รายงานการวิจัย

เรื่อง

กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

The process support the quality of life the elderly using the cultural identities of the four tribes in Si Sa Ket Province.

โดย

พระราชธรรมสารสุธี มูลพันธ์, ดร.

พระกัญจน์ กนฺตธมฺโม, ดร.

พระพรสวรรค์ ฐิติญาโณ, ดร.

ดร.สุทัศน์ ประทุมแก้ว

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ

พ.ศ.2561

ได้รับทุนอุดการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

MCU RS6107611045

รายงานการวิจัย

เรื่อง

กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

The process support the quality of life the elderly using the cultural identities of the four tribes in Si Sa Ket Province.

โดย

พระราชธรรมสารสุธี มูลพันธ์, ดร.

พระกัญจน์ กนฺตธมฺโม, ดร.

พระพรสวรรค์ ฐิติญาโณ, ดร.

ดร.สุทัศน์ ประทุมแก้ว

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ

พ.ศ.2561

ได้รับทุนอุดการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

MCU RS6107611045

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)

Research Report

The process support the quality of life the elderly using the cultural identities of the four tribes in Si Sa Ket Province.

By

Phrarajdhammasansudhi (Teerangkul), Dr.
Phrakan Kantathammo, Dr.
Phrapornsawan Thitiyano, Dr.
Dr.Suthat Pratoomkaew
Mahachulalongkornrajavidyalaya University Si Sa Ket Buddhist

B.E.2561

Research Project Funded by Mahachulalongkornrajavidyalaya University
MCU RS6107611045

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)

ชื่อรายงานการวิจัย: กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

ผู้วิจัย: พระราชธรรมสารสุธี มูลพันธ์, ดร., พระกัญจน์ กนฺตธมฺโม, ดร., พระพรสวรรค์ ฐิติญาโณ, ดร., ดร.สุทัศน์ ประทุมแก้ว

ส่วนงาน: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ

ปีงบประมาณ: 2561

ทุนอุดหนุนการวิจัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่องนี้มีวัตถุประสงค์ (1) เพื่อศึกษาอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ (2) เพื่อศึกษาการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ (3) เพื่อศึกษาการบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ โดยชุมชนมีส่วนร่วมในการให้สัมภาษณ์ การประชุมกลุ่มย่อย และการจัดเวทีวิชาการของกลุ่มชุมชนต่างๆ ซึ่งเรียกอีกอย่างว่าเป็นการเก็บข้อมูลเชิงภาคสนาม

ผลจากการวิจัยพบว่า

อัตลักษณ์ หมายถึง ผลรวมของลักษณะเฉพาะของสิ่งใดสิ่งหนึ่งซึ่งทำให้สิ่งนั้นเป็นที่รู้จักหรือจำได้ ส่วนวัฒนธรรม หมายถึง ลักษณะที่แสดงถึงความเจริญงอกงาม ความเป็นระเบียบเรียบร้อย ความกลมเกลียว รวมถึงรูปแบบของพฤติกรรมอันเกิดจากการเรียนรู้ เป็นวิถีชีวิตของมนุษย์ที่เกิดจากระบบความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ มนุษย์กับสังคม และมนุษย์กับธรรมชาติ ดังนั้น อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรม จึงหมายถึง ผลรวมของลักษณะเฉพาะที่แสดงถึงความรู้สึกของกลุ่มหรือความเจริญงอกงามที่แสดงออกมาในรูปแบบของภาษา คติ ความเชื่อ ขนบ ประเพณี ศิลปะที่มีการสืบทอดปฏิบัติและมีการยอมรับในระดับบุคคลและสังคม

การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ เป็นการส่งเสริมให้บุคคลรู้จักช่วยตนเอง ยอมรับศักยภาพของมนุษย์ในการแก้ไขปัญหา ตลอดจนให้รู้จักในเงื่อนไขเหตุปัจจัยและวิธีการ ซึ่งมีขั้นตอนครบถ้วนตามหลักหลักพุทธธรรมหลายประการ ที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุจะนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตเพื่อให้ได้รับประโยชน์สุข ตั้งแต่ขั้นต้นในการลงมือปฏิบัติ กล่าวคือ เริ่มตั้งแต่การรู้จักปฏิบัติตนที่ดีต่อสภาพสิ่งแวดล้อมภายนอก ซึ่งเรียกว่า ความสำรวมอินทรีย์ทั้งหลาย มีสำรวมตาสำรวมหู สำรวมจมูก สำรวมลิ้น สำรวมกายและสำรวมใจ เพื่อจะได้ใช้เป็นพื้นฐานของศีล คือ เจตนางดเว้นจากความชั่วทาง

กาย และเจตนางดเว้นจากความชั่วทางวาจา เรียกว่า พัฒนาด้านความประพฤติหรือพัฒนาด้านพฤติกรรมที่ดี อันเป็นช่องทางให้จิตใจพัฒนาและช่วยให้ปัญญางอกงาม อย่างน้อยพึงพัฒนาพฤติกรรมที่ไม่เบียดเบียน แต่เป็นพฤติกรรมที่สร้างสรรค์เกื้อกูล ให้ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติและเข้าถึงสิ่งที่ดีงามเป็นประโยชน์ ทำให้เข้าใจและเห็นชีวิตที่มีคุณค่าเป็นความดีงาม พร้อมกับทำให้มีอายุยืนต่อไปด้วย ผู้สูงอายุจึงต้องศึกษาเรียนรู้และทำความเข้าใจหลักพุทธธรรม และนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

การบูรณาการแนวคิดการดูแลสุขภาพองค์รวมตามหลักการพระพุทธศาสนาเข้ากับหลักการดูแลสุขภาพของกระทรวงสาธารณสุข พร้อมทั้งนำสถานการณ์ สภาพปัญหา ความต้องการด้านสุขภาพของผู้สูงอายุมาการพัฒนา สาธารณสุขได้แบ่งการดูแลออกเป็น 4 ด้าน คือ (1) ด้านการส่งเสริม (2) การป้องกัน (3) การรักษา (4) การฟื้นฟูสภาพ โดยทั้งหมดอยู่ในหลักการของการดูแลสุขภาพองค์รวม และมีการกำหนดบทบาทหน้าที่ในการดำเนินงาน และมีผลการดำเนินกิจกรรมในด้านต่างๆ ให้สอดรับเหมาะสมกับบริบทของผู้สูงอายุ ซึ่งองค์ประกอบของผู้สูงอายุประกอบด้วย 5 ด้าน กล่าวคือ 1. ด้านร่างกาย 2. ด้านจิตใจ 3. ด้านสัมพันธภาพทางสังคม 4. ด้านสิ่งแวดล้อม และ 5. ด้านความมั่นคงในชีวิต ดังนั้น การดูแลสุขภาพจึงเป็นการดูแลรักษาทั้งกายและใจไปพร้อม ๆ กัน เพื่อพัฒนาชีวิตให้ดีงามยิ่งขึ้นไป มีการแก่ เจ็บ และตาย อย่างมีคุณภาพ พระพุทธองค์ทรงเห็นว่า สิ่งจำเป็นพื้นฐานของมนุษย์คือปัจจัย 4 ได้แก่ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค ทรงบัญญัติให้พระภิกษุสงฆ์เป็นอยู่ด้วยการบิณฑบาต การนุ่งห่มผ้าบังสุกุล การอยู่โคนไม้ และการฉันยาดองด้วยน้ำมูตรเน่า ถือประโยชน์และความพอดีเป็นประมาณ ทรงสอนให้รักษาสุขภาพเพื่อเป็นที่ตั้งแห่งความเลื่อมใสทั้งสุขภาพส่วนตัว ส่วนรวม และต่อสิ่งแวดล้อม แม้แต่บุคคลทั่วไปก็สามารถนำไปปฏิบัติได้เช่นกัน

Research Title: The process support the quality of life the elderly using the cultural identities of the four tribes in Sisaket province.

Researchers: PhraRajdhammasansudhi, Dr., PhraKan Kantathammo, Dr., Phrapornsawan Thitiyano, Dr., Dr.Suthat Pratoomkaew

Department: Mahachulalongkornrajavidyalaya University Sisaket Buddhist College

Fiscal year: 2561

Research Scholarship Sponsor: Mahachulalongkornrajavidyalaya University

ABSTRACT

The objective of this research is (1) To study the cultural identity of the four tribes in Si Sa Ket Province (2) to study the promotion of the quality of life of the elderly by using the cultural identity of the four tribes in Si Sa Ket Province (3) to study the integration of processes Holistic health care for the elderly in Si Sa Ket Province. This research is an action research, by the community participating in Interview Small group meeting And organizing academic forums of various community groups Which is also called as field data collection

The results of the research showed that:

Identity refers to the sum of the characteristics of a particular thing that makes it known or recognized. The culture refers to the characteristics that show growth. Orderliness Harmony. Including the form of behavior resulting from learning. Is a way of life that is caused by the human-human relationship system, Human and society And man and nature. Therefore, cultural identity means The sum of the characteristics that represent the feelings of the group or the growth that is expressed in the form of language, beliefs, traditions, traditions that are inherited. Practice and accepting on a personal level.

Promoting the quality of life of the elderly by using the cultural identity of the four tribes in Si Sa Ket Province To encourage people to help themselves Accept human potential in solving problems As well as to know the conditions, conditions, factors and methods Which has complete steps according to the principle Many

Buddhist principles Suitable for the elderly will be applied in life In order to receive happy benefits From the beginning of the action, it is starting from knowing how to behave well in the external environment, which is called the organic composition. With eyes, focusing on the ears, focusing on the nose, focusing on the tongue, focusing on the body and mind In order to use as the basis of the sacrament is intended to refrain from physical evil And intentionally refrain from verbal evils calledDevelop behavior or develop good behavior Which is a channel for the mind to develop and help to grow wisdom At least should develop behaviors that are not persecuted. But is a constructive behavior To live in a normal society and access to good things that are beneficial To understand and see the life that is valuable is goodness Develop behavior or develop good behavior Which is a channel for the mind to develop and help to grow wisdom At least should develop behaviors that are not persecuted. But is a constructive behavior To live in a normal society and access to good things that are beneficial To understand and see the life that is valuable is goodness The condition of the health needs of the elderly to develop Public health has divided care into 4 areas: (1) promotion (2) prevention (3) treatment (4) rehabilitation All in the principle of holistic health care And has defined roles and duties in the operation And have activities in various areas To fit in with the context of the elderly Which the composition of the elderly consists of 5 aspects

Integrating holistic health care concepts principles of Buddhism. With the health care principle of the Ministry of Public Health. And bring the situation, Problematic, Health needs of the elderly come to development. Public health is divided into four categories: (1) promotion (2) prevention (3) treatment (4) rehabilitation. All in the principles of holistic health care. And determining role in the operation. And the results of activities in various fields. To match the context of the elderly. The composition of the elderly consists of 5 aspects. That is 1. Body 2. Psychological 3. Social Relationships 4. Environment and 5. Security in life. so that Health care is the care of both body and mind simultaneously. To develop a better life, to have a good quality of life and death. The Buddha saw that. The basic necessities of man are the 4 factors. Include Food, clothing, housing and medicine. He made the monk a living by alms. The clothed Requiem Wood I Yadong and urine with

water rot. Hold the advantage and fit as it is. He teaches to maintain health it is a place of worship. The private health, Public, and the environment. Even individuals can be put to practice as well.

ปญฺญา โลกสฺมิ ปชฺโชโต
มจร
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

กิตติกรรมประกาศ

วิจัยเรื่อง “กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ” นี้ สำเร็จลงได้ด้วยดีเพราะได้รับความเมตตาจากหลายส่วนงาน โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้วิจัยได้รับความเมตตาจากพระเดชพระคุณพระสุธีรัตนบัณฑิต, รศ.ดร. ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ ที่เอื้อเฟื้อสถานที่ในการทำวิจัย ให้คำแนะนำ และให้กำลังใจในการทำวิจัยด้วยดีตลอดมา ผู้วิจัยจึงขอกราบขอบพระคุณ มา ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณเจ้าหน้าที่สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และคณะกรรมการทุกท่านที่เมตตาให้คำแนะนำและเป็นผู้ทำการวิพากษ์งานวิจัยของผู้วิจัยให้สมบูรณ์หน้าเชื่อถือมากยิ่งขึ้น ที่คอยแนะนำสิ่งที่เป็นประโยชน์ในช่วงระยะเวลาในทำการวิจัย ขอบคุณเจ้าหน้าที่ห้องสมุดวิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และคณาจารย์บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ ที่ให้ความสะดวกเกี่ยวกับข้อมูลต่างๆ ในการดำเนินงาน ไม่ว่าจะเป็นด้านเอกสาร และคำปรึกษาเพื่อการวิจัยในการสืบค้นเอกสารข้อมูลต่างๆ

ขออนุโมทนากับผู้ที่มีส่วนร่วมในการทำวิจัยในครั้งนี้ ไม่ว่าจะเป็นครูบาอาจารย์ผู้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับงานวิจัย ให้ความสะดวกเรื่องที่พัก ที่อาศัยในคณะเดินทางไปเก็บข้อมูลในการสัมภาษณ์ คุณงามความดีและประโยชน์เหล่านี้ที่เกิดจากการทำวิจัยเล่มนี้ ผู้วิจัยขอใช้เป็นเครื่องบรรณาการน้อมสักการะบูชาคุณพระรัตนตรัย คุณมารดาบิดา บูชาคุณครูอาจารย์ที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ให้ ขอแผ่คุณความดีเหล่านี้ที่เกิดขึ้นแก่ผู้มีอุปการะคุณ และเพื่อนร่วมงานทุกๆ ท่าน

พระราชธรรมสารสุธี, ดร., พระกัญจน์ แสงรุ่ง, ดร.,
พระพรสวรรค์ ใจตรง, ดร., ดร.สุทัศน์ ประทุมแก้ว
25 ธันวาคม 2561

สารบัญ

เรื่อง..... หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย.....(ก)
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....(ค)
กิตติกรรมประกาศ.....(จ)
สารบัญ.....(ฉ)
สารบัญภาพ.....(ฌ)
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ.....(ญ)

บทที่ 1 บทนำ.....1
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....1
1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....4
1.3 ปัญหาที่ต้องการทราบ.....4
1.4 ขอบเขตของการวิจัย.....4
1.5 นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย.....6
1.6 กรอบแนวคิดการวิจัย.....6
1.7 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....7

บทที่ 2 แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....9
2.1 แนวคิดเรื่องอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรม.....9
2.1.1 ความหมายของอัตลักษณ์.....9
2.1.2 ประเภทของอัตลักษณ์.....12
2.2 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับวัฒนธรรม.....14
2.2.1 ที่มาของแนวคิดเกี่ยวกับวัฒนธรรม.....14
2.2.2 ความหมายของวัฒนธรรม.....16
2.2.3 หลักการสำคัญของวัฒนธรรม.....19
2.2.4 ประเภทของวัฒนธรรม.....22
2.2.5 บทบาทและวิธีการสำคัญของวัฒนธรรม.....23
2.3 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ.....25
2.3.1 ความหมายของการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ.....25

2.3.2 หลักการสำคัญของการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ..... 27
2.3.3 องค์ประกอบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ..... 32
2.3.4 วิธีการดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามแนววิถีพุทธ..... 38
2.4 อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมด้านความเชื่อของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ.....41
2.4.1 ความเชื่อด้านศาสนา..... 42
2.4.2 พิธีกรรมทางศาสนา..... 43
2.4.3 ภูมิปัญญาด้านความเชื่อ.....45
2.5 ความหลากหลายทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ.....46
2.5.1 กลุ่มชาติพันธุ์ไทยเยอ..... 46
2.5.2 กลุ่มชาติพันธุ์เขมร..... 53
2.5.3 กลุ่มชาติพันธุ์ส่วย..... 57
2.5.4 กลุ่มชาติพันธ์ไทยลาว..... 61
2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง..... 66

บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย..... 74
3.1 รูปแบบการวิจัย.....74
3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....76
3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....77
3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล..... 78
3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล.....79
3.6 การนำเสนอผลการศึกษาวิจัย.....80

บทที่ 4 ผลการวิจัย.....82
4.1 อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่า.....82
4.2 การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรม.....87
4.3 กระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ.....91
4.4 วิถีวัฒนธรรมชุมชนในการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ.....96
4.4.1 การส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุตามแนวพุทธศาสนา.....96
4.4.2 พุทธศาสนากับการบูรณาการจัดการสุขภาวะผู้สูงอายุทางกาย.....100
4.4.3 พุทธศาสนากับการบูรณาการการจัดการสุขภาวะผู้สูงอายุทางสังคม.....103
4.4.4 พุทธศาสนากับการบูรณาการการจัดการสุขภาวะผู้สูงอายุทางจิตใจ..... 108

4.4.5 พุทธศาสนากับการบูรณาการการจัดการสุขภาวะผู้สูงอายุทางปัญญา.....111
4.5 องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย.....117

บทที่ 5 สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ.....110
5.1 สรุปผลการวิจัย.....110
5.2 อภิปรายผล.....121
5.3 ข้อเสนอแนะ.....127

บรรณานุกรม.....130
ภาคผนวก.....138
ภาคผนวก ก บทความวิจัย.....139
ภาคผนวก ข กิจกรรมเกี่ยวกับการนำผลจากโครงการวิจัยไปใช้ประโยชน์.....152
ภาคผนวก ค ตารางเปรียบเทียบวัตถุประสงค์ กิจกรรมที่วางแผนไว้ และกิจกรรมที่ได้ดำเนินการมาและผลที่ได้รับของโครงการ.....155
ภาคผนวก ง แบบสัมภาษณ์การวิจัย.....158
ภาคผนวก จ รายชื่อผู้ให้สัมภาษณ์.....162
ภาคผนวก ฉ ประวัติผู้วิจัย.....165

สารบัญรูปภาพ

ภาพที่ 1.1 แสดงแผนผังมโนทัศน์กรอบแนวคิดการวิจัย..... 7
ภาพที่ 2.1 แสดงแผนผังระบบโครงสร้างทางวัฒนธรรม..... 21
ภาพที่ 2.2 แสดงลักษณะการแต่งกายของกลุ่มชาติพันธุ์ไทยเยอ..... 50
ภาพที่ 2.3 แสดงลักษณะการแต่งกายของกลุ่มชาติพันธุ์ไทยเขมร..... 54
ภาพที่ 2.4 แสดงพิธีกรรมแซนโฎนตาหรือการเซ่นผีปู่ย่าตายาย..... 57
ภาพที่ 2.5 แสดงลักษณะการแต่งการของกลุ่มชาติพันธ์ส่วย/กูย..... 60
ภาพที่ 2.6 แสดงลักษณะการแต่งกายของกลุ่มชาติพันธุ์ไทยลาว..... 62
ภาพที่ 4.1 แสดงกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ..... 106

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

ในวิทยานิพนธ์เล่มนี้ อ้างอิงคัมภีร์พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทยของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในการอ้างอิงพระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย และพระไตรปิฎกฉบับภาษาบาลีนั้น ใช้หมายถึงการระบุชื่อคัมภีร์และระบุเล่ม/ข้อ/หน้า ของพระไตรปิฎกเล่มนั้นๆ เช่น ที.สี. (ไทย), 9/406-443/175-196. หมายถึง ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย) เล่มที่ 9 ข้อที่ 406-443 หน้าที่ 175-196. เป็นต้น อักษรย่อที่ใช้ในที่นี้ มีดังนี้

พระวินัยปิฎก

วิ.ม. (ไทย)	วินัยปิฎก	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
วิ.มหา. (ไทย)	วินยปิฎก	ภิกขุวิภังค์	(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

ที.ปา. (ไทย)	ทีฆนิกาย	ปาฏิกวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ม. (ไทย)	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
องฺ.ปญฺจก. (ไทย)	อังคุตตรนิกาย	ปัญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
องฺ.ทสก. (ไทย)	อังคุตตรนิกาย	ทสกนิบาต	(ภาษาไทย)
องฺ.ทุก. (ไทย)	อังคุตตรนิกาย	ทุกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ. (ไทย)	ขุทฺทกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาไทย)
ขุ.ขุ. (ไทย)	ขุททกนิกาย	ขุททกปาฐะ	(ภาษาไทย)
ขุ.ม. (ไทย)	ขุททกนิกาย	มหานิทเทส	(ภาษาไทย)
ขุ.จู. (ไทย)	ขุททกนิกาย	จูฬนิทเทส	(ภาษาไทย)
ม.อุ. (ไทย)	มัชฌิมนิกาย	อุปริปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.มู. (ไทย)	มัชฌิมนิกาย	มูลปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
สํ.ส. (ไทย)	สังยุตตนิกาย	สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
สํ.นิ. (ไทย)	สังยุตฺตนิกาย	นิทานวรรค	(ภาษาไทย)
สํ.สฬา. (ไทย)	สังยุตตนิกาย	สฬายตนวรรค	(ภาษาไทย)

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในสังคมวัฒนธรรมต่าง ๆ ย่อมมีลักษณะเฉพาะและมีความแตกต่างกันไปตามปัจจัยของสภาพแวดล้อมและวิถีการดำเนินชีวิตของผู้คนในสังคม วัฒนธรรมขนาดใหญ่จะประกอบขึ้นด้วยสังคมวัฒนธรรมย่อยหลาย ๆ ส่วน ซึ่งมีลักษณะเฉพาะของตัวเอง ในภาคอีสานของประเทศไทยก็เช่นเดียวกัน ย่อมมีลักษณะเฉพาะและความแตกต่างทางสังคมวัฒนธรรมไปจากภูมิภาคอื่น ๆ ศาสนา คำสอน สาวก ศาสนสถาน และพิธีกรรมความเชื่อของชาวบ้าน เป็นรูปแบบความเชื่อที่มีการผสมผสานทางลัทธิศาสนาหลายอย่างเข้าด้วยกัน โดยเลือกสรรเอาเฉพาะส่วนที่สอดคล้องเหมาะสมกับชีวิตประจำวัน และวิถีวัฒนธรรมของท้องถิ่น ก่อเกิดเป็นความเชื่อที่มีรูปแบบเฉพาะ ไม่อาจเรียกได้ว่าเป็นไปตามหลักปรัชญาที่ถูกต้องของศาสนาใด พื้นฐานทางอุดมการณ์ของชาวอีสาน โดยแสดงออกผ่านการดำเนินชีวิต พิธีกรรม และจารีตของชุมชน ค่านิยมหลักมักเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตและการทำมาหากิน คือ การแก้ปัญหาปากท้อง การแสวงหาที่ทำกิน และการอยู่ร่วมกันอย่างสันติในชุมชน มีระบบครอบครัวและเครือญาติเป็นแรง ยึดเหนี่ยว เมื่อพิจารณาลึกลงไปในรายละเอียดแล้วจะพบว่า ประเพณีที่ชาวอีสานทำอยู่ ส่วนใหญ่เป็นประเพณีที่สืบทอดมาจากคนรุ่นก่อน และมีพิธีกรรมมาจากพุทธศาสนาโดยแท้[1] และประเพณีที่มีการผสมผสานความเชื่อแบบต่าง ๆ ของชุมชนผู้สูงอายุ

จังหวัดศรีสะเกษ เมื่อแรกเริ่มประชาชนส่วนใหญ่อพยพมาจากประเทศเพื่อนบ้าน กล่าวคือ ประเทศลาว ประเทศกัมพูชา อพยพเข้ามายังจังหวัดต่างๆ ของประเทศไทย แล้วกระจายไปยังภูมิภาค แม้แต่ภาคอีสานก็เช่นกัน กล่าวคือ จังหวัดร้อยเอ็ด จังหวัดยโสธร จังหวัดสุรินทร์ และจังหวัดอุบลราชธานี เป็นต้น ก็ได้รับอารายธรรมมาจากประเทศลาว และประเทศกัมพูชา จังหวัดศรีสะเกษก็ไม่ต่างไปจากจังหวัดอื่นที่ได้กล่าวมา จนกลายเป็นจังหวัดที่มีความโดดเด่นทางด้านวัฒนธรรมที่เรียกว่า “วัฒนธรรมสี่เผ่า” ของคนจังหวัดศรีสะเกษ มีภาษาพูดอยู่ 4 ภาษา กล่าวคือ (1) เขมร (2) ส่วย (3) ลาว และ (4) เยอ คนส่วนมากจะอพยพมาจากฝั่งแม่น้ำโขงเข้ามาตั้งถิ่นฐาน ก่อนจะแยกออกไปตั้งบ้านเมืองต่าง ๆ ในบริเวณลุ่มน้ำชี หรือลุ่มแม่น้ำมูล ดังนั้น ลักษณะเฉพาะทางวัฒนธรรมของกลุ่มชาติพันธุ์ คือ การประยุกต์ใช้หลักคำสอนทางศาสนาและประเพณีของชุมชนภาคอีสานที่ถือกันมาแต่อดีต จึงได้รับการสืบต่อกันมาไม่ขาดสาย โดยดำรงบทบาทสำคัญในการควบคุมพฤติกรรม

---

[1]สำลี รักสุทธี, **ฮีตสิบสองคลองสิบสี่**, (กรุงเทพมหานคร: พ.ศ.พัฒนา จำกัด, 2549), หน้า 7.

และศีลธรรมของคนในสังคม2 เพื่อไม่ให้ชาวบ้านประพฤติในทางที่ผิดศีลธรรม และชี้นำไปสู่ความดีตามอุดมคติของบรรพชนชาวจังหวัดศรีสะเกษในอดีตที่ผ่านมาจังหวัดศรีสะเกษและสังคมชนบทโดยทั่วไป ถูกวัฒนธรรมจากแหล่งอื่นเข้ารุกราน สังคมชนบท ถูกเปลี่ยนเข้าสู่ยุคพัฒนาทางวัตถุอย่างฉับพลัน ขนบธรรมเนียมประเพณีท้องถิ่น ถูกเหยียบย้ำว่าเป็นของต่ำทรามล้าสมัย เยาวชนและคนรุ่นใหม่หลงใหลกระแสวัฒนธรรมภายนอก จนหลงลืมวัฒนธรรมอันเป็นรากเหง้าของตัวเอง ประเพณีที่ยังปฏิบัติกลายเป็นเพียงเครื่องสนองความบันเทิงที่ฉาบฉวย กุศโลบายดั้งเดิม คือ (1) การปลูกฝังจิตสำนึกทางสังคม (2) วัฒนธรรมถูกละเลย ทำให้คุณธรรมและจริยธรรมของผู้คนลดน้อยลง (3) สถาบันครอบครัว สถาบันการศึกษา และสถาบันศาสนา สูญเสียบทบาทในการอบรมให้ความรู้และปลูกฝังศีลธรรม นำไปสู่ค่านิยมและพฤติกรรมที่เน้นวัตถุนิยมและบริโภคนิยม

ค่านิยมที่ดีงามและภูมิปัญญาท้องถิ่นถูกละเลย มีการสืบทอดน้อย ระบบคุณค่าของสังคมในเรื่องจิตสาธารณะ ความเอื้ออาทร และการช่วยเหลือกันเริ่มเสื่อมถอย เนื่องจากกิจกรรมประเพณีที่ดำเนินไปเพื่อส่วนรวมไม่ได้รับการเอาใจใส่ ซึ่งในที่สุดอาจนำมาสู่ภาวะของการล้มสลายทางวัฒนธรรมที่บรรพชนใช้เวลาสั่งสมมายาวนานได้สิ้นสุดลงในที่สุด การที่จะดำรงสังคมวัฒนธรรมของชาวอีสานให้มั่นคงต่อไปได้จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องได้รับการเอาใจใส่ และมีการจัดการที่ถูกต้อง การพัฒนาต่าง ๆ ควรตั้งอยู่บนพื้นฐานที่มั่นคง หาใช่การพัฒนาที่ขาดจากฐานเดิมซึ่งจะทำให้สั่นคลอนได้ง่าย[3] ทั้งนี้ให้อยู่ในบริบทของสังคมและชุมชนทั้งของอดีตและปัจจุบัน มีความสัมพันธ์กับวิถีชีวิตชุมชนตามที่เป็นจริง มีการอนุรักษ์ การฟื้นฟู การประยุกต์ และการสร้างใหม่อย่างเหมาะสม ย่อมจะสามารถดำรงสังคมวัฒนธรรมท้องถิ่นอันดีงามให้มั่นคงต่อไปได้

ในสังคมไทยปัจจุบัน ได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุภายใต้ความจำกัดและไม่เพียงพอของสวัสดิการของภาครัฐ ชุมชน และท้องถิ่นกลับมีบทบาทเติมเต็มสำคัญในการขับเคลื่อนกระบวนการในการรับมือสังคมผู้สูงอายุ โดยอาศัยฐานของ “ทุน” ประเภทต่าง ๆ ที่มีอยู่ในชุมชน คือ ทุนทางสังคมวัฒนธรรม ทุนทางเศรษฐกิจ ทุนมนุษย์ (เช่น ผู้นำการเปลี่ยนแปลง) ทุนสัญลักษณ์ และทุนที่เป็นทรัพยากรธรรมชาติ ด้วยกระบวนการทางสังคมที่วางอยู่บนฐาน “ทุน” ที่ชุมชนมี นำไปสู่การนิยามตัวตนใหม่ของผู้สูงอายุไทยในฐานะที่ทำประโยชน์ให้กับส่วนรวม เป็นพลังในการขับเคลื่อนสังคม (active aging) เพื่อการเสริมสร้างผู้สูงอายุให้เป็นพลังทางเศรษฐกิจและสังคมของไทย การก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของคนในจังหวัดศรีสะเกษจะส่งผลโดยตรงต่อวัฒนธรรม ค่านิยม วิถีการดำรงชีวิต และการประกอบอาชีพ รวมถึงปฏิสัมพันธ์ของผู้คน

---

[2]ประสาท อิศรปรีดา และคณะ, **ความเชื่อและสิ่งยึดเหนี่ยวทางจิตใจของชาวอีสาน**, (มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒมหาสารคาม, 2518), หน้า 69.

[3]ประเวศ วะสี, **แนวคิดและยุทธศาสตร์สังคมสมานุภาพและวิชชา**, (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิภูมิปัญญา, 2536), หน้า 33.

ในสังคมตั้งแต่ระดับครอบครัว ชุมชน และประเทศ ดังนั้น ถ้าประเทศไทยสามารถนำทุนทางสังคมที่มีอยู่มาอนุรักษ์ ฟื้นฟู พัฒนาต่อยอด และนำไปใช้ประโยชน์ได้อย่างเหมาะสมแล้ว ก็จะช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนในชาติให้มีความสุข ประเทศชาติมีความสมดุลและยั่งยืน

การอุบัติใหม่ของสังคมไทย อันสืบเนื่องจากการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษนี้ จะมีลักษณะเฉพาะที่แตกต่างจากสังคมผู้สูงอายุในประเทศอุตสาหกรรมอื่น ๆ ประกอบกับทุนทางสังคมและวัฒนธรรมที่ยังคงมีความเข้มแข็งพอสมควรและอาจต้องฟื้นฟูขึ้นมาใหม่ หากภาครัฐบาลยังคงใช้นโยบายแบบเดิม ๆ ด้วยการใช้ประชานิยม ที่ไม่มีการจำแนกประเภทผู้สูงอายุ ควรจำเป็นที่จะต้องมีการจำแนกประเภทของผู้สูงอายุออกเป็น 3 กลุ่ม คือ

(1) กลุ่มแรกเป็นกลุ่มที่พึ่งตนเองไม่ได้

(2) กลุ่มที่สองเป็นกลุ่มที่พึ่งตนเองได้บ้าง และ

(3) กลุ่มสุดท้ายเป็นกลุ่มที่พึ่งตนเองได้และช่วยเหลือผู้อื่นได้ด้วย

ซึ่งกลุ่มที่สามที่กล่าวถึงนี้ ภาครัฐต้องเข้ามามีบทบาทในมิติของกระบวนการทางสังคมและมาตรการทางสังคมที่จะเสริมสร้างผู้สูงอายุให้เป็นพลังทางเศรษฐกิจและสังคม อันเป็นการเตรียมการเพื่อรองรับกับภาวะสังคมผู้สูงอายุอย่างเป็นองค์รวม ด้วยการนำศักยภาพของผู้สูงอายุมาเป็นส่วนสำคัญในการดำเนินชีวิตและเป็นส่วนหนึ่งของสังคมในฐานะผู้กระทำการอย่างมีศักดิ์ศรีในอนาคต ซึ่งแม้จะเป็นสังคมผู้สูงอายุ แต่ก็เป็นคุณปู่ คุณย่า คุณตา คุณยาย ที่เต็มไปด้วยความสามารถ และคุณภาพชีวิตที่ดี ที่จะช่วยขับเคลื่อนเศรษฐกิจและสังคมได้ไม่แพ้คนในวัยทำงาน การเป็นสังคมผู้สูงอายุของคนในจังหวัดศรีสะเกษไม่ใช่ปัญหา แต่เป็นปรากฏการณ์ทางธรรมชาติของสังคมที่มนุษยชาติเราต้องเผชิญ การกำหนดนโยบายทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ ภาครัฐต้องให้ความสำคัญกับ “คุณภาพสังคม” (social quality) ทั้งในระดับปัจเจก และในระดับสังคม อย่างไรก็ตาม การเพิ่มขึ้นของจำนวนผู้สูงอายุนี้ ปัจจุบันทั้งนักวิชาการไทยและต่างชาติ ยังเห็นว่าผู้สูงอายุเป็น liability เป็นค่าใช้จ่ายที่ต้องคอยดูแล เป็นภาระการพึ่งพิง เป็นผู้ที่เกษียณเป็นประชากรที่ไม่มีกำลังการผลิตแล้ว จึงเป็นเรื่องที่ต้องเฝ้าวิตกกังวลกันไปว่าจะแก้ปัญหากันอย่างไร และรัฐบาลจะมีรูปแบบการให้บริการสงเคราะห์กับผู้สูงอายุได้อย่างไร

พื้นฐานทางอุดมการณ์ของชาวอีสาน เกิดจากการผสมผสานของระบบความเชื่อด้านพุทธศาสนา โดยแสดงออกผ่านการดำเนินชีวิต พิธีกรรม และจารีตของชุมชน ค่านิยมหลักมักเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตและการทำมาหากิน คือ การแก้ปัญหาปากท้อง การแสวงหาที่ทำกิน และการอยู่ร่วมกันอย่างสันติในชุมชน มีระบบครอบครัวและเครือญาติเป็นแรงยึดเหนี่ยว สังคมผู้สูงอายุก็เช่นเดียวได้รับอิทธิพลมาจากจารีตประเพณีทางศาสนา จะเห็นได้ว่า ผู้สูงอายุอยู่ในฐานะ “บุคคลที่มีประโยชน์ต่อสังคม” โดยมีฐานคติว่าผู้สูงอายุไทยถือเป็นสมาชิกในสังคมที่เปี่ยมไปด้วยศักยภาพ ทั้งในด้านภูมิความรู้ และประสบการณ์การดำเนินชีวิต มีความเข้าใจชีวิตอย่างลึกซึ้ง สามารถชี้แนะลูกหลาน คนในสังคม ในชุมชน ให้ดำเนินชีวิตอย่างถูกต้องเหมาะสม ตลอดจนมีการหยิบยกภูมิปัญญา

ท้องถิ่นของสังคมไทยมาส่งเสริมอย่างเป็นรูปธรรม เพื่อให้เกิดการถ่ายทอดวิชาความรู้ให้แก่ลูกหลานหรือเยาวชนคนรุ่นหลังในสังคมอย่างต่อเนื่อง นอกจากจะเป็นผู้ทรงภูมิปัญญาแล้ว ผู้สูงอายุยังเป็นวัยที่มีความเป็นอิสระมากกว่าช่วงวัยอื่นของชีวิต สามารถเลือกทำในสิ่งที่เหมาะสมตามที่ตนเองปรารถนา เนื่องจากลูกหลานเติบโตมีการมีงานทำแล้ว ย่อมหมดภาระที่หนักหน่วง ดังนั้น ในวัยนี้ตามสังคมจารีตประเพณีของคนในจังหวัดศรีสะเกษ ลูกหลานย่อมมีความเกรงใจ ยิ่งเป็นผู้ที่มีคุณธรรมด้วยแล้ว ย่อมได้รับความนับถือยำเกรงจากลูกหลาน และบริวารทั้งปวงได้เป็นอย่างดี เมื่อเป็นเช่นนี้การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีโอกาสได้แสดงศักยภาพ ภูมิความรู้ ภูมิธรรม และด้านความภูมิฐานที่เป็นการบำเพ็ญตนให้เกิดประโยชน์ต่อผู้อื่น จึงนับเป็นการสร้างสังคมที่มีคุณภาพอีกแนวทางหนึ่งด้วย

1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1) เพื่อศึกษาอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

2) เพื่อศึกษาการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

3) เพื่อศึกษาการบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ

1.3 ปัญหาที่ต้องการทราบ

1) อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษมีลักษณะเป็นอย่างไร

2) การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ มีกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตอย่างไร

3) การบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษมีการบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม อย่างไร

1.4 ขอบเขตการวิจัย

1.4.1 ขอบเขตด้านเนื้อหา

ในการวิจัยเรื่อง “กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ” ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตการวิจัยไว้ 3 ด้าน ดังนี้

1.4.1.1 ศึกษาอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

1.4.1.2 ศึกษาการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

1.4.1.3 ศึกษาการบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ

1.4.2 ขอบเขตด้านเวลา

ในการวิจัยครั้งนี้ใช้ระยะเวลาในการดำเนินการวิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนามทั้งสิ้น 1 ปีงบประมาณ เริ่มตั้งแต่เดือนตุลาคม 2560 ถึง เดือนกันยายน 2561

1.4.3 ขอบเขตด้านพื้นที่

ผู้วิจัยได้เลือกพื้นที่ทำการศึกษาด้วยวิธีสุ่มแบบเจาะจง เพื่อให้ได้พื้นที่มีลักษณะการผสมผสานด้านวัฒนธรรมของชนเผ่า และเพื่อให้ได้ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่หลากหลาย โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกดังนี้ ได้กระบวนการส่งผ่านและสืบทอดภูมิปัญญาจากคนรุ่นก่อน เป็นชุมชนที่มีการปฏิบัติพิธีกรรมอย่างต่อเนื่องจนถึงปัจจุบัน ประชาชนในพื้นที่ยังคงมีวิถีชีวิตแบบคนชนบทปราศจากอิทธิพลของสังคมเมือง เป็นชุมชนที่มีรูปแบบทางกายภาพของการผสมผสานความเชื่อปรากฏอย่างชัดเจน เพื่อให้ได้เห็นพัฒนาการทางความเชื่อของชุมชนที่มีบริบทภูมิศาสตร์คล้ายคลึงกันแต่มีสถานะการดำเนินงานด้านประเพณีที่แตกต่างกัน โดยผู้วิจัยพิจารณาคัดเลือกพื้นที่ทำการวิจัยทั้งหมด 4 อำเภอ ในจังหวัดศรีสะเกษ และมีภาษาพูดที่แตกต่างกัน 4 ภาษา คือ เยอ ส่วย เขมร และลาว เพื่อให้ได้พื้นที่ตัวอย่างที่หลากหลายมิติ และให้ได้ข้อมูลที่ครบถ้วน

1.4.4 ขอบเขตด้านพื้นที่ ประชากร และกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนามโดยศึกษาชุมชนในลักษณะองค์รวม เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงในกรณีของผู้ให้ข้อมูลหลัก คือ ผู้รู้ และผู้ปฏิบัติ และเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบสุ่มจากการสนทนา ในกรณีของผู้ให้ข้อมูลทั่วไป โดยมีการกำหนดกฎเกณฑ์ด้านจำนวนและคุณสมบัติของผู้ให้ข้อมูลไว้ล่วงหน้าพอสังเขป ดังนี้

1.4.4.1 ประชากร

-ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล อำเภอเมืองศรีสะเกษ จังหวัดศรีสะเกษ

-ชมรมผู้สูงอายุอำเภอขุขันธ์ เครือข่ายสาขาสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยฯ จังหวัดศรีสะเกษ

-ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ

-ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล อำเภอบึงบูรพ์ จังหวัดศรีสะเกษ

1.4.4.2 กลุ่มตัวอย่าง

-กลุ่มตัวอย่างจำนวน 40 คน ซึ่งเป็นผู้มีความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับความเป็นอยู่ของชุมชน วัฒนธรรม วิถีชีวิต และภูมิปัญญาของชุมชนของผู้สูงอายุ และตัวแทนองค์กรภาครัฐและเอกชน การเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์ การสนทนากลุ่มย่อย และการสังเกต การวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา

1.5 นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ หมายถึง การจัดสวัสดิการ การส่งเสริมและพิทักษ์สิทธิ์ การสนับสนุนให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอย่างเป็นสุข มีคุณค่า และมีศักดิ์ศรี ภายใต้สภาพแวดล้อมที่ผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงและใช้ประโยชน์ได้

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ หมายถึง การตอบสนองความจำเป็นในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ เพื่อให้มีระดับมาตรฐานความมีชีวิตที่ดีใน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการศึกษา ด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม และด้านความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน โดยผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอย่างเป็นสุข มีคุณค่าและมีศักดิ์ศรี

ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปทั้งชายและหญิงที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายที่เสื่อมโทรมลง ในจังหวัดศรีสะเกษ

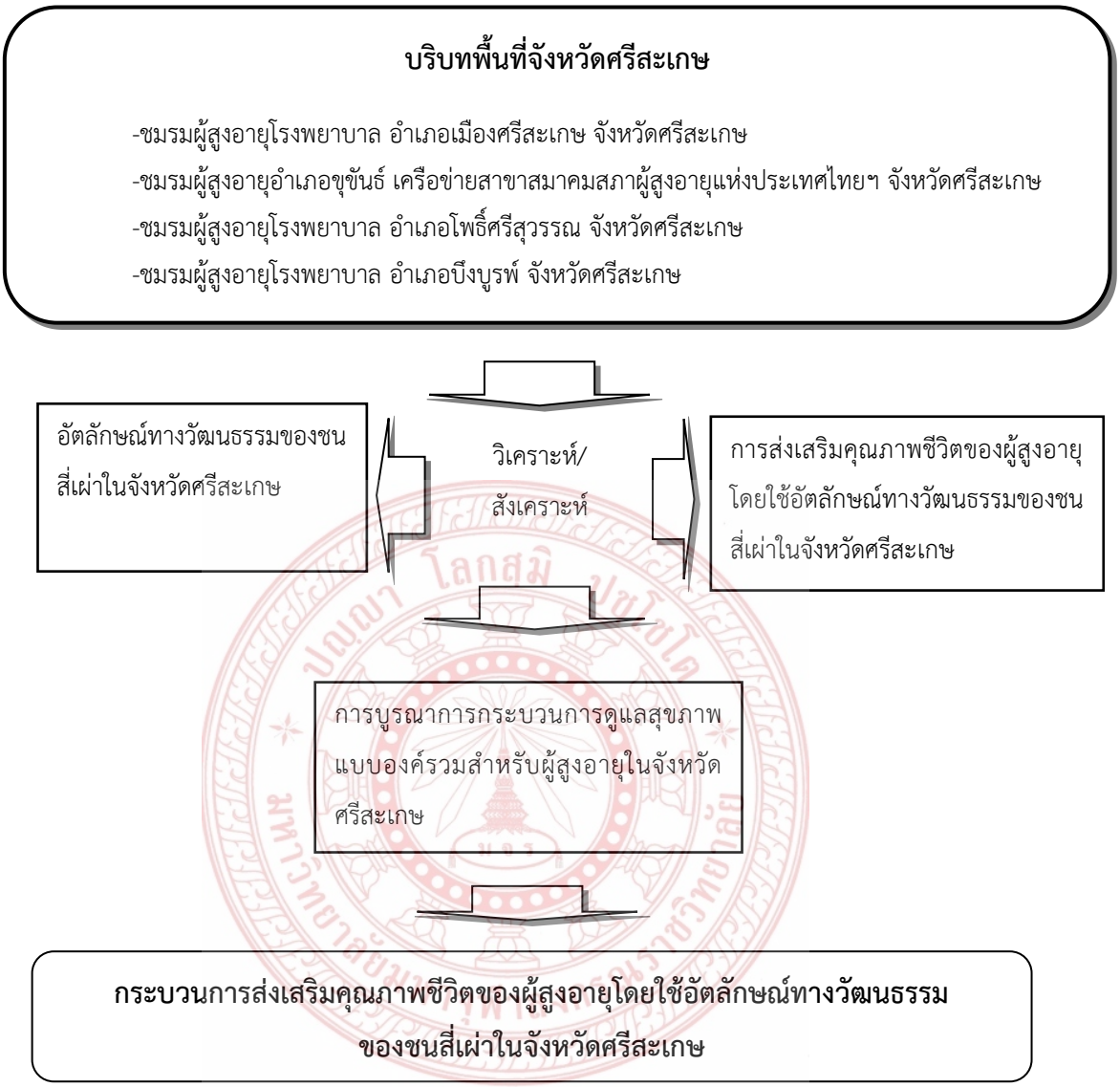
อัตลักษณ์ หมายถึง อัตลักษณ์ท้องถิ่นเกิดจากสิ่งต่าง ๆ ที่ถูกสร้างขึ้นในละพื้นที่ เช่น ตราสัญลักษณ์ คำขวัญ สัญลักษณ์ประจำท้องถิ่น ประเพณี การแต่งกาย ภาษาที่ใช้พูด สถานที่ท่องเที่ยว ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่สังคมได้สร้างขึ้นจนกลายเป็นวัฒนธรรมประเพณีท้องถิ่นของแต่ละพื้นที่

วัฒนธรรม หมายถึง ลักษณะที่แสดงถึงความเจริญงอกงาม ความเป็นระเบียบเรียบร้อย ความกลมเกลียว รวมถึงรูปแบบของพฤติกรรมอันเกิดจากการเรียนรู้ เป็นวิถีชีวิตของมนุษย์ที่เกิดจากระบบความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ มนุษย์กับสังคม และมนุษย์กับธรรมชาติ

อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรม หมายถึง ผลรวมของลักษณะเฉพาะที่แสดงถึงความรู้สึกของกลุ่มหรือความเจริญงอกงามที่แสดงออกมาในรูปแบบของภาษา คติ ความเชื่อ ขนบประเพณี ศิลปะที่มีการสืบทอดปฏิบัติและมีการยอมรับในระดับบุคคลและสังคม

1.6 กรอบแนวคิดการวิจัย

กรอบแนวคิดในการศึกษาวิจัยเรื่องนี้ มีกรอบแนวคิดที่สำคัญในลักษณะของกระบวนการและวิธีการศึกษาวิจัย รวมทั้งผลลัพธ์จากการศึกษา ดังนี้



ภาพที่ 1.1 แสดงแผนผังมโนทัศน์กรอบแนวคิดการวิจัย

1.7 ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1.7.1 ได้ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

1.7.2 หน่วยงานภาครัฐ และชุมชนท้องถิ่น ได้รูปแบบ หลักการ และการจัดการทรัพยากรชุมชน การปกครอง การแลกเปลี่ยนวัฒนธรรม การสร้างอัตลักษณ์ร่วม และการอยู่ร่วมกันของชุมชนที่มีความแตกต่างทางภาษาและวัฒนธรรม

1.7.3 ภาครัฐและชุมชนได้มีการวิเคราะห์ปัญหา อุปสรรคของการอยู่ร่วมกันของชุมชนผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ

1.7.4 หน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้แนวทางการบูรณาการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ

1.7.5 หน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้มีการพัฒนากิจกรรมเพื่อส่งเสริมการอยู่ร่วมกันของชุมชนผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ และเป็นแนวทางให้หน่วยงานต่าง ๆ ผู้นำชุมชนนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาชุมชนเพื่อความสามัคคีในเขตชุมชน

ปญฺญา โลกสฺมิ ปชฺโชโต
มจร
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จังหวัดศรีสะเกษเป็นจังหวัดหนึ่งที่มีเอกลักษณ์เป็นของตนเองไม่ว่าเอกลักษณ์ทางธรรมชาติ เช่น สิ่งที่มีอยู่ตามสภาพภูมิศาสตร์ ปรากฏการณ์ทางธรรมชาติ พืชพรรณไม้และทรัพยากรอื่น ๆ รวมทั้งเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรม ได้แก่ ศิลปกรรมแบบขอม อาหารการกิน ขนบธรรมเนียมประเพณีภาษาถิ่น เป็นต้น อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ มีรายละเอียดที่ผู้วิจัยนำมาศึกษา ดังนี้

2.1 แนวคิดเรื่องอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรม

2.2 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับวัฒนธรรม

2.3 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

2.4 อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมด้านความเชื่อของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

2.5 ความหลากหลายทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.1 แนวคิดเรื่องอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรม

สังคมมนุษย์ คือ การอยู่รวมกันของมนุษย์โดยมีลักษณะความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันหลายรูปแบบ เช่น อาชีพ อายุ เพศ ศาสนา ฐานะ ที่อยู่อาศัย สังคมของมนุษย์เกิดจากกลุ่มบุคคลที่มีความสนใจร่วมกันไม่ว่าจะในด้านใด เช่น ประเทศ จังหวัดและอื่น ๆ และมักจะมีวัฒนธรรมหรือประเพณีรวมถึงภาษา การละเล่น และอาหารการกินของตนเองในแต่ละสังคม การที่มนุษย์รวมกันเป็นสังคมนั้น เพราะมนุษย์มีพฤติกรรมการอยู่ร่วมกันในสังคม พฤติกรรมเหล่านั้นได้ขัดเกลามาโดยลำดับจนกลายเป็นวัฒนธรรม ดังนั้น ในแต่ละสังคมจึงย่อมมีวัฒนธรรมเฉพาะตัวถือเป็นเอกลักษณ์อันโดดเด่น แม้ว่าจะมีชนกลุ่มต่าง ๆ ตามภาษาพูดที่หลากหลาย แต่วัฒนธรรมจะแสดงถึงความเป็นปึกแผ่น การมีวัฒนธรรมที่เป็นเอกลักษณ์อย่างเด่นชัดและหลากหลายจนกลายเป็นวัฒนธรรมหลักของประเทศ

2.1.1 ความหมายของอัตลักษณ์

มนุษย์ได้สร้างวัฒนธรรมขึ้นมาเพื่อตอบสนองความต้องการด้านต่าง ๆ เพื่อให้การดำเนินชีวิตในสังคมเป็นไปอย่างเหมาะสมและสอดคล้องกับบรรทัดฐานทางสังคม ทำให้เกิดการหล่อหลอมให้สมาชิกในสังคมมีทัศนคติความเชื่อ ความสนใจ ความคิดสร้างสรรค์ไปในทางเดียวกัน ก่อให้เกิดความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน คือ การนิยามตัวตนหรือบอกว่าตนเป็นใครตรงกับศัพท์ทางวิชาการด้านมานุษยวิทยาที่ว่า “อัตลักษณ์”

อัตลักษณ์ คือ จิตสำนึกส่วนตัวและจิตสำนึกร่วมในสังคมที่เกิดจากการนิยามตัวเองว่าตัวเองคือใครมีความเป็นมาอย่างไร แตกต่างจากคนอื่นอย่างไร และจะใช้อะไรเป็นเครื่องหมายของการแสดงออก คำว่า “อัตลักษณ์ ” นั้น หมายถึงอะไร ซึ่งถ้าพูดกันง่าย ๆ ก็คือ สิ่งที่แสดงถึงความเป็นตัวตนของคน ซึ่งส่วนหนึ่งก็จะเป็นลักษณะของตัวตนภายนอก เช่น กิริยาท่าทาง ภาษาและการแสดงออกต่อบุคคลอื่นกับลักษณะของตัวตนภายใน ได้แก่ ความรู้สึกนึกคิด นิสัยใจคอ คตินิยม ความเชื่อและสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจ อัตลักษณ์นั้นเป็นเพียงคำที่ต้องการสื่อถึงคำพูดบางประการเพื่อแสดงความเป็นตัวตนของบุคคลและเป็นตัวบ่งชี้ของลักษณะเฉพาะของตัวบุคล สังคม ชุมชน เช่น เชื่อชาติ ภาษา วัฒนธรรมท้องถิ่นและศาสนา ฯลฯ ซึ่งมีคุณลักษณะที่ไม่ทั่วไปหรือสากลกับสังคมอื่น ๆ กล่าวคือ ลักษณะที่ไม่เหมือนกับของคนอื่น ๆ อัตลักษณ์จึงเป็นสิ่งที่มีผลกระทบต่อสิ่งที่อยู่รอบ ๆ ตัวเรา สามารถนำไปสู่การพัฒนาสิ่งที่อยู่รอบ ๆ ตัวได้โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การสร้างอัตลักษณ์ร่วมกันโดยการกำหนดแนวทางด้านใดด้านหนึ่งให้ชัดเจนเพื่อให้บุคคลหรือกลุ่มได้มีเจตคติร่วมกัน สามารถทำให้นำไปสู่การพัฒนาได้

“อัตลักษณ์” มาจากภาษาบาลีว่า อตฺต รวมกับคำว่า ลักษณ โดยที่ “อัตตะ” มีความหมายว่า ตัวตน ของตน ส่วน“ลักษณะ” หมายถึง สมบัติเฉพาะตัว อัตลักษณ์เป็นเรื่องของการให้คำนิยามและตีความหมายเชิงคุณค่า ซึ่งคุณค่าเหล่านั้นไม่จำเป็นต้องได้รับความเป็นสากล แต่เป็นความหลากหลายทางวัฒนธรรมหรือการสร้างตัวตนจากวัฒนธรรมย่อยก็ได้ ทำให้เกิดการยอมรับซึ่งพหุลักษณ์ทางสังคมซึ่งไม่เหมือนกับเอกลักษณ์ในคำนิยามสมัยแรกที่จะต้องสร้างเพื่อความเป็นปึกแผ่นของสังคมเท่านั้น แต่อัตลักษณ์เป็นเรื่องของการยอมรับในการมีอยู่ของปัจเจกอย่างจริงจังในสมัยก่อนนั้น เมื่อพูดถึงคนไทยในสายตาของชาวต่างประเทศ ก็คือการยิ้มแย้มจนได้รับสมญาว่าเป็น “Land of Smiles” หรือ “ดินแดนแห่งรอยยิ้ม ” ถัดมาก็คือ การเป็นมิตรกับชาวต่างชาติและความเอื้ออารี โดยปกติคนไทยมักจะเป็นคนที่สุภาพเรียบร้อย รักสนุก ชอบความสะดวกสบาย และเก็บความรู้สึก นอกจากรอยยิ้มแล้ว คนไทยไม่ค่อยแสดงอะไรออกมาทางสีหน้าหรืออากัปกิริยา ไม่ว่าชอบหรือไม่ชอบ จะเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย ดังนั้น จึงออกจะเป็นการยากที่จะคาดเดาความหมายจากรอยยิ้มของคนไทย[1]

ฉลาดชาย รมิตานนท์ ได้กล่าวไว้ว่า อัตลักษณ์ หมายถึง ตัวตน ตัวเอง และเป็นสิ่งที่เกิดจากการสร้างของวัฒนธรรม อัตลักษณ์มีความสำคัญต่อระบบสังคมกล่าวคือ ประการแรกทำให้เรารู้สึกว่าเป็นตัวเราหรือพวกเราที่แตกต่างจากคนอื่น โดยไม่จำเป็นต้องมีเพียงหนึ่ง แต่อาจมีหลายลักษณ์ที่ประกอบขึ้นมา อัตลักษณ์ไม่ใช่สิ่งที่มีอยู่ตามธรรมชาติที่เกิดขึ้นมาพร้อมกับคนหรือสิ่งของแต่

---

[1]ประสิทธิ์ ลีปรีชา, **การสร้างและการสืบทอดอัตลักษณ์ของกลุ่มชาติพันธุ์ม้ง**, (กรุงเทพมหานคร: ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร, 2547), หน้า 32.

เป็นสิ่งที่ถูกสร้างขึ้นและเปลี่ยนแปลงได้ซึ่งบ่งบอกถึงลักษณะเฉพาะลักษณะพิเศษที่จะบ่งบอกตัวตนของสิ่งนั้นหรือบุคคลนั้น[2]

อภิญญา เฟื่องฟูสกุล กล่าวว่า อัตลักษณ์มีความหมายเป็นปัจเจกที่เชื่อมต่อและสัมพันธ์กับสังคม ซึ่งสังคมกำหนดบทบาทหน้าที่และคุณค่าที่ติดตามมากับความเป็นสามี-ภรรยาความเป็นศิษย์-อาจารย์ อัตลักษณ์จึงเป็นเรื่องของสัญลักษณ์ด้วย อัตลักษณ์ (Identity) เป็นความรู้สึกนึกคิดที่บุคคลมีต่อตนเองว่า "ฉันคือใคร" ซึ่งจะเกิดขึ้นจากการปฏิสังสรรค์ระหว่างตัวเรากับคนอื่นโดยผ่านการมองตนเองและการที่คนอื่นมองเรา อัตลักษณ์ต้องการความตระหนัก (Awareness) ในตัวเราและพื้นฐานของการเลือกบางอย่าง นั้นคือ เราจะต้องแสดงตนหรือยอมรับอย่างตั้งใจกับอัตลักษณ์ที่เราเลือก ความสำคัญของการแสดงตนก็คือ การระบุได้ว่าเรามีอัตลักษณ์เหมือนกลุ่มหนึ่งและมีความแตกต่างจากกลุ่มอื่นอย่างไรและ "ฉันเป็นใคร" ในสายตาคนอื่น[3]

อัตลักษณ์ (Identity) มีรากศัพท์มาจากภาษาลาติน คือ คำว่า Indentitas เดิมใช้คำว่า Idem ซึ่งมีความหมายว่าเหมือนกัน (The Same) หมายถึงความเป็นลักษณะเฉพาะของกลุ่มคนที่แตกต่างกันแต่ละกลุ่มคน อัตลักษณ์ไม่ใช่สิ่งที่มีอยู่แล้วที่เกิดขึ้นมาพร้อมกับคนหรือสิ่งของแต่เป็นสิ่งที่ถูกสร้างขึ้น ดังนั้น จึงสามารถเปลี่ยนแปลงได้[4] เนื้อหาสำคัญของอัตลักษณ์ คือ จิตสำนึกส่วนตัวและจิตสำนึกส่วนรวมในระดับสังคมที่เกิดจากการนิยามตัวเองว่าตังเองคือใคร เป็นมาอย่างไร แตกต่างจากคนกลุ่มอื่นหรือสังคมอื่นอย่างไรและจะใช้อะไรเป็นเครื่องหมายในการแสดงออก นอกจากนี้ยังมีนักวิชาการที่ให้ความหมายอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมไว้ว่า หมายถึง ความรู้สึกหรือวัฒนธรรมร่วมของกลุ่มหรือการที่ปัจเจกชนมีอิทธิพลหรือการได้รับการยอมรับจากวัฒนธรรมของกลุ่มนั้น ๆ นอกจากนี้การยอมรับวัฒนธรรมของกลุ่มคนยังมีความเกี่ยวเนื่องกับบรรทัดฐานของสังคม (Norms) ซึ่งบุคคลต้องยอมรับความเป็นเอกลักษณ์หรืออัตลัษณ์ของกลุ่มให้ได้ ความสำคัญของการสร้างเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรมทำให้เห็นความแตกต่างและความหลากหลายทางชาติพันธุ์ ทั้งนี้ความแตกต่างดังกล่าวควรได้รับการยอมรับมากกว่าการตำหนิหรือเกิดความขัดแย้งระหว่างกลุ่ม เพราะเกิดจากความแตกต่างและการไม่ยอมรับวัฒนธรรมเฉพาะของกลุ่มนั้น ๆ นอกจากนี้การยอมรับในอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของกลุ่มทำให้บุคคลได้รับการยอมรับเข้าร่วมเป็นสมาชิกของกลุ่มได้ง่ายมากขึ้นด้วย

---

[2]ฉลาดชาย รมิตานนท์, **คนกับอัตลักษณ์**, (กรุงเทพมหานคร: ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร เอกสารประกอบการประชุมประจำปี ทางมานุษยวิทยา, 2545), หน้า 25.

[3]อภิญญา เฟื่องฟูสกุล, "แนวคิดหลักทางสังคมวิทยาเรื่องอัตลักษณ์", **เอกสารประกอบการประชุมทางวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 1**, คณะกรรมการสภาวิจัยแห่งชาติสาขาสังคมวิทยา สำนักคณะกรรมการสภาวิจัยแห่งชาติ, 2543), หน้า 4.

[4]ประสิทธิ์ ลีปรีชา, **ชาติพันธุ์และมายาคติ**, (กรุงเทพมหานคร: องค์กรรับส่งสินค้าและพัสดุ, 2546), หน้า 32.

จะเห็นได้ว่า “อัตลักษณ์” ของบุคคลนั้นจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อมีความรู้สึกร่วมกันในด้านการตระหนักรู้บางอย่างเกี่ยวกับตัวตนของเราเกี่ยวกับการยอมรับในความเป็นตัวตนประกอบกับการแสดงตัวตนให้เห็นว่ามีความเหมือนหรือแตกต่างอย่างไรกับกลุ่มอื่น อัตลักษณ์เกิดขึ้นจากการปฏิสัมพันธ์ทั้งระหว่างสังคมและตัวบุคคล แต่จะเลือกอัตลักษณ์ใดอัตลักษณ์หนึ่งที่ยอมรับเพื่อนำมาใช้ภายใต้เงื่อนไขของเวลาและพื้นที่ อัตลักษณ์นี้อาจกำหนดได้ทั้งจากบุคคลเป็นผู้กำหนดตนเองหรือกำหนดโดยสังคม อัตลักษณ์กับสังคมจึงเป็นเรื่องที่แยกจากกันไม่ได้

2.1.2 ประเภทของอัตลักษณ์

อัตลักษณ์ คือ ความเชื่อมต่อและสัมพันธ์กับสังคม เพราะการแสดงออกซึ่งความสัมพันธ์ต่าง ๆ กระทำผ่านระบบสัญลักษณ์หลายแบบในอีกด้านหนึ่ง อัตลักษณ์เกี่ยวกับมิติภายในของความเป็นเราอย่างมาก ทั้งในด้านอารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด เพราะมนุษย์ให้ความหมายหรือเปลี่ยนแปลงความหมายเกี่ยวกับตนเองที่สัมพันธ์กับโลก[5] จึงได้แบ่งอัตลักษณ์เป็น 2 ระดับ ได้แก่ อัตลักษณ์ส่วนบุคคล และ อัตลักษณ์ทางสังคม อธิบายได้ดังต่อไปนี้

(ก) อัตลักษณ์ส่วนบุคคล

อัตลักษณ์ คือ ความเป็นตัวตน ที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ต่อตัวคน หรือสถาบัน โดยสะท้อนถึงลักษณะสำคัญ 5 ประการ คือ เป็นพลังแฝงที่นำไปสู่พฤติกรรม เป็นเจตคติที่บุคคล กลุ่มบุคคลที่มีต่อสถาบันหรือเป้าหมาย เป็นความคาดหวังของบุคคลหรือสถาบัน ที่สอดคล้องกับความเชื่อหรือความรู้สึกต่อตนเองและสถาบัน

ผ่องพันธ์ มณีรัตน์ ได้ให้ความหมายเป็นเรื่องของกลุ่มประชาชน กลุ่มใดกลุ่มหนึ่งที่มีลักษณะร่วมอย่างเดียวกันอย่างน้อยที่สุดหนึ่งอย่าง ลักษณะร่วมกันนี้ จะเป็นอะไรก็ได้ เช่น อาชีพ ภาษา ศาสนา ฯลฯ แต่ที่สำคัญคือ กลุ่มที่มีลักษณะร่วมกันนี้จะต้องมีประเพณีบางอย่างซึ่งเรียกได้ว่าเป็นกลุ่มของตนเอง โดยที่สมาชิกของกลุ่มไม่จำเป็นต้องรู้จักสมาชิกอื่น ๆ ทั้งหมด แต่เขาจะต้องรู้ว่าประเพณีของกลุ่มของเราประเพณีเฉพาะของกลุ่มที่ทำให้กลุ่มมีเอกลักษณ์ของตัวเองแตกต่างจากกลุ่มอื่น ๆ และมีการจัดแบ่งประเภทของอัตลักษณ์เป็น 2 ระดับ คือ ระดับอัตลักษณ์ส่วนบุคคล (personal identity) และระดับอัตลักษณ์ทางสังคม (social identity)[6]

(ข) อัตลักษณ์ทางสังคม

อัตลักษณ์ทางสังคม (Social Identity) เป็นลักษณะอย่างหนึ่งในตัวบุคคลที่จะทำให้บุคคลนั้นมีความเป็นตัวของตัวเอง ซึ่งแตกต่างจากผู้อื่น จะเห็นได้ว่า อัตลักษณ์เป็นคุณลักษณะ

---

[5]ธีรยุทธ บุญมี, **ชาตินิยมและหลังชาตินิยม**, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร: สายธาร, 2546), หน้า 21.

[6]ผ่องพันธ์ มณีรัตน์, **มานุษยวิทยากับการศึกษาคติชาวบ้าน**, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2525), หน้า 18.

ประการหนึ่งในตัวบุคคล ซึ่งในทางสังคมวิทยามองว่าเมื่อบุคคลมาอยู่ร่วมกันในสังคมก็มีการติดต่อสื่อสารกันหรือมีการกระทำทางสังคมระหว่างกัน (Social Interation) โดยพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมาเป็นปฏิสัมพันธ์เชิงสัญลักษณ์ (Symbolic Interaction) ขึ้นอยู่กับสังคม (Social Norms) ตามโครงสร้างทางสังคมนั้น ๆ การกระทำระหว่างกันทางสังคมทำให้บุคคลมีบทบาทตามสถานการณ์ที่ตนสัมพันธ์อยู่ เพื่อศึกษาความคาบเกี่ยวและปฏิสัมพันธ์ของทั้งสองระดับนี้ บุคลิกภาพไม่ได้หมายถึงการตอบสนองต่อสิ่งเร้าข้างนอก แต่เป็นความพร้อมหรือแนวโน้มที่จะตอบสนอง[7]

อัตลักษณ์มีความสำคัญต่อระบบสังคม กล่าวคือ ประการแรกทำให้เรารู้สึกว่าเป็นตัวเราหรือพวกเราที่แตกต่างจากคนอื่น โดยไม่จำเป็นต้องมีเพียงหนึ่ง แต่อาจมีหลายลักษณ์ที่ประกอบขึ้นมา อัตลักษณ์ไม่ใช่สิ่งที่มีอยู่ตามธรรมชาติที่เกิดขึ้นมาพร้อมกับคนหรือสิ่งของแต่เป็นสิ่งที่ถูกสร้างขึ้นและเปลี่ยนแปลงได้ ซึ่งบ่งบอกถึงลักษณะเฉพาะลักษณะพิเศษที่จะบ่งบอกตัวตนของสิ่งนั้นหรือบุคคลนั้น ประการต่อมา อัตลักษณ์ของบุคคลเป็นสัญลักษณ์อย่างหนึ่งในตัวบุคคลที่ทำให้บุคคลนั้นมีความเป็นตัวของตัวเอง ซึ่งแตกต่างจากผู้อื่น จะเห็นได้ว่า อัตลักษณ์เป็นคุณลักษณะประการหนึ่งในตัวบุคคล ซึ่งในทางสังคมวิทยามองว่า เมื่อบุคคลมาอยู่รวมกันในสังคมต้องมีการติดต่อสื่อสารกันหรือมีการกระทำทางสังคมระหว่างกัน โดยพฤติกรรมที่แต่ละบุคคลแสดงออกมาเป็นปฏิสัมพันธ์เชิงสัญลักษณ์ขึ้นอยู่กับปทัสถานทางสังคมตามโครงสร้างทางสังคมนั้น ๆ การกระทำระหว่างกันทางสังคมทำให้บุคคลมีบทบาทตามสถานการณ์ที่ตนสัมพันธ์อยู่

จะเห็นได้ว่า อัตลักษณ์ที่แสดงออกมีอยู่ 2 ลักษณะ คือ อัตลักษณ์ส่วนบุคคล คือ ลักษณะบุคคลที่นิยามตัวเองว่าคือใคร เป็นสิ่งที่เป็นรูปธรรมจนเกือบจะจับต้องและรู้สึกได้ เช่น รูปร่าง หน้าตา เพศ สถานะ ความรู้และอัตลักษณ์ทางสังคมเป็นภาพที่บุคคลอื่นมีต่อบุคคลหนึ่งโดยอาศัยสัญลักษณ์ที่มีลักษณะเป็นนามธรรม ดังนั้น อัตลักษณ์กับสังคมจึงแยกกันไม่ออกเนื่องจากการนิยามความเป็นตัวตนของอัตลักษณ์นั้นต้องมีการอ้างอิงกับสังคม แม้จะเป็นในระดับตัวบุคลก็ยังต้องมีการนิยามตนเองว่ามีบทบาทอย่าไรในสังคมที่บุคคลอาศัยอยู่อัตลักษณ์เป็นเรื่องที่มีส่วนร่วมกันอยู่ หลายประการ เช่น อัตลักษณ์เป็นเรื่องของปัจเจกชน อัตลักษณ์เป็นเรื่องของการสร้างจากบริบทเชิงพื้นที่และเวลา (วัฒนธรรมและประวัติศาสตร์) อัตลักษณ์เป็นเรื่องของการให้คำนิยามและตีความมีความหมายเชิงคุณค่า ซึ่งคุณค่าเหล่านั้นไม่จำเป็นต้องได้รับความเป็นสากล แต่ความหลากหลายทางวัฒนธรรมหรือการสร้างตัวตนจากวัฒนธรรมย่อยก็ได้ ทำให้เกิดการยอมรับซึ่งพหุลักษณ์ทางสังคม ซึ่งไม่เหมือนกับเอกลักษณ์ในคำนิยามสมัยแรกที่จะต้องสร้างเพื่อความเป็นปึกแผ่นของสังคมเท่านั้น แต่อัตลักษณ์เป็นเรื่องของการยอมรับในการมีอยู่ของปัจเจกอย่างจริงจัง

---

[7]อภิญญา เฟื่องฟูสกุล, **อัตลักษณ์**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์คณะกรรมการสภาวิจัยแห้งชาติ, 2546), หน้า 33.

2.2 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับวัฒนธรรม

จังหวัดศรีสะเกษเป็นสังคมหนึ่งที่ประกอบด้วยผู้คนหลากหลายกลุ่มชาติพันธุ์ที่มีความแตกต่างกันทางด้านวัฒนธรรมประเพณี ซึ่งอยู่ร่วมกันภายใต้การปกครองของรัฐ แต่ในความหลากหลายทางชาติพันธุ์ดังกล่าวนี้ก็มีทั้งกลุ่มชาติพันธุ์ที่ถูกจัดให้เป็นส่วนหนึ่งของสังคม ซึ่งรัฐพยายามหลอมละลายความแตกต่างที่หลากหลาย โดยใช้นโยบายการสร้างชาติไทยให้เป็นหนึ่งของรัฐบาล เช่น ชาวเขา และชาวมาเลย์ เป็นต้น จนเป็นสาเหตุทำให้เกิดความขัดแย้งระหว่างรัฐกับกลุ่มชาติพันธุ์ต่าง ๆ โดยมีรูปแบบของความขัดแย้งและการต่อต้านที่แสดงออกของกลุ่มชาติพันธุ์ เช่น การรื้อฟื้นวัฒนธรรมและอัตลักษณ์ของกลุ่ม หรือประกาศถึงความมีตัวตนแห่งอัตลักษณ์ดังกล่าวเพื่อเรียกร้องสิทธิและท้าทายต่อรองกับอำนาจครอบงำของรัฐ เป็นต้น[8] โดยต่างมีอัตลักษณ์แห่งความเป็นไทยหรืออัตลักษณ์แห่งชาติร่วมกัน และมีการปรับเปลี่ยนอัตลักษณ์ไปตามบริบท สถานการณ์และเงื่อนไขต่าง ๆ ที่พวกเขาต้องเผชิญ ในขณะเดียวกันก็ยังคงธำรงไว้ซึ่งอัตลักษณ์ชาติพันธุ์เดิมของตนด้วย แต่ในทางตรงกันข้ามก็มีกลุ่มชาติพันธ์หลายกลุ่มที่ถูกกลืนกลายวัฒนธรรมและอัตลักษณ์ทางชาติพันธุ์เดิมของตนไปเช่นกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงที่สังคมไทยเข้าสู่กระแสโลกาภิวัตน์ที่ความเจริญก้าวหน้าทางด้านเทคโนโลยีได้กระจายเข้าสู่ทุกพื้นที่ของทุกภูมิภาคในประเทศไทย

2.2.1 ที่มาของแนวคิดเกี่ยวกับวัฒนธรรม

ชุมชนหมู่บ้านอีสานเป็นสังคมที่สืบทอดวัฒนธรรมลุ่มน้ำโขง ซึ่งมีศูนย์กลางอยู่ที่ล้านช้าง อีสานเป็นดินแดนตอนปลายของวัฒนธรรมดังกล่าว อิทธิพลของกรุงเทพฯ มีน้อยมาก สมัยรัตนโกสินทร์ฝ่ายไทยถือว่าลาวและเมืองในอำนาจของลาว (อีสาน) ล้วนขึ้นต่อไทย แต่เป็นการแผ่อำนาจทางทหารเท่านั้น แต่ทางด้านวัฒนธรรมกรุงเทพฯ ยังไม่มีอิทธิพลต่ออีสานเลย[9]

อภิศักดิ์ โสมอินทร์ ได้กล่าวลักษณะสังคมวัฒนธรรมของชาวอีสาน ไว้ดังนี้

(1) สังคมอีสานเป็นสังคมเกษตร สถานบันครอบครัวเริ่มจากขนาดเล็ก อยู่ในบ้านแบบอีสาน คือเป็นห้องโล่งห้องเดียว ด้านตะวันออกมีหิ้งพระเรียกว่าห้องเปิง

(2) การตั้งถิ่นฐานเป็นแบบกระจุก (Cluster) ใครตั้งบ้านเรือนอยู่ห่างเพื่อนจะถูกมองว่ามีอะไรผิดปกติเกรงว่าชาวบ้านจะรู้ถึงสิ่งไม่ดี ชาวบ้านจึงมีความใกล้ชิดสนิทสนมกันมาก

(3) สมาชิกในสังคมดำรงอยู่ด้วยการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน

---

[8]ยศ สันตสมบัติ, **การท่องเที่ยวเชิงนิเวศ : ความหลากหลายและการจัดการทรัพยากร**, (เชียงใหม่: โรงพิมพ์นพบุรี, 2554), หน้า 44-45.

[9]ฉัตรทิพย์ นาถสุภา และพรพิไล เลิศวิชา, **วัฒนธรรมหมู่บ้านไทย**, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร: สร้างสรรค์, 2541), หน้า 63-64.

(4) สังคมอีสานยึดเกาะกันโดยมีฮีต-คอง (จารีตประเพณี-ครองธรรม) ทำหน้าที่เป็นกฎระเบียบ

(5) การดำเนินชีวิตของสังคมเกษตร ยึดถือปฏิบัติตามกรอบของฮีตสิบสอง หมุนเวียนเป็นวัฏจักรในรอบปี

(6) เป็นสังคมเปิดเผย ไม่มีลับลมคมใน ตรงไปตรงมา พูดจาไม่อ้อมค้อม[10]

วัฒนธรรมเป็นสิ่งที่มนุษย์สร้างขึ้น กำหนดขึ้น มิใช่เป็นสิ่งที่มนุษย์ทำตามสัญชาตญาณ อาจเป็นการประดิษฐ์วัตถุสิ่งของขึ้นใช้ หรืออาจเป็นการกำหนดพฤติกรรมหรือความคิด ตลอดจนวิธีการหรือระบบการทำงาน ฉะนั้น วัฒนธรรม คือ ระบบในสังคมมนุษย์ ที่มนุษย์สร้างขึ้น มิใช่ระบบที่เกิดขึ้นโดยธรรมชาติตามสัญชาตญาณ เมื่อสร้างขึ้นแล้ว จึงสอนให้คนรุ่นหลัง ได้เรียนรู้หรือนำไปปฏิบัติ และมีการเรียนรู้ การถ่ายทอด เมื่อมนุษย์รู้จักเรียนรู้จึงทำให้มนุษย์รู้ว่าอะไร คือขนบธรรมเนียมประเพณีของสังคม[11] มนุษย์สร้างวัฒนธรรมขึ้นมาเพื่อประโยชน์ในการดำรงชีวิตและการสืบทอดเผ่าพันธุ์[12] ซึ่งที่มาของคำว่า “วัฒนธรรม” สมัยแรกเริ่มมีพระภิกษุรูปหนึ่งชื่อ “พระมหาพูล” แห่งวัดมหาธาตุยุววราชรังสฤษฎ์ ได้ทดลองใช้คำว่า “ภูมิธรรม” ที่แปลมาจากศัพท์ภาษาอังกฤษว่า “culture” โดยสมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระยาดำรงราชานุภาพ เห็นดีเห็นงามด้วย และกล่าวไว้เป็นหลักฐานในปาฐกถาเมื่อปี พ.ศ. 2474 ต่อมาปี พ.ศ. 2475 พระวรวงศ์เธอกรมหมื่นนราธิปพงศ์ประพันธ์ ขณะทรงพระยศเป็นพระองค์เจ้าวรรณไวทยากร ทรงใช้คำว่า “วัฒนธรรม” และมีผู้นิยมใช้คำนี้กันอย่างแพร่หลาย จึงถือว่าพระองค์เป็นผู้บัญญัติศัพท์ดังกล่าว[13]

วัฒนธรรม จึงหมายถึง ผลิตผลทางสังคม เมื่อมนุษย์รวมกลุ่มกันทำกิจกรรมทางสังคม ย่อมทำให้เกิดการสร้างสรรค์วัฒนธรรมขึ้น เพื่อสนองตอบความต้องการทางด้านสังคม มนุษย์จะดำเนินกิจกรรมทุกอย่างอยู่ภายใต้กรอบวัฒนธรรม ทั้งที่เป็นวัฒนธรรมที่ตนเองสร้างขึ้น และวัฒนธรรมที่เป็นของสังคม เรียกได้ว่าวัฒนธรรมมีความสำคัญต่อชีวิตมนุษย์ทุก ๆ ด้านตั้งแต่เกิดจนตาย ดังที่ จำนงค์ อดิวัฒนสิทธิ์ และคณะ[14] ได้กล่าวว่า วัฒนธรรมเป็นองค์ประกอบพื้นฐานอันเป็น

---

[10]อภิศักดิ์ โสมอินทร์, **โลกทัศน์อีสาน**, พิมพ์ครั้งที่ 2, (ม.ป.ท. : ม.ป.พ., 2537), หน้า 73-88.

[11]อมรา พงศาพิชญ์, **วัฒนธรรม ศาสนา และชาติพันธุ์ : วิเคราะห์สังคมไทยแนวมานุษยวิทยา**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2538), หน้า 1-2.

[12]กระทรวงวัฒนธรรม, **ฐานระบบคิดการตั้งกระทรวงวัฒนธรรมและการดำเนินงานวัฒนธรรมยุคปฏิรูประบบราชการ**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ, 2535), หน้า 3.

[13]วาสนา บุญสม, **ศิลปะและวัฒนธรรมไทย**, (กรุงเทพมหานคร: ประกายแสง, 2541), หน้า 11.

[14]จำนงค์ อดิวัฒนสิทธิ์ และคณะ, **สังคมวิทยา**, พิมพ์ครั้งที่ 13, (กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2549), หน้า 15.

แกนสำคัญอันหนึ่งของมนุษย์ ทั้งนี้เพราะวัฒนธรรมเป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิตของคนในสังคม วัฒนธรรมเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมของมนุษย์ในแต่ละสังคม ทั้งนี้มีผู้ให้ความหมายของคำว่า "วัฒนธรรม" ไว้แตกต่างกันไปดังนี้

2.2.2 ความหมายของวัฒนธรรม

คำว่า วัฒนธรรม เป็นคำสมาสระหว่างภาษาบาลีกับภาษาสันสกฤต คำว่า วัฒนะ มาจากคำบาลีว่า วฑฺฒน แปลว่า เจริญงอกงาม ส่วนคำว่า ธรรม มาจากภาษาสันสกฤตว่า ธรรม หมายถึง คุณความดี ดังนั้น คำว่า "วัฒนธรรม" แปลตามรากศัพท์หมายถึง ลักษณะที่แสดงถึงความงอกงาม ความเป็นระเบียบเรียบร้อย และมีศีลธรรมอันดีงามของประชาชน[15] ตรงภาษาอังกฤษว่า Culture เดิมพระเจ้าวรงค์เธอกรมหมื่นนราธิปพงศ์ประพันธ์ ทรงบัญญัติว่า "พฤติธรรม" ทรงประสงค์ให้เป็นรูปศัพท์สันสกฤตทั้งหมด ต่อมาทรงเปลี่ยนเป็นวัฒนธรรม ซึ่งใช้กันในปัจจุบัน[16]

กล่าวอีกนัยหนึ่ง คำว่า วัฒนธรรม เป็นภาษาบาลีและสันสกฤต "วัฒน" เป็นภาษาบาลี แปลว่า "เจริญงอกงาม" ส่วนคำว่า "ธรรม" เป็นภาษาสันสกฤต หมายถึง "ความดี" ซึ่งถ้าแปลตามรากศัพท์ก็คือ "สภาพอันเป็นความเจริญงอกงามหรือลักษณะที่แสดงถึงความเจริญงอกงาม" ดังนั้น อาจกำหนดความหมายคำว่า วัฒนธรรม ได้หลายประการ คือ วัฒนธรรมบ่งบอกถึงประวัติศาสตร์และความเป็นมาของการดำรงอยู่ที่สอดคล้องกับความคิด ความเชื่อ ของคนในสังคมที่แตกต่างกันตามเชื้อชาติ สีผิว เผ่าพันธุ์

คำว่า วัฒนธรรม ได้มีการบัญญัติความหมายไว้อย่างเป็นทางการเมื่อสมัยรัฐบาลจอมพล ป. พิบูลสงคราม เมื่อ พ.ศ. 2485 ว่า วัฒนธรรม หมายถึง ลักษณะที่แสดงถึงความเจริญงอกงาม ความเป็นระเบียบเรียบร้อย ความกลมเกลียมก้าวหน้าของชาติ และศีลธรรมอันดีของประชาชน[17]

ศรีจักร วัลลิโภดม, รศ.ดร. อธิบายเรื่องของวัฒนธรรมว่า มนุษย์ต้องอยู่ร่วมกันเพื่อความอยู่รอด จึงสร้างวัฒนธรรมเพื่อการดำรงอยู่ วัฒนธรรมจะดีหรือไม่ดีขึ้นอยู่กับความนึกคิดของคนในสังคมนั้นๆ[18]

---

[15]สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ, **ประเพณีไทย**, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร: คุรุสภาลาดพร้าว, 2531ก), หน้า 6.

[16]พระยาอนุมานราชธน, **การศึกษาเรื่องประเพณีไทย**, (กรุงเทพมหานคร: ราชบัณฑิตยสถาน, 2515), หน้า 22.

[17]ราชบัณฑิตยสถาน, **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542**, (กรุงเทพมหานคร: ศิริวัฒนาอินเตอร์พรินท์, ๒๕๔๒), หน้า ๗๕๗.

[18]ศรีจักร วัลลิโภดม, รศ.ดร., **ความหมายของพระบรมธาตุในอารยธรรมสยามประเทศ**, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร: เมืองโบราณ, 2539), หน้า 11.

สมชัย ใจดี และยรรยง ศรีวิริยาภรณ์ กล่าวว่า วัฒนธรรมเป็นวิถีชีวิต หรือการดำเนินชีวิตของกลุ่มใด กลุ่มหนึ่ง ซึ่งหมายถึง ความคิด ศิลปะ วรรณคดี ดนตรี ปรัชญา ศีลธรรม จรรยา ภาษา กฎหมาย ความเชื่อ ขนบธรรมเนียมประเพณี และสิ่งต่าง ๆ ที่มนุษย์สร้างขึ้น ซึ่งได้ถ่ายทอดให้กับคนรุ่นต่อ ๆ มาเป็นเรื่องของการเรียนรู้จากคนกลุ่มหนึ่งไปยังคนอีกกลุ่มหนึ่ง ซึ่งถ้าสิ่งใดดีก็เก็บไว้ สิ่งใดควรแก้ก็ต้องแก้ไขให้ดีขึ้น เพื่อเป็นการส่งเสริมให้มีลักษณะที่ดีประจำชาติต่อไป วัฒนธรรมจึงเป็นการแสดงออกซึ่งความเจริญงอกงาม ความเป็นระเบียบเรียบร้อย และศีลธรรมอันดีงามของประชาชน[19]

วาสนา บุญสม ให้ความหมายว่า วัฒนธรรม หมายถึง แนวทางการประพฤติปฏิบัติ การดำเนินชีวิตที่ดีงาม เป็นสิ่งที่สะสม สืบทอด และแพร่ขยายมาเป็นระยะเวลาอันยาวนานในแต่ละกลุ่มชนของมนุษย์[20]

พระยาอนุมาณราชธน กล่าวว่า วัฒนธรรม เป็นสิ่งที่มนุษย์เปลี่ยนแปลงปรับปรุง หรือผลิตสร้างขึ้น เพื่อความเจริญงอกงามในวิถีชีวิตของมนุษย์ ในส่วนรวมที่ถ่ายทอดกันได้ เลียนแบบกันได้ เอาอย่างกันได้ วัฒนธรรมจึงเป็นสิ่งอันเป็นผลผลิตของส่วนรวม ที่มนุษย์ได้เรียนรู้มาจากคนสมัยก่อน สืบต่อกันมาเป็นประเพณี วัฒนธรรม จึงเป็นทั้งความคิดเห็น หรือการกระทำของมนุษย์ในส่วนรวมที่เป็นลักษณะเดียวกัน และสำแดงให้ปรากฏเป็นภาษา ความเชื่อ ระเบียบ ประเพณี[21]

พระเทพเวที (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้อธิบายความหมายของวัฒนธรรม ว่า วัฒนธรรมเป็นผลร่วมแห่งการสั่งสมสิ่งสร้างสรรค์และภูมิธรรมภูมิปัญญาที่ถ่ายทอดสืบต่อกันมาของสังคม วัฒนธรรมรวมไปถึงวิถีชีวิตความเป็นอยู่ทั้งหมดของสังคม ตั้งแต่ภายในจิตใจ ค่านิยม คุณค่าทางใจ คุณธรรม ลักษณะนิสัย แนวความคิด สติปัญญา ท่าที วิธีปฏิบัติของมนุษย์ต่อร่างกายและจิตใจ ลักษณะความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ ตลอดจนความรู้ความเข้าใจการมอง และการปฏิบัติของมนุษย์ต่อสิ่งแวดล้อม เป็นการสั่งสมประสบการณ์ความรู้ความสามารถ คุณธรรม ภูมิปัญญาทั้งหมดที่ช่วยให้มนุษย์ในสังคมนั้น ๆ อยู่รอดและเจริญสืบต่อมาได้[22]

---

[19]สมชัย ใจดี และยรรยง ศรีวิริยาภรณ์, **ประเพณีและวัฒนธรรมไทย**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ไทยวัฒนา, 2545), หน้า 1.

[20]วาสนา บุญสม, **ศิลปะและวัฒนธรรมไทย**, (กรุงเทพมหานคร: ประกายแสง, 2541), หน้า 11.

[21]พระยาอนุมานราชธน, **เชื้อชาติ ภาษา และวัฒนธรรม**, (กรุงเทพมหานคร: กรมการศาสนา, ม.ป.ป.), หน้า 21.

[22]พระเทพเวที (ป.อ. ปยุตฺโต), “วัฒนธรรมกับการพัฒนา,” ใน **บทบาทของภาคเอกชน : ธนาคารพาณิชย์ในการบริหารงานทางด้านวัฒนธรรม**, (กรุงเทพมหานคร: อัมรินทร์พริ้นติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง, 2536), หน้า 1.

สุเชาว์ พลอยชุม กล่าวว่า วัฒนธรรม มีความหมาย 2 ลักษณะ ลักษณะหนึ่งหมายถึง สิ่งที่เป็นเหตุให้เกิดความเจริญงอกงาม อีกลักษณะหนึ่งหมายถึงสภาพหรือความเจริญงอกงามอันเป็นผลจากการสร้างสรรค์ของคน ซึ่งส่วนมากบทนิยามของวัฒนธรรมจะเน้นความหมายในลักษณะที่สอง[23]

อมรา พงศาพิชญ์ กล่าวถึงวัฒนธรรมว่า คือ สิ่งที่มนุษย์สร้างขึ้นกำหนดขึ้น มิใช่สิ่งที่มนุษย์ทำตามสัญชาตญาณ อาจเป็นการประดิษฐ์วัตถุสิ่งของขึ้นใช้ หรืออาจเป็นการกำหนดพฤติกรรมหรือความคิด ตลอดจนวิธีการหรือระบบการทำงาน ฉะนั้นวัฒนธรรมก็คือระบบในสังคมของมนุษย์ที่มนุษย์สร้างขึ้น มิใช่ระบบที่เกิดขึ้นโดยธรรมชาติตามสัญชาตญาณ[24]

สมชาย ลำดวน อธิบายความหมายของวัฒนธรรมว่า มีสองนัยคือความหมายตามแบบสากลและความหมายในแบบของไทย วัฒนธรรมตามความหมายของสากล ได้แก่ ผลิตผลใด ๆ ที่เกิดจากการกระทำของมนุษย์ แล้วได้รับการยอมรับจากสังคมนำมายึดถือปฏิบัติตาม มีลักษณะเป็นกลาง ๆ จะเป็นไปในทางดีก็ได้ชั่วก็ได้ ส่วนความหมายตามแบบไทย หมายถึง ผลิตผลของสังคมมนุษย์ที่จัดอยู่ในระดับดีงามและถูกต้อง คือนอกจากจะเป็นที่ยอมรับของสังคมแล้วยังจะต้องประกอบด้วยศีลธรรม คุณธรรม และจริยธรรมด้วย ถ้าเป็นวัฒนธรรมทางศิลปะเรียกว่า “ศิลปวัฒนธรรม” ถ้าเป็นวัฒนธรรมทางสังคมเรียกว่า “สังคมวัฒนธรรม”[25]

Linton นักมานุษวิทยาชาวอเมริกัน ได้ให้ความหมายของวัฒนธรรมไว้ว่า วัฒนธรรมเป็นผลงานของความรู้ ทัศนคติ แบบแผนพฤติกรรม หรือลักษณะที่สมาชิกใช้ร่วมกัน และถ่ายทอดไปยังสมาชิกรุ่นต่อมาในสังคมใดสังคมหนึ่ง[26]

จะเห็นได้ว่า คำว่า “วัฒนธรรม” หมายถึง“ลักษณะที่แสดงถึงความเจริญงอกงาม ความเป็นระเบียบเรียบร้อย ความกลมเกลียวก้าวหน้าของชาติ และศีลธรรมอันดีงามของประชาชน” วัฒนธรรมเป็นส่วนประกอบที่สลับซับซ้อนทั้งหมดของลักษณะอันชัดเจนของจิตวิญญาณวัตถุ สติปัญญา และอารมณ์ ซึ่งประกอบกันขึ้นเป็นสังคมหรือหมู่คณะ วัฒนธรรมมิได้หมายถึงเฉพาะเพียงศิลปะและวรรณกรรมเท่านั้นแต่หมายถึงฐานนิยมต่าง ๆ ของชีวิต สิทธิพื้นฐานต่าง ๆ ของมนุษย์ ระบบค่านิยมขนบธรรมเนียมประเพณีและความเชื่อ วัฒนธรรมจึงแสดงให้เห็นได้ในลักษณะ ต่าง ๆ

---

[23]สุเชาว์ พลอยชุม, “ศาสนาในวัฒนธรรมไทย”, ใน **ไทยศึกษา**, (กรุงเทพมหานคร: คณะกรรมการวิชาไทยศึกษา ศูนย์วิชาบูรณาการ หมวดวิชาศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2551), หน้า 39.

[24]อมรา พงศาพิชญ์, **วัฒนธรรม ศาสนา และชาติพันธุ์ : วิเคราะห์สังคมไทยแนวมานุษยวิทยา**, พิมพ์ครั้งที่ 4. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2541), หน้า 1.

[25]สมชาย ลำดวน, **ถอดรหัสวัฒนธรรม**, (กาฬสินธุ์: ประสานการพิมพ์, 2552), หน้า 7-26.

[26]Linton, Ralph, **The Study of Man**, (New York: Appleton Century Cooperation, 1973), p. 254.

เช่น ความดี ความงาม และความเจริญในชีวิตมนุษย์ซึ่งปรากฏในรูปธรรมต่างๆ และได้ตกทอดมาถึงเราในปัจจุบันเป็นแบบอย่างหรือการดำรงชีวิตของกลุ่ม ซึ่งสมาชิกเรียนรู้ถ่ายทอดกันไปด้วยการอบรมสั่งสอนทั้งทางตรงและทางอ้อมหรือหมายความง่าย ๆ ว่าแบบแผนชีวิตความเป็นอยู่ของชนกลุ่มหนึ่งในขณะใดขณะหนึ่งเป็นวิถีชีวิตการปฏิบัติและสิ่งของที่เป็นผลมาจากการสะสมถ่ายทอดจากกลุ่มบุคคลกลุ่มหนึ่งไปสู่รุ่นถัด ๆ ไปเพื่อแสดงความเป็นเอกลักษณ์หรือเครื่องบ่งชี้ความเป็นกลุ่มชนของกลุ่มบุคคลนั้น ๆ เป็นวิถีการดำเนินชีวิตของสังคมเป็นแบบแผนการประพฤติปฏิบัติและการแสดงออกซึ่งความรู้สึกนึกคิดในสถานการณ์ต่างๆ ที่สมาชิกในสังคมเดียวกันสามารถแก้ไขและซาบซึ้งร่วมกัน

2.2.3 หลักการสำคัญของวัฒนธรรม

มีนักวิชาการหลายท่านได้กล่าวถึงลักษณะและโครงสร้างทางวัฒนธรรมเอาไว้เพื่อให้เห็นภาพวัฒนธรรมที่ชัดเจนขึ้น ผู้วิจัยขอนำเสนอหลักการสำคัญของวัฒนธรรมที่มีผู้อธิบายไว้ดังนี้

ยศ สันตสมบัติ และวิฑูร ปัญญากุล ได้สรุปลักษณะพื้นฐานที่สำคัญของวัฒนธรรมไว้ 6 ประการ คือ

(1) วัฒนธรรมเป็นความคิดร่วม (Shared Ideas) และค่านิยมทางสังคมซึ่งเป็นตัวกำหนดมาตรฐานของพฤติกรรม

(2) วัฒนธรรมเป็นสิ่งที่มนุษย์เรียนรู้ (Culture is Learned) จากการเกิดและการเติบโตในสังคมแห่งหนึ่ง

(3) วัฒนธรรมพื้นฐานมาจากการใช้สัญลักษณ์ (Symbol)

(4) วัฒนธรรมเป็นองค์รวมของความรู้และปัญญา ซึ่งมีหน้าที่ตอบสนองความต้องการของมนุษย์

(5) วัฒนธรรม คือ กระบวนการที่มนุษย์กำหนดนิยามความหมายให้กับชีวิต และสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัว

(6) วัฒนธรรมเป็นสิ่งไม่หยุดนิ่ง มีการเปลี่ยนแปลงปรับตัวตลอดเวลา[27]

บุญยงค์ เกศเทศ กล่าวถึงวัฒนธรรมว่า มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ปัจจัยพื้นฐานซึ่งเป็นกระบวนการที่ทำให้วัฒนธรรมเปลี่ยนแปลงมี 4 ประการ คือ

(1) การค้นพบสิ่งที่มีอยู่แล้วแต่ซ่อนเร้นอยู่ไม่มีใครทราบมาก่อน

(2) การประดิษฐ์สร้างสิ่งใหม่ที่เคยมีมาก่อนหรือคิดหาวิธีใหม่มาใช้ในสังคม

(3) วิวัฒนาการการปรับปรุงพัฒนาให้ดียิ่งขึ้น

---

[27]ยศ สันตสมบัติ และวิฑูร ปัญญากุล, **ความหลากหลายทางชีวภาพมิติทางสังคม และนิเวศ**, (กรุงเทพมหานคร: สถาบันชุมชนท้องถิ่นพัฒนา, 2537), หน้า 11-13.

(4) การแพร่กระจายให้กว้างขวางออกไปมีการหยิบยืมไปใช้กันได้[28]

นิยพรรณ วรรณศิริ ผลวัฒนะ กล่าวถึงลักษณะพื้นฐานของวัฒนธรรมไว้ว่า วัฒนธรรมเป็นผลผลิตของระบบคิดของมนุษย์ วัฒนธรรมสามารถเปลี่ยนแปลงได้ไม่คงที่ วัฒนธรรมเป็นสิ่งที่บุคคลได้มาด้วยการเรียนรู้โดยใช้ภาษาเป็นเครื่องมือ วัฒนธรรมเป็นสมบัติส่วนรวม มีระบบครรลองจารีต เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตร่วมกัน[29]

สุพัตรา สุภาพ ได้กล่าวไว้ว่า วัฒนธรรมเป็นสิ่งที่สร้างขึ้นมา โดยมนุษย์ มนุษย์เป็นสัตว์ประเภทเดียวที่มีวัฒนธรรม คือมีวิธีการเรียนรู้รับช่วงสืบต่อกันมาได้ และสร้างสรรค์เพิ่มเติม การที่มนุษย์สามารถสร้างวัฒนธรรมได้ดี ก็เพราะมนุษย์มีลักษณะทางกายภาพและจิตใจเป็นพิเศษเหนือสัตว์ทั้งปวง[30]

งามพิศ สัตย์สงวน กล่าวว่า วัฒนธรรมเป็นหนทาง หรือวิธีการต่าง ๆ ที่มนุษย์ในสังคมสร้างขึ้นมาเพื่อแก้ปัญหาพื้นฐานในการมีชีวิตรอด โดยทั่วไปมนุษย์จะสร้างวัฒนธรรมและส่งผ่านไปให้ลูกหลาน แต่ในเวลาเดียวกันวัฒนธรรมก็หล่อหลอมตัวมนุษย์ด้วยเช่นกัน ดังนั้น มนุษย์ในทุกชุมชนทุกสังคมจะมีพฤติกรรมทางสังคม มีความคิดและความรู้สึกในโลกของวัฒนธรรมเท่านั้น โดยงามพิศได้เสนอองค์ประกอบของระบบวัฒนธรรมในลักษณะองค์รวม (Holistic) ที่มีลักษณะเป็นสากล ซึ่งนักมานุษยวิทยาจำเป็นจะต้องนำไปใช้เก็บรวบรวมข้อมูลในสนามวิจัย ซึ่งเป็นรากฐานสำคัญของการทำความเข้าใจพฤติกรรมของผู้คน ว่าประกอบไปด้วย ระบบครอบครัวและเครือญาติ ระบบเศรษฐกิจ ระบบการเมืองการปกครอง การขัดเกลาทางสังคมและการศึกษา ศาสนา และความเชื่อ การแพทย์และสาธารณสุข การสื่อสาร ศิลปะ และนันทนาการ[31] เป็นต้น

เพื่อให้ง่ายต่อการเข้าใจผู้วิจัยขอนำเสนอแผนผังมโนทัศน์เกี่ยวกับโครงสร้างทางวัฒนธรรมที่ดัดแปลงมาจากแผนผังที่งามพิศ สัตย์สงวน ได้เสนอไว้ในหนังสือการวิจัยเชิงคุณภาพทางมานุษยวิทยา[32] ดังนี้

---

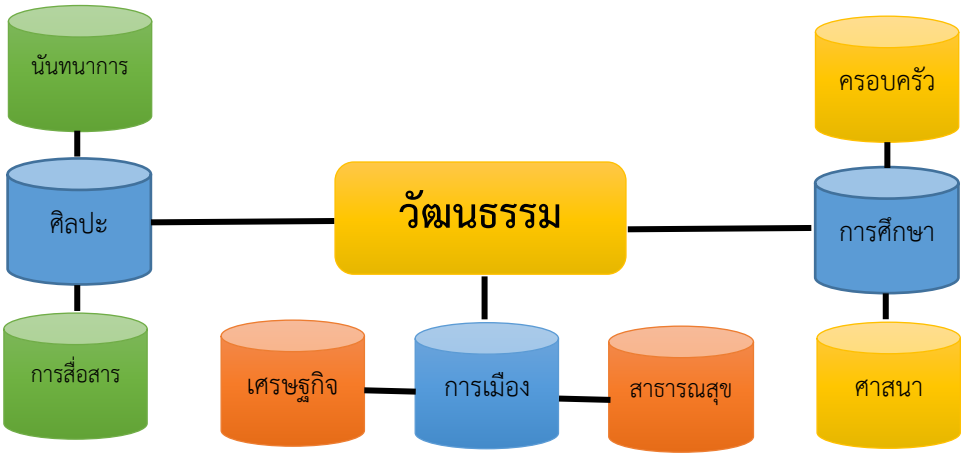
[28]บุญยงค์ เกศเทศ, “ดอนปู่ตา ป่าวัฒนธรรมอีสาน”, ใน **ปกิณกะไทยคดีนิพนธ์**, (มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2542), หน้า 62-66.

[29]นิยพรรณ (ผลวัฒนะ) วรรณศิริ, **มานุษยวิทยาสังคมและวัฒนธรรม**, (กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2540), หน้า 39-45.

[30]สุพัตรา สุภาพ, **สังคมและวัฒนธรรมไทย ค่านิยม ครอบครัว ประเพณี**, (กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2536), หน้า 99.

[31]งามพิศ สัตย์สงวน, **การวิจัยเชิงคุณภาพทางมานุษยวิทยา**, พิมพ์ครั้งที่ 5, (กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2551), หน้า 2-3.

[32]เรื่องเดียวกัน, หน้า 4-5.



ภาพที่ 2.1 แสดงแผนผังระบบโครงสร้างทางวัฒนธรรม

จากภาพที่ 2.1 กล่าวสรุปได้ว่า วัฒนธรรมประกอบด้วยลักษณะต่าง ๆ ดังนี้

(1) วัฒนธรรมเป็นสิ่งที่จะต้องเรียนรู้ เพราะวัฒนธรรมไม่ได้เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติหรือเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นโดยสัญชาตญาณ แต่วัฒนธรรมเป็นผลรวมทางด้านความคิดของมนุษย์ในแต่ละสังคม ซึ่งคนในแต่ละสังคมจะต้องเรียนรู้เพื่อกระทำให้ถูกต้องตามสังคมที่ตนอาศัยอยู่

(2) วัฒนธรรมเป็นมรดกทางสังคม เป็นสมบัติของส่วนรวมและถ่ายทอดจากบุคคลรุ่นก่อนซึ่งเป็นผู้รักษาวัฒนธรรมเอาไว้สู่คนรุ่นต่อไป มีการสั่งสมถ่ายทอดต่อเนื่องไปเป็นกระแสวัฒนธรรม เป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงไปตามยุคสมัย การเปลี่ยนแปลงบางอย่างอาจใช้เวลานานกว่าจะปรากฏให้เห็นได้ แต่บางอย่างอาจไปอย่างรวดเร็วทำให้มองเห็นความเปลี่ยนแปลงได้ชัดเจน

(3) วัฒนธรรมอาจสลายตัวหรือตายไปได้ เมื่อคนในสังคมไม่มีการยอมรับ หรือไม่มีการถ่ายทอดต่อ อย่างไรก็ตามลักษณะทางวัฒนธรรมที่สำคัญจะต้องมี “ความดี ความงาม และความจริงเป็นแกน” จึงจะสามารถทำให้วัฒนธรรมนั้นดำรงอยู่ และเป็นประโยชน์อย่างแท้จริงกับคนในสังคม

การมองเรื่องวัฒนธรรมจึงควรมองอย่างมีพลวัต ทั้งในด้านเวลาและสถานที่การดำรงอยู่ของวัฒนธรรมนั้นๆ การอนุรักษ์วัฒนธรรมมีความสำคัญต่อวิถีการดำเนินชีวิตและความเป็นอยู่ของมนุษย์ ไม่ว่าจะเป็นโบราณสถาน โบราณวัตถุ ภาษา วรรณกรรม ศิลปกรรม ความเชื่อตลอดจนขนบธรรมเนียมและประเพณี ที่ได้มีบรรพบุรุษสืบทอดถ่ายทอดกันมาอย่างยาวนาน วัฒนธรรมเป็นเอกลักษณ์ของสังคมหรือประเทศชาติ ถ้าวัฒนธรรมเดิมสูญสิ้นหรือถูกกลืนหายไปโดยวัฒนธรรมของสังคมอื่น หรือของชาติอื่นทั้งหมดแล้ว สังคมนั้นก็จะหมดความเป็นตัวของตัวเอง ได้ชื่อว่าเป็นสังคมหรือชาติที่ไม่มีความเป็นไทยทางวัฒนธรรม

2.2.4 ประเภทของวัฒนธรรม

ประเภทของวัฒนธรรมสามารถจำแนกได้หลายวิธีการทั้งที่เป็นแบบสากลนิยมและเป็นการจำแนกตามลักษณะเฉพาะเพื่อให้ง่ายต่อการทำความเข้าใจตามวัตถุประสงค์ของการนำไปใช้ ทั้งนี้ได้มีผู้จำแนกประเภทของวัฒนธรรมไว้ต่าง ๆ กัน ดังนี้

วรรณา นาวิกมูล กล่าวว่า วัฒนธรรมพื้นบ้านซึ่งหมายถึง วิถีชีวิตของประชาชนในท้องถิ่นใดท้องถิ่นหนึ่ง อาจปรากฏในรูปวัตถุ เครื่องใช้ไม้สอย จัดเป็นวัฒนธรรมทางวัตถุ (Material Culture) หรืออาจปรากฏในรูปสัญลักษณ์ เป็นขนบธรรมเนียมนิยมหรือวิธีการประพฤติปฏิบัติที่ตกทอดกันมาที่หล่อหลอมให้คนในท้องถิ่นอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข จัดเป็นวัฒนธรรมที่ไม่ใช่วัตถุ แต่เป็นวัฒนธรรมทางจิตใจ (Non-Material Culture)[33]

สมชาย ลำดวน ได้แบ่งวัฒนธรรมออกเป็น 4 ประเภท เรียกว่า “จตุสดมภ์แห่งวัฒนธรรม” โดยอธิบายว่า จตุสดมภ์แห่งวัฒนธรรม ได้แก่ วัตถุธรรม สังคมธรรมจิตใจธรรม และปัญญาธรรม เมื่อยุบรวมลงเป็นทวิวัฒนธรรมหรือวัฒนธรรม 2 ระบบ ในส่วนวัฒนธรรมที่เป็นรูปธรรมได้แก่ วัตถุธรรม และสังคมธรรม ส่วนที่เป็นนามธรรม คือ จิตใจธรรมและปัญญาธรรม[34]

สุเชาว์ พลอยชุม ได้แยกประเภทวัฒนธรรมออกเป็น 2 และ 4 ประเภทตามลำดับ แบบสองประเภท แบ่งเป็นวัฒนธรรมทางวัตถุและวัฒนธรรมทางจิตใจ ส่วนแบบสี่ประเภทแบ่งเป็น คติธรรม วัฒนธรรมเกี่ยวกับหลักการดำเนินชีวิต เนติธรรม วัฒนธรรมทางกฎหมายวัตถุธรรม วัฒนธรรมทางวัตถุ และสหธรรม วัฒนธรรมทางสังคม[35]

ยศ สันตสมบัติ และวิฑูร ปัญญากุล กล่าวถึงลักษณะพื้นฐานสำคัญของสิ่งที่เรียกว่าวัฒนธรรมเอาไว้ในหนังสือมนุษย์กับวัฒนธรรม โดยจัดวัฒนธรรมออกเป็น 3 ประเภท คือ

(1) วัฒนธรรมรองทางเชื้อชาติ (Ethnic Subculture) เป็นวัฒนธรรมที่บ่งบอกถึงที่มาของชนชาติต่าง ๆ ที่มีบุคคลหลายเชื้อชาติอยู่ปะปนกันจึงมีการสัมพันธ์กันภายในกลุ่มตนและเชื้อชาติอื่น ทำให้ได้รับอิทธิพลซึ่งกันและกัน

(2) วัฒนธรรมรองทางท้องถิ่น หรือตามภาค (Regional Subculture) ในแต่ละภาคของสังคมหนึ่ง ๆ จะมีร่องรอยของประวัติความเป็นมาและการเริ่มตั้งถิ่นฐาน ซึ่งเป็นผลมาจากวัฒนธรรมที่แตกต่างกันของผู้ที่มาตั้งรกรากอยู่ ณ ที่เดียวกัน

---

[33]วรรณา นาวิกมูล, “วัฒนธรรมพื้นบ้านและภูมิปัญญาท้องถิ่น”, ใน **ไทยศึกษา**, (กรุงเทพมหานคร: คณะกรรมการวิชาไทยศึกษา ศูนย์วิชาบูรณาการหมวดวิชาศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2551, หน้า 173-175.

[34]สมชาย ลำดวน, **ถอดรหัสวัฒนธรรม**, (กาฬสินธุ์: ประสานการพิมพ์, 2552), หน้า 20.

[35]สุเชาว์ พลอยชุม, “ศาสนาในวัฒนธรรมไทย,” ใน **ไทยศึกษา**, (กรุงเทพมหานคร: คณะกรรมการวิชาไทยศึกษา ศูนย์วิชาบูรณาการหมวดวิชาศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2551), หน้า 41.

(3) วัฒนธรรมรองทางอาชีพ (Occupational Subculture) อาชีพแต่ละอาชีพมักจะมีแบบการดำรงชีวิตต่างกัน อาชีพก่อให้เกิดประเภทของเพื่อนฝูงที่เราจะคบ กำหนดชั้นของสังคม และเป็นแบบอย่างของการดำรงชีวิต[36]

สาโรช บัวศรี แบ่งประเภทของวัฒนธรรมตามแบบสากล ดังนี้

(1) ศิลปกรรม ได้แก่ ภาษาและวรรณคดี การละคร นาฏศิลป์ วิจิตรศิลป์การดนตรี สถาปัตยกรรม ประติมากรรม ศิลปกรรมที่เกิดใหม่ด้านวิทยุ โทรทัศน์ และภาพยนตร์

(2) มนุษยศาสตร์ ได้แก่ ศาสนา จริยธรรม ปรัชญา ธรรมเนียม ประเพณี มานุษยวิทยา อุดมการณ์ ทัศนคติของคนในชาติ กฎเกณฑ์ ระเบียบวินัย เป็นต้น

(3) การช่างฝีมือ ได้แก่ การทอ การแกะสลัก การเย็บปักถักร้อย การทำเครื่องเงินเครื่องทอง การทำเครื่องปั้นดินเผา การจักสาน ช่างเหล็ก ช่างไม้ เป็นต้น

(4) การกีฬาและการนันทนาการ ได้แก่ การกีฬาพื้นเมือง การละเล่นต่าง ๆ การต่อยมวย การฟันดาบ กระบี่กระบอง เป็นต้น

(5) คหกรรม ได้แก่ อาหารการกิน เสื้อผ้า การแต่งกาย การตกแต่งบ้านเรือน การเลี้ยงดูอบรมลูก มารยาทการต้อนรับ การอยู่กันเป็นครอบครัว เป็นต้น[37]

จะเห็นได้ว่า วัฒนธรรม จำแนกออกได้หลายแบบหลายประเภทแตกต่างไปตามความเห็นและทัศนะของผู้จำแนก ถ้าแบ่งตามลักษณะทางกายภาพสามารถแบ่งได้ 2 ประเภทใหญ่ ๆ คือ วัฒนธรรมทางวัตถุ หรือวัฒนธรรมที่จับต้องได้ และวัฒนธรรมทางจิตใจ หรือสิ่งที่จับต้องไม่ได้แต่มีความจำเป็นและมีอิทธิพลต่อชีวิตของคนเรา เช่น ความเชื่อ ภาษา ศาสนา คุณธรรม เป็นต้น หรือถ้าแบ่งเป็น 4 ประเภทประกอบด้วย วัฒนธรรมทางคติดำเนินชีวิต วัฒนธรรมทางด้านระเบียบและกฎหมาย วัฒนธรรมทางวัตถุ และวัฒนธรรมทางสังคม

2.2.5 บทบาทและวิธีการสำคัญของวัฒนธรรม

ดังที่กล่าวมาแล้วว่า วัฒนธรรมมีความเกี่ยวข้องกับชีวิตของคนเราตั้งแต่เกิดจนตายมนุษย์ทุกคนต้องอยู่ภายใต้อิทธิพลของวัฒนธรรม ในขณะเดียวกันมนุษย์ก็เป็นผู้กำหนดและสร้างสรรค์วัฒนธรรมขึ้นมาด้วย ทั้งนี้มีผู้กล่าวถึงบทบาทของวัฒนธรรมไว้ดังนี้

วัฒนธรรมชาวบ้านเป็นพลังผลักดันการพัฒนาชุมชนที่สำคัญที่สุด เพราะเป็นสิ่งที่ประชาชนสร้างขึ้นเอง การวิเคราะห์ประวัติศาสตร์ชุมชนจะช่วยให้สามารถค้นหาได้ว่าการปฏิบัติและพิธีกรรมมีที่มาอย่างไร ทำให้ชาวบ้านตื่นรับรู้เอกลักษณ์และคุณค่าของตัวเอง ค้นพบจิตสำนึกอิสระ

---

[36]ยศ สันตสมบัติ และวิฑูร ปัญญากุล, **ความหลากหลายทางชีวภาพมิติทางสัมคมและนิเวศ**, (กรุงเทพมหานคร: สถาบันชุมชนท้องถิ่นพัฒนา, 2537), หน้า 11-13.

[37]สาโรช บัวศรี, **วัฒนธรรมประจำชาติ**, (กรุงเทพมหานคร: อัมรินทร์พริ้นติ้งกรุ๊ป, 2531), หน้า 56.

ของชุมชน เห็นคุณค่าของการรวมตัวเป็นชุมชน และซาบซึ้งในประวัติศาสตร์การต่อสู้ร่วมกันตลอดมา เมื่อเห็นภัยคุกคามจากวัฒนธรรมภายนอกจะทำให้เกิดอุดมการณ์ทางการต่อสู้ที่มีพลัง[38]

สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ ได้กำหนดกรอบของวัฒนธรรมไว้ดังนี้

(1) วัฒนธรรมเป็นวิถีการดำเนินชีวิตของสังคม เป็นแบบแผนการประพฤติปฏิบัติ การแสดงความรู้สึกนึกคิดที่สมาชิกในสังคมสามารถเข้าใจ และซาบซึ้งร่วมกัน

(2) วัฒนธรรมเกิดจากการประพฤติร่วมกัน เป็นแนวเดียวกันอย่างต่อเนื่องของสมาชิกในสังคม มีการสืบทอดกันมาจากอดีต หรืออาจประดิษฐ์คิดค้นสร้างสรรค์ขึ้นมาใหม่ หรืออาจรับสิ่งที่เผยแพร่มาจากสังคมอื่น

(3) วัฒนธรรมย่อมเปลี่ยนแปลงไปตามเวลาและเงื่อนไข เมื่อมีการประดิษฐ์คิดค้นสิ่งใหม่ ๆ มาตอบสนองความต้องการของสังคมได้ดีกว่า

(4) วัฒนธรรมอาจจำแนกได้หลายประเภท ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับกรอบความคิดหรือวัตถุประสงค์ของผู้จำแนกหมวดหมู่ของวัฒนธรรม เพื่อความสะดวกในการสื่อสารประสานงาน

(5) วัฒนธรรมของแต่ละบุคคลในสังคมย่อมมีเนื้อหา รูปแบบ บทบาท และหน้าที่แตกต่างกันไป

(6) วัฒนธรรมเป็นทั้งพื้นฐานและเครื่องมือสำหรับเสริมสร้างความสามัคคีความกลมเกลียวและความเป็นปึกแผ่นในหมู่ประชาชน พร้อมเผชิญชีวิตร่วมกันบนพื้นดินเดียว

(7) วัฒนธรรมเป็นกรอบและเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตที่เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม จึงอาจจะช่วยป้องกันแก้ไขปัญหา ตอบสนองความต้องการของสมาชิกสังคมได้

(8) วัฒนธรรมเป็นเอกลักษณ์ประจำชาติ หรือหมู่คณะ ซึ่งมีส่วนทำให้คนในชาติเป็นพวกเดียวกัน ทำให้เกิดเป็นความรัก ความสามัคคี ส่งผลต่อการธำรงความมั่นคงของชาติ[39]

จากที่กล่าวมาทั้งหมดจะเห็นได้ว่า วัฒนธรรมมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อชีวิตมนุษย์ วัฒนธรรมเป็นทั้งแกนกลางของระบบต่าง ๆ ทางสังคม การเมืองการปกครอง เศรษฐกิจ การศึกษา ศาสนา ความเชื่อ และเป็นทั้งพื้นฐานการประพฤติปฏิบัติของผู้คนในสังคมนั้น ๆ วัฒนธรรมจึงมีบทบาทในการยึดโยงความสัมพันธ์ของคนในสังคมให้ผนึกเข้าด้วยกัน เพื่อสร้างความกลมเกลียวเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน และสร้างสรรค์ระเบียบกฎเกณฑ์ที่คนในสังคมต้องการ เพื่อสนองตอบความต้องการพื้นฐานด้านต่าง ๆ ของมวลหมู่สมาชิก ลักษณะเฉพาะของกลุ่มวัฒนธรรมหนึ่งย่อมทำให้เกิด

---

[38]ฉัตรทิพย์ นาถสุภา, "ชุมชนไทยและวัฒนธรรมไทย," ใน **ประวัติศาสตร์วัฒนธรรมชุมชนและชนชาติไท**, (กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2540ก), หน้า 49.

[39]สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ, **ประเพณีไทย**, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร: คุรุสภาลาดพร้าว, 2531), หน้า 17-18.

มโนสำนึกในความเป็นพวกพ้อง ความรักสามัคคี และความร่วมมือร่วมใจกัน เพื่อขับเคลื่อนสังคมวัฒนธรรมที่มีร่วมกันให้มีความมั่นคงยั่งยืนต่อไป

2.3 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

การพัฒนาคุณภาพชีวิตหรืออีกเรียกอีกนัยหนึ่งว่า “การส่งเสริมคุณภาพชีวิต” ทุกชีวิตต้องมีการพัฒนาตามหลักของพุทธศาสนา เนื่องจากพระพุทธศาสนาเป็นบ่อเกิดแห่งการทำความดี มีคำถามหลาย ๆ คำถามที่ยังสงสัยว่า พุทธศาสนาจะพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนให้ดีได้มากแค่ไหน และชีวิตตามแนวพุทธศาสนาคืออะไร สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นคำถามที่เราต้องตอบว่า มุมมองของพุทธศาสนานั้นมองเรื่องอะไร หรือมีทัศนะคติต่อเรื่องใด ผู้วิจัยได้ลำดับความสำคัญไว้เพื่อที่จะอธิบายและตอบคำถามต่าง ๆ เหล่านี้ การพัฒนาคุณภาพชีวิตได้มีผู้ศึกษาและหาแนวทางในการที่ทำให้ชีวิตมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น มีสภาพความเป็นอยู่ที่เหมาะสม สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยจำแนกระดับความสำคัญของเนื้อหาไว้ดังนี้

2.3.1 ความหมายของการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

ชัยวัฒน์ ปัญจพงษ์ ได้ให้ความหมายของการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตไว้ว่า “ชีวิตที่มีคุณภาพ หมายถึง ชีวิตที่ไม่เป็นภาระและไม่ก่อปัญหาทางสังคม เป็นชีวิตที่มีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ มีความคิดและความสามารถที่ดำรงสถานภาพทางเศรษฐกิจ สังคม การเมือง การปกครองได้อย่างถูกต้อง แก้ปัญหาเฉพาะหน้าที่ซับซ้อนได้ สามารถหาวิธีการที่ชอบธรรมเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ตนประสงค์ภายใต้เครื่องมือและทรัพยากรที่มีอยู่”[40]

ยุพา อุดมศักดิ์ ให้ความหมายว่า “การพัฒนาคุณภาพชีวิต หมายถึง คุณภาพในด้านสุขภาพ สังคม เศรษฐกิจ การศึกษา การเมืองและศาสนา ซึ่งเป็นค่าเทียบเคียงไม่มีกฎเกณฑ์ตายตัว กล่าวคือ ทุกคนหรือทุกประเทศอาจจะกำหนดมาตรฐานต่าง ๆ กันไปตามความต้องการ และความต้องการในคุณภาพชีวิตนี้ย่อมมีการเปลี่ยนแปลงไปได้ตามกาลเวลาและภาวะ”[41]

สงวน สุทธิเลิศอรุณ, รศ. ได้กล่าวถึงการพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์กับสังคม ไว้ว่าการพัฒนาตนเป็นการพัฒนาคุณสมบัติที่อยู่ในตัวบุคคลทั้งทางร่างกายและจิตใจ ผู้ที่พัฒนาตนแล้ว ย่อมได้รับความเคารพนับถือ ยกย่องเชิดชู ซึ่งตรงกับหลักธรรมทางพุทธศาสนา ตอนหนึ่งที่ว่า “ทนฺโต เสฏฺโฐ มนุสฺเสสุ” หมายความว่า การได้ฝึกตนให้ดี ย่อมเป็นผู้ประเสริฐสุด บุคคลที่พัฒนาตนเองได้ดี ก็คือ

---

[40]ชัยวัฒน์ ปัญจพงษ์, **การพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนในสังคมไทย**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์, 2545), หน้า 75.

[41]ยุพา อุดมศักดิ์, **เรื่องภาวะสังคมไทย**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุขภาพใจ, 2547), หน้า 6.

บุคคลที่สามารถอยู่เหนืออำนาจของความเคยชิน บุคคลประเภทนี้จะปรับตัวพัฒนาขึ้นไปเรื่อย ๆ ซึ่งถือว่าเป็นความสามารถพิเศษ

การพัฒนาตนจะช่วยให้บุคคลสำรวมกายและใจมากขึ้น รู้จักและควบคุมตนเองในการแสดงออกได้อย่างเหมาะสม รู้จักข่มใจ มีความอดทน อดกลั้น เพื่อรักษาความดีความงามของตน จนได้ชื่อว่าเป็นกัลยาณมิตร คือเป็นมิตรกับบุคคลทั่วไปได้อย่างดีฉะนั้น การพัฒนาตน คือ การสร้างความเป็นคนใหม่ในตนเองให้มีสุขภาพกายที่แข็งแรง สุขภาพจิตที่ดี มีทักษะกำลังใจ มีจุดมุ่งหมายของชีวิต และเป็นมิตรกับบุคคลทั่วไป

การพัฒนาตนในด้านคุณลักษณะส่วนบุคคลที่จำเป็น เพื่อเป็นพื้นฐานในการสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ของบุคคล ได้แก่

1. ความรู้สึกว่าตนมีเป้าหมายในชีวิตบุคคลจะต้องพัฒนาตนให้มีเป้าหมายในชีวิต มีอนาคต มีความมุ่งหวัง โดยเชื่อว่าตนสามารถพัฒนาได้ จึงมีความต้องการปรับปรุงและเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตให้ดีขึ้น ชีวิตจะได้สดใสและไม่เฉื่อยชา

2. ความรู้สึกกล้าที่จะปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น บุคคลจะต้องพัฒนาตนให้มีความรู้สึกกล้าและมีปณิธานอันแน่วแน่ที่จะมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น เพื่อช่วยในการสร้างเสริมมนุษย์สัมพันธ์ที่ดีต่อไป

3. ความรู้สึกเปิดเผยและถ่อมตัว บุคคลจะต้องพัฒนาตนให้มีคุณลักษณะส่วนบุคคลที่จำเป็น ให้มีความรู้สึกจริงใจ เปิดเผยและรู้จักถ่อมตัว เพื่อช่วยในการสร้างเสริมมนุษย์สัมพันธ์ที่ดี

4. ความรู้สึกศรัทธาและมั่นคง บุคคลจะต้องพัฒนาตนให้มีคุณลักษณะส่วนบุคคลที่จำเป็น คือ ให้มีความเชื่อ ความศรัทธาในตนอย่างมั่นคง ซึ่งจะทำให้เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนว่าเราก็หนึ่งเหมือนกัน ถ้าเราตั้งใจทำกรรมดีขยันหมั่นเพียร และอดทน ชีวิตนี้จะต้องดีขึ้นเสมอ จะมีคนรัก ชอบ และเข้าใจเรา พร้อมที่จะสร้างมนุษย์สัมพันธ์ที่ดีกับเราต่อไป[42]

จะเห็นได้ว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิต หมายถึง การดำรงชีพของมนุษย์ในระดับที่เหมาะสมตามความจำเป็นพื้นฐานในสังคมหนึ่ง ๆ ในช่วงเวลาหนึ่ง ได้อย่างมีความสุข โดยมีเกณฑ์ความจำเป็นพื้นฐานของชีวิตที่จะต้องมีไว้รองรับ ได้แก่ การมีปัจจัย 4 ที่ใช้ในการดำรงชีวิตได้อย่างพอเพียงและมีคุณภาพ มีสิทธิเสรีภาพ ความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน เป็นต้น การส่งเสริมคุณภาพชีวิตมีหลากหลายความหมายแล้วแต่ใครจะให้คำนิยาม อาจจะมีข้อผิดแผกแตกต่างกันไปบ้าง แต่เมื่อพิจารณาแล้วก็พบว่า จะอยู่ในแนวเดียวกันทั้งสิ้น กล่าวคือ

---

[42]สงวน สุทธิเลิศอรุณ, รศ., **พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน**, (กรุงเทพมหานคร: อักษราพิพัฒน์, 2543), หน้า 145-146.

1. ระดับความเป็นอยู่ของคนในช่วงเวลาหนึ่ง ๆ องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตเกี่ยวข้องทั้งด้านปริมาณและคุณภาพ ความจำเป็นพื้นฐาน ทั้งทางร่างกาย สังคม วัฒนธรรม เศรษฐกิจ ประชากรโดยส่วนรวมอาจจะไม่สอดคล้องกับคุณภาพชีวิตของกลุ่มย่อยกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งในสังคมก็ได้

2. การพัฒนาคุณภาพชีวิตเป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจของความต้องการทางด้านอารมณ์ และความมุ่งหวังของสังคม ของชุมชน รวมทั้งความสามารถของสังคมในอันที่จะบรรลุถึงความจำเป็นพื้นฐาน ในเรื่องของปริมาณและคุณภาพความต้องการพื้นฐานทางร่างกาย เช่น การมีอาหารพอเพียง ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม

2.3.2 หลักการสำคัญของการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุเป็นกลุ่มบุคคลซึ่งควรได้รับการดูแลเอาใจใส่จากทางภาครัฐ เพื่อให้มีวิถีชีวิตและสภาพความเป็นอยู่ที่มั่นคง และมีหลักประกันทางสังคมที่แน่นอน ได้รับการคุ้มครองสิทธิอย่างถูกต้อง ในปัจจุบันปัญหาผู้สูงอายุมิได้ถูกละเลยหรือถูกทอดทิ้งไปเสียทีเดียว การดำเนินการต่าง ๆ เพื่อให้ความช่วยเหลือและดูแลให้ความเอาใจใส่ต่อปัญหาได้เกิดขึ้นโดยมีการดำเนินการเรื่อยมาตั้งแต่อดีต แนวความคิดและหลักการต่าง ๆ ที่หลากหลาย ล้วนเป็นหลักเกณฑ์ที่จะสนับสนุนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจะมีลักษณะแตกต่างกันไปตามบริบทต่าง ๆ ซึ่งถือเป็นหลักเกณฑ์อ้างอิงแนวความคิดทฤษฎีต่าง ๆ ที่นำมาประยุกต์ใช้ล้วนมีความหลากหลายและแตกต่างกันไปแล้วแต่สภาพปัญหา โดยมิได้แบ่งแยกจุดมุ่งหมายในการดำเนินงานเพื่อผู้สูงอายุ แต่มีจุดมุ่งหมายอันเดียวกัน คือ เพื่อแก้ไขปัญหาของผู้สูงอายุและสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีให้แก่ผู้สูงอายุ ตามรายละเอียดที่ผู้วิจัยได้นำมาศึกษาดังนี้

การส่งเสริมคุณภาพชีวิต หมายถึง การปรับปรุงสภาพชีวิตความเป็นอยู่ของประชาชน รวมทั้งสภาพสิ่งแวดล้อมรอบตัวเราให้ดีขึ้นกว่าที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน เป็นการกระทำให้เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้เกิดความเสมอภาค การกระจายสิทธิและเสรีภาพผลประโยชน์อย่างเป็นธรรมและทั่วถึงทั้งด้านการเมือง การปกครอง การศึกษา สังคม และเศรษฐกิจ[43] ดังนั้น การพัฒนาคุณภาพชีวิตจึงหมายถึง การทำให้มีความเจริญ การทำให้เปลี่ยนแปลงไปในทางที่เจริญ การทำให้เจริญต้องมีวิธีการคิด และทำให้สอดคล้องกับหนทางแห่งความเจริญ[44] การเข้าใจสุขภาวะของชีวิตก็เปรียบเสมือนเป็นการเข้าไปศึกษาเรียนรู้ชีวิตที่เกี่ยวข้องกับร่างกาย จิตใจ สังคม แม้กระทั่งปัญญา

อำพล จินดาวัฒนะ กล่าวไว้ว่า สุขภาวะ ตาม พรบ.สุขภาวะแห่งชาติ พ.ศ.2550 หมายถึง เรื่องที่เกี่ยวข้องกับร่างกาย จิตใจ สังคม และปัญญา มิติสุขภาพทั้ง 4 ด้านมีความเชื่อมโยงและส่งผล

---

[43]สนธยา พลศรี, **หลักสังคมวิทยา**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์, 2545), หน้า 93.

[44]ราชบัณฑิตยสถาน, **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542**, พิมพ์ครั้งที่ 5, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท นามมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์ จำกัด, 2546), หน้า 591.

ต่อกันและกันอย่างเป็นองค์รวม ประกอบด้วยองค์ประกอบดังนี้ มิติทางกาย หมายถึง การมีร่างกายแข็งแรงไม่เจ็บป่วยโดยไม่จำเป็น ไม่พิการ ไม่ตายก่อนวัยอันสมควร เมื่อป่วยมีการเข้าถึงบริการที่ได้รับการดูแลที่ดี มิติทางจิตใจหมายถึง มีจิตใจดีมีความสุข ไม่เรียด ไม่บีบคั้น ไม่เจ็บป่วยทางจิตใจทางประสาท รู้จักคลายเครียดได้ และเมื่อเจ็บป่วยก็ได้รับการรักษาที่ดี มิติทางสังคม หมายถึง สังคมมีการพึ่งพาช่วยเหลือเกื้อกูล มีสิ่งแวดล้อมที่ดี อยู่ร่วมกันอย่างเป็นสุข ไม่มีอาชญากรรม และมีนโยบายสาธารณะระบบต่าง ๆ มีความเสมอภาคและเป็นธรรม มิติทางปัญญา หมายถึง การเข้าใจสรรพสิ่งอย่างเป็นจริง มีจิตใจที่เปี่ยมสุข เข้าถึงความดีงามถูกต้อง จิตใจมีเมตตา กรุณา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และมีศักดิ์ศรีคุณค่าความเป็นมนุษย์[45]

วาสนา คุณาอภิสิทธิ์ ได้ให้ทัศนะเกี่ยวกับสุขภาพและสุขภาวะไว้ว่า สุขภาพ กับสุขภาวะ หมายถึง ความเป็นดีอยู่ดี หรือภาวะที่เป็นสุขในลักษณะองค์รวม สุขภาพด้านต่าง ๆ คือ สุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางปัญญา สุขภาวะทางอารมณ์ สุขภาวะทางสังคม และสุขภาวะทางจิตวิญญาณ มีพื้นฐานโยงใยมาจากการมีสุขภาพดี (Health) แบบดีที่สุด เหมาะสมที่สุด และเป็นที่น่าพอใจที่สุด[46]

ไพสุดา ตรีเดชี ได้ให้ทัศนะไว้ว่า สุขภาพ ในความหมายแบบองค์รวมหมายถึง สุขภาวะที่สมบูรณ์พร้อมทั้งทางร่างกาย (Physical) ทางจิตใจ (Mental) ทางสังคม (Social) และทางจิตวิญญาณ (Spiritual) คือการมีร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์ไม่เจ็บป่วย มีปัจจัยในการดำรงชีวิตที่พอเพียง มีจิตใจที่เบิกบาน มีปัญญาดร ไม่เครียด ไม่ถูกบีบคั้น ครอบครัวอบอุ่น สิ่งแวดล้อมดี ชุมชนเข้มแข็ง สังคมปกติสุข มีความเสมอภาคและสมานฉันท์ ได้ทำความดี จิตใจเปี่ยมสุข มีศาสนธรรมเป็นเรื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ สังคมมีความเห็นแก่ตัวน้อยลง เป็นต้น ซึ่งก็คือ สภาวะการอยู่เย็นเป็นสุข[47]

สุทธิพงศ์ บุญผดุง[48] ได้ทำการวิจัย เรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในท้องถิ่นโดยใช้โรงเรียน ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง (ระยะที่ 1)” จากการศึกษา พบว่า

(1) ระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ในภาพรวมอยู่ในระดับค่อนข้างมากโดยด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นอันดับแรกรองลงมาคือด้านการรวมกลุ่มทางสังคมด้านสภาพอารมณ์ที่ดีและด้านสภาพร่างกายที่ดีตามลำดับในขณะที่ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดีและด้านการตัดสินใจด้วยตนเองมีระดับคุณภาพชีวิตในระดับปานกลาง

---

[45]อำพล จินดาวัฒนะ, **ถามมาตอบไป เข้าใจ สช,** (นนทบุรี: เจเอส การพิมพ์, 2551), หน้า 19.

[46]วาสนา คุณาอภิสิทธิ์, **บทความเรื่องสุขภาวะคืออะไร**, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรจน์, 2541), หน้า 17–22.

[47]ไพสุดา ตรีเดชี, “กระบวนทัศน์ของสุขภาพแบบใหม่ (Paradigm Shift of Health)”, ใน **การพัฒนาองค์ความรู้การสื่อสารเพื่อสุขภาพ,** (พรทิพย์ เย็นจะบก บรรณาธิการ), (กรุงเทพมหานคร: มปป), หน้า 113.

[48]สุทธิพงศ์ บุญผดุง, **การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในท้องถิ่น โดยใช้โรงเรียนเป็นฐาน ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง (ระยะที่ 1)**, รายงานการวิจัย มหาวิทยาลัยราชภัฏส่วนสุนันทา, 2554), บทคัดย่อ.

(2) ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิต พบว่า ด้านสภาพอารมณ์ที่ดีมีปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ปัจจัยด้านความว้าเหว่อ้างว้าง และปัจจัยด้านความสุขกายสบายใจ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ปัจจัยด้านปฏิสัมพันธ์ในครอบครัวมิตรสหาย และเพื่อนบ้าน ด้านการรวมกลุ่มทางสังคมมีปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ปัจจัยด้านการอุทิศและการได้รับการยอมรับจากชุมชนด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดีมีปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ปัจจัยด้านการดำรงชีพและปัจจัยด้านรายรับและรายจ่าย คุณภาพชีวิตด้านสภาพร่างกายที่ดีมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องได้แก่ปัจจัยด้านการใส่ใจเรื่องสุขภาพ และปัจจัยด้านการบริโภคที่ดี และสุดท้ายด้านการตัดสินใจด้วยตนเองมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องได้แก่ปัจจัยด้านความเป็นอิสระทางความคิดและปัจจัยการเลือกทำในสิ่งที่ต้องการ

(3) แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยใช้โรงเรียนเป็นฐานตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงผ่านความเห็นชอบจากผู้ทรงคุณวุฒิซึ่งสามารถนาไปทดลองใช้และศึกษาผลการใช้กับผู้สูงอายุในท้องถิ่นในงานวิจัยระยะที่ 2 ต่อไป

ภูมิวัฒน์ พรวนสุข[49] ได้ทำการวิจัย เรื่อง “แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ในเขตจังหวัดแพร่” ผลการวิจัย พบว่า

(1) ภาพรวมของปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้านสุขภาพอนามัยด้านสังคมด้านครอบครัวและด้านการเงินและการงานพบว่าอยู่ในระดับมาก

(2) แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ พบว่า ด้านสุขภาพอนามัยควรมีการนำแผนยุทธศาสตร์ไปปฏิบัติได้จริงที่สอดคล้องและตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ ควรมีการจัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ พร้อมทั้งมีบริการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างจริงจัง ควรมีการตั้งศูนย์พัฒนาผู้สูงอายุอย่างเหมาะสม หรือศูนย์ออกกำลังกายควรมีกลุ่มอาสาสมัครออกเยี่ยมที่บ้าน พร้อมรับฟังปัญหาและแนะนำแนวทางพร้อมทั้งตั้งงบประมาณไว้รองรับผู้สูงอายุในอนาคต ด้านสังคมควรจัดกิจกรรมส่งเสริมให้คนในชุมชนมีส่วนร่วมดูแลและให้เกิดความสัมพันธ์กับผู้สูงอายุ และควรจัดสวัสดิการแจกสิ่งของที่จำเป็นแก่ผู้สูงอายุ และเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้ร่วมกิจกรรมทางศาสนาและได้บำเพ็ญประโยชน์แก่สังคม ควรมีรถรับ-ส่งไปโรงพยาบาลเมื่อเจ็บป่วยควรมีการแจ้งข้อมูล ข่าวสารที่เป็นประโยชน์แก่ผู้สูงอายุรวมทั้งคนในครอบครัวควรจัดการปรับปรุงที่อยู่อาศัยและตั้งศูนย์ที่พักพิงชั่วคราวของผู้สูงอายุอย่างเหมาะสมและปลอดภัย และควรสนับสนุนงบประมาณในการจัดกิจกรรมให้เพียงพอต่อความต้องการในวันสำคัญของครอบครัว เพื่อสร้างสานสายใยครอบครัวและสนับสนุนให้อยู่กับครอบครัว และส่งเสริมให้ผู้สูงอายุอยู่กับครอบครัวอย่างมีความสุขจนวาระสุดท้าย และควรจัดอบรมให้ความรู้แก่สมาชิกในครอบครัวในการดูแลผู้สูงอายุอย่าง

---

[49]ภูมิวัฒน์ พรวนสุข, แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในเขตจังหวัดแพร่, **บทความวิจัย**, (วารสารบัณฑิตวิทยาลัยพิชญทรรศน์ 10 (1): ม.ค.-มิ.ย. 2558), หน้า 77.

ถูกต้องตามหลักเกณฑ์ด้านการเงินและการงานควรสนับสนุนในด้านอาชีพการหารายได้อย่างเหมาะสมตามความถนัดของผู้สูงอายุ และให้มีส่วนร่วมปฏิบัติทุกขั้นตอนพร้อมทั้งสนับสนุนงบประมาณเพื่อจัดอบรมเพิ่มความรู้และทักษะด้านอาชีพและมีการบริการจัดการนำผลิตภัณฑ์กลุ่มออกจำหน่ายและจัดตั้งกองทุนและสวัสดิการกลุ่ม

พระมหาสุทิตย์ อาภากโร (อบอุ่น)[50] ได้กล่าวถึงแนวคิดและเกณฑ์ชี้วัดความสุขตามหลักพระพุทธศาสนา ความว่า พระพุทธศาสนา ได้แบ่งความสุขของชีวิตออกเป็น 2 ลักษณะ คือ สุขกาย กับสุขใจ สุขกาย คือกายิกสุข เป็นความสุขที่เกิดจากการได้รับรู้และเสวยอารมณ์ที่น่าปรารถนา น่ารัก น่าใคร่ น่าพอใจต่างๆ ที่เรียกว่า “กามคุณ 5” (ความสุขที่เกิดจากการได้สัมผัส ลิ้มลองรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ที่น่าปรารถนา น่ารักใคร่ น่าชอบใจ) ซึ่งจัดเป็นความสุขในระดับโลกิยะ (ความสุขอันเป็นวิสัยของโลก) และ สุขใจ หรือเจตสิกสุข ซึ่งเป็นสภาวะแห่งใจที่มีปกติผ่องใส สดชื่นเบิกบาน ไม่ขุ่นมัวด้วยอารมณ์ต่างๆ ที่เข้ามากระทบ เป็นสภาวะที่ใจมีความสำราญแช่มชื่น ไม่ขุ่นมัวด้วยอำนาจกิเลส ตัณหา ความโลภ ความโกรธ ความหลง เป็นต้น อันเป็นเหตุแห่งความทุกข์ของจิตใจ พระพุทธศาสนาถือว่า สุขภาวะทางใจอันเป็นเลิศเป็นสิ่งสำคัญที่สุด และมีความสุขถึงในระดับโลกุตตระ หรือความสุขที่เกิดจากการทำลายกิเลสภายในได้อย่างถาวร ซึ่งจะหมายถึงการเป็นความสุขแห่งนิพพาน

สุจิตร ทองอยู่ กล่าวว่า “ไม่มีวิธีตายตัวที่จะใช้วัดคุณภาพชีวิต และคุณภาพของคนขึ้นอยู่กับวัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อมของคน ชีวิตที่มีคุณภาพอาจแบ่งได้ 2 ระดับ คือ

1. ระดับแรกเกี่ยวข้องกับปัจจัยที่เป็นความจำเป็นในการดำรงชีวิต ได้แก่ ความจำเป็นต่ำสุดที่มีต่ออาหาร (อาหารจำเป็นต่อสุขภาพ) ที่อยู่อาศัย (มีห้องและเครื่องป้องกันจากสิ่งต่าง ๆ) และเสื้อผ้า (สำหรับสวมใสเพื่อความเหมาะสม เพื่อป้องกันความรุ่นแรงของอากาศ)

2. ระดับที่สองเพื่อให้มีคุณภาพชีวิตดี คือ

(1) มีค่านิยมที่เหมาะสมกลมกลืนกับสังคม วัฒนธรรม การเมือง และสิ่งแวดล้อมทางเศรษฐกิจ

(2) มีความสมดุลระหว่างความปรารถนาและความเป็นไปได้ที่บรรลุถึงความปรารถนา

(3) มีจุดมุ่งหมายของชีวิต

---

[50]พระมหาสุทิตย์ อาภากโร และคณะ, **รายงานการวิจัยการเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้ของสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา**, (พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2558), หน้า 131– 137.

(4) มีชีวิตที่กลมกลืนกับครอบครัว ชุมชน และสิ่งแวดล้อม เป็นต้น”[51]

การส่งเสริมคุณภาพชีวิตเป็นเรื่องสำคัญที่บุคคลในชุมชนสังคมจะต้องให้ความสำคัญและเล็งเห็นถึงประโยชน์ที่พึงจะได้รับจากการเสริมสร้างสุขภาวะที่ดีให้กับตนเอง เพื่อให้การดำรงชีวิตในสังคม ชุมชน นั้น เป็นไปอย่างปกติสุขและมีคุณภาพชีวิตที่ดี การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในอดีตไม่มีใครศึกษามาก่อน แต่จากประสบการณ์ของผู้วิจัย พบว่า ครอบครัวจะให้การดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในเรื่องทั่ว ๆ ไป เช่น การจัดหาอาหารที่มีประโยชน์ให้ผู้สูงอายุรับประทาน การชักชวนให้ผู้สูงอายุไปออกกำลังกาย เป็นต้น แต่ครอบครัวก็มีข้อจำกัดในการดูแล ถ้าผู้สูงอายุมีปัญหาสุขภาพครอบครัวก็ไม่สามารถดูแลได้ และยังพบว่าครอบครัวบางครอบครัวยังขาดความรู้ในการดูแลสุขภาพอีกด้วย ครอบครัวไม่สามารถส่งเสริมสุขภาพที่ซับซ้อนหลายขั้นตอนได้ ชมรมผู้สูงอายุจึงจำเป็นที่จะต้องเกิดขึ้น เพื่อมีบทบาทแทนครอบครัว

ในปัจจุบัน ปัญหาสุขภาพส่งผลกระทบอย่างมากต่อการดำรงชีวิตของประชาชน และยังกระทบออกไปเป็นวงกว้างทั้งทางสังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อมอื่น มีการสะสมประสบการณ์และบทเรียนในการคิดวิเคราะห์และมีบทบาทในกระบวนการที่หลากหลาย เพื่อมุ่งสู่การทำงานพัฒนาชุมชนและสุขภาพของประชาชนให้เกิดความยั่งยืน โดยการทำงานเพื่อสุขภาพของชุมชนมีประเด็นที่กว้างขวางและเชื่อมโยงอยู่กับชีวิตของชาวบ้านในด้านต่างๆ เช่น การพัฒนาเกษตรกรรม การจัดการทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม การดูแลตนเองด้านสุขภาพ[52] เป็นต้น สุขภาวะที่ดีจึงย่อมส่งผลดีต่อประสิทธิภาพในการดำรงชีวิต ตลอดถึงการมีคุณภาพชีวิตที่ดีด้วย ซึ่งการเสริมสร้างสุขภาวะนั้นเป็นสิ่งที่ทั้งประชาชนทั่วไป และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องจำเป็นต้องให้การส่งเสริมทั้งในด้านการสร้างองค์ความรู้และการปฏิบัติ เพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมในการเสริมสร้างสุขภาวะในการดำรงชีวิตที่ดีในสังคมได้อย่างเป็นปกติสุข เพราะสุขภาวะนั้นไม่ได้จำเพาะเฉพาะสุขภาพทางกายเท่านั้น แต่ยังหมายรวมถึงการมีสุขภาพที่ดีทั้งทางจิต สังคม และปัญญาด้วย ในปัจจุบันมีกระบวนทัศน์ใหม่ที่มองสุขภาพในความหมายที่กว้าง ครอบคลุมถึงสุขภาพหลายมิติ ซึ่งเปิดพื้นที่ให้ประชาชนและทุกภาคส่วนเข้ามามีส่วนร่วมรับผิดชอบต่อการพัฒนาสุขภาพของประชาชน[53] ซึ่งนับได้ว่าเป็นสิ่งสำคัญที่การเสริมสร้างสุขภาวะแก่ประชาชนควรได้รับการดูแลเอาใจใส่จากทุกภาคส่วน และร่วมกันผลักดันให้เป็นวาระแห่งชาติซึ่งหากสามารถดำเนินการได้ จะเป็นมิติที่สำคัญในการเสริมสร้างสุขภาวะให้กับประชาชนได้อย่างยั่งยืน

---

[51]สมจิตร ทองอยู่, **จิตวิทยาทางสังคม**, พิมพ์ครั้งที่ 3, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชีวาภิวัฒน์, 2549), หน้า 74.

[52]มณฑาวดี ครุฑมีชัย, “สุขภาพกับการพัฒนาสังคม”, ใน **การเสริมสร้างสุขภาพ**, (กรุงเทพมหานคร: หมอชาวบ้าน, 2551), หน้า 126.

[53]สุรเกียรติ อาชานานุภาพ, “สุขภาพและกำหนดปัจจัยสุขภาพ”, ใน **การเสริมสร้างสุขภาพ**, หน้า 2.

จะเห็นได้ว่า สุขภาวะ เป็นการดำรงชีพของบุคคลอย่างมีสุขทั้งกาย และ จิต อาจกล่าวได้ว่ามิใช่เพียงไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ แต่รวมถึงการมีชีวิตที่มีร่างกายแข็งแรง จิตแข็งแรง มีความสุขอยู่ในสังคมโลกในปัจจุบัน ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงต่างๆ เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว บางอย่างที่เกิดขึ้นก่อให้เกิดภาวะคุกคามต่อสุขภาวะคนไทยเกิดเป็นปัญหาด้านสุขภาพ มลภาวะที่เกิดขึ้น การเปลี่ยนแปลงที่เกี่ยวกับอาหาร วิถีชีวิต ค่านิยมและวัฒนธรรมที่เปลี่ยนไปล้วนแล้วแต่ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพตามมาทั้งสิ้นก่อให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บเช่นเกิดโรคเอดส์ เกิดโรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจขาดเลือด เกิดอุบัติภัยสูงขึ้น เป็นต้น มีโรคหลายโรคที่อาจป้องกันหรือสามารถลดอัตราเสี่ยงลงได้ ซึ่งต้องการความร่วมมือร่วมใจจากหลายๆฝ่ายช่วยการสร้างเสริมสุขภาพให้กับคนในสังคม ผู้สูงอายุเป็นกลุ่มบุคคลซึ่งควรได้รับการดูแลและเอาใจใส่จากรัฐ เพื่อให้มีวิถีชีวิตและสภาพความเป็นอยู่ที่มั่นคง และมีหลักประกันทางสังคมที่แน่นอน ได้รับการคุ้มครองสิทธิอย่างถูกต้อง ในปัจจุบันปัญหาผู้สูงอายุมิได้ถูกละเลยหรือถูกทอดทิ้งไปเสียทีเดียว การดำเนินการต่าง ๆ เพื่อให้ความช่วยเหลือและดูแลให้ความเอาใจใส่ต่อปัญหาได้เกิดขึ้น โดยมีการดำเนินการเรื่อยมาตั้งแต่อดีต แนวความคิดและหลักการต่าง ๆ ที่หลากหลาย ล้วนเป็นหลักเกณฑ์ที่จะสนับสนุนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจะมีลักษณะแตกต่างกันไปตามสาขาวิชาต่าง ๆ ซึ่งถือเป็นหลักเกณฑ์อ้างอิงแนวความคิดทฤษฎีต่าง ๆ ที่นำมาประยุกต์ใช้ล้วนมีความหลากหลายและแตกต่างกันไปแล้วแต่สภาพปัญหา โดยมิได้แบ่งแยกจุดมุ่งหมายในการดำเนินงานเพื่อผู้สูงอายุ แต่มีจุดมุ่งหมายอันเดียวกัน คือ เพื่อแก้ไขปัญหาของผู้สูงอายุและเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีให้แก่ผู้สูงอายุ

2.3.3 องค์ประกอบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

คุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ หมายถึง การที่ผู้สูงอายุมีสุขภาพร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม ที่มีความสุข การกินดีอยู่ดี มีเศรษฐกิจที่มั่นคง ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ และมีการดำเนินชีวิตสภาพความเป็นอยู่ที่ดีได้อย่างเหมาะสม มีองค์ประกอบของผู้สูงอายุ 5 ด้าน ดังนี้ คือ

1. ด้านร่างกาย
2. ด้านจิตใจ
3. ด้านสัมพันธภาพทางสังคม
4. ด้านสิ่งแวดล้อม
5. ด้านความมั่นคงในชีวิต[54]

การพัฒนาหรือการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ต้องดำเนินการโดยอาศัยความร่วมมือระหว่างตัวผู้สูงอายุเอง ครอบครัว และสังคม ผู้สูงอายุต้องฝึกนิสัยที่ดี และเหมาะสมในเรื่อง

---

[54]กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, **เครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกชุดย่อฉบับภาษาไทย**, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: http://www.dmh.go.th/test/whoqol/. [18 มกราคม 2561],

การกิน การนอน การพักผ่อน การออกกำลังกาย ฝึกทักษะชีวิต หลีกเลี่ยงสิ่งที่เป็นผลร้ายต่อสุขภาพ เช่น สุรา บุหรี่ สิ่งเสพติดทุกชนิด มีทักษะในการดูแลรักษาจิตใจที่ดี เช่น ฝึกจิตใจให้สงบสบาย มีสมาธิ ไม่ปล่อยตนเองให้เครียดจนเกินไป รู้จักที่จะพอใจในสิ่งที่ตนเองเป็นอยู่ และมีความชื่นชมยินดีในผู้อื่น ฝึกรู้จักและเข้าใจตนเองให้มากขึ้น โดยคำนึงถึงการยอมรับ และความเหมาะสมตามกฎกติกาทางสังคมด้วย

มีนักวิชาการได้กล่าวถึงองค์ประกอบของสุขภาวะของบุคคลในชุมชนไว้ดังนี้[55]

1. สุขภาพร่างกาย (Physical Health) เป็นสภาพร่างกายที่มีพัฒนาการเหมาะสมกับวัย ร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บและความพิการใดๆ อวัยวะส่วนต่างๆ ของร่างกายสามารถทำงานได้อย่างปกติ รวมถึงความเป็นอยู่ทางด้านกายภาพดี ดังนี้

1.1 ร่างกายมีความสมบูรณ์แข็งแรง

1.2 อวัยวะต่างๆ ของร่างกายมีการเจริญเติบโตและเหมาะสมกับวัย

1.3 ร่างกายมีสมรรถภาพสูงสามารถทำงานได้นานๆ โดยไม่เหนื่อยง่าย

1.4 การนอนหลับพักผ่อนเป็นไปตามปกติ

1.5 ฟันมีความแข็งแรง หูสามารถรับฟังได้ดี ตาสามารถมองเห็นชัด

1.6 รูปร่างทรวดทรงสมส่วน สง่างาม

1.7 ร่างกายปราศจากโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ

1.8 ความเป็นอยู่ทางด้านกายภาพ ได้แก่ เศรษฐกิจดี มีสิ่งแวดล้อมดี ไม่มีอุบัติเหตุ

2. สุขภาพจิตใจ (Emotional Health) เป็นสภาพจิตใจที่แจ่มใส มีความสุขความสบายใจ มีความเมตตากรุณา ไม่มีความเครียดหรือวิตกกังวล ไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับสถานการณ์บีบคั้นต่างๆ

2.1 มีความสนุกสนานร่าเริง

2.2 มีจิตใจแจ่มใส สบายใจ

2.3 ไม่มีความเครียด หรือวิตกกังวลต่อการทำงาน

2.4 มีการใช้เวลาส่วนตัวเพื่อความเพลิดเพลิน และผ่อนคลายความเครียด

2.5 มีความสุข มีความพอใจในความพอเพียง

2.6 ไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับสถานการณ์บีบคั้นต่างๆ

2.7 สามารถรับสภาพที่ประสบอย่างเข้มแข็ง

2.8 อดทนตามวิถีศาสนา และยืนหยัดก้าวต่อไปอย่างมีพลัง

2.9 ไม่ประสบความหดหู่ หวาดระแวง หรือกลัว

---

[55]ปาริชาติ เทพอารักษ์ และอมราวรรณ ทิวถนอม, “สุขภาวะของคนไทย จุดเริ่มต้นของความอยู่เย็นเป็นสุข”, **วารสารเศรษฐกิจและสังคม**, ปีที่ 1 ฉบับที่ 1 (2545): 12 – 17.

3. สุขภาพสังคม (Social Health) เป็นสภาพของครอบครัวที่มีความอบอุ่น สามารถให้การดูแลช่วยเหลือซึ่งกันและกันในด้านการดูแลสุขภาพ เป็นชุมชนที่เข้มแข็ง เอื้ออาทร เสมอภาค ยุติธรรม มีระบบบริการสาธารณสุขที่ดี และกระจายอย่างทั่วถึง

3.1 ครอบครัวมีความอบอุ่น

3.2 บุคคลในครอบครัวสามารถให้การดูแลช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ในด้านการดูแลสุขภาพ

3.3 มีอาชีพที่มั่นคงและมีรายได้ที่พอเพียง

3.4 สามารถอ่านออกเขียนได้

3.5 บุตรหลานได้รับการสนับสนุนและส่งเสริมด้านการศึกษา

3.6 การมีมนุษย์สัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น

3.7 ความสามารถในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น เช่น สมาชิกในครอบครัว เพื่อนฝูง เพื่อนร่วมงาน และเพื่อนบ้าน ซึ่งเป็นบ่อเกิดแห่งความสุขทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว ชุมชนและสังคม

3.8 การอยู่อย่างมีศักดิ์ศรี สังคมให้เกียรติ ยกย่องและยอมรับ

3.9 การได้รับการดูแลจากสังคมอย่างใกล้ชิดและต่อเนื่องอย่างเป็นระบบ

4. สุขภาพทางปัญญา (Spiritual Health) เป็นความสุขที่เกิดจากจิตได้สัมผัสกับสิ่งบุคคลยึดมั่นและเคารพอย่างสูง ทำให้เกิดความหวัง ความเชื่อมั่นศรัทธา ปฏิบัติในสิ่งที่ดีงาม มีความเสียสละและยินดีในความสำเร็จของบุคคลอื่น รวมถึงการอยู่ร่วมกันได้อย่างสันติ

4.1 ความสามารถในการให้และรับความรัก ความรู้สึกเสียสละและความปรารถนาดีต่อผู้อื่น

4.2 การให้บริการด้วยความสมัครใจ หรือมีการบริจาคให้แก่องค์การอื่นๆ

4.3 การได้รับความรักและกำลังใจจากเพื่อนบ้าน ญาติพี่น้อง หน่วยงานภาครัฐ

4.4 ความเอื้ออาทรต่อกันทั้งในระดับบุคคลและชุมชน

4.5 ความยึดมั่นในหลักศาสนา สามารถประกอบศาสนกิจได้ตามความต้องการ

4.6 ความภาคภูมิใจในสิ่งที่ตนมีอยู่และสิ่งที่ตนได้รับ

4.7 ปฏิบัติในสิ่งที่ดีงามและยินดีในความสำเร็จของบุคคล

4.8 การอยู่ร่วมกันได้อย่างสันติ

มาลินี วงษ์สิทธิ์ และศิริวรรณ ศิริบุญ กล่าวว่า สถานะของผู้สูงอายุในปัจจุบันด้อยลงและได้รับการดูแลจากครอบครัวน้อยลงกว่าอดีต ถึงแม้ว่าผู้สูงอายุไม่ได้ถูกทอดทิ้งก็ตาม[56] แต่การให้การดูแลผู้สูงอายุของครอบครัวเป็นการให้ในเรื่องปัจจัย 4 คือ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค ที่อยู่อาศัยและให้เงินไว้ใช้จ่าย[57]

สุรเกียรติ อาชานานุภาพ ได้สรุปงานวิจัยและกรณีศึกษาจากทั่วโลกไว้ว่า วิวัฒนาการการส่งเสริมสุขภาพระดับนานาชาติให้หลักฐานยืนยันว่าการส่งเสริมสุขภาพมีประสิทธิผลจริง กลยุทธ์การส่งเสริมสุขภาพสามารถพัฒนาและเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตและสภาวะทางสังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ การส่งเสริมสุขภาพ เป็นการปฏิบัติที่ช่วยให้บรรลุซึ่งความเสมอภาคทางสุขภาพยิ่ง ๆ ขึ้น และการนำกิจกรรม 5 ข้อของ “กฎบัตรออตตาวา” มาผนวกใช้จะได้ผลสัมฤทธิ์มากกว่านำกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งมาใช้แบบแยกส่วน การส่งเสริมสุขภาพที่เริ่มจากฐานของชุมชนจะเปิดโอกาสให้สามารถดำเนินกิจกรรมอย่างเบ็ดเสร็จ การเรียนรู้ด้านสุขภาพเป็นบ่อเกิดของการมีส่วนร่วม และการมีส่วนร่วมเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาอย่างยั่งยืน[58]

อนุวัฒน์ ศุภกิจชุติกุล และคณะ ได้สรุปสถานการณ์และบทบาทการส่งเสริมสุขภาพนอกภาครัฐ พบว่า แม้จุดเริ่มต้นของการส่งเสริมสุขภาพมีที่มาแตกต่างกัน แต่เมื่อเกิดการรวมตัวและมีกิจกรรมร่วมกันแล้วก็สามารถขยายเป้าหมายไปสู่การเน้นการส่งเสริมสุขภาพได้ เพราะมีแผนกิจกรรมที่สอดคล้องกับชุมชนและให้ชุมชนมีบทบาทสำคัญในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม กลุ่มหลายกลุ่มเริ่มจากปัญหาสุขภาพตนเอง จึงเกิดกลุ่มช่วยเหลือกันเอง การส่งเสริมสุขภาพระดับชุมชน จำเป็นต้องได้รับการพัฒนาหรือสนับสนุนให้เหมาะสม กระทรวงสาธารณสุขจำเป็นต้องส่งเสริมให้ชุมชนและประชาชนตระหนักถึงความสำคัญ และสามารถพัฒนาสุขภาพตนเอง ครอบครัวและชุมชนได้สร้างเสริมให้ชุมชนเป็นผู้ริเริ่ม ตัดสินใจและจัดทำแผนปฏิบัติการเพื่อพัฒนาสุขภาพ และแก้ปัญหาสุขภาพของตนเองภายใต้การสนับสนุนและอำนวยความสะดวกจากภาครัฐ ภาคเอกชนและส่วนที่เกี่ยวข้อง[59]

---

[56]มาลินี วงษ์สิทธิ์ และศิริวรรณ ศิริบุญ, อ้างใน ปิยาภรณ์ ศิริภรนุมาศ, “ปัญหาและแนวทางพัฒนาชุมชนผู้สูงอายุในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2541), หน้า 7.

[57]สมจิต แดนสีแก้ว, ปัญหาและแนวทางพัฒนาชุมชนผู้สูงอายุในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2542), หน้า 7.

[58]สุรเกียรติ อาชานานุภาพ, **วิวัฒนาการการส่งเสริมสุขภาพระดับนานาชาติ**, พิมพ์ครั้งที่ 2, (นนทบุรี: สำนักพิมพ์สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2541), หน้า 42.

[59]อนุวัฒน์ ศุภชุติกุล และคณะ, **บทบาทประชาคมส่งเสริมสุขภาพ : นอกภาครัฐ**, พิมพ์ครั้งที่ 2, (นนทบุรี: สำนักพิมพ์สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2541), หน้า 40.

การดำเนินชีวิตประจำวันสามารถช่วยส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ 4 ประการ ดังนี้

1. กินเป็น หมายถึง การกินอาหารให้ถูกต้อง ได้สัดส่วนกับความต้องการของร่างกาย หลีกเลี่ยงอาหารที่ทำให้เกิดผลเสียต่อร่างกายและงดเว้นการบริโภคอาหารที่ไม่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย

2. นอนเป็น หมายถึง การนอนหลับให้เต็มที่และเพียงพอของผู้สูงอายุ จะทำให้ร่างกายทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ กระปรี้กระเปร่า

3. อยู่เป็น หมายถึง การรู้จักรักษาสุขวิทยาที่ดี การรู้จักวิธีการออกกำลังกายให้สม่ำเสมอ รู้จักวิธีลดทอนความเครียด มองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ดี จิตแจ่มใสและมีการพักผ่อนที่เหมาะสม เป็นหลักการของการอยู่เป็น

4. สังคมเป็น หมายถึง การปรับตัวให้เข้ากับสภาพสังคม ทั้งนี้ผู้สูงอายุจำเป็นจะต้องอาศัยการใช้เหตุผล การเข้าใจ และยอมรับสภาพความเป็นจริงที่เกิดขึ้น นอกจากนั้น ปัจจัยที่ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีชีวิตอย่างมีความสุขนั้น ควรประกอบด้วย

(1) การมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บและไม่มีโรคประจำตัวที่ร้ายแรงและปราศจากความพิการ

(2) การมีสุขภาพจิตที่ดี ด้วยการทำให้จิตใจให้สดชื่นแจ่มใส มีอารมณ์ดีอย่างสม่ำเสมอไม่วิตกกังวล พยายามทำใจให้สบายไม่เครียด

(3) ได้อยู่ในสังคมที่ดี มีเพื่อนฝูงคบหาสมาคมกันโดยสม่ำเสมอ

(4) มีสถานภาพทางเศรษฐกิจที่มั่นคง สามารถเลี้ยงดูตนเองได้

(5) มีชีวิตครอบครัวที่อบอุ่นแวดล้อมไปด้วยลูกหลานและญาติ

(6) สามารถปฏิบัติภารกิจประจำวันของตนเองได้โดยไม่เป็นภาระ

(7) อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดี เช่น อยู่อาศัยในที่ที่มีอากาศบริสุทธิ์

(8) ออกกำลังกายให้สม่ำเสมอ เพื่อร่างกายจะได้สดชื่นแข็งแรง

(9) นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ

(10) มีความพึงพอใจในชีวิตของตนเอง[60]

ในการดูแลสุขภาพ จึงมีความสำคัญยิ่ง เกี่ยวกับเรื่องแบบแผนการดำเนินชีวิตด้านสุขภาพนั้น เพนเดอร์ (Pender) ได้สร้างเครื่องมือเพื่อประเมินแบบแผนการดำเนินชีวิต และสุขนิสัยประจำวันของบุคคล โดยแบ่งออกเป็น 10 ด้าน คือ

---

[60]เกษม ตันติผลาชีวะ และกุลยา ตันติผลาชีวะ, **การรักษาสุขภาพในวัยผู้สูงอายุ**, (กรุงเทพมหานคร: อรุณการพิมพ์, 2528), หน้า 22-23.

(1) ความสามารถในการดูแลตนเอง ประเมินบุคคลในด้านสุขวิทยาส่วนบุคคล ความรู้เกี่ยวกับโรคมะเร็ง ที่ควรจะสังเกตร่างกายของตนเองได้ว่า มีอาการผิดปกติหรือไม่

(2) การปฏิบัติทางโภชนาการ ประเมินบุคคลในเรื่องการรู้จักเลือกรับประทานอาหารได้ถูกต้องเหมาะสม มีคุณค่าทางโภชนาการ วิธีการรับประทานอาหาร และการควบคุมน้ำหนักให้พอดีกับส่วนสูง

(3) กิจกรรมทางกายหรือการผ่อนคลาย เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะของร่างกาย ประเมินในด้านการออกกำลังกาย การเล่นกีฬาเพื่อความสนุกสนาน การวางท่าทางต่าง ๆ ให้ถูกต้องไม่ว่าจะนั่งหรือยืน

(4) ลักษณะการนอนหลับ ประเมินในด้านระยะเวลา ที่ควรจะได้รับการพักผ่อนนอนหลับ การผ่อนคลายกล้ามเนื้อก่อนนอนหลับ ปัญหาในการนอนหลับ ลักษณะของที่นอนที่จะไม่ทำให้เกิดอาการปวดหลัง

(5) การจัดการความเครียด ประเมินในด้านอารมณ์สนุกสนาน การแสดงอารมณ์ต่าง ๆ ออกมาได้เหมาะสม วิธีการคลายความเครียดของบุคคล

(6) ความเข้าใจตนเองอย่างถ่องแท้ในความสำเร็จของชีวิต ประเมินด้านการได้รับความยกย่องสรรเสริญจากบุคคล และความพึงพอใจในความสำเร็จของชีวิต การพัฒนาตนเองและเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง ความสุขในการทำงานและความรู้สึกเป็นสุขในชีวิต

(7) จุดมุ่งหมายของชีวิต ประเมินว่าบุคคลรู้ถึงสิ่งสำคัญในชีวิตของตนเองหรือไม่ ควรจะมีจุดมุ่งหมาย และกำหนดเป้าหมายชีวิตทั้งระยะสั้นและระยะยาวไว้ และเป้าหมายในชีวิตนั้นเป็นจริง

(8) การมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ประเมินในด้านการคบหาสมาคมกับบุคคลอื่น ซึ่งมีประโยชน์มากในการทำให้เกิดแรงสนับสนุนทางสังคม (Social Support) ซึ่งช่วยลดความตึงเครียดและช่วยในการแก้ปัญหาต่าง ๆ

(9) การควบคุมสภาวะสิ่งแวดล้อม ประเมินในด้านการป้องกัน ไม่ให้เกิดอันตรายจากอากาศเป็นพิษ เนื่องจากสารพิษหรือควันพิษ การดูแลที่พักอาศัยปลอดภัยจากภยันตรายต่าง ๆ

(10) การใช้ระบบบริการสุขภาพ ประเมินในด้านการใช้บริการ ทางการแพทย์เมื่อเกิด[61] การเจ็บป่วย ความกระตือรือร้นในการหาข้อมูล ปัญหาสุขภาพรวมทั้งการตรวจร่างกาย

จะเห็นได้ว่า การวางแผนในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ จะต้องมีพฤติกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งมีความจำเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะในด้านการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ การมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น การช่วยเหลือเกื้อกูล

---

[61]Pender, Nola J. **Health promotion in nursing practice**, 2d. ed. (Norwalk, Conn: Appleton & Lange ,1987), pp.134 -143.

รวมทั้งการวางแผนการใช้จ่ายและ การหารายได้เพิ่ม การรู้จักดูแลตนเองของผู้สูงอายุ ในการดำเนินชีวิตจำเป็นต้องประกอบด้วย 4 นัย คือ การกินเป็น นอนเป็น อยู่เป็น และสังคมเป็น เป็นการดำเนินชีวิตที่เหมาะสม จะช่วยส่งเสริมสุขภาพกายและใจ เป็นปัจจัยที่ทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขในบั้นปลายของชีวิต ซึ่งวัยผู้สูงอายุจะเป็นพัฒนาการขั้นหนึ่งของชีวิต ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงอย่างค่อยเป็นค่อยไป แต่ละช่วงของการเปลี่ยนแปลง จะมีผลกระทบต่อสภาพร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมของผู้สูงอายุมากและมีอิทธิพลต่อสภาพการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ชมรมผู้สูงอายุจะมีลักษณะเป็นองค์กรชาวบ้านที่จะต้องทำหน้าที่สนองความต้องการให้กับกลุ่มผู้สูงอายุได้ ซึ่งสามารถอธิบายได้ด้วยทฤษฎีโครงสร้างหน้าที่ที่ว่าชมรมผู้สูงอายุจะต้องมีโครงสร้างประกอบด้วยส่วนต่าง ๆ อย่างคงทนและต่อเนื่องพอสมควร ชมรมผู้สูงอายุต้องมีหน้าที่อย่างใดอย่างหนึ่งต่อสังคม และโครงสร้างของชมรมผู้สูงอายุที่ปฏิบัติหน้าที่เหล่านี้ทุกโครงสร้างขึ้นอยู่กับการเห็นพ้องต้องกันของมวลสมาชิกของชมรม ทฤษฎีนี้อธิบายถึงการทำหน้าที่ของชมรมผู้สูงอายุ ที่ต้องมีชมรมผู้สูงอายุเกิดขึ้นก็เพราะต้องการทำหน้าที่ส่งเสริมสุขภาพแก่ผู้สูงอายุ เนื่องจากองค์การอื่น ๆ ในสังคมที่เคยดูแลผู้สูงอายุเริ่มไม่สามารถทำหน้าที่ดูแลและทำนุบำรุงผู้สูงอายุ แม้กระทั่งสถาบันครอบครัวก็เริ่มจะดูแลผู้สูงอายุได้ไม่เต็มที่ เป็นต้น

2.3.4 วิธีการดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามแนววิถีพุทธ

ชีวิตของผู้สูงอายุในสังคมไทยมีความผูกพันใกล้ชิดกับพระพุทธศาสนา พระพุทธศาสนามีภูมิปัญญาและแนวทางในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้เพราะเหตุว่าหลักคิดในพระพุทธศาสนาโดยเฉพาะในเรื่องอริยสัจสี่นั้นเป็นระบบคิดที่อธิบายได้ว่า ชีวิตมีความทุกข์ ความทุกข์ต่างๆ เกิดจากเหตุ ความทุกข์ต่างๆ สามารถหมดไปได้และมีวิธีการที่จะปฏิบัติเพื่อหลุดพ้นจากความทุกข์นั้น พระพุทธศาสนามองว่าความแก่เป็นความทุกข์และมนุษย์สามารถพ้นทุกข์จากความแก่ได้โดยดำเนินชีวิตตามหลักวิถีพุทธ อย่างไรก็ตามความทุกข์ของผู้สูงอายุนั้นเป็นความทุกข์ทั้งทางร่างกายและทางใจ การดูแลผู้สูงอายุจึงต้องดูแลทั้งร่างและจิตใจให้สมดุลกัน อีกทั้งมูลเหตุของความทุกข์ของผู้สูงอายุนั้นเกิดจากเหตุที่สำคัญคือความต้องที่ไม่สมปรารถนาในด้านต่างๆ คือ ความต้องการทางด้านเศรษฐกิจ ที่อยู่อาศัย อนามัย การงาน และต้องการความรักความเคารพวิถีพุทธที่สำคัญซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้สูงอายุได้มีดังนี้

(1) การมีสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม (กัลยาณมิตร)ในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุมีหลักการที่สำคัญในทางพระพุทธศาสนาที่เรียกว่า สัปปายะ ๗ คือ สิ่งที่เหมาะสม สิ่งที่เกื้อกูลช่วยเหลือให้การบำเพ็ญภาวนาเกิดผลดีซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้สูงอายุได้ดังนี้[62]

---

[62]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, หน้า 254.

1) อาวาสสัปปายะ ที่อยู่ซึ่งเหมาะกัน เช่น ไม่พลุกพล่านจอแจ (suitable abode) จัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสม

2) โคจรสัปปายะ ที่หาอาหาร ที่เที่ยวบิณฑบาตที่เหมาะดี เช่น มีหมู่บ้านหรือชุมชนที่มีอาหารบริบูรณ์อยู่ไม่ใกล้ไม่ไกลเกินไป (suitable resort) มีเครื่องอุปโภคบริโภคเพียงพอเพียงพอ

3) ภัสสสัปปายะ การพูดคุยที่เหมาะกัน เช่น พูดคุยเล่าขานกันแต่ในกถาวัตถุ 10 และพูดแต่พอประมาณ (suitable speech)มีแหล่งข้อมูลความรู้ ข่าวสารที่ดีมีประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต

4) ปุคคลสัปปายะ บุคคลที่ถูกกันเหมาะกัน เช่น มีท่านผู้ทรงคุณธรรม ทรงภูมิปัญญาเป็นที่ปรึกษาเหมาะใจ (suitable person) มีผู้ให้คำปรึกษาดูแลที่ดี มีกัลยาณมิตร

5) โภชนสัปปายะ อาหารที่เหมาะกัน เช่น ถูกกับร่างกาย เกื้อกูลต่อสุขภาพ ฉันไม่ยาก (suitable food) มีอาหารเหมาะสมถูกสุขลักษณะ

6) อุตุสัปปายะ ดินฟ้าอากาศธรรมชาติแวดล้อมที่เหมาะกัน เช่น ไม่หนาวเกินไป ไม่ร้อนเกินไป เป็นต้น (suitable climate) มีสภาพแวดล้อมเหมาะสม

7) อิริยาปถสัปปายะ อิริยาบถที่เหมาะกัน เช่น บางคนถูกกับจงกรม บางคนถูกกับนั่งตลอดจนมีการเคลื่อนไหวที่พอดี (suitable posture) มีการเคลื่อนไหวไปมาเหมาะสม(พระพรหมคุณาภรณ์

ในการนำหลักสัปปายะทั้ง 7 มาประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้สูงอายุนั้นสามารถปรับประยุกต์ใช้ให้ครอบคลุมความต้องการของผู้สูงอายุทั้งสี่ด้าน คือด้านสุขภาพกาย อารมณ์ จิตใจและสังคมโดยมีการพัฒนารูปแบบที่เหมาะสม

(2) พุทธธรรมบำบัด

ในการดูแลผู้สูงอายุเราสามารถนำแนวคิดเรื่องพุทธธรรมบำบัดมารักษาดูแลสุขภาพผู้สูงอายุได้เป็นอย่างดี เนื่องจากผู้สูงอายุมีความทุกข์ทั้งทางกายและทางใจนายแพทย์พงษ์วรพงศ์ พิเชษฐ์[63] ได้เขียนหนังสือชื่อพุทธธรรมบำบัด โดยอธิบายการนำหลักพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพมีงานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศรองรับซึ่งมีพุทธธรรมที่สำคัญที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุได้ดังนี้

1) อารมณ์ทำให้เกิดโรค ร่างกายและจิตใจของคนเรามีความสัมพันธ์กันอย่างแยกไม่ออก เวลาที่ใจของเรามีความเครียด ความโกรธหรืออารมณ์ในทางลบก็จะมีผลต่อร่างกายของเรา

---

[63]พงษ์วรพงศ์ พิเชษฐ์, น.พ, **พุทธธรรมบำบัด**, (กรุงเทพมหานคร: กองแพทย์ทางเลือก กรมการพัฒนาแพทย์แผนไทยทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข, 2550), หน้า 5.

จิตใจของเราจึงมีอิทธิพลมากต่อการเกิดโรคของร่างกายในทางกลับกันการมีอารมณ์ที่ดี เช่น การฝึกเจริญเมตตาภาวนาเป็นเวลาหนึ่งชั่วโมงซึ่งมีผลต่ออารมณ์ที่ดีทำให้ภูมิต้านทานแข็งแกร่งขึ้น

2) ความผ่อนคลายบำบัดโรค วิทยาศาสตร์การแพทย์สมัยใหม่ได้ศึกษาพบว่าความผ่อนคลายเป็นสิ่งสำคัญมากเนื่องจากการสร้างความผ่อนคลายจะช่วยรักษาโรคและป้องกันไม่ให้เกิดโรคต่างๆ เช่นโรคหัวใจ โรคความดัน โรคเบาหวาน โรคจิตประสาท โรคหืดหอบรวมทั้งโรคมะเร็งต่าง ๆ ด้วย ดร.เบนสัน บอกว่า การทำให้เกิดการผ่อนคลายทำได้หลายวิธี เช่น การสวดมนต์ การฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อ การวิ่งเหยาะๆแล้วกำหนดสติที่เท้า การว่ายน้ำแล้วเจริญสติไปด้วย การฝึกการหายใจ การฝึกโยคะสมาธิ การฝึกชี่กงหรือแม้แต่การเจริญสติในขณะถักนีตติ้งหรือโครเช การฝึกสมาธิโดยตรงในท่ายืน เดิน นั่ง นอนใช้สติกำหนดรู้ส่วนต่าง ๆ ในร่างกาย สามารถทำให้เกิดสมาธิและผ่อนคลายได้มาก

3) สมาธิบำบัดโรค ปัจจุบันเป็นที่ยอมรับกันแล้วว่าการทำจิตให้เป็นสมาธิช่วยสร้างความผ่อนคลายแก้ไขโรคของความเครียดอย่างได้ผล คนอเมริกันฝึกหัดสมาธิเพื่อแก้ไขปัญหาความเครียดและปัญหาความทุกข์ใจ...นอกจากนั้นการวิจัยทางวิทยาศาสตร์ยังชี้ให้เห็นถึงผลดีของสมาธิต่อการรักษาโรคทางกายอย่างชัดเจน จึงทำให้การใช้สมาธิรักษาเป็นที่นิยมกันอย่างแพร่หลาย นิตยสารไทม์ถึงกับตีพิมพ์บทความเรื่อง “การสวดมนต์ ไปวัด ปฏิบัติสมาธิ ช่วยรักษาโรคได้”

4) วิปัสสนากรรมฐานบำบัดโรค การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเป็นวิธีการที่เกิดจากการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า มีเฉพาะในพระพุทธศาสนา เป็นการฝึกจิตให้เกิดปัญญา เห็นสภาวธรรมต่าง ๆ เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ทำให้เราเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง ทำให้ถอดถอนความยึดติดในสิ่งทั้งปวง ว่าไม่ใช่ตัวเราของเรา เป็นเหตุให้สามารถขจัดกิเลสหรืออารมณ์ต่าง ๆ โดยเฉพาะกิเลสอย่างละเอียด แต่ในเบื้องต้นทำให้เราควบคุมจิตใจ อารมณ์ได้ดี สามารถวางเฉยต่อสิ่งต่าง ๆ ทั้งดีและไม่ดีได้

5) การสวดมนต์บำบัดโรค การไปวัด ไหว้พระ สวดมนต์ แผ่เมตตา เป็นกิจกรรมที่ชาวพุทธเราปฏิบัติกันเป็นประจำในชีวิตประจำวัน การวิจัยทางการแพทย์ในปัจจุบันพบว่า การไหว้พระสวดมนต์ การไปวัดทำกิจกรรมทางศาสนามีผลทำให้สุขภาพดีและรักษาโรคได้ด้วย

(3) การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุใน 4 ด้าน

พงษ์วรพงศ์ พิเชษฐ, นพ.[64] ได้สรุปวิธีการดูแลสุขภาพเอาไว้ว่า ถ้าเราสาวลึกลงไปถึงสาเหตุของโรคต่างๆ พบว่า สาเหตุของโรคเกิดจากคุณภาพจิตใจที่ไม่ดี อารมณ์ทางลบ ความคิดอกุศล ความโลภ ความโกรธ ความหลง กิเลสตัณหาในใจของเรา ล้วนเป็นสาเหตุที่สำคัญที่ทำให้เกิดโรคต่าง

---

[64]เรื่องเดียวกัน, หน้า 99-100.

ๆ ดังนั้น การที่เราจะมีสุขภาพดีนั้นองค์การอนามัยโลกจึงกำหนดว่าจะต้องมีสุขภาวะทางกาย ทางใจ ทางสังคม ทางจิตวิญญาณ

ในด้านร่างกาย เราใช้อาหาร การออกกำลังกาย การเดินการวิ่ง การฝึกโยคะ ไทเก๊ก ชี่กง การว่ายน้ำเล่นกีฬาประเภทต่าง ๆ ล้วนแต่ส่งเสริมให้ร่างกายแข็งแรง ภูมิต้านทานดี ช่วยรักษาโรคต่าง ๆ ได้

ในด้านจิตใจ เราใช้วิธีการผ่อนคลายแบบต่าง ๆ การฝึกการหายใจ การใช้ดนตรีช่วยบำบัด การใช้ศิลปะบำบัด การจินตนาการบำบัด การสะกดจิตบำบัด การทำจิตบำบัดรูปแบบต่าง ๆ

ในด้านสังคม เราใช้กลุ่มบำบัด กลุ่มความเอื้ออาทร กลุ่มกัลยาณมิตรผู้ปฏิบัติธรรมด้วยกัน ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน มีเมตตาต่อกันให้อภัยต่อกัน ไม่อิจฉาริษยา ชิงดีชิงเด่นต่อกัน การอยู่ในหมู่ญาติพี่น้อง เพื่อนฝูงที่มีไมตรีจิตต่อกัน จะทำให้เราไม่โดดเดี่ยว มีความภูมิใจในคุณค่าของตนเอง สิ่งเหล่านี้ช่วยให้โรคที่เป็นอยู่หายเร็วขึ้น ทำให้ภูมิต้านทานดี

ในด้านจิตวิญญาณ การปฏิบัติธรรม การสวดมนต์ การแผ่เมตตา การฝึกสมาธิ วิปัสสนา จะช่วยทำให้จิตของเราดีอยู่เสมอ ความโลภ ความโกรธ ความหลงจะลดลง ความยึดมั่นถือมั่นน้อยลง ปล่อยวางได้มากขึ้น สามารถปรับผ่อนจิตใจในเวลามีความทุกข์ใจได้ ยอมรับการเปลี่ยนแปลงตามเหตุปัจจัย สามารถปรับตัวเข้ากับความผันผวนของชีวิตได้ ยอมรับว่าการเกิดแก่เจ็บตายเป็นไปตามธรรมชาติ ทำใจได้เมื่อเวลาจะใกล้ตาย

จะเห็นได้ว่า วิธีการหรือกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จากลักษณะที่ได้ศึกษาเป็นการดำเนินงานอยู่ กล่าวคือ กระบวนการดำเนินงานตามโครงการอย่างมีส่วนร่วมของชุมชนในทุกภาคส่วน โดยมีทรัพยากรในการบริหารจัดการแบบ 4M ประกอบด้วย (1) ทรัพยากรบุคคล (Man) (2) งบประมาณ (Money) (3) การบริหารจัดการแบบมีส่วนร่วม (Management) และ (4) วัสดุอุปกรณ์ (Material) และกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ มุ่งให้ผู้สูงอายุสามารถพึ่งพิงตนเอง และร่วมกันดำเนินกิจกรรมในรูปของชมรมผู้สูงอายุ การจัดกองทุนสวัสดิการให้และจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาวะผู้สูงอายุ และการสร้างองค์ความรู้โดยการจัดอบรมให้ความรู้และส่งเสริมสุขภาพในกลุ่มผู้สูงอายุ เช่น การส่งเสริมด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมในชุมชน เป็นต้น

2.4 อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมด้านความเชื่อของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

คำว่า “วัฒนธรรม” มีผู้ให้ความหมายหลากหลายที่แตกต่างกันไปในแต่ละท้องถิ่น ทั้งนี้เพราะวัฒนธรรมสามารถมองได้หลายแง่หลายมุมแล้วแต่จะมองกันในแง่มุมใด แต่พอสรุปได้ว่า วัฒนธรรม คือ สิ่งที่มนุษย์คิดและสร้างขึ้นเพื่อเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิตของชาติพันธุ์สร้างความเป็นอันหนึ่งอันเดียวให้เกิดขึ้นในตนเองครอบครัวสังคมและประเทศชาติ อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ เป็นกลุ่มชาติพันธุ์หนึ่งที่ดำเนินชีวิตอยู่ภายใต้บริบทของกระแส

โลกาภิวัตน์ดังกล่าว ซึ่งพวกเขาได้พยายามปรับตัวคล้อยตามไปกับบริบทเหล่านั้น โดยการฟื้นฟูวัฒนธรรมและอัตลักษณ์ความเป็นชนเผ่าในแต่ละเขตพื้นที่ คือ ชนเผ่าส่วย ชนเผ่าเขมร ชนเผ่าลาว และชนเผ่าเยอ วัฒนธรรมและอัตลักษณ์บางส่วนสูญหายไป แต่ปัจจุบันมีการเพื่อฟื้นฟูความเป็นวัฒนธรรมและอัตลักษณ์ให้คงไว้และรองรับกับกระแสการท่องเที่ยวของสังคม เพื่อผลประโยชน์อันพึงมีพึงได้ที่พวกเขาจะได้รับจากการปรับตัวในครั้งนี้ โดยพวกเขาได้ใช้อัตลักษณ์ทางชาติพันธุ์ของตนเองที่มีอยู่เดิมและที่ฟื้นฟูขึ้นใหม่เป็นจุดขายให้แก่นักท่องเที่ยว โดยมีการนำเสนออัตลักษณ์ผ่านสถานที่ท่องเที่ยว วิถีชีวิตและการแสดงทางวัฒนธรรมต่าง ๆ คือ วัฒนธรรมพื้นบ้าน ศิลปะการฟ้อนรำประเพณี และการละเล่นของชนสี่เผ่า แต่ทั้งนี้การนำเสนออัตลักษณ์ในบริบทของการท่องเที่ยวนั้นผู้วิจัยมองว่า ยังไม่เป็นที่ยอมและโดดเด่นเท่าที่ควร ควรปรับให้มีความสวยงาม แปลกใหม่และมีความตื่นตาตื่นใจมากขึ้นด้วย เช่น ด้านความเชื่อทางศาสนา ด้านพิธีกรรม และด้านวัฒนธรรม

2.4.1 ความเชื่อด้านศาสนา

ศาสนาเป็นอารยธรรมเฉพาะของมนุษย์ นอกจากมนุษย์แล้วไม่มีสัตว์ชนิดอื่นใดในโลกสามารถสร้างสรรค์วัฒนธรรมทางความเชื่อรูปแบบนี้ได้ และมนุษย์ทุกชีวิตไม่ว่าชาติใดภาษาใดล้วนตกอยู่ภายใต้อิทธิพลทางศาสนา ต้องมีศาสนาหรือลัทธิความเชื่อประจำตัวทั้งสิ้น ซึ่งอาจได้รับถ่ายทอดจากกระบวนการขัดเกลาทางสังคมของเผ่าพันธุ์ หรือเกิดจากทัศนคติความเชื่อถือจากประสบการณ์ส่วนบุคคล ศาสนามีความเกี่ยวข้องและมีอิทธิพลต่อคนตั้งแต่เกิดจนตาย ศาสนาจึงมีความจำเป็นและมีอิทธิพลต่อวิถีชีวิตของมนุษย์โดยไม่สามารถแยกออกจากกันได้

ความเชื่อเป็นพื้นฐานของศาสนาต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นศาสนาพุทธ พราหมณ์ คริสต์ฯลฯ ต่างก็กล่าวถึงเรื่องราวของความเชื่อในเรื่องผีสางเทวดา ซึ่งเป็นความเชื่อดั้งเดิมก่อนที่จะคลี่คลายมาเป็นศาสนา ศาสนาเป็นอีกรูปแบบหนึ่งในพัฒนาการของความเชื่อ ศาสนาทุกศาสนาย่อมเกิดขึ้นโดยมีความเชื่อเป็นพื้นฐานสำคัญในเบื้องแรก เมื่อรวมเข้ากับองค์ประกอบอื่น ๆ อีกหลายประการจึงถูกจัดให้เป็นศาสนา แต่ความเชื่อทุกอย่างมิได้จัดเป็นศาสนาเสมอไป และศาสนาเองก็เป็นเพียงรูปแบบหนึ่งของความเชื่อเท่านั้น ทั้งนี้มีผู้ให้ความหมายของศาสนาไว้ดังนี้

สุชีพ ปุญญานุภาพ อธิบายว่า คำว่า “ศาสนา” แปลมาจาก “สาสนํ” ในภาษาบาลี “ศาสนํ” ในภาษาสันสกฤต หมายถึง คำสั่งสอน ตรงกับภาษาอังกฤษว่า “Religion” ซึ่งสันนิษฐานว่ามาจากภาษาละตินว่า “Religio” ซึ่งมาจากคำ 2 คำ คือ “Relegere” แปลว่า การปฏิบัติต่อ หรือการเกี่ยวข้องด้วยความระมัดระวัง และคำว่า “Religare” แปลว่า ผูกพัน คือผูกพันกับพระเจ้าอีกอย่างหนึ่ง คำสั่งสอนที่นับว่าเป็นศาสนานั้นต้องประกอบด้วยความเชื่อในอำนาจที่มองไม่เห็นด้วยตาบางอย่าง หลักศีลธรรม จุดมุ่งหมายสูงสุดแห่งชีวิต และพิธีกรรมทางศาสนา โดยสุชีพได้สรุปความหมายของศาสนาไว้ 3 ประการ กล่าวคือ

(1) ศาสนา คือ ที่รวมแห่งความเคารพนับถืออันสูงส่งของมนุษย์

(2) ศาสนา คือ ที่พึ่งทางจิตใจ และ

(3) ศาสนา คือ คำสั่งสอน[65]

จำนงค์ อดิวัฒนสิทธิ์ และคณะ ได้ให้ความหมายของศาสนาในเชิงสังคมวิทยาเอาไว้ว่า ศาสนารวมเอาหลักความเชื่อและการปฏิบัติทุกอย่างของบุคคลในสังคม ซึ่งดำเนินไปด้วยระบบเดียวกัน กล่าวคือ สมาชิกส่วนใหญ่ยอมรับหลักการ ระเบียบประเพณี และการปฏิบัติตามหลักการในแนวที่ไม่แตกต่างกัน ฉะนั้น ศาสนาในแง่นี้จึงเป็นความเชื่อและการปฏิบัติร่วมกัน หรือเป็นระบบความเชื่อและการปฏิบัติอย่างเดียวกัน โดยมีการปฏิบัติหน้าที่ทั้งที่เกี่ยวกับโลกนี้และโลกหน้า[66]

จะเห็นได้ว่า ศาสนา หมายถึง ความเชื่อถือหรือความยึดถือในหลักการบางอย่างที่อาจเกิดขึ้นด้วยการบอกเล่า การสั่งสอน การเรียนรู้ การคาดคะเน ความรู้สึก หรือการรับรู้ผ่านประสาทสัมผัสต่าง ๆ ว่าเรื่องราว เหตุการณ์ ปรากฏการณ์ หรือคำสอนนั้น ๆ เป็นเรื่องจริง ความเชื่ออาจมีเหตุผลสามารถพิสูจน์ได้ หรือเป็นเรื่องลี้ลับไม่สามารถอธิบายได้ตามหลักวิทยาศาสตร์ แต่ทั้งนี้ความเชื่อใดจะถูกจัดว่าเป็นศาสนาย่อมมีองค์ประกอบตามเกณฑ์ที่กำหนดด้วย ศาสนา ประกอบด้วยองค์ประกอบหลัก คือ ต้องมีผู้ก่อตั้งหรือผู้ประกาศศาสนา เรียกว่า ศาสดา ต้องมีหลักการหรือคำสอนของศาสนานั้น ๆ เรียกว่า ธรรมะหรือคัมภีร์ต้องมีผู้เผยแผ่หรือผู้สืบทอดศาสนา เรียกว่า สาวก หรือนักบวช ต้องมีสถานที่ปฏิบัติกิจกรรมหรือเคารพทางศาสนา เรียกว่า ศาสนสถาน ต้องมีสัญลักษณ์ทางศาสนา และต้องมีหลักเกณฑ์ปฏิบัติ

2.4.2 พิธีกรรมทางศาสนา

พิธีกรรม คือ เครื่องบ่งชี้ถึงรูปแบบทางความเชื่อ เพราะเมื่อบุคคลมีความเชื่ออย่างไรย่อมแสดงลักษณะทางความเชื่อของตนให้ปรากฏผ่านการกระทำ ซึ่งอาจกล่าวได้ว่า ประเพณีพิธีกรรม คือ ลักษณะทางรูปธรรมของความเชื่อซึ่งเป็นนามธรรม ประเพณีเป็นแบบแผนของกิจกรรมทางสังคมที่มนุษย์ทำขึ้น เกิดจากความเชื่อทางพุทธศาสนา มีทั้งจารีตประเพณี ขนบประเพณีธรรมเนียมประเพณี และประเพณีท้องถิ่น ประเพณีทำให้เกิดความสัมพันธ์ทางสังคม การอยู่ร่วมกันความสามัคคีตลอดจนความปลอดภัยของชีวิต ประเพณียังสอนให้คนรู้จักคารวะ เคารพระบบอาวุโสโดยแสดงออกในรูปของการประกอบพิธีกรรม ดังที่มีผู้รู้กล่าวไว้ดังนี้

พิธีกรรมเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมมนุษย์กำหนดพิธีกรรมขึ้นเพื่อสนองตอบทางด้านอารมณ์ จิตใจ และความเชื่อถือเคารพบูชา การแสดงออกโดยใช้สัญลักษณ์ในการสื่อความหมายตาม

---

[65]สุชีพ ปุญญานุภาพ, **ประวัติศาสตร์ศาสนา**, พิมพ์ครั้งที่ 11, (กรุงเทพมหานคร: รวมสาสน์, 2541), หน้า 1-7.

[66]จำนงค์ อดิวัฒนสิทธิ์ และคณะ, **สังคมวิทยา**, พิมพ์ครั้งที่ 13, (กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2549), หน้า 102.

ความเชื่อนั้น บางครั้งไม่อาจแสดงเหตุผลตามหลักเกณฑ์ของความจริงได้ พิธีกรรมเป็นสิ่งที่มนุษย์สร้างขึ้น มีส่วนต่าง ๆ ที่มนุษย์ปรุงแต่งและประกอบกันขึ้นเป็นองค์ประกอบทางวัฒนธรรม ตกทอดเป็นมรดกแล้วหลายชั่วอายุคน

ที่สำคัญพิธีกรรมเป็นวัฒนธรรมที่คนในสังคมได้สร้างขึ้น เพื่อเป็นหลักประกันความมั่นคงทางจิตใจ มีความหวังและเชื่อว่าพิธีกรรมต้องนำไปสู่ผลที่คาดหวัง ทำให้เกิดความเป็นสวัสดิมงคลอยู่เย็นเป็นสุข พิธีกรรมจะมีความสัมพันธ์กับความเชื่อเพราะพิธีกรรมต้องมาจากพื้นฐานของความเชื่อไม่ว่าจะเป็นความเชื่อด้านใด ความเชื่อนั้นชุมชนท้องถิ่นเป็นผู้กำหนดขึ้นจนเป็นประเพณีดั้งเดิมสืบต่อกันมา มีแบบแผนการกระทำเป็นเอกลักษณ์เฉพาะถิ่น จนเป็นที่ยอมรับของสังคมทั่วไป โดยได้แบ่งพิธีกรรมออกเป็น 2 ประเภทใหญ่ ๆ คือ พิธีกรรมส่วนบุคคล และพิธีกรรมของชุมชน

แต่เดิมนั้นพิธีกรรมทำเฉพาะตัวบุคคลและภายในกลุ่มเล็ก ๆ ต่อมาได้จัดระเบียบแล้วกลายมาเป็นเรื่องของส่วนรวม คนในสังคมได้ประพฤติและถือปฏิบัติตามความคิดความเชื่อของตนและสังคม ทำให้เกิดเป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิตอย่างเดียวกัน พิธีกรรมจึงเป็นประเพณีส่วนรวมประเพณีของสังคมได้ผนวกเอาพิธีกรรมเข้ามารวมไว้เป็นแบบแผนการประพฤติปฏิบัติของหมู่คณะซึ่งแตกต่างกันออกไปในท้องถิ่นแต่ละถิ่น ประเพณีอาจประกอบด้วยประเพณีย่อย ๆ หลายประเพณี[67]

จะเห็นได้ว่า พิธีกรรมในภูมิภาคต่าง ๆ มีความเหมือนกันหรือแตกต่างกัน มาจากสิ่งแวดล้อมทางภูมิศาสตร์ สิ่งแวดล้อมทางวัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อมทางสังคม ดังนั้น ประเพณีส่วนรวมของชาติส่วนใหญ่จึงมีลักษณะเหมือนกันทุกท้องถิ่น แต่จะแตกต่างกันบ้างในรายละเอียดของประเพณี ประเพณีส่วนรวมนี้ได้แก่ ประเพณีการบวช ประเพณีแต่งงาน ประเพณีการเกิด และยังได้กล่าวถึงปัจจัยที่ทำให้ประเพณีของแต่ละท้องถิ่นมีความแตกต่างกัน ว่าเกิดจากปัจจัย 3 ประการ คือ

(1) สิ่งแวดล้อมทางภูมิศาสตร์ ได้แก่ ภูมิประเทศ ดินฟ้าอากาศ และทรัพยากรธรรมชาติ สิ่งเหล่านี้ในแต่ละท้องถิ่นจะแตกต่างกันออกไป

(2) สิ่งแวดล้อมทางวัฒนธรรม วัฒนธรรมเป็นสิ่งที่เกิดจากวิถีชีวิตของคนในสังคม ดังนั้น คนในสังคมคิดอย่างไร รู้สึกอย่างไร เชื่ออย่างไร ก็จะแสดงออกมาให้ปรากฏในรูปของภาษา ประเพณี กิจการงาน การละเล่น ตลอดจนสิ่งอื่น ซึ่งคนในสังคมสร้างขึ้นและถ่ายทอดไว้

(3) สิ่งแวดล้อมทางสังคม เนื่องจากสังคมประกอบไปด้วยคนตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป อาศัยอยู่ในเขตแห่งใดแห่งหนึ่งเป็นประจำ เป็นเวลานานพอสมควร มีการผสมกลมกลืนกันทางวัฒนธรรม และขณะเดียวกันก็มีการกำหนดขอบเขตและบรรทัดฐานทางสังคมที่แตกต่างกัน ย่อมทำให้ประเพณีแตกต่างกันไปด้วย

---

[67]ธิดา โมสิกรัตน์ และจำนงค์ ทองประเสริฐ, "ศาสนาและพิธีกรรมของไทย", ใน **เอกสารการสอนชุดวิชาไทยคดีศึกษา หน่วยที่ 8-15**, พิมพ์ครั้งที่ 8, (นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2543), หน้า 38-39.

กล่าวอีกนัยหนึ่ง ประเพณีที่มีมาในสังคมไทยแต่โบราณเกี่ยวเนื่องด้วยระบบความเชื่อหลายอย่าง ทั้งอำนาจเหนือธรรมชาติ เชื่อในพระพุทธศาสนา ศาสนาพราหมณ์ ประเพณีได้แยกเป็น 3 ประเภทใหญ่ ๆ คือ

(1) จารีตประเพณี (Moral Custom) ได้แก่ ประเพณีที่สังคมถือว่าถ้าใครในสังคมฝ่าฝืนหรืองดเว้นไม่ทำตาม ก็เป็นความผิดและชั่ว จารีตประเพณีเป็นข้อบังคับทางจรรยา หรือศีลธรรมของสังคม

(2) ขนบประเพณี (Institutional Custom) ได้แก่ ประเพณีที่สังคมได้ตั้งหรือวางไว้เป็นระเบียบแบบแผนขึ้นไว้โดยตรงหรือทางอ้อม โดยตรงวางเป็นระเบียบไว้ชัดเจน ส่วนทางอ้อม ไม่ได้เขียนไว้ชัดเจนเป็นแต่เพียงได้รับการสืบทอดกันมาเป็นเวลายาวนาน เช่น วิธีรดน้ำดำหัวแบบชาวเหนือ

(3) ธรรมเนียมประเพณี (Conventional Custom) ได้แก่ ประเพณีที่ได้รับการประพฤติปฏิบัติสืบต่อกันมาหลายชั่วอายุคน ไม่ค่อยจะมีโทษเมื่อใครไม่ปฏิบัติตาม เป็นประเพณีท้องถิ่นของแต่ละท้องถิ่นนั้น ประเพณีในระบบความเชื่อ ได้แก่ พิธีกรรมทางศาสนาและไสยศาสตร์มีอิทธิพลต่อความมั่นคงทางจิตใจและความเป็นปึกแผ่นของสังคม

2.4.3 ภูมิปัญญาด้านความเชื่อ

ภูมิปัญญา เป็นรากเหง้าของความรู้อันเป็นบ่อเกิดแห่งวัฒนธรรมของมนุษยชาติ ภูมิปัญญาก่อให้เกิดการประดิษฐ์คิดค้น ปรับปรุง พัฒนาวิทยาการใหม่ ๆ แทนที่ของเก่าไม่ขาดสาย มีการเรียนรู้และสืบทอดจากคนรุ่นหนึ่งสู่อีกรุ่นหนึ่งเป็นมรดกวัฒนธรรมที่ทรงคุณค่า มิใช่เพียงสติปัญญาของบุคคลใดบุคคลหนึ่ง แต่หมายถึงองค์ความรู้ที่เป็นสมบัติเฉพาะของเผ่าพันธุ์

ภูมิปัญญา (Wisdom) หรือภูมิปัญญาชาวบ้าน (Popular Wisdom) หรือภูมิปัญญาท้องถิ่น (Local Wisdom) หมายถึง พื้นเพรากฐานของความรู้ชาวบ้าน หรือความรู้ของชาวบ้านที่เรียนรู้และมีประสบการณ์สืบต่อกันมาทั้งทางตรงและทางอ้อม กล่าวคือ การเรียนรู้และมีประสบการณ์ที่เกิดขึ้นด้วยตนเอง กับการเรียนรู้และมีประสบการณ์ที่ได้รับจากผู้ใหญ่หรือจากการสืบทอดต่อ ๆ กันมา จนกลายเป็นการยอมรับกันทั่วไปในชุมชนหรือท้องถิ่น หรืออาจกล่าวอีกนัยหนึ่งว่าภูมิปัญญาชาวบ้านหรือภูมิปัญญาท้องถิ่น หมายถึง ทุกสิ่งทุกอย่างที่ชาวบ้านคิดได้เอง ทำได้เอง ผ่านการเรียนรู้และมีประสบการณ์สืบต่อกันมาทั้งทางตรงและทางอ้อม เป็นลักษณะของสติปัญญาและองค์ความรู้ทั้งหมดที่ครอบคลุมด้านกว้าง ด้านลึก โดยอาศัยศักยภาพที่มีอยู่ไปใช้ในการแก้ปัญหาหรือใช้เป็นองค์ประกอบเพื่อประโยชน์ในการดำเนินชีวิตได้ภายในท้องถิ่นของตนเอง[68]

---

[68]เสรี พงศ์พิศ, “ภูมิปัญญาชาวบ้าน”, **นโยบายวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี, 2544**, หน้า 31-34.

"ภูมิปัญญา" ตรงกับภาษาอังกฤษว่า "Wisdom" ซึ่งมีความหมายว่า ความรู้ ความสามารถ ความเชื่อ ความสามารถทางพฤติกรรม และความสามารถในการแก้ไขปัญหาของมนุษย์ และภูมิปัญญาท้องถิ่น หมายถึง องค์ความรู้ ความคิด ความเชื่อ และการกระทำของบุคคลในท้องถิ่นที่นำมาใช้เป็นแนวทางแก้ปัญหา หรือเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต โดยมีการสืบสานและถ่ายทอดต่อ ๆ กันมา[69] ซึ่งภูมิปัญญาชาวบ้านอีสานมีรากเหง้าหลากหลายผสมผสานอย่างกลมกลืนระหว่างศาสนาชาวบ้าน สภาพภูมิศาสตร์ สภาพแวดล้อม และกระบวนการทางสังคม และได้แบ่งภูมิปัญญาอีสานออกเป็นภูมิปัญญาด้านการผลิต ภูมิปัญญาด้านประเพณี ภูมิปัญญาด้านภาษา ภูมิปัญญาด้านหัตถกรรม ภูมิปัญญาด้านสถาปัตยกรรม ภูมิปัญญาด้านดนตรีและการแสดงพื้นเมือง ภูมิปัญญาเรื่องการรักษาโรคแผนพื้นบ้าน ภูมิปัญญาด้านการจัดการทรัพยากรธรรมชาติ และภูมิปัญญาของพระวัดป่า[70]

จะเห็นได้ว่า ภูมิปัญญา (Wisdom) หมายถึง ความรู้ สติปัญญา ที่บรรพชนได้สั่งสมผ่านประสบการณ์ของการลองผิดลองถูก การแก้ไขปรับปรุง และการพัฒนามาอย่างต่อเนื่องยาวนานจนกลายเป็นมรดกที่ทรงคุณค่า และเป็นทรัพยากรที่เหมาะสมกับวิถีชีวิตในช่วงเวลานั้นมากที่สุด จนกว่าจะมีวัฒนธรรมหรือวิทยาการแบบใหม่ผ่านเข้ามา และเกิดกระบวนการปรับกระบวนทัศน์ทางภูมิปัญญาให้ทันสมัยที่สุดอีกครั้งหนึ่ง โดยภูมิปัญญาของคนอีสานนั้นเกิดขึ้นจากสภาพการดำเนินชีวิตในท่ามกลางธรรมชาติที่บีบคั้น จึงเกิดเป็นภูมิปัญญาด้านการหาอยู่หากินในทุก ๆ สาขาอาชีพ นอกจากนั้นความเชื่อก็มีส่วนสำคัญในการเสริมสร้างภูมิปัญญาให้แก่บรรพบุรุษอีสาน โดยเป็นภูมิปัญญาในการผสมผสานความเชื่อเพื่อดำรงวัฒนธรรมทางความเชื่อทั้งแบบเก่าที่เคยประพฤติปฏิบัติมายาวนานและแบบใหม่ที่เห็นว่าดีมีเหตุผลเข้าด้วยกันได้อย่างกลมกลืนและเกื้อกูลกัน

2.5 ความหลากหลายทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

ประชาชนในศรีสะเกษจะประกอบไปด้วย 4 ชนเผ่า คือ ส่วย เขมร ลาว และเยอ ซึ่งมีบริบทพื้นที่ วัฒนธรรม และประเพณีที่แตกต่างกันในแต่ละชนเผ่า กล่าวคือ

2.5.1 กลุ่มชาติพันธุ์ไทยเยอ

ชาวเยอ เป็นชาวพื้นเมืองกลุ่มหนึ่ง ที่จัดอยู่ในกลุ่มภาษามอญ-เขมร เรียกตนเองว่า กวย มีความหมายว่า คน หากจัดกลุ่มแล้ว ชาวเยอจัดอยู่ในกลุ่มของชาวกูย มีภาษาพูดภาษาเดียวกัน ซึ่งมี

---

[69]อัจฉรี จันทมูล และบุญชู ศรีเวียงยา, "ลวดลายและการพัฒนาศักยภาพภูมิปัญญาต่อการจัดการผ้าทอพื้นเมืองที่ส่งผลเสริมสร้างความเข้มแข็งและการพึ่งตนเองแก่ชุมชนท้องถิ่น : ศึกษากรณีผ้าลายสร้อยดอกหมากในจังหวัดมหาสารคาม", **รายงานการวิจัย**, (มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2549), หน้า 39-43.

[70]จารุวรรณ ธรรมวัตร, **วิเคราะห์ภูมิปัญญาอีสาน**, (มหาสารคาม: ม.ป.ท., 2538), หน้า 2.

เพียงบางคำเท่านั้นที่แตกต่างกัน[71] ชาวเยอเป็นกลุ่มชาติพันธุ์ที่พบในแถบอีสานใต้และอีสานเหนือบางส่วน รวมทั้งฝั่งซ้ายแม่น้ำโขง ในครั้งที่กษัตริย์ขอมปกครองนครจำปาศักดิ์นั้น ชาวข่าเป็นชนอีกกลุ่มหนึ่งที่อาศัยอยู่ในแถบนั้น ชาวข่าเรียกตัวเองหลายอย่าง เช่น จะ ระแด บูร กูย ฯลฯ ข่ามีอยู่ 2 กลุ่ม คือ

1. กลุ่มที่อยู่ทางฝั่งซ้ายแม่น้ำโขง อยู่กระจายตามเมืองขึ้นของจำปาศักดิ์ เนื่องจากในสมัยที่นครจำปาศักดิ์ตั้งเป็นรัฐอิสระ มีเจ้าสร้อยสมุทรพุทธางกูร ปกครอง ราว พ.ศ. 2251-2275 ได้ขยายอำนาจเข้ามาครอบคลุมเขตพื้นที่เมืองอีสาน และอพยพชนชาวข่าและชาวลาวมาตั้งถิ่นฐานอยู่ทางฝั่งซ้ายและฝั่งขวาของแม่น้ำโขง ข่าที่อยู่ฝั่งซ้ายแม่น้ำโขงเรียกว่า ข่าจะแด ข่าวะ ข่าบูร ข่ากูย (กวย)

2. กลุ่มที่อยู่ทางฝั่งขวาแม่น้ำโขง แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กูย เดิมอยู่ในเขตเมืองอัตบือ แสนแป สารวัน อพยพมาอยู่ในประเทศไทยเมื่อใดไม่ปรากฏ

ชาวเยอได้อพยพจากฝั่งซ้ายมาอยู่ฝั่งขวาของแม่น้ำโขงเพื่อขยายอาณาเขตและหนีภัยสงคราม มีการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจเป็นแบบการค้ามากขึ้น การเปลี่ยนแปลงด้านสังคมและวัฒนธรรมผู้นำมีบทบาทลดลงผู้คนมีเสรีภาพ มีความคิดเห็นมากขึ้น ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลง ได้แก่ การสาธารณูปโภค ด้านนิเวศวิทยาการแพร่กระจายทางวัฒนธรรมความนิยมด้านวัตถุมีมากขึ้น

อุทัย สมวัฒน์ ได้กล่าวถึง ประเพณี 4 เผ่าไทยศรีสะเกษ ย้อนรอยวัฒนธรรมของบรรพชนว่า ศรีสะเกษเป็นแหล่งอารยธรรมของชน 4 เผ่า คือ ส่วย เยอ เขมร และลาว ในอดีตชนเผ่าลาวเขมรเคยปกครองมาก่อน และต่อมาชาวส่วย กวยหรือกูยได้อพยพมาสร้างบ้านแปลงเมืองรวมถึงการปกครอง ส่วนชาวเยอเป็นชนกลุ่มหนึ่งก็คือ กวยเยอ ต่อมาเรียก เยอ ชนทั้ง 4 เผ่า มีภาษาพูดในท้องถิ่นของตนเองรวมทั้งขนบธรรมเนียมประเพณี แตกต่างกันอย่างสิ้นเชิง งานประเพณี 4 เผ่าไทยศรีสะเกษ หรืองานเทศกาลดอกลำดวนบาน (เดิม) เป็นงานประเพณีประจำปีที่ยิ่งใหญ่ทุกปีแสดงออกถึงประเพณีวัฒนธรรมที่ชาว 4 เผ่าได้อาศัยอยู่รวมกันด้วยความสามัคคี[72]

สมัยรัชกาลที่ 3 เรียกพวกนี้ว่า ส่วย ซึ่งมีทั้งส่วยที่อยู่ติดเขตแดนเขมร และส่วยที่อยู่ติดเขตแดนลาว และอีกกลุ่มหนึ่ง คือ พวกเยอที่อยู่ใกล้เขมร บางพวกยังคงรักษาวัฒนธรรมภาษาของตัวเอาไว้ เป็นชาติพันธุ์ตระกูลมอญ-เขมร จากการศึกษากลุ่มชาติพันธุ์ในประเทศไทย ได้จัดชนชาติพันธุ์

---

[71]คณะกรรมการฝ่ายประมวลเอกสารและจดหมายเหตุ, **หนังสือเฉลิมพระเกียรติ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เรื่อง วัฒนธรรม พัฒนาการทางประวัติศาสตร์ เอกลักษณ์และภูมิปัญญา จังหวัดศรีสะเกษ**, (กรุงเทพมหานคร: ม.ป.ท. 2542), หน้า 24-36.

[72]อุทัย สมวัฒน์, “ประเพณี 4 เผ่าไทยศรีสะเกษย้อนรอยวัฒนธรรมของบรรพชนอีสาน”, **บ้านเมือง**, (25 กันยายน 2540): 11.

ชาวเยอเป็นกลุ่มหนึ่งของกวยหรือกูย ซึ่งก็คือ กวยเยอ ต่อมาจึงเรียกสั้น ๆ ว่า เยอ ดังนั้น ชาวเยอก็คือกลุ่มชาติพันธุ์หนึ่งของกวยหรือข่า ที่อพยพมาอยู่ในประเทศไทย เนื่องจากราว พ.ศ. 2224-2225 เกิดเหตุการณ์ไม่สงบในเวียงจันทร์ จึงมีผู้นำชาวข่าอพยพมาตามเมือง รายทางฝั่งซ้ายและฝั่งขวาแม่น้ำโขง ซึ่งเป็นเมืองขึ้นของจำปาศักดิ์ สืบเนื่องจากในสมัย เจ้าสร้อยศรีสมุทรพุทธางกูรปกครองนครจำปาศักดิ์ ได้แผ่อำนาจการปกครองไปทั้งสองฝั่งแม่น้ำโขง รวมทั้งแถบอีสานใต้ ได้สร้างเมืองขึ้น ในแถบนี้คือศรีนครลำดวน จึงมีพวกข่าหรือพวกเยออพยพมาด้วย ในสมัยรัตนโกสินทร์ตอนต้นหัวหน้าชาวกวยได้เลื่อนบรรดาศักดิ์เป็น “พระ” และปกครองบ้านเมือง ผู้นำชาวเยอหลายคนได้นำชาวเยอ บางส่วนมาตั้งบ้านเรือนอยู่แถบเมืองศรีนครลำดวน (ปัจจุบันคือบ้านขมิ้น) โดยมีพระศิลา เป็นผู้นำบ้านเดิม พระโคตรและพระแก้วเป็นผู้นำบ้านขมิ้น ต่อมาเป็นบ้านโนนแกด (โนนแกด ภาษาเยอ แปลว่า โนนเล็ก ๆ)

จังหวัดศรีสะเกษเป็นจังหวัดหนึ่ง ซึ่งแตกต่างจากจังหวัดอื่นคือ เป็นดินแดนของหลายเผ่า ตั้งอยู่ทางตอนใต้ของอีสาน มีพื้นที่ประมาณ 8,800,000 ตารางกิโลเมตร ห่างจากกรุงเทพมหานคร 515 กิโลเมตร (โดยทางรถไฟ) แบ่งการปกครองออกเป็น 22 อำเภอ มีประชากรประมาณ 1 ล้านกว่าคน และจังหวัดศรีสะเกษ เป็นปัจจันตเขต มีพื้นที่ชายแดนติดกับประเทศเขมร และอยู่ใกล้กับประเทศลาว สองประเทศนี้เปรียบเหมือนเมืองพี่เมืองน้อง เพราะมีวัฒนธรรมทางภาษาคล้ายคลึงกันกับคนไทยที่อยู่ทางภาคอีสานเรา และไปมาค้าขายติดต่อกันเป็นประจำ ด้วยเหตุนี้ จึงทำให้จังหวัดศรีสะเกษมีคนหลายเผ่า ได้แก่ ชนเผ่าลาว เผ่าเขมร เผ่าส่วย และสุดท้าย "เผ่าเยอ" ซึ่งแต่ละเผ่ามีลักษณะวัฒนธรรมเป็นของตนเอง มีความสัมพันธ์อย่างกลมกลืน โดยเฉพาะกลุ่มชนคนเผ่าเยอ" บ้านโพนค้อ" ต.โพนค้อ อ.เมือง จ.ศรีสะเกษ มีทั้งหมด 6 หมู่บ้าน มีประชากรเกือบ 3,000 คน ห่างจากตัวจังหวัดศรีสะเกษ 10 กิโลเมตร ตามทางหลวงแผ่นดินหมายเลข 221 ถนนสายศรีสะเกษ-กันทรลักษ์ ชุมชนคน "เผ่าเยอ" ตั้งมาแต่ใดไม่มีหลักฐานยืนยันชัดเจน แต่พอมีเอกสารพอที่จะอ้างอิงได้คือเอกสารการจัดตั้งวัดของจังหวัดศรีสะเกษ ตามเอกสารวัดบ้านโพนค้อ ได้รับพระราชทาน "วิสุงคามสีมา" ลงวันที่ 7 เมษายน พุทธศักราช 2266 แสดงว่า หมู่บ้านตั้งมาก่อน พ.ศ.2266 กลุ่มคนชนเผ่าเยอ เป็นคนกลุ่มน้อย ถิ่นเดิมของชนเผ่านี้ มีถิ่นฐานเดิมกระจัดกระจายอยู่สองฟากฝั่งของแม่น้ำโขง ทางตอนใต้ของประเทศลาว แถบเมืองอัตปือ แสนปาง สาละวัน และจำปาศักดิ์ มี "คนเยอ" อีกส่วนหนึ่งซึ่งอยู่โขงเขตหลวงพระบาง

จากข้อมูลทางประวัติศาสตร์ ตามหลักฐานกฎมณเฑียรบาล (พศ.1991) กรมพระยาดำรงราชานุภาพ กล่าวถึงกลุ่มชนคน "เผ่าเยอ" เมืองจามปาหรือจำปา ตามข้อมูลหลักฐานว่าเป็นเมืองจำปาศักดิ์หรือนครจำปาศักดิ์ ตามข้อมูลหลักฐานทางประวัติศาสตร์ดังที่กล่าวมา พอจะประมวลได้ว่ากลุ่มชนคนเผ่าเยอกลุ่มนี้อพยพเข้ามายังประเทศไทยในสมัยกรุงศรีอยุธยา สาเหตุอาจสันนิษฐานได้ 2 นัย

นัยยะที่ 1 ประเทศลาวเกิดสงครามภายในประเทศ อพยพภัยสงคราม

นัยยะที่ 2 เกิดทุพภิกขภัย มีความเป็นอยู่แร้นแค้น และเป็นชนกลุ่มน้อย รัฐเลยไม่เคยช่วยเหลือ หรือเกิดจากการไม่ส่งส่วยทุกปีกลัวจะมีโทษทัณฑ์ จึงชวนกันพร้อมหน้ามาพึ่งไทย อพยพหลบภัยมาตามลำน้ำโขง เข้ามายังฝั่งไทยโดยมี (ตามรอยคนเผ่า) คนเผ่าเยอได้ล่องเรือ "ท้าวกะตะศิลา" และพระยาไกร (น้องชาย) เป็นหัวหน้าล่องเรือมาถึงปากแม่น้ำมูล แล้วแยกย้ายกันไป

พระยาไกร ล่องเรือไปในสายธารแห่งห้วยสำราญ พบที่ฐานที่น่าอยู่รวมหมู่เหล่าเข้าสู่แดนทางตะวันออกแห่งเมืองศรีสะเกษ (นครศรีลำดวน = ขุขันธ์) สร้างบ้าน สร้างเมือง รุ่งเรืองราษฎร์นามว่า "ปราสาทเยอ"

ส่วนพระเชษฐา "ท้าวกะตะศิลา" มุ่งหน้าสู่ตามลำน้ำมูล ถึงบึงโค้งโคก (โคก หมายถึง พื้นที่น้ำท่วมไม่ถึง) จึงตั้งบ้านนี้ว่า " โค้งโคก" หรือ "คงโคก" คือ อำเภอราษีไศลในปัจจุบัน และเยออีกกลุ่มหนึ่ง ซึ่งแยกออกจาก "คงโคก" อพยพมาทางทิศตะวันออกเฉียงใต้ของราษีไศล ผ่านมาทางบ้านเก่า (บ้านเจียงอี, บ้านพันทา เลยมาถึงที่ดอนหรือที่โนนแห่งหนึ่ง ซึ่งโนนหมายถึง พื้นที่ที่สูงกว่าระดับพื้นดินธรรมดา และ ณ ที่โนนแห่งนี้ มีต้นไม้ที่หมู่คนได้เรียกชื่อว่า "ต้นค้อ" ขึ้นอยู่มากมายจึงตั้งชื่อบ้านนี้ว่า "บ้านโนนค้อ" หรือ "โพนค้อ" จวบจนทุกวันนี้

(ก) การแต่งกาย

ผู้ชายจะนุ่งโสร่งหรือผ้าสีต่าง ๆ เป็นโจงกระเบน มีผ้าขาวม้าคาดเอวหรือคล้องไหล่ เครื่องประดับมีสร้อยคอรูปแบบต่าง ๆ ส่วนผู้หญิงจะแต่งกายด้วยเสื้อแขนกระบอกคอกลมหรือคอตั้งสีสันต่าง ๆ นุ่งผ้าถุงโจงกระเบน มีเสื้อสีสันต่าง ๆ แต่ไม่มีลวดลายอยู่ด้านใน มีตุ้มหูเป็นเครื่องประดับที่สำคัญ การแต่งตัวของชาวเผ่าเยอ ในดั้งเดิม ผู้ชายใส่เชิ้ตไม่มีคอปก สีกรมท่า กางเกงขายาวสีกรมท่าและมีผ้าขาวม้ามัดเอว ผู้หญิง ใส่เสื้อสีดำเทา ใส่ผ้าไหม (ผ้าถุง) สีดำ และสีกรมท่า หรือสีอื่น ๆ และมีผ้าไหมพาดผ่านไหล่ซ้ายลงไปบรรจบกันบริเวณเอวด้านขวา คนเผ่าเยอแท้ทุกคน จะมีสีผิวเหลืองขาว เหมือนจีน คนเผ่าเยอชอบอยู่รวมกันเป็นกลุ่มๆ เห็นได้จากการปลูกบ้านเป็นกลุ่ม ลักษณะของบ้าน จะเป็นบ้านสองชั้น ใต้ถุนโล่งเพื่อใช้เลี้ยงควาย หรือวัว หลังคาจะทำจากฟางข้าว ผนังหรือกั้นห้องจะเป็นไม้ไผ่สาน ซึ่งในปัจจุบันไม่มีให้เห็นแล้ว ส่วนเสาและพื้นบ้าน จะเป็นไม้เนื้อแข็งทั่วไป

ภาพที่ 2.2 แสดงลักษณะการแต่งกายของกลุ่มชาติพันธุ์ไทยเยอ

(ข) การผสมผสานทางวัฒนธรรม

การแต่งงานข้ามเผ่าพันธุ์ในกลุ่มชาวเยอนี้มีมาตั้งแต่อดีต มีการแต่งงานระหว่างชาวเยอกับชาวเขมร ชายเยอกับชาวลาว ชาวเยอกับชาวส่วยและชาวเยอกับชายไทยเชื้อสายมอญแถบพระประแดงในอดีต อย่างไรก็ตาม ชาวเยอยังนิยมแต่งงานระหว่างชาวเยอด้วยกัน เพราะพูดกันรู้เรื่อง ในสมัยปัจจุบันนี้มีการแต่งงานข้ามเผ่าพันธุ์มากมายหลากหลายทั้งเชื้อชาติและจำนวน เช่น เขมร ไทยอีสาน ไทยภาคกลาง ไทยภาคใต้ รวมทั้งคนจีน เป็นต้น

เยอ หรือเผ่าเยอ อพยพย้ายถิ่นฐานมาจากประเทศจีนตอนบน ซึ่งไม่ทราบแน่ชัดว่าย้ายมาก่อน หรือหลังสมัยกรุงศรีอยุธยา ซึ่งคนเผ่าเยอย้ายมาถึงจังหวัดศรีสะเกษ ตั้งถิ่นฐานอยู่ในอำเภอราษีไศล จังหวัดศรีสะเกษ ต่อมาเกิดโรคะบาดจึงได้ได้แบ่งออกเป็นหลาย 4 กลุ่ม ย้ายถิ่นที่อยู่ใหม่ กลุ่มแรก เดินทางไปตั้งถิ่นฐานอยู่ที่เมืองปราสาทเยอ ซึ่งในปัจจุบัน คือบ้านปราสาทเยอ ตั้งอยู่ในอำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ

กลุ่มที่ 2 ได้ย้ายไปตั้งถิ่นฐานใน อำเภออุทุมพรพิสัย และอำเภอห้วยทับทัน

ส่วนกลุ่มที่ 3 และกลุ่มที่ 4 อาศัยอยู่ใน อำเภอเมืองศรีสะเกษ จังหวัดศรีสะเกษ ในปัจจุบัน ชื่อหมู่บ้านว่า บ้านขมิ้น อยู่ใน ตำบลทุ่ม อำเภอเมืองศรีสะเกษ จังหวัดศรีสะเกษ และบ้านโพนค้อ ตำบลโพนค้อ อำเภอเมืองศรีสะเกษ จังหวัดศรีสะเกษ

ประเพณีและวัฒนธรรมของเผ่าเยอ ได้แก่

(1) บุญข้าวสาก เป็นประเพณีที่มีขึ้นหลังจากการดำนาเสร็จสิ้น ประมาณเดือน สิงหาคม

(2) บุญข้าวจี่ มีขึ้นหลังจากเก็บเกี่ยวเสร็จ ประมาณเดือน ธันวาคม

นอกจากนี้ยังมีประเพณีอื่นๆ ซึ่งได้รับอิทธิพลจากประเพณีของชาวพื้นถิ่นรอบ ๆ นั้น รวมไปถึงวัฒนธรรมไทยเกือบทั้งหมด

(ค) ภาษา

ภาษาเยอ เป็นภาษาที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัว ส่วนมากทุกๆ คำจะพูดกันเป็นเสียงสามัญ (สามัญ เอก โท ตรี จัตวา) ในประโยคบอกเล่า แต่ในประโยคคำถาม พยางค์สุดท้ายจะเป็นเสียงตรี หรือ จัตวา ในปัจจุบัน ภาษาเยอได้เปลี่ยนไปตามยุคสมัย และกลายเป็นภาษาเยอสมัยใหม่ เช่น จะมีบางคำที่เป็นภาษาไทยบ้างเช่น ฮัวใจ (หัวใจ) ภาษาอีสานบ้าง และภาษาที่เรียกสิ่งของที่ไม่เคยมีมาในสมัยโบราณ

(ง) ศาสนา

คนในเผ่าเยอ นับถือศาสนาพุทธเป็นหลัก และมีความเชื่อในศาสนาพราหมณ์-ฮินดูบ้าง เช่น การบายศรีสู่ขวัญ การขึ้นบ้านใหม่ การแต่งงาน และอื่นๆ อาจมีบางครอบครัว นับถือผีบ้านหรือผีบรรพบุรุษ และจะมีการรำแถน (รำผีฟ้า) เพื่อบวงสรวง เชื่อกันว่า จะทำให้ลูกหลานอยู่ดีไม่มีโรคเบียดเบียน สังเกตจากเรื่องอาถรรพณ์ที่ไม่น่าเชื่อ บางคนป่วยโดยไม่รู้สาเหตุ พาไปหาหมอที่โรงพยาบาล ก็ตรวจไม่พบว่าเป็นโรคอะไรทั้งนั้น คนๆ นั้น สบายดีตอนหาหมอ แต่พอตอนอยู่ที่บ้านกลับป่วยทรุดหนัก ว่ากันว่าบรรพบุรุษเป็นผู้กระทำ จึงทำให้มีการรำแถน เพื่อบวงสรวง คนป่วยจึงจะหายวันหายคืน ผู้ชายที่บวชและสึกออกมาจากบวชเณร จะเรียกนำหน้าชื่อว่า เซียง และผู้ที่ศึกออกมาจากบวชพระ จะเรียกนำหน้าชื่อว่า ญีมอม (ทิศ)

ระบบความเชื่อของสังคมไทย พุทธมีรากฐานมาจากความเชื่อเรื่องผีที่สืบต่อกันมานาน และมีผลต่อวิถีชีวิตของคนไทย ทำให้เกิดวัฒนธรรมนับถือผีหรือวิญญาณบรรพบุรุษ เช่น ผีปู่ย่า และผีปู่ตา[73] และเกิดการผสมผสานกันจนกลายเป็นแบบแผนหนึ่งของวัฒนธรรมในสังคมไทย พระพุทธศาสนาจะเกี่ยวข้องกับความเชื่อของประชาชนในสังคม และความเชื่อนั้นมีอยู่ไม่น้อยที่เกี่ยวกับไสยศาสตร์ผีสาง เทวดา และการเข้าทรงด้วย[74] การทรงเจ้าเข้าผี เป็นการเชื่อมต่อระหว่างความเชื่อทางพระพุทธศาสนาแบบดั้งเดิมกับสมัยใหม่ แต่ก่อนเรื่องทรงเจ้าเข้าผีเป็นชื่อเฉพาะท้องถิ่น แต่ในช่วง 10–20 ปีที่ผ่านมา มีความเชื่อที่หลากหลายขึ้น มีการพัฒนามากขึ้น ลัทธิทรงเจ้าเข้าผีจึงเป็นส่วนหนึ่งของบริบทของความเชื่อและพิธีกรรมทางศาสนา

ส่วนหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนา ซึ่งถือว่าการพัฒนาศักยภาพของมนุษย์เป็นทางที่จะพึงทำได้ด้วยความสามารถของตน พระพุทธองค์ทรงสอนให้มนุษย์ใช้ศรัทธาที่ประกอบด้วยปัญญาเป็น

---

[73]วิชาภรณ์ แสงมณี, **ผีในวรรณคดี**, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทธรรมสาร, 2536), หน้า 31–32.

[74]วิรัช-นิภาวรรณ วิรัชนิภาวรรณ, **การเข้าทรงและร่างทรง**, (กรุงเทพมหานคร: โอ เอส พริ้นติ้ง เฮ้าส์, 2533), หน้า 20.

เครื่องกำกับในเรื่องความเชื่อ โดยยึดหลักกาลามสูตร ทรงให้ใช้เหตุผลพิจารณาในสิ่งต่าง ๆ ว่า สมควรเพียงใดที่จะเชื่อได้ และให้เชื่อเรื่องกรรมเป็นสำคัญ และพึ่งพระรัตนตรัยดีที่สุด

(จ) วัฒนธรรมของชนเผ่าเยอ

"เยอ" มีวัฒนธรรมเป็นของตนเอง เช่น วัฒนธรรมทางภาษา เยอมีแต่ภาษาพูด ไม่มีภาษาเขียน เคยคิดประดิษฐ์อักษรพร้อม ๆ กับชนชาติเขมร (ขอม) แต่เพราะกลุ่มชนคนเผ่าเยอ เป็นชนกลุ่มน้อย อาณาจักรของชนเผ่าเยอล่มสลาย ไม่มีประเทศเป็นของตนเอง อักษรตัวหนังสือและการเขียนขาดระบบการจัดเก็บและถ่ายทอดที่ดี จึงไม่มีตัวหนังสือเขียน ปัจจุบันเหลือแต่ภาษาพูดเช่น "กวยขูนะเกิดแซมซายกะเฎือ" แปลว่า คนทุกคนเป็นพี่น้องกัน ชาวเยอมีความเชื่อเช่นเดียวกับคนอีสานทั่วไป เช่น เชื่อผีสางนางไม้ ผีฟ้า พญาแถน เชื่อผีปู่ตา ผีนาตาแฮก เชื่อบุญ เชื่อบาป เข้าวัดฟังธรรม ยึดฮีตโบราณ คือ แต่งงานต้องสู่ขอ ถือเป็นจารีตประเพณีอันดีงามของสังคม พิธีกรรมที่โดนเด่นของชาวเยอ คือ พิธีกรรมบวงสรวงพระยากตะศิลา เป็นพิธีกรรมที่กระทำขึ้นเพื่อระลึกถึงบรรพบุรุษซึ่งพระยากตะศิลานำกลุ่มชาติพันธุ์เยอที่อพยพจากลาวใต้มาตั้งถิ่นฐานอยู่ในจังหวัดศรีสะเกษ ชาวเยอได้สร้างอนุสาวรีย์ไว้ที่เมืองคงโคก ตำบลเมืองคง อำเภอราษีไศล จังหวัดศรีสะเกษ พิธีกรรมบวงสรวงพระยากตะศิลาจะกระทำในช่วง วันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 3 ของทุกปี โดยชาวเยอจะจัดเตรียมเครื่องบวงสรวงและมีการรำบวงสรวง โดยใช้วงดนตรีสะไน ในการประกอบพิธีกรรม ส่วนการบวงสรวงเจ้าพ่อดงภูดินจะประกอบพิธีกรรม 2 ครั้ง คือ ครั้งที่ 1 วันพุธแรกของเดือนเมษายน ครั้งที่ 2 วันพุธแรกหลังวันออกพรรษา ซึ่งวันทั้งสองช่วงนี้จะถือปฏิบัติกันทุกปี การประกอบพิธีกรรมจะมีจ้ำเป็นผู้นำในการประกอบพิธีกรรม ลักษณะการประกอบพิธีกรรม จ้ำ และนางเทียมจะทำพิธีเซ่นไหว้ และร่ายรำประกอบการบรรเลงเพลงของวงดนตรีสะไน และจะร่ายรำรอบ ๆ ศาลเจ้าพ่อ หลังจากนั้นเป็นพิธีสาวท่า โดยมีความเชื่อว่า ถ้าไม่ทำพิธีอัญเชิญแม่ย่านางก็จะไม่สามารถแข่งเรือได้[75]

ปัจจุบันพี่น้องชาวเยออยู่กระจัดกระจายทั่วไปตามอำเภอต่าง ๆ ของจังหวัดศรีสะเกษ เช่น อำเภอเมืองก็มีบ้านโพนค้อ บ้านโนนแกด บ้านโนนขมิ้น อำเภอราษีไศล ก็เป็นบ้านคงโคก บ้านหลุบโมก บ้านร่องอโศก บ้านใหญ่ อำเภอศิลาลาด บ้านกุง บ้านขาม อำเภอพยุห์ บ้านหนองทุ่ม บ้านสำโรงโคเฒ่า อำเภอไพรบึง บ้านปราสาทเยอ คนกลุ่มนี้มักเรียกตนเองว่า "กวยเยอ" และมีคำต่อท้ายว่า "เยอ" เช่น กวยเยอ, เจาเยอ, มูไฮเจาเยอ, ขวญเจ้ามาเยอ จึงได้เรียกว่า "เยอ" หรือ "กวยเยอ" แปลว่า "คนเยอ" "เจาเดอแซมซายจาโดย "แปลว่า" มานะพี่น้องกินข้าว"

จะเห็นได้ว่า ชาวเยอ เป็นชาติพันธุ์ในตระกูลมอญ-เขมร อพยพมาจากฝั่งขวาของแม่น้ำโขง มีชื่อเรียกหลายชื่อ เช่น กวย กูย ข่า หรือส่วย อพยพมาเมื่อใดไม่ปรากฏ สาเหตุของการอพยพมา

---

[75]จุติภพ ป้องสีดา, ดนตรีกลุ่มชาติพันธุ์ในจังหวัดศรีสะเกษ, **วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม**, ปีที่ 31 ฉบับที่ 3, (พฤษภาคม - มิถุนายน พ.ศ. 2555): 25-26.

ก็คือ หนีภัยจากความไม่สงบของบ้านเมืองและติดตามเจ้านาย ชาวเยอมีนิสัยรักสงบ ซื่อสัตย์ และเชื่อฟังผู้นำหรือผู้อาวุโส ยึดมั่นในขนบธรรมเนียมประเพณี มีภาษาพูดเป็นของตนเอง ซึ่งสืบทอดมาจนถึงปัจจุบัน ปัจจุบัน มีชาวเยออาศัยอยู่ตามอำเภอต่าง ๆ ในจังหวัดศรีสะเกษ ได้แก่ อำเภอเมืองศรีสะเกษ อำเภอราษีไศล อำเภอปรางค์กู่ อำเภอไพรบึง อำเภอห้วยทับทัน เป็นต้น บ้านเรือนของเยอเป็นบ้านหลังเล็ก ๆ ไม่ถาวรมากนัก ทำหลังคาสูง มุงหลังคาด้วยหญ้า บางบ้านที่มีฐานะดีจะกั้นฝาบ้านด้วยไม้ไผ่หรือใบตาล มีการกั้นห้องเป็นสัดส่วน แต่ไม่ ชัดเจนในการใช้ประโยชน์มากนัก โดยเริ่มแรกจะกั้นเป็นห้องยาว ๆ ตลอดตัวบ้านห้องเดียว ห้องนี้เป็นห้องที่เชื่อว่าเป็นที่อยู่ของผีเรือน ได้แก่ ผีปู่ย่าตายายหรือผีบรรพบุรุษ โดยเชื่อว่าจะอยู่ที่เสาเรือน ซึ่งเป็นเสาแฮก (เสาเอก) เสาแฮกนี้จะอยู่ทางด้านทิศตะวันออกของบ้าน ห้องนี้ชาวบ้านเรียกว่า “ห้องเปิง” ใช้เป็นห้องนอนของลูกสาว และใช้เป็นที่เก็บสัมภาระต่าง ๆ ด้านหน้าของห้องเปิงจะเป็นห้องนอนของพ่อแม่ ส่วนห้องชานหลังบ้านจะเป็นห้องนอนลูกชาย ตลอดจนเป็นที่รับแขกที่มาเยี่ยมเยียน หรือแม่แต่เป็นที่พักอาศัยของบรรดาญาติที่มาจากต่างถิ่น นอกจากนี้ก็จะมีที่ยื่นออกไปด้านหลังใช้เป็นที่ทำครัว วัฒนธรรมการแต่งกายของชาวเยอ เยอจะมีการแต่งกายเป็นของตนเอง คือ ผู้ชายจะนุ่งผ้าโสร่งไหม หรือ ผ้าเข็น (เหน็บกะเตียว) เสื้อผ้าไหมเหยียบสีดำย้อมมะเกลือ ผ้าข้าวม้าพาดบ่า ส่วนผู้หญิงนิยมนุ่งซิ่นคั่นไหมคู่กับเสื้อไหมเหยียบสีดำย้อมมะเกลือ พร้อมด้วยผ้าสไบเบี่ยง ปัจจุบันเยอมีการประยุกต์การแต่งกายให้เกิดความสวยงามตามสมัยนิยม

2.5.2 กลุ่มชาติพันธุ์เขมร

เผ่าเขมร มีอิทธิพลทางการเมืองและวัฒนธรรมด้านต่าง ๆ ของเขมร ได้ขยายเข้าสู่ดินแดนจังหวัดศรีสะเกษ ในสมัยเขมรพระนคร (พุทธศตวรรษที่ 16-18) การขยายอิทธิพลทางการเมืองของเขมร ในสมัยของพระเจ้าสุริยวรมันที่ 1 (พ.ศ.1545-1593) พระเจ้าสุริยวรมันที่ 2 (พ.ศ. 1724-1761) เป็นสมัยที่ชาวเขมรได้เข้ามาอยู่ในเขตจังหวัดศรีสะเกษ เพราะกษัตริย์เขมรได้เกณฑ์ชาวเขมร จากประเทศเขมรและชาวกวยในเขตอีสานใต้ ให้เป็นผู้สร้างปราสาทและสร้างเมืองในเขตอีสาน นอกจากนี้ประชาชนยังถูกบังคับให้สร้างถนนหนทางจากนครธมไปยังเมืองและประเทศต่าง ๆ ในเขตอีสานใต้ด้วย ในระหว่างพุทธศตวรรษที่ 16-17 ได้มีการสร้างปราสาทจำนวนมาก ชาวเขมรที่ถูกเกณฑ์แรงงานจึงได้ตั้งหลักแหล่งอยู่รอบ ๆ ปราสาทและสร้างเมืองขึ้น เช่น เมืองต่ำ (จังหวัดบุรีรัมย์) และบริเวณอื่น ๆ ทำให้วัฒนธรรมเขมรเข้าสู่อีสานใต้

ชาวไทยเชื้อสายเขมร เป็นกลุ่มชาติพันธุ์ที่มีการนับถือ “ผีบรรพบุรุษ” หรือ “โฏนตา” หมายถึง ผีปู่ย่าตายาย และบุพการีที่เสียชีวิตไปแล้วอย่างเหนียวแน่น และถือปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ปัจจุบันยังคงมีการเซ่นไหว้เพื่อบอกกล่าวผีบรรพบุรุษเมื่อมีเด็กเกิดใหม่งานบวช งานแต่งงาน หรือเวลาประสบโชคดีในชีวิต เพื่อให้ดวงวิญญาณได้ร่วมรับรู้และแสดงความยินดี แต่ถ้าหากมีสมาชิก

ครอบครัวประสบเคราะห์กรรม ป่วยไข้ไร้สาเหตุ ก็ต้องมีพิธีเซ่นไหว้ขอขมา หรือขอพรให้ดวงวิญญาณช่วยปกป้องคุ้มครอง เชื่อว่าเรื่องร้ายจะกลายเป็นดีได้[76]

วัฒนธรรมเขมรได้เข้ามามีอิทธิพลในหมู่ชาวกวยในเขตจังหวัดศรีสะเกษ โดยเริ่มจากการที่เมืองกำปงสวายหนีภัยการเมืองเข้ามาเมื่อ พ.ศ. 2353 บุตรีของออกญาเดโช ได้แต่งงานกับชาวเมืองสังขะ ต่อมาเจ้าเมืองสังขะได้ส่งคนเข้ามาปกครองเมืองขุขันธ์ เนื่องจากขณะนั้นเมืองขุขันธ์ไม่มีเจ้าเมือง จึงทำให้วัฒนธรรมเขมรเข้ามามีอิทธิพลทางตอนใต้ของจังหวัดศรีสะเกษ ในปัจจุบัน และผสมกลมกลืนกับวัฒนธรรมของชาวกวยในบริเวณแถบนี้ มีการนำวัฒนธรรมเข้ามาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะวัฒนธรรมด้านภาษาและขนบธรรมเนียมต่าง ๆ เรียกชาวกวยที่กลายเป็นเขมรว่า “เขมรส่วย” และเรียกกลุ่มชาวกวยที่อยู่ใกล้กับลาวที่ยอมรับวัฒนธรรมลาวว่า “ลาวส่วย”

(ก) การแต่งกาย

ลักษณะการแต่งกายของคนพื้นเมืองเขมร ชายแต่งกายด้วยเสื้อคอกลมผ่าหน้า นุ่งโสร่งสีสันต่าง ๆ ผ้าขาวม้าคาดเอวหรือคล้องไหล่ ผ้าขาวม้าที่ใช้ลายขาวดำเล็กกว่าที่คนพื้นเมืองลาวใช้ ส่วนผู้หญิงจะแต่งกายด้วยการนุ่งผ้าถุงลายตั้ง มีเชิงตามขวางสองชั้น ชั้นบนกว้าง ชั้นล่างแคบ ระหว่างรอยต่อคาดด้วยสีแดง เสื้อดำย้อมด้วยมะเกลือ แขนกระบอกรัดรูป ตามรอยตะเข็บถักด้วยสีต่าง ๆ ชายเสื้อผ่าทั้งสองด้าน ยาวประมาณ 6 นิ้ว กระดุมทำด้วยเงิน ผ้าคล้องไหล่มีสีสันต่างๆ ผ้าคล้องคอนิยมหย่อนชายผ้าขาวมาข้างหน้า

ภาพที่ 2.3 แสดงลักษณะการแต่งกายของกลุ่มชาติพันธุ์ไทยเขมร

---

[76]สารภี ขาวดี, “ประเพณีแซนโฎนตา: การสืบทอดและการดำรงอยู่ในบริบทพื้นที่ดั้งเดิม”, **วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์**, ปีที่ 7 ฉบับที่ 2 (กรกฎาคม-ธันวาคม 2559): 133.

(ข) ศิลปวัฒนธรรม

ชาวเขมรสูงส่วนมากอยู่ในชนบท มีชีวิตเรียบง่าย ประกอบอาชีพเกษตรกรรม เช่น ทำนา ทำไร่ หนุ่มสาวรุ่นใหม่ที่ว่างจากการทำนา ทำไร่ จะเดินทางไปรับจ้างทำงานในตัวเมือง หรือในเมืองหลวง และเมื่อถึงฤดูกาลเพาะปลูก ก็จะเดินทางกลับภูมิลำเนา เพื่อประกอบอาชีพหลักของตน เป็นเช่นนี้เรื่อยไป ด้านความเชื่อของชาวเขมรในจังหวัดศรีสะเกษ ส่วนมากนับถือศาสนาพุทธเป็นส่วนใหญ่ และยังมีความเชื่อในเรื่องผีสาง เทวดา และวิญญาณ โดยมีความเชื่อว่าวิญญาณสามารถทำให้เกิดความสุขและความทุกข์กับชีวิตได้ทุกเวลาถ้าไม่ปฏิบัติตนให้อยู่ในความถูกต้องตามทำนองคลองธรรม การกระทำความผิดที่อาจเกิดขึ้นต่อวิญญาณศักดิ์สิทธิ์ และถูกวิญญาณเหล่านั้นลงโทษ วิญญาณนั้นมี 2 จำพวก คือ วิญญาณฝ่ายร้ายและวิญญาณฝ่ายดี[77] ธรรมชาติของมนุษย์นั้นความเชื่อมีความจำเป็นเพื่อยึดถือไว้เป็นที่พึ่งปฏิบัติตามเพื่อความสุขกายสบายใจและความเรียบร้อยของสังคม ด้วยเหตุของความกลัวมาแต่ดั้งเดิมมนุษย์จึงเริ่มแสวงหาที่พึ่งที่ใกล้ตัวที่สุด เช่น ความยึดมั่นในอิทธิพลของธรรมชาติ อิทธิพลของวิญญาณของบรรพบุรุษ[78]

ยศ สันตสมบัติ กล่าวถึงศาสนาและความเชื่อว่า ศาสนา คือ ความเชื่อในดวงวิญญาณ การบวงสรวงบูชาการสร้างสัมพันธภาพอันดีระหว่างมนุษย์กับอำนาจศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย ในศาสนาที่สิ่งศักดิ์สิทธิ์เข้ามายุ่งเกี่ยวกับชีวิตมนุษย์โดยตรงความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสิ่งศักดิ์จึงมีลักษณะของความเกรงขามและหวาดกลัว ก่อให้เกิดพิธีเซ่นสรวงบูชาเพื่อเอาใจและต่อรองกับสิ่งศักดิ์เหล่านั้น[79]

(ค) ด้านพิธีกรรมและความเชื่อ

ประเพณีสารทเดือนสิบของคนไทยเชื้อสายเขมรนั้น มีจุดมุ่งหมายเพื่อแสดงความกตัญญูกตเวทีที่มีต่อบรรพบุรุษ ในการประกอบพิธีกรรมสารท (แซนโฎนตา) นี้ พิธีเซ่นไหว้ผีบรรพบุรุษนั้น ชาวสุรินทร์ส่วนใหญ่ มักสร้างศาลให้ท่านอยู่ทางทิศใต้ของหมู่บ้านใช้ดินเหนียว หรือแกะสลักท่อนไม้เป็นรูป ปู่ ตา ยาย แทนตัวท่าน ความเชื่อเรื่องผีบรรพบุรุษนั้น เชื่อกันว่าเมื่อตายไปแล้ววิญญาณจะตกนรกหรือขึ้นสวรรค์ขึ้นอยู่กับผลกรรมที่กระทำไว้ขณะที่มีชีวิตอยู่ ในยุคของพวกอารยันนั้นมีความเชื่อว่าการสร้างสรรค์จักวาลและการให้กำเนิดมนุษย์นั้น เป็นผลที่เกิดจากการเซ่นสรวงแต่ดั้งเดิม นั่นคือ

---

[77]มงกฎ แก่นเดียว, **สารานุกรมวัฒนธรรมไทย ภาคอีสาน เล่ม 1-2**, (กรุงเทพมหานคร: สยามเพรสแมเนจเม้นท์ จำกัด, 2542), หน้า 435-441.

[78]นงเยาว์ ชาญณรงค์, **ศาสนากับสังคม**, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2547), หน้า 23.

[79]ยศ สันตสมบัติ, **มนุษย์กับวัฒนธรรม**, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2540), หน้า 199.

เป็นผลลัพธ์ที่เกิดจากการสังเวยตนเอง[80] การบูชาผีบรรพบุรุษนั้นเกิดขึ้นเพราะความรักความผูกพันของลูกหลานที่ให้การเคารพรักบรรพบุรุษที่ล่วงลับไปแล้ว เช่น พ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย เพราะเมื่อเวลาที่บุคคลเหล่านี้มีชีวิตอยู่ได้ทำคุณประโยชน์ให้ลูกหลานมากมาย และเมื่อบรรพบุรุษเหล่านี้ตายจากไป ลูกหลานที่อยู่เบื้องหลังต้องทำหน้าที่ในฐานะที่มีความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกันในสายเครือญาติจึงต้องมีการบูชา เซ่นสรวง กราบไหว้และทำการบูชาด้วยวัตถุสิ่งของต่าง ๆ ส่งไปให้ หากผู้ใดไม่ปฏิบัติตามเชื่อกันว่าอาจจะได้รับโทษต่าง ๆ นา ๆ จึงต้องทำการบูชา กราบไหว้ให้ช่วยบันดาลความสุขมาให้ เมื่อการกระทำดังกล่าวได้แสดงออกบ่อย ๆ จึงเกิดความเชื่อเต็มที่และฝังลึกลงไปในจิตสำนึกของแต่ละคน[81]

สำหรับการเริ่มต้นประเพณีแซนโฎนตาในวันสารทเล็กหรือวันขึ้น 14 ค่ำ เดือน 10 จะมีการแซนโฎนตาหรือเซ่นไหว้ผีบรรพบุรุษที่บ้าน มีการนำภัตตาหารไปถวายพระในตอนเพล และบอกกล่าวให้พระสงฆ์ทราบว่า ชาวบ้านพร้อมที่จะเข้าสู่กันซง หรือเทศกาลบุญถือศีล หรือบุญเลี้ยงพระแล้ว และยังเชื่อว่าผลบุญที่เริ่มกระทำในวันนี้จะเป็นส่งไปยังพระยายมราช ซึ่งเป็นผู้ดูแลวิญญาณทั้งหลายในปรโลกให้เตรียมปล่อยวิญญาณเหล่านั้นมายังโลกมนุษย์ การเซ่นไหว้ผีบรรพบุรุษนี้จะกระทำในตอนก่อนเที่ยงหรือตอนบ่ายก็ได้ โดยจัดที่ลานโถงบ้านหรือระเบียงบนบ้านแล้วแต่ความเหมาะสม แต่ละบ้านจะทำขนมข้าวต้ม ข้าวกระยาสารท ข้าวปลาอาหารพร้อมเหล้า เบียร์ น้ำเปล่าใส่ถาดรวมกัน เพื่อประกอบการเซ่นไหว้

อีกพิธีกรรมหนึ่งของกลุ่มชาติพันธุ์ไทยเขมรจัดขึ้นเป็นประจำทุกปีในแต่ละหมู่ คือ การจัดพิธีกรรมมะม๊วตพิธีกรรมมะม๊วตนี้มีขึ้นก็ด้วยเหตุใหญ่ ๆ หรือ ประเด็นหลัก ๆ คือ เรื่องการพยากรณ์ การทำนายทายทัก การขอขมาของรักษา แม้นแต่การเสี่ยงทายนั้นก็มีหรือเพื่อขอความคุ้มครอง ให้อยู่เย็นเป็นสุข โดยการประกอบพิธีกรรมเข้าทรงในสายตระกูลนี้เป็นการเลี้ยงดวงวิญญาณบรรพบุรุษตลอดถึงผีบ้าน ผีเรือน อันเป็นผู้ดูแลครอบครัว ความสำคัญของพิธีกรรมการเข้าทรงที่เกิดจากความเจ็บป่วย การรักษา การหาสาเหตุและพิธีการแก้บนบาน

ขนบธรรมเนียมประเพณีที่เป็นเอกลักษณ์ของกลุ่มไทยเขมร กลุ่มชาติพันธุ์ไทยเขมรรักษาขนบธรรมเนียมประเพณีที่เป็นเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรมไว้อย่างเหนียวแน่น ทั้งภาษา การดำเนินวิถีชีวิต ความเชื่อ และประเพณีที่มีความสำคัญได้แก่

---

[80]จำนงค์ ทองประเสริฐ, **บ่อเกิดลัทธิประเพณีอินเดียเล่ม 1**, พิมพ์ครั้งที่ 2 (กรุงเทพมหานคร: ราชบัณฑิตยาสถาน, 2540), หน้า 8.

[81]มณี พยอมยงค์, **ความเชื่อของคนไทย**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2536), หน้า 70.

- พิธีแซนโฎนตา

พิธีแซนโฎนตาหรือการเซ่นผีปู่ย่าตายาย หรือผีบรรพบุรุษของชาวเขมรที่ทำเพื่ออุทิศส่วนกุศลให้แก่วงศาคณาญาติที่ล่วงลับไปแล้วได้แบ่งออกเป็นวันเบ็นตูจ และวันเบ็นทม คือสารทเล็ก และสารทใหญ่ โดยเบ็นตูจ จัดกันในวันขึ้น 14-15 ค่ำ เดือน 10 และ เบ็นทม จักขึ้นในวันแรม 14-15 ค่ำ เดือน 10 สถานที่ทำพิธีแซนโฎนตาจะเครื่องเซ่นมาเซ่นวิญญาณบรรพบุรุษที่ในเรือนบ้านของเจ้าพิธีที่จัดไว้ หรือที่ศาลโฎนตา คือ ศาลผีปู่ซึ่งเป็นศาล ที่อยู่ของวิญญาณบรรพบุรุษประจำหมู่บ้าน

ภาพที่ 2.4 แสดงพิธีกรรมแซนโฎนตาหรือการเซ่นผีปู่ย่าตายาย

ประเพณีโฎนตา มีลักษณะเช่นเดียวกับประเพณีไหว้ผีปู่ยาของชาวไทยลาว เป็นประเพณีที่แสดงถึงความกตัญญูรู้คุณ การตอบแทนบุญคุณตามโอกาสและตามเทศกาล ซึ่งเป็นการสะท้อนให้เห็นค่านิยมท้องถิ่นของชาวอีสานทุกหมู่เหล่าเป็นคนมีความกตัญญูรู้คุณโดยเฉพาะบุพการีและบรรพบุรุษที่ล่วงลับไปแล้วก็ยังระลึกถึงอยู่เสมอ

จะเห็นได้ว่า มนุษย์มีความเชื่อว่า เมื่อบิดา มารดา หรือญาติที่ตายไปแล้ว วิญญาณจะออกจากร่างไปสู่ที่ต่าง ๆ ไปเกิดใหม่บ้าง ยังวนเวียนอยู่ในโลกมนุษย์บ้าง ผีเหล่านี้เรียกว่า ผีบรรพบุรุษหรือผีปู่ ย่า ตา ยาย หรือบางทีก็เรียก ผีเรือน เมื่อท่านยังมีชีวิตอยู่ในโลกมนุษย์ เป็นคนดีที่มีความสามารถเป็นพิเศษ เป็นเจ้าเมืองหรือเป็นผู้ก่อตั้งบ้านเมือง เมื่อตายไปก็ยังมีผู้เคารพนับถือ ทั้งผีบรรพบุรุษและผีวีรบุรุษนั้นจัดว่า เป็นผีดีเพราะเป็นผู้คุ้มครองรักษาลูกหลานให้อยู่เย็นเป็นสุข และคอยควบคุมให้ลูกหลานหรือคนในหมู่บ้านไม่ให้ทำผิดขนบจารีตประเพณี เป็นต้น

2.5.3 กลุ่มชาติพันธุ์ส่วย

คำว่า “ส่วย” เป็นชื่อที่ได้จากการเรียกกลุ่มชาติพันธุ์กูยของคนไทยสยามตั้งแต่มีการแบ่งเขตการปกครองอย่างเป็นทางการของสยามในสมัยอยุธยาตอนปลาย เนื่องจากในสมัยก่อนหน้านี้ไม่มี

การเรียกชื่อกลุ่มชาติพันธุ์กูยว่า “ส่วย” ดังความตอนหนึ่งในกฎหมายอยุธยาฉบับ พ.ศ. 1974 ว่า “กษัตริย์ของเขมรที่นครธมได้ขอให้เจ้ากูยแห่งตะบองขะมุมเมืองสำคัญตอนใต้ของนครจำปาศักดิ์ส่งทหารไปช่วยพระองค์ปราบขบถ”[82] คนทั่วไปจะเรียกว่า “กวย” “กุย” หรือ “ข่า” หลักฐานจากกฎหมายอยุธยาฉบับ พ.ศ. 1974 ได้ระบุว่า พ่อค้าจากดินแดนใกล้เคียงที่เดินทางมาค้าขายกับกรุงศรีอยุธยา ได้แก่ อินเดีย มาเลย์ ชานุ (ไทยใหญ่) แกน กวย และอื่น ๆ หลักฐานนี้เป็นหลักฐานชั้นต้นชิ้นแรกที่กล่าวถึงชาวกวย ชาวกวยเรียกตนเองว่า กวย หรือกุย หรือกูย ตามภาษาพูดของตน และจากหลักฐานในพงศาวดารเมืองละแวก ได้กล่าวถึงกษัตริย์ของเขมร ในช่วงครึ่งหลังพุทธศตวรรษที่ 20 ว่า ได้ทรงขอให้เจ้ากวยแห่งตะบองขะมุมที่มีเมืองสำคัญทางตอนใต้ของเมืองจำปาศักดิ์ ส่งทหารไปช่วยปราบกบฏ เมื่อกองทัพของพระเจ้าธรรมราชแห่งนครธมและเจ้ากวยแห่งตะบองขะมุมได้ปราบกบฏสำเร็จ ประมุขทั้งสองฝ่ายก็ได้อยู่ร่วมกันอย่างสันติ จึงกล่าวได้ว่าชนชาวกวย เคยมีการปกครองแบบอิสระ เคยส่งทูตมาค้าขายกับราชสำนักอยุธยา ช่วยกษัตริย์เขมรในการปราบกบฏ และอยู่ภายใต้การปกครองของเขมรเรื่อยมา กูย หรือ กวย เป็นคำเรียกชื่อตัวเองของกลุ่มชาติพันธุ์หนึ่งที่มีอัตลักษณ์ด้านภาษา วัฒนธรรม และวิถีชีวิต อาศัยอยู่อาณาบริเวณลุ่มน้ำโขงและเทือกเขาพนมดงรัก นักภาษาศาสตร์จัดภาษากูยอยู่ตระกูลออสโตรเอเชียติก สาขามอญ-เขมร[83] ได้แบ่งกลุ่มภาษากูย โดยใช้ระบบเสียงเป็นเกณฑ์ เป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มภาษากูย (กูย-กูย) และกลุ่มภาษากวย (กูย-กวย)[84] ทั้ง 2 กลุ่มนี้ถือว่าที่มีจำนวนมากที่สุดอยู่ในจังหวัดศรีสะเกษ สุรินทร์ และบุรีรัมย์

ไพฑูรย์ มีกุศล กล่าวถึงชาวกูยว่า ชาวกวยได้รับอิทธิพลทางวัฒนธรรม จากเขมรและลาว โดยการยอมรับวัฒนธรรมซึ่งกันและกันโดยการแต่งงานระหว่างกลุ่ม ชาวกวยจึงรับวัฒนธรรมภาษาและประเพณีจากเพื่อนบ้าน การถือศาสนาและความเชื่อของชาวกวย ยังมีความเชื่อในเรื่องลัทธิผีวิญญาณ (Animism) สูง การถือผีบรรพบุรุษของคนถือว่าเป็นผีที่ดีให้ความอารักขาและความสุขแก่ลูกหลานได้ ด้านพุทธศาสนามีการนับถือพุทธศาสนาแบบชาวบ้าน (Popular Buddhist) เช่นเดียวกับชาวอีสานคู่กับการถือผี ชาวกวยหรือกูย เป็นชนกลุ่มใหญ่ที่ตั้งหลักแหล่งอยู่ในเขตจังหวัดศรีสะเกษ สุรินทร์ บุรีรัมย์บางส่วน คนไทยเรียกว่า ส่วย กลุ่มชาติพันธุ์กวยที่พูดภาษากวยแบ่งได้ 5 กลุ่ม ดังนี้

1. กวยมะไฮ (Kui m’ai) กลุ่มที่อาศัยอยู่ในจังหวัดอุบลราชธานีแถบโขงเจียม บ้านเวินบึกบ้านท่าล้ง ใกล้กับลาวใต้ เรียกตนเองว่า กวยบลู (คนภูเขา)

---

[82]ไพฑูรย์ มีกุศล, “กวย : ชาติพันธุ์,” ใน **สารานุกรมไทย ภาคอีสาน เล่ม 1**, (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสารานุกรมวัฒนธรรมไทย ธนาคารไทยพานิช, 2542), หน้า 17.

[83]สุวิไล เปรมศรีรัตน์, **ภาษาและชาติพันธุ์ในเขตที่ราบสูงโคราช**, (กรุงเทพมหานคร: แก้วแรมเรือน, 2544), หน้า 274.

[84]ประดิษฐ ศิลาบุตร, **เยอศรีสะเกษ : อดีต ปัจจุบัน และอนาคต**, (ศูนย์ศรีสะเกษศึกษา: มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ, ม.ป.ท.), หน้า 33.

2. กวยมะลอ (Kui m’ lo) อาศัยอยู่ในเขตจังหวัดอุบลราชธานี ศรีสะเกษ

3. กวยเยอ (Kui yer, yo) อาศัยอยู่ในเขตอุบลราชธานี ศรีสะเกษ

4. กวยมะลัว หรือมะหลั่ว (Kui m’loa) อาศัยอยู่ในเขตสุรินทร์ ศรีสะเกษ

5. กวยอะเจียง กลุ่มที่มีความชำนาญในการคล้องช้าง อยู่ในเขตอำเภอท่าตูม อำเภอจอมพระจังหวัดสุรินทร์[85]

เนติ โชติช่วงนิธิ ได้กล่าวว่า กูยเชื่อในการทำบุญเช่นเดียวกับคนอีสาน ยึดคติความเชื่อในทางพุทธศาสนาตามจารีตประเพณีรูปแบบความเชื่อและวิถีชีวิตแบบเดิมชาวกูย (เก่า) ได้ถูกซึมซับและปรับตัวเพื่อให้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมในปัจจุบัน พิธีกรรมทางพุทธศาสนาและความเชื่อท้องถิ่นผสมผสานกลมกลืนทางวัฒนธรรม[86]

ศรีสะเกษเป็นแหล่งอารยธรรมของชน 4 เผ่า คือ ส่วย เยอ เขมร และลาว ในอดีตชนเผ่าลาวเขมร เคยปกครองมาก่อน และต่อมาชาวส่วย กวยหรือกูยได้อพยพมาสร้างบ้านแปลงเมืองรวมถึงการปกครอง ส่วนชาวเยอเป็นชนกลุ่มหนึ่งก็คือกวยเยอ ต่อมาเรียก เยอ ชนทั้ง 4 เผ่า มีภาษาพูดในท้องถิ่นของตนเองรวมทั้งขนบธรรมเนียมประเพณี แตกต่างกันอย่างสิ้นเชิง งานประเพณี 4 เผ่าไทยศรีสะเกษ หรืองานเทศกาลดอกลำดวนบาน (เดิม) เป็นงานประเพณีประจำปีที่ยิ่งใหญ่ทุกปีแสดงออกถึงประเพณีวัฒนธรรมที่ชาว 4 เผ่าได้อาศัยอยู่รวมกันด้วยความสามัคคี[87]

(ก) การแต่งกาย

ลักษณะการแต่งกายของกลุ่มชาติพันธ์ส่วย/กูย ผู้ชายจะแต่งกายด้วยเสื้อคอกลมผ่าหน้านุ่งโสร่งสีสันต่าง ๆ หรือกางเกงขาก๊วยสั้น ผ้าขาวม้าคาดเอวหรือคล้องไหล่ ผู้หญิง จะนุ่งผ้าถุงมีเชิงหรือไม่มี กระดุมทำด้วยเงิน เสื้อแขนกระบอกสีสันต่าง ๆ ผ้าเบี่ยงเป็นผ้าขาวม้าหรือผ้าลายลูกแก้วสีครีมดำ

---

[85]ไพฑูรย์ มีกุศล, “ไทยกวย : ชนพื้นเมืองดั่งเดิม”, **อาศรมวัฒนธรรม**, (ม.ป.ท.: ม.ป.พ., 2547), หน้า 12-14.

[86]เนติ โชตช่วงนิธิ, “กูย (ส่วย) บ้านปราสาท : วัฒนธรรมผสมกลมกลืน”, **สยามรัฐ**, (25 มกราคม 2561): 15.

[87]อุทัย สมวัฒน์, “ประเพณี 4 เผ่าไทยศรีสะเกษย้อนรอยวัฒนธรรมของบรรพชนอีสาน”, **บ้านเมือง**, (25 มกราคม 2561): 11.

ภาพที่ 2.5 แสดงลักษณะการแต่งการของกลุ่มชาติพันธ์ส่วย/กูย

(ข) คติความเชื่อและพิธีกรรม

กูย หรือ กวย เป็นคำเรียกชื่อตัวเองของกลุ่มชาติพันธุ์หนึ่งที่มีอัตลักษณ์ด้านภาษา วัฒนธรรม และวิถีชีวิต อาศัยอยู่อาณาบริเวณลุ่มน้ำโขงและเทือกเขาพนมดงรัก นักภาษาศาสตร์จัดภาษากูยอยู่ตระกูลออสโตรเอเชียติก สาขามอญ-เขมร[88] ขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรมของชาวส่วย ในปัจจุบันมีลักษณะใกล้เคียงกับขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรมชาวไทยอีสานและชาวเขมร อาจแตกต่างจากชาวไทยอีสานบ้าง แต่ไม่เด่นชัดมากนัก ที่เด่นชัดคือมีภาษาพูดและการนับเลขเป็นของตัวเอง แต่ไม่มีอักษรและตัวเลขของตนเอง นอกจากนี้ยังมีประเพณียะจั๊วะ (บางหมู่บ้านเรียกว่า ผีฟ้า ผีแถน)

วิถีวัฒนธรรมของชาวจังหวัดศรีสะเกษ มีลักษณะพิเศษที่มีความหลากหลายของชนเผ่าต่าง ๆ ในพื้นที่ได้แก่ ส่วย เขมร ลาว เยอ จึงเรียกกันอีกชื่อหนึ่งว่า ดินแดนสี่เผ่าไทยตามหลักฐานประวัติศาสตร์ กล่าวถึงชนเผ่าพื้นเมืองดั้งเดิมในพื้นที่อีสานใต้ คือ ชาวกูย หรือ ส่วย ซึ่งเป็นชนเผ่ามอญเขมรเดิมพวกหนึ่ง จัดอยู่ในชนเชื้อชาติ มุณฑ์ มีนิสัยเป็นอิสระ ชอบอพยพเคลื่อนย้ายไปสู่ที่สมบรูณ์อยู่เสมอ ชาวกูยเป็นบรรพบุรุษดั้งเดิมของชาวจังหวัดศรีสะเกษ เป็นกลุ่มที่อาศัยตามที่ราบสูงแถบเทือกเขาดงเร็ก และอีกส่วนหลังอพยพมาตามลำน้ำโขง เข้ามาอยู่ทางตอนใต้ของลาว ต่อมาได้

---

[88]ประเสริฐ ศรีวิเศษ, **พจนานุกรมกูย (ส่วย) – ไทย – อังกฤษ**, (กรุงเทพมหานคร: โครงการวิจัยภาษาไทยและภาษาพื้นเมืองถิ่นต่าง ๆ สถาบันภาษาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2521), หน้า ง.

ข้ามลำน้ำโขงเข้ามาสู่อีสานด้านแก่งสะพือและแถบอำเภอโขงเจียม แยกย้ายกันออกไปตั้งบ้านเรือนในพื้นที่อำเภอวารินชำราบปัจจุบัน และที่บ้านเจียงอีในเขตอำเภอเมืองศรีสะเกษ การเคลื่อนถิ่นฐานครั้งใหญ่ชนชาวกูยมาเข้าสู่สุรินทร์ ศรีสะเกษ อยู่ในยุคปลายกรุงศรีอยุธยามาถึงสมัยธนบุรี กระจายกันตามฝั่งใต้ แม่น้ำมูลแต่อยู่หนาแน่นที่สุดในพื้นที่ศรีสะเกษ ซึ่งปรากฏหลักฐานคือ ตัวเลขสำมะโนครัวในสมัย พ.ศ. 2450 จึงเรียกขานชาวศรีสะเกษว่า ส่วย ศรีสะเกษ

ดินแดนที่ตั้งศรีสะเกษดังกล่าว ได้รับอิทธิพลจากเขมรโบราณแผ่ขยายอิทธิพลทางวัฒนธรรมและการเมืองการปกครอง เข้ามาสู่แถบอีสานตอนล่าง ในสมัยพระเจ้าสุริยวรมันที่ 1 ก่อตั้งอิทธิพลคลอบงำชนพื้นเมืองดั้งเดิม และเกิดชุมชนวัฒนธรรมเขมร ปรากฏหลักฐานในรูปศาสนสถาน ปรางค์ ปราสาท ที่กระจายในเขตพื้นที่ทางตอนใต้ และตะวันตกเฉียงเหนือบางแห่ง เป็นที่มาของการกำเนิดตราประจำจังหวัด เป็นรูปปราสาทขอมและคำขวัญวรรคแรกของจังหวัด ศรีสะเกษ แดนปราสาทขอม ....การแผ่อิทธิพลของเขมรโบราณ นับว่าอยู่เหนือวัฒนธรรมชาวกูย ชาวกูยจึงดูดซึมเข้าไปอยู่ในกลุ่มเขมร เรียกว่า ส่วย หรือ เขมรป่าดง ส่วยเยอเป็นกลุ่มชนหนึ่งในเผ่าส่วย ที่เรียกว่า ส่วยเยอ หรือ กูยเยอ ที่ยังคงใช้ภาษาเยอใน 16 หมู่บ้าน ในบริเวณอำเภอเมือง อำเภอไพรบึง และอำเภอราษีไศล

จะเห็นได้ว่า กลุ่มชาติพันธุ์กูยในปัจจุบัน ตั้งถิ่นฐานปะปนอยู่กับกลุ่มชาติพันธุ์เขมรและลาว จึงมีการติดต่อแลกเปลี่ยนปฏิสัมพันธ์กันระหว่างชาติพันธุ์ด้านวัฒนธรรม จึงเกิดมีการผสมผสานกลมกลืน และยอมรับวัฒนธรรมซึ่งกันและกัน กลุ่มชาติพันธุ์กูยมีการปรับตัวเพื่อการอยู่ร่วมกับกลุ่มอื่นได้อย่างดี จังหวัดศรีสะเกษยังเป็นเมืองที่มีกลุ่มชาติพันธุ์กูยเป็นส่วนใหญ่ เมื่อกลุ่มชาติพันธุ์ลาว (สาขาเวียงจันทน์) ปะปนอยู่บ้างบางหมู่บ้าน แต่วัฒนธรรมลาวได้เข้ามามีอิทธิพลเหนือกลุ่มชาติพันธุ์ จึงทำให้มีการผสมผสานวัฒนธรรมกลุ่มชาติพันธุ์ กลุ่มชาติพันธุ์พูดภาษาลาวด้วยสำเนียงส่วย โดยสามารถใช้สระเอือได้ ในขณะที่ภาษาลาวเวียงเดิมมีแต่สระเอีย ร่องรอยแสดงว่า ศรีสะเกษเดิมเป็นเมืองที่มีกลุ่มชาติพันธุ์อาศัยอยู่กันโดยอาศัยอยู่บริเวณพื้นที่แม่น้ำมูลกับเทือกเขาพนมดงรัก ครอบคลุมพื้นที่จังหวัดบุรีรัมย์ สุรินทร์ ศรีสะเกษ จนถึงอุบลราชธานี เป็นต้น

2.5.4 กลุ่มชาติพันธ์ไทยลาว

ชาวลาว เป็นกลุ่มที่อพยพเข้ามาตอนหลัง ทางฝั่งขวาแม่น้ำโขง ในระหว่างพุทธศตวรรษที่ 21 โดยเข้ามาตั้งถิ่นฐานในบริเวณพื้นที่เมืองศรีสะเกษ อำเภอกันทรารมย์ และอำเภอบึงบูรพ์ กลุ่มชนชาวลาวดังกล่าวนี้ จัดอยู่ในกลุ่มชนเผ่าไทลาว (การจำแนกเผ่าพันธุ์ กลุ่มชนในประเทศลาวจัดออกเป็นสามกลุ่ม หรือสาวเหง้า คือ เหง้าอินโดนีเซีย ซึ่งเรียกว่า ลาวเทิง หรือ ลาวข่า เหง้าจีน หรือลาวสูง ได้แก่พวกแม้ว เย้า และเหง้าไทลาว หมายถึงลาวในที่ลุ่มได้แก่ ชนเผ่าไท ผู้ไท และลาว) ชาวลาวที่เข้ามาอยู่ในศรีสะเกษจึงจัดเป็น เผ่าไทลาว ซึ่งมีทั้งลาวขาวนครจำปาศักดิ์ เข้ามาตั้งถิ่นฐานเป็นกลุ่มแรก ก่อนที่จะตั้งเมืองขุขันธ์ และลาวจากเวียงจันทน์ ใฝ่ในทางศึกษาหาความรู้

ชาวลาวมีวิถีวัฒนธรรมยึดมั่นในพระพุทธศาสนา และมีการผลิตที่แตกต่าง จากชาวพื้นเมืองเดิม เมื่อเข้ามาตั้งถิ่นฐานเป็นที่แน่นอน จึงได้ขยายความเจริญทาง พระพุทธศาสนาอย่ารวดเร็วเข้าไปในกลุ่มชนพื้นเมืองเดิม โยเฉพาะอย่างยิ่ง การบวชเรียน ของพระสงฆ์มีอิทธิพลเผยแผ่ขนบธรรมเนียมประเพณี ภาษา เกิดการผสมกลมกลืน เป็นจุดรวมวัฒนธรรม ขณะเดียวกันแต่ละกลุ่มชนก็ยังคงรักษารูปแบบ เนื้อหาเฉพาะเป็นเอกลักษณ์ชุมชน สิ่งเหล่านี้จึงเป็นมรดกทางวัฒนธรรมที่บ่งบอกทั้งความแตกต่าง และคล้ายคลึง ของกลุ่มชนที่อยู่รวมกันอย่างกลมกลืน วิถีของกลุ่มชน ลาว เขมร ส่วย เยอ จัดเป็นความหลากหลายของวัฒนธรรม ได้แก่ ภาษา ศิลปกรรม ขนบธรรมเนียมประเพณี เครื่องแต่งกาย อาหารการกิน และเป็นเอกลักษณ์เฉพาะของศรีสะเกษ ศรีนครเขต ศรีนครลำดวน

(ก) การแต่งกาย

ลักษณะการแต่งกายของกลุ่มชาติพันธ์ลาว มีชื่อเสียงในเรื่องการทอผ้าไหม โดยเฉพาะในปัจจุบันที่ถือเป็นเอกลักษณ์ของจังหวัดศรีสะเกษ ได้แก่ ผ้าซิ่นตีนแดง ซึ่งปรากฏในภาพที่ 2.6 ดังนี้

ภาพที่ 2.6 แสดงลักษณะการแต่งกายของกลุ่มชาติพันธุ์ไทยลาว

(ข) คติความเชื่อและพิธีกรรม

ชาวลาวมีการปฏิบัติประเพณีพิธีกรรมต่าง ๆ ตามความเชื่อของตนหลายประการ ทั้งที่เป็นประเพณีพิธีกรรมส่วนบุคคล ประเพณีพิธีกรรมของส่วนรวม ประเพณีพิธีกรรมที่เกี่ยวเนื่องกับขั้นตอนของชีวิต ประเพณีเกี่ยวกับภาระทางศาสนา ประเพณีเกี่ยวกับการทำมาหากิน และประเพณีพิเศษที่จัดขึ้นในโอกาสเฉพาะเท่านั้น ทั้งนี้มีผู้กล่าวถึงลักษณะประเพณีท้องถิ่นอีสานไว้ดังนี้

จารุวรรณ ธรรมวัตร อธิบายว่า เพื่อให้การอยู่ร่วมกันในสังคมเกิดประโยชน์สุขถ้วนหน้า หมู่บ้านอีสานจึงกำหนดแม่บททางพฤติกรรมไว้ให้เป็นแนวเดียวกัน เรียกว่า ฮีต-คอง หรือจารีตประเพณี ซึ่งเปรียบเสมือนกฎหมายสูงสุดหรือรัฐธรรมนูญ ผู้ไม่ปฏิบัติตามย่อมถูกลงโทษทั้งทาง

ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เมื่อเยาวชนเติบโตถึงวัยอันควรพ่อแม่จะสอนฮีต-คอง ให้จากประสบการณ์ชีวิต การปลูกฝังคตินี้ต้องใช้เวลาสั่งสมจากวัยเด็กจนถึงวัยครองเรือน[89]

สมชาติ มณีโชติ, เกรียงไกร ผาสุตะ และพิเนตร ดาวเรือง กล่าวว่า ขนบธรรมเนียมประเพณีของอีสานแตกต่างจากภาคกลางตรงที่ขนบธรรมเนียมประเพณีของภาคกลางได้รับอิทธิพลจากศาสนาฮินดูและคัมภีร์พระมนูธรรมศาสตร์ ส่วนขนบธรรมเนียมประเพณีอีสานได้รับอิทธิพลจากล้านช้าง ซึ่งได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมจีน คือ การเคารพบรรพบุรุษ[90]

มุณี พันทวี กล่าวว่า งานบุญประเพณีของชาวลาวหรือชาวอีสานมีทั้งประเพณีในชีวิตประจำวัน และประเพณีตามฮีตสิบสอง ประเพณีในชีวิตประจำวันประกอบด้วยประเพณีแต่งงาน ประเพณีบวช ประเพณีการเลี้ยงผีปู่ตา และประเพณีการตาย ส่วนประเพณีในฮีตสิบสองนั้นเป็นประเพณีประจำสิบสองเดือนของชาวอีสาน[91]

ประเพณีท้องถิ่นของชาวอีสานได้รับอิทธิพลโดยตรงจากวัฒนธรรมล้านช้าง ซึ่งมีความเกี่ยวพันกันทางสายเลือดและเขตแดนทางการเมืองมาตั้งแต่อดีต โดยคลี่คลายมาจากลัทธิความเชื่อทางพราหมณ์และผีอย่างเข้มข้นมากกว่าพุทธศาสนา ประเพณีส่วนใหญ่เกี่ยวพันกับช่วงวัยของชีวิตและวิถีการทำมาหากิน อันเป็นผลมาจากระบบการผลิตภาคเกษตรที่ต้องอาศัยการพึ่งพาธรรมชาติ ชาวอีสานเรียกขนบธรรมเนียมประเพณีนี้ว่า ฮีต-คอง ถือเป็นเสมือนธรรมนูญชีวิตให้ทุกคนร่วมกันปฏิบัติตามเพื่อความสงบสันติและความอุดมสมบูรณ์ของชุมชน

ชาวอีสานมีการนับถือประเพณีในระบบฮีต-คองอย่างเคร่งครัดมาแต่โบราณ ระบบฮีตสิบสอง-คองสิบสี่ เป็นการผสมผสานวิถีการดำเนินชีวิตเข้ากับความเชื่อทางศาสนาอย่างกลมกลืนก่อให้เกิดลักษณะเฉพาะทางวัฒนธรรมประเพณี ที่สามารถนำไปใช้ได้ในระบบต่าง ๆ คล้ายกับเป็นกฎหมาย หรือธรรมเนียมปฏิบัติทางสังคม ที่ซ่อนอยู่ภายในประเพณีอีกชั้นหนึ่ง ดังที่ จารุวรรณ ธรรมวัตร นักวิชาการด้านคติชนอีสานได้กล่าวไว้ว่า ขนบธรรมเนียมประเพณีของชาวอีสาน เป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยรักษาสภาพสังคมและสถานภาพของสังคมให้คงอยู่ และเป็นเครื่องเสริมสร้างความรู้สึกเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันในหมู่ชาวอีสานเมื่อมีโอกาสประกอบกิจตามประเพณีในแต่ละเดือนร่วมกัน ประเพณีนั้นเรียกว่า “ฮีตสิบสอง” หรือจารีตประเพณี 12 ประการ[92] ดังนี้

---

[89]จารุวรรณ ธรรมวัตร, **วิเคราะห์ภูมิปัญญาอีสาน**, (มหาสารคาม: ม.ป.ท., 2538ข), หน้า 19.

[90]สมชาติ มณีโชติ, เกรียงไกร ผาสุตะ และพิเนตร ดาวเรือง, “ประวัติศาสตร์วัฒนธรรมของชุมชนท้องถิ่นลุ่มน้ำชีตอนกลาง : การศึกษาการบริหารจัดการทรัพยากรท้องถิ่นของชุมชนอีสานผ่านตำนานและสถานที่สำคัญ”, **รายงานวิจัย**, (มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2548), หน้า 26.

[91]มุณี พันทวี, **โครงการจัดงานประเพณีวันออกพรรษา**, (มหาสารคาม: สถาบันวิจัยศิลปะและวัฒนธรรมอีสาน, ม.ป.ป), หน้า 63.

[92]จารุวรรณ ธรรมวัตร, **คติชาวบ้านอีสาน**, (กรุงเทพมหานคร: อักษรวัฒนา, 2540), หน้า 5.

ฮีตสิบสอง เป็นประเพณีที่ชาวอีสานนิยมยึดถือปฏิบัติสืบทอดกันมาตั้งแต่ครั้งบรรพบุรุษ และยังคงปฏิบัติมาจนถึงปัจจุบัน ถือเป็นกิจกรรมที่จัดหมุนเวียนไปตามสภาพวิถีชีวิตและฤดูกาล ปราชญ์อีสานได้เรียบเรียงประเพณีฮีตสิบสองไว้มีดังนี้

เดือนอ้ายหรือเดือนเจียง ทำบุญเข้ากรรม เป็นเดือนที่พระสงฆ์เข้าปริวาสกรรมสารภาพความผิดพลาดของตนต่อหน้าคณะสงฆ์ เป็นโอกาสที่ประชาชนจะทำบุญ

เดือนยี่ ทำบุญคูณลาน เพื่อเป็นมงคลแก่ข้าวเปลือก

เดือนสาม ทำบุญข้าวจี่ ข้าวเหนียวปั้นนั้นชโลมด้วยน้ำอ้อยผสมไข่ ข้างในใส่น้ำอ้อยไว้ก่อนนำไปอังไฟ ร่วมกันทำก่อนนำไปถวายพระพร้อมด้วยอาหารคาวหวาน

เดือนสี่ ทำบุญพระเวสหรือบุญมหาชาติ ถือว่าบุญนี้สำคัญ ชาวบ้านจะพยายามทำให้ถูกขั้นตอนทุกอย่าง เป็นการฟังเทศน์ว่าด้วยเนื้อหาเรื่องพระจริยาวัตรของพระพุทธเจ้า

เดือนห้า ทำบุญสรงน้ำหรือตรุษสงกรานต์ จะมีการสรงน้ำพระ และผู้ใหญ่ที่นับถือ มีการทำบุญก่อพระเจดีย์ทราย สาดน้ำเล่นกัน และถือว่าเป็นวันปีใหม่ด้วย

เดือนหก ทำบุญบั้งไฟ จะมีการแข่งขันกันจุดบั้งไฟเพื่อขอฝนจากแถน มีการแห่บั้งไฟเพื่อความสวยงามและสนุกสนาน ล้อเลียนสังคม รวมทั้งพูดจาลามกและทำเครื่องเล่นเป็นสัญลักษณ์ทางเพศมาแห่แหนโดยไม่ถือว่าเป็นของหยาบคาย

เดือนเจ็ด ทำบุญชำระหรือบุญบูชาบรรพบุรุษ เป็นการทำบุญเพื่อระลึกถึงผู้มีพระคุณด้วยการนิมนต์พระมาสวดมนต์ในพิธีเซ่นสรวงหลักเมือง หลักบ้าน ผีปู่ตา ผีเมือง ผีตาแฮก

เดือนแปด ทำบุญเข้าพรรษา ชาวบ้านจะร่วมกันหล่อเทียนประจำพรรษา จนเป็นที่รู้จักกันดี นั่นคือบุญประเพณีแห่เทียนพรรษาของชาวอุบลราชธานี

เดือนเก้า ทำบุญข้าวประดับดิน เป็นการนำห่ออาหารคาวหวาน หมากพลู บุหรี่ไปวางไว้ตามพื้นดิน เพื่ออุทิศแก่ญาติที่เสียชีวิตไปแล้ว และถวายภัตตาหารแก่พระเณร

เดือนสิบ ทำบุญข้าวสาก (สลากภัต) หรือเรียกว่า บุญเดือนสิบ ผู้ถวายภัตตาหารจะเขียนชื่อลงในบาตร พระสงฆ์จับสลากได้ชื่อของผู้ใดคนนั้นเป็นผู้ถวายภัตตาหารและเครื่องไทยทาน เพื่ออุทิศบุญให้กับผู้ตาย

เดือนสิบเอ็ด ทำบุญออกพรรษา หรือเรียกอีกอย่างว่าทำบุญจุดประทีป เป็นที่มาของประเพณีไหลเรือไฟ

เดือนสิบสอง ทำบุญกฐิน คำว่า “กฐิน” เป็นคำภาษาบาลี หมายถึงไม้สะดึง คือ ไม้ที่ทำเป็นกรอบสำหรับขึงผ้าเวลาจะเย็บผ้า เพื่อดึงขึงผ้าให้ตึงจะได้เย็บง่าย บุญกฐินจึงเป็นการทำบุญที่ต้อง

นำผ้าไปถวายพระเป็นสำคัญ จัดเป็นวินัยกรรมอย่างหนึ่งซึ่งสงฆ์ต้องทำในจีวรกาล มีกำหนดระหว่างวันแรม 1 ค่ำ เดือน 11 จนถึงวันเพ็ญเดือน 12 เรียกว่าบุญเดือนสิบสอง[93]

สิริวัฒน์ คำวันสา กล่าวถึงความหมายของฮีตสิบสองว่า "ฮีต" เป็นคำย่อของ "จารีต" เพราะอีสานใช้ "ฮ" แทน "ร" ฮีตสิบสองก็คือ จารีตที่ปฏิบัติกันในแต่ละเดือน ตรงกับทางภาคกลางว่าประเพณี 12 เดือนนั่นเอง ในสมัยโบราณถือเอาเดือนอ้ายเป็นการเริ่มต้นปีใหม่ (เดือนเจียงก็เรียก) แล้ววนไปจนถึงเดือน 12 เป็นเดือนสุดท้าย ในแต่ละเดือนมีประเพณีประจำเดือน ประเพณีเหล่านั้นส่วนใหญ่เป็นเรื่องพุทธศาสนา แต่ถ้าเป็นเรื่องอื่นก็พยายามดึงเข้าพุทธ เพื่อให้ได้โอกาสทำบุญด้วย[94]

เอกวิทย์ ณ ถลาง กล่าวว่า ฮีตสิบสองคองสิบสี่เป็นเค้าโครงความคิด ความเชื่อ และเป็นพลังในการหล่อหลอมและผูกพันให้คนอีสานมีความสำนึกแน่นแฟ้นอยู่กับสังคมเครือญาติผู้จำเริญรอย วิถีชาวนาที่ถูกฤดูกาลของธรรมชาติในรอบปีเป็นตัวกำหนดพิธีกรรม อีกทั้งฤดูแห่งการผลิตการบริโภค ก็ได้รับการจัดวางให้ประสานสอดคล้องกับวันสำคัญของพุทธศาสนา และวันสำคัญของโคตรวงศ์อย่างแนบเนียนแยกจากกันไม่ได้ ความผสมกลมกลืนทางโครงสร้าง สาระ และรูปแบบที่กำหนดไว้อย่างสอดคล้องกับการหมุนเวียนของธรรมชาติ[95]

จะเห็นได้ว่า ในจำนวนประเพณี 12 เดือนของชาวอีสานนี้ มีจุดมุ่งหมายหรือความเชื่อหลักในการกระทำ ได้ 4 ประเภท กล่าวคือ

(1) ประเพณีที่เกี่ยวกับพระพุทธศาสนา มีทั้งหมด 6 เดือน คือ เดือนเจียงเดือนสาม เดือนสี่ เดือนแปด เดือนสิบเอ็ด และเดือนสิบสอง

(2) ประเพณีที่เกี่ยวกับการทำมาหากิน เพื่อความอุดมสมบูรณ์ของผลผลิตในไร่นาตลอดจนความบริบูรณ์ของฝน มีทั้งหมด 3 เดือน คือ เดือนยี่ เดือนหก และเดือนสิบ ซึ่งเป็นความเชื่อตามแบบธรรมชาตินิยม (Animism) หรือความเชื่อเกี่ยวกับผีนั่นเอง

(3) ประเพณีเกี่ยวกับขวัญและกำลังใจในการดำรงชีวิตของคนในสังคมหรือในหมู่บ้านให้อยู่เป็นสุข มีทั้งหมด 2 เดือน คือ เดือนห้า และเดือนเจ็ด ซึ่งจะมีลักษณะของความเชื่อถือผีผสมกับพิธีกรรมแบบพราหมณ์อยู่ในประเพณีเดียวกัน

(4) ประเพณีเกี่ยวกับความกตัญญูและระลึกถึงบรรพบุรุษ มี 2 เดือน คือ เดือนเก้าและเดือนสิบ ซึ่งจะผสมความมุ่งหมายเพื่อความอุดมสมบูรณ์และแสดงความกตัญญูด้วย เป็นต้น

---

[93]สำลี รักสุทธี, **ฮีตสิบสองคลองสิบสี่**, (กรุงเทพมหานคร: พ.ศ.พัฒนา จำกัด, 2549), หน้า 112.

[94]สิริวัฒน์ คำวันสา, **อีสานคดีเนื่องในงานการละเล่นพื้นบ้าน**, (กรุงเทพมหานคร: คณะโบราณคดี มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2521), หน้า 21.

[95]เอกวิทย์ ณ ถลาง, **ภูมิปัญญาชาวบ้านสี่ภูมิภาค: วิถีชีวิตและกระบวนการเรียนรู้ของชาวบ้านไทย**, (นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2540), หน้า 65-66.

กิจกรรมทั้ง 12 เดือนนี้ ถือเป็นประเพณีหลักของชาวอีสานทั่วไปที่ปฏิบัติสืบทอดกันมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน และประเพณีเหล่านี้ยังแสดงให้เห็นถึงความพร้อมเพียงร่วมแรงร่วมใจกันของชาวบ้านสะท้อนให้เห็นถึงวิถีชีวิตของคนอีสานที่เต็มไปเดียวความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความเสียสละแรงกายแรงใจเพื่อการกุศล ความสมานสามัคคีตลอดจนความกตัญญูรู้คุณต่อบุพการี

2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

พระธรรมโมลี (ทองอยู่ ญาณวิสุทฺโธ) ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาเชิงวิเคราะห์วิถีชีวิต พฤติกรรมสุขภาพและการดูแลรักษาสุขภาพแบบองค์รวมของพระสงฆ์ตามที่ปรากฏในพระไตรปิฎก ผลการวิจัยพบว่า ปัญหาสุขภาพของพระสงฆ์ในสมัยพุทธกาลมักจะเป็นโรคทั่วไปที่เนื่องมาจากการดำรงชีวิตอยู่ในป่าเป็นหลัก เช่น เป็นไข้ โรคหิด โรคอหิวาตกโรค เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีโรคทางใจและทางปัญญาที่เกิดจากกิเลสอันได้แก่ โลภะ โทสะ และโมหะ การรักษาสุขภาพด้วยสมุนไพรตามที่สามารถหาได้ในป่าเขากลายมาเป็นการรักษาสุขภาพในสถานบริการสุขภาพของภาครัฐและเอกชน เช่น โรงพยาบาล คลินิก และการซื้อยาจากร้านขายยา ฯลฯ สำหรับปัญหาสุขภาพในสังคมไทยปัจจุบัน กลับกลายมาเป็นโรคที่เกิดจากการดำเนินชีวิตที่ดีและสะดวกสบาย ที่เรียกว่า “โรควิถีชีวิต” หรือโรคที่เกิดจากพฤติกรรมสุขภาพ เช่น โรคเบาหวาน โรคมะเร็ง โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจฯลฯ ซึ่งโรคเหล่านี้สามารถแก้ไขได้โดยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เช่น การรับประทานอาหาร การออกกาลังกายที่ถูกต้องและการฝึกจิตภาวนา[96]

พระมหาไกรวรรณ์ ชินทตฺติโย (ปุณขันธ์), และคณะ ได้วิจัยเรื่อง “การบูรณาการหลักพุทธธรรมในการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม” พบว่า การบูรณาการหลักพุทธธรรมในการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุ ที่สำคัญที่สุดก็คือ การปลูกฝังให้คนเป็นพลเมืองดี มีคุณธรรม จริยธรรม เพื่อก่อให้เกิดความสงบสุขในสังคม วิธีการหนึ่งที่น่าจะให้ผลดีในการปลูกฝังและพัฒนา คือ การนำหลักไตรสิกขามาประยุกต์ใช้ เนื่องจากไตรสิกขาเป็นระบบและเป็นกระบวนการในการฝึกฝน อบรม ฝึกหัด เพื่อพัฒนาคนใน 3 ด้าน คือ (1) ด้านพฤติกรรม เรียกว่า ศีล พัฒนาจิตใจ เรียกว่า สมาธิ และพัฒนาปัญญา เรียกว่า ปัญญา ทั้งนี้ก็เพื่อให้บุคคลมีการดำเนินชีวิต

---

[96]พระธรรมโมลี (ทองอยู่ ญาณวิสุทฺโธ), **การศึกษาเชิงวิเคราะห์วิถีชีวิต พฤติกรรมสุขภาพและการดูแลรักษาสุขภาพแบบองค์รวมของพระสงฆ์ตามที่ปรากฏในพระไตรปิฎก**, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2551), หน้า 10.

ในวิถีที่ถูกต้องดีงาม โดยนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา (ไตรสิกขา) มาประยุกต์ใช้ในการบริหารและพัฒนาคนในองค์กร เป็นต้น[97]

พระมหาสังเวช จนฺทโสภี (ศรีโคตร), ผศ.ดร. ได้วิจัยเรื่อง "การจัดการเรียนรู้ด้านสุขภาวะของผู้สูงอายุตามแนวพุทธศาสนา" พบว่า ผู้สูงอายุเป็นบุคคลที่อยู่ในวัยที่ควรให้ต้องให้ความสำคัญและดูแลเอาใจใส่เป็นพิเศษ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีพในสังคมได้อย่างมีความสุขก่อนจะอำลาสังขารไป ปัญหาผู้สูงอายุดังกล่าว ทางพระพุทธศาสนามีหลักธรรมคำสอนเกี่ยวกับเรื่องนี้อย่างไรบ้าง และผู้สูงอายุสามารถนำไปประพฤติปฏิบัติได้อย่างไรจึงจะคลายจากทุกข์ และดำเนินชีวิตของตนเองด้วยความผาสุก ด้วยความรู้เท่าทันสภาพของปัญหาเหล่านั้นพร้อมกับแก้ไขปัญหาและปฏิบัติตามได้อย่างถูกต้องตามหลักการของวิธีการทางพระพุทธศาสนา[98]

พระราเชนทร์ วิสารโท, ผศ.ดร. และคณะ ได้วิจัยเรื่อง "บูรณาการพุทธธรรมกับระบบการดูแลสุขภาพระยะยาวสำหรับผู้สูงอายุของอำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ" พบว่า เนื่องด้วยผู้สูงอายุมักถูกจำกัดบทบาทในสังคมให้ลดลง อันเนื่องมาจากเหตุปัจจัยต่างๆ และอาจนำไปสู่ความรู้สึกในทางลบทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ซึ่งอาจนำไปสู่ปัญหาอื่นๆ ได้ เช่น ปัญหาสุขภาพและครอบครัว เป็นต้น ดังนั้น ผู้สูงอายุจึงจำเป็นต้องเข้าใจหลักพุทธธรรม เพื่อมาใช้ในการพัฒนาและแก้ไขปัญหาทางสังคม ตลอดทั้งการอยู่ร่วมกัน โดยยึดหลักโลกธรรม 8 ซึ่งเป็นสิ่งที่ผู้สูงอายุต้องพบเจอ และต้องปฏิบัติต่อโลกธรรมให้ถูกต้อง ส่วนการอยู่ร่วมกันกับเพื่อนมนุษย์ในสังคม ผู้สูงอายุควรมีพรหมวิหารธรรม 4 เป็นท่าทีแห่งจิตใจต่อบุคคลรอบข้าง ตลอดจนเพื่อนมนุษย์ทั้งหลาย นอกจากนี้หลักกัลยาณมิตตตายังสำคัญสำหรับผู้สูงอายุ เพราะการมีกัลยาณมิตร คือ มีผู้สั่งสอน ผู้แนะนำ ที่ปรึกษา เพื่อนที่คบหาและบุคคลแวดล้อมที่ดี เป็นเหตุให้ผู้สูงอายุพัฒนาความคิดไปในทางที่ดี นอกจากจะไม่เบียดเบียนตนไม่เบียดเบียนผู้อื่นแล้ว ยังเป็นไปในทางประโยชน์เกื้อกูลทั้งแก่ตนเอง ผู้อื่น และแก่คนทั้งสองฝ่ายด้วย[99]

พระมหานิพนธ์ มหาธมฺมรกฺขิโต (แสงแก้ว) และคณะ ได้วิจัยเรื่อง "การพัฒนารูปแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุด้วยหลักจิตภาวนาในพระพุทธศาสนา" พบว่า ผู้สูงอายุเมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ

---

[97]พระมหาไกรวรรณ์ ชินทตฺติโย (ปุณขันธ์), ดร. และคณะ, **การบูรณาการหลักพุทธธรรมในการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม**, รายงานการวิจัย สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560, หน้า 4.

[98]พระมหาสังเวช จนฺทโสภี (ศรีโคตร), ผศ.ดร., **การจัดการเรียนรู้ด้านสุขภาวะของผู้สูงอายุตามแนวพุทธศาสนา**, รายงานการวิจัย สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2556, หน้า 24.

[99]พระราเชนทร์ วิสารโท, ผศ.ดร. และคณะ, **บูรณาการพุทธธรรมกับระบบการดูแลสุขภาพระยะยาวสำหรับผู้สูงอายุของอำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ**, รายงานการวิจัย สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2559, หน้า 102-103.

จะมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นหลายด้าน ทั้งด้านร่างกายที่เสื่อมถอยลง อวัยวะต่างๆ มีประสิทธิภาพลดน้อยลงอย่างเห็นได้ชัด การรับผิดชอบต่อภาระหน้าที่และบทบาทต่างๆ ภายในครอบครัวก็ลดน้อยลง สภาวการณ์ดังกล่าวจึงส่งผลให้สภาพจิตใจของผู้สูงอายุมีความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าลดลง ว้าเหว่ กังวลว่าครอบครัวและสังคมจะทอดทิ้ง เนื่องจากการแปรผลจากสังคมที่เกิดจากสถานภาพและบทบาทที่ลดลง จึงทำให้ผู้สูงอายุต้องประสบปัญหาด้านการดำเนินชีวิต สังคมควรหันมาสนใจและหาวิธีทดแทน เพื่อให้ผู้สูงอายุดำรงชีวิตอยู่ในช่วงบั้นปลายของอย่างมีความสุข[100]

พระมหาสุภวิชญ์ ปภสฺสโร (วิราม), ผศ.ดร. และพระมหาสังเวช จนฺโสภี (ศรีโคตร), ผศ.ดร. ได้วิจัยเรื่อง “การฟื้นฟูสุขภาวะของผู้สูงอายุของวัดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ” พบว่า ผู้สูงอายุจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีการกระทำกิจกรรมด้านร่างกาย เพื่อให้เกิดผลกระทบต่อการพัฒนาจิตใจ โดยเฉพาะกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหวร่างกายที่ถูกวิธีและสัมพันธ์กับวิถีชีวิตของผู้สูงอายุ จะส่งผลให้ภาวะสุขภาพผู้สูงอายุมีความสบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณได้[101]

อุทัย สุดสุข, นพ. ได้เขียนหลักสาธารณสุขในพระไตรปิฎกบูรณาการสู่สุขภาพดี ชีวิตมีสุข สรุปความได้ว่า หลักธรรมคาสั่งสอนของพระพุทธเจ้าเข้ากับหลักการบริการทางการแพทย์และการสาธารณสุข เพื่อเกื้อกูลให้ผู้ประพฤติปฏิบัติมีสุขสมบูรณ์แบบองค์รวมทั้งทางกาย ทางจิต ทางปัญญา และทางสังคม ซึ่งได้กล่าวถึงสาธารณสุขในพระไตรปิฎก เน้นการบูรณาการดังกล่าว ทั้งตามหลักการและวิธีการสาธารณสุขตามแนวสิกขาบทที่มาในพระปาฏิโมกข์ รวมทั้งความหมายของศัพท์วิชาการทางพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวกับสาธารณสุข เรื่องพลานามัยในพระไตรปิฎก รวมทั้งพุทธวิธีรักษาพยาบาลภิกษุไข้สมัยพุทธกาล ประวัติหมอชีวกโกมารภัจ การใช้สมุนไพรรักษาโรค การบริโภคปัจจัย 4 การบริหารร่างกายและพักผ่อนรวมทั้ง จริยธรรมของผู้พยาบาล ผู้เป็นไข้ และภาค 2 เน้นการบูรณาการหลักพุทธธรรมในสาธารณสุข[102]

อนุวัฒน์ ศุภกิจชุติกุล และคณะ ได้สรุปสถานการณ์และบทบาทการส่งเสริมสุขภาพนอกภาครัฐ จากการศึกษาวิเคราะห์ บทบาท กลไก และยุทธศาสตร์การดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพของ

---

[100]พระมหานิพนธ์ มหาธมฺมรกฺขิโต (แสงแก้ว) และคณะ, **การพัฒนารูปแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุด้วยหลักจิตภาวนาในพระพุทธศาสนา**, รายงานการวิจัย สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2557, หน้า 47.

[101]พระมหาสุภวิชญ์ ปภสฺสโร (วิราม), ผศ.ดร. และพระมหาสังเวช จนฺโสภี (ศรีโคตร), ผศ.ดร., **การฟื้นฟูสุขภาวะของผู้สูงอายุของวัดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ**, รายงานการวิจัย สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2557, หน้า 51.

[102]อุทัย สุดสุข, นพ., **สาธารณสุขในพระไตรปิฎก บูรณาการสู่สุขภาพดี ชีวิมีสุข**, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร: เทพประทานการพิมพ์, 2554), หน้า 20.

องค์กรชุมชนโดยการสำรวจ และกรณีศึกษาจากการสัมภาษณ์เชิงลึกกลุ่ม/องค์กรที่มีเป้าหมายเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพที่ส่งผลดีต่อสุขภาพ กลุ่มช่วยเหลือตนเอง และกลุ่มที่มีเป้าหมายเพื่อเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมทางสังคมและทางกายภาพ พบว่า แม้จุดเริ่มต้นของการส่งเสริมสุขภาพมีที่มาแตกต่างกัน แต่เมื่อเกิดการรวมตัวและมีกิจกรรมร่วมกันแล้วก็สามารถขยายเป้าหมายไปสู่การเน้นการส่งเสริมสุขภาพได้ เพราะมีแผนกิจกรรมที่สอดคล้องกับชุมชนและให้ชุมชนมีบทบาทสำคัญในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม หลายกลุ่มเริ่มจากปัญหาสุขภาพตนเอง จึงเกิดกลุ่มช่วยเหลือกันเอง การส่งเสริมสุขภาพระดับชุมชน จำเป็นต้องได้รับการพัฒนาหรือสนับสนุนให้เหมาะสม กระทรวงสาธารณสุขจำเป็นต้องส่งเสริมให้ชุมชนและประชาชนตระหนักถึงความสำคัญ และสามารถพัฒนาสุขภาพตนเอง ครอบครัว และชุมชนได้สร้างเสริมให้ชุมชนเป็นผู้ริเริ่ม ตัดสินใจและจัดทำแผนปฏิบัติการเพื่อพัฒนาสุขภาพ และแก้ปัญหาสุขภาพของตนเองภายใต้การสนับสนุนและอานวยความสะดวกจากภาครัฐ ภาคเอกชนและส่วนที่เกี่ยวข้อง[103]

การบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ จากการศึกษาพบว่า ความรู้สึกมีความสุขอันมาจากความเป็นอยู่ที่ดี สภาพแวดล้อมที่ดี มีความผูกพันที่ดีทั้งในครอบครัวและสังคมเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน สิ่งเหล่านี้ปัจจุบันในหลายๆ ประเทศรวมทั้งประเทศไทยได้ให้ความสำคัญกันมากขึ้นเพราะหากประชากรในประเทศมีคุณภาพชีวิตที่ดีก็จะส่งผลโดยตรงต่อการพัฒนาประเทศได้ง่ายและรวดเร็วขึ้น การจัดสวัสดิการยาสามัญประจำบ้านที่ใช้ในการรักษาเบื้องต้นกับผู้สูงอายุ จะเห็นได้ว่า กระบวนการดูแลผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษนั้น ทำให้คนในชุมชนเห็นความสำคัญ และหันมาดูแลผู้สูงอายุมากขึ้น จากที่ผ่านมาผู้สูงอายุในชุมชนจะต่างคนต่างอยู่ ไม่มีการรวมกลุ่มกันทำกิจกรรม มีการก่อตั้งเป็นชมรมผู้สูงอายุที่มีโครงสร้างการทำงานร่วมกันอย่างเป็นรูปธรรม ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมและให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุมากยิ่งขึ้น สร้างจิตสำนึกให้ลูกหลานเคารพนับถือ เชื่อฟังคำสั่งสอนและมองว่าผู้สูงอายุเป็นแบบอย่างที่ดี เป็นผู้ที่มีคุณค่าในสังคมต่อไป

การศึกษาเรื่อง “การบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ” ผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อประกอบเป็นองค์ความรู้ในการเก็บข้อมูลภาคสนาม และใช้ในการวิเคราะห์อภิปรายผลข้อมูลการวิจัย เพื่อทำให้เกิดองค์ความรู้ใหม่ในมิติที่แตกต่าง หรือสอดคล้องกันกับงานวิจัยที่มีผู้ศึกษาไว้ก่อนแล้ว ดังนี้

ยุวดี ไวทยะโชติ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “โปรแกรมการจัดการศึกษาตลอดชีวิตสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดภาคเหนือตอนบนของประเทศไทย” ผลการวิจัยพบว่า สภาพปัจจุบันและปัญหาการดำเนินงานการจัดการศึกษาผู้สูงอายุ มีปัญหาไม่สามารถดำเนินการจัดการศึกษาสำหรับผู้สูงอายุ

---

[103]อนุวัฒน์ ศุภชุติกุล และคณะ, **บทบาทประชาคมส่งเสริมสุขภาพ : นอกภาครัฐ**, พิมพ์ครั้งที่ 2, (นนทบุรี: สำนักพิมพ์สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2541), หน้า 40.

ให้บรรลุตามนโยบายได้ เนื่องจาก การขาดความเชื่อมโยงของนโยบายส่งผลต่อความไม่ต่อเนื่องในการปฏิบัติ ตลอดจนขาดการสนับสนุนทางกฎหมาย งบประมาณ การประสานงาน และระบบข้อมูลสำหรับใช้ในการวางแผน[104]

นภารี นาเบญจพล ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง "ศึกษาบทบาทของพระสงไทยที่มีต่อสาธารณสุขมูลฐาน : ศึกษาเฉพาะกรณีจังหวัดนครราชสีมา" พบว่า ในเรื่องการรักษาโรค การรักษาพยาบาล การดูแลสุขภาพแวดล้อม สุขภาพอนามัยของพระสงฆ์เองพร้อมทั้งได้ศึกษาถึงเภสัชต่าง ๆ การส่งเสริมโภชนาการในสมัยพุทธกาล การพยาบาลผู้ป่วย การรักษาสิ่งแวดล้อมและฟื้นฟูสภาพชุมชนในสมัยพุทธกาล เช่น ส้วม กุฏิ วิหาร ที่นอน การรักษาความสะอาดในที่อยู่อาศัย ส่วนภาคสนามนั้น ผู้วิจัยได้ศึกษากลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นพระสงฆ์ในจังหวัดนครราชสีมาที่มีบทบาทต่อสาธารณสุขมูลฐาน ผู้วิจัยพบว่า พระสงฆ์เคยสนับสนุนงานสาธารณสุขช่วยแนะนำชาวบ้านให้ไปใช้บริการที่สถานบริการสาธารณสุข การรู้จักใช้ยาและการรักษาพยาบาลเบื้องต้น การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ การรักษาสุขภาพอนามัย พระสงฆ์ส่วนใหญ่เห็นว่าพระสงฆ์ควรมีบทบาทด้านการช่วยเหลือ สนับสนุนการสาธารณสุขมูลฐานแก่ชุมชน หน่วยงานสาธารณสุขมูลฐาน ควรกระจายงานไปยังหมู่พระสงฆ์โดยติดตามประเมินผลประสานระหว่างหน่วยงานและสถาบันสงฆ์ จะทำให้งานสาธารณสุขมูลฐานของไทยได้ผลดียิ่งขึ้น[105]

สิงหา จันทริย์วงษ์ ได้วิจัยเรื่อง "การพัฒนารูปแบบที่เหมาะสมสำหรับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชนบทโดยใช้ครอบครัวเป็นศูนย์กลาง" พบว่า องค์ประกอบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชนบทของไทยเกี่ยวข้องกับองค์ประกอบ 2 ประการ คือ (1) องค์ประกอบภายใน เป็นผลจากความเสื่อมทางร่างงกายที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตและพฤติกรรมส่วนตัวและสังคม ซึ่งอธิบายได้ด้วยทฤษฎีผู้สูงอายุและองค์ประกอบ (2) องค์ประกอบภายนอก ก็เกี่ยวข้องกับการพึ่งพาทางเศรษฐกิจ เพื่อการดำรงชีพขั้นพื้นฐาน ในสังคมวัฒนธรรมยุคโลกาภิวัตน์ที่เปลี่ยนแปลง ก่อให้เกิดปัญหาต่อผู้สูงอายุอย่างหลากหลาย เป็นต้น[106]

---

[104]ยุวดี ไวทยะโชติ, "โปรแกรมการจัดการศึกษาตลอดชีวิต สำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดภาคเหนือตอนบนของประเทศไทย", **วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรดุษฎีบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2547), หน้า บทคัดย่อ.

[105]นภาจรี นาเบญจพล, **บทบาทของพระสงฆ์ไทยที่มีต่อสาธารณสุขมูลฐาน : ศึกษาเฉพาะกรณีจังหวัดนครราชสีมา**, (นครปฐม: มหาวิทยาลัยมหิดล, 2539), หน้า 30.

[106]สิงหา จันทริย์วงษ์, **การพัฒนารูปแบบที่เหมาะสมสำหรับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชนบทโดยใช้ครอบครัวเป็นศูนย์กลาง**, รายงานการวิจัย สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์, 2551, หน้า บทคัดย่อ.

ยุวดี ไวทยะโชติ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “โปรแกรมการจัดการศึกษาตลอดชีวิตสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดภาคเหนือตอนบนของประเทศไทย” ผลการวิจัยพบว่า สภาพปัจจุบันและปัญหาการดำเนินงานการจัดการศึกษาผู้สูงอายุ มีปัญหาไม่สามารถดำเนินการจัดการศึกษาสำหรับผู้สูงอายุให้บรรลุตามนโยบายได้ เนื่องจาก การขาดความเชื่อมโยงของนโยบายส่งผลต่อความไม่ต่อเนื่องในการปฏิบัติ ตลอดจนขาดการสนับสนุนทางกฎหมาย งบประมาณ การประสานงาน และระบบข้อมูลสำหรับใช้ในการวางแผน[107]

สุทธิพงศ์ บุญผดุง[108] ได้ทำการวิจัย เรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในท้องถิ่นโดยใช้โรงเรียน ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง (ระยะที่ 1)” ผลการวิจัย พบว่า

1) ระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในภาพรวมอยู่ในระดับค่อนข้างมากโดยด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นอันดับแรกรองลงมาคือด้านการรวมกลุ่มทางสังคมด้านสภาพอารมณ์ที่ดีและด้านสภาพร่างกายที่ดีตามลำดับในขณะที่ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดีและด้านการตัดสินใจด้วยตนเองมีระดับคุณภาพชีวิตในระดับปานกลาง

2) ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตพบว่าด้านสภาพอารมณ์ที่ดีมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องได้แก่ปัจจัยด้านความว้าเหว่อ้างว้างและปัจจัยด้านความสุขกายสบายใจด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องได้แก่ปัจจัยด้านปฏิสัมพันธ์ในครอบครัวมิตรสหายและเพื่อนบ้านด้านการรวมกลุ่มทางสังคมมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องได้แก่ปัจจัยด้านการอุทิศและการได้รับการยอมรับจากชุมชนด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดีมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องได้แก่ปัจจัยด้านการดำรงชีพและปัจจัยด้านรายรับและรายจ่ายคุณภาพชีวิตด้านสภาพร่างกายที่ดีมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องได้แก่ปัจจัยด้านการใส่ใจเรื่องสุขภาพและปัจจัยด้านการบริโภคที่ดีและสุดท้ายด้านการตัดสินใจด้วยตนเองมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องได้แก่ปัจจัยด้านความเป็นอิสระทางความคิดและปัจจัยการเลือกทำในสิ่งที่ต้องการ

3) แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้โรงเรียนเป็นฐานตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงผ่านความเห็นชอบจากผู้ทรงคุณวุฒิซึ่งสามารถนาไปทดลองใช้และศึกษาผลการใช้กับผู้สูงอายุในท้องถิ่นในงานวิจัยระยะที่ 2 ต่อไป

ศุภวัล พลายน้อย และเนาววัตน์ พลายน้อย ได้วิจัยเรื่อง “ผลกระทบของการพัฒนาที่มีต่อปัญหาและความต้องการของประชากรผู้สูงอายุ” พบว่า ผลกระทบของการพัฒนาที่มีต่อปัญหาและความต้องการของประชากรผู้สูงอายุในด้านเศรษฐกิจ สุขภาพอนามัย การปรับตัว และที่อยู่อาศัย

---

[107]ยุวดี ไวทยะโชติ, “โปรแกรมการจัดการศึกษาตลอดชีวิต สำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดภาคเหนือตอนบนของประเทศไทย”, **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรดุษฎีบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2547), หน้า บทคัดย่อ.

[108]สุทธิพงศ์ บุญผดุง, **การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในท้องถิ่น โดยใช้โรงเรียนเป็นฐานตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง (ระยะที่ 1)**, รายงานการวิจัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา, 2554, บทคัดย่อ.

ตลอดจนปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในด้านบทบาทครอบครัวและสังคม ผู้สูงอายุในสังคมไทยได้รับการเอาใจใส่เลี้ยงดูจากบุตรหลานและได้รับการยกย่องนับถือจากลูกหลาน แต่มีปัญหาด้านการปรับตัวบ้างพอสมควร แสดงให้เห็นว่า การที่สังคมเปลี่ยนแปลงไปนั้น ผู้สูงอายุจะทำความเข้าใจและปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมได้อย่างไร เป็นต้น[109]

ลดารัตน์ สาภินันท์ ได้วิจัยเรื่อง "ภาวะธรรมทัศน์ในวัยผู้สูงอายุและการเตรียมตัวเกี่ยวกับความตายของผู้สูงอายุ" พบว่า ผู้สูงอายุมีภาวะธรรมทัศน์ในวัยผู้สูงอายุระดับสูง โดยมีการเตรียมตัวด้านร่างกาย ได้แก่ การเลือกสถานที่ฌาปนกิจศพไว้ล่วงหน้า ด้านจิตใจ ได้แก่ การเลือกผู้ที่จะให้การดูแลเมื่อเจ็บป่วย ในระยะใกล้ตาย การเห็นใจผู้อื่นที่มีอาการป่วยหนักในระยะใกล้ตาย และตระหนักว่าความตายเป็นธรรมชาติที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ มีความพร้อมที่รับทราบความจริงจากแพทย์เมื่อมีอาการป่วยหนักในระยะใกล้ตายด้วยจิตวิญญาณ ได้แก่ การดำเนินชีวิตที่เหลืออย่างมีจุดมุ่งหมาย และมีกำลังใจในการปฏิบัติตามความเชื่อทางศาสนา[110]

จากปัญหาสุขภาวะของผู้สูงอายุทำให้ได้แนวคิดในการแก้ไขซึ่งนับเป็นวิธีที่น่าสนใจเพราะเป็นการเข้าไปแก้ที่ต้นเหตุ นั่นคือ การให้ความรู้ ซึ่งแยกออกเป็น 2 นัย คือ การสร้างสุขภาพซึ่งต้องมีการให้ความรู้ทั้งแก่ผู้สูงอายุ ควรแนะนำเรื่องอาหารการกิน มีการตรวจสุขภาพเป็นประจำทุกปี และสร้างความคุ้นเคยในการตรวจสุขภาพโดยต้องกำหนดหน่วยงานที่เป็นเจ้าหน้าที่หลักให้ชัดเจน นอกจากนั้นต้องกระตุ้นให้ผู้สูงอายุดูแลสุขภาพของตนเองโดยแนะนำถึงความเสี่ยงของความเจ็บป่วยต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้น และอีกส่วนหนึ่งคือ การซ่อมสุขภาพ ปัญหาใหญ่ของผู้สูงอายุ คือ เมื่อเจ็บป่วย เนื่องจากขาดผู้รู้ในการเข้าถึงการส่งต่อ เป็นผลให้ผู้สูงอายุไม่ได้รับการรักษาที่ดีหรือเพียงพอ จึงทำให้ขาดโอกาสที่จะพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขณะป่วย นอกจากนี้ ควรจัดให้มีการเผยแพร่ความรู้ขั้นการปฐมพยาบาลเบื้องต้นแก่ผู้สูงอายุเพื่อให้สามารถดูแลกันเองได้ในยามฉุกเฉินหรือยามปกติ หากผู้สูงอายุมีความรู้ที่เพียงพอ ก็จะสามารถรักษาชีวิตของผู้สูงอายุได้เพิ่มมากขึ้น อีกทั้งไม่เป็นการผลักภาระให้บุคคลรอบข้างก็ห่วงกังวล ผู้วิจัยและคณะจึงมีความสนใจที่จะทำการศึกษาในเรื่องการบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ โดยเน้นการมีส่วนร่วมของเครือข่าย ทั้งนี้เนื่องจากการจัดการกับปัญหาสุขภาพต้องอาศัยการมีส่วนร่วมหลายฝ่ายที่เกี่ยวข้อง และที่ต้องทำงานร่วมกันในรูปแบบเครือข่าย ซึ่งเป็นรูปแบบหนึ่งที่เป็นเครื่องมือหรือวิธีการทำงานให้มีประสิทธิภาพ โดยใช้กลไกการสื่อสารแลกเปลี่ยนข้อมูลและประสบการณ์ มีการ

---

[109]ศุภวัล พลายน้อย และเนาววัตน์ พลายน้อย, **ผลกระทบของการพัฒนาที่มีต่อปัญหาและความต้องการของประชากรผู้สูงอายุ**, รายงานการวิจัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2527, หน้า บทคัดย่อ.

[110]ลดารัตน์ สาภินันท์, **ภาวะธรรมทัศน์ในวัยผู้สูงอายุและการเตรียมตัวเกี่ยวกับความตายของผู้สูงอายุ**, รายงานการวิจัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2555, หน้า บทคัดย่อ.

ร่วมมือกันในเรื่องต่าง ๆ และยังทำให้มีพลังต่อรองกับอำนาจต่าง ๆ ได้ดีขึ้น จึงนับว่าการมีส่วนร่วมของเครือข่ายเป็นปัจจัยสำคัญที่สุดของการส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาอย่างยั่งยืน

ปญฺญา โลกสฺมิ ปชฺโชโต
มจร
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง **“กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ”** ผู้วิจัยได้กำหนดวิธีการดำเนินการวิจัยโดยมีขั้นตอนที่สำคัญในการศึกษา ดังนี้

3.1 รูปแบบการวิจัย
3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล
3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล
3.6 การนำเสนอผลการศึกษาวิจัย

3.1 รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแบบผสมผสาน คือ การวิจัยเชิงคุณภาพประกอบด้วย การวิจัยเอกสาร (Documentary Research) เพื่อประมวลองค์ความรู้ ศึกษาแนวคิดหลักการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ โดยศึกษาจากคัมภีร์ เอกสารที่เกี่ยวข้อง ตลอดทั้งงานวิจัยที่มีผู้รู้ได้ศึกษาไว้ รวมถึงการเก็บข้อมูลเชิงปฏิบัติการ (Workshop) เช่น การสัมภาษณ์เชิงลึก การประชุมกลุ่มย่อย และการจัดเวทีวิชาการของกลุ่มชุมชนต่าง ๆ และภาคที่เกี่ยวข้อง ซึ่งเรียกอีกอย่างว่าเป็นการเก็บข้อมูลเชิงภาคสนาม มีรายละเอียดการศึกษาดังนี้

3.1.1 การศึกษาในเชิงเอกสาร (Documentary Study) ทำการศึกษาและรวบรวมข้อมูล จากเอกสารและหลักฐานที่เกี่ยวข้อง จากพระไตรปิฎก ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ปี พ.ศ. 2535 อรรถกถา หนังสือ รายงานการวิจัย รายงานการประชุม เอกสารแสดงความสัมพันธ์ที่แสดงให้เห็นถึงแนวคิด หลักการ รูปแบบ ความสัมพันธ์ กระบวนการสร้างเกณฑ์ชี้วัดในกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ดังนี้

1. ศึกษา ค้นคว้า และรวบรวมข้อมูลจากเอกสารและหลักฐานที่เกี่ยวข้อง ทั้งหนังสือ รายงานการวิจัย รายงานการประชุม และเอกสารอื่น ๆ โดยอาศัยแนวคิดสุขภาวะของผู้สูงอายุทั้งในระดับโลกิยะและโลกุตระ

2. การศึกษาวิเคราะห์กระบวนการสร้างองค์ประกอบและเกณฑ์ชี้วัดในกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ในมิติต่าง ๆ ทั้งแนวคิดและวิถีการปฏิบัติ

3. ศึกษาวิเคราะห์รูปแบบ กระบวนการ และการพัฒนาเกณฑ์ชี้วัดในกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ และความสัมพันธ์ทางพระพุทธศาสนากับการเสริมสร้างสุขภาวะในมิติต่างๆ

4. สรุปผลการศึกษาที่แสดงให้เห็นถึงแนวคิด หลักการ ความเป็นมา องค์ประกอบ รูปแบบเกณฑ์ชี้วัดในกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ และการประยุกต์ใช้เกณฑ์ชี้วัดในกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

3.1.2 การศึกษาในภาคสนาม (Field Study) เพื่อทราบถึงแนวคิด หลักการ กระบวนการสร้างเกณฑ์ชี้วัดในกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ การพัฒนาเกณฑ์ชี้วัดทั้งในระดับนโยบาย ปัจเจกบุคคล ชุมชน องค์กรในพื้นที่จังหวัดศรีสะเกษ โดยมีขั้นตอนการศึกษา ดังนี้

1. ทำการศึกษาและคัดเลือกผู้สูงอายุ พระสงฆ์ องค์กร ชุมชน โดยการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ตามความสำคัญของเรื่อง คือ เป็นองค์กรที่มีบทบาทและความสัมพันธ์เกี่ยวกับกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ และมีแนวทางในการสร้างเกณฑ์ชี้วัดในกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ตามแนวพระพุทธศาสนา

2. ศึกษาข้อมูลในเชิงคุณภาพโดยการสัมภาษณ์และการประชุมกลุ่มย่อยกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (key-informant) ประกอบด้วยองค์กรเครือข่าย จำนวน 4 องค์กร

3. ดำเนินการศึกษาวิเคราะห์ สังเคราะห์ แนวคิด รูปแบบ องค์ประกอบ เกณฑ์ชี้วัดในกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ในลักษณะของการวิเคราะห์เชิงลึก โดยเน้นกระบวนการมีส่วนร่วมของผู้ที่เกี่ยวข้องในการดำเนินการศึกษาวิจัย

4. สรุปและนำเสนอผลการศึกษาที่ได้ทั้งจากการศึกษาในเชิงเอกสารและภาคสนาม โดยนำมาวิเคราะห์ตามประเด็นที่สำคัญ คือ แนวคิด หลักการ องค์ประกอบ เกณฑ์ชี้วัดในกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัด

ศรีสะเกษ และแนวทางการพัฒนาเกณฑ์ชี้วัดในกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามแนวพระพุทธศาสนา และการพัฒนาความสัมพันธ์ในมิติต่างๆทั้งนี้ เน้นการนำผลการศึกษาวิจัยมาเผยแพร่ให้ภาครัฐ คณะสงฆ์ ผู้บริหาร ประชาชนและผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องได้รับทราบ

5. วิเคราะห์กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ตามองค์ประกอบและเกณฑ์ชี้วัดในการกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ โดยมุ่งเน้นเพื่อให้สามารถใช้เป็นเกณฑ์ประเมินการดำเนินการเสริมสร้างสุขภาวะของบุคคลและสังคม รวมทั้งวิเคราะห์ให้เห็นความสัมพันธ์ของสุขภาวะกับการทำงาน รวมถึงการสร้างเกณฑ์การปฏิบัติ (Benchmark) ที่สามารถนำไปสู่กระบวนการศึกษาที่เกี่ยวกับเกณฑ์ชี้วัดในกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ในระดับต่างๆ ได้

6. สรุปผลการศึกษาวิจัย และข้อเสนอแนะทั้งในระดับนโยบาย องค์กร ชุมชน และในระดับปัจเจกบุคคล

3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนามโดยศึกษาชุมชนในลักษณะองค์รวม เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงในกรณีของผู้ให้ข้อมูลหลัก คือ ผู้รู้ และผู้ปฏิบัติ และเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบสุ่มจากการสนทนา ในกรณีของผู้ให้ข้อมูลทั่วไป โดยมีการกำหนดกฎเกณฑ์ด้านจำนวนและคุณสมบัติของผู้ให้ข้อมูลไว้ล่วงหน้าพอสังเขป ดังนี้

3.2.1 ประชากร

-ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล อำเภอเมืองศรีสะเกษ จังหวัดศรีสะเกษ

-ชมรมผู้สูงอายุอำเภอขุขันธ์ เครือข่ายสาขาสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยฯ จังหวัดศรีสะเกษ

-ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ

-ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล อำเภอบึงบูรพ์ จังหวัดศรีสะเกษ

3.2.2 กลุ่มตัวอย่าง

-กลุ่มตัวอย่างจำนวน 40 คน ซึ่งเป็นผู้มีความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับความเป็นอยู่ของชุมชน วัฒนธรรม วิถีชีวิต และภูมิปัญญาของชุมชนของผู้สูงอายุ และตัวแทนองค์กรภาครัฐและเอกชน การเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์ การสนทนากลุ่มย่อย และการสังเกต การวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา

3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยเรื่องนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการวิจัยเชิงคุณภาพ ประกอบด้วย การวิจัยเอกสาร (Documentary Research) เพื่อประมวลองค์ความรู้ ศึกษาแนวคิด หลักการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ โดยศึกษาจากคัมภีร์ เอกสารที่เกี่ยวข้อง ตลอดทั้งงานวิจัยที่มีผู้รู้ได้ศึกษาไว้ รวมถึงการเก็บข้อมูลเชิงปฏิบัติการ (Workshop) เช่น การสัมภาษณ์เชิงลึก การประชุมกลุ่มย่อย และการจัดเวทีวิชาการของชุมชนต่าง ๆ และภาคที่เกี่ยวข้อง โดยมีรายละเอียดดังนี้

3.3.1 การสังเกตแบบมีส่วนร่วม (Observation Participant) ซึ่งเป็นการสังเกตพฤติกรรมและการแสดงออกของฝ่ายต่างๆ ที่จะทำควบคู่กับการสัมภาษณ์ และเข้าร่วมกิจกรรมกับชุมชนที่เป็นกรณีศึกษา เพื่อเห็นกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

3.3.2 การสัมภาษณ์ คณะผู้วิจัยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interviews) สำหรับผู้สูงอายุพื้นที่ที่เกี่ยวกับกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ในพื้นที่จังหวัดศรีสะเกษ จำนวน 4 พื้นที่ ดังนี้

-ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล อำเภอเมืองศรีสะเกษ จังหวัดศรีสะเกษ

-ชมรมผู้สูงอายุอำเภอขุขันธ์ เครือข่ายสาขาสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยฯ จังหวัดศรีสะเกษ

-ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ

-ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล อำเภอบึงบูรพ์ จังหวัดศรีสะเกษ

3.3.3 การใช้แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลความคิดเห็นจากผู้สูงอายุในแต่ละพื้นที่ ในพื้นที่จังหวัดศรีสะเกษ จำนวน 40 คน โดยมีแบบสัมภาษณ์เชิงลึก ดังนี้

ส่วนที่ 1 อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

1.1 ท่านคิดว่าอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ควรเป็นไปในรูปแบบใด

1.2 ท่านคิดว่าอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ควรมีอัตลักษณ์ด้านใด้บางที่เห็นว่ามีคุณค่าที่สุดในแต่ละชนเผ่า

1.3 ท่านคิดว่าอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ควรมีรูปแบบในการอนุรักษ์อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมอย่างไร

1.4 ท่านคิดว่าอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ เป็นหน้าที่ของใคร และบททบาทหน้าที่นั้นควรเป็นไปในทิศทางใดในการสืบทอดวัฒนธรรมของชนสี่เผ่า

ส่วนที่ 2 การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

2.1 ท่านคิดว่าการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ควรเป็นไปในรูปแบบใด

2.2 ท่านคิดว่าการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ควรมีการส่งเสริมด้านใดแก่ผู้สูงอายุ

2.3 ท่านคิดว่าการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ควรเน้นการดูแลผู้สูงอายุแบบองค์รวม ในเรื่องใดมากที่สุด

2.4 ท่านคิดว่าการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ เป็นหน้าที่ของใคร และบททบาทหน้าที่นั้นควรเป็นไปในทิศทางใด

ส่วนที่ 3 การบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ

3.1 ท่านคิดว่าบูรณาการหลักพุทธธรรมในกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ ท่านมีหลักคิดอย่างไรในการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ

3.2 ท่านคิดว่าบูรณาการหลักพุทธธรรมในกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ ควรมีหลักการบูรณาการด้านใดมากที่สุด

3.3 ท่านคิดว่าบูรณาการหลักพุทธธรรมในกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ ควรมีหลักพุทธธรรมมาบูรณาการในการอยู่ร่วมกันอย่างไรบ้าง

3.4 ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

3.3.4 การประชุมกลุ่มย่อย (Focus Group) ร่วมกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ เพื่อศึกษาเกี่ยวกับองค์ประกอบ เกณฑ์ชี้วัดในกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ และเพื่อให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับแนวคิด รูปแบบกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ และการประยุกต์เกณฑ์ชี้วัดในกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ตามแนวพระพุทธศาสนาในการดำเนินชีวิต เป็นต้น

3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย

การเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัยแบบผสมผสานทั้งเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ กล่าวคือ

(1) รวบรวมข้อมูลจากเอกสารที่เกี่ยวข้องตามประเด็นที่กำหนดไว้ โดยศึกษาจากแหล่งข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Source) ในการศึกษาข้อมูลทางเอกสารจะกระทำก่อนที่จะเข้าไป

เก็บข้อมูลภาคสนาม และในขณะระหว่างเก็บข้อมูลภาคสนาม ข้อมูลที่ทำการศึกษา ได้แก่ เอกสาร งานวิจัยต่าง ๆ จากห้องสมุด ข้อมูลจากหน่วยงานราชการ และแหล่งข้อมูลอื่น ๆ

(2) เก็บข้อมูลภาคสนาม (Field Research) ข้อมูลเชิงกายภาพใช้วิธีสังเกตการณ์โดยใช้แบบสังเกตชนิดไม่มีส่วนร่วม (Non Participant Observation) เพื่อเก็บข้อมูลพื้นฐาน และสภาพแวดล้อมทั่วไป และแบบสังเกตการณ์ชนิดมีส่วนร่วม (Participant Observation) ในกรณีที่เข้าไปร่วมในกิจกรรมของชาวบ้านในแต่ละชุมชน

(3) รวบรวมข้อมูลจากกลุ่มเป้าหมายด้วยวิธีสัมภาษณ์ โดยใช้แบบสัมภาษณ์ชนิดมีโครงสร้าง (Structured Interview) สำหรับข้อมูลพื้นฐาน และคำถามที่ตั้งไว้ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ใช้แบบสัมภาษณ์ชนิดไม่มีโครงสร้าง (Unstructured Interview) ในการเก็บข้อมูลตามสภาพความเป็นจริงของแต่ละสถานการณ์ และใช้แบบสนทนากลุ่ม (Focused Group) ในการหาข้อสรุปหรือแนวทางการปฏิบัติร่วมกันของกลุ่มผู้ให้ข้อมูล

3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล

วิจัยเรื่องนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) และข้อมูลเชิงประจักษ์ จากการสัมภาษณ์ การประชุมกลุ่มย่อย การแจกแบบสอบถาม เป็นกระบวนศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยมุ่งเน้นการวิเคราะห์ที่ได้จากการสรุปตามสาระสำคัญด้านเนื้อหาที่กำหนดไว้ โดยวิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) ตามประเด็นหัวข้อดังนี้

(1) ดำเนินการศึกษาวิเคราะห์รูปแบบ การจัดการ และแนวทางการพัฒนาความสัมพันธ์ การประยุกต์ใช้องค์ความรู้ และกระบวนการบริหารจัดการเกี่ยวกับกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ในลักษณะของการวิเคราะห์เชิงลึก โดยเน้นกระบวนการวิเคราะห์แบบมีส่วนร่วมของผู้ที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินการวิจัย

(2) สรุปและนำเสนอผลการศึกษาที่ได้จากการศึกษาในเชิงเอกสารและภาคสนามจากการสัมภาษณ์ แล้วนำมาวิเคราะห์ตามประเด็นสำคัญ กล่าวคือ ศึกษาเกี่ยวกับกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ เน้นการนำผลการวิเคราะห์มาเผยแผ่สู่สังคม ทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน คณะสงฆ์ และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในระดับต่าง ๆ

(3) วิเคราะห์กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ เพื่อนสร้างความสัมพันธ์ทางวัฒนธรรม ภูมิปัญญาท้องถิ่น และการเชื่อมโยงการส่งเสริมสัมมาชีพของหมู่บ้านอย่างมีประสิทธิภาพ รวมไปถึงการสร้างเกณฑ์ปฏิบัติให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของชุมชน

(4) สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

3.6 การนำเสนอผลการศึกษาวิจัย

การอุบัติใหม่ของสังคมไทย อันสืบเนื่องจากการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ นี้ จะมีลักษณะเฉพาะที่แตกต่างจากสังคมผู้สูงอายุในประเทศอุตสาหกรรมอื่น ๆ ประกอบกับทุนทางสังคมและวัฒนธรรมที่ยังคงมีความเข้มแข็งพอสมควรและอาจต้องฟื้นฟูขึ้นมาใหม่ หากภาครัฐบาลยังคงใช้นโยบายแบบเดิม ๆ ด้วยการใช้ประชานิยม ที่ไม่มีการจำแนกประเภทผู้สูงอายุ ควรจำเป็นที่จะต้องมีการจำแนกประเภทของผู้สูงอายุออกเป็น 3 กลุ่ม คือ

(1) กลุ่มแรกเป็นกลุ่มที่พึ่งตนเองไม่ได้

(2) กลุ่มที่สองเป็นกลุ่มที่พึ่งตนเองได้บ้าง และ

(3) กลุ่มสุดท้ายเป็นกลุ่มที่พึ่งตนเองได้และช่วยเหลือผู้อื่นได้ด้วย

ซึ่งกลุ่มที่สามที่กล่าวถึงนี้ ภาครัฐต้องเข้ามามีบทบาทในมิติของกระบวนการทางสังคมและมาตรการทางสังคมที่จะเสริมสร้างผู้สูงอายุให้เป็นพลังทางเศรษฐกิจและสังคม อันเป็นการเตรียมการเพื่อรองรับกับภาวะสังคมผู้สูงอายุอย่างเป็นองค์รวม ด้วยการนำศักยภาพของผู้สูงอายุมาเป็นส่วนสำคัญในการดำเนินชีวิตและเป็นส่วนหนึ่งของสังคมในฐานะผู้กระทำการอย่างมีศักดิ์ศรีในอนาคต ซึ่งแม้จะเป็นสังคมผู้สูงอายุ แต่ก็เป็นคุณปู่ คุณย่า คุณตา คุณยาย ที่เต็มไปด้วยความสามารถ และคุณภาพชีวิตที่ดี ที่จะช่วยขับเคลื่อนเศรษฐกิจและสังคมได้ไม่แพ้คนในวัยทำงาน การเป็นสังคมผู้สูงอายุของคนในจังหวัดศรีสะเกษไม่ใช่ปัญหา แต่เป็นปรากฏการณ์ทางธรรมชาติของสังคมที่มนุษยชาติเราต้องเผชิญ การกำหนดนโยบายทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ ภาครัฐต้องให้ความสำคัญกับ “คุณภาพสังคม” (social quality) ทั้งในระดับปัจเจก และในระดับสังคม อย่างไรก็ตาม การเพิ่มขึ้นของจำนวนผู้สูงอายุนี้ ปัจจุบันทั้งนักวิชาการไทยและต่างชาติ ยังเห็นว่าผู้สูงอายุเป็น liability เป็นค่าใช้จ่ายที่ต้องคอยดูแล เป็นภาระการพึ่งพิง เป็นผู้ที่เกษียณ เป็นประชากรที่ไม่มีกำลังการผลิตแล้ว จึงเป็นเรื่องที่ต้องเฝ้าวิตกกังวลกันไปว่าจะแก้ปัญหากันอย่างไร และรัฐบาลจะมีรูปแบบการให้บริการสงเคราะห์กับผู้สูงอายุได้อย่างไร

พื้นฐานทางอุดมการณ์ของชาวอีสาน เกิดจากการผสมผสานของระบบความเชื่อด้านพุทธศาสนา โดยแสดงออกผ่านการดำเนินชีวิต พิธีกรรม และจารีตของชุมชน ค่านิยมหลักมักเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตและการทำมาหากิน คือ การแก้ปัญหาปากท้อง การแสวงหาที่ทำกิน และการอยู่ร่วมกันอย่างสันติในชุมชน มีระบบครอบครัวและเครือญาติเป็นแรงยึดเหนี่ยว สังคมผู้สูงอายุก็เช่นเดียวกันได้รับอิทธิพลมาจากจารีตประเพณีทางศาสนา กล่าวอีกนัยหนึ่ง ประเพณีที่มีมาในสังคมไทยแต่โบราณเกี่ยวเนื่องด้วยระบบความเชื่อหลายอย่าง ทั้งอำนาจเหนือธรรมชาติ เชื่อในพระพุทธศาสนา ศาสนาพราหมณ์ ประเพณีได้แยกเป็น 3 ประเภทใหญ่ ๆ คือ

(1) จารีตประเพณี (Moral Custom) ได้แก่ ประเพณีที่สังคมถือว่าถ้าใครในสังคมฝ่าฝืนหรืองดเว้นไม่ทำตาม ก็เป็นความผิดและชั่ว จารีตประเพณีเป็นข้อบังคับทางจรรยา หรือศีลธรรมของสังคม

(2) ขนบประเพณี (Institutional Custom) ได้แก่ ประเพณีที่สังคมได้ตั้งหรือวางไว้เป็นระเบียบแบบแผนขึ้นไว้โดยตรงหรือทางอ้อม โดยตรงวางเป็นระเบียบไว้ชัดเจน ส่วนทางอ้อม ไม่ได้เขียนไว้ชัดเจนเป็นแต่เพียงได้รับการสืบทอดกันมาเป็นเวลายาวนาน เช่น วิธีรดน้ำดำหัวแบบชาวเหนือ

(3) ธรรมเนียมประเพณี (Conventional Custom) ได้แก่ ประเพณีที่ได้รับการประพฤติปฏิบัติสืบต่อกันมาหลายชั่วอายุคน ไม่ค่อยจะมีโทษเมื่อใครไม่ปฏิบัติตาม เป็นประเพณีท้องถิ่นของแต่ละท้องถิ่นนั้น ประเพณีในระบบความเชื่อ ได้แก่ พิธีกรรมทางศาสนาและไสยศาสตร์มีอิทธิพลต่อความมั่นคงทางจิตใจและความเป็นปึกแผ่นของสังคม เป็นต้น

จะเห็นได้ว่า การนำเสนอข้อมูลในเบื้องต้นนี้จะอยู่ในลักษณะของการพรรณนา (Descriptive Presentation) จะประกอบด้วยภาพถ่ายและการพรรณนาความประกอบการบรรยายเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ เพื่อสร้างความสัมพันธ์ทางวัฒนธรรม ภูมิปัญญาท้องถิ่น และชุมชน รวมไปถึงการสร้างเกณฑ์ปฏิบัติให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของชุมชน เพื่อให้เห็นรูปแบบ กระบวนการและการประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น และชุมชน ได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อนำไปสู่การประยุกต์ใช้ในระดับนโยบาย ชุมชน องค์กร และปัจเจกบุคคล

บทที่ 4

ผลการศึกษาวิจัย

สังคมกำหนดและมองว่าเมื่อบุคคลใดก็ตามที่มีอายุ 60 ปบริบูรณ บุคคลนั้นก็กลายเป็นบุคคลผู้สูงอายุที่ต้องเปลี่ยนสถานะจากผู้ขับเคลื่อนเศรษฐกิจของสังคมมาเป็นกลุ่มคนที่ต้องเข้าสู่ภาวะพึ่งพิงจากสังคม โดยที่ผู้สูงอายุไม่สามารถหาข้อใด ๆ โต้แย้งได้เลย เพราะสังคมได้กำหนดอัตลักษณของความเป็นผู้สูงอายุไว้แล้ว เนื่องจากสังคมไทยในปัจจุบันกำลังเผชิญอยู่ในภาวะสังคมผู้สูงอายุที่มีสัดส่วนโครงสร้างประชากรวัยสูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ราว 10-20 ปี ข้างหน้านี้ สังคมไทยก็จะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ ถึงเวลานั้น ประชากรวัยสูงอายุจะเพิ่มขึ้นหลายเท่าตัว เมื่อการพัฒนาเกิดขึ้นอย่างรวดเร็วเช่นนี้ ประชากรที่กำลังเข้าสู่วัยสูงอายุ และประชากรที่อยู่ในวัยผู้สูงอายุต้องเร่งตระหนักโดยให้ความสำคัญกับการเตรียมความพร้อมและรับมือกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นทั้งด้านร่างกายและจิตใจ เมื่อผู้สูงอายุในสังคมมีความรู้ ความสามารถ และมีศักยภาพ ความพร้อมที่จะช่วยกันขับเคลื่อนเศรษฐกิจและสังคมก็จะสามารถกระทำได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น ดังมีรายละเอียดที่ผู้วิจัยนำมาศึกษาดังนี้

4.1 อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่า

อัตลักษณ์ คือ จิตสำนึกส่วนตัวและจิตสำนึกร่วมในสังคมที่เกิดจากการนิยามตัวเองว่าตัวเอง คือ ใครมีความเป็นมาอย่างไร แตกต่างจากคนอื่นอย่างไร และจะใช้อะไรเป็นเครื่องหมายของการแสดงออก คำว่า “อัตลักษณ์” นั้น หมายถึงอะไร ซึ่งถ้าพูดกันง่าย ๆ ก็คือ สิ่งที่แสดงถึงความเป็นตัวตนของคน ซึ่งส่วนหนึ่งก็จะเป็นลักษณะของตัวตนภายนอก เช่น กิริยาท่าทาง ภาษาและการแสดงออกต่อบุคคลอื่นกับลักษณะของตัวตนภายใน ได้แก่ ความรู้สึกนึกคิด นิสัยใจคอ คตินิยม ความเชื่อและสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจ อัตลักษณ์นั้นเป็นเพียงคำที่ต้องการสื่อถึงคำพูดบางประการเพื่อแสดงความเป็นตัวตนของบุคคลและเป็นตัวบ่งชี้ของลักษณะเฉพาะของตัวบุคล สังคม ชุมชน เช่น เชื่อชาติ ภาษา วัฒนธรรมท้องถิ่นและศาสนา ฯลฯ ซึ่งมีคุณลักษณะที่ไม่ทั่วไปหรือสากลกับสังคมอื่น ๆ กล่าวคือ ลักษณะที่ไม่เหมือนกับของคนอื่น ๆ อัตลักษณ์จึงเป็นสิ่งที่มีผลกระทบต่อสิ่งที่อยู่รอบ ๆ ตัวเราสามารถนำไปสู่การพัฒนาสิ่งที่อยู่รอบ ๆ ตัวได้โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การสร้างอัตลักษณ์ร่วมกันโดยการกำหนดแนวทางด้านใดด้านหนึ่งให้ชัดเจนเพื่อให้บุคคลหรือกลุ่มได้มีเจตคติร่วมกัน สามารถทำให้นำไปสู่การพัฒนาได้

มนุษย์ได้สร้างวัฒนธรรมขึ้นมาเพื่อตอบสนองความต้องการด้านต่าง ๆ เพื่อให้การดำเนินชีวิตในสังคมเป็นไปอย่างเหมาะสมและสอดคล้องกับบรรทัดฐานทางสังคม ทำให้เกิดการหล่อหลอมให้สมาชิกในสังคมมีทัศนคติความเชื่อ ความสนใจ ความคิดสร้างสรรค์ไปในทางเดียวกัน ก่อให้เกิดความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน คือ การนิยามตัวตนหรือบอกว่าตนเป็นใครตรงกับศัพท์ทางวิชาการด้านมานุษยวิทยาที่ว่า “อัตลักษณ์”

“อัตลักษณ์” มาจากภาษาบาลีว่า อตฺต รวมกับคำว่า ลักษณ โดยที่ “อัตตะ” มีความหมายว่า ตัวตน ของตน ส่วน“ลักษณะ” หมายถึง สมบัติเฉพาะตัว อัตลักษณ์เป็นเรื่องของการให้คำนิยามและตีความหมายเชิงคุณค่า ซึ่งคุณค่าเหล่านั้นไม่จำเป็นต้องได้รับความเป็นสากล แต่เป็นความหลากหลายทางวัฒนธรรมหรือการสร้างตัวตนจากวัฒนธรรมย่อยก็ได้ ทำให้เกิดการยอมรับซึ่งพหุลักษณ์ทางสังคมซึ่งไม่เหมือนกับเอกลักษณ์ในคำนิยามสมัยแรกที่จะต้องสร้างเพื่อความเป็นปึกแผ่นของสังคมเท่านั้น แต่อัตลักษณ์เป็นเรื่องของการยอมรับในการมีอยู่ของปัจเจกอย่างจริงจังในสมัยก่อนนั้น เมื่อพูดถึงคนไทยในสายตาของชาวต่างประเทศ ก็คือการยิ้มแย้มจนได้รับสมญาว่าเป็น “Land of Smiles” หรือ “ดินแดนแห่งรอยยิ้ม ” ถัดมาก็คือ การเป็นมิตรกับชาวต่างชาติและความเอื้ออารี โดยปกติคนไทยมักจะเป็นคนที่สุภาพเรียบร้อย รักสนุก ชอบความสะดวกสบาย และเก็บความรู้สึก นอกจากรอยยิ้มแล้ว คนไทยไม่ค่อยแสดงอะไรออกมาทางสีหน้าหรืออากัปกิริยา ไม่ว่าชอบหรือไม่ชอบ จะเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย ดังนั้น จึงออกจะเป็นการยากที่จะคาดเดาความหมายจากรอยยิ้มของคนไทย[1]

ส่วนความหมายและขอบข่ายวัฒนธรรม คำว่า “วัฒนธรรม” หมายความว่า “ลักษณะที่แสดงถึงความเจริญงอกงาม ความเป็นระเบียบเรียบร้อย ความกลมเกลียวก้าวหน้าของชาติ และศีลธรรมอันดีงามของประชาชน” เป็นคำที่เกิดขึ้นในภาษาไทยในสมัยที่รัฐบาลของจอมพล ป.พิบูลสงคราม เป็นนายกรัฐมนตรี คำเดิมเป็นภาษาอังกฤษ คือ “Culture” วัฒนธรรมเป็นส่วนประกอบที่สลับซับซ้อนทั้งหมดของลักษณะอันชัดเจนของจิตวิญญาณวัตถุ สติปัญญา และอารมณ์ ซึ่งประกอบกันขึ้นเป็นสังคมหรือหมู่คณะ วัฒนธรรมมิได้หมายถึงเฉพาะเพียงศิลปะและวรรณกรรมเท่านั้น แต่หมายถึงฐานนิยมต่างๆ ของชีวิต สิทธิพื้นฐานต่างๆ ของมนุษย์ ระบบค่านิยมขนบธรรมเนียมประเพณีและความเชื่อ วัฒนธรรมจึงแสดงให้เห็นได้ในลักษณะต่างๆ เช่น ความดี ความงาม และความเจริญในชีวิตมนุษย์ ซึ่งปรากฏในรูปธรรมต่างๆ และได้ตกทอดมาถึงเราในปัจจุบัน เป็นแบบอย่างหรือการดำรงชีวิตของกลุ่ม ซึ่งสมาชิกเรียนรู้ถ่ายทอดกันไปด้วยการอบรมสั่งสอนทั้งทางตรงและทางอ้อม หรือหมายความง่ายๆ ว่า แบบแผนชีวิตความเป็นอยู่ของชนกลุ่มหนึ่งในขณะใดขณะหนึ่ง

---

[1]ประสิทธิ์ ลีปรีชา, **การสร้างและการสืบทอดอัตลักษณ์ของกลุ่มชาติพันธุ์ม้ง**, (กรุงเทพมหานคร: ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร, 2547), หน้า 32.

เป็นวิถีชีวิตการปฏิบัติและสิ่งของที่เป็นผลมาจากการสะสมถ่ายทอดจากกลุ่มบุคคลกลุ่มหนึ่งไปสู่รุ่นถัดๆ ไป เพื่อแสดงความเป็นเอกลักษณ์หรือเครื่องบ่งชี้ความเป็นกลุ่มชนของกลุ่มบุคคลนั้น ๆ เป็นวิถีการดำเนินชีวิตของสังคม เป็นแบบแผนการประพฤติปฏิบัติและการแสดงออกซึ่งความรู้สึกนึกคิดในสถานการณ์ต่างๆ ที่สมาชิกในสังคมเดียวกันสามารถแก้ไขและซาบซึ้งร่วมกัน

วัฒนธรรมไทยเป็นวิถีชีวิตที่คนไทยได้เลือกสรรปรับปรุงแก้ไขจนถือว่าเป็นสิ่งที่ดีงามเหมาะสมกับสภาพแวดล้อมและได้ใช้เป็นเครื่องมือหรือเป็นแนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหาในสังคม ซึ่งสังคมจะต้องปรับและรักษาไว้ให้เจริญงอกงาม เกิดขึ้นจากการประพฤติปฏิบัติร่วมกันเป็นแนวเดียวกันอย่างต่อเนื่องของสมาชิกในสังคม สืบทอดเป็นมรดกทางสังคมต่อจากอดีตหรืออาจเป็นสิ่งประดิษฐ์คิดค้นสร้างสรรค์ขึ้นใหม่ หรืออาจรับเอาสิ่งที่เผยแพร่มาจากสังคมอื่นๆ ทั้งหมดนี้หากสมาชิกยอมรับและยึดถือเป็นแบบแผนประพฤติปฏิบัติร่วมกัน ก็ย่อมถือว่าเป็นวัฒนธรรมของสังคมนั้น

พระพุทธศาสนาเองก็เป็นอีกวัฒนธรรมหนึ่งที่เข้ามามีบทบาทต่อสังคมไทยมาช้านาน นับตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันจึงสามารถพูดได้เต็มปากเต็มคำว่า พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาประจำชาติของคนไทย เป็นหลักยึดเหนี่ยวทางจิตใจของคนไทย ร่วมไปถึงเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาคนและสังคมในอดีต โดยพระพุทธศาสนาได้ฝังลึกแผ่ขยายลงไปแทบทุกด้านของสังคม ไม่ว่าจะเป็นด้านเศรษฐกิจ การเมือง และวัฒนธรรมไทยทุกด้านที่มีรากฐานสำคัญอยู่ในพระพุทธศาสนา มีแบบแผนและครรลองตามหลักการของพระพุทธศาสนา ได้รับการยึดถือเป็นแนวปฏิบัติมาตรฐาน สำหรับความประพฤติ การปฏิบัติหน้าที่ และการดำเนินชีวิตของคนในสังคมไทยทุกระดับ กิจกรรมส่วนใหญ่มีส่วนประกอบด้านพระพุทธศาสนาเข้ามาร่วมเป็นพิธีการ เพื่อเน้นย้ำความสำคัญและเสริมคุณค่าทางจิตใจ ร่วมไปถึงกิจกรรมส่วนตัวของบุคคลในชีวิตประจำวัน โดยพระพุทธศาสนาเข้าสอดแทรกเป็นส่วนนำสำหรับการเตือนสติ กระตุ้นให้จิตเกิดกุศล เพื่อความเป็นสิริมงคล ตลอดจนเหตุการณ์ทั้งหลายในช่วงเวลาและวัยต่างๆ ของชีวิตเช่นการเกิด การแต่งงาน และการตาย ด้วยกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา ซึ่งจะกล่าวได้ว่าชีวิตของคนไทยผูกพันอิงอาศัยกันกับพระพุทธศาสนามาโดยตลอดตั้งแต่เกิดจนถึงตาย ซึ่งฝังลึกในจิตใจและวิถีชีวิตของชาวไทย กลายเป็นเครื่องหล่อหลอมกลั่นกรองนิสัยใจคอพื้นฐานทางจิตใจของคนไทยให้มีลักษณะเฉพาะตน ที่เรียกว่าเป็นเอกลักษณ์ของสังคมไทยนั่นเอง ดังนั้น พระพุทธศาสนาจึงเป็นรากฐานของวัฒนธรรมไทยและผู้สูงอายุก็มีบทบาทในการดูแลประคับประครองพระพุทธศาสนาให้มีความมั่นคงและยั่งยืนยิ่งขึ้น

อายุไม่ใช้แค่เพียงตัวเลขเท่านั้น แต่มีความชราภาพ มีภาวะที่ต้องพึ่งพิงทั้งทางกายภาพ ทางเศรษฐกิจ และทางสังคมอย่างมีระดับความจำเป็นมากขึ้นเรื่อย ๆ ในแต่ละปี ถือเป็นความโชคดีส่วนหนึ่งที่สังคม วัฒนธรรม ประเพณีไทยและของชาวตะวันออก ถูกปลูกฝังให้เด็กรู้จักเคารพผู้อาวุโส ให้เกียรติ เชื่อฟัง ลูกหลานยังสำนึกผูกพันและต้องดูแลทดแทนพระคุณพ่อแม่ ปู่ย่า ตายาย ที่เป็นผู้

อาวุโสและผู้สูงอายุของตน[2] ครอบครัวไทยยังเป็นครอบครัวขยายมีคนหลายวัยภายในชายคาเดียวกัน แม้จะเริ่มเป็นสังคมเมือง มีครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น หลักอาวุโส มิใช่เป็นบรรทัดฐานเฉพาะแค่ พ่อ แม่ พี่ น้อง และคนในครอบครัวของเราเท่านั้น แต่ยังใช้กันทั้งสังคม ซึ่งแตกต่างจากคนฝั่งตะวันตกที่จะใช้เรียก พี่ ป้า น้า อา เฉพาะคนที่สืบสายโลหิตเท่านั้น[3] สะท้อนให้เห็นได้จากจากคำพังเพยโบราณ เช่น “เดินตามผู้ใหญ่หมาไม่กัด”[4] เป็นต้น รวมทั้งวัฒนธรรมการแสดงความอ่อนน้อมต่อผู้อาวุโสกว่า โดยการยกมือไหว้และประเพณีแสดงความเคารพนับถือ เช่น การรดน้ำผู้สูงอายุในวันสงกรานต์ ร่วมทั้งประเพณีไหว้บรรพบุรุษของพี่น้องคนไทยโดยเฉพาะภาคอีสานจะให้ความเคารพกับบรรพษุรุษอย่างมาก[5] และกริยาอาการยิ้มแย้มแจ่มใส่ ช่วยเหลือกันในยามทุกยาก ในเวลาไม่ปกติ แม้แต่การช่วยเหลือกันในยามปกติ เช่น ประเพณีงานบุญ งานบวช งานแต่งงาน งานวัด[6] เป็นต้น เป็นวัฒนธรรมการแบ่งเบาแรงงานและงบประมาณ เรื่องเหล่านี้ล้วนสะท้อนถึงความเป็นเอกลักษณ์ที่โดเด่นจนกลายเป็นอัตลักษณ์ที่คนไทยยอมรับ ที่ผู้วิจัยชี้แจงมาทั้งหมดนี้เพื่อจะสื่อถึงทุนทางสังคมว่าเรามีต้นทุนทางสังคมที่เป็นเอกลักษณ์จนกลายเป็นอัตลักษณ์ เป็นบรรทัดฐาน ซึ่งกระบวนทัศน์เหล่านี้ยังดำรงอยู่ และได้แบ่งเบาภาระในภาครัฐอย่างมากในการดูแลผู้สูงอายุ

เป็นที่ทราบกันดีว่าเรากำลังเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ภาครัฐต้องมีการเตรียมความพร้อมรับมือกับด้านต่างๆ เพื่อรองรับจำนวนผู้สูงอายุที่มากขึ้น องค์การสหประชาชาติ ได้ให้คำนิยามว่า ผู้สูงอายุหมายถึงประชากรทั้งเพศชายและหญิงที่มีอายุมากกว่า 60 ปีขึ้นไป และได้แบ่งระดับการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเป็น 3 ระดับ ได้แก่

1. ระดับการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ หมายถึง สังคมหรือประเทศที่มีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 10 ของประชากรทั้งประเทศหรือมีประชากรอายุตั้งแต่ 65 ปีมากกว่าร้อยละ 7 ของประชากรทั้งประเทศ แสดงว่าประเทศนั้นกำลังเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ

2. ระดับสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ หมายถึง สังคมหรือประเทศที่มีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป มากกว่าร้อยละ 20 ของประชากรทั้งประเทศหรือมีประชากรอายุตั้งแต่ 65 ปี มากกว่าร้อยละ 14 ของประชากรทั้งประเทศ แสดงว่าประเทศนั้นเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์

3. ระดับสังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มที่ หมายถึง สังคมหรือประเทศที่มีประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไปมากกว่า ร้อยละ 20 ของประชากรทั้งประเทศ

---

[2]สัมภาษณ์ นายเสาร์ ใยเม้า, อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.

[3]สัมภาษณ์ นายประสาธน์ ศรีจักร, อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 29 มีนาคม 2561.

[4]สัมภาษณ์ นางสาวเทียบ จินาวัลย์, อำเภอบึงบูรพ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 9 ตุลาคม 2561.

[5]สัมภาษณ์ นายราษี จินาวัลย์, อำเภอบึงบูรพ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 16 ตุลาคม 2561.

[6]สัมภาษณ์ นายบุญมี ทานกวีวงศ์, อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ, 16 ตุลาคม 2561.

แสดงให้เห็นว่า ประเทศนั้นกำลังเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มที่ และคาดการณ์ว่า ในช่วงปี 2001-2100 เป็นศตวรรษแห่งผู้สูงอายุ โลกกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ซึ่งแต่ละประเทศจะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุแตกต่างกันไปตามสภาพแวดล้อมของแต่ละประเทศ เช่น ความเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจ การพัฒนาทางด้านการแพทย์ การโภชนาอาหาร สังคมไทยในอีก 15 ปีข้างหน้า เราจะมีประชากรที่อายุมากกว่า 65 ปี ถึง 20% ผู้อาวุโสกลุ่มนี้ถือเป็นวัยที่อยู่ในภาวะที่ต้องพึงพิงครอบครัวและสังคม สิ่งเหล่านี้บ่งบอกได้ว่า การดำรงรักษาวิถีไทย อัตลักษณ์ไทย จะช่วยแบ่งเบาภาครัฐในการดูแลและบริหารจัดการประชากรผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมถึงการรักษาและใช้ประโยชน์จากภูมิปัญญาและประสบการณ์ของท่านมาต่อยอดขยายผลเพื่อให้คุณค่าต่อผู้อาวุโสควบคู่กัน สำหรับประชาชนทั่วไป รัฐต้องเร่งใช้แนวคิดโดยการส่งเสริมให้คนหันมาใส่ใจสุขภาพของตนเองกันมากขึ้น โดยยึดถือพุทธโอวาท “อัตตาหิ อัตโนนาโถ” ตนนั้นแลเป็นที่พึ่งแห่งตน

จะเห็นได้ว่า วัฒนธรรม หมายถึง ความเจริญงอกงามซึ่งเป็นผลมาจากระบบความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ มนุษย์กับสังคม และมนุษย์กับธรรมชาติ จำแนกออกเป็น 3 ด้าน คือ จิตใจ สังคม และวัตถุ มีการสร้างสมและสืบทอดจากคนรุ่นหนึ่งไปสู่คนอีกรุ่นหนึ่ง จากสังคมหนึ่งไปสู่อีกสังคมหนึ่งจนกลายเป็นแบบแผนที่สามารถเรียนรู้และก่อให้เกิดผลิตกรรมและผลิตผลทั้งที่เป็นรูปธรรมและนามธรรมอันควรแก่การวิจัยเพื่ออนุรักษ์ ฟื้นฟู พัฒนา ถ่ายทอด ส่งเสริม เสริมสร้างเจตทัศนะ และแลกเปลี่ยนเพื่อสร้างดุลยภาพระหว่างมนุษย์ สังคม และธรรมชาติซึ่งจะช่วยให้มนุษย์สามารถดำรงชีพอย่างมีสันติภาพ สันติสุข และอิสรภาพอันเป็นพื้นฐานแห่งอารยธรรมของมนุษย์

วัฒนธรรมจำแนกออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. วัฒนธรรมที่เป็นวัตถุธรรม (Material Culture) เป็นวัฒนธรรมที่เกิดจากการประดิษฐ์คิดค้นของมนุษย์ที่สามารถนำมาใช้เพื่ออำนวยความสะดวกสบายต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน อันได้แก่ เครื่องมือ เครื่องใช้สอย อาคารก่อสร้าง ที่อยู่อาศัย เครื่องแต่งกาย เครื่องยนต์กลไก งานจิตรกรรม เครื่องมือสมองกล เป็นต้น

2. วัฒนธรรมที่ไม่เป็นวัตถุธรรม (Nonmaterial Culture) เป็นวัฒนธรรมที่ไม่มีรูปร่างเป็นตัวตนเป็นนามธรรมอันประกอบด้วย บรรทัดฐาน ค่านิยม และความเชื่อต่างๆ ที่ผสมผสานอยู่ในวิถีชีวิตของมนุษย์

จากความหมายและขอบข่ายดังกล่าววัฒนธรรมจึงมีขอบข่ายครอบคลุมความคิด ความเชื่อ วิถีปฏิบัติ ขนบธรรมเนียมประเพณี การปฏิบัติต่อกันของคน และผลงานที่มนุษย์สร้างขึ้นและสั่งสมทั้งที่เป็นศิลปหัตถกรรมและภูมิปัญญาชาวบ้าน ในการศึกษาครั้งนี้จะเน้นวัฒนธรรมที่เป็นศิลปะ หัตถกรรมพื้นบ้านที่เป็นภูมิปัญญาท้องถิ่นในแต่ละภูมิภาค

4.2 การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรม

ผู้สูงอายุเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ ความรู้ ความสามารถที่ได้มีการสั่งสมกันมามากมายตลอดชีวิต เมื่ออายุมากขึ้นสภาพร่างกาย จิตใจ ตลอดจนการดำรงอยู่ในสังคมของผู้สูงอายุ จะมีการเปลี่ยนแปลงไปจากวัยอื่น เนื่องจากมีความเสื่อมสภาพของการทำงานของระบบต่างๆ ทั่วร่างกาย โดยเฉพาะระบบประสาท ระบบหัวใจ ระบบต่างๆ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงนี้ มักจะเกิดขึ้นช้าๆ ในภาวะปกติ อวัยวะของระบบต่างๆ ยังทำหน้าที่ได้ปกติ แต่ในภาวะบีบคั้นไม่ว่าจะเกิดอารมณ์ทางร่างกายหรือทางสังคมจะทำให้ผู้สูงอายุไม่สามารถรักษาสภาวะสมดุลของร่างกายไว้ได้ ทำให้เกิดอันตรายถึงแก่ชีวิตได้ ผู้สูงอายุจึงจำเป็นต้องได้รับการดูแลเป็นพิเศษทั้งอาหารการกิน ความเป็นอยู่ การรักษาตัว การตรวจสุขภาพ สภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัย ตลอดจนการเอาใจใส่และไม่เป็นภาระของสังคม[7] ผู้สูงอายุไม่ต้องการเพียงแต่เป็นฝ่ายได้รับการดูแลจากบุตรหลานหรือสังคมเท่านั้น แต่พยายามที่จะช่วยตนเองให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องอาชีพ รายได้ ความเป็นอยู่ ผู้สูงอายุบางคนมีความสามารถที่จะช่วยเหลือตัวเองได้[8] ผู้สูงอายุหลายคนที่เกษียณอายุแล้วยังมีความรู้ มีประสบการณ์ความสามารถสูง และยังเป็นที่ต้องการ และสามารถทำประโยชน์ให้แก่สังคมได้ไม่มากก็น้อย [9]

การส่งเสริมพลังทางปัญญาของผู้สูงอายุและการเตรียมตัวสำหรับผู้สูงอายุ จึงเป็นเรื่องสำคัญยิ่งที่ภาครัฐควรต้องหาแนวทางการส่งเสริมพลังปัญญาเพื่อนำไปสู่การพัฒนาให้สังคมไทยในอนาคตเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ การจัดการด้านสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุอย่างเป็นทางการในประเทศไทยนั้นมีมาตั้งแต่ปี พ.ศ.2494 จากการตราพระราชบัญญัติบำเหน็จบำนาญ พ.ศ. 2494 เพื่อเป็นหลักประกันด้านรายได้ของข้าราชการเมื่อถึงวัยเกษียณ ซึ่งต่อมามีแนวคิดการจัดสวัสดิการของรัฐแก่ผู้สูงอายุโดยเฉพาะด้านสังคมสงเคราะห์ เกี่ยวกับการจัดที่พักอาศัย อาหาร เครื่องนุ่งห่ม และยารักษาโรค เพื่อเป็นปัจจัยเบื้องต้นในการดำรงชีวิต ซึ่งผู้สูงอายุเหล่านี้ครั้งหนึ่งเคยทำประโยชน์และเป็นปัจจัยทางเศรษฐกิจของชาติด้านกำลังแรงงาน บัดนี้เข้าสู่วัยสูงอายุหรือวัยชรา เกิดความเสื่อมถอย ทั้งด้านกำลังกาย และจิตใจ เมื่อเป็นเช่นนี้รัฐจะต้องให้ความช่วยเหลือ ส่งเสริม รักษา และฟื้นฟูดูแลความเป็นอยู่และจิตใจ รวมไปถึงการสนับสนุนให้สามารถดำรงคงอยู่แบบพึ่งพาตนเองต่อไปได้อย่างปกติสุข เพื่อแสดงถึงเกียรติภูมิของประเทศในการดูแล และหลักประกันด้านความเป็นอยู่ของประชาชน รวมไปถึงหลักปฏิญญาสากล ว่าด้วยสิทธิมนุษยชนที่บัญญัติว่า ทุกคนมีสิทธิที่

---

[7]พวงทอง ไกรพิบูลย์, **การแพทย์แบบต่างๆ**, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: http://portal.in.th/thastro.Org/pages/2582/ [8 สิงหาคม 2560].

[8]สัมภาษณ์ นายบุญธรรม เที่ยงธรรม, อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ, 16 ตุลาคม 2561.

[9]สัมภาษณ์ นายกัน สินศิริ, อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ, 16 ตุลาคม 2561.

จะมีความเป็นอยู่ในมาตรฐานที่ถูกต้องเหมาะสมในด้านสุขภาพ ความผาสุกของตนเองและครอบครัว และมีสิทธิที่จะได้รับหลักประกันในยามว่างงาน เจ็บป่วย ไร้ความสามารถ เป็นหม้าย ชราภาพ หรือขาดปัจจัยในการครองชีพอื่นๆ อันเนื่องมาจากสาเหตุอันพ้นวิสัยที่ตนเองจะควบคุมได้

จากการสัมภาษณ์และสนทนากลุ่มกับผู้สูงอายุ ผู้วิจัยพบว่า ผู้สูงอายุในชุมชนมีสภาพปัญหาที่ใกล้เคียงกันหลากหลายประเด็น กล่าวคือ

(1) ผู้สูงอายุมีการศึกษาน้อย

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ จบการศึกษาในระดับประถมศึกษา เนื่องจากในสมัยก่อนยังไม่ค่อยเห็นความสำคัญของการศึกษามากนัก ทั้งยังนิยมแต่งงานตั้งแต่อายุยังน้อย[10] สถานศึกษาใกล้หมู่บ้านก็มีน้อยมากหรือแทบจะไม่มีเลย อีกทั้งความเจริญก้าวหน้ายังไม่ค่อยมีเหมือนกับปัจจุบัน ส่วนมากคนในสมัยอดีตจะใช้วัดเป็นที่ศึกษาหาความรู้ และมีความรู้ความสามารถพออ่านออกเขียนได้ มีเพียงบางส่วนเท่านั้นที่ไม่สามารถอ่านออกเขียนได้[11]

(2) ผู้สูงอายุสุขภาพร่างกายไม่แข็งแรงมีโรคประจำตัว

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีอาชีพเกษตรกร เนื่องจากผู้สูงอายุคิดว่าตนเองมีความรู้น้อยไม่สามารถที่จะประกอบอาชีพอื่นได้ อีกทั้งยังเป็นอาชีพที่ทำกันมาตั้งแต่สมัยบรรพบุรุษ[12] ผู้สูงอายุยังบอกอีกว่าหนุ่มสาวสมัยนี้ไม่ค่อยชอบทำงานที่ต้องใช้แรงเยอะ ชอบสบายๆ บางครั้งยังอยู่เฉยๆ ให้พ่อแม่หาเลี้ยงเป็นห่วงว่าลูกหลานของตนจะเอาตัวไม่รอดหากไม่มีความขยัน[13] อาชีพทำนาจึงเป็นอาชีพที่ต้องมีความขยัน อดทน นอกเหนือจากอาชีพเกษตรแล้ว ผู้สูงอายุยังมีอาชีพรับจ้างทั่วไป รับจ้างทำสิ่งเล็กๆ น้อยๆ ที่พอหารายได้ประทังชีวิต[14] แต่ในทางกลับกันก็ยังมีส่วนน้อยที่ไม่สามารถประกอบอาชีพได้เลยเพราะมีปัญหาเรื่องสุขภาพการไปมาไม่สะดวก สุขภาพร่างกายไม่แข็งแรง มีโรคประจำตัว ซึ่งเป็นผู้สูงอายุที่มีอยู่มากในชุมชน[15]

(3) ผู้สูงอายุประสบปัญหาหนี้สิน

ผู้สูงอายุประสบปัญหาหนี้สิน เนื่องจากรายได้ของผู้สูงอายุนั้นอยู่ที่ประมาณเดือนละ 1,000-3,000 บาท ทั้งจากการประกอบอาชีพส่วนตัว หรือได้รับการช่วยเหลือจากลูกหลาน[16] รวมทั้งที่ได้จากเบี้ยยังชีพเดือนละ 500 บาท ผู้สูงอายุบางคนยังประสบปัญหาภาระหนี้สินทั้งที่เป็นของตนเอง

---

[10]สัมภาษณ์ นางดวงเดือน จินาวัลย์, อำเภอบึงบูรพ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 16 ตุลาคม 2561

[11]สัมภาษณ์ นายสังวาล ศรีดาชาติ, อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 21 พฤษภาคม 2561.

[12]สัมภาษณ์ นายจำนง ทองสุทธิ์, อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.

[13]สัมภาษณ์ นางสำลี ชนะบุญ, อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.

[14]สัมภาษณ์ นางทองแสง พรหมคุณ, อำเภอบึงบูรพ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 9 ตุลาคม 2561.

[15]สัมภาษณ์ นางสายสมร สินศิริ, อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ, 9 ตุลาคม 2561.

[16]สัมภาษณ์ นางคำง่าย ประกอบศรี, อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ, 9 ตุลาคม 2561.

และลูกหลานสร้างไว้ ส่วนใหญ่พบว่าผู้สูงอายุเป็นหนี้ตั้งแต่ 30,000 บาทขึ้นไป สาเหตุของการกู้หนี้ยืมสินมาจากการซื้อยารักษาโรค หากเป็นโรคที่ร้ายแรงต้องรักษาอย่างเร่งด่วน และที่สำคัญผู้สูงอายุประสบปัญหาเรื่องค่าใช้จ่ายในการทำไร่ ทำนา ทำสวน เป็นต้น[17] บางครอบครัวลูกหลานที่ประสบปัญหาไม่มีรายได้หรือถูกทอดทิ้งก็ยังต้องเป็นภาระพ่อแม่ที่จะต้องดูแลให้การช่วยเหลือต่อไป[18]

(4) ผู้สูงอายุถูกทอดทิ้งจากบุตรหลาน

จากการไปสัมภาษณ์พูดคุยด้านสถานภาพความเป็นอยู่ พบว่า ผู้สูงอายุในชุมชนจะอาศัยอยู่ด้วยกัน 2 คน ตา ยาย ถามถึงลูกหลานก็มักจะตอบว่าเขาไปทำงานในเมืองหรือกรุงเทพฯ บ้างนานๆ จะกลับมาเยี่ยมบ้านสักครั้ง[19] กลับมาก็อยู่ด้วยกันไม่เกิน 2-3 วัน ก็ต้องกลับไปทำงานต่อ ซึ่งความรู้สึกของผู้ให้สัมภาษณ์มีความกังวล เศร้า และรู้สึกว่าตัวเองถูกทอดทิ้ง นักวิจัยได้สอบถามถึงความรู้สึกของผู้สูงอายุแต่ละท่านว่า “ยายไม่คิดถึงลูกหลานที่ไปอยู่ไกลบ้านบ้างเหรอ” ยายตอบว่า “คิดถึง แต่เค้าไปทำงานเพื่อสร้างครอบครัวสร้างฐานะของเขาให้มีกิน”[20] เวลาที่เหงาๆ ก็จะชอบเดินไปคุยกับเพื่อนข้างบ้านซึ่งเป็นผู้สูงอายุด้วยกัน บางวันก็ยังไปทานข้าวด้วยกันให้ตนเองรู้สึกว่าไม่ได้อยู่คนเดียว[21]

(5) การใช้บริการด้านสุขภาพของผู้สูงอายุ

ในส่วนของเรื่องสุขภาพร่างกายของผู้สูงอายุ จากการสัมภาษณ์พบว่า ในภาพรวมของชุมชนผู้สูงอายุเป็นโรคความดันโลหิตสูงมากกว่าโรคอื่นๆ รองลงมาก็จะเป็นโรคเกี่ยวกับกระดูกกล้ามเนื้อ เบาหวาน และโรคตา[22] เมื่อผู้สูงอายุมีอาการเจ็บป่วยเล็กน้อย มักจะนิยมซื้อยามารับประทานเองจากร้านขายยา หรือบางคนก็ปล่อยไว้ให้หายไปเองโดยไม่ต้องไปรักษา เนื่องจากโรงพยาบาลอยู่ไกลจากตัวหมู่บ้านมาก ถ้าหากมีอาการเจ็บป่วยที่ร้ายแรงถึงจะไปรับการรักษาที่โรงพยาบาล ซึ่งเป็นสถานพยาบาลที่รักษาประจำ เสียค่าใช้จ่ายน้อยกว่าไปรับการรักษาในตัวเมืองซึ่งยิ่งไกลออกไปอีก[23] ผู้สูงอายุที่มีบัตรทองก็จะไม่ได้เสียค่าใช้จ่ายในการรักษา ส่วนผู้ที่ไม่มีบัตรทองก็จะเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาแต่ละครั้งโดยเริ่มที่ประมาณ 100-1,000 บาท ส่วนมากจะอยู่ในระดับนี้

นอกจากนี้ยังพบว่ามีบริการตรวจสุขภาพแค่ปีละ 1 ครั้ง ไม่มีการตรวจสุขภาพเป็นประจำอย่างเหมาะสมในชุมชน ยังไม่มีสวัสดิการด้านการดูแลสุขภาพ ผู้สูงอายุจึงต้องการให้มีการจัด

---

[17]สัมภาษณ์ นายสมร วันทะมาศ, อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.

[18]สัมภาษณ์ นางอ่อนจันทร์ ดวงตา, อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 12 มิถุนายน 2561.

[19]สัมภาษณ์ นางสำลี ชนะบุญ, อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.

[20]สัมภาษณ์ นายทอน เกษศิลา, อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 29 มีนาคม 2561.

[21]สัมภาษณ์ นางผ่องศรี ใยเม้า, อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.

[22]สัมภาษณ์ นางบุญเลี้ยง เสน่หา, อำเภอบึงบูรพ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 9 ตุลาคม 2561.

[23]สัมภาษณ์ นายทองแดง หนองหงอก, อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.

สวัสดิการด้านการดูสุขภาพมากขึ้น เพื่อบรรเทาอาการเจ็บป่วยเล็กน้อยโดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย และได้รับสิทธิประโยชน์อย่างต่อเนื่อง[24] ซึ่งผู้วิจัยมีความเห็นตรงกันในส่วนนี้ เรื่องการดูแลรักษาสุขภาพผู้สูงอายุมีวิธีการดูแลตัวเองด้านสุขอนามัย ส่วนใหญ่แล้วสำหรับผู้ที่ยังแข็งแรงสามารถช่วยเหลือตนเองได้ก็จะออกกำลังกายเบาๆ ชำระล้างร่างกายให้สะอาด สำหรับผู้ที่ไม่ออกกำลังกายหรือไม่มีการดูแลตนเองนั้น ก็เนื่องจากไม่สะดวกและไม่เห็นความสำคัญและประโยชน์ที่แท้จริง

สำหรับปัญหาและอุปสรรคในการใช้บริการด้านสุขภาพของผู้สูงอายุในแต่ละด้านมีดังนี้

1) ด้านการรักษาพยาบาล ได้แก่ สถานบริการให้บริการล่าช้า เสียเวลารอตรวจนาน ไม่เชื่อมั่นในคุณภาพบริการ คุณภาพของยารักษาโรค[25]

2) ด้านการส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ ผู้สูงอายุไม่มีเวลา และไม่สะดวกที่จะต้องเดินทางเข้าร่วมกิจกรรม สภาพร่างกายไม่เอื้ออำนวย ไม่มีชมรมหรือกิจกรรมใกล้บ้าน[26]

3) ด้านการป้องกันโรค ได้แก่ ผู้สูงอายุไม่เห็นความสำคัญของการตรวจสุขภาพเพื่อป้องกันโรค[27]

ในส่วนของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 ที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ ซึ่งระบุไว้ในยุทธศาสตร์การพัฒนาคนสู่สังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างยั่งยืน กล่าวว่า การพัฒนาผู้สูงอายุให้มีความมั่นคงทางเศรษฐกิจและสังคม มีคุณภาพ มีคุณค่า สามารถปรับตัวเท่าทันการเปลี่ยนแปลงนั้น เป็นพลังในการพัฒนาสังคม โดยมีนัยสำคัญเพื่อการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุ ดังนี้

1) ส่งเสริมการสร้างรายได้และการมีงานทำในผู้สูงอายุ โดยกำหนดลักษณะประเภทงานและอัตราค่าจ้างที่เหมาะสม ควบคู่กับการเพิ่มพูนความรู้ ทักษะทั้งด้านวิชาการและการใช้สื่อการเรียนรู้สมัยใหม่ให้แก่ผู้สูงอายุ เพื่อการประกอบอาชีพและการพัฒนาตัวเองอย่างต่อเนื่อง

2) ส่งเสริมและสนับสนุนให้มีการนำความรู้และประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่เป็นคลังสมองของชาติทั้งภาครัฐและเอกชน ปราชญ์ชาวบ้าน ผู้มีความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นมาใช้ประโยชน์ในการพัฒนาชุมชน ท้องถิ่น และประเทศ

3) ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถพึ่งตนเอง โดยการปรับปรุงสภาพแวดล้อมและความจำเป็นทางกายภาพให้เหมาะกับวัย และการพัฒนาระบบการดูแลผู้สูงอายุในรูปแบบที่หลากหลายทั้งในด้าน

---

[24]สัมภาษณ์ นางวาสนา กอไพบูลย์, อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ, 16 ตุลาคม 2561.

[25]สัมภาษณ์ นายทองแดง หนองหงอก, อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.

[26]สัมภาษณ์ นางนารี วรจักร์, อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.

[27]สัมภาษณ์ นายอนนท์ ประกอบศรี, อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.

การจัดบริการสุขภาพและสวัสดิการสังคมอย่างบูรณาการ โดยการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนอย่างต่อเนื่อง[28]

จะเห็นได้ว่า กระบวนการเสริมสร้างสุขภาพองค์ของผู้สูงอายุ หากมองในแง่พระพุทธศาสนา เป็นการเสริมสร้างสุขภาพทางกาย และสุขภาพทางจิต เพื่อให้มีสุขภาพที่แข็งแรงและมีจิตใจที่ผ่องใส บริสุทธิ์ โดยมีแนวทางในการปฏิบัติ คือ การสวดมนต์ การปฏิบัติธรรม และการสนทนาธรรม นอกจากนั้นแล้ว ยังแบ่งรูปแบบและกระบวนการสร้างสุขภาพองค์รวม กล่าวคือ

(1) รูปแบบด้านกายภาพ โดยวิธีการบริโภคอาหาร การใช้ยาสมุนไพร การออกกำลังกายและการบริหารร่างกาย

(2) รูปแบบสังคมหรือสิ่งแวดล้อม เช่น การเยี่ยมไข้ให้กำลังใจ การพยาบาลภิกษุไข้ รูปแบบด้านจิตใจ เน้นการทำจิตให้ผ่องใส บริสุทธิ์

(3) รูปแบบด้านปัญญา โดยใช้หลักธรรมในทางพระพุทธศาสนา เช่น หลักโพชฌงค์ หลักสัญญา หลักสติปัฏฐาน หลักขันธ์ 5 หลักไตรลักษณ์ และหลักพรหมวิหาร เป็นต้น

โดยผ่านกระบวนการของอริยสัจ 4 คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค เพื่อให้ได้บรรลุผล คือ ความมีสุขภาพกายที่ดี และมีสุขภาพใจที่ร่าเริง ผ่องใส ผ่องแผ้ว บริสุทธิ์ และมีปัญญาในการดำเนินชีวิตในระดับโลกิยะ มีปัญญาในการรู้แจ้งแทงตลอดจนได้บรรลุมรรคผลนิพพานซึ่งเป็นหลักหรือเป้าหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา

4.3 กระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ

กระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ ได้กำหนดการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุไว้ จากการศึกษาข้อมูลในด้านต่างๆ ของผู้สูงอายุและกระบวนการในการเก็บข้อมูล ทำให้ผู้วิจัยได้ทราบถึงปัญหาและความทุกข์ของผู้สูงอายุในด้านของสุขภาพรางกาย การเจ็บปวยที่เกิดขึ้นบอยครั้ง ไมได้รับการดูแลเอาใจใสจากลูกหลานเทาที่ควร สวนใหญไมมีรายได จากการประกอบอาชีพ อีกทั้งยังประสบกับภาระหนี้สิน ทำให้ผู้วิจัยรวมกันกำหนดกระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุขึ้น จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุผู้วิจัยได้ศึกษาวเคาระห์ออกมาเป็นประเด็นจากการสัมภาษณ์ ดังนี้

1. การสร้างและพัฒนาผู้ดูแลผู้สูงอายุ เพื่อการจัดบริการแก่ผู้สูงอายุที่ต้องการความช่วยเหลือและมีภาวะพึ่งพิงผ่านความร่วมมือกับหน่วยงานสาธารณสุขในเชิงนโยบาย[29]

---

[28]แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่สิบเอ็ด พ.ศ. 2555 – 2559 สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี.

[29]สัมภาษณ์ นางวาสนา กอไพบูลย์, อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ, 16 ตุลาคม 2561.

2. สร้างมาตรฐานรูปแบบการจัดบริการของท้องถิ่นเพื่อรองรับการให้บริการแก่ผู้สูงอายุ คนพิการ ที่สามารถเข้าถึงบริการได้โดยสะดวก โดยไม่มีข้อจำกัดของร่างกายเป็นอุปสรรค พร้อมทั้งการส่งเสริมให้มีการจัดบริการเชิงรุกเพื่อให้ประชาชนได้รับบริการอย่างทั่วถึง เท่าเทียม เป็นธรรม[30]

3. สร้างกลไกความร่วมมือกับหน่วยงานด้านสาธารณสุขในการยุติภาวะทุพโภชนาการทุกรูปแบบ และแก้ไขปัญหาความต้องการสารอาหารของผู้สูงอายุ (โครงการพัฒนาการบริการของท้องถิ่นเพื่อผู้สูงอายุ และคนพิการ โครงการสร้างและพัฒนาผู้ดูแลผู้สูงอายุ เพื่อการจัดบริการแก่ผู้สูงอายุ[31]

จากการศึกษาข้อมูลในด้านต่างๆ ของผู้สูงอายุ และกระบวนการในการเก็บข้อมูลของกลุ่มผู้สูงอายุในแต่ละอำเภอ ในจังหวัดศรีสะเกษ ทำให้ทีมวิจัยได้ทราบถึงปัญหาและความทุกข์ของผู้สูงอายุในด้านของสุขภาพร่างกาย การเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นบ่อยครั้ง ไม่ได้รับการดูแลเอาใจใส่จากลูกหลานเท่าที่ควร ส่วนใหญ่ไม่มีรายได้จากการประกอบอาชีพ อีกทั้งยังประสบกับภาระหนี้สิน ทำให้ทีมวิจัยร่วมกันกำหนดกระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุขึ้น ดังนี้

1) การอบรมให้ความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพอนามัยของตนเองในเบื้องต้น โดยการเชิญวิทยากรที่เป็นเจ้าหน้าที่จากโรงพยาบาลที่มีความรู้โดยตรงมาให้ข้อมูลในประเด็นเรื่อง โรคภัยต่างๆ ที่พบบ่อยที่สุดในกลุ่มผู้สูงอายุ สาเหตุของการเกิดโรค วิธีการป้องกันการดูแลรักษาสุขภาพอนามัยของตนเอง การป้องกันดูแลโรคติดต่อทางเพศ ผลจากการฝึกอบรม พบว่า ผู้สูงอายุให้ความสนใจมากและได้ซักถามในเรื่องของสาเหตุของการเกิดโรคต่างๆ เช่น มีอาการแบบนี้น่าจะเป็นโรคอะไร เป็นต้น[32]

2) การส่งเสริมปราชญ์ชาวบ้านในชุมชนให้มีส่วนร่วมในการถ่ายทอดความรู้ในด้านอาชีพ เช่น การจักสานจากวัสดุที่มีในท้องถิ่น การทอผ้า หรือด้านของหมอโบราณจากผู้ชำนาญ โดยเฉพาะในหมู่บ้าน เพื่อให้คนในชุมชนได้สานต่อ[33] ซึ่งผลที่เกิดขึ้นพบว่า ผู้สูงอายุตั้งใจถ่ายทอดด้วยความเต็มใจ และเกิดความภาคภูมิใจในตนเองมากขึ้น รู้สึกว่าตนเองได้สร้างประโยชน์ให้กับหมู่บ้านของตนอีก ทั้งทำให้ผู้สูงอายุได้พูดคุยสนทนากันอย่างสนุกสนาน เห็นรอยยิ้มที่มีความสุข[34]

3) การจัดสวัสดิการยาสามัญประจำบ้านที่ใช้ในการรักษาเบื้องต้นกับผู้สูงอายุ โดยมีทีมวิจัยหลัก อาสาสมัครชุมชน เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลแต่ละอำเภอร่วมกันจัดหายาสามัญประจำบ้านให้ได้ยาตามที่ผู้สูงอายุต้องการ โดยที่ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย ซึ่งได้มีอาสาสมัครชุมชนคอยให้บริการและ

---

[30]สัมภาษณ์ นายทองแดง หนองหงอก, อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.

[31]สัมภาษณ์ นายอนนท์ ประกอบศรี, อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.

[32]สัมภาษณ์ นายจำนง ทองสุทธิ์, อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.

[33]สัมภาษณ์ นางสำลี ชนะบุญ, อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.

[34]สัมภาษณ์ นางอ่อนจันทร์ ดวงตา, อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 12 มิถุนายน 2561.

คำแนะนำการใช้ยาให้ถูกวิธี ณ จุดบริการ ที่บ้านของอาสาสมัครสาธารณสุขหมู่บ้าน (อสม.) สามารถเข้ารับบริการตลอด 24 ชั่วโมง หรือเมื่อมีอาการเจ็บป่วย เป็นการส่งเสริมด้านสุขภาพอนามัยอีกทางหนึ่ง[35]

4) ส่งเสริมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุที่ปกติมีอยู่แล้วแต่เป็นการออกกำลังกายแค่สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ให้เพิ่มขึ้นเป็นสัปดาห์ละ 3 ครั้ง โดยมีผู้นำออกกำลังกาย 1 คน ในช่วงแรกไม่คอยได้รับความสนใจจากผู้สูงอายุเท่าไหร่นัก มีจำนวนผู้มาออกกำลังเพียงไม่กี่คน สอบถามแล้วเนื่องจากไม่เห็นความสำคัญ เขินอายในการทำท่าทางการออกกำลังกายที่ต้องทำตามผู้นำ ไม่สามารถมาออกกำลังกายได้เพราะไม่สะดวกในเรื่องของเวลา และการไปมา แต่ช่วงหลังทีมวิจัยได้ชักจูงให้ผู้สูงอายุเห็นความสำคัญและให้ผู้นำคิดท่าที่ทำตามได้ง่ายขึ้นเหมาะสมกับผู้ที่มีอายุมากๆ จึงมีผู้ไปออกกำลังกายเพิ่มขึ้น

5) ส่งเสริมให้คนในชุมชนเห็นความสำคัญ และหันมาดูแลผู้สูงอายุมากขึ้นจากเดิม ไม่ว่าจะเป็นการดูแลด้านร่างกาย หรือสภาพจิตใจให้เหมือนกับในอดีตที่ลูกหลานจะเชื่อฟังคำสั่งสอน ให้การเคารพผู้สูงอายุคิดว่าท่านเป็นผู้ที่มีประสบการณ์มาก่อน รู้เห็นสิ่งต่างๆ มามากกว่า ให้ทุกคนหันมาใส่ใจพูดคุย ซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญมากกับสภาพจิตใจสำหรับผู้สูงอายุ[36]

กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ ประกอบด้วยการบริหารจัดการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุในรูปของคณะกรรมการที่มีอยู่ทุกภาคส่วน การกำหนดกระบวนการบริหารจัดการไว้อย่างชัดเจน ตั้งแต่การวางแผน การจัดองค์การ การอำนวยการ การประสานงานทั้งภายในและภายนอก และการจัดสรรงบประมาณที่เพียงพอและเหมาะสม เป็นต้น การกำหนดยุทธศาสตร์การเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ เช่น วงจรคุณภาพ ประกอบด้วย การวางแผน การปฏิบัติตามแผน การตรวจสอบประเมินผล และการนำไปปรับปรุงและพัฒนา

ผลจากกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ มุ่งเน้นผลสัมฤทธิ์การเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุใน 4 มิติ คือ

(1) สุขภาวะทางกายที่แข็งแรง ลดโรคภัยไข้เจ็บ หรือความเจ็บป่วย การรู้จักดูแลสุขภาวะของตนเอง เป็นต้น

(2) การมีสุขภาวะทางสังคมที่ให้ความช่วยเหลือเกื้อกุลกัน การอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข การรู้จักการทำงานเป็นกลุ่ม การมีภาวะผู้นำ เป็นต้น

(3) การมีสุขภาวะทางจิตใจที่สงบสุข ไม่เหงา ไม่เครียด เป็นต้น

---

[35]สัมภาษณ์ นายบุญธรรม เที่ยงธรรม, อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ, 16 ตุลาคม 2561.

[36]สัมภาษณ์ นายอนนท์ ประกอบศรี, อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.

(4) การมีสุขภาวะทางปัญญา เรียนรู้ เข้าใจหลักการแนวคิดในการดำเนินชีวิต และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน เป็นต้น

ผลลัพธ์จากการบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุ ส่งผลให้ผู้สูงอายุสามารถดำเนินวิถีชีวิตได้อย่างรู้เท่าทันการเปลี่ยนไปของร่างกายและจิตใจ การอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างปกติสุข มีจิตที่มีสมรรถภาพ มีสุขภาพจิตที่ดี และมีปัญญารู้เท่าทันของการดำเนินชีวิต นอกจากนั้นการเสริมสร้างสุขภาวะ สามารถดำเนินการเสริมสร้างได้หลากหลายมิติ คือ

1. ในการดำเนินการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ ในด้านการมีส่วนร่วม องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นควรมุ่งเน้นกระบวนการของทีม เน้นการประสานแบบไม่เป็นทางการ ใช้สื่อทาง Line, Facebook

2. เน้นมิติการมีส่วนร่วม 5 ระดับ คือ (1) ให้ข้อมูลข่าวสาร (2) รับฟังความคิดเห็น (3) สร้างการมีส่วนร่วม (4) สร้างความร่วมมือ และ (5) เสริมอำนาจให้ประชาชน

3. กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ มุ่งเน้นการจัดกิจกรรมพัฒนาสุขภาพผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 4 ประเด็น คือ

(1) หมู่บ้านจัดการสุขภาพ เกณฑ์หมู่บ้านจัดการสุขภาพ

(2) กลไก การเฝ้าระวังสุขภาพผู้สูงอายุ

(3) นวัตกรรมสุขภาพผู้สูงอายุ/ศูนย์การเรียนรู้ผู้สูงอายุ และ

(4) ข้อตกลง/มาตรการทางสังคม

4. กระบวนการการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ 3 อ. คือ

(1) อาหาร รับประทานอาหารครบ 3 มื้อ ครบทั้ง 5 หมู่ ลดความหวาน มัน เค็ม เพิ่มผักและผลไม้ หลีกเลี่ยงอาหารที่ใช้น้ำมันซ้ำหลายๆ ครั้ง กินอาหารหลากหลายไม่ซ้ำจำเจ

(2) ออกกำลังกาย การออกกำลังกายทำให้แข็งแรง อายุยืน ลดการเกิดโรคเรื้อรัง

(3) อารมณ์ วิธีคลายเครียดที่ถนัด สนใจ ทำแล้วเพลิดเพลิน มีความสุข และดำเนินการตามหลัก 2 ส. คือ ไม่สูบบุหรี่ และ ลดการดื่มสุรา

5) กระบวนการการจัดกิจกรรมพัฒนาครอบครัวเป็นกลไกสำคัญในการเฝ้าระวังสุขภาพของผู้สูงอายุ อบรมให้ความรู้ผู้สูงอายุในการดูแลสุขภาพตนเอง อบรมครอบครัวให้เป็นผู้จัดการสุขภาพผู้สูงอายุ

6) กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ มุ่งเน้นให้ผู้สูงอายุ เข้าใจหลักการดำเนินชีวิตที่เป็นกฎธรรมชาติ ยอมรับว่าร่างกายของผู้สูงอายุมีการเสื่อม มีการเจ็บป่วยได้ มีการเปลี่ยนแปลงเป็นทุกข์ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เป็นต้น หลักธรรมสำหรับผู้สูงอายุ ได้แก่ หลักอายุสสธรรม หลักอิทธิบาท 4 และหลักอิฏฐารมณ์ เป็นต้น

7) กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ มุ่งเน้นการจัดการแบบธรรมชาติ บูรณาการวิถีชาวบ้าน เน้น “บวร” (บ้าน วัด โรงเรียน) ครอบครัวดูแลอบอุ่น อยู่ร่วมกันในสังคมสามัคคี กองทุนสัจจะ ไม่เบียดเบียนผู้อื่น อนุรักษ์ขนบธรรมเนียมประเพณี และภาษาพื้นเมือง

8) กระบวนการการจัดการสุขภาวะทางสังคม โดยใช้กระบวนการ 3 ก. คือ

(1) การบริหารจัดการสุขภาพเป็นทีมแบบมีส่วนร่วม

(2) การรวมกลุ่มผู้สูงอายุตามวิถีชาวบ้าน

(3) การระดมกองทุนต่างๆ ในชุมชน ควรมีการบูรณาการกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจ สังคม และสุขภาพ

9) กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุ โดยมุ่งเน้น หลักการ กิจกรรม และหลักพุทธธรรม

จะเห็นได้ว่า การบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุ ในส่วนของกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ เป็นการดำเนินงานที่มีกระบวนการ กล่าวคือ กระบวนการดำเนินงานตามโครงการตั้งแต่การแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงานจนถึงการรายงานผลการดำเนินงานโครงการ และการดำเนินงานโครงการอย่างมีส่วนร่วมของชุมชนในทุกภาคส่วนของอำเภอ โดยมีทรัพยากรในการบริหารจัดการแบบ 4 M ประกอบด้วย ทรัพยากรบุคคล (Man) งบประมาณ (Money) การบริหารจัดการแบบมีส่วนร่วม (Management) และวัสดุอุปกรณ์ (Material) และกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของอำเภอแต่ละอำเภอ มุ่งให้ผู้สูงอายุสามารถพึ่งพิงตนเอง และร่วมกันดำเนินกิจกรรมในรูปของชมรมผู้สูงอายุ การจัดกองทุนสวัสดิการให้และจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาวะผู้สูงอายุ และการสร้างองค์ความรู้โดยการจัดอบรมให้ความรู้และส่งเสริมสุขภาพในกลุ่มผู้สูงอายุ จากปัญหาและปัจจัยต่างๆ ที่ทีมวิจัยได้ศึกษา ชุมชนมีความจำเป็นที่จะต้องได้รับความรู้และการพัฒนา ทีมวิจัยจึงได้ร่วมกันกำหนดรูปแบบ กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุขึ้น ได้แก่

1. การอบรมให้ความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพอนามัยของตนเองในเบื้องต้นโดยการเชิญวิทยากร ที่เป็นเจ้าหน้าที่จากโรงพยาบาลที่มีความรู้โดยตรงมาให้ข้อมูล ในประเด็นเรื่องโรคภัยต่างๆ ที่พบบ่อยที่สุดในกลุ่มผู้สูงอายุ สาเหตุของการเกิดโรค วิธีการป้องกัน การดูแลรักษาสุขภาพอนามัยของตนเอง การป้องกันดูแลโรคติดต่อทางเพศ ซึ่งจะได้ทำให้ผู้สูงอายุในชุมชนสามารถดูแลตนเองได้ในเบื้องต้นก่อนไปรับการรักษา

2. การส่งเสริมปราชญ์ชาวบ้านในชุมชนให้มีส่วนร่วมในการถ่ายทอดความรู้ในด้านอาชีพหรือด้านของหมอโบราณจากผู้ชำนาญโดยเฉพาะในหมู่บ้าน ให้กับคนในชุมชนได้สืบสานสิ่งดีๆ ให้คงอยู่ต่อไป เป็นต้น

4.4 วิถีวัฒนธรรมชุมชนในการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ

จากการศึกษาวิจัย ผู้วิจัยได้ใช้หลักสุขภาวะใน 4 ด้านเป็นหลักในการเสริมสร้างสุขภาวะ โดยใช้วิถีปฏิบัติตามแนวพระพุทธศาสนา และวิถีวัฒนธรรมของชุมชนสี่เผ่า เป็นกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ โดยใช้การเลือกกลุ่มประชากรตัวอย่างเพื่อศึกษา ซึ่งในการศึกษาวิถีปฏิบัติตามแนวพระพุทธศาสนาและวิถีวัฒนธรรมชุมชนในการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ มีรายละเอียดที่ผู้วิจัยได้จากการสัมภาษณ์ ดังนี้

4.4.1 การส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุตามแนวพุทธศาสนา

1) สุขภาวะทางกาย จากการศึกษาวิจัย พบว่า การเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุตามแนววิถีวัฒนธรรมเชิงพุทธ มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นทางทางร่างกาย จิตใจ ปัญญา และสังคม 2) เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ได้เรียนรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น ศาสนพิธีกรรม และการดำเนินชีวิตตามแนวพระพุทธศาสนา 3) เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รวมกลุ่มทำกจิกรรมของชมรมผู้สูงอายุ เพื่อประโยชน์ตน ชุมชน สังคม 4) เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ในการฝึกอบรมในการประกอบอาชีพเสริมรายได้ 5) เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ตระหนักถึงความสำคัญของตนเองและถ่ายทอดภูมิปัญญาสู่อนุชนรุ่นหลังต่อไปได้ โดยผ่านการประกอบกิจกรรมหลายๆ กิจกรรม อาทิ กิจกรรมเพื่อส่งเสริมพัฒนาด้านอารมณ์ ร่างกาย และสังคมของผู้สูงอายุ ด้านสุขภาวะทางกาย คือ ได้ร่วมกันออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัยโดยได้รับการแนะนำจาก อสม. แพทย์ประจำตำบล มาแนะนำวิธีการออกกำลังกายแก่ผู้สูงอายุ ทำให้ร่างกายแข็งแรง สุขภาวะผู้สูงอายุทางด้านร่างกายดี ก็จะทำให้ความเจ็บป่วยลดลง สามารถช่วยเหลือตนเองได้ในบางกรณีตามวัย นอกจากนั้น ยังพบว่ามีกิจกรรมโครงการปลูกต้นไม้เฉลิมพระเกียรติ 89 พรรษา “ร่วมใจเพื่อในหลวง” วันเข้าพรรษา ซึ่งทำให้ผู้สูงอายุร่วมกันขุดหลุมปลูกตนไม้ เป็นการพัฒนาส่งเสริมสุขภาวะทางกายในทางตรง ส่วนในทางอ้อมกิจกรรมการปลูกป่าเป็นการสร้างบริเวณสถานที่ร่มรื่นสัปปายะ เหมาะในการปฏิบัติธรรม มีอากาศที่บริสุทธิ์ ขจัดมลพิษทางอากาศ เหมาะสมเอื้อประโยชน์ต่อการปฏิบัติธรรมหรือกิจกรรมทางศาสนาร่วมกัน โดยจะเน้นให้ผู้สูงอายุตระหนักในประโยชน์ของการทำบุญ และรณรงค์งดเหล้าเข้าพรรษา และการบรรยายธรรมเรื่องของโทษยาเสพติดและสุรา เป็นการให้ความรู้เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะของชุมชนเหล่านี้เป็นประโยชน์ทางตรง ส่วนในทางอ้อมนั้น สุขภาวะทางกาย คือ ทำให้ผู้ที่เข้าร่วมโครงการได้เป็นบุคคลสำคัญในการลดภาวะโลกร้อน ซึ่งส่งผลต่อสุขภาวะทางกาย ถ้าอากาศไม่ดี ก็ทำให้สุขภาวะทางกาย ไม่ดีไปด้วย

2) สุขภาวะทางจิต จากการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรม มีความสนุกสนานรื่นเริง มีอารมณ์แจ่มใส สามารถลดปัญหาความเครียด มีความผ่อนคลายทางอารมณ์ การรวมกลุ่มกันของผู้สูงอายุ มีขวัญและกำลังใจในการดำเนินชีวิตที่แจ่มใส มีความรู้สึกว่าตนเองไม่ได้เป็นภาระแก่สังคม มีความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความสุข ไม่ถูกทอดทิ้งจากชุมชนให้โดดเดี่ยวตามลำพัง

ที่สำคัยผู้สูงอายุมีสุขภาวะทางจิตใจ คือ มีความภาคภูมิใจ และเต็มใจที่จะทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม และมีอีกหลายๆ โครงการที่ผู้วิจัยได้ลงสัมภาษณ์ พบว่า การเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุทางด้านจิตใจ ทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขใจที่ได้ร่วมทำบุญ ฟังธรรม และปฏิบัติธรรม มีความมั่นคงทางจิตใจ มีที่พึงทางจิตใจ มีพระรัตนตรัยเป็นที่พึงยึดเหนี่ยวจิตใจให้มั่นคง เข้มแข็ง ใช้ชีวิตในดำเนินชีวิตอย่างปกติสุข มีจิตใจสุขสงบร่มเย็น

3) สุขภาวะทางปัญญา จากการวิจัยพบว่า กิจกรรมเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุนั้นทำให้ผู้วิจัยได้มีโอกาสเข้าไปแนะนำผู้สูงอายุในการดูแลสุขภาวะผู้สูงอายุที่ถูกต้องมีความรู้ สามารถนำไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตตนเองได้ โดยมีการให้ความรู้ปรับสภาพแวดล้อมความเป็นอยู่ที่เอื้อต่อสุขภาวะผู้สูงอายุ และยังได้มีการแนะนำการดำเนินชีวิต ประเภทของผู้สูงอายุในแต่ละประเภท เช่น ผู้สูงอายุติดเตียง ผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้ง ตลอดจนถึง ให้ข้อเสนอแนะและแนะนำสำหรับผู้ที่ดูแลผู้สูงอายุ สิ่งเหล่านี้เกิดจากกิจกรรมเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุมีความรู้สึกว่าไม่ถูกทอดทิ้ง

4) สุขภาวะทางสังคม จากการศึกษาวิจัยพบว่า กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ เป็นการเสริมสร้างสุขภาวะโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรม คือ ผู้สูงอายุได้พบปะพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ สืบความเก่าเล่าความหลัง ซึ่งบางเรื่องพบว่าเป็นเรื่องราวประวัติศาสตร์ชมชน หมู่บ้าน ที่ไม่ได้มีการบันทึก มีการบอกเล่าต่อๆ กันมา นอกจากนั้น ผู้สูงอายุยังมีความสัมพันธ์อันดีต่อกัน มีการช่วยเหลือเกื้อกูลยิบยื่นแบ่งปัน ก่อให้เกิดความสมัครสมานสามัคคีพร้อมเพียงกันเป็นหมู่คณะ วัฒนธรรมวิถีชุมชนของผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ มีความยึดมั่นในวิถีวัฒนธรรมที่สืบทอดกันมายาวนาน โดยแบ่งเป็นวัฒนธรรมการแต่งกาย วัฒนธรรมความเชื่อ วัฒนธรรมการดำรงชีวิต วัฒนธรรมทางด้านศาสนา ศิลปะวัฒนธรรม และวัฒนธรรมในการกิน โดยพบว่า วัฒนธรรมในการกินถือว่าเป็นวัฒนธรรมที่ส่งผลต่อการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษมาเป็นอันดับต้นๆ

กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ในปัจจุบันมีแนวโน้มผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว หากไม่มีการเตรียมความพร้อมรับมือ อาจส่งผลกระทบทั้งด้านสุขภาวะผู้สูงอายุ เศรษฐกิจ และสังคมได้ โดยเน้น 2 กลุ่มหลัก คือ

กลุ่มที่ 1 กลุ่มผู้สูงอายุสุขภาวะผู้สูงอายุดี โดยการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุและป้องกันโรคให้ผู้สูงอายุมีสุขภาวะผู้สูงอายุที่แข็งแรง และชะลอการเกิดโรคเรื้อรัง

กลุ่มที่ 2 คือ ผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยให้สามารถรักษาตนเอง และบรรเทาอาการเจ็บป่วยให้ดีขึ้นได้จากการพิการหรือทุพพลภาพ ทั้งนี้ การปฏิบัติตนที่ถูกต้องและเหมาะสมตามหลักการดูแลสุขภาวะผู้สูงอายุ ได้แก่

- งดการบริโภคอาหารพื้นบ้านที่เป็นอันตรายต่อสุขภาวะผู้สูงอายุ เช่น ลาบดิบ ปลาร้าดิบ เป็นต้น

- การบริโภคอาหารที่ปรุงเอง งดเว้นสารที่เป็นอันตราย เช่น ผงชูรส ไม่ทานอาหารพื้นบ้านที่มีรสจัด

- บริโภคอาหารแบบพื้นบ้าน เช่น พืชผักสวนครัว มีพืชผักต่าง ๆ กุ้ง ปลาในธรรมชาติ

- การหลักเลี่ยงอบายมุข เช่น บุหรี่ สุราต่างๆ โดยเฉพาะสุราที่ต้มตามภูมิปัญญาพื้นบ้าน

- การใช้ภูมิปัญญาและสมุนไพรพื้นบ้านในการบำรุงรักษาสุขภาวะผู้สูงอายุและการรักษาโรค

- การควบคุมน้ำหนัก เช่น ไม่รับประทานอาหารที่มีไขมัน น้ำตาลมาก งดการทานของหวาน แต่ทานผัก ผลไม้ที่มีอยู่ตามท้องถิ่น ที่ปลอดสารพิษ

- การส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยการบริโภคอาหารที่พอดีและเพียงพอต่อร่างกาย เช่น ผู้สูงอายุควรได้รับผักและผลไม้ทุกวัน เพื่อช่วยให้ร่างกายได้รับวิตามินและเกลือแร่ และควรต้มหรือนึ่งให้สุกก่อน ผลไม้ควรเป็นผลไม้ที่มีเนื้อนุ่ม เคี้ยวง่าย เช่น มะละกอสุข กล้วยสุข ส้ม เป็นต้น

- การพักผ่อนโดยการสวดมนต์ไหว้พระ การนั่งสมาธิ

- การออกกำลังกายเป็นประจำทุกวัน และไม่หักโหม เหมาะสมกับวัย เช่น เดินจงกรม โยคะ การเดินแกว่งแขน การเดินเร็ว เป็นต้น หรือการช่วยครอบครัวประกอบอาชีพ เช่น งานบ้าน งานที่ถนัด เป็นต้น

- การทำกิจกรรมที่สัมพันธ์กับสังคม เช่น การออกไปพบปะพูดคุยกับเพื่อนบ้าน การทำกิจกรรมสาธารณะประโยชน์ เช่น การตกแต่งประดับประดาเกี่ยวกับงานประเพณีต่างๆ ในท้องถิ่น เป็นต้น การเที่ยวกับคณะประเภทธรรมสัญจร โบราณคดีสัญจร เป็นต้น

- การส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยที่ผู้สูงอายุเป็นบุคคลที่เพียบพร้อมไปด้วยความรู้ และประสบการณ์ เป็นผู้ถึงพร้อมทั้งคุณวุฒิ และวัยวุฒิ เป็นทรัพยากรที่มีคุณค่า จึงถือว่าเป็นสมาชิกที่ดีของสังคม จึงมีบทบาทสำคัญในการอบรมสั่งสอน อบรมเลี้ยงดูกล่อมเกลาบุตรหลาน ให้เป็นพลเมืองดี โดยเฉพาะในเรื่องความประพฤติ ขนบธรรมเนียมประเพณีต่างๆ ผู้สูงอายุจะคอยให้ความช่วยเหลือให้กำลังใจ ให้คำปรึกษาได้ เช่น การจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมบทบาทผู้สูงอายุมีความเชื่อมั่น รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงของสังคมและเทคโนโลยี เป็นต้น

- การส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุให้เสียสละความสุขสบายเฉพาะตน โดยการมีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ รู้จักการให้ การเกื้อกูลซึ่งกันและกัน เพราะการเสียสละที่จะช่วยให้ผู้สูงอายุเกิดปีติ มีความสุข และมีสุขภาวะผู้สูงอายุดีขึ้น

- การส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยยึดถือประเพณีหรือวัฒนธรรมที่ปฏิบัติสืบต่อกันมา เช่น การนับถือผีบ้านผีเมือง ซึ่งเป็นสิ่งยึดเหนี่ยวให้คนในชุมชนอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข มีความสามัคคี เป็นต้น

- การส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยการมีจิตอาสา โดยยึดมั่นในวัฒนธรรมการให้ (ทาน) กันในชุมชน เช่น การแบ่งปันอาหารกัน การร่วมกลุ่มสมาชิกสงเคราะห์ภายในชุมชน การช่วยเหลือเกื้อกูลกันเมื่อเกิดภัยพิบัติต่างๆ การช่วยเหลือกันในลักษณะลงแขก เป็นต้น ซึ่งเป็นธรรมเนียมปฏิบัติสืบต่อกันมาในสังคมชนบท

- การส่งเสริมผู้สูงอายุเป็นศูนย์กลางความรู้ของชุมชน เช่น การถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นให้กับอนุชนรุ่นหลัง นำมาสร้างคุณค่าในฐานะเป็นแหล่งความรู้ รวมทั้งสามารถนำมาพัฒนาเป็นมูลค่าได้

- การส่งเสริมผู้สูงอายุเป็นบุคลากรทางสังคม ที่มีคุณค่าในตนเอง เช่น การจัดพิธีสู่ขวัญ สืบชะตา เล่นดนตรีพื้นบ้าน เป็นต้น ต้อนรับการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมในท้องถิ่น ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทั้งภูมิปัญญา ผู้ชรา ท้องถิ่น และการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม ทำให้มีสุขภาวะผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตดี สงบ หนักแน่น ใจเย็น ไม่หงุดหงิด ฟุ้งซ่าน นุ่มนวล เปลี่ยนคนหยาบกระด้างเป็นคนนุ่มนวล มีความคิดไปในทางบวก ทางสร้างสรรค์ สามารถควบคุมอารมณ์ได้ดี

-การส่งเสริมการเจริญสติปัฏฐาน เช่น การเจริญสติในการบำบัดอาการเครียด อาการวิตกกังวล นอนไม่หลับ สามารถลดอาการเหล่านี้ได้ ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีจิตใจดีงามมากขึ้น มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

- การส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยการฝึกจิตให้มีความปลอดโปร่ง การฝึกทำสมาธิในวันถืออุโบสถศีล เพราะสมาธิก่อให้จิตตั้งมั่น บริสุทธิ์ ผ่องใส่ โปร่งโล่ง ไม่เศร้าหมอง นุ่มนวล เป็นต้น

- การส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยการฝึกจิตให้หนักแน่น มีสติควบคุมตนเอง เพราะผู้สูงอายุมักจะหลงลืม เผอเรอได้ง่าย การควบคุมจิตขณะทำกิจกรรมที่อาจก่อให้เกิดอันตราย เช่น การจักสาน การก่อฟืนไฟ เป็นต้น

- การส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยการ

1) พัฒนาจิตใจและปัญญาเพื่อให้เข้าถึงสัจจะและความดีงาม

2) การไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่นให้เดือดร้อน ไม่ประทุษร้ายต่อชีวิต ทรัพย์สิน ครอบครัว มิตรภาพ และสติปัญญา

3) การทำหน้าที่ของตนเองโดยสุจริต เที่ยงธรรม รับผิดชอบในสิ่งที่ได้กระทำลงไปทั้งทางกาย วาจา และใจ

4) การมีเมตตา กรุณา งดเว้นจากอบายมุข มีสติสัมปชัญญะในการดำเนินชีวิตของตนเอง

- การทำกิจกรรมที่ถนัดและงานอดิเรกที่เหมาะสม เช่น การเล่นดนตรีพื้นบ้าน การทำผักสวนครัว การจักสาน เป็นต้น

นอกจากนั้นยังพบว่า กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ การส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุให้เป็นผู้ที่มีความพึงพอใจในสิ่งที่เป็นกุศล มีความเพียรพยายามในการกระทำที่เป็นกุศล มีจิตใจใฝ่กุศล และไตร่ตรองแต่กุศลกรรม โดยการจัดปัจจัยที่สนับสนุนให้ท่านได้ถึงพร้อมด้วยกุศลกรรม เช่น การจัดสรรทรัพยากรที่เพียงต่อการแบ่งปัน การทำบุญกุศล การช่วยเหลือกันและกันในสังคม รวมทั้งการจัดทรัพยากรที่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคม กล่าวคือ

- การส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยมุ่งเน้นการใช้ชีวิตแบบพอเพียง เป็นทางเลือกหนึ่งที่ทำให้คนไทยมีสุขภาวะที่ดีอย่างยั่งยืน โดยการมีวิถีชีวิตแบบพอเพียงมุ่งสร้างปัญญา ความตระหนักรู้ เน้นการพึ่งตนเองในทุกด้าน รวมทั้งด้านสุขภาวะผู้สูงอายุด้วย เป็นการลดภาระค่าใช้จ่ายที่ไม่จำเป็น หนี้สินก็ไม่เกิดขึ้น

- การส่งเสริมโดยการรวมกลุ่มเพื่อเกื้อกูลอาศัยซึ่งกันและกัน เช่น กลุ่มเกษตรอินทรีย์ เป็นเกษตรกรรมแบบยั่งยืนที่ไม่พึ่งเทคโนโลยี เช่น ปุ๋ย ยาฆ่าแมลง ยาฆ่าหญ้า ทำให้กินอาหารที่ปลอดสารพิษ นำไปสู่การมีสุขภาวะผู้สูงอายุที่ดี เกิดชีวิตที่พอเพียง สิ่งแวดล้อมที่พอเพียง สุขภาวะผู้สูงอายุที่พอเพียง ความเป็นอยู่ที่สมดุลเกิดขึ้น ซึ่งเป็นเกษตรอินทรีย์ เกษตรยั่งยืนที่ไม่ใช่หมายถึงแค่การเพราะปลูกพืชผลและเลี้ยงสัตว์เท่านั้น แต่หมายถึงวิถีทางแห่งการฝึกฝนตัวตนสู่การบ่มเพราะคุณค่าความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ด้วยความรักความเอื้ออาทรต่อบุคคล สังคม และชุมชน

พุทธศาสนากับการบูรณาการจัดการสุขภาวะผู้สูงอายุจังหวัดศรีสะเกษ สามารถแบ่ง 4 ประเด็นด้วยกัน กล่าวคือ (1) ประเด็นทางกาย (2) ประเด็นทางจิตใจ (3) ประเด็นทางสังคม และ (4) ประเด็นทางปัญญา ได้แก่

4.4.2 พุทธศาสนากับการบูรณาการจัดการสุขภาวะผู้สูงอายุทางกาย

หลักพุทธศาสนาที่นำมาบูรณาการ ได้แก่

1) ไตรลักษณ์ ไตรลักษณ์ แปลว่า ลักษณะที่ทั่วไป หรือเสมอเหมือนกันแก่สิ่งทั้งปวง แสดงความหมายของไตรลักษณ์ โดยย่อดังนี้

1. อนิจจตา ความไม่เที่ยง ความไม่คงที่ ความไม่ยั่งยืน ภาวะที่เกิดขึ้นแล้วเสื่อมและสลายไป

2. ทุกขตา ความเป็นทุกข์ ภาวะที่ถูกบีบคั้นด้วยการเกิดขึ้นและสลายตัว เพราะปัจจัยที่ปรุงแต่งให้มีสภาพเป็นอย่างนั้นเปลี่ยนแปลงไป และเสื่อมสลายไปในที่สุด ก่อให้เกิดทุกข์แก่ผู้เข้าไปอยากเข้าไปยึดด้วยตัณหาอุปาทาน

3. อนัตตตา ความเป็นอนัตตา ความไม่ใช่ตัวตน ความไม่มีตัวตนจริงแท้ที่จะเป็นเจ้าของครอบครองสั่งบังคับให้เป็นไปอย่างไร ๆ ได้[37]

ลักษณะทั้ง 3 คือ อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา เป็นภาวะที่สัมพันธ์เนื่องอยู่ด้วยกันเป็นอาการ 3 ด้าน หรือ 3 อย่าง ของเรื่องเดียวกัน เป็นเหตุเป็นผลของกันและกัน ดังพุทธพจน์ที่ตรัสบ่อย ๆ ว่า "...สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ สิ่งใดเป็นทุกข์ สิ่งนั้นเป็นอนัตตา (ไม่ใช่อัตตา) สิ่งใดเป็นอนัตตา สิ่งนั้นเธอทั้งหลายพึงเห็นด้วยปัญญาอันชอบตามความเป็นจริงอย่างนี้ว่า นั่นไม่ใช่ของเรา เราไม่เป็นนั่น นั่นไม่ใช่อัตตาของเรา"[38]

สำหรับไตรลักษณ์ มีพุทธพจน์แสดงหลักไว้ในรูปของกฎธรรมชาติว่า

ตถาคต (พระพุทธเจ้า) ทั้งหลายจะอุบัติหรือไม่ก็ตาม ธาตุ (หลัก) นั้นก็ยังคงมีอยู่ เป็นธรรมฐิติ เป็นธรรมนิยามว่า สังขารทั้งปวง ไม่เที่ยง สังขารทั้งปวง เป็นทุกข์ ธรรมทั้งปวง เป็นอนัตตา

ตถาคตตรัสรู้ เข้าถึงหลักนั้นแล้ว จึงบอก แสดง วางเป็นแบบ ตั้งเป็นหลัก เปิดเผย แจกแจง ทำให้เข้าใจง่ายว่า สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง... สังขารทั้งปวง เป็นทุกข์ ...ธรรมทั้งปวง เป็นอนัตตา[39]

2) อริยมรรค 8 อริยมรรคหรืออัฏฐังคิกมรรค คือ หนทางและข้อปฏิบัติอันเป็นทางสายเอก สู่นิพพานความหลุดพ้นทางกายและทางใจ ได้แก่

1. สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ โดยมีปัจจัยภายนอก ได้แก่ ปรโตโฆสะและกัลยาณมิตร และปัจจัยภายใน ได้แก่ โยนิโสมนสิการ[40]

2. สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ หมายถึง ความนึกคิดในทางปลอดจากกาม จากพยาบาท และจากการเบียดเบียน

3. สัมมาวาจา วาจาชอบ หมายถึง พูดคำสัตย์ พูดคำอ่อนหวาน พูดสิ่งมีสาระ ไม่พูดส่อเสียด ไม่พูดคำหยาบ ไม่พูดเพ้อเจ้อ

4. สัมมากัมมันตะ การกระทำชอบ หมายถึง ไม่เบียดเบียนตนเองหรือผู้อื่น สัตว์ และสิ่งแวดล้อม ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤติในกาม

5. สัมมาอาชีวะ อาชีพชอบ หมายถึง การประกอบสัมมาอาชีพ เว้นมิจฉาชีพ

6. สัมมาวายามะ ความเพียรชอบ หมายถึง เพียรระวังความชั่วไม่ให้เกิดขึ้น เพียรกำจัดความชั่วที่เกิดขึ้นแล้ว เพียรทำความดีให้เกิด เพียรรักษาความดีไว้

---

[37]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, พิมพ์ครั้งที่ 39, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2557), หน้า 13.

[38]**สํ.สฬา.** (ไทย) 18/1/1.

[39]**องฺ.ทุก.** (ไทย) 20/137/385.

[40]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), **สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัทสหธรรมิก จำกัด, 2548), หน้า 104.

7. สัมมาสติ ระลึกชอบ หมายถึง การพิจารณากายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต ธรรมในธรรม

8. สัมมาสมาธิ ตั้งจิตมั่นชอบ คือ ฌาน 4[41] พระผู้พระภาคทรงตรัสแก่เวรัญชพราหมณ์ว่า "สมาธิ คือ การมีสติตั้งมั่น ไม่หลงลืม มีกายสงบ ไม่กระสับกระส่าย มีจิตแน่วแน่ มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น (เจตโส เอกิภาวํ) และมีความผ่องใสภายใน"[42]

3) สัปปายะ 7 หมวดธรรมหมวดหนึ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้นำไปปฏิบัติ เพื่อใช้สำหรับป้องกันการเกิดโรคทางใจนั้น เรียกชื่อว่า "สัปปายะ 7" หมายถึง สิ่งที่สบาย สภาพเอื้อ สิ่งที่เกื้อกูล สิ่งที่เอื้อต่อการอยู่ดีและการพัฒนาชีวิต ช่วยให้สมาธิตั้งมั่น สัปปายะมี 7 ประการ ได้แก่

1. อาวาสสัปปายะ คือที่อยู่อันเหมาะ เช่นปลอดภัย ไม่พลุกพล่านจอแจ

2. โคจรสัปปายะ คือ แหล่งอาหารอำนวย ที่เที่ยวบิณฑบาตที่เหมาะดี เช่น มีหมู่บ้านที่มีอาหารบริบูรณ์ ไม่ใกล้ไม่ไกลเกินไป

3. ภัสสสัปปายะ คือ การพูดคุยที่เหมาะกัน พูดพอประมาณ ข่าวสารที่เอื้อปัญญา

4. บุคคลสัปปายะ คือ บุคคลที่ถูกกันเหมาะกัน

5. โภชนสัปปายะ คือ อาหารที่เหมาะกัน เช่น ถูกกับร่างกาย เป็นต้น

6. อุตุสัปปายะ คือดินฟ้าอากาศธรรมชาติแวดล้อมที่เหมาะ ไม่ร้อนไม่หนาวเกินไป

7. อิริยาบถสัปปายะ คืออิริยาบถที่เหมาะกัน[43]

4) อายุสสธรรม

ในพระไตรปิฎก ได้กล่าวถึงธรรมที่เป็นเหตุให้อายุสั้นและอายุยืน 2 สูตร ดังนี้สูตรที่ 1 ปฐมอนายุสสาสูตร พุทธดำรัสว่า ธรรม 5 ประการนี้ เป็นเหตุให้อายุสั้น คือ 1) ไม่ทำสิ่งที่เป็นสัปปายะ 2) ไม่รู้จักประมาณในสิ่งที่เป็นสัปปายะ 3) บริโภคสิ่งที่ย่อยยาก 4) เที่ยวในเวลาไม่สมควร 5) ไม่ประพฤติพรหมจรรย์

ธรรม 5 ประการนี้ เป็นเหตุให้อายุยืน คือ 1) ทำสิ่งที่เป็นสัปปายะ 2) รู้จักประมาณในสิ่งที่เป็นสัปปายะ 3) บริโภคสิ่งที่ย่อยง่าย 4) เที่ยวในเวลาที่สมควร 5) ประพฤติพรหมจรรย์[44]

สูตรที่ 2 ทุตินอนายุสสาสูตร พุทธดำรัสว่า ธรรม 5 ประการนี้ เป็นเหตุให้อายุสั้น คือ 1) ไม่ทำสิ่งที่เป็นสัปปายะ 2) ไม่รู้จักประมาณในสิ่งที่เป็นสัปปายะ 3) บริโภคสิ่งที่ย่อยยาก 4) ทุศีล 5) มีปาปมิตร (มิตรชั่ว)

---

[41]**วิ.ม.** (ไทย) 4/13/20-21, **ที.ม.** (ไทย) 10/402/337.

[42]**วิ.มหา.** (ไทย) 1/11/5.

[43]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ 16, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอส. อาร์.พริ้นติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, 2551), หน้า 209-210.

[44]**องฺ.ปญฺจ.** (ไทย) 22/125/205

ธรรม 5 ประการนี้ เป็นเหตุให้อายุยืน คือ 1) ทำสิ่งที่เป็นสัปปายะ 2) รู้จักประมาณในสิ่งที่เป็นสัปปายะ 3) บริโภคสิ่งที่ย่อยง่าย 4) มีศีล 5) มีกัลยาณมิตร (มิตรดี)[45]

4.4.3 พุทธศาสนากับการบูรณาการการจัดการสุขภาวะผู้สูงอายุทางสังคม

พุทธศาสนากับการบูรณาการจัดการสุขภาวะผู้สูงอายุทางสังคม ได้แก่

1) ทิศ 6 บุคคลในสังคมซึ่งเราควรจะเกี่ยวข้องสัมพันธ์ให้ถูกต้อง ด้วยวิธีปฏิบัติที่แตกต่างกันไปตามสถานะแห่งความสัมพันธ์กับตัวเรา เป็นวิธีปฏิบัติตอบแทนต่อคนที่เราเกี่ยวข้องในสังคมนั่นเอง พระพุทธองค์ตรัสเรียกด้วยคำเปรียบเทียบว่า ทิศ 6[46] เพราะเป็นดุจทิศที่อยู่รอบตัวเรา ได้แก่

1. บุรัตถิมทิศ (ทิศเบื้องหน้า คือ ทิศตะวันออก) ผู้มาก่อน ได้แก่มารดาบิดา
2. ทักษิณทิศ (ทิศเบื้องขวา คือ ทิศใต้) ผู้ที่ควรเคารพ ได้แก่ ครูอาจารย์
3. ปัจฉิมทิศ (ทิศเบื้องหลัง คือ ทิศตะวันตก) ผู้ตามมา ได้แก่ บุตร ภรรยาหรือคู่ครอง
4. อุตตรทิศ (ทิศเบื้องซ้าย คือ ทิศเหนือ) ผู้เคียงข้าง ได้แก่ มิตรสหาย
5. เหฏฐิมทิศ (ทิศเบื้องล่าง) คือ ผู้เป็นฐานกำลัง ได้แก่ คนรับใช้และคนงาน
6. อุปริมทิศ (ทิศเบื้องบน) คือ ผู้มีคุณความดีสูง ได้แก่ พระสงฆ์

ทำทุกทิศให้เกษมสันต์ ปฏิบัติหน้าที่ต่อบุคคลที่สัมพันธ์กับตนให้ถูกต้องตามฐานะทั้ง 6 คือ ทิศที่ 1 ในฐานะที่เป็นบุตรธิดา พึงเคารพบิดามารดา ผู้เปรียบเสมือนทิศเบื้องหน้า ด้วยหน้าที่ 5 ประการ คือ 1) ท่านเลี้ยงเรามา เลี้ยงท่านตอบ 2) ช่วยทำการงานของท่าน 3) ดำรงวงศ์สกุล 4) ประพฤติตนให้เหมาะสมกับความเป็นทายาท 5) เมื่อท่านล่วงลับไปแล้ว ทำบุญอุทิศให้ท่าน

บิดามารดาย่อมอนุเคราะห์บุตร ตามหลักปฏิบัติดังนี้ 1) ห้ามปรามจากความชั่ว 2) ให้ตั้งอยู่ในความดี 3) ให้ศึกษาศิลปวิทยา 4) เป็นธุระเมื่อถึงคราวจะมีคู่ครองที่สมควร 5) มอบทรัพย์สมบัติให้ในเวลาอันสมควร

ทิศที่ 2 ในฐานะที่เป็นศิษย์ พึงเคารพนับถือครูอาจารย์ ผู้เปรียบเสมือนทิศเบื้องขวา ด้วยหน้าที่ 5 ประการ คือ 1) ลุกต้อนรับ แสดงความเคารพ 2) เข้าไปคอยรับใช้ 3) เชื่อฟัง 4) ดูแลปรนนิบัติ 5) เรียนศิลปวิทยาโดยเคารพ

อาจารย์ย่อมอนุเคราะห์บุตร ตามหลักปฏิบัติดังนี้ 1) แนะนำให้เป็นคนดี 2) ให้เรียนดี 3) บอกความรู้ในศิลปวิทยาทุกอย่างด้วยดี 4) ยกย่องให้ปรากฏในมิตรสหาย 5) ทำความป้องกันในทิศทั้งหลาย

---

[45]**องฺ.ปญฺจ.** (ไทย) 22/126/206.

[46]**ที.ปา.** (ไทย) 11/198–205/202–206.

ทิศที่ 3 ในฐานะที่เป็นสามีภรรยา พึงบำรุงภรรยาผู้เป็นทิศเบื้องหลัง ด้วยหน้าที่ 5 ประการ คือ 1) ให้เกียรติยกย่อง 2) ไม่ดูหมิ่น 3) ไม่ประพฤตินอกใจ 4) มอบความเป็นใหญ่ให้ 5) ให้เครื่องแต่งตัว

ภรรยาก็ย่อมอนุเคราะห์สามีด้วยหน้าที่ 5 ประการ คือ 1) จัดการงานดี 2) สงเคราะห์คนข้างเคียงดี 3) ไม่ประพฤตินอกใจ 4) รักษาทรัพย์ที่สามีหามาได้ 5) ขยันไม่เกียจคร้านในกิจทั้งปวง

ทิศที่ 4 ในฐานะที่เป็นกุลบุตร พึงบำรุงมิตรสหายผู้เป็นทิศเบื้องซ้ายด้วยหน้าที่ 5 ประการ คือ 1) การให้ (การแบ่งปันสิ่งของให้) 2) กล่าววาจาเป็นที่รัก 3) ประพฤติตนให้เป็นประโยชน์ 4) วางตนสม่ำเสมอ 5) ไม่พูดจาหลอกลวงกัน

มิตรสหายก็ย่อมอนุเคราะห์กุลบุตรด้วยหน้าที่ 5 ประการ คือ 1) ป้องกันมิตรผู้ประมาท 2) ป้องกันทรัพย์สมบัติของมิตรผู้ประมาท 3) เมื่อมีภัย ก็เป็นที่พึ่งพำนักได้ 4) ไม่ละทิ้งในยามอันตราย 5) นับถือตลอดถึงวงศ์ตระกูลของมิตร

ทิศที่ 5 นายพึงบำรุงทาส (คนรับใช้) และกรรมกร (ลูกจ้าง) ผู้เป็นทิศเบื้องล่างด้วยหน้าที่ 5 ประการ คือ 1) จัดการงานให้ทำตามสมควรแก่กำลัง 2) ให้อาหารและค่าจ้าง 3) ดูแลรักษายามเจ็บป่วย 4) ให้อาหารมีรสแปลก 5) ให้หยุดงานตามโอกาส

ทาสและกรรมกรก็ย่อมอนุเคราะห์นายด้วยหน้าที่ 5 ประการ คือ 1) ตื่นขึ้นทำงานก่อนนาย 2) เลิกงานเข้านอนที่หลังนาย 3) ถือเอาแต่ของที่นายให้ 4) ทำงานให้ดี 5) นำคุณของนายไปสรรเสริญ

ทิศที่ 6 กุลบุตรพึงบำรุงสมณพราหมณ์ผู้เป็นทิศเบื้องบนด้วยหน้าที่ 5 ประการ คือ 1) จะทำสิ่งใด ก็ทำด้วยเมตตา 2) จะพูดสิ่งใด ก็พูดด้วยเมตตา 3) จะคิดสิ่งใด ก็คิดด้วยเมตตา 4) เปิดประตูต้อนรับ 5) ถวายปัจจัยเครื่องยังชีพ

สมณพราหมณ์ก็ย่อมอนุเคราะห์กุลบุตรด้วยหน้าที่ 6 ประการ คือ 1) ห้ามมิให้ทำความชั่ว 2) ให้ตั้งอยู่ในความดี 3) อนุเคราะห์ด้วยน้ำใจอันดีงาม 4) ให้ได้ฟังสิ่งที่ยังไม่เคยฟัง 5) อธิบายสิ่งที่เคยฟังแล้วให้เข้าใจแจ่มแจ้ง 6) บอกทางสวรรค์ให้ [47]

---

[47]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ 16, หน้า 191-196.

2) สาราณียธรรม พระพุทธศาสนาถือว่า เมื่อมนุษย์เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับสิ่งใด จะต้องปฏิบัติต่อสิ่งนั้นอย่างถูกต้อง ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งความให้ระลึกถึง ธรรมที่ทำให้เกิดความสามัคคี หลักการอยู่ร่วมกัน เรียกว่า สาราณียธรรม 6 ประการ ได้แก่

1. เมตตากายกรรม ได้แก่ ตั้งเมตตากายกรรมในเพื่อนพรหมจรรย์ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง คือ ช่วยเหลือกิจธุระต่าง ๆ ของผู้ร่วมหมู่คณะด้วยความเต็มใจ แสดงอาการกิริยาสุภาพ ไม่เบียดเบียนทำร้ายผู้อื่น เคารพนับถือกัน

2. เมตตาวจีกรรม ได้แก่ พูดต่อกันด้วยเมตตา คือ ช่วยบอกแจ้งสิ่งที่เป็นประโยชน์ สั่งสอน แนะนำ ตักเตือนกันด้วยความหวังดี กล่าววาจาสุภาพ แสดงความเคารพนับถือกัน ทั้งต่อหน้าและลับหลัง

3. เมตตามโนกรรม ได้แก่ คิดต่อกันด้วยเมตตา คือ ตั้งจิตปรารถนาดี คิดทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่กัน มองกันในแง่ดี มีหน้าตายิ้มแย้มแจ่มใสต่อกัน

4. สาธารณโภคิตา ได้แก่ เมื่อได้วัตถุสิ่งของเครื่องใช้ หรือ อาหาร จะต้องรู้จักแบ่งปัน มีน้ำใจกว้างขวาง เสียสละแบ่งปันลาภผลที่ได้มาโดยชอบธรรม แม้เป็นของเล็กน้อยก็แจกจ่ายให้ได้มีส่วนร่วมใช้สอยบริโภคทั่วกัน ไม่ตระหนี่ใช้สอยเพียงผู้เดียว

5. สีลสามัญญตา ประพฤติตนให้ถูกต้องตามกฎเกณฑ์ที่สังคมปฏิบัติกัน คือ มีความประพฤติสุจริตดีงาม รักษาระเบียบวินัยของส่วนรวม ไม่ทำตนให้เป็นที่น่ารังเกียจ หรือเสื่อมเสียแก่หมู่คณะ

6. ทิฏฐิสามัญญตา มีทิฏฐิดีงามเสมอกันกับเพื่อนพรหมจรรย์ทั้งหลาย ทั้งต่อหน้าและลับหลัง คือ เคารพรับฟังความคิดเห็นกัน มีความเห็นชอบร่วมกัน ตกลงกันได้ในหลักการสำคัญอันจะนำไปสู่ความหลุดพ้น สิ้นทุกข์ หรือขจัดปัญหา[48]

เมื่อบุคคลปฏิบัติตามหลักธรรมที่เป็นเหตุให้ระลึกถึงกันดังกล่าว ย่อมก่อให้เกิดความรักความสมานสามัคคีปรองดองระหว่างกัน

3) สัปปุริสธรรม 7 คำว่า “สัปบุรุษ” หรือ “สัตบุรุษ” แปลว่า “คนดี” หรือ “คนที่มีความสงบ” ในโขมทุสสสูตรจะหมายถึง “คนดีที่มีจิตใจสงบเย็นเพราะไม่ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของราคะ โทสะ และโมหะแล้วพูดจาในสิ่งที่ดี และมีคุณค่าแล้ว ถึงกระนั้น คำว่า “คนดี” ยังครอบคลุมไป

---

[48]เรื่องเดียวกัน, หน้า 200-201.

ถึง “คนที่มีความสงบทางกาย วาจา และใจ” โดยการคิด พูด หรือกระทำสิ่งใดแล้วนำไปสู่ความสงบร่มเย็น และเป็นสันติสุข[49] และด้วยเหตุดังกล่าว พระพุทธเจ้าจึงได้วางตัวบ่งชี้เอาไว้ว่า สัปปุริสธรรม คนที่จะได้ชื่อว่าเป็นสัตบุรุษได้นั้น หรือคุณสมบัติของคนดี จะต้องประกอบด้วยตัวชี้วัด 7 ประการ คือ

1. ธัมมัญญุตา ความเป็นผู้รู้จักเหตุ
2. อัตถัญญุตา ความเป็นผู้รู้จักผล
3. อัตตัญญุตา ความเป็นผู้รู้จักตน
4. มัตตัญญุตา ความเป็นผู้รู้จักประมาณ
5. กาลัญญุตา ความเป็นผู้รู้จักกาลเวลาหรือจังหวะ
6. ปริสัญญุตา ความเป็นผู้รู้จักบริษัทหรือสังคม
7.ปุคคลัญญา ความเป็นผู้รู้จักบุคคล[50]

4) อิทธิบาท 4 อิทธิบาท 4 หมายถึง คุณธรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จแห่งผลที่มุ่งหมาย ประกอบด้วย 4 ประการ ได้แก่

1. ฉันทะ คือ ความพอใจรักใคร่ที่จะทำสิ่งนั้น และให้ดีขึ้นเรื่อยๆ
2. วิริยะ คือ ความพากเพียรทำสิ่งนั้น ๆ ด้วยความอดทน เอาธุระไม่ท้อถอย
3. จิตตะ คือ ความตั้งใจ
4. วิมังสา คือ ความไตร่ตรอง หรือ ทดลอง หมั่นใช้ปัญญาพิจารณา[51]

5) สังคหวัตถุ 4 เป็นธรรมะที่พึงปฏิบัติตามหลักการสงเคราะห์ หรือเป็นธรรมะที่ยึดเหนี่ยวใจคนประสานหมู่ชนให้อยู่ร่วมกันด้วยสันติสุข โดยการปฏิบัติดังนี้[52]

1. ทาน การให้ คือ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เสียสละ แบ่งปัน ช่วยเหลือกันด้วยสิ่งของ และประสานหมู่ชนไว้ในสามัคคี หลักการสงเคราะห์ การให้ทาน จึงควรให้ด้วยความมีเมตตาเพื่อแสดงน้ำใจไมตรี สร้างเสริมมิตรภาพ ให้ด้วยกรุณา ต้องการช่วยปลดเปลื้องความทุกข์

---

[49]พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส, รศ.ดร., **สภาไทย สภาพุทธ: จุดเริ่มต้นแห่งสันติสุข**, [ออนไลน์] แหล่งที่มา www.mcu.ac.th/site/articlecontent_desc.php?article_id=1532...id [13 ธันวาคม 2561].

[50]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ 16, หน้า 210-211.

[51]**ที.ปา.** (ไทย) 11/121/233.

[52]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ 16, หน้า 143.

การให้ด้วยวัตถุสิ่งของ จึงมุ่งประโยชน์แก่ผู้รับ 3 ลักษณะ[53]

1) ให้โดยหวังจะอนุเคราะห์ การให้ความเกื้อหนุนโอบอ้อมอารีด้วยเมตตา และการให้การอุดหนุนเอื้อเฟื้อช่วยเหลือกันด้วยกรุณา

2) ให้โดยหวังเพื่อเป็นการสมัครสมานสามัคคี ด้วยการสงเคราะห์เกื้อกูลกันและกันในฐานะผู้อื่นที่เกี่ยวข้องกับตน

3) ให้เพื่อเป็นการตอบแทนคุณ ปรารถนาบูชาคุณแก่ท่านผู้มีคุณ เช่น ปู่ทวด ยายทวด ตา ยาย และบิดา มารดาผู้ที่มีอุปการคุณ

การให้มีประโยชน์ทั้งแก่ผู้ให้และผู้รับ คือ ทำให้ผู้ให้มีความสุข เบิกบานใจ และอิ่มใจซึ่งจะเป็นประโยชน์เกื้อกูลต่อร่างกายและจิตใจ เป็นการสละความเห็นแก่ตัว ผู้รับย่อมได้รับประโยชน์จากสิ่งของที่เขาให้ การให้และการรับจึงเป็นสิ่งสำคัญสำหรับมนุษย์ เป็นการรักษาความเป็นธรรมชาติของมนุษย์ไว้ เป็นการรักษาความเป็นสังคม พระพุทธองค์ตรัสว่า “การให้ทาน เป็นมงคลอันสูงสุด”[54]

2. ปิยวาจา หรือ เปยยวัชชะ วาจาเป็นที่รัก คือ การกล่าววาจาสุภาพ ไพเราะอ่อนหวาน ประสานสามัคคี ให้เกิดไมตรีและความรักใคร่นับถือ ตลอดถึงคำแสดงประโยชน์ ประกอบด้วยเหตุผล เป็นหลักฐานจูงใจให้นิยมยินดี ผู้มีวาจาเป็นสุภาษิต ย่อมเอาชนะใจผู้อื่นได้ สามารถพูดชักชวนให้ผู้อื่นทำการงานตามที่ตนเองต้องการได้ ทำให้มีความสำเร็จทำให้เจริญรุ่งเรืองในอาชีพการงาน ทำให้มีคนเคารพนับถือเชื่อฟัง เช่น โทณพราหมณ์สามารถพูดจาให้เจ้านครต่าง ๆ ยินยอมตกลงแบ่งพระบรมสารีริกธาตุของพระพุทธเจ้าได้สำเร็จ[55] แม้แต่สุภาษิตไทยก็มีว่า ปากเป็นเอก เลขเป็นโท พระพุทธศาสนาถือว่า “วาจาสุภาษิต เป็นมงคลอันสูงสุด”[56]

3. อัตถจริยา การประพฤติประโยชน์ คือ ขวนขวายช่วยเหลือกิจการ บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ ตลอดถึงช่วยแก้ไขปรับปรุงส่งเสริมในทางจริยธรรม

---

[53]สมเด็จพระมหาวีรวงศ์ (พิมพ์ ธมฺมธโร), **มงคลยอดชีวิต ฉบับสมบูรณ์,** (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, 2528), หน้า 275–280.

[54]**ขุ.ขุ.** (ไทย) 25/7/7.

[55]**ที.ม.** (ไทย) 10/137/178.

[56]**ขุ.ขุ.** (ไทย) 25/5/7.

4. สมานัตตตา ความมีตนเสมอ คือ ทำตนเสมอต้นเสมอปลาย ปฏิบัติสม่ำเสมอในชนทั้งหลาย เสมอในสุขทุกข์โดยร่วมรับรู้ร่วมแก้ไข ตลอดถึงวางตนเหมาะสมแก่ฐานะ ภาวะ บุคคล เหตุการณ์ และสิ่งแวดล้อม ถูกต้องตามธรรมในแต่ละกรณี[57]

6) ฆราวาสธรรม ฆราวาสธรรม เป็นธรรมสำหรับฆราวาส ธรรมสำหรับการครองเรือน หลักการครองชีวิตของคฤหัสถ์ มี 4 ประการ ได้แก่

1. สัจจะ ความจริง ซื่อตรง ซื่อสัตย์ จริงใจ พูดจริง ทำจริง

2. ทมะ การฝึกฝน การข่มใจ ฝึกนิสัย ปรับตัว รู้จักควบคุมจิตใต ฝึกหัดดัดนิสัย

3. ขันติ ความอดทน ตั้งหน้าทำหน้าที่การงานด้วยความขยันหมั่นเพียร เข้มแข็ง ทนทาน ไม่หวั่นไหว มั่นในจุดหมาย ไม่ท้อถอย

4. จาคะ ความเสียสละ สละกิเลส สละความสุขสบายและผลประโยชน์ส่วนตนได้ ใจกว้าง พร้อมที่จะรับฟังความทุกข์ ความคิดเห็น และความต้องการของผู้อื่น[58]

4.4.4 พุทธศาสนากับการบูรณาการการจัดการสุขภาวะผู้สูงอายุทางจิตใจ

พุทธศาสนากับการบูรณาการจัดการสุขภาวะผู้สูงอายุทางจิตใจ ได้แก่

1) พรหมวิหาร 4 ในพระพุทธศาสนา ธรรมเป็นเครื่องอยู่ของพรหมหรือผู้ประเสริฐ เรียกว่า พรหมวิหาร[59]ได้แก่ ผู้มีจิตใจยิ่งใหญ่กว้างขวางประดุจพระพรหม ซึ่งเป็นคุณธรรมที่บุคคลควรปฏิบัติต่อกัน ตลอดจนถึงการปฏิบัติต่อสัตว์และธรรมชาติสิ่งแวดล้อมด้วย และโดยเฉพาะอย่างยิ่งบุคคลผู้อยู่ในฐานะผู้ใหญ่ เช่น ปู่-ย่า ตา-ยาย พ่อ-แม่ ครูอุปัชฌาย์อาจารย์ และญาติผู้ใหญ่ ที่มีหน้าที่ในการดูแล ให้การอบรมสั่งสอน ชี้แนะบุตรหลานและมิตรบริวาร ซึ่งเป็นผู้น้อย ซึ่งจะทำให้ผู้ที่ได้รับอุปการคุณรู้สึกสำนึกในบุญคุณที่ผู้อื่นมีต่อตน พรหมวิหาร 4 เป็นธรรมเครื่องอยู่อย่างประเสริฐ ธรรมประจำใจอันประเสริฐ หลักความประพฤติที่ประเสริฐบริสุทธิ์ ธรรมที่ต้องมีไว้เป็นหลักใจและกำกับความประพฤติ จึงจะชื่อว่าดำเนินชีวิตหมดจด และปฏิบัติตนต่อมนุษย์ สัตว์ทั้งหลายโดยชอบ บางทีแปลว่า ธรรมเครื่องอยู่ของพรหมเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า อัปปมัญญา 4 แบ่งออกเป็น 4 ประการ คือ

---

[57]**ที.ปา.** (ไทย) 11/210/170.

[58]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ 16, หน้า 113-114.

[59]**ที.ปา.** (ไทย) 11/305/275.

1. เมตตา ได้แก่ ความรักใคร่ปรารถนาให้มีความสุข ด้วยจิตอันแผ่ไมตรีและคิดทำประโยชน์แก่ผู้อื่นและสิ่งอื่น ซึ่งเป็นความรักใคร่ที่ปราศจากราคะความกำหนัด ความรัก ความหวังดี ความปรารถนาดีนั้น เป็นการแสดงออกซึ่งมิตรภาพไมตรีของมนุษย์ที่มีต่อกัน ตลอดถึงสัตว์และธรรมชาติสิ่งแวดล้อมด้วย ด้วยต้องการมุ่งหวังแต่ความสุขแก่เขา ไม่หวังผลประโยชน์ตอบแทนสิ่งอื่นใดนอกจากให้เขาเป็นสุข โดยการแสดงออก 3 ทาง ได้แก่

(1) เมตตากายกรรม เมตตาทางกาย ได้แก่การกระทำ และการแสดงออกทางกายที่ประกอบด้วยเมตตา

(2) เมตตาวจีกรรม เมตตาทางวาจา ได้แก่การพูดเจรจาถ้อยคำที่ประกอบด้วยเมตตา

(3) เมตตามโนกรรม เมตตาทางใจ ได้แก่การมีจิตใจที่มุ่งหวังดี มีเจตนาดีต่อผู้อื่นและสิ่งอื่น

2. กรุณา ได้แก่ ความสงสาร คือ เมื่อเห็นเขาตกอยู่ในความทุกข์ยากลำบากเดือดร้อนก็คิดใฝ่ใจในอันที่จะช่วยปลดเปลื้องให้เขาพ้นจากความทุกข์ยากลำบากเดือดร้อนนั้น อยากช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความเดือดร้อน ปัญหาหรืออุปสรรคทั้งหลาย มีความใฝ่ใจที่จะปลดเปลื้องบำบัดความทุกข์ยากเดือดร้อนให้ประสบกับความสำเร็จ ความเจริญรุ่งเรือง โดยมีบิดามารดาเป็นตัวอย่างของการแสดงออกให้ปรากฏเป็นพฤติกรรม เพราะบิดามารดาจะรู้สึกเป็นทุกข์เป็นร้อน ห่วงใยบุตร เมื่อเห็นบุตรมีความทุกข์หรือผิดหวัง พร้อมกับหาวิธีเพื่อปลดเปลื้องความทุกข์นั้น ด้วยความเอ็นดูที่บริสุทธิ์ใจโดยไม่หวังส่งตอบแทน

3. มุทิตา ได้แก่ ความรู้สึกยินดีด้วย เมื่อเห็นผู้อื่นหรือสิ่งอื่นอยู่ดีมีความสุข ตัวเองก็มีใจแช่มชื่นเบิกบาน พลอยยินดีปราบปลื้มบันเทิงใจด้วย เมื่อเห็นเขาเหล่านั้นประสบความสำเร็จ มีความเจริญงอกงามในตำแหน่งหน้าที่การงานยิ่งขึ้นไป

4. อุเบกขา ได้แก่ ความมีใจเป็นกลาง[60] คือ มองตามเป็นจริงโดยวางจิตเรียบสม่ำเสมอมั่งคง เที่ยงตรงดุจตราชั่ง เมื่อมองเห็นบุคคลที่ได้รับผลของกรรมดีหรือกรรมชั่ว ซึ่งสมควรแก่เหตุที่ตนได้กระทำไว้ พร้อมที่จะวินิจฉัย วางตน และปฏิบัติไปตามความเที่ยงธรรม ไม่เอนเอียงด้วยอคติ

พรหมวิหารธรรมนี้สามารถปฏิบัติได้โดยไม่ต้องมีอุปกรณ์ มีเพียงจิตใจที่มีความรักความปรารถนาดีกับทุก ๆ คน ปล่อยละวางโทสะ ความอาฆาตแค้นพยาบาทกับทุกคน ทำให้จิตใจ

---

[60]**ที.ม.** (ไทย) 10/184/228.

สบาย ไม่ขุ่นมัว บุคคลที่อยู่ร่วมกันจะต้องปฏิบัติต่อกัน ตลอดถึงสัตว์และธรรมชาติสิ่งแวดล้อมด้วยตามสมควรแก่ฐานะ กาลเทศะและบุคคล เพราะเมื่อบุคคลได้ปฏิบัติตามหลักธรรมนี้ ย่อมทำให้ตนเองและสังคมมีความสงบสุข เป็นเหตุให้สิ่งมีชีวิตและสิ่งอื่น ๆ ดำรงอยู่ในโลกนี้ตลอดไป และดำเนินไปได้ตามปรกติ เป็นการรักษาตัวเอง เป็นการรักษาสิ่งอื่น เช่น สัตว์ และธรรมชาติสิ่งแวดล้อม ซึ่งเป็นการเกื้อกูลสนับสนุนส่งเสริมตัวเราเอง สังคมและธรรมชาติสิ่งแวดล้อมด้วย

2) กัลยาณมิตรธรรม กัลยาณมิตตตา คือ การคบหาคนดีเป็นเพื่อน เป็นที่ปรึกษาปัญหาของชีวิต กัลยาณมิตรในความหมายทางพระพุทธศาสนา หมายถึง บุคคลที่ชักนำไปสู่การมีปัญญาและความดี เช่น พ่อแม่ ครูอาจารย์ พระศาสดา กัลยาณมิตร มีบทบาทมากในการชักนำบุคคลไปสู่การเรียนรู้อย่างถูกต้อง พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญบทบาทของกัลยาณมิตรเป็นอย่างสูง เช่นตรัสว่ากัลยาณมิตรเป็นบุพภาคของการเกิดขึ้นของปัญญาบ้าง หรือกัลยาณมิตรเป็นธรรมทั้งหมดบ้าง ดังนั้นบุคคลพึแสวงหา กัลยาณมิตรและพึงเป็นกัลยาณมิตรของผู้อื่น ความสัมพันธ์ทุกชนิดควรเป็นไปด้วยกัลยาณธรรม กล่าวคือสัมพันธ์กันแล้วทำให้ฉลาดขึ้น ไม่ใช่ทำให้เขาโง่ลง ในสิงคาโลวาทสูตร พระองค์ได้ตรัสลักษณะของมิตรแท้และมิตรเทียมเอาไว้ โดยมิตรเทียมได้แก่ คนปอกลอก คนดีแต่พูด คนหัวประจบ คนชักชวนในทางฉิบหาย[61] และได้แสดงลักษณะของมิตรแท้ว่า ทุกข์ ทุกข์ด้วย สุข สุขด้วย ปกป้องเพื่อนเมื่อถูกกล่าวถึงในทางเสียหายและรับรองคนที่พูดสรรเสริญเพื่อน[62]

องค์คุณของกัลยาณมิตร คุณสมบัติของมิตรแท้ 7 ประการ ได้แก่

1. ปิโย น่ารัก เข้าถึงจิตใจ สร้างความรู้สึกสนิทสนม สบายใจ ชวนให้อยากเข้าไปปรึกษา

2. ครุ น่าเคารพ มีความประพฤติสมควรแก่ฐานะ ให้เกิดความรู้สึกอบอุ่นใจ เป็นที่พึ่งได้และปลอดภัย

3. ภาวนีโย น่าเจริญใจ มีความรู้จริง ทรงภูมิปัญญา เป็นที่น่ายกย่อง

4. วตฺตา จ รู้จักพูดให้ได้ผล รู้จักชี้แจงให้เข้าใจ เป็นที่ปรึกษาที่ดี

5. วจนกฺขโม อดทนต่อถ้อยคำ คือพร้อมที่จะรับฟังคำปรึกษา อดทนฟัง ไม่เบื่อไม่ฉุนเฉียว

6. คมฺภีรญฺจ กถํ กตฺตา แถลงเรื่องล้ำลึกได้ อธิบายเรื่องยุ่งยากซับซ้อนให้เข้าใจได้

---

[61]**ที.ปา.** (ไทย) 11/20/438.

[62]**องฺ.ทุก.** (ไทย) 20/385/411.

7. โน จฏฐาเน นิโยชเย ไม่ชักนำในอฐานะ คือไม่แนะนำในเรื่องเหลวไหล หรือชักจูงไปในทางเสื่อมเสีย[63]

3) โลกธรรม 8 โลกธรรม 8 หมายถึง ธรรมดาของโลก แบ่งออกเป็น 8 ชนิด จำแนกออกเป็น 2 ฝ่ายควบคู่กันและมีความหมายตรงข้ามกัน คือ

โลกธรรมฝ่ายอิฏฐารมณ์ คือ ฝ่ายมนุษย์พอใจมี 4 เรื่อง คือลาภ ยศ สรรเสริญ สุข

โลกธรรมฝ่ายอนิฏฐารมณ์ คือ ฝ่ายมนุษย์ไม่พอใจมี 4 เรื่อง คือ เสื่อมลาภ เสื่อมยศ นินทา ทุกข์[64]

การที่มีจิตใจพลอยยินดีและยินร้ายไปกับโลกธรรม 8 หรืออย่างใดอย่างหนึ่ง ย่อมส่งผลกระทบให้จิตใจต้องเป็นทุกข์ติดตามมา หากผู้ใดที่สามารถวางเฉยโดยไม่พลอยยินดียินร้ายต่อโลกธรรม 8 ได้แล้วย่อมเป็นเครื่องทดสอบได้ว่าบุคคลนั้นคือผู้ที่มีสุขภาวะผู้สูงอายุจังหวัดพะเยาอนามัยทางจิตที่ดี

4.4.5 พุทธศาสนากับการบูรณาการการจัดการสุขภาวะผู้สูงอายุทางปัญญา

พุทธศาสนากับการบูรณาการจัดการสุขภาวะผู้สูงอายุทางปัญญา ได้แก่

1) การปฏิบัติธรรม หรือการบริหารจิต พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ดำรงจิตให้บริสุทธิ์ด้วยการทำจิตให้อยู่กับปัจจุบันทุกขณะ และการทำจิตให้ว่าง ด้วยการปฏิบัติธรรม ดังที่ตรัสไว้ในโอวาทปาติโมกข์ 3 ประการคือ “ละชั่ว ทำดี และทำจิตให้บริสุทธิ์”[65] และ “ภิกษุทั้งหลายไม่เศร้าโศกถึงอดีต ไม่คิดถึงอนาคต กำหนดอยู่กับปัจจุบัน เพราะเหตุนั้น ผิวพรรณจึงผ่องใส”[66]

การเจริญสมาธิ การปฏิบัติสมาธิเป็นการแสวงหาทางพ้นความทุกข์ คือ การพ้นจากบ่วงเครื่องดักสัตว์ คือ กิเลสเครื่องทำให้จิตเศร้าหมอง โดยทรงแนะนำวิธีการปฏิบัติไว้ 2 ประการคือ สมถะและวิปัสสนา หมายถึง บังคับจิตและการรู้แจ้งจิตคือปัญญาญาณ ผู้ที่จะบรรลุธรรมต้องมีการสั่งสมเกี่ยวกับ ทาน ศีล ภาวนา การฝึกจิตให้หลุดพ้นจากกามคุณ 5

---

[63]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ 16, หน้า 204.

[64]เรื่องเดียวกัน, หน้า 216-217.

[65]**ที.ม.** (ไทย) 10/54/57, **ขุ.ธ.** (ไทย) 25/24/33.

[66]**สํ.ส.** (ไทย) 15/10/10.

(1) สมถกรรมฐาน สมถกรรมฐาน เป็นอุบายสงบใจ ได้แก่ การปฏิบัติธรรมด้วยการบริกรรม เป็นการบำเพ็ญเพียรทางจิตโดยใช้สติเป็นหลัก ไม่เกี่ยวกับการใช้ปัญญา มุ่งให้จิตสงบระงับจากนิวรณ์ ซึ่งเป็นตัวขัดขวางจิตไม่ให้บรรลุความดีเป็นสำคัญ การฝึกใจให้มีสมาธิเป็นอันดับแรก ฝึกสติ และวิริยะ ให้เกิดกับจิตตลอดเวลา เป็นอุบายวิธีที่หยุดความฟุ้งซ่านแห่งจิต ซึ่งมักจะฟุ้งซ่านไปตามอารมณ์ต่าง ๆกล่าวคือ หยุความคิดของจิตไว้ โดยใช้สติยึดถือเป็นอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง มาบริกรรมจนกระทั่งจิตแนบแน่นอยู่กับอารมณ์นั้น สมถกรรมฐานเป็นพื้นฐานโดยตรงในการที่จะช่วยให้ผู้ปฏิบัติได้เจริญวิปัสสนากรรมฐานต่อไปโดยลำดับ และเป็นธรรมที่ช่วยเกื้อหนุนในการเจริญวิปัสสนาปัญญาในการที่จะประหานกิเลสเป็นเบื้องปลาย จิตจึงจะมีสมรรถภาพตามต้องการ ที่เรียกว่า สมถภาวนา หรือ จิตตภาวนา หรือสมถกัมมัฏฐาน มีคุณสมบัติในการข่มกิเลส วิปัสสนากรรมฐานมีคุณสมบัติในการประหารกิเลส

(2) วิปัสสนา จากสมถะต้องใช้สมาธิปฏิบัติให้เป็นบาทหรือบันไดไปสู่วิปัสสนา เมื่อบรรลุสมาธิ (หรือฌาน) แล้ว จะเป็นปัจจัยเอื้อให้เกิดปัญญา เพื่อความหลุดพ้นโดยสิ้นเชิง ดังพุทธพจน์ว่า "เมื่อจิตตั้งมั่นก็เป็นกาลแห่งวิปัสสนา"[67] หรือ "ภิกษุทั้งหลาย จงเจริญสมาธิเมื่อภิกษุมีจิตตั้งมั่นแล้ว (สิ่งทั้งปวง) ย่อมปรากฏตามความเป็นจริง (วิปัสสนา)"[68]

วิปัสสนา คือ ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ความวิจัย ความเลือกสรร ความวิจัยธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด เฉพาะภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความค้นคิด ความใคร่ครวญปัญญาเหมือนแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทาง ความเห็นแจ้ง ความรู้ดี ปัญญาเหมือนรัตตะ ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม สัมมาทิฏฐิ วิปัสสนาจึงหมายการรู้แจ้ง การรู้วิเศษหรือการเห็นแจ้ง เห็นวิเศษ มี 3 ความหมาย ได้แก่

1) ปัญญาที่รู้แจ้งปัจจุบัน รูปนาม ไตรลักษณ์ มรรค ผล นิพพาน

2) ปัญญาที่รู้แจ้งซึ่งวิสุทธิ์ 7 มีศีลวิสุทธิ์ เป็นต้น

3) ปัญญาที่รู้แจ้งวิปัสสนาญาณ 16[69]

---

[67]**ขุ.ม.** (ไทย) 29/210/617.

[68]**สํ.สฬา.** (ไทย) 18/160/195.

[69]ดูรายละเอียดใน พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ), **วิปัสสนาญาณโสภณ**, พิมพ์ครั้งที่ 3, (กรุงเทพมหานคร: ศรีอนันต์การพิมพ์, 2546), หน้า 98.

วิปัสสนากรรมฐานว่าโดยที่แท้จริง หมายถึง ทั้งสมาธิและทั้งปัญญา นอกจากนั้น ยังได้รวบเอาศีล ซึ่งยังไม่ได้ตัวภาวนาเข้าไปอีก ด้วยในฐานะเป็นบริวารหรือบาทฐานของสมาธิ เพื่อจะให้เข้าใจการปฏิบัติวิปัสสนา ฉะนั้น ศีลกับสมาธิ จึงเป็นที่ตั้งอาศัยของวิปัสสนาเพราะวิปัสสนานั้น หมายถึง การรู้แจ้งเห็นจริง เป็นการรู้เห็นจริงสภาวธรรมตามที่เป็นจริง คือ ปัญญาที่เห็นความเป็นจริงของสังขารทั้งปวง ว่าตกอยู่ในไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แล้วถอนความยึดมั่นถือมั่นในสังขารเสียได้

วิปัสสนา จึงหมายถึง การอบรมจิตให้เกิดปัญญา โดยเกิดกาพิจารณาทางปัญญาจนเห็นสภาวะตามความเป็นจริงในกฎแห่งหลักไตรลักษณ์ พร้อมทั้งเข้าถึงความหลุดพ้นออกจากกิเลสตัณหาอันเป็นเหตุให้เกิดทุกข์หรือทำให้สิ้นอาสวะ ซึ่งหมายถึงการบรรลุธรรมอันสูงสุดในพระพุทธศาสนา คือ การเข้าถึงนิพพานเป็นหลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า โดยมีหลักการปฏิบัติด้วยวิธีวิปัสสนากรรมฐาน

2) สติปัฏฐาน 4 วิธีปฏิบัติธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญมาก ทรงสนับสนุนบ่อยครั้งให้พระภิกษุทั้งหลายปฏิบัติ คือ อานาปานสติ ดังพุทธดำรัสว่า

> ดูกรอานนท์ ธรรมหนึ่งคืออานาปานสติสมาธิ ภิกษุเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว จึงทำให้สติปัฏฐาน 4 บริบูรณ์ได้ สติปัฏฐาน 4 ที่ภิกษุเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว จึงทำให้โพชฌงค์ 7 ให้บริบูรณ์, โพชฌงค์ 7 เมื่อภิกษุเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว จึงทำให้วิชชาและวิมุตติบริบูรณ์[70]
>
> ภิกษุทั้งหลาย อานาปานสติสมาธิแม้ที่เจริญแล้วทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นสภาพสงบประณีตสดชื่น เป็นธรรมเครื่องอยู่เป็นสุข และทำอกุศลธรรมชั่วร้ายที่เกิดขึ้นแล้วให้อันตรธานไปสงบไปโดยเร็ว...[71]

สติปัฏฐาน 4 คือ การเอาสติมาใช้ในการกำหนดอารมณ์ต่าง ๆ[72] ประกอบด้วย 4 อย่างดังนี้

1. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน พิจารณาเห็นกายในกาย นั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายตรง ดำรงสติหายใจเข้า หายใจออก วิธีพิจารณากาย มีดังนี้

---

[70]**ม.อุ.** (ไทย) 14/149-152/191-195.

[71]**วิ.มหา.** (ไทย) 1/165/136-137.

[72]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **สมาธิแบบพุทธ**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์อินเทรนด์, 2558), หน้า 180.

1.1 อานาปานสติ คือ มีสติกำหนดลมหายใจเข้าออก

1.2 อิริยาบถ คือ กำหนดรู้ชัดกายที่ดำรงอยู่ โดยอิริยาบถ เดิน ยืน นั่ง นอน

1.3 สัมปชัญญะ คือ กำหนดรู้ทำความรู้สึก ในการกระทำ การเคลื่อนไหว

1.4 ปฏิกูลมนสิการ คือ การพิจารณาส่วนประกอบอันไม่สะอาดทั้งหลายที่ประชุมเข้าเป็นร่างกายนี้ ในกายมีผม ฯลฯ ไขข้อ มูตร

1.5 ธาตุมนสิการ คือ การพิจารณาร่างกายเห็นเป็นเพียงธาตุ ดิน น้ำ ไฟ ลม มาชุมนุมกัน

1.6 นวสีวถิกาคือพิจารณาซากศพให้เห็นคติธรรมดาของร่างกายของผู้อื่นเช่นใดของตนก็จักเป็นเช่นนั้น

2. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา รู้ชัดว่ารู้สึกสุข ทุกข์ ไม่ทุกข์ไม่สุข

3. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาเห็นจิตในจิต จิตมีอยู่เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรในโลก

4. ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาเห็นธรรมในธรรม ได้แก่ นิวรณ์ 5 ขันธ์ 5 อายตนะ 12 โพชฌงค์ 7 อริยสัจ 4 เกิดขึ้น ดับไป ตามที่เป็นจริงอย่างนั้น ๆ[73]

3) สัญญา 10 สัญญา 10 หมายถึง ความกำหนดหมาย แนวความคิดความเข้าใจ สำหรับใช้กำหนดพิจารณาในการเจริญกรรมฐาน[74] อาจเรียกอาพาธสูตร เป็นพระสูตรที่นิยมเรียกกันว่าศิริมานันทสูตรเป็นการใช้สมาธิ เพียงเพื่อให้ใจสงบ ไม่ฟุ้งซ่านหรือปรุงแต่ง แล้วนำจิตที่สงบไปวิปัสสนา คือ การคิดพิจารณาให้เกิดปัญญา คือ เห็นความจริง จนเกิดการปล่อยวางจากความยึดมั่นอันประโยชน์ช่วยในการรักษาความเจ็บป่วยไข้ได้เป็นอัศจรรย์ สัญญา 10 ประกอบด้วย

1. อนิจจสัญญา พิจารณาเห็นโดยความเป็นของไม่เที่ยงในอุปาทานขันธ์ 5

2. อนัตตสัญญา พิจารณาเห็นโดยความเป็นอนัตตาในอายตนะทั้งหลายที่เป็นภายในและภายนอก 6 ประการ ซึ่งแม้แต่ธรรมล้วนไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตนอย่างแท้จริง

3. อสุภสัญญา พิจารณาเห็นความเป็นของไม่งามในกาย

4. อาทีนวสัญญา พิจารณาเห็นโดยความเป็นโทษในกาย

---

[73]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม,** พิมพ์ครั้งที่ 16, หน้า 141.

[74]เรื่องเดียวกัน, หน้า 244.

5. ปหานสัญญา พิจารณาเห็นโดยไม่รับกามวิตก พยาบาท วิหิงสา บาปอกุศลธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้น ละ บรรเทา ทำให้สิ้นสุดทำให้ถึงความเกิดขึ้นไม่ได้อีกต่อไป

6. วิราคสัญญา พิจารณาธรรมอันละเอียดเป็นที่ระงับสังขารทั้งหลาย ดังนี้ว่าธรรมชาตินั้นสงบ ประณีต การคลายความอยากได้เป็นมรรคอันประเสริฐ เป็นสมบัติของอริยะควรแก่การปฏิบัติ

7. นิโรธสัญญา พิจารณาธรรมอันละเอียดเป็นที่สิ้นไปแห่งตัณหา ความดับ นิพพาน

8. สัพพโลเก อนภิรตสัญญา พิจารณาธรรมอันละเอียดเป็นที่ละอบาย (ตัณหาทิฐิ) และอุปาทาน ที่เป็นเหตุ ตั้งมั่นยึดมั่นและเป็นอนุสัยแห่งจิต ย่อมงดเว้นไม่ถือมั่น

9. สัพพสังขาเรสุ อนิจจสัญญา กำหนดหมายความไม่น่าปรารถนาในสังขาร พิจารณาความไม่น่าปรารถนา ย่อมอึดอัด ย่อมระอาย่อมเกลียดชังในสังขารทั้งปวง การรู้ความจริงตามกฎไตรลักษณ์ ล้วนอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ย่อมเกิดปัญญา จนเกิดนิพพานในสังขาร

10. อานาปานสติ นั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายตรง ดำรงสติ กำหนดลมหายใจเข้าออก[75] เป็นผู้มีสติ กำหนดรู้ในลมหายใจเข้าออก เป็นผู้มีสติหายใจเข้าเมื่อหายใจเข้ายาว ก็รู้ชัดว่าหายใจเข้ายาว เมื่อหายใจออกยาว ก็ชัดว่าหายใจออกยาว เมื่อหายใจเข้าสั้น ก็รู้ชัดว่าหายใจเข้าสั้น เมื่อหายใจออกสั้น ก็รู้ชัดว่าหายใจออกสั้น จิตสงบระงับไม่คิดปรุงแต่งฟุ้งซ่านออกไปภายนอกให้เกิดผัสสะต่าง ๆ ให้เกิดทุกขเวทนาหรือทุกข์อันเร่าร้อน ดังนั้น สัญญา 10 จึงใช้ปฏิบัติวิปัสสนาและมีอานิสงส์ให้สงบระงับจากการเจ็บไข้หนักด้วย เป็นฐานะที่พึงมีได้

ขั้นตอนการปฏิบัติธรรม

ผู้ปฏิบัติต้องศึกษาฝึกฝนอบรมตนเองไปตามลำดับ มีขั้นตอนการปฏิบัติธรรม ดังนี้

1) คบหากัลยาณมิตร พระพุทธเจ้าทรงตรัสให้พระภิกษุคบกัลยาณมิตร[76] ปรากฏในพระไตรปิฎกเรื่องการคบมิตรที่ดีไว้หลายแห่ง ครั้งนั้น สงฆ์ได้ลงนิยสกรรมภิกษุเสยยสกะให้ถือนิสัยใหม่ แล้วให้คบหากัลยาณมิตร จนหายเย่อหยิ่งกลับตัวได้ จึงระงับนิยสกรรม และพระพุทธเจ้าทรงตรัสสอนพระราหุลด้วยคาถาเหล่านี้อยู่เนือง ๆ ว่า “เธอจงคบกัลยาณมิตร ยินดีเสนาสนะอันสงัด

---

[75]**องฺ.ทสก.** (ไทย) 24/60/128-131.

[76]**ขุ.ธ.** (ไทย) 25/78/51.

ปราศจากเสียงอึกทึกครึกโครม จงเป็นผู้รู้จักประมาณในการบริโภค [77] เธอจงเป็นผู้สำรวมในปาติโมกข์และอินทรีย์ 5 จงเจริญกายคตาสติกัมมัฏฐาน จงเป็นผู้เบื่อหน่ายในสังสารวัฏให้มาก[78]

2) รักษาศีลให้บริสุทธิ์ ด้วยการสำรวมระวังในพระปาติโมกข์

3) สำรวมอินทรีย์

4) ความเป็นผู้รู้จักรับประทานอาหารพอประมาณ

5) ความเป็นผู้รู้ตื่นตัวอยู่เสมอ ด้วยการเดินจงกรม

6) การเจริญสติสัมปชัญญะ ด้วยการปฏิบัติธรรมแนวสติปัฏฐาน 4 ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงแสดงว่าเป็นทางเอก การเจริญสติด้วยการตามเห็นกายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต และธรรมในธรรม ดังพุทธพจนที่ว่า “ทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อความดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุญายธรรม (อริยมรรค) ที่ถูกต้อง เพื่อทำให้แจ้งนิพพาน ทางนี้คือสติปัฏฐาน 4”[79] และทรงตรัสสอนพระราหุลด้วยคาถาเหล่านี้อยู่เนือง ๆ ว่า “...จงเจริญสมาธิจิตด้วยอสุภภาวนา จนจิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง และตั้งมั่นด้วยดี...”[80]

สรุปการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุตามแนวพระพุทธศาสนาที่เกิดจากการพัฒนา มี 2 ประเด็น ดังนี้

1. ประเด็นสุขภาวะดีประกอบด้วย 3 ด้าน คือ

1.1 เชิงกระบวนการ ได้แก่ 1) มีกลไกความร่วมมือแบบบูรณาการ 2) มีกระบวนการจัดการสุขภาวะผู้สูงอายุทั้งด้านการเฝ้าระวัง การส่งเสริม การป้องกัน การสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุโดยชุมชนและท้องถิ่น 3) มีกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้สิ่งดี ๆ ในการพัฒนา และต่อยอดความสำเร็จของการพัฒนาระบบสุขภาวะผู้สูงอายุ ชุมชน และนวัตกรรมด้านสุขภาวะผู้สูงอายุ

1.2 เชิงผลผลิต ได้แก่ 1) มีกิจกรรม/โครงการที่ดำเนินการโดยชุมชน/ท้องถิ่น 2) มีประชาชนกลุ่มเป้าหมายได้รับการคัดกรองและมีการเฝ้าระวังปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาวะผู้สูงอายุ มีการสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุที่ดี 3) มีประชาชนกลุ่มเป้าหมายได้รับการบริการสุขภาวะผู้สูงอายุที่

---

[77]**ขุ.จู.** (ไทย) 25/341/579.

[78]**ขุ.จู.** (ไทย) 25/343/579.

[79]**ที.ม.** (ไทย) 10/373/301.

[80]**ขุ.จู.** (ไทย) 25/344/579.

เหมาะสม และมีการดูแลสุขภาวะผู้สูงอายุตนเอง (Self Care) 4) มีการสร้างและใช้นวัตกรรมด้านสุขภาวะผู้สูงอายุเพื่อการดูแลสุขภาวะผู้สูงอายุของประชาชนในชุมชน

1.3 เชิงผลลัพธ์ ได้แก่ 1) พฤติกรรมสุขภาวะผู้สูงอายุที่ถูกต้อง 2) ลดอัตราการป่วยตายด้วยโรควิถีชีวิต 3) ลดความรุนแรงของโรคที่เกิดจกการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิต 4) ลดค่าใช้จ่ายด้านสุขภาวะผู้สูงอายุ

2. ประเด็นมีส่วนร่วม ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ

2.1 เชิงกระบวนการ ได้แก่ 1) องค์กรภาคีเครือข่ายให้ความร่วมมือในการจัดการด้านสุขภาวะผู้สูงอายุของชุมชน 2) ประชาชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมชุมชน

2.2 เชิงผลผลิต ได้แก่ 1) มีองค์ภาคีเครือข่ายที่มีส่วนร่วมในการจัดการสุขภาวะผู้สูงอายุของชุมชน 2) ประชาชนมีความตระหนักในการพึ่งตนเองด้านสุขภาวะผู้สูงอายุ

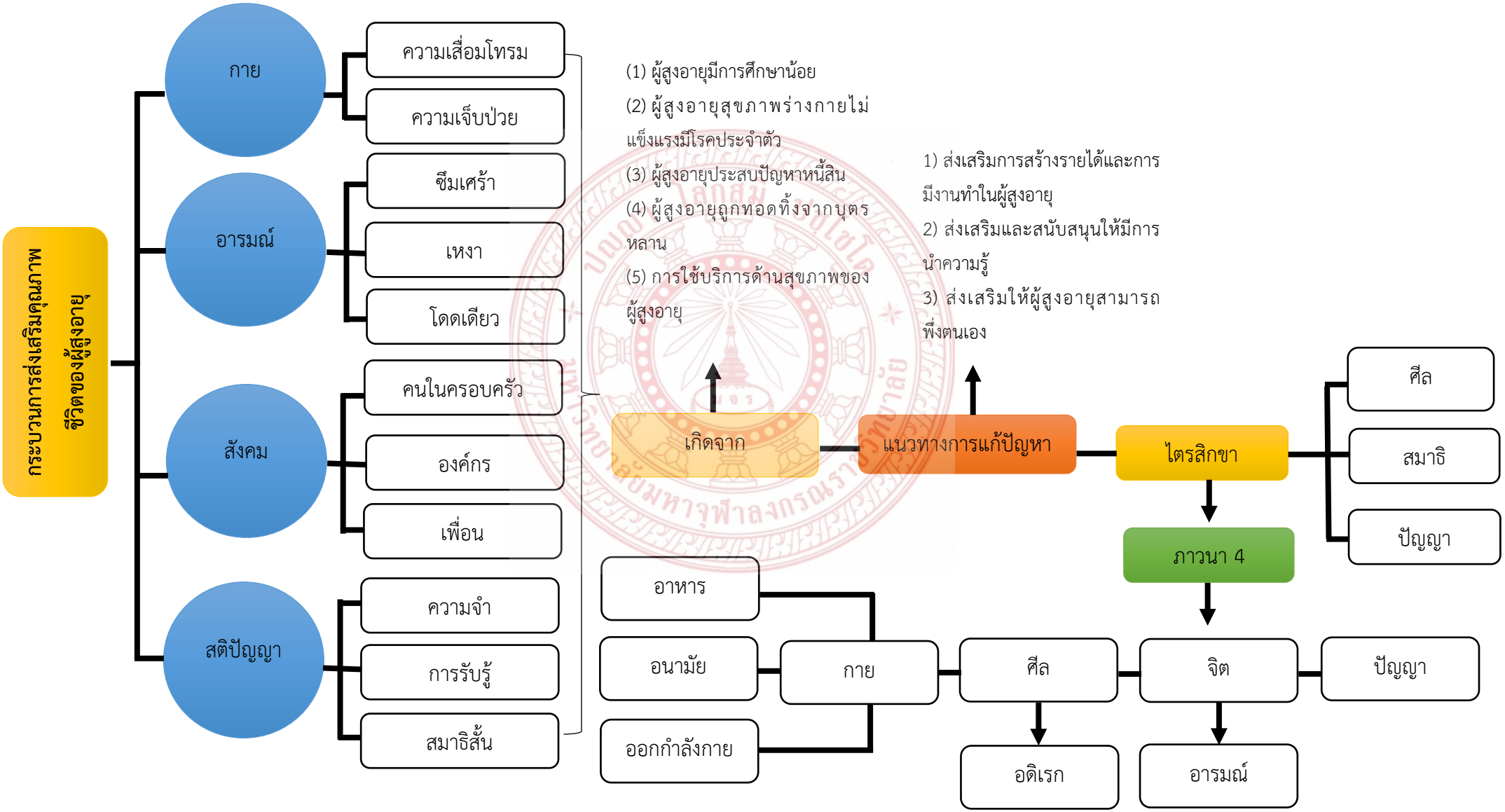
2.3 เชิงผลลัพธ์ ได้แก่ 1) เกิดเอกภาพในการพัฒนา การจัดการด้านสุขภาวะผู้สูงอายุจังหวัดพะเยาของชุมชน 2) คุณภาพชีวิตประชาชนในชุมชนดีขึ้น

ผลลัพธ์ที่คาดหวัง คือ ความยั่งยืน 3 ข้อ ได้แก่ 1) นโยบายสาธารณะ ที่เอื้อต่อสุขภาวะผู้สูงอายุดี (Healthy public policy) 2) ชุมชนสุขภาวะผู้สูงอายุดี (Healthy community) 3) สิ่งแวดล้อมดี พลังงานสะอาด (Green community) เป็นต้น

4.5 องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษาเรื่องกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ จากการวิจัยผู้วิจัยสามารถสรุปเป็นองค์ความที่ได้จากการวิจัย ดังปรากฏในภาพที่ 4.1 ดังนี้

ภาพที่ 4.1 แสดงกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ



กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ที่ปรากฏในภาพที่ 4.1 เป็นการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุไว้ในยุทธศาสตร์ที่ 4 คือ การส่งเสริมและพัฒนาบริหารสาธารณะของท้องถิ่นที่มีคุณภาพชีวิตของประชาชน โดยกำหนดรายละเอียดไว้ในแนวทางพัฒนา ประกอบด้วย

1. การสร้างและพัฒนาผู้ดูแลผู้สูงอายุ เพื่อการจัดบริการแก่ผู้สูงอายุที่ต้องการความช่วยเหลือและมีภาวะพึ่งพิงผ่านความร่วมมือกับหน่วยงานสาธารณสุขในเชิงนโยบาย

2. สร้างมาตรฐานรูปแบบการจัดบริการของท้องถิ่นเพื่อรองรับการให้บริการแก่ผู้สูงอายุคนพิการ ที่สามารถเข้าถึงบริการได้โดยสะดวก โดยไม่มีข้อจำกัดของร่างกายเป็นอุปสรรค พร้อมทั้งการส่งเสริมให้มีการจัดบริการเชิงรุกเพื่อให้ประชาชนได้รับบริการอย่างทั่วถึง เท่าเทียม เป็นธรรม

3. สร้างกลไกความร่วมมือกับหน่วยงานด้านสาธารณสุขในการยุติภาวะทุพโภชนาการทุกรูปแบบ และแก้ไขปัญหาความต้องการสารอาหารของผู้สูงอายุ

จากการศึกษาข้อมูลในด้านต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ ทำให้ผู้วิจัยได้ทราบถึงปัญหาและความทุกข์ของผู้สูงอายุในด้านของสุขภาพร่างกาย การเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นบ่อยครั้ง ไม่ได้รับการดูแลเอาใจใส่จากลูกหลานเท่าที่ควร ส่วนใหญ่ไม่มีรายได้จากการประกอบอาชีพ อีกทั้งยังประสบกับภาระหนี้สิน ทำให้ผู้วิจัยมีการกำหนดกระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุขึ้น กล่าวคือ

1) การอบรมให้ความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพอนามัยของตนเองในเบื้องต้น โดยการเชิญวิทยากรที่เป็นเจ้าหน้าที่จากโรงพยาบาลที่มีความรู้โดยตรงมาให้ข้อมูลในประเด็นเรื่องโรคภัยต่าง ๆ ที่พบบ่อยที่สุดในกลุ่มผู้สูงอายุ สาเหตุของการเกิดโรค วิธีการป้องกันการดูแลรักษาสุขภาพอนามัยของตนเอง การป้องกันดูแลโรคติดต่อทางเพศ ผลจากการฝึกอบรม พบว่า ผู้สูงอายุให้ความสนใจมากและได้ซักถามในเรื่องของสาเหตุของการเกิดโรคต่าง ๆ เช่น มีอาการแบบนี้น่าจะเป็นโรคอะไร เป็นต้น

2) การส่งเสริมปราชญ์ชาวบ้านในชุมชนให้มีส่วนร่วมในการถ่ายทอดความรู้ในด้านอาชีพ เช่น การจักสานจากวัสดุที่มีในท้องถิ่น การทอผ้า หรือด้านของหมอโบราณจากผู้ชำนาญ โดยเฉพาะในหมู่บ้าน เพื่อให้คนในชุมชนได้สานต่อ ซึ่งผลที่เกิดขึ้นพบว่า ผู้สูงอายุตั้งใจถ่ายทอดด้วยความเต็มใจและเกิดความภาคภูมิใจในตนเองมากขึ้น รู้สึกว่าตนเองได้สร้างประโยชน์ให้กับหมู่บ้านของตนอีกทั้งทำให้ผู้สูงอายุได้พูดคุยสนทนากันอย่างสนุกสนาน เห็นรอยยิ้มที่มีความสุข

3) การจัดสวัสดิการยาสามัญประจำบ้านที่ใช้ในการรักษาเบื้องต้นกับผู้สูงอายุ โดยมีผู้วิจัยหลัก เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลแต่ละอำเภอร่วมกันจัดหายาสามัญประจำบ้านให้ได้ยาตามที่ผู้สูงอายุต้องการ โดยที่ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย ซึ่งได้มีอาสาสมัครชุมชนคอยให้บริการและคำแนะนำการใช้ยาให้ถูกวิธี ณ จุดบริการ เป็นการส่งเสริมด้านสุขภาพอนามัยอีกทางหนึ่ง

4) ส่งเสริมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุที่ปกติมีอยู่แล้วแต่เป็นการออกกำลังกายแค่สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ให้เพิ่มขึ้นเป็นสัปดาห์ละ 3 ครั้ง โดยมีผู้นำออกกำลังกาย 1 คน

5) ส่งเสริมให้คนในชุมชนเห็นความสำคัญ และหันมาดูแลผู้สูงอายุมากขึ้นจากเดิม ไม่ว่าจะเป็นการดูแลด้านร่างกาย หรือสภาพจิตใจให้เหมือนกับในอดีตที่ลูกหลานจะเชื่อฟังคำสั่งสอน ให้การเคารพผู้สูงอายุคิดว่าท่านเป็นผู้ที่มีประสบการณ์มาก่อน รู้เห็นสิ่งต่าง ๆ มามากกว่า ให้ทุกคนหันมาใส่ใจพูดคุย ซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญมากกับสภาพจิตใจสำหรับผู้สูงอายุ

องค์ความรู้กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ประกอบด้วย 5อ. กล่าวคือ

(1) อาหาร คือ ผู้สูงอายุต้องรับประทานอาหารให้ตรงเวลา ครบ 5 หมู่ โดยเฉพาะอาหารที่ย่อยง่าย ผัก ปลา ผลไม้ งดการบริโภคอาหารพื้นเมืองประเภท ดิบ สุรา เพราะอาหารและน้ำดื่มเป็นสิ่งจำเป็นต่อร่างกาย ทำให้ชีวิตดำรงอยู่ได้ช่วยบำบัดความหิวกระหาย การบำรุงร่างกายด้วยอาหารจึงต้องใช้ปัญญาไตร่ตรองว่าอาหารชนิดใดเป็นโทษต่อร่างกายและไม่เป็นโทษต่อร่างกาย หากไม่รู้จักพิจารณาไตร่ตรอง ก็จะก่อให้เกิดทุกข์แก่ร่างกายได้ ดังนั้น ทางพระพุทธศาสนาจึงได้แนะนำหลักในการบริโภคอาหารไว้หลายประการ ได้แก่ การรับประทานอาหารที่ดีมีประโยชน์ต่อร่างกาย อาหารที่เป็นธรรมชาติไม่มีการปรุงแต่งมากเกินไป อาหารที่ย่อยง่าย รสไม่จัดเกินไป ไม่แสลงต่อธาตุภายในร่างกาย และที่สำคัญต้องเป็นผู้มีสติและรู้ประมาณในการบริโภคด้วย

(2) ออกกำลังกาย ผู้สูงอายุต้องพัฒนสุขภาวะของตนด้วยการออกกำลังกายเป็นประจำ และต้องไม่หักโหมจนเกินไป นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ ตลอดจนสภาวะแวดล้อมที่อยู่สะอาดเหมาะสม ที่สำคัญการทำสมาธิ สวดมนต์ จะช่วยเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุได้เป็นอย่างดี หลักปฏิบัติในการออกกำลังกายดีที่สุด ประหยัด และจัดว่าเหมาะสมกับทุกเพศทุกวัยตามพุทธวิธี ได้แก่ การเดินโดยเฉพาะอย่างยิ่งการเดินจงกรม ซึ่งเป็นวิธีออกกำลังกายที่ให้ผลทั้งทางกายและใจควบคู่กันไปด้วย และการปรับเปลี่ยนการเคลื่อนไหว อิริยาบถทั้ง 4 ให้สม่ำเสมอ เป็นประจำทุกวัน จะเป็นวิธีที่ช่วยให้ร่างกายแข็งแรง

(3) อารมณ์ ผู้สูงอายุต้องมีอารมณ์แจ่มใส สดชื่น ไม่ขุ่นมัว มีความรักเมตตา ซึ่งการปฏิบัติทางด้านอารมณ์ เป็นการปฏิบัติทางใจเพื่อไม่ต้องป่วย คือ การรับรู้และเข้าใจถึงธรรมชาติของสรรพสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง จะช่วยปรับสมดุลพลังในร่างกาย ก่อให้เกิดสมาธิ ร่างกายผ่อนคลาย นอกจากนี้การบริหารจิตด้วยการปฏิบัติธรรม สมถกัมมัฏฐาน วิปัสสนากัมมัฏฐาน ทำให้จิตมั่นคง ให้จิตอยู่กับปัจจุบันทุกขณะ ช่วยให้กายผ่องใส อารมณ์แจ่มใส

(4) อดิเรก สร้างสรรค์งานอดิเรก เพิ่มพูนคุณค่า เกื้อกูลสังคม ทำกิจกรรมให้เพลิดเพลิน เช่น สอนศิลปวัฒนธรรม ฟังเทศน์ อ่านข่าว หรือ ทำเครื่องจักสาร ฆ่าเวลาไม่ให้ว่างเปล่า

(5) อนามัย คือ ผู้สูงอายุต้องมีอนามัยดีรวมไปถึงอนามัยดีทั้งร่างกาย และใจ รักษาสุขภาพพลานามัยให้สะอาดอยู่เสมอ ผู้สูงอายุได้รับการดูแลเอาใจใส่จากภาครัฐ มีการจัดตั้งกลุ่ม อสม. เข้าไปดูแลตรวจเยี่ยมผู้สูงอายุ มีการนัดพบสำหรับผู้สูงอายุที่สามารถเดินทางได้เอง พบปะกันที่วัดหรือศูนย์บริการ อสม. โดยได้มีการส่งเสริมให้ความรู้ทางด้านสุขภาพอนามัยแก่ผู้สูงอายุ เป็นต้น

ปญฺญา โลกสฺมิ ปชฺโชโต
มจร
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่อง **“กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ”** ผู้วิจัยสามารถสรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะการวิจัยตามวัตถุประสงค์ ดังนี้

1) เพื่อศึกษาอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

2) เพื่อศึกษาการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

3) เพื่อศึกษาการบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ

5.1 สรุปผลการวิจัย

ในสังคมวัฒนธรรมต่าง ๆ ย่อมมีลักษณะเฉพาะและมีความแตกต่างกันไปตามปัจจัยของสภาพแวดล้อมและวิถีการดำเนินชีวิตของผู้คนในสังคม วัฒนธรรมขนาดใหญ่จะประกอบขึ้นด้วยสังคมวัฒนธรรมย่อยหลายๆ ส่วน ซึ่งมีลักษณะเฉพาะของตัวเอง ในภาคอีสานของประเทศไทยก็เช่นเดียวกัน ย่อมมีลักษณะเฉพาะและความแตกต่างทางสังคมวัฒนธรรมไปจากภูมิภาคอื่น ๆ ศาสนา คำสอน สาวก ศาสนสถาน และพิธีกรรมความเชื่อของชาวบ้าน เป็นรูปแบบความเชื่อที่มีการผสมผสานทางลัทธิศาสนาหลายอย่างเข้าด้วยกัน โดยเลือกสรรเอาเฉพาะส่วนที่สอดคล้องเหมาะสมกับชีวิตประจำวัน และวิถีวัฒนธรรมของท้องถิ่น ก่อเกิดเป็นความเชื่อที่มีรูปแบบเฉพาะ ไม่อาจเรียกได้ว่าเป็นไปตามหลักปรัชญาที่ถูกต้องของศาสนาใด และไม่ใช่ความเชื่อถืออย่างงมงายไร้เหตุผลโดยสิ้นเชิง โดยหลักแล้วศาสนาและความเชื่อชาวบ้านของชาวอีสานทั่วไปประกอบขึ้นด้วยรูปแบบความเชื่อ 3 อย่าง คือ การนับถือผี ความเชื่อทางศาสนาพราหมณ์ และศรัทธาในพุทธศาสนา แต่ทั้งนี้ไม่มีความเชื่อใดความเชื่อหนึ่งดำรงอยู่โดยอิสระ ต่างมีการผสมผสานและกลมกลืนเป็นส่วนหนึ่งของกันและกัน ในลักษณะของการเกื้อกูลอาศัยส่งเสริมกันและกัน ก่อให้เกิดเป็นประเพณีและวัฒนธรรมที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะของท้องถิ่น ผู้วิจัยสามารถนำมาสรุปได้ดังนี้

5.1.1 อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

อัตลักษณ์ คือ จิตสำนึกส่วนตัวและจิตสำนึกร่วมในสังคมที่เกิดจากการนิยามตัวเองว่าตัวเอง คือ ใครมีความเป็นมาอย่างไร แตกต่างจากคนอื่นอย่างไร และจะใช้อะไรเป็นเครื่องหมายของ

การแสดงออก คำว่า “อัตลักษณ์” นั้น หมายถึงอะไร ซึ่งถ้าพูดกันง่าย ๆ ก็คือ สิ่งที่แสดงถึงความเป็นตัวตนของคน ซึ่งส่วนหนึ่งก็จะเป็นลักษณะของตัวตนภายนอก เช่น กิริยาท่าทาง ภาษา และการแสดงออกต่อบุคคลอื่นกับลักษณะของตัวตนภายใน ได้แก่ ความรู้สึกนึกคิด นิสัยใจคอ คตินิยม ความเชื่อและสิ่งยึดเหนียวจิตใจ อัตลักษณ์นั้นเป็นเพียงคำที่ต้องการสื่อถึงคำพูดบางประการเพื่อแสดงความเป็นตัวตนของบุคคลและเป็นตัวบ่งชี้ของลักษณะเฉพาะของตัวบุคล สังคม ชุมชน เช่น เชื่อชาติ ภาษา วัฒนธรรมท้องถิ่นและศาสนา เป็นต้น

วัฒนธรรมเป็นวิถีชีวิตที่คนไทยได้เลือกสรรปรับปรุงแก้ไขจนถือว่าเป็นสิ่งที่ดีงามเหมาะสมกับสภาพแวดล้อมและได้ใช้เป็นเครื่องมือหรือเป็นแนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหาในสังคมซึ่งสังคมจะต้องปรับและรักษาไว้ให้เจริญงอกงาม เกิดขึ้นจากการประพฤติปฏิบัติร่วมกันเป็นแนวเดียวกันอย่างต่อเนื่องของสมาชิกในสังคมสืบทอดเป็นมรดกทางสังคมต่อจากอดีตหรืออาจเป็นสิ่งประดิษฐ์คิดค้นสร้างสรรค์ขึ้นใหม่หรืออาจรับเอาสิ่งที่เผยแพร่มาจากสังคมอื่น ๆ ทั้งหมดนี้หากสมาชิกยอมรับและยึดถือเป็นแบบแผนประพฤติปฏิบัติร่วมกันก็ย่อมถือว่าเป็นวัฒนธรรมของสังคมนั้น จะเห็นได้ว่า วัฒนธรรม หมายถึง ความเจริญงอกงามซึ่งเป็นผลมาจากระบบความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ มนุษย์กับสังคม และมนุษย์กับธรรมชาติ จำแนกออกเป็น 3 ด้าน คือ จิตใจ สังคม และวัตถุ มีการสร้างสมและสืบทอดจากคนรุ่นหนึ่งไปสู่คนอีกรุ่นหนึ่ง จากสังคมหนึ่งไปสู่อีกสังคมหนึ่ง จนกลายเป็นแบบแผนที่สามารถเรียนรู้และก่อให้เกิดผลิตกรรมและผลิตผลทั้งที่เป็นรูปธรรมและนามธรรมอันควรแก่การวิจัยเพื่ออนุรักษ์ ฟื้นฟู พัฒนา ถ่ายทอด ส่งเสริม เสริมสร้างเจตทัศนะ และแลกเปลี่ยนเพื่อสร้างดุลยภาพระหว่างมนุษย์ สังคม และธรรมชาติซึ่งจะช่วยให้มนุษย์สามารถดำรงชีพอย่างมีสันติภาพ สันติสุข และอิสรภาพอันเป็นพื้นฐานแห่งอารยธรรมของมนุษย์

วัฒนธรรมจำแนกออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. วัฒนธรรมที่เป็นวัตถุธรรม (Material Culture) เป็นวัฒนธรรมที่เกิดจากการประดิษฐ์คิดค้นของมนุษย์ที่สามารถนำมาใช้เพื่ออำนวยความสะดวกสบายต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน อันได้แก่ เครื่องมือ เครื่องใช้สอย อาคารก่อสร้าง ที่อยู่อาศัย เครื่องแต่งกาย เครื่องยนต์กลไก งานจิตรกรรม เครื่องมือสมองกล เป็นต้น

2. วัฒนธรรมที่ไม่เป็นวัตถุธรรม (Nonmaterial Culture) เป็นวัฒนธรรมที่ไม่มีรูปร่างเป็นตัวตนเป็นนามธรรมอันประกอบด้วย บรรทัดฐาน ค่านิยม และความเชื่อต่าง ๆ ที่ผสมผสานอยู่ในวิถีชีวิตของมนุษย์

จากความหมายและขอบข่ายดังกล่าววัฒนธรรมจึงมีขอบข่ายครอบคลุมความคิด ความเชื่อ วิถีปฏิบัติ ขนบธรรมเนียมประเพณี การปฏิบัติต่อกันของคน และผลงานที่มนุษย์สร้างขึ้นและสั่งสมทั้งที่เป็นศิลปหัตถกรรมและภูมิปัญญาชาวบ้าน ที่เป็นภูมิปัญญาท้องถิ่นในแต่ละภูมิภาค ลักษณะสำคัญอัตลักษณ์ยังเป็นเรื่องของการใช้สัญลักษณ์ เพราะการแสดงออกซึ่งความสัมพันธ์ต่าง ๆ

จะกระทำโดยผ่านระบบสัญลักษณ์ที่หลายรูปแบบในอีกด้านหนึ่ง อัตลักษณ์ก็ยังเกี่ยวข้องกับมิติ "ภายใน" ของความเป็นตัวเราอย่างมากทั้งในด้านของอารมณ์ ความรู้สึกเรา เพราะมนุษย์ให้ความหมายหรือเปลี่ยนแปลงความหมายที่เกี่ยวกับตนเอง ในกระบวนการที่เขาสัมพันธ์กับโลกและปริมณฑลของอัตลักษณ์และตัวตนที่มันซ้อนทับกันอยู่ จึงมีการจัดแบ่งประเภทของอัตลักษณ์เป็น 2 ระดับ คือ ระดับอัตลักษณ์ส่วนบุคคล และอัตลักษณ์ทางสังคม ที่จะใช้แสดงตน เช่น การที่สังคมกำหนดบทบาทหน้าที่และระบบคุณค่าที่ติดตัวมา

5.1.2 การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าที่ใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ เพื่อให้รู้ความเป็นจริงของโลกและชีวิต และให้รู้เท่าทันของกฎธรรมชาติจนสามารถอยู่กับโลกแห่งความเป็นจริงได้อย่างปกติสุข หลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจะเป็นแนวทางให้ผู้สูงอายุได้นำไปประพฤติปฏิบัติวางตนได้ถูกต้องเหมาะสมในฐานะที่อยู่ร่วมกันในสังคม และแก้ไขปัญหาชีวิตที่สำคัญของผู้สูงอายุ ได้แก่ ปัญหาด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคมการอยู่ร่วมกัน และด้านเศรษฐกิจและรายได้ การนำหลักพุทธธรรมไปประยุกต์ใช้ให้เกิดผลดีต่อตนเองและผู้อื่น ด้วยการรักษากาย วาจา และชำระจิตให้สะอาด จึงเป็นการพัฒนายกระดับคุณภาพชีวิตในปัจจุบันให้ดีขึ้น มีความสุขได้ในปัจฉิมวัย ดังรายละเอียดต่อไปนี้

หลักพุทธธรรม หมายถึง การประมวลคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ทรงประกาศและบัญญัติไว้ เป็นที่ทราบกันว่าภายหลังพุทธปรินิพพานแล้ว ได้มีการรวบรวมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าอย่างเป็นระบบครบถ้วน อยู่ในรูปแบบที่เรียกว่า คัมภีร์พระไตรปิฎก เพื่อให้เป็นแหล่งสืบค้นคำสอนเดิมแท้ของพระพุทธเจ้า และเป็นเสมือนตัวแทนของพระพุทธเจ้า พุทธธรรม จึงมีคุณค่าสำหรับวิถีชีวิตของมวลมนุษย์โดยเท่าเทียมกัน ทั้งนี้ก็ขึ้นอยู่กับระดับสติปัญญา ความสามารถของแต่ละบุคคล ที่จะนำมาพัฒนาตนเองให้เกิดความสุข ความเจริญงอกงามในชีวิต เพราะพระพุทธเจ้าเป็นเพียงผู้ค้นพบทางเดินของชีวิต แล้วนำมาบอกกล่าวให้แก่บุคคลอื่นเท่านั้น ดังที่พระองค์ตรัสว่า "เธอทั้งหลายควรทำความเพียรเองเถิด ตถาคตเป็นเพียงผู้ชี้บอกเท่านั้น ผู้บำเพ็ญภาวนา ดำเนินตามทางนี้แล้วเพ่งพินิจอยู่จักพ้นจากเครื่องผูกแห่งมารได้"

พุทธธรรมเป็นการแนะแนวต้นแบบเพราะการแนะแนวพุทธธรรมนี้ ส่งเสริมให้บุคคลรู้จักช่วยตนเอง ยอมรับศักยภาพของมนุษย์ในการแก้ไขปัญหา ตลอดจนให้รู้จักในเงื่อนไขเหตุปัจจัยและวิธีการ ซึ่งมีขั้นตอนครบถ้วนตามหลักแนะแนว หลักพุทธธรรมหลายประการ ที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุจะนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตเพื่อให้ได้รับประโยชน์สุข ตั้งแต่ขั้นต้นในการลงมือปฏิบัติ กล่าวคือ เริ่มตั้งแต่การรู้จักปฏิบัติตนที่ดีต่อสภาพสิ่งแวดล้อมภายนอก ซึ่งเรียกว่า ความสำรวมอินทรีย์ทั้งหลาย มีสำรวมตาสำรวมหู สำรวมจมูก สำรวมลิ้น สำรวมกายและสำรวมใจ เพื่อจะได้ใช้

เป็นพื้นฐานของศีล คือ เจตนางดเว้นจากความชั่วทางกาย และเจตนางดเว้นจากความชั่วทางวาจา เรียกว่า พัฒนาด้านความประพฤติหรือพัฒนาด้านพฤติกรรมที่ดี อันเป็นช่องทางให้จิตใจพัฒนาและช่วยให้ปัญญางอกงาม อย่างน้อยพึงพัฒนาพฤติกรรมที่ไม่เบียดเบียน แต่เป็นพฤติกรรมที่สร้างสรรค์เกื้อกูล ให้ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติและเข้าถึงสิ่งที่ดีงามเป็นประโยชน์ ทำให้เข้าใจและเห็นชีวิตที่มีคุณค่าเป็นความดีงาม พร้อมกับทำให้มีอายุยืนต่อไปด้วย ผู้สูงอายุจึงต้องศึกษาเรียนรู้และทำความเข้าใจหลักพุทธธรรม และนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน เช่น

1. หลักธรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาและแก้ไขปัญหาด้านกาย

(1) หลักไตรลักษณ์ หลักไตรลักษณ์เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สามัญลักษณะ แปลว่าลักษณะที่ทั่วไปหรือเสมอเหมือนกันแก่สิ่งทั้งปวง ซึ่งได้ความหมายเท่ากัน ความหมายของไตรลักษณ์ โดยย่อมีดังนี้

1) อนิจจตา ความไม่เที่ยง ความไม่คงที่ ความไม่ยั่งยืน ภาวะที่เกิดขึ้นแล้วเสื่อมและสลายไป

2) ทุกขตา ความเป็นทุกข์ ภาวะที่ถูกบีบคั้นด้วยการเกิดขึ้นและสลายตัว ภาวะที่กดดันฝืนและขัดแย้งอยู่ในตัว เพราะปัจจัยที่ปรุงแต่งให้มีสภาพเป็นอย่างนั้นเปลี่ยนแปลงไป จะทำให้อยู่ในสภาพนั้นไม่ได้ ภาวะที่ไม่สมบูรณ์มีความบกพร่องอยู่ในตัว ไม่ให้ความเสมออย่างแท้จริง หรือความพึงพอใจเต็มที่แก่ผู้อยากด้วยตัณหา และก่อให้เกิดทุกข์แก่ผู้เข้าไปอยากเข้าไปยึดด้วยตัณหาอุปาทาน

3) อนัตตตา ความไม่ใช่ตัวตน ความไม่มีตัวตนที่แท้จริงของมัน สิ่งทั้งหลายประกอบด้วยปัจจัยต่าง ๆ อันสัมพันธ์เนื่องกัน เกิดดับสืบต่อกันไปอยู่ตลอด เวลาไม่ขาดสายจึงเป็นภาวะที่ไม่เที่ยง เมื่อต้องเกิดดับไม่คงที่และเป็นไปตามเหตุปัจจัยที่อาศัยก็ย่อมมีความบีบคั้น กดดัน ขัดแย้งและแสดงถึงความบกพร่องไม่สมบูรณ์อยู่ในตัว เมื่อทุกส่วนเป็นไปในรูปกระแสที่เกิดดับอยู่ตลอดเวลาขึ้นต่อเหตุปัจจัยเช่นนี้ ก็ย่อมไม่เป็นตัวของตัว มีตัวตนแท้จริงไม่ได้

คุณค่าของไตรลักษณ์ คำสอนต่าง ๆ มักอ้างอิงถึง อนิจจตา คือ ความไม่เที่ยง มากกว่าลักษณะอื่นอีกสองอย่าง ทั้งนี้เพราะความไม่เที่ยง เป็นภาวะที่ปรากฏชัดมองเห็นง่าย ส่วนทุกขตาเป็นภาวะที่มองเห็นยากปานกลางจัดเป็นอันดับสอง และอนัตตาเป็นภาวะที่ประณีตมองเห็นได้ยากที่สุดจัดเป็นลำดับสุดท้าย อนิจจตามองเห็นได้ง่าย จึงเป็นพื้นฐานเบื้องต้นที่จะนำเข้าสู่ความเข้าใจทุกขตาและอนัตตาต่อไปประการหนึ่ง

พุทธพจน์ที่แสดงให้เห็นคุณค่าทางจริยธรรม 2 ประการของไตรลักษณ์ คือ

1. สังขารทั้งหลายไม่เที่ยงหนอ มีความเกิดขึ้นและเสื่อมสลายไปธรรมดาเกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป ความสงบวางแห่งสังขารเหล่านั้นเป็นสุข

2. สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมสลายไปเป็นธรรมดา เธอทั้งหลายจงทำหน้าที่ให้สำเร็จด้วยความไม่ประมาทเถิด

คุณค่าทางจริยธรรมข้อ 2 นี้ จะต้องใช้กับเรื่องของชีวิตและกิจต่อโลกทุกขั้น ทุกระดับ ตั้งแต่เรื่องเล็กน้อยส่วนตัวจนถึงความเรียบร้อยดีงามของสังคมส่วนรวม ตั้งแต่ประโยชน์ขั้นต้นจนถึงประโยชน์สูงสุด ตั้งแต่การประกอบการงานอาชีพแสวงหาทุนทรัพย์ของคฤหัสถ์ จนถึงการบำเพ็ญเพียรแสวงหาโพธิญาณของพระพุทธเจ้า และคุณค่าสองข้อนี้สัมพันธ์กันและเสริมกัน เมื่อปฏิบัติให้ได้คุณค่าครบทั้งสองอย่าง จึงจะได้รับประโยชน์บริบูรณ์ ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

1. คุณค่าด้านจิตใจ หรือคุณค่าเพื่อความหลุดพ้นเป็นอิสระคุณค่าด้านนี้ เป็นเรื่องเกี่ยวด้วยจุดหมายสูงสุดของพุทธธรรม ซึ่งเป็นเรื่องใหญ่ และสำคัญ ตามปกติผู้เจริญปัญญาด้วยการพิจารณาไตรลักษณ์ จะพัฒนาความเข้าใจต่อโลกและชีวิตให้เข้มคมชัดเจนยิ่งขึ้น พร้อมกับมีความเปลี่ยนแปลงทางด้านสภาพจิต เป็นขั้นตอนสำคัญ 2 ขั้นตอน คือ

ขั้นตอนที่ 1 เมื่อเกิดความรู้เท่าทันสังขาร มองเห็นความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ และความไม่เป็นตัวตนชัดเจนขึ้นในระดับปานกลาง จะมีความรู้สึกทำนองเป็นปฏิกิริยาเกิดขึ้น ก่อนนั้นเคยว่าสิ่งทั้งหลายซึ่งเป็นสภาพปรุงแต่ง ล้วนไม่เที่ยงแท้ยั่งยืนต้องเปลี่ยนแปลงแปรปรวนไป ไม่อาจคงสภาพเดิมอยู่ได้

ขั้นตอนที่ 2 เมื่อความรู้เท่าทันนั้นพัฒนาต่อไป จนกลายเป็นความรู้เห็นตามความเป็นจริง ปัญญาเจริญเข้าสู่ภาวะที่สมบูรณ์ เรียกว่า รู้เท่าทันธรรมดาอย่างแท้จริง ความรู้ สึกเบื่อหน่ายรังเกียจและอยากจะหนีให้พ้นไปเสียนั้นก็จะหายไป กลับรู้สึกเป็นกลาง ทั้งไม่หลงใหล ไม่ติดใจ แต่ก็ไม่รังเกียจไม่พัวพัน แต่ก็ไม่เหม็นเบื่อมีแต่ความรู้สึกชัด ตามที่มันเป็นและความรู้สึกโปร่งโล่งเป็นอิสระพร้อมด้วยท่าทีของการที่จะปฏิบัติต่อสิ่งนั้น ๆ ไป ตามความสมควรแก่เหตุผลและตามเหตุปัจจัย พัฒนาการทางจิตปัญญาขั้นนี้ ในระบบการปฏิบัติของวิปัสสนา เรียกว่า สังขารุเปกขาญาณ (ญาณอันเป็นไปโดยความเป็นกลางต่อสังขาร) เป็นขั้นตอนที่สำคัญและจำเป็น ในการที่จะเข้าถึงความรู้ประจักษ์แจ้งสัจจะ และความเป็นอิสระของจิตโดยสมบูรณ์

2. คุณค่าด้านการทำกิจ ในด้านการทำกิจ คือ ปฏิบัติหน้าที่การงานหรือทำสิ่งที่ควรทำนั้น เป็นธรรมดาที่ว่าปุถุชนทั้งหลายมักมีความโน้มเอียง กล่าวคือ

ก) เมื่อถูกทุกข์บีบคั้นเข้าแล้ว มีภัยมาถึงตัว เกิดความจำเป็นเฉพาะหน้า จึงหันมาเอาใจใส่ปัญหาหรือกิจที่จะต้องทำ แล้วดิ้นรนพยายามแก้ไขปัญหาหรือทำการนั้น ๆ ซึ่งบางคราวก็แก้ไขหรือทำได้สำเร็จ แต่บางทีก็ไม่ทันการต้องประสบความสูญเสียหรือถึงกับพินาศย่อยยับ แม้ถึงจะแก้ไขหรือทำได้สำเร็จก็ต้องเดือดร้อนกระวนกระวายมาก และยากที่จะสำเร็จเรียบร้อยด้วยดี หรืออาจเรียกว่า สำเร็จอย่างยับเยิน ถูกครอบงำ และบงการของกิเลสทั้งหลาย เช่น ความโลภ ความโกรธ ความหลงความชอบชัง ความริษยา เป็นต้น

ข) ยามปกติอยู่สบาย หรือแก้ไขปัญหาลุล่วงไปได้ ทำกิจเฉพาะหน้าเสร็จไปทีหนึ่งแล้วก็นอนกายนอนใจ เฝ้าแสวงหาแส่เสพแต่ความสุขสำราญ หลงใหลมัวเมาในความปรนเปรอ บำรุง

บำเรอ หรือไม่ก็เพลิดเพลินติดในความปกติสุขอยู่สบายไปชั่ววันๆ ไม่คิดคำนึงถึงที่จะป้องกันความเสื่อมและภัยที่อาจมาถึงในวันข้างหน้า พอทุกข์บีบคั้น ภัยถึงตัวจำเป็นเข้าก็เร่งแก้ไข เมื่อผ่านพ้นไปได้ก็นอนเสพสุขต่อไปอีกปฏิบัติเวียนวนอยู่ในวงจรเช่นนี้ จนกว่าจะถึงวันหนึ่งที่ไม่อาจแก้ไขได้ทันการหรือแก้ไขสำเร็จอย่างยับเยินเกินกว่าจะดำรงอยู่ต่อไปได้ ก็เป็นอันจบสิ้น สภาพความเป็นอยู่หรือการดำเนินชีวิตอย่างที่กล่าวมานี้ เรียกว่า ความประมาท ซึ่งละเลยทอดทิ้ง ไม่เห็นความสำคัญ ไม่กระตือรือร้นขวนขวาย ขาดความเพียรพยายาม

ความเป็นอยู่และการดำเนินชีวิตที่ตรงกันข้ามกับที่กล่าวมาแล้วนั้น เรียกว่า ความไม่ประมาท หรืออัปปมาท หมายถึง ความเป็นอยู่อย่างพากเพียร โดยมีสติเป็นเครื่องเร้าเตือนและควบคุมคือ สำนึกอยู่เสมอถึงสิ่งจะต้องเว้น และสิ่งที่จะต้องทำ มองเห็นความสำคัญของกาลเวลากิจกรรมและเรื่องราวทุกอย่างแม้ที่เล็กน้อย ไม่ยอมถลำพลาดไปในทางเสื่อมเสีย และไม่ทอดทิ้งโอกาสสำหรับความดีงาม ความเจริญ ดำเนินสู่จุดมุ่งหมายในทางแห่งดีงาม ไม่หยุดยั้งและคิดเตรียมการโดยรอบคอบ ลักษณะสำคัญของอัปปมาท หรือความไม่ประมาท มี 3 อย่าง คือ

(1) เห็นคุณค่าและความสำคัญ ของเวลาที่ผ่านไปทุกๆขณะ ไม่ปล่อยกาละและโอกาสให้ผ่านไปเสียเปล่า ใช้เวลาอย่างมีคุณค่าให้คุ้มและเกิดประโยชน์

(2) ไม่หลงระเริง ไม่มัวเมา ระมัดระวังควบคุมตนอยู่เสมอ ที่จะไม่ให้เผลอพลาดลงไปในทางผิด ไม่ปล่อยตัวให้ถลำลงไปในทางที่เสื่อมเสีย หรือที่จะทำกรรมชั่ว

(4) เร่งสร้างสรรค์ความดีงามและประโยชน์สุข กระตือรือร้นขวนขวายในการทำกิจหน้าที่ไม่ละเลย แต่ขะมักเขม้นในการพัฒนาจิตปัญญา และทำอย่างรอบคอบ เรียกว่า ความไม่ประมาทในกุศลธรรมทั้งหลาย

(2) ขันธ์ 5

ขันธ์ 5 เป็นส่วนประกอบ 5 อย่างของชีวิต สิ่งทั้งหลายที่มองเห็น ในรูปของส่วนประกอบต่าง ๆ ที่มาประชุมกันเข้า ตัวตนแท้ ๆ ของสิ่งทั้งหลายไม่มี เมื่อแยกส่วนต่าง ๆ ที่มาประกอบกันเข้านั้นออกไปให้หมด ก็จะไม่พบตัวตนของสิ่งนั้น สภาพของสิ่งทั้งหลายในรูปของการประชุมส่วนประกอบเช่นนี้ พุทธธรรมได้แสดงส่วนประกอบต่าง ๆ ซึ่งครอบคลุมทั้งวัตถุและจิตใจหรือทั้งรูปธรรมและนาม ธรรม การแสดงส่วนประกอบต่าง ๆ นั้น ในพระสูตรได้แสดงแบบขันธ์ 5 วิธีแบ่งแบบขันธ์ 5 พุทธธรรมแยกแยะชีวิต พร้อมทั้งองคาพยพทั้งหมดที่บัญญัติเรียกว่า “สัตว์” “บุคคล” ฯลฯ ออกเป็นส่วนประกอบต่าง ๆ 5 ประเภท หรือ 5 หมวด เรียกทางธรรมว่า เบญจขันธ์ คือ

(1) รูป ได้แก่ ส่วนประกอบฝ่ายรูปธรรมทั้งหมด ร่างกายและพฤติกรรมทั้งหมดของร่างกาย หรือสสารและพลังงานฝ่ายวัตถุ พร้อมทั้งคุณสมบัติและพฤติการณ์ต่าง ๆ ของสสารพลังงานเหล่านั้น

(2) เวทนา ได้แก่ ความรู้สึกสุข ทุกข์ หรือเฉย ๆ ซึ่งเกิดจากผัสสะทางประสาททั้ง 5 และทางใจ

(3) สัญญา ได้แก่ ความกำหนดได้หรือหมายรู้ คือ กำหนดรู้อาการเครื่อง หมายลักษณะต่างๆ อันเป็นเหตุให้จำอารมณ์นั้น ๆ ได้

(4) สังขาร ได้แก่ องค์ประกอบหรือคุณสมบัติต่าง ๆ ของจิต มีเจตนาเป็นตัวนำ ซึ่งแต่งจิตให้ดีหรือให้ชั่ว หรือเป็นกลาง ๆ และการแสดงออกทางกาย ทางวาจา ให้เป็นไปต่าง ๆ เป็นที่มาของกรรม เช่น ศรัทธา สติ หิริ โอตัปปะ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ปัญญา โลภะ โทสะ โมหะ มานะ ทิฐิ เป็นต้น เรียกรวมอย่างง่าย ๆ ว่าเครื่องปรุงของจิต เครื่องปรุงของความคิด หรือเครื่องปรุงของกรรม

(5) วิญญาณ ได้แก่ ความรู้แจ้งอารมณ์ทางประสาททั้ง 5 และทางใจ คือ การเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การรู้รส การรู้สัมผัสทางกาย และการรู้อารมณ์ทางใจ

ความสัมพันธ์ระหว่างขันธ์ต่าง ๆ ขันธ์ทั้ง 5 อาศัยซึ่งกันและกัน รูปขันธ์ เป็นส่วนกายนาม ขันธ์ทั้งสี่ เป็นส่วนใจ กายกับใจทำหน้าที่เป็นปกติ และประสานสอดคล้องกัน ชีวิตจึงจะดำรงอยู่ได้ด้วยดี เช่น กิจกรรมของจิตใจต้องอาศัยความรู้เกี่ยวกับโลก ซึ่งเกิดขึ้นได้ด้วยอาศัยอารมณ์ คือ รูป กลิ่น รส และสิ่งต้องกาย ผ่านเข้ามาทางตา หู จมูก ลิ้นและกาย อารมณ์ทั้ง 5 ก็ดี ตา หู จมูก ลิ้น กาย ก็ดี ต่างก็เป็นรูปธรรมอยู่ในรูปขันธ์ คือ เป็นฝ่ายกาย ส่วนด้านจิตใจถือกายเป็นเสมือนอุปกรณ์สำเร็จรูปที่สร้างขึ้นมารับใช้กิจกรรมของจิตใจ จึงถือว่าจิตใจเป็นศูนย์กลางแห่งกิจกรรมของชีวิต มีความกว้างขวาง ซับซ้อนและลึกซึ้งมาก เป็นที่ให้คุณค่าและความหมายแก่ชีวิต และเกี่ยวข้องโดยตรง

2. หลักธรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาและแก้ไขปัญหาด้านจิตใจ

(1) การรักษาศีล ประพฤติธรรม 2 ประการ คือ (1) ปฏิบัติตามหลักเบญจศีล หรือสิกขาบท 5 ดังนี้

1. เว้นปาณาติบาต คือ ไม่ทำลายชีวิต ได้แก่ ความประพฤติหรือการดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่นทางด้านชีวิตร่างกาย

2. เว้นอทินนาทานา คือ ไม่เอาของที่เขาไม่ได้ให้ การไม่ลักขโมย ได้แก่ ความประพฤติ หรือการดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่น ทางด้านทรัพย์สินและกรรมสิทธิ์

3. เว้นกาเมสุมิจฉาจารา คือ ไม่ประพฤติผิดในกามทั้งหลายได้แก่ ความประพฤติหรือการดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่น ทางด้านคู่ครอง บุคคลที่รักหวงแหน ไม่ผิดประเพณีทางเพศ ไม่นอกใจในคู่ครองของตนเอง

4. เว้นมุสาวาทา คือ ไม่พูดเท็จ ได้แก่ ความประพฤติหรือการดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่น ด้วยวาจาเท็จ โกหกหลอกลวง ตัดรอนประโยชน์หรือแกล้งทำลาย

5. เว้นจากของเมา คือ “เจตนางดเว้นจากการเสพของมึนเมา คือ สุราและเมรัย อันเป็นเหตุแห่งความประมาท” ได้แก่ ความประพฤติหรือการดำเนินชีวิต ที่ปราศจากความประมาท พลั้งพลาดมัวเมา เนื่องจากการใช้สิ่งเสพติดที่ทำให้เสียสติสัมปชัญญะ

จะเห็นได้ว่า การรักษาศีล ช่วยส่งเสริมพัฒนาให้การอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสันติสุขเกิดความเคารพในสิทธิของคนอื่น ช่วยปกป้องคุ้มครองชีวิตและทรัพย์สินของกันและกันให้เป็นไปโดยชอบธรรม ปราศจากการเบียดเบียนทำร้ายกัน สังคมย่อมสงบสุขร่มเย็น แต่ถ้าขาดศีลแล้วสังคมส่วนใหญ่ย่อมหาความสงบสุขร่มเย็นได้ยาก เพราะจะเกิดการแข่งขันในทางที่ประทุษร้ายต่อกันมากยิ่งขึ้น

(2) การรักษาเบญจธรรม เป็นธรรมที่เกื้อกูลผู้รักษาเบญจศีลไว้ประจำใจมี 5 ประการ ดังนี้

(1) เมตตาและกรุณา หมายถึง ความรักใคร่ปรารถนาดีต่อกัน อยากให้คนอื่นมีความสุขความเจริญ และความสงสารคิดอยากจะช่วยให้พ้นทุกข์ พ้นภาวะวิกฤติที่เขากำลังประสบอยู่ ใช้กับศีลข้อที่ 1 เพื่อประโยชน์ในการดำเนินชีวิต บุคคลควรเจริญเมตตาและกรุณา ซึ่งมีคุณูปการแก่สรรพสัตว์ทั้งหลายในโลกนี้

(2) สัมมาอาชีวะ หมายถึง การเลี้ยงชีพในทางสุจริต คู่กับศีลข้อที่ 2 ซึ่งหมายเอาการปฏิบัติครบวงจร ครอบคลุมไปถึงด้านต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตที่เรียกว่า สัมมาอาชีวะ

(3) กามสังวร หมายถึง ความสังวรในกาม หรือ ความสำรวมระวังยับยั้งควบคุมตนเองในทางกามารมณ์ ไม่ให้หลงใหลในรูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส คู่กับศีลข้อที่ 3

(4) สัจจะ หมายถึง ความสัตย์ หรือความซื่อตรง คู่กับศีลข้อที่ 4

(5) สติสัมปชัญญะ หมายถึง การระลึกได้และรู้ตัวทั่วพร้อมเสมอ คือ “พัฒนาตนเองให้เป็นคนรู้จักยั้งคิด รู้จักตัวเองเสมอ เห็นรูปทางตาแล้ว.... ฟังเสียงทางหูแล้ว... ดมกลิ่นทางจมูกแล้ว.... ฯลฯ รู้แจ้งธรรมารมณ์ทางใจแล้ว เป็นผู้ไม่ดีใจ ไม่เสียใจ มีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะอยู่” ระวังไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต

เบญจธรรมทั้ง 5 ประการนี้ เมื่อผู้สูงอายุได้ประพฤติปฏิบัติตามแล้ว ย่อมก่อให้เกิดความเมตตารักใคร่ต่อกัน ทำให้รู้จักคุณค่าของความเป็นมนุษย์แล้ว ยังรู้จักเลือกดำเนินชีวิตไปในทางที่ชอบ เว้นจากการละเมิดในหญิงหรือชายอันเป็นที่รักของบุคคลอื่น มีความซื่อสัตย์ต่อกัน ทำงานโดยมีสติสัมปชัญญะกำกับ คือ มีความระมัดระวัง รู้จักยั้งคิดพิจารณา เห็นคุณโทษในสิ่งต่าง ๆ บำเพ็ญตนเกื้อกูลต่อกัน

จะเห็นได้ว่า การที่ผู้สูงอายุรักษาศีล ประพฤติธรรม เป็นความประพฤติดีงาม สุจริตกาย วาจาและใจ เช่น การรักษาศีล 5 เป็นต้น นั้น โดยสาระของศีลอยู่ที่เจตนา ได้แก่ การไม่คิดล่วงละเมิด และการไม่คิดเบียดเบียนผู้อื่น รวมทั้งการสำรวมระวังคอยปิดกั้นช่วยส่งเสริมแก้ไขให้ผู้สูงอายุสามารถ

ควบคุมชีวิต ด้วยการแสดงออกทางกาย วาจา เป็นระเบียบความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ด้วยกันรวมถึงการจัดสิ่งแวดล้อมให้เรียบร้อย เกื้อกูลแก่การดำรงอยู่ด้วยดี ให้เกิดความผาสุกแห่งสมาชิกทั้งปวง

(3) บุญกิริยาวัตถุ บุญกิริยาวัตถุ เป็นระบบวิธีของมรรค จัดรูปขั้นตอนใหม่เป็นหลักทั่วไปที่เรียกว่า บุญกิริยาหรือบุญกิริยาวัตถุ 3 ประการนั้น คือ

1. ทาน คือ ทำบุญด้วยการให้ การสละ การเผื่อแผ่แบ่งปัน เป็นการให้เพื่อการอนุเคราะห์ เช่น การช่วยเหลือผู้ยากไร้ตกทุกข์ขาดแคลนบ้าง ให้เพื่อสงเคราะห์ เพื่อยึดเหนี่ยวจิตใจสมานไมตรี แสดงน้ำใจสร้างสามัคคีบ้าง ให้เพื่อบูชาคุณงามความดี เพื่อยกย่องส่งเสริมสนับสนุนคนดีบ้าง เป็นการให้ในด้านทรัพย์สิน สิ่งของ ปัจจัยเครื่องใช้ยังชีพ วัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ ก็มี ให้ความรู้ศิลปะวิทยาการ ให้คำแนะนำสั่งสอน บอกแนวทางดำเนินชีวิต หรือให้ธรรมก็มี ให้ความมีส่วนร่วมในการบำเพ็ญกิจที่ดีงาม ก็มี ตลอดจนให้อภัย ที่เรียกว่า อภัยทาน

2. ศีล คือ ทำบุญด้วยการรักษาศีล ประพฤติปฏิบัติดีงาม และการหาเลี้ยงชีพในทางสุจริต ความมีระเบียบวินัยและความมีกิริยามารยาทงดงาม เฉพาะอย่างยิ่งเน้นศีลในระดับการไม่เบียดเบียนหรือการอยู่ร่วมกันด้วยดี โดยสงบสุขในสังคม กล่าวคือ การไม่ประทุษร้ายต่อชีวิตและร่างกาย การไม่ละเมิดกรรมสิทธิ์ในทรัพย์สินของกันและกัน การไม่ละเมิดของรัก ไม่ประทุษร้ายจิตใจลบหลู่เกียรติ ทำลายวงศ์ตระกูลซึ่งกันและกัน การไม่หักรานลิดรอนผลประโยชน์กัน ด้วยวิธีประทุษร้ายทางวาจา และการไม่ซ้ำเติมตนเองด้วยสิ่งเสพติด ซึ่งทำให้เสื่อมทรามเสียสติสัมปชัญญะที่เป็นเครื่องเหนี่ยวรั้งป้องกันจากความผิดพลาดเสียหาย และคุ้มตัวไว้ในคุณความดี

3. ภาวนา คือ ทำบุญด้วยการเจริญภาวนา ด้วยการฝึกปรือจิตและปัญญา การอบรมจิตใจให้เจริญขึ้น ด้วยคุณธรรมต่าง ๆ ให้เข้มแข็ง มั่นคงหนักแน่น และให้มีปัญญารู้เท่าทันสังขาร หรือที่เรียกว่ารู้เท่าทันโลกและชีวิต ภาวนานี้ ก็คือ สมาธิภาวนาและปัญญา ภาวนาในไตรสิกขานั่นเองมีความหมายคลุม ตั้งแต่สัมมาวายามะที่ให้เพียรละกิเลส เพียรอบรมปลูกฝังกุศลธรรม ในหมวดสมาธิที่เรียกได้ว่า รู้เท่าทันโลกและชีวิต จนมาถึงการมีสัมมาทิฏฐิ และความดำริที่ชอบประกอบ ด้วยเมตตากรุณา ในสัมมาสังกัปปะที่เป็นหมวดปัญญา วิธีการและข้อปฏิบัติเป็นการแสวงหา และชำระจิตใจด้วยการสดับธรรม รวมถึงการอ่าน ที่เรียกว่า สวนะ การแสดงธรรม สนทนาธรรม ตลอดจนการแก้ไขปลูกฝังความเชื่อความเห็นความเข้าใจถูกต้อง การเจริญเมตตา และการควบคุมขัดเกลากิเลสโดยทั่วไป

จะเห็นได้ว่า การบำเพ็ญบุญกิริยาวัตถุ 3 คือ การบำเพ็ญทานมัย สีลมัย ภาวนามัย การทำบุญนั้นจะช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีจิตใจดี รู้จักการให้ การเสียสละ ขจัดความโลภ จะนำความสุขมาให้ และเป็นการเตรียมเสบียงไว้ในขณะที่มีชีวิตอยู่ ผู้สูงอายุที่หมั่นบำเพ็ญบุญจะได้รับอานิสงส์ คือ มีความสุขความเจริญในชีวิต มีจิตใจบันเทิงเกิดความสุขใจยินดีในกุศลที่ได้กระทำนั้นทั้งในโลกนี้ คือปัจจุบันชาติและในโลกหน้าอีกด้วย การที่ผู้สูงอายุได้ประสบกับโลกธรรม หรือ ธรรมะ

ประจำโลก อันได้แก่ ฝ่ายน่าชอบ คือ ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข และฝ่าย ไม่น่าชอบใจ คือ เสื่อมลาภ เสื่อมยศ นินทา ทุกข์ ผู้สูงอายุได้ประสบกับสิ่งต่าง ๆ ดังกล่าวมาแล้วมากมาย ต้องนำไปปฏิบัติให้เกิดประโยชน์กับการดำเนินชีวิตโดยเฉพาะด้านจิตใจ จะต้องพิจารณาให้เห็นความจริง ให้รู้เท่าทันความเป็นจริงนั้น และมองให้เห็นประโยชน์ให้ได้ การที่ได้เผชิญกับโลกธรรมที่ผ่านมา หากผู้สูงอายุมีวิธีการมอง วิธีคิดที่ถูกต้องและได้ผล นั่นคือ การได้พบกับอนิจจัง ได้แก่ ความเปลี่ยนแปลง เมื่อรู้เท่าทันและเห็นประโยชน์จากมันได้การยอมรับกับสภาพความจริง จะทำให้สภาพจิตนิ่ง ชีวิตก็สงบมั่นคง ไม่มีทุกข์ก็มีความสุขสบายในที่สุด

5.1.3 การบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ

ปัจจัยต่าง ๆ ที่กล่าวมานี้มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงในการดำเนินชีวิต เกิดพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุที่มีสุขภาพจิตดี คือ ผู้สูงอายุที่มีความพึงพอใจในชีวิต ความเป็นอยู่ในปัจจุบัน ภาคภูมิใจ และรู้สึกว่าตนเองประสบความสำเร็จ คิดว่าชีวิตยังเต็มไปด้วยสิ่งที่น่าสนใจ มีความสัมพันธ์ที่ดีกับคนรุ่นลูกหลานและคนวัยเดียวกัน ปราศจากความทุกข์ วิตกกังวล ซึมเศร้า สามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้ คุณค่าทางชีวิตที่สำคัญที่ทำให้ผู้สูงอายุมีชีวิตยืนขึ้นอยู่กับคุณค่าทางด้านจิตใจและปัญญาเป็นคุณค่าสูงสุดของผู้สูงวัย มีปัจจัยแวดล้อมที่มีผลต่อการมีอายุยืนด้านต่าง ๆ กล่าวคือ

(1) ด้านจิตใจ ผู้สูงอายุที่มีอายุยืน มีการดำเนินชีวิตที่เรียบง่ายไม่แกร่งแย่งแข่งขัน มีความสันโดษไม่ฟุ่มเฟือย มีจิตใจเอื้ออารี ไม่กังวล ไม่เครียด ไม่หงอยเหงาเศร้าสร้อย ทำกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยความกระปรี้กระเปร่า สดชื่นอยู่เสมอ ไม่ผูกใจเจ็บพยาบาทใคร ๆ ทำอะไรจิตใจจดจ่อจริงจัง มีความสดชื่นแจ่มใสอยู่เสมอ มีความสันโดษ ใจกว้างหนักแน่น มีอารมณ์ขันไม่โกรธ มองโลกในแง่ดี รู้จักทำจิตใจให้สงบ และปล่อยวาง

(2) ด้านกายภาพ ผู้สูงอายุที่มีอายุยืนส่วนใหญ่ร่างกายสมส่วน คุณภาพในการพักผ่อนดี ไม่เสพสิ่งเสพติด ไม่มีโรคประจำตัว นอกจากความเสื่อมของวัยชรา อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี รับประทานอาหารธรรมชาติ เน้นอาหารพืชผัก รับประทานอาหารช้าและปริมาณไม่มาก

(3) ด้านกายภาพสิ่งแวดล้อม ผู้สูงอายุที่มีอายุยืนส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในถิ่นที่มีอากาศบริสุทธิ์ ปราศจากควันพิษ อากาศถ่ายเทสะดวก มีต้นไม้สมบูรณ์ รับประทานอาหารพื้นบ้าน เช่น ผักผลไม้ ปลา ไม่นิยมอาหารตะวันตก อาหารสำเร็จรูปที่มีส่วนผสมของผงชูรสมาก

(4) ด้านสังคม มีครอบครัวที่อบอุ่น ลูกหลานดูแลใกล้ชิด เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมและประเพณีต่าง ๆ ที่สังคมจัดขึ้น

(5) ด้านปัญญา รู้เท่าทันชีวิตสังคมและโลก มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพด้วยตนเอง รู้จักเลือกรับประทานอาหารและทำกิจที่สบายแก่ตนเอง

การบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ เป็นองค์ความรู้ในการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม มีพื้นฐานสำคัญอยู่ที่การเรียนรู้ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมที่มีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับชีวิตมนุษย์ การขาดความสมดุลของธาตุตามธรรมชาติเป็นเหตุให้ร่างกายอ่อนแอและเป็นบ่อเกิดแห่งโรค การดูแลรักษาสุขภาพก็คือ การทำให้ร่างกายได้สมดุล ซึ่งมีทั้งการพักผ่อนให้เพียงพอ การออกกำลังกาย การรับประทานอาหารที่ปลอดสารเคมีและยาฆ่าแมลง สังคมในยุคปัจจัยอันเนื่องมาจากความก้าวหน้าทางการแพทย์และความก้าวหน้าทางด้านโภชนาการมีแนวโน้มทำให้สถิติผู้มีอายุยืน หรือประชากรสูงอายุเพิ่มขึ้น เพราะฉะนั้น ผู้สูงอายุเหล่านี้ไม่ใช่ผู้ที่จะดำเนินชีวิตไปเรื่อย ๆ เป็นภาระแก่ลูกหลานหรือรัฐบาลเท่านั้น แต่ผู้สูงอายุเหล่านี้ยังสามารถดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่าอย่างยิ่งหรืออาจกล่าวได้ว่าด้วยประสบการณ์การสั่งสมความรู้และพัฒนาการทางด้านอารมณ์ผู้สูงอายุอาจมีประโยชน์มีคุณค่าหรือมีคุณภาพต่อตนเอง สังคม และประเทศชาติได้ ทฤษฎีทางด้านชีววิทยาได้อธิบายถึงการเปลี่ยนแปลงทางด้านสรีระโดยจะมองความสูงอายุทางด้านความเสื่อมถอย และความดับของสภาวะการมีชีวิตของร่างกายภายหลังการเจริญเติบโตเต็มที่แล้วตามกาลเวลา ส่วนทฤษฎีทางจิตวิทยา จะมองความสูงอายุโดยพิจารณาความจำ การเรียนรู้ สติปัญญา อารมณ์ เป็นต้น และทฤษฎีสังคมวิทยา มองความสูงอายุในลักษณะของภาวการณ์ปรับตัวทางสังคม และบุคลิกภาพของคนว่า ในวัฏจักรแห่งชีวิตของคนจะมีพลวัตรทางสังคมในตัวเองที่คนจะต้องปรับโดยการยอมรับสภาพการเปลี่ยนแปลงที่ไม่คงที่ให้สมดุลเพื่อความอยู่รอดในสังคม ผลของการเปลี่ยนแปลงในทุก ๆ ด้านของผู้สูงอายุอันเนื่องมาจากความเสื่อมถอยลงของสภาพร่างกาย จิตใจ ผู้สูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงในการปฏิบัติกิจกรรมประจำวัน

การดูแลตนเองและการดำรงชีวิต การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย ความสามารถของร่างกายจะเริ่มลดลงภายหลังอายุ 30 ปี แต่เป็นการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องและอย่างช้า ๆ ในวัยสูงอายุ การเปลี่ยนแปลงดังกล่าว ทำให้สติปัญญา อารมณ์ และบุคลิกภาพของผู้สูงอายุเสื่อมลง การสูญเสียสถานภาพทางสังคม และการสูญเสียสัมพันธภาพทางครอบครัว เนื่องจากบุตรหลานต้องแยกออกไปมีครอบครัวใหม่จึงขาดผู้เลี้ยงดู อีกทั้งมีรายไม่แน่นอน ไม่มีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเอง จึงทำให้ผู้สูงอายุจะต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมใหม่ จากสาเหตุและสภาพปัญหาดังกล่าวทำให้ผู้สูงอายุ บางท่านขาดความมั่นคงทางอารมณ์ จิตใจ และมีปัญหาด้านเศรษฐกิจรายได้ จึงต้องตัดสินใจพึงพาการช่วยเหลือจากบุคคลหรือองค์กรสังคมสงเคราะห์ภายนอกครอบครัว ทั้งของภาครัฐและภาคเอกชน เช่น การเข้ารับการสงเคราะห์ในสถานสงเคราะห์คนชรา และการขอรับสวัสดิการเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุจากทางราชการ

การดูแลสุขภาพจึงเป็นการดูแลรักษาทั้งกายและใจไปพร้อม ๆ กัน เพื่อเป็นฐานชีวิตและพัฒนาชีวิตให้ดีงามยิ่งขึ้นไปมีการแก่เจ็บตายอย่างมีคุณภาพ พระพุทธองค์ทรงเห็นว่าสิ่งจำเป็นพื้นฐานของมนุษย์คือปัจจัย 4 ได้แก่ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค ทรงบัญญัติให้พระภิกษุ

สงฆ์เป็นอยู่ด้วยการบิณฑบาต การนุ่งห่มผ้าบังสุกุล การอยู่โคนไม้ และการฉันยาดองด้วยน้ำมูตรเน่า ถือประโยชน์และความพอดีเป็นประมาณ ทรงสอนให้รักษาสุขภาพเพื่อเป็นที่ตั้งแห่งความเลื่อมใสทั้งสุขภาพส่วนตัว ส่วนรวม และต่อสิ่งแวดล้อม เป็นต้น

5.2 อภิปรายผล

การศึกษาเรื่อง **"กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ"** ผู้วิจัยอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย 3 ข้อ จากข้อมูลที่ได้จากการสังเกต การสำรวจ การสัมภาษณ์ และการอภิปรายกลุ่ม ดังนี้

มนุษย์ได้สร้างวัฒนธรรมขึ้นมาเพื่อตอบสนองความต้องการด้านต่าง ๆ เพื่อให้การดำเนินชีวิตในสังคมเป็นไปอย่างเหมาะสมและสอดคล้องกับบรรทัดฐานทางสังคม ทำให้เกิดการหล่อหลอมให้สมาชิกในสังคมมีทัศนคติความเชื่อ ความสนใจ ความคิดสร้างสรรค์ไปในทางเดียวกัน ก่อให้เกิดความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน คือ การนิยามตัวตนหรือบอกว่าตนเป็นใครตรงกับศัพท์ทางวิชาการ ด้านมานุษยวิทยาที่ว่า "อตัลกัษณ์" จากคำกล่าวนี้มีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ ฉลาดชาย รมิตานนท์ ได้กล่าวไว้ว่า อัตลักษณ์ หมายถึง ตัวตน ตัวเอง และเป็นสิ่งที่เกิดจากการสร้างของวัฒนธรรม อัตลักษณ์มีความสำคัญต่อระบบสังคมกล่าวคือ ประการแรกทำให้เรารู้สึกว่าเป็นตัวเราหรือพวกเราที่แตกต่างจากคนอื่น โดยไม่จำเป็นต้องมีเพียงหนึ่ง แต่อาจมีหลายลักษณ์ที่ประกอบขึ้นมา อัตลักษณ์ไม่ใช่สิ่งที่มีอยู่ตามธรรมชาติที่เกิดขึ้นมาพร้อมกับคนหรือสิ่งของแต่เป็นสิ่งที่ถูกสร้างขึ้นและเปลี่ยนแปลงได้ซึ่งบ่งบอกถึงลักษณะเฉพาะลักษณะพิเศษที่จะบ่งบอกตัวตนของสิ่งนั้นหรือบุคคลนั้น[1] จากคำกล่าวที่ว่านี้ยังมีความสอดคล้องกับอภิญญา เฟื่องฟูสกุล ได้กล่าวว่า อัตลักษณ์มีความหมายเป็นปัจเจกที่เชื่อมต่อและสัมพันธ์กับสังคม ซึ่งสังคมกำหนดบทบาทหน้าที่และคุณค่าที่ติดตามมากับความเป็นสามี-ภรรยาความเป็นศิษย์-อาจารย์ อัตลักษณ์จึงเป็นเรื่องของสัญลักษณ์ด้วย อัตลักษณ์ (Identity) เป็นความรู้สึกนึกคิดที่บุคคลมีต่อตนเองว่า "ฉันคือใคร" ซึ่งจะเกิดขึ้นจากการปฏิสังสรรค์ระหว่างตัวเรากับคนอื่นโดยผ่านการมองตนเองและการที่คนอื่นมองเรา อัตลักษณ์ต้องการความตระหนัก (Awareness) ในตัวเราและพื้นฐานของการเลือกบางอย่าง นั้นคือ เราจะต้องแสดงตนหรือยอมรับอย่างตั้งใจกับอัตลักษณ์ที่เราเลือก ความสำคัญของการแสดงตนก็คือ การระบุได้ว่าเรามี

---

[1]ฉลาดชาย รมิตานนท์, **คนกับอัตลักษณ์**, (กรุงเทพมหานคร: ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร เอกสารประกอบการประชุมประจำปี ทางมานุษยวิทยา, 2545), หน้า 25.

อัตลักษณ์เหมือนกลุ่มหนึ่งและมีความแตกต่างจากกลุ่มอื่นอย่างไรและ “ฉันเป็นใคร” ในสายตาคนอื่น[2]

การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของ ชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ใช้พระพุทธศาสนาเป็นหลักในการส่งเสริม พัฒนาสุขภาวะของผู้สูงอายุใน โดยแบ่งผู้สูงอายุออกเป็น 3 กลุ่ม คือ 1. ผู้สูงอายุที่สามารถช่วยเหลือตัวเอง 2. ผู้สูงอายุที่ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ หรือเรียกว่า ภาวะติดเตียง 3. ผู้สูงอายุที่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้แต่ติดบ้าน 4. ผู้สูงอายุที่สามช่วยเหลือตัวเองได้แต่ติดสังคม ซึ่งผู้สูงอายุในแต่ละกลุ่มก็มีการช่วยเหลือและกิจกรรมโครงการ กระบวนการ กลไกในการดูแลที่ต่างอย่าง เช่น ผู้สูงอายุประเภทช่วยเหลือตัวเองได้ประเภทติดสังคม ก็จะออกนอกบ้านเที่ยวคบค้าสมาคม อาจจะนำพาไปในทางที่ไม่ควร เช่น ดื่มสุรา เล่นการพนัน เที่ยวกลางคืน อีกประเภทหนึ่งช่วยเหลือตัวเองได้ แต่ติดบ้าน ผู้สูงอายุประเภทนี้ จะไม่ค่อยคบค้าสมาคมกับใคร่ ไม่ให้ความร่วมมือในการประกอบกิจกรรมทางราชการ หรือแม้แต่กิจกรรมทางศาสนาเก็บตัวอยู่คนเดียว ส่วนอีกกลุ่มหนึ่ง คือ ผู้สูงอายุที่ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ เรียกว่า ผู้สูงอายุประเภทติดเตียง ไม่สามารถลุกไปไหนมาไหนได้ กลุ่มนี้ต้องอาศัยคนมาดูแลช่วยเหลือ ดีที่สุดคือญาติ ลูกหลาน แม้บางครั้งจะมีลูกหลานดูแลแต่ก็มีปัญหา อาจจะดูแลดีไม่เท่าที่ควร หรือดูแลไม่ถูกต้องตามหลักวิชาการ จากทฤษฎีที่กล่าวมานี้มีความสอดคล้องกับทฤษฎีของ สุทธิพงศ์ บุญผดุง[3] ได้ทำการวิจัย เรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในท้องถิ่นโดยใช้โรงเรียน ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง (ระยะที่ 1)” ผลการวิจัย พบว่า

1) ระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในภาพรวมอยู่ในระดับค่อนข้างมากโดยด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นอันดับแรกรองลงมาคือด้านการรวมกลุ่มทางสังคมด้านสภาพอารมณ์ที่ดีและด้านสภาพร่างกายที่ดีตามลำดับในขณะที่ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดีและด้านการตัดสินใจด้วยตนเองมีระดับคุณภาพชีวิตในระดับปานกลาง

2) ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตพบว่าด้านสภาพอารมณ์ที่ดีมีปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ปัจจัยด้านความว้าเหว่อ้างว้างและปัจจัยด้านความสุขกายสบายใจด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องได้แก่ปัจจัยด้านปฏิสัมพันธ์ในครอบครัวมิตรสหายและเพื่อนบ้านด้านการรวมกลุ่มทางสังคมมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องได้แก่ปัจจัยด้านการอุทิศและการได้รับการยอมรับจากชุมชนด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดีมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องได้แก่ปัจจัยด้านการดำรงชีพและปัจจัยด้านรายรับและรายจ่าย

---

[2]อภิญญา เฟื่องฟูสกุล, “แนวคิดหลักทางสังคมวิทยาเรื่องอัตลักษณ์”, **เอกสารประกอบการประชุมทางวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 1**, คณะกรรมการสภาวิจัยแห่งชาติสาขาสังคมวิทยา สำนักคณะกรรมการสภาวิจัยแห่งชาติ, 2543), หน้า 4.

[3]สุทธิพงศ์ บุญผดุง, **การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในท้องถิ่น โดยใช้โรงเรียนเป็นฐาน ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง (ระยะที่ 1)**, รายงานการวิจัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา, 2554, หน้า บทคัดย่อ.

คุณภาพชีวิตด้านสภาพร่างกายที่ดีมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องได้แก่ปัจจัยด้านการใส่ใจเรื่องสุขภาพและปัจจัยด้านการบริโภคที่ดีและสุดท้ายด้านการตัดสินใจด้วยตนเองมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องได้แก่ปัจจัยด้านความเป็นอิสระทางความคิดและปัจจัยการเลือกทำในสิ่งที่ต้องการ

3) แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้โรงเรียนเป็นฐานตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงผ่านความเห็นชอบจากผู้ทรงคุณวุฒิซึ่งสามารถนาไปทดลองใช้และศึกษาผลการใช้กับผู้สูงอายุในท้องถิ่นในงานวิจัยระยะที่ 2 ต่อไป

ประการที่สำคัญอย่างหนึ่ง จากการศึกษาวิจัย พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่นับถือพระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่นับถือสืบทอดกันมาเป็นระยะเวลาอันยาวนานจนหยั่งรากลึกกลายเป็นวิถีชีวิตพระพุทธศาสนา การดำเนินชีวิตตามหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนา และมีผู้นำองค์กรคณะสงฆ์ ศาสนสถาน ได้แก่ วัด เป็นเครือข่ายในการสนับสนุนส่งเสริมกิจกรรมเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุจังหวัดพะเยาเป็นอย่างดี การพัฒนาเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุย่อมที่จะมีความหลากหลายและไม่เหมือนกัน เพราะประเภทผู้สูงอายุที่ต่างและหลากหลายนั้นเอง จากคำกล่าวที่ว่านี้ยังมีความสอดคล้องกับทฤษฎีของ ภูมิวัฒน์ พรวนสุข[4] ได้ทำการวิจัย เรื่อง “แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ในเขตจังหวัดแพร่” ผลการวิจัย พบว่า

1. ภาพรวมของปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้านสุขภาพอนามัยด้านสังคมด้านครอบครัวและด้านการเงินและการงานพบว่าอยู่ในระดับมาก

2. แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ พบว่า ด้านสุขภาพอนามัยควรมีการนำแผนยุทธศาสตร์ไปปฏิบัติได้จริงที่สอดคล้องและตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุควรมีการจัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุพร้อมทั้งมีบริการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างจริงจัง

การบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ การดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ หมายถึง การที่ผู้สูงอายุมีสุขภาพร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ที่มีความสุข การกินดีอยู่ดี มีเศรษฐกิจที่มั่นคง ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ และมีการดำเนินชีวิตในสภาพความเป็นอยู่ที่ดีได้อย่างเหมาะสม ซึ่งมีองค์ประกอบของผู้สูงอายุ 5 ด้าน กล่าวคือ 1. ด้านร่างกาย 2. ด้านจิตใจ 3. ด้านสัมพันธภาพทางสังคม 4. ด้านสิ่งแวดล้อม 5. ด้านความมั่นคงในชีวิต ซึ่งมีความสอดคล้องกับ สุทธิพงศ์ บุญผดุง[5] ได้ทำการวิจัย เรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในท้องถิ่นโดยใช้โรงเรียน ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง (ระยะที่ 1)” ผลการวิจัย พบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในหลายๆ มิติ เช่น ด้านสภาพอารมณ์ที่ดี ด้านสภาพร่างกายที่ดี

---

[4]ภูมิวัฒน์ พรวนสุข, แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในเขตจังหวัดแพร่, **บทความวิจัย**, (วารสารบัณฑิตวิทยาลัยพิชญทรรศน์ 10 (1) : ม.ค.-มิ.ย. 2558), หน้า 77, บทคัดย่อ.

[5]สุทธิพงศ์ บุญผดุง, **การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในท้องถิ่น โดยใช้โรงเรียนเป็นฐานตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง (ระยะที่ 1)**, รายงานการวิจัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา, 2554, หน้า บทคัดย่อ.

ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี และด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ รัฐบาลได้ดำเนินการตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุตามสิทธิที่ผู้สูงอายุควรจะได้รับ ไม่ว่าจะเป็นการช่วยเหลือด้านการแพทย์และการสาธารณสุข การลดค่าโดยสาร เป็นต้น ซึ่งสิ่งที่กล่าวมานี้มีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ ยุวดี ไวทยะโชติ ที่ได้วิจัยเรื่อง “โปรแกรมการจัดการศึกษาตลอดชีวิตสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดภาคเหนือตอนบนของประเทศไทย” ผลการวิจัยพบว่า สภาพปัจจุบันและปัญหาการดำเนินงานการจัดการศึกษาผู้สูงอายุ มีปัญหาไม่สามารถดำเนินการจัดการศึกษาสำหรับผู้สูงอายุให้บรรลุตามนโยบายได้ เนื่องจากการขาดความเชื่อมโยงของนโยบาย ส่งผลต่อความไม่ต่อเนื่องในการปฏิบัติ ตลอดจนขาดการสนับสนุนทางกฎหมาย งบประมาณ การประสานงาน และระบบข้อมูลสำหรับใช้ในการวางแผน[6] ทั้งนี้เพื่อให้ผู้สูงอายุในสังคมได้อยู่อย่างมีคุณภาพชีวิตที่ดี และสภาพความเป็นอยู่ที่มั่นคงและมีหลักประกันทางสังคมที่แน่นอน ได้รับการคุ้มครองสิทธิอย่างถูกต้อง จะเห็นได้ว่า ประเทศไทยในช่วงเวลา 20 ปีที่ผ่านมา เนื่องจากนโยบายการคุมกำเนิด เป็นผลทำให้ปัจจุบันและในอนาคตประชากรจะอยู่ในกลุ่มผู้สูงอายุมากขึ้นตามลำดับ ประกอบกับสาธารณสุขการแพทย์ที่เจริญขึ้น ทำให้ประชากรมีอายุที่ยืนยาวขึ้น เป็นผลให้สังคมไทยเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุมากขึ้น

หลักพุทธธรรมในการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมของผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ จึงเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่สำคัญของการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมตามแนวทางพุทธวิธี ประกอบด้วยมิติต่างๆ 4 มิติ คือ

(1) มิติทางกาย ซึ่งเป็นมิติของสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับสภาพโดยทั่วไปทางกายของมนุษย์ทั้งภายใน ภายนอก และรวมถึงสภาพแวดล้อมรอบตัวด้วย ทั้งนี้มิติทางกายจะยึดเอาความแข็งแรงสมบูรณ์ของร่างกาย ไม่เจ็บ ไม่ไข้ ไร้ซึ่งโรคภัยเป็นสำคัญ

(2) มิติทางจิต ซึ่งเป็นมิติของสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับสภาวะทางจิตใจหรืออารมณ์ที่มีผลกับสุขภาพโดยรวมของมนุษย์ ไม่ว่าจะเป็นภาวะอารมณ์ที่แจ่มใสร่าเริง ผ่อนคลายไม่ตึงเครียด มีความสุขและปลอดโปร่ง โดยที่มีหลักการจัดการกับสภาวะความเครียดไม่ให้เกิดวิกฤตทางอารมณ์เกิดขึ้นเป็นปัจจัยส่งผลต่อสภาวะสุขภาพจิตที่ดีได้

(3) มิติทางสังคม ซึ่งเป็นมิติของสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับสภาวะโดยทั่วไปทางสังคมที่มีผลกับสุขภาพโดยรวมของมนุษย์ ไม่ว่าจะเป็นสภาพสังคมที่มีความผาสุกทั้งระดับครอบครัว สังคม และชุมชน โดยที่แต่ละระดับมีความสัมพันธ์อันดีต่อกัน สมาชิกในสังคมนั้นๆ มีความเอื้ออาทรต่อกัน

---

[6]ยุวดี ไวทยะโชติ, “โปรแกรมการจัดการศึกษาตลอดชีวิต สำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดภาคเหนือตอนบนของประเทศไทย”, **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรดุษฎีบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2547), หน้า บทคัดย่อ.

จัดระบบบริการจากภาครัฐที่มีความเสมอภาคกัน สิ่งเหล่านี้จัดได้ว่าเป็นปัจจัยที่สำคัญมาก ที่จะส่งผลต่อสภาวะสุขภาพทางสังคมที่ดีได้

(4) มิติทางปัญญาหรือทางจิตวิญญาณ ซึ่งเป็นมิติของสุขภาพที่เกี่ยวกับการมีความรู้เฉลียวฉลาด รู้เท่าทันสิ่งต่าง ๆ ที่จะเปลี่ยนแปลงไป ทั้งทางกาย จิตใจ และสังคม ทำให้เกิดแรงศรัทธาต่อตนเองและมีความหวังต่อความสำเร็จที่จะทำให้ตนเองมีความผาสุกด้วยสัมมาชีพ และเป็นปัจจัยส่งผลต่อสภาวะสุขภาพโดยรวมของมนุษย์อย่างสมบูรณ์ ที่ผู้วิจัยกล่าวมานี้มีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระมหาไกรวรรณ์ ชินทตฺติโย (ปุณขันธ์), และคณะ ได้วิจัยเรื่อง “การบูรณาการหลักพุทธธรรมในการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม” พบว่า การบูรณาการหลักพุทธธรรมในการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุ ที่สำคัญที่สุดก็คือ การปลูกฝังให้คนเป็นพลเมืองดี มีคุณธรรม จริยธรรม เพื่อก่อให้เกิดความสงบสุขในสังคม วิธีการหนึ่งที่น่าจะให้ผลดีในการปลูกฝังและพัฒนา คือ การนำหลักไตรสิกขามาประยุกต์ใช้ เนื่องจากไตรสิกขาเป็นระบบและเป็นกระบวนการในการฝึกฝน อบรม ฝึกหัด เพื่อพัฒนาคนใน 3 ด้าน คือ (1) ด้านพฤติกรรม เรียกว่า ศีล พัฒนาจิตใจ เรียกว่า สมาธิ และพัฒนาปัญญา เรียกว่า ปัญญา ทั้งนี้ก็เพื่อให้บุคคลมีการดำเนินชีวิตในวิถีที่ถูกต้องดีงาม โดยนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา (ไตรสิกขา) มาประยุกต์ใช้ในการบริหารและพัฒนาคนในองค์กร เป็นต้น[7]

เทคนิควิธีการพื้นฐานในการเยียวยาสุขภาพแบบองค์รวม จึงประกอบด้วยอาหารและโภชนาการ การผ่อนคลายความเครียด การเยียวยาทางจิตใจและการทำสมาธิ การหลีกเลี่ยงสิ่งแวดล้อมที่ไม่เอื้อต่อสุขภาพ การพักผ่อนที่เพียงพอ การออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัย เพศ และสภาพร่างกาย การแบ่งปันความรัก และการสร้างสัมพันธภาพระหว่างคนรอบข้าง ที่ผู้วิจัยกล่าวมานี้มีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระราเชนทร์ วิสารโท, ผศ.ดร. และคณะ ได้วิจัยเรื่อง “บูรณาการพุทธธรรมกับระบบการดูแลสุขภาพระยะยาวสำหรับผู้สูงอายุของอำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ” พบว่า เนื่องด้วยผู้สูงอายุมักถูกจำกัดบทบาทในสังคมให้ลดลง อันเนื่องมาจากเหตุปัจจัยต่างๆ และอาจนำไปสู่ความรู้สึกในทางลบทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ซึ่งอาจนำไปสู่ปัญหาอื่นๆ ได้ เช่น ปัญหาสุขภาพและครอบครัว เป็นต้น ดังนั้น ผู้สูงอายุจึงจำเป็นต้องเข้าใจหลักพุทธธรรม เพื่อมาใช้ในการพัฒนาและแก้ไขปัญหาทางสังคม ตลอดทั้งการอยู่ร่วมกัน โดยยึดหลักโลกธรรม 8 ซึ่งเป็นสิ่งที่ผู้สูงอายุต้องพบเจอและต้องปฏิบัติต่อโลกธรรมให้ถูกต้อง ส่วนการอยู่ร่วมกันกับเพื่อนมนุษย์ในสังคม ผู้สูงอายุควรมีพรหมวิหารธรรม 4 เป็นท่าทีแห่งจิตใจต่อบุคคลรอบข้าง ตลอดจนเพื่อนมนุษย์ทั้งหลาย นอกจากนี้หลัก

---

[7]พระมหาไกรวรรณ์ ชินทตฺติโย (ปุณขันธ์), ดร. และคณะ, **การบูรณาการหลักพุทธธรรมในการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม**, รายงานการวิจัย สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560, หน้า 4.

กัลยาณมิตตตา ยังสำคัญสำหรับผู้สูงอายุ เพราะการมีกัลยาณมิตร คือ มีผู้สั่งสอน ผู้แนะนำ ที่ปรึกษา เพื่อนที่คบหา และบุคคลแวดล้อมที่ดี เป็นเหตุให้ผู้สูงอายุพัฒนาความคิดไปในทางที่ดี นอกจากจะไม่เบียดเบียนตน ไม่เบียดเบียนผู้อื่นแล้ว ยังเป็นไปในทางประโยชน์เกื้อกูลทั้งแก่ตนเอง ผู้อื่น และแก่คนทั้งสองฝ่ายด้วย[8] การแสดงออกอย่างสร้างสรรค์ การสร้างสัมพันธภาพทางจิตวิญญาณและการเยียวยา ตลอดจนการพัฒนาปัญญาด้วย สุขภาพดี คือ สิ่งที่ทุกคนปรารถนาดังพุทธภาษิตที่ว่า "อาโรคฺยปรมา ลาภา" แปลว่า ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ ผู้ที่มีสุขภาพดีในทัศนะทางพระพุทธศาสนาถือว่าได้สร้างสมกุศลกรรมมาในอดีต แต่ก็ไม่ทั้งหมดยังอยู่ที่กรรมในปัจจุบันด้วย หลายคนต่างก็แสวงหาสุขภาพดี ใช้เงินเป็นเครื่องมือซื้อหาความสะดวกสบาย แต่สาเหตุสำคัญที่ทำให้เจ็บป่วยอาจจะเกิดจากความไม่สมดุลในการใช้ชีวิต หากสามารถใช้ชีวิตอย่างสมดุลในด้านการกิน อยู่ และการปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมและถูกต้อง ก็อาจทำให้ทุกคนมีสุขภาพที่ดีได้ ดังนั้น ในการแพทย์ปัจจุบันจึงให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพองค์รวม การดูแลสุขภาพแบบองค์รวมที่มีการบูรณาการความรู้ดั้งเดิมเข้ากับการบำบัดเสริม เพื่อส่งเสริมให้เกิดสุขภาวะที่ดี และป้องกันรักษาโรค

จากปัญหาสุขภาวะของผู้สูงอายุทำให้ได้แนวคิดในการแก้ไขซึ่งนับเป็นวิธีที่น่าสนใจ เพราะเป็นการเข้าไปแก้ที่ต้นเหตุ นั่นคือ การให้ความรู้ ซึ่งแยกออกเป็น 2 นัย คือ

(1) การสร้างสุขภาพ ซึ่งต้องมีการให้ความรู้ทั้งแก่ผู้สูงอายุ ควรแนะนำเรื่องอาหารการกิน มีการตรวจสุขภาพเป็นประจำ ทุกปี และ

(2) สร้างความคุ้นเคยในการตรวจสุขภาพ โดยต้องกำหนดหน่วยงานที่เป็นเจ้าหน้าที่หลักให้ชัดเจน ที่ผู้วิจัยกล่าวมานี้ยังมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ ศุภวัล พลายน้อย และเนาววัตน์ พลายน้อย ได้วิจัยเรื่อง "ผลกระทบของการพัฒนาที่มีต่อปัญหาและความต้องการของประชากรผู้สูงอายุ" พบว่า ผลกระทบของการพัฒนาที่มีต่อปัญหาและความต้องการของประชากรผู้สูงอายุในด้านเศรษฐกิจ สุขภาพอนามัย การปรับตัว และที่อยู่อาศัย ตลอดจนปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในด้านบทบาทครอบครัวและสังคม ผู้สูงอายุในสังคมไทยได้รับการเอาใจใส่เลี้ยงดูจากบุตรหลานและได้รับการยกย่องนับถือจากลูกหลาน แต่มีปัญหาด้านการปรับตัวบ้างพอสมควร แสดงให้เห็นว่า การที่สังคมเปลี่ยนแปลงไปนั้น ผู้สูงอายุจะทำความเข้าใจและปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมได้อย่างไร เป็นต้น[9]

---

[8]พระราเชนทร์ วิสารโท, ผศ.ดร. และคณะ, **บูรณาการพุทธธรรมกับระบบการดูแลสุขภาพระยะยาวสำหรับผู้สูงอายุของอำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ**, รายงานการวิจัย สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2559, หน้า 102-103.

[9]ศุภวัล พลายน้อย และเนาววัตน์ พลายน้อย, **ผลกระทบของการพัฒนาที่มีต่อปัญหาและความต้องการของประชากรผู้สูงอายุ**, รายงานการวิจัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2527, หน้า บทคัดย่อ.

นอกจากนั้นต้องกระตุ้นให้ผู้สูงอายุดูแลสุขภาพของตนเองโดยแนะนำถึงความเสี่ยงของความเจ็บป่วยต่างๆ ที่จะเกิดขึ้น และอีกส่วนหนึ่งคือ การซ่อมสุขภาพ ปัญหาใหญ่ของผู้สูงอายุ คือ เมื่อเจ็บป่วย เนื่องจากขาดผู้รู้ในการเข้าถึงการส่งต่อ เป็นผลให้ผู้สูงอายุไม่ได้รับการรักษาที่ดีหรือเพียงพอ จึงทำให้ขาดโอกาสที่จะพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขณะป่วย นอกจากนี้ ควรจัดให้มีการเผยแพร่ความรู้ขั้นการปฐมพยาบาลเบื้องต้นแก่ผู้สูงอายุเพื่อให้สามารถดูแลกันเองได้ในยามฉุกเฉินหรือยามปกติ หากผู้สูงอายุมีความรู้ที่เพียงพอ ก็จะสามารถรักษาชีวิตของผู้สูงอายุได้เพิ่มมากขึ้น อีกทั้งไม่เป็นการผลักภาระให้บุคคลรอบข้างก็ห่วงกังวล ผู้วิจัยและคณะจึงมีความสนใจที่จะทำการศึกษาในเรื่องการบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ โดยเน้นการมีส่วนร่วมของเครือข่าย ทั้งนี้เนื่องจากการจัดการกับปัญหาสุขภาพต้องอาศัยการมีส่วนร่วมหลายฝ่ายที่เกี่ยวข้อง และที่ต้องทำงานร่วมกันในรูปแบบเครือข่าย ซึ่งเป็นรูปแบบหนึ่งที่เป็นเครื่องมือหรือวิธีการทำงานให้มีประสิทธิภาพ โดยใช้กลไกการสื่อสารแลกเปลี่ยนข้อมูลและประสบการณ์ มีการร่วมมือกันในเรื่องต่าง ๆ และยังทำให้มีพลังต่อรองกับอำนาจต่าง ๆ ได้ดีขึ้น จึงนับว่าการมีส่วนร่วมของเครือข่ายเป็นปัจจัยสำคัญที่สุดของการส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาอย่างยั่งยืน

5.3 ข้อเสนอแนะ

5.3.1 ข้อเสนอแนะสำหรับการนำไปใช้

1. ด้านนโยบายการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ การกำหนดนโยบายการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ เป็นการกำหนดนโยบายไว้อย่างกว้างๆ ไม่ได้เจาะจงเฉพาะการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ และไม่ครอบคลุมสุขภาวะทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ สุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางสังคม สุขภาวะทางจิตใจ และสุขภาวะทางปัญญา ส่วนใหญ่มุ่งเน้นสุขภาวะทางกาย เช่น การสงเคราะห์เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ การดูแลรักษาสุขภาพ และการช่วยเหลือด้านปัจจัย 4 เป็นหลัก รวมทั้งไม่ได้กำหนดนโยบายเชิงรุก นั่นคือ การกำหนดนโยบายการเสริมสร้างและพัฒนาสุขภาวะผู้สูงอายุที่มีผลมาจากการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคม และการรองรับการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในอนาคต

2. ด้านกลไกการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ ควรกำหนดกลไกให้ครอบคลุมทั้ง 4 M ได้แก่ การบริหารจัดการ (Management) หน่วยงานหลักที่รับผิดชอบและบุคลากรในรูปของคณะกรรมการหรือคณะทำงาน (Man) งบประมาณดำเนินงาน (Money) และวัสดุอุปกรณ์ (Material) เพื่อให้การบริหารจัดการด้านการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุมีประสิทธิภาพมากขึ้น

3. ด้านการบูรณาการกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ ยังไม่ชัดเจน ส่วนใหญ่ดำเนินงานตามกิจกรรมที่กำหนดไว้ในโครงการเท่านั้น ดังนั้น อาจจะมีการกำหนดนโยบายแบบแนวคิดเชิงระบบ

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงขอเสนอแนะเชิงนโยบาย ดังนี้

1) นโยบายเร่งด่วน ควรเตรียมความพร้อมแก่ผู้ที่จะก้าวเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ ในการฝึกตนให้พร้อมเพื่อการดำเนินชีวิตให้ดีมีความสุข เมื่อถึงวัยผู้สูงอายุ โดยหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการให้ความรู้ที่เป็นประโยชน์ ดังที่ได้นำเสนอไปแล้วในงานวิจัยนี้

2) ควรป้องกันปัญหาต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นจากการที่สังคมไทยกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ทั้งด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคม ด้านสุขภาวะ และปัญหาด้านอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง ในแง่มหภาค รัฐบาลควรมีนโยบายวางแผนด้านเศรษฐกิจ สังคม และสาธารณสุข เป็นแผนแห่งชาติระยะสั้น ระยะกลาง และระยะยาว อย่างมีประสิทธิภาพ ให้ครอบคลุมปัญหาทุกด้านได้ ซึ่งจะต้องอาศัยหน่วยงานที่เกี่ยวข้องรวมมือกันทุกฝ่ายจึงจะสำเร็จได้

3) ในแง่จุลภาค ผู้สูงอายุที่กำลังก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุควรจะเตรียมตัวตนเอง ในด้านการเงิน ด้านการบำรุงรักษาสุขภาพของตน ด้านการเป็นอยู่รวมกับคนในครอบครัว การเปลี่ยนแปลงด้านสุขภาพที่มีแนวโน้มเข้าสู่วัยเสื่อมตามธรรมชาติ ด้านสุขภาพจิตที่ดี และด้านความสัมพันธ์ต่อสิ่งแวดล้อม ที่จะเอื้อต่อชีวิตผู้สูงอายุให้ดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข ถ้าผู้สูงอายุสามารถช่วยตัวเองได้โดยไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่นมากนัก แม้ว่าประเทศไทยจะก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ปัญหาที่อาจเกิดขึ้นดังกล่าว จะลดลงได้อย่างมากด้วยการแก้ปัญหาของผู้สูงอายุเอง

5.3.2 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

การศึกษาวิจัยเรื่อง “กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ” ผู้วิจัยมองว่า จากที่ได้นำเสนอไปยังไมเพียงพอต่อกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุ แต่ควรที่จะมีการวิจัยลงรายละเอียดเปนการเฉพาะ โดยผู้วิจัยเสนอประเด็นและหัวขอเพิ่มเติมที่ควรจะทำเพิ่มประกอบดวย 4 ลักษณะคือ

(1) ควรศึกษาองครวมวิถีพุทธด้านรางกายที่มีผลต่อผู้สูงอายุ ในบริบท องค์กร และชุมชนได้รับประโยชน์อย่างไร

(2) ควรมีการประสานกับภาคส่วนต่างๆ ในสังคมด้านการพัฒนาและเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ เช่น ภาครัฐ ภาคเอกชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ครอบครัว และกลุ่มองค์กรที่ทำงานในพื้นที่โดยอาศัยการดำเนินงานกิจกรรม/โครงการ ที่เกี่ยวกับวัฒนธรรม ภูมิปัญญา และความเชื่อของชุมชนเป็นพื้นฐานในการพัฒนาและเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ

(3) ศึกษาการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขตามหลักพระพุทธศาสนาสำหรับผู้สูงอายุ และกลุ่มประชากรที่มีปัญหาในแต่ละด้านในประเทศไทย

(4) ควรมีการสร้างเครือข่ายขององค์กรที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ เพื่อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน ทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนาและกิจกรรมทางขนบธรรมเนียมปะเพณี และวัฒนธรรม เป็นต้น

(5) ควรมีการศึกษารูปแบบ กระบวนการดูแลผู้สูงอายุประเภทต่างๆ เช่น ผู้สูงอายุประเภทช่วยเหลือตัวเองได้ ทำอย่างไรถึงจะมีตระหนักในคุณค่าตนเอง ผู้สูงอายุประเภทติดสังคม ควรมีการศึกษารูปแบบกระบวนการพัฒนา ปัญหาผู้สูงอายุติดสังคม เป็นต้น

ปญฺญา โลกสฺมิ ปชฺโชโต
มจร
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บรรณานุกรม

1. ภาษาบาลี-ไทย :

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Sources)

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาเตปิฎกํ 2500**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2535.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล ชุด 91 เล่ม**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2534.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(1) หนังสือ:

เกษม ตันติผลาชีวะ และกุลยา ตันติผลาชีวะ. **การรักษาสุขภาพในวัยผู้สูงอายุ**. กรุงเทพมหานคร: อรุณการพิมพ์, 2528.

คณะกรรมการฝ่ายประมวลเอกสารและจดหมายเหตุ. **หนังสือเฉลิมพระเกียรติ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เรื่อง วัฒนธรรม พัฒนาการทางประวัติศาสตร์ เอกลักษณ์และภูมิปัญญาจังหวัดศรีสะเกษ**. กรุงเทพมหานคร: ม.ป.ท. 2542.

คณาจารย์สถาบันราชภัฏสวนดุสิต. **ความจริงของชีวิต**. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: สถาบันราชภัฏสวนดุสิต, 2547.

โฆสิต ปั้นเปี่ยมรัษฎ์. **การพัฒนาประเทศไทย**. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและการศึกษาแห่งชาติ, 2532.

งามพิศ สัตย์สงวน. **การวิจัยเชิงคุณภาพทางมานุษยวิทยา**. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2551.

จารุวรรณ ธรรมวัตร. **คติชาวบ้านอีสาน**. กรุงเทพมหานคร: อักษรวัฒนา, 2540.

_____. **วิเคราะห์ภูมิปัญญาอีสาน**, (มหาสารคาม: ม.ป.ท., 2538ข.

จำนงค์ ทองประเสริฐ. **บ่อเกิดลัทธิประเพณีอินเดียเล่ม 1**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: ราชบัณฑิตยาสถาน, 2540.

จำนงค์ อดิวัฒนสิทธิ์ และคณะ. **สังคมวิทยา**. พิมพ์ครั้งที่ 13. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2549.

ฉัตรทิพย์ นาถสุภา และพรพิไล เลิศวิชา. **วัฒนธรรมหมู่บ้านไทย**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: สร้างสรรค์, 2541.

ฉัตรทิพย์ นาถสุภา. "ชุมชนไทยและวัฒนธรรมไทย". ใน **ประวัติศาสตร์วัฒนธรรมชุมชนและชนชาติไท**. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2540ก.

ฉลาดชาย รมิตานนท์. **คนกับอัตลักษณ์**. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร เอกสารประกอบการประชุมประจำปี ทางมานุษยวิทยา, 2545.

ชัยวัฒน์ ปัญจพงษ์. **การพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนในสังคมไทย**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์, 2545.

ณัฐพงศ์ จิตรนิรัตน์. **อัตลักษณ์ชุมชน community Identities : อัตลักษณ์และการพัฒนาเพื่อเคลื่อนไหวเปลี่ยนตำแหน่งแห่งที่ของชุมชน**. สงขลา: มหาวิทยาลัยทักษิณ, 2553.

ธิดา โมสิกรัตน์ และจำนงค์ ทองประเสริฐ. "ศาสนาและพิธีกรรมของไทย". ใน **เอกสารการสอนชุดวิชาไทยคดีศึกษา หน่วยที่ 8-15**. พิมพ์ครั้งที่ 8. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2543.

ธีรยุทธ บุญมี. **ชาตินิยมและหลังชาตินิยม**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: สายธาร, 2546.

นงเยาว์ ชาญณรงค์. **ศาสนากับสังคม**. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2547.

นภาจรี นาเบญจพล. **บทบาทของพระสงฆ์ไทยที่มีต่อสาธารณสุขมูลฐาน : ศึกษาเฉพาะกรณีจังหวัดนครราชสีมา**. นครปฐม: มหาวิทยาลัยมหิดล, 2539.

นภาพร ชโยวรรณ, มาลินี วงษ์สิทธิ์ และจันทร์เพ็ญ แสงเทียนฉาย. **ประชาการสูงอายุไทย : ลักษณะทางประชากรและสังคมจากแหล่งข้อมูลทางการ**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533.

นายแพทย์อุทัย สุดสุข. **สาธารณสุขในพระไตรปิฎก บูรณาการสู่สุขภาพดี ชีวิมีสุข**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: เทพประทานการพิมพ์, 2554.

นิยพรรณ (ผลวัฒนะ) วรรณศิริ. **มานุษยวิทยาสังคมและวัฒนธรรม**. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2540.

บรรลุ ศิริพานิช และคณะ. **ชมรมผู้สูงอายุ : การศึกษารูปแบบและการดำเนินงานที่เหมาะสม**. กรุงเทพมหานคร: วิญญาณการพิมพ์, 2539.

_____. **พฤติกรรมการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุไทยที่มีอายุยืนยาวและแข็งแรง**, กรุงเทพมหานคร: กระทรวงสาธารณสุข, 2532.

บุญยงค์ เกศเทศ. “ดอนปู่ตา ป่าวัฒนธรรมอีสาน”. ใน **ปกิณกะไทยคดีนิพนธ์**. มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2542.

ประดิษฐ ศิลาบุตร. **เยอศรีสะเกษ : อดีต ปัจจุบัน และอนาคต**. ศรีสะเกษศึกษา: มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ, ม.ป.ท..

ประเวศ วะสี. **แนวคิดและยุทธศาสตร์สังคมสมานุภาพและวิชชา**. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิภูมิปัญญา, 2536.

ประสาท อิศรปรีดา และคณะ. **ความเชื่อและสิ่งยึดเหนี่ยวทางจิตใจของชาวอีสาน**. มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒมหาสารคาม, 2518.

ประเสริฐ ศรีวิเศษ. **พจนานุกรมกูย (ส่วย) – ไทย – อังกฤษ**. กรุงเทพมหานคร: โครงการวิจัยภาษาไทยและภาษาพื้นเมืองถิ่นต่าง ๆ สถาบันภาษาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2521.

ประสิทธิ์ ลีปรีชา. **การสร้างและการสืบทอดอัตลักษณ์ของกลุ่มชาติพันธุ์ม้ง**. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร, 2547.

_____. **ชาติพันธุ์และมายาคติ**. กรุงเทพมหานคร: องค์กรรับส่งสินค้าและพัสดุ, 2546.

ผ่องพันธ์ มณีรัตน์. **มานุษยวิทยากับการศึกษาคติชาวบ้าน**. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2525.

พระเทพวิสุทธิกวี (พิจิตร ฐิตวณฺโณ). **การพัฒนาจิต**. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, 2543.

พระเทพเวที (ป.อ. ปยุตฺโต). “วัฒนธรรมกับการพัฒนา”. ใน **บทบาทของภาคเอกชน : ธนาคารพาณิชย์ในการบริหารงานทางด้านวัฒนธรรม**. กรุงเทพมหานคร: อัมรินทร์พริ้นติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง, 2536.

พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต). **พุทธศาสตร์กับการแนะแนว**. กรุงเทพมหานคร: สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย, 2534.

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). **การพัฒนาที่ยั่งยืน**. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, 2543.

พระธรรมโมลี (ทองอยู่ ญาณวิสุทฺโธ). **การศึกษาเชิงวิเคราะห์วิถีชีวิต พฤติกรรมสุขภาพและการดูแลรักษาสุขภาพแบบองค์รวมของพระสงฆ์ตามที่ปรากฏในพระไตรปิฎก**. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2551.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). **การแพทย์ยุคใหม่ในพุทธทัศน์**. พิมพ์ครั้งที่ 5. งานพระราชทานเพลิงศพ ศ.นพ.ชุด อยู่สวัสดิ์. กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จากัด, 2550.

_____. **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ**. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท สหมิกธรรม จำกัด, 2549.

พระมหาจรรยา สุทฺธิญาโณ. **พระพุทธศาสนากับการดูแลรักษาสุขภาพแบบองค์รวม**. สงขลา: มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, 2543.

พระยาอนุมานราชธน. **การศึกษาเรื่องประเพณีไทย**. กรุงเทพมหานคร: ราชบัณฑิตยสถาน, 2515.

ไพฑูรย์ มีกุศล. “กวย : ชาติพันธุ์”. ใน **สารานุกรมไทย ภาคอีสาน เล่ม 1**. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสารานุกรมวัฒนธรรมไทย ธนาคารไทยพานิช, 2542.

ไพฑูรย์ มีกุศล. “ไทยกวย : ชนพื้นเมืองดั่งเดิม”. **อาศรมวัฒนธรรม**, (ม.ป.ท.: ม.ป.พ., 2547.

มงกฎ แก่นเดียว. **สารานุกรมวัฒนธรรมไทย ภาคอีสาน เล่ม 1-2**. กรุงเทพมหานคร: สยามเพรสแมเนจเม้นท์ จำกัด, 2542.

มณี พยอมยงค์. **ความเชื่อของคนไทย**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2536.

มุณี พันทวี. **โครงการจัดงานประเพณีวันออกพรรษา**. มหาสารคาม: สถาบันวิจัยศิลปะและวัฒนธรรมอีสาน, ม.ป.ป.

ยศ สันตสมบัติ และวิฑูร ปัญญากุล. **ความหลากหลายทางชีวภาพมิติทางสังคม และนิเวศ**. กรุงเทพมหานคร: สถาบันชุมชนท้องถิ่นพัฒนา, 2537.

_____. **การท่องเที่ยวเชิงนิเวศ : ความหลากหลายและการจัดการทรัพยากร**. เชียงใหม่ : โรงพิมพ์นพบุรี, 2554.

ยศ สันตสมบัติ. **มนุษย์กับวัฒนธรรม**. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2540.

ยุพา อุดมศักดิ์. **เรื่องภาวะสังคมไทย**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุขภาพใจ, 2547.

ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542**. กรุงเทพมหานคร: นามีบุ๊คส์พับลิชชิ่ง, 2546.

ลือชา วนรัตน์. **นโยบายงานส่งเสริมสุขภาพกลุ่มวัยทำงานและผู้สูงอายุ**. กรุงเทพมหานคร: กรมอนามัย, 2539.

วรรณา นาวิกมูล. “วัฒนธรรมพื้นบ้านและภูมิปัญญาท้องถิ่น”. ใน **ไทยศึกษา**. กรุงเทพมหานคร: คณะกรรมการวิชาไทยศึกษา ศูนย์วิชาบูรณาการหมวดวิชาศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2551.

วันรักษ มิ่งมณีนาคิน. **การพัฒนาชนบทไทย**. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2531.

วิชาภรณ์ แสงมณี. **ผีในวรรณคดี**. กรุงเทพมหานคร: บริษัทธรรมสาร, 2536.

วิทยากร เชียงกูล. **เพื่อศตวรรษที่ 21**. กรุงเทพมหานคร: มิ่งมิตร, 2540.

วิรัช-นิภาวรรณ วิรัชนิภาวรรณ. **การเข้าทรงและร่างทรง**. กรุงเทพมหานคร: โอ เอส พริ้นติ้ง เฮ้าส์, 2533.

สนธยา พลศรี. **หลักสังคมวิทยา**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์, 2545.

สมชาย ลำดวน. **ถอดรหัสวัฒนธรรม**. กาฬสินธุ์: ประสานการพิมพ์, 2552.

สมพร เทพสิทธา. **การพัฒนาแบบยั่งยืน**. กรุงเทพมหานคร: สมชายการพิมพ์, 2536.

สาโรช บัวศรี. **วัฒนธรรมประจำชาติ**. กรุงเทพมหานคร: อัมรินทร์พริ้นติ้งกรุ๊ป, 2531.

สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ. **ประเพณีไทย**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: คุรุสภาลาดพร้าว, 2531ก.

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. **พฤติกรรมการดูแลสุขภาพของประชากรไทย**. กรุงเทพมหานคร: กลุ่มงานวิเคราะห์และพยากรสถิติเชิงสังคม, 2547.

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดศรีสะเกษ. **รายงานประจำปี 2554**. ศรีสะเกษ: สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดศรีสะเกษ, 2554.

สมจิตร ทองอยู่. **จิตวิทยาทางสังคม**. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชีวาภิวัฒน์, 2549.

สำลี รักสุทธี. **ฮีตสิบสองคลองสิบสี่**. กรุงเทพมหานคร: พ.ศ.พัฒนา จำกัด, 2549.

สิริวัฒน์ คำวันสา. **อีสานคดีเนื่องในงานการละเล่นพื้นบ้าน**. กรุงเทพมหานคร: คณะโบราณคดี มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2521.

สุชีพ ปุญญานุภาพ. **ประวัติศาสตร์ศาสนา**. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: รวมสาสน์, 2541.

สุเชาว์ พลอยชุม. “ศาสนาในวัฒนธรรมไทย”. ใน **ไทยศึกษา**. กรุงเทพมหานคร: คณะกรรมการวิชาไทยศึกษา ศูนย์วิชาบูรณาการหมวดวิชาศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2551.

สุพัตรา สุภาพ. **สังคมและวัฒนธรรมไทย ค่านิยม ครอบครัว ประเพณี**. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2536.

สุรเกียรติ อาชานานุภาพ. **วิวัฒนาการการส่งเสริมสุขภาพระดับนานาชาติ**. พิมพ์ครั้งที่ 2. นนทบุรี: สำนักพิมพ์สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2541.

สุวิไล เปรมศรีรัตน์. **ภาษาและชาติพันธุ์ในเขตที่ราบสูงโคราช**. กรุงเทพมหานคร: แก้วแรมเรือน, 2544.

เสรี พงศ์พิศ. “ภูมิปัญญาชาวบ้าน”. **นโยบายวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี**, 2544.

อนุวัฒน์ ศุภชุติกุล และคณะ. **บทบาทประชาคมส่งเสริมสุขภาพ : นอกภาครัฐ**. พิมพ์ครั้งที่ 2. นนทบุรี : สำนักพิมพ์สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2541.

อภิศักดิ์ โสมอินทร์. **โลกทัศน์อีสาน**. พิมพ์ครั้งที่ 2. ม.ป.ท. : ม.ป.พ., 2537.

อมรา พงศาพิชญ์. **วัฒนธรรม ศาสนา และชาติพันธุ์ : วิเคราะห์สังคมไทยแนวมานุษยวิทยา**, พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2541.

อรรวรรณ ปิลันธน์โอวาท. **การสื่อสารเพื่อการโน้มน้าวใจ**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2542.

เอกวิทย์ ณ ถลาง. **ภูมิปัญญาชาวบ้านสี่ภูมิภาค : วิถีชีวิตและกระบวนการเรียนรู้ของชาวบ้านไทย**. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2540.

อภิญญา เฟื่องฟูสกุล. “แนวคิดหลักทางสังคมวิทยาเรื่องอัตลักษณ์”. **เอกสารประกอบการประชุมทางวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 1**. คณะกรรมการสภาวิจัยแห่งชาติสาขาสังคมวิทยา สำนักคณะกรรมการสภาวิจัยแห่งชาติ, 2543.

_____. **อัตลักษณ์**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์คณะกรรมการสภาวิจัยแห้งชาติ, 2546.

(2) วิจัย/วิทยานิพนธ์

ทรงคุณ จันทจร, ผศ.ดร., พิสิฏฐ์ บุญไชย, ผศ., ไพรัช ถิตย์ผาด, ดร., และคณะ. **คุณค่าอัตลักษณ์ศิลปวัฒนธรรมท้องถิ่นกับการนำมาประยุกต์เป็นผลิตภัณฑ์ท้องถิ่นเพื่อเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจและการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคกลาง และภาคใต้**. รายงานการวิจัย. สถาบันวิจัยศิลปะและวัฒนธรรมอีสาน : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2552.

ทินวงษ์ รักอิสสระกุล และธัญญธร อินทร์ท่าฉาง. **การศึกษาอัตลักษณ์ท้องถิ่นประจำภาคเหนือตอนล่างเพื่อออกแบบเรขศิลป์บนบรรจุภัณฑ์ของที่ระลึก**. รายการงานวิจัย คณะสถาปัตยกรรมและการออกแบบ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร, 2554.

ปิยาภรณ์ ศิริภรนุมาศ. “ปัญหาและแนวทางพัฒนาชุมชนผู้สูงอายุในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ”. **วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2546.

พระมหาไกรวรรณ์ ชินทตฺติโย (ปุณขันธ์), ดร. และคณะ. **การบูรณาการหลักพุทธธรรมในการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์กรชุมชน อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม**. รายงานการวิจัย สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560.

พระมหานิพนธ์ มหาธมฺมรกฺขิโต (แสงแก้ว) และคณะ. **การพัฒนารูปแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุด้วยหลักจิตภาวนาในพระพุทธศาสนา**. รายงานการวิจัย สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2557.

พระมหาสังเวช จนฺทโสภี (ศรีโคตร), ผศ.ดร.. **การจัดการเรียนรู้ด้านสุขภาวะของผู้สูงอายุตามแนวพุทธศาสนา**. รายงานการวิจัย สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2556.

พระมหาสุภวิชญ์ ปภสฺสโร (วิราม), ผศ.ดร. และพระมหาสังเวช จนฺโสภี (ศรีโคตร), ผศ.ดร.. **การฟื้นฟูสุขภาวะของผู้สูงอายุของวัดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ**. รายงานการวิจัย สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2557.

พระราเชนทร์ วิสารโท, ผศ.ดร. และคณะ. **บูรณาการพุทธธรรมกับระบบการดูแลสุขภาพระยะยาวสำหรับผู้สูงอายุของอำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ**. รายงานการวิจัย สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2559.

มาลินี วงษ์สิทธิ์ และศิริวรรณ ศิริบุญ. อ้างใน ปิยาภรณ์ ศิริภรนุมาศ. “ปัญหาและแนวทางพัฒนาชุมชนผู้สูงอายุในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2541.

ยุวดี ไวทยะโชติ. “โปรแกรมการจัดการศึกษาตลอดชีวิต สำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดภาคเหนือตอนบนของประเทศไทย”. **วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2547.

ลดารัตน์ สาภินันท์. **ภาวะธรรมทัศน์ในวัยผู้สูงอายุและการเตรียมตัวเกี่ยวกับความตายของผู้สูงอายุ**. รายงานการวิจัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2555.

ศุภวัล พลายน้อย และเนาววัตน์ พลายน้อย. **ผลกระทบของการพัฒนาที่มีต่อปัญหาและความต้องการของประชากรผู้สูงอายุ**. รายงานการวิจัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2527.

สมจิต แดนสีแก้ว. “ปัญหาและแนวทางพัฒนาชุมชนผู้สูงอายุในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2542.

สมชาติ มณีโชติ, เกรียงไกร ผาสุตะ และพิเนตร ดาวเรือง. **ประวัติศาสตร์วัฒนธรรมของชุมชนท้องถิ่นลุ่มน้ำชีตอนกลาง : การศึกษาการบริหารจัดการทรัพยากรท้องถิ่นของชุมชนอีสานผ่านตำนานและสถานที่สำคัญ**. รายงานวิจัย มหาสารคาม : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2548.

สิงหา จันทริย์วงษ์. **การพัฒนารูปแบบที่เหมาะสมสำหรับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชนบทโดยใช้ครอบครัวเป็นศูนย์กลาง**. รายงานการวิจัย สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์, 2551.

สุทธิพงศ์ บุญผดุง. **การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในท้องถิ่น โดยใช้โรงเรียนเป็นฐานตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง (ระยะที่ 1)**. รายงานการวิจัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา, 2554.

อนุวัฒน์ ศุภชุติกุล และคณะ. **บทบาทประชาคมส่งเสริมสุขภาพ : นอกภาครัฐ**. พิมพ์ครั้งที่ 2. นนทบุรี: สำนักพิมพ์สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2541.

อัจฉรี จันทมูล และบุญชู ศรีเวียงยา. **ลวดลายและการพัฒนาศักยภาพภูมิปัญญาต่อการจัดการผ้าทอพื้นเมืองที่ส่งผลเสริมสร้างความเข้มแข็งและการพึ่งตนเองแก่ชุมชนท้องถิ่น : ศึกษากรณีผ้าลายสร้อยดอกหมากในจังหวัดมหาสารคาม**. รายงานการวิจัย. มหาสารคาม : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2549.

(3) วาสาร

จุติภพ ป้องสีดา. ดนตรีกลุ่มชาติพันธุ์ในจังหวัดศรีสะเกษ. **วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม**. ปีที่ 31 ฉบับที่ 3. (พฤษภาคม - มิถุนายน พ.ศ.2555).

เนติ โชตช่วงนิธิ. “กูย (ส่วย) บ้านปราสาท : วัฒนธรรมผสมกลมกลืน”. **สยามรัฐ**. (25 มกราคม 2561).

สารภี ขาวดี. “ประเพณีแซนโฎนตา : การสืบทอดและการดำรงอยู่ในบริบทพื้นที่ดั้งเดิม”. **วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์**. ปีที่ 7 ฉบับที่ 2 (กรกฎาคม-ธันวาคม 2559).

อุทัย สมวัฒน์. “ประเพณี 4 เผ่าไทยศรีสะเกษย้อนรอยวัฒนธรรมของบรรพชนอีสาน”. **บ้านเมือง**, (25 กันยายน 2540).

(4) สื่อออนไลน์

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. **เครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกชุดย่อ ฉบับภาษาไทย**. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : http://www.dmh.go.th/test/whoqol/. [18 มกราคม 2561].

ปัญหาสุขภาพจิต. [ออนไลน์] แหล่งที่มา : http://www.stou.ac.th/stoukc/elder/main6_61.html. [12 มกราคม 2561].

(5) ภาษาอังกฤษ

Linton, Ralph. **The Study of Man**. New York : Appleton Century Cooperation, 1973.

Orem,D.E. **Nursing Concept of Practice**. (2 ed.). New York : McGraw-Hill Book Company. 1980.

Orem,D.E.. **Nursing Concept of Practice**. (4 ed.) St. Louis : Mosby Year Book1991.

Pender, Nola J. **Health promotion in nursing practice**. 2d. ed. (Norwalk, Conn : Appleton & Lange, 1987.

Sprietzer, E.. And Synder. E.E. **Correlated of Life Satisfaction among the Aged**. Journal of Gerontology. 29 (July) : 1974.

Stuart Hall. **Representation : Cultural Representations and Signifying Practices**. London : Sage, 1994.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก บทความวิจัย

กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

The process support the quality of life the elderly using the cultural identities of the four tribes in Sisaket province.

พระราชธรรมสารสุธี, ดร.[1], พระกัญจน์ กนฺตธมฺโม, ดร.[1*], ดร.สุทัศน์ ประทุมแก้ว[1**]

PhraRajdhammasansudhi, Ph.D[1], PhraKan Saengrung, Ph.D[1*], Dr.Suthat Pratoomkaew[1**]

[1]อาจารย์ประจำบัณฑิตศึกษา, วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

[1]Permanent Lecturer of the Graduate School, Sisaket Buddhist College, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

บทคัดย่อ

บทความวิจัยเรื่องนี้มีวัตถุประสงค์ (1) เพื่อศึกษาอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ (2) เพื่อศึกษาการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ (3) เพื่อศึกษาการบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ จากการศึกษาพบว่า จังหวัดศรีสะเกษ เป็นจังหวัดที่มีความโดดเด่นทางด้านวัฒนธรรม ที่เรียกว่า “วัฒนธรรมสี่เผ่า” มีภาษาพูดอยู่ 4 ภาษา คือ (1) เขมร (2) กูย (3) ลาว และ (4) เยอ ลักษณะเฉพาะทางวัฒนธรรมของกลุ่มชาติพันธุ์ มีการประยุกต์ใช้หลักคำสอนทางศาสนาเรื่องอาหาร การแต่งกาย และประเพณีของชุมชน พื้นฐานทางอุดมการณ์ของชาวจังหวัดศรีสะเกษเกิดจากการผสมผสานความเชื่อด้านพุทธศาสนา โดยแสดงออกผ่านการดำเนินชีวิต พิธีกรรม และจารีตของชุมชน ค่านิยมหลักมักเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตและการทำมาหากิน คือ การแก้ปัญหาปากท้อง การแสวงหาที่ทำกิน และการอยู่ร่วมกันอย่างสันติในชุมชน มีระบบครอบครัวและเครือญาติเป็นแรงยึดเหนี่ยว สังคมผู้สูงอายุก็เช่นเดียวกัน ได้รับอิทธิพลมาจากจารีตประเพณีทางศาสนา ผู้สูงอายุอยู่ในฐานะ “บุคคลที่มีประโยชน์ต่อสังคม” โดยมีฐานคติว่าผู้สูงอายุไทยถือเป็นสมาชิกในสังคมที่เปี่ยมไปด้วยศักยภาพ ทั้งในด้านภูมิความรู้ และประสบการณ์ในการดำเนินชีวิต มีความเข้าใจชีวิตอย่างลึกซึ้ง สามารถชี้แนะลูกหลาน คนในสังคม ในชุมชน ให้ดำเนินชีวิตอย่างถูกต้องเหมาะสม

---

[1]อาจารย์ประจำบัณฑิตศึกษา, วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, โทร. 066-141-4598, E-mail : suthatpar.b@gmail.com

ตลอดจนมีการหยิบยกภูมิปัญญาท้องถิ่นของสังคมไทยมาส่งเสริมอย่างเป็นรูปธรรม เพื่อให้เกิดการถ่ายทอดวิชาความรู้ให้แก่ลูกหลานหรือเยาวชนคนรุ่นหลังในสังคมได้อย่างต่อเนื่อง

คำสำคัญ : การส่งเสริมคุณภาพชีวิต, ผู้สูงอายุ, อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรม, ชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

ABSTRACT

The Article research about this objective (1) to study the identity of culture of the four tribes in the province of Si Sa Ket, (2) to study the promotion of the quality of life of the Elderly by using the identity of culture of the four tribes in the province of Si Sa Ket, (3) to study the integration process care holistic health for the elderly in the province of Si Sa Ket. The study found that : Si Sa Ket province the province is unique to the culture that is called "the culture of four tribe" there are spoken language is 4 language is the (1) Khmer (2) Kui (3) Laos and (4) Yer. The characteristics of the culture of the ethnic groups have the application doctrine of religion, the dress code and the tradition of the community. The ideology of the province from a combination of the Buddhist by showing through the lives and traditions of the community. The Core Values is often related to the lives and livelihood is to solve the problem more mouths to seek new technique we and is part of the sacrifice of peace in the community have a system family and relatives as the restraint. Aging society, as well as influence from the tradition of religion the elderly are as "the person is useful to society." With the base of the motto that the Thai elderly is a member in the society with the potential both in the landscape of knowledge and experience in the life have a better understanding of life in-depth can guide the children of the society in the community to live properly. As well as a local knowledge of the Thai society to promote a tangible to broadcast knowledge to our children or youth people in the society.

Keywords : To promote the quality of life, The elderly, The identity of culture, Of the four tribes in Sisaket province.

1.1 บทนำ

ในสังคมวัฒนธรรมต่าง ๆ ย่อมมีลักษณะเฉพาะและมีความแตกต่างกันไปตามปัจจัยของสภาพแวดล้อมและวิถีการดำเนินชีวิตของผู้คนในสังคม วัฒนธรรมขนาดใหญ่จะประกอบขึ้นด้วยสังคม

วัฒนธรรมย่อยหลาย ๆ ส่วน ซึ่งมีลักษณะเฉพาะของตัวเอง ในภาคอีสานของประเทศไทยก็เช่นเดียวกัน ย่อมมีลักษณะเฉพาะและความแตกต่างทางสังคมวัฒนธรรมไปจากภูมิภาคอื่น ๆ ศาสนา คำสอน สาวก ศาสนสถาน และพิธีกรรมความเชื่อของชาวบ้าน เป็นรูปแบบความเชื่อที่มีการผสมผสานทางลัทธิศาสนาหลายอย่างเข้าด้วยกัน โดยเลือกสรรเอาเฉพาะส่วนที่สอดคล้องเหมาะสมกับชีวิตประจำวัน และวิถีวัฒนธรรมของท้องถิ่น ก่อเกิดเป็นความเชื่อที่มีรูปแบบเฉพาะ ไม่อาจเรียกได้ว่าเป็นไปตามหลักปรัชญาที่ถูกต้องของศาสนาใด พื้นฐานทางอุดมการณ์ของชาวอีสาน โดยแสดงออกผ่านการดำเนินชีวิต พิธีกรรม และจารีตของชุมชน จึงได้รับการสืบต่อกันมาไม่ขาดสาย โดยดำรงบทบาทสำคัญในการควบคุมพฤติกรรมและศีลธรรมของคนในสังคม[2] ค่านิยมหลักมักเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตและการทำมาหากิน คือ การแก้ปัญหาปากท้อง การแสวงหาที่ทำกิน และการอยู่ร่วมกันอย่างสันติในชุมชน มีระบบครอบครัวและเครือญาติเป็นแรง ยึดเหนี่ยว เมื่อพิจารณาลึกลงไปในรายละเอียดแล้วจะพบว่า ประเพณีที่ชาวอีสานทำอยู่ ส่วนใหญ่เป็นประเพณีที่สืบทอดมาจากคนรุ่นก่อน และมีพิธีกรรมมาจากพุทธศาสนาโดยแท้[3] และประเพณีที่มีการผสมผสานความเชื่อแบบต่าง ๆ ของชุมชนผู้สูงอายุ ในสังคมไทยปัจจุบัน ได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุภายใต้ความจำกัดและไม่เพียงพอของสวัสดิการของภาครัฐ ชุมชน และท้องถิ่นกลับมีบทบาทเติมเต็มสำคัญในการขับเคลื่อนกระบวนการในการรับมือสังคมผู้สูงอายุ โดยอาศัยฐานของ “ทุน” ประเภทต่าง ๆ ที่มีอยู่ในชุมชน คือ ทุนทางสังคมวัฒนธรรม ทุนทางเศรษฐกิจ ทุนมนุษย์ (เช่น ผู้นำการเปลี่ยนแปลง) ทุนสัญลักษณ์ และทุนที่เป็นทรัพยากรธรรมชาติ ด้วยกระบวนการทางสังคมที่วางอยู่บนฐาน “ทุน” ที่ชุมชนมี นำไปสู่การนิยามตัวตนใหม่ของผู้สูงอายุไทยในฐานะที่ทำประโยชน์ให้กับส่วนรวม เป็นพลังในการขับเคลื่อนสังคม (active aging) เพื่อการเสริมสร้างผู้สูงอายุให้เป็นพลังทางเศรษฐกิจและสังคมของไทย การก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของคนในจังหวัดศรีสะเกษ จะส่งผลโดยตรงต่อวัฒนธรรม ค่านิยม วิถีการดำรงชีวิต และการประกอบอาชีพ รวมถึงปฏิสัมพันธ์ของผู้คนในสังคมตั้งแต่ระดับครอบครัว ชุมชน และประเทศ ดังนั้น ถ้าประเทศไทยสามารถนำทุนทางสังคมที่มีอยู่ มาอนุรักษ์ ฟื้นฟู พัฒนาต่อยอด และนำไปใช้ประโยชน์ได้อย่างเหมาะสมแล้ว ก็จะช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนในชาติให้มีความสุข ประเทศชาติมีความสมดุลและยั่งยืน

ในยุคปัจจุบัน จังหวัดศรีสะเกษและสังคมชนบทโดยทั่วไป ถูกวัฒนธรรมจากแหล่งอื่นเข้ารุกราน สังคมชนบทถูกเปลี่ยนเข้าสู่ยุคพัฒนาทางวัตถุอย่างฉับพลัน ขนบธรรมเนียมประเพณีท้องถิ่นถูกเหยียบย้ำว่าเป็นของต่ำทรามล้าสมัย เยาวชนและคนรุ่นใหม่หลงใหลกระแสวัฒนธรรมภายนอกจนหลงลืมวัฒนธรรมอันเป็นรากเหง้าของตัวเอง ประเพณีที่ยังปฏิบัติกลายเป็นเพียงเครื่องสนองความบันเทิงที่ฉาบฉวย กุศโลบายดั้งเดิม คือ (1) การปลูกฝังจิตสำนึกทางสังคม (2) วัฒนธรรมถูกละเลย ทำให้

---

[2]ประสาท อิศรปรีดา และคณะ, **ความเชื่อและสิ่งยึดเหนี่ยวทางจิตใจของชาวอีสาน**, (มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒมหาสารคาม, 2518), หน้า 69.

[3]สำลี รักสุทธี, **ฮีตสิบสองคลองสิบสี่**, (กรุงเทพมหานคร: พ.ศ.พัฒนา จำกัด, 2549), หน้า 7.

คุณธรรมและจริยธรรมของผู้คนลดน้อยลง (3) สถาบันครอบครัว สถาบันการศึกษา และสถาบันศาสนาสูญเสียบทบาทในการอบรมให้ความรู้ และปลูกฝังศีลธรรม นำไปสู่ค่านิยมและพฤติกรรมที่เน้นวัตถุนิยมและบริโภคนิยม ค่านิยมที่ดีงามและภูมิปัญญาท้องถิ่นถูกละเลย มีการสืบทอดน้อย ระบบคุณค่าของสังคมในเรื่องจิตสาธารณะ ความเอื้ออาทร และการช่วยเหลือกันเริ่มเสื่อมถอย เนื่องจากกิจกรรมประเพณีที่ดำเนินไปเพื่อส่วนรวมไม่ได้รับการเอาใจใส่ ซึ่งในที่สุดอาจนำมาสู่ภาวะของการล้มสลายทางวัฒนธรรมที่บรรพชนใช้เวลาสั่งสมมายาวนานได้สิ้นสุดลงในที่สุด การที่จะดำรงสังคมวัฒนธรรมของชาวอีสานให้มั่นคงต่อไปได้ จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องได้รับการเอาใจใส่ และมีการจัดการที่ถูกต้อง การพัฒนาต่าง ๆ ควรตั้งอยู่บนพื้นฐานที่มั่นคง หาใช่การพัฒนาที่ขาดจากฐานเดิมซึ่งจะทำให้สั่นคลอนได้ง่าย[4] ทั้งนี้ให้อยู่ในบริบทของสังคมและชุมชนทั้งของอดีตและปัจจุบัน มีความสัมพันธ์กับวิถีชีวิตชุมชนตามที่เป็นจริง มีการอนุรักษ์ การฟื้นฟู การประยุกต์ และการสร้างใหม่อย่างเหมาะสม[5] ย่อมจะสามารถดำรงสังคมวัฒนธรรมท้องถิ่นอันดีงามให้มั่นคงต่อไปได้

1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

(1) เพื่อศึกษาอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

(2) เพื่อศึกษาการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

(3) เพื่อศึกษาการบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ

1.3 วิธีการดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง **“กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ”** ผู้วิจัยได้กำหนดวิธีการดำเนินการวิจัยโดยมีขั้นตอนที่สำคัญในการศึกษา ดังนี้

1.3.1 รูปแบบการวิจัย

1.3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1.3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

---

[4]ประเวศ วะสี, **แนวคิดและยุทธศาสตร์สังคมสมานุภาพและวิชชา**, (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิภูมิปัญญา, 2536), หน้า 33.

[5]ยุทธภัณฑ์ เตชะแก้ว, “พิธีกรรมและระบบความเชื่อการลำผีฟ้าในภาคอีสาน”, **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2540), หน้า 21-22.

1.3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล

1.3.6 การนำเสนอผลการศึกษาวิจัย

1.3.1 รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแบบผสมผสาน คือ การวิจัยเชิงคุณภาพ ประกอบด้วย การวิจัยเอกสาร (Documentary Research) เพื่อประมวลองค์ความรู้ ศึกษาแนวคิด หลักการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ โดยศึกษาจากคัมภีร์ เอกสารที่เกี่ยวข้อง ตลอดทั้งงานวิจัยที่มีผู้รู้ได้ศึกษาไว้ รวมถึงการเก็บข้อมูลเชิงปฏิบัติการ (Workshop) เช่น การสัมภาษณ์เชิงลึก การประชุมกลุ่มย่อย และการจัดเวทีวิชาการของกลุ่มชุมชนต่าง ๆ และภาคที่เกี่ยวข้อง ซึ่งเรียกอีกอย่างว่าเป็นการเก็บข้อมูลเชิงภาคสนาม

1.3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

-ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล อำเภอเมืองศรีสะเกษ จังหวัดศรีสะเกษ

-ชมรมผู้สูงอายุอำเภอขุขันธ์ เครือข่ายสาขาสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยฯ จังหวัดศรีสะเกษ

-ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ

-ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล อำเภอบึงบูรพ์ จังหวัดศรีสะเกษ

-กลุ่มตัวอย่างจำนวน 40 คน ซึ่งเป็นผู้มีความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับความเป็นอยู่ของชุมชน วัฒนธรรม วิถีชีวิต และภูมิปัญญาของชุมชนของผู้สูงอายุ และตัวแทนองค์กรภาครัฐและเอกชน การเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์ การสนทนากลุ่มย่อย และการสังเกต การวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา

1.3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยเรื่องนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการวิจัยเชิงคุณภาพ ประกอบด้วย การวิจัยเอกสาร (Documentary Research) เพื่อประมวลองค์ความรู้ ศึกษาแนวคิด หลักการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ โดยศึกษาจากคัมภีร์ เอกสารที่เกี่ยวข้อง ตลอดทั้งงานวิจัยที่มีผู้รู้ได้ศึกษาไว้ รวมถึงการเก็บข้อมูลเชิงปฏิบัติการ (Workshop) เช่น การสัมภาษณ์เชิงลึก การประชุมกลุ่มย่อย และการจัดเวทีวิชาการของชุมชนต่าง ๆ และภาคที่เกี่ยวข้อง โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. การสังเกตแบบมีส่วนร่วม (Observation Participant) ซึ่งเป็นการสังเกตพฤติกรรมและการแสดงออกของฝ่ายต่างๆ ที่จะทำควบคู่กับการสัมภาษณ์ และเข้าร่วมกิจกรรมกับชุมชนที่เป็นกรณีศึกษา เพื่อเห็นกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

2. การสัมภาษณ์ คณะผู้วิจัยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interviews) สำหรับผู้สูงอายุพื้นที่ที่เกี่ยวกับกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ในพื้นที่จังหวัดศรีสะเกษ จำนวน 4 พื้นที่ ดังนี้

-ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล อำเภอเมืองศรีสะเกษ จังหวัดศรีสะเกษ

-ชมรมผู้สูงอายุอำเภอขุขันธ์ เครือข่ายสาขาสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยฯ จังหวัดศรีสะเกษ

-ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ

-ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล อำเภอบึงบูรพ์ จังหวัดศรีสะเกษ

3. การใช้แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลความคิดเห็นจากผู้สูงอายุในแต่ละพื้นที่ ในพื้นที่จังหวัดศรีสะเกษ จำนวน 40 คน โดยมีแบบสัมภาษณ์เชิงลึก ดังนี้

ส่วนที่ 1 อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

1.1 ท่านคิดว่าอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ควรเป็นไปในรูปแบบใด

1.2 ท่านคิดว่าอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ควรมีอัตลักษณ์ด้านใด้บางที่เห็นว่ามีคุณค่าที่สุดในแต่ละชนเผ่า

1.3 ท่านคิดว่าอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ควรมีรูปแบบในการอนุรักษ์อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมอย่างไร

1.4 ท่านคิดว่าอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ เป็นหน้าที่ของใคร และบททบาทหน้าที่นั้นควรเป็นไปในทิศทางใดในการสืบทอดวัฒนธรรมของชนสี่เผ่า

ส่วนที่ 2 การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

2.1 ท่านคิดว่าการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ควรเป็นไปในรูปแบบใด

2.2 ท่านคิดว่าการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ควรมีการส่งเสริมด้านใดแก่ผู้สูงอายุ

2.3 ท่านคิดว่าการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ควรเน้นการดูแลผู้สูงอายุแบบองค์รวม ในเรื่องใดมากที่สุด

2.4 ท่านคิดว่าการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ เป็นหน้าที่ของใคร และบททบาทหน้าที่นั้นควรเป็นไปในทิศทางใด

ส่วนที่ 3 การบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ

3.1 ท่านคิดว่าบูรณาการหลักพุทธธรรมในกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ ท่านมีหลักคิดอย่างไรในการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ

3.2 ท่านคิดว่าบูรณาการหลักพุทธธรรมในกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ ควรมีหลักการบูรณาการด้านใด้มากที่สุด

3.3 ท่านคิดว่าบูรณาการหลักพุทธธรรมในกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ ควรมีหลักพุทธธรรมมาบูรณาการในการอยู่ร่วมกันอย่างไรบ้าง

3.4 ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

4. การประชุมกลุ่มย่อย (Focus Group) ร่วมกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ เพื่อศึกษาเกี่ยวกับองค์ประกอบ เกณฑ์ชี้วัดในกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ และเพื่อให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับแนวคิด รูปแบบกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ และการประยุกต์เกณฑ์ชี้วัดในกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ตามแนวพระพุทธศาสนาในการดำเนินชีวิต เป็นต้น

1.3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยเรื่องนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการวิจัยเชิงคุณภาพ ประกอบด้วย การวิจัยเอกสาร (Documentary Research) เพื่อประมวลองค์ความรู้ ศึกษาแนวคิด หลักการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ โดยศึกษาจากคัมภีร์ เอกสารที่เกี่ยวข้อง ตลอดทั้งงานวิจัยที่มีผู้รู้ได้ศึกษาไว้ รวมถึงการเก็บข้อมูลเชิงปฏิบัติการ (Workshop) เช่น การสัมภาษณ์เชิงลึก การประชุมกลุ่มย่อย และการจัดเวทีวิชาการของชุมชนต่าง ๆ และภาคที่เกี่ยวข้อง เป็นต้น

ในส่วนของการวิจัยในภาคสนามเพื่อพัฒนาองค์ความรู้การอยู่ร่วมกันของชุมชนให้สัมพันธ์กันช่วยเหลือแบ่งปั้นด้วยรักสามัคคีเกื้อกูลกัน ผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาวิจัยในลักษณะของการวิจัยในภาคสนาม (Field Study) โดยดำเนินการใน 5 ลักษณะ คือ

(1) ศึกษารวบรวมเอกสาร ชุดความรู้ และความเป็นมาเกี่ยวกับแนวคิด หลักการการอยู่ร่วมกันของชุมชน สถานศึกษา และวัด

(2) การศึกษากระบวนการพัฒนากิจกรรม ปัจจัยเกื้อกูลต่อการเสริมสร้างการอยู่ร่วมกันของชุมชน สถานศึกษา และวัด โดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรม ภูมิปัญญาท้องถิ่น ความเชื่อของชุมชนในจังหวัดศรีสะเกษ

(3) การบูรณาการองค์ความรู้ด้านการอยู่ร่วมกันของชุมชนที่มีความแตกต่างทางด้านวัฒนธรรม

(4) การพัฒนากระบวนการเกี่ยวกับปัจจัยเกื้อกูลต่อการอยู่ร่วมกันของชุมชนโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมเป็นตัวเชื่อมโยง โดยใช้การวิเคราะห์จากปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในระดับชุมชนในแต่ละพื้นที่

(5) ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างจำนวน 40 คน 4 อำเภอ ซึ่งการสัมภาษณ์ผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลตามกรอบวันและเวลาที่กำหนดไว้

1.3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล

วิจัยเรื่องนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) และข้อมูลเชิงประจักษ์ จากการสัมภาษณ์ การประชุมกลุ่มย่อย การแจกแบบสอบถาม เป็นกระบวนศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยมุ่งเน้นการวิเคราะห์ที่ได้จากการสรุปตามสาระสำคัญด้านเนื้อหาที่กำหนดไว้ โดยวิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) ตามประเด็นหัวข้อดังนี้

(1) ดำเนินการศึกษาวิเคราะห์รูปแบบ การจัดการ และแนวทางการพัฒนาความสัมพันธ์ การประยุกต์ใช้องค์ความรู้ และกระบวนการบริหารจัดการเกี่ยวกับกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ในลักษณะของการวิเคราะห์เชิงลึก โดยเน้นกระบวนการวิเคราะห์แบบมีส่วนร่วมของผู้ที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินการวิจัย

(2) สรุปและนำเสนอผลการศึกษาที่ได้จากการศึกษาในเชิงเอกสารและภาคสนามจากการสัมภาษณ์ แล้วนำมาวิเคราะห์ตามประเด็นสำคัญ กล่าวคือ ศึกษาเกี่ยวกับกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ เน้นการนำผลการวิเคราะห์มาเผยแผ่สู่สังคม ทั้งภาครัฐ และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในระดับต่าง ๆ

(3) วิเคราะห์กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ เพื่อนสร้างความสัมพันธ์ทางวัฒนธรรม ภูมิปัญญาท้องถิ่น และการเชื่อมโยงการส่งเสริมสัมมาชีพของหมู่บ้านอย่างมีประสิทธิภาพ รวมไปถึงการสร้างเกณฑ์ปฏิบัติให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของชุมชน

(4) สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

1.3.6 การนำเสนอผลการศึกษาวิจัย

การนำเสนอข้อมูลจะอยู่ในลักษณะของการพรรณนา (Descriptive Presentation) ประกอบด้วยภาพถ่ายและการพรรณนาความประกอบการบรรยายเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ เพื่อสร้างความสัมพันธ์ทางวัฒนธรรม ภูมิปัญญาท้องถิ่น และชุมชน รวมไปถึงการสร้างเกณฑ์

ปฏิบัติให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของชุมชน เพื่อให้เห็นรูปแบบ กระบวนการ และการประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น และชุมชน ได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อนำไปสู่การประยุกต์ใช้ในระดับนโยบาย ชุมชน องค์กร และปัจเจกบุคคล ต่อไป

1.4 ผลการวิจัย

การอุบัติใหม่ของสังคมไทย อันสืบเนื่องจากการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษนี้ จะมีลักษณะเฉพาะที่แตกต่างจากสังคมผู้สูงอายุในประเทศอุตสาหกรรมอื่น ๆ ประกอบกับทุนทางสังคมและวัฒนธรรมที่ยังคงมีความเข้มแข็งพอสมควรและอาจต้องฟื้นฟูขึ้นมาใหม่ หากภาครัฐบาลยังคงใช้นโยบายแบบเดิม ๆ ด้วยการใช้ประชานิยม ที่ไม่มีการจำแนกประเภทผู้สูงอายุ ควรจำเป็นที่จะต้องมีการจำแนกประเภทของผู้สูงอายุออกเป็น 3 กลุ่ม คือ

(1) กลุ่มแรกเป็นกลุ่มที่พึ่งตนเองไม่ได้

(2) กลุ่มที่สองเป็นกลุ่มที่พึ่งตนเองได้บ้าง และ

(3) กลุ่มสุดท้ายเป็นกลุ่มที่พึ่งตนเองได้และช่วยเหลือผู้อื่นได้ด้วย

ซึ่งกลุ่มที่สามที่กล่าวถึงนี้ ภาครัฐต้องเข้ามามีบทบาทในมิติของกระบวนการทางสังคมและมาตรการทางสังคมที่จะเสริมสร้างผู้สูงอายุให้เป็นพลังทางเศรษฐกิจและสังคม อันเป็นการเตรียมการเพื่อรองรับกับภาวะสังคมผู้สูงอายุอย่างเป็นองค์รวม ด้วยการนำศักยภาพของผู้สูงอายุมาเป็นส่วนสำคัญในการดำเนินชีวิตและเป็นส่วนหนึ่งของสังคมในฐานะผู้กระทำการอย่างมีศักดิ์ศรีในอนาคต ซึ่งแม้จะเป็นสังคมผู้สูงอายุ แต่ก็เป็นคุณปู่ คุณย่า คุณตา คุณยาย ที่เต็มไปด้วยความสามารถ และคุณภาพชีวิตที่ดี ที่จะช่วยขับเคลื่อนเศรษฐกิจและสังคมได้ไม่แพ้คนในวัยทำงาน การเป็นสังคมผู้สูงอายุของคนในจังหวัดศรีสะเกษไม่ใช่ปัญหา แต่เป็นปรากฏการณ์ทางธรรมชาติของสังคมที่มนุษยชาติเราต้องเผชิญ การกำหนดนโยบายทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ ภาครัฐต้องให้ความสำคัญกับ “คุณภาพสังคม” (social quality) ทั้งในระดับปัจเจก และในระดับสังคม อย่างไรก็ตาม การเพิ่มขึ้นของจำนวนผู้สูงอายุนี้ ปัจจุบันทั้งนักวิชาการไทยและต่างชาติ ยังเห็นว่าผู้สูงอายุเป็น liability เป็นค่าใช้จ่ายที่ต้องคอยดูแล เป็นภาระการพึ่งพิง เป็นผู้ที่เกษียณเป็นประชากรที่ไม่มีกำลังการผลิตแล้ว จึงเป็นเรื่องที่ต้องเฝ้าวิตกกังวลกันไปว่าจะแก้ปัญหากันอย่างไร และรัฐบาลจะมีรูปแบบการให้บริการสงเคราะห์กับผู้สูงอายุได้อย่างไร

พื้นฐานทางอุดมการณ์ของชาวอีสาน เกิดจากการผสมผสานของระบบความเชื่อด้านพุทธศาสนา โดยแสดงออกผ่านการดำเนินชีวิต พิธีกรรม และจารีตของชุมชน ค่านิยมหลักมักเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตและการทำมาหากิน คือ การแก้ปัญหาปากท้อง การแสวงหาที่ทำกิน และการอยู่ร่วมกันอย่างสันติในชุมชน มีระบบครอบครัวและเครือญาติเป็นแรงยึดเหนี่ยว สังคมผู้สูงอายุก็เช่นเดียวกันได้รับอิทธิพลมาจากจารีตประเพณีทางศาสนา กล่าวอีกนัยหนึ่ง ประเพณีที่มีมาใน

สังคมไทยแต่โบราณเกี่ยวเนื่องด้วยระบบความเชื่อหลายอย่าง ทั้งอำนาจเหนือธรรมชาติ เชื่อในพระพุทธศาสนา ศาสนาพราหมณ์ ประเพณีได้แยกเป็น 3 ประเภทใหญ่ ๆ คือ

(1) จารีตประเพณี (Moral Custom) ได้แก่ ประเพณีที่สังคมถือว่าถ้าใครในสังคมฝ่าฝืนหรืองดเว้นไม่ทำตาม ก็เป็นความผิดและชั่ว จารีตประเพณีเป็นข้อบังคับทางจรรยา หรือศีลธรรมของสังคม

(2) ขนบประเพณี (Institutional Custom) ได้แก่ ประเพณีที่สังคมได้ตั้งหรือวางไว้เป็นระเบียบแบบแผนขึ้นไว้โดยตรงหรือทางอ้อม โดยตรงวางเป็นระเบียบไว้ชัดเจน ส่วนทางอ้อม ไม่ได้เขียนไว้ชัดเจนเป็นแต่เพียงได้รับการสืบทอดกันมาเป็นเวลายาวนาน เช่น วิธีรดน้ำดำหัวแบบชาวเหนือ

(3) ธรรมเนียมประเพณี (Conventional Custom) ได้แก่ ประเพณีที่ได้รับการประพฤติปฏิบัติสืบต่อกันมาหลายชั่วอายุคน ไม่ค่อยจะมีโทษเมื่อใครไม่ปฏิบัติตาม เป็นประเพณีท้องถิ่นของแต่ละท้องถิ่นนั้น ประเพณีในระบบความเชื่อ ได้แก่ พิธีกรรมทางศาสนาและไสยศาสตร์มีอิทธิพลต่อความมั่นคงทางจิตใจและความเป็นปึกแผ่นของสังคม เป็นต้น

1.5 สรุปผลการวิจัย

จะเห็นได้ว่า ผู้สูงอายุอยู่ในฐานะ “บุคคลที่มีประโยชน์ต่อสังคม” โดยมีฐานคติว่าผู้สูงอายุไทยถือเป็นสมาชิกในสังคมที่เปี่ยมไปด้วยศักยภาพ ทั้งในด้านภูมิความรู้ และประสบการณ์การดำเนินชีวิต มีความเข้าใจชีวิตอย่างลึกซึ้ง สามารถชี้แนะลูกหลาน คนในสังคม ในชุมชน ให้ดำเนินชีวิตอย่างถูกต้องเหมาะสม ตลอดจนมีการหยิบยกภูมิปัญญาท้องถิ่นของสังคมไทยมาส่งเสริมอย่างเป็นรูปธรรม เพื่อให้เกิดการถ่ายทอดวิชาความรู้ให้แก่ลูกหลานหรือเยาวชนคนรุ่นหลังในสังคมอย่างต่อเนื่อง นอกจากจะเป็นผู้ทรงภูมิปัญญาแล้ว ผู้สูงอายุยังเป็นวัยที่มีความเป็นอิสระมากกว่าช่วงวัยอื่นของชีวิต สามารถเลือกทำในสิ่งที่เหมาะสมตามที่ตนเองปรารถนา เนื่องจากลูกหลานเติบโตมีการมีงานทำแล้ว ย่อมหมดภาระที่หนักหน่วง ดังนั้น ในวัยนี้ตามสังคมจารีตประเพณีของคนในจังหวัดศรีสะเกษ ลูกหลานย่อมมีความเกรงใจ ยิ่งเป็นผู้ที่มีคุณธรรมด้วยแล้ว ย่อมได้รับความนับถือยำเกรงจากลูกหลานและบริวารทั้งปวงได้เป็นอย่างดี เมื่อเป็นเช่นนี้ การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีโอกาสได้แสดงศักยภาพ ภูมิความรู้ ภูมิธรรม และด้านความภูมิฐานที่เป็นการบำเพ็ญตนให้เกิดประโยชน์ต่อผู้อื่น จึงนับเป็นการสร้างสังคมที่มีคุณภาพอีกแนวทางหนึ่งด้วย

จังหวัดศรีสะเกษเป็นจังหวัดที่เก่าแก่ และมีประวัติความเป็นมาอันยาวนาน โดยเฉพาะอย่างยิ่งบริเวณพื้นที่ ๆ จังหวัดศรีสะเกษแห่งนี้ เป็นแหล่งอารยธรรมโบราณแห่งหนึ่งของภาคอีสาน ทั้งนี้เพราะจังหวัดศรีสะเกษมีหมู่บ้านหรือชุมชนที่ชาวกวยหรือที่เรียกกันว่า “ชาวส่วย” มากกว่า

จังหวัดใดใดในภาคอีสาน ดังนั้น จังหวัดศรีสะเกษจึงมีอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมที่แตกต่างจากจังหวัดอื่น ๆ ดังนี้

1. อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรม เช่น ด้านความเชื่อทางศาสนา ด้านพิธีกรรม และด้านวัฒนธรรม

2. ความเชื่อด้านศาสนา ศาสนาเป็นอารยธรรมเฉพาะของมนุษย์ นอกจากมนุษย์แล้วไม่มีสัตว์ชนิดอื่นใดในโลกสามารถสร้างสรรค์วัฒนธรรมทางความเชื่อรูปแบบนี้ได้ กล่าวคือ (1) ศาสนา คือ ที่รวมแห่งความเคารพนับถืออันสูงส่งของมนุษย์ (2) ศาสนา คือ ที่พึ่งทางจิตใจ และ (3) ศาสนา คือ คำสั่งสอน

3. พิธีกรรมทางศาสนา พิธีกรรม คือ เครื่องบ่งชี้ถึงรูปแบบทางความเชื่อ เพราะเมื่อบุคคลมีความเชื่ออย่างไร ย่อมแสดงลักษณะทางความเชื่อของตนให้ปรากฏผ่านการกระทำ ซึ่งอาจกล่าวได้ว่า ประเพณีพิธีกรรม คือ ลักษณะทางรูปธรรมของความเชื่อซึ่งเป็นนามธรรม

ปัจจัยต่าง ๆ ที่กล่าวมานี้มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงในการดำเนินชีวิต เกิดพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุที่มีสุขภาพจิตดี คือ ผู้สูงอายุที่มีความพึงพอใจในชีวิต ความเป็นอยู่ในปัจจุบัน ภาคภูมิใจ และรู้สึกว่าตนเองประสบความสำเร็จ คิดว่าชีวิตยังเต็มไปด้วยสิ่งที่น่าสนใจ มีความสัมพันธ์ที่ดีกับคนรุ่นลูกหลานและคนวัยเดียวกัน ปราศจากความทุกข์ วิตกกังวล ซึมเศร้า สามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้ คุณค่าทางชีวิตที่สำคัญที่ทำให้ผู้สูงอายุมีชีวิตยืนขึ้นอยู่กับคุณค่าทางด้านจิตใจและปัญญาเป็นคุณค่าสูงสุดของผู้สูงวัย มีปัจจัยแวดล้อมที่มีผลต่อการมีอายุยืนด้านต่างๆ กล่าวคือ

(1) ด้านจิตใจ ผู้สูงอายุที่มีอายุยืน มีการดำเนินชีวิตที่เรียบง่ายไม่แกร่งแย่งแข่งขัน มีความสันโดษไม่ฟุ่มเฟือย มีจิตใจเอื้ออารี ไม่กังวล ไม่เครียด ไม่หงอยเหงาเศร้าสร้อย ทำกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยความกระปรี้กระเปร่า สดชื่นอยู่เสมอ ไม่ผูกใจเจ็บพยาบาทใคร ๆ ทำอะไรจิตใจจดจ่อ จริงจัง มีความสดชื่นแจ่มใสอยู่เสมอ มีความสันโดษ ใจกว้างหนักแน่น มีอารมณ์ขันไม่โกรธ มองโลกในแง่ดี รู้จักทำจิตใจให้สงบ และปล่อยวาง

(2) ด้านกายภาพ ผู้สูงอายุที่มีอายุยืนส่วนใหญ่ร่างกายสมส่วน คุณภาพในการพักผ่อนดี ไม่เสพสิ่งเสพติด ไม่มีโรคประจำตัว นอกจากความเสื่อมของวัยชรา อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี รับประทานอาหารธรรมชาติ เน้นอาหารพืชผัก รับประทานอาหารช้าและปริมาณไม่มาก

(3) ด้านกายภาพสิ่งแวดล้อม ผู้สูงอายุที่มีอายุยืนส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในถิ่นที่มีอากาศบริสุทธิ์ ปราศจากควันพิษ อากาศถ่ายเทสะดวก มีต้นไม้สมบูรณ์ รับประทานอาหารพื้นบ้าน เช่น ผักผลไม้ ปลา ไม่นิยมอาหารตะวันตก อาหารสำเร็จรูปที่มีส่วนผสมของผงชูรสมาก

(4) ด้านสังคม มีครอบครัวที่อบอุ่น ลูกหลานดูแลใกล้ชิด เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมและประเพณีต่าง ๆ ที่สังคมจัดขึ้น

(5) ด้านปัญญา รู้เท่าทันชีวิตสังคมและโลก มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพด้วยตนเอง รู้จักเลือกรับประทานอาหารและทำกิจที่สบายแก่ตนเอง เป็นต้น

1.6 กิตติกรรมประกาศ

วิจัยเรื่อง “กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ” นี้ สำเร็จลงได้ด้วยดีเพราะได้รับความเมตตาจากพระสุธีรัตนบัณฑิต, รศ.ดร. และ บุคลากรในสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ที่กรุณาให้คำแนะนำ และให้กำลังใจในการรังสรรผลงานด้วยดีตลอดมา ผู้วิจัยและคณะวิจัย จึงขอกราบของคุณ และอนุโมทนาขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอบคุณเจ้าหน้าที่ห้องสมุดมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ และคณาจารย์เจ้าหน้าที่ห้องบัณฑิตวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ ที่ให้ความสะดวกเกี่ยวกับข้อมูลต่าง ๆ ในการดำเนินงาน ไม่ว่าจะเป็นด้านเอกสาร และคำปรึกษาเพื่อการวิจัยในการสืบค้นเอกสารข้อมูลต่าง ๆ

ขออนุโมทนาท่าน ดร. สุทัศน์ ประทุมแก้ว อาจารย์ประจำบัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ ผู้ร่วมวิจัย และผู้ที่มีส่วนร่วมในการทำวิจัยในครั้งนี้ ไม่ว่าจะเป็นครูบาอาจารย์ผู้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ นี้ก็ตาม คุณงามความดีและประโยชน์เหล่านี้ที่เกิดจากการทำวิจัย ผู้วิจัยและคณะผู้ร่วมวิจัยขอใช้เป็นเครื่องบรรณาการน้อมสักการะบูชาคุณพระรัตนตรัย คุณมารดาบิดา บูชาคุณครูอาจารย์ที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ให้ ขอแผ่คุณความดีเหล่านี้ที่เกิดขึ้นแก่ผู้มีอุปการะคุณ และเพื่อนร่วมงานทุก ๆ ท่าน ที่มีส่วนร่วมในการทำวิจัยจนสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

1.7 เอกสารอ้างอิง

ประเวศ วะสี. **แนวคิดและยุทธศาสตร์สังคมสมานุภาพและวิชชา**. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิภูมิปัญญา, 2536.

ประสาท อิศรปรีดา และคณะ. **ความเชื่อและสิ่งยึดเหนี่ยวทางจิตใจของชาวอีสาน**. มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒมหาสารคาม, 2518.

ยุทธภัณฑ์ เตชะแก้ว. “พิธีกรรมและระบบความเชื่อการลำผีฟ้าในภาคอีสาน”. **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2540.

สำลี รักสุทธี. **ฮีตสิบสองคลองสิบสี่**. กรุงเทพมหานคร: พ.ศ.พัฒนา จำกัด, 2549.

ภาคผนวก ข

กิจกรรมเกี่ยวกับการนำผลจากโครงการวิจัยไปใช้ประโยชน์

กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการนำผลจากโครงการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. กิจกรรมการเผยแผ่ผลการวิจัย

1.1 เผยแพร่ในการประชุมวิชาการระดับชาติ และระดับนานาชาติที่วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลกรณราชวิทยาลัย และลงระบบอินเทอเน็ต ของวิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ

1.2 สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย นำเสนอผลการวิจัยและข้อเสนอแนะในการวิจัย

2. กิจกรรมการถ่ายทอดผลการวิจัยสู่กลุ่มเป้าหมาย

2.1 สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และวิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษได้ประสานองค์กร หน่วยงาน ชุมชน เพื่อนำเสนอผลการวิจัยในที่ได้จัดทำสมบูรณ์ไปใช้ประโยชน์สู่กลุ่มเป้าหมาย ดังนี้ (1) ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล อำเภอเมืองศรีสะเกษ จังหวัดศรีสะเกษ (2) ชมรมผู้สูงอายุอำเภอขุขันธ์ เครือข่ายสาขาสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยฯ จังหวัดศรีสะเกษ (3) ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ (4) ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล อำเภอบึงบูรพ์ จังหวัดศรีสะเกษ

2.2 องค์กรหรือหน่วยงานต่าง ๆ สามารถนำกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้

3. กิจกรรมด้านวิชาการ

3.1 มีการสนทนากลุ่มย่อยเพื่อระดมและสรุปความคิดเห็นที่สอดแทรกความรู้และประสบการณ์จากผู้ทรงคุณวุฒิ ที่มีความรู้ความสามารถเฉพาะด้าน โดยสามารถสรุปเป็นสู่กลุ่มเป้าหมายได้ศึกษาเรียนรู้

3.2 มีการพัฒนาด้านทักษะ การศึกษาค้นคว้าวิจัยให้กับทีมวิจัย ผู้ร่วมวิจัย ทั้งการวิจัยเชิงปริมาณ วิจัยเชิงคุณภาพ วิจัยเชิงปฏิบัติการสู่ภาคสนามให้ทุกหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้มีส่วนร่วมเพื่อการเรียนรู้ในมิติที่หลากหลาย โดยผ่านการสัมภาษณ์ การเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์ การประชุมกลุ่มย่อย เป็นต้น เพื่อนำไปสู่กิจกรรมสร้างสรรค์ด้านวิชา ด้านทักษะพิสัย ด้านจิตพิสัย และด้านพุทธพิสัย

3.3 สามารถนำผลการศึกษาไปนำเสนอต่อกลุ่มหรือองค์กรในชุมชนเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน เสนอความคิดเห็นไปในทิศทางเดียวกันเพื่อปรับปรุงกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ เป็นต้น

3.4 สามารถนำผลการศึกษาไปวิเคราะห์เพื่อหาแนวทางที่เหมาะสม ชัดเจน และมีความเป็นจริงในการนำไปใช้ประโยชน์ ทั้งในส่วนที่เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา การประยุกต์ใช้ และกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ให้เป็นไปในทิศทางที่ดีร่วมกัน และผู้ที่เกี่ยวข้องในกิจกรรมต่าง ๆ

4. กิจกรรมด้านการส่งเสริมคุณภาพผู้สูงอายุ

4.1 สามารถบูรณาการหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ในกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

4.2 กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ มีการส่งเสริมผู้สูงอายุ ชุมชน โดยสอดแทรกหลักธรรมที่หลากหลายมิติ

ปญฺญา โลกสฺมิ ปชโชโต
มจร
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ภาคผนวก ค

ตารางเปรียบเทียบวัตถุประสงค์ กิจกรรมที่วางแผนไว้ และกิจกรรมที่ได้ดำเนินการมาและผลที่ได้รับของโครงการ

ตารางเปรียบเทียบวัตถุประสงค์ กิจกรรมที่วางแผนไว้
และกิจกรรมที่ได้ดำเนินการมาและผลที่ได้รับของโครงการ

กิจกรรม	ผลที่ได้รับ	บรรลุวัตถุประสงค์	โดยทำให้
1. การวิจัยเอกสาร	ได้ศึกษาและรวบรวมข้อมูล จากเอกสารและหลักฐานที่เกี่ยวข้อง หนังสือ รายงานการวิจัย รายงานการประชุม เอกสารแสดงความสัมพันธ์ที่แสดงให้เห็นถึงแนวคิด หลักการ รูปแบบ ความสัมพันธ์ กระบวนการสร้างเกณฑ์ชี้วัดในกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ	ข้อ 1	รู้และเข้าใจความสอดคล้องและเชื่อมโยงกับนโยบายการส่งเสริมทั้งในระดับชาติ และระดับท้องถิ่น
2. ศึกษาข้อมูลจากกลุ่มเป้าหมาย	ได้ศึกษากระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ โดยศึกษาจากประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ -ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล อำเภอเมืองศรีสะเกษ จังหวัดศรีสะเกษ -ชมรมผู้สูงอายุอำเภอขุขันธ์ เครือข่ายสาขาสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยฯ จังหวัดศรีสะเกษ -ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ -ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล อำเภอบึงบูรพ์ จังหวัดศรีสะเกษ	ข้อ 1-3	สามารถนำข้อมูลมาวิเคราะห์ และสังเคราะห์อย่างเป็นระบบ
3. ข้อเสนอแนะอื่น ๆ	ทำให้ทราบประเด็นปัญหาต่าง ๆ ในกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของ	ข้อ 3	ได้ข้อเสนอแนะในกระบวนการส่งเสริม

กิจกรรม	ผลที่ได้รับ	บรรลุวัตถุประสงค์	โดยทำให้
	ผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ		คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ
4. รายงานฉบับสมบูรณ์	ได้รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์ที่สามารถตอบวัตถุประสงค์ของโครงการวิจัยทั้ง 3 ข้อ คือ 1) เพื่อศึกษาอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ 2) เพื่อศึกษาการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ 3) เพื่อศึกษาการบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ	ข้อ 1-3	ได้รายงานวิจัยที่มีข้อมูลในกระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

ภาคผนวก ง แบบสัมภาษณ์การวิจัย

แบบสัมภาษณ์การวิจัย

เรื่อง

“กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ”

วันเดือนปีที่สัมภาษณ์.....

สถานที่สัมภาษณ์.....

ผู้สัมภาษณ์.....

หมายเหตุ การสัมภาษณ์.....

ข้อมูลส่วนบุคคล

ชื่อผู้ให้สัมภาษณ์.....นามสกุล/ฉายา.....

อายุ.....ปี ที่อยู่ บ้านเลขที่..... หมู่ที่..... บ้าน.....

ตำบล..... อำเภอ..... จังหวัด.....

หมายเลขโทรศัพท์.....

สถานภาพการสมรส

☐ โสด ☐ แต่งงาน มีบุตร.....คน เป็นชาย.....คน เป็นหญิง.....คน

การศึกษา..... ศาสนา.....

อาชีพ..... รายได้..... .....บาท/เดือน

ตำแหน่งหน้าที่ (เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)

☐ กำนัน ☐ ผู้ใหญ่บ้าน

☐ อบต. ☐ กรรมการหมู่บ้าน

☐ เจ้าอาวาสวัด.....

☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ) .....

ส่วนที่ 1 อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

1.1 ท่านคิดว่าอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ควรเป็นไปในรูปแบบใด

.....

.....

1.2 ท่านคิดว่าอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ควรมีอัตลักษณ์ด้านใดบางที่เห็นว่ามีคุณค่าที่สุดในแต่ละชนเผ่า

.....

.....

1.3 ท่านคิดว่าอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ควรมีรูปแบบในการอนุรักษ์อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมอย่างไร

.....

.....

1.4 ท่านคิดว่าอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ เป็นหน้าที่ของใคร และบททบาทหน้าที่นั้นควรเป็นไปในทิศทางใดในการสืบทอดวัฒนธรรมของชนสี่เผ่า

.....

.....

ส่วนที่ 2 การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ

2.1 ท่านคิดว่าการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ควรเป็นไปในรูปแบบใด

.....

.....

.....

2.2 ท่านคิดว่าการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ควรมีการส่งเสริมด้านใดแก่ผู้สูงอายุ

.....

.....

.....

2.3 ท่านคิดว่าการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ ควรเน้นการดูแลผู้สูงอายุแบบองค์รวม ในเรื่องใดมากที่สุด

.....

.....

.....

.....

2.4 ท่านคิดว่าการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ เป็นหน้าที่ของใคร และบททบาทหน้าที่นั้นควรเป็นไปในทิศทางใด

.....

.....

.....

ส่วนที่ 3 การบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ

3.1 ท่านคิดว่าบูรณาการหลักพุทธธรรมในกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ ท่านมีหลักคิดอย่างไรในการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ

.....

.....

.....

3.2 ท่านคิดว่าบูรณาการหลักพุทธธรรมในกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ ควรมีหลักการบูรณาการด้านใดมากที่สุด

.....

.....

.....

3.3 ท่านคิดว่าบูรณาการหลักพุทธธรรมในกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ ควรมีหลักพุทธธรรมมาบูรณาการในการอยู่ร่วมกันอย่างไรบ้าง

.....

.....

.....

3.4 ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

.....

.....

.....

.....

ภาคผนวก จ รายชื่อผู้ให้สัมภาษณ์

รายชื่อผู้ให้สัมภาษณ์

เรื่อง

“กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ”

1. สัมภาษณ์ นายเสาร์ ใยเม้า, อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.
2. สัมภาษณ์ นายสมร วันทะมาศ, อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.
3. สัมภาษณ์ นางถาวร วันทะมาศ, อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.
4. สัมภาษณ์ นางสำลี ชนะบุญ, อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.
5. สัมภาษณ์ นายสมาน มาลีเหมาะ, อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.
6. สัมภาษณ์ นางหนูเลี้ยง สิงห์ทอง, อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.
7. สัมภาษณ์ นางสงวน ทองสุทธิ์, อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.
8. สัมภาษณ์ นางผ่องศรี ใยเม้า, อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.
9. สัมภาษณ์ นายจำนง ทองสุทธิ์, อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.
10. สัมภาษณ์ นายทองแดง หนองหงอก, อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.
11. สัมภาษณ์ นายบุญมี ทานกวีวงศ์, อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ, 16 ตุลาคม 2561.
12. สัมภาษณ์ นายบุญทัน เที่ยงธรรม, อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ, 16 ตุลาคม 2561.
13. สัมภาษณ์ นายกัน สินศิริ, อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ, 16 ตุลาคม 2561.
14. สัมภาษณ์ นางสายสมร สินศิริ, อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ, 9 ตุลาคม 2561.
15. สัมภาษณ์ นางคำง่าย ประกอบศรี, อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ, 9 ตุลาคม 2561.
16. สัมภาษณ์ นางวาสนา กอไพบูลย์, อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ, 16 ตุลาคม 2561.
17. สัมภาษณ์ นางนารี วรจักร์, อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.
18. สัมภาษณ์ นายอนนท์ ประกอบศรี, อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.
19. สัมภาษณ์ นางสาวจันทร อดทน, อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.
20. สัมภาษณ์ นายประสิทธิ ศรีสมุทร, อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ, 10 สิงหาคม 2561.
21. สัมภาษณ์ นายประสาธน์ ศรีจักร, อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 29 มีนาคม 2561.
22. สัมภาษณ์ นางอ่อนจันทร์ ดวงตา, อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 12 มิถุนายน 2561.
23. สัมภาษณ์ นายหอม พฤกษา, อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 21 พฤษภาคม 2561.
24. สัมภาษณ์ นายขวัญชัย ไชยโพธิ์, อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 29 มีนาคม 2561.
25. สัมภาษณ์ นางเพื่อย อาจใจ, อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 29 มีนาคม 2561.
26. สัมภาษณ์ นายทอน เกษศิลา, อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 29 มีนาคม 2561.

27. สัมภาษณ์ นายสังเวียน ศรีดาชาติ, อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 21 พฤษภาคม 2561.
28. สัมภาษณ์ นายสังวาล ศรีดาชาติ, อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 21 พฤษภาคม 2561.
29. สัมภาษณ์ นายสมพงษ์ พันธ์แก่น, อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 29 มีนาคม 2561.
30. สัมภาษณ์ นางเขน นรสิงห์, อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 29 มีนาคม 2561.
31. สัมภาษณ์ นางสาวเทียบ จินาวัลย์, อำเภอบึงบูรพ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 9 ตุลาคม 2561.
32. สัมภาษณ์ นางบุญเลี้ยง เสน่หา, อำเภอบึงบูรพ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 9 ตุลาคม 2561.
33. สัมภาษณ์ นางทองแสง พรหมคุณ, อำเภอบึงบูรพ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 9 ตุลาคม 2561.
34. สัมภาษณ์ นางสาวอุไร พรหมทา, อำเภอบึงบูรพ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 16 ตุลาคม 2561.
35. สัมภาษณ์ นางอำไพ บุญเย็น, อำเภอบึงบูรพ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 16 ตุลาคม 2561.
36. สัมภาษณ์ นางสาวสอิ้ง บุญกันหา, อำเภอบึงบูรพ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 16 ตุลาคม 2561.
37. สัมภาษณ์ นางหลาง จินาวัลย์, อำเภอบึงบูรพ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 16 ตุลาคม 2561.
38. สัมภาษณ์ นายราษี จินาวัลย์, อำเภอบึงบูรพ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 16 ตุลาคม 2561.
39. สัมภาษณ์ นางดวงเดือน จินาวัลย์, อำเภอบึงบูรพ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 16 ตุลาคม 2561
40. สัมภาษณณ์ นางจูมจี บุญเย็น, อำเภอบึงบูรพ์ จังหวัดศรีสะเกษ, 16 ตุลาคม 2561.

ภาคผนวก ฉ ประวัติผู้วิจัย

ปญฺญา โลกสฺมิ ปชฺโชโต
มจร
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ประวัติผู้วิจัย

1. ประวัติหัวหน้าโครงการวิจัย

ชื่อ - นามสกุล (ภาษาไทย) : พระราชธรรมสารสุธี (ธีรงกูร), ดร.

(ภาษาอังกฤษ) : PhraRajdhammasansudhi (Teerangkul), Ph.D

ตำแหน่งปัจจุบัน : ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

หน่วยงานและสถานที่อยู่ที่ติดต่อได้สะดวก

วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ เลขที่ 67 ม. 2 ต.น้ำคำ อ.เมืองศรีสะเกษ จังหวัดศรีสะเกษ รหัสไปรษณีย์ 33000 โทร. 0-45 61-7903, สำนักงานวิชาการ 081-470-2848, ทะเบียน 081-064-8178, โทรศัพท์มือถือ 081-877-2069

ประวัติการศึกษา

นักธรรมเอก	พ.ศ. 2507
เปรียญธรรม	9 ประโยค พ.ศ. 2522
ปริญญาตรี	ศึกษาศาสตรบัณฑิต (ศษ.บ.) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช (2527)
ปริญญาโท	บริหารการศึกษา (ศษ.ม.) มหาวิทยาลัยเฉลิมกาญจนา (2553)
ปริญญาเอก	พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต (พธ.ด.) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (2558)

งานที่ปรึกษาวิชาการ -เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ (ระดับปริญญาโท)

ระดับบัณฑิตศึกษา -เป็นอาจารย์ควบคุมวิทยานิพนธ์ (ระดับปริญญาโท)

2. ประวัติผู้ร่วมวิจัย

ชื่อ-นามสกุล

(ภาษาไทย) พระพรสวรรค์ ฐิติญาโณ(ใจตรง),ดร

(ภาษาอังกฤษ) **Phraponsawan Thitiyano(Jaitrong)**

ตำแหน่งปัจจุบัน อาจารย์ประจำ บัณฑิตศึกษา สาขาวิชาพระพุทธศาสนา วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ

สถานที่อยู่ที่ติดต่อได้สะดวก วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 67 หมู่ 2 ตำบลน้ำคำ อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ 33000

ประวัติการศึกษา - ปริญญาพุทธศาสตรบัณฑิต(พธ.บ) สาขาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (2552)

- ปริญญาศาสนศาสตรมหาบัณฑิต (ศน.ม) สาขารัฐศาสตร์การ-ปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย (2554)
-ปริญญาเอกพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต(พธ.ด) สาขาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราวิทยาลัย (2559)

งานที่ปรึกษาวิชาการ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

ระดับบัณฑิตศึกษา กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโท

1. งานวิจัย

(1) ชื่อเรื่อง : การอยู่ร่วมกันอย่างสันติภาพบนวิถีพุทธของประชาชนชนพื้นที่พิพาทชายแดนไทย-กัมพูชา (วิจัยร่วม) (2558) ทุนอุดหนุนการวิจัย จากสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

(2) ชื่อเรื่อง : ศึกษาวิเคราะห์การจัดการศึกษาขององค์กรพุทธศาสนาเพื่อเสริมสร้างสันติภาพ (2559) ทุนอุดหนุนการวิจัยจากสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

(3) ชื่อเรื่อง : การเสริมสร้างความมั่นคงในการดำเนินชีวิตของเครือข่ายเศรษฐกิจพอเพียงในจังหวัดศรีสะเกษ (2560) ทุนอุดหนุนการ วิจัยจากสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

(4) ชื่อเรื่อง : การศึกษาพฤติกรรมและแรงจูงใจในการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนในจังหวัดศรีสะเกษ (ผู้ร่วมวิจัย) (2560) ทุนอุดหนุนการวิจัยจากสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

(5) ชื่อเรื่อง : การเสริมสร้างเครือข่ายเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนในจังหวัดศรีสะเกษ (ผู้ร่วมวิจัย) (2560) ทุนอุดหนุนการวิจัยจากสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

(6) ชื่อเรื่อง : การเสริมสร้างเครือข่ายเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนในจังหวัดศรีสะเกษตามแนวพระพุทธศาสนา (ผู้ร่วมวิจัย) (2560) ทุนอุดหนุนการวิจัยจากสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัย-มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บทความวิชาการ

-พระพรสวรรค์ ใจตรง. วิเคราะห์การจัดการศึกษาขององค์กรพระพุทธศาสนาเพื่อเสริมสร้างสันติภาพ. วารสารการประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 1. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตแพร่. 24 มิถุนายน 2560.

-พระพรสวรรค์ ใจตรง. ไตรภูมิพระร่วง : จากหลักธรรมสู่อุดมการณ์การปกครอง. วารสารการประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 3 ระดับนานาชาติ ครั้งที่ 1. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น. 28 มีนาคม 2559.

-พระพรสวรรค์ ใจตรง. จุดเริ่มต้นของอาเซียนสีเขียวด้วยแนวทางพระพุทธศาสนา. วารสารพุทธอาเซียนศึกษา ศูนย์อาเซียนศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ปีที่ 1 ฉบับที่ 2. 2559.

-พระพรสวรรค์ ใจตรง. ความรักกับการเลือกคู่ : ทัศนะทางพระพุทธศาสนา. วารสารวรนัมฎองแหรกพุทธศาสตรปริทรรศน์ ปีที่ 4 ฉบับที่ 2 กรกฎาคม-ธันวาคม 2560. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตสุรินทร์.

-พระพรสวรรค์ ใจตรง. พระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 9 : พระผู้ทรงเป็นพ่อหลวงและครูของแผ่นดิน.วารสารศรีนครลำดวนปริทรรน์ ปีที่ 1 ฉบับที่ 1 มกราคม-มิถุนายน 2560. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ.

-พระพรสวรรค์ ใจตรง. การเสริมสร้างความมั่นคงในการดำเนินชีวิตของเครือข่ายเศรษฐกิจพอเพียงในจังหวัดศรีสะเกษ. วารสารการประชุมวิชาการระดับชาติ นวัตกรรมและเทคโนโลยีวิชาการ 2017 คณะเกษตรศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน. 25-26 ธันวาคม 2560.

-พระพรสวรรค์ ใจตรง. การศึกษาพฤติกรรมและแรงจูงใจในการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนในจังหวัดศรีสะเกษ. วารสารการประชุมวิชาการระดับชาติ นวัตกรรมและเทคโนโลยีวิชาการ 2017. คณะเกษตรศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน. 25-26 ธันวาคม 2560.

-พระพรสวรรค์ ใจตรง. การเสริมสร้างเครือข่ายเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนในจังหวัดศรีสะเกษ. วารสารการประชุมวิชาการระดับชาติ นวัตกรรมและเทคโนโลยีวิชาการ 2017. คณะเกษตรศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน. 25-26 ธันวาคม 2560.

-พระพรสวรรค์ ใจตรง. การเสริมสร้างเครือข่ายเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนในจังหวัดศรีสะเกษตามแนวพระพุทธศาสนา. วารสารการประชุมวิชาการระดับชาติ นวัตกรรมและเทคโนโลยีวิชาการ 2017. คณะเกษตรศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน. 25-26 ธันวาคม 2560.

3. ประวัติผู้ร่วมวิจัย

ชื่อ/นามสกุล

(ภาษาไทย) พระกัญจน์ กนฺตธมฺโม/แสงรุ่ง, ดร

(ภาษาอังกฤษ) Phra Kan Kantathammo, Saengrung, Dr.

ตำแหน่ง อาจารย์ประจำหลักสูตร

สังกัด วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

สาขาที่เชี่ยวชาญ พระพุทธศาสนา

ประวัติการศึกษา

นักธรรมเอก	2547	คณะจังหวัดพิจิตร
ปริญญาตรี	2559	พุทธศาสตรบัณฑิต (พธ.บ) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ปริญญาโท	2554	การศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม) มหาวิทยาลัยนเรศวร
ปริญญาเอก	2559	พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต (พธ.ด) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ภาระงานในความรับผิดชอบและรายวิชาที่บรรยายในหลักสูตร (ชื่อวิชา/รหัสวิชา)

-ประสบการณ์การสอนปริญญาตรี

(101 412) พระสูตรมหายาน	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ
(101 302) พระพุทธศาสนากับวิทยาศาสตร์	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ
(000 148) พระวินัยปิฎก	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ
(000 150) พระอภิธรรมปิฎก	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ
(000 101) มนุษย์กับสังคม	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ

-ประสบการณ์การสอนปริญญาโท

(600 102) พุทธปรัชญา	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ
(600 104) ภาษาอังกฤษ	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ

(602 208) ศึกษางานสำคัญทางพระพุทธศาสนา	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ
(602 307) พระพุทธศาสนามหายาน	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ
(602 302) การใช้ภาษาบาลี 2	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ

ผลงานทางวิชาการ

1. งานวิจัย

ชื่อเรื่อง : "โครงการย่อย 3 การเสริมสร้างความมั่นคงในการดำเนินชีวิตของเครือข่ายเศรษฐกิจพอเพียงในจังหวัดศรีสะเกษ (แผนงานวิจัย : การเสริมสร้างเครือข่ายเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนในจังหวัดศรีสะเกษตามแนวพระพุทธศาสนา)", สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรราชวิทยาลัย, 2560.

ชื่อเรื่อง : "กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ", สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรราชวิทยาลัย, 2561.

2. บทความทางวิชาการ

-พระกัญจน์ กนฺตธมฺโม, ดร. วิเคราะห์การจัดการศึกษาขององค์กรพระพุทธศาสนาเพื่อเสริมสร้างสันติภาพ, การประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ ๑ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตแพร่ 24 มิถุนายน 2560.

-พระกัญจน์ กนฺตธมฺโม, ดร. การเสริมสร้างเครือข่ายเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนในจังหวัดศรีสะเกษ. การประชุมวิชาการระดับชาติ "นวัตกรรมและเทคโนโลยีวิชาการ 2017", วิจัยจากองค์ความรู้สู่การพัฒนาอย่างยั่งยืน มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน วิทยาเขตสุรินทร์ 25-26 ธันวาคม 2560.

-พระกัญจน์ กนฺตธมฺโม, ดร. การเสริมสร้างความมั่นคงในการดำเนินชีวิตของเครือข่ายเศรษฐกิจพอเพียงในจังหวัดศรีสะเกษ. การประชุมวิชาการระดับชาติ "นวัตกรรมและเทคโนโลยีวิชาการ 2017", วิจัยจากองค์ความรู้สู่การพัฒนาอย่างยั่งยืน, มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน วิทยาเขตสุรินทร์ 25-26 ธันวาคม 2560.

-พระกัญจน์ กนฺตธมฺโม. การสื่อสารทางการเมืองเพื่อความปรองดองเชิงพุทธ. วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์ ปีที่ 8 ฉบับพิเศษ เนื่องในโอกาสเฉลิมฉลองพุทธชยันตี 2600 ปี แห่งการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า รวมบทความประชุมวิชาการทางพระพุทธศาสนานานาชาติ ครั้งที่ 9 มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ระหว่างวันที่ 31 พฤษภาคม – 2 มิถุนายน 2555.

-พระกัญจน์ กนฺตธมฺโม,ดร. พระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 9 : พระผู้ทรงเป็นพ่อหลวงและครูของแผ่นดิน. วารสารศรีนครลำดวนปริทรรศน์ ปีที่ 1 ฉบับที่ 1 มกราคม-มิถุนายน 2560. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ.

-พระกัญจน์ กนฺตธมฺโม,ดร. ศึกษาการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ด้วยหลักศีล 5 ในสังคมไทย. การประชุมวิชาการระดับชาติ “นวัตกรรมและเทคโนโลยีวิชาการ 2017”. วิจัยจากองค์ความรู้สู่การพัฒนาอย่างยั่งยืน” มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน วิทยาเขตสุรินทร์ ระหว่างวันที่ 25-26 ธันวาคม 2560.

-พระกัญจน์ กนฺตธมฺโม,ดร. “เกรืองแซน” เครื่องบูชาเพื่อเสริมสร้างความมั่งคงในการดำเนินชีวิตต่อหน้าอนุสาวรีย์พระยาสุรินทร์ภักดีศรีณรงค์จางวาง : กรณีพิธีจูนโฎนตาของชาวไทยเขมรสุรินทร์ ประจำปี 2560. นำเสนอในงานการประชุมวิชาการระดับชาติ “นวัตกรรมและเทคโนโลยีวิชาการ 2017”. วิจัยจากองค์ความรู้สู่การพัฒนาอย่างยั่งยืน” มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน วิทยาเขตสุรินทร์ ระหว่างวันที่ 25-26 ธันวาคม 2560.

-พระกัญจน์ กนฺตธมฺโม,ดร., “สมุนไพร : การดูแลสุขภาพเบื้องต้นในพระไตรปิฎก”, ในการประชุมวิชาการและนำเสนอผลงานระดับนานาชาติที่ 9 และระดับชาติครั้งที่ 1, วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ, “วัฒนธรรมเชิงพุทธกับการพัฒนาที่ยั่งยืน”, ระหว่างวันที่ 2-3 เมษายน. 2561.

-พระกัญจน์ กนฺตธมฺโม,ดร., “Ancient sacred language presented in Galmore ritual of Buddhist Thai-Kui people in Surin Province, Thailand”, The 1st International Conference on Local Languages, Empowerment and Preservation of Local Language, Pali, 23-24 February 2018, Faculty of Arts, Udayana University Denpasar, Bali, Indonesia.

ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ระดับบัณฑิตศึกษา

-มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ

4. ประวัติผู้ร่วมวิจัย

ชื่อนามสกุล

(ภาษาไทย) ดร.สุทัศน์ ประทุมแก้ว

(ภาษาอังกฤษ) Dr.Suthat Pratoomkaew

ตำแหน่ง อาจารย์ประจำบัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ

สถานที่ติดต่อ 51 หมู่ 3 ตำบลผือใหญ่ อำเภอโพธิ์ศรีสุวรรณ จังหวัดศรีสะเกษ 33120

ประวัติการศึกษา -พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต (พธ.ด.) สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จบปีการศึกษา 2557

-ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต (ศน.ม.) สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย จบปีการศึกษา 2553

-พุทธศาสตรบัณฑิต (พธ.บ.) สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จบปีการศึกษา 2552

-บริหารศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาคอมพิวเตอร์ธุรกิจ มหาวิทยาลัยเฉลิมกาญจนาจบปีการศึกษา 2552

งานที่ปรึกษาวิชาการระดับบัณฑิตศึกษา -เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ (ระดับปริญญาโท)

-เป็นอาจารย์ควบคุมวิทยานิพนธ์ (ระดับปริญญาโท)

หนังสือ/ตำราเอกสารคำสอน -ชื่อเรื่อง “มุ่งสู่แดนอริยธรรม (แดนพุทธภูมิ) คุณค่า..ชีวิต”

-รายวิชา พระพุทธศาสนากับสาธารณสุข (Buddhism and Health care) รหัสวิชา 101 437

งานวิจัย

(1) ชื่อเรื่อง : การบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ แหล่งทุน : สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (2557)

(2) ชื่อเรื่อง : พุทธจริยศาสตร์การดำรงอยู่ของกลุ่มชาติพันธุ์สี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ แหล่งทุน : สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (2559)

(3) ชื่อเรื่อง : โครงการย่อย 2 การเสริมสร้างเครือข่ายเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนในจังหวัดศรีสะเกษ (แผนงานวิจัย : การเสริมสร้างเครือข่ายเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนในจังหวัดศรีสะเกษตามแนวพระพุทธศาสนา) แหล่งทุน : สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรราชวิทยาลัย (2560)

(4) ชื่อเรื่อง : โครงการย่อย 3 การเสริมสร้างความมั่นคงในการดำเนินชีวิตของเครือข่ายเศรษฐกิจพอเพียงในจังหวัดศรีสะเกษ (แผนงานวิจัย : การเสริมสร้างเครือข่ายเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนในจังหวัดศรีสะเกษตามแนวพระพุทธศาสนา) แหล่งทุน : สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรราชวิทยาลัย (2560)

(5) ชื่อเรื่อง : การเรียนรู้และการผสมกลมกลืนทางวัฒนธรรมของกลุ่มชาติพันธุ์ ลาวเขมร กูยชุมชนบริเวณอุทยานภูเขาไฟเขากระโดง ในจังหวัดบุรีรัมย์ แหล่งทุน : สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรราชวิทยาลัย (2560)

(6) ชื่อเรื่อง : ศึกษาภูมิปัญญาด้านการผสมผสานความเชื่อและการประกอบพิธีกรรมของชุมชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ แหล่งทุน : สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรราชวิทยาลัย (2561)

(7) ชื่อเรื่อง : การบูรณาการกระบวนการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ แหล่งทุน : สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรราชวิทยาลัย (2561)

(8) ชื่อเรื่อง : กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ แหล่งทุน : สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรราชวิทยาลัย (2561)

บทความทางวิชาการ

1. บทความในประเทศ

(1) ดร.สุทัศน์ ประทุมแก้ว, บทความเรื่อง **"ความกตัญญูต่อการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม : ตามแนววิถีของชาวไทยพุทธ"**, วารสารบัณฑิตศึกษา ปริทรรศน์ ปีที่ 12 ฉบับพิเศษ ประจำปีพุทธศักราช 2559

(2) ดร.สุทัศน์ ประทุมแก้ว, บทความเรื่อง **"การพัฒนาศักยภาพมนุษย์ยุคโลกาภิวัตน์ : ด้วยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา"**, การประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 1 ประจำปี 2560, ณ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์, ระหว่างวันที่ 20 มีนาคม 2560.

(3) ดร.สุทัศน์ ประทุมแก้ว, บทความเรื่อง **"การจัดการองค์กรสงฆ์เพื่อส่งเสริมความมั่นคงของพระพุทธศาสนาในปัจจุบัน"**, การประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 1 ประจำปี 2560, ณ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตแพร่, ระหว่างวันที่ 24 มิถุนายน 2560.

(4) ดร.สุทัศน์ ประทุมแก้ว, บทความเรื่อง **"การอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ : ตามแนววิถีธรรม วิถีไทย"**, การประชุมสัมมนาวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 2 ประจำปี 2560, ณ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตอุบลราชธานี, ระหว่างวันที่ 2 สิงหาคม 2560.

(5) ดร.สุทัศน์ ประทุมแก้ว, บทความเรื่อง **"ความเชื่อในฮีตสิบสองต่อการสร้างความมั่นคงทางสังคมวัฒนธรรมในจังหวัดศรีสะเกษ"**, การประชุมสัมมนาวิชาการระดับชาติ นวัตกรรมและเทคโนโลยีวิชาการ ประจำปี 2560, ณ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล วิทยาเขตสุรินทร์, ระหว่างวันที่ 25-26 ธันวาคม 2560.

(6) ดร.สุทัศน์ ประทุมแก้ว, บทความเรื่อง **"ศึกษาการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ด้วยหลักศีล 5 ในสังคมไทย"**, การประชุมสัมมนาวิชาการระดับชาติ นวัตกรรมและเทคโนโลยีวิชาการ ประจำปี 2560, ณ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล วิทยาเขตสุรินทร์, ระหว่างวันที่ 25-26 ธันวาคม 2560.

(7) ดร.สุทัศน์ ประทุมแก้ว, บทความเรื่อง **"คุณค่าทางคำสอนในพิธีกรรมแซนกะโม๊ยของกลุ่มชาวไทยกวย-ส่วย บ้านศาลาสมัคคี ตำบลบ้านชบ อำเภอสังขะ จังหวัดสุรินทร์"**,

การประชุมสัมมนาวิชาการระดับชาติ นวัตกรรมและเทคโนโลยีวิชาการ ประจำปี 2560, ณ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล วิทยาเขตสุรินทร์, ระหว่างวันที่ 25-26 ธันวาคม 2560.

(8) ดร.สุทัศน์ ประทุมแก้ว, บทความเรื่อง **"การศึกษาเครื่องประกอบในพิธีกรรมของกลุ่มชาติพันธุ์ไทยเขมร : กรณีพิธีการแซนปราสาทบ้านไพล ตำบลเชื้อเพลิง อำเภอปราสาท จังหวัดสุรินทร์"**, การประชุมสัมมนาวิชาการระดับชาติ "ราชภัฏศรีสะเกษวิชาการ ครั้งที่ 5" ประจำปี 2560, ณ มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ, ระหว่างวันที่ 8 กุมภาพันธ์ 2561.

(9) ดร.สุทัศน์ ประทุมแก้ว, บทความเรื่อง **"ศาสนาชาวบ้าน : การดำรงอยู่ในบริบทความเชื่อทางวัฒนธรรมของกลุ่มชาติพันธุ์ในจังหวัดศรีสะเกษ"**, การประชุมสัมมนาวิชาการระดับชาติ "ราชภัฏศรีสะเกษวิชาการ ครั้งที่ 5" ประจำปี 2560, ณ มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ, ระหว่างวันที่ 8 กุมภาพันธ์ 2561.

(10) ดร.สุทัศน์ ประทุมแก้ว, บทความเรื่อง, **"กระบวนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชนสี่เผ่าในจังหวัดศรีสะเกษ"**, การประชุมสัมมนาวิชาการระดับนานาชาติ ครั้งที่ 9 และระดับชาติ ครั้งที่ 1 ประจำปี 2561, ณ วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ระหว่างวันที่ 2-3 เมษายน 2561.

(11) ดร.สุทัศน์ ประทุมแก้ว, บทความเรื่อง, **"แนวทางการดูสุขภาพแบบองค์รวมของพระสงฆ์ในจังหวัดศรีสะเกษ : กรณีศึกษาวัดเมืองคง ตำบลเมืองคง อำเภอราศีไศล จังหวัดศรีสะเกษ "**, การประชุมสัมมนาวิชาการระดับนานาชาติ ครั้งที่ 9 และระดับชาติ ครั้งที่ 1 ประจำปี 2561, ณ วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ระหว่างวันที่ 2-3 เมษายน 2561.

(12) ดร.สุทัศน์ ประทุมแก้ว, บทความเรื่อง, **"ศึกษาแนวทางการเรียนการสอนธรรมศึกษาในโรงเรียนขุขันธ์ราชบำรุง จังหวัดศรีสะเกษ"**, การประชุมสัมมนาวิชาการระดับนานาชาติ ครั้งที่ 9 และระดับชาติ ครั้งที่ 1 ประจำปี 2561, ณ วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ระหว่างวันที่ 2-3 เมษายน 2561.

(13) ดร.สุทัศน์ ประทุมแก้ว, บทความเรื่อง, **"ความเชื่อของชุมชนด้านการประกอบพิธีกรรม "แซนโฎนตา" อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ"**, การประชุมสัมมนาวิชาการระดับนานาชาติ ครั้งที่ 9 และระดับชาติ ครั้งที่ 1 ประจำปี 2561, ณ วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ ราชวิทยาลัย, ระหว่างวันที่ 2-3 เมษายน 2561.

(14) ดร.สุทัศน์ ประทุมแก้ว, บทความเรื่อง, **"การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมเพื่อส่งเสริมการบำบัดและลดปัญหาการกระทำผิดซ้ำของเยาวชนผู้ติดยาเสพติด : กรณีศึกษาวัดโนนสูงวนาราม อำเภอขุนหาญ จังหวัดศรีสะเกษ"**, การประชุมสัมมนาวิชาการระดับนานาชาติ ครั้งที่ 9 และ

ระดับชาติ ครั้งที่ 1 ประจำปี 2561, ณ วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ระหว่างวันที่ 2-3 เมษายน 2561.

(15) ดร.สุทัศน์ ประทุมแก้ว, บทความเรื่อง, **"การพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อความมั่นคง : ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง"**, การประชุมวิชาการและเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ ครั้งที่ 1 ประจำปี 2561, ณ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด, วันที่ 25 สิงหาคม 2561.

2. บทความต่างประเทศ

(16) Dr.Suthat Pratoomkaew, **"Bai Sai : Buddhism innovation as a sacrifice to promote constancy way of life of Thai – Khmer group in Muang District, Surin Province"**, 14th International Conference on Social Science and Humanities (ICSSH), 13-14 June 2017, Nanyang Technological University, Nanyang Executive Centre, Singapore.

(17) Dr.Suthat Pratoomkaew, **"The Doctrines in "Mamuad Ritual" related to Buddhist Principles of Thai Khmer People in Tambon Nok Muang, Amphoe Muang, Surin Province"**, UP Anthropology@100: International Conference Marking the Centennial of Philippine Anthropology, University of the Philippine, Diliman, Quezon City, December 1-2, 2017.

(18) Dr.Suthat Pratoomkaew, **"Buddhist Innovation" Values of doctrine and the redirection orientation by Kalmor ritual of Kui people in Nongdum Village Surin Province, Thailand"**, UP Anthropology@100: International Conference Marking the Centennial of Philippine Anthropology, University of the Philippine, Diliman, Quezon City, December 1-2, 2017

(19) Dr.Suthat Pratoomkaew, **"A Study of Relationship between Health Care Deity and Thai-Kui group in Sanka District, Surin Province"**, UP Anthropology@100: International Conference Marking the Centennial of Philippine Anthropology, University of the Philippine, Diliman, Quezon City, December 1-2, 2017.

(20) Dr.Suthat Pratoomkaew, **"Pa Kum Chang : Belief in sacred power of Thai-Kui people in Surin Province"**, 6th University of Malaya Discourse and Society International Conference on 5-6 December 2017 at faculty of Languages and Linguistics, University of Malaya, Malaysia.

(21) Dr.Suthat Pratoomkaew, **"Ancient Language in Sacred Ritual of Buddhist Thai – Khmer People in Muang District, Surin Province, Thailand"**, The 1st International Conference on Local Languages, Empowerment and Preservation of Local Language, Bali, 23-24 February 2018, Faculty of Arts, Udayana University Denpasar, Bali, Indonesia, P.733-738.

(22) Dr.Suthat Pratoomkaew, **"A Ritual to Communicate with God of That-Khmer Group : A Case Study of Joal Mamaud Ritual Muang District Surin Province of Thailand"**, The 1st International Conference on Local Languages, Empowerment and Preservation of Local Language, Bali, 23-24 February 2018, Faculty of Arts, Udayana University Denpasar, Bali, Indonesia, P.623-627.

งานด้านบริการวิชาการและการบริการสังคม :

(1) งานด้านบริการวิชาการ

1. กรรมการจัดทำวารสารศรีนครลำดวนปริทัศน์ วิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ
2. กรรมการโครงการประเพณีบุญเจดีย์ข้าวเปลือก โครงการบุญผะเหวดเทศน์มหาชาติและโครงการการจัดตั้งพิพิธภัณฑ์ หอพุทธศิลป์ และงานบุญบุรพาจารย์
3. กรรมการดำเนินการสอบปลายภาคการศึกษาที่ 2/2559
4. กรรมการจัดพิธีซ้อมรับปริญญา ประจำปี 2560
5. กรรมการดำเนินการสอบปลายภาค ประจำภาคการศึกษาที่ 3/2560
6. กรรมการดำเนินงานโครงการไหว้ครูบูรพาจารย์ ประจำปีการศึกษา 2560
7. กรรมการดำเนินงานโครงการพัฒนาข้อเสนอโครงการวิจัยเพื่อขอรับทุนสนับสนุนประจำปีงบประมาณ 2561 (เพิ่มเติม) และปีงบประมาณ 2562
8. กรรมการดำเนินงานดำเนินการสอบปลายภาค ปีการศึกษาที่ 1/2560
9. กรรมการดำเนินงานโครงการจัดทำแผนพัฒนา/แผนงบประมาณ/แผนปฏิบัติการประจำปีงบประมาณ 2560 กิจกรรมประชาพิจารณ์ แผนพัฒนาระยะที่ 12 (พ.ศ.2560-2564)
10. กรรมการดำเนินงานโครงการธรรมะสูสถานศึกษาและส่วนราชการ ประจำปีงบประมาณ 2560

(2) งานบริการแก่สังคม

1. สถาบันการอชีวะศึกษาภาคตะวันออกเฉียงเหนือ 5 วิทยาเทคนิคสุรินทร์ บรรยายในหัวข้อเรื่อง "พระพุทธศาสนากับวัยรุ่น"

2. กรมการศาสนา กระทรวงวัฒนธรรม สำนักงานวัฒนธรรมจังหวัดสุรินทร์ บรรยายในหัวข้อเรื่อง “พุทธศาสนากับการบูรณาการ”

3. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล วิทยาเขตสุรินทร์ บรรยายในหัวข้อเรื่อง “พุทธศาสนากับการบูรณาการ”

ปญฺญา โลกสฺมิ ปชฺโชโต
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
มจร