

ศึกษาการประยุกต์ใช้เบญจศีลเบญจธรรมในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ
: กรณีศึกษาผู้สูงอายุชุมชนกฤษดานคร ถนนแจ้งวัฒนะ นนทบุรี

The Study of the Application of the Five Precepts
and the hammas for Elderly People's Living life
: A Case Study of the Senior Old Aged eople in the
Communties, Krissda-Nakorn Chaeng, Wattana Road, Nonthaburi

รัตนา บาลี

Rattana Balee

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Graduate School, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Email: Srirattana.ooy@gmail.com

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้มีวัตถุประสงค์ 3 ประการ คือ 1) เพื่อศึกษาเบญจศีลเบญจธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนา 2) เพื่อศึกษาสภาพการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในสังคมไทย 3) เพื่อศึกษาการประยุกต์ใช้เบญจศีลเบญจธรรมในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนกฤษดานคร ถนนแจ้งวัฒนะ จังหวัดนนทบุรี จากการวิจัยพบว่า

สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรสได้กล่าวว่หลักเบญจธรรม คู่กับพระเบญจศีล คือ 1) ปาณาติปาตา เวรมณี ซึ่งคู่กับเมตตากรุณา 2) อทินนาทานา เวรมณี ซึ่งคู่กับสัมมาอาชีวะ 3) กาเมสุมิจฉาจารา เวรมณี ซึ่งคู่กับกามสังวร 4) มุสาวาทา เวรมณี ซึ่งคู่กับสังจาจะ 5) สุราเมรยมัชช ปมาทัฏฐานา เวรมณี ซึ่งคู่กับสติสัมปชัญญะ

จากสภาพการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในสังคมไทยพบว่า ผู้สูงอายุชายมักจะแต่งงานใหม่หลังจากภรรยาของตนเสียชีวิต ชีวิตของผู้สูงอายุอาศัยอยู่กับบุตรน้อยมาก การทำงานด้านเศรษฐกิจผู้สูงอายุขึ้นอยู่กับภาระเลี้ยงดูตนเอง มากกว่าฝ่ายหญิง ผู้สูงอายุในจังหวัดต่างๆจะทำงานมากกว่าผู้สูงอายุในเมือง แหล่งรายได้หลักในปัจจุบันของผู้สูงอายุ คือ 1) จากบุตร 2) จากการทำงาน และ 3) จากเงินบำนาญทางราชการ

การประยุกต์ใช้หลักเบญจศีลเบญจธรรมในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนกฤษดา นคร ถนนแจ้งวัฒนะ นนทบุรีพบดังต่อไปนี้ 1) การดำเนินชีวิตผู้สูงอายุ ได้แก่ การทำบุญตักบาตร การสวดมนต์ การฟังธรรม 2) ผู้สูงอายุนำหลักเบญจศีลเบญจธรรมมาใช้ในการแก้ปัญหาเรื่องสุขภาพ 3) ผู้สูงอายุได้นำหลักเบญจศีลเบญจธรรมมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตและเข้าใจปรับตนให้เข้ากับสังคมได้เป็นอย่างดี

คำสำคัญ: การประยุกต์, เบญจศีล เบญจธรรม, ผู้สูงอายุ

Abstract

This thesis entitled ‘A Study of the Application of the Five Precepts and Five Ennobling Virtues in Elderly People’s Living Life, Kritsadanakorn Community Chaengwattana Road, Nonthaburi Province’ has three objectives: 1) to study the five Precepts and five ennobling virtues in Buddhist scriptures, 2) to study situations on elderly people’s living life in Thai society and 3) to study the application of five precepts and five ennobling virtues in elderly people’s living life in Kritsadanakorn community Chaengwattana Road, Nonthaburi Province. This is a qualitative research. In the study, it was found that it had been said by His majesty, Somdechphramaha samanajakromphrayavajirayarnvaroros that the pair of five ennobling virtues and five precepts basically means the followings: 1) the first precept, abstaining from killing, pairs up with loving kindness and compassion, 2) the second precept, abstaining from taking what is not given, pairs up with right livelihood, 3) the third precept, abstaining from sexual misconduct, pairs up with sexual restraint, the fourth precept, abstaining from telling lie, pairs up with truthfulness and the fifth precept, abstaining from taking intoxicant, pairs up with mindfulness and clear comprehension.

As far as the situation of elderly people’s living life is concerned, it clearly showed that most elderly men, after wife’s death, remarry; they hardly live with their sons or daughters, their economic works were more dependent themselves than women. Furthermore, most of elderly people in provincial areas worked more than elderly people in the city, in the present, their main sources of income were derived from the followings: 1) their sons and daughters, 2) their works and 3) their fiscal pension. When it comes to the elderly people’s application of the five precepts and five ennobling virtues in living life, Kritsadanakorn community Chaengwattana Road, Nonthaburi Province, these activities have been found as follows: 1) they always make merit by offering alms-food to monks, chanting, and listening to Dhamma, 2) they always apply the five precepts and five ennobling virtues in solving their problem of health and 3) moreover, they also apply those virtues in living life and well adjusting themselves to society where they live.

Key words : Application, Five Precepts The Dhammas, The Senior Old Aged

บทนำ

หลักคำสอนทางพระพุทธศาสนานั้น พระพุทธองค์ทรงสอนให้มนุษย์ทุกคนมีหลักปฏิบัติ

เพื่อให้ชีวิต ความสุขมีความสงบ มีเอกภาพและมีความเสมอภาคกัน คำสอนเหล่านี้ทั้งหมดได้ตั้งอยู่บนรากฐานของการ ดำเนินชีวิตที่สอดคล้องกับศีล 5 ทั้งนี้เพื่อให้คนในสังคมมีคุณธรรมและเมตตาต่อกัน เพราะทุกชีวิตจะต้องพึ่งพา อาศัยกันและกันในการดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างสงบสุขไม่เดือดร้อน (พระปลัดพลชัย อนุบาลโย, 2554. หน้า 19)

ดังนั้น ศีลจึงเป็นพื้นฐานของคนในสังคมอีกทั้งเป็นพื้นฐานแห่งความดีที่ทั้งปวงตั้งพุทธดำรัสที่ว่า “กल्याณานถจ มาตุกั ปมุขั สพพธมมานั ตสฺมา สีลั วิโสธเย แปลว่า ศีลเป็นที่พึ่งเบื้องต้น เป็นมารดาของ กัลยาณธรรมทั้งหลาย เป็นประมุขของธรรมทั้งปวง เพราะฉะนั้น ควรชำระศีลให้บริสุทธิ์” (สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย เถรคาถา) เล่ม 26 ข้อ 379 : 358. ศีล 5 ประกอบด้วย 1) ปาณาติปาตา เวรมณี เจตนาเป็น เครื่องงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ 2) อทินนาทานา เวรมณี เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการลักทรัพย์ 3) กาเมสุ มิจฺ ฉาจารา เวรมณี เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการประพฤตินิโคตในกาม 4) มุสาวาทา เวรมณี เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการพูดเท็จ 5) สุราเมรยมชฺชพมาทานุสุรานา เวรมณี เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการดื่มเมา คือ สุราและเมรัย อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท (สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค) เล่ม 21 ข้อ 31 : 139. ดังนั้นผู้ที่รักษาศีลอย่างถูกต้องเพื่อให้ศีลบริสุทธิ์ จึงได้รับอานิสงส์ คือ ไปสู่สุคติหลังจากสิ้นชีวิต

โทษของศีล

ปัจจุบันปัญหาสังคมที่เกิดขึ้นตามหนังสือพิมพ์ที่พบเห็นเป็นประจำเกี่ยวกับการประทุษร้าย ฆ่ากัน การลักทรัพย์ การนอกใจภรรยา การโกหกหลอกลวงทำให้เสียทรัพย์ การดื่มสุราทำให้ขาดสติ จนถึง ประทุษร้ายถึงชีวิตล้วนมาจากการทุศีลทั้งสิ้นในพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าตรัสว่าโทษของคนทุศีล 5 ประการ (สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค) เล่ม 10 ข้อ 149 : 93-94. คือ

1 บุคคลผู้ทุศีลมีศีลวิบัติในโลกนี้ ย่อมถึงความเสื่อมโภกทรัพย์เป็นอันมาก ซึ่งมีความประมาทเป็น เหตุ นี้เป็นโทษประการที่ 1 แห่งศีลวิบัติของบุคคลผู้ทุศีล

2 กิตติศัพท์อันชั่วของบุคคลผู้ทุศีล มีศีลวิบัตีย่อมกระฉ่อนไป นี้เป็นโทษประการที่ 2 แห่งศีลวิบัติ ของบุคคลผู้ทุศีล

3 บุคคลผู้ทุศีล มีศีลวิบัติจะเข้าไปบริษัทใดๆ จะเป็นชัตตยบริษัทก็ตาม คหบดีบริษัทก็ตาม สมณ บริษัทก็ตาม พราหมณบริษัทก็ตาม ย่อมไม่แก้แค้นแล้ว แก้ออเงินเข้าไป นี้เป็นโทษประการที่ 3 แห่งศีลวิบัติของ บุคคลผู้ทุศีล

4 บุคคลผู้ทุศีลมีศีลวิบัติ ย่อมหลงลืมสติตาย นี้เป็นโทษประการที่ 4 แห่งศีลวิบัติของบุคคลผู้ทุศีล

5 บุคคลผู้ทุศีล มีศีลวิบัติหลังจากตายไปแล้ว ไปเกิดในอบาย ทุกติวินิบาตนรก นี้เป็นโทษประการที่ 5 แห่งศีลวิบัติของบุคคลผู้ทุศีล คหบดีทั้งหลาย ศีลวิบัติของบุคคลผู้ทุศีลมีโทษ 5 ประการนี้แล

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราชสกลมหาสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน). 2548. หน้า 19 -22) ได้กล่าวเรื่องโทษแห่งศีลวิบัติไว้ว่า

ผู้ทำผิดศีล ข้อที่ 1 เมื่อกำเนิดมาเป็นมนุษย์จะทำให้เขาเป็นคนอายุสั้นและมักถูกฆ่าตาย และยอมเดือดร้อนในปัจจุบันต้องติดคุกติดตาราง

ผู้ทำผิดศีล ข้อที่ 2 เมื่อเกิดเป็นมนุษย์ย่อมมีโรคทรพี้น้อย เกิดในตระกูลยากจน ทำมาหากินเท่าใด ก็ไม่รวยทำให้เขาเป็นคนยากจน และถูกโกง

ผู้ทำผิดศีล ข้อที่ 3 เมื่อกำเนิดมาเป็นมนุษย์เศษผลของกรรมที่ท้าวทำให้เกิดการแตกแยกในครอบครัว และถูกปองร้าย บางคนเกิดมาเป็นหญิงก็ถูกทารุณกรรมถูกข่มขืน เป็นชายก็ต้องเกิดมาเป็นกะเทย ให้คนเขาหยามเล่นถูกดูหมิ่นดูแคลน เป็นที่น่าอับอาย

ผู้ทำผิดศีล ข้อที่ 4 เมื่อเกิดเป็นมนุษย์ ก็มีผู้มากล่าวหาใส่ร้าย ใส่ความให้เสียหาย ให้เสียทรัพย์อยู่เสมอ โดนเขาใส่ความและมักได้ฟังแต่เรื่องไม่จริง โดนหลอกลวงให้หลงเชื่อบ่อยๆ ถูกเอาเปรียบตลอดเวลา จะ พูดกับใครก็ไม่มีคนเชื่อถือ

อานิสงส์ของศีล

ในทีฆนิกายปาฏิกคค ได้กล่าวถึง อานิสงส์ของศีล 5 (สุดต้นตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค) เล่ม 11 ข้อ 316 : 305 ดังนี้

1. บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีลในโลกนี้ ย่อมมีโรคทรพี้น้อยอันมาก ซึ่งมีความไม่ประมาทเป็นเหตุ

2. กิตติศัพท์อันงามของบุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล ย่อมฟุ้งกระจายไปไกล นี่เป็นอานิสงส์

ประการที่ 2 แห่งศีลสมบัติของบุคคลผู้มีศีล

3. บุคคลผู้มีศีลสมบูรณ์ด้วยศีล จะเข้าไปยังบริษัทใดๆ จะเป็นชาติบริษัทก็ตาม พรหมณบริษัทก็ตาม คหบดีบริษัทก็ตาม สมณบริษัทก็ตาม ย่อมแก้วักלאไม่ก่อเงินเข้าไปเป็นอานิสงส์ประการที่ 3 แห่ง ศีลสมบัติของบุคคลผู้มีศีล

4. บุคคลผู้มีศีลสมบูรณ์ด้วยศีล ย่อมไม่หลงลืมสติตาย นี่เป็นอานิสงส์ประการที่ 4 แห่งศีลสมบัติของบุคคลผู้มีศีล

5. บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล หลังจากตายแล้ว ย่อมไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์นี้เป็นอานิสงส์

ประการที่ 5 แห่งศีลสมบัติของผู้มีศีล

ดังนั้น อานิสงส์ของบุคคลผู้มีศีลสมบูรณ์ด้วยศีลในโลกนี้ ย่อมมีโรคทรพี้น้อย ย่อมแก้วักלא ไม่ก่อเงิน ย่อมไม่หลงลืมสติตาย หลังจากตายแล้ว ย่อมไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์

อานิสงส์ของศีล สมเด็จพระวันรัต (จุนท์ พรหมคุตโต) 2557. หน้า 85-92)

ศีลข้อที่ 1 เจตนาเว้นจากการฆ่าสัตว์ ผู้ใดงดเว้นไม่ล่วงในศีลข้อที่ 1 ย่อมได้รับอานิสงส์ ดังนี้ คือ

- มีอวัยวะร่างกายสมบูรณ์ไม่พิการ
- ประกอบด้วยร่างกายอันสูงและสมทรง

- สมบูรณ์ด้วยกำลังกายและความว่องไว
- มีเท้าราบเสมอกันทั้งสองข้าง
- เป็นผู้มีผิวพรรณสดใสรุ่งเรือง
- เป็นผู้มีรูปโฉมงาม สะอาดเป็นที่เจริญใจของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย
- เป็นผู้อ่อนโยน มีผิวพรรณดั่งปุยนุ่น
- เป็นผู้มีความสุข
- เป็นผู้แก้แค้น
- เป็นผู้มีกำลังมาก
- มีถ้อยคำสละสลวยเพราะพริ้ง
- มีบริษัทบริวารมิได้พราจจาก
- เป็นผู้ไม่สะดุ้งตกใจกลัวต่อภัยเวร
- เข้าศึกษาศึกษาทำร้ายไม่ได้
- ไม่ตายด้วยความพยายามล้างผลาญของผู้อื่น
- มีบริวารหาที่สุดไม่ได้
- มีรูปร่างสวยงาม
- มีรูปทรงสมส่วน
- มีความเจ็บป่วยน้อย
- ไม่มีเรื่องเศร้าโศกเสียใจ
- เป็นที่รักของชาวโลก
- มิได้พลัดพราจจากคนหรือสัตว์ หรือสิ่งอันเป็นที่รัก ที่ชอบใจ ที่ยินดีทั้งปวง
- เป็นผู้อายุยืน

ศีลข้อที่ 2 เจตนางดเว้นจากการลักทรัพย์ ผู้ใดงดเว้น ไม่ล่วงในศีลข้อที่ 2 ย่อมได้อานิสงส์ ดังนี้

- เป็นผู้มีทรัพย์มาก
- มีอาหารและข้าวของเพียงพอ
- หาโภคทรัพย์ได้ไม่สิ้นสุด
- หาโภคทรัพย์ที่ยังไม่ได้เกิดก็เกิดขึ้น
- โภคทรัพย์ที่ได้ไว้แล้วก็ยังยืนถาวร
- ประรณาสัตว์ใดก็ได้สิ่งนั้นสมปรารถนาโดยเร็วพลัน
- สมบัติไม่กระจัดกระจายด้วยภัยต่าง ๆ
- หาทรัพย์ได้โดยไม่ต้องถูกแย่ง
- ไม่เคยรู้ไม่เคยได้ยินว่าไม่มี
- อยู่ที่ไหนก็เป็นสุขกายสุขใจ

ศีลข้อที่ 3 เจตนางดเว้นจากการประพฤตินอกใจในกาม ผู้ใดงดเว้นไม่ล่วงในศีลข้อที่ 3 ย่อมได้รับ อานิสงส์ ดังนี้คือ

- ไม่มีข้าศึกศัตรู

- เป็นที่รักแห่งคนทั่วไป
- หาข้าว น้ำ เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่ได้ง่าย
- หลับก็เป็นสุข
- ตื่นก็เป็นสุข
- พันภัยในอบายภูมิทั้ง 4
- ไม่ต้องมาเป็นหญิง หรือ กะเทยอีก
- ไม่โกรธง่าย
- ทำอะไรทำได้โดยเรียบร้อย
- ทำอะไรทำได้โดยเปิดเผย
- เป็นผู้สง่าเปิดเผย
- เป็นผู้มีอำนาจบารมี
- มีแต่เพื่อนรัก ทั้งบุรุษและสตรี
- มีอินทรี 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ
- มีลักษณะสมบูรณ์
- ไม่มีใครรังเกียจ
- ขวนขวายน้อยไม่ต้องเหนื่อย ทรัพย์สมบัติก็เกิดขึ้น - อยู่ที่ไหนก็เป็นสุข
- ไม่ต้องกลัวภัยจากใครๆ
- ไม่มีความพลัดพรากจากสัตว์สังขารที่รัก

ศีลข้อที่ 4 เจตนางดเว้นจากการกล่าวเท็จ ผู้ใดงดเว้น ไม่ล่วงศีลข้อที่ 4 ย่อมได้รับ
อานิสงส์ ดังนี้ คือ

- มีอินทรีทั้ง 6 ผ่องใส
- มีวาจาไพเราะ สละสลวย อ่อนหวาน
- มีพื้นเรียบเรียบขาวสะอาด
- ไม่อ้วนจนเกินไป
- ไม่ผอมจนเกินไป
- ไม่สูงจนเกินไป
- ไม่เตี้ยจนเกินไป
- มีกลิ่นปากหอมเหมือนดอกบัว
- มีแต่สัมผัสอันเป็นสุข
- มีบริวารชนล้วนแต่ขยันขันแข็ง
- มีถ้อยคำอันบุคคลเชื่อถือได้
- มีลิ้นบางแดงอ่อนเหมือนกลีบดอกบัว - มีจิตใจไม่ฟุ้งซ่าน
- ไม่พูดติดอ่างและเป็นใบ้

ศีลข้อที่ 5 เจตนางดเว้นจากการดื่มสุราและเมรัยอันเป็นทั้งแห่งความประมาท ผู้ใด
งดเว้น ไม่ล่วง ในศีลข้อที่ 5 ย่อมได้อานิสงส์ดังนี้ คือ

- มีเขาวัวปัญญาได้ฉับพลันในกรณีกิจทั้งปวงทั้งอดีต อนาคตและปัจจุบัน
- มีสติตั้งมั่นทุกเมื่อ
- มีความรู้มาก มีปัญญาดี
- มีแต่ความสุข
- มีแต่คนนับถือยำเกรง
- มีความชวนชวายน้อยหากินง่าย
- มีปัญญามาก
- มีปัญญารุ่งเรืองในธรรม
- มีความเห็นถูกต้อง
- มีศีลบริสุทธิ์
- มีใจละอายต่อบาป
- รู้จักกลัวบาป
- เป็นปราชญ์มีญาณคติ
- มีความกตัญญูรู้คุณท่าน
- รู้ตอบแทนผู้มีพระคุณ
- พูดแต่คำสัตย์
- รู้จักเฉลี่ยแจกจ่าย
- มีความซื่อตรง
- ไม่เป็นบ้า
- ไม่เป็นใบ้
- ไม่มีวเมา
- ไม่ประมาท
- ไม่หลงใหล
- ไม่หวาดสะดุ้งกลัว
- ไม่บ้าน้ำลาย
- ไม่งง ไม่เชื่อเซอะ
- ไม่มีใครแข่งดี
- ไม่มีใครริษยา
- ไม่สอดเสียดใคร และ ไม่มีใครสอดเสียด
- ไม่พูดคำหยาบ และ ใครก็ไม่พูดคำหยาบด้วย
- ไม่พูดเพื่อเจ้า ไร้ประโยชน์
- ไม่เกียจคร้านทุกคืนวัน
- ไม่มีความตระหนี่
- ไม่เป็นคนมักโกรธ
- ฉลาดรู้ในสิ่งที่เป็นประโยชน์ และสิ่งอันเป็นโทษ

โดยอานิสงส์ของศีล 5 นั้นในเบื้องต้นก่อให้เกิดคุณธรรมขึ้นภายในจิตใจ ที่เรียกว่า “เบญจธรรม” คำว่า “ธรรม” คือ สภาพที่ทรงสัตว์โลกไว้ ไม่ให้ตกไปสู่ที่ชั่ว เบญจธรรม จึงหมายถึง หลักปฏิบัติที่ทรงสัตว์โลกไว้ ไม่ให้ตกไปสู่ที่ชั่วเป็นความประพฤติที่ดีงาม 5 ประการ ส่วนบุคคลผู้ตั้งอยู่เบญจธรรมนี้ เป็นคนมีความประพฤติ ดีงามเป็นที่นิยมนับถือของคนทั่วไป เรียกว่า “กัลยาณชน” เบญจธรรมทั้ง 5 นี้ เป็นเครื่องอุดหนุนศีลให้ผ่องใส ยิ่งขึ้น เบญจธรรม 5 ประการ มีดังนี้ (พระเมธีวราภรณ์ 2537. หน้า30)

1. เมตตา กรุณา ความรักความปรารถนาดี และความสงสารคิดช่วยเขาให้พ้นทุกข์
2. สัมมาอาชีวะ การประกอบอาชีพสุจริตด้วยความเพียร
3. กามสังวร ความไม่มกมากในกามารมณ์ รู้จักระงับใจได้ไม่เป็นโทษของราคะ
4. สัจจะ ความมีสัตย์ พูดจริง พูดตรง พูดคำที่มีประโยชน์ เป็นธรรม
5. สติ ความมีสติรอบคอบไม่ปล่อยใจให้ตกเป็นโทษของความชั่วและสิ่งเสพติดต่างๆ

เบญจศีลเบญจธรรมเป็นหลักธรรมที่ส่งเสริมกัน คือ เบญจศีล เป็นหลักงดเว้น เบญจธรรมเป็น หลักปฏิบัติซึ่งคุณธรรมดังกล่าวนี้ หากปฏิบัติได้สมบูรณ์จะทำให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์แบบ เพราะ คุณธรรมพื้นฐานของความเป็นมนุษย์ที่แท้จริง คุณธรรมอื่นจะเจริญขึ้นไม่ได้หากขาดเบญจธรรม ดังกล่าว ซึ่งการเกิดมาเป็นมนุษย์ถือว่าเป็นเรื่องที่สำคัญมากที่สุดที่เดียวแต่สำหรับงานวิจัยโดยเฉพาะ “ผู้สูงอายุ” พวงทอง ไกรพิบูลย์, (2557)

ผู้วิจัย “ถือว่าเป็นวัยซึ่งที่มีความแตกต่างจากวัยอื่นเพราะเป็นช่วงบั้นปลายของชีวิต” ข้อจำกัดเรื่อง เวลาที่เหลือน้อย ดังนั้น โอกาสที่จะศึกษาพระธรรมอย่างลึกซึ้งเพื่อตนเองได้ไปสู่ปร โลกอย่างมีความสุขก็มี น้อยลง พระพุทธองค์ทรงสอนให้ใช้หลักปฏิบัติต่างๆ สำหรับผู้สูงอายุ คือ ขำระกาย วาจา ใจให้บริสุทธิ์ เพื่อ เตรียมตัวไปสู่ปรโลกอย่างมีความสุขยิ่ง ปัญหาผู้สูงอายุของ ชุมชนชาวกฤษดาครจากการสำรวจพบว่า ผู้สูงอายุยังไม่ได้นำหลักธรรมเบญจศีลเบญจธรรม มาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตอย่างถูกต้องจากความคิดเห็นของผู้สูงอายุ จากการสนทนา แส ดงให้เห็นว่า ผู้สูงอายุไม่เข้าใจเรื่องของศีลว่ามีความสำคัญ เกี่ยวข้องและเป็นพื้นฐานสำคัญ ต่อการ ดำเนินชีวิตปัจจุบันอย่างไร ขาดความรู้ความเข้าใจในเรื่องการรักษาศีล 5 ตามหลักพระพุทธ ศาสนาว่า มีผลต่อชีวิตตนเองทั้งปัจจุบันชาติ และภพชาติต่อ ๆ ไป ครั้นเมื่อละสังขารจากโลกนี้ ไปแล้ว เพราะเมื่อบุคคลไม่ รักษาศีล ครั้นละโลกไปแล้วทุกติเป็นที่หวังได้ ตรงกันข้ามกับบุคคล ที่ทำแต่ความดีมีการรักษาศีล 5 เป็นต้น เมื่อตายไปแล้วจะไปสู่สุคติในโลกสวรรค์ และถ้าเกิด เป็นมนุษย์จะเสวยสุขในโลกมนุษย์เกิดมาในสถานที่ร่ำรวยมี ความสุขมีสุขภาพสมบูรณ์ ปัญญา เลิศ เป็นต้น ดังนั้นจากการกล่าวมาทั้งหมดนี้ ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาผู้สูงอายุในชุมชน หมู่บ้านกฤษดาครแห่งนี้ได้มีโอกาสได้ศึกษาเบญจศีลเบญจธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาและ ได้ศึกษาสภาพการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุโดยนำหลักเบญจศีลเบญจธรรมสำหรับการดำเนินชี วิตของผู้สูงอายุและ สามารถนำหลักเบญจศีลเบญจธรรมมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างไร ถึงจะมีความสุข

ระเบียบวิธีวิจัย (Research Methodology)

1. เก็บรวบรวมข้อมูลที่ใช้ประกอบการวิจัย ได้แก่ เอกสารที่มีเนื้อหาเกี่ยวข้องกับ การวิจัยโดยรวบรวมจากแหล่งต่างๆ ได้แก่ หอสมุดกลางมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หอสมุดแห่งชาติหอสมุดกลางมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ โดยศึกษาข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ โดยวิธีเก็บข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. 2539 รวมทั้งเอกสารที่เกี่ยวข้องกับหลัก เบญจธรรมและหลักประยุกต์ใช้ เบญจธรรม ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ แล้วจึงรวบรวมข้อมูลชั้นทุติยภูมิ คือ งานวิจัย วิทยานิพนธ์ สารนิพนธ์ ที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งส่วนที่เป็นอธิบายจากหนังสือ เอกสารฉบับต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย เช่น ศึกษาค้นคว้า คัดเลือกเบญจศีล เบญจธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนา คัดเลือกงานนิพนธ์ บทความ ปาฐกถา สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ และในการเก็บข้อมูลภาคสนามเกี่ยวกับทะเบียนประวัติชมรมผู้สูงอายุชุมชนกฤษดาเนตร ถนนแจ้งวัฒนะ ในจังหวัดนนทบุรี อีกทั้งผู้วิจัยได้เข้าไปร่วมสังเกตการณ์งานในการกิจกรรมทางพุทธศาสนา การเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุจากการสนทนาธรรม การสัมภาษณ์ การดำเนินชีวิต, การใช้หลักธรรม และประยุกต์ใช้หลักเบญจศีลเบญจธรรมในการดำเนินชีวิต

ผลการวิจัย

การศึกษาการวิจัยเรื่อง “การประยุกต์ใช้หลักเบญจศีลเบญจธรรมในการดำเนินชีวิตผู้สูงอายุชุมชนกฤษดาเนตร ถนนแจ้งวัฒนะ นนทบุรี” มีวัตถุประสงค์ 3 ประการ คือ 1) เพื่อศึกษาเบญจศีล เบญจธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนา 2) เพื่อศึกษาการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในสังคมไทย 3) เพื่อศึกษาการประยุกต์ใช้เบญจศีลเบญจธรรมในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุชุมชนกฤษดาเนตร ถนนแจ้งวัฒนะ นนทบุรี ผลจากการวิจัยมีดังนี้

1. สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส ได้กล่าวว่า หลักเบญจธรรม คู่กับเบญจศีล คือ เบญจศีล คือ ข้อห้าม เบญจธรรม คือ ข้อประพฤติปฏิบัติ ดังนี้ 1) เมื่อไม่ฆ่าสัตว์ โดยงดเว้นจาก ปาณาติบาตก็ต้องมีความเมตตา กรุณา 2) ไม่ลักทรัพย์งดเว้นจากอทินนาทาน ก็ต้องประกอบอาชีพสุจริต 3) ไม่แย่งของคนอื่นมาเป็นของตัวเอง งดเว้นจากมิถฉาจาร ก็ต้องมีสธารสันโดษ คือ ความพอใจในคู่ของตน 4) ไม่พูดปด เว้นจากมุสาวาทก็ต้องมีสัจจะ 5) ไม่ดื่ม น้ำเมา งดเว้นจากการดื่มน้ำเมา คือ สุราและเมรัยอันเป็นที่ตั้ง แห่งความประมาท ก็ต้องมีสติ

2. เพื่อศึกษาการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในสังคมไทย จากสภาพการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในสังคมไทยพบว่า ผู้สูงอายุชายมักจะแต่งงานใหม่ หลังจากภรรยาของตนเสียชีวิต ชีวิตของผู้สูงอายุอาศัยอยู่กับ บุตรน้อยมาก การทำงานด้านเศรษฐกิจผู้สูงอายุ ขึ้นอยู่กับการเลี้ยงดูตนเองมากกว่าฝ่ายหญิง ผู้สูงอายุในจังหวัดต่าง ๆ จะทำงานมากกว่าผู้สูงอายุในเมือง แหล่งรายได้หลักในปัจจุบันของผู้สูงอายุ คือ (1) จากบุตร (2) จากการทำงาน และ (3) จากเงินบำนาญทางราชการ ในปัจจุบันผู้สูงอายุยังได้รับเงินต่างๆ จากรัฐบาล และ สวัสดิภาพทางสังคม การดำเนินชีวิตด้านสังคมของผู้สูงอายุมีโครงการต่างๆ ส่งเสริมกิจกรรมต่างๆ แก่ผู้สูงอายุมีบทบาทและมีส่วนร่วมในการช่วยเหลือ สังคม การได้รับเบี้ยเลี้ยง ผู้สูงอายุจะได้รับเบี้ยยังชีพเป็นรายได้หลักเพียงบางส่วน ผู้สูงอายุในปัจจุบันได้รับ สวัสดิการสังคมมากขึ้น อาทิ การประกันสังคม การช่วยเหลือสาธารณะ

การบริการสังคม และการช่วยเหลือ เกื้อกูลของภาคประชาชน ทั้งนี้เพื่อให้สภาพการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุมี คุณภาพชีวิต ที่ดีและเป็นผู้มีคุณค่า ต่อสังคม และประเทศชาติ

3. เพื่อศึกษาการประยุกต์ใช้เบญจศีลเบญจธรรมในการดำเนินชีวิตของผู้สูงวัยชุมชน กฤษดานคร ถนนแจ้งวัฒนะ นนทบุรี ผลจากการวิจัยพบว่า

3.1 การดำเนินชีวิตของผู้สูงวัยชุมชน กฤษดานคร ถนนแจ้งวัฒนะ นนทบุรี เห็นได้ชัดเจนถึง ลักษณะครอบครัวเดี่ยว ซึ่งอยู่ด้วยกันเฉพาะคู่สมรส บุตรหลานอยู่ร่วมด้วยน้อยมาก การดำรงชีพยังต้องพึ่งพา ตนเอง โดยผู้สูงวัยที่เป็นข้าราชการ อาศัยเงินยังชีพจากบำเหน็จบำนาญ ส่วนผู้ที่มิใช่ข้าราชการยังต้องทำงาน หาเลี้ยงตนเองเป็นหลัก ในส่วนสวัสดิการสังคมส่วนใหญ่ใช้สวัสดิการสังคม อาทิ ด้านสุขภาพ หลักประกัน สุขภาพถ้วนหน้า ต่างใช้สิทธิขั้นพื้นฐาน การตรวจสุขภาพ การรักษาพยาบาล และ การส่งเสริมสุขภาพ ผู้สูงวัย ดังกล่าว ล้วนได้นำหลักเบญจศีลเบญจธรรมมาประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขตาม ความเหมาะสมของตนเอง เพื่อส่งเสริมคุณธรรม และ พัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น การดำเนินชีวิตหลัก ผู้สูงวัย ให้ความสำคัญ 3 ประเด็น คือ

1. การทำบุญตักบาตร มองว่าการทำบุญตักบาตรมีความสำคัญ คือ ให้อภัยการให้ และการ เสียสละ การทำบุญตักบาตรเป็นอุทิศส่วนกุศลให้ผู้ที่ล่วงลับไปแล้ว จะมีผลต่อผู้ปฏิบัติ การตักบาตร คือการให้ ทานอย่างหนึ่ง ยิ่งให้ ก็ยิ่งได้ จะทำเป็นประจำจะทำให้จิตใจสงบ

2. การสวดมนต์ ผู้สูงวัยให้ความสำคัญ คือ พบว่าการสวดมนต์ เป็นมงคลแก่ตนเอง และครอบครัวเป็นการภาวนาอย่างหนึ่ง ทำให้จิตบังเกิดกุศล จิตใจสงบ สะอาด ละเว้นการทำบาป คือ ทำให้ จิตใจสงบไม่ฟุ้งซ่าน สงบ เยือกเย็น เพราะการห้ามจิตทำได้ยาก การสวดมนต์เป็นการห้ามจิตอย่างหนึ่ง เมื่อจิต นิ่งแล้ว การทำกิจการใดจะมีความรอบคอบ ละเอียดถี่ถ้วน โดยผู้สวดอาจจะไม่ทราบ แต่ผลที่ได้รับ คือ จิตสงบ

3. การฟังธรรม ผู้สูงวัยให้ความสำคัญคือพบว่าการฟังธรรมนำไปปฏิบัติให้เหมาะสมกับตนด้วย มีความสำคัญ เป็นคติเตือนใจแก่ ทุกรูปทุกนาม ไม่ใช่แต่ผู้สูงวัย แต่ผู้สูงวัยมีเวลามากกว่าวัยอื่น ฟังแล้วต้องคิด และปฏิบัติตาม ในเรื่องที่เป็นประโยชน์นำมาใช้จึงเกิดผล ทำให้ชีวิตมีสติปัญญาคิดแต่สิ่งดี ๆ ทำให้ใจเย็น

3.2 ผู้สูงวัยกับการประยุกต์ใช้เบญจศีลเบญจธรรมในการดำเนินชีวิตของผู้สูงวัย ชุมชน กฤษดานคร ถนนแจ้งวัฒนะ นนทบุรี พบว่าการนำ เบญจศีลเบญจธรรมมาประยุกต์ ดังนี้

1. ประยุกต์ใช้หลักไม่ฆ่าสัตว์ และมีเมตตา กรุณา ไม่ฆ่าสัตว์ พร้อมทั้งมีเมตตาปราณีต่อสัตว์ และเพื่อนร่วมโลก โดยมีการประยุกต์ใช้ ดังนี้ 1) มี ความเมตตาต่อลูกหลานและเพื่อนบ้าน โดยช่วยเหลือเรื่องการเงิน 2) ช่วยเหลือให้พ้นทุกข์ ให้ความเมตตาต่อ สัตว์เลี้ยง คือ ให้อาหารด้วยความเมตตา 3) ให้คำพูดปลอบประโลมด้วยความเมตตา 4) การมีเมตตา กรุณา ปราบปราม ตีต่อผู้อื่นให้พ้นทุกข์ โดยจิตอาสาช่วยเหลือผู้ป่วยตามโรงพยาบาล 5) เลิกรับประทานสัตว์ใหญ่ เช่น เนื้อวัว เนื้อหมู หันกลับมาบริโภคปลา และ สัตว์เล็ก ๆ 6) การมีเมตตา กับคนดีแต่ยากจน จะช่วยบริจาค ข้าวของเงินทองแก่ผู้ยากไร้

2. ประยุกต์ใช้หลักไม่ลักทรัพย์ (สัมมาอาชีวะ) โดยมีการประยุกต์ใช้ ดังนี้ 1) ประกอบ

อาชีพสุจริต 2) อุทิศตนเสียสละเวลางานเพื่อส่วนรวมงานชุมชนของหมู่บ้านทำงานโดยไม่มีค่าตอบแทนด้วยความซื่อสัตย์สุจริต 3) การมีสติในการกระทำ 4) ละเว้นการอยากได้ทรัพย์สินของผู้อื่น

3. ประยুক্তิใช้หลักไม่ประพฤติดิในกาม (กามสังวร) โดยมีการประยুক্তิใช้ ดังนี้ 1) ซื่อสัตย์ต่อสามีไม่ว่าจะต่อหน้าและลับหลัง 2) สำรวมกาย วาจา และ ใจ ไม่มองหญิงคนอื่นด้วยความใคร่ 3) มีความซื่อสัตย์ คู่ชีวิตที่จากไป 4) ถนอมน้ำใจกันโดยไม่คิดจะมีคนอื่นกรรยาป่วยให้กำลังใจดูแลเป็นอย่างดี

4. ประยুক্তิใช้หลักไม่พุดปด (สัจจะ) โดยมีการประยুক্তิใช้ ดังนี้ 1) ไม่โกหก พุดแต่ความจริง 2) ใช้ความเมตตาในการพุด ในการทำงาน 3) พุดมีสติด้วยอาชีพ 4) ไม่พุดเสียดสี กระทบประชดประชัน 5) ไม่พุดจา ให้เขาเสียหาย

5. ประยুক্তิใช้หลักไม่ดื่มสุรา (สติสัมปชัญญะ) โดยมีการประยুক্তิใช้ ดังนี้ 1) งดดื่มของมีนเมาทุกประเภท 2) เปลี่ยนจากดื่มมีนเมาหันมาดื่มมีนเพื่อสุขภาพแทน 3) พิจารณาเห็นคุณค่าของความไม่ประมาท 4) ความเป็นผู้มีสติอยู่เสมอ

ดังนั้นผู้สูงวัยได้ยึดหลักประยুক্তิใช้หลักเบญจศีลเบญจธรรมในการดำเนินชีวิตมาใช้กับตนเอง ครอบครัว และ สังคม ให้เหมาะสมกับตนเอง และเข้าใจปรับตนให้เข้ากับสังคมได้เป็นอย่างดี

อภิปรายผล

เพื่อศึกษาเบญจศีลเบญจธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาพบว่า หลักเบญจศีลและเบญจธรรม จัดเป็นธรรมคู่กัน หมายความว่า หากบุคคลใดมีเบญจธรรมก็เป็นอันชื่อว่าเป็นผู้มีเบญจศีล เพราะหากบุคคลมี เบญจศีลเบญจธรรมแล้ว จะเว้นจากการทำความชั่วทั้งทางกายและวาจา รู้จักควบคุมตนให้ตั้งอยู่ในความดี ไม่ เบียดเบียนตนและผู้อื่น และประพฤติชอบทางกาย วาจา และใจ จะทำให้อยู่ร่วมกับคนอื่นในชีวิตประจำวัน และสังคมได้อย่างมีความสุข จะเห็นได้ว่าไม่ว่าผู้สูงวัยในเมือง หรือผู้สูงวัยในชนบทล้วนแต่ต้องมีหลักธรรมเป็น เครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ ลักษณะโครงสร้างของสังคมไทยในปัจจุบันต่างจากสังคมอดีตเป็นอย่างมากทีเดียว จากเดิมที่เป็นครอบครัวขยายครั้งเข้าสู่ยุคปัจจุบันครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น อาทิ ครอบครัวที่มีเฉพาะพ่อแม่ลูก ครอบครัวพ่อแม่เลี้ยงเดี่ยวหรือแม่เลี้ยงเดี่ยวโดยมีพ่อหรือแม่เลี้ยงลูกเพียงคนเดียวเพียงลำพัง และครอบครัวเดี่ยว ก็มีแนวโน้มสูงขึ้น แต่ยังคงครอบครัวแห่วงกลางยังปรากฏให้เห็นถึงความเป็นครอบครัวที่มีเฉพาะผู้สูงอายุอาศัย อยู่กับเด็กเพิ่มสูงขึ้นโดยมีหน้าที่ในการเลี้ยงดูลูกแทนพ่อแม่เด็กที่ไปประกอบอาชีพ และลักษณะภาพรวมของผู้ สูงวัยในชุมชนกฤษฎาดานครว่าเป็นครอบครัว มีชีวิตคู่สามีภรรยาอยู่ด้วยกัน บางครอบครัวอาศัยร่วมกับบุตร หลานแต่ผู้สูงวัยส่วนใหญ่พึ่งพาตัวเอง มีสมาชิกภายในครอบครัวเพียง 2 ถึง 3 คนเท่านั้น ส่วนใหญ่จะเป็นบุตร หรือ หลาน ประมาณ 1-2 คนเท่านั้น ทำงานเลี้ยงตนเองได้ ด้วยเงินบำเหน็จบำนาญจากการเกษียณอายุ ราชการ บางท่านก็ยังทำงานส่วนตัวหาเลี้ยงตนเอง และ ครอบครัว

บทสรุป

หลักเบญจศีลเบญจธรรมในการดำเนินชีวิตมีดังนี้

1. เบญจศีล คือ ข้อปฏิบัติ ควบคุม กาย วาจา ให้เรียบร้อยตั้งอยู่ในความดีงาม 5 ประการ โดยปฏิบัติควบคู่ไปกับเบญจธรรม 5 ประการ คือ 1) ปาณาติปาตา เวรมณี เจตนางดเว้นจากการฆ่าสัตว์ 2) อทินนา ทานา เวรมณี (เจตนางดเว้นจากการเอาสิ่งของที่ไม่ใช่ของตน 3) กาเมสุ มิฉฉาจาร เวรมณี เจตนางดเว้นจาก การประพฤตินิดในกาม 4) มุสาวาทา เวรมณี (เจตนางดเว้นจากการพูดเท็จ) 5) สุราเมรยมัชชปมาทัฏฐานา เวรมณี เจตนางดเว้นจากเสพของมีนเมา คือสุราและเมรัยอันเป็นเหตุแห่งความประมาท เพื่อเป็นหลักปฏิบัติ ที่ทรงสัตว์โลกไว้ไม่ให้ตกไปอยู่ที่ชั่วและปรารถนาให้มนุษย์อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข โดยยึดหลักธรรมเป็น แนวทางปฏิบัติ คือให้มีความประพฤติดี หรือประพฤติชอบ ทางกายและวาจา เป็นพื้นฐานของการทำความ ดีทุกอย่าง บุคคลควรได้มีโอกาสการปฏิบัติควบคู่กับการรักษาศีล ด้วยเหตุว่าผู้มีศีลย่อมเป็นบ่อเกิดของ คุณธรรมต่างๆ ฉะนั้นพาและเป็นแนวทางแห่งการทำความดี และจรโลงชีวิตส่งเสริมให้เกิด ความสงบสุข การ ประพฤติปฏิบัติที่เป็นคุณงามความดี เพื่อความสงบสุขของตนเองและสังคม

2. เบญจธรรม หมายถึง ธรรมผู้ประพฤติดังคนดีงามธรรมหมายถึง “กัลยาณธรรม แปลว่า ธรรมที่ทำให้งามเป็นข้อปฏิบัติพิเศษที่ยิ่งขึ้นไปกว่าศีล” ซึ่งเป็นสภาวะของผู้ทรงไว้แห่งความดี สภาที่ทรงไว้ สภาที่ทรง สัตว์ไว้ไม่ให้ตกไปสู่ที่ชั่ว หรือเป็นผู้รักษาความดีไว้ด้วยการประกอบ คุณงามความดี ข้อควรปฏิบัติ 5 ประการ ซึ่งจะทำให้มนุษย์เป็นคนดี มีคุณธรรม มีกาย วาจา ใจ ที่สะอาดงดงาม ได้แก่ 1) เมตตา 2) สัมมาอาชีวะ 3) กามสังวร 4) สัจจะ และ 5) สติสัมปชัญญะ ผู้ที่ได้รับผลจากการกระทำนั้นจะมีความสุข เลี้ยงชีพในทางที่ชอบ ประกอบด้วยธรรม 3) กามสังวร ความสำรวมในกาม (สทาร์สันโดษ) 4) สัจจะ ความมีสัตย์ มีความจริงใจ พูด จริง ทำจริง 5) สติสัมปชัญญะมีความระลึกได้ รู้สีกตัวอยู่เสมอ

การดำเนินชีวิตใน สังคมชนบท และ สังคมเมือง คล้ายคลึงกันทำให้สถานภาพและ บทบาทของ คนใน สังคมชนบทไม่แตกต่างกันมากนัก ในสังคมชนบทมีการรวมตัวกันอย่าง เห็นยวนแน่นสมาชิกของสังคมทำหน้าที่ สอดคล้องต่อเนื่องกันอย่างราบรื่นโดยมีระบบความสัมพันธ์แบบเครือญาติ มีการนับถืออาวุโสมีความเห็นอก เห็นใจกันและมีค่านิยมในเรื่องคุณความ ดีทางศาสนาเป็นตัวควบคุมความประพฤติทางสังคมของคนชนบท สถานภาพจะมีลักษณะ จำเพาะของตัวบุคคลเอง เช่น อายุ ความสามารถและคุณความดี ส่วนสังคมเมืองผู้สูง วัยมักเป็นครอบครัว มีชีวิตคู่สามีภรรยาอยู่ด้วยกัน บางครอบครัวอาศัยร่วมกับบุตรหลานแต่ผู้สูงวัยส่วนใหญ่ พึ่งพาตัวเอง มีสมาชิกภายในครอบครัวเพียง 2 ถึง 3 คนเท่านั้น ส่วนใหญ่จะเป็นบุตรหรือหลาน ประมาณ 1-2 คนเท่านั้น ทำงานเลี้ยงตนเองได้ ด้วยเงินบำเหน็จบำนาญจากการเกษียณอายุ ราชการ และ มีส่วนร่วมในการ ช่วยเหลือสังคม การได้รับเบี้ยเลี้ยง ผู้สูงวัยจะได้รับเบี้ยยังชีพ เป็นรายได้หลักเพียงบางส่วน ผู้สูงวัยใน ปัจจุบันได้รับสวัสดิการสังคมมากขึ้น

การประยุกต์เบญจศีลเบญจธรรมในการดำเนินชีวิตของผู้สูงวัยชุมชนกฤษดาภิบาล นคร ถนนแจ้งวัฒนะ นนทบุรี มีดังนี้

1. ประยุกต์ใช้หลักไม่ฆ่าสัตว์ และ มีเมตตากรุณา

ไม่ฆ่าสัตว์ พร้อมทั้งมีเมตตาปราณีต่อสัตว์ และ เพื่อนร่วมโลก โดยมีการประยุกต์ใช้ ดังนี้ 1) มีความเมตตาต่อลูกหลานและเพื่อนบ้านโดยช่วยเหลือเรื่องการเงิน 2) ช่วยเหลือให้พ้นทุกข์ ให้ความเมตตาต่อ สัตว์เลี้ยง คือ ให้อาหารด้วยความเมตตา 3) ให้คำพูดปลอบประโลมด้วยความเมตตา 4) การมีเมตตากรุณา ประารถนาดีต่อผู้อื่นพ้นทุกข์ โดยจิตอาสาช่วยเหลือผู้ป่วยตามโรงพยาบาล 5) เลิกรับประทานสัตว์ใหญ่ เช่น เนื้อวัว เนื้อหมู หันกลับมาทานปลา และ สัตว์เล็กๆ 6) การมีเมตตาต่อกับคนดีแต่ยากจน จะช่วยบริจาค ข้าวของ เงินทองแก่ผู้ยากไร้

2. ประยุกต์ใช้หลักไม่ลักทรัพย์ (สัมมาอาชีวะ) โดยมีการประยุกต์ใช้ ดังนี้ 1) ประกอบอาชีพสุจริต 2) อุทิศตนเสียสละเวลางานเพื่อส่วนรวมงานชุมชนของหมู่บ้านทำงานโดยไม่มี ค่าตอบแทนด้วยความซื่อสัตย์สุจริต 3) การมีสติในการกระทำ 4) ละเว้นการอยากได้ทรัพย์สินของผู้อื่น

3. ประยุกต์ใช้หลักประพฤตินิดในกาม (กามสังวร) โดยมีการประยุกต์ใช้ ดังนี้ 1) ซื่อสัตย์ต่อสามีไม่ว่าจะต่อหน้าและลับหลัง 2) สำรวมกาย วาจา และ ใจ ไม่มองหญิงคนอื่นด้วยความใคร่ 3) มีความซื่อสัตย์ คู่ชีวิตที่จากไป 4) ถนอมน้ำใจกันโดยไม่คิดจะมีคนอื่นกรรยาปวยให้กำลังใจดูแลเป็นอย่างดี

4. ประยุกต์ใช้หลักห้ามพูดปด (สัจจะ) โดยมีการประยุกต์ใช้ ดังนี้ 1) ไม่โกหก พูดแต่ความจริง 2) ใช้ความเมตตาในการพูด ในการทำงาน 3) พูดมีสติด้วยอาชีพ 4) ไม่พูดเสียดสี กระทบ ประชดประชัน 5) ไม่พูดจา ให้เขาเสียหาย

5. ประยุกต์ใช้หลัก ไม่ดื่มสุรา (สติสัมปชัญญะ) โดยมีการประยุกต์ใช้ ดังนี้ 1) งดดื่มของมึนเมาทุกประเภท 2) เปลี่ยนจากดื่มนี้มาดื่มมาดื่มนี้เพื่อสุขภาพแทน 3) พิจารณาเห็นคุณค่าของความไม่ประมาท 4) ความเป็นผู้มีสติอยู่เสมอ

ดังนั้นผู้สูงวัยได้ยึดหลักประยุกต์ใช้หลักเบญจศีลเบญจธรรมในการดำเนินชีวิตมาใช้กับตนเอง ครอบครัว และ สังคม ให้เหมาะสมกับตนเอง และเข้าใจปรับตนให้เข้ากับสังคมได้เป็นอย่างดี

ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาวิเคราะห์ “การประยุกต์ใช้เบญจศีลเบญจธรรมของผู้สูงวัยในชุมชนกฤชดานนคร” ผู้วิจัย มีข้อเสนอแนะดังนี้

1) ข้อเสนอแนะในแง่นโยบายการนำไปใช้

รัฐบาลและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรจัดให้มีสภาศีลธรรม คุณธรรมแห่งชาติ เน้นการมีศีล 5 เป็น พื้นฐานในการปฏิบัติ และสนับสนุนวัดต่าง ๆ ที่ใกล้กับชุมชนของผู้สูงวัยเปิดอบรมการปฏิบัติธรรม ให้ความรู้ พื้นฐานกับการ รักษาศีล ปฏิบัติธรรม อำนวยความสะดวกให้แก่ผู้สูงวัยมีกิจกรรมเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา ให้มี ความสัมพันธ์ระหว่างบ้านกับวัด หรือจัดให้มีการแสดงธรรมอย่างน้อยเดือนละ 1 ครั้งในแต่ละหมู่บ้าน เพื่อให้ ชุมชนสงบสุข และประเทศชาติสงบสุขด้วยศีล

- 2) ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป
- การวิจัยครั้งนี้เป็น ศึกษาการประยุกต์ใช้เบญจศีลเบญจธรรมธรรมในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาผู้สูงอายุชุมชนกษัตรานคร ถนนแจ้งวัฒนะ นนทบุรี ซึ่งผู้วิจัยมีความเห็นว่า งานวิจัยนี้สามารถศึกษา ต่อยอดประเด็นนี้เพิ่มเติมได้ดังนี้
1. ศึกษาวิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามแนวพุทธธรรม
 2. ศึกษาวิเคราะห์การดูแลผู้สูงอายุในทัศนะทางพุทธศาสนา

บรรณานุกรม

- พระไตรปิฎกอรุทธกถา มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราชสกลมหาสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน). (2548). **วิธีสร้างบุญบารมี**. กรุงเทพมหานคร : นพรัตน์.
- สมเด็จพระญาณสังวรสมเด็จพระสังฆราชสกลมหาสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน). (2549). **หลักพระพุทธศาสนา**. กรุงเทพมหานคร : สุรวัดน.
- พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ). (2554). **พจนานุกรมฉบับพุทธทาส**. กรุงเทพฯ : สถาบันสันติธรรม.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). (2556). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมจริยะ. ปรมัตถโชติกะ (2525). **มหาอภิธรรมมัตถสังคหฎีกาปริเฉทที่ 5 เล่ม 2**. กรุงเทพมหานคร : สุทธิสารการพิมพ์.
- สมเด็จพระวันรัต (จุนท์ พรหมคุตโต). วัดบวรนิเวศวิหาร. (2557). **โลกสงบร่มเย็นได้ด้วยศีล**. กรุงเทพมหานคร : สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.
- พระปลัดพลชัย อนุบาลโย (ตินวลพเนาวิ). (2554). **“วิเคราะห์การใช้หลักเบญจศีลเบญจธรรมเพื่อแก้ปัญหาสังคมไทย”**. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย : จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระเมธีวราภรณ์ (สุทัศน์ี วรทสสีป.ธ.9 (2537). **เบญจศีลเบญจธรรมอุดมชีวิตของมนุษย์**. กรุงเทพมหานคร : ต้นบุญ.
- พงทอง ไกรพิบูลย์ ศ., พ.ญ. ว.รังสีรักษา และเวชศาสตร์นิวเคลียร์. (10 พ.ค. 2557). ผู้สูงอายุ (older person). สืบค้นเมื่อ 25 พ.ค. 2558 จาก <http://haamor.com/th/ผู้สูงอายุ/>