

ปจุมเบน: พททรรศทอถนทกบการสร้งสรรมสุขภพผู้สูงอายุ

ราชอาณาจักรกัมพูชา

PCHUM BEN: LOCAL CEREMONY TOWARDS ELDERLY'S HEALTH

PROMOTION IN KINGDOM OF CAMBODIA

ททยาวดท อินทรางกูร

Thittayawadee Intarangkul

มหาวิทยาลัยเวสเทิร์น บุรทรม

Faculty of Nursing, Western University, Buriram Province, Thailand

E-mail: Thittayawadee6@gmail.com

ได้รับบทความ: 26 ตุลาคม 2561; แก้ไขบทความ: 20 พฤศจิกายน 2561; ตอรรบตีพิมพ์: 3 ธันวาคม 2561

Received: October 26, 2018; Revised: November 26, 2018; Accepted: December 3, 2018

บทคัดย่อ

การวทจยเชงคุณภาพนท มีวตุประสงค์เพอศทษาความเป็นมาพททรรศปจุมเบน และพททรรศปจุมเบนมีความสัมพันธ์ต่อการสร้งสรรมสุขภพผู้สูงอายุ ราชอาณาจักรกัมพูชา พททศทษา คอ บ่านเปรยะดะ ตำบลบ่อนเตยสะเรย อำเภอสลยมเรยบ จังหวัดสลยมเรยบ ราชอาณาจักรกัมพูชา กลุ่มตัวอย่างเลอากแบบเจาะจง คอ ผู้นำประกอบพทท 3 คน ผู้นำชุมชน 5 คน ภทษ 3 รุป ผู้สูงอายุ 5 คน ชาวบ้าน 5 คน ศทษาตั้งแต่กันยายน 2556 ถึงตุลาคม 2558 ใช้ระเบบวทวทจยเชงคุณภาพแนวชาตพททรรศนา ด้วยเทคนิคส่มภาษณเชงลทก จดบันทึก บันททกเทป สนทนา สังกะต และวเคราะหข้อมูลเชงเนอหา ผลการวทจยพบว 1) ปจุมเบนเป็นพททรรศทสาคัญและสทบอดกันมายาวนานจนถึงปจจุบนในราชอาณาจักรกัมพูชา เป็นการทาบญให้ฝบรพบุรุษโดยเชอว่าจะทาให้ฝบรพบุรุษหลุดพ้นจากเวรกรรม มารบผลบุญ อาหารจากลูกหลาน และจะประสททประสาทให้ลูกหลานมีความสุข ความเจรญ ประสบความสำเร็จ ไม่เจ็บป่วย จงมการเชนไหวฝบรพบุรุษทุกปี ปจุมเบนมี 2 ช่วงทสาคัญคอ วันเบ้นทม ตรงกับวันแรม 13,14,15 ค่ำ เดือน 10 ลูกหลานจะทาการอุทศส่วนบุญกุศล มการสวดมนต์โยงดวงวญญานผู้ล่วงลับให้มารบส่วนกุศลเพอที่จะได้ไปสู่สุคติ และวันเบ้นตุจ ตรงกับวันแรม 15 ค่ำ เดือน 10 ช่วงประมาณตีสาม ลูกหลานมารวมกันที่วัดพรอ้อมกับนำข้าวบิณฑและอาหารนาพระสงฆ์สวดเรยภฝบรพบุรุษ แล้วนำกระเชอใส่เครื่องเชนไหวไปเทได้ต้นไม้ ช่างโบสภ เพอเชนไหวดวงวญญานบรพบุรุษ และเข้าในวันเดยวกันมการสวดบงสุกุลอุทศส่วนบุญกุศลอกรอบเป็นอันสร้งพทท 2) พททรรศปจุมเบนช่วยสร้งสรรมสุขภพผู้สูงอายุ กล่าวคอ ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในพททรรศตั้งแต่ต้นจบซึ่งสอดคล้องกับวททชวท ความคท ความเชอที่สทบอดกันมา ได้แก่ การเตรยมอุปกรณ์ การร่วม

พิธีกรรมในทุกขั้นตอนตลอดจนเป็นศูนย์รวมของลูกหลานให้กลับบ้านทุกปี ผู้สูงอายุได้ตั้งแต่เช้า จัดเตรียมอาหาร เครื่องเซ่นไหว้ เครื่องใช้ในการทำบุญให้บรรพบุรุษ ได้ออกกำลังกายจากการเตรียมอุปกรณ์ สูดรับอากาศบริสุทธิ์ช่วงเช้า ทำบุญ ถวายทาน ทำให้อายุยืนยาว สุขภาพดี มีความสุข เป็นผู้นำในพิธีกรรมทำให้รู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ได้ถ่ายทอดความรู้แก่ลูกหลาน มีส่วนร่วมทำกิจกรรมในชุมชน ได้พูดคุยกับคนวัยเดียวกัน เป็นศูนย์รวมจิตใจให้กับลูกหลานมาอยู่รวมกันก่อเกิดความรักความสามัคคีในครอบครัว ชุมชน สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ทำให้จิตใจดี อารมณ์ดี มีความสุขและส่งผลให้สุขภาพด้านร่างกายแข็งแรงตามมา

คำสำคัญ: ปทุมเบน, พิธีกรรมท้องถิ่น, การสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ, ราชอาณาจักรกัมพูชา

Abstract

This qualitative research was aimed to study the background of Pchum Ben ceremony and the relationship between the ceremony and elderly's health promotion in the Kingdom of Cambodia. The research area was Phreada village, Bontia Srey sub-district, Siem Rieb district, Siem Rieb province, Kingdom of Cambodia. The research sample was selected by purposive sampling included 3 ceremony conductors, 5 community's leaders, 3 monks, 5 elderlies and 5 villagers. The research time was between September 2013 until October 2015. The Ethnographic study was used as methodology model together with in-depth interview technique, note-taking, voice recorder, discussion, observation, and content analysis. The result was found that 1) Pchum Ben is an important ceremony which has been inherited a long time from the past until nowadays. It is the merit-making practice for ancestor's spirits in order to release them from bad karma. The spirits will come to take the merit from their children and then bless children happiness, auspicious, successful and free of illness. So, the ancestor's spirit worship has been organized annually. The ceremony will be held on 2 important periods included Ben Thom and Ben Tooj. On Ben Thom, the 13th, 14th and 15th day of the 10th waning moon, family members sacrifice merit for spirits and Buddhist chanting will be performed in order to connect and invite spirits to take the merit in order to get to a peaceful life. On Ben Tooj Day, the 15th day of the 10th waning moon, about 3 o'clock in the morning people will gather together in the temple with Khao Binh and invite monks to chant in order to invite their ancestor's spirits. Then, the prepared offerings in a basket, Kra Cher, will be poured under trees

or beside the main hall of the temple to worship ancestor's spirits. In the same morning, Buddhist chanting and taking the funeral rope to sacrifice merit will be performed again to finish the ceremony. And, 2), Pchum Ben ceremony benefits elder's health promotion. Elder's people take part in this ceremony from the first till the last step which accorded to their way of life, thinking and transferred beliefs. The participation is started from material preparation and so on. Moreover, elderlies also play a role as a spiritual anchor for children to back home annually. Elderlies get up early in the morning to prepare food, offerings and other components to make merit for ancestors. It is the way to workout, getting fresh air, keep calm and happiness by donation and practice Buddhist precepts. Elderlies can value themselves from being a ceremony conductor to transfer local knowledge to the young generation. Moreover, it is a chance to meet and exchange with people of the same age and to be a spiritual anchor in order to build harmony in family and community. These are items to promote elderly's health in order to make them good temper and peaceful mind which bring them healthy physical.

Keywords: Pchum Ben, Local ceremony, Elderly's health promotion, Kingdom of Cambodia.

บทนำ

พิธีกรรมท้องถิ่นมีส่วนช่วยในการสร้างเสริมสุขภาพที่สอดคล้องกับความเชื่อ วัฒนธรรม ความเป็นอยู่ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นการกระทำของตัวผู้สูงอายุเองในการส่งเสริมให้เกิด ภาวะสมดุล สมบูรณ์ด้านร่างกายและจิตใจ ด้วยความสามารถในการดำรงชีวิตประจำวันในสังคมอย่าง ปกติสุข (WHO, 1998) ซึ่งจะกล่าวถึงพิธีกรรม “ปจุมเบน” ที่เป็นส่วนหนึ่ง เป็นแบบแผนในการสร้าง เสริมสุขภาพผู้สูงอายุบนพื้นฐานของบริบทและรากฐานทางวัฒนธรรม มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับวิถี การดำรงชีวิตของผู้คนตั้งแต่แรกเกิดจนสิ้นอายุขัย สอดคล้องกับวัฏจักรตามธรรมชาติมาตั้งแต่อดีต จนถึงปัจจุบัน การมีส่วนร่วมในพิธีกรรมดังกล่าวเป็นอีกวิธีการหนึ่งที่จะนำผู้สูงอายุไปสู่เป้าหมายใน การสร้างเสริมสุขภาพตนเองที่เหมาะสมตามที่ต้องการ โดยพึ่งพาอาศัยในความศรัทธา ความเชื่อ การ ปฏิบัติที่ต่อเนื่อง เพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพแข็งแรง อยู่ร่วมในสังคมอย่างมีความสุข (Thittayawadee Intarangkul, 2017) เพื่อให้ข้อสรุปดังกล่าวน่าเชื่อถือ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับพิธีกรรมปจุม เบนกับการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุด้านร่างกายและจิตใจ บ้านเปรียะตะ ตำบลบ่อนเตี้ยสะเรย อำเภอสายมเรียบ จังหวัดสวายมเรียบ ราชอาณาจักรกัมพูชา พิธีกรรมปจุมเบนมีการปฏิบัติสืบทอดกันมา

นานตั้งแต่บรรพบุรุษจนถึงปัจจุบัน เป็นพิธีกรรมที่เกี่ยวข้องกับวิถีการดำเนินชีวิต ศาสนา ความคิด ความเชื่อ วัฒนธรรมของผู้สูงอายุ ราชอาณาจักรกัมพูชา (ทิตยวดี อินทรางกูร, 2558) รวมถึงวิถีการปฏิบัติตัวของผู้สูงอายุในการสร้างเสริมสุขภาพตนเอง แต่รูปแบบของพิธีกรรมปจุมเบนได้มีการปรับเปลี่ยนให้เข้ากับสภาวะทางเศรษฐกิจ สังคม ที่เปลี่ยนแปลงไปในปัจจุบันบ้างเพียงเล็กน้อย แต่แก่นสำคัญยังคงเหมือนเดิม โดยมีผู้สูงอายุเป็นผู้ดูแล ผู้นำ ผู้ร่วมพิธีกรรม ผู้ถ่ายทอดพิธีกรรมต่อไปยังลูกหลาน ซึ่งเป็นเอกลักษณ์เฉพาะของชาวเขมรบ้านเปรี๊ยะตะดังกล่าว

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาประวัติความเป็นมาของพิธีกรรมปจุมเบนบ้านเปรี๊ยะตะ ตำบลบ่อนเตยสะเรย อำเภอสียมเรียบ จังหวัดสียมเรียบ ราชอาณาจักรกัมพูชา
2. เพื่อศึกษาพิธีกรรมปจุมเบนมีความสัมพันธ์ต่อการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุบ้านเปรี๊ยะตะ ตำบลบ่อนเตยสะเรย อำเภอสียมเรียบ จังหวัดสียมเรียบ ราชอาณาจักรกัมพูชา ในด้านร่างกายและจิตใจ

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ศึกษาตำราวิชาการ เอกสาร ข้อมูลสารสนเทศ แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย
2. สำรวจพื้นที่ที่ศึกษา เพื่อศึกษาบริบททั่วไปบ้านเปรี๊ยะตะ ตำบลบ่อนเตยสะเรย อำเภอสียมเรียบ จังหวัดสียมเรียบ ราชอาณาจักรกัมพูชา พร้อมทั้งข้อมูลความรู้จากผู้ที่เกี่ยวข้องและผู้ให้ข้อมูลหลัก
3. เตรียมการเก็บข้อมูล โดยประสานงานไปยังผู้นำหมู่บ้าน และกลุ่มเป้าหมายผู้ให้ข้อมูลเพื่อนัดวัน เวลา สถานที่ในการลงเก็บข้อมูล
4. เก็บรวบรวมข้อมูล โดยเดินทางไปหมู่บ้านที่ทำการวิจัย เพื่อดำเนินการสังเกต สัมภาษณ์เชิงลึก จัดบันทึก สนทนาแบบมีและไม่มีส่วนร่วม บันทึกเสียง และถ่ายภาพกิจกรรมต่าง ๆ
5. วิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา โดยถอดเทป ประมวลผล และสรุปข้อค้นพบจากการศึกษานำมาเรียบเรียงเป็นประเด็นตามวัตถุประสงค์การวิจัย เขียนรายงานแบบพรรณนาวิเคราะห์พร้อมสรุปตามประเด็น

ผลการวิจัย

1. ประวัติความเป็นมาของพิธีกรรมปจุมเบนบ้านเปรี๊ยะตะ ตำบลบ่อนเตยสะเรย อำเภอสียมเรียบ จังหวัดสียมเรียบ ราชอาณาจักรกัมพูชา
“พิธีกรรมปจุมเบน” ของชาวเขมรบ้านเปรี๊ยะตะ ตำบลบ่อนเตยสะเรย อำเภอสียมเรียบ จังหวัดสียมเรียบ ราชอาณาจักรกัมพูชา เป็นพิธีกรรมที่มีความเชื่อในผีบรรพบุรุษของตนเอง ปจุม

เบนของราชอาณาจักรกัมพูชามีความเชื่อเชื่อมโยงเกี่ยวพันกับการเซ่นผีบรรพบุรุษ เพื่อให้ผีบรรพบุรุษปกป้องคุ้มครองให้ลูกหลานมีความสุข อยู่เย็นเป็นสุข ไม่เจ็บป่วย การปฏิบัติยึดถือปฏิบัติของผู้สูงอายุจะกระทำปฏิบัติที่เหมือนกันทั้งราชอาณาจักรกัมพูชา มีกำหนดจัดขึ้นในช่วงกลางเดือนกันยายนถึงเดือนตุลาคมของทุกปีเป็นช่วงเวลาของการทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้แก่บรรพบุรุษที่ล่วงลับไปแล้ว ตั้งแต่วันแรม 1 ค่ำ เดือน 10 ถึง แรม 15 ค่ำ เดือน 10 ของทุกปี ชาวบ้านในราชอาณาจักรกัมพูชาต่างมีความเชื่อว่าสิ่งมีชีวิตทั้งหลายย่อมต้องกลับมาเกิดใหม่เพื่อชดใช้กรรมชั่วที่ได้ทำไว้ ยังมีวิญญานบางส่วนที่ยังคงวนเวียนรอชดใช้กรรม ในแต่ละปี ใช้เวลา 15 วัน ซึ่งดวงวิญญานจะถูกปลดปล่อยให้ออกไปพบเจอญาติมิตรที่ยังมีชีวิตอยู่ และรอรับส่วนบุญส่วนกุศลที่ญาติมิตรอุทิศให้ เพื่อช่วยให้หลุดพ้นจากความทุกข์ทรมานในโลกวิญญานและได้กลับไปเกิดใหม่ หากดวงวิญญานเหล่านั้นได้รับผลบุญจากการที่ลูกหลานทำบุญอุทิศให้ ก็จะอวยพรให้ลูกหลานมีความสุข ความเจริญ ประกอบอาชีพประสบความสำเร็จ การประกอบพิธี “ปุมเบน” มีทั้งเป็นตุ๊กและเบนหม ผู้สูงอายุจะเตรียมสิ่งของต่างๆ ที่ประกอบพิธี อย่างเช่น ข้าวต้มผัดห่อใบมะพร้าว ข้าวสุก กล้วย อ้อย เหล้า ขนมหวาน อาหาร หมากพลู บุหรี่ ฐูป เทียน มีข้าวปั้นทำจากข้าวเหนียวสุกแล้วคลุกกับน้ำตาลถั่ว งา จัดใส่จานหรือตะกร้าที่มีดอกไม้จัดไว้ แล้วเอาไปถวายพระเพื่อทำพิธีก่อนตะวันรุ่งในตอนเช้าของแต่ละวัน จะเริ่มต้นด้วยเตรียมอาหารไว้ถวายให้ดวงวิญญานบรรพบุรุษ และอาหารที่ทำในงานบุญนี้จะเป็นพวกข้าวต้มผัดมัดใส่ต่างๆ มีหอมหมื่นปี ประพรมเครื่องเทศ และผักหอม มีบายเบ้น (ข้าวเหนียวหนึ่งผสมงาปั้นเป็นก้อนกลม) ไว้เอาไปโยนใส่ที่มีดบริเวณรอบๆ เขตในวัด เพื่ออุทิศให้กับดวงวิญญานที่หิวโหยแต่ถูกลืมหรือไม่มีญาติ ดังคำพูดของผู้สูงอายุกล่าวว่า

“ในงานบุญมีการจัดอาหาร คาวหวาน หมากพลู จัดใส่กระทงเอาไปวางไว้ตามพื้นดินหรือตามโคนต้นไม้ เพื่อเซ่นดวงวิญญานของบรรพบุรุษที่ล่วงลับไปแล้ว วันเดียวกันจะรวมญาติพี่น้องไปทำพิธีบ่อนชั่งกะทวน พวกกันไปทำพิธีที่วัดที่เก็บอัฐิของบรรพบุรุษ เพื่อให้พระท่านสวดบังสุกุล และทำบุญถวายสังฆทานอุทิศส่วนกุศลให้กับบรรพบุรุษที่ตายไปแล้ว เมื่อทำแล้วผีบรรพบุรุษจะช่วยลดบันดาลให้ลูกหลานอยู่เย็นเป็นสุข มีทรัพย์สินเงินทอง ข้าวปลาอาหารสมบูรณ์ ไม่ขาดแคลนอดอยาก ภัยอันตรายต่างๆไม่มี”(เพ็ญ ษอน, 2557)

การนำข้าวบายเบ้นไปวัดช่วงเช้า เพื่อให้พระสวดทำพิธีให้แก่ข้าวบายเบ้น ฉันทพเป็นพิธีซึ่งข้าวบายเบ้นเมื่อเอาไปถวายพระ เรียกว่า “ข้าวบิณฑ” เพราะได้ผ่านการฉันจากพระและได้รับการสวดจากพระแล้วเป็นข้าวที่เป็นสิริมงคล ดังภาพที่ 1

ภาพที่ 1: แสดงภาพเช่นไฉ้ ข้าวบายเป็น ในพิธีกรรมปจุมแบน ราชอาณาจักรกัมพูชา



ที่มา : (ทิตยวดี อินทรานุกร, ถ่ายภาพ. 2557, กันยายน 12)

พิธีกรรมปทุมเบนที่พบเห็นทุกปีในราชอาณาจักรกัมพูชา ในพิธีข้าวบิณฑ์ จะมีทั้งเด็ก วันรุ่น ผู้ใหญ่ ผู้สูงอายุทั้งชายและหญิง ไปวัดมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่วัดตอนเช้าทั้ง 15 วันติดต่อกันเพื่อนำเครื่องเซ่นไหว้ ข้าวบายเบ็น ที่เตรียมไว้สำหรับพิธีกรรมปทุมเบน โดยพระจะสวดทำพิธีเพื่อให้ข้าวบิณฑ์เป็นข้าวที่มีสิริมงคล ข้าวบิณฑ์ที่ผ่านการฉนจากพระและได้รับการสวดมนต์จากพระแล้วถือว่าเป็นข้าวที่มีสิริมงคล ลูกหลานจะนำไปวางไว้รอบๆ โบสถ์ หรือใต้ต้นไม้ในบริเวณวัดเพื่อให้ทานแก่ผี วิญญาณที่ไร้ญาติและสัตว์ต่างๆ ได้กินเป็นอาหาร และจะแบ่งบางส่วนเอาไปโยนในนาข้าว สวนเพื่อให้ผลผลิตเจริญงอกงาม พิธีกรรมปทุมเบนใน บ้านเปรียะตะจะทำติดต่อกัน 14 วัน พอถึงวันที่ 15 ซึ่งเป็นวันสุดท้ายในพิธีกรรมปทุมเบน ลูกหลานทุกคนจะมาร่วมทำพิธีระลึกถึงบรรพบุรุษและมีจัดเลี้ยงอาหารใหญ่จำนวนมาก วันนี้สำคัญเป็นพิเศษเป็นวันสุดท้ายของบุญเดือนสิบช่วงนี้ เพราะถ้าเหล่าดวงวิญญาณของบรรพบุรุษยังไม่ได้รับส่วนบุญกุศลเพียงพอจะกลายเป็นเปรต วันสุดท้ายจะถือเป็นงานบุญใหญ่ ลูกหลานจะไปทำบุญที่วัด มีโอกาสได้สวดมนต์ภาวนาและอุทิศส่วนกุศลให้แก่บรรพบุรุษ ช่วยลดวิบากกรรมและให้หลุดพ้นจากความทุกข์ทรมารในโลกวิญญาณและได้ไปเกิดใหม่ (เทียนเมื่อยะ, 2557)

จะเห็นได้ว่าผู้สูงอายุบ้านเปรี๊ยะตะ ตำบลบ่อนเตี้ยสะเรย อำเภอเสียมเรียบ จังหวัดเสียมเรียบ ราชอาณาจักรกัมพูชา จะมีส่วนร่วมไปเช่นข้าวบิณฑ์ทุกวันตั้งแต่วันแรกจนถึงวันที่ 14 ในช่วงเช้าเวลา 03.00-05.00 นาฬิกา จะมีทั้งลูกหลานมาร่วมพิธีเช่นในวันสุดท้ายคือในวันที่ 15 ของพิธีกรรม ลูกหลานชาวเขมรไปวัดแต่เช้าเหมือนตามปกติที่เคยไปใน 14 วันก่อนหน้านี้ แต่เมื่อเสร็จการให้ทานอาหารแก่วิญญาน ผีเร่ร่อน และสัตว์ในบริเวณวัดแล้ว ก่อนท้องฟ้าสว่างแต่ละครอบครัวจะนำอาหารส่วนหนึ่งที่แบ่งเอาไว้ก่อนหน้านี้จัดเตรียมอาหารใส่กระทงใบตองซึ่งมีทั้งอาหารคาวหวาน ขนม หมาก พลู และข้าวของเครื่องใช้ต่างๆ ในชีวิตประจำวัน อุปกรณ์การเกษตร ใส่ในลำต้นก้านกล้วยอันใหญ่ที่ทำเป็นเรือลอยน้ำได้ เจาะรูที่ลำต้นกล้วยไว้ใส่สิ่งของต่างๆ ที่กล่าวมาข้างต้น เป็นเสบียงอาหารแก่ผีบรรพบุรุษ ให้วิญญานบรรพบุรุษนำกลับไปด้วย แล้วสมาชิกในครอบครัวทุกคนจะ

นำเรือก้านกล้วยนี้ที่ใส่ของเช่นไปลอยที่แม่น้ำก่อนสว่าง เพื่อเป็นการส่งวิญญาณผีบรรพบุรุษกลับไปสู่ที่ที่เค้ามา ดังภาพที่ 2

ภาพที่ 2: แสดงภาพอาหาร ข้าวของเครื่องใช้ ล่องในแม่น้ำในพิธีกรรมปทุมแบน ราชอาณาจักรกัมพูชา



ที่มา : (ทิตยาวิดี อินทรางกูร, ถ่ายภาพ. 2557, กันยายน 12)

“ต้องส่งวิญญาณปู่ย่า ตายาย กลับก่อนฟ้าสว่างนะ ถ้าสว่างพวกเค้าจะกลับไม่ได้ ยังต้องวนเวียนอยู่ เป็นเปรตจะไปเกิดใหม่ก็ไม่ได้” (กฤษณ์ สลวย, 2556)

2. พิธีกรรมปทุมแบนมีความสัมพันธ์ต่อการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุบ้านเปรี๊ยะตะตำบลดอนเตี้ยสระเรย อำเภอสายบุรี จังหวัดปัตตานี ราชอาณาจักรกัมพูชา ในด้านร่างกายและจิตใจ

การปฏิบัติมีส่วนร่วม มีความเชื่อ การเช่นไหว้ และการทำพิธีเช่นข้าวบายเบ็นในพิธีกรรมปทุมแบนของผู้สูงอายุบ้านเปรี๊ยะตะตำบลดอนเตี้ยสระเรย อำเภอสายบุรี จังหวัดปัตตานี ราชอาณาจักรกัมพูชา มีส่วนช่วยสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ทุกกิจกรรมในพิธีกรรมปทุมแบน ผู้สูงอายุ บ้านเปรี๊ยะตะตำบลดอนเตี้ยสระเรยจะมีส่วนร่วมทุกขั้นตอนตั้งแต่ต้นจนจบ เช่น การเตรียมวัสดุ อุปกรณ์ต่างๆ เป็นผู้นำหรือผู้ร่วม ในพิธีกรรม เป็นผู้สอนถ่ายทอดความรู้ให้ลูกหลาน เป็นต้น กล่าวคือ ในช่วงเช้าของทุก ๆ วันตั้งแต่วันแรกจนถึงวันที่ 14 ในช่วงเช้าเวลา 03.00-05.00 นาฬิกา ผู้สูงอายุรวมทั้งลูกหลานจะมาร่วมทำพิธีเช่นไหว้ ผีบรรพบุรุษที่วัด ผู้สูงอายุได้ตื่นแต่เช้ามาเตรียมของไปวัด ได้เดินมาวัด ถือว่าออกกำลังกายอย่างหนึ่งที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตประจำวัน ได้สูดอากาศที่บริสุทธิ์ ยังช่วยให้อารมณ์สดชื่น เบิกบาน เนื่องจากตื่นแต่เช้า ได้มาทำบุญในเช้าวันใหม่ ของวันนั้น ๆ ได้รับการฟังธรรมจากพระภิกษุ ได้ทำบุญเช่นไหว้ให้ผีบรรพบุรุษ ย่อมทำให้สบายใจ อิ่มใจ จิตใจดี อารมณ์สดชื่น ดังคำกล่าวของนางสา หวัน (สัมภาษณ์. 2557, พฤศจิกายน 3) กล่าวว่า “ยายเตรียมอาหาร เตรียมของไปวัด ทำใหยายต้องตื่นเชากว่าปกติ แต่ดี อากาศสดชื่น รู้ตัวว่าอารมณ์ดีจะได้ทำบุญ ได้ออกแรงเตรียมโน้นเตรียมนี้ ตั้งแต่เช้า เหมือนได้ออกกำลังกายแต่เช้าเลยนะ” และ คำกล่าวของนางจ๊วง หินสูงเนิน (สัมภาษณ์. 2557, พฤศจิกายน 7) กล่าวว่า “ตอนเช้าจะมีตักบาตร

เลี้ยงพระถวายบายเป็น พรหมน้ำมนต์บำเพ็ญกุศล แม้ส่วนกุศลให้กับผู้ที่ล่วงลับไปแล้ว เวลาในพิธีเราจะ สอนบอกลูกบอกหลานให้ทำสิ่งที่ดี สิ่งไหนไม่ตั้งใจจะบอกจะสอน อย่างพูดจาต้องอ่อนหวานไม่พูดต่ปากัน ไม่ทะเลาะกัน ถ้าโกรธกันให้อโหสิให้แกกัน เวลาที่เราทำแล้วครอบครัวคนทำจะโชคดียิ่งสิริมงคลแก่ ตัวเองและครอบครัว ชีวิตจะมีแต่ความสุขความเจริญ ทำอะไรราบรื่นประสบแต่โชคดียิ่งตลอดไป”

รวมทั้งวันสุดท้ายของพิธีกรรมปฐมนิเทศ ในวันแรม 15 ค่ำ เดือน 10 ผู้สูงอายุต้องเตรียม เสี่ยง อาหาร เครื่องเซ่นไหว้ ดอกไม้ เครื่องใช้ อุปกรณ์การเกษตรต่าง ๆ ใส่เรือที่ทำจากต้นกล้วย หรือใบไม้ขนาดใหญ่ หรือแพไม้ไผ่ลอยน้ำ เพื่อส่งวิญญาณผิบรรพบุรุษกลับ ซึ่งผู้สูงอายุต้องตระเตรียม จัดหาวัสดุอุปกรณ์ในบริเวณรอบ ๆ บ้านของตนเอง ถือได้ว่าเป็นการออกกำลังกายไปในตัว พร้อมทั้ง ทำให้จิตใจสบายเนื่องจากทำให้ผิบรรพบุรุษอันเป็นที่รักของตนเองด้วยความเต็มใจ มีส่วนร่วมใน กิจกรรมของครอบครัว ของชุมชน ได้พูดคุยกับเพื่อนบ้าน ผู้สูงอายุเป็นผู้มีประสบการณ์ได้ถ่ายทอด ความรู้ต่าง ๆ เป็นผู้สืบสานพิธีกรรม วัฒนธรรม อันดีงามให้คงอยู่สืบต่อไปยังลูกหลาน ด้วยวิธีการขัด เกลา อบรม ถ่ายทอดประสบการณ์ที่ได้รับทราบปฏิบัติสืบต่อมาจากบรรพบุรุษ รวมถึงเป็นแบบอย่าง การประพฤติปฏิบัติแก่ลูกหลาน ทำให้รู้สึกว่าคุณค่า ไม่เหงา ไม่หว่าเหว มีเพื่อน สิ่งเหล่านี้ถือ ได้ว่าเป็นการสร้างเสริมสุขภาพร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุให้แข็งแรงได้เป็นอย่างดี และยังแผ่เต็ม ไปด้วยความเชื่อ ความเคารพ นับถือในผิบรรพบุรุษ สิ่งศักดิ์สิทธิ์เหนือธรรมชาติ และที่สำคัญยัง สอดคล้องกับวิถีชีวิต วัฒนธรรม ประเพณี ในการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุได้อย่างกลมกลืน ดังคำกล่าวของนายครุฑ กษกร (สัมภาษณ์. 2557, กันยายน 12) กล่าวว่า “...ยายไปหาของมาเตรียม เซ่นไหว้เอง ลูก ๆ ไปทำงานหมด ได้หลานน้อยนี้แหละ เป็นคนช่วยหา ช่วยถือ ช่วยเตรียม ช่วยทำได้ เหนือได้ออกกำลัง ทำได้บ้างไม่ได้บ้าง ยายไม่ว่าอะไร ผึกไว้ ได้เห็นทำเองกะมือ เมื่อยายตาย อย่าง น้อยก็มีรุ่นหลานนี้แหละ เป็นคนสืบทอดต่อ แค่นี้ยายก็มีความสุขแล้ว ยายหลานทำด้วยกัน หัวใจก็ พองโต เหมือนในหนังเลย มิน่าหละเค้าว่ากันว่า รักหลานมากกว่าลูก คงจะจริงอย่างที่เค้าว่านั้นแหละ” สอดคล้องกับคำบอกเล่าของพระครูมหาตรี เจ้าอาวาสวัดเป็ริยะอินโกสา (สัมภาษณ์. 2557, กันยายน 12) กล่าวว่า “... ก่อนตะวันรุ่งในตอนเช้าในแต่ละวัน จะเริ่มต้นด้วยเตรียมอาหารไว้ถวายให้ ดวงวิญญาณบรรพบุรุษ และอาหารที่ทำงานบุญนี้จะเป็พวกข้าวผัดมัดไส้ต่าง ๆ มีหอมกเนื่อปรุง ผสมเครื่องเทศและผักหอม มีบายเป็น ข้าวเหนียวนึ่งผสมงาปั้นเป็นก้อนกลม ไว้เอาไปโยนใส่ที่มีด บริเวณรอบ ๆ เขตวัด ทำเพื่ออุทิศให้กับดวงวิญญาณที่หิวโหยที่ไม่มีญาติเวลาทำแล้ว มีความสุขสบาย ใจทำทุกๆปีไม่ขาด ...” ดังภาพที่ 3

ภาพที่ 3: แสดงภาพผู้สูงอายุร่วมกิจกรรมในพิธีกรรมจุ่มแบน ราชอาณาจักรกัมพูชา



ที่มา : (ทิติยาดี อินทรางกูร, ถ่ายภาพ. 2557, กันยายน 12)

“....เรื่องทำเรือลำต้นกล้วยยายกับหลานช่วยกันทำ ยาย 1 คน กับหลาน อีก 4 คน เพราะอยู่กันแค่นี้ พ่อแม่เค้าไปทำงานรับจ้างหมด เดินตามยายเข้าสวน ไม่นานก็ได้ต้นกล้วยติดมือออกมา ไม่ใช่ต้นเดียวนะ 3-4 ต้นโน้น แต่ยายเลือกเอาต้นที่ใหญ่สวยพอทำเป็นเรือได้....เหมือนได้ออกกำลังกาย ทำโน้นทำนี่ตลอด ไม่เหงา มีความสุขที่ได้ทำให้ผีบรรพบุรุษ ” (ติ๊ก ปราย, 2557)

อภิปรายผลการวิจัย

พิธีกรรมจุ่มแบนเป็นพิธีกรรมที่สะท้อนวิถีชีวิตของชาวเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ที่มีความเชื่อพื้นฐานจากจิตนิยม (Idealism) คือ เชื่อว่าชีวิตมนุษย์ไม่ได้สิ้นสุดที่ความตาย แต่มีการเวียนว่ายตายเกิด โดยมีวิญญาณเป็นแกนหลักสั่งสมเอาผลการกระทำต่างๆ ไม่ว่าดีหรือไม่ดีในแต่ละภพแต่ละชาติติดตัวไปด้วยซึ่งจะปรากฏผลในชาติต่อไป การประกอบพิธีกรรมจุ่มแบนเป็นการกระทำที่มีความเชื่อโยงสัมพันธ์กันระหว่างคนเป็นกับคนตาย สร้างความอบอุ่นผูกพันกัน บรรณาดีต่อกัน ดังนั้นพิธีกรรมดังกล่าวนอกจากเป็นการสะท้อนความคิดเชิงอภิปรัชญาดังที่กล่าวมา ยังเป็นฐานสำคัญให้ระบบจริยศาสตร์ ที่สร้างความรักความผูกพัน ความสามัคคีปองดอง ความกตัญญูรู้คุณ อยู่ร่วมกันอย่างสันติสุขของคนในสังคม ในวันเวลาดังกล่าวชาวเขมรถือเป็นประเพณีสำคัญที่ลูกหลานทุกคนต้องเดินทางกลับมาบ้าน หรืออย่างน้อยก็ประกอบพิธีเช่นไหว้ เช่นเดียวกับชาวจีนที่ยึดถือตรุษจีน จะแตกต่างกันก็เพียงรายละเอียดปลีกย่อย แต่ทั้งหมดทั้งมวลล้วนแสดงออกเพื่อบูชากราบไหว้บรรพบุรุษของตนเอง ซึ่งส่งผลต่อจิตใจของผู้ที่ยังมีชีวิตอยู่ให้รู้สึกอบอุ่น และมีชีวิตอยู่อย่างปกติสุข

สรุปผลการวิจัย

พิธีกรรมจุ่มแบนเป็นพิธีกรรมที่มีความสำคัญมากของผู้สูงอายุในราชอาณาจักรกัมพูชา และมีการ สืบทอดมาจนถึงปัจจุบัน เชื่อว่าผีบรรพบุรุษ สิ่งศักดิ์สิทธิ์ ภูมิผีปศาจ สิ่งที่ไม่เห็นธรรมชาติมีจริง เห็นได้จากการเซ่นไหว้ผีบรรพบุรุษทุกปี เพื่อให้ได้รับอาหาร ไม่อดอยาก ได้รับส่วนบุญกุศล และได้ไปเกิดใหม่ จะดลบันดาลช่วยปกป้องคุ้มครองลูกหลานสมาชิกในบ้านหรือในหมู่บ้านให้มีความ

สงบสุข เจริญในการดำรงชีวิต ไม่เจ็บป่วย โดยการนำอาหารไปวางไว้ใต้ต้นไม้ บริเวณวัด โบสถ์ เชื่อว่าเป็นการทำทานให้กับผีที่ไร้ญาติหรือสัตว์ในบริเวณนั้น ผู้สูงอายุมีความเชื่อว่าจะได้บุญมหาศาล ทำให้มีความสุข ความเจริญ แม้กระทั่งการนำข้าวบิณฑ์ที่ได้จากการทำพิธีสวดจากพระที่วัดไปโยน หรือโปรยใส่นา สวน ไร่ เชื่อว่าผีบรรพบุรุษ สิ่งศักดิ์สิทธิ์ในบริเวณนั้นช่วยให้ผลผลิตดี เจริญงอกงาม ซึ่งในแต่ละบ้านได้ร่วมกันทำพิธีเช่นไหว้ตามประเพณีทุกปี โดยทำในช่วงเดือน 10 ของทุกปี พิธีกรรมนี้ถือได้ว่าเป็นภูมิปัญญาชาวบ้านอย่างหนึ่งในการสร้างความสามัคคีความกตัญญูรู้คุณ ความเชื่อในเรื่องบาปบุญคุณโทษ ความขยันตั้งใจทำมาหากิน ความร่วมมือร่วมใจของสมาชิกในครอบครัว และพบว่ากิจกรรมที่ผู้สูงอายุบ้านเปรี๊ยะตะไคร้มีส่วนร่วมในพิธีกรรมปทุมเบนทุกขั้นตอน สามารถช่วยเสริมสุขภาพให้แข็งแรงทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ผู้สูงอายุได้เตรียมอุปกรณ์ในพิธีกรรม ได้ร่วมกิจกรรม ซึ่งถือว่าเป็นการออกกำลังกายโดยธรรมชาติที่สอดคล้องกับการดำรงชีวิตประจำวัน และจะเห็นได้ว่าปรัชญาที่แฝงในพิธีกรรมการเซ่นผีบรรพบุรุษเป็นการมุ่งให้ผู้สูงอายุทำความดี ไม่ผิดศีลธรรม มีการทำบุญ เลี้ยงอาหาร ทำทานโดยไม่หวังผลตอบแทน เป็นการขจัดความตระหนี่ถี่เหนียว ความเห็นแก่ตัว เพราะการให้ทานจะต้องทำด้วยกาย วาจา ใจที่สะอาดบริสุทธิ์ ผู้ที่จะมีความสุขได้จะต้องรู้จักเสียสละ รู้จักการให้ รู้จักการแบ่งปันส่วนเกิน หรือส่วนที่พอจะแบ่งปันที่ตนมีอยู่ให้แก่ผู้อื่น ล้วนทำให้จิตใจของผู้สูงอายุสะอาด ดำรงชีวิตด้วยความสุข ความสบายใจ กอปรกับผู้สูงอายุที่เป็นผู้นำในการทำพิธีเช่นผี จะต้องเป็นผู้ที่มีศีลธรรม มีความรู้ ความรัก มีจิตใจดี มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ช่วยเหลือผู้อื่น ชาวบ้านให้ความเคารพ รัก นับถือ ศรัทธา จึงเปรียบเสมือนกลวิธีหนึ่งของการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุด้านจิตใจ เนื่องจากผู้สูงอายุจะต้องมีสมาธิ มีศีล มีสิ่งที่ยึดเหนี่ยวในการทำมาดีตลอดมา สิ่งเหล่านี้ล้วนทำให้อารมณ์เบิกบาน สดชื่น มีร่างกายที่แข็งแรง สามารถเป็นที่พึ่งของลูกหลานได้ สามารถอยู่ดูแลหลานตนเองได้อย่างมีคุณภาพ ย่อมส่งผลต่อสภาพจิตใจที่ดี และร่างกายย่อมแข็งแรงตามมา เป็นผู้สูงอายุที่มีอายุยืนและมีคุณภาพชีวิตที่ดี

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

หน่วยงานของรัฐที่เกี่ยวข้องด้านสังคม สามารถนำองค์ความรู้จากงานวิจัยนี้ไปเป็นข้อมูลจัดทำแผนแม่บทการพัฒนาสังคม กำหนดนโยบาย แผนยุทธศาสตร์ มาตรการ ในการบริหารจัดการพัฒนาสังคมให้เกิดความมีระเบียบแบบแผนที่ดี ในส่วนขององค์กรสงฆ์สามารถนำองค์ความรู้ของงานวิจัยไปเป็นข้อมูลและเป็นกรอบในการกำหนดนโยบาย จัดทำแผนยุทธศาสตร์ วางมาตรการ แนวทางดำเนินงาน ตลอดถึงกำกับ ควบคุม ติดตาม ประเมินผล ในการอบรมพัฒนาชุมชนให้เกิดความรู้ความเข้าใจในการดำรงชีวิตขั้นพื้นฐานสร้างความสามัคคีปองดอง บำบัดมคตศีลธรรมกิจแบบพุทธ ไม่ลุ่มหลงไปตามกระแสแห่งทุนนิยม

2. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ในระดับวิชาการ มหาวิทยาลัยทางพุทธศาสนา ได้แก่ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และมหามกุฏราชวิทยาลัย ซึ่งถือว่าเป็นสถาบันสร้างองค์ความรู้และผลิตบุคลากรทางด้านพระพุทธศาสนาสามารถนำเอาองค์ความรู้จากงานวิจัย ไปขยายขอบเขตความรู้ให้มีรัศมีกว้างขวางขึ้น โดยนักวิชาการ อาจารย์ ครูผู้สอน สามารถใช้หรือนำข้อมูลเป็นแนวทางการศึกษาวิจัยต่อยอด ผนวกองค์ความรู้งานวิจัย เข้าสู่บทเรียนกระตุ้นให้เกิดการคิดวิเคราะห์ในแง่มุมต่างๆ สร้างจิตสำนึกความรับผิดชอบและเน้นความสำคัญต่อการบริหารจัดการความเป็นอยู่บนพื้นฐานวัฒนธรรมพุทธ ที่ไม่มุ่งเน้นไปในระบบเงินตราจนเกินไป การสร้างความรู้ความเข้าใจในรูปแบบและวิธีสอนธรรมที่ควบคู่กันระหว่างบทบาทวัดกับชุมชน ให้มีความสมดุลกัน ประชาชน ได้แนวปฏิบัติชัดเจนหรือระเบียบแบบแผนที่เหมาะสมสำหรับตนเองในการจัดการตนเองด้านเศรษฐกิจ ตลอดจนได้องค์ความรู้หรือหลักธรรมทางศาสนาเพื่อนำไปประยุกต์ใช้กับชีวิต

3. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

จากการศึกษาวิจัยปฐมเบณ : พิธีกรรมท้องถิ่นกับการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ราชอาณาจักรกัมพูชาทำให้ค้นพบข้อมูลหรือข้อมูลบางประการสำหรับ นำมาเป็นประเด็นที่จะนำมาเป็นหัวข้อในการวิจัยครั้งต่อไปได้ เช่น ศึกษาประเพณีแซนโฌนตาของชาวไทยในเขตอีสานใต้ ศึกษาความสัมพันธ์ประเพณีแซนโฌนตากับบุญข้าวสากของชาวไทยในภาคอีสาน ศึกษาเปรียบเทียบปฐมเบณในราชอาณาจักรกัมพูชากับประเพณีแซนโฌนตาของชาวไทยในเขตอีสานใต้ เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

- ทิตยาวดี อินทรางกูร. (2558). การสร้างเสริมสุขภาพคนวัยชราดูแลเด็กของกลุ่มชาติพันธุ์ ออสโตรเอเชียติกในอนุภูมิภาคกลุ่มน้ำโขงตอนล่าง. **ดุชนิพนธ์. บัณฑิตวิทยาลัย:** มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์.
- บุชาครูบาอาจารย์ ธ. ธรรมรักษ์. (2556.) **กุศโลบายที่แท้จริงของบังสุกุลเป็น บังสุกุลตาย.** ออนไลน์. แหล่งที่มา: <https://torthammarak.wordpress.com/2012/07/20/>. สืบค้นเมื่อ 4 ธันวาคม 2556.
- Thittayawadee Intarangkul. (2017). **Selfe Care of the Elderly in Ban Kruat District Buriram Province** .14th Internation Conference on Social Science and Humanity, (ICSSH) 13 – 14 June 2017 Nanyang Technological University, Nanyang Executive Center, Singapore, GLOBAL ASSOCIATION.
- Thittayawadee Intarangkul. (2017). **Health Promotion of the Elderly in BanKruat District Buriram Province.** PEOPLE : International Journal of Social Sciences, Vol.4,No.1,P1-7,13-14 June 2017.

WHO. (1998). **Definition of Health Promotion 1998**. Health Aystems Research Institute.

สัมภาษณ์ กุญ สลอย. (2556, ธันวาคม 8). ผู้ใหญ่บ้าน บ้านเปรี๊ยะตะ ตำบลบ่อนเตียสะเรย อำเภอเสียมเรียบ จังหวัดเสียมเรียบ ราชอาณาจักรกัมพูชา.

สัมภาษณ์ คุรุท กชกร. (2557, กันยายน 12). ผู้นำหมู่บ้าน บ้านเปรี๊ยะตะ ตำบลบ่อนเตียสะเรย อำเภอเสียมเรียบ จังหวัดเสียมเรียบ ราชอาณาจักรกัมพูชา.

สัมภาษณ์ จ้วง หินสูงเนิน (2557, พฤศจิกายน 7) อายุ 58 ปี ชาวบ้าน บ้านเปรี๊ยะตะ ตำบลบ่อนเตียสะเรย อำเภอเสียมเรียบ จังหวัดเสียมเรียบ ราชอาณาจักรกัมพูชา

สัมภาษณ์ ชา หวิน (2557, พฤศจิกายน 3) ผู้อายุ 75 ปี สูงอายุ บ้านเปรี๊ยะตะ ตำบลบ่อนเตียสะเรย อำเภอเสียมเรียบ จังหวัดเสียมเรียบ ราชอาณาจักรกัมพูชา

สัมภาษณ์ ตี้ก ปราย. 2557, ธันวาคม 7) อายุ 60 ปี สูงอายุ บ้านเปรี๊ยะตะ ตำบลบ่อนเตียสะเรย อำเภอเสียมเรียบ จังหวัดเสียมเรียบ ราชอาณาจักรกัมพูชา

สัมภาษณ์ เทียน เมียะ (2557, ธันวาคม 8) อายุ 60 ปี ชาวบ้าน บ้านเปรี๊ยะตะ ตำบลบ่อนเตียสะเรย อำเภอเสียมเรียบ จังหวัดเสียมเรียบ ราชอาณาจักรกัมพูชา

สัมภาษณ์ พระครูมหาตรี (2557, กันยายน 12) อายุ 59 ปี เจ้าอาวาสวัดเปรี๊ยะอินโกสา ตำบลบ่อนเตียสะเรย อำเภอเสียมเรียบ จังหวัดเสียมเรียบ ราชอาณาจักรกัมพูชา

สัมภาษณ์ เพลียะ ซอน (2557, กันยายน 12) อายุ 72 ปี ผู้นำพิธีกรรม บ้านเปรี๊ยะตะ ตำบลบ่อนเตียสะเรย อำเภอเสียมเรียบ จังหวัดเสียมเรียบ ราชอาณาจักรกัมพูชา