

วารสารพุทธศิลปกรรม JOURNAL OF BUDDHIST ARTS

6

ปีที่ 1 ฉบับที่ 2 กรกฎาคม - ธันวาคม 2561 | Vol.1 No. 2 | July - December 2018 |

ISSN : 1905-534x (Print)
ISSN : 2697-6099 (ONLINE)

บัณฑิตศึกษา

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่

ชีวิตกับความเจ็บป่วยในมุมมองของพระพุทธศาสนา

Life and illness in view of Buddhism

พระมหาบุญนำ ปรุกโกโม

วิโรจน์ วิชัย

Phramaha Boonnam Parakkamo

Virot Vichai

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่

Mahachulalongkornrajavidyalaya University Chiang Mai

Email: boonnam1105@hotmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาบริบทของชีวิตและความเจ็บป่วย พุทธวิธีการบำบัดรักษาความเจ็บป่วยและคุณค่าของความเจ็บป่วยที่มีต่อชีวิต ซึ่งพบว่า พระพุทธศาสนามีทัศนะเกี่ยวกับชีวิตว่าเป็นเพียงการประกอบเข้าของส่วนต่างๆ ที่เรียกว่าขันธห้า ชีวิตเป็นเพียงกระแสแห่งเหตุปัจจัยเท่านั้น และยังคงตกอยู่ในลักษณะ 3 ประการ คือ อนิจจัง ทุกขังและอนัตตา ความเจ็บป่วยมี 2 ประเภท คือ ความเจ็บป่วยทางกาย และความเจ็บป่วยทางใจ ซึ่งล้วนมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกัน ความเจ็บป่วยทางกายเกิดจากหลายสาเหตุ เช่น เชื้อโรค สภาพแวดล้อม ลักษณะการดำเนินชีวิต และกรรม เป็นต้น ส่วนความเจ็บป่วยทางใจนั้นเกิดจากกิเลสต่างๆ เมื่อเกิดความเจ็บป่วยขึ้น จะต้องทำการรักษาให้หายขาดตามความเหมาะสม ตามพุทธวิธีการบำบัดรักษาโรคนั้นสรุปได้ 3 วิธี คือ 1) โดยวิธีการทางการแพทย์ 2) โดยวิธีการตามธรรมชาติหรือธรรมชาติบำบัด และ 3) โดยวิธีธรรมโอสถ ความเจ็บป่วยในทัศนะของพระพุทธศาสนานั้นมีคุณค่าต่อชีวิตอย่างมาก คือ 1) มีคุณค่าต่อหลักจริยธรรม ทำให้เกิดปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่เกี่ยวข้อง เช่น ญาติ แพทย์ผู้ทำการรักษา พยาบาล เป็นต้น 2) มีคุณค่าต่อการเข้าใจชีวิต ทำให้เกิดการเรียนรู้ความจริงจากสภาพสังขารที่แปรเปลี่ยนไป 3) มีคุณค่าต่อการเข้าใจสัจธรรม ทำให้ได้เรียนรู้และเข้าใจความเป็นจริงของสังขาร จนถอนความยึดมั่นถือมั่นลงได้

คำสำคัญ: ชีวิต, ความเจ็บป่วย, มุมมองของพระพุทธศาสนา

Abstract

This article aims to study the context of life and illness, to investigate the Buddhist method of treatment included with value of illness on life. It is found that life is an illusion in the Buddhist concept that is composed by the Five Aggregates. In addition, life is only just a stream of aggravating factors and fall into the Three Characteristics viz. impermanence, suffering and non-self. There are two types of illness: physical illness and mental illness, all of which are related. Physical illnesses caused by many reasons, such as bacteria, environment, lifestyle and Kamma. According to the mental illness, it is caused by the defilements and it must be cured appropriately. Regarding the Buddhist way of treatment, it consists of three methods as follows: 1) by physicians, 2) by means of natural therapy and 3) by the Buddha's Doctrines. In the Buddhist perspective, illness is of great value to life at least in three ways as: 1) ethical value – it makes a good relationship among people such as relatives, physicians, nurse etc., 2) value of understanding in life that it fall into decay and subject to change and 3) value of understanding the Ultimate Truth that all compounded things are impermanent and finally one can uproot his/her attachment.

Keywords: Life, illness, view of Buddhism

บทนำ

ความเจ็บป่วยมีอาจแยกออกจากชีวิตได้ เพราะความเจ็บป่วยนั้นเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต ตามหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนา ชีวิตนั้นสำเร็จมาจากการ

ประกอบเข้าของขันธห้า (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม ข้อ 1 315: 299) คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ และยังตกอยู่ในอำนาจของกฎของธรรมชาติหรือลักษณะ 3 ประการ คือ อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา ความเปลี่ยนแปลงไม่คงที่ ไม่มั่นคงถาวรของสังขาร ก่อให้เกิดความเปลี่ยนแปลงกับร่างกายในรูปลักษณะต่าง ๆ ทั้งในลักษณะเป็นที่ชื่นชอบ เช่น ความเจริญเติบโตของสตรีระ ความแข็งแรง ความเป็นหนุ่มเป็นสาว การพัฒนาของระดับสติปัญญา เป็นต้น ในส่วนที่เจ้าของชีวิตไม่ปรารถนา เช่น ความเสื่อมถอย ความแก่ชรา ความอ่อนแอ ความทุพพลภาพ ความเจ็บป่วยด้วยโรคต่าง ๆ เป็นต้น

ความเจ็บป่วยเป็นหนึ่งในความเปลี่ยนแปลงที่นำไปสู่ความทุกข์ มนุษย์ไม่อาจจะรอดพ้นไปได้ แม้จะมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีวิทยาการทางการแพทย์ที่เพียบพร้อม ก็มีอาจรอดพ้นจากโรคร้ายไข้เจ็บไปได้ อย่างน้อยก็โรคร้ายที่รอคอยมนุษย์ทุกคนอยู่ หรือหากดูแลตนเองดี มีสุขภาพทางกายดี ไม่เคยป่วยด้วยโรคทางกายเลย ก็ยังต้องประสบกับโรคทางใจ ต้องประสบทุกข์จากการถูกรบกวนง่ำย่ำย็ของกิเลส แม้แต่พระอรหันต์ซึ่งนิมิตสพผู้สิ้นกิเลสแล้ว ยังอาจต้องประสบกับความเจ็บป่วยทางกายอยู่ในตำนานมีการกล่าวถึงความเจ็บป่วยของบุคคลต่างๆ เช่น พระพุทธเจ้า พระสาวก พระสาวิกา และบุคคลทั่วไป

มนุษย์ส่วนมากเมื่อเกิดความเจ็บป่วยขึ้นกับตน ก็มีความต้องการให้ตนหายจากอาการป่วยโดยเร็ว แม้กระทั่งหมู่ญาติก็ยิ่งอาจวิตกกังวลกับอาการป่วยของบุคคลอันเป็นที่รัก ยิ่งมีความปรารถนาให้หายป่วยมากขึ้นเท่าไร ความเครียด วิตกกังวลก็มีมากขึ้นเท่านั้น และหากเป็นโรคร้ายแรงที่ยากต่อการรักษา หรือต้องใช้เวลาและเงินเป็นจำนวนมากในการรักษา ยิ่งเพิ่มความทุกข์ในคนป่วยมากยิ่งขึ้น มีรายงานการวิจัยว่า ความเจ็บป่วยทางกายและจิตใจเป็นสาเหตุสำคัญของการทำร้ายตนเองและการฆ่าตัวตาย (มาโนช หล่อตระกูล, 2560: ออนไลน์) ความเจ็บป่วยยังส่งผลกระทบต่อการดำรงชีวิต คนส่วนมากมีความวิตก กังวล ซึมเศร้า ผู้ป่วยจะมีลำดับขั้นตอนการแสดงออกทางอารมณ์และพฤติกรรม 5 ขั้นตอน คือ การตกใจและปฏิเสธความจริง (shock and denial) กังวล สับสน และโกรธ (anxiety, anger) การต่อรอง (bargaining) เศร้า หดห้วง (depress) ยอมรับความจริง (acceptance) (ภาวะจิตสังคมของการเจ็บป่วย (Psychosocial aspect of illness, 2560: ออนไลน์) พระพุทธศาสนานั้นมองปัญหาสุขภาพและความเจ็บป่วยรวมอยู่ในสิ่งที่เรียกว่า “องค์รวมใหญ่ของปัญหาเรื่องโรคของชีวิต” ซึ่งมีความสัมพันธ์อิงอาศัยกันอย่างเป็นระบบและ

กระบวนการ โดยมีปัจจัยทั้งทางด้านกาย สังคม และธรรมชาติแวดล้อม โดยปัจจัยทั้งหมดเป็นไปอย่างสัมพันธ์กัน (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2551: 368) ในคัมภีร์พระพุทธศาสนานั้น ได้มีการกล่าวถึงความเจ็บป่วยไว้อย่างครอบคลุมเกือบทุกแง่มุม กระจายไปในพระสูตรต่าง ๆ มีการกล่าวถึง บริบทของความเจ็บป่วย ความหมาย ประเภท สาเหตุ วิธีการบำบัดรักษา ตลอดจนทั้งคุณค่าหรือประโยชน์ของความเจ็บป่วย และยังได้กล่าวถึงกลุ่มบุคคล เมื่อเกิดความเจ็บป่วยขึ้นกับร่างกายและจิตใจ กลับใช้ความเจ็บป่วยนั้นเป็นเครื่องมือในการช่วยส่งเสริม สนับสนุนการประพฤติปฏิบัติธรรมของตนเอง จนในที่สุดบุคคลเหล่านั้นต่างได้บรรลุธรรม เช่น พระจักษุบาลเถระ พระปุตติคัตตติสเถระ พระศิริมานนท์ และพระภิกษุณีกีสาคโคตมีเป็นต้น หรือแม้แต่ในปัจจุบันนี้ ก็มีพระภิกษุหลายรูปที่ใช้ความเจ็บป่วยเป็นเครื่องมือพัฒนาตนเอง ดำรงตนด้วยความไม่ประมาท เช่น พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ท่านได้อาพาธด้วยโรคหลายโรค แต่ท่านกลับใช้ความเจ็บป่วยเป็นเครื่องเตือนใจตนเอง เพื่อจะได้ไม่ประมาท พร้อมทั้งเร่งสร้างประโยชน์ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ท่านได้บรรยายเกี่ยวกับความเจ็บป่วยที่น่าสนใจ เช่น “กายเราป่วยแต่ใจของเราไม่ป่วย” (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), 2546: 6) และท่านยังได้เขียนหนังสือที่เกี่ยวกับความเจ็บป่วยไว้เป็นมรดกทางปัญญาอีกหลายเล่ม เช่น การแพทย์สมัยใหม่ในพุทธทัศน์, ดุลยภาพ สาระแห่งสุขภาพ และความสมบูรณ์, โภชนรงค์ พุทธวิธีเสริมสุขภาพ, กรรมกับโรคพันธุกรรมในทัศนะพระพุทธศาสนา, กายหายไข้ ใจหายทุกข์ เป็นต้น

จะเห็นได้ว่าความเจ็บป่วยมีคุณค่าต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้งทางโลกและทางธรรม หากใช้เป็นเรื่องของความทุกข์ระทมทั้งทางกายและทางใจที่คนส่วนใหญ่เข้าใจกัน ถึงกายจะป่วยคนเราก็มีสิทธิที่เป็นสุขได้ ขอเพียงเปิดในรับสุขที่มีอยู่รอบตัว (พระไพศาล วิสาโล, 2554: 9) ความเจ็บป่วยเป็นการพลิกวิกฤตให้เป็นโอกาสที่จะได้เรียนรู้ความจริงของชีวิต ซึ่งในยามปกติเราอาจจะไม่ได้ใส่ใจต่อความหมายและความจริงของชีวิต จนทำให้มนุษย์เลือกเดินทางในทางที่ผิด ก่อความทุกข์ให้แก่ตนเองและคนอื่น ดังนั้นทางผู้เขียนบทความทางวิชาการจึงได้ทำการศึกษา “คุณค่าความเจ็บป่วยที่มีต่อชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนา” โดยทำการศึกษาในประเด็นต่าง ๆ ที่ได้สนใจ คือ บริบทความเจ็บป่วยในพระพุทธศาสนา พุทธวิธีบำบัดรักษาความเจ็บป่วย และคุณค่าของความเจ็บป่วยที่มีต่อชีวิต

ชีวิตกับความเจ็บป่วยในมุมมองของพระพุทธศาสนา

1. ความเจ็บป่วยในบริบทพระพุทธศาสนา

ความเจ็บป่วยเป็นสภาพที่เกิดขึ้นกับชีวิต เป็นสภาวะทุกข์ คือมีความแปรผันไปของสังขาร (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 19 ข้อ 165: 96) มนุษย์ทุกยุคทุกสมัยล้วนพยายามหาวิธีทางเพื่อเอาชนะความเจ็บป่วย แม้ในปัจจุบันจะมีความเจริญก้าวหน้าของวิทยาการทางการแพทย์ก็ตามที่ ความเจ็บป่วยก็ยังไม่สามารถกำจัดให้หมดไปได้ ยังคงเป็นปัญหาของปัจเจกบุคคลและสังคมโลกอยู่ ความเจ็บป่วยในมุมมองทางพระพุทธศาสนานั้นมีความสัมพันธ์กับเหตุปัจจัยแวดล้อมอื่น ๆ ทั้งตัวบุคคล สังคม สภาพแวดล้อม ตลอดจนทั้งกรรม เป็นต้น การรู้จักความเจ็บป่วยอย่างท่วงแท้นั้น ต้องเริ่มต้นจากการรู้จักเหตุปัจจัยทั้งหลายที่เข้ามาเกี่ยวข้องที่เรียกว่า “องค์รวมใหญ่แห่งปัญหาเรื่องโรคของชีวิต” (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2551: 12) ความเจ็บป่วยมีความหมายตรงกับคำบาลีว่า “อาพาธ” ซึ่งหมายถึง ความเจ็บป่วย (ราชบัณฑิตยสถาน, 2542: 1364) หรือภาวะที่ร่างกายทำงานไม่เป็นปกติอันเนื่องมาจากเชื้อโรค (ราชบัณฑิตยสถาน, 2542: 979)ทางพระพุทธศาสนานั้นมุ่งไปที่คำว่า “โรค” มาจากรากศัพท์บาลีว่า “รุช” แปลว่า เสียต้าง คือการที่มีสิ่งเข้าไปเสียดแทงทั้งร่างกายและจิตใจ ให้ได้รับความทุกข์ทรมาน และยังมีอีกหลายคำที่ใช้ในความหมายนี้ เช่น โรคาพาธ พยาธิ เป็นต้น พุทธทาสภิกขุได้ให้ทรรศนะของความเจ็บป่วยไว้ว่า “มันเป็นเพียงกิริยาแห่งการเปลี่ยนแปลงของสังขารเท่านั้นเอง” (พุทธทาสภิกขุ, ม.ป.ป.: 9)

ความเจ็บป่วยสามารถเกิดขึ้นกับทุกส่วนของร่างกาย โดยอาจจะเกิดขึ้นที่บางอวัยวะเท่านั้น หรือเกิดขึ้นพร้อมกันหลายอวัยวะ โดยมีการเกิดขึ้นในอวัยวะหนึ่งแล้วลุกลามไปสู่อวัยวะอื่น ๆ เช่น การลุกลาม ขยายตัวของเซลล์มะเร็ง เป็นต้น ในคัมภีร์พระไตรปิฎกได้กล่าวถึงชื่อโรคที่เกิดขึ้นในขณะนั้นมากมาย เช่น โรคตา หู จมูก ลิ้น กาย ศีรษะ โรคริดสีดวง (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 24 ข้อ 60: 129-131) โรคอหิวาตกโรค (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 4 ข้อ 100: 155) โรคฝี โรคกลาก โรคลมบ้าหมู โรคปอด โรคลมชัก (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 4 ข้อ 88: 142)

พระพุทธศาสนานั้นแบ่งโรคออกเป็น 2 ประเภท คือ โรคทางกายและโรคทางใจ (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 21 ข้อ 157: 217) พุทธทาสภิกขุได้แบ่งออกเป็น 3 ประเภท เพื่อจำแนกโรคให้เห็นได้ชัดเจน คือ โรคทางกาย โรคทางจิต และโรค

ทางจิตวิญญาณ (พุทธทาสภิกขุ, 2548: 8-11) โดยจุดมุ่งหมายที่ท่านจำแนกอย่างนี้ก็คือด้วยประสงค์จะให้สัมพันธ์กับศัพท์ทางการแพทย์ และทำให้ชาวต่างชาติเข้าใจโรคในมุมมองพระพุทธศาสนาได้ชัดเจน ซึ่งกายกับใจนี้เกี่ยวข้องสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด เกินที่จะแยกส่วนกันอย่างเด็ดขาด ความเจ็บป่วยทางกายเกี่ยวข้องทางใจเกี่ยวข้องความทุกข์ทางใจด้วย (พระไพศาล วิสาโล, 2554: 13) ความเจ็บป่วยทางกายมีสาเหตุมาจากโรคและเหตุอื่น ๆ เช่น ความเจ็บป่วยมีดี เสลด ลมและไข้สันนิบาตเป็นสมุฏฐาน เกิดแต่ฤดูแปรปรวน เกิดแต่การบริหารกายที่ไม่สม่ำเสมอ เกิดแต่ความเพียรเกินกำลัง เกิดแต่วิบากของกรรม (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 24 ข้อ 60: 129-131) ความหนาว ความร้อนความหิว ความกระหาย ปวดอุจจาระ ปวดปัสสาวะ ธาตุ 4 ไม่สมดุล (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 11 ข้อ 31: 306-307, พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 29 ข้อ 11: 17) ตลอดทั้งการไม่รู้ประมาณในการบริโภค (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 25 ข้อ 325: 134) ส่วนความเจ็บป่วยทางใจนั้นเกิดจากอำนาจของกิเลสสัตว์ ดังพระพุทธพจน์ว่า “ผู้อ้างว่า ตนเองไม่มีโรคทางใจตลอดระยะเวลาแม้ครู่เดียวหาได้โดยยาก ยกเว้นท่านผู้หมดกิเลสแล้ว” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 21 ข้อ 157: 217) หากจัดกิเลสตามความละเอียดและความยากง่ายในการกำจัดออกไปจากจิตใจสามารถจัดได้ 3 ระดับ คือ

1. วิติกมะ (กรรมศาสนา, 2531: 7) คือ ความล่องละเมิด จัดเป็นกิเลสอย่างหยาบ ซึ่งมุ่งไปที่การล่องละเมิดทางกายและวาจา โดยมีศีลเป็นข้อกำหนดว่าอะไรบ้างที่ทำไม่ได้ ถ้าทำลงไปแล้วถือว่าเป็นการละเมิดศีล ผลของความละเมิดก็นำมาซึ่งความทุกข์เดือดร้อนทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

2. ปรียภูฐานกิเลส คือ กิเลสอย่างกลาง ในนินวณสูตร (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 19 ข้อ 177: 104.) ระบุว่า นินวณ เป็นสิ่งกั้นจิตไม่ให้บรรลุความดี มี 5 ประการ คือ

- 1) กามฉันทนินวณ สิ่งกั้นจิตไม่ให้บรรลุความดีคือความพอใจในกาม
- 2) พยาบาทนินวณ สิ่งกั้นจิตไม่ให้บรรลุความดีคือความคิดพยาบาท (ปองร้าย)
- 3) ถีนมิตถนินวณ สิ่งกั้นจิตไม่ให้บรรลุความดีคือความหดหู่ และ เชื่องซึม
- 4) อุทธัจจกุกกุจจนินวณ สิ่งกั้นจิตไม่ให้บรรลุความดีคือความฟุ้งซ่าน

และร้อนใจ

5) วิจิกิจฉานิวรณ์ สิ่งกั้นจิตไม่ให้บรรลุมติคือความลั้งเล สงสัย
3. อนุสัย คือ กิเลสอย่างละเอียดที่นอนเนื่องอยู่ในสันดาน จัดเป็นกิเลสอย่างละเอียดที่สุด ในอนุสยสูตร (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 19 ข้อ 176: 103.) กล่าวว่ามี 7 ประการ คือ

- 1) กามราคานุสัย กิเลสที่นอนเนื่องคือกามราคะ
- 2) ปฏิฆานุสัย กิเลสที่นอนเนื่องคือปฏิฆะ
- 3) ทิฏฐานุสัย กิเลสที่นอนเนื่องคือทิฏฐิ
- 4) วิจิกิจฉานุสัย กิเลสที่นอนเนื่องคือวิจิกิจฉา
- 5) มานานุสัย กิเลสที่นอนเนื่องคือมานะ
- 6) ภวราคานุสัย กิเลสที่นอนเนื่องคือภวราคะ
- 7) อวิชขานุสัย กิเลสที่นอนเนื่องคืออวิชชา

2. พุทธวิธีการบำบัดรักษาความเจ็บป่วย

เมื่อเกิดความเจ็บป่วยขึ้นไม่ว่าจะทางกายหรือทางใจต้องทำการรักษา และอย่าพึงคาดหวังถึงผลการรักษาจนเกิดความทุกข์ซ้อนทุกข์ขึ้นมาทับถม เพราะในคิลานสูตรระบุไว้ บางโรครักษาหรือไม่รักษาก็ไม่หาย บางโรครักษาหรือไม่รักษาก็หาย และ บางโรคต้องรักษาจึงหาย ไม่ได้รับการักษาไม่หาย (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 20 ข้อ 22: 169) พุทธวิธีการบำบัดรักษาความเจ็บป่วย สรุปได้ 3 แนวทางการบำบัดรักษา ดังนี้

2.1 พุทธวิธีบำบัดรักษาโรคโดยวิธีการทางการแพทย์

ความเจ็บทางกายและความเจ็บป่วยทางจิตที่เกี่ยวข้องกับกายนั้น สามารถรักษาให้หายด้วยการทำการรักษาทางการแพทย์ที่ถูกต้องวิธี พระพุทธเจ้าทรงให้ความสำคัญต่อการบำบัดรักษาโรค เพราะหากเกิดความผิดปกติกับร่างกายจนทำให้เป็นอุปสรรคต่อการดำเนินชีวิตและการปฏิบัติธรรม ทรงอนุญาตข้อปฏิบัติเฉพาะบางประการ และผ่อนปรนพระวินัยบางข้อเพื่อให้สะดวกต่อการบำบัดรักษา เช่น ทรงอนุญาตให้ภิกษุที่อาพาธฉันภัตตาหารในโรงทานได้ตลอด ส่วนภิกษุอื่นฉันได้เป็นครั้งคราว ฉันติดต่อกันเกิน 2 วัน เป็นอาบัติปาจิตตีย์ (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 2 ข้อ 203-204: 365-366.) กำหนดให้มีผู้ดูแลพระภิกษุที่อาพาธอย่างใกล้ชิด ที่

เรียกว่าคิลานุปัฏฐาก (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 20 ข้อ 22: 170.)และให้สงฆ์ดูแล พระภิกษุที่อาพาธกรณีไม่มีผู้ดูแล ห้ามไม่ให้ปล่อยทิ้งตามยถากรรม เมื่อภิกษุอาพาธ พระพุทธองค์ทรงอนุญาตให้ใช้เภสัชสมุนไพร อาหาร และวิธีการต่าง ๆ นอกเหนือจากการใช้ยาทั่วไป เพื่อให้เกิดผลทางการ

ในสมัยครั้งพุทธกาลนั้นนิยมใช้เภสัชสมุนไพร อาหาร ความร้อน และมีการกล่าวถึงการผ่าตัดที่กระทำโดยหมดชีวกโกมารภัจ แต่ในปัจจุบันวิทยาการทางการแพทย์มีความก้าวหน้า สามารถวินิจฉัยและรักษาโรคต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี ประกอบกับมีบุคลากรทางการแพทย์ที่ความรู้ ความชำนาญ การรักษาโรคทางกาย ให้หายก็อาจมีผลต่อโรคทางใจได้ด้วย เพราะด้วยเหตุว่าโรคทางกายและใจนั้นล้วนมีความสัมพันธ์กัน เมื่อโรคทางกายได้รับการบำบัดรักษาให้หาย ก็ส่งผลต่อจิตใจคลาย ความวิตกกังวล เป็นต้น

2.2 พุทธวิธีการบำบัดรักษาโดยวิธีธรรมชาติ

โรคบางอย่างที่เกิดจากเหตุปัจจัยต่าง ๆ เช่น การแปรปรวนของ ดิน ฟ้า อากาศ เป็นต้นสามารถหายเองได้โดยไม่ต้องทำการรักษา เพราะเมื่อผ่านไปร่างกายสามารถบำบัดรักษาตัวเองได้ ส่วนมากเป็นโรคที่ไม่ร้ายแรง เช่น สมัยหนึ่ง พระพุทธองค์แสดงธรรมโปรดพวกเจ้ามัลละ กรุงปาวาเกือบทั้งคืน เมื่อเจ้ามัลละ กราบทูลลากลับไป พระองค์ทรงเห็นว่าหมู่ภิกษุยังไม่ว่าง ยังคงรอคอยการฟังธรรม จากพระองค์ จึงมีรับสั่งให้พระสารีบุตรแสดงธรรมแก่ภิกษุทั้งหลายฟังแทนพระองค์ เนื่องจากพระองค์ทรงเมื่อยล้าและประสงค์จะพักเมื่อยพระปฤษฎางค์ (พระไตรปิฎก ภาษาไทย เล่ม 11 ข้อ 300: 249.) และโรคบางอย่างต้องปล่อยให้เป็นไปตามธรรมชาติ เช่นโรคที่เกิดจากวิบากกรรม ถึงแม้จะทำการรักษาอย่างไรก็ไม่หาย ต้องให้โรคดำเนิน ไปตามเหตุปัจจัย เช่น การอาพาธของพระจักษุบาล ถึงแม้จะมีหมอที่มีความชำนาญ ในการรักษา มียาที่มีสรรพคุณในการรักษาดีเลิศ ก็ไม่สามารถรักษาให้หายได้ ต้องมี เหตุทำให้การรักษาประสบความสำเร็จ จนโรคนั้นลุกลามดำเนินไปตามแรงขับของ กรรม เพราะในอดีตชาติท่านได้ทำคนให้ตาบอดเพราะไม่จ่ายค่ารักษา วิบากกรรมจึง ตามมาให้ผลในชาตินี้

วิธีการบำบัดรักษาโดยวิถีธรรมชาตินี้ยังหมายรวมถึงการหยุดการ รักษาผู้ป่วยที่ทำการรักษามาแล้ว แต่ไม่สามารถจะรักษาให้หายได้ เป็นผู้ป่วยระยะ สุดท้าย จากประวัติการเสด็จเยี่ยมไข้พระสาวกพระพุทธองค์ เริ่มแรกนั้นจะมีการบำบัด รักษาโดยวิธีการทางการแพทย์ แต่เมื่อรักษาไปได้สักระยะหนึ่งแล้วอาการไม่ดีขึ้น มีแต่ ทรมานหนัก พระพุทธองค์ทรงไม่แนะนำให้กระทำการใด ๆ เกี่ยวกับการรักษาทางกาย คือปล่อยให้สภาพร่างกายดำเนินไปตามเหตุปัจจัย เพียงแต่ทำการประคับประคอง ร่างกายให้อยู่สภาพที่เบาสบายเท่าที่จะทำได้ จึงปรากฏว่าแม้พระสาวกที่ป่วยหนัก ประสงค์จะลุกขึ้นจากเตียงเพื่อการถวายเป็นความเคารพ พระพุทธองค์ได้ตรัสห้าม ทรง ทำให้ผู้ป่วยเป็นศูนย์กลางที่มีความสำคัญ จึงทรงตัดเรื่องวิธีการรักษาที่เป็นเหตุให้ ผู้ป่วยได้รับทุกข์ทรมาน ตลอดทั้งระเบียบปฏิบัติที่ยุ่งยากออกไป จากนั้นทรงให้ความสำคัญกับจิตใจ โดยแสดงธรรมให้เห็นความจริงของชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับการแพทย์ สมัยใหม่ที่กำลังตื่นตัว การช่วยเหลือผู้ป่วยระยะสุดท้ายให้จากไปอย่างสงบ เป็นการ ให้ความสำคัญกับการดูแลผู้ป่วยทางจิตใจ การรักษาผู้ป่วยในระยะนี้ด้วยเครื่องมือ ทางทางการแพทย์เป็นสิ่งที่ไม่ควร เพราะไม่มีประโยชน์ต่อผู้ป่วยเลย มีแต่จะทำให้เกิด ความทุกข์ทรมานเพิ่มมากขึ้น ซึ่งผู้ป่วยในระยะนี้จะมีความเจ็บปวด อ่อนเปลี้ยเพลีย แรง เบื่ออาหาร ร่างกายชুবวม หายใจไม่อิ่ม ปากแห้ง ท้องผูก และเมื่อโรครมีการ ลุกลามมากขึ้น ร่างกายจะเกิดการเปลี่ยนแปลงและสภาพถดถอยลงเรื่อย ๆ เมื่อถึงจุด ที่ผู้ป่วยใกล้จะเสียชีวิต การทำงานของอวัยวะในระบบต่าง ๆ จะเริ่มสูญเสียการทำงาน ตามหน้าที่ (ศรีเวียง ไพโรจน์กุล, 2560: ออนไลน์) การปล่อยให้ไปไปตามธรรมชาติ ทำให้ผู้ป่วยได้ใช้โอกาสช่วงสุดท้ายอย่างสงบเพื่อศึกษาความจริงของชีวิต เป็นการหยุด การรักษาทางกายแต่เป็นการเปิดโอกาสแห่งการรักษาโรคทางใจ โรคทางใจบางอย่าง ใช้การรักษาโดยวิถีธรรมชาติได้เช่นกัน เช่น ความเครียด ความวิตกกังวล ความพลาดหวัง ความสูญเสียของรัก เป็นต้น ถึงแม้จะมีคนมาปลอบประโลมมากน้อยเพียงใด ใจ ยังทุกข์ระทมอยู่ แต่พอเวลานานเข้าเริ่มยอมรับความจริงนั้นไปเอง เป็นการใช้เวลาใน การเยียวยาความเจ็บป่วย เพราะเมื่อประสบความทุกข์นาน ๆ ย่อมพิจารณาเห็นโทษ ที่เกิดจากการยึดมั่น ความไม่สมปรารถนา ประกอบกับได้พบเห็นความทุกข์ที่เกิดกับ คนอื่น ๆ ทำให้เกิดปัญญาพิจารณาสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตจนเข้าใจเหตุผล พร้อมกับเผชิญ หน้าที่กับสิ่งที่ประสบอย่างสงบ มั่นคง

2.3 พุทธวิธีการบำบัดรักษาโดยธรรมโอสถ

โรคทางกายนอกจากจะทำการรักษาทางการแพทย์แล้วยังสามารถใช้ธรรมะในการรักษาโรคได้ด้วย รวมทั้งโรคทางใจที่เกิดจากกิเลสตัณหา ซึ่งเป็นโรคที่ไม่สามารถรักษาให้หายด้วยวิธีทางการแพทย์ทั่วไป พระพุทธเจ้าทรงเป็นนายแพทย์ทางจิตวิญญาณ (พุทธทาสภิกขุ, 2548: 8) ชีวิตของมนุษย์ต้องประสบความพลัดพราก ประสพกับสิ่งที่ไม่ต้องการ ความผิดหวังในสิ่งที่หวังไว้หากไม่รู้เท่าทันก็จะต้องเกิดความทุกข์ ความเครียด ความโศกเศร้า การรักษาโดยธรรมโอสถนั้น มีอานุภาพมากหรือมีผลต่อการรักษา จนเป็นที่ยอมรับในวงการแพทย์ในปัจจุบัน เป็นการรักษาโดยคำนึงถึงมิติอื่น ๆ ประกอบด้วย ซึ่งเรียกว่า “Palliative Care” หมายถึง การจัดให้ผู้ป่วยที่กำลังเผชิญปัญหาที่เกี่ยวกับความเจ็บป่วยที่คุกคามถึงชีวิตและครอบครัว ให้มีคุณภาพชีวิตดีขึ้น โดยการป้องกันและบรรเทาความทุกข์ทรมานต่าง ๆ ด้วยการวินิจฉัย แต่เนิ่น ๆ การประเมินอย่างแม่นยำ และการรักษาความเจ็บปวดและปัญหาอื่น ๆ ให้ครบถ้วนทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ นอกจากการบรรเทาการทุกข์ทรมานทางร่างกายแล้ว ยังต้องให้ความสำคัญกับปฏิกิริยาทางจิตใจของผู้ป่วยที่มีต่อโรค การรักษา และความตาย การรับฟังและให้โอกาสในผู้ป่วยได้แสดงความรู้สึก อารมณ์ ปมขัดแย้ง เจตคติส่วนตัว การให้คุณค่าต่อสิ่งต่าง ๆ หรือความเชื่อและศรัทธาทางศาสนาที่สั่งสมมา (เต็มศักดิ์ พึ่งรัศมี, 2552: 2)

3. คุณค่าของความเจ็บป่วยที่มีต่อชีวิต

ความเจ็บป่วยเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต เป็นทุกข์ประจำสังขารที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ การยอมรับหรือปฏิเสธไม่ได้ทำให้ความเจ็บป่วยหายไปจากชีวิต พระพุทธศาสนามีคำสอนเกี่ยวกับความเจ็บป่วยมากมายที่ปรากฏในพระไตรปิฎก ได้เห็นมิติต่าง ๆ ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม การเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับบุคคลจึงแสดงถึงความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมในมิติต่าง ๆ ที่เรียกว่าองค์รวมแห่งสุขภาพ (พระไพศาล วิสาโล, 2554: 15) จนสามารถพัฒนาถึงขั้นสูงสุด คือ หลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้ คนส่วนมากมักมองไม่เห็นคุณค่าของความเจ็บป่วย ซ้ำยังตั้งข้อรังเกียจ ถือว่าเป็นสิ่งที่เลวร้ายในชีวิต ทำให้เกิดความเครียด วิตกกังวล เมื่อความเจ็บป่วยเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงยาก การเรียนรู้จักความเจ็บป่วยอย่างทอ้งแท้ และและวางใจต่อความเจ็บป่วยอย่างถูกต้อง จะทำให้ความเจ็บป่วยเป็นสิ่งที่มีความค่าขึ้นมา

3.1 คุณค่าความเจ็บป่วยต่อจริยธรรม

มนุษย์นั้นเป็นสัตว์สังคม มีแบบแผนการอยู่ร่วมกัน (มนุษย์กับสังคม, 2560: ออนไลน์) การเจ็บป่วยแสดงให้เห็นถึงจริยธรรมภายในตัวมนุษย์ การแสดงออกต่อสถานการณ์ซึ่งแตกต่างจากสัตว์เดรัจฉาน ตัวที่อ่อนแอหรือเป็นโรคจะถูกทอดทิ้งให้ตายไปเอง ตัวที่แข็งแรงเท่านั้นจึงจะมีชีวิตอยู่ แต่สังคมมนุษย์นั้นมีความเจริญจิตใจไม่สามารถปล่อยผู้ป่วยที่เป็นญาติหรือคนอื่น ๆ ให้ได้รับทุกข์ทรมานและตายไปตามลำพังโดยไม่ทำอะไรเลย เมื่อมีคนเจ็บป่วย จึงมีผู้ที่เข้ามาเกี่ยวข้องมากมาย ทั้งญาติมิตร บุคลากรทางการแพทย์ เช่น หมอ พยาบาล เป็นต้น มีการเยี่ยมไข้จากญาติมิตร ซึ่งเป็นการแสดงบทบาทหน้าที่ของตนเองด้วยจิตสำนึกภายใน โดยรู้เฝ้าระวังจะต้องทำอย่างไรจึงจะเหมาะสม พระพุทธเจ้าทรงแสดงลักษณะหลักความประพฤติทางจริยธรรมในอุปัฏฐากสูตร (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 11 ข้อ 123-125: 203-205.) ดังนี้

1) ข้อปฏิบัติของคนไข้ที่ดี 5 ประการ คือ

- 1.1) ย่อมทำความสบาย
- 1.2) รู้จักประมาณในสิ่งสบาย
- 1.3) ฉันทยา
- 1.4) บอกอาพาธตามความเป็นจริง
- 1.5) เป็นผู้อดทนต่อทุกขเวทนาที่เกิดขึ้นในร่างกาย

2) ข้อปฏิบัติของผู้พยาบาลคนไข้ที่ดี มี 5 ประการ คือ

- 2.1) ผู้พยาบาลย่อมมีความสามารถในการจัดยา [เชี่ยวชาญในการรักษาโรค]
- 2.2) ทราบสิ่งสบายและไม่สบาย นำสิ่งไม่สบายออกไป นำสิ่งสบายเข้ามาให้
- 2.3) พยาบาลด้วยจิตเมตตา ไม่พยาบาลด้วยหวังอาภิส
- 2.4) ไม่รังเกียจอุจจาระ ปัสสาวะและน้ำลายของผู้ป่วย
- 2.5) สามารถชี้แจงให้คนไข้สมาทาน อาจหาญ ร่าเริงได้
(มีจิตวิทยาพูดสร้างกำลังใจให้แก่ผู้ป่วย)

ข้อปฏิบัติข้างต้นระหว่างผู้ป่วยกับผู้พยาบาล หรือผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการดูแลผู้ป่วย ถือว่าเป็นหลักจริยธรรมที่แสดงถึงการปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน ไม่ใช่

เพียงแต่ผู้ป่วยกับยาหรือวิธีการรักษาเพียงอย่างเดียว ผู้ป่วยต้องมีหน้าที่ต่อตนเอง และต้องร่วมมือกับผู้พยาบาลอย่างเต็มที่ ผู้พยาบาลก็ต้องประกอบด้วยความรู้ มีความเชี่ยวชาญทางการแพทย์ มีจิตวิทยา และมีจิตเมตตาต่อผู้ป่วย

ขณะที่เจ็บป่วยอยู่นั้น ญาติมิตรที่ทราบข่าวมักจะเดินทางมาเยี่ยม แสดงถึงความเป็นมิตรแท้ประเภทหนึ่ง คือ เป็นมิตรร่วมสุขร่วมทุกข์ มีใจไม่ละทิ้งมิตรในยามวิบัติ หรือในยามประสบเคราะห์กรรม (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 11 ข้อ 261: 210) อีกทั้งเป็นโอกาสสำหรับการฟื้นฟูความสัมพันธ์ที่ร้าวฉานให้กลับคืนดีดังเดิม จนเข้าถึงความสงบสุขในวาระสุดท้าย (พระไพศาล วิสาโล และคณะ, 2553: 4) การไปเยี่ยมคนป่วยต่างจากไปเยี่ยมพบปะกันในยามปกติ เพราะคนป่วยกำลังประสบความทุกข์ระทมทั้งทางกายและทางใจ การกระทำอะไรของคนรอบข้างย่อมส่งผลต่อผู้ป่วยทั้งทางตรงและทางอ้อม ควรหลีกเลี่ยงสิ่งเหล่านี้ คือ การเยี่ยมคนป่วยไม่เป็นเวลา การนำเรื่องวิตกทุกข์ร้อนมาเล่าให้ฟัง การนำของแกล้งโรคมานำเรื่องไร้สาระมาเล่า เยี่ยมนานเกินกาล เป็นต้น แม้จะทำด้วยความรักแต่ก็ไม่เป็นประโยชน์ต่อคนป่วย แต่กลับจะมีโทษ (ธรรมรักษา, ม.ป.ป.: 74-75) คนป่วยที่มีอาการหนักหรือขั้นโคม่า ส่วนจิตยังสามารถรับรู้ได้แม้จะกลางๆ คำพูดและสภาวะจิตใจของบุคคลที่เกี่ยวข้อง เช่น หมอ พยาบาล ไม่ว่าจะผ่านทางบวกหรือลบ สามารถมีอิทธิพลต่อผู้ป่วยได้ความสัมพันธ์นี้จัดว่าเป็นมิติทางสังคม และถือว่าเป็นองค์ประกอบอีกประการหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพของผู้ป่วย (พระไพศาล วิสาโล, 2554: 9) การไปเยี่ยมคนป่วยยังทำให้เกิดการเรียนรู้ เตรียมพร้อมสำหรับความเจ็บป่วยที่จะมาเยือนตนในวันข้างหน้า ความเจ็บป่วยของคนที่เราไปเยี่ยมกระตุ้นเตือนให้เราเห็นความสำคัญของการฝึกฝนตนเอง บำเพ็ญจิต เพื่อจะได้มีความพร้อมในการรับมือกับความเจ็บป่วยในวันข้างหน้า (พระไพศาล วิสาโล, 2553: 59)

คุณค่าทางจริยธรรมหรือความประพฤติดีงามต่อกันในยามเจ็บป่วยนั้น พระพุทธองค์ทรงให้ความสำคัญมาก ทรงให้พระภิกษุเป็นกัลยาณมิตรต่อกันทั้งในยามปกติและในยามเจ็บป่วย ให้มีสราณียธรรมประจำใจ คือ ประกอบด้วยจิตมีเมตตาต่อเพื่อนบรรพชิต ไม่ละทิ้งกันในยามประสบความทุกข์ยาก ตรัสแสดงให้เห็นถึงคุณค่าการพยาบาลภิกษุผู้อาพาธว่า หากภิกษุใดปรารถนาจะปฏิบัติพระองค์จงปฏิบัติแก่ภิกษุผู้เจ็บไข้ แสดงให้เห็นว่าความเจ็บป่วยเป็นกระบวนการเรียนรู้ในการ

อยู่ร่วมกัน พึ่งพาอาศัยกัน ก่อให้เกิดความปกติสุขในสังคม หากคนในสังคมละทิ้งกัน ยามเจ็บป่วยแล้ว เช่น ลูกละทิ้งพ่อแม่ที่ป่วยหนัก ภรรยาสามีละทิ้งกันยามเจ็บป่วย มิตรละทิ้งมิตร เป็นต้น ย่อมเป็นสัญญาณแสดงถึงคุณค่าทางจริยธรรมเสื่อมทรามใน สังคมมนุษย์ กาย ใจ และสังคม เป็นมิติแห่งสุขภาพที่มีอาจมองข้ามไปได้ ทั้งหมดนี้ เรียกว่าองค์รวมสุขภาพ (พระไพศาล วิสาโล, 2554: 9)

3.2 คุณค่าความเจ็บป่วยต่อการเข้าใจชีวิต

การเข้าใจชีวิตของคนทั่วไปย่อมแตกต่างจากของพระอรหันต์บุคคล โดย เข้าใจว่ามีตัวเรา มีของเรา เราเป็นโน้นเราเป็นนี้ การดำเนินชีวิตก็เพียงเพื่อแสวงหา ความสุขสบายให้กับตัวเองและคนที่ตนเองรัก มีการเข้าไปสัมพันธ์กับโลกโดยการตก เป็นเหยื่อ เลือกรับและปฏิเสธต่อโลกตามความรู้สึกหรือตามกระแสผลักดันของกิเลส คือชอบในส่วนที่เป็นอิฏฐารมณ์ คือ ลาภ ยศ สรรเสริญ และสุข และเกลียดปฏิเสธใน ส่วนที่เป็นอนิฏฐารมณ์ คือ เสื่อมลาภ เสื่อมยศ นินทา ทุกข์ จากงานวิจัยของ อลิซา เบธ คูเบอร์ รอส โดยการสัมภาษณ์ผู้ป่วยหนัก ๔๐๐ คน พบว่าการยอมรับความจริง โดยผ่าน ๕ ขั้นตอน คือ การปฏิเสธ โกรธ ต่อรอง ซึมเศร้า และสุดท้ายคือการยอมรับ (ประยูร สุขะใจ, 2553: 15-16) ในยามเจ็บป่วยลำพังความเจ็บป่วยทางกายก็ทำให้ ทุกข์อยู่แล้ว แต่คนส่วนใหญ่มักเพิ่มความทุกข์เข้าไปอีก ด้วยการมีที่ต่อต้านหรือ ปฏิเสธความเจ็บป่วยนั้น (พระไพศาล วิสาโล, 2554: 9) ความเจ็บป่วยในเบื้องต้น มนุษย์จะปฏิเสธไม่ยอมรับ ฉุนเฉียว เกรี้ยวกราด โทษตัวเองและคนรอบข้าง รวมทั้ง สภาพแวดล้อมรอบตัวด้วย ไม่เปิดใจยอมรับต่อความจริง แต่ท้ายสุดคนป่วยก็ยอมละ ความเห็นและความต้องการของตนเพื่อเรียนรู้ความสูญเสียและความทุกข์ทรมาน ด้วย เหตุนี้ ความเจ็บป่วยจึงเป็นเครื่องมือที่ดีในการเข้าใจชีวิต สามารถนำไปเป็นบทเรียน เทียบเคียงกับเหตุการณ์อื่น ๆ ที่เข้ามาในชีวิต จนวางใจได้ไม่ทุกข์แม้จะประสบทุกข์ ทางกายแสนสาหัสเพียงใด แต่จิตใจกลับสงบ มีสติ เข้มแข็ง ที่เรียกว่ากายป่วยใจไม่ ป่วย (พระปัญญาญาณนันทมุนี, ม.ป.ป.: 9)

การออกผนวชของเจ้าชายสิทธัตถะนั้น ก็สืบเนื่องมาจากที่พระองค์ทรง เห็นความจริงของชีวิต คือ คนแก่ คนเจ็บและคนตาย แม้แต่พระสาวกบางรูป ก่อน บวชนั้นเคยมีชีวิตที่สุขสบาย จนเป็นเหตุให้หมกมุ่นในกามสุข แต่พอประสบกับความ เจ็บป่วยกลับได้สติ เกิดความสลัดสังเวช เช่น กิสาโคตมี นางปาฏาจารา เป็นต้น ความ

ทุกขที่ไม่ได้อยู่ที่ว่ามีอะไรมากระทบ แต่อยู่ที่เรารู้สึกอย่างไรกับสิ่งนั้น หรือทำอะไรกับมันต่างหาก แม้จะมีเรื่องร้าย ๆ เกิดขึ้นแต่ถ้าทำใจรับได้ ความทุกข์ก็เกิดไม่ได้ (พระไพศาล วิสาโล, 2554: 36) ความเจ็บป่วยนอกจากจะมีประโยชน์ คือ ทำให้เข้าใจชีวิตของตนแล้ว ยังอาจเข้าใจชีวิตคนอื่นด้วย เข้าใจความทุกข์ทรมาน ความเครียด วิตกกังวล ความว้าเหว่ ความสิ้นหวัง ความกลัว ที่เกิดขึ้นกับเพื่อนมนุษย์ด้วยกันหรือแม้แต่สัตว์เดรัจฉาน ทำให้เป็นเป็นคนมีเมตตา บำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ดังเช่นกรณีของ คิม ฟุค เด็กหญิงชาวเวียดนามใต้ที่ช่างภาพอเมริกันได้ถ่ายไว้ได้ขณะที่เธอและเพื่อนบ้านกำลังแตกตื่นหนีภัย เธอรอดตายจากระเบิดนาปาล์มที่ทิ้งลงหมู่บ้านของเธอ แต่ไฟก็ได้เผาลวกผิวหนังของเธอถึง 65 เปอร์เซ็นต์ เธอต้องเข้าการรักษาจนถึง 14 เดือน รับการผ่าตัดถึง 17 ครั้งกว่าจะหายเป็นปกติ ต่อมาวันหนึ่งเธอได้ถูกเชิญให้มาพูดเรื่องในวันทหารผ่านศึก ณ กรุงวอชิงตันดีซี เธอได้เผชิญหน้ากับนักบินที่ทำลายหมู่บ้านและได้สังหารญาติพี่น้องของเธอ กับทั้งทำให้เธอป่วยมาหลายปี เธอพูดท่ามกลางที่ประชุมว่า “ฉันอยากบอกเขาว่า (นักบิน) เราไม่สามารถเปลี่ยนแปลงประวัติศาสตร์ได้ แต่เราควรพยายามทำสิ่งที่ดี ๆ เพื่อส่งเสริมสันติภาพในปัจจุบันและอนาคต” เมื่อนายทหารคนนั้นเข้ามาขอโทษ เธอพูดว่า “ไม่เป็นไร ฉันให้อภัย ฉันอภัย” (คิม ฟุคเด็กหญิงในภาพถ่าย ความเลวร้ายของสงครามเวียดนาม, 2560: ออนไลน์) การให้อภัยเป็นเรื่องยากแต่การมีชีวิตที่โกรธแค้นพยาบาทกลับเป็นเรื่องที่ยากลำบากกว่า คนที่มีความโกรธเกลียดอัดแน่นเต็มหัวใจย่อมไม่อาจพบความสุขเบิกบานใจได้เลย (พระไพศาล วิสาโล, 2554: 42) นั้นแสดงให้เห็นถึงอิทธิพลของความเจ็บป่วยทำให้เกิดการเรียนรู้ความจริงของชีวิตและสังคม และหากบุคคลรู้ว่าเป็นโรคที่จะต้องตายในไม่ช้า ก็ยิ่งเห็นความสำคัญของเวลาในปัจจุบันมากกว่าจมอยู่ในความโกรธแค้นในอดีต จึงเร่งทำสิ่งที่ดีหรือหาทางพ้นทุกข์ก่อนความตายจะมาคร่าชีวิตไป ถือว่าเป็นผู้เจ็บไข้ที่โชคดี (จักรพงษ์ ไพบุลย์, 2551: 2)

3.3 คุณค่าความเจ็บป่วยต่อการเข้าใจสัจธรรม

ความเจ็บป่วยทำให้เข้าใจชีวิตและชีวิตนี้ประกอบด้วย ชั้น 5 มั่น จึงเป็นสิ่งอันเดียวกัน และโลกนี้ไม่มีอะไรที่จะนอกเหนือจากชั้น 5 อุปาทานในชั้น 5 เป็นที่ตั้งแห่งความทุกข์ (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 4 ข้อ 14: 21) การรู้เรื่องทุกข์จากชีวิตจึงเป็นการรู้สัจธรรมไปในตัวด้วย โดยมีต้องเปิดตำราอ่านหรือให้คนอื่นมา

อกมาสอนเลย สมดังบทกลอนที่พุทธทาสภิกขุได้ประพันธ์ไว้ว่า

อย่าเข้าใจไปว่าต้องเรียนมาก	ต้องปฏิบัติลำบากจึงพ้นได้
ถ้ารู้จริงสิ่งเดียวก็ง่ายตาย	รู้ดับให้ไม่มีเหลือเชื่อก็ลง
เมื่อเจ็บไข้ความตายจะมาถึง	อย่าพรั่นพริ้งหวาดหวั่นให้หม่นหมอง
ระวังให้ดีทีนาที่ทอง	คอยจดจ้องให้ตรงจุดหลุดให้ทัน
หนึ่งนาที่สุตทำยอย่าให้พลาด	ตั้งสติไม่ประมาทเพื่อดับขั้น
ด้วยจิตว่างปล่อยวางทุกสิ่งอัน	สารพันไม่ยึดครองเป็นของเรา
ตกกระไดพลอยกระโจนให้ดีดี	จะถึงที่จุดหมายได้ง่ายเข้า
สมัครใจดับไม่เหลือเมื่อไม่เอา	ก็ดับเรดับตนคลนิพพาน (พระไพศาล วิ

สาโล และคณะ, 2552: 11-12)

ความเจ็บป่วยจึงเป็นการเปิดเผยความจริงของชีวิตโดยธรรมชาติ การเพ่งพินิจในร่างกาย กำหนดรู้ปฏิกิริยาที่เกิดขึ้น จนเป็นเหตุให้ถ่ายถอนตัณหา อุปาทานในใจออกจนหมดสิ้น เมื่อมีพระภิกษุอาพาธ พระพุทธองค์เสด็จไปเยี่ยมใช้บุคคลใด จะทรงแสดงหลักความจริงของสิ่งทั้งหลายทั้งปวง เช่น ขั้น 5 อายตนะ 12 ธาตุ 4 เวทนา 6 เป็นต้น โดยมีพระประสงค์ให้ผู้ฟังน้อมนำมาพิจารณาให้เห็นเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แล้วได้สติ เกิดความสลัดสังเวชใจ สามารถวางใจต่อชีวิตได้ ถูกต้อง ไม่เกิดเป็นความทุกข์จากความเจ็บป่วยและความตายที่กำลังคืบคลานเข้ามาทุกขณะ เฉลียวหน้ากับความเจ็บป่วยอย่างมีสติ ไม่หวาดกลัวและกระสับกระส่าย ทูรันทุราย ไม่พยายามกระเสือกกระสนดิ้นรนหนีความเจ็บป่วยและความตาย เมื่อเข้าใจต่อชีวิตและรู้เท่าทันความจริงของชีวิตอย่างนี้แล้ว จิตก็หลุดพ้นจากความยึดติดในสิ่งทั้งหลายทั้งปวง โดยเฉพาะสังขารร่างกายนี้ จิตก็เป็นอิสระ ปลอดโปร่งโล่งใจ ผ่องใส เยือกเย็น สงบสิ้นกังวล พบกับความสุขที่สมบูรณ์ จึงเรียกว่าความเจ็บป่วย ทำให้หายจากโรคทางใจ โรคไม่กลับมากำเริบอีก

เมื่อมองในส่วนลึกซึ่งระดับจิตแล้ว มนุษย์ทุกคนนั้นล้วนมีศักยภาพ อยู่ภายในและสามารถที่จะบรรลุธรรมได้ ไม่ว่าบุคคลนั้นจะตระหนักรู้คุณสมบัตินี้หรือไม่ก็ตาม หากบุคคลนั้นอบรมเหตุแห่งมรรคผลไว้ ยิ่งบุคคลที่เจ็บป่วยด้วยโรคร้ายใกล้ ถึงความตาย ยังมีโอกาสบรรลุธรรมมากขึ้น (พระไพศาล วิสาโลและคณะ, 2552: 31) จึงปรากฏเป็นหลักฐานในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาว่า พระสาวกส่วนหนึ่งได้บรรลุ

ธรรมในระดับใดระดับหนึ่ง เนื่องมาจากประสบการณ์เจ็บป่วยในขณะปฏิบัติธรรม ความเจ็บป่วยจึงเป็นทั้งปัจจัยหลักและปัจจัยเสริมการบรรลุธรรม

สรุป

พระพุทธศาสนามีทัศนะเกี่ยวกับชีวิตว่าเป็นเพียงการประกอบเข้าของ ส่วนต่าง ๆ ที่เรียกว่าขันธห้า ชีวิตจึงเป็นเพียงกระแสแห่งเหตุปัจจัยเท่านั้น และยังคงตกอยู่ในลักษณะ 3 ประการ คืออนิจจัง ทุกขังและอนัตตา ความเจ็บป่วยเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต มี 2 ประเภท คือ ความเจ็บป่วยทางกาย และความเจ็บป่วยทางใจ ความเจ็บป่วยทางกายและใจนี้ต่างมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกันอย่างแนบแน่น ความเจ็บป่วยทางกายเกิดจากหลายสาเหตุ เช่น เชื้อโรค สภาพแวดล้อม ลักษณะการดำเนินชีวิต และวิบากกรรม เป็นต้น ส่วนความเจ็บป่วยทางใจนั้นเกิดจากกิเลสต่างๆ มี 3 ชั้น ตามความหยาบละเอียดต่างกัน คือ วิติกมมะ กิเลสอย่างหยาบ ปริยภูฐาน กิเลสกิเลสอย่างกลาง และอนุสัย กิเลสอย่างละเอียด เมื่อเกิดความเจ็บป่วยขึ้นทั้งทางกายและทางใจ จะต้องทำการรักษาให้หายขาดตามความเหมาะสม ตามพุทธวิธีบำบัดรักษาโรคนั้นสรุปได้ 3 วิธี คือ 1) โดยวิธีการทางการแพทย์ 2) โดยวิธีการตามธรรมชาติหรือธรรมชาติบำบัด และ 3) โดยวิธีธรรมโอสถ ความเจ็บป่วยในทัศนะของพระพุทธศาสนานี้มีคุณค่าต่อชีวิตอย่างมาก คือ 1) มีคุณค่าต่อหลักจริยธรรม ทำให้เกิดปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่เกี่ยวข้อง เช่น ญาติ แพทย์ผู้ทำการรักษา พยาบาล เป็นต้น 2) มีคุณค่าต่อการเข้าใจชีวิต ทำให้เกิดการเรียนรู้ความจริงจากสภาพสังขารที่แปรเปลี่ยนไป 3) มีคุณค่าต่อการเข้าใจสังขาร ทำให้ได้เรียนรู้และเข้าใจความเป็นจริงของสังขาร จนถอดความยึดมั่นถือมั่นลงได้

บรรณานุกรม

คิม ฟุค. เด็กหญิงในภาพถ่าย ความเลวร้ายของสงครามเวียดนาม. สืบค้นเมื่อ. (18 มิถุนายน 2560). แหล่งที่มา: <https://iandme2012.wordpress.com>.
ข้อพิพัย วรพันธุ์แก้ว. (2537). **หลักธรรมชาติบำบัดโรค** : อายุรเวทเคล็ดลับสู่การมีสุขภาพดีตามวิถีแห่งธรรมชาติ. กรุงเทพมหานคร: ยูโรปา เพรสบริษัฯ จำกัด.

- เต็มศักดิ์ พึ่งรัศมี. รศ.นพ. (2522). “การดูแลผู้ป่วยในระยะสุดท้าย”. ในหนังสือรวมบทความการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย. รวบรวมจัดพิมพ์โดย อนันตย์ เจียรสถานวงศ์. พิมพ์ครั้งที่ 6 กรุงเทพมหานคร: อักษรสัมพันธ์ (1987) จำกัด.
- ทัศนาศู บุญทอง. (2535). **การแพทย์แบบองค์รวม**. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสาร.
- ประทีป ชุมพล. รศ. (2545). **ประวัติศาสตร์การแพทย์แผนไทย**. กรุงเทพมหานคร: มติชน.
- พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์. (2551) พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: เอส.อาร์. พรินติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด.
- _____. (2552). **พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 17. กรุงเทพมหานคร: จันทรเพ็ญ.
- _____. (2552). **พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ**. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). (2546). **กายหายไข้ ใจหายทุกข์**. กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก.
- _____. (2537). **ดุจภาพสสารแห่งสุขภาพและความสมบูรณ์**. กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก.
- _____. (2537). **โพชฌงค์ พุทธวิธีเสริมสุขภาพ**. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิพุทธธรรม.
- _____. (2543). **กรรมกับโรคพันธุกรรมในทัศนะพระพุทธศาสนา**. กรุงเทพมหานคร: บริษัทพิมพ์สวย จำกัด.
- พระปัญญาธานมณี. (ม.ป.ป). **คู่มือเยี่ยมไข้**. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). **การแพทย์ยุคใหม่ในพุทธทัศน์**. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา.
- พระไพศาล วิสาโล. (2552). **เผชิญความตายอย่างสงบ เล่ม 2**. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนสามลดา.
- พระไพศาล วิสาโล. (2554). **ธรรมะสำหรับผู้ป่วย**. กรุงเทพมหานคร: เครือข่ายพุทธิกา.
- _____. (2553). **ระลึกถึงความตายสบายนัก**. พิมพ์ครั้งที่ 3. สมุทรปราการ: พุทธิกา.
- Canna Graphic. (2553). **เผชิญความตายอย่างสงบ เล่ม 1**. พิมพ์ครั้งที่ 1.

- กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนสามลดา.
พุทธทาสภิกขุ. (2548). **การมีสติสัมปชัญญะต่อสู่ความเจ็บไข้**. กรุงเทพมหานคร:
หจก. ภาพพิมพ์. (ม.ป.ป).
_____. **ขันธห้า**. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ม.ป.ป.
_____. (2542). **คู่มือมนุษย์**. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา.
_____. (ม.ป.ป). **แก่นพุทธศาสตร์**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ธรรมสภา.
ภุชงค์ เหล่ารุจิสวัสดิ์. (2552). “**Psychiatric Assessment and Management
in Palliative Car**”. ในหนังสือรวมบทความการดูแลผู้ป่วยระยะ
สุดท้าย. รวบรวมจัดพิมพ์โดย อโนทัย เจียรสถาวงศ์. พิมพ์ครั้งที่ 6.
กรุงเทพมหานคร: อักษรสัมพันธ์ จำกัด.
มนุษย์กับสังคม. สืบค้นเมื่อ. (18 มิถุนายน 2560). แหล่งที่มา: www.satit.up.ac.th.
วิกิพีเดีย สารานุกรมเสรี. (2551) **อหิวาตกโรค**. สืบค้นเมื่อ. (18 มิถุนายน 2555).
แหล่งที่มา: <http://th.wikipedia.org/wiki>.
ศรีเวียง ไพโรจน์กุล, รศ.พญ. **ช่วงขณะสุดท้ายของชีวิต : ภาวะร่างกายและการดูแล**.
สืบค้นเมื่อ. (18 มิถุนายน 2555). แหล่งที่มา: [http://www.budnet.org/
peacefuldeath/node/126](http://www.budnet.org/peacefuldeath/node/126).