

การเรียนรู้รำวงชาวบ้านเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ Learning folk dance to Enhance the Wellbeing of the Elderly.

ผศ.ดร.ประสพสุข ฤทธิเดช¹ และผศ.ดร.สมบัติ ฤทธิเดช²
Asst.Prof.Dr.Prasopsuk Rittidet¹ and Asst.Prof.Dr.Sombat Rittidet²

ความนำ

การเรียนรู้รำวงชาวบ้าน จำเป็นอย่างยิ่งต้องมีการจัดระบบให้เป็นขั้นตอน เพื่อความรู้ความเข้าใจ และเพื่อให้การเรียนรู้นั้นมีคุณภาพ ผู้เรียนสามารถนำไปใช้ในชีวิตได้ เพราะการเรียนรู้ไม่ได้จำกัดอยู่เฉพาะในห้องเรียน แต่การที่คนมีความรู้ในด้านใดด้านหนึ่ง ได้ถ่ายทอดองค์ความรู้ที่ตนเองมี ให้กับคนที่ยังไม่รู้ต่างหาก ที่ทำให้เกิดการเรียนรู้ในสิ่งต่างๆ เช่นเดียวกับการเรียนรู้รำวงในบ้านกุดแคน ตำบลหนองโน อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม เป็นการเรียนรู้ที่ผู้เรียนเป็นผู้ร่วมแสดงรำวงหลายช่วงวัยได้เรียนรู้ร่วมกัน ซึ่งผู้เขียนได้ใช้วิธีการศึกษาข้อมูลจากเอกสาร และศึกษาข้อมูลจากภาคสนาม โดยใช้วิธีการสังเกตแบบมีส่วนร่วมได้เข้าร่วมกิจกรรมการแสดงรำวงร่วมกับชาวบ้าน บ้านกุดแคนและใช้วิธีถอดบทเรียนจัดสนทนากลุ่ม เพื่อศึกษาผลการเรียนรู้รำวงชาวบ้าน ส่งผลต่อสุขภาวะของผู้สูงอายุในด้านใด ซึ่งการนำเสนอบทความเรื่องนี้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการเรื่อง “การเรียนรู้รำวงชาวบ้านอย่างมีส่วนร่วมขององค์กรชุมชน เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ” ปรากฏรายละเอียดดังนี้

ความหมายรำวง

“รำวง” หมายถึง เพลงรำวงเป็นศิลปะการละเล่นพื้นเมืองของชาวไทยมาแต่สมัยโบราณ นิยมรำกันเป็นคู่ชายหญิง จะมีคู่ก็ได้ มีเครื่องดนตรีที่เป็นหลักสำคัญสำหรับตีประกอบจังหวะ คือ “โทน” จึงนิยมเรียกกันว่า “รำโทน” คำว่า “รำโทน” สันนิษฐานว่าเรียกชื่อจากการเลียนเสียงตามเครื่องดนตรีประกอบจังหวะ ที่เป็นหลักคือ “โทน” ซึ่งตีเป็นสำเนียง “ป๊ะ โทน ป๊ะ โทน ป๊ะ โทน โทน” เครื่องดนตรีที่ใช้ในการรำโทน ได้แก่ ฉิ่ง กรับ และโทน ลักษณะการรำโชนั้นเป็นการรำคู่ระหว่างชายกับหญิง ให้เข้ากับจังหวะโทน โดยไม่มีท่ารำกำหนดเป็นแบบแผนตายตัว (สมภพ เพ็ญจันทร์. 2542 : 43-49) การรำวงหรือรำโทนจัดเป็นประเภทที่มุ่งเพื่อความสนุก ซึ่งเป็นความสนุกของชาวบ้านที่ได้ใช้ดนตรีเข้ามาประกอบ ผลงานเพลงของชาวบ้านไม่ต้องฝึกฝนเชี่ยวชาญ ที่ปฏิบัติกันอยู่ เพราะความเคยชินไม่ได้มุ่งความไพเราะ หรือความสวยงาม แต่มุ่งเน้นที่ความสนุกสนานเป็นหลัก นักบรรเลงเพลงพื้นบ้านสืบทอดต่อกันมา โดยการเลียนแบบ ลอกเลียนตามกัน โดยเด็กทำ

¹ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อาจารย์ประจำสาขาวิชาภาษาไทย และสาขาวิชาหลักสูตรและการเรียนการสอน คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อาจารย์ประจำสาขาวิชาฟิสิกส์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

ตามผู้ใหญ่ ในระบบครอบครัว หรือระบบชาวบ้าน ไม่ได้ฝึกฝนเพื่อความเป็นเลิศทางศิลปะแต่อย่างใด “ไม่เก่งแต่ชำนาญ ไม่เชี่ยวชาญแต่เคยมือ” (ประมวล โสภารัตน์. 2559 : สัมภาษณ์)

จากความหมายของคำว่า “ร่ำวง” ได้ชี้ให้เห็นการฟ้อนรำของชาวบ้านเป็นคู่ระหว่างชายกับหญิง เป็นผลงานของชาวบ้านที่มุ่งให้เกิดความสนุกสนานร่วมกันภายในชุมชน แล้วสืบทอดต่อกันมาผ่านการเรียนรู้ในระบบครอบครัว และระบบชาวบ้านเช่นเดียวกับชาวบ้านกุดแคน ได้เรียนรู้ร่ำวงชาวบ้านจากอดีตถึงปัจจุบัน

ประวัติความเป็นมาร่ำวงชาวบ้านของบ้านกุดแคน

นางคำปุน หม้อยหลง ได้กล่าวถึงการเกิดขึ้นของการแสดงการละเล่นพื้นบ้านในหมู่บ้านกุดแคน ด้านการแสดงตามประเพณีของหมู่บ้าน มีการฟ้อนรำระหว่างผู้ชายและผู้หญิงเป็นคู่ๆ ได้จัดขึ้นในวันสงกรานต์ วันแต่งงาน และวันลอยกระทง สำหรับการจัดงานดังกล่าวมีคณะร่ำวง โดยชาวบ้านฟ้อนรำกันเป็นคู่ประกอบดนตรี ไม่ได้จ่ายเงินค่าแสดง เพราะคณะที่รำ มีความเต็มใจจัดกิจกรรมร่ำวง เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน ในงานมีคนมารวมกลุ่มกันจำนวนมากๆ โดยเฉพาะในปี พ.ศ. 2484 ซึ่งตรงกับผู้นำประเทศนายกรัฐมนตรีนายจอมพล ป.พิบูล สงคราม มีนโยบายให้คนไทยมีความรักชาติ รักสามัคคี ได้ประชาสัมพันธ์ทางวิทยุ มีการร้องเพลงปลุกใจ ร้องเพลงร่ำวง ทำให้ชาวบ้านกุดแคนคนหนุ่มคนสาวจำบทเพลงที่ได้ฟังจากวิทยุ นำมาร้องในการฟ้อนรำ เป็นเพลงเกี่ยวพาราสี ได้แก่ เพลงตามองตา เพลงขอมาลี เพลงหล่อจริงนะดารา เพลงใกล้เข้าไปอีกนิด แต่ที่จำได้และร้องได้คือ

เพลงตามองตา

“ตามองตา	สายตาก็จ้องมองกัน
รู้สึกเสียวซ่าหัวใจ	รักฉันก็ไม่รัก
หลงฉันก็ไม่หลง	ฉันยังอดคิดถึงเธอไม่ได้
รูปเธอช่างงามวิไล(ซ้ำ)	เหมือนดอกไม้ที่เธอถือมา”

เพลงหล่อจริงนะดารา

“หล่อจริงนะดารา	งามตาจริงแม่สาวเอ๋ย
วันนี้ฉันมีความสุข	สนุกรื่นเริงหัวใจ
ที่นี้เป็นแดนสวรรค์	เธอกับฉันมาเล่นคองก้า (ซ้ำ)”

(คำปุน หม้อยหลง. 2559 : สัมภาษณ์)

จากคำบอกเล่าของคำปุน หม้อยหลง พบว่าการเกิดร่ำวงชาวบ้านของบ้านกุดแคน เกิดจากการฟ้อนรำในงานบุญประเพณี ซึ่งไม่เป็นคณะและไม่ได้เรียกว่าร่ำวง เรียกว่าการฟ้อนรำมีจุดมุ่งหมายเพื่อความสนุกสนานให้งานบุญมีคนร่วมกลุ่มกันจำนวนมาก และมีความรักชาติ และรักสามัคคี ระยะต่อมาปี พ.ศ. 2512 ประมวล โสภารัตน์ ได้กล่าวถึงการก่อตั้งคณะร่ำวงชาวบ้านของบ้านกุดแคนเกิดขึ้น เนื่องจากได้ไปรับจ้างทำงานที่จังหวัดอุดรธานี ได้ไปเที่ยวงานเทศกาลประจำปีของจังหวัดอุดรธานี มีการแสดงร่ำวงของคณะ

จันทร์เพ็ญ คณะสาวทพิมพ์ และคณะคำมำรุงอรรค์ เมื่อกลับมาบ้านที่จังหวัดมหาสารคาม ได้มาท่องเที่ยวที่บ้านกุดแคน และชอบสาวในหมู่บ้านกุดแคน แล้วได้แต่งงานกับสาวชาวบ้านกุดแคน จึงได้รวบรวมผู้ที่สนใจมาฝึกซ้อมรำวงชาวบ้าน มีจุดมุ่งหมายเพื่อใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์และให้เกิดความสนุกสนาน เวลาว่างกลุ่มกันจัดงานประเพณีสงกรานต์ ประเพณีแต่งงาน ประเพณีการบวช เพราะในช่วงระยะเวลาปี พ.ศ. 2512 ยังไม่มีคณะหมอลำเข้ามาเผยแพร่ถึงหมู่บ้านกุดแคน จึงจัดตั้งคณะรำวง “สาวน้อยบ้านนา” บ้านกุดแคนเริ่มตั้งแต่ปี พ.ศ. 2512 มีนางรำจำนวน 15 คน ปัจจุบันยังมีชีวิตอยู่ 13 คน ได้แก่ นางสากล ใบบัง นางทองมี เจริญนันต์ นางคำปุน หม้อยหลง นางสมัย ศรีแก้ว นางจำลอง ราชมูล นางสงวน โยธาแก้ว นางสมบุรณ์ โสภารัตน์ นางทองย้อย ปิกลม นางอุดม กองรัตน์ นางสาวลำไย อุทัยแสน นางทองใบ ศรีแก้ว นางเยี่ยม พุทธิศิ นางกาย ชมพูพาน และได้เสียชีวิตไป 2 คนคือ นางสมจิตร กองรัตน์ และนางสังวาล สิงห์พิเศษ

นอกจากนี้คณะเชียร์รำวงเป็นผู้ชาย ที่ได้ร้องเพลงร่วมกับนายประมวล์ โสภารัตน์ มีนายถนอม เศษภักดี นายอุดม แก้วโยธา นายสมัญญา ศรีแก้ว นายสมพงษ์ จำยัก คณะเชียร์รำวงเป็นทั้งนักร้องและนักดนตรี หลังจากได้จัดตั้งคณะรำวงสาวน้อยบ้านนา ของบ้านกุดแคนได้ทำการฝึกซ้อมที่บ้านนายประมวล์ โสภารัตน์ และประกาศรับงานแสดงคืนละ 400-500 บาท โดยนางรำได้ค่าแสดงคนละ 25 บาทต่อการแสดงในหนึ่งคืน แต่ถ้าเดินทางไปต่างจังหวัดราคาการแสดงเพิ่มขึ้น และต้องมีพาหนะเดินทางมารับด้วย เพราะไม่มีพาหนะในการเดินทาง ต่อมาคณะรำวงสาวน้อยบ้านนาของบ้านกุดแคนได้ยุบเลิกเมื่อปี พ.ศ. 2530 เนื่องจากสาวรำวงได้แต่งงานมีครอบครัว และมีคณะหมอลำกลอน หมอลำหมู่เกิดขึ้นจำนวนมากได้เผยแพร่เข้ามาแสดงในชุมชนบ้านกุดแคน ทำให้การแสดงรำวงชาวบ้านไม่ได้รับความนิยม

คณะรำวงชาวบ้านของบ้านกุดแคนในปัจจุบันนี้ มีประชาชนชาวบ้านมีองค์ความรู้เรื่องการแสดงรำวงชาวบ้าน ที่ไม่ใช่ทางการจัดตั้งจากภาครัฐยังคงมีอยู่ในชุมชน แต่มีการแสดงเพื่อการพัฒนาหมู่บ้าน เป็นวัตถุประสงค์หลักของการแสดง เพราะการจัดแสดงการฟ้อนรำ หรือรำวงชาวบ้านเกิดขึ้นเพราะผู้นำชุมชนต้องการให้ชาวบ้านมารวมกลุ่มกันในงานประเพณีบุญเดือนสาม ประเพณีสงกรานต์ แล้วรวมกลุ่มกับผู้นำสตรีหมู่บ้าน คือ สมาชิกอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชน (อสม.) เป็นเจ้าภาพหลักทำหน้าที่เป็นนางรำและคณะเชียร์ คือผู้นำหมู่บ้าน และมีผู้ที่สนใจเข้าร่วมการแสดงฟ้อนรำ เก็บค่าการฟ้อนรำ คู่รำรอบละ 5 บาท ถ้าฟ้อนรำตั้งแต่ 19.00 น. – 24.00 น. จะมีรายได้เพื่อพัฒนาชุมชน คืนละ 5,000 -6,000 บาท ทำให้บ้านกุดแคนมีรำวงเกิดขึ้นตามงานประเพณี โดยผู้เป็นนางรำและเป็นผู้เชียร์รำวงได้แก่ผู้สูงอายุ เด็กและเยาวชน ร่วมกับคนหนุ่มคนสาวร่วมกันเป็นคณะรำวงชาวบ้าน ไม่ได้รับงานแสดง แต่เป็นคณะรำวงชาวบ้านแบบรำวงสามัคคี เพื่อการเพิ่มทุนการพัฒนาหมู่บ้าน ตามเจตนารมณ์ผู้นำหมู่บ้าน (สมพงษ์ จำยัก. 2559 : สัมภาษณ์) ดังภาพประกอบที่ 1



ภาพประกอบที่ 1 ผู้สูงอายุร่วมกับเด็กและเยาวชนแสดงการรำวงชาวบ้าน
ของบ้านกุดแคนในวันสงกรานต์

การเรียนรู้รำวงชาวบ้านของบ้านกุดแคน

การเรียนรู้รำวงชาวบ้านของบ้านกุดแคน ผู้เรียนประกอบด้วยผู้สูงอายุ มีอายุ 50-60 ปีขึ้นไปร่วมกับเด็กและเยาวชน และคนหนุ่มสาว ในหมู่บ้านกุดแคน โดยใช้สถานที่ในเวทีการแสดงเป็นแหล่งเรียนรู้ มีผู้ถ่ายทอดความรู้ ได้แก่ ปราชญ์ชาวบ้าน และผู้นำหมู่บ้าน จากที่ผู้เขียนได้เข้าร่วมกิจกรรมการรำวงชาวบ้าน พบว่าการเรียนรู้รำวงชาวบ้านของบ้านกุดแคน มีวิธีการเรียนรู้ดังนี้

วิธีการสอนของปราชญ์ชาวบ้าน

1. สอนแบบสาธิต ลักษณะการสอนแบบสาธิตของหัวหน้ารำวง นายประมวล โสภารัตน์ เป็นครูผู้สอนจะทำตัวอย่างให้ดูโดยให้นางรำจำนวน 15 คน มีผู้สูงอายุ เด็กและเยาวชนได้สังเกตแล้วจดจำเพื่อนำไปปฏิบัติเอง หากไม่เข้าใจหรือจำไม่ได้ หรือปฏิบัติตามไม่ได้ครูจะทำให้ดูซ้ำพร้อมอธิบายจากการทำตัวอย่างให้ดูด้วยทางด้านดนตรีบางครั้งก็จะมีการต่อเพลงด้วย เช่นเพลงที่เป็นเพลงเก่า หาดังได้ยาก ครูจะเป็นคนต่อเพลงให้ สำหรับนักดนตรีโดยเฉพาะมือกลองนั้นจะต้องตีกลองในจังหวะต่างๆที่รำวงให้ได้อย่างน้อย 1 – 2 จังหวะเสียก่อนจึงจะมีสิทธิได้ร่วมเล่นดนตรีรำวงจริง หากยังไม่ได้ ก็จะได้ขึ้นเวทีไปดูแลแล้วจำวิธีการเท่านั้น การสอนแบบสาธิตนี้มีข้อดีคือ ผู้เรียนนางรำสามารถเข้าใจ จดจำ และสามารถปฏิบัติตามได้เร็ว หรือที่ชาวบ้านเรียกว่า “เป็นเร็ว บางครั้งเรียกว่า หัวไว” การสอนแบบนี้จึงเป็นการสอนที่ใช้สืบทอดการเล่นรำวงของรำวงชาวบ้านกุดแคนตั้งแต่อดีตสืบถึงปัจจุบัน

2. สอนในสถานการณ์จริง ลักษณะการสอนแบบนี้เป็นการสอนที่เน้นให้ผู้เรียนได้มีโอกาสได้เรียนรู้จากสถานการณ์จริงในการเล่นรำวง วิธีการสอนในสถานการณ์จริงนี้คณะรำวงชาวบ้านกุดแคนได้ใช้

วิธีการคล้ายกับการสอนแบบสาธิต แต่จะมีข้อแตกต่าง คือ การสอนแบบสาธิตนั้นจะเป็นการสอนในลักษณะที่ครูทำเป็นตัวอย่าง แต่การสอนในสถานการณ์จริงนี้จะมีทั้งการที่ครูทำเป็นตัวอย่าง และคอยบอกคอยชี้แนะในตำแหน่งแต่ละตำแหน่ง กล่าวคือ เมื่ออยู่เวทีร่ำวงหากผู้เรียนสามารถที่จะร่วมเล่นดนตรีได้ครูก็จะเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ลองเล่นจริงบนเวทีเลย โดยครูจะเป็นผู้ที่คอยบอกคอยแนะนำ หรือบางทีก็จะเล่นไปพร้อมกัน เช่น หากมีคีย์บอร์ดที่กำลังฝึกเล่นแล้วสามารถเล่นได้เพียง 2 – 3 เพลง เวลาที่มีงานแสดง ครูจะเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้เล่นคีย์บอร์ดในเพลงที่เล่นได้ ส่วนเพลงอื่นๆ ครูก็จะเล่นให้ดูแล้วผู้เรียนจะคอยดูอยู่ข้างๆ รวมถึงนักดนตรีในตำแหน่งอื่นๆ ก็ทำเช่นเดียวกันนี้ด้วย ซึ่งการสอนในสถานการณ์จริงนี้ เป็นการสอนที่ใช้ในการสืบทอดร่ำวงชาวบ้านในปัจจุบัน ใช้สำหรับการแสดงในงานบุญประเพณีสงกรานต์ วันปีใหม่ หรือวันลอยกระทง

3. สอนแบบต่อยอด ลักษณะการสอนแบบต่อยอดนี้ หมายถึงการที่นางรำที่เคยเรียน หรือกำลังเรียนอยู่ในคณะร่ำวงชาวบ้านกุดแคนได้เข้าไปสอนในกิจกรรมต่าง ๆ ของโรงเรียน เช่น การสอนฟ้อนรำ ใช้แสดงในกิจกรรมวันปิดภาคเรียน หรือจะแสดงร่ำวงชาวบ้านทางคณะก็จะเปิดโอกาสให้เด็กและเยาวชนเหล่านั้นได้เข้าร่วมวงด้วย เช่นกัน โดยการนำเอาการฟ้อนรำที่เคยเรียน ถือเป็นการนำเอาความรู้ที่ได้จากโรงเรียนโดยครูที่สอนเป็นสมาชิกของคณะร่ำวงชาวบ้านกุดแคนออกมาช่วยกันร่ำวง การสอนแบบนี้ก็เป็นการสอนใช้ในการสืบทอดร่ำวงชาวบ้านกุดแคนในปัจจุบัน (ประมวล โสภารัตน์. 2559 : สัมภาษณ์)

วิธีการเรียนของนางรำ

1. เรียนโดยวิธีการสังเกตจากตัวอย่าง วิธีการเรียนโดยวิธีการสังเกตจากตัวอย่างนี้เป็นวิธีการเรียนที่นางรำได้ดูตัวอย่างจากปราชญ์ชาวบ้านทำให้ดูพร้อมทั้งอธิบายด้วย แล้วนางรำก็จดจำนำไปฝึกซ้อมเอง โดยมีปราชญ์ชาวบ้านผู้เป็นครูคอยชี้แนะและบางครั้งก็เล่นไปพร้อมกันเพื่อเป็นการกระตุ้นให้นางรำเกิดความรู้สึกที่ดีต่อการเรียนรู้ร่ำวง หากการดูตัวอย่างเพียงครั้งเดียว หรือ 2 ครั้งนางรำยังไม่สามารถจดจำหรือปฏิบัติตามได้ ก็จะมีการอธิบายซ้ำอีกรอบ

2. เรียนจากสถานการณ์จริง วิธีการเรียนโดยการเรียนจากสถานการณ์จริงนี้เป็นการเรียนที่นางรำจะได้เรียนรู้จากประสบการณ์ กล่าวคือ นางรำจะได้มีโอกาสที่จะได้เห็นบรรยากาศ การเล่นร่ำวงจากการแสดงจริงบนเวที ซึ่งจะเรียนรู้โดยการดูการรวมวงร่ำวง การร้องเพลงต่างๆ การต่อเพลงในจังหวะต่างๆ การเริ่มการหยุดในแต่ละรอบของการร่ำวง หรือนางรำที่สามารถร้องเพลงได้แล้วก็จะได้มีโอกาสร่วมเล่นดนตรีบนเวทีการแสดงจริงด้วย

3. เรียนรู้ด้วยตัวเอง วิธีการเรียนโดยการเรียนรู้ด้วยตนเองนี้เป็นวิธีการเรียนที่นางรำแต่ละคนจะนำเอาความรู้หรือวิธีการปฏิบัติ การฟ้อนรำ การร้องเพลง ที่ได้เรียนรู้มาจากการสังเกตปราชญ์ชาวบ้าน หรือการเรียนจากสถานการณ์จริงแล้วนั้น นำมาทบทวน หรือแลกเปลี่ยนกันระหว่างเพื่อนนางรำด้วยกัน หรือบางครั้งก็จะเป็นการช่วยกันแต่งเพลงใหม่ขึ้นมา เพื่อเตรียมตัวให้พร้อมที่จะร้องเพลงประกอบการฟ้อนรำกับคณะร่ำวงชาวบ้านกุดแคน (สากล ใบบัง. 2559 : สัมภาษณ์) ดังภาพประกอบที่ 2 และภาพประกอบที่ 3



ภาพประกอบที่ 2 ปราชญ์ชาวบ้านถ่ายทอดความรู้ด้านการฟ้อนรำวง
ให้กับเด็กและเยาวชนบ้านกุดแคน



ภาพประกอบที่ 3 ปราชญ์ชาวบ้านสาธิตฟ้อนรำวงชาวบ้าน ให้กับผู้สูงอายุ
ร่วมกับเด็กและเยาวชนได้เรียนรู้ร่วมกัน

ผลการเรียนรู้รางวัลบ้านเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ

ผลการศึกษาการเรียนรู้รางวัลบ้านของบ้านกุดแคน ที่ผู้เขียนได้กล่าวถึงประวัติความเป็นมารางวัลบ้าน และการจัดการเรียนรู้รางวัลบ้านของบ้านกุดแคน มีการเรียนรู้ร่วมกัน 3 ประเภท คือ เรียนรู้ด้วยการสาธิต เรียนรู้จากสถานการณ์จริงและเรียนรู้ด้วยตนเอง ผู้เขียนได้นำองค์ความรู้จากผลการศึกษาสองประเด็นนี้ใช้สำหรับจัดกิจกรรมการสนทนากลุ่มกับกลุ่มนางรำที่เป็นผู้สูงอายุ จำนวน 13 คน ที่เคยเป็นสมาชิกของคณะรางวัลบ้านกุดแคน และปัจจุบันยังเป็นนางรำ เมื่อเวลาจัดกิจกรรมรางวัลบ้านกุดแคนในงานบุญประเพณีสงกรานต์ ประเพณีบวชนาค และวันลอยกระทง การจัดการสนทนากลุ่ม ผู้เขียนได้ใช้แนวคิดเรื่องสุขภาวะของ แผนงานสุขภาวะเด็กและเยาวชน สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (2553 : เว็บไซต์) ที่กล่าวถึงการส่งเสริมสุขภาพขององค์การอนามัยโลกในบริบทของคนไทยมี 2 ลักษณะคือ เน้นการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันการเจ็บป่วยมีองค์ประกอบ 4 มิติคือ สุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางจิต สุขภาวะทางสังคม และสุขภาวะทางจิตวิญญาณ สุขภาวะทั้ง 4 มิติได้ให้คำนิยามไว้ดังนี้

1. สุขภาวะที่สมบูรณ์ทางกาย หมายถึง ร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง คล่องแคล่ว มีกำลัง ไม่เป็นโรค ไม่พิการ มีเศรษฐกิจหรือปัจจัยที่จำเป็นพอเพียง ไม่มีอุบัติเหตุ ไม่เกิดอันตราย มีสิ่งแวดล้อมที่ส่งเสริมสุขภาพ คำว่า ภายในในที่นี้หมายถึงกายภาพด้วย

2. สุขภาวะที่สมบูรณ์ทางจิต หมายถึง จิตใจที่มีความสุข รื่นเริง คล่องแคล่ว ไม่ติดขัด มีความเมตตา สัมผัสกับความงามของสรรพสิ่ง มีสติ มีสมาธิ มีปัญญา รวมถึงการลดความเห็นแก่ตัวลงไปด้วย เพราะตราบใจที่ยังมีความเห็นแก่ตัวก็จะมีสุขภาวะที่สมบูรณ์ทางจิตไม่ได้

3. สุขภาวะที่สมบูรณ์ทางสังคม หมายถึง การอยู่ร่วมกันด้วยดี มีครอบครัวที่อบอุ่น ชุมชนเข้มแข็ง สังคมมีความยุติธรรม มีความเสมอภาค มีการเคารพ มีสันติภาพ มีความเป็นประชาธิปไตย มีระบบบริการที่ดี และระบบบริการเป็นกิจกรรมทางสังคม

4. สุขภาวะที่สมบูรณ์ทางจิตวิญญาณ หมายถึง สุขภาวะที่เกิดขึ้นเมื่อทำความดีหรือจิตสัมผัสกับสิ่งที่มีคุณค่าสูงส่ง หรือสิ่งสูงสุด เช่น การเสียสละ การมีความเมตตา กรุณา การเข้าถึงพระรัตนตรัย หรือการเข้าถึงพระผู้เป็นเจ้า ความสุขทางจิตวิญญาณ เป็นความสุขที่ระคนอยู่กับความเห็นแก่ตัว แต่เป็นสุขภาวะที่เกิดขึ้นเมื่อมนุษย์หลุดพ้นจากความมีตัวตน (Self Transcending) จึงมีอิสรภาพ มีความผ่อนคลายอย่างยิ่ง เบาสบาย มีความปิติแผ่ซ่านทั่วไป มีความสุขอันประณีต

การใช้แนวคิดเกี่ยวกับสุขภาวะทั้ง 4 มิติกับการจัดสนทนากลุ่มครั้งนี้ ผู้เขียนได้ใช้คำถามเกี่ยวกับสุขภาวะด้านกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ เพื่อให้ผู้สูงอายุ 13 คน ได้พูดคุยสนทนา แลกเปลี่ยนเรียนรู้ ผู้เขียนได้สรุปผลการสนทนากลุ่ม พบว่า สุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางจิตใจ สุขภาวะทางสังคม และสุขภาวะทางจิตวิญญาณ ผู้สูงอายุได้ให้ความหมายตามที่ได้เรียนรู้จากรางวัลบ้านดังนี้

1. สุขภาวะที่สมบูรณ์ทางกาย หมายถึง การออกกำลังกายทำให้ไม่เหนื่อยและนอนหลับสบาย ซึ่งผู้เข้าร่วมสนทนาได้ให้ข้อคิดเห็นว่า “การทำกิจกรรมรางวัลบ้านของผู้สูงอายุทั้งเพศชายและเพศหญิงให้คำตอบเกี่ยวกับการฟิตร่างกายเป็นการออกกำลังกาย ได้ใช้แขน ใช้ขา ประกอบเพลงตามจังหวะดนตรี ดึง

ฉาบ กลองโตน ทำให้ร่างกายไม่เหนื่อยล้า มีความสนุกสนาน เมื่อกลับบ้านแล้วได้พักผ่อนนอนหลับถึงรุ่งเช้า (สากล ใบบัง การจัดกลุ่มสนทนา วันที่ 15 เมษายน พ.ศ. 2559) และนายถนอม เศษภักดี ได้กล่าวถึงการร้องเพลงเชียร์ร่าว่า ได้ร้องเพลงเชียร์ร่าเป็นเพลงลูกทุ่งสมัยก่อนเพลงของทูลทองใจ และเพลงของก้านแก้ว สุพรรณ ประกอบด้วยการพ้อนคู่กับนางรำเกิดความสุขสนุกสนานไม่ให้หยุดพักก็รำได้ร้องเพลงได้จนถึงเวลาเลิกการร่า” (ถนอม เศษภักดี การจัดสนทนากลุ่ม วันที่ 15 เมษายน พ.ศ. 2559)

2. สุขภาวะที่สมบูรณ์ทางจิต คณะราษฎรบ้านกุดแคน สมาชิกจำนวน 13 คน ให้คำตอบในลักษณะที่ร่วมกัน หมายถึง ความเบิกบาน ความพอใจ และความสุข โดยผู้สูงอายุกล่าวถึง “การได้รับเกียรติให้เป็นผู้นำขบวนกรร่าร่วมกับเด็กและเยาวชนทำให้ตนเองมีคุณค่ามีความสุขที่ชุมชนให้ความเคารพนับถือให้รำคู่กันในช่วง ได้เงินค่ารำคู่ละ 5 บาท ถือว่าได้ทำบุญ จิตใจก็เบิกบาน ได้ทำบุญทำทานจากการร่วมร่า” (สมบูรณ์ ศรีเอียง การจัดสนทนากลุ่ม วันที่ 15 เมษายน พ.ศ. 2559)

3. สุขภาวะด้านสังคม หมายถึง สังคมแห่งความเอื้ออาทรต่อผู้สูงอายุและให้การเคารพผู้สูงอายุเป็นผู้อาวุโสในชุมชน ดังการแสดงความรู้สึกของคุณตาสมบูรณ์ ศรีเอียงและคุณยายอำนวยพร สีดาพล “คุณตาสมบูรณ์ ศรีเอียง กับคุณยายอำนวยพร สีดาพล เป็นผู้สูงอายุมีอายุประมาณ 75 ปี – 85 ปี ได้มานั่งเป็นพระเอกนางเอกให้ลูกหลานได้ไหว้พาพ้อนรำ ขณะรำก็จะมีโฆษกโฆษณาให้เด็กและเยาวชนได้ถ่ายภาพพ้อนรำไว้เป็นที่ระลึก แล้วคุณตาสมบูรณ์กับคุณยายอำนวยพร ก็จะให้คำอวยพรหลังจากร่าจบไปหนึ่งรอบว่า ลูกหลานชาวบ้านกุดแคนทั้งหลายที่ได้มาร่วมกันในวันสงกรานต์ขอให้พ้อนรำกันด้วยความสนุกสนานอย่าแย่งคู่รำกัน อย่าหว่านก่อนหินก้อนดินเข้ามาในคณะร่า ให้ร่วมมือกันม่วนนากัน(สนุกด้วยกัน) พ่อใหญ่แม่ใหญ่มีความภูมิใจหลายที่ชาวบ้านเราได้เชื่อฟังพ่อใหญ่แม่ใหญ่ ให้ความเคารพ เอาใจใส่ดูแล พาพ้อนรำ...” (คุณตาสมบูรณ์ ศรีเอียง และคุณยายอำนวยพร สีดาพล การจัดสนทนากลุ่ม วันที่ 15 เมษายน พ.ศ. 2559)

4. สุขภาวะที่สมบูรณ์ทางจิตวิญญาณ หมายถึง ผู้สูงอายุเป็นผู้มีความเมตตาและมีความเสียสละให้กับชุมชน ดังคำพูดโต้ตอบกับผู้เขียนว่า “อากาศวันสงกรานต์บุญเดือนห้าบ้านกุดแคนร้อนหลาย (อากาศร้อนมาก) แต่คุณตาต้องอดทนอยู่ร่วมกับลูกหลาน เพราะถ้าไม่ร่าจะทำเป็นแบบอย่างลูกหลานจะไม่อดทน จะไม่มีความเสียสละทำงานเพื่อส่วนรวม” (สมพงษ์ จำยก การจัดสนทนากลุ่ม วันที่ 15 เมษายน พ.ศ. 2559)

สรุป

ผลของการศึกษา “การเรียนรู้ร่าชาวบ้านเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ” ทำให้ได้ข้อค้นพบว่าสุขภาวะที่สมบูรณ์ของผู้สูงอายุจากกิจกรรมทางสังคมคือการเรียนรู้ร่าชาวบ้านของบ้านกุดแคนได้สะท้อนให้เห็นว่าผู้สูงอายุมิชอบการเป็นผู้อาวุโสในชุมชน เป็นผู้นำทางจิตวิญญาณของความเสียสละ ความมีเมตตา และมองเห็นคุณค่าตนเอง แม้อายุมากเรียกว่าเป็นกลุ่มคนสูงอายุแต่เป็นบุคคลที่มีคุณค่าในสังคมท้องถิ่นระดับหมู่บ้าน และชาวบ้านกุดแคนทั้งผู้นำชุมชนและเด็กเยาวชน คนหนุ่ม คนสาว ได้ให้การดูแลเอื้อ

อาหารต่อผู้สูงอายุ โดยการให้อาหารด้วยความเคารพ และให้เกียรติเป็นคู่พ่อน้ำจะทำได้แบบใด ก็ยอมรับให้เกิดความสุข พอใจ ซึ่งกันและกัน ทำให้ผู้สูงอายุมีความสุข ทั้งด้านกายและจิตใจ ตามหลักพุทธศาสนา “อโรคยา ปรมาลาภา” หมายความว่า ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ ดังเช่นผู้สูงอายุในบ้านกุดแคนที่ได้เรียนรู้รำวงชาวบ้าน เป็นเพลงรำวงชาวบ้านตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน ยังคงดำรงอยู่ในบ้านกุดแคน ที่มีผลโดยอ้อมต่อสุขภาวะของผู้สูงอายุที่ได้ทำกิจกรรมที่ดี สร้างพื้นที่ทางสังคมเชิงสร้างสรรค์ ให้เป็นตัวอย่างกับเด็กและเยาวชนได้เลียนแบบนำไปใช้ในการดำรงชีวิต และเป็นผู้สูงอายุได้ทำประโยชน์ ได้พัฒนาชุมชนร่วมกับผู้นำหมู่บ้านเกิดจากเงินของคณะรำวงบ้านกุดแคน นำไปพัฒนาชุมชนได้สร้างศาลา ที่พักกลางหมู่บ้าน และศูนย์สุขภาพชุมชน เป็นส่วนหนึ่งของความร่วมมือจากผู้สูงอายุ ดังนั้นการเรียนรู้รำวงชาวบ้านของบ้านกุดแคน มีส่วนเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ ด้านกาย ด้านจิตใจ ด้านจิตวิญญาณ และมีสิ่งแวดล้อมส่งเสริมสุขภาพ

เอกสารอ้างอิง

แผนงานสุขภาวะเด็กและเยาวชน สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2553).

ต้นทุนชีวิตเด็กและเยาวชนไทย. เข้าถึงได้จาก<http://www.dekplus.com>

สมภพ เพ็ญจันทร์. (2542). ประวัติ ระบุว่า รำ ฟ้อน เข้ม. วิทยาลัยนาฏศิลป์สุโขทัย สถาบันนาฏดุริยางคศิลป์ กรมศิลปากร.

การสัมภาษณ์

คำปุน หม้อยหลง เป็นผู้ให้สัมภาษณ์ , ประสพสุข ฤทธิเดช เป็นผู้สัมภาษณ์ ที่บ้านเลขที่ 5 หมู่ที่ 6 ตำบลหนองโน อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม เมื่อวันที่ 10 เมษายน พ.ศ. 2559

ประมวล ไสภารัตน์ เป็นผู้ให้สัมภาษณ์ , ประสพสุข ฤทธิเดช เป็นผู้สัมภาษณ์ ที่บ้านเลขที่ 45 หมู่ที่ 6 ตำบลหนองโน อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม เมื่อวันที่ 10 เมษายน พ.ศ. 2559

สมบุรณ์ ศรีเอื้อง เป็นผู้ให้สัมภาษณ์ , ประสพสุข ฤทธิเดช เป็นผู้สัมภาษณ์ ที่บ้านเลขที่ 65 หมู่ที่ 2 ตำบลหนองโน อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม เมื่อวันที่ 10 เมษายน พ.ศ. 2559

สมพงษ์ จำยก เป็นผู้ให้สัมภาษณ์ , ประสพสุข ฤทธิเดช เป็นผู้สัมภาษณ์ ที่บ้านเลขที่ 80 หมู่ที่ 2 ตำบลหนองโน อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม เมื่อวันที่ 10 เมษายน พ.ศ. 2559

การสนทนากลุ่ม

ถนอม เศษภักดี การสนทนากลุ่ม เมื่อวันที่ 15 เมษายน พ.ศ. 2559 ณ แหล่งเรียนรู้ชุมชนบ้านหลังเรียนปู่ทวดครูสิงห์ ฤทธิเดช บ้านกุดแคน ตำบลหนองโน อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม

สมบุรณ์ ศรีเอื้อง การสนทนากลุ่ม เมื่อวันที่ 15 เมษายน พ.ศ. 2559 ณ แหล่งเรียนรู้ชุมชนบ้านหลังเรียนปู่ทวดครูสิงห์ ฤทธิเดช บ้านกุดแคน ตำบลหนองโน อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม

สมบูรณ์ ศรีเอื้อง และอานวยพร สีดาพล การสนทนากลุ่ม เมื่อวันที่ 15 เมษายน พ.ศ. 2559 ณ แหล่งเรียนรู้ชุมชนบ้านหลังเรียนปู่ทวดครูสิงห์ ฤทธิเดช บ้านกุดแคน ตำบลหนองโน อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม

สมพงษ์ จำยก การสนทนากลุ่ม เมื่อวันที่ 15 เมษายน พ.ศ. 2559 ณ แหล่งเรียนรู้ชุมชนบ้านหลังเรียนปู่ทวดครูสิงห์ ฤทธิเดช บ้านกุดแคน ตำบลหนองโน อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม

สากล ใบบัง การสนทนากลุ่ม เมื่อวันที่ 15 เมษายน พ.ศ. 2559 ณ แหล่งเรียนรู้ชุมชนบ้านหลังเรียนปู่ทวดครูสิงห์ ฤทธิเดช บ้านกุดแคน ตำบลหนองโน อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม