

การละเล่นพื้นบ้านของกลุ่มชาติพันธุ์ไทยพวนที่สัมพันธ์กับการส่งเสริม สุขภาวะในประเทศไทย*

FOLK PLAYS OF THAI PHUAN ETHNIC GROUPS RELATED TO WELL-BEING PROMOTION IN THAILAND

พัชรินทร์ คำสุวรรณ

Patcharin Kumsuwan

ทองอินทร์ ไหวดี

Thongin Waidee

สมพงษ์ ธงไชย

Somphong Thongchai

กิงเพชร ส่งเสริม

Gingetch Songserm

มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์

Surindra Rajabhat University, Thailand

E-mail: tooky_2009@hotmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการละเล่นพื้นบ้านพวนที่มีผลต่อการส่งเสริมสุขภาวะ 6 อ. คือ อ.ที่ 1 อาหาร อ.ที่ 2 อากาศ อ.ที่ 3 อุดจาระ อ.ที่ 4 ออกกำลังกาย อ.ที่ 5 อารมณ์ และอ.ที่ 6 อานาปานสติ 2) ศึกษาและคัดสรรกรณีการละเล่นพื้นบ้านพวนที่ส่งเสริมสุขภาวะในประเทศไทย 3) กรณี 3) วิเคราะห์องค์ประกอบเทคโนโลยีวัฒนธรรมการละเล่นพื้นบ้านที่สัมพันธ์กับการส่งเสริมสุขภาวะกลุ่มชาติพันธุ์ไทยพวนในประเทศไทย ใช้การวิจัยเชิงคุณภาพในการสัมภาษณ์เชิงลึกกับกลุ่มตัวอย่างที่เลือกแบบเจาะจง จำนวน 50 คน เป็น ผู้รู้ภูมิปัญญาและร่วมกันคัดสรรสาธิตการละเล่นพื้นบ้านที่สัมพันธ์กับดัชนีชี้วัด 6 อ. สกัดประเด็นสำคัญจากการวิจัยเชิงคุณภาพแล้วทำข้อกระทงคำถามเพื่อสร้างเครื่องมือเก็บข้อมูลในขั้นการวิจัยเชิงปริมาณ กับกลุ่มตัวอย่างเป็นคนไทยพวนเกี่ยวข้องกับการละเล่นพื้นบ้าน ที่เลือกแบบเจาะจงในพื้นที่จำนวน 500 คน วิเคราะห์องค์ประกอบ 5 ขั้นตอน ดังนี้ 1) ตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นด้วย KMO and Barlett's Test 2) สกัดองค์ประกอบ พิจารณาค่าไอเกน 3) พิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบ 4) หมุนแกนองค์ประกอบแบบอโรทอนอลด้วยวิธีวาริแมกซ์ 5) ตั้งชื่อองค์ประกอบ ผลการวิจัยพบว่า ไทยพวนมีการละเล่นพื้นบ้าน อนุรักษ์

* Received 1 April 2021; Revised 27 August 2021; Accepted 1 September 2021



เป็นมรดกภูมิปัญญาชาติพันธุ์ มีความสัมพันธ์กับดัชนีชี้วัด 6อ.และการคัดสรรกรณีศึกษา ได้ 3 กรณี คือ ลำพวน หม่ากะเลิงเก็งกับ และนางกวัก ที่เข้าเกณฑ์การส่งเสริมสุขภาวะตามดัชนีชี้วัด 6อ. ส่วนผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเทคโนโลยีวัฒนธรรมการเล่นพื้นบ้านพวน ที่สัมพันธ์กับการส่งเสริมสุขภาวะกลุ่มชาติพันธุ์ไทยพวนในประเทศไทยมีค่าไอเกินมากกว่า 1 มีทั้งหมด 6 องค์ประกอบ

คำสำคัญ: การเล่นพื้นบ้าน, กลุ่มชาติพันธุ์ไทยพวน, การส่งเสริมสุขภาวะ

Abstract

The objectives of this research article were to 1) investigate Thai Phuan traditional folk play affecting the enhancement of the ethnic well-being in 6 dimensions: nutrition, fresh air, excretion, exercise, emotion, and Anapanasati Meditation in Thai Phuan ethnic groups Thailand; 2) study and select 3 Phuan folk play activities enhancing the well-being of Thai phuan ethnic groups in Thailand; and 3) analyze the components of cultural technology in Phuan's folk play related to the enhancement of the well-being Thai phuan ethnic groups in Thailand's. This research was the qualitative research methodology an in-depth interview The 50 samples were used in this research which were selected by purposive sampling was the key informants. Step 2 selected and a demonstration of 3 Thai Phuan folk play on Value and relationship with 6 dimensions.Used an activities together Making 500 copies of a questionnaire to create data collection tool in the quanlitative research then data was computed by factor analysis statistic and 5 steps improved 1) Also check the preliminary agreement by KMO and Barlett's Test 2) Extracting elements Consider Eigen Value 3) Consider the element weight value 4) Rotate an element axis on Orthogonal with Varimax Method 5) Set the name of element.The findings revealed that Ban Phuan folk play called Lam-Phuan, Ma Ka Leng Keng Kap and Nang Kwak had relationship with 6 dimensions of the well-being. The components of cultural technology in Phuan's folk play related to the enhancement of the well-being in Thailand comprised 6 elements.

Keywords: Folk Plays, Thai Phuan Ethnic Groups, Wellness



บทนำ

การละเล่นพื้นบ้านพวนเป็นมรดกทางวัฒนธรรมที่ได้รับการสืบทอดจากบรรพบุรุษจนถึงปัจจุบันทั้งในรูปธรรมและนามธรรม เป็นสิ่งที่สะท้อนให้เห็นถึงวิถีชีวิตวัฒนธรรมประเพณี ความเชื่อและสังคมของท้องถิ่นนั้น การละเล่นพื้นบ้านเป็นการออกกำลังกายที่ส่งเสริมสุขภาพ และยังมีความสัมพันธ์กับพิธีกรรมความเชื่อผสมผสานกับวัฒนธรรมพื้นบ้านและยังสอดแทรก คุณธรรม จริยธรรม และการเคลื่อนไหวที่สัมพันธ์กับลมหายใจเข้าออกเป็นการเจริญ สติปัญญา 4 ที่แปลว่าการตั้งสติเป็นหลักธรรมข้อปฏิบัติเพื่อรู้แจ้ง เป็นอานาปานสติ คือมีสติรู้ลมหายใจเข้า มีสติรู้ลมหายใจออก จากการศึกษาถึงภูมิปัญญาการละเล่นพื้นบ้านของกลุ่มชาติพันธุ์ไทยพวน ที่มีดนตรีและการละเล่นพื้นบ้านเป็นส่วนหนึ่งในวิถีชีวิต เป็นการสร้างสรรค์ที่ช่วยในการส่งเสริม สุขภาวะ โดยพบดัชนีชี้วัดด้านสุขภาวะ 6 อ ประกอบด้วย อาหาร อากาศ อูจจาระ ออกกำลังกาย อารมณ์ และอานาปานสติ ที่ส่งผลต่อสุขภาวะทางด้านร่างกาย และสุขภาวะทางด้านจิตใจ คืออารมณ์ การส่งเสริมในเรื่องสติสมาธิและจังหวะของลมหายใจ การมีสุขภาวะจึงหมายถึง สภาวะที่บุคคลปราศจากโรคภัยไข้เจ็บมีร่างกายที่แข็งแรง มีอายุยืนยาว มีจิตใจที่ดี มีความ เมตตากรุณา ยึดมั่นในคุณธรรม จริยธรรม ดำเนินชีวิตอย่างมีสติสัมปชัญญะและใฝ่รู้สามารถ “คิดเป็น ทำเป็น” มีเหตุมีผลอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข (ปาริชาติ เทพอารักษ์ และอมรราวรณ ทิวถนอม, 2550) และด้วยอุปนิสัยที่ชาวพวนเป็นผู้รักสงบมีวัฒนธรรมประเพณี มีคติความเชื่อ เคารพนับถือผู้ใหญ่และบรรพบุรุษและเป็นกลุ่มคน ผู้ที่ยึดมั่นและเคร่งครัดในพระพุทธศาสนา (สาธโร โสรัจโสรังประสพสันติ, 2563)

เทคโนโลยีวัฒนธรรมประเพณีของชาวไทยพวนได้แผ่ไปทั่วด้วยคติ ความเชื่อและภูมิปัญญา ควบคู่กันไป (รัฐขตา พัฒน์ชื่น และสุมาลี ศรีชมพู, 2545) และเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตโดยตรง กลุ่มชาวพวน หรือ ลาวพวน หรือ ไทพวน เป็นกลุ่มชาติพันธุ์ในตระกูลภาษาไท - กะได (จารุ วรณ ธรรมวัตร, 2541) และเป็นกลุ่มชาติพันธุ์ไท - ลาว กลุ่มหลักกลุ่มหนึ่งที่เคลื่อนย้ายเข้ามา ตั้งถิ่นฐานในไทยในช่วงเวลาสองศตวรรษที่ผ่านมา มีถิ่นฐานเดิมอยู่ในแขวงเชียงขวาง สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาวบนพื้นที่สูง เป็นภูเขา เนินเขา ทำนาแบบขั้นบันได เข้ามากระจายตัวในประเทศไทยหลากหลายพื้นที่ในภาคเหนือตอนล่าง ภาคอีสาน ภาคตะวันออกและภาคกลาง กระจายตัวอยู่ตามลุ่มน้ำไม่น้อยกว่า 25 จังหวัด (วิรัชพงษ์ ธรรมวงษ์, 2563) เป็นการปรับตัวจากบริบทที่แตกต่างไปจากถิ่นฐานเดิมอย่างสิ้นเชิง ทั้งสภาพทาง ภูมิศาสตร์และทรัพยากรชีวภาพ ทำการตั้งบ้านเรือนอยู่ในที่ลุ่มน้ำท่วมถึงและทำนาในที่ลุ่ม อาศัยอยู่ร่วมกับกลุ่มคนไทยที่ตั้งถิ่นฐานอยู่ดั้งเดิมในพื้นที่ มีวัฒนธรรมและประเพณีดั้งเดิมที่ยัง เก็บรักษาไว้ (อรศิริ ปาณินท์, 2555) ชาวพวนเป็นกลุ่มชาติพันธุ์ที่ถูกบังคับให้มีการอพยพจาก มาตุภูมิเดิมของตนเองจากภัยสงคราม แต่ก็ยังคงมีสำนึกร่วมทางประวัติศาสตร์มรดกทาง วัฒนธรรมของกลุ่มชาติพันธุ์ตนเอง แม้จะเข้ามาอยู่ในฐานะชนกลุ่มน้อยในสังคมไทยแต่ก็ยังคง รักษาอัตลักษณ์ร่วมกันของความเป็น “พวน” ไว้อย่างชัดเจน (ฉวีวรรณ ประจวบเหมาะ, 2547)



ปัจจุบันจึงยังมีการนำเอาภูมิปัญญาวัฒนธรรมพวนที่แสดงถึงความเป็นชาติพันธุ์เก่าแก่มิเอกลักษณะที่สืบทอดมาแต่บรรพบุรุษ ที่เป็นองค์ความรู้เกี่ยวกับการแสดงหรือการละเล่นพื้นบ้านของกลุ่มชาติพันธุ์มาใช้ในการดำรงชีวิตและทำให้เกิดกิจกรรมทางด้านนันทนาการ โดยมีดนตรีทั้ง ดิด สี ตี เป่า เพื่อให้เกิดเสียงเพลงและเป็นการละเล่นพื้นบ้านที่สัมพันธ์กับความเชื่อที่มีความสอดคล้องกับบทความวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการสำรวจและเก็บข้อมูลด้วยการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ตามแนวทางการวิจัยเชิงชาติพันธุ์วรรณาเป็นการศึกษาปฐมภูมิและทุติยภูมิภาคสนามจากการสืบค้นข้อมูลเกี่ยวกับการละเล่นพื้นบ้าน ด้วยการฝังตัวในพื้นที่ศึกษา 3 จังหวัดทำการสัมภาษณ์อย่างลุ่มลึกแบบมีโครงสร้างอย่างเป็นทางการและการสังเกตแบบไม่เป็นทางการ กับผู้รู้ ผู้นำท้องถิ่นภูมิปัญญาพื้นบ้าน นักแสดงการละเล่นพื้นบ้านจำนวน 50 คน โดยผู้วิจัยทำการศึกษาการละเล่นพื้นบ้านไทยพวน เทียบเคียงกับการเคลื่อนไหวของร่างกายที่ทำให้เกิดการส่งเสริมสุขภาวะกับการฝึกโยคะ ซึ่งเป็นที่ยอมรับในศาสตร์ของโยคะว่าเป็นการดูแลสุขภาพที่มีผลดีต่อร่างกายและจิตใจแล้ว การฝึกโยคะช่วยให้ผ่อนคลาย หายเครียด เพราะการปฏิบัติในท่าต่าง ๆ จะเน้นการฝึกจิตใจให้จดจ่อกับการหายใจเข้าการหายใจออก โดยการคัดสรรในพื้นที่ที่ศึกษาร่วมกับผู้รู้ภูมิปัญญาพื้นบ้านในความสัมพันธ์และคุณค่าของการละเล่นพื้นบ้านไทยพวนกับวิถีชีวิตที่เน้นดัชนีชี้วัดด้านสุขภาวะ 6 อ. คือ อ.ที่ 1 อาหาร อ.ที่ 2 อากาศ อ.ที่ 3 อุจจาระ อ.ที่ 4 ออกกำลังกาย อ.ที่ 5 อารมณ์ และอ.ที่ 6 อาณาปานสติ เพื่อให้ทราบถึงเทคโนโลยีวัฒนธรรมการละเล่นพื้นบ้านพวนที่ส่งเสริมสุขภาวะในกลุ่มชาติพันธุ์ไทยพวนจากการแสดงที่อยู่ในกรอบศีลธรรมที่ได้รับการสืบทอดประเพณีปฏิบัติต่อวิถีการดำเนินชีวิตที่มีผลต่อการส่งเสริมสุขภาวะได้แก่ อ.ที่ 1 คือ อาหาร ต้องทานให้ครบ 5 หมู่ เลือกอาหารที่สะอาด ปลอดภัยและมีสารก่อกลายพันธุ์ โดยในส่วนของโปรตีน ไขมัน แป้งและน้ำตาล ที่เป็นอาหารพื้นฐานสำหรับการดำรงชีวิต อ.ที่ 2 คือ ออกกำลังกาย อย่างน้อยวันละ 10 - 30 นาที ผสมผสานกับการหายใจเข้า - ออกที่ถูกวิธี เช่น โยคะ รำกระบี่กระบอง ฯลฯ อ.ที่ 3 คือ อากาศ ต้องอยู่ในที่ที่อากาศบริสุทธิ์ หลีกเลี้ยงที่อับชื้น ฝุ่น ควัน สารเคมีระเหย และฝุ่นเคมี อ.ที่ 4 คือ อารมณ์ ต้องฝึกจิตใจให้สงบ ไม่เครียด และนอนหลับให้สนิท อ.ที่ 5 คือ อุจจาระ ขับถ่ายระบายของเสียให้สม่ำเสมอ ทำให้สารก่อกลายพันธุ์ไม่คั่งค้างอยู่ในร่างกายนาน นอกจากนั้น ต้องให้ความสำคัญกับน้ำดื่มด้วย เพราะน้ำจะช่วยชะล้างและนำพาของเสียออกจากเซลล์ ทำให้เซลล์สะอาดสดชื่นและมีภูมิต้านทานแข็งแรง และอ.ที่ 6 คือ อาณาปานสติ คือ การมีสติ รู้ลมหายใจเข้า มีสติรู้ลมหายใจออก กำหนดให้สติคู่กับปัญญา เอาจิตไปเกาะกับลมหายใจในการเคลื่อนไหวเพื่อฝึกลมหายใจ ฝึกการออกกำลังกายจากอาณาปานสติเพื่อให้เกิดสมาธิบนความเคลื่อนไหว ผู้วิจัยได้ศึกษา ร่วมกับผู้ให้ข้อมูลหลักซึ่งเป็นผู้รู้ภูมิปัญญาในพื้นที่ศึกษาด้วยการสัมภาษณ์อย่างลุ่มลึก คัดสรรการละเล่นพื้นบ้านของกลุ่มชาติพันธุ์ไทยพวนที่มีการส่งเสริมสุขภาวะตามดัชนีชี้วัด 6 อ. ได้ 3 กรณี คือ 1) ลำพวน (จังหวะการร้องและฝึกสติ) 2) หม่ากะเลิงเก็งก๊บ (ฝึกสติ) 3) นางกวัก (สมาธิบนความเคลื่อนไหว) ซึ่งมีความสำคัญด้าน



มรดกภูมิปัญญาชาติพันธุ์และเหมาะสมกับการส่งเสริมสุขภาวะให้แก่กลุ่มชาติพันธุ์ไทยพวน และความหลากหลายของการละเล่นพื้นบ้านที่สามารถคัดสรรนำมาสนับสนุนส่งเสริมทั้งในระดับชุมชน ท้องถิ่นและระดับประเทศเพื่อใช้ประโยชน์ในการวิจัยและพัฒนาสู่สุขภาวะต่อไป ตามพระบรมราโชวาท พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร (พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพล อดุลยเดช) รัชกาลที่ 9 แห่งราชวงศ์จักรี ที่มีข้อความตอนหนึ่งว่า “การออกกำลังกายนั้น ถ้าทำน้อยไปก็จะเฉา ถ้าทำมากไปก็จะไข้ การออกกำลังกายแต่พอดีจะทำให้เกิดความสุขสมบูรณ์ทั้งกายและใจ” (วรางคณา ผลประเสริฐ, 2558)

จากการศึกษาปฐมภูมิและทุติยภูมิบริบทในพื้นที่ไทยพวน ผู้วิจัยพบว่าการละเล่นพื้นบ้านพวนในช่วง 60 ปีที่ผ่านมาเป็นยุคการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและการเมืองของประเทศไทยที่เริ่มรับวัฒนธรรมและกระแสเทคโนโลยีจากตะวันตกเข้ามาอย่างรวดเร็ว ทำให้การละเล่นวิถีพื้นบ้านเลือนหายไปไม่ได้รับความสนใจมากเท่าที่ควร บางพื้นที่คนรุ่นใหม่ที่เกิดในช่วงปี พ.ศ. 2500 เป็นต้นมาไม่รู้จักการละเล่นพื้นบ้านของกลุ่มชาติพันธุ์พวนของตนเองเลย จากการที่ยังมีผู้เห็นคุณค่าที่จะสืบสานและสืบทอดภูมิปัญญาเหล่านี้ไว้ไม่ให้สูญหายพยายามรื้อฟื้นและต่อสู้นักกลับมาจัดในเทศกาลประเพณี ต่าง ๆ ของคนพวน ใน 3 จังหวัดที่ทำการศึกษานี้ ทำให้เริ่มมีการฟื้นฟูและส่งเสริมมากขึ้น ประกอบกับในแต่ละพื้นที่เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ยังมีผู้สูงอายุที่รู้เห็นคุณค่าและพร้อมที่จะร่วมสืบสานอยู่อีกจำนวนไม่น้อยผู้วิจัยจึงเห็นว่าการศึกษาเพื่อให้ได้มาซึ่งการละเล่นพื้นบ้านพวนที่มีความสำคัญต่อการส่งเสริมสุขภาพพลานามัยคนในชุมชนอันจะนำมาซึ่งสุขภาวะที่ดีของชุมชนในทุก ๆ ด้านนั้น นอกจากจะได้การส่งเสริมสุขภาวะคนในชุมชนทุกกลุ่มวัยแล้วยังจะช่วยให้คนรุ่นต่อไปเห็นคุณค่าร่วมกันอนุรักษ์ อนุรักษ์และสืบสานการละเล่นของชาติพันธุ์พวนให้คงอยู่สืบต่อไปได้ชั่วลูกหลานและต่อยอดให้เป็นมรดกส่งเสริมให้เกิดการสร้างรายได้สู่การท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมได้อย่างยั่งยืนต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการละเล่นพื้นบ้านพวนที่มีผลต่อการส่งเสริมสุขภาวะ 6 ข้อคือ ข้อที่ 1 อาหาร ข้อที่ 2 อากาศ ข้อที่ 3 อูจจาระ ข้อที่ 4 ออกกำลังกาย ข้อที่ 5 อารมณ์ และข้อที่ 6 อานาปานสติ
2. เพื่อคัดสรรกรณีการละเล่นพื้นบ้านพวนที่ส่งเสริมสุขภาวะในประเทศไทย 3 กรณี
3. เพื่อวิเคราะห์องค์ประกอบเทคโนโลยีวัฒนธรรมการละเล่นพื้นบ้านที่สัมพันธ์กับการส่งเสริมสุขภาวะกลุ่มชาติพันธุ์ไทยพวนในประเทศไทย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแนวชาติพันธุ์วรรณาแบบหลายวิธี ด้วยการวิจัยเชิงคุณภาพและการวิจัยเชิงปริมาณด้วยการศึกษาและวิเคราะห์จากเอกสารทางวิชาการที่เกี่ยวข้องรวบรวม วิเคราะห์ เรื่องวัฒนธรรม ประเพณี วิถีชีวิตและการละเล่นพื้นบ้านของกลุ่มชาติพันธุ์



พวนในประเทศไทย จากหนังสือ ตำรา ดุษฎีนิพนธ์ บทความ เอกสาร งานวิจัย และสื่ออิเล็กทรอนิกส์ที่เกี่ยวข้อง นำมาดำเนินการวิจัย เป็น 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ลงพื้นที่ภาคสนามฝังตัวร่วมกับชุมชนเพื่อสัมภาษณ์ สังเกต จดบันทึกข้อมูลบริบททั่วไป เพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลเชิงประจักษ์ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 การละเล่นพื้นบ้านพวนที่มีผลต่อการส่งเสริมสุขภาวะ 6 อ. คือ อ.ที่ 1 อาหาร อ.ที่ 2 อากาศ อ.ที่ 3 อุจจาระ อ.ที่ 4 ออกกำลังกาย อ.ที่ 5 อารมณ์ และ อ.ที่ 6 อานาปานสติ กำหนดกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Selection) ในพื้นที่จังหวัดสุโขทัย นครนายกและลพบุรี ซึ่งเป็นพื้นที่ที่มีกลุ่มชาติพันธุ์ไทยพวนแท้เป็นส่วนมาก ดำเนินการสำรวจและเก็บข้อมูลด้วยการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) กลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลักเป็น ผู้รู้ ผู้นำชุมชน นักภูมิปัญญาพื้นบ้าน นักแสดงและผู้สูงอายุ ที่อาศัยอยู่ในชุมชนท้องถิ่นของพื้นที่วิจัยจำนวน 50 คน นำข้อมูลที่ได้มาสกัดคำสำคัญนำไปพิจารณาดำเนินการตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 ในขั้นที่ 2

ขั้นตอนที่ 2 การวิจัยเชิงคุณภาพ โดยผู้วิจัยนำคำสำคัญจากขั้นตอนที่ 1 มาสกัดแล้ว จึงร่วมกับกลุ่มตัวอย่างในขั้นที่ 1 คัดสรรการละเล่นเป็นรายการแล้วนำมาทำการสาธิตเพื่อร่วมกันพิจารณาคัดสรรการละเล่นพื้นบ้านไทยพวนที่มีโครงสร้างการให้จังหวะร่วมกับท่าเทียบเคียงกับการฝึกโยคะที่ใช้อานาปานสติเพื่อให้เกิดสมาธิบนความเคลื่อนไหวและมีคุณค่าสัมพันธ์กับดัชนีชี้วัดสุขภาวะ 6 อ. คือ อ.ที่ 1 อาหาร อ.ที่ 2 อากาศ อ.ที่ 3 อุจจาระ อ.ที่ 4 ออกกำลังกาย อ.ที่ 5 อารมณ์ และ อ.ที่ 6 อานาปานสติ ตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 ด้วยแบบสังเกตกึ่งมีโครงสร้าง นำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิด้านการละเล่นพื้นบ้านพิจารณาความเหมาะสมจำนวน 7 ท่าน ถอดบทความจากการละเล่นพื้นบ้านจริงแล้วนำมาพรรณนาเชิงลึก (Thick Description) หาคุณภาพของข้อมูลด้วยวิธีการตรวจสอบแบบสามเส้า (Data Triangulation) โดยเทคนิคการวิจัยเชิงชาติพันธุ์วรรณาตรวจสอบแหล่งเวลา สถานที่และบุคคล เพื่อยืนยันว่าข้อมูลที่ผู้วิจัยได้นั้นมีความถูกต้องหรือไม่ นอกจากจะช่วยยืนยันความถูกต้องและความน่าเชื่อถือของข้อมูลแล้ว ยังส่งผลถึงคุณภาพ และการยอมรับของผลการวิจัยด้วย (สุรางค์ จันทวานิช, 2540)

ขั้นตอนที่ 3 การวิจัยเชิงปริมาณ เพื่อวิเคราะห์องค์ประกอบของเทคโนโลยีวัฒนธรรมการละเล่นพื้นบ้านพวนที่สัมพันธ์กับการส่งเสริมสุขภาวะของกลุ่มชาติพันธุ์ไทยพวนในประเทศไทย ทำการสังเคราะห์ข้อมูลขั้นตอนที่ 1 และ 2 นำมาพัฒนาสร้างกระทงคำถามแบบสอบถามจำนวน 50 ข้อ นำไปตรวจสอบกับกลุ่มเป้าหมาย 30 คน หาค่าความเชื่อมั่น ได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาคเท่ากับ 0.942 แล้วจึงนำไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มเป้าหมายแบบเจาะจง ที่เป็นกลุ่มชาติพันธุ์ไทยพวนที่มีภูมิรู้เกี่ยวกับการละเล่นพื้นบ้านพวนและอาศัยอยู่ในพื้นที่ศึกษาจำนวน 500 คน บันทึกข้อมูลในตารางโปรแกรมสำเร็จรูปตรวจสอบความถูกต้องข้อมูลแล้วจึงนำมาวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปใช้สถิติวิเคราะห์ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและ



วิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (กัลยา วานิชย์บัญชา, 2552) ดำเนินการขั้นตอนดังนี้คือ 1) ตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นความเหมาะสมของเมตริกซ์สหสัมพันธ์ในภาพรวมด้วย KMO and Barlett's Test 2) สกัดองค์ประกอบโดยพิจารณาค่าไอเกน (Eigenvalues) มากกว่า 1.00 ขึ้นไป 3) พิจารณาค่าสัมประสิทธิ์หรือค่าน้ำหนักองค์ประกอบในตารางแสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร (Component Matrix) 5) ตั้งชื่อองค์ประกอบให้ทั้ง 6 องค์ประกอบได้ความหมายครอบคลุมตัวแปรทั้งหมด และเรียงตัวแปรของแต่ละองค์ประกอบตามค่าน้ำหนักจากมากไปหาน้อย

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยครั้งนี้ได้มาจากการดำเนินการวิจัย 3 ขั้นตอน โดยปฐมภูมิและทุติยภูมิจากการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลที่สำคัญ คือ ผู้นำชุมชน ผู้รู้ภูมิปัญญา นักแสดงการละเล่นพื้นบ้านพวน และกลุ่มผู้ที่เกี่ยวข้องกับการละเล่นพื้นบ้านพวนในพิธีกรรม ประเพณีต่าง ๆ จำนวน 50 คน เพื่อได้บริบททั่วไปในวิถีชีวิตของชุมชนไทยพวน 3 จังหวัด ได้แก่ วิถีชีวิต วัฒนธรรมและประเพณีไทยพวน พบว่า จากการมาตั้งถิ่นฐานในประเทศไทยเมื่อ 200 กว่าปีที่ผ่านมาของชาวไทยพวนเป็นกลุ่มคนที่มีภูมิปัญญาในการเลือกทำเลที่ตั้งถิ่นฐานบ้านเรือนซึ่งส่งผลให้วิถีชีวิต มีความสงบสุข ใช้ชีวิตอย่างเรียบง่าย มีนิสัยรักสงบ ไม่ชอบบุกรุก อันเป็นเอกลักษณ์ของชาติพันธุ์ มีการถ่ายทอดภูมิความรู้และกิจกรรมต่าง ๆ ยึดมั่นในพุทธศาสนา ให้ความสำคัญกับกิจกรรมการนันทนาการและการละเล่นต่าง ๆ เพื่อความสนุกสนานรื่นเริง มีวัฒนธรรมประเพณีที่เป็นเอกลักษณ์ที่สืบทอดต่อกันมาจากบรรพบุรุษ มีภาษาพูดและภาษาเขียนเป็นของตนเองใช้ภาษาพวนในการสื่อสารกันเอง คนไทยพวนใช้วัดเป็นศูนย์รวมทางด้านจิตใจโดยจะจัดกิจกรรมทางวัฒนธรรมและประเพณีในเทศกาลและฮีต 12 ตลอดปีในวัด กิจกรรมวัฒนธรรมประเพณีต่าง ๆ คนไทยพวนจะให้ความร่วมมือมารวมกัน เรียกว่า “มาตุ้มมาโฮม” และนำกิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านที่ยังคงเหลืออยู่มารวมกันจัดเป็นการแสดงและเล่นกันในงานประเพณีสำคัญต่าง ๆ ได้แก่ ลำพวน หม่ากะเลิงเก็งกับ และนางกวก ซึ่งการจัดกิจกรรมการละเล่น 3 กรณีที่ศึกษาคัดสรรได้นี้ ผู้วิจัยร่วมพิจารณากับกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลักในชุมชนโดยใช้หลักเกณฑ์ตามดัชนีชี้วัด 6 อ. คือ อาหาร อากาศ อูจจาระ ออกกำลังกาย อารมณ์และอานาปานสติ พบว่า ผู้ร่วมกิจกรรมและผู้ร่วมพิจารณาคัดสรรเห็นว่า การละเล่นทั้ง 3 กรณีมีความสัมพันธ์กับดัชนีชี้วัด 6 อ.ที่ได้ผลจากสถิติวิเคราะห์ดังนี้

1. ศึกษาการละเล่นพื้นบ้านพวนที่มีผลต่อการส่งเสริมสุขภาพ 6 อ. คือ อ.ที่ 1 อาหาร อ.ที่ 2 อากาศ อ.ที่ 3 อูจจาระ อ.ที่ 4 ออกกำลังกาย อ.ที่ 5 อารมณ์และ อ.ที่ 6 อานาปานสติ พบว่าการศึกษาการละเล่นพื้นบ้านพวนที่มีผลต่อการส่งเสริมสุขภาพ 6 อ. มีการเคลื่อนไหวร่างกายเป็นการออกกำลังกาย ส่งเสริมและพัฒนาร่างกาย ทานอาหารที่มีกากใยช่วยในระบบขับถ่ายอูจจาระดี มีการเชื่อมความสัมพันธ์ในชุมชนรู้สึกตนเองมีคุณค่าทำให้อารมณ์แจ่มใสสร้าง



สุขภาพจิตที่ดี มีสภาวะความนิ่งของจิตส่งผลให้เกิดสมาธิ มีอานาปานสติในการกำหนดลมหายใจเข้าลมหายใจออก เรียนรู้หลักธรรม “พระธรรม 5” และอากาศบริสุทธฺ์ที่หายใจเกี่ยวข้องกับการเคลื่อนที่ของเลือดโดยระบบไหลเวียนช่วยให้หัวใจมีการทำงานดีขึ้น มีภูมิต้านทานโรค

2. ศึกษาและคัดสรรกรณีการละเล่นพื้นบ้านพวนที่ส่งเสริมสภาวะในประเทศไทย 3 กรณี พบว่า กรณีศึกษาการละเล่นพื้นบ้านพวนที่มีคุณค่าและสัมพันธ์กับดัชนีชี้วัด 6 อ. คือ อ.ที่ 1 อาหาร อ.ที่ 2 อากาศ อ.ที่ 3 อุจจาระ อ.ที่ 4 ออกกำลังกาย อ.ที่ 5 อารมณ์ และ อ.ที่ 6 อานาปานสติ ประกอบด้วย ลำพวน (จังหวัดการ้องและฝักสดี) หม่ากะเล้งเก้งกับ (ฝักสดี) นางกวก (สมาธิบนความเคลื่อนไหว)

3. วิเคราะห์องค์ประกอบเทคโนโลยีวัฒนธรรมการละเล่นพื้นบ้านที่สัมพันธ์กับการส่งเสริมสภาวะกลุ่มชาติพันธุ์ไทยพวนในประเทศไทย พบว่า การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงสถิติเกี่ยวกับสถานภาพทั่วไปของผู้ให้ข้อมูลข้อมูลจากแบบสอบถาม จำนวน 500 คน พบว่า ร้อยละ 89.8 ส่วนใหญ่มีเชื้อชาติหรือชาติพันธุ์เป็นชาวพวน ร้อยละ 66.0 กลุ่มใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 49.0 ส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับประถมศึกษา ร้อยละ 88.0 กลุ่มใหญ่เป็นผู้อาศัยอยู่ในพื้นที่ตั้งแต่เกิดจนถึงปัจจุบัน ร้อยละ 25.6 กลุ่มใหญ่เป็นพ่อบ้าน/แม่บ้าน และร้อยละ 77.0 เรียนรู้การละเล่นพื้นบ้านจากพ่อแม่/เครือญาติ แสดงถึงผู้ให้ข้อมูลเป็นคนชาติพันธุ์ไทยพวนส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงจบการศึกษาระดับประถมศึกษาและอาศัยอยู่ในพื้นที่ที่ศึกษามาตั้งแต่เกิดและอาศัยอยู่จนถึงปัจจุบัน มีอาชีพเป็นพ่อบ้านแม่บ้านและได้เรียนรู้การละเล่นพื้นบ้านพวนจากพ่อแม่และเครือญาติ ทำให้ข้อมูลที่ได้นั้นมาจากกลุ่มผู้ที่ดำเนินชีวิตอยู่กับการละเล่นพื้นบ้านพวนมาแต่กำเนิด การให้ข้อมูลจึงมีคุณค่าโดยอาศัยวิถีชีวิตและประสบการณ์ เชิงประจักษ์เป็นการให้ข้อมูล ในข้อกระทงคำถามจำนวน 50 ข้อที่เป็นแบบสอบถาม ถึงความคิดเห็นของการละเล่นพื้นบ้านพวนที่มีความสัมพันธ์กับการส่งเสริมสภาวะกับดัชนีชี้วัด 6 อ. คือ อาหาร อากาศ อุจจาระ ออกกำลังกาย อารมณ์และอานาปานสติ ที่อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 4.44 - 4.62 แสดงว่าผู้ให้ข้อมูลได้สัมผัสจริงรวมถึงการได้ร่วมกิจกรรมตามการดำเนินการละเล่นพื้นบ้านพวนในกิจกรรมตามเทศกาลหรืองานบุญประเพณีของไทยพวนในท้องถิ่น

ส่วนผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเทคโนโลยีวัฒนธรรมการละเล่นพื้นบ้านพวน ที่สัมพันธ์กับการส่งเสริมสภาวะของกลุ่มชาติพันธุ์ไทยพวนในประเทศไทย โดย 1) การตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นหาความเหมาะสมของเมทริกซ์สหสัมพันธ์ในภาพรวมด้วย KMO and Barlett's Test พบว่า ค่า MSA ตามวิธี Kaiser - Meyer - Olkin (KMO) มีค่าเท่ากับ 0.952 ซึ่งมีมากกว่า 0.5 และใกล้เคียง 1.00 มาก และผลการทดสอบด้วย Bartlett's test ใช้ทดสอบสมมติฐาน H_0 : ตัวแปรต่าง ๆ ไม่มีความสัมพันธ์กัน H_1 : ตัวแปรต่าง ๆ มีความสัมพันธ์กัน การแจกแจงแบบไคสแควร์ (Chi-Square) = 18996.046 ได้ค่า Significance = 0.000 ซึ่งน้อยกว่า 0.05 จึงปฏิเสธ H_0 ยอมรับ H_1 นั่นคือตัวแปรต่าง ๆ มีความสัมพันธ์กัน แสดงว่า



ข้อมูลที่น่ามาวิเคราะห์มีความเหมาะสมที่จะทำการวิเคราะห์องค์ประกอบ 2) สกัดองค์ประกอบ โดยพิจารณาค่าไอเกน (Eigenvalues) มากกว่า 1.00 ขึ้นไป พิจารณาองค์ประกอบที่มีค่าไอเกน (Eigenvalue) มากกว่า 1 มีทั้งหมด 6 องค์ประกอบ สามารถอธิบายความแปรปรวนสะสมได้ร้อยละ 52.038 ของความแปรปรวนทั้งหมด คำนำน้หนักองค์ประกอบ (Factor loading) ของทั้ง 6 องค์ประกอบ 3) พิจารณาค่าสัมประสิทธิ์หรือค่าน้ำหนักองค์ประกอบ (Factor loading) จากตารางแสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร (Component Matrix) พิจารณาตัวแปรที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบ (Factor loading) ตั้งแต่ 0.30 ขึ้นไปเข้าไปอยู่ในองค์ประกอบที่ 1 - 10 ในการวิเคราะห์นี้มีตัวแปรที่มี Cross loading มากกว่า 1 องค์ประกอบ (ตัวแปรจัดเข้าไปอยู่ในองค์ประกอบตั้งแต่ 2 องค์ประกอบขึ้นไป) ผู้วิจัยดำเนินการตัดทิ้งไม่นำมาวิเคราะห์องค์ประกอบ หมุนแกนองค์ประกอบแบบออร์ทोगอนอล (Orthogonal) ด้วยวิธีวารีแมกซ์ (Varimax Method) การวิเคราะห์ครั้งนี้ผู้วิจัยต้องการองค์ประกอบที่เหมาะสมจำนวน 6 องค์ประกอบ ผลการวิเคราะห์ด้วยวิธีวารีแมกซ์ (Varimax) เพื่อให้ตัวแปรสัมพันธ์กับองค์ประกอบในลักษณะที่ชัดเจนยิ่งขึ้น เมื่อพิจารณาองค์ประกอบที่มีค่าไอเกน (Eigenvalue) มากกว่า 1 มีทั้งหมด 6 องค์ประกอบ สามารถอธิบายความแปรปรวนสะสมได้ร้อยละ 52.038 ของความแปรปรวนทั้งหมด และ 5) ตั้งชื่อองค์ประกอบ

ผู้วิจัยนำองค์ประกอบทั้ง 6 องค์ประกอบ มาตั้งชื่อองค์ประกอบให้ความหมายครอบคลุมตัวแปรทั้งหมดในองค์ประกอบนั้น และเรียงตัวแปรของแต่ละองค์ประกอบตามค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรจากมากไปหาน้อย โดยแต่ละองค์ประกอบ วิเคราะห์ตามข้อกระทงคำถาม 50 ข้อและน้ำหนักองค์ประกอบได้ชื่อ 6 องค์ประกอบ ดังนี้ 1) สัมโพชนงค์ 7 และพละธรรม 7 สัมพันธ์กับการเล่นเกมเล่นพื้นบ้านอย่างสุนทรีย์เป็นการส่งเสริมสุขภาวะ 2) เทคโนโลยีวัฒนธรรมร่วมการเล่นพื้นบ้านในบุญประเพณีเป็นมรดกภูมิปัญญาชาติพันธุ์ไทนำไปสู่เทคโนโลยีศาสนาในการเรียนรู้ถึงธรรมะและหลักคำสอนทางศาสนา 3) เทคโนโลยีวัฒนธรรมการเล่นพื้นบ้าน สร้างสุขภาวะและสัมพันธ์กับ 6 อ. คือ อาหาร อูจจาระ อากาศ ออกกำลังกาย อารมณ์ และอานาปานสติ 4) เทคโนโลยีวัฒนธรรมอาหารการกินพืชสมุนไพรในการเล่นพื้นบ้าน ช่วยส่งเสริมสุขภาพอาหารเป็นยาและช่วยในระบบการย่อยอาหาร 5) ศิลปะการแสดงหรือการเล่นพื้นบ้าน สัมพันธ์กับการส่งเสริม “ศรัทธา” และการฟื้นฟูสุขภาวะด้วย 7 พุทธวิธีรักษาโรค และ 6) การเคลื่อนไหวตามจังหวะร่ายรำตามครรลองเทคโนโลยีวัฒนธรรมการเล่นพื้นบ้าน ช่วยฝึกจิต ลมหายใจ และเข้าถึงอานาปานสติ

อภิปรายผล

ในการดำเนินการวิจัยเรื่อง การเล่นเกมเล่นพื้นบ้านของกลุ่มชาติพันธุ์ไทยพวนที่สัมพันธ์กับการส่งเสริมสุขภาวะในประเทศไทย ผู้วิจัยอภิปรายผลดังต่อไปนี้



1. ศึกษาการเล่นพื้นบ้านพวนที่มีผลต่อการส่งเสริมสุขภาวะ 6 อ. คือ อ.ที่ 1 อาหาร อ.ที่ 2 อากาศ อ.ที่ 3 อุจจาระ อ.ที่ 4 ออกกำลังกาย อ.ที่ 5 อารมณ์และ อ.ที่ 6 อานาปานสติ กลุ่มชาติพันธุ์ไทยพวนในประเทศไทย พบว่า ภูมิหลังความเป็นมาของกลุ่มชาติพันธุ์ไทยพวนในประเทศไทยที่ถูกกวาดต้อนและอพยพมาจากแคว้นเชียงขวาง สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาวเมื่อ 200 ปีได้นำการแสดงและการเล่นพื้นบ้านติดมาด้วยเพื่อให้มีกิจกรรมร่วมกัน ก่อให้เกิดความสนุกสนานรื่นเริง โดยมีกุศโลบายเพื่อเป็นการออกกำลังกายและก่อให้เกิดความสามัคคีกันระหว่างผู้เล่นและผู้ชม การแสดงและการเล่นพื้นบ้านพวนเป็นภาพสะท้อนวิถีชีวิตและวิถีประเพณีในสังคม ความสัมพันธ์ในครอบครัว ขนบธรรมเนียมประเพณี ค่านิยม ความเชื่อและความรู้สึกนึกคิดของผู้เล่น การเล่นจะลดความตึงเครียดจากการประกอบอาชีพ ได้พบปะสังสรรค์ซึ่งกันและกัน มีความสอดคล้องกับงานวิจัย ของ วีรชัย สิงห์คำ เรื่องการศึกษาวัฒนธรรมและประเพณีไทยพวน: กรณีศึกษาชุมชน บ้านถนนแค ตำบลถนนแค อำเภอเมือง จังหวัดลพบุรี พบว่า วิถีชีวิตประจำวันของชาติพันธุ์ไทยพวน มีความเป็นอยู่อย่างง่าย ๆ มีความผูกพันใกล้ชิดกับครอบครัวและหมู่ญาติพี่น้องมีการถ่ายทอดภูมิความรู้และกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งด้านสังคม ความเชื่อทางศาสนา ตลอดจนกิจกรรมนันทนาการและความสนุกสนานรื่นเริง และไทยพวนมีวัฒนธรรมประเพณีที่เป็นเอกลักษณ์ของตนเอง (วีรชัย สิงห์คำ, 2562) และการศึกษาวิจัยด้านสุขภาพของ ธรรธ ดวงแก้ว และหิรัญญา เดชอุดม ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ ตำบลโพรงมะเดื่อ อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม พบว่า พฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติตนในภาวะเจ็บป่วย พฤติกรรมสุขภาพด้านการจัดการความเครียดใช้กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุตำบลโพรงมะเดื่อ จังหวัดนครปฐม พบว่าการรับประทานอาหาร อยู่ในระดับดี การออกกำลังกายอยู่ในระดับปานกลาง การจัดการความเครียดอยู่ในระดับพอใช้และการปฏิบัติตนในภาวะเจ็บป่วย อยู่ในระดับดี (ธรรธ ดวงแก้ว และหิรัญญา เดชอุดม, 2550)

2. ศึกษาและคัดสรรกรณีการเล่นพื้นบ้านพวนที่ส่งเสริมสุขภาวะในประเทศไทย 3 กรณี พบว่า ภูมิปัญญาและเทคโนโลยีวัฒนธรรมการเล่นพื้นบ้านของกลุ่มชาติพันธุ์มาจากการดำรงชีวิตและเกิดกิจกรรมทางด้านการนันทนาการโดยมีดนตรีทั้งดีด สี ดี เป่าเพื่อให้เกิดเสียงเพลง มีส่วนเกี่ยวข้องกับสุขภาพแม้แต่ทางพุทธศาสนายังมีพุทธศาสนิตว่า “อโรคยา ปรมาลาภา” หมายถึงความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐมีผลต่อการส่งเสริมสุขภาวะ 6 อ. คือ อ.ที่ 1 อาหาร อ.ที่ 2 อากาศ อ.ที่ 3 อุจจาระ อ.ที่ 4 ออกกำลังกาย อ.ที่ 5 อารมณ์ และ อ.ที่ 6 อานาปานสติ พบการเล่นพื้นบ้าน ที่ร่วมการคัดสรรกับผู้รู้ภูมิปัญญาในพื้นที่ศึกษาได้ 3 กรณี ประกอบด้วย ลำพวน หม่ากะเล็งเก็งกับ และนางกวัก เป็นกรณีคัดสรรที่มีคุณค่ามีความสัมพันธ์กับดัชนีชี้วัด 6 อ. ซึ่งมีความคิดเห็นเป็นทิศทางเดียวกันว่าการแสดงหรือการเล่นพื้นบ้านที่ยังปรากฏอยู่บ้างก็เพื่อเป็นการอนุรักษ์ไว้ให้รุ่นต่อ ๆ ไปหรือเอาไว้แสดงให้เห็นเมื่อนักท่องเที่ยวอยากชมการแสดงนั้น การเล่นพื้นบ้านยังมีการสอดแทรกคุณธรรม จริยธรรม และแนวทาง



การดำรงชีวิตที่มีค่านิยมที่ดีของสังคมไว้อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับงานวิจัยของ กาญจนรัตน์ แผลกวงศ์ ศึกษา ลำพวน: กรณีศึกษาภูมิปัญญาท้องถิ่นชาวพวน ตำบลบ้านทราย อำเภอบ้านหมี่ จังหวัดลพบุรี มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความเป็นมาและองค์ประกอบทางวัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับการลำพวน ความสัมพันธ์ของลำพวนใน ตำบลบ้านทราย อำเภอบ้านหมี่ จังหวัดลพบุรี ที่มีต่อวัฒนธรรมประเพณีท้องถิ่น เพื่อวิเคราะห์องค์ประกอบของกลอนลำพวน ตำบลบ้านทราย อำเภอบ้านหมี่ จังหวัดลพบุรี ผลการศึกษา พบว่าลำพวนเป็นวัฒนธรรมการละเล่นพื้นบ้านอย่างหนึ่งที่สืบทอดกันมาจากบรรพบุรุษของชาวพวนมาแต่โบราณ ลักษณะเด่นของลำพวน เป็นการขับลำนำ ทำนองซับซ้อนหรือที่เรียกว่า “ลำ” เป็นภาษาพวนกลอนลำพวน ใช้ปฏิภาณไหวพริบและประสบการณ์ผู้กร้อยเป็นถ้อยคำพูดจาโต้ตอบกันในลักษณะคำคม สุภาษิต คำพังเพยเปรียบเทียบกับที่เรียกว่า ฃญา การวิเคราะห์องค์ประกอบของกลอนลำพวน ทั้งในงานแต่งงาน (งานดอง) งานบวชและงานศพ (งานเฮือนดี) พบว่า ลักษณะคำประพันธ์ของกลอนลำพวนไม่สามารถกำหนดรูปแบบตายตัวในลักษณะโครงสร้างของคำประพันธ์ได้ คีตลักษณ์ (Form) ของกลอนลำพวนจัดอยู่ในประเภทเพลงท่อนเดียว ไม่มีการบรรเลงซ้ำ วัฒนธรรมท้องถิ่นที่เกี่ยวข้องกับลำพวน คือ งานประเพณีฮีตสิบสองหรือประเพณีการทำบุญของชาวพวนในรอบ 1 ปี ซึ่งแต่ละงานจะนำเอาลำพวนมาแสดงเพื่อความบันเทิง สนุกสนาน และผ่อนคลายจากความโศกเศร้า แสดงให้เห็นว่าลำพวนมีความสำคัญกับวิถีชีวิตของชาวพวน ตำบลบ้านทราย อำเภอบ้านหมี่ จังหวัดลพบุรี ทั้งยามทุกข์และยามสุข (กาญจนรัตน์ แผลกวงศ์, 2554)

3. วิเคราะห์องค์ประกอบเทคโนโลยีวัฒนธรรมการละเล่นพื้นบ้านที่สัมพันธ์กับการส่งเสริมสุขภาพะกลุ่มชาติพันธุ์ไทยพวนในประเทศไทย ด้วยเทคนิคการวิเคราะห์องค์ประกอบพบว่าองค์ประกอบของเทคโนโลยีวัฒนธรรมการละเล่นพื้นบ้านพวนที่สัมพันธ์กับการส่งเสริมสุขภาพะ พบว่าเทคโนโลยีวัฒนธรรมการละเล่นพื้นบ้านกลุ่มชาติพันธุ์ไทยพวนในองค์ประกอบของสุขภาพที่ดี 6 อ. ได้กล่าวถึงการเคลื่อนไหวและทำกิจกรรมต่าง ๆ ในทางพุทธศาสนาถึงสภาวะความนิ่งของจิตที่ส่งผลให้เกิดสมาธิและกำหนดตัวเราให้ควบคุมตนเองได้ ทั้งการเคลื่อนไหวและการอยู่นิ่ง มีสมาธิ จิตไม่ฟุ้งซ่าน ใช้หลัก 6 อ. ในการดูแล ประกอบด้วย อาหาร อากาศ อารมณ์ อุจจาระ ออกกำลังกายและอานาปานสติ เป็นดัชนีชี้วัดสุขภาพการณที่มีสุขภาพดีมีจำนวน 6 ประกอบ ได้แก่

องค์ประกอบที่ 1 สัมโพธฃงค์ 7 และพละธรรม 7 สัมพันธ์กับการละเล่นพื้นบ้านอย่างสุนทรีย์เป็นการส่งเสริมสุขภาพะผู้สูงอายุ

องค์ประกอบที่ 2 เทคโนโลยีวัฒนธรรมร่วมการละเล่นพื้นบ้านในบุญประเพณีเป็นมรดกภูมิปัญญาชาติพันธุ์ไท นำไปสู่เทคโนโลยีศาสนาในการเรียนรู้ถึงธรรมะและหลักคำสอนทางศาสนา



องค์ประกอบที่ 3 เทคโนโลยีวัฒนธรรมการเล่นพื้นบ้านสร้างสุขภาวะและสัมพันธ์กับ 6 อ. คือ อาหาร อูจจาระ อากาศ ออกกำลังกาย อารมณ์ และอานาปานสติ

องค์ประกอบที่ 4 เทคโนโลยีวัฒนธรรมอาหารการกินพืชสมุนไพรในการเล่นพื้นบ้านช่วยส่งเสริมสุขภาพอาหารเป็นยาและช่วยในระบบการย่อยอาหาร

องค์ประกอบที่ 5 ศิลปะการแสดงหรือการเล่นพื้นบ้านสัมพันธ์กับการส่งเสริม “ศรัทธา” และการฟื้นฟูสุขภาวะด้วย 7 พุทธวิธีรักษาโรค

องค์ประกอบที่ 6 การเคลื่อนไหวตามจังหวะรายำตามครรลองเทคโนโลยีวัฒนธรรมการเล่นพื้นบ้านช่วยฝึกจิตลมหายใจและเข้าถึงอานาปานสติ

สรุป/ข้อเสนอแนะ

กลุ่มชาติพันธุ์ไทยพวนมีถิ่นฐานดั้งเดิมอยู่ที่เมืองพวน แขวงเชียงขวาง สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาวได้อพยพหนีภัยจากสงครามมาเพื่อต้องการความสงบสันติสุขได้นำเอาภาษาพวน วิถีชีวิต ความเชื่อ วัฒนธรรมประเพณีการแสดงการเล่นพื้นบ้าน ที่สะท้อนวิถีชีวิตและวิถีประชาในสังคมและความสัมพันธ์เกี่ยวกับศาสนาพุทธ การเล่นพื้นบ้านยังสอดแทรกคุณธรรม จริยธรรมและแนวทางการดำรงชีวิตที่ดีของสังคมไว้อย่างเหมาะสมจากการวิเคราะห์องค์ประกอบของเทคโนโลยีวัฒนธรรมการเล่นพื้นบ้านพวนที่สัมพันธ์กับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุในประเทศไทย มี 6 องค์ประกอบ ซึ่งข้อค้นพบจากการวิจัย ทั้ง 3 ประเด็นกล่าวคือ 1) ด้านบริบทของชุมชนไทยพวน 2) ด้านการคัดสรรการเล่นที่มีคุณค่าและส่งเสริมสุขภาวะตามดัชนีชี้วัด 6 อ. การเล่นพื้นบ้านพวน 3) กรณียังดำรงอยู่และสามารถสืบสานให้คงอยู่ต่อไปได้พร้อมที่จะส่งต่อให้คนรุ่นต่อไป คือ 1) ลำพวน เป็นการเล่นที่ใช้จังหวะการร้องและฝึกสติแก่ผู้แสดง 2) หม่ากะเล้งเก้งกั๊บ เป็นการเล่นที่กำกับการฝึกสติให้อยู่กับเคลื่อนไหวในจังหวะการเล่น 3) นางกวั๊ก เป็นการเล่นที่กำกับการสมาธิบนความเคลื่อนไหว ซึ่งมีความสำคัญด้านมรดกภูมิปัญญาชาติพันธุ์และเหมาะสมกับการส่งเสริมสุขภาวะให้แก่กลุ่มชาติพันธุ์ไทยพวนและส่งเสริมให้มีการเผยแพร่ ให้ไทยพวนในแหล่งอื่น ๆ ได้เห็นความสำคัญและร่วมอนุรักษ์สืบสานต่อไป และการค้นพบ 6 องค์ประกอบนั้น ควรนำเสนอให้องค์กรสำคัญ 3 กลุ่มดังนี้ นำไปพัฒนาและศึกษาต่อไป ได้แก่ 1) หน่วยงานทางสังคมท้องถิ่น บ้าน วัด โรงเรียน - ราชการ (บ ว ร) ควรให้ความร่วมมือกันในการธำรงรักษาและต่อยอดให้การเล่นพื้นบ้านมีความน่าสนใจและสามารถนำไปต่อยอดเป็นการแสดงประจำถิ่นที่ส่งเสริมอัตลักษณ์และการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมท้องถิ่นได้ 2) หน่วยงานสถาบันการศึกษา ทั้งระดับมหาวิทยาลัย วิทยาลัยและองค์กรทางวิชาการนำองค์ความรู้ ที่ได้รับจากการถ่ายทอดการเล่นพื้นบ้านพวนไปพัฒนาต่อยอดสามารถนำแนวคิดไปพัฒนาทำการวิจัยที่มีรายละเอียดในแหล่งไทยพวนอื่น ๆ ในประเทศไทย เพื่อการค้นพบการเล่นพื้นบ้านอื่น ๆ และ 3) หน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้องกับวัฒนธรรม การท่องเที่ยว สาธารณสุข ควรร่วมกัน



จัดทำโครงการพัฒนาการเล่นพื้นบ้านชาติพันธุ์ให้มีชื่อเสียง มีรูปแบบที่น่าสนใจ มีความสอดคล้องกับการส่งเสริมสุขภาพประชาชนตามนโยบายสาธารณสุขชาติ เพื่อสามารถนำไปต่อยอดให้เป็นการเล่นที่เป็นการแสดงนำเสนอเป็น อัตลักษณ์ชุมชนไทยพวนให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมสามารถให้บริการแก่นักท่องเที่ยวและผู้สนใจศึกษาได้ต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- กัลยา วานิชย์บัญชา. (2552). การวิเคราะห์สถิติขั้นสูงด้วย SPSS for Windows. (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธรรมสาร.
- กาญจนา รัตน แผลกวงศ์. (2554). ลำพวน : กรณีศึกษาภูมิปัญญาท้องถิ่นชาวพวน ตำบลบ้านทราย อำเภอบ้านหมี่ จังหวัดลพบุรี. ใน วิทยานิพนธ์ศิลปกรรมศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชามานุษยวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- จารุวรรณ ธรรมวัตร. (2541). ตำนานและพงศาวดารพวน: อุดมการณ์สมานฉันท์ระหว่างเผ่าพันธุ์. ใน เอกสารสรุปการประชุมทางวิชาการ. มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- ฉวีวรรณ ประจวบเหมาะ. (2547). ว่าด้วยแนวทางการศึกษาชาติพันธุ์. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร.
- ธราธร ดวงแก้ว และหิรัญญา เดชอุดม. (2550). พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ กรณีศึกษา ตำบลโพรงมะเดื่อ อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม. นครปฐม: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม.
- ปาริชาติ เทพอารักษ์ และอมรรววรรณ ทิพนอม. (2550). สุขภาวะของคนไทย จุดเริ่มต้นของความอยู่เย็นเป็นสุข. วารสารเศรษฐกิจและสังคม, 44(ฉบับที่ 1), 12-17.
- รัชดา พัฒน์ชื่น และสมาลี ศรีชมพู. (2545). ประเพณีไทยพวน. กรุงเทพมหานคร: cursalaadpura.
- วรางคณา ผลประเสริฐ. (2558). สุขภาพผู้สูงอายุ. เรียกใช้เมื่อ 24 มกราคม 2564 จาก [http : //www.Stou.ac.th/stoukc](http://www.Stou.ac.th/stoukc)
- วิรัชวงศ์ ธรรมวงศ์. (28 กันยายน 2563). การบริหารงานชมรมไทยพวนแห่งประเทศไทย. (พัชรินทร์ คำสุวรรณ, ผู้สัมภาษณ์)
- วิรัช สิมคำ. (2562). การศึกษาวัฒนธรรมและประเพณีไทยพวน: กรณีศึกษาชุมชน บ้านถนนแค ตำบลถนนแค อำเภอเมือง จังหวัดลพบุรี. วารสารบริหารธุรกิจและศิลปศาสตร์ราชมงคลล้านนา, 7(ฉบับที่1), 15 -25.
- สาธโร โสรจโสรัจประสพสันติ. (7 เมษายน 2563). ไทยพวนตำบลหาดเสี้ยว. (พัชรินทร์ คำสุวรรณ, ผู้สัมภาษณ์)
- สุภางค์ จันทวานิช. (2540). วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ. (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.



อรศิริ ปาณินท์. (2555). ลาวพวน: จากเชียงใหม่สู่ลุ่มน้ำภาคกลางของประเทศไทย. เรียกใช้เมื่อ 24 มกราคม 2564 จาก <http://www.surf.su.ac.th/node/44>