

ด้านร่างกาย โดยมีผลโดยตรงต่อกระบวนการทางสรีรวิทยา ซึ่งจะส่งผลให้บุคคลมีโอกาสเกิดโรคได้ง่าย หรือมีพฤติกรรมที่เสี่ยงทำให้เกิดโรคและเสียชีวิตได้มากขึ้น ซึ่งสามารถอธิบายกลไกการสนับสนุนทางสังคมต่อภาวะสุขภาพของมนุษย์ไว้ 2 ประเด็น คือ

1. การสนับสนุนทางสังคมจะทำให้บุคคลมีประสบการณ์ที่ดี เกิดความมั่นคงในชีวิต และรู้สึกถึงคุณค่าของตนเอง ซึ่งส่งผลต่อการทำงานของระบบประสาทและต่อมไร้ท่อหรือระบบภูมิคุ้มกันโรค นอกจากนี้ การมีส่วนร่วมในสังคมยังช่วยให้บุคคลปรับตัวต่อปัญหาได้ดีขึ้น

2. เมื่อเกิดเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดภาวะความเครียด บุคคลจะมีการปรับตัวต่อภาวะความเครียดตามขั้นตอนของกระบวนการปรับตัว การสนับสนุนทางสังคมจะช่วยบรรเทาความเครียดในขั้นตอนของการประเมินความเครียด โดยจะป้องกันไม่ให้เกิดความรู้สึกว่าตนเองหมดหนทางช่วยเหลือ และรู้สึกว่าตนเองด้อยค่า ในบุคคลที่มีความเครียด การสนับสนุนทางสังคมจะช่วยให้บุคคลมีการประเมินความเครียดใหม่ และช่วยยับยั้งพฤติกรรมการปรับตัวที่ไม่ดี หรือช่วยส่งเสริมให้บุคคลสามารถปรับตัวได้”

2.3 ผลการวิเคราะห์และอภิปราย ผลค่านิยมการดูแลบิดามารดาสูงอายุด้านจิตภาวนา

ตารางที่ 4 การดูแลบิดามารดาสูงอายุด้านจิตภาวนา

ลักษณะการดูแล	การดูแลบิดามารดาสูงอายุด้านจิตภาวนา					
	ใช่		ไม่ใช่		ไม่แน่ใจ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
- การส่งเสริมยินดีต่อบิดามารดาสูงอายุที่ท่านปฏิบัติสมาธิ	610	96.5	19	3.0	3	0.5
- การพูดคุยกับบิดามารดาสูงอายุอยู่เสมอ	608	96.2	15	2.4	9	1.4
- การหาโอกาสทำให้อบิดามารดาสูงอายุได้รับความเบิกบานใจ สุขใจ ยิ้มแย้ม อยู่เสมอ	617	97.6	12	1.9	3	0.5
- สร้างความเชื่อมั่นต่อบิดามารดาให้ท่านรู้สึกว่าท่านรัก และจะดูแลบิดามารดาด้วยความเต็มใจ	616	97.5	12	1.9	4	0.6
- ให้อบิดามารดามีความรู้สึกเชื่อมั่นในตนเองว่า ลูกหลานยังให้ความเคารพ รัก ในบิดามารดา	621	98.3	10	1.6	1	0.2
- ไม่กล่าวคำหยาบ ดุด่า เสียดสีมารดาบิดา ถึงแม้จะเหนื่อย	617	97.6	7	1.1	8	1.3

จากตารางที่ 4 อธิบายได้ว่า จากการสำรวจกลุ่มตัวอย่าง ที่ตอบแบบสอบถามการดูแลบิดามารดาสูงอายุด้านจิตภาวนาตามข้อคำถามที่ให้ไว้ จำนวน 6 ข้อ ผู้ที่ตอบว่า ใช่ คือ ยอมรับว่าได้ดูแลบิดามารดาสูงอายุ สอดคล้องกับด้านจิตภาวนา ได้ค่าเฉลี่ยรวมอยู่ที่ร้อยละ 97.3 โดยมีผลค่าเฉลี่ยร้อยละของแต่ละข้อคำถามในด้านนี้เรียงลำดับจากมากไปหาน้อยตามค่าเฉลี่ยร้อยละของผู้ที่ตอบแบบสอบถามว่ายอมรับว่าใช่ ดังนี้ (1) การให้บิดามารดาสูงอายุมีความรู้สึกเชื่อมั่นในตนเองว่า ลูกหลานยังให้ความเคารพ รัก ในบิดามารดา ได้ค่าเฉลี่ยร้อยละ 98.3 (2) ไม่กล่าวคำหยาบ ดุด่า เสียดสีบิดามารดาสูงอายุ ถึงแม้จะเหนื่อย ได้ค่าเฉลี่ยร้อยละ 97.6 และ การหาโอกาสทำให้อบิดามารดาสูงอายุได้รับความเบิกบานใจ สุขใจ ยิ้มแย้มอยู่เสมอ ได้ค่าเฉลี่ยร้อยละ 97.6 เท่ากัน (3) การสร้างความเชื่อมั่นต่อบิดามารดาสูงอายุให้ท่านรู้สึกว่าท่านรักและจะดูแลบิดามารดาด้วยความเต็มใจ ได้ค่าเฉลี่ยร้อยละ 97.5 (4) การส่งเสริมยินดีต่อบิดามารดาสูงอายุที่ท่านปฏิบัติ

สมาธิ ได้ค่าเฉลี่ยร้อยละ 96.5 และ (5) การพูดคุยกับบิดามารดาสูงอายุอยู่เสมอ ได้ค่าเฉลี่ยร้อยละ 96.2

จากผลการวิจัยนี้ แสดงว่า การดูแลบิดามารดาสูงอายุของครอบครัวไทยพุทธ สอดคล้องกับความต้องการของผู้สูงอายุ ดังที่กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ได้กล่าวไว้ว่า “การตอบสนองความต้องการทางสังคม และจิตใจของผู้สูงอายุ ได้แก่ ความตั้งใจต่อการมีชีวิตที่ยืนยาว ความต้องการความมั่นคงปลอดภัยในสังคม ความต้องการการเอาใจใส่ดูแลทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ความต้องการการยอมรับนับถือจากลูกหลานและสังคม รวมทั้งความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของสังคมโดยการมีส่วนร่วมกิจกรรม และทำประโยชน์ต่อสังคม จะช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถปรับตัวได้ และมีความสุขต่อการใช้ชีวิตในบั้นปลายที่เหลืออยู่” (Benjapolpitak, Vanichromnee, & Panuwatanasuk, 2012)

2.4 ผลการวิเคราะห์และอภิปราย ผลการดูแลมารดาบิดาสูงอายุด้านปัญญาภาวนา



ตารางที่ 5 การดูแลมารดาบิดาสุงอายุด้านปัญญาภาวนา

ลักษณะการดูแล	การดูแลมารดาบิดาสุงอายุด้านปัญญาภาวนา					
	ใช่		ไม่ใช่		ไม่แน่ใจ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
- การพาบิดามารดาสูงอายุไปทำบุญ ฟังเทศน์ในวันสำคัญทางพุทธศาสนา	600	94.9	25	4.0	7	1.1
- การให้บิดามารดาสูงอายุได้ไหว้พระสวดมนต์นั่งสมาธิอย่างสม่ำเสมอ	603	95.4	21	3.3	8	1.3
- การให้บิดามารดาสูงอายุฟังคำสอนทางศาสนาจากสื่อต่าง ๆ	610	96.5	18	2.8	4	0.6
- อำนวยความสะดวก ให้บิดามารดาได้ไหว้พระ สวดมนต์ ถวายดอกไม้ธูปเทียนแด่พระพุทธรูป	619	97.9	9	1.4	4	0.6
- การได้อำนวยความสะดวกให้บิดามารดาสูงอายุได้อ่าน ฟัง ดู หนังสือ ทีวี วิทยู	607	96.0	18	2.8	7	1.1

จากตารางที่ 5 อธิบายได้ว่า จากการสำรวจ กลุ่มตัวอย่าง ที่ตอบแบบสอบถามการดูแลบิดามารดาสูงอายุ ด้านปัญญาภาวนาตามข้อคำถามที่ให้ไว้ จำนวน 5 ข้อ ผู้ที่ตอบว่า ใช่ คือ ยอมรับว่าได้ดูแลบิดามารดาสูงอายุสอดคล้องกับด้านปัญญาภาวนา ได้ค่าเฉลี่ยรวมอยู่ที่ร้อยละ 96.1 โดยมีผลค่าเฉลี่ยร้อยละของแต่ละข้อคำถามในด้านนี้ เรียงลำดับจากมากไปหาน้อยตามค่าเฉลี่ยร้อยละของผู้ที่ตอบแบบสอบถามว่า ยอมรับว่า ใช่ ดังนี้ (1) การอำนวยความสะดวก ให้บิดามารดาสูงอายุได้ไหว้พระ สวดมนต์ ถวายดอกไม้ธูปเทียนแด่พระพุทธรูปได้ค่าเฉลี่ยร้อยละ 97.9 (2) การให้บิดามารดาสูงอายุฟังคำสอนทางศาสนาจากสื่อต่าง ๆ ได้ค่าเฉลี่ยร้อยละ 96.5 (3) การได้อำนวยความสะดวกให้บิดามารดาสูงอายุได้อ่าน ฟัง ดู หนังสือ ทีวี วิทยู ได้ค่าเฉลี่ยร้อยละ 96.0 (4) การให้บิดามารดาสูงอายุได้ไหว้พระสวดมนต์นั่งสมาธิอย่างสม่ำเสมอได้ค่าเฉลี่ยร้อยละ 95.4 และ (5) การพาบิดามารดาสูงอายุไปทำบุญ ฟังเทศน์ในวันสำคัญทางพุทธศาสนา ได้ค่าเฉลี่ยร้อยละ 94.9

จากผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ Knodel (2013) ที่ทำวิจัยเรื่อง “The Situation of Older Persons in Myanmar, Results from the 2012 Survey of Older Persons” ที่ได้สำรวจสถานการณ์ผู้สูงอายุในสหภาพเมียนมาร์ โดยพบว่า ผู้สูงอายุร้อยละ 77 สวดมนต์หรือฝึกสมาธิทุกวัน และร้อยละ 99 ได้สวดมนต์หรือฝึกสมาธิไม่น้อยกว่า 1 ครั้ง ในรอบเดือนที่ผ่านมา และร้อยละ 90 ได้บริจาคเงินเพื่อการศาสนา อธิบายได้ว่า เป็นมิติหนึ่งของการพัฒนาปัญญา คือ การรู้จักของผู้สูงอายุว่า การบริจาคเงินเพื่อการศาสนาเป็นการส่งเสริมสืบทอดพระศาสนาให้สามารถนำสติปัญญาไปสู่สังคมจากรุ่นสู่รุ่น (Knodel, 2013)

สอดคล้องกับงานวิจัยของ Khamngae, Boonleaing, Bungchan, and Promsaka Na Sakolnakorn

(2014) ที่ทำเสนอบทความวิจัยเรื่อง Social Welfare Needs and Policies for Elderly People in Thailand: A Case Study in Pitsanulok Community ซึ่งผลการวิจัยในด้านที่สัมพันธ์กันกับงานวิจัยในด้านนี้ พบว่า ในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา ผู้สูงอายุนิยมไปสวดมนต์ ทำบุญ ทำความสะอาดวัดต่าง ๆ และร่วมทำกิจกรรมต่าง ๆ ทางศาสนาด้วยกัน ซึ่งมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง และอธิบายได้ว่าการดูแลบิดามารดาสูงอายุในด้านปัญญาภาวนาของงานวิจัยนี้ สอดคล้องกันเพราะถือว่าเป็นความต้องการของผู้สูงอายุ แสดงว่า บุตรธิดาได้ตอบสนองความต้องการของบิดามารดา

สอดคล้องกับงานวิจัยของ Pradithsathaporn, Chantanasotthi, Amnajsuasat, and Sansern (2012) ในบทความวิจัย เรื่อง สุขภาวะจิตของผู้สูงอายุไทยตามแนววิถีพุทธ ที่สัมภาษณ์ผู้สูงอายุเกี่ยวกับเรื่องความรู้สึกพอใจในชีวิต เป็นความรู้สึกที่ผู้สูงอายุสรุปความรู้สึกจากอดีตถึงปัจจุบันเกี่ยวกับตน ซึ่งผลการวิจัย พบว่า “ผู้สูงอายุทุกคนต่างสรุปว่า ตนเองมีความพึงพอใจในชีวิต เช่น พึงพอใจที่ได้เกิดเป็นมนุษย์ และครึ่งหนึ่งของผู้สูงอายุทั้งหมดกล่าวว่า พึงพอใจในชีวิตแล้ว เพราะลูกหลานประสบความสำเร็จในชีวิต ได้แก่ จบปริญญา มีงานทำ ได้คู่ครองที่ดี เป็นต้น” “ผู้สูงอายุอธิบายว่า เป็นเป้าหมายในชีวิตที่ยังคงต้องทำต่อเนื่อง เพื่อให้เกิดผลดีต่อตนเองดังคำพูดที่ว่า “อายุมากแล้ว ทำอะไรไม่ได้มาก สังขารไม่ให้ คงเหลือแต่ทำความดีนี้” (ผู้สูงอายุชาย วัย 70 ปี), “ชีวิตที่เหลือทุกวันนี้ก็เข้าวัดสวดมนต์ ช่วยเหลือคนที่เขายากจน ไม่มีอะไรมากกว่าเรามีอะไรพอช่วยให้เขาได้ก็ให้” (ผู้สูงอายุหญิง วัย 80 ปี) “คิดว่าชีวิตมีความสุขทุกวันนี้เพราะเราเป็นคนกตัญญูต่อพ่อ แม่มาตลอด ตอนนั้นพ่อเสียแล้วก็ทำบุญใส่บาตรให้ทุกเช้า แม้ก็ดูแล ท่านอย่างเต็มที่ ทั้งข้าว ปลา อาหาร ตอนนี้น่าทนก็ 90 ปีแล้ว” (ผู้สูงอายุหญิง วัย 75 ปี) ซึ่งสอดคล้องกับ



การดูแลบิดามารดาสูงอายุในครอบครัวไทยพุทธด้านปัญญา
ภavana คือ การรู้จัก การเข้าใจในสังขารของชีวิต

บทสรุป

การดูแลบิดามารดาสูงอายุในครอบครัวไทยพุทธ
โดยนำแนวคำสอนทางพุทธศาสนามาจับใน 2 ประเด็น
พบว่า

1) การรับและสืบทอดแนวคำสอนทางพุทธศาสนา
เกี่ยวกับการดูแลบิดามารดาสูงอายุยังคงมีอยู่เหนียวแน่น
มากในครอบครัวไทยพุทธ ในภาพรวม พบว่า ร้อยละ 98.4
ของกลุ่มตัวอย่าง มีความคิดที่จะให้การดูแลบิดามารดา
สูงอายุ แม้วิถีชีวิตความเป็นอยู่ในครอบครัวไทยปัจจุบันจะ
แปรเปลี่ยนไปจากเดิมด้วยแรงโน้มและอิทธิพลจากภายนอก
ที่ถาโถมเข้ามาก็ตาม แต่การรับและการสืบทอดแนวคิดใน
การดูแลบิดามารดาสูงอายุในครอบครัวไทยพุทธก็มีได้
จิตจางหรือลดน้อยถอยลงแต่อย่างใด

2) หลักคำสอนเรื่องภavana 4 กกับการดูแลบิดามารดา
สูงอายุ พบว่า ในภาพรวมกลุ่มตัวอย่างไทยพุทธราวร้อยละ
95.5 ปฏิบัติตนสอดคล้องกับคำสอนนี้ เช่น การเอาใจใส่
ในเรื่องสุขอนามัย การจัดหาอาหารให้ การสนับสนุนให้
ออกกำลังกายที่เหมาะสม การดูแลเมื่อเจ็บป่วยและจ่ายค่า
รักษาพยาบาลให้ การพูดคุยกับบิดามารดาสูงอายุอย่าง
สม่ำเสมอ การหาโอกาสให้บิดามารดาสูงอายุได้รับความ
เบิกบานใจ การส่งเสริมและยินดีให้บิดามารดาสูงอายุได้
ปฏิบัติสมาธิ สวดมนต์ฟังเทศน์ในวันสำคัญทางพุทธศาสนา
 เป็นต้น

จากผลการศึกษานี้ สะท้อนให้เห็นว่า การดูแลบิดา
มารดาสูงอายุในครอบครัวไทยพุทธสอดคล้องกับความ
ต้องการของผู้สูงอายุ ปัจจัยที่ทำให้ผลการวิจัยเป็นเช่นนั้น
เนื่องจากพระพุทธศาสนามีบทบาทต่อการดำเนินชีวิตของ
คนไทยมาอย่างยาวนานนับพันปี วิถีชีวิตของคนไทยตั้งแต่
เกิดจนกระทั่งสิ้นชีวิตล้วนเกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนา
 โดยเฉพาะค่านิยมในการดูแลบิดามารดาสูงอายุในครอบครัว
ไทยพุทธนี้ยังมีความชัดเจนและโดดเด่นในสังคมไทยมาก
ที่สุด เห็นได้จากที่คนไทยมีวัฒนธรรมในเรื่องความกตัญญู
 กตเวทิต่อบิดามารดาและผู้มีพระคุณ ซึ่งมีรากฐานมาจาก
คำสอนในพระพุทธศาสนาทั้งสิ้น ดังปรากฏให้เห็นในรูปแบบ
การปฏิบัติต่าง ๆ คู่สังคมไทยมาช้านาน เช่น ประเพณีการ
บวชเพื่อทดแทนบุญคุณบิดามารดา ความเชื่อที่ว่าคนเนรคุณ

ย่อมหาความเจริญมิได้ ความกตัญญูเป็นเครื่องหมายของ
คนดี

อีกประการหนึ่ง จะสังเกตได้ว่าในงานวิจัยที่นำมาอภิปราย
ได้แสดงให้เห็นความต้องการของผู้สูงอายุว่าในชีวิตบั้นปลาย
ท่านต้องการพัฒนาตนเองอย่างแท้จริงอย่างไร และการที่
ครอบครัวไทยพุทธก็มีค่านิยมในการดูแลบิดามารดาสูงอายุ
ในทิศทางเดียวกับความต้องการของผู้สูงอายุ แสดงว่า คำสอน
ของพระพุทธศาสนาในเรื่องการดูแลมารดาบิดาสูงอายุนี้
สอดคล้องกับธรรมชาติของชีวิตมนุษย์

พระพุทธศาสนาได้สอนเรื่องสังขารของชีวิตไว้ว่า ชีวิต
มนุษย์ คือ ชันธ 5 ชีวิตมนุษย์มีธรรมชาติเป็นอนิจจัง ทุกขัง
อนัตตา ชีวิตมนุษย์ดำเนินไปตามกฎปฏิบัติจสุมุปาบาท และ
กฎแห่งกรรม ชีวิตมนุษย์มีจุดหมายสูงสุดที่ควรแสวงหา
คือ ความพ้นทุกข์ (นิพพาน) พร้อมนี้พระพุทธศาสนาได้
สอนแนวทางปฏิบัติ เพื่อบรรลุสังขารของชีวิตเหล่านั้นไว้
เรียกว่า อริยมรรคมีองค์ 8 หรือที่ชาวพุทธรู้จักกันดีในชุด
คำสอนเรื่องไตรสิกขา ได้แก่ ศีลสิกขา จิตสิกขา (สมาธิ)
และปัญญาสิกขา พระพุทธศาสนาเข้าใจสังขารของชีวิต
มนุษย์ และเข้าใจว่ามนุษย์ควรได้รับการพัฒนาอย่างจริงจัง
จะมีความสุขและความสงบร่มเย็น จึงได้ออกแบบการพัฒนา
ชีวิตมนุษย์ตามแนวไตรสิกขา ซึ่งถือได้ว่าเป็นการพัฒนา
ชีวิตมนุษย์ตามแนวพระพุทธศาสนา

คำสอนในพระพุทธศาสนาเกี่ยวกับเรื่องแนวคิดในการ
ดูแลบิดามารดาสูงอายุ และคำสอนเรื่องการพัฒนาหรือ
ดูแลผู้สูงอายุตามแนวพระพุทธศาสนาตามคำสอนเรื่อง
ภavana 4 ส่งอิทธิพลต่อวิถีชีวิตของครอบครัวไทยพุทธเป็น
อย่างสูงและฝังรากลึกเป็นเวลายาวนานนับพันปี จึงทำให้
เกิดค่านิยมในการดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวไทยพุทธอยู่ใน
ระดับสูง ถึงแม้ว่าในปัจจุบันวิถีชีวิตของครอบครัวไทยพุทธ
จะต้องเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงทางสังคมและสิ่งแวดล้อม
ในยุคศตวรรษที่ 21 ก็ตาม

อย่างไรก็ดี จากการได้ศึกษาวิจัยเรื่องนี้ ผู้วิจัยมองว่า
องค์กรทางพระพุทธศาสนาก็ไม่ควรประมาท ถึงแม้ว่าผล
วิจัยนี้จะสะท้อนความสำเร็จขององค์กรพระพุทธศาสนาที่
พยายามปลูกฝังศีลธรรมจรรยาให้แก่ประชาชน ควรที่จะให้
ความสำคัญต่อกลยุทธ์ในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาเพื่อ
ปลูกฝังค่านิยม ศีลธรรมจรรยา ให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลง
ของสังคมปัจจุบันและในอนาคต โดยวิเคราะห์แนวโน้ม
วิกฤติของสังคมไทยและสังคมโลกที่อาจเกิดขึ้นได้ใน
อนาคต โดยเฉพาะปัญหาที่สังคมไทยและสังคมโลกกำลัง



เผชิญอยู่ในหลายๆ เรื่อง เช่น ปัญหาการเพิ่มขึ้นของผู้สูงอายุ ปัญหาการมีครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น ปัญหาที่เกิดจากการแข่งขันทางเศรษฐกิจ ที่จะเป็นปัจจัยในการบั่นทอนความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดาสูงอายุกับบุตรธิดา

ข้อเสนอแนะ

- 1) ครอบครัว องค์กรทางพุทธศาสนา และสถาบันการศึกษาควรมีกลยุทธ์ในการปลูกฝังคำสอนทางศาสนา ให้กับเยาวชนไทยเกิดค่านิยมที่ดี อันนำไปสู่การปฏิบัติดีต่อผู้สูงอายุ ได้อย่างเหมาะสม และเคารพคุณค่าและศักดิ์ศรีของผู้สูงอายุ
- 2) ควรมีการกำหนดแนวทางในการยกย่องเชิดชูผู้ที่มีความกตัญญูต่อบิดามารดาและผู้อุปการะดูแลผู้สูงอายุ ในครอบครัวของแต่ละชุมชน อาทิ ให้รางวัลและประกาศเกียรติคุณแก่บุตรหลาน หรือบุคคลที่เลี้ยงดูและให้การดูแลผู้สูงอายุ เพื่อเป็นการกระตุ้นให้เกิดจิตสำนึกที่ดีของสังคม ในการดูแลผู้สูงอายุต่อไป

References

- Bampenboonbaramee, T. (2007). *A Study of ordination in Theravada Buddhism by studying the Pali cannon, commentary and sub-commentary. Buddhism Doctrine Study and Research Project. Bgkanok: Benjanikaya Foundation.*
- Benjapolpitak, A., Vanichromnee, K., & Panuwatanasuk, P. (2012). *A handbook "Happy of 5 Dimensions" for elderly.* Bangkok: Beyond Publishing.
- Keowkangwan, S. (1997). *Developmental psychology of life at all ages.* Bangkok: Thammasat University Publication.
- Khamngae, S., Boonleaing, S., Bungchan, N., & Promsaka Na Sakolnakorn, T. (2014). Social welfare needs and policies for elderly people in Thailand: A case study in Pitsanulok community. *Asian Social Science, 10*(12), 142-148.
- Knodel, J. (2013). *The situation of older persons in Myanmar, results from the 2012 survey of older persons* (Research report). Yangon: Age International Myanmar Country Office.
- Mahamakutrajaavidyalaya Foundation under the Royal Patronage. (2003). *Tripitaka and commentary 91 Volumes Version 200 Years of Chakri Dynasty of Ratanakosin.* Bangkok: Mahamakutrajaavidyalaya Foundation under the Royal Patronage Publication.
- Mason, K. O. (1992). Family change and support of the elderly in Asia: What do we know?. *Asian-Pacific Population Journal, 7*(3), 13-32.
- Namkhem, N. (2012). An analytical study of the parents support (matapituupatthana in Theravada). *Journal of Graduate Studies Review Khonkaen Campus, 8*(1), 77-85.
- Noysiri, N. (n.d.). *A handbook for Buddhist monk ordination.* Ayutthaya: Ayutthaya Provincial Cultural Office.
- Office of the National Economic and Social Development Board. (2015). *The twelfth national economic and social development plan. A Document for brainstorm of The Twelfth National Economic and Social Development Plan.* Bangkok: Office of the National Economic and Social Development Board.
- Phrabaideeka Inthanom Mahaviro (Srihata). (2005) *A study of ordination in Theravada Buddhism: A case study of Tambol Huakhwang.* (Master's thesis). Machulalongkornrajavidyalaya University, Ayutthaya.
- Phradharmasinghaburacharn (Charan Thitadhammo). (2008). *How to give debt to parents and the duty of the children.* Bangkok: Rungruangpattana Publication.
- Phrapromgunaporn (P.A. Payutto). (2006). *Buddhist holistic well-being* (12th ed.). Bangkok: Aksornsampan (1987).



Prachuabmoh, V. (2013). *Annual report Situation of the Thai elderly 2012. The College of Population Studies, Chulalongkorn University and the Foundation of Thai Gerontology Research and Development Institute (TGRI)*. Nontaburi: SS Plus Media.

Pradithsathaporn, C., Chantanasothi, P., Amnajsuasat, K., & Sansern, R. (2012). Way of Buddhist life insight from Thai older adults: mental well-being. *Journal of Public Health Nursing*, 26(1), 69-79.

Prasatakul, P. (2015). *Situation of the Thai elderly 2014. The Foundation of Thai Gerontology Research and Development Institute (TGRI) and Institute for Population and Social Research, Mahidol University*. Bangkok: Amarin Printing & Publishing.

Ruedee, S. (2011). *Buddhist holistic health: A case study of clinical diabetes patients at Rajavithi hospital*. (Master's thesis). Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Ayutthaya.

