

## การสร้างบุญบารมีตามหลักธรรมในพระพุทธศาสนา สำหรับสังคมผู้สูงอายุ

### Creating Merit on Dharma of Buddhism for the Elderly Society

จุลศักดิ์ ชาญณรงค์<sup>1</sup>

Chulasak Chamnarong

#### บทคัดย่อ

งานวิจัยชิ้นนี้มีวัตถุประสงค์ 2 ประการ ประกอบด้วย (1) เพื่อศึกษาความเข้าใจเรื่องการสร้างบุญบารมีของผู้สูงอายุในปัจจุบัน และ (2) เพื่อศึกษาข้อเสนอเกี่ยวกับแนวทางการสร้างบุญบารมีสำหรับสังคมผู้สูงอายุ เป็นงานวิจัยแบบผสมวิธี โดย การวิเคราะห์แบบทดสอบปรนัยแบบถูกผิด และการวิเคราะห์แบบสัมภาษณ์ กลุ่มตัวอย่าง คือ ประธานชมรมผู้สูงอายุจากทุกภาคทั่วประเทศ จำนวน 386 คน และ ผู้ให้ข้อมูลหลัก คือ ตัวแทนจากภาครัฐ พระสงฆ์ และ ประธานชมรมผู้สูงอายุ จำนวน 15 รูป/คน สำหรับการระบุนความเข้าใจเรื่องการสร้างบุญบารมีของผู้สูงอายุในภาพรวมและแยกรายด้าน ประกอบด้วยด้าน ทาน ศีล และ กาวนา จากค่าคะแนนความเข้าใจเรื่องการสร้างบุญบารมีของผู้สูงอายุในปัจจุบันในสามระดับ คือระดับน้อย ปานกลาง และมาก และด้วยวิธีการวิเคราะห์เนื้อหาเพื่อระบุข้อเสนอเกี่ยวกับแนวทางการสร้างบุญบารมีสำหรับสังคมผู้สูงอายุ ผลการวิเคราะห์พบว่า 1) ผู้สูงอายุไทยในปัจจุบันมีความเข้าใจเรื่องการสร้างบุญบารมีในระดับปานกลาง ทั้งในภาพรวมและแยกรายด้าน 2) ข้อเสนอเกี่ยวกับแนวทางการสร้างบุญบารมีสำหรับผู้สูงอายุ ข้อทาน ศีล และกาวนา สามารถสังเคราะห์ได้ว่าควรยึดหลักการบริหารงานอย่างมีคุณภาพ เริ่มจากการวางแผนด้วยการกำหนดกรอบหรือทิศทางการทำงานผ่านรูปแบบการบูรณาการกับภาคส่วนต่าง ๆ จากนั้นควรมีการนำแผนไปปฏิบัติผ่านการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ทำกิจกรรมที่หลากหลายเน้นการดำเนินกิจกรรมที่สามารถปฏิบัติได้ในชีวิตประจำวัน เป็นกิจกรรมที่ทำได้ด้วยตนเอง หรือทำได้กับคนภายในครอบครัว หรือกลุ่มผู้สูงอายุด้วยกัน ประการต่อมาควรมีการตรวจสอบ ด้วยการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมหรือสนับสนุนผ่านหลักของการถ่ายทอดประสบการณ์เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ รวมถึงในท้ายที่สุดต้องมีการปรับปรุงแก้ไข ผ่านกิจกรรมการหารือร่วมกันเพื่อนำไปสู่แนวทางการแก้ไขปัญหารวมถึงการพัฒนากิจกรรม โดยควรมีหน่วยงานกลางทำหน้าที่เป็นเจ้าภาพหลักในการพัฒนากิจกรรม โครงการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการสร้างบุญบารมีที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ

**คำสำคัญ:** บุญบารมี สังคมผู้สูงอายุ

<sup>1</sup>ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประจำภาควิชารัฐศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพฯ

Assistant Professor, Department of Political Science, Faculty of Social Sciences, Srinakharinwirot University, Bangkok.

Corresponding author e-mail: chulasak@sg.swu.ac.th

ARTICLE HISTORY: Received 21 April 2022, Revised 25 May 2022, Accepted 30 May 2022

## Abstract

This research has two objectives which are 1) to study the understanding of the merit creating of the elderly at present and 2) to study the proposals on the way to create merit for the elderly society. This is a mixed method research using multiple-choices examination and interviews. The sample group includes 386 chairmen of the Elderly Club from all regions of Thailand. There are 15 key informants in identifying the understanding of creating merits of the elderly as a whole and in separate aspects which consists of alms, precepts, and prayers(dana-sila-bhavana). The scores for understanding the merit making of the elderly at present are in three levels: low, medium, and high. Using content analysis to propose the way to create merit for the elderly in society. The result shows two aspects. First, at present, Thai elderly have a moderate level of understanding about merit creating both in overall and in separate aspects. Second, the proposals on ways to create merit for the elderly can be synthesized that should adhere to the principles of quality management. It starts with planning by defining the framework or direction of work through integration with different sectors. The plan should then be implemented by encouraging the elderly to engage in a variety of activities, emphasizing activities that can be implemented in daily life. It is an activity that can be done by oneself, with family members, or a group of elderly. The next step is to organize activities that promote or support the principle of transferring experiences to exchange learning. Ultimately, it needs to be revised through joint discussion activities to lead solutions problems including the development of activities. There should be a central unit acting as the main host for the development of activities with various projects related to creating merits which are suitable for the elderly.

**Keywords:** *Merit, Aging society*

## บทนำ

สังคมไทยในปัจจุบันเป็นสังคมผู้สูงอายุด้วยมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 10 ของประชากรทั้งหมด จากเกณฑ์ดังกล่าวประเทศไทยจึงเป็นสังคมผู้สูงอายุมาตั้งแต่ ปี พ.ศ. 2548 อันเป็นผลมาจากอัตราการเกิดที่ลดลงและความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ นอกจากนี้ประชากรผู้สูงอายุมีแนวโน้มที่จะเพิ่มขึ้นทำให้ทุกระดับของสังคมตั้งแต่ระดับครอบครัวและชุมชนต้องแบกรับภาระในการดูแลผู้สูงอายุรวมถึงภาครัฐต้องมีรายจ่ายด้านสวัสดิการเพื่อผู้สูงอายุเพิ่มสูงมากขึ้น ในขณะที่ผู้สูงอายุเองเมื่อมีอายุยืนยาวขึ้นยิ่งต้องเผชิญกับปัญหาการขาดแคลนรายได้หรือมีรายได้ไม่เพียงพอแก่การดำรงชีพ (ประสิทธิ์ สระทอง. 2560) การเปลี่ยนแปลงของโครงสร้างประชากรของสังคมไทยอยู่ในภาวะที่เรียกว่าสังคมผู้สูงอายุนี้ทำให้ทุกหน่วยงานที่เกี่ยวข้องตระหนักถึงความสำคัญต่อความต้องการและการสนับสนุนผู้สูงอายุในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการดำรงชีวิตประจำวัน การหา

รายได้ การมีที่อยู่อาศัยและความสัมพันธ์ในครอบครัวตลอดจนชุมชน ไปจนถึงการส่งเสริมสุขภาพจิตใจซึ่งเห็นได้ว่าปัญหาของผู้สูงอายุไม่ได้ขึ้นอยู่กับจำนวนผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้นเท่านั้น แต่ขึ้นอยู่กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่ต้องมีการจัดระบบบริการทางการแพทย์และสาธารณสุขเพื่อรองรับปัญหาผู้สูงอายุ ตลอดจนการจัดบริการขั้นพื้นฐานทางสังคม การดูแลป้องกันและรักษาสุขภาพอนามัย การศึกษาต่อเนื่องและความมั่นคงของรายได้ ให้เกิดขึ้นในครอบครัวและชุมชนเพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับผู้สูงอายุ (ศรีเรือน แก้วกังวาน. 2540)

ทั้งนี้การเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับผู้สูงอายุจึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ ภาคส่วนต่างๆ จึงมีกิจกรรมที่หลากหลายเพื่อรองรับการเพิ่มระดับคุณภาพชีวิตดังกล่าว อย่างไรก็ตามภายใต้แนวทางหรือกิจกรรมที่สอดคล้องกับการเพิ่มระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในประเทศไทยโดยเฉพาะในด้านจิตใจย่อมเกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนา ด้วยพระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่คนไทยส่วนใหญ่รวมตลอดถึงผู้สูงอายุจำนวนร้อยละ 95 นับถือ (สำนักงานอนามัยผู้สูงอายุ. 2563) รวมถึงพระพุทธศาสนาเป็นศาสนาประจำชาติ พระพุทธศาสนากับชนชาติไทยมีความสัมพันธ์แนบแน่นเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันทั้งในทางประวัติศาสตร์และวัฒนธรรม ในทางประวัติศาสตร์กล่าวได้ว่าประวัติศาสตร์ของประเทศไทยเป็นประวัติศาสตร์ของชนชาติที่นับถือพระพุทธศาสนา ในด้านวัฒนธรรมวิถีชีวิตของคนไทยผูกพันประสานกลมกลืนกับหลักความเชื่อและหลักปฏิบัติในพระพุทธศาสนาจนทำให้เกิดการปรับตัวเข้าหากันและสนองความต้องการของกันและกัน ตลอดจนผสมคลุกเคล้ากับความเชื่อถือและข้อปฏิบัติอื่น ๆ ที่มีมาในหมู่ชนชาวไทย ถึงขั้นที่ทำให้เกิดมีระบบความเชื่อและความประพฤติปฏิบัติทางพระพุทธศาสนาที่เป็นแบบของคนไทย (พระสมใจ แพงศรี. 2556) นอกจากนี้คำสอนในพระพุทธศาสนาสอนให้คนรู้จักความจริงของธรรมชาติของชีวิตให้รู้จักตนเองพิจารณาแก้ไขปัญหาด้วยตนเองด้วยหลักการและเหตุผล หลักคำสอนของพระพุทธเจ้าเรียกว่าหลักพุทธธรรมผู้ที่ปฏิบัติตามแนวทางหลักพุทธธรรมจะเกิดภาวะทางความประพฤติหรือการดำเนินชีวิตที่เรียกว่ามีศีลประกอบแต่กุศลกรรมปราศจากอวิชชา ตัณหาและอุปาทานครอบงำเป็นการกระทำด้วยใจที่เป็นอิสระ และเมื่อก้าวเข้าสู่วัยสุดท้ายของชีวิตหรือวัยสูงอายุ (ปัจฉิมวัย) ย่อมต้องพึ่งดำรงตนอยู่ในหลักธรรมที่เหมาะสมแก่ตนเองเพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตอยู่ได้อย่างปกติสุขและรู้จักการปล่อยวางอารมณ์ต่าง ๆ ที่ตนเคยผ่านประสบการณ์มาเป็นเวลานาน หากไม่รู้จักแสวงหาทรัพย์ภายในตนหรืออริยทรัพย์ไว้ให้แก่ตนแล้วเมื่อถึงคราวเจ็บป่วยหรือใกล้ถึงแก่ความตายก็จะเกิดความไม่พร้อมในการเตรียมตัวก่อนตาย (บุญมี แทนแก้ว. 2541)

สำหรับสังคมผู้สูงอายุไทยนิยมการทำบุญบริจาคทานมากซึ่งได้รับอิทธิพลจากหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาที่สอนให้รู้จักเสียสละ ให้ทาน สอนให้เชื่อเรื่องกฎแห่งกรรมและสังสารวัฏ คือ การเวียนว่ายตายเกิด ถ้าได้ทำบุญเป็นคุณงามความดีสะสมไว้จะส่งผลดีต่อการไปเกิดในภพหน้าชาติหน้ายิ่งเป็นผู้สูงอายุแล้วในแต่ละวันจะคิดแต่ในเรื่องการทำบุญสุนทานเท่านั้น (สมภพ มหาคิตะ. 2557: 21) โดยคำว่า “บุญ” แปลว่าเครื่องชำระสันดาน ความดี กุศล ความสุข ความประพฤติชอบทางกายวาจาและใจกุศลธรรม (พระราชวรมณี (ประยุทธ์ ปยุตโต). 2527) จากความหมายข้างต้นย่อมเห็นได้ว่าบุญมีประโยชน์ทั้งในการพัฒนามนุษย์ให้เป็นคนไม่เห็นแก่ตัวเพราะบุญสามารถชำระความเห็นแก่ตัวได้และสามารถทำประโยชน์ให้เกิดแก่สังคมเพราะเมื่อกระทำแล้วก่อให้เกิดความดีมีผลเป็นความสุขณะนั้นบุญจึงเป็นเรื่องที่มีคุณค่าและมีประโยชน์สามารถนำมาเป็นเครื่องมือหรือแนวทางในการสร้างประโยชน์ให้เกิดขึ้นทั้งในระดับประโยชน์ส่วนบุคคลแต่ละคนและสังคมโดยรวมได้ อย่างไรก็ตามคำว่าบุญมีขอบเขตกว้างมากมีความหมายครอบคลุมทุกส่วนไม่ถูกจำกัดด้วยเวลาและสถานที่ บุคคลและ

สังคมตลอดจนความแตกต่างอื่นใดทั้งหมด (ศศิธร เหล่าแห่ง ลาวัลย์ พุ่มพฤษ และ ศุภศิริ ศรีตระกูล. 2558) ด้วยเหตุผลข้างต้นทำให้สังคมไทยในปัจจุบันชาวพุทธส่วนใหญ่ขาดความรู้ความเข้าใจในหลักคำสอนเกี่ยวกับการทำบุญและอานิสงส์ของบุญ เนื่องจากทัศนคติค่านิยมที่เปลี่ยนไปอย่างรวดเร็ว ปัญหาของการไม่ทราบอานิสงส์แห่งการทำบุญและพิธีกรรมที่ทำได้ถูกต้อง รวมไปถึงความเชื่อเรื่องการทำบุญนั้นจากการศึกษายังพบว่าเกิดปัญหาการไม่เข้าใจต่อการทำบุญซึ่งส่งผลต่อการได้รับอานิสงส์ของบุญ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). 2547: 92)

การทำบุญแยกได้เป็นหลายระดับเริ่มตั้งแต่การทำทาน การรักษาศีล ไปจนถึงการเจริญภาวนา หรือการทำสมาธิเรียกได้ว่าเป็นการบำเพ็ญกุศลขั้นพื้นฐาน สำหรับการก้าวไปสู่ธรรมะในขั้นที่สูงขึ้นที่เรียกว่า บารมี ซึ่งคำว่าบารมี มาจากคำว่า บรม หรือ ปรม แปลว่าอย่างยิ่ง บารมีจึงเป็นธรรมะหรือคุณธรรมที่บำเพ็ญอย่างยิ่งยวดและบำเพ็ญไปเพื่อสิ่งที่ตีงามสูงสุด ธรรมะต่าง ๆ เพื่อการสร้างบารมีมีจำนวนมาก เช่น ทาน ศีล เนกขัมมะ อุเบกขา ซึ่งมีองค์ประกอบสำคัญคือ ต้องมีเป้าหมาย ทำจริงใจ อย่างสม่ำเสมอ และ มีการสะสมเพิ่มพูนอยู่เรื่อย ๆ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). 2555) คำว่าการสร้างบุญบารมีจึงเป็นคำที่ใช้อย่างต่อเนื่องกัน ซึ่งย่อมมีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของบุคคล โดยทั่วไปรวมตลอดถึงผู้สูงอายุด้วยจะช่วยแก้ปัญหาทางด้านจิตใจความไม่มีความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุ ที่ผ่านมามาภาครัฐได้แก้ไข้ปัญหาโดยทางการแพทย์ แต่ยังไม่สามารถแก้ปัญหาความทุกข์ โดยเฉพาะความทุกข์ใจของผู้สูงอายุได้ การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมโดยเฉพาะที่เกี่ยวข้องโดยตรงกับการปฏิบัติโดยทั่วไปดังเช่นการทำบุญย่อมจะเป็นส่วนช่วยในการพัฒนาคุณภาพชีวิตหรือลดอาการทุกข์ทงใจให้แก่ผู้สูงอายุได้ดียิ่งขึ้น (สุชาติ หล้าอภัย. 2559: 76) ย่อมส่งผลตั้งแต่ตัวผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน ตลอดจนประเทศชาติ และแม้ในทางปฏิบัติผู้สูงอายุเลือกเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาเป็นลำดับต้นก็ตาม อย่างไรก็ตาม อย่งไรก็ตามก็มีลักษณะของพฤติกรรมเคร่งศาสนาแต่ไม่มีการปฏิบัติที่ไม่ถูกต้องรวมถึงความเข้าใจที่คลาดเคลื่อนตามหลักธรรมในพระพุทธศาสนา (ศศิพัฒน์ ยอดเพชร และคณะ. 2552) ซึ่งย่อมส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

ดังนั้นงานวิจัยชิ้นนี้จึงมุ่งศึกษาแนวทางการสร้างบุญบารมีตามหลักธรรมในพระพุทธศาสนา เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างบุญบารมีได้อย่างถูกต้องตามหลักธรรมในพระพุทธศาสนาแก่ผู้สูงอายุ โดยศึกษาสภาพในปัจจุบันของความรู้ความเข้าใจในเรื่องดังกล่าวของผู้สูงอายุ และเพื่อผู้สูงอายุจักได้มีแนวทางที่ถูกต้องเหมาะสมสามารถปฏิบัติได้จริงในการสร้างบุญบารมีให้เกิดแก่ตนเอง ชุมชนและสังคม จึงศึกษาแนวทางการสร้างบุญบารมีสำหรับสังคมผู้สูงอายุเป็นวัตถุประสงค์ต่อมา

## วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาความเข้าใจเรื่องการสร้างบุญบารมีของผู้สูงอายุในปัจจุบัน
2. เพื่อศึกษาข้อเสนอเกี่ยวกับแนวทางการสร้างบุญบารมีสำหรับสังคมผู้สูงอายุ

## ระเบียบวิธีวิจัย

สำหรับการดำเนินการวิจัยเพื่อสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ศึกษาแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับแนวทางการสร้างบุญบารมีตามหลักธรรมในพระพุทธศาสนาที่สามารถประยุกต์ใช้กับสังคมผู้สูงอายุไทย ปัจจุบันในสามแนวทางหลัก ประกอบด้วย แนวทางในช้อทาน ศีลและ ภาวนา เพื่อตอบสนองวัตถุประสงค์ข้อแรก ประชากร คือ ประชาชนชมรมผู้สูงอายุของทุกภาคทั่วประเทศมีจำนวน

18,894 คน จากสี่ภาคประกอบด้วย ภาคใต้ ภาคกลาง ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคเหนือ โดยในแต่ละภาคมีจำนวนประธานชมรมผู้สูงอายุแตกต่างกันไปตามเขตพื้นที่ จากการคำนวณหาขนาดตัวอย่างจึงมีกลุ่มตัวอย่างรวมจำนวน 386 คน (ประธานชมรมผู้สูงอายุจากภาคใต้จำนวน 34 คน ภาคกลางจำนวน 60 คน ภาคตะวันออกเฉียงเหนือจำนวน 178 คน และภาคเหนือ จำนวน 114 คน) ด้วยการใช้แบบทดสอบปรนัยแบบถูกผิดจำนวน 21 ข้อ ด้านละ 7 ข้อ เพื่อระบุความเข้าใจเรื่องการสร้างบุญบารมีในผู้สูงอายุในแต่ละด้านและในภาพรวมจากค่าคะแนนความเข้าใจเรื่องการสร้างบุญบารมีของผู้สูงอายุในปัจจุบันในสามระดับ คือระดับน้อย ปานกลาง และมาก

เพื่อตอบสนองวัตถุประสงค์ข้อที่สอง ผู้ให้ข้อมูลหลัก คือ ตัวแทนจากภาครัฐที่มีส่วนเกี่ยวข้อง โดยตรงกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 5 คน พระสงฆ์ที่มีบทบาทในการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 5 รูป และ ประธานชมรมผู้สูงอายุที่มีผลงานดีเด่นเป็นที่ยอมรับ 5 คน รวมผู้ให้ข้อมูลหลัก จำนวน 15 รูป/คน ด้วยการใช้แบบบันทึกการสัมภาษณ์เพื่อศึกษาแนวทางการสร้างบุญบารมีสำหรับสังคมผู้สูงอายุ 3 ข้อ ตามแนวทางการสร้างบุญบารมีข้อทาน ศีล และ กาวนาและวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสัมภาษณ์ดังกล่าวด้วยวิธีการวิเคราะห์เนื้อหา เพื่อสรุปข้อเสนอการสร้างบุญบารมีสำหรับสังคมผู้สูงอายุไทย

## ผลการวิจัย

ผลการวิจัยแบ่งเป็น 2 ส่วนหลัก ประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 ผู้สูงอายุไทยในปัจจุบันมีความเข้าใจเรื่องการสร้างบุญบารมีในระดับปานกลาง (ค่าคะแนนรวม 12.6 จากคะแนนเต็ม 21 คะแนน) และเมื่อแยกระบุความเข้าใจเรื่องการสร้างบุญบารมีของผู้สูงอายุในปัจจุบันในแต่ละด้านทั้งด้าน ทาน ศีล และกาวนา พบว่า มีความเข้าใจเรื่องการสร้างบุญบารมีในด้านต่างๆในระดับปานกลาง เช่นเดียวกัน (ค่าคะแนน 4.04 4.03 และ 3.99 ตามลำดับจากคะแนนเต็มด้านละ 7 คะแนน)

ส่วนที่ 2 ข้อเสนอเกี่ยวกับแนวทางการสร้างบุญบารมีในข้อทาน พบว่า มีสามประเด็นหลักประกอบด้วย 1) การใช้แนวทางการทำหรือร่วมกันระหว่างสมาชิกซึ่งเป็นการนำศักยภาพการรวมกลุ่มในรูปแบบชมรมผู้สูงอายุมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด 2) การสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องในเรื่องการให้ทานด้วยการส่งเสริมให้มีกิจกรรมที่หลากหลาย และ 3) การสร้างแนวทางการปฏิบัติให้ถูกต้องผ่านการตรวจสอบในรูปแบบการประเมินผลกิจกรรมผ่านกลุ่มเฝ้าสังเกต

ข้อเสนอเกี่ยวกับแนวทางการสร้างบุญบารมีในข้อศีล พบว่า มีสามประเด็นหลักประกอบด้วย 1) ควรส่งเสริมให้เกิดภาวะที่บุคคลแต่ละบุคคล (ผู้สูงอายุ)ทำสิ่งที่ถูกต้อง เรียบง่าย และสม่ำเสมอ ตั้งแต่ระดับบุคคล (ตัวของผู้สูงอายุเอง) ซึ่งจะแผ่ขยายไปสู่ระดับที่กว้างขวางขึ้นในท้ายที่สุด 2) ส่งเสริมการสร้างกิจกรรมในลักษณะการฝึกอบรมให้ผู้สูงอายุร่วมกิจกรรมกับคนในครอบครัวโดยเน้นการใช้วิทยากรเพื่อสร้างแรงบันดาลใจในลักษณะ “คนต้นแบบ” (role model) และ 3) ควรใช้หลักของการสัมมนาหรือเสวนาเข้ามามีส่วนร่วมช่วยในการดำเนินกิจกรรมหรือโครงการ

ข้อเสนอเกี่ยวกับแนวทางการสร้างบุญบารมีในข้อกาวนา พบว่า มีสามประเด็นหลักประกอบด้วย 1) ควรใช้หลักการบูรณาการระหว่างหน่วยงานต่าง ๆ ในวางแผนการสร้างกรอบการดำเนินกิจกรรม 2) มีหน่วยงานกลางทำหน้าที่เป็นหน่วยงานหลักในการตรวจสอบแนวทางการดำเนินการการจัดกิจกรรม และ 3) การสร้างเครือข่ายระหว่างชมรมผู้สูงอายุ อย่างน้อยที่อยู่ในจังหวัดเดียวกัน

ทั้งนี้จากการพิจารณาข้อเสนอเกี่ยวกับแนวทางการสร้างบุญบารมีทั้งฆ้อทาน ศีล และภาวนา สามารถสังเคราะห์ได้ว่าแนวทางการสร้างบุญบารมีสำหรับผู้สูงอายุยึดหลักการบริหารงานอย่างมีคุณภาพหรือวงจรคุณภาพงาน PDCA กล่าวคือ วงจรคุณภาพ PDCA ว่าเป็นกิจกรรมที่นำไปสู่การปรับปรุงงานและการควบคุมอย่างเป็นระบบ ประกอบด้วย การวางแผน (Plan) การนำแผนไปปฏิบัติหรือการดำเนินการ (Do) การตรวจสอบ (Check) และการปรับปรุงแก้ไข (Act) ประกอบด้วย

แนวทางการสร้างบุญบารมีสำหรับผู้สูงอายุควรเริ่มจากการวางแผน (Plan) ด้วยการหารือร่วมกันระหว่างสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุเป็นหลักผ่านการประสานงานร่วมกับหน่วยงานของส่วนภาคต่างๆ และโดยอาจมีหน่วยงานภาครัฐ คือ กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ เป็นหน่วยงานหลักในการประสานงานโดยตรง

การนำแผนไปปฏิบัติหรือการดำเนินการ (Do) หลังจากได้มีการกำหนดกรอบหรือแนวทางการสร้างบุญบารมีที่ถูกต้องเหมาะสมกับผู้สูงอายุโดยเฉพาะแล้วควรมีการนำแผนนั้นไปปฏิบัติให้ออกมาอย่างเป็นรูปธรรมผ่านการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ทำกิจกรรมการสร้างบุญบารมีที่หลากหลาย

การตรวจสอบ (Check) ควรมีการจัดกิจกรรมผ่านการส่งเสริมหรือสนับสนุนผ่านหลักของการถ่ายทอดประสบการณ์เพื่อแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันอันถือเป็นทั้งการตรวจสอบตนเองไปจนถึงการพิจารณาเปรียบเทียบกับภาระกระทำของผู้อื่นที่ผู้สูงอายุย่อมนำไปประยุกต์หรือปรับใช้

การปรับปรุงแก้ไข (Act) หลังจากมีกิจกรรมต้องร่วมกันหรืออย่างน้อยหารือกันในช่วงต้นข้อต่อของกิจกรรม เพื่อนำไปสู่แนวทางการแก้ไขปัญหารวมถึงการพัฒนาในส่วนที่ขาดตกบกพร่องรวมถึงมีหน่วยงานกลางทำหน้าที่เป็นเจ้าภาพหลักในการแก้ไขหรือปรับปรุงหรือพัฒนากิจกรรมโครงการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการสร้างบุญบารมีที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ

## สรุปและอภิปรายผล

สำหรับการอภิปรายผล แบ่งการอภิปรายผลการวิจัยเป็น 2 ส่วนประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 ผู้สูงอายุไทยในปัจจุบันมีความเข้าใจเรื่องการสร้างบุญบารมีในระดับปานกลาง และเมื่อแยกความเข้าใจเรื่องการสร้างบุญบารมีของผู้สูงอายุในปัจจุบันในแต่ละด้านทั้งด้าน ทาน ศีล และภาวนา พบว่า มีความเข้าใจเรื่องการสร้างบุญบารมีในด้านต่าง ๆ ในระดับปานกลางเช่นเดียวกันสอดคล้องกับงานของ พระปลัดวีระชนม์ เขมวีโร และคณะ (2560) ในงานวิจัย เรื่องการเสริมสร้างความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุตามหลักพระพุทธศาสนา จากวัตถุประสงค์งานวิจัยข้อที่สองคือ เพื่อเสริมสร้างความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุตามหลักพระพุทธศาสนา ซึ่งผลการวิจัยพบว่า การเสริมสร้างความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุตามหลักพระพุทธศาสนา ประกอบด้วย การให้ทาน รักษาศีล การเจริญสติภาวนา การแผ่เมตตา การอธิษฐานจิต สวดมนต์ ทำให้เกิดความเมตตา กรุณา เห็นอกเห็นใจ ใจเป็นสุข สามารถพิจารณาไตร่ตรองถึงปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างถ่องแท้เป็นผลทำให้สามารถพัฒนาตนเองให้มีความเข้มแข็ง มีพลังใจในการมีชีวิตอยู่อย่างมีความหมายมีความสุขสงบ มีสติ ดังนั้น การสนับสนุนการปฏิบัติตามหลักพระพุทธศาสนามีส่วนช่วยให้ผู้สูงอายุค้นหาความหมายของ จิตวิญญาณทำให้มีความผาสุกทางจิตวิญญาณเพิ่มขึ้นในทุกด้าน

ส่วนที่ 2 ข้อเสนอเกี่ยวกับแนวทางการสร้างบุญบารมีฆ้อทาน ศีล และภาวนา สามารถสังเคราะห์ได้ว่าแนวทางการสร้างบุญบารมีสำหรับผู้สูงอายุยึดหลักการบริหารงานอย่างมีคุณภาพหรือวงจรคุณภาพงาน PDCA กล่าวคือ ผลการวิจัยพบว่าแนวทางการสร้างบุญบารมีสำหรับผู้สูงอายุ

ควรเริ่มจากการวางแผน (Plan) ด้วยการหารือร่วมกันระหว่างสมาชิกในรูปแบบของชมรมผู้สูงอายุ เป็นหลักผ่านการประสานงานร่วมกับหน่วยงานของส่วนภาคต่าง ๆ ผ่านรูปแบบการบูรณาการ ด้วย เพราะการกำหนดกรอบหรือทิศทางเป็นสิ่งที่ความจำเป็นเป็นอย่างยิ่ง สอดคล้องกับงานของ ศิลปสวย ระเบียบแสงสุรีย์ (2560) ในงานวิจัยเรื่อง แนวทางการพัฒนาคุณภาพการดูแลผู้สูงอายุของกรุงเทพมหานคร เพื่อรองรับสังคมผู้สูงอายุ จากวัตถุประสงค์งานวิจัยข้อที่สอง คือ เพื่อนำเสนอแนวทางการพัฒนาคุณภาพ การดูแลผู้สูงอายุของกรุงเทพมหานครในอนาคต ซึ่งผลการวิจัยพบว่าแนวทางการพัฒนาคุณภาพการดูแล ผู้สูงอายุของกรุงเทพมหานครในอนาคตคือการกำหนดยุทธศาสตร์ในการพัฒนาคุณภาพการดูแล ผู้สูงอายุของกรุงเทพมหานคร คือ ยุทธศาสตร์“สร้างความมั่นคงทางรายได้และการดูแลผู้สูงอายุ โดยใช้ชุมชนเป็นฐาน” โดยมีมาตรการและโครงการนำร่อง ประกอบด้วย มาตรการที่ 1 มาตรการสร้าง คุณค่าให้ผู้สูงอายุ ได้แก่ “โครงการจัดตั้งศูนย์ทรัพยากรมนุษย์ผู้สูงอายุ” มาตรการที่ 2 มาตรการสร้าง รายได้ให้ผู้สูงอายุได้แก่ “โครงการวิสาหกิจสูงวัยในชุมชน” มาตรการที่ 3 การสร้างเครือข่ายการดูแล ได้แก่ “โครงการเครือข่ายการดูแลผู้สูงวัย”

จากนั้นผลการวิจัยได้ข้อสรุปว่าควรมีการนำแผนไปปฏิบัติหรือการดำเนินการ (Do) โดยหลังจากได้มีการกำหนดกรอบหรือแนวทางการสร้างบุญบารมีที่ถูกต้องเหมาะสมกับผู้สูงอายุโดยเฉพาะแล้ว ควรมีการนำแผนนั้นไปปฏิบัติให้ออกมาอย่างเป็นรูปธรรมผ่านการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ทำกิจกรรม ที่หลากหลาย การใช้สื่อสมัยใหม่หรือเทคโนโลยี ควรเน้นการดำเนินกิจกรรมที่สามารถปฏิบัติได้ใน ชีวิตประจำวันที่ทำได้อย่างสม่ำเสมอเป็นกิจกรรมที่ทำได้ด้วยตนเอง หรือทำได้ดีกับคนภายในครอบครัว หรือกลุ่มผู้สูงอายุด้วยกัน ซึ่งจะนำไปสู่การปฏิบัติในรูปแบบของชุมชนไปจนถึงสังคมต่อไป สอดคล้อง กับงานของ พระครูปริยัติวิโรทัย (2557) เรื่อง การวิเคราะห์ความเชื่อเรื่องอานิสงส์ของบุญในสังคมไทย สอดคล้องกับงานวิจัยชิ้นนี้จากวัตถุประสงค์งานวิจัยข้อที่สอง เพื่อศึกษาความเชื่อเรื่องอานิสงส์ของ บุญในสังคมไทย ซึ่งผลการวิจัยพบว่า ความเชื่อเรื่องอานิสงส์ของบุญในสังคมไทย คือ การให้ทาน การรักษาศีล และ เจริญภาวนา ควรกระทำผ่านข้อปฏิบัติในขั้นตอนของการประกอบพิธีกรรมวิถี การที่ก่อให้เกิดบุญของพระพุทธศาสนา บุญจะเกิดขึ้นได้ต้องลงมือกระทำด้วยตนเอง และ สอดคล้อง กับงานวิจัยชิ้นนี้คือจากวัตถุประสงค์งานวิจัยข้อที่สาม คือ การวิเคราะห์ความเชื่อเรื่องอานิสงส์ของ บุญในสังคมไทยซึ่งพบว่าอานิสงส์หรือผลของบุญโดยเป้าหมายในการทำบุญของพระพุทธศาสนา นั้นเริ่มต้นมาจากการต้องการความสุขในชีวิตปัจจุบัน โดยเฉพาะความสุข ความปิติทางใจ ความสุขใน โลกหน้า (สวรรค์) และจะเป็นปัจจัยผู้ทำนั้นมีความเชื่อว่า การกระทำของตนเป็นการสร้างบุญและ มีความสุขใจต่อการกระทำกิจกรรมนั้น ๆ รูปแบบการปฏิบัติในพิธีกรรมทางศาสนาจะเป็นพื้นฐาน อันสำคัญที่จะนำบุคคลไปสู่การกระทำบุญที่สูงยิ่งขึ้นไป วิเคราะห์ความเชื่อเรื่องอานิสงส์ของบุญใน สังคมไทย คือ บุญจากการทำให้กับตนเองและแผ่ไปยังผู้อื่น

ประการต่อมาผลการวิจัยพบว่าควรมีการตรวจสอบ (Check) หรือควรมีการจัดกิจกรรมผ่าน การส่งเสริมหรือสนับสนุนผ่านหลักของการถ่ายทอดประสบการณ์เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน กับผู้สูงอายุด้วยกัน ไปจนถึงแลกเปลี่ยนกับบุคคลต่างช่วงวัย สอดคล้องกับงานของ พระปลัดวีระชนม์ เขมวิโร และคณะ (2560) ในงานวิจัย เรื่องการเสริมสร้างความสุขทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ ตามหลักพระพุทธศาสนา จากวัตถุประสงค์งานวิจัยข้อที่หนึ่ง คือ เพื่อศึกษาความความสุขทางจิตวิญญาณ ของผู้สูงอายุ ซึ่งผลการวิจัยพบว่า ความสุขทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุเป็นความรู้สึกถึงความ ต่อเนื่องอย่างกลมกลืนระหว่างตนเองกับผู้อื่น ธรรมชาติ และสิ่งนอกเหนือตนเอง อันเป็นภาวะที่สิ้นไป

ของความทุกข์หรือการบีบคั้นทาง กาย จิต สังคม และปัญญา จนสามารถแสดงความพึงพอใจ หรือชื่นชมในประสบการณ์ของตนและมีความสุข ในการปฏิบัติหน้าที่ต่าง ๆ ได้ตามปกติ รวมถึงสองคล้อยกับงานวิจัยของอานาซัญญา รัตนอุบล (2562) เรื่อง ข้อเสนอการพัฒนาการดำเนินงานส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุ จากวัตถุประสงค์งานวิจัยข้อที่สามคือ เพื่อนำเสนอข้อเสนอแนะนโยบายการดำเนินงานส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุ ซึ่งผลการวิจัยพบว่า ข้อเสนอการดำเนินงานส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุได้เสนอในรูปแบบโรงเรียนผู้สูงอายุการรวมตัวผ่านกิจกรรมการรวมกับกลุ่มคนหลายช่วงวัยและศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ (ศพอส.) และภายใต้วงจรมุ่งกล่าวผลการวิจัยพบว่าข้อเสนอเกี่ยวกับแนวทางการสร้างบุญบารมีต้องมีการปรับปรุงแก้ไข (Act) หรือในท้ายที่สุดควรมีกิจกรรมลักษณะของการหารือร่วมกันเพื่อนำไปสู่แนวทางการแก้ไขปัญหารวมถึงการพัฒนากิจกรรม มีหน่วยงานกลางทำหน้าที่เป็นเจ้าภาพหลักในการแก้ไขหรือปรับปรุงหรือพัฒนากิจกรรม โครงการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการสร้างบุญบารมีที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ หรือ ควรจัดเป็นโครงการหรือกิจกรรมสอบถามความคิดเห็นของบุคลากรและผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องอื่น ๆ เกี่ยวกับเนื้อหาและข้อเสนอแนะ เพื่อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ปรับปรุงการดำเนินงานหรือส่งเสริมการสร้างบุญบารมีให้เกิดความเหมาะสมมากที่สุดต่อไป สอดคล้องกับงานของ วรณษา วงษ์เส็ง และ วิโรจน์ เจษฎาลักษณ์ (2559) เรื่อง บทบาทและการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุด้านประชาสังคมในการพัฒนาชุมชนเขตบางแคกรุงเทพมหานครจากวัตถุประสงค์งานวิจัยข้อที่สี่ คือเพื่อศึกษาการสนับสนุนจากเครือข่ายด้านประชาสังคมในการพัฒนาชุมชนเขตบางแคกรุงเทพมหานคร ซึ่งผลการวิจัยพบว่าการสนับสนุนและเครือข่ายด้านประชาสังคม อันประกอบด้วยหน่วยงานภาครัฐ ภาครัฐวิสาหกิจ ภาคเอกชน และองค์กรอิสระที่ให้ความช่วยเหลือและแลกเปลี่ยนความรู้

## ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

1) นำผลการวิจัยเสนอหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง โดยเฉพาะ ภาครัฐ และ ชมรมผู้สูงอายุ เพื่อร่วมกันส่งเสริมการสร้างบุญบารมีสำหรับสังคมผู้สูงอายุที่พึงประสงค์ต่อไป

2) จากผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุสามารถมีแนวทางการสร้างบุญบารมีได้หากมีการส่งเสริมอย่างถูกต้องและเหมาะสม ดังนั้น ทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องสามารถนำผลการวิจัยไปเป็นแนวทางในการพัฒนาและจะได้ผลดียิ่งขึ้นถ้าทำอย่างทั่วถึงและสม่ำเสมอ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ควรศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการสร้างบุญบารมีสำหรับสังคมผู้สูงอายุที่พึงประสงค์เพิ่มเติมเพื่อสนับสนุนการศึกษาดังได้กระทำในงานวิจัยชิ้นนี้

## กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยชิ้นนี้สำเร็จลุล่วงได้ทั้งนี้เพราะได้รับความอนุเคราะห์จากบุคคลหลายฝ่าย ซึ่งผู้วิจัยไม่สามารถระบุได้ทั้งหมด แต่ท่านสำคัญที่ถือได้ว่ามีส่วนช่วยผลักดันให้งานวิจัยชิ้นนี้เกิดขึ้นรวมทั้งติดตามงานของผู้วิจัยทั้งอย่างเป็นทางการและไม่เป็นทางการอย่างต่อเนื่อง คือ รศ. ดร.สรชัย พิศาลบุตร ผู้เป็นครุวิจัยคนแรกและคนปัจจุบันของผู้วิจัย นอกจากนี้ผู้วิจัยขอขอบคุณ สถาบันยุทธศาสตร์ทางปัญญาและวิจัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และ คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



ผู้ให้ทุนการวิจัย ผู้ให้ข้อมูลหลักที่ได้ให้ข้อมูลอันมีประโยชน์ ประธานชมรมผู้สูงอายุจากทุกภาคทั่วประเทศ และท้ายที่สุดผู้วิจัยขอกล่าวถึงกำลังสำคัญในการทำงานคือครอบครัวของผู้วิจัยที่ทำให้ผู้วิจัยมีกำลังใจ และกำลังกายทำงานวิจัยให้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

## เอกสารอ้างอิง

- บุญมี แทนแก้ว. (2541). **จริยธรรมกับชีวิต**. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- ประสิทธิ์ สระทอง. (2560). บทบาทของวัดที่มีต่อสังคมในการก้าวเดินในศตวรรษที่ 21. **Veridian E-Journal ฉบับภาษาไทย สาขามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และศิลปะ**. 10(1): 936-951.
- พระครูปริยัติวิโรทัย. (2557). **ศึกษาวิเคราะห์ความเชื่อเรื่องอานิสงส์ของบุญในสังคมไทย**. วิทยานิพนธ์ พุทธศาสนมหาบัณฑิต. พระนครศรีอยุธยา: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระปลัดวีระชนม์ เขมวีโร และคณะ. (2560). การเสริมสร้างความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ ตามหลักพระพุทธศาสนา. **วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร**. 5(1): 78-88.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). (2547). **พระพุทธศาสนาในประเทศไทยสมัยปัจจุบัน**. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2555). **บารมียิ่งยวดหรือยิ่งใหญ่**. นครปฐม: วัดญาณเวศกวัน.
- พระราชวรมนี(ประยุทธ์ ปยุตโต). (2527). **พจนานุกรมศัพท์พุทธศาสนา**. พระนคร: อมรินทร์พรินติ้งกรุ๊ป.
- พระสมใจ แวงศรี. (2556). **ปัจจัยทางการตลาดที่มีผลต่อการทำบุญในวันออกพรรษาของพุทธศาสนิกชน: กรณีศึกษาวัดสมรโกฏิ เขตตลิ่งชัน กรุงเทพมหานคร**. ปริญญาานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสยาม. ถ่ายเอกสาร.
- วรรณษา วงษ์เส็ง และ วิโรจน์ เจษฎาลักษณ์. (2559). บทบาทและการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุด้าน ประชาสังคมในการพัฒนาชุมชน เขตบางแค กรุงเทพมหานคร. **Veridian E-Journal ฉบับภาษาไทย สาขามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และศิลปะ**. 9(1): 1399-1415.
- ศิลปสวย ระวีแสงสุรย์. (2560). **แนวทางการพัฒนาคุณภาพการดูแลผู้สูงอายุของกรุงเทพมหานคร เพื่อรองรับสังคมผู้สูงอายุ**. กรุงเทพฯ: วิทยาลัยป้องกันราชอาณาจักร.
- ศศิพัฒนา ยอดเพชร และคณะ. (2552). **ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ดีของครอบครัวและชุมชนชนบทไทย**. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย.
- ศศิธร เหล่าแท้ง ลาวัลย์ พุ่มพฤษ และ ศุภศิริ ศรีตระกูล. (2558). การให้ความหมาย ที่มาของความหมาย และรูปแบบการทำบุญ ของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศิลปากร. **วารสารวิชาการ Veridian E-Journal**. 6(3): 658-670.
- ศรีเรื่อน แก้วกังวาน. (2540). **จิตวิทยาผู้สูงอายุทุกช่วงวัย เล่ม 2**. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สมภาพ มหาคีตะ. (2557). **ปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจทำบุญของพุทธศาสนิกชนในเขตเทศบาล เมืองชลบุรี อำเภอเมืองชลบุรี**. วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต (การบริหารทั่วไป). ชลบุรี: วิทยาลัยการบริหารรัฐกิจ มหาวิทยาลัยบูรพา. ถ่ายเอกสาร.
- สุชาติ หล้าอภัย. (2559). การประยุกต์ใช้มหาสติปัฏฐานเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ. **วารสารธรรมทรรศน์**. 16(2): 75-92.
- อาชญญา รัตนอุบล. (2562). ข้อเสนอการพัฒนาการดำเนินงานส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุ. **วารสารศิลปการศึกษาศาสตร์วิจัย**. 11(1): 26-46.