

ชื่อวิทยานิพนธ์	: การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามแนว พระพุทธศาสนา ในเขตเทศบาลตำบลวังหงส์ อำเภอเมือง จังหวัดแพร่
ผู้วิจัย	: พระศราวุธ ปญญาวุธ (คำมัน)
ปริญญา	: พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)
คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์	: พระครูโสภณพัฒนานุยุต,ผศ.ดร.,ป.ธ.๔.,พท.ศ.,พ.ม., พธ.บ.,กศ.ม.,Ph.D. ดร.บุญปิ่น แสนบ่อ, ว.ทบ.,ว.ทม.,Ph.D.
วันเสร็จสมบูรณ์	: ๙ มีนาคม ๒๕๕๘

บทคัดย่อ

งานวิจัยในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ คือ ๑) เพื่อศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามแนวพระพุทธศาสนา ๒) เพื่อศึกษาสภาพและปัญหาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามแนวพระพุทธศาสนาในเขตเทศบาลตำบลวังหงส์ อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ ๓) เพื่อเสนอแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามแนวพระพุทธศาสนาในเขตเทศบาลตำบลวังหงส์ อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ด้วยการศึกษาจากเอกสาร และวิจัยภาคสนามโดยการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุ จำนวน ๑๕ รูป/คนที่เข้าร่วมโครงการผู้สูงอายุในเขตเทศบาล ตำบลวังหงส์ อำเภอเมือง จังหวัดแพร่

ผลการศึกษาวิจัยการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามแนวพระพุทธศาสนา โดยยึดหลักภาวนา ๔ ใน ๔ ด้าน ดังนี้ ๑) ด้านร่างกาย พบว่า ทำให้เกิดการพัฒนาร่างกายด้วยรู้จักบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ รู้จักฝึกฝนอบรมตน ช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกันมีความห่วงใยเอื้อเพื่อเกื้อกูลกัน รู้จักสำรวมระมัดระวังอินทรีย์ ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ให้มีความพร้อมมีสติกำกับอยู่เสมอ และสามารถละเว้นจากความชั่วทั้งปวงได้ ๒) ด้านสังคม พบว่าทำให้ละเว้น ระมัดระวังกายจากการเบียดเบียนผู้อื่นในทางที่เสื่อมเสีย มีความช่วยเหลือเกื้อกูลกันอยู่ร่วมกันด้วยการเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน และนอกจากนั้นยังเสริมสร้างการมีระเบียบวินัยต่อตนและสังคม ๓) ด้านจิตใจ ทำให้จิตใจมีความหนักแน่นมั่นคง มีเหตุมีผลในการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน

มีจิตเมตตา มีความปรารถนาดีต่อกันด้วยความจริงใจ และมีความสุข ๔) ด้านปัญญา มีการฝึกปฏิบัติตามแนวปัญญาภาวนาเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจในสภาวะธรรมชาติดอย่างแท้จริง มองโลกมองสังคม ในแง่ดี มีจิตใจเป็นอิสระ รู้จักปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่างด้วยสติปัญญา

สภาพและปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามแนวพระพุทธศาสนาในเขตเทศบาลตำบลวังหงส์ ๑) ด้านร่างกาย พบว่า โรคประจำตัวบางโรคทำให้เกิดปัญหาและอุปสรรคในการปฏิบัติธรรม เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ เป็นต้น ๒) ด้านสังคม พบว่าการรักษาศีล ๕ เป็นสิ่งที่ยากและไม่มีเวลา มองไม่ค่อยเห็นคุณค่า ต้องเข้าวัดปฏิบัติเท่านั้น ๓) ด้านจิตใจ พบว่า ขาดการให้การสนับสนุนจากคนในชุมชน ขาดบุคลากรที่มีความรู้ความเข้าใจที่เข้ามานำฝึกปฏิบัติ และไม่มีเวลา ที่จะเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา ๔) ด้านปัญญา พบว่า ขาดความรู้ความเข้าใจ ขาดผู้นำทางในการฝึกปฏิบัติ ทำให้ไม่รู้เท่าทันความเปลี่ยนแปลงของชีวิตและโลกแห่งความเป็นจริง จะทำให้ความวิตกกังวล ไม่มั่นใจในการดำเนินวิถีชีวิต

เสนอแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามแนวภวนา ๔ ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามพระพุทธศาสนาในเขตเทศบาลตำบลวังหงส์โดยภาพรวม พบว่า ผู้สูงอายุได้นำเอาหลักภวนา ๔ มาใช้หลักภวนา ๔ ด้านได้แก่ การพัฒนาคุณภาพชีวิต ๑) ด้านร่างกาย พบว่า ผู้สูงอายุได้สำรวจระวังตนเองในการดูแลสุขภาพตนทั้งร่างกายและจิตใจ รู้จักผ่อนคลายด้วยการฝึกฝนอบรมด้านวิปัสสนากัมมัฏฐาน หรือนั่งสมาธิ ทำให้เกิดพลัง มีสุขภาพกายดี ๒) ด้านสังคม พบว่า ผู้สูงอายุได้ประพฤติปฏิบัติด้วยการรักษาศีล ๕ ด้วยการเว้นจากการกระทำความชั่วและเว้นจากการสร้างความเดือดร้อนเบียดเบียนแก่ผู้อื่น และช่วยเหลือเกื้อกูลกันด้วยความรักความเมตตา ๓) ด้านจิตใจ พบว่า ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา เช่น เข้าวัด ให้ทาน รักษาศีล และพัฒนาปัญญาเกิดความรู้ความเข้าใจ ไม่เข้าไปยึดมั่นถือมั่น ปล่อยวางทำให้ใจมีความสุข ๔) ด้านปัญญา พบว่า ผู้สูงอายุได้ ประพฤติปฏิบัติตามหลักปัญญาภวนา ตามหลักวิปัสสนากัมมัฏฐาน นั่งสมาธิ ฝึกจิตให้เกิดการรู้แจ้งเห็นจริง ตามสภาวะที่เป็นอยู่ จนสามารถทำให้ดำรงชีวิตอยู่สังคมนี้อย่างมีความสุข