

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้
วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา



(พระสุธีธรรมมานูวัตร, ผศ.ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์.....ประธานกรรมการ

(พระครูสุวิธานพัฒนบัณฑิต, ดร.)

.....กรรมการ

(พระมหาบาง เขมนนุโท, ดร.)

.....กรรมการ

(พระมหาประมวล ฐานตฤโต, ดร.)

.....กรรมการ

(รศ.ดร.สุพัตราชาติปัญญาชัย)

.....กรรมการ

(ผศ.ชอบ ดีสวนโลก)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ พระมหาบาง เขมนนุโท, ดร. ประธานกรรมการ
พระมหาประมวล ฐานตฤโต, ดร. กรรมการ
ผศ.ชอบ ดีสวนโลก กรรมการ

การศึกษาเชิงเปรียบเทียบแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพจากพระไตรปิฎกกับแนวคิด
วิธีการรักษาสุขภาพของแพทย์แผนไทยโดยพระสงฆ์
: ศึกษาเฉพาะกรณีวัดป่าเหวไฮ ตำบลหัวนาคำ อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี

A COMPARATIVE STUDY OF METHODS OF HEALTHCARE AS DEPICTED IN
TIPITAKA AND THE METHODS OF HEALTHCARE OF THAI TRADITIONAL
MEDICINE RUN BY BUDDHIST MONKS : A CASE STUDY OF WAT PAHEW-HAI,
HUANAKHAM SUB-DISTRICT, SRITAT DISTRICT, UDONTHANI PROVINCE

พระครูประสิทธิ์กิตติสาร (จำลอง กิตติสาร / นิติธรรม)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๔

การศึกษาเชิงเปรียบเทียบแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพจากพระไตรปิฎกกับแนวคิด
วิธีการรักษาสุขภาพของแพทย์แผนไทยโดยพระสงฆ์
: ศึกษาเฉพาะกรณีวัดป่าหวาย ตำบลหัวนาคำ อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี

พระครูประสิทธิ์กิตติสาร (จำลอง กิตติสาร / นิติธรรม)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๔

(ลิขสิทธิ์นี้เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)

**A COMPARATIVE STUDY OF METHODS OF HEALTHCARE AS DEPICTED IN
TIPITAKA AND THE METHODS OF HEALTHCARE OF THAI TRADITIONAL
MEDICINE RUN BY BUDDHIST MONKS : A CASE STUDY OF WAT PAHEW-HAI,
HUANAKHAM SUB-DISTRICT, SRITAT DISTRICT, UDONTHANI PROVINCE**

PHRAKHRUPRASITKITTISAN (CHAMLONG KITTISARO / NITITHAM)

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of

The Requirement for The Degree of

Master of Arts

(Buddhist Studies)

Graduate school

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Bangkok, Thailand.

C.E. 2011

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้
วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

.....

(พระสุธีธรรมานุวัตร, ผศ.ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์.....ประธานกรรมการ

(พระครูสุวิธานพัฒนบัณฑิต, ดร.)

.....กรรมการ

(พระมหาบาง เขมมนุโท, ดร.)

.....กรรมการ

(พระมหาประมวล ฐานตฺโต, ดร.)

.....กรรมการ

(รศ.ดร.สุพัตรา ชาตปัญญาชัย)

.....กรรมการ

(ผศ. ชอบ ดีสวนโลก)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์	พระมหาบาง เขมมนุโท, ดร.	ประธานกรรมการ
	พระมหาประมวล ฐานตฺโต, ดร.	กรรมการ
	ผศ. ชอบ ดีสวนโลก	กรรมการ

ชื่อวิทยานิพนธ์ : การศึกษาเชิงเปรียบเทียบแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพจาก
พระไตรปิฎกกับแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพของแพทย์แผนไทย
โดยพระสงฆ์ : ศึกษาเฉพาะกรณีวัดป่าแห้วไฮ ตำบลหัวนาคำ
อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี

ผู้วิจัย : พระครูประสิทธิ์กิตติสาร (จำลอง กิตติสารโร / นิติธรรม)

ชื่อปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระมหาบาง เขมานนโท, ป.ธ. ๕, B.A, M.A., Ph.D. (Phil)

: พระมหาประมวล ฐานตฺโต, ป.ธ.๖, พธ.บ., M.A. (Ling),

M.A., Ph.D. (Pali & Bud)

: ผศ.ชอบ ดีสวนโลก ป.ธ.๕, พธ.บ., M.A. (Ancient Indian

History Culture and Archaeology)

วันสำเร็จการศึกษา : ๑๗ เมษายน ๒๕๕๕

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ ๑) เพื่อศึกษาแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพในพระไตรปิฎก ๒) เพื่อศึกษาแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพของแพทย์แผนไทยและการรักษาตามแนวของวัดป่าแห้วไฮ และ ๓) เพื่อศึกษาเปรียบเทียบแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพในพระไตรปิฎก และผลดำเนินการรักษาสุขภาพของพระสงฆ์วัดป่าแห้วไฮ ตำบลหัวนาคำ อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี

ผลการวิจัยพบว่า แนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพในพระไตรปิฎก เป็นแนวคิดพื้นฐานของโรคเกิดจากทางกายและจิตใจ แนวทางรักษาด้วยธรรมโอสธ สำหรับป้องกันโรคทางใจ คือ สปัปายะ ๗ และสำหรับรักษาโรค โลภะ โทสะ โมหะ คือ สอนให้เป็นผู้รู้จักพอ มีความเมตตา และรู้จักการเจริญสติ ด้วยสมาธิบำบัด คือ ความอดทน อดกลั้นต่อทุกขเวทนา ใช้สมาธิกำหนดจิตให้แน่วแน่เพื่อทำให้จิตใจเกิดความสงบ ไม่ให้จิตฟุ้งซ่าน และสังจกิริยา คือ อธิฐานจิตว่าจะทำหรือไม่ทำสิ่งใดก็ตามการตามกิริยาที่ทำนั้น ๆ การรักษาด้วยการประยุกต์หลายวิธีมีทั้งสปัปายวิธี ให้ประพฤติพรหมจรรย์ การรักษาสุขภาพด้วยเภสัชที่ได้รับพุทธานุญาตประกอบด้วยเภสัช ๕ ประการ ได้แก่ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง และน้ำอ้อย สำหรับสมุนไพรรักษาโรคมึ รากไม้ น้ำฝาด ใบไม้ ผลไม้ และยางไม้วิธีเก็บรักษาเภสัชได้ ๗ วัน หลักการฉันอาหารและเภสัชที่ถูกต้อง จะมีทั้งในเวลาตั้งแต่รุ่ง

อรุณไปจนถึงเที่ยงวันและนอกเวลาตั้งแต่เที่ยงวันไปจนถึงรุ่งอรุณ เพื่อรักษาโรคและความ ผาสุกของสุขภาพ

แนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพของแพทย์แผนไทยและตามแนวของวัดป่าเหวไฮ ผลของการดำเนินงานในการรักษาสุขภาพ การรักษาโรคของวัดป่าเหวไฮมีขั้นตอนการใช้ สมุนไพร การสอบถามคนป่วยเกี่ยวกับสุขภาพที่ต้องการบำบัด การปรุงยาขึ้นอยู่กับ ลักษณะของโรค และวิธีการใช้สมุนไพรบำบัดมีทั้งรมควัน อบ ต้มอาบ ต้มดื่ม และใช้ทา ภายนอก ผลการดำเนินงานในการรักษาสุขภาพกลุ่มที่กำลังรักษาส่วนมากอาการดีขึ้นจาก ก่อนที่ยังไม่มารักษาและมีความมั่นใจสบายใจ เชื่อว่าต้องหายจากโรคที่เป็นอยู่แน่นอน ส่วนกลุ่มที่รักษาหายแล้วมีความเชื่อและศรัทธา ในวิธีการของวัดเพราะทำการรักษาตาม ขั้นตอนจนทำให้ผู้ป่วยมีสุขภาพแข็งแรงทำงานเลี้ยงชีพได้เป็นปกติ ทั้งนี้ก็เพราะแนว ทางการรักษาสุขภาพของวัดป่าเหวไฮได้ยึดถือแนวปฏิบัติตามพระไตรปิฎก คือ ใช้ธรรม โอสถในการรักษาควบคู่ไปด้วยกัน

เปรียบเทียบแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพในพระไตรปิฎกและผลดำเนินการ รักษาสุขภาพของพระสงฆ์วัดป่าเหวไฮ แนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพในพระไตรปิฎก เป็น การรักษาทางกายและทางจิตใจไปพร้อมกัน มีการประยุกต์หลายวิธี การกำกับเภสัช หลักการฉันอาหารและการใช้ยาสมุนไพรบำบัด ส่วนวัดป่าเหวไฮให้การรักษาสุขภาพตาม หลักทางพระพุทธศาสนา โดยเน้นทั้งทางกายและจิตใจ มีหลักการคือ ทางกาย เป็นผู้ที่ เข้าใจสมุฏฐานโรค รู้ยา สามารถจัดปรุงยาตามอาการของผู้ป่วย แนะนำการฉันหรือการ รับประทานอาหารให้ถูกต้องกับโรค และการใช้สมุนไพรบำบัดได้ถูกต้อง ทางจิตใจ ให้ คำปรึกษาแนะนำด้วยการเจริญสมาธิ-ภาวนา แผ่เมตตา สวดมนต์ และการรักษาศีล ๕ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ป่วยมีจิตใจร่าเริง แจ่มใส สามารถชี้แจงอาการไขให้เห็นชัดเจนตลอดจนทำให้ ผู้ป่วยมีความเชื่อมั่นในการรักษา ทราบในสิ่งที่ควรและไม่ควรปฏิบัติสำหรับผู้ป่วย มี จิตใจเมตตา มีจิตอาสา ไม่รังเกียจผู้ป่วย และไม่เห็นแก่อาภิสสินจ้างรางวัล ผลการ ดำเนินการักษาสุขภาพในพระไตรปิฎกมีผลทำให้ร่างกายแข็งแรงจิตใจผ่องใสบริสุทธิ์ ทางด้านพระธรรมวินัยได้ยึดหลักปฏิบัติตามพระวินัย ด้านสังคมทำให้เกิดความผาสุกใน สังคม ส่วนผลดำเนินการรักษาสุขภาพของวัดป่าเหวไฮ ทำให้ร่างกายของผู้ป่วยแข็งแรง เป็นปกติจิตใจสบายคลายความกังวล ด้านพระธรรมวินัยผู้เข้ารับการรักษาปฏิบัติตาม ระเบียบในการรักษาของตนเองประกอบกับการปฏิบัติเจริญสติ รักษาศีล ๕ ด้านสังคมทำให้ มีความสุขในครอบครัวและชุมชน

Thesis Title : A Comparative Study of Methods of Healthcare as Depicted in Tipitaka and The methods of Healthcare of Thai Traditional Medicine run by Buddhist Monks : A Case Study of Wat Pahew-hai, Huanakham Sub-district, Sritat District, Udontani Province

Researcher : PhrakhruPrasitkittisan (Chamlong Kittisaro / Nititham)

Thesis Supervisory Committee

: Phramaha Bang Khemanando, Pali V, B.A., M.A. (Phil.),
M.A. (Bud.), Ph.D. (Phil.)

: Phramaha Pramuan Thânadatto, Pali VI, B.A., M.A. (Ling.),
M.A., Ph.D. (Pali & Bud.)

: Assist. Prof. Chob Disuankok, Pali V, B.A., M.A. (Ancient
Indian History Culture and Archaeology)

Data of Graduation : April 17, 2012

ABSTRACT

The objectives of this thesis are: (1) to study the methods of healthcare as depicted in the Tipitaka, (2) to study the methods of healthcare according to the Thai traditional medicine and that of Wat Pahew-hai, and (3) to do comparative study between the methods of healthcare as depicted in the Tipitaka and the process of healthcare run by the Buddhist monks in Wat Pahew-hai, Huanakham Sub-district, Sritat District, Udontani Province.

The result of the research found that, according to the methods of healthcare as depicted in the Tipitaka, illness and diseases were originated from disorder of psychological units, and the methods to cure such diseases were done through the practices of mental cultivation together with proper food management. For the mental diseases, the healthcare methods are to eradicate the three roots of unwholesome deeds namely are greed, hatred, and delusion by practicing in accordance to the doctrine of moderation, loving kindness, and meditation. And, for the physical healthcare methods are to consider the nutritional supplement as

pointed out by the Buddha in the Vinaya texts, the five kinds of medicines, and other kinds of herbs together with proper diet and be moderate in eating.

The concept and methods of Thai traditional healthcare and that of Wat Pahew-hai gave priority to the process of inquiring the causes and symptoms of the diseases including manufacturing herbal medicine in accordance to the specific diseases. As the result, several patients were satisfied with the health service of healthcare center at Wat Pahew-hai and they were very happy that they recovered from the diseases.

In comparative approach, both concept and methods of healthcare as depicted in the Tipitaka and that of Wat Pahew-hai comes into the same vein, that is, firstly investigate the real causes of diseases following by equally taking care of both mental and physical function. Physically, these two concepts aim at promoting healthy diet and suitable herbal medicine. For the mental aspects, mental cultivation such as meditation and other forms of mental development are much emphasized. Last but not least, this study has shown that both concept and methods of healthcare as depicted in the Tipitaka and that of Wat Pahew-hai help to create a healthy society as well as peaceful society as the Buddhist practices really response to the society, that is, health issue. These two are the holistic healthcare treatment as they cover the vast length of treatment both physical and mental diseases.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์นี้ สำเร็จลงได้ด้วยความอนุเคราะห์จากบุคคล หน่วยงาน และอีกหลายฝ่าย ผู้วิจัยขออนุญาตรับนามเพื่อแสดงความขอบพระคุณและขอบคุณดังนี้

พระมหากษัตริย์ เชมมานนโท, ดร. ประธานกรรมการที่ปรึกษา พระมหาประมวล ฐานตฺโต, ดร. และ ผศ.ชอบ ดีสวนโคก กรรมการที่ปรึกษา ซึ่งท่านทั้งสามได้ให้คำปรึกษาแนะนำแนวทางและแนวคิดในการทำวิทยานิพนธ์จนกระทั่งสำเร็จลุล่วงด้วยดี จึงขอขอบพระคุณท่านทั้งสามเป็นอย่างยิ่ง ที่ต้องกล่าวนามถึงก็คือ ดร.ประยูร แสงใส อาจารย์ประจำ มจร.วิทยาเขตขอนแก่น, ดร.ประจัญ จันเดิบ อาจารย์ประจำ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม ซึ่งเป็นผู้ให้คำแนะนำตรวจสอบดูแลการเขียนงานวิทยานิพนธ์ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น และในส่วนผู้ให้ความเมตตาอุปถัมภ์อนุเคราะห์มาด้วยดีตลอดจนสำเร็จ คือ พระเทพรัตนมุนี เจ้าคณะจังหวัดอุดรธานี

ขอขอบคุณ เจริญพร คณาจารย์และเจ้าหน้าที่ทุกท่านของศูนย์บัณฑิตศึกษามหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น โดยเฉพาะพระมหาพิสิฐ วิสิฐฐปญโญ, ป.ธ.๙, พธ.ม. (พระพุทธศาสนา) และพระมหาปริญา วรญาโณ, ป.ธ.๓, ศน.บ., พธ.ม. (พระพุทธศาสนา) ที่ได้เมตตาในการตรวจรูปแบบวิทยานิพนธ์ และแนะนำเพิ่มเติมให้วิทยานิพนธ์เล่มนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น ขอขอบคุณและเจริญพร เจ้าหน้าที่และบุคลากรห้องสมุดวิทยาเขตขอนแก่น ที่ได้เอื้อเฟื้อตำรา วิทยานิพนธ์ หนังสือ และเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งได้อนุเคราะห์ด้วยดีมาตลอดในการค้นคว้าข้อมูล

สุดท้ายนี้ ผู้วิจัยขออุทิศความดีทั้งปวงของวิทยานิพนธ์เล่มนี้ ให้แก่บูรพาจารย์ตลอดจนท่านผู้มีพระคุณทุกท่าน ขออนุโมทนาขอบคุณปราชญ์ผู้รู้ทางพระพุทธศาสนา นักวิจัย ผู้ช่วยผู้วิจัย นักวิชาการ ผู้ประพันธ์ ผู้เรียบเรียง ตำราวิชาการ ตลอดจนงานวิจัยที่ผู้ศึกษาวิจัย ได้นำมาอ้างอิงในครั้งนี้ จนกระทั่งทำให้งานวิจัยเล่มนี้ สำเร็จลุล่วงด้วยดี

พระครูประสิทธิ์กิตติสาร
(จำลอง กิตฺติสารโร / นิตฺติธรรม)

๑๗ เมษายน ๒๕๕๕

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง	ญ
สารบัญภาพ	ฎ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ฏ
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๔
๑.๓ ขอบเขตของการวิจัย	๔
๑.๔ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๕
๑.๕ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๖
๑.๖ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๑
๑.๗ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๑๒
บทที่ ๒ แนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพในพระไตรปิฎก	๑๓
๒.๑ ความคิดพื้นฐานสำหรับการรักษาสุขภาพในพระไตรปิฎก	๑๓
๒.๑.๑ แนวคิดเรื่องสุขภาพ	๑๓
๒.๑.๒ สมุฏฐาน ความหมาย และประเภทของโรค	๑๙
๒.๒ คุณลักษณะทั่วไปของผู้รับการรักษาและแพทย์	๒๙
๒.๒.๑ คุณลักษณะของรับการรักษา	๒๙
๒.๒.๒ คุณลักษณะของแพทย์ผู้รักษา	๓๐
๒.๓ แนวทางการรักษาสุขภาพทางกายและจิตในพระไตรปิฎก	๓๑
๒.๓.๑ การรักษาสุขภาพทางกายและจิต	๓๑
- ธรรมโอสถ	๓๑

- สมาริบำบัต	๓๓
- สัจจกิริยา	๓๗
๒.๓.๒ การรักษาสุขภาพด้วยการประยุกต์หลายวิธี	๓๘
- แบบสัปปายะวิธี	๓๘
- แบบการให้ประพฤติพรหมจรรย์	๓๙
๒.๔ การรักษาสุขภาพด้วยเภสัซที่ได้รับพุทธานุญาต	๔๐
๒.๔.๑ เภสัซ ๕ ประเภท	๔๐
๒.๔.๒ สมุนไพโรที่ใช้รักษาโรค	๔๒
๒.๔.๓ แหล่งที่มาของเภสัซ	๔๓
๒.๔.๔ วิธีการเก็บรักษาเภสัซ	๔๕
๒.๔.๕ หลักในการฉนอาหารและเภสัซที่ถูกต้อง	๔๕
บทที่ ๓ แนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพของแพทย์แผนไทยและวิธีการของ วัดป่าแหวไฮ	๔๘
๓.๑ แนวคิดวิธีการของแพทย์แผนไทยรักษาสุขภาพ	๔๘
๓.๑.๑ ความหมายและความสำคัญของแพทย์แผนไทย	๔๘
๓.๑.๒ ปรัชญาการแพทย์แผนไทย	๕๐
๓.๑.๓ วิธีการดูแลและรักษาสุขภาพของแพทย์แผนไทย	๕๔
๓.๒ ผลการดำเนินงานในการรักษาสุขภาพการรักษาโรคของพระสงฆ์ วัดป่าแหวไฮ ตำบลห้วยนาคำ อำเภอดุสิต จังหวัดอุดรธานี	๕๗
๓.๒.๑ ประวัตีย่อและแผนที่ตั้งวัดป่าแหวไฮ	๕๗
๓.๒.๒ ประวัติสังเขปเจ้าอาวาสวัดป่าแหวไฮผู้ทำการรักษาสุขภาพ ด้วยวิธีสมุนไพโรบำบัต	๕๙
๓.๒.๓ แรงจูงใจสำหรับการรักษาสุขภาพของผู้รับการรักษาสุขภาพ ด้วยวิธีสมุนไพโรบำบัต	๖๐
๓.๓ ขั้นตอนการใช้สมุนไพโรในการรักษาสุขภาพของผู้ป่วย	๖๑
๓.๓.๑ การย่นบัตรคิวเพื่อรับสมุนไพโร	๖๒
๓.๓.๒ การสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพที่ต้องการบำบัต	๖๓
๓.๓.๓ วิธีการใช้สมุนไพโรบำบัตของวัดป่าแหวไฮ	๖๕
๓.๔ ผลการดำเนินงานในการรักษาสุขภาพด้วยวิธีสมุนไพโรบำบัต ของวัดป่าแหวไฮ	๖๕

๓.๔.๑	กลุ่มตัวอย่างผู้ที่กำลังรักษา	๖๖
๓.๔.๒	กลุ่มตัวอย่างผู้ที่เคยมารักษาสุขภาพและหายแล้ว	๖๗

บทที่ ๔	เปรียบเทียบแนวคิดวิธีการและผลการดำเนินการรักษาสุขภาพ	
	จากพระไตรปิฎกกับการรักษาสุขภาพตามแนวของวัดป่าแหวไฮ	๖๙

๔.๑	แนวคิดการรักษาสุขภาพ	๖๙
๔.๑.๑	การรักษาสุขภาพ	๖๙
๔.๑.๒	แนวคิดเกี่ยวกับสมุฏฐานของโรค	๗๔
๔.๑.๓	บุคคลที่ควรได้รับการรักษา	๗๕
๔.๑.๔	บุคคลที่เหมาะสมเป็นผู้รักษา	๗๖
๔.๒	วิธีการรักษาสุขภาพ	๗๘
๔.๒.๑	การรักษาสุขภาพกายและจิตรักษา	๗๘
๔.๒.๒	การรักษาสุขภาพด้วยการประยุกต์หลายวิธี	๘๐
๔.๒.๓	การรักษาสุขภาพด้วยเภสัชต่าง ๆ	๘๔
๔.๒.๔	หลักการฉันอาหารและเภสัช	๘๗
๔.๓	ผลการดำเนินการรักษาสุขภาพ	๙๐
๔.๓.๑	ผลด้านสุขภาพกาย	๙๐
๔.๓.๒	ผลด้านสุขภาพจิต	๙๑
๔.๓.๓	ผลด้านทางพระธรรมวินัย	๙๒
๔.๓.๔	ผลด้านสังคม	๙๒

บทที่ ๕	สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ	๙๕
----------------	-------------------------------------	----

๕.๑	สรุปผลการวิจัย	๙๕
๕.๒	ข้อเสนอแนะ	๑๐๐

บรรณานุกรม	๑๐๑	
ภาคผนวก ก	ภาพผู้ให้การสัมภาษณ์	๑๐๖
ภาคผนวก ข	แบบสัมภาษณ์	๑๑๖
ภาคผนวก ค	รายชื่อผู้ให้การสัมภาษณ์	๑๑๙
ประวัติผู้วิจัย	๑๒๒	

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
ตารางที่ ๑	
เปรียบเทียบแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพตามแนวพระไตรปิฎก กับแนวของวัดป่าแหวไฮ	๘๘-๙๐
ตารางที่ ๒	
เปรียบเทียบผลการดำเนินการรักษาสุขภาพจากพระไตรปิฎก กับวัดป่าแหวไฮ	๙๔

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
ภาพที่ ๑ สัมภาษณ์ พระครูสุนทรวิมลกิจ, เจ้าอาวาสวัดป่าหวายไฮ, ผู้ให้การรักษา	๑๐๗
ภาพที่ ๒ สัมภาษณ์ พระคำผาย ปสนุโน, ผู้ช่วยในการดูแลรักษา	๑๐๗
ภาพที่ ๓-๔ สัมภาษณ์ พระบุญเรือง กตกุสโล, ผู้ช่วยในการดูแลรักษา	๑๐๘
ภาพที่ ๕ สัมภาษณ์ นายสุนทร วัฒนวงศ์, หมอยาพื้นบ้าน	๑๐๙
ภาพที่ ๖ สัมภาษณ์ นายสำราญ ลุนทาลา, หมอยาพื้นบ้าน	๑๐๙
ภาพที่ ๗ สัมภาษณ์ นายทองรัก เพ็ชรเขียว, หมอยาพื้นบ้าน	๑๑๐
ภาพที่ ๘ สัมภาษณ์ นายศุภฤกษ์ บุญหล้า, ผู้เข้ารับการรักษา	๑๑๐
ภาพที่ ๙ สัมภาษณ์ นายเมฆ บัวสีดำ, ผู้เข้ารับการรักษา	๑๑๑
ภาพที่ ๑๐ สัมภาษณ์ นางจันจิรา เตรียมัตว์, ผู้เข้ารับการรักษา	๑๑๑
ภาพที่ ๑๑ สัมภาษณ์ นางกอบแก้ว พิมพะสอน, ผู้เข้ารับการรักษา	๑๑๒
ภาพที่ ๑๒ สัมภาษณ์ นางสุภีร์ พันธุ์ราศี, ผู้เข้ารับการรักษา	๑๑๒
ภาพที่ ๑๓ สัมภาษณ์ นายก่อเกียรติ พลแสง, ผู้ให้การรักษาสุขภาพ	๑๑๓
ภาพที่ ๑๔ เตาต้ม, หม้อต้มยา วัดป่าหวายไฮ	๑๑๓
ภาพที่ ๑๕ โรงเก็บสมุนไพร วัดป่าหวายไฮ	๑๑๔
ภาพที่ ๑๖ ป้ายทางเข้า วัดป่าหวายไฮ	๑๑๔
ภาพที่ ๑๗ แผนที่สังเขป วัดป่าหวายไฮ	๑๑๕
ภาพที่ ๑๘ บริเวณภายใน วัดป่าหวายไฮ	๑๑๕

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

การใช้หมายเลขอ้างอิงพระไตรปิฎกภาษาบาลี จะแจ้งเล่ม / ข้อที่ / หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ ตัวอย่างเช่น วิ.ม. (บาลี) ๔/๓๓/๒๘. หมายถึง วินยปิฎก มหาจุคคปาติ เล่ม ๔ ข้อ ๓๓ หน้า ๒๘ ฉบับมหาจุฬาเตปิฎก, ๒๕๐๐.

การใช้หมายเลขอ้างอิงพระไตรปิฎกภาษาไทย จะแจ้งเล่ม / ข้อที่ / หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ ตัวอย่างเช่น ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๓๗/๑๙๔. หมายถึง ทีฆนิกาย ปาฎีกาวรรค เล่ม ๑๑ ข้อ ๒๓๗ หน้า ๑๙๔ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙. ใน การอ้างอิงอรรถกา จะแจ้งเล่ม / ข้อที่ / หน้า เช่น ที.สี.อ. (บาลี) ๑/๒๗๕/๒๓๙. หมายถึง ทีฆนิกาย สุมงคลวิลาสณี สีลชนชวคคอฎฐกถา.

พระสุตตันตปิฎก

ที.ม.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา.	(บาลี) =	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฎีกาจุคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.ปา.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฎีกาวรรค	(ภาษาไทย)
ม.มู.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มูลปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ส.ส.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สคาถาวรรค	(ภาษาไทย)
ส.นิ.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	นิทานวรรค	(ภาษาไทย)
ส.สพา.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สพายตนวรรค	(ภาษาไทย)
อง.เอกก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	เอกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ทุก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	ทุกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ติก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	ติกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ปญจก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	ปัญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.จกุก.	(บาลี) =	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	จกุกนิปาตปาติ	(ภาษาบาลี)
อง.จกุก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	จกุกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.สตุตก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	สตุตกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.อฎฐก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	อฎฐกนิบาต	(ภาษาไทย)

ขุ.ขุ.	(บาลี) =	สุตตนต์ปิฎก	ขุททกนิกาย	ขุททกปาฐปาติ	(ภาษาบาลี)
ขุ.ขุ.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ขุททกปาฐะ	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาไทย)
ขุ.อิติ.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อิติวุตตกะ	(ภาษาไทย)
ขุ.สุ.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	สุตตนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.เปต.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	เปตวัตถุ	(ภาษาไทย)
ขุ.เถร.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	เถรวัตถุ	(ภาษาไทย)
ขุ.ชา.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ชาดก	(ภาษาไทย)
ขุ.จู.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	จูฬนิกาย	(ภาษาไทย)
ขุ.อป.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อปทาน	(ภาษาไทย)
ขุ.พุทธ.อ.	(บาลี) =	สุตตนต์ปิฎก	ขุททกนิกาย	พุทธวัสพาติ	(ภาษาบาลี)

พระอภิธรรมปิฎก

อภิ.วิ.	(ไทย) =	อภิธรรมปิฎก	วิภังค์		(ภาษาไทย)
---------	---------	-------------	---------	--	-----------

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

ขุ.ธ.อ.	(ไทย) =	ขุททกนิกาย	ธรรมบทอรรถกถา		(ภาษาไทย)
ขุ.ชา.อ.	(ไทย) =	ขุททกนิกาย	ชาดกอรรถกถา		(ภาษาไทย)

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัญหาเรื่องสุขภาพเป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งของมนุษย์เรา เพราะหากคนเรามีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง ไม่เจ็บป่วยไข้ ก็สามารถที่จะประกอบอาชีพหรือทำหน้าที่การทำงานได้อย่างสมบูรณ์ให้บรรลุเป้าหมายของตนได้ แต่หากมีสุขภาพอ่อนแอ เจ็บป่วย ก็จะต้องรีบแสวงหาทางรักษาเยียวยาให้หายเป็นปกติในเร็ววัน ถึงแม้ว่า เรื่องความเจ็บป่วยเป็นเรื่องธรรมดาของมนุษย์ ดังที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ให้พิจารณาอยู่เนือง ๆ ว่า “เรามีความแก่เป็นธรรมดา ไม่อาจล่วงพ้นความแก่ไปได้ เรามีความเจ็บเป็นธรรมดา ไม่อาจล่วงพ้นความเจ็บไปได้ เรามีความตายเป็นธรรมดา ไม่อาจล่วงพ้นความตายไปได้” ซึ่งก็ต้องเกิดขึ้นกับมนุษย์ทุกรูปนาม ไม่ว่าจะช้าหรือเร็ว แม้ว่าการรักษาสุขภาพอาจได้ผลบ้าง ไม่ได้ผลบ้างก็ตาม

ในพระวินัยปิฎกแสดงให้เห็นว่า พระพุทธองค์ก็ทรงให้ความสำคัญต่อการดูแลรักษาสุขภาพของพระสงฆ์ในครั้งพุทธกาลไว้เช่นกัน ดังมีพระพุทธพจน์ที่ตรัสไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย พวกเธอไม่มีมารดา ไม่มีบิดาผู้คอยพยาบาลภิกษุทั้งหลาย ถ้าพวกเธอไม่พยาบาลกันเอง ใครเล่าจะคอยพยาบาลพวกเธอ ภิกษุทั้งหลาย ผู้จะพยาบาลเราก็จะพยาบาลภิกษุไข้เถิด ถ้ามีอุปัชฌาย์ อุปัชฌาย์พึงพยาบาลภิกษุไข้ นั้นจนตลอดชีวิต (หรือ) จนกว่าเธอจะหาย ถ้ามีอาจารย์... ถ้ามีภิกษุผู้ร่วมอาจารย์ ผู้ร่วมอาจารย์พึงพยาบาลภิกษุไข้ นั้นจนตลอดชีวิต (หรือ) จนกว่าเธอจะหาย ถ้าไม่มีอุปัชฌาย์ อาจารย์ สัททวิหาริก อันเตวาลิก ผู้ร่วมอุปัชฌาย์หรือผู้ร่วมอาจารย์ สงฆ์ต้องพยาบาลภิกษุไข้ นั้น ถ้าไม่พยาบาล ต้องอาบัติทุกกฏ”^๑

จากพระพุทธพจน์ข้างบนนี้ ชี้ให้เห็นว่า พระสงฆ์ที่ออกมาบวชแล้ว หากมีการไม่สบายเจ็บป่วยขึ้นมา ก็จะต้องดูแลรักษาสุขภาพกัน ไม่ควรนิ่งดูดายหรือเพิกเฉยไม่เอาธุระ เพราะว่า ต่างก็ไม่มีคนคอยดูแล จึงต้องดูแลกันเอง เป็นพระอุปัชฌาย์บ้าง เป็น

^๑ อัง.ปณจก. (ไทย) ๒๒/๔๗/๙๙-๑๐๐.

^๒ วิ.ม. (ไทย) ๕/๓๖๕/๒๔๐-๒๔๑.

สหธรรมิกบ้าง (เพื่อน) หากไม่ปฏิบัติ คือ ไม่เอาใจใส่ต่อการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์รูปที่ไม่สบายนั้น ท่านปรับอาบัติทุกกฎเป็นการลงโทษ

นอกจากนี้จากข้อความข้างต้นยังชี้ให้เห็นแนวคิด และวิธีการเกี่ยวกับการรักษาสุขภาพของพระสงฆ์ในพระพุทธศาสนา ที่พระพุทธองค์ไม่ใช่จะเน้นสอนแต่หลักธรรมเพียงอย่างเดียว การรักษาสุขภาพนั้นถือว่ามีความสำคัญ และเป็นปัจจัย สำคัญต่อการปฏิบัติธรรม การปฏิบัติธรรมของพระสงฆ์ต้องมีความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาพ และวิธีการที่จะให้เกิดความผาสุก ดังปรากฏในพระไตรปิฎกหลาย ๆ สูตรที่ชี้ให้เห็นแนวคิด และวิธีการรักษาสุขภาพ

อย่างไรก็ตาม เมื่อมองมายังสังคมไทย จะพบว่า แต่ดั้งเดิมนั้นมีวัดเป็นศูนย์กลางของชุมชน เป็นทั้งที่ทำบุญ เป็นทั้งโรงเรียน เป็นทั้งโรงพยาบาล และเป็นศูนย์กลางวัฒนธรรมต่าง ๆ พระสงฆ์เป็นผู้ที่ได้รับการศึกษาจากตำราคัมภีร์ทางพุทธศาสนา และตำรายาต่าง ๆ ที่มีอยู่ในวัด เช่น การใช้มะเกลือเพื่อการถ่ายพยาธิ หรือการใช้ผลน้อยหน่าที่แห้งคานผสมกับน้ำ ทารักษาฝีหนอง เล็ก ๆ น้อย ๆ ตามผิวหนัง ตลอดจนการใช้ใบมะกา ผักคูนมะขามเปียกแก้อาการท้องผูก ทำให้พระสงฆ์มีความรู้ในการใช้สมุนไพรรักษาโรค นอกจากนี้ประชาชนในชนบทได้ฟังพระสงฆ์ที่มีความรู้ในการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคได้ ทำให้ประชาชนในชนบทมีความเชื่อในการใช้ยาสมุนไพรรักษาโรคได้ และยอมรับพระสงฆ์เป็นที่พึ่งได้ในยามเจ็บป่วย จึงทำให้การรักษาโรคพื้นบ้านกระจายไปสู่ชุมชนต่าง ๆ และสืบทอดกันมาตั้งแต่บรรพบุรุษจนถึงปัจจุบัน”

แม้ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พระสงฆ์บางรูปมีบทบาทสำคัญในการดูแล และรักษาสุขภาพของประชาชนในพื้นที่ซึ่งท่านมีภูมิลำเนาอยู่ ด้วยการบำบัดรักษาด้วยสมุนไพรพื้นบ้าน ซึ่งประชาชนนิยมเรียกพระสงฆ์ที่รักษาสุขภาพเหล่านี้ว่า “หมอพระ” โดยจะใช้กระบวนการรักษาด้วยการวินิจฉัยโรคจากการสอบถามอาการจากผู้ป่วย และทำการตรวจผู้ป่วยด้วยตนเอง อาจใช้เทคนิคสมัยใหม่ เช่น ใช้ปรอทวัดไข้ อาจรักษาด้วยการนั่งวิปัสสนา หรือโหราศาสตร์ในการวินิจฉัยโรคสำหรับการรักษาโรค ส่วนมาก จะใช้สมุนไพรรูปแบบต่าง ๆ เช่น ยารับประทาน ยาหม้อ ยาลูกกลอน ยาผง ยาทา ยากวาด ยาอบ ยาหยอด ยารม เป็นต้น โรคบางชนิดอาจใช้วิธี นวด ประคบ สำหรับโรคกระดูกหัก มีการดอง กระดูกเข้าที่แล้วเข้าเฝือกไม้ไผ่ และทาน้ำมัน โดยหมอพระที่ทำการรักษาต้องมี

^๓ วัณฐรี ตั้งอารยทรัพย์, “การศึกษาการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคของพระสงฆ์ในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, ๒๕๔๐), หน้า ๑.

พื้นฐานอันเป็นคุณสมบัติประจำตัว ได้แก่ สมุฏฐานของโรครู้ชื่อ และอาการของโรค รู้จัก ตัวยา สรรพคุณยา พิษภัยและปรุญา รู้จักการวางยาให้ถูกโรค^๔

นอกจากนั้น ด้านการแพทย์พื้นบ้านไทย เป็นการแพทย์ที่คนไทย ใช้ บำบัดรักษาคนไข้ทั่วไปโดยมีรากฐานมาจากการแพทย์ของอินเดีย ผสมผสานกับความรู้ พื้นฐานดั้งเดิมของท้องถิ่น แล้วพัฒนามาเป็นการแพทย์ไทยโดยเฉพาะ คัมภีร์ทาง การแพทย์พื้นบ้านไทยมักจะมีคำกล่าวสรรเสริญหรือบูชาหมอชีวกโกมารภัจจ์ ในฐานะครู แพทย์และตำราแพทย์ทุก ๆ เล่มอ้างชีวกโกมารภัจจ์ เป็นผู้เรียบเรียงไว้ หมอชีวกโกมาร ภัจจ์ศึกษาวิชา แพทย์ในระบบอายุรแพทย์ คือ มีความรู้ในวิชาที่เกี่ยวกับการรักษาสุขภาพ การใช้มนต์ปลุกเสก มีการบำบัดโรคทางยา ทางการผ่าตัด^๕

จากที่กล่าวมา สะท้อนให้เห็นแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพตามแบบฉบับของ แพทย์แผนไทยที่สืบทอดมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน แต่เมื่อพิจารณาถึง แนวคิด กระบวนการหรือวิธีการเกี่ยวกับการรักษาสุขภาพตามแนวของแพทย์แผนไทย จะมีบาง แนวคิดหรือวิธีการที่ไปสอดคล้องกับแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพ ในพระไตรปิฎก ตลอดจนวิธีการของหมออาชีวกโกมารภัจจ์ที่เป็นหมอที่ดูแลรักษาพระสงฆ์ในครั้งพุทธกาล ซึ่งในพระไตรปิฎกนั้น จะมีทั้งแนวคิดเกี่ยวกับเรื่องโรค การเกิดโรค วิธีการป้องกัน โรค ยา สำหรับรักษาโรคตลอดจน วิธีการรักษา ผู้ที่มีคุณสมบัติเป็นผู้พยาบาลภิกษุผู้เป็นไข้ การ วินิจฉัยโรค

การแพทย์แผนไทยในปัจจุบัน ก็มีข้อจำกัดที่สะท้อนให้เห็นแนวคิดเกี่ยวกับโรค การเกิดโรค วิธีการป้องกันโรค ยาสำหรับใช้รักษาโรคต่าง ๆ ตลอดจน ผู้ที่สมควรในการ เป็นผู้รักษาโรค

จากที่กล่าวมานี้ถือเป็นประเด็นปัญหาสำคัญในสังคมไทยว่า การแพทย์แผน ไทย ได้รับแนวคิดหรือวิธีการมาจาก คำสอนในพระพุทธศาสนา หรือนำแนวคิดวิธีการต่าง ๆ มาจากหมออาชีวกโกมารภัจจ์ เพราะแพทย์แผนไทย ถือว่า หมออาชีวกเป็นครูของ ตำราแพทย์แผนไทยตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน

^๔ คุณช่วย ปิยวิทย์, “ภาษาและคติความเชื่อในตำราไทยพื้นบ้านจากวัดบึง ตำบลโชคชัย อำเภอ โชคชัย จังหวัดนครราชสีมา”, *วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒมหาสารคาม, ๒๕๓๒), หน้า ๖๐-๖๕.

^๕ ยูดี ตปนียากร, *วิวัฒนาการของแพทย์ไทยตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงสิ้นสุดรัชกาลพระบาทสมเด็จพระ จุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว*, *วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , ๒๕๓๘), หน้า ๕๔.

นอกจากนี้ในปัจจุบัน ยังมีพระสงฆ์อีกจำนวนหนึ่ง ซึ่งยังคงมีบทบาทในการดูแลรักษาสุขภาพของประชาชน สิ่งที่น่าสนใจอีกอย่างหนึ่ง คือ การบำบัดรักษาสุขภาพของผู้ป่วย ที่ใช้สมุนไพรในการบำบัดรักษา เช่น ผู้ป่วยที่ติดยาเสพติด หรืออีกหลาย ๆ โรค ถึงแม้ว่ารัฐบาลจะมีนโยบาย และให้ความสำคัญกับปัญหาสุขภาพของประชาชน ก็ตามพระสงฆ์ก็ไม่ยอมนิ่งเฉยถึงแม้จะไม่ใช่นักวิชาชีพ หรือกิจของสงฆ์โดยตรง แต่หากพิจารณาในหลักพระธรรมวินัยก็น่าจะใช่นักวิชาชีพที่พระสงฆ์ต้องให้ความอนุเคราะห์ต่อประชาชนผู้ประสบทุกขเวทนาด้านสุขภาพ ซึ่งมีประชาชนอีกส่วนหนึ่งที่มีความเชื่อเรื่องการรักษาสุขภาพโดยพระสงฆ์ให้หายจากภาวะความเจ็บป่วยได้จึงต้องพึ่งพระสงฆ์ในการบำบัดรักษาสุขภาพแทนโรงพยาบาลของรัฐ แม้บางครั้งการบำบัดรักษาสุขภาพจากพระสงฆ์จะไม่ได้ผลแน่ชัดทางด้านสุขภาพร่างกายแต่ให้ผลดีต่อสุขภาพทางด้านจิตใจของผู้ไปรักษาสุขภาพส่วนใหญ่

ดังนั้น ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพตามแนวพระไตรปิฎก และแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพตามแนวแพทย์แผนไทย โดยพระสงฆ์วัดป่าแหวไฮ ตำบลห้วยนาคำ อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี โดยมีวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

๑.๒. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพในพระไตรปิฎก

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพของแพทย์แผนไทยตามแนวของวัดป่าแหวไฮ

๑.๒.๓ เพื่อศึกษาเปรียบเทียบแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพในพระไตรปิฎก และผลดำเนินการรักษาสุขภาพของพระสงฆ์วัดป่าแหวไฮ ตำบลห้วยนาคำ อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี

๑.๓ ขอบเขตของการวิจัย

๑.๓.๑ ขอบเขตด้านเอกสาร

ศึกษาจากคัมภีร์พระไตรปิฎกเถรวาทเป็นหลัก อีกทั้งเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง คือ เพื่อศึกษาสมุนไพรในการรักษาสุขภาพ แนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพในพระไตรปิฎก และผลการดำเนินงานในการรักษาสุขภาพ และการรักษาโรคของพระสงฆ์วัดป่าแหวไฮ ตำบลห้วยนาคำ อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี โดยศึกษาจากสมุดบันทึกประวัติของผู้มารักษา

๑.๓.๒ ขอบเขตด้านพื้นที่ศึกษาและประชากรศึกษา

ในการศึกษารั้งนี้ ผู้วิจัย ได้เลือกพื้นที่ศึกษา คือ ตำบลห้วยน้ำคำ อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี เนื่องจากอยู่ใกล้วัดป่าเหวไฮ ซึ่งมีพระสงฆ์เป็นผู้รักษาสุขภาพ

ส่วนกลุ่มเป้าหมายในการศึกษา เกี่ยวกับการรักษาสุขภาพ มี ๒ กลุ่ม

- กลุ่มที่ ๑ พระสงฆ์ที่ให้การรักษาสุขภาพในวัดป่าเหวไฮ ได้มาโดยวิธีการเจาะจง (purposive sampling) จำนวน ๕ รูป

- กลุ่มที่ ๒ พระสงฆ์และประชาชนที่รักษาสุขภาพ จากโรคทั่วไป

- โรคเบาหวาน จำนวน ๑๐ รูป/คน

- โรคเรื้อรังอื่น ๆ จำนวน ๑๐ รูป/คน

- โรคมะเร็ง จำนวน ๑๐ รูป/คน

ได้มาโดยวิธีเลือกอย่างง่าย ด้วยการเขียนชื่อผู้ป่วยในแต่ละโรค รวม ๓ โรค ๑ ละ ๑๐ รูป/คน แล้วจับฉลากจนได้ครบตามจำนวน ๓๐ รูป/คน

รวมทั้งสิ้น ๓๕ รูป/คน

๑.๔. นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

สมุนไพรมะนาว หมายถึง พืชหรือส่วนต่าง ๆ ของพืชที่หาได้ในท้องถิ่น และนำมาใช้เป็นยาในการบำบัดรักษาสุขภาพของผู้ติดยาเสพติดและผู้ป่วย

การรักษาสุขภาพ หมายถึง การรักษามะนาวผู้ติดยาเสพติดและผู้ป่วยด้วยวิธีสมุนไพรมะนาวบำบัด

แพทย์แผนไทย ในงานวิจัยนี้ หมายถึง ผู้ให้การรักษาสุขภาพโดยพระสงฆ์วัดป่าเหวไฮ ตำบลห้วยน้ำคำ อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี ซึ่งให้การรักษาสุขภาพตามแนวของหมอพื้นบ้าน

ผู้ป่วย หมายถึง ผู้ที่มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตทำงานไม่ปกติ ในงานวิจัยนี้หมายถึงผู้ป่วยเฉพาะสุขภาพทางร่างกาย

สุขภาพ หมายถึง การมีสุขภาพทางร่างกายที่แข็งแรง และสุขภาพจิตที่ผ่องใส

พระไตรปิฎก หมายถึง พระวินัยปิฎก พระสุตตันตปิฎก และพระอภิธรรมปิฎก ในที่นี้หมายถึงเอาพระไตรปิฎกฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙

๑.๕ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ทบทวนเอกสารและรายงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัย ได้รวบรวมเท่าที่จำเป็นต่อการวิจัยเรื่องสมุนไพรและการรักษาสุขภาพทั่วไป ดังนี้

๑.๕.๑ เอกสารทั่วไป

สมชาย สุรชาติรี ได้ศึกษาบทบาทของพระสงฆ์ไทยในการส่งเสริมการใช้สมุนไพร เพื่อการพึ่งตนเองในชนบทโดยการสำรวจพระสงฆ์และประชาชนในจังหวัดอุบลราชธานี จำนวน ๙๐ รูป/คน ผลการศึกษาพบว่า ประชาชนในชนบทเมื่อมีสุขภาพไม่ปกติหรือเจ็บป่วย ส่วนหนึ่งยังนิยมรักษาบำบัดด้วยตนเองโดยใช้ยาสำเร็จรูป การใช้สมุนไพรจากพระสงฆ์ เพราะสมุนไพรเป็นที่รู้จักกันมานานแล้ว ส่วนใหญ่จะเป็นยาหม้อ โดยได้รับคำแนะนำจากแพทย์แผนโบราณ และผู้รู้ที่เล่าสืบ ๆ กันมา^๖

สมทรง ณ นคร และคณะ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง ความรู้ทัศนคติและพฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรคของชาวชนบท และบุคลากรสาธารณสุข ภูมิลำเนา ตำบลนอกเมืองเหนือ ผลจากการศึกษาพบว่า ชาวชนบททุกคน มีความรู้ว่าสมุนไพรคือพืชที่นำมาใช้เป็นยารักษาโรคได้ ชาวชนบทส่วนใหญ่รู้จักพืชสมุนไพรหลายชนิด หนึ่งในสามของชนบทมีทัศนคติที่ดีต่อการใช้สมุนไพรรักษาโรค ในด้านพฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรคของชาวชนบทพบว่าร้อยละ ๗๒.๙ โดยใช้สมุนไพรรักษาโรค และส่วนใหญ่หายขาดจากโรค มะเกลือเป็นพืชสมุนไพรที่ชาวชนบทจำนวนมากที่สุดนำมาใช้เป็นยาถ่ายพยาธิ เหตุผลหลักที่ชาวชนบทใช้สมุนไพรรักษาโรค คือ การเชื่อถือในสรรพคุณของสมุนไพรที่ได้เคยใช้เป็นยารักษาโรคมาตั้งแต่บรรพบุรุษ หมอแผนโบราณและบิดามารดา เป็นบุคคลที่แนะนำชาวชนบทส่วนใหญ่ให้มาใช้สมุนไพรรักษาโรค^๗

^๖ สมชาย สุรชาติรี, บทบาทของพระสงฆ์ไทยในการส่งเสริมการใช้สมุนไพรเพื่อการพึ่งตนเองของชนบท, *วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๐), หน้า ๑-๒.

^๗ สมทรง ณ นครและคณะ, รายงานการวิจัยเรื่อง “ความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมการใช้สมุนไพรรักษาโรคของชาวชนบท และบุคลากรสาธารณสุขตำบลนอกเมืองเหนือ”, (ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๒๕๔๙), หน้า ๑๐.

วิโรจน์ นาคชาติ กล่าวถึงวิธีการรักษาสุขภาพไม่ให้เกิดความเจ็บป่วยในพระไตรปิฎกว่า วิธีการรักษาโรคแบ่งออกเป็น ๔ วิธี คือ การรักษาโรคด้วยสมุนไพร เทคนิค พุทธมนต์ และการบำเพ็ญเพียรทางจิต^๘

๑.๕.๒ รายงานการวิจัย

พระมหาอุทัย อุทโย (ศิริภักดิ์) ได้ศึกษาเชิงวิเคราะห์ เรื่อง ตัณหาในพระไตรปิฎก วิจัยเล่มนี้ได้ศึกษาถึงบทบาท สาเหตุ ผลของตัณหา ในแง่ศาสนา เศรษฐกิจ สังคม ตลอดจนวิธีดับตัณหาในแง่มุมต่าง ๆ โดยเฉพาะการละตัณหาด้วยปฏิบัติตามอัฐฐังคิกมรรค เรื่องตัณหาถือว่าเป็นตัวโรคที่จะเกิดขึ้นทางใจโดยตรง การที่จะกำจัดโรคทางใจได้ ต้องรู้จักตัวตัณหารู้จักสาเหตุตัณหา และ จัดการดับตัณหา นั้น ๆ ด้วย ตามวิธีการของอริยสัจสี่ จึงเชื่อว่าปราศจากโรคทางใจอย่างสมบูรณ์^๙

พระอธิการไพศาล กิตติภทโท (บำรุงแคว้น) ได้ศึกษาการประยุกต์ใช้พุทธปรัชญาในการบำรุงรักษาจิตผู้ป่วย ผลการวิจัยพบว่า การบำบัดรักษาต้องดำเนินคู่กันไปทั้งด้านร่างกายและจิตใจ การนำหลักกรรมมาประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้ป่วยด้านจิตใจเป็นวิถีทางที่เหตุผลทางวิทยาศาสตร์รองรับส่งผลให้โรคทางกายหายได้ไวหรือไม่ลุกลาม พุทธศาสนาใช้หลักสังฆกรรม คือ การดูแลรักษาชีวิตตามธรรมชาติ และหลักจริยธรรม คือ การกระทำที่ถูกต้องเป็นประโยชน์ต่อคนไข้อย่างแท้จริง^{๑๐}

เพ็ญนภา ทรัพย์เจริญ ได้ศึกษาเรื่อง “การแพทย์แผนไทย การแพทย์แบบองค์รวม” ผลการศึกษาพบว่า การแพทย์แผนโบราณหรือ การแพทย์แผนไทยเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตคนไทยมานับพันปี วิถีชีวิตชาวพุทธเกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนาทั้งสิ้น เริ่มแต่การ

^๘ วิโรจน์ นาคชาติ, “การรักษาโรคในพระไตรปิฎก”, รามคำแหง, ปีที่ ๒๔ ฉบับมนุษยศาสตร์, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๔๗), หน้า ๘.

^๙ พระมหาอุทัย อุทโย (ศิริภักดิ์), “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องตัณหาในพระไตรปิฎก”, วิทยานิพนธ์ ศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : สภาการศึกษามหาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๒), หน้า ๒๐.

^{๑๐} พระอธิการไพศาล กิตติภทโท (บำรุงแคว้น), “การประยุกต์ใช้พุทธปรัชญาในการบำรุงรักษาจิตผู้ป่วย”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๕), หน้า ๓๔.

เกิด แก่ เจ็บ ตาย การแพทย์แผนไทยยึดหลักการทางพระพุทธศาสนาว่า ความเจ็บป่วย ไม่ได้มองเพียงเชื้อโรค แต่มีสาเหตุมาจากสมุฏฐาน ๔ ประการ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ^{๑๑}

นภাজรี นำเบญจพล สถานบริการสาธารณสุข การรู้จักใช้ยาและการรักษาพยาบาลเบื้องต้น การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ การรักษาสุขภาพอนามัย พระสงฆ์ส่วนใหญ่เห็นว่า พระสงฆ์ควรมีบทบาทด้านการช่วยเหลือ สนับสนุน การสาธารณสุขมูลฐานแก่ชุมชน ผู้วิจัยได้เสนอว่า หน่วยงานสาธารณสุข มูลฐาน ควรกระจายงานไปยังหมู่พระสงฆ์ โดยติดตามประเมินผลประสานระหว่างหน่วยงานและสถาบันสงฆ์ จะทำให้งานสาธารณสุขมูลฐานของไทยได้ผลดียิ่งขึ้น อันเป็นประโยชน์ต่อชาวไทย^{๑๒}

จุฬารัตน์ เขาประเสริฐ ได้วิจัย วิธีการรักษาโรคทางใจในพระพุทธศาสนา ผลการวิจัย พบว่า การใช้โยนิโสมนสิการ เป็นการพิจารณาหาเหตุผลพร้อม กับการรู้จักแก้ปัญหา ดำเนินชีวิตให้ถูกต้อง การใช้สมาธิบำบัด เช่น อานาปนสติ การเจริญสติปัฏฐาน การเจริญเมตตา การคบหากัลยาณมิตร เพื่อสงบระงับนิวรณ์กิเลสจนทำให้เกิดปีติสุข การประยุกต์ใช้พุทธธรรมในการบำบัดโรคจิตเภท สามารถทำได้กับผู้ป่วยที่มีอาการดีขึ้น หรือสามารถรับรู้ข้อมูลได้ หลักพุทธธรรมที่จิตแพทย์ นักจิตวิทยาคลินิก นักสังคมสงเคราะห์ สามารถเลือกมาประยุกต์ใช้อย่างเหมาะสมกับอาการของผู้ป่วยได้ดี คือ นักจิตวิทยาคลินิก มุ่งรักษาทางจิตใจของผู้ป่วยจิตเภท รวมทั้งครอบครัวบำบัด นักสังคมบำบัด และหลักพุทธธรรม เช่น โยนิโสมนสิการ พุทธลีลาในการสอน ๔ และจริต ๖ ที่พระพุทธองค์ทรงใช้บำบัดโรคทางใจแก่สาวก ซึ่งสอดคล้องกับการรักษาของจิตแพทย์ตามแนวจิตบำบัดในยุคปัจจุบัน เช่น การทำจิตบำบัดแบบประคับประคอง^{๑๓}

พงษ์ วรพงศ์พิเชษฐ นายแพทย์ ได้ให้ทัศนะไว้ว่า โรคที่เกิดกับมนุษย์นั้นมีมากมายหลายชนิด บางโรค เช่น โรคมะเร็ง เป็นต้น ปัจจุบันก็ยังไม่มียาให้หายขาด

^{๑๑} เพ็ญญา ทรัพย์เจริญ, การแพทย์แผนไทย การแพทย์แบบองค์รวม, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔), หน้า ๑๓๐.

^{๑๒} นภাজรี นำเบญจพล, "บทบาทของพระสงฆ์ไทยที่มีต่อสาธารณสุขมูลฐาน : ศึกษาเฉพาะกรณีจังหวัดนครราชสีมา", วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๙), หน้า ๒๔.

^{๑๓} จุฬารัตน์ เขาประเสริฐ, "การประยุกต์ใช้พุทธธรรมในการบำบัดโรคจิตเภท", วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๓๔.

ได้ เพราะยังไม่รู้สาเหตุแน่ชัด โรคบางชนิดไม่อาจจะหาสาเหตุได้ว่าเกิดขึ้นเพราะสาเหตุใด เรียกว่า “โรคนามรูป” หรือ “โรคแห่งกรรม” ซึ่งถือว่าเป็นโรคจิตเภทประเภทหนึ่ง โรคดังกล่าวบางครั้งใช้ยาไม่ได้ผล แต่ปรากฏว่าผู้ฝึกปฏิบัติสมาธิที่เจ็บป่วยด้วยโรคดังกล่าวนี้มีอาการที่ทุเลาขึ้น บางรายมีอาการหายขาดจากโรคที่เป็นอยู่ หลังจากที่ได้ฝึกปฏิบัติสมาธิจนครบกำหนดเวลา การปฏิบัติสมาธิส่งผลทำให้โรคร้ายต่าง ๆ หายไปนี้ จะต้องปฏิบัติตนคือ (๑) ผลของความศรัทธาในพระพุทธศาสนา นับเป็นการเตรียมพร้อมทางด้านจิตใจ และการถือศีล ๘ เป็นผลให้มีมารับประทานอาหารน้อยลง ประกอบกับการเดินจงกรม ซึ่งถือได้ว่าเป็นการออกกำลังกาย เข้าตำราจิตนิรามัย คือ จิตจะแจ่มใสก็ต้องอาศัยร่างกายที่แข็งแรง ปราศจากโรคร้าย เป็นการสร้างภูมิคุ้มกันหรือพลังให้แก่ร่างกาย และทำให้เกิดความสุขกายสบายใจ (๒) ผลของการทำสมาธิภาวนาหรือวิปัสสนากัมมัฏฐานนั้นสามารถสร้างกำลังกายหรือพลังจิตที่แข็งแรง และมีกำลังใจที่จะต่อสู้โรคต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี และผลของสมาธิจะทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจ คือ รู้ดีรู้ชั่ว (๓) ผลของการวิปัสสนากัมมัฏฐาน ทำให้เราแจ่มแจ้งและเข้าใจในไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา โดยเฉพาะอย่างยิ่งสามารถทำความเข้าใจในกายและจิตของตนได้ดียิ่งขึ้น และรู้เท่าทันกับโรคต่าง ๆ ที่เข้ามาเบียดเบียนกายและจิตของตนได้เป็นอย่างดี^{๑๔}

ยูภา เกิดอุดมธรรม ได้วิจัยเกี่ยวกับการรักษาพยาบาล ผลการศึกษาพบว่าพยาบาลต้องพัฒนาความสามารถในการป้องกันโรค การส่งเสริมและคงไว้ซึ่งสุขภาพอนามัย การดูแลรักษาพยาบาล และการฟื้นฟูสุขภาพของผู้รับบริการ เหล่านี้เป็นบทบาทเชิงวิชาชีพที่สอดคล้องกับ เป้าหมายของวิชาชีพอื่น ๆ ในการสาธารณสุข ดังนี้

๑) การส่งเสริมสุขภาพ เป็นการช่วยเหลือให้บุคคลที่มีสุขภาพดี และบุคคลที่ป่วย สามารถดำรงชีวิตด้วยความปกติสุข ทั้งทางกาย จิต และสังคม

๒) การป้องกันโรค เป็นการช่วยเหลือบุคคลที่มีสุขภาพดี เจ็บป่วย หรือพิการ ให้สามารถป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากสิ่งที่คุกคามสุขภาพต่าง ๆ เช่น การเกิดโรคที่รุนแรง การบาดเจ็บ ความพิการ ซึ่งสามารถกระทำได้โดย การฉีดวัคซีนป้องกันในเด็ก การแนะนำการปฏิบัติตนที่ถูกต้องวิธีเพื่อหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ เช่น การสูบบุหรี่

๓) การดูแลรักษาพยาบาล เป็นการให้การดูแลรักษาพยาบาลบุคคลที่เจ็บป่วยแล้วให้ บรรเทาความเจ็บป่วย ให้ได้รับความสุขสบาย และปลอดภัยมากที่สุด เช่น สังเกตอาการเปลี่ยนแปลงเบื้องต้นของผู้ป่วย หาข้อมูลต่าง ๆ เพื่อช่วยให้ผู้ป่วยได้รับการ

^{๑๔} พงษ์ วรพงศ์พิเชษฐ, นายแพทย์, “การแพทย์กายจิตบำบัดโยคะและสุขภาพบำบัด”, ผู้จัดการ, ฉบับที่ ๓๑-๓๒, (พฤษภาคม ๒๕๕๑) : ๘.

วินิจฉัยโรค และได้รับการรักษาที่ถูกต้อง ให้การดูแลเพื่อความสบายของผู้ป่วย ค้นหาสาเหตุของปัญหา ที่ทำให้การรักษาพยาบาลไม่เกิดประสิทธิภาพเท่าที่ควร และพยายามหาทางแก้ไขปัญหาโดยแบ่งกิจกรรมเป็น ๒ ลักษณะคือ

(๓.๑) กิจกรรมเกี่ยวกับการบำบัดรักษาพยาบาล เป็นกิจกรรมที่พยาบาลปฏิบัติเพื่อให้บุคคลได้รับการตรวจวินิจฉัยโรค และการร่วมมือในการรักษาของแพทย์ กิจกรรมส่วนนี้เป็นการพยาบาลที่เป็นไปตามการรักษาของแพทย์ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ไม่อิสระ

(๓.๒) กิจกรรมการช่วยเหลือดูแล จัดเป็นกิจกรรมที่เป็นอิสระของพยาบาล มุ่งสนองความต้องการพื้นฐานของบุคคลให้ดำเนินไปอย่างปกติตามสภาพ ครอบคลุมไปถึงการได้รับอากาศ น้ำ อาหาร การพักผ่อน การออกกำลังกาย และการประคับประคองจิตใจ รวมถึงการรับรู้เกี่ยวกับการเจ็บป่วย การรักษาพยาบาลและแนวทางปฏิบัติที่เหมาะสม อย่างไรก็ตาม ในการปฏิบัติกิจกรรมการพยาบาลนั้นไม่ว่าจะเป็นการส่งเสริมการป้องกัน รักษาพยาบาล หรือฟื้นฟูสุขภาพ พยาบาลจะต้องปฏิบัติกิจกรรมการดูแลช่วยเหลือแฝงอยู่ตลอดไป นั่นคือ การปฏิบัติกิจกรรมการดูแลช่วยเหลือ เป็นกิจกรรมพื้นฐานของการพยาบาลทุกกิจกรรม ขณะที่การบำบัดรักษาพยาบาล เป็นกิจกรรมการพยาบาลส่วนหนึ่งของการช่วยเหลือดูแลเท่านั้น

๔) การฟื้นฟูสมรรถภาพ เป็นกิจกรรมที่จัดให้บุคคลภายหลังการเจ็บป่วย เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตตามสภาพให้รอดพ้นจากความพิการ หรือถ้ามีความพิการก็ดูแลให้สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ เช่น การจัดให้ผู้ป่วยได้รับการทำกายภาพที่เหมาะสม การจัดหาอุปกรณ์ เพื่อช่วยเหลือการเคลื่อนไหวในกรณีผู้ป่วยพิการ นอกจากนี้ยังรวมถึงการสูญเสียชีวิต ก็ให้มีการเตรียมรับการจากไปด้วยดี^{๑๔}

สมพร บุขราทิจ ได้ศึกษาจิตเวชศาสตร์สำหรับประชาชนเกี่ยวกับพุทธวิธีจิตบำบัด ผลการศึกษาพบว่า เป็นการรักษาโดยอิงมนุษยวิทยาเกี่ยวกับปรัชญา การคิดอย่างมีเหตุผล และพระพุทธรูปประดิษฐานอยู่ในประเภทนี้ สรุปได้ความว่าการนำพระพุทธรูปมาใช้ในการทำจิตบำบัดทำได้สองทาง คือ การศึกษาปฏิบัติธรรมโดยตรง มีเป้าหมาย คือ การบรรลुरुธรรม เข้าถึงภาวะที่จิตสงบ สันทุกข์ และอีกทางหนึ่งนั้น เป็นการ

^{๑๔} ยูภา เท็ดอุดมธรรม, “การศึกษาหลักพุทธธรรมที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมให้การพยาบาลตามบทบาทเชิงวิชาชีพ : ศึกษากรณีพยาบาลวิชาชีพ สังกัดกระทรวงสาธารณสุข จังหวัดสุราษฎร์ธานี”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗), หน้า ๑๖.

นำหลักพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ ดังนั้น เป้าหมายของการรักษา (การปฏิบัติธรรม) คือ การค้นหาว่า มีอะไรตกค้างอยู่ในใจบ้าง ขจัดสิ่งตกค้างอันเป็นสิ่งปนเปื้อนออกไปจากใจ เมื่อใจสะอาดมีสิ่งปนเปื้อนน้อยลงเท่าใด การรับรู้โลกการรู้จักชีวิตก็จะเป็นจริงมากขึ้น สิ่งเร้าต่างๆที่เคยทำให้จิตใจว้าวุ่น ไม่สงบ ก็ไม่มีอิทธิพลอีกต่อไป เป็นใจที่สงบ เอิบอ้อมรู้จักโลก รู้จักชีวิตตามที่เป็นจริง และมีสุขภาพจิตสมบูรณ์^{๑๖}

อุทัยวรรณ เลาประเสริฐสุข ได้ศึกษาวิจัย เกี่ยวกับพุทธวิธีบรรเทาทุกข์ยามเจ็บป่วย ผลการวิจัยพบว่า พระพุทธเจ้าทรงมีแนวทางในการแก้ปัญหาสุขภาพ และความเจ็บป่วย ๒ แนวทางใหญ่ๆ คือ การป้องกันและการรักษาโรค วิธีป้องกัน ทรงใช้หลักปฏิบัติต่าง ๆ ในการดูแลรักษาสุขภาพอนามัยทั้งด้านกายภาพและจิตภาพ วิธีการรักษา ทรงใช้กรรมวิธีตามแบบทั่วไปและการใช้พระธรรมโอสถ^{๑๗}

จากการศึกษาทบทวนเอกสาร และรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทำให้ได้ทราบการรักษาโรคด้วยสมุนไพร การป้องกัน การประยุกต์ใช้สมาธิเพื่อบำบัดโรคบางชนิด รวมถึงการดำเนินชีวิตของภิกษุ-สามเณรในพระพุทธศาสนา ให้สอดคล้องกับหลักธรรมและธรรมชาติ เป็นเหตุให้อายุยืน ผู้วิจัยสามารถนำไปเป็นฐานข้อมูลในการศึกษาวิจัย เพื่อประโยชน์ทางวิชาการแพทย์ทางเลือกสืบต่อไป

๑.๖. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ซึ่งมีวิธีดำเนินการวิจัย ขึ้นศึกษาข้อมูลจากเอกสาร แบ่งตามแหล่งข้อมูล ดังนี้

๑. ข้อมูลปฐมภูมิ ได้แก่ พระไตรปิฎกภาษาไทยและภาษาบาลี คัมภีร์พระอรรถกถา

๒. ข้อมูลทุติยภูมิ ได้แก่ งานเขียนของนักวิชาการทางพระพุทธศาสนา และนักวิชาการสาขาอื่น ที่เกี่ยวข้องด้วยเรื่องเจ็บป่วย ทั้งที่เป็นภาษาไทยและภาษาอังกฤษ รวมทั้งงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

^{๑๖} สมพร บุษราทิจ, **พุทธวิธีจิตบำบัด**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์นันทพันธ์, ๒๕๔๒), หน้า ๒๗/๒-๒๗/๓.

^{๑๗} อุทัยวรรณ เลาประเสริฐ, “การศึกษาเชิงวิเคราะห์พุทธวิธีบรรเทาทุกข์ยามเจ็บป่วย”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า ๑.

๓. การศึกษาข้อมูลภาคสนาม เป็นการสัมภาษณ์ ผู้ที่เกี่ยวข้องได้แก่ พระสงฆ์ ผู้ให้การรักษา และผู้ป่วยที่มารับการรักษา

๔. นำข้อมูลที่ได้นั้น มาวิเคราะห์ และนำเสนอสรุปผลการวิจัย ด้วยวิธีนำเสนอผลการวิจัยเชิงพรรณนา

๑.๗. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๗.๑ ทำให้ทราบถึงแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพในพระไตรปิฎก

๑.๗.๒ ทำให้ทราบถึงแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพของแพทย์แผนไทยและตามแนวของวัดป่าแหวไฮ

๑.๗.๓ ทำให้ทราบถึงผลการเปรียบเทียบแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพในพระไตรปิฎกกับผลการดำเนินงานในการรักษาสุขภาพของพระสงฆ์ วัดป่าแหวไฮ ตำบลหัวนา คำ อำเภอสรีราชา จังหวัดอุดรธานี

บทที่ ๒

แนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพในพระไตรปิฎก

การศึกษาเกี่ยวกับแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพจากพระไตรปิฎก ผู้วิจัยได้กำหนดประเด็นในการวิจัยไว้ ดังนี้

๒.๑. ความคิดพื้นฐานสำหรับการรักษาสุขภาพในพระไตรปิฎก

การศึกษาเกี่ยวกับความคิดพื้นฐานสำหรับการรักษาสุขภาพในพระไตรปิฎก นั้นมีหลายประเด็นซึ่งเป็นการยากแก่การศึกษาค้นคว้าเพื่อความสะดวกในการศึกษา ผู้วิจัยจึงได้ตีกรอบเพื่อทำการศึกษาเพียง ๒ กลุ่ม คือ ๑. แนวคิดเรื่องสุขภาพ ๒. สมุฏฐาน ความหมายและประเภทของโรค ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

๒.๑.๑. แนวคิดเรื่องสุขภาพ

คำว่า สุขภาพ หมายถึง การมีกายดี จิตดี สังคมดีอย่างสมบูรณ์แบบ^๑ เรื่องของสุขภาพเป็นเรื่องที่เกี่ยวกับชีวิตการที่มนุษย์เรารู้จักการดูแลรักษาสุขภาพจึงเป็นการรู้จักรักษาชีวิต แต่เมื่อกล่าวถึงชีวิตโดยรวมแล้วก็คือ เรื่องของกายกับจิตที่มีการเชื่อมโยงอย่างเป็นระบบ กายที่เป็นโรคเป็นความทุกข์ จิตที่เป็นโรคก็เป็นทุกข์ ในทางตรงกันข้ามสุขภาพกายดีก็คือกายที่ไม่มีโรคมาเบียดเบียน สุขภาพจิตดีคือจิตที่ไม่ถูกกิเลสที่มาจากความโลภ โกรธ หลง เป็นพื้นฐานให้รบกวนให้เราอ่อนเจ็บปวด

หลักคำสอนในพระพุทธศาสนามุ่งสอนการปฏิบัติเพื่อให้ร่างกายอยู่ในสภาพที่เป็นปกติและจิตใจก็เป็นปกติ แนวความคิดเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเป็นเรื่องที่สะท้อนให้เห็นว่า การดูแลสุขภาพในแง่มุมต่าง ๆ มีสิ่งที่น่าสนใจ เช่น พระพุทธศาสนากับการดูแลสุขภาพ

^๑ พระมหาจรรยา สุทธิญาณ, พระพุทธศาสนากับการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (นนทบุรี : สำนักพิมพ์ประชากรธรรม , ๒๕๔๔), หน้า ๕.

สุขภาพ พระสาวกกับการดูแลสุขภาพ หลักธรรมที่ดูแลและรักษาทางจิต หลักการและวิธีการดูแลสุขภาพในพระไตรปิฎก มีดังนี้

๑) **สิกขาบทกับการดูแลสุขภาพ** การที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงบัญญัติสิกขาบท สะท้อนให้เห็นภาพของวัฒนธรรมของคนถิ่นในสมัยพุทธกาล วัฒนธรรมด้านการนุ่งห่ม การรับประทานอาหาร การใช้คำพูดอาจมีลักษณะที่ไม่เรียบร้อย เมื่อคนเหล่านั้นมาบวชในสังฆมณฑลแห่งพระพุทธศาสนา พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงทรงบัญญัติเสขียสิกขาบทขึ้นมา เพื่อเป็นหลักปฏิบัติของเหล่าสาวก

แนวคิดที่น่าสนใจในเสขียกัณฑ์อีกอย่างหนึ่งที่สะท้อนให้เห็นพุทธทัศนะที่มีต่อการอนุรักษ์สภาพแวดล้อมทางธรรมชาติ คือบทบัญญัติที่ว่า “ภิกษุพึงสำเหนียกว่า เราไม่เป็นไข จักไม่ถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ หรือบ้วนน้ำลายรดลงบนพืชเขียวสด” ตามความในสิกขาบทที่ ๑๔ แห่งปาตุกาบรรค “ภิกษุพึงสำเหนียกว่า เราไม่เป็นไข จักไม่ถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ หรือ บ้วนน้ำลายลงในน้ำ” ตามความในสิกขาบทที่ ๑๕ แห่งปาตุกาบรรค เสขียกัณฑ์แบ่งเป็น ๗ บรรค^๒ คือ

(๑) ปริมาณลวรรรค^๓ หมวดว่าด้วยการนุ่งห่มเรียบร้อย มี ๑๐ สิกขาบท มีข้อความสรุปว่า ภิกษุพึงสำเหนียกว่า “จักนุ่งสบง ห่มจีวร ให้เรียบร้อยในทุกเวลาและสถานที่ จักสำรวจมระวังอิริยาบถ คือ การเดิน การนั่ง การเหยียดมอง การนุ่งห่ม ขณะที่เดินและนั่งอยู่ในละแวกบ้าน”

(๒) อุชชัคคิมิภวรรค^๔ หมวดว่าด้วยการหัวเราะ มี ๑๐ สิกขาบท มีข้อความสรุปว่า ภิกษุพึงสำเหนียกว่า “ในขณะที่เดินหรือนั่งอยู่ในละแวกบ้าน จักสำรวจมระวังอิริยาบถ คือ ไม่หัวเราะ ไม่พูดเสียงดัง ไม่โคลงกาย ไม่แกว่งแขน ไม่โคลงศรีษะ”

^๒ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม ๒ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๙), หน้า ๓๑.

^๓ วิ.มหา. (ไทย) ๒/๕๗๖/๖๔๙.

^๔ วิ.มหา. (ไทย) ๒/๕๘๖/๖๖๐.

(๓) ชัมภตกวรรค^๕ หมวดว่าด้วยการทำสะเอว มี ๑๐ สิกขาบท มีข้อความสรุปว่า ภิกษุพึงสำเหนียกว่า “ในขณะที่เดินหรือนั่งอยู่ในละแวกบ้าน จักสำรวมอิริยาบถ คือ ไม่ทำสะเอว ไม่คลุมศีรษะ ไม่กระโหยง ไม่นั่งรัดเข่า” พึงสำเหนียกว่า “จักรับบิณฑบาตโดยเคารพ จักให้ความสำคัญหมายรู้ในใจขณะที่รับบิณฑบาต จักรับแกงให้พอเหมาะกับข้าว จักรับข้าวให้เสมอขอบปากบาตร”

(๔) สักกัจจวรรค^๖ หมวดว่าด้วยความเอื้อเฟื้อ มี ๑๐ สิกขาบท มีข้อความสรุปว่า ภิกษุพึงสำเหนียกในขณะที่ฉันข้าวว่า “จักฉันข้าวโดยเคารพ จักให้ความสำคัญในบาตรขณะฉันข้าว จักฉันข้าวไปตามลำดับ จักฉันข้าวให้พอเหมาะกับกับแกง จักไม่ฉันขยำข้าวลงมาแต่ยอด จักไม่เอาข้าวสุกกลบแกงหรือกับข้าวเพื่อให้ได้มาก จักไม่ออกปากขอแกงหรือข้าวสุกมาฉันเองในเมื่อไม่เป็นไข้ จักไม่มองดูบาตรของภิกษุอื่นโดยมุ่งจะตำหนิ จักไม่ทำคำข้าวใหญ่หนัก จักทำคำข้าวให้พอดีกับปาก”

(๕) กพพวรรค^๗ หมวดว่าด้วยคำข้าว มี ๑๐ สิกขาบท มีข้อความสรุปว่า ภิกษุพึงสำเหนียกว่า “ในขณะที่ฉันภัตตาหาร จักไม่อ้าปากรอคำข้าว ไม่สอดมือเข้าในปาก ไม่พูดคุยกัน ไม่โยนคำข้าวเข้าปาก ไม่กัดคำข้าว ไม่ทำกระพุงแก้มตุ่ย ไม่สลัดมือ ไม่โปรยเม็ดข้าว ไม่แลบลิ้น ไม่ทำเสียงจ๊ับ ๆ”

(๖) สุรสุรวรรค^๘ หมวดว่าด้วยการฉันดังชู้ด ๆ มี ๑๐ สิกขาบท มีข้อความสรุปว่า ภิกษุพึงสำเหนียกว่า “ในขณะที่ฉันภัตตาหาร จักไม่ฉันทำเสียงดังชู้ด ๆ ไม่เสียมือ ไม่เสียบาตร ไม่เสียริมฝีปาก ไม่จับภาชนะน้ำดื่มขณะที่มือเปื้อน ไม่เทน้ำล้างบาตรที่มีเมล็ดข้าวลงในละแวกบ้าน” พึงสำเหนียกว่า “จักไม่แสดงธรรมแก่คนที่ไม่ใช่ผู้อยู่อาภักดิ์กิริยาเหล่านี้ คือ กัณธมอยู่ ถือไม้พลอง ถือศัตรา ถืออาวุธ”

^๕ วิ.มหา. (ไทย) ๒/๕๙๖/๖๗๐.

^๖ วิ.มหา. (ไทย) ๒/๖๐๖/๖๘๑.

^๗ วิ.มหา. (ไทย) ๒/๖๑๗/๖๙๓.

^๘ วิ.มหา. (ไทย) ๒/๖๒๗/๗๐๓.

(๗) ปาฐกถาธรรม^๙ หมวดยว่าด้วยเชียงเท้า มี ๑๕ สิกขาบท มีข้อความสรุปว่า ภิคุษุพึงสำเหนียกว่า “จักไม่แสดงธรรมแก่คนที่ไม่เป็นไข้ผู้อยู่ในอากัปกรณ์เหล่านี้ คือ ผู้สวมเชียงเท้า ผู้สวมรองเท้า ผู้อยู่ในยานพาหนะ ผู้อยู่บนที่นอน ผู้ที่นั่งรัดเข่า ผู้โพกศีรษะ ผู้คลุมศีรษะ ผู้นั่งบนอาสนะ”

มีข้อความสรุปว่า พึงสำเหนียกว่า “จักไม่แสดงธรรมในขณะที่ตัวเองและคนไม่เป็นไข้ผู้อยู่ในอากัปกรณ์เหล่านี้ คือผู้ฟังนั่งอยู่บนอาสนะสูงกว่าตน ผู้ฟังนั่งอยู่ในขณะที่ตัวเองยืน ผู้ฟังเดินไปข้างหลัง ผู้ฟังเดินอยู่ในทางขณะที่ตัวเองอยู่นอกทาง”

สรุปความว่า พึงสำเหนียกว่า “ถ้าไม่เป็นไข้ จักไม่ยืนถ่ายอุจจาระหรือปัสสาวะ จักไม่ถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ หรือบ้วนน้ำลายรดลงบนพีชเขียวสดหรือลงในน้ำ” ซึ่งภิคุษุผู้ละเมิดสิกขาบทเหล่านี้ต้องอาบัติทุกกฏ

๒) หลักเสขียวัตถ์กับการดูแลสุขภาพ คำว่า เสขียะ แปลว่า ข้อปฏิบัติอันเป็นสมบัติของท่านผู้ยังต้องศึกษา^{๑๐} ธรรมเนียมเกี่ยวกับมารยาทที่ภิคุษุพึงสำเหนียก หรือ พึงฝึกฝนปฏิบัติ เป็นชื่อสิกขาบทที่ว่าด้วยมารยาทผู้ดี เป็นวิธีการวางกิริยาทางกายและ วาจาที่เหมาะสมของภิคุษุ ไม่ได้เป็นชื่ออาบัติ ภิคุษุไม่ปฏิบัติตามบทบัญญัติแห่งเสขียะ ต้องอาบัติทุกกฏทุกสิกขาบท สิกขาบทในเสขียกัณฑ์นี้เป็นบทบัญญัติที่น่าสนใจ เพราะด้วยเรื่องกิริยามารยาทที่เป็นธรรมเนียมของภิคุษุสงฆ์ โดยเฉพาะเสขียสิกขาบททั้ง ๗ วรรค แบ่งเป็น ๔ กลุ่ม ตามสาระสำคัญ ดังนี้

กลุ่มที่ ๑ ว่าด้วยธรรมเนียมควรประพฤติในเวลาเข้าหมู่บ้าน เริ่มตั้งแต่การนุ่งห่มเรียบร้อยในขณะที่อยู่ในชุมชน การสำรวมระวังอิริยาบถ การพูดคุยกันให้อยู่ในลักษณะที่เหมาะสมเมื่ออยู่ในชุมชน

กลุ่มที่ ๒ ว่าด้วยธรรมเนียมในการรับบิณฑบาต เริ่มตั้งแต่อิริยาบถในการรับบิณฑบาต การขบฉันอย่างเป็นระเบียบเรียบร้อย

^๙ วิ.มหา. (ไทย) ๒/๖๓๘/๗๑๗.

^{๑๐} วิ.อ. (ไทย) ๓/๓๓๘/๔๘๖.

กลุ่มที่ ๓ ว่าด้วยธรรมเนียมในการแสดงธรรม เริ่มตั้งแต่การแสดงธรรมอย่าง ถูกกาลเทศะ ไม่แสดงธรรมแก่บุคคลผู้อยู่ในอาการไม่เคารพธรรม

กลุ่มที่ ๔ ว่าด้วยธรรมเนียมในการถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ และบ้วนน้ำลาย^{๑๑}

เพราะฉะนั้น การรักษาสุขภาพ หมายถึง กระบวนการในการจัดการเพื่อ ศักยภาพของบุคคลที่เข้าไปดำเนินการใดที่มุ่งกระทำโดยส่งเสริมสนับสนุนพฤติกรรม บุคคล สภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมเพื่อส่งเสริมให้บุคคล ครอบครัว และชุมชนมีสุขภาพ และคุณภาพชีวิตที่ดี โดยดำเนินการในขณะที่ร่างกายเป็นปกติ ไม่เจ็บป่วยหรือในขณะที่มี ภาวะความเสี่ยงหรือภัยคุกคามต่อสุขภาพ

๒.๑.๑.๑. พัฒนาการเกี่ยวกับสุขภาพปัจจุบัน

วิวัฒนาการด้านความหมายและขอบเขตของสุขภาพที่ปรากฏใน พ.ร.บ. สุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๕๐ ซึ่งมีผลบังคับใช้เมื่อวันที่ ๒๐ มีนาคม ๒๕๕๐^{๑๒} ที่นิยามคำ ว่า สุขภาพ หมายถึง ภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต ทางปัญญาและทาง สังคม เชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุล โดยความหมายสุขภาพหรือสุขภาพจะ ต้อง ครอบคลุมทั้ง ๔ มิติ ด้วยกันจึงจะเรียกว่ามีสุขภาพสมบูรณ์ คือ มิติทางกาย ได้แก่ การไม่ มีโรคหรือปัญหาสุขภาพทางร่างกาย เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคไขข้อเสื่อมออก มิติทางจิต ได้แก่ การไม่เป็นโรคทางจิต คือ ไม่เป็นโรคจิต มิติทางปัญญา ได้แก่ ไม่มีความผิดปกติทางปัญญา ซึ่งใน พ.ร.บ. สุขภาพแห่งชาติได้ให้คำนิยามว่า ปัญญา หมายถึง ความรู้ที่รู้เท่าทัน และเข้าใจอย่างแยกได้ในเหตุผลแห่งความดี ความชั่ว ความมีประโยชน์ และมีโทษซึ่งนำไปสู่ความมีจิตอันดีงามและเอื้อเพื่อแผ่แผ่ ดังนั้น บุคคล ที่มีความเพียบพร้อมด้วยปัญญาย่อมมีความรู้เท่าทันมีเหตุผล มีความคิดความเห็นและ ประพฤติปฏิบัติตนถูกต้องในการสร้างสรรค์สุขภาพ ป้องกันควบคุมโรค บำบัดรักษาและ ฟื้นฟูสมรรถภาพ ซึ่งจะนำไปสู่การมีสุขภาพที่สมบูรณ์ และมิติทางสังคม ได้แก่ การที่

^{๑๑} มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม ๒ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราช วิทยาลัย, หน้า ๓๐.

^{๑๒} กระทรวงสาธารณสุข พ.ร.บ. สุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๕๐, กรุงเทพมหานคร : ราชกิจจา นุเบกษา เล่มที่ ๒๕ ตอนที่ ๑๖ , ๑๗ มีนาคม ๒๕๕๐.

บุคคลอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุขไม่เป็นภาระหรือภัยต่อสังคม ทำคุณประโยชน์ให้สังคม และเป็นที่ยอมรับนับถือของสังคม ความสำคัญอีกประเด็นหนึ่งคือ สุขภาวะทั้ง ๔ มิติดังกล่าวจะต้องที่ความเชื่อมโยงซึ่งกันและกัน อย่างสมดุลเป็นองค์รวมคือ เป็นหนึ่งเดียวในแต่ละบุคคล โดยไม่มีการแยกส่วนหรือดูแลสุขภาพคนทั้งคน มิใช่ดูแลเฉพาะโรคหรือปัญหาที่ปรากฏแต่ละมิติแต่ละครั้งแต่ละคราวเท่านั้น^{๑๓}

นอกจากนี้ใน พ.ร.บ.สุขภาพ พ.ศ.๒๕๕๐ ได้ให้คำนิยามของระบบสุขภาพว่า ระบบสุขภาพ หมายถึง ระบบความสัมพันธ์ทั้งหมดที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ ซึ่งในทางปฏิบัติระบบที่มีความสัมพันธ์และส่งผลกระทบต่อสุขภาพ และปัจจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพนั้น ได้แก่ ปัจจัยด้านบุคคล สภาพแวดล้อมทางกายภาพ ชีวภาพ เศรษฐกิจ สังคม การเมือง การกีฬา กฎหมาย ศาสนา วัฒนธรรม ประเพณี วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี รวมทั้งปัจจัยด้านสาธารณสุขและการบริหารสาธารณสุขด้วย การพัฒนาการสาธารณสุขและสุขภาพจะให้ประชาชนมีสุขภาพสมบูรณ์ถ้วนหน้าอย่างยั่งยืนและมั่นคงตลอดไป ในขณะที่เดียวกันการพัฒนาสาธารณสุขและสุขภาพก็จะส่งผลให้การพัฒนาสาขาอื่น ๆ บรรลุวัตถุประสงค์และเป้าหมายของคุณภาพชีวิตดีถ้วนหน้าด้วย กล่าวคือ การอยู่ดีมีสุขโดยถ้วนหน้ากัน^{๑๔}

การดูแลสุขภาพที่มีหัวใจของความเป็นมนุษย์เพื่อนำไปสู่สุขภาวะของบุคคล ครอบครัว ชุมชนและสังคม ทั้งสุขภาวะทางกาย ทางจิตใจ ทางปัญญา และสังคมเชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุล โดยทั้งผู้ให้บริการและผู้รับบริการมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันและกันอย่างสร้างสรรค์ เอื้ออาทรและอบอุ่น ผู้ให้บริการเคารพในคุณค่า ศักดิ์ศรี และศักยภาพของผู้ป่วยซึ่งมีความเป็นเพื่อนมนุษย์เท่าเทียมกันทุกคน และเรียนรู้ความทุกข์ยากซึ่งเป็นเครื่องเร้าความเป็นมนุษย์ แสดงออกด้วยความเมตตา กรุณา ส่วนผู้ป่วยหรือผู้รับบริการก็สนองตอบด้วยความเข้าใจ ความศรัทธา ความไว้วางใจและให้ความร่วมมือในการดูแลสุขภาพตนเอง การตรวจวินิจฉัยโรค การรักษาพยาบาล และการปฏิบัติตามคำแนะนำหรือ

^{๑๓} อุทัย สุดสุข, สาธารณสุขในพระไตรปิฎก กองสุกศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ, ๒๕๕๑, หน้า ๒๗.

^{๑๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๘.

ข้อปฏิบัติต่าง ๆ ของผู้ให้บริการ ตลอดจนเข้าใจเลือกใช้บริการของสถานบริการสุขภาพ
ใกล้บ้านหรือใกล้สถานที่ทำงานก่อนเป็นอันดับแรก^{๑๕}

สรุปได้ว่า การดูแลสุขภาพเป็นหัวใจสำคัญที่มนุษย์ต้องดูแลเพื่อสุขภาพทั้ง
บุคคล ครอบครัว ชุมชนและสังคม ทั้งนี้ต้องประกอบด้วยสุขภาพทางกาย ทางจิตใจ ทาง
ปัญญา อันจะนำสู่สังคมที่ดี

๒.๑.๒ สมุฏฐาน ความหมาย และประเภทของโรค

คำว่า โรค มาจากรากศัพท์บาลีว่า “รฺชฺ” แปลว่า “เสียดแทง” มีความหมายว่า
“สิ่งที่เสียดแทงให้เจ็บปวด” ในภาษาบาลี หมายถึง “สภาพผู้ทำลายอวัยวะน้อยใหญ่สภาพผู้
เสียดแทง ความเจ็บไข้ ความไม่สบาย ความป่วย ความไข้”^{๑๖} คำศัพท์ที่มีความหมายว่า
“เจ็บป่วย” หรือ โรค มีกล่าวไว้หลายคำ ใช้เรียกต่าง ๆ กันไป ได้แก่ “โรคาพาธ” หมายถึง
ความเจ็บไข้ที่เกิดจากเชื้อโรค, “อาพาธ” หมายถึง ความเจ็บป่วย, “พยาธิ” หมายถึง ความ
เบียดเบียน, “อนามัย” หมายถึง ความไม่สบาย (ตรงข้ามกับ อนามย/อนามัย คือความไม่มี
แห่งการเจ็บไข้)

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๕๒ ให้คำจำกัดความไว้ว่า
“ภาวะที่ร่างกายทำงานได้ไม่เป็นปกติเนื่องจากเชื้อโรคเป็นต้น” ความเจ็บป่วย, การ
บาดเจ็บ, การได้รับอุบัติเหตุจากการผิดปกติทางร่างกายและจิตใจ รวมทั้งอาการที่เกิดจาก
สภาพดังกล่าวด้วย”^{๑๗}

^{๑๕} อนุวัฒน์ ศุภชาติกุล , เอกสารประกอบการประชุมวิชาการประจำปี การพัฒนาและเรียนรู้
เรื่องคุณภาพโรงพยาบาล, ครั้งที่ ๑๘, เรื่อง สารคดีหัวใจให้ระบบสุขภาพ พ.ร.บ., (กรุงเทพมหานคร :
โรงพิมพ์ดีวัน, ๒๕๕๐), หน้า ๕๐.

^{๑๖} ป.หลงสมบุญ, พจนานุกรมบาลี-ไทย, หน้า ๕๓๕.

^{๑๗} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๒๕, (กรุงเทพมหานคร :
โรงพิมพ์อักษรเจริญทัศน์, ๒๕๒๖), หน้า ๖๙๓.

ท่านพุทธทาสภิกขุ ได้อธิบายความหมายโดยรวมของคำว่า โรค ไว้ว่า อะไรก็ตามที่ทำให้รู้สึกเจ็บปวดเหมือนมีอะไรมาแทงจิต หรือแทงระบบประสาท ความรู้สึกให้เกิดความรู้สึกเจ็บปวดก็เรียกว่าโรค^{๑๘}

๒.๑.๒.๑ สมุฏฐานของโรค

สมุฏฐานของโรค หมายถึง ปัจจัยที่ทำให้เกิดโรคหรือปัญหาสุขภาพคือ ตัวคนหรือสัตว์อาจเป็นโรคที่ติดต่อกันได้ คนที่จะเป็นโรคหรือมีปัญหาสุขภาพง่ายหรือยากนั้นอยู่กับสภาพร่างกาย จิตใจ ภูมิคุ้มกันโรค เพศ อายุ เชื้อชาติ พันธุกรรม การดำรงชีวิต ส่วนสาเหตุของการเกิดโรค ได้แก่ แบคทีเรีย ไวรัส สิ่งที่เป็นพิษภัย ได้แก่ สารพิษ ยาเสพติด อุบัติเหตุและผลเหตุ ภาวะความเสี่ยง ภาวะน้ำตาลในเลือดสูง ภาวะไขมันในเลือดสูง ความดันโลหิตสูง สำหรับสิ่งแวดล้อมของบุคคลทางกายภาพ เช่น สถานที่อยู่อาศัย สถานที่ทำงานทางชีวภาพ สิ่งมีชีวิตอาจเป็นสัตว์เลี้ยง ด้านสภาวะเศรษฐกิจ ครอบครัว ชุมชน สิ่งแวดล้อม เช่น ถนนหนทาง การจราจร สภาพน้ำ อุปโภคบริโภค การจำกัด อุจจาระ การกำจัดขยะมูลฝอย จากปัจจัยทั้ง ๓ ด้าน ที่กล่าวมาเมื่อขาดความสมดุลก็จะทำให้เกิดโรคหรือมีปัญหาสุขภาพ

ในพระวินัยปิฎกมีข้อความว่า อาพาธมีดีเป็นสมุฏฐาน อาพาธมีเสมหะเป็นสมุฏฐาน อาพาธมีลมเป็นสมุฏฐาน อาพาธมีสันนิบาต อาพาธเกิดจากฤดูแปรปรวน อาพาธเกิดแต่การบริการไม่สม่ำเสมอ อาพาธเกิดแต่ความเพียรเกินกำลัง อาพาธเกิดแต่วิบากกรรม ความหนาว ความร้อน ความหิวกระหาย ปวดอุจจาระ ปวดปัสสาวะ ความสัมผัสแห่งเหลือบยุง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลาน^{๑๙}

เมื่อกกล่าวถึง สมุฏฐานโรคในตำราแพทย์แผนไทยกล่าวไว้อย่างละเอียดว่า สมุฏฐานของโรคเกิดจากเสมหะ (เสลด) ปิตตะ (น้ำดี) วาตะ (ลม) และอุตุ (ฤดูแปรปรวน) นอกจากนี้ยังกล่าวถึงมูลเหตุของโรคมี ๑๒ ประการ คือ

^{๑๘} พุทธทาสภิกขุ, การมีสติสัมปชัญญะต่อสู้ความเจ็บป่วย, (กรุงเทพมหานคร : หจก.ภาพพิมพ์, ๒๕๔๐), หน้า ๔๙.

^{๑๙} วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๒/๑๒.

๑. ฤดูแปรไป
๒. อาหารให้โทษ (บริโภคมากเกินไป บริโภคน้อย อาหารเป็นของบูดเสียหรือ
แปดกรส บริโภคไม่เป็นเวลา)
๓. ไม่เปลี่ยนอิริยาบถ
๔. ตัวยืนยั้งนัก
๕. ตัวยืนยั้งนัก
๖. อดนอน
๗. อดข้าว
๘. อดน้ำ
๙. กลั่นอุจจาระ
๑๐. กลั่นปัสสาวะ
๑๑. ทำการเกินกำลังกาย
๑๒. โศกเศร้าเสียใจ^{๒๐}

แนวคิดเกี่ยวกับสมุฏฐานโรค ทฤษฎีร้อน-เย็น เป็นสองด้านที่ตรงกันข้าม ภาวะสมดุลทำให้เกิดสุขภาพดี การไม่สมดุล คือ ความเจ็บป่วย บุคคลได้รับความร้อนมาจากสองทางคือ ได้รับความร้อนจากการกินอาหาร และความร้อนเกิดจากผลรวมของกิจกรรมทางกายภาพ รวมทั้งการรับเอาธาตุต่าง ๆ เข้าสู่ร่างกาย ตัวอย่างของอาหารร้อน-เย็น คือ มีลักษณะเย็นเมื่อน้ำผสมน้ำผึ้ง น้ำตาล จะกลายเป็นลักษณะร้อน ชา เบียร์ มะนาว มันฝรั่ง ข้าว ข้าวบาร์เลย์ มะเขือเทศ ไข่ ถือว่าเป็นอาหารเย็น ในโคคา กาแฟ โกโก้ ชอคโกแลต มีนัท และเกลือเป็นอาหารร้อนเสมอ เนื้อวัวเป็นอาหารร้อน ไข่เป็นอาหารร้อนเย็น ถั่ว หัวหอม เนื้อหมู เป็นอาหารเย็น ข้าวโพดถ้าเป็นสีเหลืองเป็นอาหารร้อน ข้าวโพดขาวเป็นอาหารเย็น

^{๒๐} พระมหาจรรยา สุทธิญาณ, พระพุทธศาสนากับการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔), หน้า ๑๒๑ – ๑๒๒.

ส่วนร่างกายของบุคคลแต่ละคนก็ยังมีลักษณะร้อนเย็นเช่นกัน กาลเวลาก็มีลักษณะร้อน-เย็น เช่น การตีหมาแพะซึ่งเป็นลักษณะร้อนควรถีมนตอนเช้ากลางวันร้อนไม่ควรถีมน มะนาวเป็นของเย็นไม่ควรถีมนในวันที่เย็น เป็นต้น^{๒๑}

๒.๑.๒.๒ ความหมายของ คำว่า โรค

คำว่า “โรค” ตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๒๕ ให้คำจำกัดความไว้ว่าหมายถึง ความเจ็บไข้ ความเจ็บป่วย^{๒๒}

คำว่า “โรค” ในทางพระพุทธศาสนาจากรากศัพท์บาลีว่า “รุช” แปลว่า “เสียดแทง” มีความหมายว่า สิ่ง que เสียดแทงให้เจ็บปวด^{๒๓} นอกจากนี้ศัพท์ที่มีความหมายว่า เจ็บป่วยหรือโรค ในทางพระพุทธศาสนามีกล่าวไว้อีกหลายคำ สำหรับใช้เรียกต่าง ๆ กันไป ได้แก่ “อาพาธ” หมายถึง ความเจ็บป่วย, “โรคาพาธ” หมายถึง ความเจ็บไข้ที่เกิดจากเชื้อโรค, “พยาธิ” หมายถึง ความป่วย, “อามัย” หมายถึง ความไม่สบาย (ตรงข้ามกับอนามย/อนามัย คือ ความไม่มีแห่งการเจ็บไข้)

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๔๒ ให้คำจำกัดความไว้ว่า “ภาวะที่ร่างกายทำงานได้ไม่เป็นปกติเนื่องจากเชื้อโรคเป็นต้น, ความเจ็บป่วย, การบาดเจ็บ, การได้รับอุบัติเหตุจากการผิดปกติทางร่างกายและจิตใจ รวมทั้งอาการที่เกิดจากสภาพดังกล่าวด้วย”^{๒๔}

ท่านพุทธทาสภิกขุ ได้อธิบายความหมายโดยรวมของคำว่า “โรค” ไว้ว่า อะไรก็ตามที่ทำให้รู้สึกเกิดความรู้สึกเจ็บปวดเหมือนมีอะไรมาแทงจิต หรือแทงระบบประสาท

^{๒๑} เพ็ญนภา ทรัพย์เจริญ, แพทย์หญิง, สถาบันการแพทย์แผนไทย กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข, คู่มือการอบรมการแพทย์แผนไทย, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, ๒๕๓๘), หน้า ๓๒.

^{๒๒} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน ๒๕๒๕, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อักษรเจริญทัศน์, ๒๕๒๖), หน้า ๖๙๓.

^{๒๓} ป.หลงสมบุญ, พจนานุกรมไทย-บาลี, หน้า ๕๓๕.

^{๒๔} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒, (กรุงเทพมหานคร : นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์, ๒๕๔๖), หน้า ๙๗๙.

ความรู้สึกเจ็บปวด ก็เรียกว่าโรค ถ้าเจ็บป่วยทางร่างกายก็ถือว่าเป็นโรคทางกาย ถ้าหากเจ็บปวดร้าวทางใจก็ถือว่าเป็นโรคทางใจ^{๒๔}

ชื่อโรคในพระไตรปิฎก โรคต่าง ๆ ที่ปรากฏในพระไตรปิฎก เช่น^{๒๕} โรคตา โรคหู โรคจมูก โรคลิ้น โรคกาย โรคศีรษะ โรคใบหู โรคปาก โรคฟัน โรคไอ โรคหืด โรคไข้หวัด โรคไข้ทรพิษ โรคไข้เซื่องซึม โรคท้อง โรคลงแดง โรคจุกเสียด โรคลงราก โรคเรื้อน โรคกลาก โรคมอคร่อ โรคลมบ้าหมู โรคหืดเปื่อย โรคหืดด้าน โรคคุดทะราด โรคหูด โรคละอองบวม โรคอาเจียนโลหิต โรคเบาหวาน โรคเริม โรคพุพอง โรคริดสีดวง โรคอหิวาตกโรค โรคหนองที่เท้า โรคหิด โรคตุ่ม โรคกลิ่นตัวแรง โรคอมนุษย์เข้าสิง โรคลม โรคลมขัดยอกตามข้อ โรคเท้าแตก เนื้องอก แผลไม่งอก โรคพิษงู โรคโดนยาแฝด โรคท้องผูก โรคผอมเหลือง โรคผดผื่นคัน โรคลมในท้อง โรคร้อนในกาย โรคเนื้องอกในลำไส้ โรคท้องร่วง โรคฝี โรคปอด โรคพันธุกรรม โรคออสกะ โรคอัมพาต

เมื่อกล่าวถึงชื่อโรคที่ปรากฏในพระไตรปิฎก สามารถจัดกลุ่มชื่อโรคต่าง ๆ ได้ดังนี้

- ๑) โรคเกี่ยวกับอวัยวะภายนอก เช่น โรคกลาก เกลื้อน ผิวน้ำพุพอง โรคฝี
- ๒) โรคเกี่ยวกับอวัยวะภายใน เช่น โรคหู โรคตา โรคปอด
- ๓) โรคที่เกี่ยวกับทางเพศสัมพันธ์ เช่น โรคหูด โรคเริม
- ๔) โรคที่เกี่ยวกับลมพิษ ลมแปรปรวนภายในร่างกาย เช่น โรคลม
- ๕) โรคที่ผิดปกติเกี่ยวกับจิตหรือสัมผัสเวสีเข้าสิง
- ๖) โรคที่เกี่ยวกับลำไส้ ระบบทางเดินอาหาร ผิดสำแดง ท้องเสีย อาเจียน
- ๗) โรคที่เกี่ยวกับมะเร็ง เช่น โรคเนื้องอกในลำไส้
- ๘) โรคที่เกี่ยวกับการปวดตามข้อและกระดูก
- ๙) โรคที่ถูกคุณไสยกระทำ เช่น ถูกเสน่ห์ยาแฝด
- ๑๐) โรคกรรมหรือพันธุกรรม เช่น อัมพาต การป่วยเรื้อรังรักษาไม่หาย

ความหมายของโรคในทางพระพุทธศาสนา จึงหมายถึงสิ่งที่เสียดแทงใจและกายให้ได้รับความเจ็บป่วย ความทุกข์ ความลำบาก สิ่งที่มาเสียดแทงใจนั้นอาจจะเป็นโรคไข้ ความเจ็บ ความหนาวร้อน การบาดเจ็บเพราะถูกของแข็งและของมีคม ความหิว

^{๒๔} พุทธสาสทิกขุ, การมีสติสัมปชัญญะต่อสู้ความเจ็บปวด, (กรุงเทพมหานคร : หจก. ภาพพิมพ์, ๒๕๓๖), หน้า ๔๙.

^{๒๕} อจ. ทสก. (ไทย) ๒๔/๖๐/๑๒๙-๑๓๑ ; วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๐๐/๑๕๕.

กระหาย การถูกแมลงสัตว์กัดต่อย เป็นต้น ส่วนสิ่งที่มาเสียดแทงใจนั้น ได้แก่ กิเลส ตัณหา หรืออกุศลธรรมต่าง ๆ โดยเฉพาะความโลภ ความโกรธ ความหลง คำว่า โรค นี้ จึงเป็นคำที่ใช้แทนคำว่า ทุกข์ ซึ่งเป็นปัญหาของชีวิตของมนุษย์ทุกคน

๒.๑.๒.๓ ประเภทของโรค

พระพุทธเจ้าทรงตรัสวินิจฉัยถึงการรักษาโรคของคนไข้อย่างเป็น ๓ ประเภท คือ ๑) บางโรครักษาหรือไม่รักษาก็ไม่หาย ๒) บางโรครักษาหรือไม่รักษาก็หาย ๓) บางโรคต้องรักษา จึงหาย ไม่ได้ได้รับการรักษา ไม่หาย ดังพุทธพจน์ที่ตรัสว่า

ภิกษุทั้งหลาย คนไข้ ๓ จำพวกนี้มีปรากฏอยู่ในโลก ได้แก่

๑. คนไข้บางคนในโลกนี้ได้โรชนะที่เป็นสัปปายะ^{๒๗} หรือไม่ได้โรชนะที่เป็นสัปปายะก็ตาม และได้คนพยาบาลที่เหมาะสม หรือไม่ได้คนพยาบาลที่เหมาะสมก็ตาม ย่อมไม่หายจากอาหารนั้นเลย

๒. คนไข้บางคนในโลกนี้ได้โรชนะที่เป็นสัปปายะ หรือไม่ได้โรชนะที่เป็นสัปปายะก็ตาม และได้คนพยาบาลที่เหมาะสม หรือไม่ได้คนพยาบาลที่เหมาะสมก็ตาม ย่อมหายจากอาหารนั้นได้

๓. คนไข้บางคนในโลกนี้ได้โรชนะที่เป็นสัปปายะหรือหายจากอาหารนั้น เมื่อไม่ได้ย้อมไม่หาย และได้คนพยาบาลที่เหมาะสมจึงหายจากอาหารนั้น เมื่อไม่ได้ย้อมไม่หาย^{๒๘}

พระพุทธศาสนา ได้อธิบายเรื่องโรค หรือสิ่งที่ทำให้เจ็บปวด ทำให้ไม่สบายไว้ จึงได้จำแนกประเภทของโรคตามลักษณะของอาการเป็น ๒ ชนิด คือ โรคทางกาย (กายโก โรโค) และ โรคทางใจ (เจตสิกโก โรโค)^{๒๙}

(๑) โรคทางกาย (กายโก โรโค)

โรคทางกาย (กายโก โรโค หรือ Physical Disease) หมายถึง การเจ็บป่วยทางกาย เช่น ป่วยด้วยโรคตา โรคหู โรคจมูก โรคลิ้น โรคในกาย โรคศีรษะ โรคในช่องหู โรคปาก เป็นต้น ซึ่งสามารถบำบัด รักษา บรรเทาได้โดยใช้ยาทั่วไปตามอาการนั้น ๆ

^{๒๗} สัปปายะในที่นี้หมายถึง สบาย มีประโยชน์ ก่อให้เกิดความเจริญ

^{๒๘} อัง. เอก. (ไทย) ๒๐/๒๒/๑๖๙.

^{๒๙} วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๑๙/๑๙๔-๑๙๗., อัง. จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๕๘/๒๑๗.

สาเหตุการเกิดโรคทางกาย ความเจ็บป่วยทางด้านร่างกายและจิตใจ เป็นความเจ็บป่วยที่บุคคลทุกคนต้องประสบ ซึ่งอาจเกิดจากสาเหตุปัจจัยภายนอกหรือภายในก็ได้ ในทางพระพุทธศาสนาได้ อธิบายว่า กรรมเป็นเหตุปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เกิดความเจ็บป่วยขึ้นได้ เพราะกรรมอันเป็นผลจากการกระทำที่สนับสนุนให้เกิดโรคจากสาเหตุ ๒ ประการ คือ

๑) อดีตกรรม คือ ผลจากการกระทำในอดีตที่เคยเบียดเบียนสัตว์หรือสิ่งมีชีวิตในอดีต เมื่อเกิดเป็นมนุษย์ก็จะมีอาการเจ็บป่วยมาก สืบเนื่องมาจากผลกรรมที่กระทำในอดีตส่งผล

๒) ปัจจุบันกรรม คือ การกระทำต่าง ๆ ในปัจจุบันซึ่งเป็นผลและเป็นอันตรายต่อสุขภาพหรือความปลอดภัยในชีวิต คือ ก่อให้เกิดโรค หรือ ความเจ็บป่วยต่าง ๆ

พระพุทธเจ้าได้ตรัสถึงการกระทำในอดีตว่า เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดโรคหรือเป็นบุคคลที่มีโรคเบียดเบียน เพราะถือตามเรื่องกฎแห่งกรรม ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสกรรมและผลของกรรมว่า “เรามีกรรมเป็นของตน และเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น มีกรรมเป็นกำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นที่พึ่งที่อาศัย เราทำกรรมใดไว้ จะเป็นกรรมดีหรือกรรมชั่วก็ตาม ย่อมเป็นผู้รับผลของกรรมนั้นสืบไป”^{๑๐}

การเกิดโรคทางกาย มีหลายสาเหตุ คือ โรคเกิดจากดี เสมหะ ลม ไข้สันนิบาต ฤดูแปรปรวน การบริหารไม่สม่ำเสมอ การใช้ความเพียรเกิดกำลัง ผลของการหนาว ร้อน หิวกระหาย ปวดอุจจาระ ปวดปัสสาวะ^{๑๑} ธาตุ^{๑๒} การไม่รู้ประมาณในการบริโภค^{๑๓} การถูกสัมผัสจากเชื้อบุงและสัตว์เลื้อยคลาน^{๑๔} การถูกทำลาย และการมีอายุมาก

การเกิดโรคทางกาย ดังปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนานี้ ใกล้เคียงกับศาสตร์ทางการแพทย์ มีเพียงสาเหตุเดียว ที่มีกล่าวเฉพาะในพระพุทธศาสนา คือสาเหตุของโรคที่เกิดจากผลกนหมตั้งพุทธพจน์ที่ว่า

บุคคลในโลกนี้...เป็นผู้เบียดเบียนสัตว์ทั้งหลาย ด้วยฝ่ามือบ้าง ด้วยก้อนหินบ้าง ด้วยท่อนไม้บ้าง ด้วยศัสตราบ้าง เพราะกรรมนั้นที่เขาให้บริบูรณ์

^{๑๐} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๘๙/๓๕๐ ; อจ. ทสก. (ไทย) ๒๔/๔๘/๑๐๔.

^{๑๑} อจ. ทสก. (ไทย) ๒๔/๖๐/๑๒๙-๑๓๑.

^{๑๒} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๑/๓๐๖-๓๐๗., อจ. ทสก. (ไทย) ๒๔/๑๑/๑๗.

^{๑๓} ขุ. ธ. (ไทย) ๒๕/๓๒๕/๑๓๔.

^{๑๔} อจ. จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๕๗/๒๑๘.

ยึดมั่นไว้อย่างนั้น....หลักจากตายแล้ว ถ้าไม่ไปเกิดในอบาย ทุกคติ วินิบาต นรก กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ในที่ใด ๆ เขาก็จะเป็นผู้มีโรครามาก...มาณพ การที่บุคคลเป็นผู้เบียดเบียนสัตว์ทั้งหลาย ด้วยฝ่ามือบ้าง....นี้เป็นปฏิปทาที่เป็นไปเพื่อความมีโรครามาก^{๓๕} เรามีกรรมเป็นตน เป็นผู้รับผลของกรรม มีกรรมเป็นก่าหนด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย เราทำได้กรรมใดไว้ จะเป็นกรรมดี หรือกรรมชั่วก็ตาม ย่อมเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น^{๓๖}

บุคคลทำกรรมใด ทางกาย ทางวาจา ทางใจ กรรมนั้นแลเป็นสมบัติของเรา ทั้งเขาจะนำกรรมนั้นไปได้ อหนึ่ง กรรมนั้นย่อมติดตามเขาไป ดุจเงาติดตามตัว ฉะนั้น^{๓๗}

สรุปความว่า “โรคกรรม” พบได้ในการแพทย์แผนปัจจุบัน ที่ว่าโรคบางชนิดแพทย์ไม่สามารถหาสาเหตุและวินิจฉัยโรคได้ เรียกว่าโรคทำนองนี้ว่า “โรคที่รักษาไม่หาย” หรือ “โรคที่รักษายาก” เป็นต้น ทางพระพุทธศาสนาเรียกว่าเป็น “โรคกรรม” จะรักษาอย่างไร ใช้ความพยายามแค่ไหนก็ไม่หาย จนกว่าจะสิ้นกระแสแห่งกรรมนั้น

(๒) โรคทางใจ (เจตสิกโก โรโค)

โรคทางใจ (เจตสิกโก โรโค หรือ Mental disease) หมายถึง โรคที่เกิดทางใจ อันเกิดจากอนุสัยหรืออาสวกิเลสที่นอนเนื่องอยู่ในภวังคจิต เช่น อนุสัย ๕ อุกุศลมูล ๓ (ความโลภ ความโกรธ ความหลง) ความอิจฉาริษยา ความหึงหวง ความวิตกกังวล ความอาลัยอาวรณ์ ความคับแค้นใจ เป็นต้น เหล่านี้ทางพระพุทธศาสนาเรียกว่าเป็นโรคทางใจ (Spiritual disease) ซึ่งแตกต่างจากโรคทางระบบประสาทในการแพทย์ปัจจุบันเรียกชื่อว่าโรคจิตประสาท ดังจะพบได้ว่าบางครั้งไม่ได้เป็นโรคทางจิต แต่ก็ยังมีอาการของโรคทางใจต่าง ๆ ดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้น เช่น เกิดความโกรธ ความกลัว ฟุ้งซ่าน หรือความวิตกกังวลได้

เพราะฉะนั้น โรคทางใจ (จิต) หมายถึง ความเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นเนื่องจากความผิดปกติทางจิตใจหรือทางอารมณ์ มีความเครียดและความกังวลที่รุนแรง

^{๓๕} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๓๑/๓๕๑.

^{๓๖} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๘๘/๓๕๐., อง. ทสก. (ไทย) ๒๔/๔๘/๑๐๔.

^{๓๗} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๓๑/๑๖๐.

พระพุทธศาสนา ได้กล่าวถึงอาการเศร้าโศก คร่ำครวญ ร่ำไรรำพัน เสียใจ สิ้นหวัง เพราะเกิดจากการประสพสิ่งอันไม่เป็นที่รักที่พอใจ ความพลัดพรากจากสิ่งที่เป็นที่รัก ความไม่สมปรารถนา^{๓๘} ทำให้ป่วยหรือมีอาการทางจิต จนเกิดอาการวิกลจริต (อุมมตฺตโก) มีจิตแปรปรวน (จิตตวิปริยาปนฺโน) มีจิตฟุ้งซ่าน (วิกฺขิตฺตจิตฺโต) มีความจำผิดปกติ (วิสญญา) อันเนื่องมาจากความผิดปกติทางกายคือสมอง บันดาอาการดังกล่าวเป็นโรคทางจิตตามทัศนะทางการแพทย์ปัจจุบัน

การเกิดโรคทางใจ พระพุทธศาสนากล่าวว่า เกิดจากกิเลส ตัณหา ครอบงำจิตใจ ดังพุทธพจน์ที่ว่า

“สัตว์ผู้อ้างว่า ตนเองไม่มีโรคทางกายระยะเวลา ๑ ปีบ้าง ๒ ปีบ้าง ๓ ปีบ้าง ๔ ปีบ้าง ๕ ปีบ้าง ๒๐ ปีบ้าง ๓๐ ปีบ้าง ๔๐ ปีบ้าง ๕๐ ปีบ้าง แม้ยิ่งกว่า ๑๐๐ ปีบ้าง ยังพอมืออยู่ แต่สัตว์ผู้กล่าวอ้างว่า ตนเองไม่มีโรคทางใจตลอดระยะเวลา แม้ครู่เดียวหาได้โดยยาก ยกเว้นท่านผู้หมดกิเลสแล้ว”^{๓๙}

๑. อสุภสังขยา กำหนดหมายความไม่งามแห่งกาย
๒. อาทีนวสังขยา กำหนดหมายโทษแห่งกาย
๓. ปหานสังขยา กำหนดหมายเพื่อละออกศุลวิตกและบาปกรรม
๔. วิราคสังขยา กำหนดหมายวิราคะ คือ อริยมรรคว่าเป็นธรรมอันสงบประณีต
๕. นิโรธสังขยา กำหนดหมายนิโรธ อริยผล ว่าเป็นธรรมอันสงบประณีต
๖. สัพพะโลเกอนภิตรตสังขยา กำหนดหมายความไม่น่าเพลิดเพลินในโลก
๗. สัพพะสังขาราเรสุ อนิฏฐาน กำหนดหมายความไม่น่าปรารถนารสังขาร
๘. อานาปานสติ สติกำหนดลมหายใจเข้าออก^{๔๐}

ในประเภทของโรคดังกล่าวนี้ เมื่อหากพิจารณาแล้ว จะเห็นว่ามีความสอดคล้องกับทุกขอริยสังข์ จำแนกได้เป็น ดังนี้

ความเกิด ความแก่ และความตาย จัดเป็นโรคทางกาย (กายิโก โรโค)

^{๓๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๕.

^{๓๙} อภ. จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๕๗/๒๑๗.

^{๔๐} อภ.ทสก. (ไทย) ๒๔/๖๐/๑๒๘. และดูเพิ่มเติมใน พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), หน้า ๓๒๐.

ความเศร้าใจ ความคร่ำครวญ พิโรราพัน ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจ ความประจวบกับสิ่งที่ไม่เป็นที่รัก ความพลัดพรากจากสิ่งที่รัก ความไม่ได้สิ่งที่ตนปรารถนา จัดเป็นโรคทางจิต โดยย่ออุปาทานชั้น ๕ จัดเป็นโรคทางใจ (เจตสิกโก โรโค)^{๔๑}

พระพุทธศาสนาไม่เพียงแต่จะกล่าวถึงโรคทางกายและโรคทางใจเท่านั้น แต่ยังได้กล่าวถึงโรคทางจิตตามทัศนะของทางการแพทย์ในยุคปัจจุบัน^{๔๒} โรคทางจิตตามวิถีแพทย์ปัจจุบัน เกิดขึ้นจากหลายสาเหตุซึ่งมีความแตกต่างกันไป เช่น โรคทางจิตมีสาเหตุมาจากพันธุกรรม ความผิดปกติทางโครโมโซม โครงสร้างของร่างกาย อายุ เพศ การแต่งงาน เชื้อชาติ การตั้งครรรภ์ อาชีพ และภาวะทางการงาน ปัจจัยทางครอบครัว สังคม และวัฒนธรรม สุรา ความเจ็บป่วย ความแปรปรวนทางสมองทั่วไป การติดเชื่อ สิ่งเป็นพิษ ความแปรปรวนทางต่อมไร้ท่อ การขาดสิ่งที่จำเป็น การขาดออกซิเจน การขาดอาหาร การขาดวิตามิน การขาดการนอน การขาดความฝัน การขาดสิ่งเร้า การแยกจากสังคม ความสำคัญระหว่างบุคคล ความเศร้าใจความขัดแย้งทางใจ^{๔๓}

ส่วนการแบ่งประเภทของโรคแบ่งไปตามลักษณะของคนไข้มี ๓ ประเภท คือ

- ๑) โรคที่ไม่อาจจะหายได้ ไม่ว่าจะทำการรักษาหรือไม่ก็ตาม
- ๒) โรคที่หายได้เอง ไม่ว่าจะทำการรักษาหรือไม่ก็ตาม เช่น ปวดหัว ปวดท้อง หรือโรคที่มีอาการเล็ก ๆ น้อย ๆ
- ๓) โรคที่หายได้ด้วยการรักษาเท่านั้น ถ้าไม่รักษาก็ไม่หาย ได้แก่ โรคภัยไข้เจ็บส่วนใหญ่ที่ประสบกันอยู่^{๔๔}

ส่วนการจัดประเภทของโรคในปัจจุบันนี้ นักวิชาการทางการแพทย์ ได้แบ่งกลุ่มของโรคออกไปต่าง ๆ เพื่อประโยชน์ในการศึกษา รวบรวม และเพื่อประโยชน์ทางด้านวิทยาการระบาด ในการรักษาควบคุมและป้องกัน โดยทั่วไปมีวิธีการแบ่งเป็น ๓ วิธี ดังนี้

- ๑) การแบ่งกลุ่มของโรคอาศัยสาเหตุ สิ่งที่ทำให้เกิดโรคแบ่งได้ ๒ กลุ่ม คือ โรคติดเชื่อ (Infectious diseases) และโรคไร้เชื้อ (Noninfectious diseases)

^{๔๑} ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๔๖/๑๑๓.

^{๔๒} จำลอง ดิษยวณิช, ศ.น.พ., วิปัสสนากรรมฐานและเชาว์อารมณ์, (เชียงใหม่ : โรงพิมพ์แสงศิลป์, ๒๕๕๓), หน้า ๑๑๓.

^{๔๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๒-๕๓.

^{๔๔} อัง.ต.ก. (บาลี) ๒๐/๔๖๑/๑๕๑.

๒) การแบ่งกลุ่มของโรคโดยอาศัยระยะเวลาการเกิดโรค แบ่งเป็น ๒ กลุ่มคือ โรคที่เกิดขึ้นโดยเฉียบพลัน (Acute diseases) และโรคเรื้อรัง (Chronic diseases)

๓) การแบ่งกลุ่มของโรคตามลักษณะอาการ คือโรคทางกาย (Physical diseases) และโรคทางจิต (mental diseases)^{๔๔}

สรุปได้ว่า สมุฏฐานของโรคเกิดจากเสมหะ น้ำดี ลม ฤดู ที่แปรปรวน ซึ่งแบ่งตามชนิดของโรคที่เกิดขึ้นมี ๒ ชนิด คือโรคทางกายและโรคทางจิตใจ

๒.๒. คุณลักษณะทั่วไปของผู้รับการรักษาและแพทย์แผนไทย

การรักษาของแพทย์และผู้รับการรักษาจำเป็นอย่างยิ่งคน ๒ กลุ่มนี้ควรมีคุณลักษณะหรือคุณสมบัติเฉพาะและเหมาะสมกับการรักษา ซึ่งพอสรุปได้ ๒ คุณลักษณะ กล่าวคือ

๒.๒.๑ คุณลักษณะของผู้รับการรักษา

การรักษาพยาบาลภิกษุไข้ในสมัยพุทธกาล พระพุทธองค์ทรงประทานการรักษาพยาบาลพระภิกษุไข้ ดังปรากฏในปฐมอุปัฏฐากสูตร ว่าด้วยภิกษุไข้ที่พยาบาลได้ยากและง่าย ความว่า

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุไข้ประกอบด้วยธรรม ๕ ประการ เป็นผู้พยาบาลได้ยาก ธรรม ๕ ประการ คือ

๑. ไม่ทำสิ่งที่เป็นสัปปายะ
๒. ไม่รู้จักประมาณในสิ่งที่เป็นสัปปายะ
๓. ไม่ฉันทยา
๔. ไม่บอกอาหารที่มีอยู่ตามความเป็นจริงแก่ผู้พยาบาลที่ปรารถนาประโยชน์ เช่น ไม่บอก อาหารที่กำลังกินว่า “กำลังกิน” ไม่บอกอาหารที่ทุเลาว่า “ทุเลา” ไม่บอกอาหารที่ยังทรงอยู่ว่า “ทรงอยู่”

^{๔๔} มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, วิทยาการระบอบและการควบคุมโรค หน่วยที่ ๑-๗, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัดเจ็ดการพิมพ์, ๒๕๒๖), หน้า ๙๒-๙๖.

๕. ไม่อดกลั้นต่อเวทนาทั้งหลายอันมีในร่างกายที่เกิดขึ้นแล้วเป็น
 ทุกข์ กล้าแข็ง เจ็บปวด เผ็ดร้อน ไม่น่ายินดี ไม่น่าพอใจ พรากชีวิต
 ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุใช้ประกอบด้วยธรรม ๕ ประการนี้แล เป็นผู้
 พยายามได้ยาก^{๔๖}

คุณลักษณะของผู้รับการรักษาต้องประกอบด้วยเป็นผู้รู้จักสร้างความสะดวกสบาย
 รู้จักประมาณ รักษาง่าย บอกอาการตามความจริง มีความอดทนต่อโรคที่เกิดขึ้น

๒.๒.๒ คุณลักษณะของแพทย์ผู้รักษา

สมัยที่พระพุทธองค์ประทับอยู่ ณ พระเชตวัน กรุงสาวัตถี ขณะเสด็จจาริกไป
 ตามเสนาสนะ ทอดพระเนตรเห็นภิกษุรูปหนึ่งเป็นโรคท้องร่วงนอนเกลือกกลิ้งอยู่กับกอง
 อุจจาระปัสสาวะของตน ไม่มีภิกษุมาช่วยรักษาพยาบาลเพราะภิกษุรูปนั้นไม่มีอุปการคุณ
 แก่ภิกษุทั้งหลาย

พระพุทธองค์ทรงทราบเรื่องนี้ จึงตรัสสั่งให้ภิกษุสงฆ์ช่วยรักษาพยาบาลกันและ
 กันในเวลาเจ็บไข้ เพราะในภิกษุไม่มีบิดามารดาที่จะคอยรักษาพยาบาล และทรงตรัส
 เกี่ยวกับผู้พยาบาลรักษาไว้ถึงความปรากฏใน ทุติยอุปัฏฐากสูตร ความว่า

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้พยาบาลภิกษุใช้ประกอบด้วยธรรม ๕ ประการ ไม่ควร
 พยายามภิกษุใช้ คือ

๑. ไม่สามารถจัดยา

๒. ไม่ทราบสิ่งที่เป็นสัปปายะและสิ่งที่ไม่เป็นสัปปายะ นำสิ่งที่ไม่เป็นสัปปายะ
 เข้ามา นำสิ่งที่เป็นสัปปายะออกไป

๓. เห็นแก่อามิสพยาบาล ไม่มีจิตเมตตาพยาบาล

๔. รังเกียจที่จะนำอุจจาระ ปัสสาวะ อาเจียน หรือน้ำลายออกไปทิ้ง

๕. ไม่สามารถชี้แจงให้ภิกษุใช้เห็นได้ชัด ขวนใจให้อยากับเอาไปปฏิบัติเราใจ
 ให้อาจหาญแก่วกกล้า ปลอดภัยโลมใจให้สดชื่นร่าเริงด้วยธรรมิกถาตามกาลอันควร

^{๔๖} อง. ญจก. (ไทย) ๒๒/๑๒๓/๒๐๓.

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้พยาบาลภิกษุไข้ประกอบด้วยธรรม ๕ ประการนี้แล ไม่ควรพยาบาลภิกษุไข้^{๔๗}

สรุปได้ว่า ภิกษุผู้เป็นพยาบาลหรือแพทย์ในการรักษาคนไข้ต้องมีลักษณะที่ดี คือ สามารถจัดยา รู้เรื่องยา รู้ความสะอาดกสบายไม่เห็นอามิส มีจิตพยาบาลไม่รังเกียจ สามารถชี้แจงโรคได้และสามารถทำให้จิตของผู้ป่วยร่าเริงได้

๒.๓. แนวทางการรักษาสุขภาพทางกายและทางจิตในพระไตรปิฎก

การรักษาสุขภาพทางกายและทางจิตที่ปรากฏในพระไตรปิฎกนั้นพระพุทธองค์ได้ทรงเล็งเห็นความสำคัญเกี่ยวกับสุขภาพของภิกษุที่เป็นกำลังหลักในการเผยแผ่ทางพระพุทธศาสนาโดยเฉพาะสุขภาพทางกายและทางจิตไม่ปกติก็ไม่สามารถที่จะเข้าถึงปัญญาได้ ดังนั้นพระองค์จึงทรงวางหลักเกี่ยวกับการบริหารกายและจิตใจหลายแนวทาง แต่ผู้ศึกษาได้เลือกมาเพียง ๒ ประการเท่านั้น คือ

๒.๓.๑. การรักษาสุขภาพทางกายและจิต

มนุษย์เรามีส่วนประกอบกันที่สำคัญอยู่ ๒ ประการ คือ กายกับจิต การทำความเข้าใจถึงความต้องการทางกายและจิตนั้นก็เพื่อให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งในความจริงที่ปรากฏในตัวมนุษย์ ในการศึกษาเรื่องสุขภาพกายและจิตตามแนวทางพระพุทธศาสนามีหลายวิธีแต่ผู้ศึกษานำมาเฉพาะหัวข้อที่สำคัญเท่านั้น กล่าวคือ เกี่ยวกับธรรมโอสถ สมาธิ บำบัดและสังจิกิริยา มีรายละเอียดดังนี้

๑) ธรรมโอสถ

ธรรมโอสถ หมายถึง ยาคือธรรมะหลักธรรมที่พระพุทธองค์ตรัสไว้เกี่ยวกับการรักษาสุขภาพมีมากมายเพราะกายเป็นส่วนสำคัญอย่างหนึ่งของการดำรงชีวิต การรักษาสุขภาพทางกายได้แก่การใช้หลักให้รู้จักการบริโภค พระพุทธองค์ทรงให้ถือหลักการบริโภคอาหารที่เป็นประโยชน์มีสติรู้ประมาณในการบริโภค การออกกำลังกายทรงให้ยึดหลัก การเปลี่ยนนิริยาบถมีการเดินจงกลมมีสติกำกับอยู่ตลอดเวลา

^{๔๗} อัง.ปณจก. (ไทย) ๒๒/๑๒๔/๒๐๔.

๑.๑) ธรรมโอสธสำหรับป้องกันโรคทางใจ

หมวดธรรมหมวดหนึ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้นำไปปฏิบัติ เพื่อใช้สำหรับป้องกันการเกิดโรคทางใจนั้น เรียกชื่อว่า “ สัปปายะ ๗ ”^{๔๔} มีดังนี้

- (๑) อาวาสสัปปายะ คือ อยู่ในที่ซึ่งเหมาะสม เช่น ไม่พลุกพล่านจอแจ
- (๒) โจรสัปปายะ คือ มีอาหารที่เหมาะสมดี เช่น มีชุมชนที่มีอาหารบริบูรณ์ อยู่ไม่ใกล้หรือไกลเกินไป
- (๓) ภัตตสัปปายะ คือ บุคคลที่เหมาะสม เช่น พูดแต่พอประมาณ
- (๔) ปุคคลสัปปายะ คือ บุคคลที่เหมาะสม เช่น มีท่านที่ทรงคุณธรรมมีภูมิปัญญาเป็นที่ปรึกษาเหมาะสม
- (๕) โภชนะสัปปายะ คือ อาหารที่เหมาะสม เช่น เกื้อกูลต่อสุขภาพ
- (๖) อุตุสัปปายะ คือ ดินฟ้าอากาศธรรมชาติแวดล้อมที่เหมาะสม เช่น ไม่หนาวเกินไป ไม่ร้อนเกินไป
- (๗) อิริยาปถสัปปายะ คือ อิริยาบถที่เหมาะสม เช่น มีการเคลื่อนไหวที่พอดี

การได้ปฏิบัติตามหลักธรรมทั้ง ๗ ประการดังกล่าวนี้แล้ว จะสามารถช่วยป้องกันการเกิดโรคทางใจได้ กล่าวคือการทำที่บุคคลใดได้มีความเป็นอยู่ต่าง ๆ ในสิ่งที่เป็นประโยชน์และเกื้อกูลต่อชีวิตดังกล่าวข้างต้นทั้ง ๗ ประการที่กล่าวนี้ ย่อมจะทำให้บุคคลผู้นั้นได้ห่างไกลจากความวิตกกังวลในเรื่องความเป็นอยู่ต่าง ๆ ได้อย่างดีเยี่ยม เมื่อจิตใจไม่เกิดความวิตกกังวลในเรื่องใด ๆ แล้ว ย่อมส่งผลให้มีสุขภาพจิตที่ดีติดตามมาด้วย ดังนั้นหลักธรรมที่ว่าด้วย “ สัปปายะ ๗ ” จึงนับว่าเป็นธรรมโอสธที่สำคัญยิ่งที่จะสามารถช่วยป้องกันการเกิดโรคทางใจได้วิธีหนึ่ง ดังที่พระพุทธองค์ได้ตรัสแสดงไว้ให้แล้ว

๑.๒) ธรรมโอสธสำหรับรักษาโรค “ โลภะ โทสะ โมหะ ”

^{๔๔} สัปปายะ ๗ หมายถึง สิ่งที่เกี่ยวข้อง, สิ่งที่เหมาะสม, พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๒๔๓ – ๒๔๔.

หลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้นำไปถือปฏิบัติ เพื่อใช้สำหรับรักษาโรค “โลภะ โทสะ โมหะ” มีดังนี้

(๑) โรคโลภะ ดังที่กล่าวในตอนต้นแล้วว่า ความโลภเมื่อเกิดขึ้นในใจของผู้ใดแล้ว ย่อมทำให้ผู้นั้นเกิดความทะยานอยากไม่รู้จักพอ ดังนั้นพระพุทธเจ้าจึงทรงประทานธรรมโอสถ สำหรับเป็นเครื่องบรรเทาโรคความโลภไว้ให้ ซึ่งมีอยู่หลายประการ เช่น ทรงสอนให้เป็นผู้รู้จักพอ รู้จักการถือสันโดษ และสอนให้รู้จักการให้ทาน เป็นต้น

(๒) โรคโทสะ ดังที่กล่าวในตอนต้นแล้วว่า ความโกรธเมื่อเกิดขึ้นในใจของผู้ใดแล้ว ย่อมเปรียบเสมือนยิ่งกว่าไฟธรรมดาที่ได้เข้าทำลายและแผดเผาจิตใจให้ได้รับแต่ความกลัดกลุ้มรุ่มร้อน กระวนกระวายใจ ไม่ได้มีความสุข ดังนั้นพระพุทธเจ้าจึงทรงประทานธรรมโอสถสำหรับเป็นเครื่องบรรเทาโรคความโกรธไว้ให้ ซึ่งมีอยู่หลายประการ เช่น ทรงสอนให้เป็นผู้ที่มีความเมตตา กรุณา มุทิตา และรู้จักการให้อภัย เป็นต้น

(๓) โรคโมหะ ดังที่กล่าวแล้วว่า ความหลงเมื่อเกิดขึ้นในใจของผู้ใดแล้ว ย่อมทำให้จิตใจผู้นั้นมีความคิดผิด เห็นผิด เป็นเหตุให้มีการกระทำผิดตามไป ซึ่งเป็นเหตุทำให้เกิดกิจการต่างๆ ไม่สำเร็จลุล่วงไปได้เท่าที่ควรหรือไม่สำเร็จเลย ดังนั้นพระพุทธเจ้าจึงทรงประทานธรรมโอสถสำหรับเป็นเครื่องบรรเทาโรค ความหลงไว้ให้หลายประการ เช่น ทรงสอนให้เป็นผู้รู้จักการศึกษา (สุตะ) การเจริญสติสัมปชัญญะ และการหมั่นเจริญภาวนา

๒) สมาริบำบัต

สมาริ นับว่าเป็นองค์ธรรมที่สำคัญยิ่งข้อหนึ่ง ที่พระพุทธเจ้าทรงจัดรวมไว้ในหมวดธรรมใหญ่ๆ ได้แก่ โพชฌงค์ ๗ และอริยมรรคมีองค์ ๘ ตามที่กล่าวมาแล้วข้างต้น โดยถือว่าสมารินี้เป็นบทบาทที่สำคัญในการเจริญปัญญาเพื่อนำไปสู่การตรัสรู้ได้ นอกจากนี้ยังพบว่า พระพุทธเจ้าทรงนำเอาสมารินี้มาใช้ประโยชน์ในทางการบำบัตและรักษาโรคอีกด้วย ดังในครั้งที่พระพุทธเจ้าทรงพระประชวรอย่างหนัก พระองค์ทรงใช้อริวาสนขันติ คือ ความอดทน อดกลั้น ต่อทุกขเวทนา ทรงใช้สมาริ ด้วยวิธีการเข้าสู่เจโต

สมาธิ^{๔๘} เพื่อใช้ระงับ ดับเวทนา และอาการพระประชวรหนักครั้งนี้ให้ระงับดับหายไปได้ ดังพุทธพจน์ที่ตรัสว่า “ ร่างกายของตถาคตยังสบายขึ้น ก็เพราะในเวลาທີ່ตถาคตเข้าเจโตสมาธิอันไม่มีนิมิตเพราะไม่ใส่ใจนิมิตทุกอย่าง เพราะดับเวทนาบางอย่างได้เท่านั้น” ^{๔๙}

การทำสมาธิ นอกจากจะสามารถนำมาใช้ประโยชน์ในแง่ของการรักษาโรคได้โดยตรง ดังที่พระพุทธเจ้าทรงใช้ได้ผลดังกล่าวนั้น การทำสมาธิยังสามารถนำไปใช้ประโยชน์ในการแก้ปัญหาด้านการดูแลสุขภาพอนามัยในแง่อื่น ๆ ในอีกหลายประการ แม้ว่าในพระไตรปิฎก จะไม่ได้กล่าวถึงในรายละเอียดประโยชน์ของสมาธิไว้โดยตรงก็ตาม แต่ผลของสมาธิก็สามารถนำมาใช้ประโยชน์ในด้านต่าง ๆ ได้อีกหลายประการ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านการดูแลสุขภาพอนามัย พบว่ามีนักวิจัยจากสถาบันการศึกษาต่าง ๆ ได้นำเอาหลักการสมาธิไปทำการทดลองฝึกทำสมาธิตามแบบต่าง ๆ ในภาคสนาม เพื่อนำไปใช้ประโยชน์ในการบำบัดรักษาโรคต่าง ๆ อาทิเช่น

การนำหลักวิปัสสนากรรมฐานมาใช้ในการทดลองภาวะความแปรปรวนทางอารมณ์ในสตรีวัยทอง พบว่า สามารถลดความแปรปรวนทางด้านร่างกายและจิตใจของสตรีวัยทองได้^{๕๐}

การฝึกสมาธิแบบอาโลกิณต่อการลดความวิตกกังวล และซึมเศร้าในผู้ป่วยมะเร็งปากมดลูกที่ได้รับรังสี พบว่า ช่วยทำให้ผู้ป่วยนั้นลดความวิตกกังวลและซึมเศร้าย่างไปได้^{๕๑}

^{๔๘} เจโตสมาธิ หมายถึง สมาธิที่เกิดจากการเพ่งด้วยจิตล้วนๆ ซึ่งวิธีการเจริญสมาธิด้วยวิธีนี้ ท่านพุทธทาสภิกขุ ได้อธิบายไว้ว่า คนส่วนใหญ่ไม่สามารถที่จะบำเพ็ญสมาธิประเภทเจโตสมาธิได้ จะบำเพ็ญได้แต่สมาธิแฝงอยู่ในปัญญา ที่เรียกว่า “ อนันตริยสมาธิ ” ซึ่งถือว่าเป็นคู่ที่ตรงข้ามกับ “ เจโตสมาธิ ”, พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ), **ทาน ศีล สมาธิ**, (กรุงเทพมหานคร : รุ่งแสงทิพย์), หน้า ๑๒๒ – ๑๒๓.

^{๔๙} อัง ทสก. (ไทย) ๑๗/๓๗๕/๒๒๓ – ๒๒๕.

^{๕๐} พระสมภาร วชิรรัตน์, “ การนำหลักวิปัสสนากรรมฐานมาใช้ในการทดลองภาวะความแปรปรวนทางอารมณ์ในสตรีวัยทอง”, **วิทยานิพนธ์ปริญญาอักษรศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล), ๒๕๔๓.

^{๕๑} สมทรง เฟ่งสุวรรณ, “ผลของการฝึกสมาธิต่อการลดความวิตกกังวลและความซึมเศร้าในผู้ป่วยมะเร็งปากมดลูกที่ได้รับรังสีรักษา”, **วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๘).

การทำสมาธิแบบอานาปานสติในการลดความเครียดและความดันโลหิต ในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงชนิดไม่ทราบสาเหตุ สามารถลดความเครียดและความดันโลหิตได้^{๕๓}

นอกเหนือจากที่กล่าวมาแล้วยังมีท่านอื่น ๆ อีกที่มีประสบการณ์ตรงในการเจริญสมาธิจนกระทั่งสามารถนำเอาผลของสมาธินั้นมาใช้ประโยชน์ในด้านต่าง ๆ ได้อย่างเต็มที่ ดังเช่น ท่านอาจารย์พุทธทาสภิกขุ ตามที่ท่านได้กล่าวถึงประโยชน์ของการทำสมาธิตามแบบอานาปานสติ (การกำหนดลมหายใจเข้า – ออกอย่างละเอียดประณีตและยาว ๆ) ไว้ว่าสามารถนำมาใช้ประโยชน์ในด้านการดูแลสุขภาพพอนามัยได้หลายประการ เช่น

๑. ช่วยให้การพักผ่อนได้ผลดีเต็มที่ คือการทำสมาธิเพียงแค่ว่า ๑ ชั่วโมงจะช่วยให้ได้รับการพักผ่อนได้ดีกว่าการนอนหลับนานถึง ๕ ชั่วโมง

๒. ช่วยในการขับไล่ความร้อนภายในร่างกายที่เกิดจากความร้อนของอากาศภายนอก และขับไล่ความร้อนภายในร่างกายที่เกิดจากพิษไข้ให้ลดลงได้

๓. ช่วยในการบรรเทาหรือประทุรังการไหลของโลหิตที่เกิดจากบาดแผลต่าง ๆ ทั้งแผลฉกรรจ์และไม่ฉกรรจ์ ให้เลือดไหลออกช้าและออกน้อยโดยไม่ต้องใช้ส่วนอื่นประกอบเป็นต้น^{๕๔}

การใช้สมาธิเพื่อการดูแลสุขภาพพอนามัยต่าง ๆ ได้อย่างไรนั้น สามารถอธิบายตามหลักวิชาทางพระพุทธศาสนาในภาพรวมอย่างกว้าง ๆ โดยสังเขป ดังนี้

ตามความหมายของคำว่า “สมาธิ” หมายถึง การกำหนดจิตให้แน่วแน่อยู่ในสิ่งใดสิ่งหนึ่งโดยเฉพาะ ซึ่งเป็นหลักการเพื่อทำจิตใจให้เกิดความสงบ แน่วแน่เป็นหนึ่งเดียว ไม่ให้จิตฟุ้งซ่านนั้น จากความหมายและหลักการในการทำสมาธิดังกล่าวนี้ เมื่อทำจิตให้เกิดเป็นสมาธิจนจิตรวมเป็นหนึ่งได้ในระดับหนึ่งได้แล้ว ในทางพระพุทธศาสนากล่าวว่าจะมีผลทำให้จิตใจได้รับความสงบ ประณีต บริสุทธิ์ มีความตั้งมั่น ไม่หวั่นไหว ควรแก่

^{๕๓} สุหนันทา กระจำจนแดน, “ผลของการทำสมาธิชนิดอานาปานสติแบบผ่อนคลายเป็นการลดความเครียดและความดันโลหิตสูงไม่ทราบสาเหตุ”, วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๐).

^{๕๔} พุทธทาสภิกขุ, การใช้อานาปานสติให้เป็นประโยชน์ในบ้านเรือน, (สุราษฎร์ธานี : มิตราการพิมพ์, ๒๕๔๐), หน้า ๑๒๒ – ๑๒๓.

การงานทุกชนิด ซึ่งนับว่าเป็นลักษณะของสุขภาพจิตที่ดีนั่นเอง เมื่อสุขภาพจิตดีคือ จิตไม่เครียด จิตไม่มีความวิตกกังวลใด ๆ แล้ว ย่อมส่งผลต่อเนื่องไปสู่กายให้ได้รับความสงบระงับตามไปด้วย เพราะกายกับใจมีความสัมพันธ์ที่ต่างอิงอาศัยเป็นปัจจัยเกื้อหนุนซึ่งกันและกันอยู่อย่างต่อเนื่อง ดังนั้นเมื่อใจมีความสงบระงับ กายซึ่งเนื่องกับใจก็จะได้รับความสงบระงับลงตามไปด้วย กายที่สงบย่อมส่งผลทำให้ระบบอวัยวะต่าง ๆ ภายในร่างกายค่อย ๆ ปรับสภาพสมดุล เช่น มีการหลั่งของฮอร์โมนที่ดี ๆ ออกมา การทำงานของระบบประสาทต่าง ๆ กล้ามเนื้อเส้นเอ็น ตลอดจนการไหลเวียนของโลหิตก็จะดีตามไปด้วย เป็นต้น จนกระทั่งสภาพต่าง ๆ ภายในร่างกายสามารถเข้าสู่ภาวะความเป็นปกติดั้งเดิมได้ ดังนั้นโรคภัยต่าง ๆ ที่มีอยู่จึงค่อย ๆ หายไปและหายไปได้ในที่สุด และสุขภาพกายที่ดีก็ย่อมจะเกิดขึ้นตามมาด้วย

การใช้สมาธิเพื่อการรักษาโรคต่าง ๆ ให้หายได้อย่างไรนั้น สามารถอธิบายตามหลักวิชาทางพระพุทธศาสนาในภาพรวมอย่างกว้าง ๆ โดยสังเขปได้เช่นเดียวกับกรณีแรกที่กล่าวมาแล้ว และมีข้อเพิ่มเติมอีกประการหนึ่ง ดังนี้

ตามที่พระพุทธเจ้า ทรงนำเอาสมาธิมาใช้ในการรักษาโรคของพระองค์ให้หายไ้ได้นั้น จะเห็นได้ว่าพระองค์ทรงใช้หลักการของการเจริญสมาธิข้อหนึ่งที่ได้กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการเจริญสมาธิภาวนาในพระพุทธศาสนาไว้ว่า สมาธิภาวนาที่เป็นไปเพื่อ “ ทุฏฐธรรมสุขวิหาร ” คือ การอยู่เป็นสุขในปัจจุบัน ด้วยการเข้าสมาธิซึ่งเป็นการพักผ่อนจิตหรือหาความสุขยามว่าง หรือเมื่อสภาพร่างกายเกิดความเหน็ดเหนื่อยหรือไม่สบาย ก็จะใช้วิธีการเข้าสู่สมาธิดังที่พระพุทธเจ้าทรงใช้วิธีการเข้าสู่เจโตสมาธิ ที่เรียกว่า “ นิโรธสมาบัติ ” ซึ่งเป็นสมาธิในขั้นสูง (อัมปนาสมาธิ) เมื่อเข้าสมาธิถึงขั้นนี้จะไม่เกิดนิมิตใด ๆ ดังจะได้ยินข่าวอยู่บ่อย ๆ ว่ามีพระเถระไทยหลายรูปที่เชี่ยวชาญในการเจริญสมาธิจนได้อัมปนาสมาธิ เมื่อท่านเจ็บป่วยต้องทำการผ่าตัดโดยไม่ต้องให้แพทย์ฉีดยาชา เป็นต้น

ดังนั้น ผู้ที่มีความสนใจวิธีการในการทำสมาธิ เพื่อจะนำไปใช้ในการดูแลสุขภาพอนามัยและรักษาโรคต่าง ๆ ให้หายได้ดังที่กล่าวมาแล้วนี้ สามารถทำการฝึก

ปฏิบัติสมาธิได้ด้วยตนเองให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไปจนกว่าจะได้รับผลของสมาธิและสามารถนำเอาผลของสมาธิไปใช้ประโยชน์ในด้านต่าง ๆ ได้

๓) สัจจกิริยา

หลักสัจจกิริยา เป็นหลักธรรมอีกอย่างหนึ่งที่แสดงให้เห็นว่าการรักษาสุขภาพทางกายและจิตจะได้ผลจะต้องรักษาให้ถูกต้อง กล่าวคือ ต้องเข้าใจธรรมชาติหรือเข้าถึงความจริงของร่างกายและจิตใจว่าเป็นอย่างไร กายประกอบด้วยอะไรบ้าง ส่วนจิตมีลักษณะการเกิดดับเป็นอย่างไร หมายถึงการทำให้แจ้งในรูปนาม ดังความตอนหนึ่งที่พระพุทธเจ้าประทานให้กำลังใจแก่ผู้ป่วยหนัก ความว่า

สมัยหนึ่งพระพุทธเจ้าประทับอยู่ที่ภูฏาคารศาลาป่ามทวันใกล้เมืองเวสาลี เย็นวันหนึ่งพระองค์เสด็จเข้าไปในศาลาภิกษุไซ้ ทรงเห็นภิกษุรูปหนึ่งอ่อนเพลีย เป็นไซ้ แล้วตรัสเรียกภิกษุทั้งหลายมาตรัสว่า

“ดูกรภิกษุทั้งหลาย ธรรม ๕ ประการ ย่อมไม่ละภิกษุบางรูปที่ทุพลเพลียเป็นไซ้ เธอئنพึงหวังผลนี้คือ จักทำให้แจ้งซึ่งเจโตวิมุติ ปัญญาวิมุติอันหาอาสวะมิได้เพราะอาสวะทั้งหลายสิ้นไปด้วยปัญญาอันยิ่งเองในปัจจุบันเข้าถึงอยู่ ต่อกาลไม่นานเลย ธรรม ๕ ประการเป็นไฉน คือภิกษุในธรรมวินัยนี้ย่อมพิจารณาเห็นกายว่าเป็นของไม่งาม มีความสำคัญว่าอาหารเป็นของปฏิภูล มีความสำคัญว่าโลกทั้งปวงไม่น่ายินดี พิจารณาเห็นสังขารทั้งปวงไม่เที่ยงมีการพิจารณาความตายเกิดขึ้นภายใน”^{๔๔}

พระธรรมบทนี้ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงให้ภิกษุไซ้ฟัง เป็นเรื่องของการกำหนดอายุตนะภายใน คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสและธรรมารมณ อันเป็นเหตุแห่งผัสสะอันนำไปสู่เวทนาโดยความไม่เที่ยงเป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เมื่อจุดเริ่มต้นตกอยู่ในกระแสเปลี่ยนแปลงไหลเรื่อยไม่หยุดเช่นนี้กระบวนการที่จะเกิดต่อมาก็ล้วนตกอยู่ในกระแสความเปลี่ยนแปลงไม่หยุด ความจริงก็จะปรากฏชัดว่า เมื่อ

^{๔๔} อง ปญจก. (ไทย) ๑๔/๑๒๐/๑๔๔.

สรรพสิ่งเป็นเพียงปรากฏการณ์ที่ผ่านมาแล้วผ่านไป จึงไม่ควรเลยที่จะไปยึดถือครอบครอง ด้วยอำนาจของความเห็นแจ้งอย่างสมบูรณ์ จิตก็ปล่อยวางไม่ยึดถือ เมื่อจิตปล่อยวางได้ก็ถึงความสงบว่างเย็นโรคจิตทั้งหลายก็สิ้นสุด เหลือแต่โรคกายก็ดำเนินการรักษาหรือเผชิญหน้าอย่างมีสติและเข้มแข็ง จะอยู่หรือไม่ ก็แล้วแต่เหตุปัจจัยทางกายที่จะปรุงแต่งให้เป็นไปตามโดยอยู่เหนือการบังคับบัญชาการใด ๆ ^{๕๖}

สรุปได้ว่า การรักษาสุขภาพทางกายและทางจิตใจในพระไตรปิฎกใช้ธรรมโอสถ คือ ธรรมะหรือหลักธรรมคำสอน เพื่อให้รู้วิธีการบริโภค รู้จักประมาณการบริโภค การออกกำลังกายมีสติกำกับตลอดเวลา

๒.๓.๒. การรักษาสุขภาพด้วยการประยุกต์หลายวิธี

การรักษาสุขภาพโดยที่กล่าวมานอกจากจะมีวิธีรักษาตามหลักธรรมคำสอนที่กล่าวมาแล้วยังมีวิธีการรักษาอีกอย่างที่เรียกว่าการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมเพื่อให้เกิดความเกื้อกูลต่อความสมบูรณ์ของสุขภาพ ในการศึกษาครั้งนี้ก็นำมาเพียง ๒ วิธี เท่านั้น กล่าวคือ แบบสัปปายะวิธี และแบบการให้ประพัตติพรหมจรรย์ ดังต่อไปนี้

๑) แบบสัปปายะวิธี

คำว่า สัปปายะวิธี หมายถึง วิธีการสบายหรือสุขสบายการที่จะทำให้เกิดความสุขสบายได้นั้น ก็มีหลายวิธีหทยหลายอย่าง แต่ที่พระพุทธองค์ทรงตรัสสอนไว้ว่า ความสบายของมนุษย์หรือของภิกษุจะเกิดขึ้นได้จากการประพัตติธรรมที่เป็นอุปการะ ดังความว่า

“ดูกรภิกษุทั้งหลายธรรม ๕ ประการนี้ เป็นเหตุให้อายุยืน
คือ บุคคลผู้ทำความสบายแก่ตนเอง ๑ รู้จักประมาณใน
สิ่งที่สบาย ๑ บริโภคสิ่งที่ย่อ่ง่าย ๑ เป็นผู้เที่ยวในกาล

^{๕๖} พระมหาจรรยา สุทธิญาโณ, พระพุทธศาสนากับการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย , ๒๕๔๔), หน้า ๔๗ - ๔๘.

สมควร ๑ เป็นผู้ประพุดิเพียงดั่งพรหม ๑”^{๕๗}

การรักษาสุขภาพตามวิธีที่สบายทั้งทางกายและทางจิตใจอันเนื่องมาจากประพุดิธรรม เพื่อให้เกิดความเข้าใจของธรรมชาติของกายและใจที่เปลี่ยนแปลงไปตามสภาพการรักษาสุขภาพด้วยวิธีปฏิบัติธรรม ให้เป็นไปตามกระบวนการทั้งทางร่างกายและทางจิต

๒) แบบการให้ประพุดิพรหมจรรย์

การประพุดิพรหมจรรย์เป็นวิธีหนึ่งที่จะฝึกฝนเพื่อให้เกิดความผาสุกทางกายและจิตใจได้ เนื่องจากการประพุดิพรหมจรรย์มีข้อจำกัดในหลาย ๆ ด้าน กล่าวคือ

ในด้านการบริหารร่างกาย มีข้อบัญญัติไว้เกี่ยวกับการปฏิบัติต่อร่างกาย ๑๔ ประการ คือ^{๕๘}

๑. อย่าพึงไว้ผมยาว
๒. อย่าพึงไว้หนวดยาว
๓. อย่าพึงไว้เล็บยาว
๔. อย่าพึงไว้ขนจมูกยาว
๕. อย่าพืงนำออกซึ่งผลในที่แคบ
๖. อย่าพืงผัดหน้า
๗. อย่าพืงแต่งเครื่องประดับต่าง ๆ
๘. อย่าพืงส่องดูเงาหน้า
๙. อย่าพืงเปลือยกายในที่และในเวลาไม่พืงควร
๑๐. อย่าพืงนุ่งห่มอย่างคฤหัสถ์
๑๑. เมื่อถ่ายอุจจาระแล้ว ถ้ามีน้ำต้องใช้น้ำชำระ
๑๒. อย่าพืงทำสัตถุกรรม และวัตถุกรรมในที่แคบ
๑๓. ภิกษุต้องใชไม้ชำระพืน

^{๕๗} อัง ปณจก. (ไทย) ๒๒/๑๒๕/๒๐๕.

^{๕๘} วิ.ม. (ไทย) ๒/๒๐/๔-๘.

๑๔. น้ำดื่มต้องกรองก่อน

จากการรักษาสุขภาพด้วยการประยุกต์ใช้แบการให้ประพฤติพรหมจรรย จะเห็นได้ว่าพระพุทธรเจ้าทรงให้ความสำคัญของการมีสุขภาพดีไว้มากเช่นกันดังที่พระพุทธรองค์ได้ตรัสถึงความสำคัญของการมีสุขภาพร่างกายดี มีโรคภัยเบียดเบียนน้อยว่าเป็นช่วงเวลาที่เหมาะสมแก่การบำเพ็ญเพียรอย่างยิ่ง^{๕๙}

นอกจากนี้ การนอน คือ การรักษาสุขภาพทางกายแลทางจิตที่ได้ทำงานหนักและถือว่าอยู่ในอริยาบถที่ยืน เดิน นั่ง และนอน แต่การเจริญทางจิตเราจะนิยมใช้เจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน ดังนั้น การประพฤติพรหมจรรยจึงเป็นวิธีหนึ่งในทางพระพุทธรศาสนาที่ใช้วิธีการรักษาสุขภาพด้วยการประยุกต์ คือ ให้ประพฤติพรหมจรรยอันเป็นการรักษาสุขภาพทั้งทางกายและทางจิต

สรุปได้ว่า การรักษาสุขภาพด้วยการประยุกต์หลายวิธีที่มีการนำรูปแบบต่าง ๆ มาใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพ ได้แก่ สัปปายวิธี คือ ทำความสบายด้วยรู้จักประมาณ ทำความสบายให้แก่ตนเองบริโภคสิ่งที่ย่อยง่าย ประพฤติถูกต้อง ส่วนการประพฤติพรหมจรรย ก็เพื่อให้เกิดความผาสุกทั้งทางกายและจิตใจมีการเดิน ยืน นั่ง นอน และเจริญภาวนา

๒.๔. การรักษาสุขภาพด้วยเภสัชที่ได้รับพุทธานุญาต

การรักษาสุขภาพในสมัยพุทธรกาล ตามที่ปรากฏในพระไตรปิฎกนั้นมีมาก แต่ผู้วิจัยได้นำมาศึกษาในวิทยานิพนธ์นี้เฉพาะประเด็นที่เกี่ยวกับตัวเภสัชหรือตัวที่เป็นยากับส่วนที่เกี่ยวข้องกับการรักษาและหลักการรับประทาน ดังประเด็นต่อไปนี้

๒.๔.๑ เภสัช ๕ ประเภท

การรักษาสุขภาพในสมัยพุทธรกาล เป็นวิธีการที่ชาวอินเดียยุคนั้นปฏิบัติกันอยู่เป็นปกติ โดยเฉพาะเกี่ยวกับเภสัช พระพุทธรองค์ทรงอนุญาตให้ภิกษุรักษาด้วยเภสัชต่าง

^{๕๙} อจ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๕๓-๕๔/๙๒-๙๓.

๑) ดังปรากฏในเภสัชชขันธตะ ที่ทรงอนุญาตเภสัช ๕ ในกาล และในเวลาวิกาลเพื่อแก้โรค ผอมเหลือง ดังความว่า

ในถุตุสารท ภิกษุสงฆ์เป็นโรคผอมเหลือง (โรคดีซ่าน)
กันมาก พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงทรงอนุญาตให้ประเคนฉัน
เภสัช ๕ ได้ และเพื่อความสะดวกแก่ภิกษุไข้ จึงทรงอนุญาต
ให้ฉันได้ทั้งในกาลและในเวลาวิกาล

คำว่า ในกาล หมายถึงเอาเวลาตั้งแต่รุ่งอรุณไปจนถึงเที่ยงวัน
คำว่า ในเวลาวิกาล หมายถึง เอาเวลาเที่ยงวันล่วงไปถึงรุ่งอรุณ ^{๖๐}

พระผู้มีพระภาคเจ้าอนุญาตให้ภิกษุสงฆ์ฉันเภสัช ๕ ได้ตลอดเวลา ทั้งนี้ต้องอยู่ใน
ระยะเวลา ๗ วัน หลังจากรับประเคนตามข้อกำหนดว่าด้วยเภสัช คำว่า เภสัช ๕ ได้แก่
เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย ^{๖๑} นอกจากนี้ เภสัชสิกขาบทที่ ๓ ในปวัตตวรรคกำหนด
เภสัชที่ว่า

ก็เภสัชใดควรลิมสำหรับภิกษุผู้เป็นไข้ คือ เนยใส เนยข้น
น้ำมันน้ำผึ้ง น้ำอ้อย ภิกษุรับประเคนเภสัชนั้นแล้วเก็บไว้ฉันได้ ๗ วัน
เป็นอย่างมาก ให้เกินกำหนดนั้นไป ต้องอาบัตินิสสัคคียปาจิตตียะ ^{๖๒}

จากข้อความข้างต้นสะท้อนให้เห็นว่า เภสัช ๕ ดังที่กล่าวมานั้นทั้ง เนยใส เนย
ข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง และน้ำอ้อย เป็นเภสัชสำหรับบำรุงสุขภาพซึ่งการอนุญาตก็ต้องเป็นไป
ตามชอบของวินัยกำหนดกล่าวคือไม่ควรเก็บไว้ ๗ วัน ถ้าเกิน ๗ วัน ควรรับประทานก่อน
เหตุที่เป็นเช่นนี้อาจสืบเนื่องว่าสิ่งที่กล่าวมาถ้าเกิน ๗ วัน เภสัชเหล่านั้นอาจเน่าเสียก็ได้จึง
ควรให้มีผู้มาตรวจสอบดู อีกนัยหนึ่งเภสัช ๕ ชนิดที่กล่าวมาจะมีคุณสมบัติในการบำรุง
ร่างกายให้สดชื่น สรุปได้อีกครั้งว่า เภสัช ๕ ประเภทได้แก่ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง

^{๖๐} วิ.มหา. (ไทย) ๒/๒๔๗/๔๐๔.

^{๖๑} วิ.มหา. (ไทย) ๕/๑๘๖/๒๒.

^{๖๒} วิ.มหา. (ไทย) ๒/๖๒๒/๑๔๓.

และน้ำอ้อย ที่พระพุทธองค์ทรงอนุญาตให้ภิกษุใช้สำหรับรักษาสุขภาพ โดยเภสัชดังกล่าว ต้องเป็นไปในกาลและในเวลาวิกาล แก่โรคผอมเหลืองหรือโรคดีซ่าน

๒.๔.๒ สมุนไพรมะพร้าวที่ใช้รักษาโรค

การให้อุญาตให้ใช้สมุนไพรมะพร้าวในการรักษาโรค มีปรากฏในมูลาทิเภสัชชกถา ที่ว่าด้วยการทรงอนุญาตเครื่องยามีรากใบ เป็นต้น ซึ่งเมื่อแยกส่วนต่าง ๆ ของสมุนไพรมะพร้าวแล้วสามารถแยกทั้งรากใบ ผล ลำต้น และน้ำฝาด ดังความที่ปรากฏ ดังนี้

การใช้รากไม้ที่เป็นยาสืบเนื่องมาจากสมันนั้น ภิกษุทั้งหลายผู้เป็นไข้ต้องการ รากไม้ที่เป็นยา ดังความว่า

ภิกษุทั้งหลายนำเรื่องไปกราบทูลพระผู้มีพระภาคให้ทรงทราบเกี่ยวกับรากไม้ที่เป็นยา พระผู้มีพระภาครับสั่งว่า ภิกษุทั้งหลายเราอนุญาตรากไม้ที่เป็นยา คือ ขมิ้น ขิงสด ว่านน้ำ ว่านเปราะ อดพิต ข่า แก่ หัวหมู หรือรากไม้ที่เป็นยาชนิดอื่นที่มีอยู่ซึ่งไม่ใช่ของเคี้ยวของฉัน รับประทานแล้วเก็บไว้ได้จนตลอดชีพ

นอกจากนี้ยังมีการใช้รากไม้ที่เป็นยาอีก กล่าวคือ

สมัยนั้น ภิกษุทั้งหลายที่เป็นไข้ ต้องการรากไม้ที่บดเป็นยา ภิกษุทั้งหลายจึงนำเรื่องนี้ไปกราบทูลพระผู้มีพระภาคให้ทรงทราบ พระผู้มีพระภาครับสั่งว่า ภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตหินบด ลูกหินบด^{๖๓}

จากที่กล่าวมาแสดงให้เห็นว่าสมุนไพรมะพร้าวที่ใช้ในสมัยพุทธกาลมีทั้งราก น้ำฝาด ใบไม้ผลไม้ม่างไม้ที่ใช้เป็นในการรักษาโรคในยุคนั้น และเป็นสมุนไพรมะพร้าวที่พระพุทธองค์ทรงอนุญาต

^{๖๓} วิ.มหา. (ไทย) ๕/๑๖๑/๔๖ - ๔๘.

๒.๔.๓ แหล่งที่มาของเภสัช

เกี่ยวกับสมุนไพรหรือเภสัชในยุคนั้นจะมีตามธรรมชาติโดยพระพุทธองค์ทรงอนุญาตให้นำสมุนไพรหรือสิ่งที่เป็นพืชที่ตามธรรมชาติเพราะพระภิกษุที่อาพาธจะมีโรคที่แตกต่างกัน ภิกษุจึงต้องหายาไว้เพื่อบรรเทา พระพุทธองค์จึงทรงอนุญาตเครื่องยาดังปรากฏในเภสัชชั้นแรกเกี่ยวกับเครื่องสมุนไพร ดังนี้

ภิกษุอาพาธเป็นโรคแตกต่างกันไป เพื่อให้ภิกษุสงฆ์มีเครื่องยาไว้บรรเทาโรคที่รุมเร้า พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงทรงอนุญาตเครื่องยาต่าง ๆ คือ

๑. มันเหลว คือ มันเหลวหมี มันเหลวปลา มันเหลวปลาฉลาม มันเหลวหมู มันเหลวลาที่รับประทานในกาลเจียวในกาล กรองในกาล โดยให้บริโภคน้ำมัน น้ำมัน ทรงอนุญาตให้ฉันแก้ไข้

๒. รากไม้ชนิดต่าง ๆ คือ ขมิ้น ขิงสด ว่านน้ำ ว่านเปราะ อดุพิต ข่า แฝก หัวหมู หรือรากไม้ที่เป็นยาชนิดอื่น ๆ ทรงอนุญาตให้ฉันแก้ไข้

๓. น้ำฝาดต่าง ๆ คือ น้ำฝาดสะเดา น้ำฝาดโมกมัน น้ำฝาดขี้กา น้ำฝาดบอระเพ็ด น้ำฝาดกระถินพิมาน หรือน้ำฝาดที่เป็นยาชนิดอื่น ๆ ทรงอนุญาตให้ฉันแก้ไข้

๔. ใบไม้ชนิดต่าง ๆ คือ ใบสะเดา ใบโมกมัน ใบขี้กา ใบแมงลัก ใบฝ้าย หรือใบไม้ที่เป็นยาชนิดอื่น ทรงอนุญาตให้ฉันแก้ไข้

๕. ผลไม้ชนิดต่าง ๆ คือ ลูกพลับคะ ตีปลี พริก สมอไทย สมอพิเภก มะขามป้อม ผลโกศ หรือผลไม้ที่เป็นยาชนิดอื่น ทรงอนุญาตให้ฉันแก้ไข้

๖. ยางไม้ชนิดต่าง ๆ คือ หิงคุ ยางเคี้ยวจากหิงคุ ยางเคี้ยวจากเปลือกกิ่งคุ ยางจากยอดต้นตกะ ยางจากใบต้นตกะ ยางจากก้านต้นตกะ หรือยางที่เป็นยาชนิดอื่น ๆ ทรงอนุญาตให้ฉันแก้ไข้

๗. เกลือชนิดต่าง ๆ คือ เกลือสมุทร เกลือดำ เกลือสินเธาว์ เกลือดินโป่ง หรือเกลือที่เป็นยาชนิดอื่น ๆ ทรงอนุญาตให้ฉันแก้ไข้

๘. ยาผงชนิดต่าง ๆ ทรงอนุญาตให้ใช้เป็นยาแก้ฝีดาษ หิด หูด ตุ่ม พุพอง

๙. มูลโค ดินเหนียว กากน้ำย้อม ทรงอนุญาตให้ใช้ทาดับกลิ่นตัว

๑๐. เนื้อดิบและเนื้อสด ทรงอนุญาตให้ภิกษุที่ถูกษีเข้าสิงฉันได้
๑๑. ยาหยอดตาประกอบด้วยเครื่องปรุงหลายอย่าง หรดาลกสิบทอง เขมาไฟ ทรงอนุญาตให้ทำป้ายตาแก้โรคตา
๑๒. ไม้จันท์ กฤษณา กะลัมพัก ใบเจียง หัวหมู ทรงอนุญาตให้ใช้เป็นเครื่อง ยาบดผสมตา
๑๓. น้ำมัน ทรงอนุญาตให้ทำแก้โรคปวดหัว
๑๔. ยานัตถ์ทรงอนุญาตให้สัตถ์ยาแก้โรคปวดศีรษะหลังจากที่ทายาแล้วไม่ หาย
๑๕. การสูดควัน ทรงอนุญาตให้ทำแก้โรคปวดศีรษะ หลังจากที่นั่งัตถ์ยาแล้วไม่ หาย
๑๖. น้ำมันหุงเจือน้ำเมามากน้อย ทรงอนุญาตให้ฉันแก้โรคลม
๑๗. น้ำมันหุงเจือน้ำเมามากเกินขนาด ทรงอนุญาตให้ใช้เป็นยาทา
๑๘. น้ำแป้งเมล็ดผักกาด ทรงอนุญาตให้ใช้ล้างแผลเพื่อแก้คัน
๑๙. กูถ มูตร ถ้ำ ดิน ทรงอนุญาตให้เจือน้ำฉันแก้พิษงู
๒๐. กูถ ทรงอนุญาตให้เจือน้ำฉันแก้ยาพิษ
๒๑. น้ำละลายจากดินที่ทอดผลไถ ทรงอนุญาตให้ฉันแก้โรคเสนห์ยาแฝด
๒๒. น้ำล้างดิบ ทรงอนุญาตให้ฉันแก้โรคท้องผูก
๒๓. น้ำสมอดองมูลโค ทรงอนุญาตให้ฉันแก้โรคผอมเหลืองหรือดีซ่าน^{๖๔}

จากแหล่งที่มาของสมุนไพรรและเครื่องยาที่กล่าวมาสะท้อนให้เห็นว่า พระพุทธ องค์ได้ทรงอนุญาตและบอกแหล่งที่มาของสมุนไพรรเพื่อใช้ในการรักษาสุขภาพ เป็นพุทธ วิธีที่ทำให้เกิดความผาสุกหรือความสบายใจเกิดขึ้นในหมู่สงฆ์ จึงปรากฏเรื่องยาเภสัช ๕ ประเภท สมุนไพรรที่ใช้รักษาโรคต่าง ๆ ที่เป็นวิธีการสอนให้ภิกษุได้รับรู้เรื่องเภสัช สมุนไพรรตลอดจนแหล่งที่มาของสมุนไพรรชนิดต่าง ๆ ที่ภิกษุสามารถหาได้ง่าย ทันเวลา เพื่อนำไปสู่ความสุขกายสุขใจในหมู่คณะ

^{๖๔} วิ.มหา. (ไทย) ๕/๑๕๒/๑๙ - ๒๑.

๒.๔.๔. วิธีการรักษาเกสซ์

การรักษาสุขภาพนอกจากที่พระพุทธองค์จะทรงอนุญาตเรื่องเกสซ์ ๕ ประเภท สมุนไพรมะพร้าวที่ใช้รักษาโรค และแหล่งที่มาของสมุนไพรมะพร้าวแล้ว พระองค์ยังทรงแนะนำวิธีการ เกี่ยวกับการเก็บรักษาเกสซ์ทั้งหลายที่ภิกษุได้แสวงหาและปรุงยาแล้วให้ปลอดภัย และให้ เกิดคุณภาพตามคุณสมบัติของยาแต่ละชนิดพระองค์จึงทรงแนะนำวิธีการรักษาเกสซ์ ดัง ปรากฏความว่า

ลำดับนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้ารับสั่งให้ประชุมสงฆ์เพราะเรื่องนี้เป็น ต้นเหตุ ทรงสอบถามภิกษุทั้งหลายว่า “ ภิกษุทั้งหลาย ทราบว่าพวกภิกษุคิด เพื่อความมักมากอย่างนั้นจริงหรือ ”

ภิกษุทั้งหลายทูลรับว่า “ จริง พระพุทธเจ้าข้า ”

พระพุทธเจ้าครั้นทรงดำหนิแล้วทรงแสดงธรรมิกถารับสั่งกับภิกษุ ทั้งหลายว่า “ ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุรับประเคนเกสซ์ที่ควรสำหรับภิกษุใช้ คือ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย แล้วเก็บไว้ จนได้ ๗ วัน เป็นอย่างมาก ให้เกินกำหนดนั้นไปพึงปรับอาบัติตามธรรม ”^{๖๔}

จากที่กล่าวมาไม่ว่าจะเป็นสมุนไพรมะพร้าวชนิดใดก็ตามเมื่อเห็นมาแล้วหรือปรุงแล้ว ถ้าเก็บไว้ก็มีเวลาจำกัดกล่าวคือไม่ควรให้เกิน ๗ วัน ถ้าเกินนั้นควรให้รับประเคนก่อน ถ้า เกินกำหนดต้องปรับอาบัติ นอกจากนี้การเก็บรักษาเกสซ์ต่าง ๆ นั้นโดยแท้จริงพระพุทธ องค์ป้องกันความมักมากในการเก็บไว้เพื่อตนเอง จึงต้องการให้ภิกษุเก็บไว้พอประมาณ กับความต้องการหรือเท่าที่จำเป็นเท่านั้น จึงมีบัญญัติเกี่ยวกับการเก็บรักษาเกสซ์ดังที่ ปรากฏแล้วนั้น

๒.๔.๕ หลักในการฉันอาหารและเกสซ์ที่ถูกต้อง

ความเป็นอยู่ของภิกษุสงฆ์ในสมัยนั้นประสบปัญหาหลายด้าน เนื่องจากมีภิกษุ เพิ่มจำนวนขึ้นเรื่อย ๆ อีกประการหนึ่งในประเทศอินเดียยุคนั้นก็ประกอบกับการอดอยาก ข้าวปลา อาหาร เมื่อเป็นเช่นนี้จึงเกิดปัญหาตามมา กล่าวคือ ภิกษุบางพวกพากันสะสม

^{๖๔} วิ.มหา. (ไทย) ๕/๑๖๓/๖๘.

อาหารไว้เพื่อตนเอง บางพวกไม่มีอาหารเพียงพอจึงพากันหุงหาอาหารกินกันเองจนเกิดความเดือดร้อนในหมู่คณะจึงมีบทบัญญัติเกี่ยวกับหลักในการฉันอาหารและภสัชที่ถูกต้อง ดังความปรากฏในอันโตวฏฐาปิฎกเขปกถา ที่ว่าด้วยทรงห้ามหุงต้มภายใน ความว่า

ครั้งนั้น ท่านพระอานนท์ได้กราบทูลเรื่องนั้นให้พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงทราบ พระพุทธองค์ทรงดำหนิว่า “ อานนท์ กำลังอย่างนี้ไม่สมควร ไม่คล้อยตาม ไม่เหมาะสม ไม่ใช่กิจของสมณะ ใช้ไม่ได้ ไม่ควรทำเลย โฉนเธอจึงชวนชวายเป็นความมักมากเช่นนั้นเล่า อาหารที่เก็บไว้ภายใน ที่หุงต้มภายใน ที่หุงต้มเอง จัดเป็นอกปิยะ การกระทำอย่างนี้มีได้ทำคนที่ยังไม่เลื่อมใสให้เลื่อมใส ฯลฯ”

ทรงแสดงธรรมิกถาแล้วรับสั่งกับภิกษุทั้งหลาย

“ ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุไม่พึงฉันอาหารที่เก็บไว้ภายใน ที่หุงต้มภายใน ที่หุงต้มเอง รูปใดฉัน ต้องอาบัติทุกกฏ”^{๖๖}

ในยาคุมรุโคพกานาซานนา ว่าด้วยทรงอนุญาตข้าวต้มและขนมหวาน นอกจากนี้ยังปรากฏว่าทรงห้ามภิกษุฉันเนื้อ ๑๐ ประเภท กล่าวคือ เนื้อมนุษย์ เนื้อช้าง เนื้อม้า เนื้อสุนัข เนื้องู เนื้อราชสีห์ เนื้อเสือโคร่ง เนื้อเสือเหลือง เนื้อหมี เนื้อเสือขาว สำหรับภสัชนั้นก็มิมีลักษณะคล้ายคลึงกับอาหาร แต่ก็มีภสัชบางประเภท เช่น น้ำอ้อยที่พระพุทธองค์ทรงอนุญาต ให้ถวายน้ำอ้อยยบ ดังความปรากฏในเพลัฎฐกัจจานวัตถุ ความว่า

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า “ เธอจงนำน้ำอ้อยยบประเคนภิกษุทั้งหลาย ให้ฉันจนอิ่มหน้าเกิด ”

พราหมณ์กราบทูลรับสนองพระพุทธดำรัสแล้ว ได้นำน้ำอ้อยยบประเคนภิกษุทั้งหลายให้ฉันจนอิ่มหน้า ภิกษุบางพวกบรรจุน้ำอ้อยยบเต็มบาตรบ้าง เต็มหม้อกรองน้ำแล้ว เต็มถุงย่ำมบ้าง พราหมณ์เพลัฎฐกัจจานนะนำน้ำอ้อย

^{๖๖} วิ.มหา. (ไทย) ๕/๑๖๔/๗๑.

งบประเคนภิกษุทั้งหลายให้ฉันจนอิ่มหน้าแล้ว แต่น้ำอ้อยบยังเหลืออยู่มาก จะปฏิบัติอย่างไร พระพุทธเจ้าค่ะ ”

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า “ เธอจงให้น้ำอ้อยบแก่พวกคนกินดินเถิด ”

พราหมณ์เพ็ญฐุกัจจានะกราบทูลรับสนองพระพุทธดำรัสแล้ว ได้ให้น้ำอ้อยบแก่คนกินดินแล้วกราบทูลว่า “ ข้าพระองค์ได้ให้น้ำอ้อยบแก่พวกคนกินดินแล้ว แต่น้ำอ้อยบยังเหลืออยู่มาก จะปฏิบัติอย่างไร พระพุทธเจ้าค่ะ ”

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า “ เธอจงให้น้ำอ้อยบแก่พวกคนกินดินจนพอแก่ความต้องการเถิด ”^{๖๗}

จากการศึกษา หลักในการฉันอาหารและเภสัชที่ถูกต้อง ทำให้เห็นประเด็นที่พระพุทธองค์ทรงอนุญาตและไม่อนุญาตซึ่งถ้าหากสิ่งใดจะเกิดความลำบากแก่ภิกษุต่อไป พระพุทธองค์จะทรงห้ามแต่ถ้าสิ่งใดจะทำให้เกิดความผาสุกแก่หมู่คณะ พระองค์ก็จะทรงอนุญาตและวางหลักในการฉันอาหารและเภสัชที่ถูกต้องตามลักษณะของอาหารและเภสัชต่าง ๆ โดยเฉพาะเรื่องของในยามวิกาลหรือนอกวิกาล

สรุปได้ว่า การรักษาสุขภาพด้วยเภสัชที่ได้รับพุทธานุญาตเกี่ยวกับเภสัช ๕ ประการ คือ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย สำหรับสมุนไพรมะเร็งที่รักษาโรค และแหล่งที่มาของเภสัชได้แก่ ราก น้ำฝน ใบไม้ ผลไม้ และยางไม้ เปลือก มูลโค ดิน ควัน คุง เป็นวิธีการสอนให้ภิกษุได้รับรู้เรื่องเภสัช จากแหล่งต่างๆ ที่ภิกษุสามารถหาได้ง่ายและทันเวลาเพื่อนำไปสู่ความสุขกายสุขใจในหมู่คณะ ส่วนวิธีเก็บรักษาเภสัชเมื่อนำมาแล้ว ไม่ควรเก็บไว้เกิน ๗ วัน อันเป็นการป้องกันความมกมากของภิกษุ ต้องการให้ภิกษุรู้ประมาณกับความต้องการเท่าที่จำเป็น สำหรับหลักการในการฉันอาหาร เภสัชที่ถูกต้องตามลักษณะของอาหาร และเภสัชเฉพาะเรื่องของยามวิกาลหรือนอกวิกาล

^{๖๗} วิ.มหา. (ไทย) ๕/๑๗๒/๑๔.

บทที่ ๓

แนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพของทางแพทย์แผนไทยและวิธีการของวัดป่าแหวไฮ

การศึกษาแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพของแพทย์แผนไทยและวิธีการของวัดป่าแหวไฮ ผู้วิจัยได้กำหนดแนวทางโดยแบ่งเป็นประเด็นศึกษาคือ แนวคิดวิธีการของแพทย์แผนไทยในการรักษาสุขภาพ ผลการดำเนินงานในการรักษาสุขภาพการรักษาโรคของพระสงฆ์วัดป่าแหวไฮ ตำบลหัวนาคำ อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี ขั้นตอนการใช้สมุนไพรในการรักษาสุขภาพของผู้ป่วย ผลการดำเนินงานในการรักษาสุขภาพด้วยวิธีสมุนไพรบำบัด ดังต่อไปนี้

๓.๑ แนวคิดวิธีการแพทย์แผนไทยในการรักษาสุขภาพ

การศึกษาแนวคิดวิธีการของแพทย์แผนไทยในการรักษาสุขภาพนั้น ผู้วิจัยได้กำหนดประเด็นในการศึกษาไว้ ๓ แนวทางคือ ความหมายและความสำคัญ ปรัชญาการแพทย์แผนไทย และวิธีการดูแลสุขภาพของแพทย์แผนไทย มีรายละเอียด ดังนี้

๓.๑.๑ ความหมายและความสำคัญของแพทย์แผนไทยปัจจุบัน

๑) ความหมายของแพทย์แผนไทยปัจจุบัน

แพทย์แผนไทย การแพทย์เป็นความจำเป็นในการดำเนินชีวิตมนุษย์ เนื่องจากร่างกายคนเรา ย่อมเสื่อมสภาพไปตามธรรมชาติ หรือด้วยเหตุต่าง ๆ เพื่อต่อสู้กับภาวะดังกล่าว การค้นหาวิธีป้องกันการเจ็บป่วย การบำบัดรักษา การบรรเทา อาการเจ็บป่วย และการบริหาร จึงเกิดขึ้นมา และพัฒนาต่อมาจนเข้ากับระบบที่มีแบบแผนกลายเป็น “การแพทย์” ที่มีแบบแผนชัดเจน การแพทย์จึงเป็นภูมิปัญญาของสังคม ที่มาจากความเชื่อ ความรู้ ความคิด การลองผิดลองถูก และกลายเป็นการยอมรับในสังคม แต่ละชนชาติ ต่างมีวิวัฒนาการทางการแพทย์ของตนเอง กลายเป็นภูมิปัญญาของชนชาตินั้น ๆ หรือท้องถิ่นนั้น ๆ

การแพทย์แผนไทย มีวิวัฒนาการมานานมีหลักฐานตั้งแต่สมัยก่อนประวัติศาสตร์ อย่างไรก็ตาม ยุคทองของการแพทย์แผนไทยก็ต้องนับตั้งแต่สมัยรัตนโกสินทร์ตอนต้น พระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราช (พุทธศักราช

๒๓๒๕ - ๒๓๕๒) ได้มีการจัดตั้งกรมหมอ และโรงพยาบาล มีการปฏิสังขรณ์วัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม ทรงโปรดให้รวบรวมตำรายาและฤกษ์ตัดตนไว้ตามศาลาราย ซึ่งเป็นที่ยอมรับกันจนถึงปัจจุบัน สมกับเป็นโรงเรียนแพทย์แห่งแรกของไทย

การแพทย์แผนไทย หมายถึง ปรัชญา องค์ความรู้ และวิถีปฏิบัติ เพื่อการดูแลสุขภาพ และการบำบัดรักษาโรค ความเจ็บป่วยของคนไทย แบบดั้งเดิม สอดคล้องกับขนบธรรมเนียมวัฒนธรรมไทย และวิถีชีวิตคนไทย โดยมีวิธีการปฏิบัติของการแพทย์แผนไทย ประกอบด้วย การใช้สมุนไพร หัตถบำบัด การรักษากระดูกแบบดั้งเดิม การใช้หลักกรรมทางพุทธศาสนา หรือพิธีกรรม เพื่อดูแลรักษาสุขภาพจิต ธรรมชาติบำบัด ซึ่งได้จากการสั่งสม ถ่ายทอดประสบการณ์อย่างเป็นระบบ โดยการบอกเล่า การสังเกต การบันทึก และการศึกษาผ่านสถาบันการศึกษาด้านการแพทย์แผนไทย^๑

๒) ความสำคัญของการแพทย์แผนไทยปัจจุบัน

ความสำคัญของการแพทย์แผนไทย เป็นประโยชน์ต่อการแพทย์ และสาธารณสุขไทยตั้งแต่อดีตกระทั่งถึงปัจจุบัน ดังนี้

๑. มีฐานะเป็นส่วนหนึ่งของสังคมเป็นที่พึ่งทางใจและสุขภาพร่างกายให้แก่ชุมชน
๒. เป็นทางเลือกในการรักษาพยาบาลให้แก่ผู้ป่วย ที่จะเลือกระหว่างแพทย์แผนโบราณหรือแผนปัจจุบัน
๓. เป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมพื้นบ้าน เป็นมรดกตกทอดกันมาและไม่สูญหายไปจากสังคมไทย
๔. เป็นการส่งเสริมให้ชุมชนพึ่งตนเองได้ในเรื่องการรักษาพยาบาลเบื้องต้น โดยใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ในท้องถิ่น เช่น การใช้สมุนไพรพื้นบ้านในการรักษาโรค^๒

^๑ สมพร ภูติยานันต์, ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับแพทย์แผนไทย, (กรุงเทพมหานคร : โครงการพัฒนาตำราสถาบันการแพทย์แผนไทย, ๒๕๔๒), หน้า ๕๐-๕๑.

^๒ อัมพร ถิ่นประเทศ, หมวดเพื่อสุขภาพครบวงจร, (กรุงเทพมหานคร : ภูมิปัญญา, ๒๕๔๖), หน้า ๑๔๓.

๓) ภูมิปัญญาในการแพทย์แผนไทยปัจจุบัน

การแพทย์แผนไทย หมายถึง ปรัชญา องค์ความรู้ ครอบคลุมการบำบัดรักษาโรคอย่างครบถ้วน คือ

- รู้การเกิดของโรค รู้สาเหตุของโรคจากปัจจัยต่าง ๆ
 - รู้จักโรค ทราบถึงอาการโรค และชื่อสมมติของโรคตามอาการ
 - รู้จักยารักษาโรค ทราบถึงสรรพคุณและวิธีปรุงยา
 - รู้วิธีรักษาโรค ทราบว่ายาชนิดใด เหมาะสำหรับโรคใด ๆ
 - ความรู้ทั้ง ๔ จึงเป็น หลักปฏิบัติในการวิเคราะห์ และบำบัดรักษาโรคของคนไทย ซึ่งก่อให้เกิดคุณค่าต่างภูมิปัญญา ดังนี้
 - ครอบคลุมองค์ความรู้อย่างครบถ้วน ทั้งการป้องกัน การวินิจฉัยโรค และบำบัดโรค
 - มีความหลากหลายในด้านวิธีการป้องกัน และรักษาโรค
 - มีศักยภาพในการเลือกสรรวัตถุดิบ ที่มีในธรรมชาติ จากท้องถิ่นใกล้ตัว มาใช้ประโยชน์ในการรักษาโรค
 - เป็นวิธีแห่งธรรมชาติบำบัด ก่อให้เกิดพิษน้อย อิงต่อสิ่งแวดล้อม
 - พัฒนาเพื่อระบบการพึ่งตนเอง เนื่องจากใช้วัตถุดิบจากท้องถิ่น ไม่มีเทคนิคซับซ้อน ไม่สิ้นเปลือง
 - ตั้งอยู่บนพื้นฐาน วัฒนธรรมไทย ให้ผลทั้งทางร่างกาย และจิตใจ
- การบำบัดโรคแผนไทย

การบำบัดโรคตามแพทย์แผนไทย มักใช้วิธีการหลายวิธี เพื่อให้ผลรักษาทั้งทางร่างกายและจิตใจ เช่น การใช้ธรรมชาติบำบัด กายภาพบำบัด จิตบำบัด และการใช้ยาสมุนไพร การนวดและการบริหารร่างกาย และการใช้พิธีกรรมความเชื่อหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์

ดังนั้น การแพทย์แผนไทย จึงเป็นกรรมวิธีทางภูมิปัญญา ที่ไม่มีทางสูญสิ้นไปอย่างแน่นอน มิใช่สิ่งเก่าใช้ไม่ได้ หรือพินสมัย แต่ยังเป็นนวัตกรรมทางความคิด และอิงธรรมชาติ วิถีชีวิตของคนไทย ที่ยังก้าวต่อไปในอนาคต เพื่อคนไทยตลอดกาลนาน

๓.๑.๒ ปรัชญาการแพทย์แผนไทย

ปรัชญาของการแพทย์แผนไทย มีรากฐานจากการแพทย์อายุรเวทของอินเดีย พร้อมกับเผยแผ่พระพุทธศาสนาในสังคมไทย ปรัชญา แนวคิด และหลักการ จึงได้รับ

อิทธิพลจากการแพทย์ของอินเดียและพระพุทธศาสนาเป็นสำคัญ มุ่งเน้นความเป็นองค์รวม (Holism) ของบุคคลที่ประกอบด้วยร่างกาย (Body) จิตใจ (Mind) สังคม (Society) และสิ่งแวดล้อม (Environment) ซึ่งมีการทำงานที่สัมพันธ์กัน โดยมีความสอดคล้องกลมกลืนกับธรรมชาติหากมนุษย์มีชีวิตเบี่ยงเบนไปจากกฎเกณฑ์ของธรรมชาติ ร่างกายของมนุษย์จะเสียสมดุล ย่อมเกิดเจ็บป่วยได้^๓

ความเจ็บไข้ได้ป่วยเป็นสิ่งที่มนุษย์ต้องเผชิญอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ มูลเหตุของการเจ็บไข้ได้ป่วยก็มีหลายสาเหตุด้วยกัน ในทางการแพทย์แผนไทยเชื่อว่า เหตุแห่งการเจ็บป่วยของมนุษย์เกิดจาก ๓ สาเหตุ ใหญ่ ๆ คือ

๑. เกิดจากสิ่งเหนือธรรมชาติ ได้แก่ ผีบรรพบุรุษ ผีป่า ผีบ้าน
๒. เกิดจากการกระทำของธรรมชาติ ได้แก่ การเสียสมดุลของร่างกาย (ธาตุ)
๓. เกิดจากพลังของจักรวาล ได้แก่ อิทธิพลของดวงดาวต่าง ๆ

ด้วยเหตุที่มีความเชื่อเกี่ยวกับที่มาของความเจ็บป่วยมาจากสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ การบำบัดรักษาตามทฤษฎีการแพทย์แผนไทย จึงเป็นการประมวลเอาปรัชญา ความรู้ที่เกี่ยวกับวิถีปฏิบัติเพื่อการดูแลสุขภาพและการบำบัดโรค ให้สอดคล้องกับขนบธรรมเนียม ประเพณีและวิถีชีวิตแบบไทย อันประกอบด้วยการใช้ยาสมุนไพร หัตถบำบัด การรักษากระดูกแบบดั้งเดิมนำมาผนวกรวมกัน การประกอบพิธีกรรมและความเชื่อที่เกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนา เพื่อเป็นการบำบัดทางจิตร่วมด้วย

เพื่อให้สำเร็จผลสูงสุดใน การรักษาจึงมักจะใช้วิธีบำบัด หลายวิธีร่วมกันเพื่อให้เกิดประโยชน์แก่คนไข้ เช่น จิตบำบัดธรรมชาติบำบัด กายภาพบำบัดและเภสัชบำบัดเป็นต้น การรักษาแบบนี้จัดว่าเป็นการ แพทย์แบบองค์รวม (Holistic Medicine) ดังนั้น ผู้ที่จะปฏิบัติการรักษาโรคตามทฤษฎีทางการแพทย์แผนไทย จะต้องเป็นผู้ที่มีความรู้ครอบคลุม การบำบัดรักษาโรคต่าง ๆ อย่างครบถ้วนซึ่งประกอบด้วย

- ๑) รู้สาเหตุของการเกิดโรค
- ๒) รู้จักโรค ทราบถึงอาการของโรค
- ๓) รู้จักยารักษาโรค ทราบถึงสรรพคุณและวิธีการปรุงยา
- ๔) รู้วิธีการรักษาโรค ทราบว่ายาชนิดใดควรใช้รักษาโรคอย่างไร

^๓ พระครูสุวิธานพัฒนบัณฑิต (สุกันยา อรุโณ), พุทธศาสนากับสาธารณสุข, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น, (ขอนแก่น : โรงพิมพ์คลังนานาวิทยา, ๒๕๕๕), หน้า ๑๘๙.

ก. สาเหตุของการเกิดโรค

ในทางการแพทย์แผนไทย นอกจากเชื่อว่าสิ่งเหนือธรรมชาติจะมีอิทธิพลต่อการเกิดโรคภัยไข้เจ็บของมนุษย์แล้ว ยังพบว่ามีสาเหตุจากการเปลี่ยนแปลงสมุฏฐานต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

๑. มูลเหตุทั้ง ๔ (ธาตุสมุฏฐาน) สิ่งมีชีวิตที่เกิดมาประกอบด้วยธาตุ ดิน น้ำ ลม ไฟ เรียกว่า สมุฏฐานธาตุ ซึ่งอยู่ในภาวะที่เกี่ยวข้องกัน

๒. อิทธิพลของฤดูกาล (อตุสมุฏฐาน) เกิดจากการเปลี่ยนแปลงของฤดูกาลต่าง ๆ ในช่วงรอยต่อของฤดูกาล จะมีผลทำให้ร่างกายเสียสมดุลในการปรับตัวจึงเกิดความเจ็บป่วยได้

๓. อิทธิพลของอายุที่เปลี่ยนแปลงไปตามวัย (อายุสมุฏฐาน) เกิดจากมูลเหตุของอายุที่เปลี่ยนแปลงไปตามวัย

๔. ถิ่นที่อยู่อาศัย (ประเทศสมุฏฐาน) ที่อยู่อาศัยหรือสิ่งแวดล้อมย่อมมีผลต่อชีวิตความเป็นอยู่และสุขภาพ

๕. อิทธิพลของกาลเวลา (กาลสมุฏฐาน) คือ สาเหตุของการเกิดโรคที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงทุก ๒๔ ชั่วโมงในรอบ ๑ วัน ทำให้ธาตุต่าง ๆ เปลี่ยนแปลง เมื่อพิจารณาสาเหตุของการเกิดโรคตามทฤษฎีแพทย์แผนไทย จะเห็นว่าสิ่งที่เหมือนกัน คือ ธรรมชาติเป็นปัจจัยที่สำคัญ เพราะมนุษย์คือส่วนหนึ่งของธรรมชาติ หากละเมิดกฎธรรมชาติก็จะ เป็นต้นเหตุให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ นานา และดวงดาวย่อมมีอิทธิพลต่อมนุษย์ คือ

ตอนเช้า	ธาตุน้ำจะทำให้เกิดโทษ,
ตอนสาย	ธาตุไฟจะทำให้เกิดโทษ และ
ตอนบ่าย	ธาตุลมจะทำให้เกิดโทษ ^๔

ความเจ็บป่วยทางด้านร่างกายและจิตใจ เป็นความเจ็บป่วยที่บุคคลทุกคนต้องประสบ ซึ่งอาจจะเกิดจากเหตุปัจจัยภายนอกหรือภายในก็ได้ ในทางพระพุทธศาสนาได้อธิบายว่า กรรมเป็นเหตุปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เกิดความเจ็บป่วยขึ้นได้ เพราะกรรม อันเป็นผลจากการกระทำที่สนับสนุนให้เกิดโรคจากสาเหตุ ๒ ประการ คือ

^๔ สมพร ภูติยานันต์, ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการแพทย์แผนไทย ว่าด้วยสมุนไพรรักษาการแพทย์แผนไทย, (กรุงเทพมหานคร : คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๒), หน้า ๕๑-๕๕.

๑) อดีตกรรม คือ ผลจากการทำในอดีต ที่เคยเบียดเบียนสัตว์หรือสิ่งมีชีวิตในอดีต เมื่อเกิดเป็นมนุษย์ก็จะมีอาการเจ็บป่วยมาก สืบเนื่องมาจากผลกรรมที่กระทำในอดีตส่งผล

๒) ปัจจุบันกรรม คือ การกระทำต่าง ๆ ในปัจจุบัน ซึ่งเป็นผลและเป็นอันตรายต่อสุขภาพหรือความปลอดภัยในชีวิต คือ ก่อให้เกิดโรคหรือความเจ็บป่วยต่าง ๆ

พระพุทธเจ้าได้ตรัสถึงการกระทำในอดีตว่า เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดโรคหรือเป็นบุคคลที่มีโรคเบียดเบียน เพราะถือตามเรื่องกฎแห่งกรรม ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสกรรมและผลของกรรมว่า “เรามีกรรมเป็นของตน และเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น มีกรรมเป็นกำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย เราทำกรรมใดไว้ จะเป็นกรรมดี หรือกรรมชั่วก็ตาม ย่อมเป็นผู้รับผลของกรรมนั้นสืบไป”^๕

ผลของกรรมนั้นไม่ว่าจะเป็นกรรมดีหรือกรรมชั่วย่อมติดตามตัวเสมอ ดังพระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสกับพระเจ้าปเสนทิโกศลว่า “บุคคลทำกรรมใดด้วย ทางการ วาจา หรือทางใจ กรรมนั้นแลเป็นสมบัติของเขา ทั้งเขาจะนำกรรมนั้นไปได้อันหนึ่ง กรรมนั้นย่อมติดตามเขาไป ดุจเงาติดตามตัวไป ฉะนั้น”^๖

ข. การรู้จักชื่อของโรคที่เกิดขึ้น

ในทางการแพทย์แผนไทยในการเรียกชื่อโรคจะมีการเรียกชื่อตามอาการของโรคแต่ละอย่าง โดยสังเกตจากอาการของผู้ป่วยที่เป็นโรคนั้น ๆ และการเรียกชื่อตามธาตุที่ไม่สมดุลซึ่งทำให้เกิดความเจ็บป่วย ธาตุพิการ หรือธาตุแตก (คัมภีร์ คัมภีร์ธาตุวิภังค์) เช่น เกศพิการ เสมหะพิการ โลหิต พิการ ฯลฯ นอกจากนี้ยังมีการเรียกชื่อโรคอีกแบบหนึ่ง คือ เรียกตามสมุฏฐานที่ตั้งของการเกิดโรค (เบญจอินทรีย์)

ค. การรู้จักยารักษาโรค

การรู้จักยารักษาโรค หมายถึง การรู้จักนำวัตถุต่าง ๆ สำหรับปรุงเป็นยาแก้โรค โดยรู้หลักใหญ่ ๔ ประการ คือ

๑. รู้จักตัวยา (เภสัชวัตถุ)

^๕ ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๕๕/๓๕๐., อง. ทสก. (ไทย) ๒๔/๔๘/๑๐๔.

^๖ ตี.ส. (ไทย) ๑๕/๑๓๑/๑๖๐.

๒. รู้จักสรรพคุณยา การรู้จักสรรพคุณยาแต่ละชนิดว่ามีคุณสมบัติพิเศษที่จะใช้แก้โรค หรืออาการได้นั้น จะต้องรู้จักรสของตัวยาก่อน เพราะยาแต่ละรส มีสรรพคุณไม่เหมือนกัน

๓. รู้จักเครื่องยาที่มีชื่อต่างกันรวมเรียกเป็นชื่อเดียวกัน หรือที่เรียกพิภักทยา

๔. รู้จักวิธีปรุงยาแบบต่าง ๆ

ง. การรู้จักวิธีรักษาโรค

วิธีรักษาโรคประกอบด้วยกระบวนการวินิจฉัย ได้แก่ การซักประวัติ การตรวจร่างกาย ตรวจการเต้นของหัวใจ การตรวจไข้ การตรวจดูอวัยวะที่ผู้ป่วยมีอาการ การตรวจเส้นและโครงสร้างของร่างกาย เพื่อนำไปสู่กระบวนการประมาณโรค โดยอาศัยหลัก ๔ ประการ คือ

๑. คนเจ็บด้วยอาการนี้ มีอะไรพิการ อยู่ในสมุฏฐานและพิภักไต

๒. โรคนี้เกิดจากสาเหตุใด มีอะไรขาดหรือเกิน หรือกระทบกระเทือนอะไร จึงเป็นเหตุให้ป่วยไข้

๓. โรคเช่นนี้จะบำบัดแก้ไขอย่างไร แล้วจึงวิเคราะห์เลือกตัวยาที่จะใช้บำบัด

๔. เรื่องวางตัวยาตามลักษณะที่ตรวจพบ สุดแต่จะเห็นสมควรใช้ยาบำบัดโรคไหนก่อนหลัง

สรุปได้ว่า แนวคิดวิธีการแพทย์แผนไทยในการรักษาสุขภาพ หมายถึง ปรังษญา ความรู้และวิธปฏิบัติเพื่อดูแลสุขภาพ มีการบำบัดรักษาโรคที่ประกอบไปด้วยการใช้สมุนไพร หัตถบำบัด การรักษากระดูกแบบดั้งเดิม ซึ่งการแพทย์แผนไทยต้องรู้การเกิดโรค รู้จักชื่อของโรคที่เกิดขึ้น ยารักษาโรค วิธีการรักษาโรคที่ประกอบด้วยกระบวนการวินิจฉัย การตรวจร่างกาย การเต้นของหัวใจ เพื่อนำไปสู่การพิจารณากระบวนการประมาณโรค

๓.๑.๓ วิธีการดูแลและรักษาสุขภาพของแพทย์แผนไทย

การแพทย์แผนไทย คือ การดูแลส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันโรคและการบำบัดรักษาโรคหรือการเจ็บป่วย ด้วยวิถีชีวิตแนวพุทธ ซึ่งมีความเชื่อเรื่องความสมดุลของธาตุทั้ง ๔ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ และความสมดุลทางจิต โดยมีการใช้ยาสมุนไพร (เช่น การต้ม การอบ การประคบ การปั้นเป็นลูกกลอน) หัตถบำบัด (การนวด การตัด การคลีง) การรักษากระดูกแบบดั้งเดิม การใช้พิธีกรรมหรือคติพุทธเพื่อดูแลรักษาสุขภาพจิต และการคลออดผสมผสานกับการใช้ธรรมชาติบำบัด ซึ่งมีการสั่งสมประสบการณ์สืบทอดการใช้จาก

รุ่มร่าม จนกลายเป็นวัฒนธรรมในการดูแลสุขภาพ โดยเชื่อว่าการเจ็บป่วยนั้น มีหลักการปรับสมดุลให้สอดคล้องกับธรรมชาติ

๑) การรักษาตามทฤษฎีการแพทย์แผนไทย

๑. ปัจจัยธรรมชาติกำหนด ได้แก่ ธาตุเจ้าเรือน ฤดูกาล สุริยจักรวาล ความอเนจจิ่ง การเกิด แก่ เจ็บ ตาย ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้
๒. ปรับปรุงพฤติกรรมโดยใช้หลักธรรมานามัย ได้แก่ กายานามัย จิตตานามัย และชีวิตานามัย
๓. รักษาโดยใช้อาหารหรือยาสมุนไพรเพื่อปรับให้ธาตุสมดุล
๔. การนวด อบสมุนไพร ประคบสมุนไพร ธาตุเจ้าเรือน หมายถึง ลักษณะโดยรวมของบุคลิก อุปนิสัยตั้งแต่แรกเกิด การเปลี่ยนแปลงในภายหลัง (ซึ่งได้อิทธิพลจากพฤติกรรมเลี้ยงดูและสิ่งแวดล้อม) ของชีวิตและความหมายของชีวิต ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา วิญญาณ

การรับประทานอาหารปรับธาตุเจ้าเรือนนั้น ควรรับประทานอาหารสมุนไพร ๕ หมู่ การใช้รสอาหารตามสภาพของการเสียสมดุลของธาตุทั้ง รสเปรี้ยว หวาน มัน เค็ม เผ็ด ขม ผาต และจืด เพื่อให้ธาตุทั้ง ๔ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ มีความสมดุลจะทำให้สุขภาพปกติไม่เจ็บป่วย ปรับธาตุที่หย่อนหรือกำเริบให้กลับสู่สภาวะปกติ รสอาหารจะมีสรรพคุณและแสงกับโรค

๒) การดูแลรักษาการเจ็บป่วยเบื้องต้น

๑. ยาสมุนไพร เป็นภูมิปัญญาพื้นบ้านดั้งเดิมที่พัฒนาต่อยอดสู่ยาสามัญประจำบ้าน เช่น ยาธาตุ ยาหอม ยาเขียวแก้ไข้ ฯลฯ
๒. การนวด เป็นการจับเส้น นวดเพื่อผ่อนคลาย ลดอาการปวดเมื่อย เส้นเอ็นหดตึง ช่วยให้เลือดลมและน้ำเหลืองไหลเวียนได้สะดวก ทำให้อวัยวะต่างๆ ทำงานได้ตามปกติ และรักษาอาการเคล็ดขัดยอก ชัน คอตกหมอน อาหารไม่ย่อย ท้องอืดเฟ้อ ท้องผูก ปวดหลัง เจ็บเอว ปวดเข่า ปวดศีรษะ นอนไม่หลับ คลายความเครียดทางกายและใจ ช่วยจัดข้อที่เคลื่อนกลับเข้าที่ ฯลฯ
๓. การอบ ใช้ความร้อน (การต้ม) ในการนำสรรพคุณของสมุนไพรให้ออกฤทธิ์ต่อร่างกาย มีผลโดยตรงกับระบบทางเดินหายใจ ระบบผิวหนัง

กล้ามเนื้อ เส้นเอ็น บรรเทาอาการปวด ขับของเสีย ลดอาการภูมิแพ้ บำรุงผิวพรรณ

๔. การประคบ ใช้ความร้อน (หนึ่ง) สมุนไพรที่ผสมกันประคบเฉพาะที่ที่มีอาการบาดเจ็บปวด เคล็ดขัดยอก ช่วยในการไหลเวียนโลหิต ลดปวดบวม การเกร็งของกล้ามเนื้อ ฟังผืด เอ็น

๓) การปฏิบัติเพื่อการฝึกจิต

๑. การเดินจงกรม "อดทนมาก พากเพียรดี มีโรคน้อย ย่อยอาหารได้ดี มีสมาธิตั้งมั่นอยู่ได้นาน"
๒. การนั่งสมาธิ "จิตแจ่มใส หัวใจเบิกบาน ทำงานผิดพลาดน้อยลง ดำรงความทรงจำ ทำงานสำเร็จตามมุ่งหมาย คลายความเครียด ไม่เบียดเบียนกัน ยึดมั่นในศีลธรรม มีใจเมตตากรุณาต่อสังคม"

ชีวิตานามัย คือ ดำรงชีวิตให้สมดุลด้วยธาตุทั้ง ๔ และรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับธาตุ ดิน น้ำ ลม ไฟ

๔) หลักการในการบริโภค

๑. กินให้ครบหมู่ แต่ละหมู่ให้หลากหลาย ดูแลน้ำหนักตัวให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ
๒. กินข้าว (แป้ง) เป็นหลัก ข้าวควรเป็นข้าวกล้อง, ซ่อมมือ, ปลอดสารพิษ
๓. กินผักผลไม้เป็นประจำ (อย่างน้อย ๑/๔ ส่วน/มื้อ)
๔. กินปลา เนื้อสัตว์ไม่ติดมัน ไข่, ถั่วเมล็ดแห้ง, นม (ตามวัย)
๕. กินไขมันแต่พอควร
๖. หลีกเลี่ยงอาหารรสหวานจัด/เค็มจัด
๗. หลีกเลี่ยงอาหารหมักดอง อาหารกระป๋อง, แปรรูป
๘. ลด/งด เครื่องดื่มที่อันตรายต่อสุขภาพ เช่น แอลกอฮอล์ ชา กาแฟ ฯลฯ การออกกำลังกาย ช่วยทำให้ร่างกายแข็งแรง ลดความตึงของเส้นเอ็น เส้นประสาทและกล้ามเนื้อช่วยให้เคลื่อนไหวคล่องแคล่ว รูปร่างได้สัดส่วนเหมาะสมกับสภาพร่างกายและวัยของคนไทย

การแพทย์แผนไทยจึงเป็นการแพทย์แบบองค์รวม มีการรักษาแบบธรรมชาติ บำบัดหลากหลายวิธี อาทิ วิธีรักษาด้วยการนวด กดจุด อบประคบสมุนไพร การใช้ยา

สมุนไพรเพื่อรักษาเสริมสร้าง และบำรุงสิ่งที่ร่างกายขาด เช่น บำรุงโลหิต, บำรุงกระดูก, บำรุงธาตุ และบำรุงหัวใจ ฯลฯ การใช้ยาสมุนไพรรักษาและป้องกันโรคต่าง ๆ ซึ่งแต่ละวิธีมีคุณประโยชน์ต่อสุขภาพอย่างไร^๗

สรุปได้ว่า การดูแลรักษาสุขภาพของแพทย์แผนไทย จะเน้นการรักษาสุขภาพทางกาย คือ การใช้เภสัช ๕ ประเภท ได้แก่ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง และน้ำอ้อย เป็นการใช้สำหรับรักษาสุขภาพร่างกาย การใช้สมุนไพรบำบัดรักษา มีทั้งใช้ราก น้ำฝาด ใบไม้ ผลไม้ ยางไม้ ที่ใช้เป็นยาในการรักษาโรคต่าง ๆ และหลักในการฉนหรือการรับประทาน อาหาร ควรรักษาความสะอาด รับประทานอาหารที่ย่อยง่าย บริโภคพอประมาณ การแยกภาชนะใช้ต่างหาก มีสตรระมัดระวัง เช่น ระวังก้างปลา ชันกระดูกที่อาจติดภายในลำคอได้ ไม่ควรรับประทานอาหารค้างคืน และดื่มน้ำที่สะอาดไม่เป็นโทษต่อร่างกาย น้ำอุ่นที่ดื่มสุกแล้วหรือดื่มน้ำคั้นผลไม้หรือน้ำปานะที่ทำจากผลไม้ ส่วนด้านการรักษาสุขภาพทางจิตใจ เน้นการอยู่ร่วมกันในสังคม, ครอบครัว โดยการปฏิบัติต่อกันด้วยความมีเมตตา กรุณา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ซึ่งกันและกัน ให้ความอบอุ่นกันทางด้านจิตใจโดยการเอาใจใส่ให้ความสำคัญกับครอบครัว การจัดภูมิทัศน์บริเวณบ้านให้มีความร่มรื่น อากาศบริสุทธิ์ และมีการปฏิบัติธรรมหรือการเจริญสติอยู่เป็นประจำ ให้ความสำคัญต่อการประพฤติปฏิบัติ ตามหลักของไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ และปัญญา

๓.๒ ผลการดำเนินงานการรักษาสุขภาพแพทย์แผนไทยในการรักษาโรคของ พระสงฆ์วัดป่าเหวไฮ ตำบลห้วยน้ำคำ อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี

ในการศึกษาเกี่ยวกับผลดำเนินงานการรักษาสุขภาพแพทย์แผนไทย ในการรักษาโรคของพระสงฆ์วัดป่าเหวไฮ ผู้ศึกษาจัดกรอบในการศึกษาเพื่อง่ายต่อการศึกษาดังนี้

๓.๒.๑. ประวัติย่อและแผนที่ตั้งวัดป่าเหวไฮ

วัดป่าเหวไฮ มีจำนวนเนื้อที่ ๒๐๐ ไร่

ทิศเหนือ จดทางสาธารณะประโยชน์

ทิศใต้ จดกับที่ดินทำกินของชาวบ้าน

^๗ อวย เกตุสิงห์, “การแพทย์ไทยและการแพทย์แบบตะวันตก”, สังคมศาสตร์การแพทย์, (กรุงเทพมหานคร : ม.ป.ท. ๒๕๒๐), หน้า ๑๖.

๓.๒.๒ ประวัติสังเขปเจ้าอาวาสวัดป่าเหวไฮ ผู้ทำการรักษาสุขภาพด้วยวิธีสมุนไพรบำบัด

๑. ประวัติเจ้าอาวาส พระครูสุนทรวิมลกิจ ชื่อเดิม ถาวร นามสกุล ประทุมศาลา เกิดวันที่ ๑๗ เดือน กันยายน พ.ศ. ๒๕๐๑ บิดาชื่อ หนูเดิน มารดาชื่อ บัวลา ภูมิลำเนาบ้านเลขที่ ๑๗๖ หมู่ที่ ๑๐ ตำบลแซแล อำเภอกุมภวาปี จังหวัดอุดรธานี

๒. การศึกษา สำเร็จการศึกษาระดับประถมศึกษาปีที่ ๔ โรงเรียนดอนเงิน อำเภอกุมภวาปี จังหวัดอุดรธานี วุฒิทางธรรมสอบไล่ได้ นักธรรมชั้นเอก สำนักเรียนศาสนศึกษา เจดีย์หลวง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

๓. อุปสมบท เมื่อวันที่ ๑๐ เดือน ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๒๑ ที่วัดสันติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ โดยมี

พระราชวินยาภรณ์ วัดป่าดาราภิรมย์ ตำบลแม่มิม อำเภอแม่มิม จังหวัดเชียงใหม่ เป็นพระอุปัชฌาย์

พระครูสันตยาธิคุณ วัดสันติธรรม ตำบลช้างเผือก อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่เป็นพระกรรมวาจาจารย์

พระครูปลัดบุญเพ็ง วัดเจดีย์หลวง ตำบลพระสิงห์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เป็นพระอนุสาสนาจารย์

พระครูสุนทรวิมลกิจ ได้เข้ามาเป็นเจ้าอาวาสวัดป่าเหวไฮ ตั้งแต่ปี พ.ศ.๒๕๓๒ จนถึงปัจจุบัน สำหรับความรู้ทางการแพทย์หมอพื้นบ้านของท่านนั้น ได้รับมาจากการสังเกตด้วยประสบการณ์ตรง ทั้งด้านในการรักษาสุขภาพและด้านยาสมุนไพรบำบัดก็เป็นการศึกษาด้วยตนเองและได้รับการสืบทอดมาจากหมอพื้นบ้านสมุนไพรบำบัดมาโดยตลอด และได้เริ่มทำการรักษาสุขภาพตั้งแต่ปี พ.ศ.๒๕๔๒ เป็นต้นมาจนถึงปัจจุบัน โดยดำเนินการรักษาสุขภาพให้กับพระภิกษุ และชาวบ้านบริเวณใกล้เคียง ทั้งในอำเภอ ต่างอำเภอ และต่างจังหวัด จนได้รับความไว้วางใจจากผู้เข้ารับการรักษาสุขภาพ โรคที่รับการรักษา ก็คือ โรคช่องท้อง ผิวหนึ่ง เบาหวาน ปวดขา ปวดเอว ริดสีดวงทวาร และมะเร็ง เป็นต้น พระสงฆ์วัดป่าเหวไฮ ได้ทำการรักษา โดยใช้ยาสมุนไพรบำบัดและมีกรรมวิธีทำสมุนไพรในรูปแบบ ยาต้ม ยาชง ยาลูกกลอน ยาดองเหล้า ยาทา ยานวด และมีการอบตัวด้วยสมุนไพรในการบำบัด รวมทั้งการให้คำแนะนำให้ผู้เข้ารับการรักษาสุขภาพประพฤติปฏิบัติธรรม โดยการเจริญสติ-ภาวนา สวดมนต์ และรักษาศีล อยู่เป็นประจำควบคู่ไปกับแนวทางการรักษาสุขภาพด้วยแพทย์พื้นบ้าน

๓.๒.๓ แรงจูงใจสำหรับการรักษาสุขภาพของผู้รับการรักษาสุขภาพด้วยวิธีสมุนไพรบำบัด

คำว่า สุขภาพ เป็นคำสมาสของ ๒ คำ ได้แก่ คำว่า สุข กับคำว่า ภาวะ หรือ ภาพ เมื่อรวมกันแล้วแปลว่า ความไม่มีโรคทั้งร่างกายและจิตใจ (Soundness of or mind) ในอดีตนั้นถ้าเราศึกษาถึงเรื่องโรคภัยไข้เจ็บและการรักษาของคนไทยแล้ว จะพบว่า มีวิธีการใช้พืชเป็นยาสมุนไพรรักษาแก่โรคต่าง ๆ ด้วยวิธีหลากหลาย และเป็นที่ยอมรับในสังคมยุคนั้นแต่ในปัจจุบันความเจริญทางการแพทย์แบบตะวันตก ก็เข้ามามีบทบาทเป็นอย่างมากในสังคมไทย ปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งที่มีผลกระทบต่อผู้เข้ารับการรักษาคือ ค่าใช้จ่ายสูงมากจึงทำให้ไม่มีผู้สนใจที่จะเข้าไปรับการรักษาการรักษา จึงเกิดมีผู้ที่เข้าใจหรือมีความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรแบบดั้งเดิมของไทย หันมาให้ความสนใจที่นำสมุนไพรมา รักษาให้กับผู้ป่วยและได้รับผลคือ ผู้ป่วยหายเป็นปกติโดยไม่ต้องมีค่าใช้จ่ายสูงเหมือนการรักษาแบบแพทย์แผนปัจจุบัน จึงกล่าวได้ว่าปัจจัยสำคัญที่ทำให้คนหันมาเข้ารับการรักษาสุขภาพด้วยการใช้สมุนไพร เนื่องจากค่าใช้จ่ายถูกและหาได้ง่ายในพื้นที่ และอาจเป็นอีกเหตุผลหนึ่งที่เป็นแรงจูงใจให้การรักษา และผู้รับการรักษาได้หันมาใช้สมุนไพรในการบำบัด

สิ่งหนึ่งที่เป็นแรงจูงใจสำหรับการรักษาสุขภาพด้วยวิธีสมุนไพรบำบัดนั้นมี ๒ ประการ กล่าวคือ ผู้ป่วยไม่สนใจที่จะเตรียมการรักษาสุขภาพกับวิธีการของแพทย์แผนปัจจุบัน เพราะยุ่งยากหลายขั้นตอนหรือเป็นเพราะไม่สะดวก และอีกประการหนึ่งค่าใช้จ่ายถูกเพราะยาสมุนไพรหาได้ง่ายตามไร่ตามนาของชาวบ้าน และเป็นการรักษาที่ไม่ยุ่งยาก จึงน่าจะเป็นแรงจูงใจทั้งผู้ให้การรักษาและผู้เข้ารับการรักษาคือ ผู้นิยมรักษาสุขภาพด้วยวิธีสมุนไพรบำบัด จะมีความสะดวกสบาย ตั้งแต่การเข้ารับการรักษานานหายป่วยโดยไม่ต้องใช้จ่ายค่ารักษามากนัก หมอพื้นบ้านผู้ให้การรักษาที่ไม่มีขั้นตอนมากจะขึ้นอยู่กับความสะดวกของผู้มารับการรักษาสุขภาพ และผู้มารับการรักษาก็ชอบความสะดวกสบายประหยัดทั้งเวลาและเงินทองด้วย จึงน่าจะเป็นแรงจูงใจที่สำคัญที่ทำให้คนมาสนใจกับการรักษาด้วยวิธีสมุนไพรบำบัด^๕ แรงจูงใจที่สำคัญกับการที่มีผู้นิยมใช้สมุนไพรบำบัด โดยเฉพาะผู้ติดยาเสพติดน่าจะมาจากยาสมุนไพรราคาถูก บางครั้งอาจไม่ได้ซื้อเพียงแต่เข้าป่าไปหาเก็บตามหัวไร่ปลายนาก็ได้ สำหรับการรักษาก็ไม่ยุ่งยาก คือ ใช้ฝนเอาน้ำมา

^๕ สัมภาษณ์ พระครูสุนทรวิมลกิจ, เจ้าอาวาสวัดป่าเหวไฮ, หมอพื้นบ้านผู้ให้การรักษา, ๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๔.

^๖ สัมภาษณ์ พระบุญเรือง กตกุลโส, ผู้ช่วยในการดูแลรักษาผู้ป่วย, ๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๔.

ให้ผู้ป่วยรับประทาน ประมาณ ๒-๓ ครั้ง ก็หายขาดได้และขั้นตอนรักษาก็ทำง่าย ๆ ขึ้นอยู่กับผู้รักษบางครั้งก็เกี่ยวข้องกับเวลาด้วยจึงน่าจะเป็นเหตุผลให้เกิดแรงจูงใจมากขึ้น^{๑๐}

ปัจจัยสำคัญของการรักษาสุขภาพของผู้ติดยาเสพติด และการรักษาสุขภาพด้วยสมุนไพรนั้นมีหลายประเด็นด้วยกัน แรงจูงใจสำคัญสำหรับการรักษาสุขภาพของผู้ติดยาเสพติดและการรักษาสุขภาพด้วยวิธีสมุนไพรบำบัดมาจาก ๒ สาเหตุ คือค่าใช้จ่ายที่ถูกและไม่ค่อยมีการกำหนดราคาหรือบางครั้งก็แล้วแต่ศรัทธาของผู้ป่วย และอีกประการหนึ่งไม่มีการกำหนดเวลาที่ตายตัวขึ้นอยู่กับความสะดวกของทั้ง ๒ ฝ่าย^{๑๑}

สำหรับผู้ที่เคยให้การรักษาสุขภาพแก่ผู้ป่วยด้วยยาสมุนไพร และเป็นที่ยอมรับของชาวบ้านทั่วไปให้ข้อมูลว่า แรงจูงใจสำหรับการรักษาสุขภาพทั้งผู้ป่วยทั่วไป หรือผู้ป่วยยาเสพติดและการรักษาสุขภาพด้วยวิธีของยาสมุนไพรนั้น ประการหนึ่งเพราะสมุนไพรได้รับความนิยมาตั้งแต่อดีตหลายร้อยปี เป็นการรักษาที่ง่ายสะดวกสบาย โดยเฉพาะเป็นความผูกพันระหว่างมนุษย์กับพืชมาเป็นเวลานาน จึงเชื่อได้ว่าเป็นแรงจูงใจสำคัญของการรักษาสุขภาพด้วยสมุนไพร^{๑๒}

จากการศึกษาแรงจูงใจสำหรับการรักษาสุขภาพของผู้ติดยาเสพติด และการรักษาสุขภาพด้วยวิธีสมุนไพรบำบัด สิ่งที่ทำให้เกิดแรงจูงใจให้หันมาใช้สมุนไพรในการบำบัดรักษาทั้งผู้ติดยาเสพติดและโรคทั่วไปนั้น ก็คือสมุนไพรเป็นยาที่อยู่คู่กับมนุษย์ตั้งแต่อดีตเป็นพืชที่หาง่ายตามพื้นที่ กรรมวิธีการปรุงก็ง่ายสะดวกไม่ยุ่งยาก อันตรายที่เกิดจากการใช้ก็มีน้อยค่าใช้จ่ายในการรักษาถูก ต่างจากยาแผนปัจจุบันที่มีราคาแพง ขั้นตอนในการตรวจรักษาต้องเป็นไปตามกฎระเบียบมีข้อควรระวังมาก จากเหตุผลดังกล่าวจึงทำให้เกิดแรงจูงใจผู้ที่ให้การรักษาและผู้รับการรักษาหันมาใช้สมุนไพรบำบัดรักษา

๓.๓ ขั้นตอนการใช้สมุนไพรในการรักษาสุขภาพของผู้ป่วย

การรักษาสุขภาพไม่ว่าจะใช้แผนปัจจุบันหรือแผนไทยก็ตาม ผู้ที่ทำการรักษาหรือผู้ที่เข้ารับการรักษามีขั้นตอนปฏิบัติ ทั้งนี้เพื่อให้เกิดความชัดเจนและให้เกิดผลตามที่ต้องการ หรือเพื่อป้องกันการผิดพลาดของผู้ให้การรักษา ดังนั้น จึงต้องมีขั้นตอนที่ชัดเจนในการรักษาสุขภาพของวัดป่าเหวไฮ ตำบลห้วยน้ำคำ อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี

^{๑๐} สัมภาษณ์ ทองรัก เพ็ชรเขียว, หมอพื้นบ้าน, ๑ กรกฎาคม ๒๕๕๔.

^{๑๑} สัมภาษณ์ สำราญ ลุนทาลา, หมอพื้นบ้าน, ๑ กรกฎาคม ๒๕๕๔.

^{๑๒} สัมภาษณ์ ก่อเกียรติ์ พลแสง, ผู้ให้การรักษาสุขภาพ, ๑ กรกฎาคม ๒๕๕๔.

มีขั้นตอนที่ไม่ซ้ำซ้อนหรือยุ่งยากสำหรับงานวิจัยเล่มนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดแนวทางในการศึกษาไว้ ๓ ขั้นตอน คือ

๓.๓.๑ การยื่นบัตรคิวเพื่อรับสมุนไพรมานำ

การดำเนินงานที่ดีเพื่อไม่ให้เกิดความเลื่อมล้ำในทางสังคม หรือเพื่อความเสมอภาคจำเป็นต้องให้เกียรติแก่กันคือ เรียงลำดับของคนมาก่อนหรือหลัง ในการจัดการของวัดป่าเหวไฮมีขั้นตอนดังกล่าวคือ การจัดทำบัตรคิวเพื่อให้ผู้มารับการรักษาได้จองว่าใครมาก่อนหรือหลังเพื่อรอในการตรวจสอบหรือซักถามประวัติต่อไป

ขั้นตอนการยื่นบัตรคิวเพื่อรับสมุนไพรมานำ ในการรักษาหรือผู้มาขอรับยาสมุนไพรมานำในแต่ละวันมีผู้มาใช้บริการเป็นจำนวนมากและบางครั้งก็จำไม่ได้ว่าใครมาก่อน หรือหลัง ดังนั้นเราจึงมีการจัดระเบียบเพื่อความสะดวก และลดปัญหาความวุ่นวายจากการที่ทุกคนต้องการจะได้ก่อน การทำเช่นนี้ก็เป็นที่พอใจทุกคนทั้งสะดวกต่อการเตรียมการในหลาย ๆ ด้านทั้งการจัดยาการซักถามประวัติอาการป่วย^{๑๓} การที่มีผู้เข้ามาใช้บริการรักษาสุขภาพหรือมาขอรับสมุนไพรมานำ เพื่อนำกลับไปใช้ในครอบครัวตนเองทางวัดมีขั้นตอนให้ผู้มาใช้บริการโดยการรับบัตรคิวทั้งนี้ก็เพื่อความสะดวกเรียบร้อยไม่วุ่นวาย หรือป้องกันการลัดขั้นตอนแซงคิวของผู้ที่มาก่อน ขั้นตอนนี้ทางวัดได้จัดเรียงอันดับเลขคิวตั้งแต่ ๑-๑๐๐ ของแต่ละครั้ง เมื่อครบตามนั้นในแต่ละวันถ้ายังไม่หมดก็จะเริ่มให้ผู้มาจับบัตรหมายเลข ๑ ในรอบใหม่อีก^{๑๔}

จากการสัมภาษณ์ผู้มารับการรักษาสุขภาพหรือมารับสมุนไพรมานำมีผู้ให้ความเห็นเกี่ยวกับขั้นตอนรับบัตรคิวว่า ผู้ที่ไปรับการรักษาหรือขอรับสมุนไพรมานำทุกคนต้องทำตามกติกาของวัดป่าเหวไฮ คือ ให้ขอรับบัตรคิวทางวัดจัดไว้ให้ตามลำดับคนที่มาก่อน-หลัง ซึ่งเป็นขั้นตอนที่ดีทุกคนก็รู้ขั้นตอนการปฏิบัตินี้ และทำตามกติกาไม่มีปัญหาลัดคิว ขั้นตอนนี้ถือเป็นกฎกติกาของสังคมอีกอย่างหนึ่งที่สอนให้คนรู้จักให้เกียรติต่อผู้อื่น^{๑๕}

สำหรับคนไข้ที่มาขอรับบริการได้ให้สัมภาษณ์เกี่ยวกับขั้นตอนรับบัตรคิวที่วัดป่าเหวไฮว่า เกี่ยวกับขั้นตอนการขอรับบัตรคิวเพื่อรับการรักษา หรือมาขอสมุนไพรมานำที่วัดป่าเหวไฮนั้น ไม่มีขั้นตอนยุ่งยากเพียงแค่ใครถึงก่อนก็หยิบเอาบัตรที่ทางวัดเตรียมไว้ให้ตามลำดับเลขที่เรียงไว้แล้วกลับมารอเรียกชื่อเพื่อเข้าไปให้ข้อมูลต่าง ๆ ในการมาขอรับ

^{๑๓} สัมภาษณ์ พระครูสุนทรวิมลกิจ, ๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๔.

^{๑๔} สัมภาษณ์ พระบุญเรือง กตกุลโส, ๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๔.

^{๑๕} สัมภาษณ์ จันจิรา เติร์มมัตว์, ผู้เข้ารับการรักษาสุขภาพ, ๑๐ กรกฎาคม ๒๕๕๔.

การรักษาสุขภาพหรือรับสมุนไพร ลักษณะดังกล่าวก็เป็นที่ยู้งกันว่าถ้าใครหยิบหมายเลขอะไรก็หมายถึงลำดับเลขในการเข้ารับการรักษาตนเอง^{๑๖}

จากการศึกษาเกี่ยวกับขั้นตอนการยื่นบัตรคิวเพื่อรอรับการรักษาหรือรับสมุนไพรนั้น เป็นขั้นตอนที่ทางวัดป่าเหวไฮจัดลำดับให้เป็นไปตามคิวของผู้มาก่อนหรือมาหลังหากใครมาก่อนก็จะได้บัตรที่มีตัวเลขน้อยไปหามาก แล้วรอเรียกเพื่อเข้ารับสมุนไพรหรือสอบถามเกี่ยวกับความต้องการในการรักษาสุขภาพ

๓.๓.๒ การสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพที่ต้องการบำบัด

ในการเข้ามารับการรักษาสุขภาพหรือรับสมุนไพร เพื่อบำบัดโรคร้ายของคนทั้งหลาย นอกจากขั้นตอนการยื่นบัตรคิวอันเป็นขั้นตอนแรกที่เข้ามาถึงวัด ขั้นตอนต่อมาคือเมื่อถึงลำดับที่ได้แล้วก็ป็นขั้นตอนที่ผู้มาขอรับบริการต้องให้ข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพ ทั้งนี้เพื่อให้ผู้จะให้การรักษาได้วินิจฉัยเบื้องต้นว่า ต้องใช้สมุนไพรชนิดใดอย่างไรถึงเหมาะสมกับอาการที่ผู้มาขอรับบริการมากน้อยแค่ไหน จากการศึกษาค้นคว้าเบื้องต้นของผู้วิจัยโดยการสัมภาษณ์และใช้กระบวนการสังเกตเข้าช่วย มีผู้ให้สัมภาษณ์หลายส่วน ทั้งผู้ให้บริการ ผู้มาขอรับบริการมีแนวคิดคล้ายกัน ว่า

การสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพของผู้มาขอรับบริการบำบัดเป็นขั้นตอนแรก ที่จะทำการประกอบสมุนไพรทั้งนี้ธาตุของคนเราแต่ละคนไม่เหมือนกัน จำเป็นอย่างยิ่งที่เราต้องทราบข้อมูลเขาก่อนการใช้สมุนไพรปรับธาตุ เพื่อให้อาการทุเลาหรือให้เกิดความสมดุลเป็นเรื่องของผู้ที่เป็นแพทย์แผนไทยได้ใช้มาตลอด ถ้าขาดสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับผู้ต้องการสมุนไพร หรือผู้ที่เข้ารับการรักษาที่ไม่สามารถที่จะจัดสมุนไพรได้ถูกต้อง ดังนั้นการสอบถามประวัติจะต้องทำเป็นขั้นตอนแรกก่อนที่จะทำการรักษาและทำกับทุกคนไม่ละเว้น^{๑๗}

ขณะที่เคยเป็นหมอสมุนไพรคนหนึ่งได้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพที่ต้องการบำบัด ว่า การสอบถามข้อมูลเบื้องต้นกับความต้อการบำบัดสุขภาพ ถือได้ว่าเป็นจรรยาบรรณของหมอผู้ให้การรักษา เพราะจะได้รู้ว่ามีอาการอย่างไรแล้วจะได้จัดหรือประกอบสมุนไพรให้เหมาะสมบุคคลใช้ว่าใครมาจัดให้เลยโดยไม่รู้ว่ามีปัญหาทางสุขภาพอย่างไร ถ้าทำอย่างนี้จะมีผลเสียมากกว่าผลดี ดังนั้นการสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับ

^{๑๖} สัมภาษณ์ สุภี พันธุ์ราศี, ผู้เข้ารับการรักษาสุขภาพ, ๑๐ กรกฎาคม ๒๕๕๔.

^{๑๗} สัมภาษณ์ พระครูสุนทรวิมลกิจ, ๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๔.

สุขภาพของผู้ที่ต้องการบำบัดด้วยสมุนไพร จึงเป็นหน้าที่และเป็นขั้นตอนแรกก่อนที่จะทำการรักษา หรือประกอบสมุนไพรเพื่อใช้ในการรักษา^{๑๘}

เกี่ยวกับการสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพที่ต้องการบำบัดนั้น เป็นที่ทราบกันดีโดยทั่วไปในการดำเนินงานทุกอย่างสำหรับที่วัดป่าแหวไฮ อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธาณีนั้น ก็มีขั้นตอนสอบถามเหมือนที่อื่น คือ การไปรับการรักษาที่วัดป่าแหวไฮนั้น เมื่อไปถึงต้องไปขอรับบัตรคิวและรอเพื่อไปสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพ หรือความต้องการของผู้ที่ไปรับการรักษาจนถึงสุดท้าย คือ การจัดหรือปรุงสมุนไพรให้ไปรับประทานเพื่อรักษาสุขภาพจนถึงว่ามีขั้นตอนที่ดี และถูกต้องตามวิธีการ ส่วนการสอบถามก็จะถามเฉพาะข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับสุขภาพเท่านั้น^{๑๙}

สำหรับผู้มารับสมุนไพรเพื่อเป็นการบำบัดสุขภาพจากวัดป่าแหวไฮนั้น การสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพที่ต้องการบำบัด ทางวัดมีการสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพว่าเรามีปัญหาอะไรบ้าง เช่น แพ้ยาบฎีชีวนะหรือไม่ โดยขั้นตอนการสอบถามเฉพาะความต้องการที่จะรักษาสุขภาพด้านสมุนไพร ซึ่งจะทำเหมือนกันทุกคนเมื่อเสร็จจากการถามแล้วจึงเป็นขั้นตอนของการจัดสมุนไพรให้รับประทาน^{๒๐} สอดคล้องกับการให้ข้อมูลเกี่ยวกับการสอบถามความต้องการรักษาสุขภาพด้วยสมุนไพรของวัดป่าแหวไฮ อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี ว่า ขั้นตอนการขอรับการรักษาสุขภาพด้วยสมุนไพรที่วัดป่าแหวไฮ เบื้องต้นมีการสอบถามถึงปัญหาสุขภาพว่ามีอาการอย่างไร เป็นมานานแค่ไหนโดยใช้เวลาไม่มากหลังจากนั้น จึงจะได้รับการรักษาหรือรับสมุนไพรซึ่งเป็นการดำเนินการตามขั้นตอน และสังเกตเห็นมีการสอบถามกันทุกคนที่ไปขอรับการรักษาสุขภาพถึงว่าเป็นเรื่องดีทั้ง ๒ ฝ่ายและคิดว่าเป็นปกติของหมอผู้ทำการรักษาจะทำทุกคน^{๒๑}

จากศึกษาขั้นตอนของการสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพที่ต้องการบำบัดด้วยสมุนไพร โดยผู้วิจัยได้จากการสัมภาษณ์ และการสังเกต สรุปว่าทางวัดป่าแหวไฮ มีขั้นตอนสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพที่ต้องการบำบัดอันเป็นแนวปฏิบัติของวัดเพราะการสอบถามก็เพื่อต้องการทราบข้อมูลเบื้องต้นก่อนที่จะตัดสินใจประกอบหรือจัดสมุนไพรทั้งนี้ การจะจัดสมุนไพรถ้าไม่รู้ข้อมูลเบื้องต้นก็ไม่สามารถจัดได้ถูกต้องขาดคุณภาพในการใช้สมุนไพรการรักษาก็จะไม่ได้ผล จึงกล่าวได้ว่าเป็นขั้นตอนที่ดีในการให้การรักษาสุขภาพที่มีมาตรฐานคล้ายกับการรักษาแผนปัจจุบัน

^{๑๘} สัมภาษณ์ ทองรัก เพ็ชรเขียว, ๑ กรกฎาคม ๒๕๕๔.

^{๑๙} สัมภาษณ์ ศุภฤกษ์ บุญหล้า, ผู้เข้ารับการรักษาสุขภาพ, ๑๐ กรกฎาคม ๒๕๕๔.

^{๒๐} สัมภาษณ์ กอบแก้ว พิมพะสอน, ผู้เข้ารับการรักษาสุขภาพ, ๑๑ กรกฎาคม ๒๕๕๔.

^{๒๑} สัมภาษณ์ สราญรัตน์ ชีมรัตน์, ผู้เข้ารับการรักษาสุขภาพ, ๑๑ กรกฎาคม ๒๕๕๔.

๓.๓.๓ วิธีการใช้สมุนไพรบำบัดของวัดป่าเหวไฮ

การใช้สมุนไพรเพื่อเป็นยาบำบัดรักษาโรคนั้น มีการใช้ในหลายรูปแบบ เช่น การใช้สมุนไพรสด ๆ ใช้ในรูปแบบยาต้ม ยาขง ยาลูกกลอน ยาตองเหล้า และยาทาภายนอก เป็นต้น สำหรับการใช้อยาสมุนไพรบำบัดในปัจจุบัน มี ๓ แนวทาง คือ

- ๑) การสั่งใช้ยาสมุนไพรโดยแพทย์แผนไทยทั่วไป
- ๒) การสั่งใช้ยาสมุนไพรโดยแพทย์แผนปัจจุบัน และ
- ๓) การสั่งใช้ยาสมุนไพรโดยแพทย์แผนไทยแบบประยุกต์^{๒๒}

สำหรับวิธีการใช้สมุนไพรบำบัดของวัดป่าเหวไฮ อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี มีวิธีการตามขั้นตอนหรือการใช้ตามสถานบริการทั้งของรัฐและเอกชน โดยผู้ให้ใช้ยาคือผู้ให้บริการรักษาที่ผ่านการสอบเป็นแพทย์แผนไทยที่รู้จักตัวยา เรียนรู้การใช้ยามาเป็นอย่างดี เกี่ยวกับการใช้สมุนไพรบำบัด การใช้สมุนไพรทั้งการอบ การประคบ การดื่ม ทั้งที่เป็นผง ยาลูกกลอน และน้ำต้ม การใช้ส่วนที่ผสมมาแปะ การใช้วิธีดังกล่าวขึ้นอยู่กับโรคที่ผู้ต้องการรักษาตามที่ได้วินิจฉัยเบื้องต้นแล้ว โดยมากจะมีการอบ การประคบ และการรับประทานเป็นส่วนใหญ่ บางครั้งอาจมีพวกน้ำมันพืชหรือสัตว์เข้าไปช่วยในการรักษา เพื่อให้ถูกต้องกับอาการของโรคนั้น ๆ^{๒๓}

วิธีการใช้สมุนไพรในการบำบัดจะมีทั้งการอบ ประคบ การรับประทาน และการใช้น้ำมันนวด ซึ่งขึ้นอยู่กับอาการของโรคของผู้ที่เข้ารับการรักษาสุขภาพ เพราะทุกคนจะมีวิธีที่อาจแตกต่างกันเล็กน้อย แต่โดยรวมจะมีวิธีที่คล้ายกัน คือ รับประทานทั้งที่เป็นยา ลูกกลอน และต้มเอาน้ำที่มีตัวยาเข้มข้น อันเป็นกรรมวิธีที่ใช้มาตลอด

๓.๔ ผลการดำเนินงานในการรักษาสุขภาพด้วยวิธีสมุนไพรบำบัดของวัดป่าเหวไฮ

ในการรักษาสุขภาพด้วยวิธีสมุนไพรบำบัดของวัดป่าเหวไฮ ที่ให้การรักษามาเป็นเวลาหลายปีมีผู้เข้ารับการรักษาจำนวนมาก การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้แบ่งกลุ่มในการเก็บข้อมูล เป็น ๒ กลุ่ม ดังนี้

^{๒๒} เพ็ญญา ทรัพย์เจริญ, ประวัติวิวัฒนาการและการประยุกต์ใช้การแพทย์แผนไทย, (กรุงเทพมหานคร : สามเจริญพาณิชย์, ๒๕๕๐), หน้า ๑๘๗ – ๑๘๘.

^{๒๓} สัมภาษณ์ พระครูสุนทรวิมลกิจ, ๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๔.

๓.๔.๑ กลุ่มตัวอย่างผู้ที่กำลังรักษา

การรักษาสุขภาพของวัดป่าแหวไฮ ได้มีระบบการให้การรักษาที่ไม่เหมือนระบบโรงพยาบาลทั่วไป แต่จะเป็นการที่ให้ผู้ต้องการรักษาได้รับสมุนไพรแล้วกลับไปพักที่บ้านของตนเองเมื่อสมุนไพรหมดก็มาขอรับใหม่ อย่างไรก็ตาม สถิติที่มีผู้มารักษา โดยเฉพาะผู้ที่กำลังรักษาในปัจจุบัน ตามที่ปรากฏในทะเบียนมีเป็นจำนวนมาก จากการสัมภาษณ์ผู้ที่กำลังใช้สมุนไพรได้ให้สัมภาษณ์เกี่ยวกับผลการดำเนินงาน ในการรักษาสุขภาพด้วยวิธีสมุนไพรบำบัด คือ การเข้ามารับการรักษาด้วยสมุนไพรจากวัดป่าแหวไฮ เป็นวิธีในการรักษาแบบโบราณ และเมื่อดูอาการของตัวเองมีความรู้สึกที่ดีขึ้นกว่าก่อนที่ จะเข้ารับการรักษา แต่ก็เป็นไปตามขั้นตอนและระยะเวลา เพราะว่าวิธีการรักษาด้วยสมุนไพรจะมีทั้งใช้รักษาภายนอกและภายในร่างกาย แต่เมื่อสรุปแล้วผลในการรักษาทำให้สุขภาพดีขึ้นเรื่อย ๆ^{๒๔}

ในขณะที่ผู้กำลังได้รับการรักษาด้วยสมุนไพรจากวัดป่าแหวไฮ ให้ข้อมูลเกี่ยวกับเหตุผลการดำเนินงานในการรักษาสุขภาพด้วยวิธีสมุนไพรบำบัดว่า การดำเนินงานรักษาสุขภาพด้วยวิธีสมุนไพรบำบัด จะใช้ทั้งวิธีบำบัดภายนอกหมายถึงใช้ ประคบ ใช้ทาหรืออบไอน้ำ และวิธีการบำบัดภายใน คือ การรับประทาน อันเป็นวิธีดำเนิน ในปัจจุบัน ส่วนผลของการบำบัดจะขึ้นอยู่กับอาการ หรือโรคภัยของผู้มารับการรักษาว่า มีอาการมากน้อยเพียงใดสำหรับอาการปัจจุบันดีขึ้นมาก และเชื่อว่าน่าจะได้ผลเหมือนคนอื่น ๆ ที่เคยมารับการรักษาแล้วในอดีต^{๒๕}

ผู้ที่เข้ารับการรักษาในปัจจุบันอีกคนหนึ่งให้สัมภาษณ์เกี่ยวกับผลดำเนินงานในการรักษาสุขภาพด้วยวิธีใช้สมุนไพรบำบัดว่า มารับการรักษาสุขภาพเนื่องจากเป็นโรค ความดันโลหิตสูง โดยได้รับสมุนไพรไปดื่มและค่อยกินไปเรื่อย ๆ ผลที่ปรากฏ คือความดันโลหิตลดลงเป็นปกติ จึงกล่าวได้ว่าวิธีการรักษาสุขภาพด้วยสมุนไพรบำบัดของวัดป่าแหวไฮได้ผลในระดับต้น ๆ ส่วนในระยะยาวก็น่าจะเป็นผลดีของสุขภาพทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสภาพของผู้มารับการรักษา^{๒๖}

ซึ่งสอดคล้องกับ ผลการดำเนินงานในการรักษาด้วยสมุนไพร ของวัดป่าแหวไฮ ว่า การรักษาเป็นไปตามขั้นตอน คือการตรวจสอบหาสาเหตุการจัดสมุนไพรบำบัดด้วยวิธี ดมน้ำดื่ม แต่ผู้ป่วยบางคนอาจใช้วิธีการอบหรือใช้ทา ในกรณีเกิดโรคภายนอกกาย ผลคือ

^{๒๔} สัมภาษณ์ เมฆ บัวสีดา, ผู้เข้ารับการรักษาสุขภาพ, ๕ กรกฎาคม ๒๕๕๔.

^{๒๕} สัมภาษณ์ นิภา สีสุมภาพ, ผู้เข้ารับการรักษาสุขภาพ, ๕ กรกฎาคม ๒๕๕๔.

^{๒๖} สัมภาษณ์ สุพรรณ องอาจ, ผู้เข้ารับการรักษาสุขภาพ, ๕ กรกฎาคม ๒๕๕๔.

สุขภาพดีขึ้นหรือหายจากป่วยเป็นส่วนมาก สำหรับขณะนี้กำลังได้รับการรักษาด้วยการนำสมุนไพรไปต้มกิน เพื่อบรรเทาอาการที่เกิดขึ้นแก่ร่างกาย^{๒๗}

กลุ่มที่กำลังรักษาได้แสดงความรู้สึกต่อการรักษาว่า วัดป่าเหวไโฮมีขั้นตอนในการรักษา คือตรวจสอบสาเหตุของผู้ป่วย จัดสมุนไพรบำบัดทั้งวิธีอบ ทา ผสมน้ำดื่ม หรือต้มกิน ตามลักษณะอาการของโรค ส่วนมากผู้ที่กำลังรักษาเห็นว่าดีขึ้นกว่าก่อนมาเข้ารับการรักษา

๓.๔.๒ กลุ่มผู้ที่เคยมารักษาสุขภาพและหายแล้ว

การรักษาสุขภาพด้วยสมุนไพรบำบัดของวัดป่าเหวไโฮ ดำเนินการมาหลายปีมีวิธีการแบบง่าย ๆ แต่ถูกหลักการทางการแพทย์ นอกจากจะมีผู้ที่กำลังรักษาในปัจจุบันแล้ว ยังมีอีกกลุ่มหนึ่งที่เคยเข้ารับการรักษาซึ่งบุคคลเหล่านั้นมีเป็นจำนวนมากที่หายเป็นปกติ เนื่องจากได้รับสมุนไพรจากวัดป่าเหวไโฮนั่นเอง จากการที่ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์เกี่ยวกับผลของการดำเนินงานในการรักษาสุขภาพ ว่า การเข้ารับการรักษาโรคเกี่ยวกับโรคผิวหนัง ทางวัดมีวิธีการและขั้นตอนที่ไม่ยุ่งยาก เพียงแต่สอบถามถึงอาการของโรคแล้ว จัดการปรุ้งยาให้กลับไปรับประทานที่บ้านอยู่ประมาณ ๑ เดือน อาการจะค่อยดีขึ้นสำหรับค่าใช้จ่ายก็ตามกำลังที่ผู้เข้ารับการรักษาจะมีจ่ายให้ ไม่ได้กำหนดไว้ตายตัว จึงถือว่าเป็นวิธีการให้การรักษาเพื่อคนยากคนจนอย่างแท้จริง^{๒๘}

ผู้ป่วยท่านหนึ่งปัจจุบันหายเป็นปกติแล้ว แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับวิธีการรักษาของวัดว่า วิธีดำเนินการรักษาของวัดเป็นวิธีการเรียบง่ายไม่มีขั้นตอนยุ่งยาก เริ่มจากการแจ้งความประสงค์ขอรับการรักษา ตามความสำคัญของผู้มาก่อน หลังจากนั้นเมื่อถึงคิวก็เข้าพบขอวัดฤกษ์ประสงค์และอาการป่วย พระสงฆ์ผู้ให้การรักษาก็จะจัดสมุนไพรให้กลับไปรับประทานที่บ้าน และจากการได้รับสมุนไพรมาสักระยะ มีความรู้สึกว่าจะสบายขึ้นมาเรื่อย ๆ และปัจจุบันก็คิดว่าหายเป็นปกติแล้ว^{๒๙}

ในรักษาเกี่ยวกับโรคข้อและโรคภายในช่องท้อง จากการเข้ากับการรักษาด้วยการรับประทานสมุนไพรแล้วมีความรู้สึกที่โรคที่เคยปวดก็หายไป ไม่เหมือนแต่ก่อนหรือจะมารับสมุนไพรที่มีอาการทรมาณมาก รับประทานอาหารไม่ได้ปวดตามข้อตามเส้นเมื่อมารับสมุนไพรไปแล้วอาการดีขึ้นและเชื่อว่าน่าจะหายแล้ว^{๓๐}

^{๒๗} สัมภาษณ์ ปรานี สรรพอาสา , ผู้เข้ารับการรักษาสุขภาพ, ๕ กรกฎาคม ๒๕๕๔.

^{๒๘} สัมภาษณ์ จ้านง อินทูน, ผู้เข้ารับการรักษาสุขภาพ, ๑๑ กรกฎาคม ๒๕๕๔.

^{๒๙} สัมภาษณ์ บวร หาทรัพย์, ผู้เข้ารับการรักษาสุขภาพ, ๑๑ กรกฎาคม ๒๕๕๔.

^{๓๐} สัมภาษณ์ กอบแก้ว พิมพะสอน, ผู้เข้ารับการรักษาสุขภาพ, ๑๑ กรกฎาคม ๒๕๕๔.

นอกจากนี้ยังไปสอดคล้องกับ ที่ให้สัมภาษณ์ถึงวิธีการรักษาของวัดป่าเหวไฮ และผลของการเข้ารับการรักษาว่า วัดป่าเหวไฮมีวิธีการให้การรักษาผู้ป่วยด้วยการให้สมุนไพรเป็นหลัก ผู้ที่เข้ามารับการรักษาจะได้ยาสมุนไพรที่ต่างกัน ขึ้นอยู่กับอาการหรือโรคของแต่ละคนสำหรับดิฉันคิดว่าสมุนไพรที่ทางวัดป่าเหวไฮจัดให้ นั้น ตรงกับโรคที่มีอยู่ในร่างกาย เพราะจากอาการที่เคยปรากฏก็ไม่แสดงอาการให้เห็นอีกตั้งแต่ได้รับสมุนไพรมารับประทาน^{๓๑}

สรุปได้ว่า จากการสังเกตผู้ที่เคยรับการรักษาด้วยสมุนไพรจากวัดป่าเหวไฮ ผู้ที่เคยเข้ารับการรักษาสุขภาพส่วนใหญ่ก็หายเป็นปกติ แต่มีบางคนที่สังเกตดูแล้วยังมีอาการให้เห็นอยู่ โดยภาพรวมแล้วผลจากการเข้ารับการรักษาสุขภาพ ผู้เข้ารับการรักษาก็มีความเชื่อถือและเชื่อมั่นกับวิธีการรักษาสุขภาพด้วยสมุนไพรบำบัดมาก ในการรักษาผ่านทางจิตใจมีการให้คำแนะนำเป็นการปฏิบัติธรรมเจริญสมาธิ-ภาวนา สวดมนต์ และรักษาศีล ๕ แต่การรักษาสุขภาพทางจิตใจนั้นยังปฏิบัติได้น้อยมาก ส่วนมากที่เข้ามารับการรักษาสุขภาพก็ยังคงเป็นการแพทย์ทางเลือกแบบหนึ่งในสังคมและชุมชนนั้น ๆ

^{๓๑} สัมภาษณ์ สุภี พันธุ์ราตรี, ผู้เข้ารับการรักษาสุขภาพ, ๑๒ กรกฎาคม ๒๕๕๔.

บทที่ ๔

เปรียบเทียบแนวคิดวิธีการและผลการดำเนินการรักษาสุขภาพจากพระไตรปิฎก กับการรักษาสุขภาพของวัดป่าเหวไฮ

การศึกษาเปรียบเทียบแนวคิดวิธีการและผลการดำเนินการรักษาสุขภาพจากพระไตรปิฎกกับการรักษาสุขภาพของวัดป่าเหวไฮว่า มีความเหมือนหรือแตกต่างกันอย่างไรบ้างซึ่งผู้ศึกษาได้วางกรอบของการเปรียบเทียบในด้านต่าง ๆ ดังนี้

๔.๑ แนวคิดการรักษาสุขภาพ

การรักษาสุขภาพเป็นกระบวนการที่ทำให้เกิดความสุข สุขภาพไม่ใช่เป็นสิ่งติดตัวมาแต่เกิด แต่เป็นสิ่งที่แต่ละคนจะต้องสร้างให้เกิดขึ้น ด้วยการกระทำของตนเอง สุขภาพที่สำคัญ คือ สุขภาพทางกายและทางใจ โดยทั่วไป เราอาจมองแค่ความสุขทางกายและทางใจเท่านั้นแต่แท้ที่จริง ต้องรวมไปถึงความสุขทางสังคมด้วย สังคมไทยได้เติบโตภายใต้อิทธิพลของหลักธรรมและวัฒนธรรมทางพระพุทธศาสนา จึงน่าจะมีส่วนในการพัฒนาจิตใจและพฤติกรรมดำรงชีวิตให้มีความสุข มีประสิทธิภาพการทำงานและมีคุณภาพได้มากกว่าสังคมอื่น เพราะผู้ที่อาศัยพระพุทธศาสนาหรือธรรมของพระพุทธเจ้าเป็นกัลยาณมิตรจะพ้นจากการเจ็บป่วยได้ หรือสามารถนำมาแก้ปัญหา ในการดูแลรักษาสุขภาพให้ดีได้ทั้งทางด้านร่างกายจิตใจสามารถอยู่รวมกันในสังคมอย่างมีความสุข ดังนั้น การศึกษาเกี่ยวกับ แนวคิดการรักษาสุขภาพจึงแบ่งออกได้ ๔ ประการ กล่าวคือ การรักษาสุขภาพ สมมุติฐานของโรค บุคคลที่ควรได้รับการรักษา และบุคคลที่เหมาะสมเป็นผู้รักษา ดังรายละเอียดต่อไปนี้

๔.๑.๑ การรักษาสุขภาพ

คำว่า สุขภาพ ในทัศนะของพระพุทธศาสนา จึงประกอบไปด้วยคุณลักษณะทางจิตที่ประกอบไปด้วยความเสรี ความสงบ ความสะอาด และความสว่าง นั่นคือ วิชาวิมุตติ วิสุทธิ สันติ โดยสุขภาพที่มีความสมบูรณ์ต้องมียองศ์ประกอบ ๔ อย่าง ขาดอย่างใดอย่างหนึ่งมิได้ ในการที่เราจะมีสุขภาวะ หรือแม้แต่มีความสุขธรรมดาทั่วไปให้เป็นสุขแท้จริงสักหน่อยหนึ่ง ยังมีภาวะด้านอื่น ๆ ประกอบอยู่ด้วย ที่ต้องคำนึงถึงนั้น คือ

ด้านหนึ่งคือ **ความเสรี** (วิมุตติ) ได้แก่ ความปลอดโปร่ง โล่งเบา หลุดพ้น ไม่ถูกปิดกั้นจำกัดบีบคั้น ไม่ติดขัดคับข้อง ไม่ถูกมัดกดทับไว้ แต่เคลื่อนไหวได้คล่องตามปรารถนา คือ ภาวะที่เป็นอิสระ

ด้านหนึ่งคือ **ความสงบ** (สันติ) ได้แก่ ภาวะที่ไม่มีมีความร้อนรนกระวนกระวาย ไม่กระสับกระส่าย ไม่เร่าร้อน ไม่ว้าวุ่น ไม่พลุ่งพล่าน ทั้งร่างกายและจิตใจไม่ถูกรบกวน ไม่มีอะไรมาระคายเคือง คือสงบอยู่ตัวของมัน

ด้านหนึ่งคือ **ความสะอาด** (วิสุทธิ) หรือ ความบริสุทธิ์ หมดจตสดใส ไม่มี ความขุ่นมัวเศร้าหมอง ไม่เลอะเทอะเปอะเปื้อน แต่มันไม่ใช่ความสะอาดด้านวัตถุหรือรูปธรรมแต่หมายถึงทางด้านจิตใจที่ไม่มีความหมองมัว ไม่มีความขุ่นมัวเศร้าหมอง แล้วอะไรอีก ก็คือ ความสว่าง กระฉ่างแจ่ม แจ่มชัด ใสสว่าง หรือผ่องใส มองเห็นทั่วไปตลอด (วิชา)^๑

เมื่อมองสู่สุขภาพ ในความหมายที่เป็นที่จะทราบกันโดยทั่วไปจะหมายความถึง สภาพร่างกายที่อยู่ในระดับที่ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ หรือเป็นสภาพของการมีชีวิตที่ดี (the condition of the body and the degree to which it is to from illness, or the state of being well)^๒ หรือ “ภาวะที่ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ”^๓ หรือ ในความหมายที่กว้างกว่านั้น คือ

๑) สภาพร่างกายหรือจิตใจของคน (the condition of a person’ s body or mind)

๒) สภาพของการมีสุขภาพที่ดีทั้งทางร่างกายและจิตใจ (the state of being physically and mentally healthy)^๔

^๑ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ : ภาวะที่ปลอดทุกข์และเป็นสุขในระบบชีวิตแห่งธรรมชาติ และสังคมยุคไอที, (กรุงเทพมหานคร : สถาบันบันลือธรรม, ๒๕๔๙), หน้า ๕-๖.

^๒ Cambridge University, **Cambridge Advanced Learner’s Dictionary**, (Cambridge : Cambridge University Press, ๒๐๐๓), p. ๕๘๐.

^๓ ราชบัณฑิตยสถาน, **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๕๒**, หน้า ๑๒๐๑.

^๔ Hornby, A S, **Oxford Advanced Learner’s Dictionary of Current English**, ๖th Edition, (Great Britain : Oxford University Press, ๒๐๐๑), p. ๕๕๑.

นั่นคือสุขภาพตามที่คุณคิดโดยทั่วไปเข้าใจร่วมกัน คือการมีร่างกายแข็งแรงปราศจากโรคหรือที่เข้าใจกันในมิติที่กว้างกว่านั้น คือการมีทั้งร่างกายและจิตใจที่แข็งแรงปราศจากโรค ซึ่งนับได้ว่ายังไม่สมบูรณ์

คำว่า สุขภาพ เป็นคำที่แปลตรงจากภาษาอังกฤษคือ คำว่า Health และคำนี้มาจากภาษาอังกฤษโบราณ hel หมายถึง ทั้งหมด (whole)^๕ สุขภาพโดยนัยแล้วคือความเป็นองค์รวม คือชีวิตของมนุษย์ทั้งหมดที่เป็นปกติสุขและสมบูรณ์ และนิยามของสุขภาพโดยความเป็นองค์รวมนี้เริ่มชัดเจนขึ้น สุขภาพ คือขอขบขายความสามารถอย่างต่อเนื่องทั้งทางร่างกาย อารมณ์จิตใจ และสังคมของคน ๆ หนึ่ง ที่จะรับมือกับสภาพแวดล้อมสุขภาพดีนั้น ยากที่จะให้คำจำกัดความยิ่งกว่าสุขภาพไม่ดี (ที่สามารถบอกได้จากการปรากฏโรคต่าง ๆ) เพราะคำว่า สุขภาพดีไม่ใช่เพียงแต่การไม่มีโรค แต่ต้องสื่อถึงแนวคิดในเชิงบวกกว้างกว่านั้น ระหว่างความมีสุขภาพดีกับความมีโรคร้าย ก็ยังมีความปลีกย่อยแตกต่างกันไปอีก เช่น บางคนอาจมีสุขภาพกายดีแต่เป็นหวัดหรือป่วยทางจิต บางคนอาจดูเหมือนสุขภาพดีแต่มีภาวะร้ายแรง เช่น มะเร็งซ่อนอยู่ ซึ่งการตรวจร่างกายหรือทดสอบวินิจฉัยเท่านั้นจะบอกได้ หรืออาจตรวจไม่พบเลย ไม่ว่าจะด้วยวิธีใด^๖

หลักธรรมเพื่อการดูแลสุขภาพและรักษาโรคทางใจ สรุปเป็นหลักการได้^๗ ดังนี้

๑) ให้เลือกเฟ้นคบหาคนดีเป็นเพื่อนหรือที่ปรึกษา เพราะจะยังกิเลสให้เบาบาง ไม่เพิ่มพูนบาปอกุศลทั้งปวง อนึ่ง การคบคนดี มีแต่ทางเจริญไม่มีเสื่อม

๒) ให้รักษาศีลให้บริสุทธิ์ ไม่ว่าจะป็นศีลในระดับใดก็ตาม คือ ศีล ๕, ๘, ๑๐ และศีล ๒๒๗ ของพระสงฆ์

๓) ให้รู้จักสำรวมอินทรีย์ ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กายและใจให้ดี

๔) ให้รู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร

๕) มีสติตื่นตัวอยู่เสมอ

๖) ยินดีในความสงบ และหลีกเลี่ยงความไม่สงบ (ในกรณีนี้ หากหลีกเลี่ยงไม่ได้ จะต้องฝึกฝนให้มีความสงบทางใจแทน)

^๕ Churchill's illustrated medical dictionary, **Churchill's Medical's dictionary**, (New York, Edinburgh, London, Melbourne, Tokyo : Churchill Livingstone Inc. ๑๙๙๙), p. ๘๓๑.

^๖ Britanica concise Encyclopaedia ภาคภาษาไทย, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท มีเดีย แม็กเน็ต จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๑๑๒๒.

^๗ อ.ส.ต.ต.ก. (บาลี) ๒๓/๓๔/๓๓.

๗) ฝึกสติสัมปชัญญะให้สม่ำเสมอ ไม่เกียจคร้าน

๘) ฝึกเข้าฌานสมาบัติหรือฝึกนั่งสมาธิ ฝึกเดินจงกรมให้ชำนาญ เพื่อระงับนิวรณ์

๙) ฝึกเจริญวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อคลายความกังวลและรู้ทันต่อปัญหาต่าง ๆ กล่าวโดยสรุปก็คือ การฝึกตนเองให้เป็นคนมีศีล เป็นคนมีสมาธิ และเป็นคนมีปัญญา ตามหลักไตรสิกขานั้นเอง

นิโคลาส แชร์แวล ชาวฝรั่งเศสที่เข้ามาในสมัยเดียวกับลาบูแบร์ได้กล่าวตรงกับลาบูแบร์ว่า คนไทยชอบอาบน้ำมาก ปรชญาการอาบน้ำมิใช่เพื่อชำระร่างกายให้สะอาดเท่านั้น ยังถือว่าเป็นการสำราญใจอย่างหนึ่งของชีวิต พวกขุนนางและสตรีที่มีฐานะ จะอาบน้ำภายในบ้านของของตน ส่วนคนทั่วไปจะชวนกันไปอาบน้ำในแม่น้ำพร้อม ๆ กัน โดยใช้ผ้าชุดเก่า ๆ ผัดและจะอาบน้ำวันละ ๓-๔ ครั้ง เมื่ออาบน้ำแล้วต้องอบด้วยของหอม และใช้สีผึ้งทาปาก ทั้งประแป้งเป็นคอกขาว ๆ ที่ยอดดอกสำหรับการไปเยี่ยมผู้อื่นนั้น ถ้าไม่อาบน้ำเสียก่อนถือว่าไม่สุภาพ สำหรับการนอนมักนอนบนพื้นห้องโดยมีเสื่อหรือพรมปูแล้วใช้ฟูกปูทับและมีมุ้งกันยุง ส่วนการรักษาฟัน ใช้กิ่งข่อยทุบหรือเคี้ยวน้ำมาสีฟัน และชอบกินหมากทำให้คราบน้ำหมากจับกรังหนาที่ฟันจนกลายเป็นสีดำ หรือย้อมฟันให้ดำโดยใช้มะนาวผ่าซีกอบไว้ในกระพุ้งแก้ม แล้วใช้น้ำยางทำจากรากไม้ หรือกะเลาเผาไฟถูฟันเพื่อให้ฟันดำ ในระหว่างการย้อมต้องใช้เวลา ๓ วัน โดยนอนคว่ำและอดอาหารนอกจากนี้

นิโคลาสแชร์แวล ได้สรุปการแพทย์แผนไทยในสมเด็จพระนารายณ์ว่า ส่วนแพทย์ในประเทศสยามนั้น ก็เหมือนกับหมอบ้านนอกในประเทศเรา คือเป็นทั้งเภสัชกรและศัลยแพทย์ด้วย เขาปรุงน้ำมันทาและโอสถขึ้นเองตามความประสงค์ โอสถเหล่านี้มีสรรพคุณครอบจักรวาล คือ รักษาโรคได้ร้อยแปด มีการให้อวดของแสดงเป็นต้นเป็นประธาน แล้วให้ต้มน้ำยาอาบติดต่อกันเป็นเวลาหลายวัน เพื่อบำบัดอาการคนไข้ สำหรับโรคไขข้ออักเสบเขานวดบริเวณที่มีอาการปวด แล้วเอาก้อนกรวดเผาไฟห่อผ้าประคบ การกอกก็ใช้สำหรับอาการโรคปวดหัวมัวตาโดยใช้กอกด้วยเขาควาย

เป็นที่น่าเสียดายว่าหมอเหล่านี้ไม่รู้จักอาการโรคอย่างอื่นอีกเลย และโอสถของเขาก็ปรุงขึ้นโดยมิได้รับการรักษา หรือผ่านทฤษฎีจากการปฏิบัติมาอย่างซ้ำของแล้ว เขา

เลยมีความรู้ทางวิชาเคมีพอใช้และการปรุงยาจะวิเศษขึ้นมาก ถ้าได้รู้สรรพคุณของต้นไม้ที่
ใช้ทำยาดีกว่านี้ และสรรพคุณสมุนไพรต่าง ๆ ที่พบอยู่ในที่ทั่วไป^๔

การศึกษาพระไตรปิฎกอันเป็นแหล่งสำคัญที่บันทึกพุทธธรรมเอาไว้ เรา
สามารถพบแนวความคิดเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพในแง่มุมต่าง ๆ ที่น่าสนใจ และจะ
สามารถนำมาเป็นพื้นฐานในการค้นคว้าแสวงหาเชื่อมโยง ไปสู่ภูมิปัญญาตะวันออกได้
อย่างดี ประเด็นที่จะได้นำมาพิจารณาในฐานะที่เป็นภูมิปัญญาตะวันออกที่ค่อนข้างจะเป็น
เอกลักษณ์ เฉพาะในพุทธศาสนาที่เคยมีมาแต่อดีต คือ

๑. พระพุทธเจ้ากับการดูแลสุขภาพ
๒. พระสาวกกับการดูแลสุขภาพ
๓. บทบาทของพระพุทธเจ้าและพระสาวกในการดูแลสุขภาพของผู้ป่วย
๔. หลักธรรมและกิจกรรมที่ดูแลรักษาสุขภาพ
๕. ตำยาที่ใช้รักษาทางกาย
๖. อิทธิพลของพระพุทธศาสนาที่มีต่อแพทย์แผนไทย^๕

ทางด้านวัดป่าแหวไฮ อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี มีแนวคิดวิธีการ
ดำเนินงานการรักษาสุขภาพ ซึ่งยึดกระบวนการตามหลักการคิดในพระไตรปิฎกและตาม
ตำราแพทย์แผนไทย กล่าวคือ แนวคิดที่ใช้ในการรักษาผู้ป่วยจะมีทั้งกายบำบัดและจิต
บำบัด กายบำบัดก็จะเป็นการนำสมุนไพรตามสมุฏฐานของโรคมาปรุงตามกรรมวิธีของ
สมุนไพรไทย ซึ่งจะใช้ทั้งอาบ ตีม ทา อบ และประคบ ตามหลักพระธรรมวินัย ส่วนจิต
บำบัดก็จะใช้ธรรมโอสถตามแนวทางพระพุทธศาสนา สำหรับแนวคิดที่ใช้ในการรักษา
ส่วนมากจะเป็นการใช้ความเมตตา ความเอื้อเฟื้อ ความสะดวกสบาย โดยเฉพาะให้ผู้ให้
การรักษาและผู้ขอรับการรักษา

แนวคิดในการรักษาสุขภาพตามแนวพระพุทธศาสนาที่ปรากฏในพระไตรปิฎก
เป็นการรักษาทั้งกายและทางใจ ทางกายเป็นการบำบัดในส่วนที่โรคภัยเข้ามาเบียดเบียน
ในร่างกายให้เกิดความปั่นป่วนขึ้น ส่วนทางจิตเป็นการรักษาสภาพจิตให้เข้าใจกับปัญหาที่

^๔ เพ็ญญา ทรัพย์เจริญ, ประวัติวิวัฒนาการและการประยุกต์ใช้การแพทย์แผนไทย,
(กรุงเทพมหานคร : สามเจริญพาณิชย์, ๒๕๕๐), หน้า ๑๔๔.

^๕ พระมหาจรรยา สุทธิญาโณ, พระพุทธศาสนากับการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม,
(กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔), หน้า ๘.

เกิดขึ้นในกาย ในพระไตรปิฎกจึงปรากฏแนวความคิดการรักษาสุขภาพ เพื่อให้เกิดความผาสุก ทั้งส่วนตัวและหมู่คณะ

สำหรับแนวคิดในการรักษาสุขภาพของวัดป่าเหวไฮโดยใช้สมุนไพร อันเป็นการรักษาทางกายโดยตรงโดยมีจุดประสงค์ เพื่อปลดเปลื้องความทุกข์ทางกายให้แก่ผู้ที่มีปัญหาทางกาย โดยยึดหลักความเมตตาตามแนวทางพระพุทธศาสนาเป็นหลัก ส่วนทางด้านจิตใจก็เป็นผลทางอ้อมที่จะตามมาจากวิธีการรักษาทางกาย จึงกล่าวได้ว่าวัดป่าเหวไฮได้ยึดหลักตามแนวทางพระพุทธศาสนาในการรักษาสุขภาพ และที่สำคัญต้องพิจารณาให้เห็นว่า ร่างกายนี้หาแก่นสารสาระที่เป็นตัวที่เที่ยงแท้ถาวรไม่ได้ บังคับบัญชาไม่ได้ เกิดขึ้นแล้วก็ดับไปพิจารณาให้เห็นเป็นของไม่งามโดยมีวิธีพิจารณาว่า เบื้องบนแต่พันเท้าขึ้นไป เบื้องต่ำแต่ปลายผมลงมา มีหนังหุ้มโดยรอบเต็มไปด้วยของไม่สะอาด มีประการต่าง ๆ ภายในกายนี้มี ผม ขน เล็บ ฟัน หลัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม เนื้อหัวใจ ตับ พังผืด ไต ปอด ใสใหญ่ ใส่น้อย อาหารใหม่ อาหารเก่า ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา เปลวมัน น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูตร ทุกสิ่งเป็นของไม่งาม ไม่น่ายึดถือ ไม่น่าเอา ไม่ควรเข้าไปยึดมั่นถือมั่น มีความเปลี่ยนแปลงและสลายหายไปเป็นธรรมดา พิจารณาเห็นกายนี้ว่ามีทุกข์มีโทษมาก อาพาธต่าง ๆ จึงเกิดขึ้นในกายนี้คือ โรคตา โรคหู โรคจมูก โรคลิ้น โรคกาย โรคศีรษะ โรคที่ใบหู โรคปาก โรคฟัน โรคไอ โรคหืด โรคไข้หวัด โรคไข้พิษ โรคไข้เชื่องซึม โรคในท้อง โรคลมสลบ โรคปวด โรคจุกเสียด โรคลงราก โรคเรื้อน โรคฝี โรคกลาก โรคมอญครอ โรคลมบ้าหมู โรคหืดเปื่อย โรคหืดตัน โรคคุดทะราด หูด โรคละออง บวม โรคอาเจียน โลหิต โรคตีเดือน โรคเบาหวาน โรคเริม โรคพุพอง โรคจริตสีดวง อาพาธมีดีเป็นสมุฏฐาน อาพาธมีเสมหะเป็นสมุฏฐาน อาพาธมีลมเป็นสมุฏฐาน อาพาธมีไข้สันนิบาต อาพาธอันเกิดแต่ฤดูแปรปรวน อาพาธอันเกิดแต่การบริหารไม่สม่ำเสมอ

๔.๑.๒ แนวคิดเกี่ยวกับสมุฏฐานของโรค

ตามแนวคิดของวัดป่าเหวไฮได้แสดงให้เห็นว่า โรคที่เกิดขึ้นกับมนุษย์ในปัจจุบันมีอยู่ ๒ ชนิด คือ โรคทางกายที่ป่วยด้วยโรค ตา หู จมูก ลิ้น หรือ ในกายทั้งหลาย และโรคทางใจ อันเกิดจากภายในของมนุษย์ คือ ความโลภ โกรธหลงความอิจฉาริษยา หึงหวง วิตกกังวล ความอาลัยอาวรณ์ จากทั้งสองชนิดที่กล่าวมาเป็นความจริงเกี่ยวกับสมุฏ

ฐานการเกิดโรค ดังนั้นจึงนิยมเรียกว่า โรคกาย โรคจิต แต่หากสรุปแล้วเราก็ได้แนวคิดมาจากคำสอนในพระพุทธศาสนาที่สอนให้เข้าใจถึงความจริงเกี่ยวกับโรค^{๑๐}

แนวคิดเกี่ยวกับโรคในพระไตรปิฎกกับของวัดป่าแหวไฮ โรคที่เกิดจากสมุฏฐาน ๓ ชนิด คือ โรคทางกาย คือ โรคที่เกิดจาก หู ตา ลิ้น จมูก โรคศีรชะ โรคปาก โรคกาย และโรคทางใจคือความโกรธ หลง ความวิตก กังวล ความหึงหวง ตามแนวคิดของวัดป่าแหวไฮคงได้รับอิทธิพลมาจากพระไตรปิฎกเนื่องจากสรุปออกมาได้เหมือนกัน คือ กายกับใจ

๔.๑.๓ บุคคลที่ควรได้รับการรักษา

ในพระสูตรต้นปิฎก อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาตได้กล่าวถึง ภิกษุที่ควรได้รับการรักษา ความว่า

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุใช้ประกอบด้วยธรรม ๕ ประการ เป็นผู้พยาบาลได้ง่าย ธรรม ๕ ประการ อะไรบ้าง คือ

๑. ทำสิ่งที่เป็นสัปปายะ
๒. รู้จักประมาณในสิ่งที่เป็นสัปปายะ
๓. ฉันทา
๔. บอกอาหารที่มีอยู่ตามความเป็นจริงแก่ผู้พยาบาลที่ปรารถนาประโยชน์ เช่น บอกอาหารที่กำลังกินว่า “กำลังกิน” บอกอาหารที่หุเลาว่า “หุเลา” บอกอาหารที่ยังทรงอยู่ว่า “ทรงอยู่”
๕. เป็นผู้อดกลั้นต่อเวทนาทั้งหลายอันมีในร่างกายที่เกิดขึ้นแล้วเป็นทุกข์ กล้าแข็ง เจ็บปวด เผ็ดร้อน ไม่น่ายินดี ไม่น่าพอใจ พรากชีวิต

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุใช้ประกอบด้วยธรรม ๕ ประการนี้แล เป็นพยาบาลได้ง่าย^{๑๑}

๑. ทำสิ่งที่เป็นสัปปายะ หมายถึง ย่อมคำความสบาย คือ ได้ยามาก หรือน้อยก็รู้สึกสบายไม่แสดงอาการไม่สบายทุนทุรายออกมาให้เห็นทำให้เห็น ทำให้ผู้ดูแลรักษารู้สึกชื่นใจที่การรักษาเป็นผลก้าวหน้าในทางที่ดี

^{๑๐} สัมภาษณ์ พระครูสุนทรวิมล, ๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๔.

^{๑๑} อจ.ปญจก. (ไทย) ๑๒/๑๒๓/๒๐๓.

๒. รู้จักประมาณในสิ่งที่เป็นสัปปายะ หมายถึง เมื่อได้มาอยู่ในห้องพยาบาล พบหมอหรือพยาบาลอย่างไรก็ยินดีพอใจตามที่มีอยู่ไม่โยเยโยกโยรมกวนอยากได้สิ่งนั้นสิ่งนี้ทำให้รู้สึกลำบาก
๓. ฉันทยา หมายถึง เป็นผู้ที่ฉันทยาได้ง่าย เชื่อฟังแพทย์พยาบาลดี ไม่ดื้อปฏิบัติตามคำแนะนำอย่างจริงจัง ไม่นานโรคก็หายได้โดยง่าย
๔. บกอกอาพาที่มีอยู่ตามความเป็นจริงแก่ผู้พยาบาลที่ปรารถนาประโยชน์ หมายถึง บกอกความจริงว่าอาพาที่กำเริบว่ากำเริบที่ทุเลา ว่าทุเลา ที่ยังทรงอยู่ว่าทรงอยู่คือเมื่อมีอาการหนักก็บอกว่าหนักเมื่อทรุดก็บอกว่า ทรุดพยาบาลจะได้จัดยาได้ถูกต้อง
๕. เป็นผู้กอดกลั้นต่อเวทนาทั้งหลายอันมีในร่างกายที่เกิดขึ้น แล้วเป็นทุกข์ หมายถึง เมื่อเกิดเวทนาหรือความเจ็บปวดใด ๆ ก็สามารถทำใจเผชิญหน้าอย่างเข้มแข็งอดทน

สำหรับแนวคิดของวัดป่าเหวไฮเกี่ยวกับบุคคลที่ควรได้รับการรักษา เบื้องต้นทางวัดไม่ได้วางระเบียบเพื่อคัดเลือกผู้มาขอรับการรักษา แต่จะรับผู้ที่ป่วยเฉพาะโรคที่ทางวัดให้การรักษาเท่านั้นส่วนข้ออื่น ๆ ทางวัดก็จะยึดตามแนวคำสอนทางพระพุทธศาสนา คือ

๑. เป็นบุคคลสบาย ไม่แสดงอวดเก่ง มีศีลธรรม
๒. เมื่อมาขอรับการรักษาไม่ทำความรำคาญแก่ผู้ป่วยหรือผู้ให้การรักษา
๓. เป็นผู้ที่พูดง่ายเชื่อฟังปฏิบัติตามคำแนะนำ
๔. พุดความจริงเกี่ยวกับอาการของโรค
๕. เป็นผู้ที่มีความอดทนเข้มแข็งมีจิตใจที่ดี

๔.๑.๔ บุคคลที่เหมาะสมเป็นผู้รักษา

ในพระสูตรตันติปิฎก อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาตแสดงให้เห็นว่า ภิกษุที่สมควรเป็นผู้พยาบาลภิกษุไข้ ความว่า

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้พยาบาลภิกษุไข้ประกอบด้วยธรรม ๕ ประการ ควรพยาบาลภิกษุไข้ธรรม ๕ ประการ อะไรบ้าง คือ

๑. สามารถจัดยา
๒. ทราบสิ่งที่เป็นสัปปายะ และสิ่งที่ไม่เป็นสัปปายะเข้ามา

๓. มีจิตเมตตาพยาบาล ไม่เห็นแก่อามิสพยาบาล
๔. ไม่รังเกียจที่จะนำอุจจาระ ปัสสาวะ อาเจียน หรือน้ำลายออกไปทิ้ง
๕. สามารถชี้แจงให้ภิกษุไข้เห็นชัด ชวนใจให้อยากรับเอาไปปฏิบัติเข้าใจให้
อาจหาญแก้กลัว ปลอบชโลมใจให้สดชื่นร่าเริงด้วยธรรมีกถาตามกาลอัน
ควร

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้พยาบาลภิกษุไข้ประกอบด้วยธรรม ๕ ประการนี้แลควร
พยาบาลภิกษุไข้^{๑๒}

จากข้อความดังกล่าวอธิบายอีกครั้งได้ว่า

๑. คำว่าสามารถจัดยา คือ มีความสามารถในการจัดยาอย่างถูกต้อง
๒. รู้จักสิ่งสบายและไม่สบายคือของแสลงควรรหาเฉพาะสิ่งที่มีความสบายเข้า
มา
๓. เป็นผู้มีเมตตา มีจิตโดยไม่หวังผลพยาบาลโดยไม่หวังผลหรือสิ่งตอบแทน
ใดๆ
๔. เป็นผู้ไม่รังเกียจในการเช็ดล้างทำความสะอาดหรือนำเอาอุจจาระ ปัสสาวะ
อาเจียนและน้ำลายของผู้ป่วยไปทิ้ง
๕. เป็นผู้มีความสามารถชี้แจงธรรมีกถาในเวลาอันสมควรให้คนไข้สมาทาน
อาจหาญและร่าเริงได้

ส่วนแนวคิดของวัดป่าเหวไฮเกี่ยวกับบุคคลผู้ที่เหมาะสมเป็นผู้รักษา มีการสรุป
แนวปฏิบัติ คือ เป็นบุคคลที่สามารถจัดยา รู้จักยา รู้จักอาหารที่เป็นของการแสลง มีจิตใจ
เมตตา ไม่เห็นแก่ค่าจ้างรางวัล ไม่รังเกียจผู้ป่วยด้วยโรคต่าง ๆ ตลอดจนต้องสามารถ
ชี้แจงให้เห็นชัดปลอบชโลมใจผู้ป่วยให้ร่าเริงได้

อาจกล่าวสรุปได้ว่า แนวคิดเกี่ยวกับบุคคลผู้สมควรเป็นผู้ให้การรักษา ตามที่
พระพุทธเจ้าตรัสไว้เป็นหน้าที่ผู้ทำหน้าที่พยาบาลจะต้องดูแลผู้ป่วยทั้งทางด้านกายและจิต
คือ ต้องมีจิตเมตตาเอาใจใส่ดูแลด้วยความบริสุทธิ์ใจไม่รังเกียจผู้ป่วย สามารถทำให้ผู้ป่วย
มีความอึดเอิบใจ สบายใจ รื่นเริง สำหรับทางวัดป่าเหวไฮมีแนวคิด คือ เป็นผู้ที่เข้าใจ
สมุฏฐานโรค รู้ยา สามารถจัดยาได้ถูกต้อง มีจิตใจเมตตา และสามารถชี้แจงให้เห็นชัดจน
ตลอดจนทำให้ผู้ป่วยร่าเริงได้

^{๑๒} อจ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๑๒๔/๒๐๔-๒๐๕.

๔.๒ วิธีการรักษาสุขภาพ

การรักษาสุขภาพตามหลักทั่วไปจะมีทั้งทางกายและจิตตลอดจนการรักษาด้วยวิธีต่าง ๆ ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดประเด็นในการรักษา ดังนี้

๔.๒.๑ การรักษาสุขภาพกายและจิตรักษา

พระพุทธเจ้าตรัสถึงความสำคัญการมีสุขภาพร่างกายดีไม่มีโรคภัยเบียดเบียนว่าเป็นช่วงเวลาที่เหมาะสมแก่การทำงานเพ็ญเพียรอย่างยิ่ง^{๑๓} หากร่างกายเจ็บป่วยไม่อาจเยียวยาได้แล้วพระองค์จะทรงมุ่งเน้นการเยียวยาทางด้านจิตใจเป็นหลัก ดังเรื่องที่ปรากฏว่า ครั้งหนึ่งมีภิกษุสุขภาพป่วยหนัก ระยะเวลาสุดท้าย พระพุทธเจ้าทรงเยียวยารักษาทางด้านจิตใจทรงมีพระดำรัสว่า “แม้ร่างกายจะเจ็บหนักแต่ยังสามารถพัฒนาให้ไปสู่การบรรลุธรรมได้”^{๑๔}

๑. การรักษาสุขภาพกาย

พระพุทธเจ้าทรงใช้วิธีออกกำลังกายที่เหมาะสมกับสมณเพศเป็นอย่างดี ทรงยึดหลักการปรับเปลี่ยนอิริยาบถทั้ง ๔ ยืน เดิน นั่ง นอน ให้มีความสมดุล โดยเฉพาะอิริยาบถเดิน ได้แก่ การเดินบิณฑบาต เข้าตูลูของทุกวัน พระพุทธเจ้าและพระสาวก จะออกเดินบิณฑบาต ไปตามหมู่บ้านเป็นประจำดังความว่า

“ครั้นเวลาเช้า พระผู้มีพระภาคทรงครองอันตราวาสก ถือบาตรและจีวร เสด็จเข้าไปยัง....ลำดับนั้น อุทัยพราหมณ์ตักข้าวใสบาตรถวายจนเต็ม”^{๑๕} และ

“ครั้นเวลาเช้า ท่านพระอานนท์ครองอันตราวาสก ถือบาตรและจีวร เสด็จเข้าไป บิณฑบาตยังกรุงสาวัตถี”^{๑๖}

การเดินจงกรม การเดินไปมาโดยมีสติกำกับ พระพุทธเจ้าและพระสาวกจะปฏิบัติธรรม ด้วยการเดินจงกรมเป็นประจำ ดังข้อความที่ว่า

^{๑๓} อภ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๕๓-๕๔/๗๒-๗๓.

^{๑๔} อภ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๑๒๑/๒๐๑.

^{๑๕} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๙๘/๒๘๕-๒๘๖.

^{๑๖} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๐๗/๒๘๘.

“สมัยนั้น ท่านพระสารีบุตร...ท่านพระมหาโมคคัลลานะ...ท่านพระมหากัสสปะ...ท่านพระอนุรุทธะ...ท่านพระปุณณมันตานีบุตร..ท่านพระอุบาลี...ท่านพระอานนท์....แม้พระเทวทัตที่กำลังเดินจงกรมอยู่กับภิกษุจำนวนมาก ในที่ไม่ไกลพระผู้มีพระภาค”^{๑๗}

หมอชีวกโกมารภัจ ประจำอยู่ราชสำนักแห่งแคว้นมคธ และเป็นหมอประจำพระองค์ได้ทูลขอให้พระพุทธเจ้าทรงอนุญาตเรื้อนไฟและสถานที่เดินจงกรม เพื่อให้ภิกษุที่ฉันอาหารประณีตทำให้อ้วน ส่งผลให้เกิดโรคต่าง ๆ มีโอกาสออกกำลังกายชะลอการเกิดโรคและใช้เรื้อนไฟในการลดความอ้วน พระพุทธเจ้าทรงพิจารณาแล้วเห็นว่าเหมาะสมทรงอนุญาตตามหมอชีวกทูลขอไว้ทุกประการ^{๑๘}

- ๑) เป็นผู้มีความอดทนต่อการเดินทางไกล
- ๒) เป็นผู้มีความอดทนต่อการบำเพ็ญธรรม
- ๓) เป็นผู้มีความอดทนต่ออาหารน้อย
- ๔) อาหารที่กิน ต้ม เคี้ยว ล้มแล้วย่อยง่าย
- ๕) สมာธิที่ได้เพราะการเดินจงกรมตั้งอยู่ได้นาน^{๑๙}

การเดินทางจาริกเผยแผ่ธรรมะ พระพุทธเจ้าทรงใช้วิธีการเผยแผ่ธรรมะจากการเที่ยวจาริกไป ตามสถานที่ต่าง ๆ ด้วยการเดินเท้า แม้ว่าในยุคนั้นมีพาหนะเทียมด้วยสัตว์ใช้แล้วก็ตาม พระพุทธเจ้ามิได้ทรงอนุญาตการจาริกเผยแผ่ธรรมโดยการใช้อยานพาหนะ ยกเว้นผู้เจ็บป่วยเท่านั้น^{๒๐} เช่น “ครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าประทับอยู่....ในเมืองนาลันทา รับสั่งเรียกพระอานนท์มาตรัสว่า “มาเถิดอานนท์ เราจะเข้าไปยังป่าภูคคามกัน” พระอานนท์ทูลสนองพระดำรัสแล้ว พระผู้มีพระภาคเจ้าพร้อมด้วยภิกษุสงฆ์หมู่ใหญ่เสด็จไปถึงป่าภูคคาม^{๒๑}

^{๑๗} ส.น. (ไทย) ๑๖/๙๙/๑๘๗.

^{๑๘} วิ.จ. (ไทย) ๗/๒๖๐/๓๓.

^{๑๙} อง.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๒๙/๔๑.

^{๒๐} วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๕๒/๒๖.

^{๒๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๔๘/๗๒.

๒. การใช้จิตรักษา

พระพุทธเจ้าทรงถือหลักปฏิบัติในการบริหารจัดการ ด้วยหลักใหญ่ ๆ ดังที่ตรัสได้ในโอวาทปาติโมกข์ ๓ ประการ คือ “ละชั่ว ทำดี และทำจิตใจให้บริสุทธิ์”^{๒๒}

การละชั่ว คือ การละเว้นจากบาปอกุศลทั้งปวง ได้แก่ การฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในกาม พูดเพื่อเจ้อ พูดส่อเสียด พูดคำหยาบ เฟ่งเล็งอยากได้ของเขา การมีจิตพยาบาท มีความเห็นผิด^{๒๓}

การทำดี คือ การทำกุศลให้ถึงพร้อม ได้แก่ การละเว้นจากการฆ่า ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในกาม พูดเพื่อเจ้อ พูดส่อเสียด พูดหยาบ เฟ่งเล็งอยากได้ของเขา การมีจิตพยาบาท มีความเห็นผิด^{๒๔}

การทำจิตใจให้บริสุทธิ์ พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ดำรงจิตให้บริสุทธิ์ด้วยการทำจิตให้อยู่กับปัจจุบันกาลทุกขณะ และการทำให้จิตให้ว่าง ดังพระพุทธพจน์ที่ว่า ภิกษุทั้งหลาย ไม่เศร้าโศกถึงอดีต กำหนดรู้ปัจจุบัน^{๒๕}

สรุปว่า วิธีรักษาสุขภาพที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้มีทั้งการรักษาสุขภาพทางกายและการใช้จิตรักษาด้วยยึดหลักการปรับเปลี่ยนอริยาบท การยืน เดิน นั่ง และนอน ให้ถูกต้องตามลักษณะส่วนใช้จิตรักษาคือทำจิตบริสุทธิ์ทำจิตให้อยู่กับปัจจุบันกาลทุกขณะ

๔.๒.๒ การรักษาสุขภาพด้วยการประยุกต์หลายวิธี

การรักษาสุขภาพที่ปรากฏในทางพระไตรปิฎกมีหลายวิธีในการรักษาเมื่อภิกษุเจ็บป่วย พระพุทธองค์ ทรงมีพุทธานุญาตและพระพุทธบัญญัติหลายประการด้านการรักษาพยาบาลภิกษุอาพาธ ดังพระดำรัสว่า

^{๒๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๕๔/๕๗., ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๒๔/๓๓.

^{๒๓} ม.มู. (ไทย) ๑๒/๔๔๐/๔๗๓-๔๗๕.

^{๒๔} ม.มู. (ไทย) ๑๒/๔๔๑/๔๗๕-๔๗๘.

^{๒๕} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๐/๑๐.

๒. การพักผ่อนอิริยาบถ

สมัยหนึ่ง พระพุทธเจ้าแสดงธรรมเกือบตลอดทั้งคืน พระองค์ทรงมีอาการปวดหลังทรงใช้การบำบัดด้วยวิธีการพักผ่อน ดังพุทธพจน์ที่ว่า “สารีบุตร...จงแสดงธรรมมีกฏแก่ภิกษุทั้งหลาย เราเมื่อยหลัง จักขอพักผ่อนสักหน่อย”^{๓๑}

๓. การผ่าตัด

การผ่าตัด เป็นวิธีการรักษาโรคที่ก้าวหน้าที่สุดในสมัยพุทธกาล เช่น การผ่าตัดสมองและการผ่าตัดลำไส้ ปรากฏอยู่ในหมุมคฤหัสถ์ ทรงมีพุทธานุญาตให้ภิกษุผ่าตัด^{๓๒} ได้ ในบางกรณีการผ่าตัดในหมู่มสงฆ์ที่กล่าวไว้ในคัมภีร์พระไตรปิฎก มีดังนี้

การผ่าตัดฝี ภิกษุที่อาพาธด้วยโรคฝี ทรงอนุญาตให้ทำการผ่าตัด บอกไว้เพียงคร่าว ๆ ดังนี้

- ๑) ภิกษุอาพาธเป็นฝี ทรงอนุญาตการผ่าตัด
- ๒) น้ำฝาด
- ๓) งามบด
- ๔) ยาพอก
- ๕) ผ้าพันแผล
- ๖) ให้ชะด้วยน้ำแป้งเมล็ดผักกาด สำหรับแผลคัน
- ๗) ให้รม สำหรับแผลขึ้น (เปื่อยขึ้น)^{๓๓}

การผ่าตัดเนื้องอก ภิกษุที่อาพาธเป็นเนื้องอกที่ยื่นออกมา ทรงอนุญาตให้ทำการผ่าตัดด้วยวิธีการต่าง ๆ ดังนี้

- ๑) การผ่าตัดเนื้องอก ทรงอนุญาตให้ตัดด้วยเกลือ
- ๒) น้ำมันทาแผล
- ๓) ผ้าเก่าชุบน้ำที่ไหลเยิ้ม^{๓๔}

^{๓๑} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๐/๒๔๙.

^{๓๒} วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๖๗/๕๘.

^{๓๓} วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๖๗/๕๘-๕๙.

^{๓๔} วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๖๗/๖๐.

การผ่าตัดริดสีดวง เคยปรากฏว่า ภิกษุสงฆ์ให้หมอผ่าตัดริดสีดวงทวารมาแล้ว พระพุทธเจ้าทรงทราบจึงมีพุทธบัญญัติห้ามภิกษุสงฆ์ทำการผ่าตัดริดสีดวงทวาร หรือบีบ ริดสีดวงที่มีขนาดประมาณ ๒ นิ้ว รอบ ๆ ที่แคบ ภิกษุรูปใดผ่าตัดหรือบีบริดสีดวงต้อง อาบัติถุลลัจจัย^{๓๕}

๔. การใช้พุทธานุภาพ

การใช้พุทธานุภาพ เป็นอีกวิธีหนึ่งที่พระพุทธเจ้าทรงนำมาทำการรักษาโรค มีกล่าวในคัมภีร์พระไตรปิฎกโดยย่อว่า

สมัยหนึ่ง มีอุบาสกาชื่อสุปปิยา มีศรัทธาเลื่อมใสในพระพุทธศาสนา นางจึงได้ ตัดชิ้นเนื้อขาตนเองไปปรับปรุงอาหารแทนเนื้อสัตว์ ถวายแด่ภิกษุอาพาธ หลังจากนั้นนาง ป่วยพระพุทธรูปองค์ทรงทราบการไม่สบายของนาง ทรงแสดงพุทธานุภาพรักษาแผลของนาง ให้หายเป็นปกติ นางได้กล่าวสรรเสริญพุทธานุภาพของพระพุทธเจ้าไว้ว่า “นำอัศจรรย์ จริงหนอ ท่านผู้เจริญ ไม่เคยปรากฏ ท่านผู้เจริญ พระตถาคตทรงมีฤทธิ์มาก มีอานุภาพ มาก เพียงได้เห็นพระองค์เท่านั้นแผลใหญ่กลับหายเป็นปกติ มีผิวพรรณเรียบสนิท เกิด โลมชาติ”^{๓๖}

๕. การอนุญาตผู้รักษาพยาบาล

พระพุทธเจ้าทรงเห็นความสำคัญของรักษาพยาบาล เพราะการได้ผู้พยาบาลที่ ดีและมีความชำนาญทำให้โรคหายได้เร็วขึ้น ดังที่พบว่าทรงอนุญาตให้หมอชีวกเป็นหมอชีวกประจำพระองค์และรักษาพระสาวกในสำนักของพระองค์ด้วย พระองค์ทรงบัญญัติ คุณสมบัติของภิกษุผู้เป็นอุปัชฌาย์ ผู้เป็นพระนิสสัย และผู้มีสามเณรเป็นอุปัฏฐากจะต้อง เป็นผู้ทำการพยาบาลให้ได้

สรุปได้ว่า การรักษาสุขภาพด้วยการประยุกต์หลายวิธีประกอบด้วยการใช้ ความร้อน คือ การรม การต้มน้ำ การอบตัว การพักผ่อนหรือยาบพ การผ่าตัด เช่น เป็น ริดสีดวงการใช้พุทธานุภาพ คือ ฤทธิ์ในการรักษาและการอนุญาตให้ภิกษุเป็นผู้พยาบาล

^{๓๕} วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๘๐/๗๘-๘๐.

^{๓๖} วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๘๐/๘๐-๘๒.

๔.๒.๓ การรักษาสุขภาพด้วยเภสัชต่าง ๆ

เมื่อภิกษุอาพาธ พระองค์ทรงอนุญาตให้ใช้เภสัชสมุนไพร อาหาร และ การใช้วิธีการต่าง ๆ นอกเหนือจากการใช้ยา ในการบำบัดรักษา ดังกล่าวในรายละเอียดตามลำดับ ดังนี้

ในครั้งพุทธกาล เมื่อหมู่ภิกษุสงฆ์เกิดอาพาธ พระพุทธเจ้าทรงมีพุทธานุญาตให้ภิกษุมิเคื่องยาต่าง ๆ ไว้ใช้ตามความจำเป็นและเหมาะสมแก่โรค ดังนี้

“เภสัช ๕” ได้แก่ เนยใส เนยข้น น้ำอ้อย น้ำผึ้ง เป็นได้ทั้งยาและมีคุณประโยชน์ทางโภชนาการ ทรงอนุญาตให้ภิกษุที่อาพาธด้วยโรคผอมเหลืองฉันทอาหารไม่ได้รับประเคนเก็บไว้ฉันได้นาน ๗ วัน และฉันได้ตลอดเวลา

“น้ำมันเหลวที่เป็นยา” ได้แก่ มันเหลวมณี มันเหลวปลา มันเหลวปลาฉลาม มันเหลวมูมู มันเหลวลา ทรงอนุญาตให้ภิกษุที่อาพาธเป็นไข้รับประเคนและฉันในเวลากลางวันเรียกว่าในเพลเท่านั้น

“ผลไม้ชนิดต่าง ๆ ที่เป็นยา” ได้แก่ ลูกพลิงคะ ตีปาลี พริก สมอไทย สมอภิเพก มะขามป้อม ผลโกศ หรือผลไม้ที่เป็นยาชนิดอื่น ซึ่งไม่ใช่ของเคี้ยวของฉัน ทรงอนุญาตให้ภิกษุที่อาพาธ รับประเคนแล้วเก็บไว้ได้ ให้ฉันได้เฉพาะที่จำเป็น

“ยางไม้ชนิดต่าง ๆ ที่เป็นยา” ได้แก่ หิงคุ ยางเคี้ยวจากหิงคุ ยางเคี้ยวจากเปลือกหิงคุ ยางจากยอดต้นตันตกะ ยางจากใบตันตกะ ยางเคี้ยวจากตันตกะ กายานหรือยางที่เป็นยาชนิดอื่นที่มีอยู่ ซึ่งไม่ใช่ของเคี้ยวของฉัน ทรงอนุญาตให้ภิกษุที่อาพาธรับประเคนแล้วเก็บไว้ได้ ให้ฉันได้เฉพาะเวลาที่จำเป็น

“เกลือชนิดต่าง ๆ ที่เป็นยา” ได้แก่ เกลือสมุทร เกลือดำ เกลือสินเธาว์ เกลือดินโปรง เกลือหุง หรือเกลือชนิดอื่นที่มีอยู่ ซึ่งไม่ใช่ของเคี้ยวของฉัน ทรงอนุญาตให้ภิกษุที่อาพาธรับประเคนแล้วเก็บไว้ได้ ให้ฉันได้เฉพาะที่จำเป็น

“ยาผงชนิดต่าง ๆ ที่เป็นยา” ทรงอนุญาตให้ภิกษุที่อาพาธเป็นโรคฝีดาษ หิด ตุ่ม พุพอง ใช้ทาเพื่อไม่ให้น้ำเหลืองที่ไหลเยิ้มออกมาไปเกาะติดจีวรผืนหนึ่งจนทำให้เกาะออกลำบาก

“มูลโค ดินเหนียว กากน้ำย้อม” ทรงอนุญาตให้ใช้ทาดับกลิ่นตัวแรง

“ยาทาตา” ที่ทำด้วยเครื่องปรุงต่าง ๆ เช่น หรดาล กลีบทอง เขม่าไฟ ทรงอนุญาตให้รักษาที่เป็นโรคตา ทายาทาตา ยาป้ายตา

“เครื่องผสมยาตา” ได้แก่ ไม้จันทน์ กฤษณา กลัมพัก ไบแยง แห้วหมู ทรงอนุญาตให้ใช้ยาหยอดตา ยาป้ายตาที่ปรุงด้วยเครื่องปรุงดังกล่าวได้ สำหรับรักษาโรค

“น้ำมัน ยานัตถ์ และการสูตวัน” โรคปวดร้อนที่ศีรษะ ทรงอนุญาตน้ำมันสำหรับโรคปวดศีรษะ เมื่อยังไม่หายอนุญาตให้หนัตถ์ยา และสูตวันได้

“น้ำมันหุง และน้ำเมาเจือด้วยน้ำมันหุง” ทรงอนุญาตให้ฉันน้ำมันหุงและน้ำเมาที่เจือด้วยน้ำมันหุงที่ไม่เกินขนาดได้สำหรับน้ำมันหุงที่เจือน้ำเมาเกินขนาดทรงอนุญาตให้ใช้ทาเท่านั้นรักษาได้เต็ม ต้องอาบัติตามธรรม (ปรับอาบัติปาจิตตีย์)

“เขาสัตว์กอก ระบายโลหิต” ทรงอนุญาตให้ใช้เขาสัตว์กอก ระบายโลหิตออกสำหรับแก้โรคลมขัดยอกตามข้อ

“ยาทาเท้า” ทรงอนุญาตยาทาเท้า สำหรับโรคเท้าแตก และหากยังไม่หายทรงอนุญาตให้ปรุงน้ำมันทาเท้า

“ยามหาวิภว” ได้แก่ คุธ มูตร ถ้ำ ดิน ทรงอนุญาตให้เจือน้ำฉันแก้พิษงู

“น้ำดื่มเจือคุธ” ทรงอนุญาตให้ฉันแก้ยาพิษ

“น้ำละลายจากดินติดผาลไถ” ทรงอนุญาตให้ฉันแก้โรคเสน่ห์ยาแฝด

“น้ำต่างดืบ” ทรงอนุญาตให้ฉันแก้โรคท้องผูก

“น้ำสมอดองมูตรโค” ทรงอนุญาตให้ฉันแก้โรคผอมเหลือง

“สมุนไพรรหอม” ทรงอนุญาตให้สูบไล่สมุนไพรรหอม สำหรับแก้โรคผิวหนัง

“ยาถ่าย” ทรงอนุญาต สำหรับแก้โรคท้องผูก

“ยาตองโลณโสจิริก” (ยาที่ปรุงด้วยส่วนผสมนานาชาติ) ทรงอนุญาตให้เจือน้ำดื่มอย่างน้ำปานะแก้โรคลมในท้อง

“เหง้าบัวและรากบัว” พระสารีบุตรใช้ฉันแก้โรคร้อนในกาย

“ก้านอุบลอบ” พระพุทธเจ้าได้รับการปรุงถวายหอมชิวัก ใช้สูดสำหรับแก้โรคหมักหมมสิ่งอันเป็นโทษในร่างกาย^{๓๗}

^{๓๗} วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๖๐-๓๓๖/๔๓-๑๙๗.

“เนื้อดิบ และเลือดสด” ทรงอนุญาตให้ภิกษุที่อาพาธด้วยโรคมนุษย์เข้าสังฉันเนื้อดิบและเลือดสดได้^{๓๘}

“กระเทียม” ตามปรกติพระองค์ทรงห้ามฉันกระเทียม เพราะสงกลี้นรบกวนผู้มาฟังธรรม ครั้นทรงทราบว่าภิกษุอาพาธด้วยโรคลมเสียดท้อง ฉันกระเทียมแล้วหาย จึงทรงอนุญาตให้ฉันเฉพาะยามอาพาธ^{๓๙}

“น้ำส้ม น้ำผึ้ง เนยใส น้ำอ้อย” ทรงอนุญาตให้ใช้ร่วมกัน สำหรับรักษาโรคลงแดง^{๔๐}

“น้ำมูตรเน่าที่ผสมยาต่าง ๆ” ทรงอนุญาตให้ใช้รักษาโรคผอมเหลือง^{๔๑}

“น้ำอ้อย” พระพุทธเจ้าทรงประหารด้วยโรคลม พระอุปัฏฐากได้เตรียมน้ำร้อนให้สรองสนาน และได้ชงน้ำอ้อยกับน้ำร้อนถวายให้ฉัน (ดื่ม)^{๔๒}

“อุปกรณ์สำหรับใช้ปรุงยาและเก็บรักษายา” พระพุทธเจ้าทรงมีพุทธานุญาตให้ใช้อุปกรณ์ปรุงยาและเก็บรักษายา ตามที่มีกล่าวไว้ในพระไตรปิฎก หมวดเภสัชขันธกะ ดังนี้ ครกและสาก เครื่องร่อนยาผงและผ้าร่อนยา กลักยา และไม้ป้ายยาตา ภาชนะสำหรับเก็บไม้ป้ายยาตา

กล้องยานัตถ์ กล้องสูดควัน ฝาปิดกล้องสูดครว ชนิตที่ทำด้วยกระดูก ทำด้วยงา ทำด้วยขา ทำด้วยเขา ทำด้วยไม้ฮ้อ ทำด้วยไม้ไผ่ ทำด้วยไม้ ทำด้วยยางไม้ ทำด้วยโลหะ ทำด้วยเปลือกสังข์ ลักจันที่ทำด้วยโลหะ ทำด้วยไม้ และทำด้วยผลไม้ ใช้บรรจุน้ำมัน หุง อ่างน้ำ ใช้ใส่น้ำต้มใบไม้ ชนิดต่าง ๆ ให้ภิกษุอาบหรือแช่รักษาโรคลม และเขาสัตว์

^{๓๘} วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๖๔/๔๙., เนื้อดิบและเลือดสด ที่พระพุทธเจ้าทรงอนุญาตเห็นได้ อรรถกถาอธิบายได้ว่า ภิกษุเป็นผู้เป็นไข้ฉันนั้น ไม่ได้กินเนื้อดิบ ไม่ได้กินเลือดสด แต่มนุษย์ที่สิ่งอยู่ในร่างกายภิกษุนั้นกิน และดื่มครั้งใดกินเนื้อดิบและเลือดแล้ว ก็ออกจากร่างภิกษุนั้นไป และดูเพิ่มเติมใน วิ.อ. (บาลี) ๓/๒๖๔/๑๗๔.

^{๓๙} วิ.จ. (ไทย) ๗/๒๘๗/๗๔.

^{๔๐} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๘๕/๕๒๔.

^{๔๑} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๘๔/๕๒๔.

^{๔๒} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๙๗/๒๘๗-๒๘๘.

สำหรับใช้กรอกระบายโลหิต^{๔๓} กระจกหรือภาชนะสำหรับตรวจดูแผลบนใบหน้า ผ่ารัดเข่า
ไม้แคะหู ของที่ใช้ห่อ ไม้บังเวียน กบปียกภูมิ^{๔๔}

สรุปได้ว่า การรักษาด้วยการใช้สมุนไพรพระพุทธรองค์ทรงอนุญาตให้ภิกษุใช้
และเก็บสมุนไพรตลอดจนอุปกรณ์ในการรักษาการเก็บรักษายามีครก สาก เครื่องร่อนยา
ผ้าร่อนยากลัทยา กล้องสูตควันกล้องยานัตถ์ตลอดจนกระจกสำหรับส่องดูแผล

๔.๒.๔ หลักการฉันอาหารและเภสัช

พระพุทธรเจ้าทรงมีพุทธานุญาตให้ใช้ใช้อาหารเป็นยาและบำรุงสุขภาพ ตามที่
ระบุไว้ มีดังนี้

๑. น้ำข้าวใส น้ำต้มถั่วเขียวไม่ขุ่น น้ำต้มถั่วเขียวขุ่น น้ำต้มเนื้อ ทรงอนุญาตให้
ภิกษุ อาหารที่ฉันยาถ่าย ใช้บำรุงสุขภาพได้^{๔๕}

๒. ข้าวยาคุ เมื่อครั้งที่พระพุทธรเจ้าทรงประชวนด้วยโรคในพระอุทร พระ
อานนท์ได้ต้มข้าวยาคุ ซึ่งปรุงด้วยข้าวสาร ถั่วเขียว และงาบดถวาย ทรงดื่มแล้วหายจาก
การประชวร^{๔๖}

พระพุทธรเจ้าตรัสว่าข้าวยาคุเป็นยามีประโยชน์ ๕ ประการ คือ

๑. บรรเทาความหิว
๒. บรรเทาความกระหาย
๓. ทำให้ลมเดินคล่อง
๔. ชำระลำไส้
๕. ช่วยย่อยอาหาร^{๔๗}

^{๔๓} วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๖๔-๒๖๗/๔๙-๕๗.

^{๔๔} วิ.จ. (ไทย) ๗/๒๔๔/๒๔๗, ๒๗๖, ๒๗๗, ๒๙๕/๗, ๙, ๖๔-๖๕., กบปียกภูมิ หมายถึง ชื่อเรียก
สถานที่เก็บโภชนาหารและเภสัชสำหรับสงฆ์ และดูเพิ่มเติมใน วิ.อ. (บาลี) ๓/๒๙๕๑๑๘๒-๑๘๓.

^{๔๕} วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๖๗/๗๐.

^{๔๖} วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๗๔/๗๐.

^{๔๗} วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๘๒/๘๙., อง.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๒๐๗/๓๕๐.

สรุปได้ว่า หลักการฉันอาหารทรงอนุญาตให้ใช้ยาเป็นอาหาร และบำรุงสุขภาพ ตามที่ระบุมีน้ำข้าวใส่น้ำต้มถั่วเขียวช่นน้ำต้มเนื้อข้าวยาสูบ เพื่อประโยชน์บรรเทาความหิว ทำให้ลมเดินชำระลำไส้ช่วยย่อยอาหาร

ตารางที่ ๑ เปรียบเทียบแนวคิดการรักษาสุขภาพตามแนวพระไตรปิฎกกับแนว
ของวัดป่าแหวไฮ

แนวคิดในพระไตรปิฎก	แนวคิดของวัดป่าแหวไฮ
<p>๑) ด้านการรักษาสุขภาพกาย เป็นการบำบัดในส่วนที่โรคเข้ามา เบียดเบียนร่างกาย มีการดูแลรักษาที่ อนุโลมการดูแลร่างกาย ๑๔ ประการมี การออกกำลังกาย การพักผ่อนให้ถูก ลักษณะ มีสติสัมปชัญญะ การใช้ สมุนไพรเพื่อขจัดโรคภัยที่มาเบียดเบียน เท่านั้น การรักษาสุขภาพกาย ประกอบด้วยการออกกำลังกายที่ เหมาะสม มีการปรับเปลี่ยนอิริยาบถทั้ง ๔ มี ยืน เดิน นั่ง นอน การบิณฑบาต เติมน้ำจืด การเดินทางเผยแผ่ธรรม การใช้จิตรักษา ได้แก่ การบำเพ็ญเพียร ทางจิต การทำจิตให้บริสุทธิ์ให้เป็น ปัจจุบันทุกขณะ</p> <p>๒) ส่วนด้านการรักษาทางจิตใจ มีการทำ ให้จิตบริสุทธิ์ หรือทำจิตให้ว่าง ได้แก่ เติมน้ำจืด นั่งสมาธิ นอนอย่างมี สติสัมปชัญญะ พักผ่อนในที่สงบ ชำระ จิตให้ห่างจากการยินดียินร้าย ละ ความพยายาม การอยู่กับธรรมชาติ</p>	<p>๑) การรักษาโดยยึดตามแนวพระไตรปิฎก การรักษาสุขภาพทางกาย ประกอบด้วย การออกกำลังกาย ยืน เดิน นั่ง นอน ที่ถูกต้องเหมาะสมกับกำลังร่างกาย การ กินอาหารที่เป็นประโยชน์ ไม่เห็นแก่กิน การใช้จิตรักษา การทำจิตใจให้สบาย ไม่ คิดกังวล เข้าใจธรรมชาติของร่างกาย รักษาจิตให้บริสุทธิ์ มีจิตใจเบิกบานทั้ง การดูแลรักษาด้วยการออกกำลังกาย การพักผ่อน โดยมีการผนวกเข้ากับ แนวคิดแพทย์แผนไทยมีการใช้สมุนไพร เพื่อเสริมสร้างสุขภาพ</p> <p>๒) ส่วนด้านการรักษาทางจิตใจ มีการสร้าง ความเข้าใจให้ผู้ป่วยเข้าใจธรรมชาติ ด้วยวิธีเจริญสมาธิ ทำจิตใจให้เบิกบาน ตลอดเวลา ละเว้นความโกรธ ความ พยายาม ทำความเข้าใจกับปัญหาที่ เกิดขึ้นให้แก่ผู้ป่วยด้วยยึดหลักธรรม ตามแนวพระพุทธศาสนา</p>

<p>๓) สมุฏฐานของโรค ทางพระพุทธานุภาพ แสดงสมุฏฐานทั้งทางกายและทางจิตใจ คือ ทางกาย มีโรคเกิดจากดี เสมหะ ลม ไข่มสันนิบาต ฤดูแปรปรวน การใช้กำลังเกินความเพียร การบริโภคอาหาร การสัมผัสทางภายนอก ทางจิตใจ เกิดจากกิเลส ตัณหา ครอบงำจิตใจ ความโลภ โกรธ หลง ความอิจฉาริษยา หึงหวง วิตกกังวล ความอาลัยอาวรณ์</p> <p>๔) บุคคลที่ควรรักษา ประกอบด้วยธรรม ๕ ประการ ๑. ทำสิ่งที่ เป็นสัปปายะ ๒. รู้จักประมาณในสิ่งที่ เป็นสัปปายะ ๓. ฉันทะ ๔. บอกลาตามจริง ๕. เป็นผู้อดกลั้นต่อเวทนา</p> <p>๕) บุคคลที่เหมาะสมเป็นผู้รักษา ประกอบด้วยธรรม ๕ ประการ คือ ๑. สามารถจัดยา ๒. ทราบสิ่งที่ เป็นสัปปายะ ๓. มีจิตเมตตา ๔. ไม่รังเกียจผู้ป่วย ๕. สามารถชี้แจงไขให้ชัดเจน</p> <p>๖) การรักษาสุขภาพด้วยประยุกต์หลายวิธี ประกอบด้วย ๑. ด้านการใช้ความร้อน ด้วยกระโจมรมด้วยใบไม้ น้ำต้ม รม ด้วยใบไม้ ๒. ด้านการพักผ่อน อิริยาบถ มีนั่ง นอน เมื่อมีอาการปวดเมื่อยหรือเหนื่อย ๓. ด้านการผ่าตัด ด้วยเกลือ ไซยา น้ำฟาด งามบด ยาพอก ผ้าพันแผล น้ำมันทาแผล ๔. ด้านการใช้พุทธานุภาพ มีการใช้ฤทธิ์ในการ</p>	<p>๓) วัดป่าเหวไฮ้ได้แสดงสมุฏฐานของโรค ทั้งทางกายและทางใจ คือทางกาย เกิดจากภายนอกและภายใน ภายนอกจากการสัมผัสสิ่งที่มีพิษ ของแข็ง น้ำร้อน ไฟ ภายในได้แก่ โรคจากดี เสมหะ ฤดูแปรปรวน อาหาร ทำงานเกินกำลัง อายุมาก ทางจิตใจ เกิดจากความโลภ โกรธ หลง ความวิตกกังวล ความอิจฉาริษยา หึงหวง ความเครียด</p> <p>๔) บุคคลที่ควรรักษา ประกอบด้วย ๑. เป็นคนสบายไม่อวดเก่ง ๒. ไม่ทำความรำคาญ ๓. พุดง่ายเชื่อฟังคำแนะนำ ๔. พุดความจริง ๕. เป็นผู้มีอารมณ์อดทน</p> <p>๕) บุคคลที่สมควรเป็นผู้รักษา ประกอบด้วย ๑. สามารถจัดยา ๒. รู้จักชื่อยา ๓. รู้จักอาหารที่แสดง (ผิดกับโรค) ๔. ไม่เห็นแก่อาภิมิสสินจ้าง ๕. ไม่รังเกียจผู้ป่วย ๖. สามารถชี้แจงไขให้ชัดเจน</p> <p>๖) การรักษาสุขภาพด้วยประยุกต์หลายวิธี มีการรักษาหลายวิธีด้วยใช้น้ำต้ม ใบไม้ น้ำมัน ด้านการให้พักผ่อน ด้านการผ่าตัดไม่มีในวัดป่าเหวไฮ้ และไม่มีการใช้ฤทธิ์ในการรักษาแต่จะใช้ตัวยาสมนุไพร ในรูปแบบ ยาต้ม ยาขง ยาลูกกลอน ยาดองเหล้า ยาทาภายนอก และการอบตัวด้วยสมุนไพรรักษาตามอาการ</p>
--	--

<p>รักษา เช่น การแสดงพุทธานุภาพรักษาให้แก่นางสุปปียาที่ตัดเนื้อตนเอง</p> <p>๗) การรักษาสุขภาพด้วยเภสัชต่าง ๆ พระพุทธองค์ทรงอนุญาตให้ใช้สมุนไพรได้แก่เภสัช ๕ ผลไม้ ยางไม้ เปลือก ยาผงชนิดต่าง ๆ มูลโค ดินเหนียว กระจะเทียม เหง้าบัว รากบัว เนื้อดิบ กระจะเทียม น้ำผึ้ง เพื่อการรักษาโรค</p> <p>๘) หลักการฉันอาหารและเภสัช ทรงอนุญาตให้ใช้อาหารเป็นยา น้ำข้าวใส ถั่วต้ม น้ำต้มเนื้อ ข้าวยาคุ และส่วนที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพ</p>	<p>และโรคต่าง ๆ</p> <p>๗) การรักษาสุขภาพด้วยเภสัชต่าง ๆ ใช้สมุนไพร ยาผง ยาสกัด น้ำมัน น้ำผึ้ง การอบ การประคบ ทั้งชนิดต้มดื่มและใช้ทาภายนอก</p> <p>๘) ไม่มีข้อห้ามในการกินอาหาร แต่อาจมีบางโรคต้องละเว้นอาหารที่เป็นของแสลงต่อโรค การกินอาหารให้พอเหมาะ</p>
--	--

ผลจากการเปรียบเทียบที่แสดงในตาราง ชี้ให้เห็นความเหมือนและแตกต่างกันหลายประการ แต่ก็ไม่มากเกินไปนักทั้งนี้เนื่องจากวัดป่าเหวไฮ ได้รับอิทธิพลทางแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพมาจากพระไตรปิฎกและนำมาประยุกต์ใช้ในการรักษาสุขภาพ

๔.๓. ผลการดำเนินการรักษาสุขภาพ

การดูแลรักษาสุขภาพ คือ การทำให้ร่างกายรับประทานอาหาร การใช้สมุนไพรการบำบัดเพียรจิต กล่าวคือ มีกายดี จิตดี ตลอดจนมีสังคมดีตามมา ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาถึงผลของการรักษาสุขภาพแบ่งออกเป็น ๔ ด้าน ดังนี้

๔.๓.๑ ผลด้านสุขภาพกาย

การรักษาสุขภาพที่เกิดจากสาเหตุต่างๆ การขาดความสมดุล ทางร่างกาย เมื่อมีการรักษาให้ถูกต้องตามหลักแห่งสุขภาพหรือหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนา เช่น รู้จักการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย แต่ถ้าหากเกิดเจ็บป่วย การรักษาทางกายต้องใช้สมุนไพรบำบัดตามสมุฏฐานของโรคนั้น

ผลการดำเนินงานดังกล่าวที่ทางวัดป่าเหวไฮ ได้ดำเนินการรักษาทางกายด้วยสมุนไพร จนทำให้ผู้ที่เข้ารับการรักษาจำนวนมาก กลับมามีร่างกายแข็งแรงประกอบอาชีพได้เป็นปกติตามสภาพของวัยและร่างกายของผู้ป่วย ซึ่งการรักษาของทางวัดส่วนมากจะเน้นรักษาทางกายด้วยสมุนไพรตามสมุฏฐานของโรค สอดคล้องกับคำสัมภาษณ์ของเจ้าอาวาสวัดป่าเหวไฮ

การดำเนินงานรักษาผู้ป่วยด้วยสมุนไพร ส่วนมากจะเน้นในด้านการรักษาทางกาย การใช้ยาสมุนไพรเพื่อปรับความสมดุลของธาตุในร่างกาย คนที่มาได้รับการรักษาจะมีร่างกายสมดุล สามารถทำงานเลี้ยงชีพได้ตามปกติและตามสภาพทางอายุและร่างกาย^{๔๘}

สรุปได้ว่า ผลการดำเนินงานรักษาสุขภาพทางกายตามแนวพระพุทธศาสนา จะเน้นบริโภคอาหารตามคำสั่ง การใช้สมุนไพร ใช้อาหาร ความร้อน การพักผ่อนส่วนวัดเหวไฮก็ใช้วิธีการใช้สมุนไพรให้อาหารกายบริหารเป็นผลที่ทำให้ผู้ป่วยมีกายสมบรูณ์อยู่อย่างมีความสุข

๔.๓.๒ ผลด้านสุขภาพจิต

การรักษาสุขภาพจิตใจตามแนวพระพุทธศาสนา กล่าวถึง ผู้ป่วยที่มีอาการทางจิต เกิดจากวิกลจริตมีจิตแปรปรวนจิตฟุ้งซ่าน มีความจำผิดปกติ อันเนื่องมาจากความผิดปกติทางกายพระพุทธเจ้าทรงเยียวยารักษาด้านจิตใจ ดังพระดำรัสว่า “แม้ร่างกายจะเจ็บหนักแต่ยังสามารถพัฒนาให้ไปสู่การบรรลุธรรมได้”^{๔๙} เมื่อเกิดเจ็บป่วยทางกายขึ้นที่สำคัญที่สุดอย่าให้ใจต้องเจ็บป่วยตามไปด้วย แต่ต้องสร้างดุลยภาพทางใจขึ้นมา เพื่อนำไปใช้และช่วยเสริมดุลยภาพทางกายให้ได้^{๕๐}

สำหรับผลดำเนินงานรักษาสุขภาพจิตของวัดป่าเหวไฮ เป็นการรักษาจิตใจเป็นตัวเสริมกับการรักษาทางกายที่ดำเนินการด้วยการดูแลทางจิตใจเป็นตัวเสริมกับการรักษาทางกายที่ดำเนินการด้วยสมุนไพรบำบัด เพราะจิตใจก็เป็นอีกสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้ป่วยหนักหรือหายจากโรคทางกายได้ จากการสัมภาษณ์ผู้เคยมารักษาที่วัดป่าเหวไฮ อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธานีเกี่ยวกับการรักษาและผลที่เกิดขึ้นได้จิตใจ ผู้ป่วยส่วนมาก

^{๔๘} สัมภาษณ์ พระครูสุนทวิมลกิจ, ๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๔.

^{๔๙} อจ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๑๒๑/๒๐๑.

^{๕๐} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), ดุลยสาระแห่งสุขภาพและความสมบรูณ์, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๐), หน้า ๒๒.

จะเกี่ยวข้องกับร่างกายแล้วค่อยมีผลต่อเนื้อไม่ถึงจิตใจแต่ทางวัดก็มีวิธีการที่จะให้เกิดผลที่ต่อเนื่องมาจากกายสู่จิตใจคือผู้ที่ได้รับการรักษาทางกายหายดีแล้วสภาพจิตใจก็จะพลอยดีขึ้นตามมาจึงเป็นวิธีการที่ดีในการนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดและดีที่สุดในการรักษาสุขภาพ^{๕๑}

สรุปได้ว่า ผลการดำเนินงานการรักษาสุขภาพจิตของวัดป่าแหวไฮ จะไม่ใช่เฉพาะสมุนไพรมแต่จะใช้ธรรมะบำบัดต่อเนื่องจากการใช้สมุนไพรรักษาร่างกาย ซึ่งเป็นลักษณะที่ให้ความสนใจในความเป็นจริงความสุขใจ การทำจิตใจให้เบิกบานอยู่ตลอดเวลาการเข้าใจธรรมชาติของร่างกาย ของโรคภัยตลอดจนการมีจิตใจที่ดีผ่องใส

๔.๓.๓ ผลด้านทางพระธรรมวินัย

พระพุทธรเจ้าตรัสว่าธรรมทั้งหลายโดยเฉพาะอริยมรรคมีองค์ ๘ สามารถนำมาใช้ในการบำบัดรักษาโรคทางกายและโรคทางจิตอย่างได้ผล กล่าวคือ ย่อมได้ผลให้เกิดปัญญาในทางรู้แจ้ง ตามความเป็นจริงสามารถกำจัดกิเลสทั้งปวงให้หมดสิ้นไปได้ ผู้มีจิตอยู่เหนือปัญหาใด ๆ ทั้งปวงได้ โดยเฉพาะปัญหาในเรื่องความเกิด แก่ เจ็บ ตาย เมื่อเป็นผู้หมดกิเลสทั้งปวงได้ เป็นผู้ที่ไม่เชื่อว่ามีโรคทางจิตคือเป็นจิตที่สมบูรณ์ การเจริญสติปัญญา เจริญมรรคมีองค์ ๘ จึงมีผลต่อการแก้ปัญหาความเจ็บป่วยได้ นอกจากนี้การรักษาสุขภาพ ทำให้เกิดผลต่อการบัญญัติทั้งวินัย บัญญัติ คุณธรรมสำหรับผู้พยาบาล อายาก และภิกษุผู้เป็นพยาบาลภิกษุใช้

สำหรับหลักคิดเกี่ยวกับการให้การักษาสุขภาพของวัดป่าแหวไฮ มีผลจากการดำเนินงานด้านทางพระธรรมวินัย กล่าวคือ ผู้รับการรักษาต้องเป็นผู้มีคุณธรรม คือ มีจิตใจเมตตา มีความซื่อสัตย์ และเป็นคนมีระเบียบวินัย ในการรักษาสุขภาพการทานยาหรือปฏิบัติตามข้อกำหนดที่ทางวัดระบุไว้ การให้เกียรติผู้มาก่อน หมายถึง เรียงลำดับความสำคัญตามที่ทางวัดกำหนด

๔.๓.๔ ผลด้านสังคม

ภารกิจอันสำคัญที่พระพุทธรเจ้าทรงถือปฏิบัติอยู่เนื่อง ๆ คือ การเสด็จไปเยี่ยม ภิกษุอาพาธตามศาลาโรงไข้ตามที่พักอาศัย เช่น

^{๕๑} สัมภาษณ์ ทองรัก เพ็ชรเขียว, ๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๔.

“สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคเจ้า...เข้าไปหาท่านพระมหากัสสปะ ถึงที่อยู่ ได้ตรัสถามพระมหากัสสปะดังนี้ว่า เธอยังสบายดีหรือยังพอเป็นอยู่ได้หรือ ทุกขเวทนาทุเลาลงไม่กำเริบขึ้นหรืออาการทุเลาปรากฏอาการไม่กำเริบไม่ปรากฏหรือ”^{๕๒} นอกจากนี้พระองค์ได้แสดงให้เห็นถึงการดูแลรักษาในสังคมสงฆ์จนเกิดผลที่สะท้อนให้บัญญัติคุณธรรมของผู้รักษาพยาบาลและคนไข้เพื่อให้เกิดความผาสุกในหมู่คณะทั้งการใช้สมุนไพรบำบัดและใช้ธรรมโอสถบำบัดอันเป็นแบบอย่างในสังคมพระพุทธศาสนา ดังความว่า “พระมหากัสสปะอาพาธหนักอยู่ ณ ปีปผลิคูหาครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าเสด็จไปเยี่ยมถึงที่พักทรงแสดงธรรม “โพชฌงค์ ๗” ให้พระมหากัสสปะฟังพระมหากัสสปะน้อมจิต พิจารณาตามไปด้วย ครั้นพระองค์ทรงแสดงธรรมจบลงพระมหากัสสปะก็หายอาพาธ”^{๕๓}

ในการรักษาของวัดป่าเหวไฮ อำเภอสรีราชา จังหวัดอุดรธานีนั้น มีวิธีการดำเนินการรักษาสุขภาพหลักการใหญ่ ๆ ได้ยึดหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนามาเป็นแบบอย่าง ผลจากการรักษาจึงเกิดขึ้นในหลาย ๆ ด้าน โดยเฉพาะทางด้านสังคมสะท้อนให้เห็นว่าเป็นการช่วยเหลือแบ่งเบาภาระทางสังคมนอกเหนือจากที่ภาครัฐได้ดำเนินการไป อาจไม่ทั่วถึงหรือประชาชนอาจคิดว่าหมดทางรักษาจึงหันมารักษาทางสมุนไพร โดยสถิติมีผู้มารับการรักษาเป็นจำนวนมากในแต่ละเดือนจึงถือเอาว่ามีผลดีทาง ด้านการช่วยเหลือทางสังคมดังคำสัมภาษณ์ผู้ที่เคยมารักษาที่วัดป่าเหวไฮ ว่า การดำเนินงานรักษาสุขภาพของวัดเป็นการช่วยเหลือสังคมทั้งทางตรงและทางอ้อม ทางตรงก็ได้แก่การช่วยเหลือทางการแบ่งเบาภาระทางรัฐในเรื่องเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพเล็ก ๆ น้อย ๆ ไม่ต้องมีค่าใช้จ่ายสูง ประหยัดเวลาเดินทาง ส่วนทางอ้อมได้แก่ การได้ช่วยเหลือสังคมนอกจากจะรักษาสุขภาพกายแล้วยังได้รักษาสุขภาพจิตไปด้วย และการเผยแผ่หลักธรรมในพระพุทธศาสนา เป็นการรักษาภาพลักษณ์ทางพระพุทธศาสนาให้สังคมได้รับรู้ไปด้วย^{๕๔}

สรุปได้ว่า ผลการดำเนินงานการรักษาสุขภาพจากพระไตรปิฎกและของวัดป่าเหวไฮ มีผลต่อสังคมเป็นการรักษาที่มีลักษณะช่วยเหลือทางสังคมแบ่งเบาภาระให้กับสังคม ในการรักษาสุขภาพที่ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายสูงจนเกินไป เป็นการสะท้อนให้เห็นถึงการนำเอาหลักการตามแนวทางพระพุทธศาสนา มาแก้ปัญหาทั้งในทางสุขภาพทางกายทางจิตและสังคมโดยแท้จริง ทั้งนี้ไม่ว่าจะเป็นวิธีการตั้งแต่การติดต่อขอรับการรักษา

^{๕๒} ส.ส. (ไทย) ๑๘/๗๔-๗๕/๖๖., ส.ม. (ไทย) ๑๗/๑๕๕/๑๒๘.

^{๕๓} ส.ม. (ไทย) ๑๗/๑๕๕/๑๒๘-๑๒๙.

^{๕๔} สัมภาษณ์ พระคำผาย ปสนุโน, ๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๔.

ขณะที่กำลังรักษาจนสุดท้าย คือ การรักษา เมื่อหายจากป่วยแล้วมีการติดตามผลจนทำให้ผู้ที่มารับการรักษาไว้วางใจให้ความเชื่อถือ และนับว่าเป็นวิธีการที่ช่วยเหลือสังคมทั้งทางตรงและทางอ้อม

ตารางที่ ๒ เปรียบเทียบผลการดำเนินการรักษาสุขภาพในพระไตรปิฎก
กับวัดป่าแหะไฮ

แนวพระไตรปิฎก	แนววัดป่าแหะไฮ
๑) ผลด้านสุขภาพกาย ทำให้มีร่างกายสดชื่น แข็งแรง ผ่องใส ปราศจากโรคภัยต่าง ๆ สามารถทำกิจของสงฆ์ได้ครบสมบูรณ์	๑) ผลด้านสุขภาพกาย ทำให้มีร่างกายแข็งแรง สดชื่น แจ่มใส สามารถดำเนินชีวิตเป็นปกติ เลี่ยงชีวิตตามสภาพของฐานะแบบพอเพียง มีความสุขในการอยู่ร่วมกันในสังคม
๒) ผลด้านจิตใจ เป็นผู้มีจิตใจผ่องใส จิตไม่แปรปรวน ไม่ฟุ้งซ่าน มีความจำดี มีจิตเป็นกุศล สามารถขจัดโลภะ โทสะ โมหะ และสามารถเข้าถึงธรรมชั้นสูงได้เร็ว	๒) ผลด้านจิตใจ มีจิตใจผ่องใส ร่าเริง เบิกบาน ไม่วิตกกังวล มีความเมตตา มีจิตใจเป็นกุศล มีความเชื่อเรื่องบุญ-บาป และเรื่องผลของกรรม
๓) ผลด้านพระธรรมวินัย ยึดหลักพระธรรมวินัยอย่างเคร่งครัด ทำให้เกิดการบัญญัติทั้งวินัยและคุณธรรม สำหรับผู้ป่วยและผู้ให้การรักษาผู้ป่วย	๓) ผลด้านพระธรรมวินัย มีการวางกฎระเบียบในการเข้ารับการรักษา ระเบียบการรับประทานยา จรรยาบรรณของผู้ป่วยและผู้ให้การรักษา
๔) ผลด้านสังคม เกิดความผาสุกในหมู่คณะ แบ่งเบาภาระสังคม คนในสังคมมีความสนใจ มีเมตตาเอื้อเฟื้อต่อกัน อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข	๔) ผลด้านสังคม แก้ไขปัญหาแบ่งเบาภาระแก่สังคม อยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข ทำให้ภาครัฐลดค่าใช้จ่าย

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาเชิงเปรียบเทียบแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพจากพระไตรปิฎก กับแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพของแพทย์แผนไทยโดยพระสงฆ์ : ศึกษาเฉพาะกรณีวัดป่าเหวไฮ ตำบลหัวนาคำ อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี โดยมีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ ๑) เพื่อศึกษาแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพในพระไตรปิฎก ๒) เพื่อศึกษาแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพของแพทย์แผนไทยและตามแนวของวัดป่าเหวไฮ และ ๓) เพื่อศึกษาเปรียบเทียบแนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพในพระไตรปิฎก และผลดำเนินการรักษาสุขภาพของพระสงฆ์วัดป่าเหวไฮ ตำบลหัวนาคำ อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี สรุปผลการวิจัยได้ ดังนี้

๕.๑.๑ แนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพในพระไตรปิฎก

๑. ความคิดพื้นฐานสำหรับการรักษาสุขภาพในพระไตรปิฎก แนวคิดเรื่องสุขภาพ หมายถึง การดูแลสุขภาพเป็นหัวใจสำคัญที่มนุษย์ต้องดูแลเพื่อสุขภาพทั้งบุคคล ครอบครัว ชุมชนและสังคม ทั้งนี้ต้องประกอบด้วยสุขภาพทางกาย ทางจิตใจ ทางปัญญา อันจะนำสู่สังคมที่ดี สมุฏฐานความหมายและประเภทของโรคได้แก่สมุฏฐานของโรคเกิดจากเสมหะ น้ำดี ลม ฤดู ที่แปรปรวน ซึ่งแบ่งตามชนิดของโรคที่เกิดมี ๒ ชนิด คือ โรคทางกายและโรคทางจิตใจ คุณลักษณะทั่วไปของผู้รับการรักษาคือ คุณลักษณะของผู้รับการรักษาต้องประกอบด้วยเป็นผู้รู้จักสร้างความสบาย รู้จักประมาณ รักษาง่าย บอกรอาการตามความจริง มีความอดทนต่อโรคที่เกิดขึ้นและคุณลักษณะของแพทย์ผู้รักษาผู้ป่วยคือภิกษุผู้เป็นพยาบาลหรือแพทย์ในการรักษาคนไข้ต้องมีลักษณะที่ดีคือ สามารถจัดยา รู้เรื่องยา รู้ความสะดวกสบายไม่เห็นแก่อาภิมิส มีจิตพยาบาลไม่รังเกียจ สามารถชี้แจงโรคได้และสามารถทำให้จิตใจของผู้ป่วยร่าเริงได้

๒. แนวทางการรักษาสุขภาพทางกายและจิตใจในพระไตรปิฎก การรักษาสุขภาพทางกายและทางจิตใจในพระไตรปิฎกใช้กรรมโอสถ คือกรรมหรือหลักกรรม คำสอนเพื่อให้รู้วิธีการบริโภค รู้จักประมาณการบริโภค การออกกำลังกายมีสติกำกับตลอดเวลา การรักษาสุขภาพด้วยการประยุกต์หลายวิธี คือ มีการนำรูปแบบต่าง ๆ มาใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพ ได้แก่ สัปปายวิธี คือ ทำความสบายด้วยรู้จักประมาณทำ ความสบายให้แก่ตนเองบริโภคสิ่งที่ย่อยง่าย ประพฤติถูกต้อง ส่วนการประพฤติพรหมจรรย์ ก็เพื่อให้เกิดความผาสุกทั้งทางกายและจิตใจมีการเดิน ยืน นั่ง นอน และเจริญภาวนาการรักษาสุขภาพด้วยเภสัชที่ได้รับพุทธานุญาตเกี่ยวกับเภสัช ๕ ประการ คือ เนย ใส เนยขัณฑ์ น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย สำหรับสมุนไพรรักษาโรค และแหล่งที่มาของเภสัช ได้แก่ ราก น้ำผาด ใบไม้ ผลไม้ และยางไม้ เปลือก มูลโค ดิน ควัน ควัน เป็นวิธีการสอนให้ภิกษุได้รับรู้เรื่องเภสัช จากแหล่งต่าง ๆ ที่ภิกษุสามารถหาได้ง่ายและทันเวลาเพื่อนำไปสู่ความสุขกายสุขใจในหมู่คณะ ส่วนวิธีเก็บรักษาเภสัชเมื่อนำมาแล้ว ไม่ควรเก็บไว้เกิน ๗ วัน อันเป็นการป้องกันความมกมกของภิกษุ ต้องการให้ภิกษุรู้ประมาณกับความต้องการเท่าที่จำเป็นสำหรับหลักการในการฉันอาหาร และเภสัชที่ถูกต้องตามลักษณะของอาหาร และเภสัชเฉพาะเรื่องของยามวิกาลหรือนอกวิกาล

๕.๑.๒. แนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพของแพทย์แผนไทยและวิธีการของวัดป่าเหวไฮ

๑. แนวคิดวิธีการของแพทย์แผนไทยในการรักษาสุขภาพ แนวคิดวิธีการแพทย์แผนไทยในการรักษาสุขภาพ หมายถึง ปรัชญา ความรู้ และวิธีปฏิบัติ เพื่อดูแลสุขภาพมีการบำบัดรักษาโรคที่ประกอบไปด้วยการใช้สมุนไพรรักษาโรค การรักษากระดูกแบบดั้งเดิม ซึ่งการแพทย์แผนไทยต้องรู้การเกิดโรค รู้จักชื่อของโรคที่เกิดขึ้นนยารักษาโรค วิธีการรักษาโรคที่ประกอบด้วยกระบวนการวินิจฉัย การตรวจร่างกาย การเต้นของหัวใจ เพื่อนำไปสู่การพิจารณากระบวนการประมาณโรค

๒. ผลการดำเนินงานในการรักษาสุขภาพการรักษาโรคของพระสงฆ์วัดป่าเหวไฮ ตำบลหัวนาคำ อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี แรงจูงใจสำหรับการรักษาสุขภาพของผู้ป่วย และการรักษาสุขภาพด้วยวิธีสมุนไพรบำบัดสิ่งที่ทำให้เกิดแรงจูงใจให้หันมาใช้สมุนไพรในการบำบัดรักษาผู้ป่วยโรคทั่วไปนั้น สมุนไพรเป็นยาที่อยู่คู่กับมนุษย์ตั้งแต่อดีตเป็นพืชที่หาง่ายตามพื้นที่ กรรมวิธีการปรุงก็ง่ายสะดวกไม่ยุ่งยาก อันตรายที่เกิดจากการใช้ก็มีน้อย ค่าใช้จ่ายในการรักษาถูก ต่างจากยาแผนปัจจุบันที่มีราคาแพง ขั้นตอนในการตรวจรักษาต้องเป็นไปตามกฎระเบียบมีข้อควรระวังมาก จากเหตุผลดังกล่าวจึงทำให้เกิดแรงจูงใจผู้ที่ให้การรักษา และผู้รับการรักษาหันมาใช้สมุนไพรบำบัดรักษา ขั้นตอนการใช้สมุนไพรในการรักษาสุขภาพของผู้ป่วย ขั้นตอนการยื่นบัตรคิวเพื่อรอรับการรักษาหรือรับสมุนไพรนั้น เป็นขั้นตอนที่ทางวัดจัดลำดับให้เป็นไปตามคิวของผู้มาก่อนหรือมาหลัง หากใครมาก่อนก็จะได้รับบัตรที่มีตัวเลขน้อยไปหา มากแล้วรอเรียก เพื่อเข้ารับสมุนไพรหรือสอบถามเกี่ยวกับความต้องการในการรักษาสุขภาพ ขั้นตอนของการสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพที่ต้องการบำบัดด้วยสมุนไพร โดยผู้วิจัยได้จากการสัมภาษณ์และการสังเกต

วัดป่าเหวไฮ มีขั้นตอนสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพที่ต้องการบำบัดอันเป็นแนวปฏิบัติของวัด เพราะการสอบถามก็เพื่อต้องการทราบข้อมูลเบื้องต้นก่อนที่จะตัดสินใจประกอบหรือจัดสมุนไพร ทั้งนี้การจะจัดสมุนไพรถ้าไม่รู้ข้อมูลเบื้องต้นก็ไม่สามารถจัดได้ ถูกต้องขาดคุณภาพในการใช้สมุนไพร การรักษาก็จะไม่ได้ผล จึงกล่าวได้ว่าเป็นขั้นตอนที่ดีในการให้การรักษาสุขภาพที่มีมาตรฐานคล้ายกับการรักษาแผนปัจจุบัน

๓. ขั้นตอนการใช้สมุนไพรในการรักษาสุขภาพ การคัดเลือกส่วนของสมุนไพรได้แล้วใช้การบด หั่น หรือ ต้ม ขั้นตอนการตรวจสอบผู้ป่วยเพื่อหาข้อมูลเกี่ยวกับธาตุในร่างกายของผู้มารักษา ขั้นสุดท้ายจึงปรุงหรือผสมสมุนไพรตามขนาดที่ต้องการ วิธีการใช้สมุนไพรในการบำบัดจะมีทั้งการอบ ประคบ การรับประทาน และการใช้น้ำมันวดซึ่งขึ้นอยู่กับอาการของโรคของผู้ที่เข้ารับการักษาสุขภาพ เพราะทุกคนจะมีวิธีที่อาจแตกต่างกันเล็กน้อยแต่โดยรวมจะมีวิธีที่คล้ายกันคือใช้รับประทานทั้งที่เป็นผล ลูกกลอน และต้มเอาน้ำที่มีตัวยาชำเข้มข้น อันเป็นกรรมวิธีที่ใช้มาตลอด ผลการดำเนินงานในการ

รักษาสุขภาพด้วยวิธีสมุนไพรบำบัดกลุ่มผู้ที่กำลังรักษา ได้แสดงความรู้สึกต่อการรักษาว่า วัดป่าแหวไฮมีขั้นตอนในการรักษา คือ ตรวจสอบสาเหตุของผู้ป่วยจัดสมุนไพรบำบัดทั้งวิธี อบ ทา ผสมน้ำดื่มหรือต้มดื่ม ตามลักษณะของแต่ละโรค ส่วนมากผู้ที่กำลังรักษาเห็นว่าดีขึ้นกว่าก่อนมารับการรักษา กลุ่มผู้ที่เคยรักษาสุขภาพและหายแล้วการรักษาด้วยสมุนไพรจากวัดป่าแหวไฮ ผู้ที่เคยเข้ารับการรักษาส່วนใหญ่หายเป็นปกติ แต่ก็ยังมีบางคนที่สังเกตดูแล้วยังมีอาการให้เห็นอยู่ แต่โดยภาพรวมผลจากการเข้ารับการรักษาที่วัดแหวไฮ จะมีความเชื่อถือและเชื่อมั่นกับวิธีการรักษาด้วยสมุนไพรมาก

๕.๑.๓ เปรียบเทียบแนวคิดวิธีการและผลการดำเนินงานการรักษาสุขภาพจากพระไตรปิฎกกับการรักษาสุขภาพของวัดป่าแหวไฮ

แนวคิดในการรักษาสุขภาพตามแนวพระพุทธศาสนาที่ปรากฏในพระไตรปิฎก เป็นการรักษาทั้งทางกายและทางใจ ทางกายเป็นการบำบัดในส่วนที่โรคภัยเข้ามา เบียดเบียนในร่างกายให้เกิดความปั่นป่วนขึ้น ส่วนทางใจ (จิต) เป็นการรักษาสภาพจิตใจ ให้เข้าใจกับปัญหาที่เกิดขึ้นในกาย จึงปรากฏแนวคิดการรักษาสุขภาพเพื่อให้เกิดความ ผาสุกทั้งส่วนตัวและหมู่คณะ แนวคิดเกี่ยวกับโรคในพระไตรปิฎกกับของวัดป่าแหวไฮ โรคที่เกิดจากสมุฏฐาน ๓ ชนิด คือ โรคทางกาย คือ โรคที่เกิดจาก หู ตา ลิ้น จมูก โรคศีรชะ โรคปาก โรคกาย และโรคทางใจ คือความโกรธ หลง ความวิตก กังวล ความหึงหวง ตามแนวคิดของวัดป่าแหวไฮคงได้รับอิทธิพลมาจากพระไตรปิฎก เนื่องจากสรุปออกมาได้ เหมือนกัน คือทางกายกับทางใจ

แนวคิดเกี่ยวกับบุคคลผู้ที่สมควรเป็นผู้ให้การรักษา ตามที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่าเป็นหน้าที่ผู้ทำหน้าที่พยาบาลจะต้องดูแลผู้ป่วยทั้งทางด้านกาย และจิต คือ ต้องมีจิตเมตตาเอาใจใส่ดูแลด้วยความบริสุทธิ์ใจไม่รังเกียจผู้ป่วย สามารถทำให้ผู้ป่วยมีความอึดใจ สบายใจ รื่นเริง สำหรับทางวัดป่าแหวไฮ มีหลักการคือ ทางกาย เป็นผู้ที่เกี่ยวข้องสมุฏฐานโรค รู้ยา สามารถจัดปรุงยาตามอาการของผู้ป่วย แนะนำการฉันหรือการรับประทานอาหารให้ถูกต้องกับโรค และการใช้สมุนไพรบำบัดได้ถูกต้อง ทางจิตใจ ให้คำปรึกษาแนะนำ ด้านการเจริญสมาธิ-ภาวนา แผ่เมตตา สวดมนต์ และการรักษาศีล ๕ ซึ่งจะช่วยให้ผู้

เข้ารับการรักษาสุขภาพมีจิตใจร่าเริง แจ่มใส สามารถชี้แจงอาการไขให้เห็นชัดเจน ตลอดจนทำให้ผู้ป่วยมีความเชื่อมั่นในการรักษา ทราบในสิ่งที่ควรและไม่ควรสำหรับผู้ป่วย มีจิตใจเมตตา มีจิตอาสา ไม่รังเกียจผู้ป่วย และไม่เห็นแก่อาภิสสินจ้างรางวัล

วิธีรักษาสุขภาพที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ มีทั้งการรักษาสุขภาพทางกาย และ การใช้จิตรักษา ด้วยยึดหลักการปรับเปลี่ยนอริยาบท การยืน เดิน นั่ง และนอน ให้ถูกต้อง ตามลักษณะส่วนใช้จิตรักษา คือ ทำจิตบริสุทธิ์ ทำจิตให้อยู่กับปัจจุบันกาลทุกขณะ การ รักษาสุขภาพด้วยการประยุกต์หลายวิธี ประกอบด้วยการใช้ความร้อน คือ การรม การต้ม น้ำ การอบตัว การพักผ่อนอริยาบท การผ่าตัด เช่น เป็นริดสีดวง การใช้พุทธานุภาพ คือ ฤทธิ์ในการรักษา และการอนุญาตให้ภิกษุเป็นผู้พยาบาล การรักษาด้วยการใช้สมุนไพร พระพุทธองค์ทรงอนุญาตให้ภิกษุใช้และเก็บสมุนไพรตลอดจนอุปกรณ์ในการรักษาการเก็บ รักษายามีครก สาก เครื่องร่อนยา ผ้าร่อนยา กลักยา กล้องสูดควัน กล้องยานัตถุ์ ตลอดจนกระจกสำหรับส่องดูแผล หลักการฉันอาหาร ทรงอนุญาตให้ใช้ยาเป็นอาหารและ บำรุงสุขภาพ ตามที่ระบุมีน้ำข้าวใส น้ำต้มถั่วเขียวขุ่น น้ำต้มเนื้อข้าวยาकु เพื่อประโยชน์ บรรเทาความหิวทำให้ลมเดินชำระลำไส้ช่วยย่อยอาหาร

ผลการดำเนินการรักษาสุขภาพทางกายตามแนวพระพุทธศาสนา จะเน้น บริโภคอาหารตามคำสั่ง การใช้สมุนไพร ใช้อาหาร ความร้อน การพักผ่อน ส่วนวัดป่า เหวไฮก็ใช้วิธีการใช้สมุนไพรให้อาหารกายบริหารเป็นผลที่ทำให้ผู้ป่วยมีกายสมบรูณ์อยู่ อย่างมีความสุข การรักษาสุขภาพทางใจ (จิต) ของวัดป่าเหวไฮ จะไม่ใช้สมุนไพรแต่จะใช้ ธรรมะบำบัดต่อเนื่อง จากการใช้สมุนไพรกับร่างกาย ซึ่งเป็นลักษณะที่ให้เข้าใจในความ เป็นจริงมีความสุข การทำจิตใจให้เบิกบานอยู่ตลอดเวลาการเข้าใจธรรมชาติของร่างกาย ของโรคภัยตลอดจนการมีจิตใจที่ดีผ่องใส การรักษาสุขภาพจากพระไตรปิฎกและวัดป่า เหวไฮ อันมีผลต่อสังคม เป็นการรักษาที่มีลักษณะช่วยเหลือทางสังคมแบ่งเบาภาระให้กับ สังคม ในการรักษาสุขภาพที่ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายสูงจนเกินไป เป็นการสะท้อนให้เห็นถึง การนำหลักการตามแนวทางพระพุทธศาสนามาแก้ปัญหาทั้งในทางสุขภาพกายจิตและ สังคม โดยแท้จริงทั้งนี้ไม่ว่าจะเป็นวิธีการตั้งแต่การติดต่อขอรับการรักษาขณะที่กำลัง

รักษาจนสุดท้าย คือ การรักษาหายแล้วมีการติดตามผลจนทำให้ผู้ที่มารับการรักษาไว้วางใจให้ความเชื่อถือ และนับว่าเป็นวิธีการที่ช่วยเหลือสังคมทั้งทางตรงและทางอ้อม

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ค้นพบประเด็นที่นอกเหนือจากวัตถุประสงค์และขอบเขตที่ผู้วิจัยได้ศึกษาจึงขอเสนอแนะไว้ ดังนี้

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

๑. การรักษาสุขภาพเป็นเรื่องของความผาสุกในสังคมผู้มีหน้าที่เกี่ยวข้องควรมีนโยบายให้การสนับสนุนทางคณะสงฆ์ผู้ที่ทำหน้าที่ให้การรักษาสุขภาพของชุมชนอย่างจริงจัง

๒. การจัดการรักษาสุขภาพของคณะสงฆ์ที่ดำเนินการอยู่ในปัจจุบันอาจยังไม่สมบูรณ์ถูกต้องตามกฎหมายและหลักสุขอนามัยอย่างสมบูรณ์ ทางภาครัฐควรมีนโยบายให้ความรู้และสนับสนุนทั้งงบประมาณ บุคลากรในการให้การศึกษาระบบ

๓. สถาบันอุดมศึกษาของคณะสงฆ์ควรจัดหลักสูตรแพทย์ทางเลือกให้ภิกษุสามเณรได้มีโอกาสเข้าศึกษา เพื่อประโยชน์ในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

๑. ควรศึกษาการประยุกต์ใช้หลักธรรมในการรักษาโรคของแพทย์แผนไทย

๒. ควรศึกษาการนำวิธีการของแพทย์แผนปัจจุบันมาประยุกต์ใช้ในการรักษาโรคของแพทย์แผนไทยในกรณีของพระสงฆ์เป็นผู้ดำเนินการ

๓. ควรศึกษาบทบาทของพระสงฆ์ที่มีต่อการส่งเสริมงานด้านสาธารณสุขในแต่ ละภาคของไทย

บรรณานุกรม

๑. ภาษาบาลี - ภาษาไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๐๐.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____ .พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

_____ . อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร

: โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือ :

กระทรวงสาธารณสุข. สถิติสาธารณสุข ๒๕๕๓. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์องค์การ
สงเคราะห์ทหารผ่านศึก, ๒๕๕๓.

กำพล ศรีวัฒนกุล. คู่มือการใช้ยาฉบับสมบูรณ์. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : บริษัท
เมดาร์ท จำกัด, ๒๕๓๒.

ไกรวัชร ธีรเนตร. พล.ต., บรรณาธิการ. แนวทางเวชปฏิบัติการเคลื่อนไหวยุทธการ
ออกกำลังภายในพระสงฆ์. กรุงเทพมหานคร : บริษัท สันทวีการพิมพ์ จำกัด
, มปป.

ขุนทิทเทสสุขกิจ. (ถมรัตน์ พุ่มชูศรี). อายุรเวชศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร :
พร้อมจักรการพิมพ์, ๒๕๑๖.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ : ภาวะที่ปลอดภัย
และเป็นสุขในระบอบชีวิตแห่งธรรมชาติ และสังคมยุคไอที.
กรุงเทพมหานคร : สถาบันบันลือธรรม, ๒๕๔๙.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์
ครั้งที่ ๙. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.

_____ .พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ ๙. กรุงเทพมหานคร
: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.

พุทธทาสภิกขุ. การมีสติสัมปชัญญะต่อสู่ความเจ็บไข้. กรุงเทพมหานคร : หจก. ภาพ
พิมพ์, ๒๕๒๘.

พระครูสุวิธานพัฒนบัณฑิต (สุกันยา อรุโณ). พุทธศาสนากับสาธารณสุข. มหาวิทยาลัย
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น. ขอนแก่น : โรงพิมพ์
คลังนานาวิทยา, ๒๕๕๕.

พระมหาจรรยา สุทธิญาโณ. พระพุทธศาสนากับการดูแลรักษาสุขภาพแบบองค์รวม.
กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔.

_____ . พระพุทธศาสนากับการดูแลรักษาสุขภาพแบบองค์รวม. สงขลา :
คณะกรรมการบูรณาการภูมิปัญญาตะวันออก มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
จัดพิมพ์, ๒๕๔๓.

เพ็ญญา ทรัพย์เจริญ. การแพทย์แผนไทย การแพทย์แบบองค์รวม. กรุงเทพมหานคร
: โรงพิมพ์ องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, ๒๕๓๙.

_____ . ชุนิทรศการ การแพทย์แผนไทย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์องค์การ
สงเคราะห์ ทหารผ่านศึก, ๒๕๔๒.

ราชบัณฑิตยสถาน. พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒,
กรุงเทพมหานคร : นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่น, ๒๕๔๖.

สมพร บุชราทิจ. พุทธวิธีจิตบำบัด. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์นันทพันธ์, ๒๕๔๒.

สมพร ภูதியานันต์. ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการแพทย์แผนไทย ว่าด้วยสมุนไพรรักษา
การแพทย์แผนไทย. กรุงเทพมหานคร : คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัย
เชียงใหม่, ๒๕๔๒.

สถาบันการแพทย์แผนไทย กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. คู่มือการอบรม
การแพทย์แผนไทย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหาร
ผ่านศึก, ๒๕๓๘.

อนุวัฒน์ ศุภชาติกุล. เอกสารประกอบการประชุมวิชาการประจำปี การพัฒนาและ
เรียนรู้เรื่องคุณภาพโรงพยาบาล ครั้งที่ ๑๘ เรื่องสารคดีหัวใจให้ระบบ
สุขภาพ พร.บ.. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ดีวัน, ๒๕๕๐.

อุทัย สดสุข. สาธารณสุขในพระไตรปิฎก. กองสุศึกษา. ฝ่ายสนับสนุนบริการสุขภาพ,
๒๕๕๑.

อวย เกตุสิงห์. “การแพทย์ไทยและการแพทย์แบบตะวันตก”. **สังคมศาสตร์การแพทย์**.

กรุงเทพมหานคร : ม.ป.ท., ๒๕๒๐.

อัมพร ถิ่นประเทศ. **หมวดเพื่อสุขภาพครบวงจร**. กรุงเทพมหานคร : ภูมิปัญญา, ๒๕๔๖.

(๒) บทความ :

กระทรวงสาธารณสุข. **พระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๕๐**. กรุงเทพมหานคร

: ราชกิจจานุเบกษา. เล่มที่ ๒๕ ตอนที่ ๑๖, ๑๗ มีนาคม ๒๕๕๐.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). “สุขภาพองค์รวมแนวพุทธ”. **พุทธจักร**. ปีที่ ๕๙ ฉบับ

ที่ ๑๑ (พฤศจิกายน ๒๕๔๘) : ๕-๑๐.

พงษ์ วรพงศ์พิเชษฐ. “การแพทย์กายจิตบำบัดโดยละและสุขภาพบำบัด”. **ผู้จัดการ**. ฉบับที่

๙๑- ๙๒. (พฤษภาคม ๒๕๕๑) : ๘.

(๓) วิทยานิพนธ์

เกศินี ลิ้มบุญสืบสาย. “การศึกษาวิเคราะห์บทบาทของหมอชีวกโกมารภัจที่ปรากฏใน

คัมภีร์พระพุทธรศาสนา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิต

วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕.

คุณช่วย ปิยวิทย์. “ภาษาและคติความเชื่อในตำราไทยพื้นบ้านจากวัดบึง ตำบลโชคชัย

อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา”. **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต**.

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒมหาสารคาม, ๒๕๓๒.

จุฬารัตน์ เขาประเสริฐ. “การประยุกต์ใช้พุทธธรรมในการบำบัดโรคจิตเภท”. **วิทยานิพนธ์**

พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ

ราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗.

นภาจรี นำเบญจพล. “บทบาทของพระสงฆ์ไทยที่มีต่อสาธารณสุขมูลฐาน : ศึกษาเฉพาะ

กรณีจังหวัดนครราชสีมา”. **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิต

วิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๗.

พระคำผาย ปสนโน (วงศ์ละคร). “ศึกษาจริยธรรมของหมอพื้นบ้านในการรักษาโรคด้วย

สมุนไพร ในทัศนะของหมอพื้นบ้านเขตเทศบาลนครอุดรธานี”. **วิทยานิพนธ์**

พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ

ราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

- พระมหาอุทัย อุทโย (ศิริภักดิ์). “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องตำนานในพระไตรปิฎก”.
วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : สภาการศึกษา
 มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒.
- พระสมภาร ทวีรัตน์. “การนำหลักกวีปัสสนากรรมฐานมาใช้ในการลดภาวะความแปรปรวน
 ทาง อารมณีนในสตรีวัยทอง”. **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิต
 วิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๓.
- พระอธิการไพศาล กิตติภทฺโท. (บำรุงแคว้น) “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องการประยุกต์ใช้
 พุทธปรัชญาในการบำรุงรักษาจิตผู้ป่วย”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร
 มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,
 ๒๕๔๕.
- ยุภา เกิดอุดมธรรม. “การศึกษาหลักพุทธธรรมที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมกรรมการให้การ
 พยาบาลตามบทบาทเชิงวิชาชีพ : ศึกษากรณีพยาบาลวิชาชีพ สังกัดกระทรวง
 สาธารณสุข จังหวัดสุราษฎร์ธานี”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**.
 บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗.
- ยุวดี ตปนียากร. “วิวัฒนาการของแพทย์ไทยตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงสิ้นสุดรัชกาล
 พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว”. **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตร์มหา
 บัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๘.
- วรัญชรี ตั้งอารยทรัพย์. “การศึกษาการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคของพระสงฆ์ในเขต
 พื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหา
 บัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, ๒๕๔๐.
- สมชาย สุรชาติรี. “บทบาทของพระสงฆ์ไทยในการส่งเสริมการใช้สมุนไพรเพื่อการ
 ฟังตนเองของชาวชนบท : ศึกษาเฉพาะกรณีจังหวัดอุบลราชธานี”.
วิทยานิพนธ์อักษร ศาสตร์มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัย
 มหิดล, ๒๕๓๐.
- สมทรง เฟ่งสุวรรณ. ผลของการฝึกสมาธิต่อการลดความวิตกกังวลและความซึมเศร้าใน
 ผู้ป่วยมะเร็งปากมดลูกที่ได้รับสิ่งที่รักษา. **วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตร
 มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๘.
- สมทรง ณ นคร และคณะ. รายงานการวิจัยเรื่อง “ความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมการใช้
 สมุนไพรรักษาโรคของชาวชนบท และบุคลากรสาธารณสุขภาค
 ตะวันออกเฉียงเหนือ”. ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๒๕๔๗.

สุนันทา กระจ่างแดน. “ผลของการทำสมาธิชนิดอานาปานสติแบบผ่อนคลายเป็นการลดความเครียดและความดันโลหิตสูงไม่ทราบสาเหตุ”. **วิทยานิพนธ์ ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๐.

อุทัยวรรณ เลาประเสริฐสุข, ร้อยตำรวจเอกหญิง. “การศึกษาเชิงวิเคราะห์พุทธวิธีบรรเทาทุกข์ยามเจ็บป่วย”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.

(๔) ภาษาอังกฤษ

Britanica concise Encyclopaedia ภาคภาษาไทย. กรุงเทพมหานคร : บริษัท มีเดีย แม็กเน็ต จำกัด, ๒๕๕๑.

Cambridge University. **Cambridge Advanced Learner’s Dictionary**. Cambridge : Cambridge University Press, ๒๐๐๓.

Churchill’s illustrated medical dictionary. **Churchill’s Medical’s dictionary**. New York, Edinburgh, London, Melbourne, Tokyo : Churchill Livingstone Inc. ๑๙๘๙.

Hornby, A S. **Oxford Advanced Learner’s Dictionary of Current English**. ๖th Edition. Great Britain : Oxford University Press, ๒๐๐๑.

ภาคผนวก ก.



ภาพที่ ๑ สัมภาษณ์ พระครูสุนทรวิมลกิจ, เจ้าอาวาสวัดเหวไฮ, ผู้ให้การรักษ (หมอยาพื้นบ้าน),
๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๔.



ภาพที่ ๒ สัมภาษณ์ พระคำผาย ปสนุโน, ผู้ช่วยการรักษ (หมอยาพื้นบ้าน), ๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๔.



ภาพที่ ๓ สัมภาษณ์ พระบุญเรือง กตกุสโล, ผู้ให้การรักษ (หมอพื้นบ้าน), ๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๔.



ภาพที่ ๔ สัมภาษณ์ พระบุญเรือง กตกุสโล, ผู้ให้การรักษ (หมอพื้นบ้าน), ๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๔.



ภาพที่ ๕ สัมภาษณ์ นายสุนทร วัฒนวงศ์, หมอยาพื้นบ้าน, ๑๐ กรกฎาคม ๒๕๕๔.



ภาพที่ ๖ สัมภาษณ์ นายดำราญ ลุนทาลา, หมอยาพื้นบ้าน, ๑ กรกฎาคม ๒๕๕๔.



ภาพที่ ๗ สัมภาษณ์ นายทองรัก เพ็ชรเขียว, หมอยาพื้นบ้าน, ๑ กรกฎาคม ๒๕๕๔.



ภาพที่ ๘ สัมภาษณ์ นายศุภฤกษ์ บุญหล้า, ผู้เข้ารับการรักษา, ๑๐ กรกฎาคม ๒๕๕๔.



ภาพที่ ๕ สัมภาษณ์ นายเมฆ บัวสีคำ, ผู้เข้ารับการรักษา, ๕ กรกฎาคม ๒๕๕๔.



ภาพที่ ๑๐ สัมภาษณ์ นางจันจิรา เตรียมตัว, ผู้เข้ารับการรักษา, ๑๐ กรกฎาคม ๒๕๕๔.



ภาพที่ ๑๑ สัมภาษณ์ นางกอบแก้ว พิมพะสอน, ผู้เข้ารับการศึกษา, ๑๑ กรกฎาคม ๒๕๕๔.



ภาพที่ ๑๒ สัมภาษณ์ นางสุกิริ์ พันธุ์ราศี, ผู้เข้ารับการศึกษา, ๑๐ กรกฎาคม ๒๕๕๔.



ภาพที่ ๑๓ สัมภาษณ์ นายก่อเกียรติ พลแสง, ผู้เข้ารักษาสุขภาพ, ๑ กรกฎาคม ๒๕๕๔.



ภาพที่ ๑๔ เตา, หม้อต้มยา วัดป่าเหวไฮ



ภาพที่ ๑๕ โรงเก็บสมุนไพร วัดป่าเหวไฮ



ภาพที่ ๑๖ ทางเข้าวัดป่าเหวไฮ



ภาพที่ ๑๗ แผนที่สังเขปวัดป่าเหวไฮ



ภาพที่ ๑๘ บริเวณภายในวัดป่าเหวไฮ

ภาคผนวก ข.

แบบสัมภาษณ์ กลุ่มที่กำลังรักษา

๑. ชื่อผู้ให้สัมภาษณ์นามสกุล.....อายุ.....ปี
 อยู่บ้านเลขที่.....หมู่ที่.....บ้าน.....ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....
๒. โรคที่ได้รับการรักษา.....จำนวนครั้งที่มารักษา.....
๓. ให้สัมภาษณ์ เมื่อวันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

๔. แนวคิดวิธีการรักษาสุขภาพของวัดเหวไฮ

๔.๑. ขั้นตอนการใช้สมุนไพรในการรักษาสุขภาพผู้ป่วย

๔.๑.๑. การขึ้นบัตรคิวเพื่อรับสมุนไพร

.....

๔.๑.๒. การสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพที่ต้องบำบัด

.....

๔.๑.๓. องค์ประกอบของการปรุงสมุนไพรและวิธีการใช้สมุนไพรบำบัด

.....

๔.๒. ผลการดำเนินงานในการรักษาสุขภาพด้วยวิธีสมุนไพรบำบัด

๔.๒.๑. แนวคิดการรักษาสุขภาพ

๑. การรักษาสุขภาพ

.....

๒. สมุนไพรของโรค

.....

๓. บุคคลที่ควรได้รับการรักษา

.....

๔. บุคคลที่เหมาะสมเป็นผู้รักษา

.....

๔.๒.๒. วิธีการรักษาสุขภาพ

๑. การรักษาสุขภาพกายและจิตรักษา

.....

๒. การรักษาสุขภาพด้วยการประยุกต์หลายวิธี

.....

๓. การรักษาสุขภาพด้วยเภสัชต่างๆ

.....

๔. หลักการฉันอาหารและเภสัช

.....

๔.๓. ผลการดำเนินการรักษาสุขภาพ

๑. ผลด้านสุขภาพกาย

.....

๒. ผลด้านสุขภาพจิต

.....

๓. ผลด้านทางพระวินัย

.....

๔. ผลด้านสังคม

.....

ผู้สัมภาษณ์ พระครูประสิทธิ์กิตติสาร (จำลอง กิตติสาโร / นิติธรรม)
สถานที่สัมภาษณ์

.....

.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ภาคผนวก ก

รายชื่อผู้ให้การสัมภาษณ์

๑. พระครูสุนทรวิมลกิจ อายุ ๕๒ พรรษา ๓๐ วัดป่าเหวไฮ ตำบลหัวนาคำ อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี
๒. พระคำผาย ปสนุโน อายุ ๔๔ พรรษา ๒๓ วัดสว่างสันติธรรม ตำบลหมากแข้ง อำเภอเมืองจังหวัดอุดรธานี
๓. พระบุญเรือง กตกุสโล อายุ ๕๒ พรรษา ๓๐ วัดอรุณประทุม บ้านขาว ตำบลบ้านขาว อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี
๔. นายทองรัก เพ็ชรเขียว อายุ ๗๕ ปี บ้านเลขที่ ๒๓ หมู่ที่ ๑ บ้านเซ ตำบลหนองขอนกว้าง อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี
๕. นายคำราญ ลุนทาลา อายุ ๖๐ ปี บ้านเลขที่ ๑๔๓ หมู่ที่ ๔ บ้านหนองบัว ตำบลหมากแข้ง อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี
๖. นายสุนทร วัฒนวงศ์ อายุ ๗๐ ปี บ้านเลขที่ ๒๒-๒๓ หมู่ที่ ๑ ตำบลหมากแข้ง อำเภอเมืองจังหวัดอุดรธานี
๗. นางจันทร์จิรา เจริญตัว อายุ ๔๕ ปี บ้านเลขที่ ๗๖๖/๕๒ หมู่ที่ ๑ บ้านกฤษณา ตำบลบ้านเลื่อมอำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี
๘. นางสุภี พันธุ์ราสี อายุ ๔๘ ปี บ้านเลขที่ ๑๕๖ หมู่ที่ ๕ บ้านหนองบัวบาน ตำบลหนองบัวบานอำเภอหนองวัวซอ จังหวัดหนองบัวลำภู
๙. นายศุภฤกษ์ บุญหล้า อายุ ๔๐ ปี บ้านเลขที่ ๕๘ หมู่ที่ ๕ บ้านหนองบัวบาน ตำบลหนองบัวบานอำเภอหนองวัวซอ จังหวัดหนองบัวลำภู
๑๐. นางกอบแก้ว พิมพสอน อายุ ๖๓ ปี บ้านเลขที่ ๒๕ หมู่ที่ ๑ บ้านหมากแข้ง ตำบลหมากแข้งอำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี
๑๑. นางสาวสราญรัตน์ ชิมรัตน์ อายุ ๓๕ ปี บ้านเลขที่ ๖๕๗ หมู่ที่ ๑ บ้านกฤษณา ตำบลบ้านเลื่อมอำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี
๑๒. นายเมฆ บัวสีคำ อายุ ๖๔ ปี บ้านเลขที่ ๓๖๑/๓ ถนนโพธิ์ศรี ตำบลหมากแข้ง อำเภอเมืองจังหวัดอุดรธานี

๑๓. นางสาวนิภา สีสุผากบ อายุ ๓๐ ปี บ้านเลขที่ ๕๓ หมู่ที่ ๒ ตำบลหนองสัง อำเภอเมือง จังหวัดอุครธานี
๑๔. นายสุพรรณ องอาจ อายุ ๖๐ ปี บ้านเลขที่ ๕๐ หมู่ที่ ๑ บ้านโนนอุทุมพร ตำบลหมากแข้ง อำเภอเมือง จังหวัดอุครธานี
๑๕. นางปราณี สรรพอาสาอายุ ๕๕ ปี บ้านเลขที่ ๒๖/๓๔ หมู่ที่ ๒ บ้านม่วงวิลเลจ ตำบลหมากแข้ง อำเภอเมือง จังหวัดอุครธานี
๑๖. นายจ่านงค์ อินทุน อายุ ๖๕ ปี บ้านเลขที่ ๖๑๔ หมู่ที่ ๑ ตำบลหมากแข้ง อำเภอเมือง จังหวัดอุครธานี
๑๗. นายบวร หาทรัพย์ อายุ ๕๓ ปี บ้านเลขที่ ๒๑๗ หมู่ที่ ๑๑ ตำบลท่าบ่อ อำเภอท่าบ่อ จังหวัดหนองคาย
๑๘. นางรัตนกร นาทรัพย์ อายุ ๔๕ ปี บ้านเลขที่ ๖๕ หมู่ที่ ๑ บ้านท่าบ่อ ตำบลท่าบ่อ อำเภอท่าบ่อ จังหวัดหนองคาย
๑๙. นางกนกวรรณ แซ่ชิง อายุ ๔๖ ปี บ้านเลขที่ ๒๔ หมู่ ๔ ตำบลหมากแข้ง อำเภอเมือง จังหวัดอุครธานี
๒๐. นางพัชรีพร ทาพิลา อายุ ๕๐ ปี บ้านเลขที่ ๖๐ หมู่ ๒ ตำบลนามะเฟือง อำเภอเมือง จังหวัดหนองบัวลำภู
๒๑. นายก่อเกียรติ พลแสง อายุ ๕๔ ปี บ้านเลขที่ ๑๐๕ หมู่ที่ ๗ บ้านแก่น้อย ตำบลหนองบัว อำเภอเมือง จังหวัดอุครธานี

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ	: พระครูประสิทธิ์กิตติสาร (จำลอง กิตติสารโร / นิติธรรม)
เกิด	: วันที่ ๕ เดือน ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๐๘
สถานที่เกิด	: ๔๓ หมู่ที่ ๔ บ้านหนองกวาง ตำบลสี้อ อำเภอกุมภวาปี จังหวัดอุดรธานี
การศึกษา	: วุฒิทางธรรม นักธรรมชั้นเอก, ประโยค ๑-๒ วุฒิทางโลก พธ.บ. พุทธศาสตรบัณฑิต (ครุศาสตร์) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตหนองคาย
อุปสมบท	: วันที่ ๒๐ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๒๗
สังกัด	: มหานิกาย
หน้าที่	: เจ้าอาวาสวัดชัยภูมิ ตำบลจำปี อำเภอสรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี เจ้าคณะอำเภอสรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี
เข้าศึกษา	: ๑๖ มิถุนายน ๒๕๕๑
ที่อยู่ปัจจุบัน	: วัดชัยภูมิ บ้านท่าไฮ ตำบลจำปี อำเภอสรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี โทร. ๐๘๔-๓๕๓-๖๕๗๖