

ชื่อวิทยานิพนธ์ : การใช้หลักพุทธธรรมในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุชุมชนสุขสวัสดิ์
จังหวัดลำปาง

ผู้วิจัย : พระอธิการสมหมาย มหาปุณโณ (รินทรชัย)

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระครูพิพิธสุตาทร, ดร., ป.ธ.๓, พธ.บ. (ศาสนา),
M.A. (Buddhist Studies), M.Phil. (Buddhist Studies),
Ph.D. (Buddhist Studies)
: ผศ.ดร.พูนชัย ปันนียะ, พธ.บ. (ศาสนา), ศศ.ม. (ปรัชญา),
Ph.D. (Buddhist Studies)

วันสำเร็จการศึกษา : ๒๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ศึกษาเรื่อง การใช้หลักพุทธธรรมในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุชุมชนสุขสวัสดิ์ จังหวัดลำปาง มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ (๑) ศึกษาบริบทชุมชนและสภาพปัญหาที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุชุมชนสุขสวัสดิ์จังหวัดลำปาง (๒) ศึกษาหลักการดำเนินชีวิตในพระพุทธศาสนาของผู้สูงอายุชุมชนสุขสวัสดิ์จังหวัดลำปาง และ (๓) ศึกษาการใช้หลักพุทธธรรมในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุชุมชนสุขสวัสดิ์จังหวัดลำปาง การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยศึกษาข้อมูลจากเอกสาร เอกสาร (Documentary Research) และวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) ข้อมูลภาคสนามเพื่อประกอบการศึกษาวิจัย ผลการศึกษา พบว่า

บริบทชุมชนและสภาพปัญหาที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุชุมชนสุขสวัสดิ์จังหวัดลำปาง ชุมชนสุขสวัสดิ์ ตำบลพระบาท อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง มีผู้สูงอายุ (อายุ ๖๐ ปี บริบูรณ์ขึ้นไป) รวมทั้งสิ้น ๓๔๕ คน ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ ผู้สูงอายุในชุมชนสุขสวัสดิ์ จังหวัดลำปาง จะประสบปัญหาด้านความเสื่อมทางด้านร่างกาย เกิดโรคภัยไข้เจ็บ สุขภาพไม่แข็งแรง จึงส่งผลกระทบต่อจิตใจ ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์ เกิดความวิตกกังวล ว่าเหว่ ขาดความเชื่อมั่นในการอยู่ร่วมในสังคม และการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ประกอบกับเกิดการสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก และสภาพปัญหาดังกล่าวทำให้ผู้สูงอายุบางท่านขาดความมั่นคงทางอารมณ์ จิตใจ และมีเริ่มมีปัญหาด้านเศรษฐกิจเนื่องจากขาดรายได้

หลักการดำเนินชีวิตในพระพุทธศาสนา ของผู้สูงอายุชุมชนสุขสวัสดิ์จังหวัดลำปาง ประกอบด้วย ด้านกายภาพนา ด้านจิตภาพนา ด้านสังคมการอยู่ร่วมกัน ด้านเศรษฐกิจและรายได้ และด้านการดำเนินชีวิตประจำวัน ด้วยความไม่ประมาท ด้านกายภาพนา ผู้สูงอายุจะมีการเตรียมใจไว้ล่วงหน้า ยอมรับความจริงตามหลักไตรลักษณ์ว่า ทุกชีวิตจะต้องพบกับความตายอย่างแน่นอน เป็นไปตามกฎแห่งธรรมชาติไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ มีการออกกำลังกายสม่ำเสมอให้เหมาะสมกับวัย มีงานอดิเรกทำหรือการช่วยเหลืองานส่วนรวมโดยทำให้เป็นกิจวัตรเพื่อสุขภาพกายที่สมบูรณ์แข็งแรง รับประทานที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย และให้ถูกหลักอนามัย

การใช้หลักพุทธธรรมในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุชุมชนสุขสวัสดิ์จังหวัดลำปาง คือ ด้านกายภาพนา ส่วนใหญ่มีปัญหาด้านโรคประจำตัว เมื่อเกิดปัญหาทางด้านร่างกาย จะใช้หลักไตรลักษณ์ อริยสัจ ๔ มาแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น ด้านจิตภาพนา ส่วนใหญ่มีสุขภาพจิตที่ดี ทางด้านจิตใจจะหลักเบญจศีล เบญจธรรม หลักพรหมวิหาร ๔ มาปฏิบัติ ด้านสังคมการอยู่ร่วมกัน ส่วนใหญ่ครอบครัวอบอุ่นดี ดูแลเอาใจใส่คนในครอบครัว มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกันในกลุ่มชน เมื่อเกิดปัญหา การอยู่ร่วมกัน จะยึดสังคหวัตถุ ๔ หลักบุญบาป หลักกรรม มาประพฤติปฏิบัติในการอยู่ร่วมกับสังคมและครอบครัว ด้านเศรษฐกิจและรายได้ ส่วนใหญ่ใช้ชีวิตอย่างพอเพียง ทำให้เศรษฐกิจในครอบครัวพอมีพอกิน เมื่อผู้สูงอายุเกิดปัญหาด้านเศรษฐกิจและรายได้ ก็จะใช้หลักอิทธิบาท ๔ อบายมุข ๖ มาประพฤติปฏิบัติ และด้านการดำเนินชีวิตประจำวัน มีความไม่ประมาท รู้จักใช้จ่ายอย่างประหยัด อยู่อย่างพอเพียง รมัตระวังร่างกายและจิตใจ เมื่อเกิดปัญหาการดำเนินชีวิตประจำวัน ก็จะยึดหลัก ไตรลักษณ์ หลักอริยสัจ ๔ โลกธรรม ๘ มาใช้เป็นสิ่งชี้้นำในการดำเนินชีวิต

Thesis Title : An Application of Buddhadhamma for the Elderly's Lifestyle
in Sukhsawat Community, Lampang Province

Researcher : Phra Athikarn Sommai Mahapoonyo (Rintachai)

Degree : Mater of Art (Buddhist Studies)

Thesis Supervisory Committee

: Ven. Dr. Phrakru Piphitsutatorn, Pali III, B.A. (Religions),
M.A. (Buddhist Studies), M.Phil. (Buddhist Studies),
Ph.D. (Buddhist Studies)

: Asst. Prof. Dr. Poonchai Pantiya, B.A. (Religions),
M.A. (Philosophy), Ph.D. (Buddhist Studies)

Date of Graduation : February 20, 2017

Abstract

The thesis entitled 'An Application of Buddha dhamma for the Elderly's Lifestyle in Sukhsawat Community, Lampang Province' is of three objectives as (1) to study the community context and problems of elderly people in Sukhsawat community, Lampang province, (2) to study the elderly's lifestyle based on the principles of Buddhism and (3) to investigate an application of the Buddhist doctrine for the elderly's lifestyle in Sukhsawat community, Lampang province. This research is conducted by the qualitative research method and survey research. The results are as follows:

Regarding to the community context and state of problems related to the 345 elderly people (60 years old and above) in Sukhsawat community, Phrabath Sub district, Muang district, Lampang province, they believe in Buddhism and experiencing physical degeneration such as sickness and unhealthy. It results the mental and emotional state such as anxiety, loneliness, loss of beloved person, lack of confidence in living in society. These problems make some older people lack emotional stability and income.

The principles of elderly living in accordance with the teachings of Buddhism, they have practiced in physical and mental development. They have prepared themselves in advance by accepting the truth of the Three Characteristics that everyone must die based on the law of nature. Therefore, they exercise regularly for healthy and eating a hygienic food.

An application the Buddhist doctrine for living in the Sukhsawat Community, they have developed themselves by practicing the Four Noble Truth, when they faced their physical problems. Regarding the mental development, they have practice the Five Precepts, the Virtues Enjoined by the Five Precepts and the Sublime States of Mind In regard to the social coexistence, when problems arise in the community, they uphold and solved those problems by the virtues making for group integration and leadership, the teaching of good and evil, the law of Kamma. They live their lives based on the sufficient economy by avoiding from sources for the destruction of the amassed wealth and developing the path of accomplishment. The daily life, they lived their lives in line with the heedfulness and upheld the Three Characteristics, the Four Noble Truths and the Eight Worldly Vicissitudes.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงด้วยดี เพราะความเอาใจใส่และความเมตตาของอาจารย์ที่ปรึกษา คือ พระครูพิพิธสุตาทร, ดร., ผศ.ดร.พูนชัย ปันธิยะ ที่ให้คำปรึกษาและคำแนะนำตั้งแต่เริ่มต้น

ขอขอบพระคุณ ดร.ชาตรี ประชาพิพัฒน์ อาจารย์ผู้สอนปรัชญาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ดร.สมเกียรติ อัญญา อาจารย์พิเศษ มหาวิทยาลัยโยนก นางณภัสสรส์ เหมาะะประสิทธิ์ อาจารย์ผู้สอนจิตวิทยาแนะแนว มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ที่ให้ข้อมูลที่มีประโยชน์ในการทำวิจัยครั้งนี้

ขอขอบพระคุณ คณาจารย์ทุกท่านที่เอื้อเฟื้อในด้านต่าง ๆ และเจ้าหน้าที่บัณฑิตวิทยาลัยทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือ และอำนวยความสะดวกในการดำเนินงานด้านวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้

ขอขอบพระคุณ ประธานชุมชนสุขสวัสดิ์ ประธานกลุ่มผู้สูงอายุชุมชนสุขสวัสดิ์ ประธานกลุ่ม อสม.ชุมชนสุขสวัสดิ์ และคณะกรรมการชุมชนทุกท่านที่ให้ข้อมูลเชิงลึกในการดำเนินดำเนินงานด้านวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้

ประโยชน์ที่เกิดจากการทำวิทยานิพนธ์นี้ ผู้วิจัยขออุทิศถวายเป็นเครื่องน้อมสักการบูชาคุณของพระรัตนตรัย และบูชาคุณของบิดามารดาผู้ให้กำเนิด ผู้มีพระคุณ และครูบาอาจารย์ผู้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ ตลอดจนผู้มีอุปการคุณทุกท่าน

พระอธิการสมหมาย มหาบุญโญ (รินทะชัย)

๒๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	(ก)
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	(ค)
กิตติกรรมประกาศ	(จ)
สารบัญ	(ฉ)
สารบัญตาราง	(ช)
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	(ณ)
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๔
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๕
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๕
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๖
๑.๖ ประโยชน์ที่ได้รับ	๖
บทที่ ๒ แนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๗
๒.๑ ทฤษฎีแนวคิดในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ	๗
๒.๒ แนวความคิดเรื่องผู้สูงอายุ	๑๒
๒.๓ องค์ประกอบหลักของผู้สูงอายุ จำแนกตามประเภทและลักษณะของผู้สูงอายุ	๑๓
๒.๔ หลักพุทธธรรมในการดำเนินชีวิต	๑๘
บทที่ ๓ ระเบียบวิธีวิจัย หรือวิธีดำเนินการวิจัย	๖๐
๓.๑ รูปแบบการวิจัย	๖๐
๓.๒ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	๖๐
๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	๖๑
๓.๔ การเก็บรวบรวมเครื่องมือ	๖๓
๓.๕ การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	๖๔
๓.๖ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	๖๔

บทที่ ๔ ผลการศึกษา	๖๖
๔.๑ ผลการศึกษาริบทุมนชนและสภาพปัญหาที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุฯ	๖๖
๔.๒ ผลการศึกษาหลักการดำเนินชีวิตในพระพุทธศาสนา ของผู้สูงอายุฯ	๗๖
๔.๓ ผลการศึกษาการใช้หลักพุทธธรรมในการดำเนินชีวิต ของผู้สูงอายุฯ	๘๓
๔.๔ การสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) การใช้หลักพุทธธรรมฯ	๙๖
 บทที่ ๕ สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	๙๙
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๙๙
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๑๐๒
 บรรณานุกรม	๑๐๔
ภาคผนวก	๑๑๑
ก. รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ	๑๑๒
ข. แบบสัมภาษณ์	๑๑๓
ค. ภาพกิจกรรมของผู้สูงอายุ	๑๑๔
ประวัติผู้วิจัย	๑๒๕

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
ตารางที่ ๑ แสดง การเปรียบเทียบการอุปมาต่างๆ กับอริยสัจ	๔๘
ตารางที่ ๒ แสดงปัญหาของผู้สูงวัย และการประยุกต์ใช้หลักบุญบาป/หลักกรรม	๕๒
ตารางที่ ๓ ผลการศึกษาหลักการดำเนินชีวิตในพระพุทธศาสนา ของผู้สูงอายุชุมชนสุขสวัสดิ์ จังหวัดลำปาง	๗๖
ตารางที่ ๔ ผลการศึกษาหลักการดำเนินชีวิตในพระพุทธศาสนา ของผู้สูงอายุชุมชนสุขสวัสดิ์ จังหวัดลำปาง ด้านกายภาพ	๗๗
ตารางที่ ๕ ผลการศึกษาหลักการดำเนินชีวิตในพระพุทธศาสนาของผู้สูงอายุชุมชนสุขสวัสดิ์ จังหวัดลำปาง ด้านจิตภาพ	๗๘
ตารางที่ ๖ ผลการศึกษาหลักการดำเนินชีวิตในพระพุทธศาสนาของผู้สูงอายุชุมชนสุขสวัสดิ์ จังหวัดลำปาง ด้านสังคมการอยู่ร่วมกัน	๗๙
ตารางที่ ๗ ผลการศึกษาหลักการดำเนินชีวิตในพระพุทธศาสนาของผู้สูงอายุชุมชนสุขสวัสดิ์ จังหวัดลำปาง ด้านเศรษฐกิจและรายได้	๘๑
ตารางที่ ๘ ผลการศึกษาหลักการดำเนินชีวิตในพระพุทธศาสนา ของผู้สูงอายุชุมชนสุขสวัสดิ์ จังหวัดลำปาง ด้านการดำเนินชีวิตประจำวัน ด้วยความไม่ประมาท	๘๒