนอการบูรณาการหลักพุทธธรรมกับการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุหลักพุทธธรรม ซึ่งประกอบด้วยศีล สมาธิ ปัญญา มาประยุกต์ใช้ การดำเนินชีวิตแบบพอเพียง ให้ผู้สูงอายุพึ่งตนเองจนเป็นที่พึ่งของคนอื่น

คำสำคัญ : การบูรณาการหลักพุทธธรรม, สุขภาวะผู้สูงอายุ

Abstract

The objectives of this research were: (1) to study the process of enhancing the health of the elderly of the community organization in Sampran District, Nakhon Pathom (2) to study the activities of integration of Buddhist principles of in enhancing the health of the elderly of the community organization In Sampran District Nakhon Pathom and (3) to propose the integration of Buddhist principles and the enhancement of the well-being for the elderly. This research is qualitative research. Using the research method : document and field study by collecting data from in-depth interviews of 25 key informants, the research was conducted by sub-group members and 15 experts from each group to summarize the results. The are as below The enhancing of Health of the elderly of the community organization in Sampran District, Nakhon Pathom using the Threefold training which presented to promote the elderly to practice meditation regularly, to live more carefully, safety precautions, knowing, conscious, self-conscious, calm and more rational. Activities that integrate Buddhist principles in enhancing the health of the elderly of the organization in Sampran Community, Nakhon Pathom using the Threefold training to develop physical, verbal and mental behavior. Improving intelligence helps life succeed . There is a health garden, a patio, local wisdom or villagers or trained farmers as a lecturer to give all the information, religious activities on special occasions. Proposing integration of Buddhist principles and enhancing the well-being of the elderly using the Three Noble Truth to be applied or used. Living a sufficient lifestyle. The elderly are able to support themselves and others.

Keywords: Integration of Buddhist principles; health of the elderly



๑. บทนำ

ประเทศไทยมีผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้นอย่างสังเกตเห็นได้ชัด ไม่ว่าจะเป็นในครอบครัว ชุมชน หรือตามสถานที่สาธารณะ และมีการพยากรณ์ในอนาคตยังแสดงให้เห็นว่าสัดส่วนของประชากรสูงอายุจะเพิ่มสูงขึ้น ในอีกไม่เกิน ๑๐ ปีข้างหน้าประเทศไทยจะกลายเป็น “สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์” จากการฉายภาพประชากรของประเทศไทยระหว่างปี ๒๕๕๓-๒๕๘๓ พบว่าจำนวนและสัดส่วนของประชากรสูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ในขณะที่จำนวนและสัดส่วนของประชากรวัยทำงานลดลงอย่างต่อเนื่องเช่นเดียวกัน^๑ นอกจากนี้รูปแบบของครอบครัวในสังคมไทยได้เปลี่ยนแปลงจากครอบครัวขยายซึ่งมีปู่ ย่า ตา ยาย บุตร หลานอยู่ร่วมกันไปเป็นครอบครัวเดี่ยวซึ่งประกอบด้วยสามี ภรรยา และบุตรเท่านั้น ซึ่งไม่เอื้อต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุที่เคยมีบุตรหลานคอยดูแลหรือคอยดูแลบุตรหลานให้ ปรากฏการณ์ดังกล่าวทำให้ผู้สูงอายุไม่สามารถแสดงบทบาทต่าง ๆ ได้ เกิดความรู้สึกว่าตนเองขาดคุณค่าขาดความภาคภูมิใจในตนเอง ทำให้เกิดเป็นปัญหาต่อเนื่องกับกลุ่มผู้สูงอายุในสังคมไทย^๒ การเตรียมความพร้อม

สังคมไทยสู่สังคมผู้สูงวัย” เป็นหนึ่งในยุทธศาสตร์หลักของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ ๑๐ ด้วยการมีแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๔๕ - ๒๕๖๔) เพื่อกำหนดทิศทางนโยบาย ยุทธศาสตร์และมาตรการต่าง ๆ ที่ใช้ดำเนินการด้านผู้สูงอายุให้ชัดเจน^๓ การดำเนินงานดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่าภาครัฐและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจะต้องเตรียมความพร้อมเกี่ยวกับระบบการดูแลและให้ความช่วยเหลือผู้สูงวัย เช่น การให้บริการด้านสุขภาพ การจัดสวัสดิการทางสังคม การส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดี เพื่อสร้างเสริมคุณภาพชีวิตให้สามารถพึ่งพาตนเองได้และลดการพึ่งพาผู้อื่น^๔ สามารถใช้ชีวิตได้อย่างปกติสุข มีแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องอย่างมีความสุข^๕

^๖ สุทธิพงศ์ บุญผดุง, รายงานผลการวิจัยเรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในท้องถิ่นโดยใช้โรงเรียนเป็นฐานตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง (ระยะที่ ๑), (มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา, ๒๕๕๔), หน้า ๑.

^๗ Beadle-Brown, J., Murphy, G., and DiTerlizzi, M., *Quality of Life for the Camberwell*, (Beadle-Brown, J. and Other, 2008), pp.380-390.

^๘ วิไลวรรณ อาจารย์ยานนท์, “คู่มือการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขตามหลักพระพุทธศาสนาสำหรับผู้สูงอายุ, วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์, ปีที่ ๑๒ ฉบับที่ ๒ (พฤษภาคม-สิงหาคม ๒๕๕๙): ๑๘-๓๑.

^๑ ธีรรินทร์ เกรย์ และคณะ, *มโนทัศน์ใหม่ของนิยามผู้สูงอายุ : มุมมองเชิงจิตวิทยา สังคมและสุขภาพ*, (นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๕๖), หน้า ๒๗.

^๒ ศากุล ช่างไม้, *สังคมไทยกับสถานการณ์ผู้สูงอายุในปัจจุบันและอนาคต*. (กรุงเทพมหานคร: มติชน, ๒๕๕๐), หน้า ๕๙.

จากสภาพปัญหาข้างต้น ถ้าได้มีการเตรียมรับมือกับปัญหาเหล่านี้เสียแต่ล่วงหน้า หรือสร้างภูมิคุ้มกัน ที่ดีเยี่ยมเป็นการเตรียมการอย่างชาญฉลาดช่วยให้รัฐไม่ต้องทุ่มงบประมาณจำนวนมากมหาศาลกับการฟื้นฟูดูแลรักษาผู้สูงวัย ในขณะที่แนวโน้มในปัจจุบันจะมีการศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงวัยโดยใช้หลักพุทธธรรมเป็นฐานในการพัฒนา โดยพระเทพเวที^๙ กล่าวว่า คำสอนในพระพุทธศาสนาสอนให้คนเรารู้จักความจริงของธรรมชาติและชีวิต ให้รู้จักตนเองพิจารณาแก้ไขปัญหาของตนด้วยหลักเหตุผล หลักคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่เรียกว่า พุทธธรรม เป็นการแนะนำแนะแบบ เพราะการแนะนำพุทธธรรมนี้ส่งเสริมให้บุคคลรู้จักช่วยตนเอง ยอมรับศักยภาพของมนุษย์ในการแก้ไขปัญหาลดลงจนให้รู้จักในเงื่อนไขเหตุปัจจัยและวิธีการซึ่งมีขั้นตอนครบถ้วนตามหลักการแนะนำ^{๑๐} ในการศึกษาหรือการพัฒนาตามหลัก พระ พุทธ ศา ส นา นั้น พระพุทธเจ้าสอนให้คนได้พัฒนาอยู่ ๔ ด้าน

^๙ พระเทพเวที (ประยูร ธมฺมปญฺญโต), **พุทธศาสนากับการแนะนำ**. (กรุงเทพมหานคร: สมาคมแนะนำแห่งประเทศไทย, ๒๕๓๔), หน้า คำนำ.

^{๑๐} ภิรมย์ เจริญผล, **ศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมที่ใช้อยู่ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษา**

ผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์ จังหวัด นครปฐม, วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๒.

คือ ด้านร่างกาย ด้านศีล ด้านจิตใจ และด้านสติปัญญา โดยมีจุดมุ่งหมายให้มนุษย์เป็นทั้งคนดีและคนเก่ง มิใช่เป็นคนดีแต่ใจหรือเป็นคนเก่งแต่โง่ การจะสอนให้มนุษย์เป็นคนดีและคนเก่งนั้นจะต้องมีหลักในการศึกษาที่ถูกต้องเหมาะสม นั่นคือสอนให้คนเรามีคุณธรรมความดีงามก่อนแล้วจึงให้มีความรู้ความเข้าใจหรือสติปัญญาภายหลัง ดังนั้นหลักในการศึกษาของพระพุทธศาสนานั้นจะมีลำดับขั้นตอนการศึกษา โดยเริ่มจากศีลสิกขา ต่อด้วยจิตตสิกขาและขั้นตอนสุดท้ายคือปัญญาสิกขา ซึ่งขั้นตอนการศึกษาทั้ง ๓ นี้รวมเรียกว่า “ไตรสิกขา” ซึ่งมีความสัมพันธ์แบบต่อเนื่อง ซึ่งในการศึกษา พุทธศาสนามุ่งสอนให้คนเป็นคนดี คนเก่งและสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข จากกระบวนการศึกษาที่กล่าวมาทั้ง ๓ ขั้นตอนของพุทธศาสนา นี้ หากสามารถนำไปปฏิบัติอย่างจริงจัง ก็จะเกิดผลดีกับผู้ปฏิบัติ ซึ่งหลักการทั้ง ๓ นั้น เป็นที่ยอมรับจากชาวโลก ทำให้พุทธศาสนาได้แพร่หลายไปในประเทศต่าง ๆ ทั่วโลก สามารถนำมาเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง มีทักษะการควบคุมตน และรู้จักพิจารณาอย่างมีสติรู้เท่าทัน^{๑๑}

ในการนำหลักพุทธธรรมการบูรณาการในการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุที่สำคัญที่สุดก็คือ การปลูกฝังให้เป็นพลเมืองดี มีคุณธรรมจริยธรรม เพื่อก่อให้เกิดความสงบ

^{๑๑} พระอธิการสุชาติ จนฺทสโร และ วิโรจน์ อินทนนท์, “การพัฒนาทักษะชีวิตในการสร้างมิตร ตามหลักพระพุทธศาสนา”, **วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์ มจร. ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-เมษายน ๒๕๖๐) : ๑๑๖-๑๒๗.**



สุขในสังคม วิธีการดังกล่าวน่าจะให้ผลดีในการปลูกฝังและพัฒนาการมีคุณธรรมจริยธรรม ก็โดยใช้ หลักไตรสิกขา เนื่องจากไตรสิกขาเป็นระบบและเป็นกระบวนการในการฝึกฝน อบรม ฝึกหัดเพื่อพัฒนาคนใน ๓ ด้านคือ พัฒนา ด้านพฤติกรรม เรียกว่า ศีลพัฒนา ด้านจิตใจ เรียกว่า สมาธิ และพัฒนา ด้านปัญญา เรียกว่า ปัญญา

ทั้งนี้ก็เพื่อให้ผู้สูงอายุมีการดำเนินชีวิตไปในวิถีที่ถูกต้องดีงามโดยนำหลักธรรมพระพุทธศาสนา (ไตรสิกขา) มาใช้ หรือประยุกต์ใช้ เพื่อส่งเสริมสนับสนุนให้เกิดการพัฒนาตามหลักพุทธธรรมอย่างบูรณาการเกิดความเจริญงอกงามตามลักษณะแห่งปัญญาในด้านของศีลสิกขา คือ ต้องศึกษาในเรื่องศีล อันได้แก่เจตนาที่จะงดเว้นไม่ละเมิดข้อห้ามด้านกาย ด้านวาจา ให้รักษาความเป็นปกติของความเป็นมนุษย์ผู้ซึ่งมีใจสูง หรืออาจกล่าวได้ว่าในด้านนี้เป็นการพัฒนาในเรื่องของพฤติกรรม ในด้านของจิตสิกขาคือศึกษาในเรื่องจิต เรียนรู้เรื่องจิต ให้เข้าใจธรรมชาติของจิต การทำงานของจิต รู้วิธีการพัฒนาจิต เพื่อให้สงบตั้งมั่น เป็นสมาธิพร้อมที่จะทำกิจหน้าที่อย่างมีประสิทธิภาพ ในด้านการพัฒนาจิต หรือที่เรียกว่าสมาธิ และในด้านปัญญาสิกขาคือศึกษาในเรื่องปัญญา พัฒนาด้านปัญญา ในการพัฒนาด้านปัญญานี้จะมีการพัฒนาอยู่หลายระดับ มีความสามารถในการแสวงหา เลือกคัดจัดสรรประมวลความรู้ คิดได้ชัดเจน และสามารถนำความรู้ที่มีอยู่มาเชื่อมโยงสร้างเป็นเครือข่ายความรู้และสร้างเป็นความรู้ความคิดใหม่ เพื่อใช้ในการแก้ปัญหาและสร้างสรรค์เป็นการรู้จักจัดการทำกิจให้สำเร็จ ฉลาดในวิธีการที่จะนำไปสู่

จุดหมาย หากกล่าวโดยสรุปแล้ว ปัญญา ๒ ด้านที่สำคัญ คือปัญญาเข้าถึงความจริงแห่งธรรมชาติของธรรมชาติและปัญญาที่สามารถใช้ความรู้นั้น จัดตั้งวางระบบแบบแผนของการดำเนินชีวิตได้ และสังคมของมนุษย์ได้ประโยชน์สูงสุดจากความจริงนั้น^{๑๒} หน้าที่โดยตรงของการศึกษานั้นเป็นตัวแก้ปัญหา ถ้าการศึกษาผิดพลาด กลายเป็นตัวก่อปัญหา เราก็ต้องมาแก้ไขปัญหาที่ตัวการศึกษา เพื่อให้ได้การศึกษาที่ถูกต้อง ให้เป็นการศึกษาที่แท้จริงที่จะเป็นตัวแก้ปัญหา^{๑๓} จากปัญหาและความจำเป็นที่ว่ามา ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์กรชุมชนอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

๒. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑. เพื่อศึกษากระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์กรชุมชนอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

๒. เพื่อศึกษากิจกรรมที่บูรณาการหลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

^{๑๒}พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), การศึกษากับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์, (กรุงเทพมหานคร : พิมพ์ที่โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๓๙), หน้า ๑๒๑.

^{๑๓}พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒). หน้า ๕๔.



๓. เพื่อเสนอการบูรณาการหลักพุทธธรรมกับการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ

๓. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้ เป็นการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) และเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยใช้วิธีการเชิงพรรณนา (Descriptive Method) การศึกษาข้อมูลจากเอกสาร (Document) การสังเกต (Observation) การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) และการสนทนากลุ่มย่อย (Focused Group Discussion) ประชากรที่ศึกษา เป็นผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม จำนวน ๒๕ รูป/คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มผู้นำองค์กรท้องถิ่น เจ้าหน้าที่ปฏิบัติการอยู่ในเทศบาล กลุ่มฆราวาสที่เป็นผู้สูงอายุ จาก ๓ ชุมชน ในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม การคัดเลือกกลุ่มผู้สูงอายุ องค์กรชุมชน ผู้วิจัยได้กำหนดเกณฑ์คัดเลือกผู้ให้ข้อมูลในการสัมภาษณ์ โดยใช้การเลือกตัวอย่างเชิงทฤษฎี (theoretical sampling) โดยผู้ให้ข้อมูลจะต้องเป็นผู้สูงอายุและบุคคลที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ ในองค์กรชุมชนที่กำหนด รวมถึงทราบถึงปัญหาและอุปสรรคต่างๆ ที่เกิดขึ้นอีกด้วย เพื่อที่จะได้ข้อมูลตรงตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยที่วางไว้ เลือกผู้ให้ข้อมูล จากบุคคลภายนอกชมรมที่มีปฏิสัมพันธ์กับผู้สูงอายุในการทำกิจกรรมต่างๆ อีกด้วย ซึ่งข้อมูลจากทั้ง ๒ ส่วนนี้ จะทำให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้อง และครบถ้วน โดยวิธีการรวบรวมข้อมูลจาก ๑) เอกสารที่เกี่ยวกับสุขภาวะผู้สูงอายุ แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง และ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อประมวลองค์ความรู้เกี่ยวกับการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม แล้วนำไปกำหนดกรอบในการวิจัย ๒) การสัมภาษณ์เชิงลึก เป็นการสัมภาษณ์ผู้ที่เกี่ยวข้อง เช่น ผู้บริหารองค์กรชุมชน เจ้าหน้าที่ พนักงานภาครัฐ ผู้สูงอายุ เป็นต้น เพื่อให้ได้ข้อมูลและความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบและสถานการณ์สุขภาวะผู้สูงอายุในด้านต่าง ๆ โดยผู้วิจัยจะกำหนดประเด็นการสัมภาษณ์เป็นแนวคำถาม (Guideline) ที่ใช้ในการสัมภาษณ์เชิงลึก มีหัวข้อคำถามที่ครอบคลุมรายละเอียดที่ต้องการศึกษาเป็นไปตามวัตถุประสงค์และกรอบแนวคิดที่กำหนดไว้ และ ๓) การจัดสนทนากลุ่มย่อย (Focus Group Discussion) จัดขึ้นหลังจากที่ได้เก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกเรียบร้อยแล้ว โดยผู้วิจัยจะเข้าร่วมการสนทนากลุ่มกับอาจารย์มหาวิทยาลัย พระวัดไร่ขิง โรงพยาบาลเมตตาประชารักษ์ กลุ่มผู้สูงอายุ องค์กรบริหารส่วนตำบลท่าตลาด เป็นต้น เพื่อนำข้อคิดเห็นที่ได้จากการสนทนาไปปรับปรุงพัฒนาแนวทางการจัดการตนเองของผู้สูงวัยโดยใช้หลักพุทธธรรม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นชุดของแบบสัมภาษณ์ เป็นการเก็บข้อมูลที่กำหนดให้กลุ่มตัวอย่าง องค์กรชุมชน ในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม เกี่ยวกับประเด็นต่างๆ ที่ผู้วิจัยต้องการทราบ และนำมาวิเคราะห์สังเคราะห์ข้อมูล โดยใช้การศึกษาเชิงเอกสารและการศึกษาภาคสนามเป็นหลัก

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถาม



มาแยกวเคราะห์ โดยมีกระบวนการดังนี้ ๑) รวบรวมข้อมูลจากแบบสัมภาษณ์ครั้งที่ ๑ จากกลุ่มเป้าหมาย มาวิเคราะห์เนื้อหา เป็น แนวโน้มในการบูรณาการหลักพุทธธรรมกับการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ ด้วยการแบ่งกลุ่ม (Categorizing) ของความคิดและเนื้อหาที่ได้จากการสัมภาษณ์เจาะลึกที่เหมือนกันให้มาอยู่กลุ่มเดียวกัน ขณะเดียวกันก็ไม่ทิ้งประเด็นความคิดที่ต่างออกไป โดยมุ่งเน้นการแบ่งกลุ่มข้อมูลใน ๓ ลักษณะ ได้แก่ ความคิดที่เหมือนกัน (Thesis) ความคิดที่ตรงข้าม (Anti-thesis) และ ความคิดแบบผสมกลมกลืน (Synthesis) นำมาเสนอในการประชุมกลุ่มย่อยของผู้ทรงคุณวุฒิ ๒) การประมวลความรู้รวบยอด (Conceptualization) เป็นการสังเคราะห์ข้อมูล ความคิดและเนื้อหาทั้งหมดรวมเป็นประเด็นหลัก นำผลที่สรุปจากการสัมภาษณ์เสนอในที่ประชุมย่อยให้ผู้ทรงคุณวุฒิร่วมพิจารณาวิเคราะห์ความถูกต้องยืนยันและเสนอแนะเพิ่มเติม และ๓) รวบรวมผลการประชุมมาจัดกระทำข้อมูลตามขั้นตอนอีกครั้ง และสรุปผลการดำเนินการวิจัยต่อไป

๔. ผลการวิจัย

๑. กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

ผลการวิจัย พบว่า กิจกรรมบูรณาการหลักพุทธธรรมกับไตรสิกขา (ศีล สมาธิ ปัญญา) ที่นำมาประยุกต์ใช้ในการในการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนใหญ่กล่าวว่า กิจกรรมด้านศีล

คือกิจกรรมการสร้างสวนสุขภาพ เพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชน ให้ผู้สูงอายุได้มาร่วมกิจกรรมด้วยกัน มีสนามออกกำลังกาย สนามเด็กเล่น ลานกิจกรรม จัดกิจกรรมต่างๆ ได้แก่ การร่วมกันปลูกต้นไม้ในชุมชน การออกกำลังกาย จัดกิจกรรมสร้างสายใยสัมพันธ์ร่วมกันทุกกลุ่มอายุในชุมชน โดยหาเงินทุนสนับสนุนจากภาครัฐหรือเอกชน การจัดกิจกรรมสุขภาวะแบบองค์รวม คือ การมีสุขภาพดี คุณภาพชีวิตที่ดี อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข และการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง จัดกิจกรรมด้านศาสนา โดยนิมนต์พระมาสอนธรรมะ การฟังและสนทนาธรรมจากนักบวช จัดปฏิบัติธรรมรักษาศีลที่วัด ทุกวันพระ สวดมนต์ การทำบุญตักบาตรและมาปฏิบัติธรรมร่วมกัน จิตอาสาที่วัด และการถือศีลปฏิบัติธรรม ในโอกาสพิเศษต่างๆร่วมกัน ซึ่งสอดคล้องกับความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิที่เข้าร่วมสนทนากลุ่มย่อยไปในแนวทางเดียวกันและสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระมหาโยธิน ละมุล^{๑๔} เรื่องบทบาทพระสงฆ์ในฐานะทรัพยากรมนุษย์และนักพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ พบว่า ศีล เป็นเรื่องของการฝึกฝนในด้านพฤติกรรม โดยเฉพาะพฤติกรรมเคยชิน เครื่องมือที่ใช้ในการฝึกศีล ก็คือ วินัย เพราะว่าวินัยเป็นตัวจัดเตรียมชีวิตให้อยู่ในสภาพที่เอื้อต่อการพัฒนา ในจัดระเบียบความเป็นอยู่ การดำเนินชีวิตและการอยู่ร่วมกันใน

^{๑๔}พระมหาโยธิน ละมุล. บทบาทพระสงฆ์ในฐานะทรัพยากรมนุษย์และนักพัฒนาทรัพยากรมนุษย์. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (พัฒนาสังคม). กรุงเทพมหานคร: สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, 2545.



สังคม และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของพระพุทธรินทร์ บุญเรือง^{๑๕} ได้ทำการศึกษาเรื่องการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์แบบยั่งยืนตามหลักพระพุทธศาสนา พบว่า ศิลปะเป็นการพัฒนากาย ไม่ก่อการเบียดเบียน ไม่ทำความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น แก่สังคม ศิลปะในทางพุทธศาสนาไม่ใช่เพียงแต่การเว้นจากการเบียดเบียนกันทางกาย วาจาเท่านั้น การพัฒนาศิลปะก็คือการพัฒนาการอยู่ร่วมกันในสังคมด้วยดีอย่างเกื้อกูลเป็นประโยชน์ และมีอาชีพที่ถูกต้อง การพัฒนาศิลปะปัจจุบันเรียกกันว่า “พัฒนาการทางสังคม”

๒. กิจกรรมการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

ผลการวิจัย พบว่า กิจกรรมบูรณาการหลักพุทธธรรมกับไตรสิกขา (ศีล สมาธิ ปัญญา) ที่นำมาประยุกต์ใช้ในการในการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนใหญ่กล่าวว่า กิจกรรมด้านสมาธิ คือ การทำสมาธิหลังจากการสวดมนต์ไหว้พระ เติมน้ำมัน และมีการประยุกต์ในรูปแบบกิจกรรมการเปิดห้องสวดมนต์ หรือห้องทำสมาธิ ในโรงพยาบาล ระหว่างรอแพทย์ตรวจ การฝึกการเย็บปักถักร้อย การทำขนมไทย การร้อยพวงมาลัย การซ่อมแซม

เสื้อผ้า เพื่อให้จิตใจเกิดความสงบ เกิดความสุขสบายและที่สำคัญเกิดความอดทนต่อความทุกข์ที่เกิดขึ้นได้ ซึ่งสอดคล้องกับความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิที่เข้าร่วมสนทนากลุ่มย่อยไปในแนวทางเดียวกันและยังสอดคล้องกับแนวคิด พระธรรมปฎก (ป.อ. ปยุตโต) ที่กล่าวว่า สมาธิ เป็นเรื่องของสมาธิในด้านจิตหรือระดับจิตใจ ทั้งในด้านคุณธรรม ด้านความสามารถของจิต และในด้านความสุข ยังมีความสอดคล้องกับภริมย์ เจริญผล ทำการศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมที่ใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์ จังหวัดนครปฐม พบว่า ผู้สูงอายุปฏิบัติโดยใช้หลักธรรม การคบหากัลยาณมิตร มีเมตตา กรุณาต่อกัน มีความอดทน อดกลั้น และระงับความโกรธ เมื่อผู้สูงอายุได้รับการเอาใจใส่ทั้งจากตนเอง ครอบครัว องค์กรชุมชน โดยใช้สมาธิเป็นที่ตั้ง ทำให้จิตสงบ เข้มแข็ง ควบคุมตนเองได้ ใจมีความสุข เมื่อปล่อยวาง มีสมาธิ และความจำที่ดี ไม่ต้องกังวลกับครอบครัว ฟังคนในครอบครัวมากขึ้น สมาธิ จึงเป็นภาวะจิตที่ตั้งมั่น แน่วแน่ ได้ที่ อยู่ตัว สงบอยู่กับสิ่งที่ต้องการทำ ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่แกว่งไกว ไม่มีอะไรรบกวนได้

๓. การบูรณาการหลักพุทธธรรมกับการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ

ผลการวิจัย พบว่า การบูรณาการหลักพุทธธรรมกับไตรสิกขา (ศีล สมาธิ ปัญญา) ที่นำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนใหญ่กล่าวว่า กิจกรรมด้านปัญญา คือ ธรรมะในทุกๆวัน ให้คำปรึกษา ให้กำลังใจ กิจกรรม

^{๑๕} พระพุทธรินทร์ บุญเรือง, การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์แบบยั่งยืนตามหลักพระพุทธศาสนา, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา, มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย, ๒๕๕๔, หน้า ๑๔๔-๑๕๐.



การจัดตั้งศูนย์ดูแลสุขภาพ เด็กวัยเตาะแตะ (๐-๓ ปี) โดยผู้อยู่ในวัยก่อนสูงอายุ หรือ ผู้สูงอายุที่มีความพร้อม เพื่อการแสดงคุณค่า และมีการอยู่ร่วมกันอย่างมีคุณภาพของ ทรัพยากรในชุมชน การจัดกิจกรรมส่งเสริม สุขภาพกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ สังคม ได้แก่ หน่วยแพทย์เคลื่อนที่ บริการให้ คำปรึกษาด้านจิตใจ ตรวจวัดความดัน ตรวจ ฟัน การเจาะเลือด ตรวจสมองให้ผู้สูงอายุทุก เดือน หานักปราชญ์ หรือผู้รู้ในชุมชน วิทยากร มาจัดกิจกรรมให้ความรู้ เกี่ยวกับการรักษา สุขภาพกาย และจิตใจ และการจัดกิจกรรม ศูนย์สามวัยใจเกินร้อย ให้ผู้สูงอายุ พึ่งตนเอง จนเป็นที่พึ่งของคนอื่นได้ เป็นกิจกรรมที่ สร้างสรรค์ดีงาม เกื้อกูลกัน แก้ไขปัญหา พัฒนาตนเอง สังคม และสิ่งแวดล้อม ในการ จัดกิจกรรมกลุ่มนั้น มีข้อเสนอแนะว่าควรแยก ผู้สูงอายุเป็นกลุ่ม ช่วงอายุ ๖๐-๗๐ ปี ,ช่วง อายุ ๗๐-๘๐ ปี และช่วงอายุ ๘๐-๙๐ ปี เพราะสุขภาพร่างกายต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับ ความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิที่เข้าร่วม สนทนากลุ่มย่อยไปในแนวทางเดียวกัน และ สอดคล้องกับพระธรรมปฎก (ป.อ.ปยุตโต) กล่าวว่า ปัญหา เป็นเรื่องของการฝึกหรือ พัฒนาในด้านการรู้ความจริง เฉพาะอย่างยิ่ง เน้นการรู้ตรงตามความเป็นจริง หรือรู้เห็น ตามที่มันเป็นตลอดจนรู้แจ้งความจริงที่เป็น สากของสิ่งทั้งปวง จนถึงขั้นรู้เท่าทันธรรมชาติ ของโลกและชีวิตที่ทำให้มีจิตใจเป็นอิสระ ปลอดภัย ปราศทุกข์ (คิดเป็น แก้ปัญหาเป็น ดับทุกข์เป็น) นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับ ผลงานวิจัยของ พระพุทธิรักษ์ บุญเรือง พบว่า การใช้ปัญญาคิดวินิจฉัยการต่างๆ

จะต้องเป็นไปอย่างบริสุทธิ์ใจ ไม่ถูกครอบงำ บัญชาโดยกิเลสและสร้างสรรค์ความสำเร็จที่ ทำให้พัฒนาตน พัฒนาชีวิตและสังคมให้เจริญ ดีงามยิ่งขึ้น

สรุปผลที่ได้จากการศึกษาค้นคว้า นี้ ผู้ให้สัมภาษณ์และผู้ทรงคุณวุฒิการสนทนา กลุ่มย่อยสามารถเข้าใจและนำหลักพุทธธรรม ดังกล่าวข้างต้นมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้าง สุขภาวะผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสาม พราน จังหวัดนครปฐม ได้อย่างเหมาะสม ผล ของการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุของ องค์กรชุมชน อำเภอสามพราน จังหวัด นครปฐม ตามแนวไตรสิกขาทำให้เกิด ความ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความสามัคคี เสียสละ ให้อภัย เข้าใจเมื่อผู้อื่นได้รับทุกข์ เป็นสุขที่ได้ ช่วยเหลือผู้อื่น ซึ่งเป็นไปตามทฤษฎีการมี กิจกรรมร่วมกัน (The Activity Theory) ซึ่ง กล่าวไว้ว่า ผู้สูงอายุจะมีความสุขทั้งร่างกาย และจิต จากการมีกิจกรรมร่วมกัน การ เคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา ทำให้สามารถ ดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างกระฉับกระเฉง และมีความรู้สึกว่าตนเป็นประโยชน์ต่อสังคม มีความเชื่อว่าสุขภาพมีผลต่อการเข้าร่วม กิจกรรมในสังคม ถ้ากิจกรรมในสังคมหนึ่ง ลดลงก็จะมีผลต่ออีกสังคมหนึ่งด้วย ผู้สูงอายุที่ มีสุขภาพร่างกายแข็งแรงดีหรือได้ทำประโยชน์ ให้กับสังคมจะทำให้ผู้สูงอายุมีการพัฒนา ตนเองต่อบทบาทใหม่อยู่เสมอ ซึ่งมีแนวคิด ว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักจะดำเนินชีวิตเหมือนช่วง วัยที่อยู่วัยกลางคน และจะปฏิเสธที่จะใช้ชีวิต แบบผู้สูงอายุ ดำเนินกิจกรรมได้เท่าวัย กลางคน มีความสนใจเกี่ยวข้องกับสมาชิกวัย เดียวกัน การมีกิจกรรมจะทำให้สภาวะทาง ร่างกาย จิตใจ และสังคมดีขึ้นมาก ผู้สูงอายุที่



มีกิจกรรมสูง จะมีการปรับตัวได้ดีทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม และสามารถรักษาระดับของตนเองไวตามบทบาทและสถานภาพ รู้สึกว่าตนเองเป็นคนที่มียุทธศาสตร์และมีคุณค่า เป็นที่ยอมรับของสังคมจะมีความสุขและมีความพอใจในชีวิตสูง^{๑๖} ผู้สูงอายุควรมีกิจกรรมต่อเนื่องจากวัยที่ผ่านมา ควรพอใจสนใจและร่วมเป็นสมาชิกในชมรมต่างๆ นอกจากนั้นยังมีข้อเสนอแนะอีกว่า การคงไว้ซึ่งกิจกรรมในปัจจุบันเป็นสิ่งที่ควรทำเพื่อชดเชยความสูญเสียต่างๆ ที่เกิดขึ้นเนื่องจากกระบวนการสูงอายุ เช่น การออกกำลังกาย เมื่อความสามารถทางร่างกายลดลง การมีงานหรือบทบาทใหม่แทนงานเก่าหลังเกษียณอายุหาเพื่อนใหม่แทนเพื่อนเก่าที่เสียชีวิตไป ทำชีวิตให้ราบรื่น สดชื่น เพื่อการยอมรับของสังคมเป็นต้น^{๑๗} การดูแลผู้สูงอายุจะต้องปรับการดูแลให้เหมาะสมตามสภาพปัญหาที่แตกต่างกันหรือการเปลี่ยนแปลงที่ไม่เท่ากัน โดยขึ้นอยู่กับสุขภาพและการใช้ชีวิตในวัยที่ผ่านมา ต้องเตรียมตัวเตรียมใจยอมรับสภาพการณ์ในชีวิต ควรจะหางานอดิเรกหรือกิจกรรมต่างๆ ทำเพื่อประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น เช่น การอ่านเขียนหนังสือ ทำบุญทำทาน ออกกำลังกาย การรดน้ำต้นไม้ และเก็บกวาดบ้าน ต้อง

ทำงานเพื่อเป็นการพึ่งตนเองให้มากที่สุด^{๑๘} สำหรับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นนั้นมีบทบาทหลักในการจัดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุ คือ เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ เบี้ยผู้พิการ และประสานการจัดสวัสดิการตามปัญหาความเดือดร้อนกรณีต่างๆ บทบาทรองคือ สนับสนุนการรวมกลุ่ม/จัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ รวมไปถึงสนับสนุนงบประมาณดำเนินงานในการจัดกิจกรรมทัศนศึกษา วันผู้สูงอายุ วันสงกรานต์ จัดหาเครื่องออกกำลังกายและวัสดุอุปกรณ์ต่างๆ ให้กับชุมชน การประสานความร่วมมือกับกลุ่ม อสม. ผู้สูงอายุ และผู้นำชุมชนในการลงพื้นที่เยี่ยมเยียนดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ จัดบริการเชิงรุกในชุมชน ให้ความรู้และคำแนะนำแก่ผู้สูงอายุ ผู้ดูแล ครอบครัว และอสม. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ เชิญชวนให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา ประเพณีวัฒนธรรมและวันสำคัญต่างๆ องค์กรศาสนาจะเน้นการส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา ประเพณีวัฒนธรรม และวันสำคัญต่างๆ รวมทั้งการดูแลสุขภาพกายและใจ ตลอดจนเป็นแหล่งการเรียนรู้ ศึกษาดูงาน และฝึกงานด้านส่งเสริมอาชีพแก่ผู้สูงอายุและคนในชุมชน^{๑๙}

^{๑๖}Hanvighurst, R. J.; & Albrecht, R.. **Older People**. (New York: Longmans. 1953), p. 107.

^{๑๗}Charlotte, E. . **Geriatric Nursing**. (London: Harpen & Row, 1979), p. 28.

^{๑๘}เกรียงศักดิ์ ช่อเลื่อม สมชาย วิริภิมภักดิ์ ปราณี สุทธิสุนทร และจำริญ มีชนอน, **บทความพิเศษ “คุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุไทย”**. วารสารควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข.ปีที่ ๓๗ ฉบับที่ ๓ (ก.ค.-ก.ย. ๕๕) หน้า ๒๒๓-๒๒๕.

^{๑๙}สุพัตรา ศรีวณิชชากร และคณะ, **รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์ โครงการวิจัยบูรณาการเพื่อพัฒนารูปแบบการดูแลผู้สูงอายุ**



๕. บทสรุป

การบูรณาการหลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ด้านปัญญาสิกขาเน้นไปในเรื่องการพัฒนาปัญญาเป็นการพัฒนาผู้สูงอายุในขั้นสูงสุดและมีความสำคัญสูงสุด ทั้งนี้เพราะปัญญาถือเป็นตัวนำทางและควบคุมพฤติกรรมทั้งหมด ซึ่งคนเราจะมีพฤติกรรมอะไร อย่างไร และแค่ไหน ก็อยู่ที่ว่าจะมีปัญญาชี้แนะหรือบอกทางให้เท่าใด ขณะเดียวกันปัญญายังเป็นตัวปลดปล่อยจิตใจและให้ทางออกแก่จิตใจ เช่น เมื่อจิตใจอึดอัดมีปัญหาติดตันอยู่ พอเกิดปัญญารู้ว่าจะทำอย่างไร จิตใจก็โล่งเป็นอิสระได้ ซึ่งในการพัฒนาทางด้านปัญญาของผู้สูงอายุเป็นเรื่องกว้างขวาง ช่วยให้ดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ สวัสดิ์ชีวิตที่ถูกต้องดีงาม และช่วยให้ผู้สูงอายุเดินไปสู่เป้าหมายสูงสุด หรือ บรรลุจุดหมายสูงสุดของชีวิต

๖. ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

๑) องค์กรชุมชน ควรปรับปรุงนโยบายและแผนยุทธศาสตร์ในการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ เพื่อยกระดับการส่งเสริมให้เป็นรูปธรรมมากขึ้นกว่าเดิม

๒) ควรส่งเสริมและเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุ ได้ร่วมกิจกรรมทางด้านการศึกษา และการเรียนรู้ โดยองค์กรท้องถิ่นและผู้นำ

ชุมชน ควรสนับสนุนกิจกรรมเหล่านี้ เช่น การฝึกอาชีพที่ผู้สูงอายุสนใจ เพื่อผลดีต่อสุขภาพ การสุขภาพจิต และเพิ่มรายได้ ทำให้ผู้สูงอายุมีความรู้และรู้สึกมีค่าและภาคภูมิใจในตนเอง

๓) ควรส่งเสริมให้มีการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวย ซึ่งจะเป็นสิ่งจรรโลงใจให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตได้อย่างเป็นปกติสุขเต็มไปด้วยความสุขและความสบายใจตลอดช่วงอายุขัย อย่างต่อเนื่อง

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

๑) จากการวิจัยครั้งนี้การบูรณาการหลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ด้านศีลพบว่า ผลการนำศีลเป็นหลักสำคัญในการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ทำให้มีกิจกรรม การสร้างสวนสุขภาพ มีสนามออกกำลังกาย ลานกิจกรรมต่างๆ การจัดกิจกรรม สุขภาวะแบบองค์รวม จัดกิจกรรมสร้างสายใยสัมพันธ์ร่วมกันทุกกลุ่มอายุในชุมชน การดำเนินชีวิตแบบพอเพียง จัดกิจกรรมด้านศาสนา ทำให้มีการพัฒนาพฤติกรรมทางกาย และวาจา ให้มีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมอย่างถูกต้องและมีผลดี คือ สิ่งแวดล้อมทางสังคม ได้แก่ เพื่อนมนุษย์ และสิ่งแวดล้อมทางวัตถุ ได้แก่ ปัจจัย ๔ เครื่องใช้วัสดุอุปกรณ์ต่างๆ รวมทั้งเทคโนโลยี และสิ่งทั้งหลายที่มีในธรรมชาติ

๒) จากการวิจัยครั้งนี้การบูรณาการหลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ด้านสมาธิ พบว่า ผลการนำสมาธิเป็นหลักสำคัญในการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสาม



พราน จังหวัดนครปฐม ทำให้มีกิจกรรม การเปิดห้องสวดมนต์ หรือห้องทำสมาธิ ในโรงพยาบาล การฝึกการเย็บปักถักร้อย การทำขนมไทย การร้อยพวงมาลัย การซ่อมแซมเสื้อผ้า การเดินจงกรม การจัดดอกไม้ การถักไหมพรม การอ่านหนังสือ การทำงานบ้าน การประกอบอาหาร ทำให้จิตใจลึบตักกังวล เครียด เศร้าโศก ให้ได้พบความสงบ ผ่อนคลาย พัฒนาชีวิตอย่างยั่งยืน กิจกรรมต่างๆ มุ่งสู่การมีจิตจดจ่อในสิ่งที่ทำ สมาธิก็เกิดขึ้น

๓) จากการวิจัยครั้งนี้การบูรณาการหลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ด้านปัญญา พบว่า ผลการนำเสนอเป็นหลักสำคัญในการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ทำให้มีกิจกรรม จัดตั้งศูนย์ดูแลสุขภาพ โดยผู้อยู่ในวัยก่อนสูงอายุ หรือผู้สูงอายุที่มีความพร้อม การจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ ภูมิปัญญาท้องถิ่น ปรากฏ

ชาวบ้าน วิทยากรมาจัดกิจกรรมให้ความรู้เกี่ยวกับการรักษาสุขภาพกายและจิตใจ การจัดกิจกรรมศูนย์สามวัยใจเกินร้อย ทำให้เข้าใจชีวิตมากขึ้น มองเห็นความเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ไม่ควรยึดติด ปัญหาที่มีทางแก้ไขเสมอ ใช้ชีวิตให้เกิดประโยชน์มากที่สุด ต้องมีสติไม่ประมาท

ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป

๑) ควรทำวิจัยเชิงสำรวจการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ ขององค์กรชุมชนต่างๆ

๒) ควรมีการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ หรือศึกษาหลักพุทธธรรมอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ เพื่อตอบสนองยุทธศาสตร์ของชาติเกี่ยวกับสังคมผู้สูงอายุ

๓) ควรศึกษาวิจัยการพัฒนาส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุในองค์กรส่วนท้องถิ่นทั่วประเทศ





บรรณานุกรม

- เกรียงศักดิ์ ช่อเลื่อม สมชาย วิริภิมย์กุล ปราณี สุทธิสุนทร และจำริญ มีชนอน. “คุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุไทย”. วารสารควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข.ปีที่ ๓๗ ฉบับที่ ๓ (ก.ค.-ก.ย. ๕๔).
- ปรีชา อุปโยคิน. **ความสุขของผู้สูงอายุ**, สำนักงานแพทย์ทางเลือก, ๒๕๕๓.
- พระเทพเวที (ประยุทธ ปยุตฺโต). **พุทธศาสนากับการแนะแนว**. กรุงเทพมหานคร: สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย, ๒๕๓๔.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). **การศึกษากับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๓๙.
- _____. **พุทธธรรม**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒.
- พระพุทธิจันทร์ บุญเรือง. “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์แบบยั่งยืนตามหลักพระพุทธศาสนา”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**. มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย, ๒๕๔๙.
- พระมหาโยธิน ละมุล. “บทบาทพระสงฆ์ในฐานะทรัพยากรมนุษย์และนักพัฒนาทรัพยากรมนุษย์”.
- วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**. สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๔๕.
- พระอธิการสุชาติ จนทสโร และ วิโรจน์ อินทนนท์. “การพัฒนาทักษะชีวิตในการสร้างมิตร ตามหลักพระพุทธศาสนา”. **วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร**. ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-เมษายน ๒๕๖๐) : ๑๑๖-๑๒๗.
- ภิรมย์ เจริญผล. “ศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมที่ใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ:กรณีศึกษาผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์ จังหวัดนครปฐม”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.
- รศรินทร์ เกรย์ และคณะ. **มนต์คนใหม่ของนิยามผู้สูงอายุ:มุมมองเชิงจิตวิทยาสังคมและสุขภาพ**, นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๕๖.
- วิษณุภา เมธีวรฉัตร. “รูปแบบการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์เชิงพุทธของมหาวิทยาลัยราชภัฏภาคเหนือตอนล่าง ๒”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต**. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.
- ศากุล ช่างไม้. **สังคมไทยกับสถานการณ์ผู้สูงอายุในปัจจุบันและอนาคต**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มติชน, ๒๕๕๐.
- ศิริพันธุ์ สาสัตย์. “การตายและความตายในผู้ป่วยสูงอายุ” บทความจากความตายและการตาย : มุมมองจากศาสนากับวิทยาศาสตร์, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๙.



สุทธิพงศ์ บุญผดุง. รายงานผลการวิจัยเรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในท้องถิ่นโดยใช้โรงเรียนเป็นฐานตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง (ระยะที่ ๑). มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา, ๒๕๕๔.

สุพัตรา ศรีวณิชชากร และคณะ. รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์ โครงการวิจัยบูรณาการเพื่อพัฒนารูปแบบการดูแลผู้สูงอายุแบบองค์รวม. นครปฐม: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๕๖.

วิไลวรรณ อาจารย์ยานนท์. “คู่มือการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขตามหลักพระพุทธศาสนาสำหรับผู้สูงอายุ”. วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์. ปีที่ ๑๒ ฉบับที่ ๒ (พฤษภาคม-สิงหาคม ๒๕๕๙): ๑๘-๓๑.

เอี่ยมอร ชลวร. “การจัดการความรู้เชิงพุทธบูรณาการ”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

Beadle-Brown, J., Murphy, G., and DiTerlizzi, M. **Quality of Life for the Camber well**. Beadle-Brown: J. and Other, 2008.

Charlotte, E. **Geriatric Nursing**. London: Harpen & Row, 1979.

Hanvighurst, R. J.; & Albrecht, R. **Older People**. New York: Long-mans. 1953.



สารบัญ Index



สารจากอธิการบดี	[ก]
บทบรรณาธิการ	[ข]
สารบัญ	[จ]

ภาค ๑ บทความวิจัยและบทความวิชาการ

ทำไม? ฉันจึงต้องเป็นแม่ที่ดี: แนวคิดในพุทธศาสนาเถรวาท The concept of “why have to be a good mother” in Theravada Buddhism <i>มนตรี เพชรนาจักร Montree Phetrnachak</i>	๑
--	---

การพัฒนาเขาวนอารมณ์ของวัยรุ่นตามหลักพุทธธรรม Emotional Quotient Development for Adolescence in according to Buddhism <i>แมชีสุดา โรจนอุทัย Mae Chee Suda Rojanautai</i>	๑๓
--	----

แนวทางพุทธวิธีอาหารปลอดภัยที่ยั่งยืนด้วยสัมมาอาชีวะสำหรับสังคมไทย The Buddhist Way of Sustainable Food Safety through Right Livelihood for Thai society <i>จินดา หวังวรพงศ์ และคณะ Jinda Wangwarawong and others</i>	๒๖
---	----

กระบวนการส่งเสริมการบริโภคอาหารเจตามหลักพระพุทธศาสนา The Process of Promotion the Vegetarianism Tradition According to Buddhist Doctrines <i>รจิต สิริธิตาสตรสกุล Rachit Sittisatsagul</i>	๓๗
---	----

แนวทางการพัฒนาคุณลักษณะการเป็นกัลยาณมิตรสำหรับเยาวชน ตามหลักพุทธธรรม The Development of Good Friend Quality for the Juvenile in Accordance with Buddhist Principle <i>สุชาดา วงศ์สืบชาติ และคณะ Suchada Wongsuebchati others</i>	๕๐
--	----

การทดสอบประสิทธิภาพบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน เรื่อง ศีล ๕
สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖

Developmental Testing of Computer Assisted Instruction
Lesson on Five Precepts for Primary School Grade 4-6

พระเทพปริยัติมุนี Phratheppariyattimuni

๖๒

การเจริญสติปัฏฐานในอิริยาบถเดินจงกรมตามหลักอนุปัสสนา ๗
A Development of The Foundation of Mindfulness in
Walking Meditation Posture According to Seven
Contemplation Principle

พระภาวนาพิศาลเมธี วิ. (ประเสริฐ มนต์เสวี) และคณะ

Phrapawanapisanmethi and others

๗๓

การบูรณาการหลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์กร
ชุมชนอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

The Buddhas Integration For elder Service of Local
Administration Organization in Nakhonpathom Province

พระมหาไกรวรรณ ชินทตติโย (ปุ่นพันธ์) และคณะ

Phramaha Kraiwan Jinadattiyo (Punnakhan) and others

๘๓

ผลของการใช้รูปแบบการปลูกฝังความซื่อสัตย์ของเด็กโดยครอบครัวตาม
แนวทางพุทธธรรม

The Effectiveness of the Buddhist Model for Fostering the
Honesty of the Children by Family

ธีรดา ขำนอง และคณะ

Thirata Khamnong and others

๙๗

การท่องเที่ยวสู่แดนพุทธภูมิตามหลักบุญกิริยาวัตถุ

Traveling to the Buddhist Pilgrimage Places according to
the Principle of Meritorious Actions

แม่ชีกาญจนา เจริญธนาโชค และคณะ

MaeChee Kanchana Thearmitanachok and others

๑๐๙

การพัฒนาแบบการฝึกอาชีพตามแนววิถีพุทธของทหารกองประจำการ
ค่ายสุรนารี จังหวัดนครราชสีมา

The Development of Occupational Training Model Based on
Buddhist Way for Stack Soldier Services of Suranaree military
camp, Nakhon Ratchasima

วิเชียร นามการ และคณะ

Vichian Namgan and others

๑๒๐

อนาคตภาพมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยในทศวรรษหน้า
(พ.ศ. ๒๕๕๗ – ๒๕๖๖)

Scenarios of Mahachulalongkornrajavidyalaya University
in the decade

ปานจิตร สุขุมาลัย และคณะ

Panjitr Sukumal and others

๑๓๗

ต้นแบบการบริหารจัดการเพื่อการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของศูนย์เผยแผ่
พระพุทธศาสนาประจำจังหวัดในประเทศไทย

Buddhist Administrative Management Prototype of Provincial
Buddhism Dissemination Centers in Thailand

พระณปวร โทวาท และคณะ

Phra Noppavorn Towat and others

๑๖๒

กระบวนการถ่ายถอดอักษรธรรมล้านนา

The Transfer Process of Tai ThamLanna

วัลลภ มณีเชษฐา Wallop Manee chedta

๑๗๖

ลักษณะและผลการเผยแผ่ธรรมะเชิงรุกของพระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี
(ว.วชิรเมธี)

Characteristics and Effects of Phramaha Vudhijaya

Vajiramedhi (V.Vajiramedhi)'s Proactive Dharma Propagation

สมพร เทลาฉลาด และคณะ

Somporn Laochalad and others

๑๘๙

ความเชื่อและพิธีกรรม : การศึกษารูปแบบการพัฒนาวัด
ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลเพื่อเป็นแหล่งท่องเที่ยวทาง
วัฒนธรรม

Beliefs and Rituals : A study of Development Model of
Buddhist Temples in Bangkok Metropolitan and Vicinities for
Cultural Tourism Sites

พระมหา Wachirawut นองสูง และคณะ

Phra MahaWachirawut Nongsung and others

๒๐๐

ภาค ๒ บทวิจารณ์หนังสือ

บทวิจารณ์หนังสือเรื่อง “พุทธปรัชญา”

เขียนโดย : พระศรีคัมภีร์ญาณ (สมจินต์ วันจันทร์), ศ.ดร.

บุญเลิศ โอธสุ Boonlert Otsu

๒๐๗

ภาคผนวก

๒๑๓





สารจากอธิการบดี

วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์ นับได้ว่าเป็นวารสารที่มีคุณภาพด้านวิชาการทางพระพุทธศาสนาจนได้รับการยอมรับในระดับชาติ คือมีฐานข้อมูลปรากฏในศูนย์ดัชนีการอ้างอิงวารสารไทย TCI (Thai-Journal Citation Index Centre) บทความวิจัยและงานสร้างสรรค์ที่ได้รับการตีพิมพ์ในวารสารนี้ ถือว่าเป็นข้อมูลทางวิชาการของมหาวิทยาลัยที่มีประโยชน์ต่อการพัฒนาคุณภาพการศึกษา การบริการวิชาการด้านพระพุทธศาสนาแก่สังคม และการประยุกต์หลักธรรมทางพระพุทธศาสนากับศาสตร์สมัยใหม่ อันเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาประเทศชาติต่อไป

สิ่งที่พึงตระหนักและพัฒนาควบคู่ไปกับวิชาการคือความมีศีลธรรมและจรรยาบรรณของความเป็นนักวิชาการแบบพุทธ กล่าวคือต้องมีการศึกษาค้นคว้าข้อมูลอย่างละเอียดถึงแหล่งปฐมภูมิ เคารพกฎกติกา และสิทธิของบุคคลที่เกี่ยวข้อง พร้อมทั้งรายงานผลการวิจัยและข้อที่ค้นพบตามความเป็นจริงในเชิงสร้างสรรค์ วิชาภัชวิจารณ์อยู่บนฐานข้อมูลและหลักแห่งเหตุผลที่สำคัญนักวิชาการทางพระพุทธศาสนาพึงปลูกศรัทธามั่นคงในพระพุทธศาสนา สร้างสรรค์งานเพื่อให้สามารถนำไปพัฒนาประเทศชาติ และเกิดพลวัตรซึ่งสถาบันพระมหากษัตริย์

ขออนุโมทนาทีมงานจัดทำวารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์ ที่ได้ช่วยกันผลิตผลงานวิชาการแก่สังคม สร้างองค์ความรู้บูรณาการกับศาสตร์สมัยใหม่ให้ชาวโลกได้ศึกษาและนำไปใช้ประโยชน์ได้อย่างกว้างขวางสืบไป

(พระพรหมบัณฑิต)

อธิการบดี

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บทบรรณาธิการ

วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์ปีที่ ๑๔ ฉบับที่ ๑ ประจำเดือนมกราคม – เมษายน ๒๕๖๑ เริ่มต้นด้วยบทความวิชาการของมนตรี เพชรนาจักร เรื่อง “ทำไม? ฉันจึงต้องเป็นแม่ที่ดี: แนวคิดในพุทธศาสนาเถรวาท” จากคำถามที่นำไปสู่การพิจารณาการกระทำของหญิงผู้เป็นแม่ ๒ กลุ่ม คือกลุ่มแม่ผู้เป็นแบบอย่างแห่งความประพฤติที่ดี จะมาจากพื้นฐานชีวิตที่ดี (กุศลมูล) เรียกว่า “แม่แบบแห่งความดี” และกลุ่มแม่ผู้ประพฤติไม่ดี จะมาจากพื้นฐานที่ไม่ดี (อกุศลมูล) เรียกว่า “แม่แบบแห่งความไม่ดี” ซึ่งท่านผู้อ่านสามารถค้นหาคำตอบจากบทความนี้ได้ในเรื่องฉบับนี้ และยังมีบทความวิจัยที่ได้รับคัดเลือกและผ่านการตรวจประเมินจากผู้ทรงคุณวุฒิประจำกองบรรณาธิการวารสาร ซึ่งบางบทความได้รับการพิจารณากรั่นกรองมาตั้งแต่กลางปี ๒๕๖๐ บางบทความได้รับพิจารณากรั่นกรองในช่วงต้นปี ๒๕๖๑ ภาพรวมของบทความวิชาการและบทความวิจัยของฉบับนี้จึงมีความหลากหลายจากมิติต่าง ๆ ทางวิชาการด้านพระพุทธศาสนา และปรัชญา โดยเฉพาะงานวิจัยกลุ่มพระพุทธศาสนาแนวประยุกต์และเชิงบูรณาการ

บทความวิจัยของแม่ชีสุตา โรจนอุทัย เรื่อง “การพัฒนาเขาวนอารมณ์ของวัยรุ่นตามหลักพุทธธรรม” ทำให้ทราบว่า การพัฒนาเขาวนอารมณ์ของวัยรุ่น เรื่องผัสสะ สติ โยนิโสมนสิการ เป็นการพัฒนาเขาวนอารมณ์อย่างเป็นองค์รวมมีผลทำให้กลุ่มทดลอง “รู้กระทบ รู้เท่าทัน รู้สร้างสรรค์สิ่งดีงาม” ทำให้เกิดการ “กระชับ ฉับไว อยู่ในใจ และเป็นตัวของตัวเอง” ซึ่งสามารถนำไปใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน

บทความวิจัยของจินดา หวังวรวงศ์ และคณะ เรื่อง “แนวทางพุทธวิธีอาหารปลอดภัยที่ยั่งยืนด้วยสัมมาอาชีวะสำหรับสังคมไทย” ผลของการวิจัยนี้ ทำให้ทราบว่าการทำหน้าที่ด้วยสัมมาอาชีวะที่สังคมไทยพึงส่งเสริมอย่างยิ่ง ก็คือ การไม่ค้าขายเนื้อสัตว์และยาพิษซึ่งเป็นมิจฉาอาชีวะในพระพุทธศาสนา โดยส่งเสริม การเกษตร การผลิต การบริโภค อาหารมังสวิรัตและอาหารอินทรีย์ อันเป็นหนทางหรือแนวทางสำคัญที่จะนำไปสู่การมีอาหารปลอดภัยได้ตามหลักคิดข้างต้น

บทความวิจัยต่อมาเกี่ยวข้องกับทางด้านอาหารเช่นกันได้แก่ผลงานจากบทความวิจัยของรจิต สิริธิดาสวรรค์สกุล เรื่อง “กระบวนการส่งเสริมการบริโภคอาหารเจตามหลักพระพุทธศาสนา” โดยพบว่าหลักการส่งเสริมการบริโภคอาหารเจเป็นการมุ่งเน้นการส่งเสริมบนฐานของ “ความรู้” “คุณธรรม” และ “พฤติกรรม”(CAP) โดยจะมุ่งเน้นการเกิดความรู้ความ

เข้าใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเจ (Cognitive Domain), การปลูกฝังคุณธรรมด้านเมตตาและความต้องการบริโภคอาหารเจ (Affective Domain) และการมีพฤติกรรมบริโภคอาหารเจตามหลักพระพุทธศาสนา (Performance) โดยมีรูปแบบของกิจกรรม ได้แก่ เรื่องเล่า, การอภิปราย, การสาธิตและฝึกหัด, การฝึกเจริญเมตตาภาวนาและสร้างกุศล และ สื่อนำเสนอและการฟังเพลงสื่อธรรมตามกระบวนการตามหลักคิดที่ผู้วิจัยได้นำเสนอในบทความนี้ไว้อย่างน่าสนใจ

นอกจากนี้ยังมีบทความวิจัยทางด้านสุขภาพเชิงพุทธ ได้แก่บทความวิจัยของพระมหาไกรวรรณ ชินทตติโย (ปุ่นขันธ) และคณะ เรื่อง “การบูรณาการหลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์กรชุมชนอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม” ผู้อ่านสามารถจะศึกษาองค์ความรู้เกี่ยวกับสุขภาวะผู้สูงอายุดังกล่าวตามหลักพระพุทธศาสนาได้ดังปรากฏในรายละเอียดบทความฉบับนี้

บทความวิจัยของสุชาดา วงศ์สืบชาติ และคณะ เรื่อง “แนวทางการพัฒนาคุณลักษณะการเป็นกัลยาณมิตรสำหรับเยาวชนตามหลักพุทธธรรม” ซึ่งผู้วิจัยได้ค้นพบองค์ความรู้คุณลักษณะการเป็นกัลยาณมิตรสำหรับเยาวชนตามหลักพุทธธรรม สรุปได้จากผลการวิจัยที่เรียกว่า SBMW MODEL FOR GOOD FRIEND QUALITY อันเป็นแนวคิดในการบูรณาการคุณลักษณะของความเป็นกัลยาณมิตร ๗ ประการ เช่นด้านปิโย (น่ารัก หรือเป็นที่รัก) ด้านครุ (น่าเคารพ) ด้านภาวนิโย (น่าเจริญใจ หรือน่ายกย่องในฐานะทรงคุณ) เป็นต้น มาบูรณาการกับหลักพุทธธรรม โดยสรุปเป็น ๔ มิติ คือ S = Social ปรับตัวเข้ากับสังคม B = Behavior พฤติกรรมดี เด่น M = Mental จิตใจสงบเย็น W = Wisdom มีปัญญาพิจารณาความเป็นเหตุเป็นผล

บทความวิจัยที่เกี่ยวกับเยาวชนอีกเรื่องหนึ่ง คือบทความวิจัยของธีรดา ขำนอง และคณะ เรื่อง “ผลของการใช้รูปแบบการปลูกฝังความซื่อสัตย์ของเด็กโดยครอบครัวตามแนวทางพุทธธรรม” งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) และวิจัยเชิงกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) กลุ่มตัวอย่าง คือ ครอบครัวที่มีลูกอายุ ๙-๑๐ ปี จำนวน ๑๐ ครอบครัว ประกอบด้วยผู้ปกครองจำนวน ๑๐ คน ใช้การสัมภาษณ์ ส่วนเด็ก ๑๐ คน ใช้การวิจัยกึ่งทดลองแบบวัดผลก่อนและหลังการทดลอง (One Group Pretest-Posttest Design) วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

และ Sign test ผลการวิจัย พบว่า เด็กมีความซื่อสัตย์ต่อตนเองและความซื่อสัตย์ต่อผู้อื่นสูงกว่า ก่อนการใช้รูปแบบการปลูกฝังความซื่อสัตย์ฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๑ ส่วนการ ประเมินคุณภาพของรูปแบบการปลูกฝังความซื่อสัตย์ฯ โดยครอบครัว พบว่า อยู่ในระดับดี ถึง ดีมาก

บทความวิจัยเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงพุทธมี ๒ บทความ ได้แก่บทความของ แม่ชีกาญจนา เจริญธนาโชค เรื่อง “การท่องเที่ยวสู่แดนพุทธภูมิตามหลักบุญกิริยาวัตถุ” และ บทความวิจัยของพระมหาวิชารุช หนองสูง และคณะ เรื่อง “ความเชื่อและพิธีกรรม : การศึกษารูปแบบการพัฒนาวัดในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลเพื่อเป็นแหล่งท่องเที่ยวทาง วัฒนธรรม” ทั้งสองบทความมีองค์ความรู้ที่น่าสนใจเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงพุทธ ซึ่งท่านผู้อ่าน สามารถอ่านในรายละเอียดของบทความฉบับนี้ได้

บทความวิจัยที่น่าสนใจซึ่งมีประเด็นเกี่ยวข้องกับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช วิทยาลัย ได้แก่บทความวิจัยของปณจิตร สุขุมาลัย และคณะ เรื่อง “อนาคตภาพมหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยในทศวรรษหน้า (พ.ศ. ๒๕๕๗ – ๒๕๖๖)” ผลการวิจัยดังกล่าว ทำให้ทราบว่าภาพอนาคตที่อาจเกิดขึ้นได้ทั้งหมดในปี พ.ศ. ๒๕๖๖ มีจำนวน ๕ ภาพ เมื่อนำภาพที่มีโอกาสในการเกิดสูงและระดับของผลกระทบปานกลางมาสร้างภาพอนาคต เชิงตรรกะโดยอาศัยปัจจัยภายนอกที่มีแรงขับเคลื่อนสูงคือ การใช้เทคโนโลยีทางการศึกษาและ การเสริมสร้างความเข้มแข็งให้ชุมชน ทำให้ได้ภาพอนาคตทางเลือกของภาพมหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยในทศวรรษหน้า (พ.ศ. ๒๕๕๗ – ๒๕๖๖) มีจำนวน ๔ ภาพ ซึ่ง ภาพอนาคตทางเลือกที่ควรเร่งรัดให้เกิด คือ ภาพอนาคตด้านการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศในการ สนับสนุนการจัดการศึกษาของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ซึ่งพบว่าอยู่ในระดับ มาก และมหาวิทยาลัยมีขีดความสามารถในการเสริมสร้างความเข้มแข็งให้แก่ชุมชนสูง

นอกจากนี้ ยังมีบทความวิจัยอีกหลาย ๆ เรื่องที่น่าสนใจ ซึ่งจัดอยู่ในกลุ่ม พระพุทธศาสนาแนวประยุกต์ และกลุ่มพระพุทธศาสนาแนวบูรณาการ เช่นบทความวิจัยของ พระเทพปริยัติมุนี เรื่อง “การทดสอบประสิทธิภาพบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน เรื่อง ศิล ๕ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖” บทความวิจัยของพระภวนาพิศาลเมธี วิ. (ประเสริฐ มนต์เสวี) และคณะ เรื่อง “การเจริญสติปัฏฐานในอิริยาบถเดินจงกรมตามหลัก อนุปัสสนา ๗” บทความวิจัยของวิเชียร นามการ และคณะเรื่อง “การพัฒนาแบบการฝึก

อาชีพตามแนววิถีพุทธของทหารกองประจำการ ค่ายสุรนารี จังหวัดนครราชสีมา” บทความวิจัยด้านการเผยแผ่พระพุทธศาสนาที่น่าสนใจอีกบทความได้แก่ผลงานวิจัยของพระณปวร โทวาท เรื่อง “ต้นแบบการบริหารจัดการเพื่อการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของศูนย์เผยแผ่พระพุทธศาสนาประจำจังหวัดในประเทศไทย” บทความวิจัยของวัลลภ มณีเชษฐา เรื่อง “กระบวนการถ่ายทอดอักษรธรรมล้านนา” ซึ่งผู้วิจัยต้องการศึกษาวิวัฒนาการและกระบวนการถ่ายทอดอักษรธรรมล้านนา ตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน เพื่อศึกษาปัจจัย เงื่อนไข ผู้เรียน ผู้สอนและชุมชนที่ให้การสนับสนุนการถ่ายทอดอักษรธรรมล้านนา และบทความของสมพร เหลาฉลาด และคณะ เรื่อง “ลักษณะและผลการเผยแผ่ธรรมะเชิงรุกของพระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี (ว.วชิรเมธี)” ซึ่งบทความที่ได้นำเสนอในวารสารฉบับนี้ล้วนเป็นผลวิจัยที่ได้สะท้อนองค์ความรู้ด้านพระพุทธศาสนาที่จะนำไปสู่การนำองค์ความรู้ที่ได้ไปพัฒนาสังคมและประเทศชาติต่อไปในอนาคต

บทวิจารณ์หนังสือประจำฉบับนี้เป็นบทวิจารณ์ของบุญเลิศ โอธสุ ซึ่งได้นำประเด็นที่ปรากฏในหนังสือเรื่อง “พุทธปรัชญา” เขียนโดยพระศรีคัมภีรญาณ (สมจินต์ วันจันทร์), ศ.ดร. ซึ่งผู้วิจารณ์ต้องการเสนอมุมมองเนื้อหาของพุทธธรรมที่มีนัยเชิงปรัชญาบางหลักธรรม เช่น เรื่องขั้น ๕ ที่ถูกหยิบยกเอาประเด็นที่มีคำถามมาเป็นอภิปราย อาจทำให้เข้าใจว่า เรื่องหลักธรรมนั้นยังไม่มีคำตอบที่ชัดเจนได้ เนื่องจากผู้เริ่มเรียนปรัชญาหรือพระพุทธศาสนา อาจมองว่า เนื้อหาพุทธธรรม ยังไม่ใช่คำตอบจริง ต้องแสวงหาคำตอบที่แท้จริงต่อไป อันเป็นที่มาของบทวิจารณ์ดังกล่าวนี้



JGSR วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์

ISSN 1905-1603 Journal of Graduate Studies Review

✍ วัตถุประสงค์

๑. เพื่อส่งเสริมการผลิตผลงานทางวิชาการและงานวิจัยด้านพระพุทธศาสนาและปรัชญา
๒. เพื่อให้บริการทางวิชาการด้านพระพุทธศาสนาและปรัชญาแก่สังคม
๓. เพื่อเป็นเวทีแลกเปลี่ยนแนวคิดทางพระพุทธศาสนาและปรัชญา
๔. เพื่อประชาสัมพันธ์กิจกรรมของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

✍ ที่ปรึกษา (Advisors)

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตโต), ศ.ดร., ราชบัณฑิตกิตติมศักดิ์
พระราชวรเมธี (ประสิทธิ์ พรหมรสี), ดร.
พระราชวรมนี (พล อากาศโร), ดร.
พระราชปริยัติกวี (สมจินต์ สมมาปโย), ศ.ดร.
พระราชปริยัติมนี (เทียบ สิริธนาโณ), ผศ.ดร.
พระโสภณวชิราภรณ์ (ไสว โชติโก)
พระเมธีธรรมาจารย์ (ประสาร จนทสาโร)
พระศรีศาสนบัณฑิต (สุทัศน์ ติสสุรวาทิ)
พระสุธีรัตนบัณฑิต (สุทิตย์ อากาศโร), ดร.
ศาสตราจารย์พิเศษ จ้านงค์ ทองประเสริฐ ราชบัณฑิต
ศาสตราจารย์พิเศษ อติศักดิ์ ทองบุญ ราชบัณฑิต
รองศาสตราจารย์ ดร. สุรพล สุธะพรหม
ดร. ทรงวิทย์ แก้วศรี
นายสนิท ไชยวงศ์คต

✍ บรรณาธิการ (Chief Editor)

พระมหาสมบุญ วัฑฒิกโร, ดร.

✍ ผู้ช่วยบรรณาธิการ (Assistant Editors)

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประพันธ์ ศุภษร
นายอุดม จันทิมา

กองบรรณาธิการ (Editorial Board)

พระเมธาวันัยรส, ผศ.ดร.

พระมหาดนัยพัชร คมกักรปัญญา, ดร.

ศาสตราจารย์ ดร.สมภาร พรหมทา

ศาสตราจารย์ ดร.จ๋านงค์ อติวัฒนสิทธิ์

รองศาสตราจารย์ ดร.ปฐมภ์ บุญศรีตัน

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปราโมทย์ ยอดแก้ว

ดร.หิมาพรณ รักแตงาม

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เดโชพล เหมนาไลย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อุทัย สติมัน

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อำนาจ ยอดทอง

ดร.สรณีย์ สายศร

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

มหาวิทยาลัยมหิดล

มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

มหาวิทยาลัยมหิดล

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณากลับการขอรับทศวรรษ (Peer Review)

ผู้ทรงคุณวุฒิภายใน

พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส, รศ.ดร.

พระมหาพรชัย สิริโร, ดร.

พระมหาสุรศักดิ์ ปัจจนตเสโน, ดร.

รองศาสตราจารย์ ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิตร

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประพันธ์ ศุภษร

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณัฏฐ์ ศรีดี

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุเทพ พรหมเลิศ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.แม่ชีกฤษณา รักษาโณ

ดร.แสง นิลนามะ

ดร.ดวงเพชร สมศรี

Ven. Dr. Piyaratana

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ผู้ทรงคุณวุฒิภายนอก

พระมหามชินทร์ ปุริสุตโตโม, ผศ.ดร.

ศาสตราจารย์ ดร.วัชร งามจิตรเจริญ

รองศาสตราจารย์ ดร.สำเนียง เลื่อมใส

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มนตรี สิริโรจนานันท์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชาญณรงค์ บุญหนุน

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วุฒินันท์ กันทะเดียน

รองศาสตราจารย์ ดร.ประเวศ อินทองปาน

รองศาสตราจารย์ ดร.สุวิญ รักสัตย์

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

มหาวิทยาลัยศิลปากร

มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

มหาวิทยาลัยศิลปากร

มหาวิทยาลัยมหิดล

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธีรโชติ เกิดแก้ว
ดร.วีรชาติ นิ่มอนงค์
Prof. Dr. D. Philips Stanley
Prof. Ven. Dr. Khammai Dhammasami
Ven. Prof. Jinwol Lee
H.E. Janos Jelen

มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ
มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ
Naropa University, USA
University of Oxford, UK
Dongguk University, Korea
Dharma Gate Buddhist College,
Hungary

✍ ฝ่ายประสานงานและจัดการ (Coordination and Management)

พระมหาสันติ ธีรภทฺโท, ดร.
พระปลัดสมชาย ปโยโค, ดร.
พระมหาธนวุฒิ โชติธมฺโม
พระเสถียร สุทธิสัทโธ
นายจันทร์ธรรม อินทรีเกิด
นางสาวอารยา ทองโชติ

นายสังวร อ่อนสนิท
นายภพภพ เทพธานี
ดร.สมคิด เศษวงศ์
นายไพฑูรย์ อุทัยคาม
นางสาวกนกพร เทียรทอง
นางจุฬารัตน์ วิชานาติ

✍ บันทึกข้อมูลและพิสูจน์อักษร: นายไพฑูรย์ อุทัยคาม ดร.สมคิด เศษวงศ์

✍ ออกแบบปก: นางจุฬารัตน์ วิชานาติ

✍ กำหนดระยะเวลาตีพิมพ์: ปีละ ๓ ฉบับ

ฉบับที่ ๑ เดือน มกราคม – เมษายน
ฉบับที่ ๒ เดือน พฤษภาคม – สิงหาคม
ฉบับที่ ๓ เดือน กันยายน – ธันวาคม

✍ สาขาวิชาที่รับพิจารณาตีพิมพ์:

สาขาวิชาพระพุทธศาสนา และสาขาวิชาปรัชญา หรือสาขาวิชาที่เกี่ยวข้อง
หรือบทความที่มีเนื้อหาสอดคล้องกับพระพุทธศาสนาหรือปรัชญา

✍ วิธีพิจารณาบทความ:

๑. บทความทุกบทความจะใช้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจประเมินอย่างน้อย ๒ ท่าน
๒. บทความจากผู้นิพนธ์ภายในจะได้รับการพิจารณาตรวจประเมินจากผู้ทรงคุณวุฒิภายนอก ส่วนบทความจากภายนอกจะได้รับการพิจารณาตรวจประเมินจากผู้ทรงคุณวุฒิภายใน และผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านไม่มีส่วนได้ส่วนเสียกับผู้เขียนบทความ
๓. บทความที่ได้รับการตีพิมพ์ในวารสารฉบับนี้ได้ผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว

✍ **เจ้าของ:** บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

✍ **สำนักงาน:**

กองบรรณาธิการวารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์ ห้อง A ๔๐๒ อาคารเรียนรวม ชั้น ๔
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ตำบลลำไทร อำเภอมั่นนอย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐

เว็บไซต์: [http:// gds.mcu.ac.th](http://gds.mcu.ac.th) และ <http:// gjn.mcu.ac.th>

เฟซบุ๊กแฟนเพจ: www.facebook.com/gds.mcu

โทรศัพท์ ๐๘๖๓๑๕๘๖๙๘ จดหมายอิเล็กทรอนิกส์: chantimaudom@gmail.com

✍ **พิมพ์ที่:** โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร



✍ ข้อมูลและความเห็นในบทความเหล่านี้เป็นของผู้เขียนบทความ
กองบรรณาธิการวารสารไม่จำเป็นต้องเห็นด้วยเสมอไป ✍