

พุดพิพลังในผู้สูงอายุ : เมื่อข้าพเจ้ากราบหลวงพ่อดีดกคินีนาวรวิหารอายุ 100 ปี

Power in the Elderly : When I pay my respects to the 100-year-old

Reverend Father of Wat Phakininat Worawihan

มัลลิกา ภูมะธน Mallika Phumathon

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์

ติเรก ด้วงลอย Direk Duangloy

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครสวรรค์

พระปลัดระพิน พุทธิสารโร Phrapalad Raphin Buddhiso

คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Email raphind@yahoo.com

บทคัดย่อ

บทความนี้เขียนถึง ผู้สูงอายุกับพุดพิพลัง : เมื่อข้าพเจ้ากราบหลวงพ่อดีดกคินีนาวรวิหารอายุ 100 ปี ที่ไปพบกราบพระเถระตามชื่อเรื่อง ใช้วิธีการศึกษาจากเอกสาร งานวิจัย และการสังเกต สัมภาษณ์พูดคุย และนำมาเขียนเป็นความเรียงในแบบบทความวิชาการ

ผลการศึกษาพบว่า พระพุทธศาสนามีแนวคิดในเรื่องผู้สูงอายุภายใต้หลักการเอตทัคคะผู้รู้รัตรินาน โดยมีหลักคิดในเรื่องผู้สูงอายุกับการพัฒนา การบริหารความสัมพันธ์กับผู้สูงอายุ และที่สำคัญผู้สูงอายุมีพุดพิพลังที่เป็นแบบอย่างทำประโยชน์ได้ดังที่ยกตัวอย่างมาประกอบ อาทิ หลวงพ่อปัญญานันทะ เป็นต้น ส่วนในกรณีของหลวงพ่อดีดกคินีนาวรวิหาร พระเถระผู้มีอายุ ๑๐๐ ปี ที่พบจะสุขภาพกายโดยรวมแข็งแรง มีสุขภาพจิตที่ดี หัวเราะง่าย ยิ้มง่าย ภายใต้หลักการอารมณ์ดี อนามัยดี และอาหารดี รวมทั้งเป็นพระสงฆ์ที่มีวัตรปฏิบัติที่เหมาะสม สรรูปงดงาม เป็นแบบอย่างและเป็นที่น่าประทับใจ

คำสำคัญ ผู้สูงอายุ,พุดพิพลัง,หลวงพ่อดีดกคินีนาวรวิหารอายุ 100 ปี

Abstract

This article is written to The Elderly and the Power: When I met the 100-year-old Luang Phor. Use study methods based on papers, research and observations, interviews and discussions. and bring it to be written as an essay in the form of an academic article

The results showed that Buddhism has the concept of the elderly under the principle of Ettakka who knows the long night. with the principle of aging and development Relationship Management with the Elderly and most importantly, the elderly have exemplary behaviors that can benefit, as illustrated by example, such as Luang Pho Panyananda, etc. Thera, a 100-year-old monk who was found to have good overall health having good mental health, easy to laugh, easy

to smile, under the principles of good mood, good health and good food, including being a monk who has practices that are suitable for beautiful monks exemplary and impressive

Keywords: the elderly, the power, the 100-year-old Luang Pho

บทนำ

เนื่องด้วยได้ไปร่วมงานศพที่วัดทอง จรรย์สนิทวงศ์ โดยมี ผศ.ดร.สุวัฒน์ รักขันโท คณะมนุษยศาสตร์ เป็นผู้นำไป ทั้งด้วยเคยได้ยื่นคำบอกเล่าจากสามเณรจากวัดภคินีนาถ ย่านบางพลัด ที่เรียนชั้นปีที่ 1 เล่าว่าในวันที่ 21 ตุลาคม 2565 จะเป็นวันครบรอบ 100 ปี เจ้าอาวาสของท่าน จึงให้สนใจเนื่องมาจนเมื่อเราเดินทางไปร่วมงานบำเพ็ญกุศลศพในวันที่ 22 ตุลาคม 2565 ด้วยเป็นทางผ่าน จึงได้ชักชวนกันไปพบและกราบ (ตามภาพที่ 4) เพราะจากคำบอกเล่าของสามเณรเล่าว่าหลวงพ่อยังแข็งแรง เดินตรง และช่วยเหลือตัวเองได้เป็นอย่างดี เพราะในอดีตที่ผ่านมาส่วนตัวผู้เขียนจะคุ้นชินกับพระเถระนับแต่อดีต ด้วยในวัยแรกบวชเคยเป็นอุปัฏฐากหลวงพ่อบุญโธ (พระราชพตฺมาจารย์, 19 มกราคม พ.ศ.2451-6 มิถุนายน พ.ศ.2541 อายุ 90 ปี) ผู้เป็นอุปัชฌาย์ของผู้เขียน อดีตเจ้าอาวาสวัดคูหาสุวรรณ และอดีตเจ้าคณะจังหวัดสุโขทัย (พ.ศ.2529-2541) หรือเมื่อมาอยู่ในกรุงเทพฯ ก็ให้ได้ใกล้ชิดกับหลวงพ่อบุญโธ ดิสฺโส (พระครูพิศาลวิริยคุณ, พ.ศ.2469-2461 อายุ 92 ปี) อดีตเจ้าอาวาสวัดบึงทองกลาง (พ.ศ.2501-2546) ที่จัดตั้งมูลนิธิพระครูธรรมสมาจารย์ (พัก ธรรมทตฺโต) และมูลนิธิพระครูพิศาลวิริยคุณ (สิงโธ ดิสฺโส) และทำงานบริการช่วยเหลือสังคมในหลากหลายรูปแบบ การขอที่ดินมาจัดสร้างถนนประมาณ 3 กิโลเมตรของซอยลาดพร้าว 101 การส่งเสริมโรงเรียนวัดบึงทองกลาง (ที่ก่อสร้างในที่ธรณีสงฆ์วัดบึงทองกลาง ตั้งแต่ พ.ศ.2475 การส่งเสริมให้จัดสร้างโรงเรียนมัธยมวัดบึงทองกลาง (พ.ศ.2522) และวิทยาลัยศิลปหัตถกรรมกรุงเทพ (พ.ศ.2535) ซึ่งตั้งอยู่ในที่ธรณีสงฆ์ของวัด รวมทั้งกิจกรรมอื่น ๆ อีกจำนวนมากในวัยเกษียณจนวาระสุดท้ายของชีวิต รวมทั้งหลวงพ่อบุญโธ (ตามภาพที่ 1) หลวงปู่ที่ผู้เขียนเคยเกี่ยวข้องในฐานะผู้ที่ถวายความรู้ท่าน ร่วมกิจกรรม ร่วมงานกับท่าน อาทิ หลวงพ่อแดง นนทโย (พระครูพิศิษฐ์ประชาณาถ, 2492-) ที่จัดเป็นผู้สูงอายุที่มีอายุอานามก็เกินกว่า 73 ปีในปัจจุบัน แต่หากติดตามกิจกรรมของท่าน จะพบว่าท่านทำกิจกรรมในเชิงสังคมจำนวนมาก ทั้งยังทำให้เห็นว่า “พลังของผู้สูงอายุ” ที่ขับเคลื่อนตนเองให้เป็นผู้ผู้นำในการทำกิจกรรมในวงกว้างทั้งในส่วนของ (1) การขยับกายเพื่อมีพลังแรงบวกในการทำงานเชิงสังคม (2) การเป็นแบบอย่างของการทำงานเพื่อสังคมส่วนรวม (3) การทำให้เห็นว่าพลังของผู้สูงอายุยังมีความหมายและทำประโยชน์เพื่อสังคมส่วนรวมได้ มีสุขภาพที่แข็งแรง และสุขภาพทางจิตและความคิดที่เหมาะสมได้ด้วย หรือกรณีหลวงพ่อนิคม กตปญฺโญ ที่อายุเกินกว่า 75 ปี อดีตข้าราชการครูบำนาญที่มาบวชในวัยเกษียณ ที่ศึกษาหาความรู้ในระดับปริญญาเอกจนกระทั่งสำเร็จการศึกษาในปีล่าสุด (2565) และมีความเกี่ยวข้องกับผู้เขียนในฐานะที่ปรึกษาของท่าน หรือหลวงพ่อบุญโธโรจน์ อินทคุณ วัดใหญ่พลิว พระเถระในเขตจังหวัดจันทบุรีที่มาเป็นนิสิตและผู้เขียนได้ถวายความรู้ตั้งแต่ปริญญาโทและปริญญาเอก ที่ชวนขวยมาเรียนหนังสือจนสำเร็จการศึกษาปริญญาเอก โดยผู้สูงอายุที่กล่าวมาล้วนเป็นผู้สูงอายุที่

มีพลังในการทำกิจกรรม ที่สอดคล้องกับวัย (ตามภาพที่ 2) หรือ ศ.ดร.บุญทัน ดอกไธสง อายุ 84 ปี (ตามภาพที่ 3) ผู้สูงอายุอีกท่านที่ผู้เขียนพบเห็นมาหลายปีซึ่งยังคงทำงานวิชาการอย่างมุ่งมั่น ทั้งมีความกระฉับกระเฉง จะเขียนหนังสือ พูดบรรยายตลอดเวลา หรือทำให้ชีวิตของผู้สูงอายุมีพลังเสมอ (บุญทัน ดอกไธสง, 2565) รวมทั้งครั้งหนึ่งประมาณ พ.ศ.2549 ก่อนที่หลวงพ่อบุญญานันทะจะมรณภาพ (มรณภาพเมื่อ 10 ตุลาคม 2550) ผู้เขียนเคยไปพบท่านที่วัดชลประทานรังสฤษดิ์ ในงานฉาปนกิจศพมารดาของ ดร.สุวรรณ์ แนวจำปา เพื่อนกัลยาณมิตรที่เคยเรียนปริญญาเอกด้วยกัน (พ.ศ.2549-2554) และเป็นข้าราชการบำนาญกระทรวงสาธารณสุขในปัจจุบัน ในระหว่างที่หลวงพ่อบุญญานันทะ (11 พฤษภาคม พ.ศ. 2454 – 10 ตุลาคม พ.ศ. 2550, อายุ 96 ปี) ท่านแสดงธรรมเสร็จแล้วผู้เขียนได้เข้าไปกราบท่าน ขณะที่ยังอยู่บนธรรมมาสน์ ท่านได้สอบถามว่าเป็นใครมาจากไหน จนได้รับความผู้เขียนอยู่วัดบึงทองหลางและกำลังศึกษาระดับปริญญาเอกอยู่และเป็นเพื่อนกับลูกผู้ตาย ท่านได้พูดอยู่ประโยคหนึ่งว่า **“เป็นคนคนหนุ่มอย่าอยู่เฉย ๆ ให้ทำงาน”** ดังนั้นประโยคนี้จึงมีความหมายเป็นคำสั่งเสียของท่านต่อผู้เขียนก็คงไม่ผิดอยู่รอดตาย กับทำงานรอดตายคงต่างกันกระมัง โดยความทรงจำเหล่านี้จึงนับได้ว่าเป็นความทรงจำเกี่ยวกับผู้สูงอายุ ที่สะท้อนคิดออกมาเพื่อบอกว่า ผู้สูงอายุเหล่านี้เป็นคนที่ทำให้เห็นว่ายังมีพลังทะยานชีวิตในแบบผู้สูงอายุเป็นแบบอย่างและควรค่าแก่การนำมาเป็นแบบอย่าง รวมทั้งการที่ผู้เขียนได้มาไปพบผู้สูงอายุอย่างหลวงพ่อพระราชอุดมมงคล ไนวัย 100 ปี (21 ตุลาคม 2465- 21 ตุลาคม 2565) พระเถระและเจ้าอาวาสวัดภคินีนาถวรวิหาร เชียงสะพานกรุงธน (ชังฮั้ว) จึงเห็นว่าความเป็นผู้สูงอายุของท่านมีภาพลักษณ์ที่มีเสน่ห์ควรค่าแก่การนำมาสะท้อนคิดร่วมว่าผู้สูงอายุเป็นอะไรได้หลายอย่างที่ควรค่าแก่การจดจำ และนำมาบอกต่อว่าท่านเป็นอีกรูปหนึ่งที่มีพลังในการสร้างสรรค์งานในแบบ **“พฤติพลัง”** ทำให้ภาพของความเป็นหลวงพ่อ ๆ ที่เป็นผู้สูงอายุที่เกี่ยวข้องกับตัวเองปรากฏชัดและนำมาเล่ากล่าวถึงร่วมกับเหตุการณ์ล่าสุดนี้ เพื่อเป็นการสะท้อนคิดว่าผู้สูงอายุในมิติของสังคมผู้สูงอายุว่าพลังของท่านเหล่านี้ยังสร้างงานและเป็นประโยชน์ต่อสาธารณะได้ดังปรากฏให้เห็น



ภาพที่ 1 ภาพพระเถระจารย์ในอดีตที่ผู้เขียนเคยพบและเกี่ยวข้องและสะท้อนภาพพฤติพลังในการสร้างพลังทางบวกต่อสาธารณะ (1) หลวงพ่อห้อม อมโร วัดคุหาสุวรรณ จ.สุโขทัย อายุ 91 ปี (2) หลวงพ่อบุญญานันทะ วัดชลประทานรังสฤษดิ์ จ.นนทบุรี อายุ 96 ปี (3) พระครูพิศาลวิริยคุณ วัดบึงทองหลาง กทม. อายุ 92 ปี (ภาพออนไลน์)

ผู้สูงอายุและพลังในการทำงานในพระพุทธศาสนา

แนวคิดเรื่องรัตตัญญู ผู้รู้ราตรีนาน หรือการที่พระพุทธศาสนายกย่องบุคคลที่เกิดมานานว่ามีประสบการณ์ “รัตตัญญู” ดังที่ยกย่องพระมหากัสสปะ รวมไปถึงการที่สมาชิกในศาสนามีสุขภาพและอายุที่ยืนยาวดังกรณีพระพุทธเจ้าปรินิพพานในขณะที่อายุ 80 ปี หรือมีพระภิกษุอีกจำนวนหลายรูป อาทิ พระโมคคัลลานะ (พระสมชาย จันทรดาฝ่าย, วิโรจน์ คุ่มครอง, 2565) พระสารีบุตร (พระไกรวิน ก่องแก้ว และคณะ, 2565) พระมหากัสสปะ พระอานนท์ (พระครูธำรงศีลคุณ กนตสีโล, 2558) ล้วนมีอายุยืนยาวดังที่ปรากฏเป็นหลักฐานว่ามีอายุยืน ยาวถึง 120 ปี ข้อมูลเหล่านี้เป็นข้อมูลที่สำรวจได้ รวมถึงการที่พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุ โดยยังมองว่าผู้สูงอายุยังเป็นบุคลากรที่สามารถพัฒนาส่งเสริมได้ ดังกรณีเปิดโอกาสให้พระราธะ ที่เป็น “ผู้สูงอายุ” มาบวชในพระพุทธศาสนาเพื่อพัฒนาจิต ยกใจ จนกระทั่งเป็นผู้ไปถึงเป้าหมายในพระพุทธศาสนา ได้ หรือเหตุการณ์ที่พระพุทธเจ้าให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุที่เป็นผู้ป่วยติดเตียงดังกรณีที่พระพุทธเจ้าในฐานะบุตรพระเจ้าสุทโธทนะพร้อมสงฆ์สาวกไปเยี่ยม ซึ่งในขณะนั้นถือว่าพระเจ้าสุทโธทนะเป็นผู้สูงอายุ เป็นผู้ป่วยติดเตียง รวมทั้งพระพุทธศาสนามีแนวคิดในเรื่อง “กตัญญูตา” ที่เปิดโอกาสให้แสดงคำว่า “อุปัการคุณ” ที่จะพึงแสดงต่อผู้คนที่เคยมีอุปการคุณในการส่งเสริมคุณธรรมภายในเพื่อส่งเสริมการมีชีวิตร่วมกับบุคคลที่เคยอยู่ มาก่อน ดังปรากฏเป็นแนวคิดตอนที่ นางจุฬสุภักทา บุตรสาวของอนาถปิณฑิกเศรษฐี จะเดินทางไปอยู่กับ ครอบครัวของสามี เศรษฐีจึงเรียกลูกสาวเข้ามาอบรมสั่งสอนด้วยหลักคำสอน 10 ประการ โดยมีข้อ 1 ที่ สะท้อนถึงการให้ความสำคัญกับสมาชิกในครอบครัวที่เนื่องด้วยผู้มีอุปการคุณที่ว่า “จงให้แก่คนที่ให้และไม่ให้ หมายถึง ญาติมิตรแม่พิมพ์ของไป แล้วจะคืนหรือไม่คืนก็ตาม ก็ควรให้ยืมอีก” ในความหมายก็คือการให้แก่ บุคคลใกล้ชิด อาจเป็นพ่อแม่ พี่น้อง แต่ในแนวคิดนี้สะท้อนให้เห็นว่าผู้มีอุปการคุณควรได้รับการดูแลคืนกลับ และให้ความสำคัญแก่เขาอย่างเหมาะสมและเป็นประโยชน์ในองค์รวม รวมทั้งหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ยังมีอีกหลายหลัก ที่จะใช้เป็นฐานและเป็นแนวคิดในการปฏิบัติ รวมไปถึงเป็นแนวทางส่งเสริมให้เกิดการนำไปปฏิบัติได้ด้วยเช่นกัน

ดังนั้นคติความเป็นผู้สูงอายุ จึงมีความหมายในมิติสังคมพระพุทธศาสนา รวมทั้งในพระวินัยยังให้ความสำคัญก่อนหลังของการบวช หรืออายุพรรษา ดังนั้นความเป็นผู้มาก่อน หรือเกิดก่อนจึงมีความหมายเป็น (๑) แบบอย่าง (๒) ต้นธารของการเริ่มต้น (๓) ความสำคัญของการเป็นแบบอย่างที่ควรค่าแก่การจดจำ แต่ในทางพระพุทธศาสนาก็ไม่ได้ให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุจนกระทั่งละเลยหลักและความถูกต้อง ดังปรากฏแนวคิดในเรื่องการพัฒนาที่ว่า คนเกิดมาร้อยปี แต่ไม่พัฒนาตนเองเลย สู้คนเกิดมาวันเดียวแล้วพัฒนาตัวเองไม่ได้ ดังพุทธพจน์ที่ว่า *“...บุคคลผู้ปรารถนาความเพียร อย่างหนักมีชีวิตอยู่เพียงวันเดียว ก็ประเสริฐกว่าคนเกียจคร้านและละทิ้งความเพียรมีชีวิตอยู่ ตั้ง 100 ปี...”* (ขุ.อป. [ไทย] 33/231-240/486) หรือแนวคิดในเรื่องของเนรสอนกรรมฐาน พระนักเทศน์ นักบรรยาย ที่พระพุทธเจ้าเรียกว่า พระคัมภีร์เปล่า ดังนั้นแนวคิดนี้พระพุทธเจ้าให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุในฐานะเป็นสมาชิกในสังคมที่ต้องให้เครดิตในเรื่องความ “เกิดนาน” มีประสบการณ์จึงเรียกว่า “รัตตัญญู” รวมทั้งการวางหลักการบริหารความสัมพันธ์ผ่านมิติทางสังคม ดังปรากฏในหลักทศ 6 ที่กำหนดให้มี

การจัดลำดับและเงื่อนไขความสัมพันธ์ของสมาชิกในสังคมที่ผู้สูงอายุพึงปฏิบัติอย่างไร หรือการปฏิบัติต่อพ่อแม่ ครอบักขมาัย ภายใต้อห้ลัทธิคคิดเรื่อง “กตัญญู” หรือลัทธิคคิดในเรื่อง “อจาริยวัตร-อุปัขมาัยวัตร” แนวปฏิบัติเหล่านี้ ให้ความสัมพันธ์หรือการเกาะเก็ยวอยู่กัับแนวปฏิบัติที่เหมาะสม ภายใต้อห้ลัทธิการของการขับเคลื่อนให้เกิดการ ปฏิบัติหรือการทำหน้าที่ของกันและกันในฐานะสมาชิกในสังคม

นอกจากนี้ในพระไตรปิฎกยังกล่าวถึงความชราในฐานะชราเป็นทุกข์ เพื่อชี้ให้เห็นถึงความเสื่อมไปของ สังขาร ร่างกายตามธรรมชาติ เพื่อเตือนมนุษย์ให้ปรับวิธิติดิ ละความยึดมั่นถือมั่นในตัวตน เป็นตามความเป็นจริง ของสังขาร ร่างกาย (ขันธ 5) พระพุทธศาสนาสอนเรื่อง “ชราเป็นทุกข์” ไม่ใช่การกล่าวว่า ความแก่ชราไม่ดี แต่ เพื่อแสวงหาวิธีการดับทุกข์ เพราะในความเป็นจริงความแก่ชรา เป็นธรรมชาติที่ไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ แต่ พระพุทธศาสนาสอนให้ปรับท่าที รู้เท่าทัน เพื่อสร้างปัจจัยเกื้อหนุน เป็นการกระทำดีตามคติในทาง พระพุทธศาสนา ดังที่กล่าวไว้ในขณสูตร 1 ว่า

“ดูกรพราหมณ์ ที่แท้ พวกท่านเป็นคนชรา แก่เฒ่า ล่วงกาลผ่านวัยมาโดยล ดับ มีอายุได้ 120 ปี แต่มิได้สร้างความดี มิได้ทำกุศล มิได้ทำกรรมอันเป็นที่ด้านทานความฉลาดไว้ ดูกร พราหมณ์ โลกนี้ถูกชรา พยาธิ มรณะ นำเข้าไปอยู่ เมื่อโลกถูกชรา พยาธิ มรณะ นำเข้าไปอยู่ เมื่อ โลกถูกชรา พยาธิ มรณะ นำเข้าไป อยู่เช่นนี้ ความสำรวมทางกาย ความสำรวมทางวาจา ความ สำรวมทางใจในโลกนี้ ย่อมเป็นที่ด้านทาน เป็นที่เร้น เป็นเกาะ เป็นที่พึ่ง เป็นที่ยึดหน่วงของเขารู้ ละไปแล้ว ชีวิตถูกชรานำเข้าไปใกล้ความมีอายุสั้น ผู้ที่ถูกชรานำเข้าไปใกล้แล้ว ย่อมไม่มีที่ด้านทาน เมื่อบุคคลเล็งเห็นภัยในความตายนี้ ควรท ำบุญทั้งหลาย อันนำความสุขมาให้ ความสำรวมทาง กาย ทางวาจา และทางใจ ในโลกนี้ ย่อมเป็นไปเพื่อความสุขแก่ผู้ที ละโลกนี้ไปแล้ว ผู้ซึ่งสร้างสม บุญไว้แต่เมื่อยังมีชีวิตอยู่” (อง.เอก-ทุก-ติก. 20/491/174)

ดังนั้นจึงสรุปรวมได้ว่าแนวคิดทางพระพุทธศาสนา มีทั้งหลักการ ท่าทีและแนวปฏิบัติที่ชัดเจนในการ บริหารความสัมพันธ์กับผู้สูงอายุ หรือมิติเกาะเก็ยวทั้งในเชิงหลักการและวิธีการปฏิบัติด้วย ดังนั้นผู้สูงอายุจึง จัดเป็นทรัพยากรมนุษย์และสมาชิกในสังคมชุมชนที่จะต้องมึบทบาทหน้าที่ที่พึงปฏิบัติร่วมกันโดยในหลักการ พระพุทธศาสนา ดังปรากฏเป็นแนวคิการเรียนรู้อุตลอดชีวิต หรือเถระผู้รู้ราตรีนาน รวมทั้งภาพลัทธิขณของความ เป็นพระเถระมีพรรษากาล กลับมาได้รับการยอมรับในสังคมหรือได้รับความนิยมในสังคมไทยดังปรากฏในปัจจุบัน ด้วย

การส่งเสริมพฒธิพลังในผู้สูงอายุ

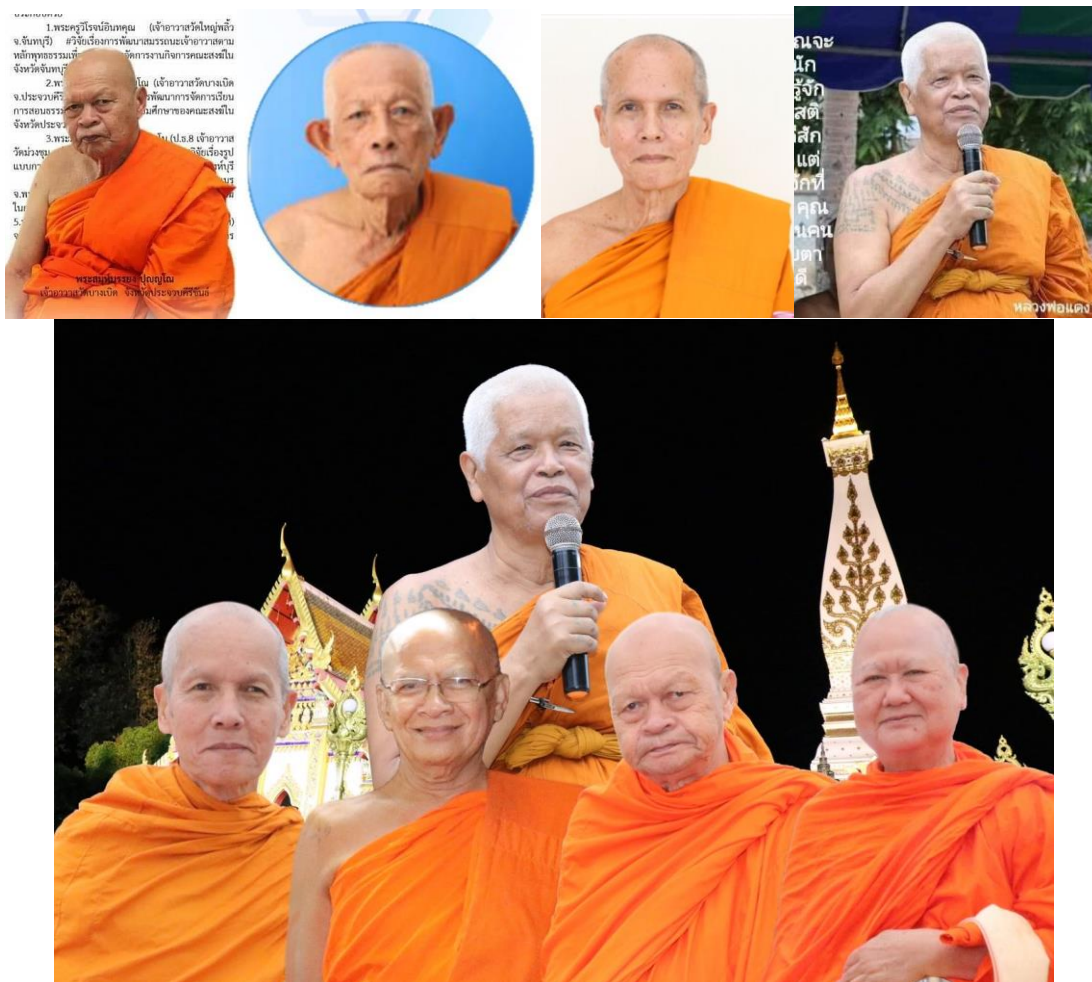
เมื่อสำรวจเกี่ยวกับข้อมูลเกี่ยวกับการเสริมสร้างพฒธิพลังในผู้สูงอายุ จะพบงานวิจัย หรือการศึกษางานใน ลักษณะดังกล่าวจำนวนมากเช่น พัฒนาผู้สูงวัยสู่ภาวะ “พฒธิพลัง” (สุดา วงศ์สวัสดิ์, 2559) ที่สะท้อนความหมาย ว่า พฒธิพลังหมายถึง ที่มุ่งพัฒนาให้ผู้สูงอายุพึ่งตนเองได้ มีศักยภาพ สามารถทำประโยชน์แก่ตนเอง ครอบักขรวั และสังคมได้ โดย “พฒธิพลัง” หรือ Active Aging หรือ Healthy Aging ที่หมายถึง การเป็นผู้สูงอายุที่ปราดจก

โรค และรวมถึงการมีความสามารถในการใช้ร่างกาย สรีรวิทยา จิตใจ และสังคม ซึ่งได้เปลี่ยนแปลงไปตามกระบวนการชราที่เกิดขึ้น ให้ทำงานได้อย่างเหมาะสม มีสุขภาวะในบริบทวัฒนธรรมไทยคือ การใช้ชีวิตเรียบง่าย และพอประมาณ การจัดการกับความเครียด การมีสัมพันธ์ภาพที่ดีและได้รับการสนับสนุนจากคนในครอบครัว และเพื่อนบ้าน การทำบุญและสะสมความดี การตระหนักรู้และดูแลตนเอง การไม่อยู่เฉยๆด้านร่างกาย มีการบริหารความคิด มีปฏิสัมพันธ์กับสังคม การยอมรับการสูงวัย⁴โดย Active Ageing จะอยู่บนฐานของ Human right of older adult (สิทธิมนุษยชน) Independence (การมีชีวิตที่อิสระ) ได้แก่ การมีส่วนร่วม (participation) การมีศักดิ์ศรี (dignity) การได้รับการดูแล (care) การทำให้สำเร็จด้วยตนเอง (self-fulfillment) นอกจากนี้ Active Aging เป็นกระบวนการ (Process) ของ successful aging หรือการสูงวัยที่ประสบความสำเร็จนั้นคือ เป็นผู้สูงวัยที่สามารถช่วยเหลือ สอนแนะผู้อื่นได้ (Interpersonal relationship) และสามารถถ่ายทอดข้อมูล เพิ่มคุณค่าแก่สังคม มีกิจกรรมที่สร้างสรรค์ (productive activity)

ในงานวิจัยของ วาสนา กิริติจำเริญ และคณะ (2564) เรื่อง *ภาวะและความต้องการภาวะพลัดพรากของผู้สูงอายุ* ที่สะท้อนว่าผู้สูงต้องการตอบสนองในด้านสุขภาพ ด้านจิตใจ และนำความรู้ความสามารถของตนไปถ่ายทอดได้ รวมไปถึงความต้องการภาวะพลัดพรากผู้สูงอายุมาก โดยเฉพาะจึงไปในด้านด้านคุณภาพชีวิต และด้านการศึกษา ในงานของ พุทธชาติ แผนสมบุญ และคณะ (2561) งานการศึกษาเรื่อง *กระบวนการเสริมสร้างภาวะพลัดพรากในผู้สูงอายุ ที่เสนอรูปแบบการเสริมสร้างภาวะพลัดพราก* มี 3 ขั้นตอน ได้แก่ 1 “ทำความเข้าใจในตนเอง...กล้าก้าว” 2 “กระฉับกระฉ่งทำกิจกรรมส่วนรวมเพื่อชุมชน” 3 “ขยายผลเพื่อความยั่งยืน” หรือในงานเนื้อหาของ พุทธชาติ แผนสมบุญ (2000) ในเรื่อง *ผลการพัฒนากระบวนการเสริมสร้างภาวะพลัดพรากในผู้สูงอายุ* ที่ศึกษาและพบว่า “...ผู้สูงอายุมีความเข้าใจเรื่องสุขภาวะองค์รวม และภาวะพลัดพรากมากยิ่งขึ้น สามารถสรุปผลการเปลี่ยนแปลงด้านความร่วมมือร่วมแรงร่วมใจ หรือความกระตือรือร้นในการเข้าร่วมกิจกรรมกระบวนการเสริมสร้างภาวะพลัดพรากผู้สูงอายุ เป็นพฤติกรรมด้านการเรียนรู้ของผู้สูงอายุที่เห็นคุณค่าของการรวมกลุ่มทำกิจกรรม ซึ่งการเปลี่ยนแปลงด้านนี้เป็นปัจจัยนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงด้านอื่นๆ เช่นการมีสมาธิในการร่วมเรียนรู้ในแต่ละกิจกรรม และพบว่าภาวะพลัดพรากของผู้สูงอายุมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดีขึ้น...” ในการศึกษาของ สุทธญาณ โอบอ้อม สัญญา สดประเสริฐ (2565) ในงานวิจัยเรื่อง *ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเพิ่มพลัดพรากของผู้สูงอายุในสังคมไทย* ที่ใช้วิธีการในเสริมสร้างพลัดพรากในผู้สูงอายุในด้านต่าง ๆ ทั้ง ด้านกายภาพ (การพัฒนาการกาย) สีสภาพ (การพัฒนาความประพฤติ) จิตภาพ (การพัฒนาจิตใจ) และปัญญาภาพ (การพัฒนาปัญญา) ในงานการศึกษาของ วันวิสาข์ ทิมมานพ ธนินต์ชัย พัฒนะสิงห์ (2564) เรื่อง *การพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุการสร้างพลัดพราก* ที่ใช้หลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาในส่วนพรหมวิหารธรรม 4 และหลักสังคหวัตถุ มาเป็นกลไกขับเคลื่อนอย่างสำคัญในการขับเคลื่อนพัฒนาผู้สูงอายุ ให้เกิดพลัดพราก ดังนั้นจากภาพรวมของงานวิจัยที่ทำการศึกษาได้สะท้อนคิดส่งเสริมให้เกิดการขับเคลื่อนภาวะผู้สูงอายุ หรือในงานของ เพ็ชรี ฐปะวิเชตร์ พลอยไพลิน ฐปะวิเชตร์ (2018) ในเรื่อง *กลยุทธ์การจัดการศึกษาสำหรับผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาภาวะพลัดพรากในผู้สูงอายุ* ที่

เสนอผลการศึกษาออกมาว่า กลยุทธ์ในการจัดการศึกษาสำหรับผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาพหุศักยภาพในผู้สูงอายุโดยมีการ
เร่งสร้างผู้สูงอายุให้เป็นผู้มีส่วนร่วมในการดำเนินการโรงเรียน สร้างวิทยากรเพิ่ม เพิ่มหลักสูตรวิชาศิลปะ เช่นการวาด
รูป การเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้จัดการศึกษากันเองกลุ่มเล็ก ๆ ที่ศูนย์ส่งเสริมคุณภาพชีวิตและการส่งเสริมอาชีพ
ผู้สูงอายุ เป็นต้น

ดังนั้นจากภาพรวมของงานวิจัยหรือการศึกษาสะท้อนถึงแนวทางการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุให้มีพหุศักยภาพ
หรือพลังที่จะสามารถสร้างสุขภาวะทางกาย ที่มีสุขภาพดี มีความสุขเพื่อป้องกันผลกระทบต่อระบบสาธารณสุข หรือ
ค่าใช้จ่ายที่จะเกิดจากการต้องดูแลผู้สูงอายุ หรืออีกนัยหนึ่ง การดึงศักยภาพของผู้สูงอายุเพื่อนำไปสร้างมูลค่าเพิ่ม
ทางเศรษฐกิจ สังคม หรือวัฒนธรรม ด้วยตระหนักว่าผู้สูงอายุเป็นประชากรที่จะเป็นประชากรส่วนใหญ่ การสร้าง
สุขภาวะในด้าน ๆ ต่าง จึงเป็นความจำเป็น การเพิ่มรายได้ให้ผู้สูงอายุ เพื่อให้เขาเหล่านั้นได้มีสุขภาวะที่ดี จนกลาย
ช่วยเหลือตัวเองได้ และหรือทำให้ตัวเองไม่ต้องอยู่ภาวะพึ่งพิงมากจนเกินไปสำหรับลูกหลาน ดังนั้นภาพรวมและ
แนวทางของงานจึงออกมาในลักษณะดังกล่าวด้วย



ภาพที่ 2 ภาพพระผู้สูงอายุกับภาพสะท้อนพฤติกรรมในผู้สูงอายุ ที่พบและคลุกคลีและมีอายุเกินกว่า 70-80 ปี (1) หลวงพ่อแดง นนทบุรี จ.สมุทรสงคราม (2) หลวงพ่อयरรอง จ.ประจวบคีรีขันธ์ (3) หลวงพ่อนิคม กตปุญโญ จ.สุราษฎร์ธานี (4) พระครูวิโรจน์อินทคุณ จ.จันทบุรี (ภาพออนไลน์, 22 ตุลาคม 2565)



ภาพที่ 3 พฤติกรรมในผู้สูงอายุ ศ.ดร.บุญทัน ดอกโธสง (พ.ศ.2482-) ในวัย 84 ปี ยังพูด บรรยาย Live สดเพื่อแบ่งปันความรู้ และเขียนหนังสือวิชาการอย่างต่อเนื่อง (ภาพผู้เขียน, 26 ตุลาคม 2565)

ตัวแบบที่ศึกษาของพฤติกรรมในผู้สูงอายุ

ในประเด็นนี้เชื่อว่าคนศึกษาไว้จำนวนมาก ซึ่งผู้เขียนได้เคยเขียนประเด็นผู้สูงอายุไว้ในหลาย ๆ ประเด็น ทั้งเขียนเอง เป็นนักวิจัยร่วม และเป็นที่ปรึกษาของนิสิตผู้ทำวิจัย อาทิ (1) กลไกการขับเคลื่อนศักยภาพชีวิตความสามารถของผู้สูงอายุโดยบูรณาการหลักพุทธธรรม-Elders' Potentials Capacity Driving Mechanism through Buddhism Integration (พระมหากฤษฏา กิตติโสภโณ และคณะ, 2562) (2) แนวคิด หลักปฏิบัติในพระพุทธศาสนา : เพื่อพัฒนาให้เป็นกลไกในการพัฒนาสุขภาพแบบองค์รวมในผู้สูงอายุ (พระปลัดระพิน พุทธิสารโร และคณะ, 2562) (3) พุทธบูรณาการเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของคณะสงฆ์ จังหวัดสมุทรสงคราม (พระครูปรามโทย์ปัญญาวุฒน์, 2565) งานที่เขียนถึงบทบาทและการทำงานของหลวงพ่อแดง นนทบุรี ในหลายเรื่อง เช่น (1) บทบาทพระสงฆ์กับการพัฒนาชุมชนต้นแบบวิถีพุทธ : กรณีศึกษาหลวงพ่อแดง วัดอินทาราม จ.สมุทรสงคราม (พระปลัดระพิน พุทธิสารโร และคณะ, 2561) (2) ยุวชนคุณธรรม : แนวทางลดปัจจัยเสี่ยงตามแนวพระพุทธศาสนาของชุมชนคลองกระทิง อำเภออัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม (พระมหากฤษฏา กิตติโสภโณ และคณะ, 2564) (3) ถอดบทเรียนจากพื้นที่วิจัย : การเสริมสร้างเครือข่ายทางสังคมเพื่อลดปัจจัยเสี่ยงตามแนวพระพุทธศาสนาในชุมชนคลองกระทิง จังหวัดสมุทรสงคราม (สุภัทรชัย สีสะไบ และคณะ, 2564) (4) เครือข่ายพระสงฆ์สาธารณะสงเคราะห์ของหลวงพ่อแดง นนทบุรี: กับการช่วยเหลือประชาชนในพื้นที่น้ำท่วมจังหวัดชัยภูมิ นครราชสีมา พระนครศรีอยุธยา (พระเอกลักษณ์ อจิตโต และคณะ, 2564) (5) เครือข่ายพระสงฆ์สาธารณะสงเคราะห์ของหลวงพ่อแดง นนทบุรี: กับการช่วยเหลือประชาชนในพื้นที่น้ำท่วมซ้ำซ้อน จังหวัดสุโขทัย (พระเอกลักษณ์ อจิตโต และคณะ, 2564) (6) บทบาทพระสงฆ์กับงานสาธารณสงเคราะห์ภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของไวรัส Covid 19 : กรณีศึกษาบทบาทของหลวงพ่อแดง นนทบุรี วัดอินทาราม จ.สมุทรสงคราม (พระเอกลักษณ์ อจิตโต และคณะ, 2563) (7) แนวทางการขับเคลื่อนพุทธเศรษฐศาสตร์เชิงเกษตรพึ่งตนเอง: กรณีศึกษา

ศูนย์การเรียนรู้ปรัชญาพอเพียงสู่โคกหนองนาโมเดล จังหวัดสุรินทร์ (วาสนา แก้วหล้า และคณะ,2564) (8) ถอดบทเรียนโครงการธนาคารโคกระบือ และธนาคารน้ำใต้ดินของหลวงพ่อด่าง นนทีโย (พระปลัดระพิน พุทธิสาโร และคณะ,2563) (9) พลังบวรพิทักษ์คลองกระทิง: การเสริมสร้างเครือข่ายทางสังคมเพื่อลด ปัจจัยเสี่ยงตามแนวพระพุทธศาสนา จังหวัดสมุทรสงคราม (พระปลัดระพิน พุทธิสาโร และคณะ,2565) งานเกี่ยวกับหลวงพ่อวิโรจน์ อินทคุณ ที่ผู้เขียนเคยเป็นที่ปรึกษาท่านในเรื่อง (1) แนวทางการบริหารและบูรณะวัดที่มีที่ตั้งโบราณสถานเพื่อการท่องเที่ยว : กรณีศึกษาวัดใหญ่พลี้ว จ.จันทบุรี Management and restoration of temples with historical sites for Tour : A Case Study of Wat Yai Pliew, Chanthaburi ที่สะท้อนถึงบทบาทการทำงานของท่านในฐานะเจ้าอาวาสและพระเถระที่มีอายุพรรษากาล (พระปลัดระพิน พุทธิสาโร,2561) งานที่เกี่ยวกับหลวง หลวงพ่อบรรยงค์ แห่งวัดบางเบิด จังหวัดประจวบ ที่สะท้อนถึงบทบาทความเป็นพระผู้สูงอายุแต่ใฝ่รู้ใฝ่เรียนภายใต้ปณิธานเรียนหนังสือไว้ให้เป็นแบบอย่างแก่ลูกหลาน ในงานเขียนถึงท่านเรื่อง (ก) ผู้สูงอายุต้นแบบตามแนวพุทธ: กรณีศึกษาหลวงพ่อด่างเบิด จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ (พระปลัดระพิน พุทธิสาโร และคณะ,2561) หรือเขียนถึงหลวงพ่อบุญศรีคุณ (สิงโต ตีสโส) ที่เนื่องด้วยบทบาทของท่านในงานที่ท่านตลอดการเป็นเจ้าอาวาสวัดบึงทองหลาง ระหว่าง พ.ศ.2501-2546 (สุรพล สุขะพรหม [บรรณาธิการ],2561) อาจใช้คำว่างานและชีวิตของท่านก็คงไม่ผิด โดยรูปแบบการเขียนทั้งหมดสะท้อนถึงบทบาทของท่านเหล่านั้นในฐานะผู้สูงอายุที่ควรค่าแก่การนำมากล่าวในฐานะที่ท่านเหล่านั้นเป็นบุคคลที่ควรค่าแก่การศึกษา เป็นแบบอย่างหรือสะท้อนพฤติกรรมของท่านในฐานะเป็นบุคคลทำงานเพื่อสังคมส่วนรวม หรือมีลักษณะที่จะพืงนำมาเป็นแบบอย่างได้ในงาน ได้จริยาวัตร หรือในสภาวะในแบบผู้สูงอายุ นับเป็นความน่าสนใจและน่าจดจำเป็นอย่างยิ่ง ทำให้ผู้เขียนเองเกิดความประทับใจ จึงยกมาเป็นกรณีศึกษาเพื่อบอกต่อว่าได้เขียนอะไรไว้เกี่ยวกับท่าน ประหนึ่งเป็นการยืนยันว่าผู้สูงอายุมีพลัมพลังในการทำงาน หรือมีพลังให้เป็นแบบอย่างในการทำงานได้ด้วย ทำให้ภาพชัดเจนว่าผู้สูงอายุมีความสำคัญในฐานะเป็นบุคคลที่เป็นต้นแบบต้นอย่างที่ควรค่าแก่การนำมาเป็นต้นธารของความเชื่อได้ด้วย



ภาพที่ 4 กราบนมัสการรับพลังแห่งพลัมพลังจากหลวงพ่อบุญศรีคุณ วัดภิกขิณีนารถวิหาร กทม.

(ภาพผู้เขียน,22 ตุลาคม 2565)

พลัมพลังในหลวงพ่อบุญศรีคุณ 100 ปี

เมื่อจำเพาะไปที่หลวงพ่อบุญที่ข้าพเจ้าผู้เขียนได้สัมผัส และประสบเป็นการส่วนตัว ทำให้เห็นว่าหลวงพ่อบุญเป็นผู้สูงอายุที่เป็นแบบอย่างและเป็นเอกลักษณ์ สุขภาพดี อารมณ์ดี ชัดเจนแม้ขณะคุย สนทนาอาจจะเข้าใจในเรื่องที่ท่าน แต่ทุกปฏิกิริยาท่านตอบโต้ และฟังความได้อย่างชัดเจน แม้จะต้องใช้เสียงดังก็ตาม (ตามภาพที่ 4) รวมไปถึงการที่ท่านยังสามารถต่อข้อความของผู้เขียนได้ หมายถึงบอกว่าอยู่วัดบึงทองหลาง ท่านจะบอกว่าเคยไปวัดบางเตยบ่อย ๆ (พระราชอุดมมงคล,2565) ซึ่งอยู่ในพิกัดและพื้นที่เดียวกับผู้เขียน ประหนึ่งจำได้ ทำให้ผู้เขียนประทับใจ ฟังใจอย่างชัดเจนว่า หลวงพ่อบุญเป็นสุดยอดของการเป็นผู้สูงอายุที่น่าประทับใจอย่างยิ่ง (สุวัฒน์ รักขันโท,2565) รวมทั้งทำให้เกิดภาพจำ ที่น่าประทับใจ ท่านเป็นพระเถระ ที่รู้ราตรีนาน ในวันดังกล่าวท่านได้มอบหนังสือและพระเครื่องที่จัดทำในโอกาสพิเศษ 100 ปี ในชื่อหนังสือ ชีวิตและผลงาน สดวีสายุกาล ๑๐๐ ปี พระราชอุดมมงคล (พระมหานรุตม์ รตนวณโณ บรรณาธิการ,2565) ที่ให้ข้อมูลเกี่ยวกับงาน และชีวิตของท่าน ที่ว่า

(1) “มหาเถรสมาคม เห็นชอบกับข้อเสนอของสมเด็จพระมหาธีรราชจารย์ กรรมการมหาเถรสมาคม เจ้าคณะใหญ่หนกลาง ที่เสนอแต่งตั้งพระครูนนทสารวิสิทธิ์ เจ้าอาวาสวัดกลางเกร็ด อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ข้ามห้วยมาเป็นเจ้าอาวาสวัดภคินีนาถ วรวิหาร พระอารามหลวง เขตบางพลัด กรุงเทพมหานคร ทั้ง ๆ ที่พระครูมีอายุสูงถึง 86 ปี ถือว่าเป็นเรื่องแปลกที่คาดไม่ถึง..”

(2) “...เหตุที่ได้มาอยู่วัดนี้เกิดขึ้นในวันพระราชทานเพลิง พระราชมงคลมุนี อดีตเจ้าอาวาสวัดภคินีนาถ วันที่ 19 เมษายน พ.ศ.2551 เมื่อสมเด็จพระมหาธีรราชจารย์ (เจ้าคณะใหญ่หนกลาง) ในขณะนั้น เรียกให้มานั่งใกล้ ๆ แล้วบอกเลยว่า ให้กลับมาเป็นสมภารที่วัดนี้ ข้าพเจ้าตอบโดยไม่ลังเลว่า ผมอายุมากแล้ว แก่เกินแกงแล้ว สมเด็จพระพุฒาจารย์ว่า เอาเถอะ ๆ ข้าพเจ้าจึงตอบไปว่า ผมไม่รังเกียจอะไร งานพระศาสนาอยู่ที่ไหนก็ทำงานเพื่อพระศาสนาได้...”

(3) “...ภายใต้การปกครองดูแลของพระเดชพระคุณพระราชอุดมมงคลนี้ ถือว่าเป็นยุคทองของวัดภคินีนาถก็ว่าได้ เพราะพระเดชพระคุณหลวงปู่ได้พัฒนาวัดให้เจริญ รุ่งเรือง ทั้งทางด้านการปกครอง การศึกษา การเผยแผ่ และการสาธารณูปการ ท่านได้สร้างให้วัดนี้มีมรดกล้ำค่ามากมาย มรดกล้ำค่าที่กล่าวถึงนี้ เป็นงานชิ้นโบว์แดงที่พระเดชพระคุณหลวงปู่ ได้ทำการบูรณะครั้งใหญ่ในยุคของท่านนั่นก็คือ บูรณะพระอุโบสถ รวมทั้งพระระเบียงรอบพระอุโบสถด้วย...”

(4) “...ท่านมีคุณูปการต่อวัดภคินีนาถ ทำงานเพื่อพระพุทธศาสนาสมกับคำพูดที่ท่านได้ปรารภ กับเจ้าประคุณสมเด็จพระมหาธีรราชจารย์ไว้เมื่อครั้งที่เจ้าประคุณสมเด็จพระเมตตาให้ท่านมาดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดภคินีนาถ ว่า “ผมไม่รังเกียจอะไร งานพระศาสนาอยู่ที่ไหน ก็ทำงานเพื่อพระศาสนาได้” ตลอดระยะเวลาตั้งแต่ปี พ.ศ.2551 จวบจนถึงปัจจุบัน ปี พ.ศ.2565 และจะ

ยังปกครองเป็นมิ่งขวัญ เป็นร่มโพธิ์ใบใหญ่ เป็นร่มไทรใบหนา ให้ชาววัดภคินีนาถและคณะศิษยานุศิษย์ ได้พึ่งพาอาศัยอยู่ร่มเย็นเป็นสุข...”

ทั้งหมดเป็นข้อความที่ยกมาจากหนังสือของท่าน โดยแบ่งเป็น 2 ส่วนคือ ส่วนแรก (1-2) ท่านพูดถึงตัวท่านเอง และในส่วนที่ (3-4) จะเป็นบรรณาธิการเขียนถึงท่าน แต่ทั้งหมดสะท้อนให้เห็นว่า การได้มาเป็นเจ้าอาวาสในวัย 86 ปี ถือว่าชราภาพมากแล้วสำหรับผู้สูงอายุเช่นท่าน เรียกว่าเป็นวัยเกษียณของแท้ ทั้งด้วยเคยเป็นเจ้าอาวาสวัดกลางเกร็ด (อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี) เดิมกว่า 45 ปี (พ.ศ.2507-2551) เป็นเจ้าคณะอำเภอปากเกร็ด (พ.ศ.2527-) เรียกว่าเกือบวาระสุดท้ายของตำแหน่งและชั้นยศแล้ว และในส่วนที่ 2 สะท้อนให้เห็นว่าท่านแม้จะชราแล้ว จัดเป็นผู้สูงอายุแล้ว แต่ยังเป็นบุคคลที่ทำงานเพื่อพระศาสนาและพัฒนาวัดได้เป็นอย่างดี ดังปรากฏผ่านงานสถาปัตยกรรม การบูรณะวัดอารามตามที่ปรากฏในหนังสือ รวมทั้งที่ผู้เขียนไปสัมผัสด้วยสายตา จนเป็นความประทับใจ และนำกลับมาเขียนถึงท่านในฐานะที่เป็น “ตัวแบบ” ของผู้สูงอายุที่มีลักษณะของพถมิพลัง หรือพลังที่สร้างสรรค์เป็นประโยชน์ จนกระทั่งได้รับพระราชทานสมณศักดิ์เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ (พระมวงคลสิทธิญาณ/พ.ศ.2551) และชั้นราช (พระราชอุดมมงคล/พ.ศ.2558) ดังนั้นชีวิตและเหตุการณ์ชีวิตของท่านจึงควรค่าแก่การนำมาเล่าถึงหรือสื่อสารต่อให้เห็นว่าท่านทำได้แม้อายุจะปาเข้าไป ๑๐๐ ปีแล้วก็ตาม (พ.ศ.2465-2565) แต่พลังในการทำงาน พลังในฐานะที่เป็นตัวอย่างที่ดีเกี่ยวกับสุขภาพ สุขภาวะทางจิตและการทำงานภายใต้กรอบของพลังของผู้สูงอายุในทางสร้างสรรค์ควรค่าแก่การนำมาเล่าและเป็นแบบอย่าง

ตาราง 1 ลำดับเหตุการณ์ชีวิตของพระราชอุดมมงคล ตัวแบบพถมิพลังของผู้สูงอายุ 100 ปี

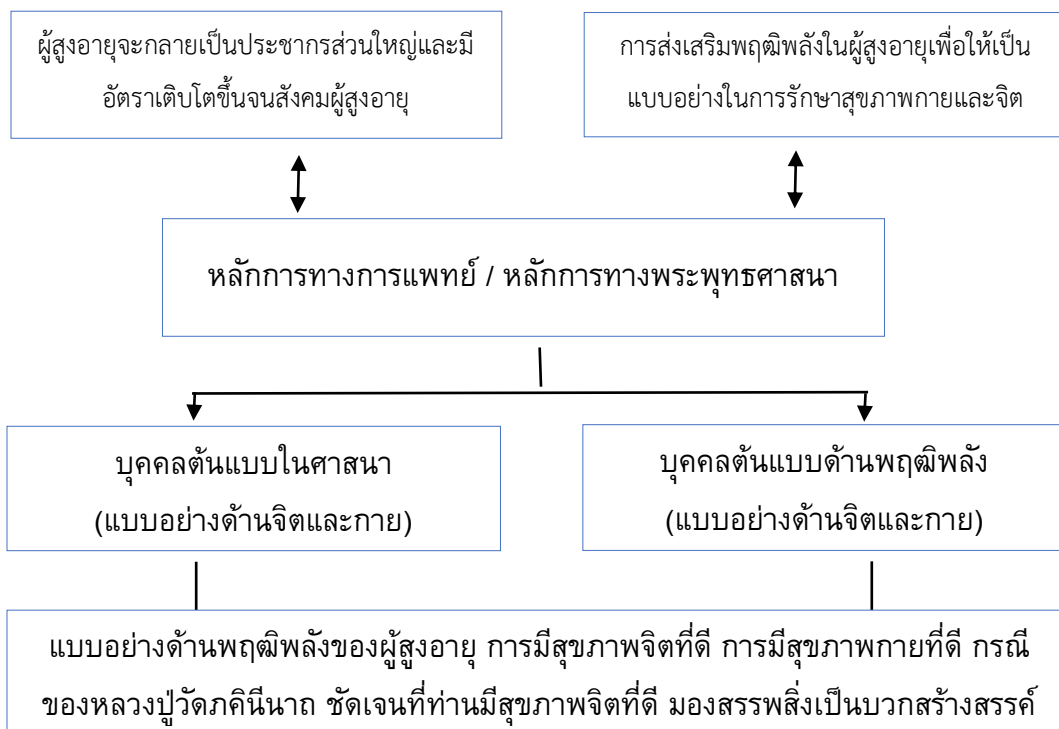
ช่วงเวลา	เหตุการณ์/ประวัติ	พถมิพลังกับการทำงานเพื่อศาสนา
21 ตุลาคม 2465	ถือกำเนิดที่ อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี	“... หลวงปู่ได้พัฒนาวัดให้เจริญ รุ่งเรือง ทั้งทางด้านการปกครอง การศึกษา การเผยแผ่ และการสาธารณูปการ ท่านได้สร้างให้วัดมีมรดกล้ำค่ามากมาย ...”
พ.ศ.2480	บรรพชาเป็นสามเณร	
พ.ศ.2486	อุปสมบท ณ วัดภคินีนาถ	
พ.ศ.2507	เจ้าอาวาสวัดกลางเกร็ด จ.นนทบุรี	
พ.ศ.2508	เจ้าคณะตำบลปากเกร็ด จ.นนทบุรี	
พ.ศ.2509	เป็นพระครูสัญญาบัตร เจ้าคณะตำบลชั้นโท ที่ พระครูนนทสารวิสิทธิ์	
พ.ศ.2515	เป็นพระอุปัชฌาย์	
พ.ศ.2525	เป็นเจ้าคณะอำเภอปากเกร็ด จ.นนทบุรี	
พ.ศ.2527	พระครูสัญญาบัตรเจ้าคณะอำเภอชั้นเอก	
พ.ศ.2540	พระครูสัญญาบัตรเจ้าคณะอำเภอชั้นพิเศษ	
พ.ศ.2551	ดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดภคินีนาถวรวิหาร	
พ.ศ.2551	พระมวงคลสิทธิญาณ พระราชาคณะชั้นสามัญ	

พ.ศ.2558	พระราชอุดมมงคล พระราชาคณะชั้นราช	
21 ตุลาคม 2565	อายุครบ 100 ปี	

ที่มา : พระมหานรุตม์ รตนวณโณ บรรณาธิการ, (2565), *ชีวิตและผลงาน สตรีสาธุกาล 100 ปี พระราชอุดมมงคล*.

ถอดความรู้ภูมิพลังของผู้สูงอายุ 100 ปี

ในเชิงสุขภาพท่านมีสุขภาพร่างกายตรง เดินเห็นเองได้ และมีจริยวัตรแบบพระเถระที่ยึดตามพระธรรมวินัย ให้เห็นเป็นแบบอย่างและสามารถสัมผัสได้ ทำให้สนใจที่จะนำท่านมาเป็นแบบอย่างของการเขียนถึงท่านในวัย 100 ปี เป็นภาพของความน่าประทับใจต่อสิ่งที่ปรากฏชัดเจนว่าท่านเป็นแบบอย่าง ท่านเป็นตัวอย่างของผู้สูงอายุที่สุขภาพกายดี ไม่มีโรคภัยจนกลายเป็นผู้ป่วยติดเตียงหรือติดวัด รวมไปถึงยังมีสุขอนามัยในเรื่องอารมณ์ที่เป็นอารมณ์ของผู้สูงอายุ ที่ควรนำมาเป็นแบบอย่าง ดังนั้นสิ่งที่ชัดเจนสำหรับท่านคือท่านจะมีทัศนคติเชิงบวกหรือการมีภาพของความแจ่มชัดในเรื่องอารมณ์ที่แจ่มใสชัดเจน ควรค่าแก่การนำมาเป็นแบบอย่างในเรื่องสุขภาพทางจิตของผู้สูงอายุได้ด้วยเช่นกัน



ภาพที่ 5 ถอดเป็นชุดความรู้ในภูมิพลังสำหรับผู้สูงอายุถอดบทเรียนจากหลวงปู่อายุ 100 ปี วัดภคินีนาถวรวิหาร บางพลัด กทม. (ภาพผู้เขียน)

จากภาพที่ 5 อธิบายได้ว่า ผู้สูงอายุจะกลายเป็นประชากรส่วนใหญ่และมีอัตราเติบโตขึ้นอย่างต่อเนื่องจนกลายเป็นสังคมผู้สูงอายุ แนวทางจะพึงเกิดขึ้นควรเข้าส่งเสริมพฤติกรรมในผู้สูงอายุเพื่อให้เป็นแบบอย่างในการรักษาสุขภาพกายและจิต ทั้งโดยหลักการแพทย์สมัยใหม่ โภชนาการและแนวคิดทางพระพุทธศาสนา ให้เป็นบุคคลต้นแบบทั้งในเชิงสังคมฆราวาส และสังคมพระภิกษุสงฆ์ที่มีพฤติกรรมดี โดยในกรอบการศึกษานี้ แบบอย่างด้านพฤติกรรมของผู้สูงอายุ การมีสุขภาพจิตที่ดี การมีสุขภาพกายที่ดี กรณีของหลวงพ่อบุญ 100 ปี วัดภคินีนาถชัดเจนว่าท่านมีสุขภาพจิตที่ดี มองสรรพสิ่งเป็นบวกสร้างสรรค์และมีคุณค่าสุขภาพกายและจิตดังปรากฏตามที่น่ามาแบ่งปันนี้

บทสรุป

พฤติกรรมในผู้สูงอายุ หรือพลังในการทะยานก้าวของผู้สูงอายุ เพื่อให้เป็นต้นแบบในการดำเนินชีวิตอย่างมีสุขภาวะทางใจ ทางกาย และลดภาวะพึ่งพิงให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้จึงนับเป็นแนวทางและประโยชน์ของการบริหารจัดการ รวมทั้งการที่ไปพบหลวงปู่เจ้าอาวาสวัดภคินีนาถนับเป็นเสน่ห์ชัดเจนในเรื่องสุขภาวะทางจิต โดยมีลักษณะที่เป็นแบบอย่าง และทัศนคติทางบวกให้กับคนและสังคมในวงกว้างได้ ซึ่งผู้เขียนเมื่อไปพบหลวงพ่อบุญ 100 ปี จึงรู้สึกประทับใจ และอยากนำมาเป็นต้นธารของความคิดว่าประทับใจต่อสิ่งที่พบเห็นนำบอกเล่าต่อเพื่อให้เห็นว่าผู้สูงอายุยังเป็นแบบได้ รวมทั้งเป็นแบบอย่างของการสร้างพฤติกรรมในผู้สูงอายุได้ดังกรณีของหลวงพ่อบุญวัดภคินีนาถวรวิหาร ว่าอย่างไรเสียความเป็นผู้สูงอายุไม่ได้เป็นส่วนเกิน แต่จะยังสามารถนำมาเป็นแบบอย่างให้เกิดการทำตาม หรือเลียนแบบได้ดังปรากฏตามที่พบเจอ

เอกสารอ้างอิง

- บุญทัน ดอกไธสง, อาจารย์ประจำหลักสูตรบัณฑิตศึกษาศาสตรมหาบัณฑิตศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. เมื่อ 22 ตุลาคม 2565, สัมภาษณ์.
- พระไกรวิน ก่องแก้ว และคณะ. (2565). การศึกษาหลักปฏิบัติไตรสิกขาตามแนวทางโอวาทของพระสารีบุตร. *วารสารวิทยาลัยสงฆ์นครลำปาง*. 11 (2), 66-79.
- พระครูธำรงศีลคุณ กนตสีโล. (2558). การศึกษาบทบาทของพระอานนทีในฐานะเลขานุการของพระพุทธเจ้า. *วารสารวรมัญจกพุทธศาสตร์ปริทรรศน์*. 2 (1), 99-105.
- พระครูพิศิษฐ์ประษานาถ (ประยูร นนทีโย) และคณะ. (2564). การพัฒนาเครือข่ายเยาวชนในการจัดกิจกรรมเสริมสร้างเครือข่าย ลดปัจจัยเสี่ยงตามแนวพระพุทธศาสนา จังหวัดสมุทรสงคราม. *วารสารพุทธนวัตกรรมและการจัดการ*. 4 (2), 69-80.
- พระครูพิศิษฐ์ประษานาถ (ประยูร นนทีโย). (2560). บทบาทการพัฒนาชุมชนของวัดอินทาราม อำเภออัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม. *วารสาร มจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์*. 6 (2) (ฉบับพิเศษ), 439-456.

- พระปลัดระพิน พุทธิสารโ และคณะ. (2561). บทบาทพระสงฆ์กับการพัฒนาชุมชนต้นแบบวิถีพุทธ : กรณีศึกษา.หลวงพ่อด่าง วัดอินทาราม จ.สมุทรสงคราม. *งานประชุมวิชาการการพัฒนาชุมชนท้องถิ่นและสังคม (CSD สัมพันธ์) ระดับชาติ ครั้งที่ 17 และนานาชาติ ครั้งที่ 1 “คุณธรรมจริยธรรมกับการพัฒนาที่ยั่งยืน”*. ระหว่างวันที่ 28-31 มกราคม 2561 ณ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ต.ลำไทร อ.วังน้อย จ.พระนครศรีอยุธยา
- พระปลัดระพิน พุทธิสารโ และคณะ. (2565). พลังบวรพิทักษ์คลองกระทิง: การเสริมสร้างเครือข่ายทางสังคมเพื่อลด ปัจจัยเสี่ยงตามแนวพระพุทธศาสนา จังหวัดสมุทรสงคราม. *วารสาร มจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์*. 11 (1),227-240.
- พระปลัดระพิน พุทธิสารโ และคณะ. (2563). *ถอดบทเรียนโครงการธนาคารโคกระบือ และธนาคารน้ำใต้ดินของหลวงพ่อด่าง นนทบุรี*. พระนครศรีอยุธยา : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระปลัดระพิน พุทธิสารโ และคณะ. (2562). แนวคิด หลักปฏิบัติในพระพุทธศาสนา : เพื่อพัฒนาให้เป็นกลไกในการพัฒนาสุขภาพแบบองค์รวมในผู้สูงอายุ. *การประชุมวิชาการชาติ ครั้งที่ 3 หัวข้อ “นวัตกรรมทางการปกครองและทางการบริหารในยุคไทยแลนด์ 4.0”*. วันที่ 31 สิงหาคม 2562 ณ ห้องเธียร์เตอร์ โซน B ชั้น 1 อาคารเรียนรวม คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จ.พระนครศรีอยุธยา.
- พระปลัดระพิน พุทธิสารโ. (2561). แนวทางการบริหารและบูรณะวัดที่มีที่ตั้งโบราณสถานเพื่อการท่องเที่ยว : กรณีศึกษาวัดใหญ่พลี จ.จันทบุรี. *การประชุมวิชาการระดับชาติด้านศิลปศาสตร์ ครั้งที่ 3: ศาสตร์บูรณาการงานวิจัยเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน*. วันที่ 29 – 30 มีนาคม 2561 ณ อาคาร 62 คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย, จังหวัดสงขลา.
- พระครูปราโมทย์ปัญญาวังษ์ (บุญเลิศ เตชปัญโญ) และคณะ, (2565). พุทธบูรณาการเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของคณะสงฆ์ จังหวัดสมุทรสงคราม. *วารสาร มจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์*. 11 (1),124-138
- พระครูพิศิษฐ์ประษานาถ (ประยูร นนทบุรี) และคณะ. (2564). การพัฒนาเครือข่ายเยาวชนในการจัดกิจกรรมเสริมสร้างเครือข่าย ลดปัจจัยเสี่ยงตามแนวพระพุทธศาสนา จังหวัดสมุทรสงคราม. *วารสารพุทธนวัตกรรมและการจัดการ*. 4 (2),69-80.
- พระครูพิศิษฐ์ประษานาถ (ประยูร นนทบุรี). (2560). บทบาทการพัฒนาชุมชนของวัดอินทาราม อำเภออัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม. *วารสาร มจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์*. 6 (2-ฉบับพิเศษ),439-456.
- พระครูพิศิษฐ์ประษานาถ. (2559). การมีส่วนร่วมของประชาชนในการพัฒนาชุมชนที่ยั่งยืนกรณีศึกษา : โครงการลงแขก ลงคลอง อำเภออัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม. *วารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์*. 2 (1),36-45.
- พระครูพิศิษฐ์ประษานาถ (ประยูร นนทบุรี) และคณะ. (2563). การพัฒนาการมีส่วนร่วมของพระสงฆ์ในการพัฒนาชุมชนตามแนววิถีพุทธในจังหวัดสมุทรสงคราม. *วารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์*.

9 (1),23-36.

พระมหากษัตริย์ กิตติโสภโณ และคณะ. (2564) *ยุวชนคุณธรรม : แนวทางลดปัจจัยเสี่ยงตามแนวพระพุทธศาสนาของชุมชนคลองกระหัง อำเภออัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม*. รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 3 พ.ศ. 2564, คณะศาสนาและปรัชญา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย. หน้า 737-749. สืบค้นเมื่อ 15 มิถุนายน 2565. จาก <https://bit.ly/3P36RXk>

พระมหากษัตริย์ กิตติโสภโณ และคณะ. (2562). กลไกการขับเคลื่อนศักยภาพขีดความสามารถของผู้สูงอายุโดยบูรณาการหลักพุทธธรรม. *วารสารสหวิทยาการวิจัย ฉบับบัณฑิตศึกษา*. 8 (1),26-32.

พระมหากษัตริย์ กิตติโสภโณ,และคณะ. (2561). ผู้สูงอายุต้นแบบตามแนวพุทธ: กรณีศึกษาหลวงพ่อดังบางเปิดจังหวัดประจวบคีรีขันธ์. *วารสารวิชาการ สถาบันพัฒนาพระวิทยากร*. 1 (2),1-17.

พระมหานรุตม์ รตนวณโณ บรรณาธิการ. (2565). *ชีวิตและผลงาน สดวีสายุกาล ๑๐๐ ปี พระราชอุดมมงคล*. กรุงเทพฯ ฯ : นิติธรรมการพิมพ์.

พระราชอุดมมงคล,เจ้าอาวาสวัดภคินีนาถวรวิหาร กรุงเทพมหานคร.เมื่อ 22 ตุลาคม 2565,*สัมภาษณ์*.

พระสมชาย จันทร์ดาฝ่าย,วิโรจน์ คุ้มครอง. (2565). การบรรลุนิคมของพระมหาโมคคัลลานเถระในจปลายมานสูตร. *วารสารสหวิทยาการมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*. 5 (2),596-606.

พระเอกลักษณ์ อชิตโต และคณะ. (2564). เครือข่ายพระสงฆ์สาธารณะสงเคราะห์ของหลวงพ่อดัง นนทียอ:กับการช่วยเหลือประชาชนในพื้นที่น้ำท่วมจังหวัดชัยภูมิ นครราชสีมา พระนครศรีอยุธยา. *วารสารพุทธนวัตกรรมและการจัดการ*. 4 (2),57-69.

พระเอกลักษณ์ อชิตโต และคณะ. (2563). บทบาทพระสงฆ์กับงานสาธารณสงเคราะห์ภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของไวรัส Covid 19 : กรณีศึกษาบทบาทของหลวงพ่อดัง นนทียอ วัดอินทาราม จ.สมุทรสงคราม. *วารสาร มจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์*. 9 (3),289-304.

พระเอกลักษณ์ อชิตโต และคณะ. (2564). เครือข่ายพระสงฆ์สาธารณะสงเคราะห์ของหลวงพ่อดัง นนทียอ:กับการช่วยเหลือประชาชนในพื้นที่น้ำท่วมซ้ำซ้อน จังหวัดสุโขทัย. *วารสารพุทธนวัตกรรมและการจัดการ*. 4 (2), 57-69.

พุทธชาติ แผนสมบุญ และคณะ. (2561). กระบวนการเสริมสร้างภาวะพหุพลังในผู้สูงอายุ. *มหาจุฬานาครทรรศน์*. 5 (2),267-283.

พุทธชาติ แผนสมบุญ. (2561). ผลการพัฒนากระบวนการเสริมสร้างภาวะพหุพลังในผู้สูงอายุ. *วารสารรัชต์ภาคย์*. 12 (25),255-265.

เพ็ชรี รูปะวิเชตร์, พลอยไพลิน รูปะวิเชตร์. (2561). กลยุทธ์การจัดการศึกษาสำหรับผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาภาวะพหุพลังในผู้สูงอายุ. *วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่*. 2 (3),15-28.

วาสนา แก้วหล้า และคณะ. (2564).แนวทางการขับเคลื่อนพุทธเศรษฐศาสตร์เชิงเกษตรพึ่งตนเอง : กรณีศึกษา

- ศูนย์การเรียนรู้ปรัชญาพอเพียงสู่โคกหนองนาโมเดล จังหวัดสุรินทร์. *วารสารพุทธนวัตกรรม และการจัดการ*. 4 (2),81-95.
- วาสนา กิรีติจำเริญ และคณะ. (2564). ภาวะและความต้องการภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุ. *วารสารราชพฤกษ์*. 19 (1),101-111.
- วันวิสาข์ ทิมมานพ ธนันต์ชัย พัฒนะสิงห์. (2564). การพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุการสร้างพหุพลัง. *วารสาร มจร อุบลปริทรรศน์*. 6 (1),521-528
- สุดา วงศ์สวัสดิ. (2559). พัฒนาสูงวัยสู่ภาวะ "พหุพลัง". *วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย*. 24 (3),202-207.
- สุทธญาณ โอบอ้อม สัญญา สดประเสริฐ. (2565). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเพิ่มพหุพลังของผู้สูงอายุในสังคมไทย. *วารสาร มจร พุทธปัญญาปริทรรศน์*. 7 (1),232-240.
- สุภัทรชัย สีสะไบ และคณะ. (2564). *ถอดบทเรียนจากพื้นที่วิจัย : การเสริมสร้างเครือข่ายทางสังคมเพื่อลด ปัจจัยเสี่ยงตามแนวพระพุทธศาสนาในชุมชนคลองกระทิง จังหวัดสมุทรสงคราม*. รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 3 พ.ศ. 2564, คณะศาสนาและปรัชญา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย. หน้า 764-779. สืบค้นเมื่อ 15 มิถุนายน 2565. จาก <https://bit.ly/3s2TOTC>
- สุวัฒน์ รักขันโท,อาจารย์ประจำหลักสูตรบัณฑิตศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชา รัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.เมื่อ 22 ตุลาคม 2565,สัมภาษณ์.
- สุรพล สุยะพรหม, [บรรณาธิการ]. (2561). *บทบาทพระสงฆ์กับการพัฒนาชุมชนและสังคม*. ที่ระลึกในงานประชุมเพลิงศพพระครูพิศาลวิริยคุณ (สิงห์โต ตีสู่โส) ณ ฌาปนสถานวัดบึงทองหลาง ลาดพร้าว 101 บางกะปิ กรุงเทพฯ ฯ 7 กรกฎาคม 2561. พระนครศรีอยุธยา : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย