

พุทธบูรณาการเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของคณะสงฆ์
จังหวัดสมุทรสงคราม*

THE BUDDHIST INTEGRATED APPROACH TO DEVELOP QUALITY OF LIFE
FOR THE ELDERLY BY MONKS IN SAMUTSONGKHAM PROVINCE



พระครูปราโมทย์ปัญญาววัฒน์ (บุญเลิศ เดชบุญโณ), พระปลัดระพีณ พุทธิสารโร, พระมหาภคธรรมา กิตติโสภณ
Phrakhru Pituksilapakom (Nuchit Vajiravuddho), Phrapalad Raphin Buddhiso, Phramaha Krisada Kittisobhano

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Corresponding Author E-mail: akkarawat.kit@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพทั่วไป การพัฒนาและนำเสนอพุทธบูรณาการ เป็นวิจัยเชิงคุณภาพ เก็บข้อมูลภาคสนามโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 25 รูปหรือคน ได้ใช้แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง ที่มีค่าดัชนีวัดความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาทั้งฉบับ (S-CVI) เท่ากับ 1.00 เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยวิเคราะห์ข้อมูลด้วยเทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหาประกอบบริบท และการสนทนากลุ่มเฉพาะผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 12 รูปหรือคน โดยวิเคราะห์ข้อมูลด้วยเทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหาประกอบบริบท

ผลการวิจัยพบว่า 1. คณะสงฆ์มีศักยภาพในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุได้ทั้งทางกายภาพและทางจิตใจ แต่มีปัญหาการขาดแคลนงบประมาณ 2. การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจังหวัดสมุทรสงคราม ตามหลักภาวนา 4 พบว่า ครอบคลุมกระบวนการพัฒนากาย ศีล จิต และปัญญา 3. พุทธบูรณาการเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ พบว่า เป็นรูปแบบของความร่วมมือของเครือข่ายในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยบูรณาการหลักภาวนา 4 ครอบคลุมองค์ประกอบชีวิตของผู้สูงอายุทั้ง 7 ด้าน คือ ด้านการศึกษา ด้านสุขภาพอนามัย ด้านที่อยู่อาศัย ด้านการทำงานและการมีรายได้ ด้านความมั่นคงทางสังคม ด้านบริการสังคม และด้านนันทนาการ

คำสำคัญ: พุทธบูรณาการ; การพัฒนาคุณภาพชีวิต; ผู้สูงอายุ

*Received July 11, 2021; Revised July 21, 2021; Accepted July 23, 2021

Abstract

Objectives of this research were to study the general condition, development and present Buddhist integration. The research methodology was the qualitative research by which the researcher collected data from 25 key informants by in-depth interviewing with structured in-depth- interview scripts that had scale-level content validity index of 1.00 as the data collection tool, and the data received was analyzed by content with context analysis technique. Twelve academic dignitaries participated in the focus group discussion, and the data received was analyzed by content with context analysis technique.

The research result finds that 1. The Sangha with the potential to improve the quality of life for the elderly, both physically and mentally, but the shortage of budget. 2. The life development for elderly of Sangha, according to Bhāvanā principle, it was found that the process of physical development, morality, mentality, and wisdom. 3. The Buddhist integrated to quality of life development for elderly, it was found that it was a form of cooperation of the network in improving the quality of life for the elderly by integrating the Bhāvanā principles covering all 7 aspects of life elements of the elderly as following; Education, Health and sanitation, Housing aspect, Work and income aspect, Social security, Social services aspect, and Recreation.

Keywords: the Buddhist integrated; quality of life development; elderly

บทนำ

ประเทศไทยมีปัญญาผู้สูงอายุไทยเป็นพันธกรณีเพื่อให้ผู้สูงอายุไทยมีคุณภาพชีวิตที่ดี ได้รับการคุ้มครองและพิทักษ์สิทธิ โดยมีสาระสำคัญ คือ (1) ผู้สูงอายุต้องได้รับปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่าและศักดิ์ศรี ได้รับการพิทักษ์และคุ้มครองให้พ้นจากการถูกทอดทิ้ง และละเมิดสิทธิ โดยปราศจากการเลือกปฏิบัติ โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่ไม่สามารถพึ่งตนเองหรือครอบครัวได้ และผู้พิการที่สูงอายุ (2) ผู้สูงอายุควรอยู่กับครอบครัว โดยได้รับความเคารพ รัก ความเข้าใจ ความเอื้ออาทร การดูแลเอาใจใส่ การยอมรับบทบาทของกันและกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์อันดีในการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข (3) ผู้สูงอายุควรได้รับโอกาสในการศึกษา เรียนรู้และพัฒนาศักยภาพของตน

อย่างต่อเนื่อง เข้าถึงข้อมูลข่าวสารและบริการทางสังคมอันเป็นประโยชน์ในการดำรงชีวิต เข้าใจถึงความเปลี่ยนแปลงของสังคมรอบด้าน เพื่อสามารถปรับบทบาทของตนให้สมวัย (4) ผู้สูงอายุควรได้ถ่ายทอดความรู้ และประสบการณ์ให้สังคม มีโอกาสได้ทำงานที่เหมาะสมตามความสมัครใจ โดยได้รับค่าตอบแทนที่เป็นธรรม เพื่อให้เกิดความภูมิใจและเห็นชีวิตมีคุณค่า (5) ผู้สูงอายุควรได้เรียนรู้ในการดูแลสุขภาพอนามัยของตนเองต้องมีหลักประกันและสามารถเข้าถึงบริการด้านสุขภาพอนามัยอย่างครบวงจรจนโดยเท่าเทียมกัน รวมทั้งได้รับการดูแลจนถึงวาระสุดท้ายของชีวิตอย่างสงบตามคตินิยม และ (6) ผู้สูงอายุควรได้มีบทบาทและมีส่วนร่วมในกิจกรรมของครอบครัว ชุมชนและสังคม โดยเฉพาะการรวมกลุ่มเพื่อแลกเปลี่ยน เรียนรู้ และความเข้าใจอันดีระหว่างผู้สูงอายุด้วยกัน (สุรกุล เจนอบรม, 2541; พระอนวัธน์ อภิวิฑฒโน, 2564; พระมหาอภิวัชร อภิวัชโร, 2564)

องค์รวมใหญ่ที่มนุษย์เราเกี่ยวข้อง มีองค์ประกอบ 3 ส่วน คือ ชีวิต สังคม และธรรมชาติ แล้วทั้งชุดนี้ก็มาเชื่อมกันที่ชีวิตคนหรือมนุษย์ที่มี 2 ภาวะในตัว คือ (1) ภาวะหนึ่งมนุษย์เป็นชีวิต ที่เป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ และก็เป็นอันเดียวกับธรรมชาติทั่วไปทั้งหมดตรงนี้ ถ้าจับจุดถูก ก็ต้องพยายามทำตัวเราที่เป็นชีวิต ซึ่งเป็นธรรมชาตินี้ ให้ประสานกลมกลืนเกื้อกูลกับธรรมชาติทั่วไป และ (2) อีกภาวะหนึ่ง มนุษย์เป็นบุคคล ที่เป็นส่วนหนึ่งของสังคม ซึ่งจะต้องรู้เข้าใจและปฏิบัติให้ถูกต้องได้ผลดี ทั้งในแง่เป็นส่วนร่วมที่ดีของสังคม และในแง่ที่เท่าทันต่อการที่จะได้รับประโยชน์หรือผลจากสังคม ถ้าบูรณาการประสานภาวะทั้ง 2 ให้กลมกลืนกันลงตัวได้เมื่อไร เมื่อนั้นจะสามารถทำให้เกิดองค์รวมทั้งระบบที่กลมกลืนประสานกันได้หมด (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), 2548) แนวคิดแบบองค์รวมนี้เป็นหลักการที่ยอมรับทั้งในกลุ่มมานุษยวิทยาวัฒนธรรมตะวันตกและหลักทางศาสนา แนวคิดแบบองค์รวม คือ การตระหนักและให้ความสำคัญของความสัมพันธ์ที่กลมกลืนแยกออกจากกันไม่ได้ของร่างกาย จิตใจ ปัญญา (จิตวิญญาณ) และสิ่งแวดล้อมของแต่ละบุคคล (จันทร์เพ็ญ สันตวาจา, 2548)

พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับการพัฒนาตน ตามหลักภาวนา 4 ที่ประกอบด้วย (1) กายภาวนา การฝึกอบรมกายให้รู้จักติดต่อกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ทั้งห้าด้วยดี (Physical Development) (2) สิลภาวนา การฝึกอบรมศีล ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี เกื้อกูลแก่กัน (Moral Development) (3) จิตภาวนา การฝึกอบรมจิตใจให้เข้มแข็งมั่นคงเจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย (Emotional Development) (4) ปัญญาภาวนา การฝึกอบรมปัญญาให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริงและแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญา (Intellectual Development) (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), 2540) ภาวนา 4 เป็นคุณสมบัติที่เพิ่มคุณค่าให้แก่ตัวบุคคล พระพุทธศาสนาจึงเชิดชูบุคคล

ผู้มีต้นที่พัฒนาแล้วว่าเป็นบุคคลสูงสุด ดังบทอุปมาอุปไมยในคัมภีร์พระไตรปิฎก ความว่า “เปรียบเหมือนดอกบัวมีกลิ่นหอม ที่เกิดเจริญเติบโตในน้ำ แต่อยู่พ้นน้ำ ไม่แปดเปื้อนด้วยน้ำ” (อง.จตุกก. (ไทย) 21/36/59)

ทั้งนี้ ในบริบทพื้นที่จังหวัดสมุทรสงคราม เริ่มจะมีปัญหาเรื่องผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งให้อยู่คนเดียว เพราะบุตรหลานต้องออกไปทำงาน ปล่อยให้ผู้สูงอายุอยู่เพียงลำพัง อันจะนำไปสู่โรคซึมเศร้า ส่งผลต่อด้านจิตใจของผู้สูงอายุอย่างรุนแรง จากสถิติข้อมูล ณ ปัจจุบันพบว่า มีผู้สูงอายุ จำนวนร้อยละ 19.68 ของจำนวนประชากรทั้งหมด มูลนิธิเด็กและผู้สูงอายุจังหวัดสมุทรสงครามได้ตระหนักถึงปัญหาของสังคมผู้สูงอายุ จึงได้จัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุขึ้นเพื่อรองรับผู้สูงอายุที่มีจำนวนมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง เพื่อเป็นการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี และสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข หากผู้สูงอายุได้รับการดูแลเอาใจใส่ทั้งทางร่างกาย จิตใจ และที่สำคัญ หากได้รับการดูแลอย่างถูกต้องและเหมาะสม ก็จะช่วยลดปัญหาทางสังคมของผู้สูงอายุและมีสถานที่แลกเปลี่ยนเรียนรู้และประสบการณ์ซึ่งกัน ทำให้ผู้สูงอายุมีรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า (สำนักงานเหล่ากาชาดจังหวัดสมุทรสงคราม, 2563) ปัญหาดังกล่าวนี้น สอดคล้องกับผลงานวิจัยของ บานชื่น นักการเรียน และคณะ ซึ่งพบว่า ผู้สูงอายุที่ตอบแบบสอบถาม มีสุขภาพจิต อยู่ในเกณฑ์ต่ำ (บานชื่น นักการเรียน และคณะ, 2559).

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษา วิจัยเรื่อง “พุทธบูรณาการเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของคณะสงฆ์จังหวัดสมุทรสงคราม” เพื่อสังเคราะห์แนวทางการแก้ไขปัญหาดังกล่าวข้างต้น โดยบูรณาการหลักพุทธธรรมสำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่เหมาะสมและสอดคล้องกับบริบทของสังคมไทย อีกทั้ง องค์ความรู้จากการวิจัยครั้งนี้สามารถเป็นข้อมูลทางวิชาการอันเป็นประโยชน์แก่ภารกิจด้านการสาธารณสงเคราะห์ขององค์กรคณะสงฆ์ อีกประการหนึ่งด้วย

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพทั่วไปในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของคณะสงฆ์จังหวัดสมุทรสงคราม
2. เพื่อศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจังหวัดสมุทรสงคราม ตามหลักภาวนา 4
3. เพื่อนำเสนอพุทธบูรณาการเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของคณะสงฆ์จังหวัดสมุทรสงคราม

วิธีดำเนินการวิจัย

1. รูปแบบการวิจัย

เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) และการสนทนากลุ่มเฉพาะ (Focus Group Discussion) เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

2. ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ผู้วิจัยได้คัดเลือกจากการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Selection) ตามลักษณะการเป็นตัวแทนของกลุ่มที่เหมาะสม จำนวน 25 รูปหรือคน ประกอบด้วย นักวิชาการศาสนา และนักวิชาการสาธารณสุขชุมชน จำนวน 5 คน พระสงฆ์ในเขตการปกครองคณะสงฆ์จังหวัดสมุทรสงคราม จำนวน 5 รูป ผู้นำ/บุคลากร องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นในพื้นที่จังหวัดสมุทรสงคราม จำนวน 5 คน ผู้นำ/ประธาน/กรรมการบริหารชมรมผู้สูงอายุในพื้นที่จังหวัดสมุทรสงคราม จำนวน 5 คน และนักวิชาการด้านการจัดการเชิงพุทธ จำนวน 5 คน

3. เครื่องมือในการวิจัย

3.1 การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) เพื่อให้ได้ข้อมูลที่รอบด้านและลึกซึ้ง โดยผู้วิจัยใช้การสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง (Structured Interview) มีลักษณะเป็นคำถามแบบปลายเปิดเพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกตรงตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย โดยใช้กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญดังกล่าวข้างต้น

3.2 การสนทนากลุ่มเฉพาะ (Focus Group Discussion) เพื่อให้ได้ข้อมูลที่รอบด้านและลึกซึ้ง จากการร่วมพูดคุยกันระหว่างผู้วิจัยกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ โดยใช้แบบสนทนากลุ่มเฉพาะที่มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัยเพื่อให้ได้คำตอบในเชิงเหตุผลจากผู้เข้าร่วมการสนทนากลุ่มเฉพาะดังกล่าวข้างต้น

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ดำเนินการสัมภาษณ์ ตามวัน เวลา และสถานที่ ที่กำหนดไว้จนครบทุกประเด็น โดยขออนุญาตจัดบันทึก และมีการบันทึกเสียงประกอบการสัมภาษณ์

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) โดยผู้วิจัยพยายามรักษาสำนวนเดิมของผู้ให้สัมภาษณ์รวมทั้งปรับแก้ให้มีความชัดเจนทางการสื่อสาร ความหมาย และลดข้อความที่ซ้ำซ้อนกัน ส่วนการวิเคราะห์ข้อมูลจากการสนทนากลุ่มเฉพาะ (Focus Group Discussion) ที่ประกอบด้วยผู้ดำเนินการสนทนา (Moderator) ผู้จัดบันทึก (Note Taker)

ผู้ช่วยทั่วไป (Assistant) และผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) โดยใช้หัวข้อปัญหาและคำถามที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การวิจัย ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) โดยพยายามรักษาสำนวนเดิมไว้

ผลการวิจัย

1. สภาพทั่วไปในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของคณะสงฆ์จังหวัดสมุทรสงคราม พบว่า

จุดแข็ง (Strength) ได้แก่ สถาบันสงฆ์มีความเชื่อมั่นต่อศักยภาพการพัฒนาของคน คณะสงฆ์มีศักยภาพในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุได้ทั้งทางกายภาพและจิตใจ คณะสงฆ์มีคณะกรรมการกำกับดูแลภารกิจด้านการสาธารณสุขสงเคราะห์โดยเฉพาะ คณะสงฆ์ทำงานด้วยความเสียสละไม่หวังสิ่งตอบแทนหรือไม่แสวงหาผลกำไร หลักการปฏิบัติทางพระพุทธศาสนาสอดคล้องกับหลักการพัฒนาคุณภาพชีวิตสากล คณะสงฆ์มีภาคีเครือข่ายในการทำงานอย่างไม่เป็นทางการร่วมกับหน่วยงานรัฐและเอกชน คณะสงฆ์มีวัดกระจายตัวอยู่ทุกหมู่บ้านครอบคลุมพื้นที่สำหรับเป็นศูนย์กลางในการจัดกิจกรรมทางสังคมและบุคลากรของคณะสงฆ์เป็นผู้มีความรู้ความสามารถในการพัฒนาคุณภาพจิตใจแก่ผู้สูงอายุ

จุดอ่อน (Weakness) ได้แก่ คณะสงฆ์ยังไม่มีฐานข้อมูลเฉพาะสำหรับเก็บรวบรวมข้อมูลที่จำเป็นต่อการขับเคลื่อนงานสาธารณสุขสงเคราะห์ ปัญหาการขาดแคลนงบประมาณ บุคลากรของคณะสงฆ์ยังขาดทักษะในการให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ สุขภาพและโภชนาการของผู้สูงอายุ และพระสงฆ์มีข้อจำกัดทางพระวินัยที่มีผลต่อการส่งเสริมคุณภาพชีวิตทางเศรษฐกิจและสังคมแก่ผู้สูงอายุ

โอกาส (Opportunity) ได้แก่ มีหน่วยงานรัฐให้ความร่วมมือสนับสนุนการดำเนินงานของคณะสงฆ์ในลักษณะแบบเครือข่ายที่ไม่เป็นทางการ มีเทคโนโลยีสมัยใหม่เข้ามาช่วยในการทำงาน มีสาธารณสุขชุมชนและอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) กระจายอยู่ทั่วทุกพื้นที่ รัฐบาลมีนโยบายและมาตรการส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ประชาชนส่วนใหญ่นับถือพระพุทธศาสนาและเคารพศรัทธาพระสงฆ์ในฐานะผู้นำทางจิตใจ และสังคมไทยมีความต้องการองค์ความรู้ทางพระพุทธศาสนาเพื่อช่วยเยียวยาจิตใจผู้สูงอายุมากยิ่งขึ้น

อุปสรรค (Threat) ได้แก่ สภาวะเศรษฐกิจที่ถดถอยซึ่งมีผลกระทบต่อการสนับสนุนทรัพยากรและปัจจัยในการดำเนินงานจากพุทธศาสนิกชน สถานการณ์ระบาดของโรคอุบัติใหม่ Covid-19 สภาพสังคมไทยที่เปลี่ยนแปลงไปเป็นครอบครัวเดี่ยว กระแสวัตถุนิยมที่เป็นอุปสรรคต่อการปลูกฝังค่านิยมกตัญญูและคติที่ดีต่อผู้สูงอายุตามหลักการ

ของพระพุทธศาสนา อุปสรรคจากรูปแบบการทำงานตามสายการบังคับบัญชาของหน่วยงานราชการที่มีส่วนเกี่ยวข้องบางหน่วยงานซึ่งมีสายการบังคับบัญชายาว และพฤติกรรมไม่เหมาะสมจากพระสงฆ์บางรูปที่บั่นทอนความศรัทธาของคนในสังคม

2. การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจังหวัดสมุทรสงคราม ตามหลักภาวะ 4 พบว่า

กายภาวนา (Physical Development) ได้แก่ ประยุกต์ใช้ในการบริโภคอาหารหรือโภชนาการของผู้สูงอายุ ประยุกต์ใช้ในการออกกำลังกายหรือยืบร่างกายของผู้สูงอายุ ประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพและโรคประจำตัวของผู้สูงอายุ และประยุกต์ใช้ในการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างมีสติเพื่อหลีกเลี่ยงอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ

ศีลภาวนา (Moral Development) ได้แก่ ประยุกต์ใช้ในการคุ้มครองสิทธิและสวัสดิการที่ผู้สูงอายุพึงได้รับ ประยุกต์ใช้ในการละเว้นความประพฤติที่ให้โทษต่อตัวผู้สูงอายุเอง ประยุกต์ใช้ในการละเว้นคำพูดของผู้สูงอายุที่อาจทำร้ายจิตใจผู้อื่น ประยุกต์ใช้ในการรักษาความสงบและสร้างสังคมสันติสุข ประยุกต์ใช้ในการละเว้นการกระทำของผู้สูงอายุที่เบียดเบียนผู้อื่น และประยุกต์ใช้ในการเป็นแบบอย่างที่ดีทางความประพฤติของผู้สูงอายุแก่อนุชนรุ่นหลัง

จิตภาวนา (Emotional Development) ได้แก่ ประยุกต์ใช้ในการแก้ไขปัญหาหรือเยียวยาสุขภาพใจผู้สูงอายุ ประยุกต์ใช้ในการใช้ชีวิตอย่างมีสมรรถภาพด้วยสติและสมาธิตั้งมั่น ประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมสุขภาพกายของผู้สูงอายุโดยทางอ้อม ประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณธรรมในตนเองของผู้สูงอายุ และประยุกต์ใช้ในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีทางสังคมของผู้สูงอายุกับคนรอบข้าง

ปัญญาภาวนา (Intellectual Development) ได้แก่ ประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุแก้ไขปัญหาด้วยปัญญา ประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุใช้ปัญญาในการปรับตัวให้ทันต่อวิถีแห่งความเปลี่ยนแปลงของโลกหรือสิ่งแวดล้อมภายนอก ประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุดำเนินชีวิตโดยรู้เท่าทันความเปลี่ยนแปลงหรือความเสื่อมถอยของร่างกายและสุขภาพตนเอง ประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมคุณธรรมขั้นสูงในทางพระพุทธศาสนาแก่ผู้สูงอายุ ประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมศักยภาพการเป็นผู้นำทางปัญญาของผู้สูงอายุ และประยุกต์ใช้ในการเผยแพร่องค์ความรู้จากภูมิปัญญาและประสบการณ์ของผู้สูงอายุในเชิงสาธารณะ

3. พุทธบูรณาการเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของคณะสงฆ์จังหวัดสมุทรสงคราม

ด้านการศึกษา (Education) ประกอบด้วย การจัดการศึกษาในลักษณะการศึกษาตามอัธยาศัย การจัดการศึกษาที่เหมาะสมกับวัยและประสบการณ์ของผู้สูงอายุ

การจัดการศึกษาที่ผู้สูงอายุสามารถนำไปประกอบอาชีพหรือสร้างรายได้เสริม การจัดการศึกษาเพื่อสร้างความพร้อมในการรับมือกับความเปลี่ยนแปลงทางร่างกายตามหลักไตรลักษณ์ของพระพุทธศาสนา การจัดการศึกษาในรูปแบบโรงเรียนผู้สูงอายุประจำชุมชน และการจัดการศึกษาโดยใช้เทคโนโลยีสารสนเทศเพื่อขยายโอกาสทางการศึกษาแก่ผู้สูงอายุ

ด้านสุขภาพอนามัย (Health) ประกอบด้วย การส่งเสริมการสุขภาพกายและสุขภาพใจควบคู่กันไปตามทัศนะของพระพุทธศาสนา การส่งเสริมการบริโภคอาหารในปริมาณที่พอดีและเหมาะสมกับวัยของผู้สูงอายุ การส่งเสริมการปฏิบัติงานของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน การส่งเสริมการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัยและสภาพร่างกายของผู้สูงอายุ การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุพักผ่อนให้เพียงพอและเหมาะสม การส่งเสริมความร่วมมือกับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเป็นสถานพยาบาลเบื้องต้นของผู้สูงอายุในพื้นที่ และการส่งเสริมการตรวจและรักษาโรคร้ายไข้เจ็บให้กับผู้สูงอายุอย่างสม่ำเสมอ

ด้านที่อยู่อาศัย (Housing) ประกอบด้วย การสนับสนุนการจัดที่อยู่อาศัยให้ผู้สูงอายุโดยถูกต้องตามกฎหมายบ้านเมืองควบคู่กับหลักมนุษยธรรม การสนับสนุนการจัดที่อยู่อาศัยให้ผู้สูงอายุมีความมั่นคงในชีวิตและทรัพย์สิน การสนับสนุนการจัดที่อยู่อาศัยให้ผู้สูงอายุโดยคำนึงถึงสภาพแวดล้อมภายในบ้านที่มีความปลอดภัย การสนับสนุนการจัดที่พักชั่วคราวให้ผู้สูงอายุรองรับกรณีเกิดภัยธรรมชาติหรือภัยพิบัติ และการสนับสนุนการจัดที่อยู่อาศัยให้ผู้สูงอายุโดยประสานกับหน่วยงานรัฐที่ให้บริการสถานพักพิงสำหรับผู้สูงอายุ

อภิปรายผลการวิจัย

1. สภาพทั่วไปในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของคณะสงฆ์จังหวัดสมุทรสงคราม พบว่า สถาบันสงฆ์มีความเชื่อมั่นต่อศักยภาพการพัฒนาของคน คณะสงฆ์มีศักยภาพในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุได้ทั้งทางกายภาพและทางจิตใจ คณะสงฆ์มีคณะกรรมการกำกับดูแลภารกิจด้านการสาธารณะสงเคราะห์โดยเฉพาะ คณะสงฆ์ทำงานด้วยความเสียสละไม่หวังสิ่งตอบแทนหรือไม่แสวงหาผลกำไร หลักการปฏิบัติทางพระพุทธศาสนาสอดคล้องกับหลักการพัฒนาคุณภาพชีวิตสากล คณะสงฆ์มีภาคีเครือข่ายในการทำงานอย่างไม่เป็นทางการร่วมกับหน่วยงานรัฐและเอกชน คณะสงฆ์มีวัดกระจายตัวอยู่ทุกหมู่บ้านครอบคลุมพื้นที่สำหรับเป็นศูนย์กลางในการจัดกิจกรรมทางสังคม และบุคลากรของคณะสงฆ์เป็นผู้มีความรู้ความสามารถในการพัฒนาคุณภาพจิตใจแก่ผู้สูงอายุ และมีโอกาสในการพัฒนา ได้แก่ มีหน่วยงานรัฐให้ความร่วมมือสนับสนุนการดำเนินงานของคณะสงฆ์ในลักษณะแบบเครือข่ายที่ไม่เป็นทางการ มีเทคโนโลยีสมัยใหม่เข้ามาช่วยในการทำงาน มีสาธารณสุขชุมชนและอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) กระจายอยู่ทั่วทุกพื้นที่ รัฐบาลมีนโยบายและมาตรการส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

ประชาชนส่วนใหญ่นับถือพระพุทธศาสนาและเคารพศรัทธาพระสงฆ์ในฐานะผู้นำทางจิตใจ และสังคมไทยมีความต้องการองค์ความรู้ทางพระพุทธศาสนาเพื่อช่วยเยียวยาจิตใจผู้สูงอายุมากยิ่งขึ้น ดังกล่าวนี้ แสดงให้เห็นว่า สภาพทั่วไปในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของคณะสงฆ์จังหวัดสมุทรสงคราม มีปัจจัยที่เป็นจุดแข็ง และปัจจัยเอื้อต่อการพัฒนาทั้งในเชิงประสิทธิภาพและประสิทธิผลของการดำเนินงานหลากหลายประการ ดังกล่าวนี้ สอดคล้องกับที่ ฉวีวรรณ สุวรรณภา(2562) ได้วิจัยเรื่อง “กระบวนการจัดการเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตและจริยธรรมทางสังคมในชุมชนภาคเหนือ” และยังสอดคล้องกับที่ เสาวนีย์ ไชยกุล และคณะ (2562) ได้วิจัยเรื่อง “การศึกษาองค์ประกอบและเกณฑ์ชี้วัดในการเสริมสร้างสุขภาพของผู้สูงอายุตามแนวพระพุทธ ศาสนาในจังหวัดพะเยา” และยังสอดคล้องกับที่ วรปรัชญ์ คำพงษ์ (2557) ได้วิจัยเรื่อง “การประยุกต์หลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนเขตเทศบาลเมืองน่าน จังหวัดน่าน” ผลการวิจัยพบว่า สภาพปัญหาของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองน่านจังหวัดน่านมีด้วยกันทั้งหมด 5 ด้าน ประกอบด้วยด้านสุขภาพร่างกาย ด้านเศรษฐกิจอาชีพและสภาพของงานที่ทำได้ ด้านบ้านเรือนที่อยู่อาศัย ด้านสถานะและหลักประกันทางสังคม และด้านสถานที่พักผ่อนและเวลาพักผ่อน

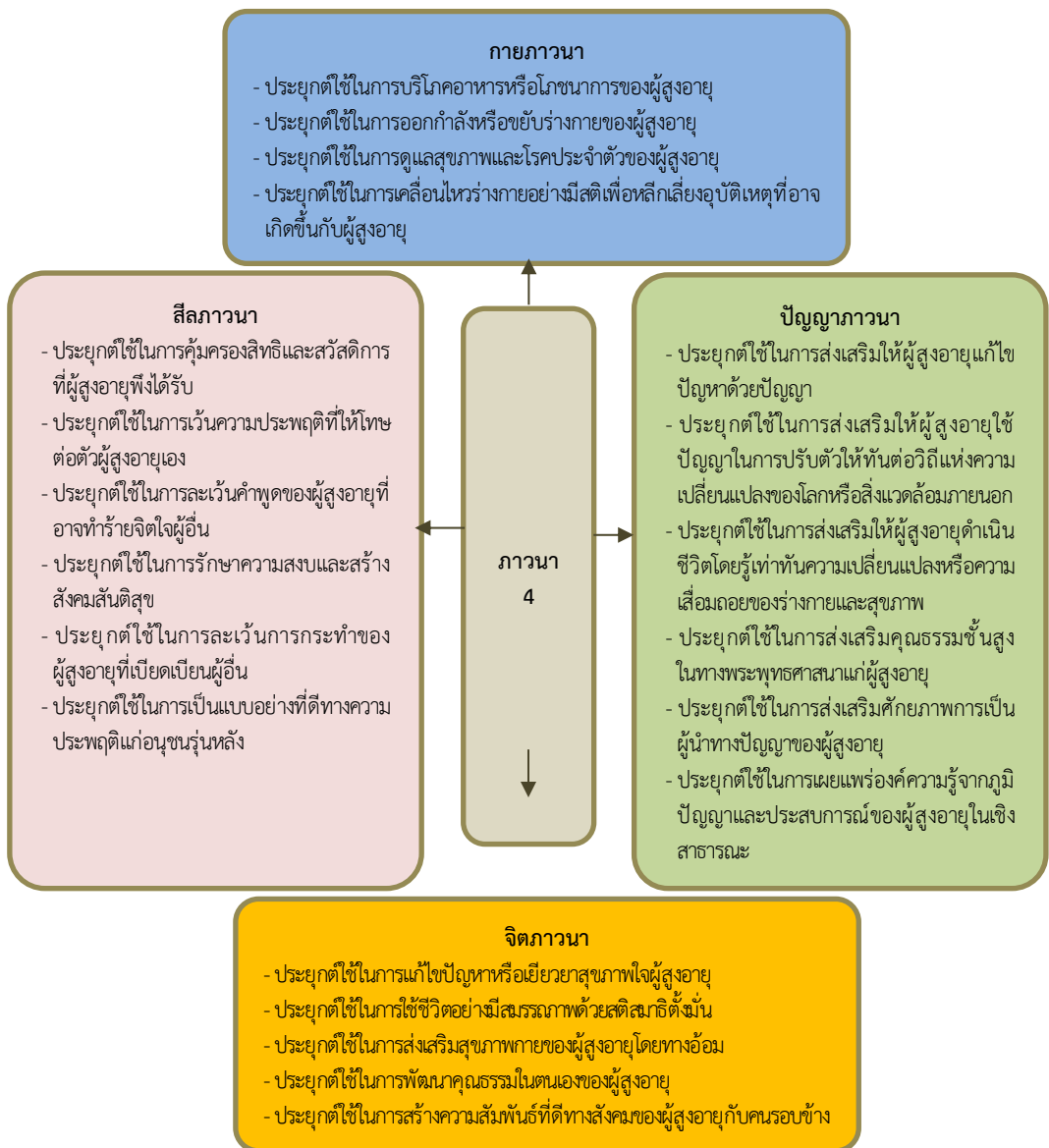
2. การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจังหวัดสมุทรสงคราม ตามหลักภาวนา 4 พบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจังหวัดสมุทรสงคราม ตามหลักภาวนา 4 ประกอบด้วย ด้านกายภาวนา ได้แก่ ประยุกต์ใช้ในการบริโภคอาหารหรือโภชนาการของผู้สูงอายุ ประยุกต์ใช้ในการออกกำลังกายหรือยั่วยร่างกายของผู้สูงอายุ ประยุกต์ใช้ในการดูแลรักษาสุขภาพและโรคประจำตัวของผู้สูงอายุ และประยุกต์ใช้ในการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างมีสติเพื่อหลีกเลี่ยงอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ ด้านสืลภาวนา ได้แก่ ประยุกต์ใช้ในการคุ้มครองสิทธิและสวัสดิการที่ผู้สูงอายุพึงได้รับ ประยุกต์ใช้ในการละเว้นความประพฤติที่ให้โทษต่อตัวผู้สูงอายุเอง ประยุกต์ใช้ในการละเว้นคำพูดของผู้สูงอายุที่อาจทำร้ายจิตใจผู้อื่น ประยุกต์ใช้ในการรักษาความสงบและสร้างสังคมสันติสุข ประยุกต์ใช้ในการละเว้นการกระทำของผู้สูงอายุที่เบียดเบียนผู้อื่น และประยุกต์ใช้ในการเป็นแบบอย่างที่ดีทางความประพฤติของผู้สูงอายุแก่อนุชนรุ่นหลัง ด้านจิตภาวนา ได้แก่ ประยุกต์ใช้ในการแก้ไขปัญหาหรือเยียวยาสุขภาพใจผู้สูงอายุ ประยุกต์ใช้ในการใช้ชีวิตอย่างมีสมรรถภาพด้วยสติและสมาธิตั้งมั่น ประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมสุขภาพกายของผู้สูงอายุโดยทางอ้อม ประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณธรรมในตนเองของผู้สูงอายุ และประยุกต์ใช้ในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีทางสังคมของผู้สูงอายุกับคนรอบข้าง และด้านปัญญาภาวนา ได้แก่ ประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุแก้ไขปัญหาด้วยปัญญา ประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุใช้ปัญญาในการปรับตัวให้ทันต่อวิถีแห่งความเปลี่ยนแปลงของโลกหรือสิ่งแวดล้อมภายนอก ประยุกต์ใช้ใน

การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุดำเนินชีวิตโดยรู้เท่าทันความเปลี่ยนแปลงหรือความเสื่อมถอยของร่างกายและสุขภาพตนเอง ประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมคุณธรรมขั้นสูงในทางพระพุทธศาสนา แก่ผู้สูงอายุ ประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมศักยภาพการเป็นผู้นำทางปัญญาของผู้สูงอายุ และประยุกต์ใช้ในการเผยแพร่องค์ความรู้จากภูมิปัญญาและประสบการณ์ของผู้สูงอายุในเชิงสาธารณะ ดังกล่าวนี้ แสดงให้เห็นว่า หลักภavana 4 เป็นพุทธธรรมที่เหมาะสมสำหรับการนำไปบูรณาการพัฒนาคณาภาพชีวิตผู้สูงอายุที่เหมาะสมกับ วิถีชีวิต ขนบ ธรรมเนียม ประเพณี และวัฒนธรรมของสังคมไทย ครอบคลุมในลักษณะองค์รวม ด้วยเหตุที่ หลักภavana 4 เป็นหลักการสำหรับการฝึกฝนและพัฒนาพัฒนาตนเองทั้งทางร่างกาย พฤติกรรม จิตใจ และปัญญา ประกอบด้วย (1) ด้านกายภavana คือ การพัฒนาสุขภาพร่างกายให้สมบูรณ์แข็งแรงสมวัย ซึ่งเป็นการพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ (2) ด้านศีลภavana คือ การพัฒนาพฤติกรรมให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียน และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี เกื้อกูลกัน (3) ด้านจิตตภavana คือ การฝึกอบรมพัฒนาจิตให้เข้มแข็งมั่นคง เจริญองงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย (4) ด้านปัญญาภavana คือ การฝึกอบรมปัญญา ให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นแจ้งโลกตามเป็นจริง จิตใจเป็นอิสระหลุดพ้น แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นด้วยปัญญา ดังกล่าวนี้อย่าง พระพุทธศาสนาจึงเน้นความสำคัญของการพัฒนาตนอย่างมาก โดยมีจุดหมายของความสำเร็จในการพัฒนาตนเอง โดยมองจากการพัฒนาตนเองครบทั้ง 4 ด้าน ทั้งนี้ ภavana 4 เป็นอีกหนึ่งหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่เป็นเครื่องยืนยันว่า พุทธธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสามารถนำประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตในยุคปัจจุบันได้อย่างเหมาะสม โดยไม่ล้าสมัย ดังกล่าวนี้อาจสอดคล้องกับที่ เฉลียว รอดเขียว และคณะ (2549) ได้วิจัยเรื่อง “การประยุกต์หลักพุทธธรรมในการพัฒนาคณาภาพชีวิตของชาวบ้านในชุมชนตลาดวัดพระศรีรัตนมหาธาตุ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก” และยังสอดคล้องกับที่ พระราชนิพนธ์ วิสารโท (2562) ได้วิจัยเรื่อง “บูรณาการพุทธธรรมกับระบบการดูแลสุขภาพพระยาวสำหรับผู้สูงอายุของอำเภอสรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ” ผลการวิจัยพบว่า การบูรณาการพุทธธรรมกับระบบการดูแลสุขภาพพระยาวสำหรับผู้สูงอายุของอำเภอสรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ พบว่า ผู้สูงอายุสามารถนำหลักภavana 4 มาบูรณาการเป็นรูปแบบกิจกรรม 5 สุข คือ สุขสบาย กิจกรรมรวมกลุ่มกันออกกำลังกายในชุมชน เช่น รำไม้พลอง เต้นแอโรบิก เดินเร็ว เป็นต้น สุขสนุก กิจกรรมส่งเสริมการเล่นดนตรี (ร่ำวงหมอลำ) ในชุมชน ให้ผู้สูงอายุได้เต้นร้องรำทำเพลงร่วมกัน สุขสง่า กิจกรรมให้รู้จักงดเว้นการกระทำที่เป็นโทษ จะเน้นไปที่กิจกรรมช่วยเหลือผู้อื่นในสังคม เช่น ให้ผู้สูงอายุมีโอกาสช่วยเหลืองานบุญ พิธีกรรม ประเพณีต่าง ๆ ในชุมชน โดยเป็นจิตอาสา เช่น ห่อข้าวต้มมัดร่วมกัน ทำบายศรี ดูแลพิธีกรรมต่าง ๆ เป็นต้น สุขสว่าง กิจกรรมให้รู้จักพัฒนาพฤติกรรมให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจ รู้จักควบคุม

พฤติกรรมทางใจ จิตมีการพัฒนาอย่างเหมาะสม สุขสงบ กิจกรรมให้รู้จักคิด พิจารณา วิเคราะห์ มีความคิดเห็นที่ถูกต้องเข้าถึงธรรมชาติของตนเอง กิจกรรมจะเน้นไปที่ความสามารถของบุคคลในด้านการรับรู้และจัดการกับอารมณ์ เช่น ส่งเสริมกิจกรรมเข้าวัด ฟังธรรม นั่งสมาธิเพื่อฝึกการควบคุมอารมณ์ เป็นต้น

3. พุทธบูรณาการเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของคณะสงฆ์จังหวัดสมุทรสงคราม พบว่า เป็นรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยบูรณาการหลัก ภาวนา 4 ครอบคลุมองค์ประกอบชีวิตของผู้สูงอายุทั้ง 7 ด้าน ดังนี้ ด้านการศึกษา ได้แก่ จัดการศึกษาแก่ผู้สูงอายุในรูปแบบของโรงเรียนผู้สูงอายุประจำชุมชน เป็นต้น ด้านสุขภาพอนามัย ได้แก่ ให้คำปรึกษาวิธีการดูแลสุขภาพกายและสุขภาพใจแก่ผู้สูงอายุ เป็นต้น ด้านที่อยู่อาศัย ได้แก่ การจัดเตรียมที่พักชั่วคราวแก่ผู้สูงอายุรองรับกรณีเกิดภัยธรรมชาติหรือภัยพิบัติ เป็นต้น ด้านการทำงานและการมีรายได้ ได้แก่ จัดวัดเป็นศูนย์การฝึกอาชีพเสริมรายได้ที่เหมาะสมกับวัยและสภาพร่างกายของผู้สูงอายุ เป็นต้น ด้านความมั่นคงทางสังคม ได้แก่ จัดกิจกรรมทางสังคมที่เสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างคนในครอบครัวของผู้สูงอายุ เป็นต้น ด้านบริการสังคม ได้แก่ จัดให้วัดเป็นศูนย์ให้บริการทางปัญญาด้วยการอบรมวิปัสสนากัมมัฏฐานแก่ผู้สูงอายุ เป็นต้น และด้านนันทนาการ ได้แก่ จัดกิจกรรมที่ช่วยผ่อนคลายจิตใจและเสริมสร้างสัมพันธ์ภาพทางสังคมที่ดีแก่ผู้สูงอายุ ดังกล่าวนี้นี้ แสดงให้เห็นว่า คณะสงฆ์จังหวัดสมุทรสงคราม สามารถดำเนินงานพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยต้องครอบคลุมองค์ประกอบคุณภาพชีวิตของคนในทุกมิติ และมีวิธีการดำเนินงานตามแนวทางของภาวนา 4 ทั้งทางด้านกายภาวนา สีสภาวนา จิตตภาวนา และปัญญาภาวนา อย่างชัดเจน เป็นรูปธรรม จับต้องได้ ดังกล่าวนี้นี้ สอดคล้องกับที่ พระจิตะวงษ์ อนุตตโรและคณะ (2553) ได้วิจัยเรื่อง “คุณภาพชีวิตของประชาชนไทยที่มีต่อการดำรงชีวิตโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” และยังสอดคล้องกับที่ บำรุง สุขพรรณ (2558) ได้วิจัยเรื่อง “การรับข่าวสารเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตจากสื่อมวลชนของพระสังฆาธิการ เพื่อยกระดับสถานภาพความเป็นอยู่ของประชาชนและการพัฒนาท้องถิ่นที่ยั่งยืน” และยังสอดคล้องกับที่ พระมหาจิตินเรศ วุฑฒินโม (2562) ได้วิจัยเรื่อง “การจัดสวัสดิการสังคมแก่ผู้สูงอายุและผู้ทุพพลภาพของชุมชนในจังหวัดอุบลราชธานี” และยังสอดคล้องกับที่ ธวัชรรัตน์ แดงหาญ (2562) ได้วิจัยเรื่อง “รูปแบบการใช้วัดเป็นศูนย์กลางในการดูแลผู้สูงอายุในอนาคต” ผลการวิจัยพบว่า การดูแลผู้สูงอายุขององค์กรด้านสังคมสงเคราะห์ในสังคมไทยปัจจุบันมีหลายรูปแบบ ได้แก่ คลินิกผู้สูงอายุ ซึ่งจะดูแลในเรื่องสุขภาพกาย สุขภาพจิต นอกจากนั้นมีการบริการสงเคราะห์คนชราที่ประสบปัญหาทุกข์ยาก คือการสงเคราะห์ภายนอกแบบเข้าไป-เย็นกลับ และภายใน เป็นการให้บริการเลี้ยงดูในด้านปัจจัย 4 และจัดกิจกรรมต่าง ๆ

องค์ความรู้จากการวิจัย



ภาพที่ 1 องค์ความรู้จากการวิจัย

แสดงองค์ความรู้ที่ได้รับจากการวิจัยเกี่ยวกับ “การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดสมุทรสงคราม ตามหลักภาวนา 4” ได้แก่

1. ด้านกายภาวนา (Physical Development) ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดสมุทรสงคราม ประกอบด้วย 4 ประเด็น ได้แก่ ประยุกต์ใช้ในการบริโภคอาหารหรือโภชนาการของผู้สูงอายุ ประยุกต์ใช้ในการออกกำลังกายหรือยั่วยุร่างกายของผู้สูงอายุ

ประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพและโรคประจำตัวของผู้สูงอายุ และประยุกต์ใช้ในการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างมีสติเพื่อหลีกเลี่ยงอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ

2. ด้านศีลภาวนา (Moral Development) ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดสมุทรสงคราม ประกอบด้วย 6 ประเด็น ได้แก่ ประยุกต์ใช้ในการคุ้มครองสิทธิและสวัสดิการที่ผู้สูงอายุพึงได้รับ ประยุกต์ใช้ในการละเว้นความประพฤติที่ให้โทษต่อตัวผู้สูงอายุเอง ประยุกต์ใช้ในการละเว้นคำพูดของผู้สูงอายุที่อาจทำร้ายจิตใจผู้อื่น ประยุกต์ใช้ในการรักษาความสงบและสร้างสังคมสันติสุข ประยุกต์ใช้ในการละเว้นการกระทำของผู้สูงอายุที่เบียดเบียนผู้อื่น และประยุกต์ใช้ในการเป็นแบบอย่างที่ดีทางความประพฤติของผู้สูงอายุแก่อนุชนรุ่นหลัง

3. ด้านจิตภาวนา (Emotional Development) ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจังหวัดสมุทรสงคราม ประกอบด้วย 5 ประเด็น ได้แก่ ประยุกต์ใช้ในการแก้ไขปัญหหรือเยียวยาสุขภาพใจผู้สูงอายุ ประยุกต์ใช้ในการใช้ชีวิตอย่างมีสมรรถภาพด้วยสติและสมาธิตั้งมั่น ประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมสุขภาพกายของผู้สูงอายุโดยทางอ้อม ประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณธรรมในตนเองของผู้สูงอายุ และประยุกต์ใช้ในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีทางสังคมของผู้สูงอายุกับคนรอบข้าง

4. ด้านปัญญาภาวนา (Intellectual Development) ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจังหวัดสมุทรสงคราม ประกอบด้วย 6 ประเด็น ได้แก่ ประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุแก้ไขปัญหาด้วยปัญญา ประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุใช้ปัญญาในการปรับตัวให้ทันต่อวิถีแห่งความเปลี่ยนแปลงของโลกหรือสิ่งแวดล้อมภายนอก ประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุดำเนินชีวิตโดยรู้เท่าทันความเปลี่ยนแปลงหรือความเสื่อมถอยของร่างกายและสุขภาพตนเอง ประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมคุณธรรมขั้นสูงในทางพระพุทธศาสนาแก่ผู้สูงอายุ ประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมศักยภาพการเป็นผู้นำทางปัญญาของผู้สูงอายุ และประยุกต์ใช้ในการเผยแพร่องค์ความรู้จากภูมิปัญญาและประสบการณ์ของผู้สูงอายุในเชิงสาธารณะ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. คณะสงฆ์ไทยควรกำหนดนโยบายในการพัฒนาสุขภาวะแก่ผู้สูงอายุไทย เพื่อให้สอดคล้องกับที่ประเทศไทยกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มตัว

2. รัฐบาลควรสนับสนุนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์กรคณะสงฆ์โดยเพิ่มเติมงบประมาณสำหรับส่งเสริมกิจการคณะสงฆ์ผ่านสำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ ในอัตราที่คุ้มค่าทุกรอบปีงบประมาณ

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

คณะสงฆ์ควรร่วมมือกับผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกฝ่าย จัดตั้งศูนย์ศึกษาและพัฒนาอาชีพ อาชีพผู้สูงอายุประจำตำบล จัดตั้งศูนย์ศึกษาและพัฒนาโภชนาการผู้สูงอายุประจำตำบล จัดตั้งชมรมวิทยาลัทยประจำตำบล จัดตั้งศูนย์ศึกษาและสืบทอดภูมิปัญญาผู้สูงอายุ โดยให้มีสัดส่วนในเชิงปริมาณ คือ 1 หน่วย ต่อ 1 ตำบล

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1. ในการวิจัยครั้งต่อไป ควรศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อศักยภาพในการพัฒนาตนเองของผู้สูงอายุ
2. ในการวิจัยครั้งต่อไป ควรศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยกระบวนการมีส่วนร่วมของสถาบันทางสังคม
3. ในการวิจัยครั้งต่อไป ควรศึกษาเกี่ยวกับนวัตกรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุยุค 5G

เอกสารอ้างอิง

- จันทร์เพ็ญ สันตวาจา. (2548). แนวคิดพื้นฐาน ทฤษฎีและกระบวนการพยาบาล. นนทบุรี: บริษัทธนาเพรศ จำกัด.
- ฉวีวรรณ สุวรรณภา. (2562). กระบวนการจัดการเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตและจริยธรรมทางสังคมในชุมชนภาคเหนือ (รายงานการวิจัย). พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- เฉลียว รอดเขียว และคณะ. (2549). การประยุกต์หลักพุทธธรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชาวบ้านในชุมชนตลาดวัดพระศรีรัตนมหาธาตุ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก (รายงานการวิจัย). พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ธวัชรัตน์ แดงหาญ. (2562). รูปแบบการใช้วัดเป็นศูนย์กลางในการดูแลผู้สูงอายุในอนาคต (รายงานการวิจัย). พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- บานชื่น นักการเรือน และคณะ. (2559). รูปแบบการส่งเสริมและป้องกันปัญหาสุขภาพจิตตามหลักคุณธรรม 4 สำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดสมุทรสงคราม. วารสารสถาบันวิจัยญาณสังวร, 9(2), 24.
- บำรุง สุขพรรณ. (2558). การรับข่าวสารเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตจากสื่อมวลชนของพระสงฆ์ภิกษุ เพื่อยกระดับสถานภาพความเป็นอยู่ของประชาชนและการพัฒนาท้องถิ่นที่ยั่งยืน (รายงานการวิจัย). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

- พระจิตะวงษ์ อนุตฺโตโร และคณะ. (2553). *คุณภาพชีวิตของประชาชนไทยที่มีต่อการดำรงชีวิตโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง* (รายงานการวิจัย). พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). (2540). *พุทธธรรมกับการพัฒนาชีวิต*. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2548). *สุขภาวะองค์กรร่วมแนวพุทธ*. กรุงเทพฯ: บริษัทโรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- พระมหาจิตินเรศ วุฑฒิมโม. (2562). *การจัดสวัสดิการสังคมแก่ผู้สูงอายุและผู้ทุพพลภาพของชุมชนในจังหวัดอุบลราชธานี* (รายงานการวิจัย). พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระมหาอภิวัชร อภิวัชรโร. (2564). *คุณภาพชีวิตของประชาชนตามแนวโครงการหมู่บ้านรักษาศีล 5 ของชุมชนหนองจอก อำเภอยาง่าง จังหวัดเพชรบุรี. วารสารสหวิทยาการนวัตกรรมการบริหารศรัณ, 4(2), 31-41.*
- พระราเชนทร์ วิสารโท. (2562). *บูรณาการพุทธธรรมกับระบบการดูแลสุขภาพพระยาวสำหรับผู้สูงอายุของอำเภอสรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ* (รายงานการวิจัย). พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระอนุวัฒน์ อภิวัฑฒโน. (2564). *การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามโครงการหมู่บ้านรักษาศีล 5 ของชุมชน วัดหนองไม้เหลือง อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี. วารสารพุทธนวัตกรรมการและการจัดการ, 4(1), 37-46.*
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- วรปรัชญ์ คำพงษ์. (2557). *การประยุกต์หลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนเขตเทศบาลเมืองน่าน จังหวัดน่าน* (รายงานการวิจัย). พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สำนักงานเหล่ากาชาดจังหวัดสมุทรสงคราม. (2563). *สารสนเทศเพื่อการประชาสัมพันธ์*. สืบค้น 5 มกราคม 2563, จาก [http:// contentcenter.prd.go.th](http://contentcenter.prd.go.th)
- สุรกุล เจนอบรม. (2541). *วิทยาการผู้สูงอายุ (พิมพ์ครั้งที่ 2)*. กรุงเทพฯ: นิชินแอตเวอร์ไทซิง กรุ๊ป.
- เสาวนีย์ ไชยกุล และคณะ. (2562). *การศึกษาองค์ประกอบและเกณฑ์ชี้วัดในการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามแนวพระพุทธศาสนาในจังหวัดพะเยา* (รายงานการวิจัย). พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.