

บทที่ ๓

การพยาบาลผู้ป่วยตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท

จากความเจ็บไข้ได้ป่วยเป็นสิ่งคู่กันกับชีวิต เป็นกฎธรรมชาติที่มีอาจหลีกเลี่ยงได้ ผู้ป่วยและผู้ดูแลผู้ป่วยต้องมีจุดหมายอันดับแรกที่จะระลึกถึงความจริงของชีวิตและรู้เท่าทันความจริงนี้ ในเรื่องของการดูแลผู้ป่วยนั้นมีปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาแล้ว และพระพุทธเจ้ายังได้ตรัสถึงคุณสมบัติของผู้ป่วยที่ดีและผู้พยาบาลที่ดีไว้ด้วยแล้วเช่นกัน ในบทนี้ผู้วิจัยขอกล่าวถึงหลักของการพยาบาลผู้ป่วยตามแนวพระพุทธศาสนา ซึ่งพระพุทธองค์ให้ความสำคัญต่อการพยาบาลทั้งด้านร่างกายและทางจิตใจ ที่สมควรศึกษาต่อไป

๓.๑ ความหมายและกระบวนการพยาบาลผู้ป่วยตามแนวพระพุทธศาสนา

๓.๑.๑ ความหมายทางภาษาศาสตร์

“การพยาบาลผู้ป่วย” ตรงกับคำภาษาบาลีว่า “คิลานุปัฏฐาก”^๑ มาจากคำว่า “คิลาน”^๒ ซึ่งแปลว่า คนไข้ หรือ คนป่วย และคำว่า “อุปัฏฐาก”^๓ ซึ่งแปลว่าอุปัฏฐาก หรือปรนนิบัติ ดังนั้น คิลาน+อุปัฏฐาก = คิลานุปัฏฐาก แปลว่า การปรนนิบัติคนไข้หรือคนป่วย เมื่อใช้แสดงถึงบุคคลในภาษาบาลีนิยมลง อนุ^๔ ปัจจัยที่ ท้ายศัพท์ ดังนั้น คิลานุปัฏฐาก + อนุ ปัจจัย = คิลานุปัฏฐาก แปลว่า “ผู้พยาบาลไข้”^๕ หรือ ผู้พยาบาลผู้ป่วย นั่นเอง

๓.๑.๒ ความหมายตามคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา

ในพระไตรปิฎก พบคำว่า “คิลานุปัฏฐากสุต”^๖ ในคิลานวัตถุคคา ซึ่งก็มีความหมายเดียวกันกับความหมายทางภาษาศาสตร์ หมายถึง “การพยาบาลผู้ป่วย” เช่นกัน

เมื่อศึกษาการพยาบาลผู้ป่วยที่ปรากฏในพระไตรปิฎก โดยละเอียดแล้ว พบว่า ได้ระบุถึงการพยาบาลผู้ป่วยไว้หลายแห่ง ซึ่งผู้วิจัยได้จัดแยกออกได้ ๒ ประเภท คือ ๑) การพยาบาลผู้ป่วยทางกาย และ ๒) การพยาบาลผู้ป่วยทางใจ ซึ่งจะกล่าวในรายละเอียดต่อไป

^๑ วิ.ม. (บาลี) ๕/๓๖๖/๒๑๕. (ฉบับเฉลิมพระเกียรติ, จัดพิมพ์โดย มหาเถรสมาคม พ.ศ. ๒๕๔๙)

^๒ พระธรรมกิตติวงศ์, ศัพท์วิเคราะหฺ, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เลียงเชียง, ๒๕๕๐), หน้า ๒๖๖.

^๓ สมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงชินวราวุธรัตน, พระคัมภีร์อภินันตปิฎก, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๒๙๕.

^๔ สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, บาลีไวยากรณ์ วจวิภาคที่ ๒ อาขยาด และกิตก์, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๑๙๓.

^๕ วิ.ม. (ไทย) ๕/๓๖๖/๒๑๑.

^๖ วิ.ม. (บาลี) ฉบับเฉลิมพระเกียรติ, จัดพิมพ์โดย มหาเถรสมาคม พ.ศ. ๒๕๔๙, ๕/๓๖๖/๒๑๕.

๓.๒ องค์ประกอบของการพยาบาลผู้ป่วยตามแนวพระพุทธศาสนา

องค์ประกอบของการพยาบาลผู้ป่วยตามแนวพระพุทธศาสนาประกอบด้วย ๓ ประการ คือ ๑. ผู้ป่วย ๒. ความเจ็บป่วย และ ๓. พยาบาลหรือผู้พยาบาล มีรายละเอียดดังนี้ คือ

๑. ผู้ป่วย หมายถึง ผู้ที่มีความเจ็บป่วยทางกายหรือเจ็บป่วยทางใจหรือเจ็บป่วยทั้งทางกายและทางจิตใจอันเนื่องมาจากโรคร้ายไข้เจ็บหรือความผิดปกติของสภาวะกายและใจ

๒. ความเจ็บป่วย หมายถึง ภาวะที่มีการเปลี่ยนแปลงหน้าที่ปกติทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ความเจ็บป่วยอาจมีสาเหตุเริ่มแรกจากความผิดปกติของอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกาย หรือความผิดปกติของจิตใจ

๓. พยาบาลหรือผู้พยาบาล คือผู้ที่คอยให้ความช่วยเหลือดูแลผู้ป่วย เพื่อให้คืนสู่สภาพของมนุษย์ในภาวะปกติที่สมบูรณ์ ในทางพระพุทธศาสนาแบ่งได้เป็นการพยาบาลทางกาย และการพยาบาลทางใจ ดังมีรายละเอียดต่อไป

หลักในการพยาบาลผู้ป่วยนั้นมียุทธศาสตร์ประกอบ ๓ ประการ คือผู้ป่วย ความเจ็บป่วย และผู้พยาบาล ตามที่กล่าวมาข้างต้น สามารถแบ่งการพยาบาลผู้ป่วยได้ ๒ ด้าน คือ การพยาบาลผู้ป่วยทางกาย และการพยาบาลผู้ป่วยทางด้านจิตใจ ผู้วิจัยจะได้นำเสนอการพยาบาลผู้ป่วยทางกายและทางด้านจิตใจ ตามลำดับต่อไป

๓.๒.๑.การพยาบาลผู้ป่วยทางกาย

ในการพยาบาลผู้ป่วยทางกาย ปรากฏรายละเอียดในคิลานวัตถุกลา^๗ และทฎิยอุปัฏฐานกสูตร^๘ ซึ่งพระพุทธองค์ทรงแสดงลักษณะของผู้ป่วยที่ดีและไม่ดี และหน้าที่ ของผู้ทำหน้าที่ พยาบาลผู้ป่วยที่ดีและไม่ดี ว่าเป็นอย่างไร การพยาบาลทางกาย คือการปรนนิบัติทางกาย ผู้วิจัยพบว่าพระพุทธองค์ทรงเป็นผู้นำในการพยาบาลผู้ป่วยด้วยพระองค์เอง ดังเหตุการณ์ที่ปรากฏ ในคิลานสูตรดังต่อไปนี้

เรื่องที่ ๑. สมัยหนึ่ง พระพุทธเจ้าทรงเสด็จไปเยี่ยมภิกษุอาพาธ ตามศาลาโรงไข้ (คิลานศาลา) หรือตามที่พักอาศัย ทรงพบภิกษุอาพาธรูปหนึ่งถูกทอดทิ้ง นอนเกลือกกลิ้งอยู่กับอุจจาระและปัสสาวะของตนเอง ไม่มีภิกษุใดมาช่วยรักษาพยาบาล เพราะภิกษุนั้นไม่มีอุปัฏฐาคุณ แก่ภิกษุทั้งหลาย พระองค์จึงทรงพยาบาลภิกษุนั้น โดยรับสั่งกับพระอานนท์ซึ่งติดตามไปด้วยว่า “อานนท์เธอไปตักน้ำมา เราจะอาบน้ำให้ภิกษุนี” เมื่อพระอานนท์ไปตักน้ำมาถวาย พระพุทธองค์ทรงสรงน้ำพระภิกษุรูปนั้นจนร่างกายสะอาด หลังจากนั้นได้รับสั่งว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย พวกเธอไม่มีมารดา ไม่มีบิดา ผู้คอยพยาบาล ภิกษุทั้งหลาย ถ้าพวกเธอไม่พยาบาลกันเอง ใครเล่าจะคอยพยาบาลพวกเธอ ภิกษุทั้งหลาย ผู้จะพยาบาลเราก็จงพยาบาลภิกษุไข้เถิดถ้ามีอุปัชฌาย์ อุปัชฌาย์พึงพยาบาลภิกษุไข้จนจนตลอดชีวิต (หรือ) จนกว่าเธอจะหาย ถ้ามีอาจารย์ อาจารย์พึงพยาบาลภิกษุไข้จนจนตลอดชีวิต(หรือ)

^๗ วิ.ม. (ไทย) ๕/๓๖๕/๒๓๙-๒๔๓.

^๘ อง.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๑๒๔/๒๐๔-๒๐๕.

จนกว่าเธอจะหาย ถ้ามีสัทธีวาทิก^๙ (ศิษย์, ผู้อยู่ด้วย) สัทธีวาทิกพึงพยาบาลภิกษุใช้นั้นจนตลอดชีวิต (หรือ)จนกว่าเธอจะหาย ถ้ามีอันเตวาลิก^{๑๐} (ศิษย์, ภิกษุผู้ขออยู่ร่วมสำนัก) อันเตวาลิกพึงพยาบาลภิกษุใช้นั้นจนตลอดชีวิต (หรือ) จนกว่าเธอจะหาย ถ้ามีภิกษุผู้ร่วมอุปัชฌาย์ ผู้ร่วมอุปัชฌาย์พึงพยาบาลภิกษุใช้นั้นจนตลอดชีวิต (หรือ)จนกว่าเธอจะหาย ถ้ามีภิกษุผู้ร่วมอาจารย์ ผู้ร่วมอาจารย์พึงพยาบาลภิกษุใช้นั้นจนตลอดชีวิต (หรือ)จนกว่าเธอจะหาย ถ้าไม่มีอุปัชฌาย์ อาจารย์สัทธีวาทิก อันเตวาลิก ผู้ร่วมอุปัชฌาย์ หรือผู้ร่วมอาจารย์ สงฆ์ต้องพยาบาลภิกษุใช้นั้น ถ้าไม่พยาบาล ต้องอาบัติทุกกฏ” จะเห็นว่า พระพุทธองค์ทรงเป็นผู้นำในการพยาบาลผู้ป่วยด้วยพระองค์เอง ไม่แสดงอาการรังเกียจแม้แต่น้อย และทรงตรัสว่า ภิกษุใดที่ต้องการจะดูแลและให้การพยาบาลพระองค์ ก็จงให้การพยาบาลภิกษุไข้เถิด และทรงให้ยกย่องภิกษุผู้พยาบาลไข้ด้วย^{๑๑} ยังตรัสสั่งให้ภิกษุช่วยรักษาพยาบาลกันและกันในเวลาเจ็บไข้ เพราะภิกษุสงฆ์ไม่มีมารดา บิดาที่จะคอยรักษาพยาบาล และเมื่อรูปใดไม่เอาใจใส่ซึ่งกันและกัน ก็ทรงปรับอาบัติทุกกฏ

เรื่องที่ ๒. มีหลักฐานปรากฏอยู่ในอรรถกถาธรรมบท คือ สมัยหนึ่ง พระพุทธเจ้า เมื่อประทับอยู่กรุงสาวัตถี ทรงทราบว่า “พระติสสะเถระ” นอนป่วยด้วยร่างกายเน่าเปื่อยไปทั้งตัว มีตุ่มหนองผื่นคันขึ้นเต็มตัว น้ำเหลืองเปือกขึ้น เลอะเทอะเปรอะเปื้อน รวมทั้งผ้าห่มและผ้าห่มเปื้อนเลือดเปื้อนหนองและโรคคลุกตามกระดูกร่างกายแตกยับไม่ไหว ไม่มีใครดูแล เพราะรังเกียจ และกลัวโรคติดต่อ ผ้าห่มและผ้าห่มเปื้อนเลือดเปื้อนหนอง พวก (พระภิกษุสัทธีวาทิก) พระลูกศิษย์ทอดทิ้งไปหมดแล้ว จากไม่อาจปฏิบัติดูแลได้จึงพากันทอดทิ้งไป ท่านจึงไม่มีที่พึ่ง นอกจากพระองค์แล้ว ไม่มีใครเป็นที่พึ่งแก่พระติสสะเถระเลย พระองค์ทรงดำริต่อไปว่านอกจากพระองค์แล้วไม่มีใครเป็นที่พึ่งแก่เธอได้ พระองค์จึงเสด็จไปเยี่ยมในวิหารของ พระติสสะเถระ ทรงนำกาน้ำมาตั้งที่เตาไฟต้มให้ร้อน แล้วนำผ้าที่เปื้อนของเธอมาทิ้งไว้ข้างให้ ก็พอดีพระสงฆ์เห็นเข้าจึงทูลว่า งานนี้ข้าพระพุทธเจ้าทำเองพระพุทธเจ้าข้า ท่านหยิบผ้าที่มีน้ำเหลืองมาให้ภิกษุช่วยไปซักทำความสะอาด โดยลวกน้ำร้อนและตากแดดจนแห้ง ท่านนำผ้าไปชุบน้ำร้อนแล้วเช็ดตัวของพระติสสะเถระ ที่มีน้ำเหลืองกรังทั่วตัวจนน้ำเหลืองแห้งและร่างกายสะอาด จึงนำผ้าสบงและจีวรมาใส่ให้ พระติสสะเถระ เวลานั้นพระติสสะมีความเบาใจ ชื่นใจ มีอาการปลอดโปร่งขึ้นมา เพราะผู้ที่ทำให้นั้นคือพระพุทธเจ้า กำลังก็เกิดมาก เมื่อร่างกายสะอาดเบาสบาย มีจิตมีอารมณ์เป็นหนึ่งแล้วพระองค์จึงตรัสพระคาถาแก่พระติสสะเถระ ผู้มีร่างกายเน่าเปื่อยดังนี้ “อีกไม่นานนัก ร่างกายนี้จักปราศวิญญาน ถูกทอดทิ้งทับถมแผ่นดิน เหมือนท่อนไม้ที่ไร้ประโยชน์ฉะนั้น”^{๑๒} และทรงตรัสเป็นธรรมเทศนาว่า “อจิริ วตฺย กายโย”^{๑๓} แล้วตรัสแก่พระติสสะเถระ ว่า “ภิกษุ ภายของเธอนี้ มีวิญญานไปปราศแล้ว หาอุปการะมิได้ จักนอนบนแผ่นดินเหมือนท่อนไม้” ดังนี้แล้ว ตรัสพระคาถานี้ว่า “ไม่นานหนอ ภายนี้จักนอนทับแผ่นดิน, ภายนี้มี

^๙ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๒, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๔๒๙.

^{๑๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๓๓.

^{๑๑} วิ.ม. (ไทย) ๕/๓๖๕/๒๔๐.

^{๑๒} ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๔๑/๓๘.

^{๑๓} มหามกุฏราชวิทยาลัย, พระธัมมปฏิกฎกปาเล ภาค ๒, พิมพ์ครั้งที่ ๑๘, (นครปฐม : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๒๒๒.

วิญญานไปปราศ อันบุคคลทั้งแล้ว, ราวกับท่อนไม้ไม่มีประโยชน์ ฉะนั้น” หลังจากທີ່พระติสสะเถระฟังเทศนาจบเพียงเท่านั้น ท่านก็บรรลอรหัตพร้อมด้วยปฏิสัมภิทา^{๑๔} แล้วก็นิพพานทันที จะเห็นได้ว่า นอกจากให้การดูแลผู้ป่วยทางด้านร่างกายและ ด้านจิตใจแล้ว พระองค์ยังแสดง อมตะธรรม โดยเฉพาะให้เห็นความไม่เที่ยงของสังขารร่างกายนี้ ว่าไม่นานวิญญานก็จะดับไปด้วย ดังพระติสสะเถระได้บรรลุพระนิพพาน เมื่อได้ฟังธรรมของพระพุทธองค์แล้ว

เรื่องที่ ๓. สมัยหนึ่งเมื่อ พระพุทธเจ้าประทับอยู่ ณ ป่ามหารัน ใกล้กรุงเวสาลี ทรงทราบข่าวว่าพระเจ้าสุทโธทนะ พุทธบิดาทรงประชวรหนัก ด้วยพระโรคชรา พระองค์ทรงเสด็จพร้อมด้วยพระสาวก เสด็จไปเยี่ยม พุทธบิดาที่กรุงกบิลพัสดุ์ ซึ่งมีพระอาการเพียบหนักแล้ว ทรงบำเพ็ญปิตุอุปัฏฐากธรรม ถวายการพยาบาลตามพุทธวิสัยกล่าวคือ ในขณะนั้นพระเจ้าสุทโธทนะ ได้รับการบีบคั้นจากอาพาธเกิดทุกข์เวทนาอย่างยิ่ง มีพระอาการทรมานทุกข์ทรมานหมดสติ พระพุทธองค์ทรงยกพระหัตถ์ตั้งพระทัยอธิษฐานจิตบำบัดโรคาพาธ แล้วทรงลูบลงที่พระเศียรของพระพุทบิดา พระองค์ทรงเช็ดพระพักตร์ของพระบิดาด้วยน้ำ ที่พระสารีบุตรนำมาถวาย พระอาพาธก็ทุเลาลงด้วยพระบารมี พระอาณนทยกมือลูบที่พระหัตถ์เบื้องซ้าย อาพาธกล้าข้างซ้ายก็ทุเลาลง พระราหุล ยกมือลูบที่พระปฤษฎาง (หลัง) อาพาธกล้าที่พระกายก็ทุเลาลง แล้วทรงแสดงธรรมโปรดพุทธบิดา ด้วยเรื่อง ความ เป็นอนิจจังของสังขาร พระเจ้าสุทโธทนะทรงสำราญพระกาย คลายความทุกข์ อันสาหัส และได้ สำเร็จอรหัตในบั้นปลายแห่งพระชนม์ชีพ จากนั้นอีก ๗ วัน ก็สิ้นพระชนม์ชีพ (ปรินิพพาน) ด้วยอนุภาติเสสนิพพาน^{๑๕}

นอกจากนี้พระพุทธเจ้ายังตรัสถึงคุณสมบัติของผู้พยาบาลที่ดีที่ควรพยาบาลภิกษุไข้และผู้พยาบาลที่ไม่ดีไม่ควรพยาบาลภิกษุไข้ไว้ด้วยดังนี้ คือ

๑. คุณสมบัติของผู้พยาบาลที่ดีประกอบด้วยองค์ ๕^{๑๖} คือ

- (๑) สามารถจัดยา
 - (๒) รู้จักของแสลงและไม่แสลง คือ นำของแสลงออกไป นำของไม่แสลงเข้ามาให้
 - (๓) ไม่พยาบาลคนไข้เพราะเห็นแก่อำิสสินจ้าง แต่พยาบาลด้วยจิตเมตตา
 - (๔) ไม่รังเกียจที่จะนำอุจจาระปัสสาวะ น้ำลาย หรือของที่คนไข้ อาเจียนออกมาไปทิ้ง
 - (๕) สามารถพูดให้คนไข้เห็นชัด ชวนให้อยากรับไปปฏิบัติ เร้าใจให้อาจหาญ
- แก้กลัวกลัว ปลอดภัยโลมใจให้สดชื่น ร่าเริงด้วยธรรมกลา

๒. คุณสมบัติของผู้พยาบาลที่ไม่ดีประกอบด้วยองค์ ๕^{๑๗} คือ

- (๑) ไม่สามารถจัดยา
- (๒) ไม่รู้จักของแสลงและไม่แสลง คือ นำของแสลงเข้าไปให้ นำของไม่แสลงออกไป
- (๓) พยาบาลคนไข้เพราะเห็นแก่อำิสสินจ้าง ไม่มีจิตเมตตา

^{๑๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๒๕.

^{๑๕} สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระปรมานุชิตชิโนรส, ปฐมสมโพธิกถา ฉบับแปล วัดพระเชตุพลวิมลมังคลาราม ราชวรมหาวิหาร จัดพิมพ์, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๓๗), หน้า ๒๐๖-๒๐๗.

^{๑๖} วิ.ม. (ไทย) ๕/๓๖๖/๒๔๒.

^{๑๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๔๒.

(๔) รังเกียจที่จะนำอุจจาระ ปัสสาวะ น้ำลาย หรือของที่ อาเจียนออกมาไปเททิ้ง

(๕) ไม่สามารถพูดให้คนไข้เห็นชัด ชวนให้อยากรับไปปฏิบัติ เราใจให้อาจหาญ แก่กล้า ปลอบขโลมใจให้สดชื่น ร่าเริงด้วยธรรมกถา เป็นบางครั้งบางคราว เกี่ยวกับเรื่องนี้ ได้มีการ อธิบายและสรุปพุทธวิธีการดูแลผู้ป่วยไว้ ๓ ประการดังนี้^{๑๘}

พระหัตถ์ ทรงเอื้อม

พระโอษฐ์ เอี้ยอ้า

พระพักตรา ยิ้มแย้ม

พระหัตถ์ ทรงเอื้อม^{๑๙} โดยให้คำอธิบายว่า เมื่อพระพุทธรูปเจ้าทรงเยี่ยมไข้ตามที่ปรากฏใน เรื่องที่กล่าวมาแล้ว ทรงเอื้อมพระหัตถ์ลงมือปฏิบัติรักษาอาพาธด้วยพระหัตถ์ของพระองค์เอง โดย มิได้ทรงรื้อหรือทรงถือพระองค์หรือทรงรังเกียจ นำมาซึ่งความปิติอบอุ้มใจซาบซึ้งใจในพระมหา กรุณาธิคุณแก่พระภิกษุเหล่านั้นที่นอนชมพิชไข้ รอคอยความตาย ไร้ญาติมิตร

พระโอษฐ์ เอี้ยอ้า คือ ทรงเป่า ปลอบ ปลุกจิตใจ ด้วยการทรงถาม ทุกขเวทนาอาพาธ

พระพักตรา ยิ้มแย้ม คือไม่ทรงสยัพระพักตร์ ด้วยทรงรังเกียจ หรือทรงอึดอัด กลับมีพระ พักตร์ยิ้มแย้มแสดงพระอาการยินดีเต็มพระทัย

เมื่อทรงปฏิบัติแล้ว พอเห็นว่าภิกษุที่อาพาธมีความสบายกาย สบายใจ เกิดปิติปราโมทย์ แล้ว จึงทรงแสดงธรรมยกระดับปัญญาของภิกษุนั้นขึ้นสู่พระวิปัสสนากัมมัฏฐาน ให้บรรลุมรรค ผล นิพพาน ทุกรูป ทุกคน พุทธวิธีทั้ง ๓ ประการนี้ ถ้าเป็นบุคคลทั่วไปก็อาจถอดเป็นสำเนียงคำพูดที่ ไพเราะน่าฟังได้ดังนี้

มือ เอื้อม

ปาก อ้า

หน้า ยิ้ม

มือเอื้อม หมายถึง การจับต้อง อุ้มประคอง ป้อนนวด หรือเช็ดตัวทำความสะอาดร่างกาย เปลี่ยนเสื้อผ้า โดยไม่รังเกียจหรือรื้ออ ด้วยการใช้สัมผัสที่นุ่มนวล ด้วยความเต็มใจ

ปากอ้า หมายถึง ทุกครั้งเวลาให้การพยาบาลหรือการตรวจเยี่ยมผู้เจ็บป่วย ให้มีการพูดคุย และซักถามอาการเจ็บป่วย หรืออาการทั่วๆ ไปด้วยความห่วงใยและเป็นกันเอง ด้วยคำพูดที่นุ่มนวล อ่อนหวานน่าฟัง

หน้ายิ้ม หมายถึง ผู้พยาบาลมีหน้าตายิ้มแย้มแจ่มใสเต็มใจให้บริการผู้เจ็บป่วย ด้วยท่าที นุ่มนวลและเป็นกันเอง ไม่แสดงอาการบึ้งตึงหรือหน้านิ่งคิ้วขมวด หรือแสดงอาการรังเกียจ และอึด อัด^{๒๐} ขณะให้การพยาบาลผู้เจ็บป่วย

ขณะเดียวกัน ท่านได้แสดงข้อปฏิบัติของผู้พยาบาลที่ไม่ดี ๓ ประการที่ควรหลีกเลี่ยง เพราะนับเป็นการใส่ยาพิษสังหารผู้เจ็บป่วย คือ

^{๑๘} พระพิพิธธรรมสุนทร (สุนทร ญาณสุนทรโร), พระพุทธรูปเจ้าเยี่ยมไข้, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ เลียงเชียง, ๒๕๔๖), หน้า ๒-๕.

^{๑๙} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕-๖.

^{๒๐} พระพิพิธธรรมสุนทร (สุนทร ญาณสุนทรโร), พระพุทธรูปเจ้าเยี่ยมไข้, หน้า ๔.

มืออ่อน หมายถึง ไม่ช่วยเหลือนด้วยการอุ้มประคอง บีบนวด หรือเช็ดตัวทำความสะอาดร่างกายให้ ไม่ช่วยเปลี่ยนเสื้อผ้า แต่กลับเอามือกดอกหรือไขว้หลังโดยไม่แยแส

ปากห้อย หมายถึง การแบะปาก แสดงอาการสมเพชและเบื่อหน่ายคนไข้ผู้เจ็บป่วยมาก และ พูดคุะคอกด้วยน้ำเสียงที่ไม่น่าฟัง พูดบ่นเบื่อหน่ายคนไข้

หน้ายักษ์ หมายถึง แสดงอาการหน้าว้าวคือขมวดคุยักซ์^{๒๑} คุตัน ไม่พอใจอยู่ตลอดเวลา และสีหน้าไม่เป็นมิตรกับคนไข้ผู้เจ็บป่วยเลย

สรุปได้ว่า ในการพยาบาลด้วยการปรนนิบัติทางกาย พระพุทธองค์ให้การพยาบาลผู้ป่วยด้วยตนเอง ดังกรณีปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกดังกล่าวมาคือ พระพุทธองค์ทรงสงน้ำให้พระภิกษุอาพาธที่นอนเกลือกกลิ้งอยู่กับอุจจาระและปัสสาวะของตนเอง และพระตีสสระเถระผู้มีร่างกายเน่าเปื่อย ไม่มีใครดูแล จนร่างกายสะอาด และยังตรัสเรื่องให้ภิกษุช่วยกันรักษาพยาบาลกัน และกันในเวลาเจ็บไข้ และเมื่อรูปใดไม่เอาใจใส่ซึ่งกันและกัน ก็ทรงปรับอาบัติทุกกฏ และกรณีของพระเจ้าสุทโธทนะ พุทธบิดาทรงประชวรหนัก ด้วยพระโรคชราซึ่งมีพระอาการเพียบหนักแล้ว พระพุทธองค์ทรงยกพระหัตถ์ตั้งพระทัยอธิษฐานจิตบำบัดโรคอาพาธ แล้วทรงลูบลงที่พระเศียรของพระพุทธบิดา พระองค์ทรงเช็ด พระพักตร์ของพระบิดาด้วยน้ำที่พระสารีบุตรนำมาถวาย พระอาพาธก็ทุเลาลงด้วยพระบารมี และพระเจ้าสุทโธทนะได้สำเร็จจอร์หันต์ในบ้นปลายแห่งพระชนม์ชีพ และพระองค์ยังตรัสถึงคุณสมบัติของผู้พยาบาลที่ดี เกี่ยวกับเรื่องนี้ อธิบายและสรุปถึงพุทธวิธีการดูแลผู้ป่วยได้ ๓ ประการคือ มือเอื้อม ปากอ้า หน้ายิ้ม (การจับต้องโดยไม่รีรอหรือรังเกียจ ด้วยความนุ่มนวล และด้วยความเต็มใจ รวมทั้งพูดคุยซักถามอาการเจ็บป่วยนั้น ๆ ด้วยความห่วงใย บนใบหน้าที่ยิ้มแย้มแจ่มใสเต็มใจและเป็นกันเอง)

จากคุณสมบัติของผู้พยาบาลดังกล่าว นับว่าเป็นจุดเริ่มต้นของการกำหนดจริยธรรมหรือจรรยาบรรณของผู้พยาบาล กล่าวคือผู้ที่ประกอบวิชาชีพพยาบาลในกาลต่อมา

สรุปได้ว่า ร่างกายนี้เป็นรังของโรค จึงรับรองความไม่มีโรคได้ยาก วิธีการของพระพุทธศาสนาจึงเน้นในการรักษาจิตไม่ให้กระสับกระส่าย พระพุทธศาสนามีแนวทางในการดูแลร่างกายดังต่อไปนี้

การดูแลผู้ป่วยทางด้านร่างกาย ปรนนิบัติ

การดูแลตนเองทางด้านร่างกาย ถือเป็นกิจวัตรประจำวันของมนุษย์ทุกคน ซึ่งเป็นสิ่งบุคคลต้องปฏิบัติด้วยตนเองในขณะที่มีสุขภาพดีทั้งด้านร่างกายและจิตใจ แต่เมื่อเจ็บป่วย กิจวัตรประจำวันดังกล่าวจะหยุดชะงักไป และความต้านทานเชื้อโรคน้อยลง ฉะนั้นการดูแลทางร่างกายเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่ง

๑. การทำความสะอาดของร่างกาย

เป็นการป้องกันภาวะแทรกซ้อน จากการติดเชื้อเข้าสู่ร่างกายได้ ในสมัยพุทธกาล เป็นภารกิจที่พระพุทธเจ้าทรงถือปฏิบัติคือ เสด็จไปเยี่ยมเยียนภิกษุอาพาธตามศาลาโรงไข้ หรือตามที่พัก

^{๒๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖.

อาศัย เพื่อดูแลเรื่องความสะอาดของที่อยู๋อาศัย สภาพแวดล้อม และทำความสะอาดร่างกาย เช่นในสมัยพระพุทธเจ้าเสด็จเยี่ยมพระตีสสระเถระ

๒. การบริโภคอาหาร

นอกจากการดูแลทางด้านร่างกายแล้ว พระพุทธองค์ยังทรงสอนในเรื่องการบริโภคอาหารแก่ภิกษุ ให้นับอาหารมื้อเดียวตลอดชีวิตพรหมจรรย์ ว่า “เรานับอาหารมื้อเดียว เราเมื่อฉันอาหารมื้อเดียว ย่อมรู้สึกว่ามีอาหารน้อย มีความลำบากกายน้อย มีความเบากาย มีกำลัง และอยู่อย่างผาสุก”^{๒๒}

ทรงให้พิจารณาอาหารก่อนฉันทุกครั้งดังพุทธพจน์ที่ว่า

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาโดยแยบคายแล้วฉันบิณฑบาตไม่ใช่เพื่อเล่น ไม่ใช่เพื่อมัวเมา ไม่ใช่เพื่อประดับ ไม่ใช่เพื่อตกแต่ง แต่เพียงเพื่อกายนี้ดำรงอยู่ได้ เพื่อให้ชีวิตินทรีย์เป็นไปเพื่อบำบัดความหิว เพื่อบุญเคราะห์พรหมจรรย์ ด้วยคิดเห็นว่า โดยอุบายนี้เราก็กำจัดเวทนาเก่าเสียได้ และจักไม่ให้เวทนาใหม่เกิดขึ้น ความดำรงอยู่แห่งชีวิต ความไม่มีโทษ และการอยู่โดยผาสุกจักมีแก่เราแล้วจึงบริโภคอาหาร^{๒๓}

๓. การออกกำลังกาย

พระพุทธเจ้าทรงใช้วิธีการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับสมณะเพศอย่างยิ่ง ทรงยึดหลักการปรับเปลี่ยนอิริยาบถทั้ง ๔ ยืน เดิน นั่ง นอน ให้มีความสมดุล โดยเฉพาะอิริยาบถเดินที่พระองค์ทรงนำมาใช้สำหรับการออกกำลังกายทุกวัน ได้แก่ การเดินบิณฑบาต เข้าตรูของทุกวัน มีหลักฐานที่พระพุทธเจ้าและพระสาวก ออกเดินบิณฑบาตไปตามหมู่บ้านเป็นประจำคือ “ครั้นเวลาเช้า พระผู้มีพระภาคทรงครองอันตรวาสก ถือบาตร และจีวรเสด็จเข้าไปยัง... ลำดับนั้น อุทัยพราหมณ์ตักข้าวใส่บาตรถวายจนเต็ม”^{๒๔} และ ครั้นเวลาเช้า ท่านอานนท์ครองอันตรวาสก ถือบาตรและจีวรเสด็จเข้าไปบิณฑบาตยังกรุงสาวัตถี^{๒๕}

การเดินจงกรม พระพุทธเจ้าและพระสาวกจะปฏิบัติธรรมด้วยการเดินจงกรมเป็นประจำดังในสมัยหนึ่ง ท่านพระสารีบุตร.ท่านพระมหาโมคคัลลานะ.ท่านพระมหากัสสปะ.ท่านพระอนูรุทธะ... ท่านพระปัญณมณตานีบุตร.ท่านพระอุบาลี.ท่านพระอานนท์.แม้พระเทวทัต ก็กำลังเดินจงกรมอยู่กับพระภิกษุจำนวนมาก ในที่ไม่ไกลจากพระผู้มีพระภาค^{๒๖}

พระพุทธเจ้าได้ตรัสถึงอานิสงส์ของการเดินจงกรมไว้ถึง ๕ ประการ คือ

๑. ย่อมเป็นผู้มีความอดทนต่อการเดินทางไกล

^{๒๒} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๒๕/๒๓๖.

^{๒๓} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๓/๒๓.

^{๒๔} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๙๘/๒๘๕-๒๘๙.

^{๒๕} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๐๗/๒๙๙.

^{๒๖} ส.นิ. (ไทย) ๑๖/๙๙/๑๘๗.

๒. ย่อมเป็นผู้มีความอดทนต่อการบำเพ็ญเพียร
๓. ย่อมเป็นผู้มีอาพาธน้อย
๔. อาหารที่กิน ดื่มน้ำ เคี้ยว ลิ้มแล้วย่อมย่อยไปโดยดี
๕. สมาธิที่ได้เพราะการเดินจงกรมย่อมตั้งอยู่ได้นาน^{๒๗}

จากหลักฐานดังกล่าว พระพุทธองค์ทรงเห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย เพื่อประโยชน์หลายประการดังกล่าวมาข้างต้น เพื่อให้ง่ายต่อการสืบค้น ผู้วิจัยได้ทำตารางแสดงถึงการพยาบาลผู้ป่วยด้วยการปรนนิบัติทางกาย ดังต่อไปนี้

ตารางที่ ๓.๒.๑ แสดงการพยาบาลผู้ป่วยด้วยการปรนนิบัติทางกาย

ลำดับ	กรณีผู้ป่วย	การพยาบาลผู้ป่วย	ผลการพยาบาล
๑.	พระภิกษุอาพาธรูปหนึ่งนอนเกลือกกลิ้งอยู่กับอุจจาระและปัสสาวะของตนเอง	พระพุทธเจ้าทรงให้การพยาบาลด้วยการสรงน้ำให้ภิกษุรูปนั้นจนร่างกายสะอาด โดยไม่แสดงอาการรังเกียจแม้แต่น้อย	ภิกษุรูปนั้นร่างกายสะอาดและหายจากอาพาธนั้น
๒.	พระติสสะเถระป่วยด้วยร่างกายเน่าเปื่อย มีตุ่มหนองผื่นคันขึ้นตัว น้ำเหลืองเปียกขึ้น เลอะเทอะเปรอะเปื้อนทั้งตัวเต็ม	พระพุทธเจ้าทรงให้การพยาบาลด้วยการนำผ้าชุบน้ำร้อนมาเช็ดตัวให้จนน้ำเหลืองที่แห้งกรังทั่วตัวแห้งและร่างกายสะอาด จึงนำสบงผ้าสบงและจีวร มาเปลี่ยนให้พระติสสะเถระ	พระติสสะเถระ มีความเบาใจ ชื่นใจ มีอาการปลอดโปร่งขึ้นมา เกิดกำลังใจขึ้นมาก ร่างกายสะอาด เบาลายมีจิตและอารมณ์เป็นหนึ่ง
๓.	พระเจ้าสุทโธทนะ พระพุทธบิดา ประชวรหนักด้วยโรคชรา	พระพุทธเจ้าทรงให้การพยาบาลโดยพระองค์ทรงยกพระหัตถ์ตั้ง พระทัย อธิษฐานจิตแล้วลูบลงที่พระเศียรของพระบิดาและทรงเช็ด พระพักตร์พระบิดาด้วยน้ำ ที่พระสารีบุตรนำมาถวาย	พระเจ้าสุทโธทนะทรงสำราญพระกายคลายความทุกข์อันสาหัส และสำเร็จพระอรหันต์ในบัดนั้น ปลายแห่งพระชนม์ชีพ จากนั้นอีก ๗ วันก็สิ้นพระชนม์ชีพ (ปรินิพพาน) ด้วยอนุपाติเสสนิพพาน

^{๒๗} อภ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๒๙/๔๑.

๔. การดูแลเรื่องที่พักอาศัยและสิ่งแวดล้อม

วิถีชีวิตแห่งพรหมจรรย์ของพระพุทธเจ้าเกือบตลอดพระชนม์ชีพส่วนใหญ่ พระองค์จะทรงดำเนินอยู่กับธรรมชาติตามที่ต่าง ๆ เช่น ตามป่าบ้าง ภูเขาบ้าง โคนต้นไม้บ้าง ในถ้ำบ้าง เป็นต้น ดังมีกล่าวในพระไตรปิฎกว่า “สมัยนั้น มานพหลายค..พากันเข้าไปยังราวป่านั้นแล้ว ได้เห็นพระผู้มีพระภาคเจ้าประทับนั่งคู้บัลลังก์ ตั้งพระกายตรง.อยู่ในราวป่านั้น.และถามว่า ภิกษุท่านทำงานอะไร จึงอยู่ในป่าสาละ พระโคตมอยู่ในป่าแต่ผู้เดียว ได้ความยินดีอะไรหรือ”^{๒๘} “ตลาคตนั่นย่อมพักอยู่ ณ เสนาสนะอันเงียบสงัด คือ ป่า โคนไม้ภูเขา ซอกเขา ถ้ำ ป่าช้า ป่าทึบ”^{๒๙}

ตามที่พระพุทธเจ้าทรงใช้ชีวิตส่วนใหญ่อยู่ตามธรรมชาตินั้น ย่อมส่งผลเป็นอย่างดียิ่งต่อการช่วยส่งเสริมสุขภาพดีคือ ธรรมชาติให้อากาศบริสุทธิ์ และที่สำคัญธรรมชาติให้ความสงบ เหมาะต่อการบำเพ็ญเพียรเป็นอย่างยิ่ง ดังพุทธพจน์ที่ว่า “เมื่อเธอเข้าไปอยู่อาศัยในป่าทึบนั้น สติที่ยังไม่ปรากฏก็ปรากฏ จิตที่ยังไม่ตั้งมั่นก็ตั้งมั่น”^{๓๐} จากคุณค่าที่ได้จากธรรมชาตินี้ พระองค์จึงทรงบัญญัติข้อห้ามไม่ให้ภิกษุทำลายธรรมชาติไว้ด้วย เช่น ห้ามภิกษุถ้ำอุจจาระ ปัสสาวะ บ้วนน้ำลายลงบนพื้น และในน้ำ ภิกษุรูปใดทำต้องอาบัติทุกกฏ และยังห้ามภิกษุทำลายต้นไม้ไว้ด้วย

๓.๒.๒. การพยาบาลทางด้านจิตใจ

เมื่อกล่าวถึงการพยาบาลผู้ป่วยทางจิตใจ ผู้วิจัยพบว่าพระพุทธองค์ทรงเป็นผู้นำในการพยาบาลผู้ป่วยทางด้านจิตใจ ๒ ประการคือ ๑. ด้วยการสนทนาธรรมและ ๒. ด้วยการแสดงธรรม ดังเหตุการณ์ที่ปรากฏใน นกุลปิตสูตร ดังต่อไปนี้

๑. การพยาบาลด้วยการสนทนาธรรม

ในสมัยหนึ่งพระพุทธเจ้า ประทับอยู่ ณ เกสภพาวัน นกุลปิตาคหบดี เข้าเฝ้าพระองค์ แล้วกราบทูลว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ข้าพระองค์เป็นผู้ชรา สูงอายุ เป็นผู้เฒ่าล่วงกาลมามาก ผ่านวัยมากมาย มีกายกระสับกระส่าย เจ็บป่วยประจำ พระผู้มีพระภาคเจ้าและภิกษุทั้งหลายผู้เป็นที่เจริญใจ ข้าพระองค์ก็ไม่ได้เห็นเป็นนิตย์ขอพระผู้มีพระภาคโปรดให้โอวาท สอนสั่งข้าพระองค์ด้วยเพื่อประโยชน์เกื้อกูลเพื่อความสุขแก่ข้าพระองค์ตลอดกาลนานด้วยเถิด” พระพุทธองค์จึงแสดงธรรมโปรดแก่คหบดีผู้สูงวัย ว่า พึงตั้งใจไว้เสมอว่า ถึงแม้ว่ากายจะกระสับกระส่ายอยู่ก็ตาม แต่จิตจักไม่กระสับกระส่ายตามไปด้วย ครั้นเมื่อคหบดีผู้สูงวัยท่านนั้น ได้ฟังอมตะธรรมนั้นแล้วก็เกิดความยินดี มีอินทรีย์ผ่องใส และสีหน้าบริสุทธิ์ผุดผ่องขึ้นมากทันที แล้วคหบดีก็เข้าไปหาพระสารีบุตร

พระสารีบุตรถามว่า “อินทรีย์ผ่องใส สีหน้าผุดผ่อง วันนี้ได้ฟังธรรมจากพระพุทธเจ้ามาใช้หรือไม่”

^{๒๘} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๐๓-๒๐๔/๒๕๔ - ๒๕๖.

^{๒๙} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๒๕/๔๕๘.

^{๓๐} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๙๓/๒๐๕.

คหบดีตอบว่า “ใช่” พระสารีบุตรถามอีกว่า “เพราะเหตุไร คหบดีไม่ถามพระองค์ให้ยิ่งกว่า ว่าบุคคลเช่นไร เป็นผู้มียกยดกระสับกระส่าย และมีจิตกระสับกระส่าย และบุคคลเช่นไร เชื่อว่าเป็นผู้มียกยดกระสับกระส่าย แต่ไม่เชื่อว่ามียกยดกระสับกระส่ายไปด้วย”

คหบดี ตอบว่า “ท่านผู้เจริญ การที่กระผมมายังสำนักของท่านนี้ก็เพื่อต้องการจะทราบความหมายเนื้อความของพระภาษิตนี้จากท่าน จึงขอโอกาสนี้จากท่านช่วยอธิบายเนื้อความ แห่งพระภาษิตนี้ให้แจ่มแจ้ง แก่กระผมด้วยเถิด”

พระสารีบุตรจึงอธิบายให้คหบดีผู้สูงวัยนั้น เข้าใจว่า ผู้มียกยดกระสับกระส่ายและมีจิตกระสับกระส่ายคือ ผู้ที่ไม่ได้ศึกษาและไม่เข้าใจในชั้น ๕ คือรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ เป็นต้น และผู้ที่เชื่อว่ามียกยดกระสับกระส่าย แต่ไม่เชื่อว่ามียกยดกระสับกระส่ายไปด้วยคือ ผู้ที่ได้ศึกษาและเข้าใจในชั้น ๕ คือรูป เวทนา เป็นต้น ซึ่งเป็นไปตามกฎไตรลักษณ์ คือความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และความไม่ใช่ตัวตน เป็นไปตามธรรมชาติ ไม่สามารถบังคับให้เป็นไปตามที่เราต้องการได้

เมื่อได้ฟัง พระสารีบุตรกล่าวอย่างนี้แล้ว นกุลปิศาหคหบดี พอใจมาก และชื่นชมในคำกล่าวของพระสารีบุตรเป็นอย่างมาก^{๓๑}

สรุปได้ว่าเป็นธรรมดา เมื่อร่างกายทรุดโทรมลงไป การที่จะต่อสู้ รักษาตัว บริหารร่างกายไม่ให้มีโรคเป็นการยาก อาการเจ็บไข้ก็ปรากฏได้มากขึ้น ในสภาพแบบนี้ต้องบริหารชีวิตให้ดีที่สุด โดยพระพุทธรเจ้าสอนให้ฝึกตนเองไว้ว่า ถึงแม้ร่างกายของเราจะป่วย แต่ใจของเราจะไม่ป่วยตามไปด้วย ซึ่งจะสังเกตได้เห็นถึงสีหน้าผิพรรณของผู้ป่วยที่ร่างกายป่วยและจิตใจป่วยไปด้วยนั้น มักจะมีใบหน้าผิพรรณที่เศร้าหมองอย่างเห็นได้ชัด ซึ่งตรงข้ามกับบุคคลที่แม้ร่างกายป่วย แต่จิตใจไม่ป่วยตามไปด้วยนั้น จะมีใบหน้าผิพรรณที่สดชื่น แจ่มใสได้ทั้งๆที่มีร่างกายเจ็บป่วยอยู่ก็ตาม เพราะจิตของผู้ป่วยนั้นได้เป็นอิสระจากการถูกรบกวน จากความเจ็บป่วยไปได้ เมื่อจิตที่เป็นอิสระ บริสุทธิ์ ผ่องใส ย่อมส่งผลถึงร่างกายให้มีผิพรรณและสีหน้าที่สดชื่น ผ่องใส ตามไปด้วย

กรณีข้างต้นแสดงให้เห็นถึงบทบาทของพระพุทธรองค์ในการให้การพยาบาลผู้ป่วยด้วยการสนทนาธรรมด้วยพระองค์เอง เพื่อให้หายต่อการสับสน ผู้วิจยได้ทำตารางแสดงการพยาบาลผู้ป่วยทางด้านจิตใจ ดังนี้

^{๓๑} ส.ช. (ไทย) ๑๗/๑/๑ - ๓.

ตารางที่ ๓.๒.๒ แสดงการพยาบาลผู้ป่วยทางด้านจิตใจ

ลำดับ	กรณีผู้ป่วย	การพยาบาลด้วยการสนทนาธรรม	ผลการพยาบาล
๑	นกุลปีตาคหบดี ป่วยด้วยโรคชรา มี อาการเจ็บป่วย อดแอดอยู่เป็น ประจำ	พระพุทธเจ้าทรงสนทนาธรรม กับนกุลปีตาคหบดีด้วยพระองค์เองว่า แม้เมื่อเรามีกายกระสับกระส่ายอยู่ จิตของเราจักไม่กระสับกระส่าย ตามไปด้วย โดยใช้สติหรือใช้ปัญญา พิจารณาให้เห็นความจริงตามกฎ ไตรลักษณ์ เป็นการให้การพยาบาล ทางด้านจิตใจ	จิตใจไม่ฟุ้งซ่าน ผ่อน คลาย เบาสบาย ควบคุม สติได้หายป่วยในฉับพลัน

๒. การพยาบาลด้วยการแสดงธรรม

เมื่อกล่าวถึงการพยาบาลผู้ป่วย ด้วยการแสดงธรรม ผู้วิจัยพบว่าพระพุทธองค์ทรงเป็นผู้นำในการพยาบาลผู้ป่วยด้วยการแสดงธรรม ดังเหตุการณ์ที่ปรากฏ ในปฐมคิลานสูตร ทตติยคิลานสูตร ตติยคิลานสูตร และคิริमानนทสูตร ตามลำดับดังต่อไปนี้

เรื่องที่ ๑ ในสมัยหนึ่งพระพุทธเจ้าประทับอยู่ ณ พระเวฬุวัน เขตกรุงราชคฤห์ สมัยนั้นท่านพระมหากัสสปะ อาพาธได้รับทุกข์ เป็นไข้หนัก อยู่ที่ปิณฑคูหา พระองค์ตรัสถามท่านพระมหากัสสปะว่า “เธอพอทนได้หรือ พอยังอัตภาพให้เป็นไปได้หรือ ความรู้สึกเจ็บปวด ความรู้สึกเป็นทุกข์ ทุเลลงหรือ ไม่กำเริบขึ้นหรือ”

พระมหากัสสปะทูลตอบว่า “ข้าพระองค์ทนไม่ได้ ยังอัตภาพให้เป็นไปไม่ได้ พระเจ้าข้า ข้าพระองค์มีทุกข์เวทนาอย่างแรงกล้า ยังกำเริบ ไม่ทุเลลงเลยพระเจ้าข้า”

พระองค์จึงตรัสว่า “กัสสปะ โพชฌงค์ ๗ ประการ เหล่านี้ เรากล่าวไว้ชอบแล้ว อบรมแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อตรัสรู้ เพื่อนิพพาน โพชฌงค์ ๗ ประการ มีอะไรบ้าง ดูก่อนกัสสปะ โพชฌงค์ ๗ ประการ เป็นธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ ที่เป็นวิถีแห่งการบรรลุธรรม วิถีแห่งความพ้นทุกข์ วิถีแห่งการตัดอาสวะกิเลสทั้งหลาย ผู้ที่เข้าถึงการบรรลุธรรม หรือ เข้าถึงความดีได้นั้นจะต้องมี โพชฌงค์ ๗ ประการ ดังนี้ คือ

๑. สติสัมโพชฌงค์ (ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือความระลึกได้) คือธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือความระลึกได้ คือต้องปฏิบัติตนให้เป็นคนมีสติโดยให้สำนึกพร้อมอยู่ด้วยอาศัยจิตที่สงบ ให้ใจอยู่ในกิจ ให้จิตอยู่กับเรื่องนั้น ๆ เฉพาะหน้า เช่นเวลานี้เรารู้หรือไม่ว่าเรากำลังทำอะไร อยู่ รู้หรือไม่ว่าลมหายใจเข้าออกเวลานี้หายใจเข้าสั้นหรือยาว หายใจออกสั้นหรือยาว หรืออิริยาบถต่างๆ เวลานี้กำลังเดินอยู่หรือ กำลังนั่งอยู่หรือกำลังนอนอยู่ เป็นต้น คือต้องพยายามให้รู้อยู่ทุกอารมณ์ และทุกอิริยาบถ

๒. ัมมวิจยสัมโพชฌงค์ (ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือการเพินธรรม) คือธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือการเพินธรรม ในธรรมวิจย นี่เป็นการเลือกเพินไตรตรอง ให้มองเห็นอารมณ์ที่เห็นเฉพาะหน้านี้เป็นธรรม จนเกิดความเข้าใจ หยั่งลงไปถึงความเกิดขึ้น ความตั้งอยู่ ความดับไปของสิ่งทั้งหลาย คือเป็นการสอดส่องค้นคว้าดูว่าสิ่งที่เราคิด ด้วยสตินั้นมันถูกหรือผิด ตรงหรือไม่ตรง และให้พิจารณาดูว่าสิ่งที่ทำไปนั้นมันตั้งไป หย่อนไป หรือว่าอยู่ในความพอดี และสิ่งที่ทำนั้นทำเพื่ออะไร ผลออกมาเป็นเช่นไร มีความสุขใจหรือไม่ ซึ่งก็คือการแสวงหาธรรมที่เหมาะสมและตรงกับตนเองที่สามารถปฏิบัติได้

๓. วิริยสัมโพชฌงค์ (ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือ ความเพียร) คือธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือความเพียร ความบากบั่น ความพยายามทำกิจไม่ท้อถอย คือในทุกสิ่งทุกอย่างที่ปรารถนา ต้องอาศัยความเพียรพยายามไม่ท้อถอย ต้องอดทน ถ้าไม่มีความเพียรแล้ว ความสำเร็จจะไม่ได้เลย ต้องคิดวางแผนทุกอย่างต้องมีอุปสรรค ไม่ว่างานอะไรทั้งหมดมีอุปสรรคทั้งนั้น ไม่มีความราบรื่นเป็นเรื่องปกติ เมื่อมีความพากเพียร มานะพยายามบากบั่นอย่างยิ่งแล้ว ผลที่ได้รับ คือความปิติสุขต่อไป

๔. ปิติสัมโพชฌงค์ (ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือ ความอิ่มใจ) คือธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือความอิ่มใจ ความเต็มอิ่มใจ ปิตินี้มีได้ทั้งในสมถะและวิปัสสนา ถ้าเป็นสมถะก็ได้แก่องค์ฌาน ส่วนในวิปัสสนาก็คือความอิ่มใจในการเจริญวิปัสสนา ในผู้ที่เจริญสติปัฏฐาน เมื่อมีสติรู้ทันอารมณ์ มีปัญญาเข้าใจสภาวะ เห็นสภาพไตรลักษณ์ ของรูปนาม รู้สึกตัว มีความเพียรอย่างจริงจัง ไม่ย่อท้อ ย่อมเกิดปิติขึ้นชมเป็นธรรมดา และสิ่งที่จะตามมาจากปิตีก็คือ ความผ่อนคลาย ความปล่อยวาง

๕. ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ (ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือความสงบกายสงบใจ) คือธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือความสงบกายสงบใจ ความสงบใจและอารมณ์ ความสงบเย็น ความผ่อนคลายกายใจ คือความผ่อนคลายกายใจ สงบระงับ เรียบเย็นไม่เครียด ไม่กระสับกระส่าย เบาสบายปัสสัทธิสัมโพชฌงค์นี้ มีลักษณะทำให้จิตใจสงบเยือกเย็น รู้สึกสบายใจคือความผ่อนคลาย ความปล่อยวาง จากในสิ่งที่ตามองเห็นรูป ที่หูฟังเสียง ที่จมูกได้กลิ่น ที่ลิ้นได้ลิ้มรส ที่กายถูกต้องหรือสัมผัส จะผ่อนคลายจากสิ่งชั่วเลวร้ายเสียหาย ทั้งกายวาจาและใจ เมื่อมีความผ่อนคลาย ปล่อยวางลงแล้วก็จะขยับเข้าไปถึงองค์คุณแห่งสมาธิต่อไป

๖. สมาธิสัมโพชฌงค์ (ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือความตั้งจิตมั่น) คือธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือความมีใจตั้งมั่น การทำให้ใจสงบแน่วแน่ ไม่ฟุ้งซ่านคือการรักษาความมีอารมณ์เป็นหนึ่งเดียว ไม่วอกแวก ไม่ส่าย สมาธิไม่ใช่การนั่งหลับตา หรือนอนหลับตา สมาธิแปลว่าตั้งใจมั่น คือจิตที่จับอยู่ในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งอยู่โดยเฉพาะ จิตไม่สอดส่ายไปสู่อารมณ์อื่น ในจิตที่ตั้งมั่นนี้ จิตกับกายจะแยกกันคืออาการภายนอกไม่รู้จริง แต่อาการภายในเหมือนคนที่ตื่นอยู่ปกติ และมีอารมณ์ที่ตั้งมั่น แต่ถ้าฟุ้งซ่านสมาธิจะอ่อนลง และเหตุที่ฟุ้งซ่านเพราะสติปัจจุบันอ่อนไป จึงต้องพยายามให้จิตอยู่กับปัจจุบัน ความฟุ้งซ่านก็จะหมดไป เพราะทุกอย่างย่อมเป็นไปตามเหตุ ตามปัจจัย ฉะนั้นต้องมีสติ ต้องรู้ทันอารมณ์ ทันปัจจุบัน ทุกอิริยาบถด้วยบริบูรณ์ สมาธิสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดก็จะเกิดขึ้นได้

๗. อุเบกขาสัมโพชฌงค์ (ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือ ความมีใจเป็นกลาง) คือธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือความมีใจเป็นกลาง ไม่เอนเอียงด้วยชอบหรือชัง ความรู้จักวางใจเฉยคือการวางที่เฉย เรียบ นิ่งดูไป ไม่ว่าชอบใจ หรือไม่ชอบใจ ก็ให้วางเฉยเสีย คือไม่ยินดีต่อความสุข ไม่เดือดร้อนต่อความทุกข์ที่มีต่อตน รวมถึงการวางเฉยในสังขารว่าทุกสิ่งอย่างล้วนเป็น อนิจจัง เป็นทุกขัง เป็นอนัตตา เพราะเป็นธรรมดา ที่คนเรามีขั้น ๕ ต้องมีการกระทบกระทั่งทั้งทางหู ทางตา ซึ่งเป็นเรื่องที่หนีไม่พ้น ในเรื่องความเจ็บป่วยก็เช่นกัน เป็นเรื่องธรรมดา ถ้ารักษาระงับเวทนาได้ก็ควรรักษาไป แต่ถ้าเมื่อรักษาแล้วไม่หาย ก็ไม่เป็นไรให้วางเฉยไว้ ถ้ามันทรงอยู่ก็ดูมันไปเฉยๆ แต่ถ้าวางเฉยไม่ได้ ความทุกข์จะปรากฏเมื่อนั้น ถ้าวางเฉยได้เราก็จะสิ้นทุกข์เมื่อนั้นเช่นกัน

โพชฌงค์ ๗ ประการ เหล่านี้ เป็นธรรมที่ พระพุทธเจ้า ผู้ทรงเห็นธรรมกล่าวไว้ชอบแล้ว อันบุคคลเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ และเพื่อนิพพาน

เมื่อพระมหากัสสปะได้ฟังจบลงแล้วก็ปลื้มใจและชื่นชมยินดียิ่ง ในโพชฌงค์ธรรมนี้ว่า โพชฌงค์นี้ดีนัก โดยตรัสแก่พระองค์ว่า “ข้าแต่พระผู้มีพระภาค โพชฌงค์ดีนัก ข้าแต่พระสุคตโพชฌงค์ดีนัก”

หลังจากที่ พระผู้มีพระภาคได้ตรัสภาษิตันแล้ว ท่านพระมหากัสสปะก็หายขาดจากโรคนั้นได้ในทันที^{๓๒}

จากการศึกษาจะเห็นว่า นอกจากให้การพยาบาลผู้ป่วย ทางด้านร่างกายและด้านจิตใจ แล้วพระองค์ยังแสดงอมตะธรรม ด้วยการแสดงธรรม โดยพระองค์ทรงกล่าวสนทนาธรรม กับพระมหากัสสปะ ทรงแสดงถึงอานุภาพของโพชฌงค์ ๗ ประการ ที่ทำให้พระมหากัสสปะ หายจากอาพาธ ซึ่งเป็น ปฐมคิลานสูตร

เรื่องที่ ๒ ในสมัยหนึ่งพระพุทธเจ้าประทับอยู่ ณ พระเวฬุวัน เขตกรุงราชคฤห์ สมัยนั้น ท่านพระมหาโมคคัลลานะอาพาธ ได้รับทุกข์ เป็นไข้หนัก ที่ภูเขาคิชฌกูฏ พระองค์ตรัสถามท่านมหาโมคคัลลานะว่า “โมคคัลลานะ เธอยังสบายดีหรือ ยังพอเป็นอยู่ได้หรือ ทุกขเวทนาทุเลาลง ไม่กำเริบขึ้นหรือ อาการทุเลาปรากฏ อาการกำเริบไม่ปรากฏหรือ” หลังจากที่พระองค์ทรงถาม พระมหาโมคคัลลานะว่า “เธอพอทนได้หรือ พอยังอดทนให้เป็นไปได้หรือ ความรู้สึกเจ็บปวด ความรู้สึกเป็นทุกข์ทุเลาลงหรือ ไม่กำเริบขึ้นหรือ”

พระมหาโมคคัลลานะทูลตอบว่า “ข้าพระองค์ไม่สบายจะเป็นอยู่ไม่ได้ ทุกขเวทนามีแต่กำเริบหนักขึ้น ไม่ทุเลาลงเลย อาการกำเริบปรากฏ อาการทุเลา ไม่ปรากฏ พระพุทธเจ้าข้า” เมื่อพระมหาโมคคัลลานะ ตอบว่า ตนเองทนไม่ได้เลย คงมีชีวิตต่อไปไม่ได้ และรู้สึกว่าทุกข์ทรมานอย่างมาก อาการกลับหนักขึ้นไม่ทุเลาลงเลย

พระองค์จึงตรัสว่า “โมคคัลลานะ โพชฌงค์ ๗ ประการนี้เรากล่าวไว้ชอบแล้ว ที่บุคคลเจริญ ทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อตรัสรู้ เพื่อนิพพาน”

^{๓๒} ส.ม.(ไทย) ๑๙/๑๙๕/๑๒๘.

พระองค์จึงตรัสสอนโพชฌงค์ ๗ ประการนั้นแก่พระมหาโมคคัลลานะเช่นเดียวกับที่ ตรัสสอนพระมหากัสสปะ และเมื่อพระมหาโมคคัลลานะได้ฟังจบลงแล้ว ก็ปลื้มใจและชื่นชมยินดียิ่ง ในโพชฌงค์ธรรมนั้นว่าโพชฌงค์นี้ดีนัก โดยตรัสแก่พระองค์ว่า “ข้าแต่พระผู้มีพระภาค โพชฌงค์ดีนัก ข้าแต่พระสุคต โพชฌงค์ดีนัก” พระมหาโมคคัลลานะก็หายขาดจากโรคนั้นได้ในทันที ซึ่งเป็น พุตติยคิลานสูตร^{๓๓}

เรื่องที่ ๓ ในสมัยหนึ่งพระพุทธเจ้าประทับอยู่ ณ พระเวฬุวัน เขตกรุงราชคฤห์ สมัยนั้น พระองค์ทรงพระประชวร ได้รับทุกข์ พระอาการหนัก ท่านพระมหาจุนทะเข้าไปเฝ้าพระองค์ ถึงที่ประทับ พระองค์ได้ตรัสกับพระมหาจุนทะว่า “จุนทะ เฉพาะเธอที่จะอธิบายโพชฌงค์ ให้แจ่มแจ้ง”

พระองค์ทรงรับสั่งให้ พระมหาจุนทะ กล่าวโพชฌงค์นั้นถวาย ท่านพระมหาจุนทะทูลตอบว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ โพชฌงค์ ๗ ประการนี้พระองค์ตรัสไว้ชอบแล้ว ที่บุคคลเจริญ ทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้อย่างเพื่อตรัสรู้ เพื่อนิพพาน

พระองค์ทรงตรัสสอนพระมหาจุนทะถึงโพชฌงค์ ๗ ประการแล้วให้กล่าว โพชฌงค์ ๗ ประการนั้นถวาย แล้วพระพุทธเจ้าทรงชื่นชม พอพระทัยมาก และทำให้ทรงหายจากประชวรนั้นได้โดยพลัน ซึ่งเป็น ตติยคิลานสูตร^{๓๔}

จากการศึกษาจะเห็นว่า นอกจากให้การพยาบาลผู้ป่วยทางด้านร่างกายและด้านจิตใจ แล้วพระองค์ยังแสดงอมตะธรรม โดยพระองค์ทรงกล่าวสนทนาธรรม กับ พระมหากัสสปะ และพระมหาโมคคัลลานะ โดยทรงสาธยายถึงอานุภาพของโพชฌงค์ ๗ ประการ แล้วสามารถรักษาพระมหากัสสปะ และ พระมหาโมคคัลลานะให้หายจากอาพาธรุนแรงนั้นได้ และเมื่อพระองค์ทรงพระประชวรเป็นไข้หนัก พระมหาจุนทะก็ได้สาธยายพระคุณของโพชฌงค์ ๗ ประการถวาย พระองค์แล้วก็หายจากพระประชวรนั้นเช่นเดียวกัน ด้วยเหตุนี้การสวดโพชฌงค์เป็นมนต์โอสธที่ใช้รักษาอาการป่วยไข้ให้หายได้

เรื่องที่ ๔ ในสมัยหนึ่งพระพุทธเจ้าประทับอยู่ ณ พระเชตวัน อารามของอนาถบิณฑิกเศรษฐี เขตกรุงสาวัตถี พระองค์ทรงทราบ ว่า ท่านพระคิริมานนท์อาพาธ ได้รับทุกข์เป็นไข้หนัก โดยท่านพระอานนท์ ได้กราบทูลว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ท่านพระคิริมานนท์อาพาธ ได้รับทุกข์เป็นไข้หนัก ขอประทานวโรกาส ขอพระผู้มีพระภาคได้โปรดอนุเคราะห์เสด็จไปเยี่ยม ท่านพระคิริมานนท์ยังที่อยู่เถิดพระพุทธเจ้าข้า”

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า “อานนท์ ถ้าเธอเข้าไปหาแล้วกล่าวสัญญา ๑๐ ประการ แก่ คิริมานนท์ภิกษุ เป็นไปได้ที่การอาพาธของคิริมานนท์ภิกษุจะสงบระงับ โดยฉับพลัน เพราะได้ฟังสัญญา ๑๐ ประการนี้” แล้วพระองค์ก็ทรงสอนพระอานนท์ถึงสัญญา ๑๐ ประการว่า

ดูก่อน อานนท์ สัญญา ๑๐ ประการ อะไรบ้าง คือ

๑. อนิจจสัญญา

^{๓๓} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๙๖/๑๒๙.

^{๓๔} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๙๕/๑๓๐.

๒. อนัตตสัญญา
๓. อสุภสัญญา
๔. อาทีนวสัญญา
๕. ปหานสัญญา
๖. วิราคสัญญา
๗. นิโรธสัญญา
๘. สัพพโลเก อนภิรตสัญญา
๙. สัพพสังขารสุ อนิฆฏฐสัญญา
๑๐. อานาปานสติ

อานนท ก้อนิจจสัญญาเป็นไฉน? อานนท ภิกษุในธรรมวินัยนี้อยู่ในป่าก็ดี อยู่ที่โคนไม้ก็ดี อยู่ในเรือนว่างเปล่าก็ดี ย่อมพิจารณาเห็นดังนี้ว่า รูปไม่เที่ยง เวทนาไม่เที่ยง สัญญาไม่เที่ยง สังขารทั้งหลายไม่เที่ยง วิญญาณไม่เที่ยง ย่อมพิจารณาเห็นโดยความเป็นของไม่เที่ยง ในอุปาทานชั้นที่ ๕ เหล่านี้ ด้วยประการอย่างนี้ อานนท นี้เรียกว่าอนิจจสัญญา

อานนท ก้อนัตตสัญญาเป็นไฉน? อานนท ภิกษุในธรรมวินัยนี้อยู่ในป่าก็ดี อยู่ที่โคนไม้ก็ดี อยู่ในเรือนว่างเปล่าก็ดี ย่อมพิจารณาเห็นดังนี้ว่า ตาเป็นอนัตตา รูปเป็นอนัตตา หูเป็นอนัตตา เสียงเป็นอนัตตา จมูกเป็นอนัตตา กลิ่นเป็นอนัตตา ลิ้นเป็นอนัตตา รสเป็นอนัตตา กายเป็นอนัตตา โภกฐัพพะเป็นอนัตตา ใจเป็นอนัตตา ธรรมารมณ์เป็นอนัตตา เป็นผู้พิจารณาเห็นโดยความเป็นอนัตตา ในอายตนะทั้งหลาย ทั้งภายในและภายนอก ๖ ประการเหล่านี้เรียกว่า อนัตตสัญญา

อสุภสัญญา อานนท ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมพิจารณาเห็นกายนี้เท่านั้น เบื้องบนตั้งแต่พื้นเท้าขึ้นไป เบื้องต่ำตั้งแต่ปลายผมลงมา มีหนังหุ้มอยู่โดยรอบ เต็มไปด้วยของไม่สะอาด มีประการต่าง ๆ ว่า ในกายนี้มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม เนื้อหัวใจ ตับ พังผืด ไต ปอด ไล่ใหญ่ ไล่ย่อย อาหารใหม่ อาหารเก่า ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา เปรตมัน น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูตร พิจารณาเห็นโดยความเป็นของไม่งามในกายนี้ เรียกว่า อสุภสัญญา

อาทีนวสัญญา อานนทภิกษุในธรรมวินัยนี้ อยู่ในป่าก็ดี อยู่ที่โคนไม้ก็ดี อยู่ในเรือนว่างเปล่าก็ดี ย่อมพิจารณาเห็นดังนี้ว่า กายนี้มีทุกข์มาก มีโทษมาก เพราะฉะนั้นอาหารต่าง ๆ จึงเกิดขึ้นภายในกายนี้ คือ โรคตา โรคหู โรคจมูก โรคลิ้น โรคกาย โรคศีรษะ โรคที่ใบหู โรคปาก โรคฟัน โรคโอ โรคหืด โรคไข้หวัด โรคไข้พิษ โรคไข้เชื่อมซึม โรคท้อง โรคลมสลับ โรคลงแดง๑ โรคจุกเสียด โรคลงราก โรคเรื้อน โรคฝี โรคกลาก โรคมอคร่อ โรคลมบ้าหมู โรคหิดเปื่อย โรคหิดดำน โรคคุดทะราด โรคหูด โรคละอองบวม โรคอาเจียนเป็นเลือด โรคดี โรคเบาหวาน โรคเริม โรคพุพอง โรคริดสีดวง อาหารมีดีเป็นสมุฏฐาน อาหารมีเสมหะเป็นสมุฏฐาน อาหารมีลมเป็นสมุฏฐาน อาหารมีใช้สันนิบาตเป็นสมุฏฐาน อาหารที่เกิดแต่ฤดูแปรปรวน อาหารที่เกิดแต่การบริหาร ที่ไม่สม่ำเสมอ อาหารที่เกิดแต่

ความเพียรเกินกำลัง อาพาธที่เกิดแต่วิบากของกรรม ความหนาว ความร้อน ความหิว ความกระหาย ปวดอุจจาระ ปวดปัสสาวะ เป็นผู้พิจารณาเห็นโดยความเป็นโทษในกายนี้ เรียกว่า อาทินวสัญญา

ปหานสัญญา อานนท ภิกษุในธรรมวินัยนี้ไม่รับกามวิตกที่เกิดขึ้น ละ บรรเทา ทำให้สิ้นสุด ทำให้ถึงความเกิดขึ้นไม่ได้อีกต่อไป ไม่รับพยาบาทวิตกที่เกิดขึ้น ละ บรรเทา ทำให้สิ้นสุด ทำให้ถึงความเกิดขึ้นไม่ได้อีกต่อไป ไม่รับวิหิงสชาติกที่เกิดขึ้น ละ บรรเทา ทำให้สิ้นสุด ทำให้ถึงความเกิดขึ้นไม่ได้อีกต่อไป ไม่รับบาปอกุศลธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นแล้วเกิดขึ้นอีก ละ บรรเทา ทำให้สิ้นสุด ทำให้ถึงความเกิดขึ้นไม่ได้อีกต่อไปนี้เรียกว่า ปหานสัญญา

วิราคสัญญา อานนท.พิจารณาเห็นดังนี้ว่าธรรมชาตินั้นสงบ ธรรมชาตินั้นประณีต คือธรรมเป็นที่ระงับสังขารทั้งหลาย ธรรมเป็นที่สละคืนอุปธิ (สิ่งขุ่นนัง, สภาวะกลัวกิเลส, สิ่งที่จะคนด้วยกิเลส) ทั้งปวง ธรรมเป็นที่สิ้นไปแห่งตัณหา ธรรมะเป็นที่สละกิเลส ธรรมชาติเป็นที่ดับกิเลสและกองทุกข์ นี้เรียกว่าวิราคสัญญา

นิโรธสัญญา...ย่อมพิจารณาเห็นดังนี้ว่าธรรมชาตินั้นสงบ ธรรมชาตินั้นประณีต คือธรรมเป็นที่ระงับ สังขารทั้งปวง ธรรมเป็นที่สละคืนอุปธิทั้งปวง ธรรมเป็นที่สิ้นไปแห่งตัณหา ธรรมเป็นที่ดับโดยไม่เหลือ ธรรมชาติเป็นที่ดับกิเลสและกองทุกข์นี้เรียกว่า นิโรธสัญญา

สัพพโลเก อนภิตสัญญา... ละอบาย (ตัณหาวิริ) และอุปาทานในโลก อันเป็นเหตุ ตัณม้วนยึดมั่นและเป็นอนุสัยแห่งจิต ย่อมงดเว้นไม่ถือมั่นนี้เรียกว่า สัพพโลเกอนภิตสัญญา

สัพพสังขารesu นินฺนุสสัญญา...ย่อมอึดอัด ย่อมระอา ย่อมเกลียดชังในสังขารทั้งปวงนี้เรียกว่า สัพพสังขารesu นินฺนุสสัญญา

อานาปานัสสติ...ภิกษุในธรรมวินัยนี้ อยู่ในป่าก็ดี อยู่ที่โคนไม้ก็ดี อยู่ในเรือนว่างเปล่าก็ดี นั่งคู้บัลลังก์ตั้งกายให้ตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า เธอเป็นผู้มีสติหายใจออก เป็นผู้มีสติหายใจเข้า เมื่อหายใจเข้ายาว ก็รู้ชัดว่าหายใจเข้ายาว เมื่อหายใจออกยาว ก็รู้ชัดว่าหายใจออกยาว เมื่อหายใจเข้าสั้น ก็รู้ชัดว่าหายใจเข้าสั้น เมื่อหายใจออกสั้น ก็รู้ชัดว่าหายใจออกสั้น ย่อมศึกษาว่า จักเป็นผู้กำหนดรู้กาย (ลมหายใจ) ทั้งปวง หายใจเข้า ย่อมศึกษาว่า จักเป็นผู้กำหนดรู้กายทั้งปวง หายใจออก...

จะระงับกายสังขาร (ลมหายใจ) หายใจเข้า.จะระงับกายสังขารหายใจออก.จะกำหนดรู้ปิติ หายใจเข้า.จะกำหนดรู้ปิติ หายใจออก.จะกำหนดรู้สุข หายใจเข้า.จะกำหนดรู้สุข หายใจออก.จะกำหนดรู้จิตตสังขาร (เวทนา) หายใจ.จะระงับจิตตสังขาร หายใจเข้า.จะระงับจิตตสังขาร หายใจออก.จะกำหนดรู้จิต หายใจเข้า.จะกำหนดรู้จิต หายใจออก.จะตั้งจิตให้มั่น หายใจเข้า.จะตั้งจิตให้มั่น หายใจออก.จะเป็นผู้พิจารณาเห็น โดยความเป็นของไม่เที่ยง หายใจเข้า.จะเป็นผู้พิจารณาเห็น โดยความเป็นของไม่เที่ยง หายใจออก.จะตั้งจิตให้มั่น หายใจเข้า.จะตั้งจิตให้มั่น หายใจออกเป็นผู้พิจารณาเห็น โดยความเป็นของไม่เที่ยง หายใจออก.จะเป็นผู้พิจารณาเห็น โดยความคลายกำหนด หายใจเข้า.จะเป็นผู้พิจารณาเห็น โดยความกำหนด หายใจออก.จะเป็นผู้พิจารณาเห็น โดยความดับสนิท หายใจเข้า.จะเป็นผู้พิจารณาเห็น โดยความดับสนิท หายใจออก.จะเป็นผู้พิจารณาเห็น โดยความสลัดคืน หายใจเข้า.จะเป็นผู้พิจารณาเห็นโดยความสลัดคืน หายใจออก อานนทน์เรียกว่าอานาปานสติ

อานนท์ ถ้าเธอพึงเข้าไปหาแล้วกล่าว สัญญา ๑๐ ประการนี้แก่ ศิริमानนท์ภิกษุนั้น เป็นไปได้ที่ ความเจ็บป่วยของศิริमानนท์ นั้นจะระงับไปโดยพลัน เพราะได้ฟังสัญญา ๑๐ ประการนี้ ในครั้งนั้นเมื่อ พระอานนท์ได้เรียนสัญญา ๑๐ ประการนี้ ในสำนักของพระผู้มีพระภาค เจ้าแล้ว ได้เข้าไปหา พระศิริมาได้กล่าวสัญญา ๑๐ ประการแก่ พระศิริमानนท์ ทันใดนั้นความ เจ็บป่วยของศิริमानนท์ ก็สงบระงับลงโดยพลัน เพราะได้ฟังสัญญา ๑๐ ประการ^{๓๕}

สรุปได้ว่า พระพุทธองค์ทรงเป็นผู้นำในการพยาบาลผู้ป่วย ด้วยการแสดงธรรม ตามที่ ปรากฏในพระคัมภีร์ไตรปิฎก ในศิริमानทสูตร คือพระศิริमानนท์อาพาธได้รับทุกข์เป็นไข้หนัก (ไม่ได้ ระบุโรคที่อาพาธ) โดยพระองค์ทรงให้พระอานนท์แสดงสัญญา ๑๐ ประการแก่ พระศิริमानนท์ที่ กำลังอาพาธทนทุกข์ทรมานอยู่ แล้วอาพาธนั้นก็สงบระงับลง และหายจากอาพาธนั้น จากเนื้อหาของ ศิริमानทสูตรเป็นการเหนี่ยวนำจิตใจของผู้ฟังให้กำหนดจำได้หมายรู้ในความจริงของโลกและชีวิต ระลึกถึงจนกระทั่งตามทันกระแสความลุ่มหลงมัวเมา จนทำให้เกิดจิตสงบและผ่อนคลาย เมื่อจิตสงบดี แล้วนี้ทำให้เกิดความคิดพิจารณาให้เกิดปัญญา คือความเห็นจริงแล้วทำให้เกิดการปล่อยวางคือความ ยึดมั่น อันอำนวยการประโยชน์ช่วยในการรักษาความเจ็บป่วยใช้ได้ อย่างมหัศจรรย์

เรื่องที่ ๕ ในสมัยหนึ่งที่ พระผัคคุณะอาพาธ เป็นไข้หนัก ได้รับความทุกข์ทรมานมาก พระอานนท์ ไปเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้าแล้วกราบทูลขอให้พระองค์เสด็จไปเยี่ยมพระผัคคุณะโดยกราบทูล ว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ท่านพระผัคคุณะอาพาธมีทุกข์ เป็นไข้หนัก ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ขอ ประทานวโรกาส ขอพระผู้มีพระภาคทรงอาศัยความอนุเคราะห์ เสด็จเข้าไปเยี่ยมท่าน พระผัคคุณะถึง ที่อยู่เถิด” ครั้นในเวลาเย็นพระพุทธเจ้าเสด็จไปเยี่ยมพระผัคคุณะถึงที่อยู่ ท่านผัคคุณะเมื่อแลเห็น พระพุทธเจ้ากำลังเสด็จมาหาตนแต่ไกล จึงพยายามลุกขึ้นจากเตียง ในเวลานั้นพระองค์ตรัสห้าม พระผัคคุณะไม่ให้ลุกขึ้นนั่งว่า “อย่าเลยผัคคุณะ เธออย่าลุกจากเตียงเลย อาสนะที่ภิกษุอื่นปูลาดไว้ยัง มีอยู่ เราจักนั่งบนอาสนะนั้น” แล้วพระองค์ก็นั่งบนที่ประทับที่ภิกษุจัดไว้ให้

พระองค์ถามว่า “ผัคคุณะ เธอยังสบายดีหรือ ยังพอดทนอยู่ได้หรือ ทุกขเวทนาบรรเทา หรือไม่บรรเทา”

ท่านผัคคุณะกราบทูลว่า “มีอาพาธแรงกล้ำมาก ทนแทบไม่ได้ ทุกขเวทนาไม่บรรเทาเลย มีแต่กำเริบหนักขึ้น อาการที่เป็นอยู่ในเวลานี้ก็คือ มีอาการปวดศีรษะมากเปรียบเสมือนมีคนที่มี กำลังแข็งแรง ใช้เหล็กแหลมที่คมกริบเสียดแทงลงที่กลางศีรษะ และใช้เชือกหนังที่เหนียวมาก มารัด ศีรษะของข้าพระองค์จนแน่น และปวดเจ็บเสียดท้องมากเหมือนคนฆ่าโคหรือลูกมือของคนฆ่าโคที่ ขำนาญการฆ่าสัตว์ ใช้มีดที่คมกริบกรีดที่ท้องของข้าพระองค์อย่างแรง ร้อนในร่างกายมากเหมือน มีคน ๒ คนจับแขนขาข้าพระองค์ผู่อ่อนแอมากไม่มีแรง แล้วเอาไปย่างให้ร้อนบนเตาถ่านเชื้อเพลิง ข้าพระองค์ไม่สบายเลย มีข้าพระองค์เจ็บปวดมาก แทบทนไม่ไหวและอาการไม่ทุเลาลงเลยกลับหนัก ขึ้น มีอาการร้อนในร่างกายมากเปรียบเหมือนมีคนที่มีกำลังแข็งแรง ๒ คน จับแขนขาข้าพระองค์ แล้ว เอาไปย่างบนเตาถ่านเชื้อเพลิง ข้าพระองค์ไม่สบายเลย มีความเจ็บปวดมาก แทบทนไม่ไหวและ อาการไม่ทุเลาลงเลยกลับหนักขึ้น

^{๓๕} อภ.ทสก. (ไทย) ๒๔/๖๐/๑๒๘-๑๓๓.

พระองค์ทรงชี้แจงด้วยธรรมีกถาให้ท่านพระฝัคนุจะเข้าใจ ให้อาจหาญ ไร้เรงและอยากนำไปปฏิบัติ แล้วพระองค์ก็เสด็จกลับไป จากนั้นไม่นานท่านฝัคนุจะก็เสียชีวิต และหลังจากเสียชีวิตแล้ว อินทรีย์ของท่าน ฝัคนุจะกลับผ่องใสยิ่งนัก

พระอานนท์ ไปเข้าเฝ้าพระผู้มีพระภาค และกราบทูลว่า “ข้าแต่พระองค์ เมื่อพระผู้มีพระภาคเสด็จหลักไปไม่นาน ท่านฝัคนุจะได้มรณภาพแล้ว และในเวลามรณภาพอินทรีย์ของท่านฝัคนุจะผ่องใสยิ่งนัก” “ดูก่อนอานนท์ จิตของฝัคนุจะจะไม่ผ่องใสได้อย่างไร แรกทีเดียวจิตของฝัคนุจะยังไม่หลุดพ้นจาก โอรัมภาคิยสังโยชน์ (สังโยชน์เบื้องต้น) ๕ ประการ ที่เป็นกิเลสผูกมัดใจ แต่เพราะได้ฟังธรรมเทศนาตามกาล ซึ่งอานิสงส์ของการฟังธรรม จิตของฝัคนุจะจึงหลุดพ้นจาก โอรัมภาคิยสังโยชน์ ๕ ประการนั้น

ดูก่อนอานนท์ สังโยชน์ ๕ ประการนี้คือ

๑. สักกายทิฐิ คือ ความเห็นว่าเป็นตัวของตน หมายความว่า มีความคิดความเห็นความเข้าใจหรือความเชื่อในเรื่องกายว่าเป็นของตัวของตนอย่างแท้จริง โดยไม่รู้ตัวเป็นไป ซึ่งเกิดขึ้นโดยธรรมชาติ เช่น เห็นรูปเป็นของตน เห็นเวทนาเป็นของตน เป็นต้น

๒. วิจิกิจฉา คือ ความลังเลสงสัย ไม่แน่ใจ ตกลงไม่ได้ เคลือบแคลงในกุศลธรรมทั้งหลาย ความลังเลนี้เป็นเหตุให้ไม่แน่ใจ ในข้อประพจน์ปฏิบัติ ของตนเอง

๓. สีลัพพตปรามาส คือ ความถือมั่นศีลพรต ความยึดถือว่าบุคคลจะบริสุทธิ์หลุดพ้นได้ด้วยศีล (ข้อบังคับ) และวัตร (ข้อปฏิบัติ) ก็หลุดพ้นได้ ไม่ต้องอาศัยสมาธิและปัญญาที่ตาม ถือโดยสักทำตาม ๆ กันไปอย่างมกมาย นิยมกันว่าศักดิ์สิทธิ์ ไม่เข้าใจความหมายอย่างแท้จริง

๔. กามราคะ คือ ความติดใจในกามคุณ ด้วยอำนาจกิเลสสาม ความใคร่ ความอยาก ความปรารถนา สิ่งที่น่าปรารถนา น่าใคร่ในกามคุณ ๕ กล่าวคือเกิดความใคร่ ความปรารถนา ความอยาก ความไม่อยากแก่ใจ แต่มีเหตุปัจจัยโดยตรงเนื่องมาจากวัตถุกาม

๕. ปฏิฆะ คือ ความกระทบกระทั่งในใจ ความหงุดหงิด ขัดเคือง ความขุ่นมัว ขุ่นข้องใจ อันเกิดแต่ความคับแค้น ไม่ได้ตามใจปรารถนาในสิ่งนั้น ๆ

“ดูก่อน อานนท์การที่จิตของฝัคนุจะผ่องใสขึ้นเพราะฝัคนุจะได้อานิสงส์ของการฟังธรรมตามกาล ซึ่งอานิสงส์ของการฟังธรรม มี ๖ ประการ คือ

๑) จิตของมนุษย์ที่ยังไม่หลุดพ้นจากสังโยชน์ ในเวลาที่ใกล้ตาย ถ้าได้เห็นตถาคต ตถาคตย่อมแสดงธรรมให้ฟัง ในเบื้องต้น ท่ามกลางและในที่สุด ประกาศพรหมจรรย์ ทั้งอรรถ ทั้งพยัญชนะ บริสุทธิ์สิ้นทุกสิ่ง จิตเขาย่อมหลุดพ้น”

๒) จิตของมนุษย์ที่ยังไม่หลุดพ้นจากสังโยชน์ ในเวลาที่ใกล้ตาย ถ้าได้เห็นสาวกของตถาคต สาวกของตถาคต ย่อมแสดงธรรมให้ฟัง จิตเขาย่อมหลุดพ้น

๓) จิตของมนุษย์ที่ยังไม่หลุดพ้นจากสังโยชน์ ในเวลาที่ใกล้ตาย ไม่ได้เห็นตถาคต และสาวกของตถาคต แต่ย่อมได้ตรัสธรรมเพ่งด้วยใจที่ได้เรียนมา จิตเขาย่อมหลุดพ้น

๔) จิตของมนุษย์ที่หลุดพ้นจากสังโยชน์ แต่จิตยังไม่แนบไปในนิพพาน ในเวลาที่ใกล้ตาย ถ้าได้เห็นตถาคต ตถาคตย่อมแสดงธรรม จิตเขาย่อมแนบไปในนิพพานสิ้นอุปธิกิเลส

๕) จิตของมนุษย์ที่หลุดพ้นจากสังโยชน์ แต่จิตยังไม่แนบไปในนิพพาน ในเวลาที่ใกล้ตาย ไม่ได้เห็นตถาคต แต่เห็นพระสาวกของตถาคต ท่านย่อมแสดงธรรม จิตของเขาย่อมแนบไปในนิพพานสิ้นอุปธิกิเลส

๖) จิตของมนุษย์ที่หลุดพ้นจากสังโยชน์ แต่จิตยังไม่แนบไปในนิพพาน ในเวลาที่ใกล้ตาย ไม่ได้เห็นตถาคต ไม่ได้เห็นพระสาวกของตถาคต แต่ตรัสทรงในธรรม เพ่งใจในธรรมที่ได้ศึกษามา จิตเขาย่อมแนบไปในนิพพาน สิ้นอุปธิกิเลส^{๓๖}

จากการศึกษาสรุปได้ว่า พระผัดคุณะแม้จะเจ็บป่วยหนักมาก ได้รับความทุกข์ทรมานแทบทนไม่ไหว ไม่ทุเลาลงเลย คือมีอาการปวดศีรษะมาก, ปวดเจ็บเสียดในท้องมากเหมือนถูกมีด และมีอาการร้อนในร่างกายมากเหมือนถูกย่างบนเตาไฟ เมื่อพระพุทธรองค์ทรงทราบและเห็นว่าไม่สามารถเยียวยาทางด้านร่างกายได้แล้ว พระองค์จึงทรงให้การพยาบาล โดยการแสดงธรรมให้ท่านพระผัดคุณะแทน ในเรื่องการหลุดพ้นจาก โอรัมภาคียสังโยชน์ ๕ ประการ เป็นการให้พระผัดคุณะฟังธรรมตามกาล ซึ่งอันนี้สงส์เมื่อพระผัดคุณะเสียชีวิตลงจึงผ่องใสยิ่งขึ้น เพราะจิตของผัดคุณะหลุดพ้นจาก โอรัมภาคียสังโยชน์ ๕ ประการนั้น นั่นเอง

เรื่องที่ ๖ ในสมัยหนึ่ง พระพุทธเจ้าประทับอยู่ ณ ป่าเกสภคามิกทายวัน นครสูงสูมารีระ แคว้นภัคคะ พระองค์ทรงทราบว่า นกุลบิดา ทนกำลังป่วยหนัก ได้รับความทุกข์ทรมานมาก ใกล้จะเสียชีวิต ในครั้งนั้นนกุลมาตาตาทานี ภรรยาปลอบใจสามีที่ป่วยหนักให้เบาใจ และไม่ต้องกังวลใจไปก่อนว่า อย่าได้ตายทั้งที่ยังมีความห่วงใยเลย เพราะการตายของผู้ที่มีความห่วงใยเป็นทุกข์ และพระผู้มีพระภาคเจ้าก็ทรงเตือน^{๓๗} โดยเธอได้กล่าวคำเตือนแก่สามีของเธอที่ป่วยหนักให้เบาใจ และไม่ต้องกังวลใจไปเสียก่อนว่า

๑. “ถ้า นกุลบิดา เป็นห่วงว่านางจะไม่สามารถเลี้ยงดูบุตรและหาเลี้ยงครอบครัวต่อไปได้ เมื่อ ท่านเสียชีวิตลงละก็ ท่านอย่าได้มีความห่วงใยในตัวเธอและลูก ๆ เลย เพราะเธอรู้จักปั้นด้ายทำขนสัตว์ สามารถหาเลี้ยงตนเองและครอบครัวได้ เธอจะพยายามเลี้ยงดูลูก ๆ เป็นอย่างดี”

๒. “ถ้า นกุลบิดา เป็นห่วงว่าเมื่อสิ้นชีวิตลงแล้ว นางจะไปมีสามีใหม่ละก็ ท่านจงอย่าได้กังวลในเรื่องนั้นเลย เพราะตลอดระยะเวลา ๑๖ ปีที่ร่วมชีวิตกันมา นางประพาศพรหมจรรย์ของคฤหัสถ์ อย่างสม่ำเสมอไม่มีต่างพร้อยเลย”

๓. “ถ้า นกุลบิดา เป็นห่วงว่าเมื่อสิ้นชีวิตลงแล้ว นางจะเป็นผู้ที่ไม่ต้องการเห็นพระผู้มีพระภาค ไม่ต้องการเห็นพระภิกษุสงฆ์ละก็ ท่านอย่าได้กังวลในเรื่องนั้นเลย เพราะนางนั้น ก็ต้องการเห็นพระผู้มีพระภาคเจ้าอย่างยิ่งและพระภิกษุสงฆ์อย่างยิ่งเช่นกัน”

^{๓๖} อก.ฉก. (ไทย) ๒๒/๕๖/ ๕๓๙-๕๔๓.

^{๓๗} อก.ฉก. (ไทย) ๒๒/๑๖/๔๓๖-๔๓๘.

๔. “ถ้า นกุลบิดา เป็นห่วงว่าเมื่อสิ้นชีวิตลงแล้ว นางจะไม่ทำศีลให้บริบูรณ์ละก็ นางจึงได้ทำสังกิริยา โดยอ้างพระผู้มีพระภาคเจ้าเป็นสักขีพยานว่า ในบรรดาสาวิกาของพระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น ที่ยังเป็นคฤหัสถ์นุ่งห่มผ้าขาว กระทำให้บริบูรณ์ในศีลมีประมาณเท่าใด นางก็เป็นคนหนึ่ง ในจำนวนสาวิกาเหล่านั้น ถ้าหากสงสัยในข้อนี้ ก็ให้ไปทูลถามพระผู้มีพระภาคเจ้าดูเถิด”

๕. “ถ้า นกุลบิดา เป็นห่วงว่าเมื่อสิ้นชีวิตลงแล้ว นางจะไม่ได้ความสงบภายในใจ ละก็ นางจึงได้ทำสังกิริยา โดยอ้างพระผู้มีพระภาคเจ้าเป็นสักขีพยานว่า ในบรรดาสาวิกาของพระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น ที่ยังเป็นคฤหัสถ์นุ่งห่มผ้าขาว ได้ความสงบใจ ภายในมีประมาณเท่าใด นางก็เป็นคนหนึ่ง ในจำนวนสาวิกาเหล่านั้น ถ้าหากสงสัยในข้อนี้ ก็ให้ไปทูลถามพระผู้มีพระภาคเจ้าดูเถิด”

๖. “ถ้า นกุลบิดา เป็นห่วงว่าเมื่อตนเองสิ้นชีวิตลงแล้ว นางจะไม่ถึงการหยั่งลง ไม่ถึงที่พึง ไม่ถึงความเบาใจ ไม่ข้ามพ้นความสงสัย ไม่ปราศจากความเคลือบแคลง ไม่ถึงความแก้แค้นในธรรมวินัยนี้ ไม่มีความเชื่อถือต่อผู้อื่นละก็ นางจึงได้ทำสังกิริยา โดยอ้างพระผู้มีพระภาคเจ้าเป็นสักขีพยานว่า ในบรรดาสาวิกาของพระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น ที่ยังเป็นคฤหัสถ์นุ่งห่มผ้าขาว ได้ถึงการหยั่งลง ได้ถึงที่พึง ถึงความเบาใจ ข้ามพ้นความสงสัย ปราศจากความเคลือบแคลง ถึงความแก้แค้นในธรรมวินัยนี้ ไม่มีความเชื่อถือต่อผู้อื่นในศาสนาของพระศาสดา มีประมาณเท่าใด นางก็เป็นคนหนึ่ง ในจำนวนสาวิกาเหล่านั้น ถ้าหากสงสัยในข้อนี้ ก็ให้ไปทูลถามพระผู้มีพระภาคเจ้า ดูเถิด”

เมื่อนกุลมาตา ให้คำมั่นสัญญาด้วยสัจจะ กับนกุลบิดาทั้งหมดแล้ว นางกล่าวต่อว่า “ด้วยความสัตย์จริงที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ ขอให้ความเจ็บป่วยทั้งหลายในร่างกายของนกุลบิดา จงเหือดหายไป และกลายเป็นความสุขสำราญด้วยเถิด”

ในครั้งนั้น เมื่อนกุลบิดาคบติได้ฟังคำเตือน และคำสัญญาจากภรรยาแล้ว ก็หายจากเจ็บป่วยนั้น หลังจากฟื้นไข้ได้ไม่นาน ก็สามารถถือไม้เท้าเดินไปเข้าเฝ้าพระผู้มีพระภาคเจ้าถึงที่ประทับได้

พระผู้มีพระภาคเจ้ากล่าวว่า เป็นความโชคดีของท่านจริง ๆ ที่มีภรรยาคอยให้ความช่วยเหลือ เอื้อเฟื้อ คอยตักเตือนพร่ำสอนและหวังผลประโยชน์แก่ท่าน และพระองค์กล่าวแก่นกุลบิดา คบติอีกว่า “คบติ สาวิกาทั้งหลายของเราที่ยังเป็นคฤหัสถ์นุ่งห่มผ้าขาว ถึงการหยั่งลง ถึงที่พึง ถึงความเบาใจ ข้ามพ้นความสงสัยปราศจากความเคลือบแคลง ถึงความแก้แค้น ปราศจากความมีผู้อื่นเป็นปัจจัย ในธรรมวินัยนี้ อยู่ในศาสนาของพระศาสดา มีจำนวนเท่าใด นกุลมาตาคบตานี้ ก็เป็นคนหนึ่งในจำนวนสาวิกาเหล่านั้น คบติเป็นลาภของท่านที่มีนกุลมาตาคบตานี้ ความช่วยเหลือเอื้อเฟื้อตักเตือนพร่ำสอนและหวังประโยชน์แก่ท่าน”

จากการศึกษาสรุปได้ว่า แม้สามีของนกุลมาตาคบตานี้ที่เจ็บป่วยหนัก จะยังไม่เสียชีวิต ในขณะนั้นก็ตาม แต่นางก็คอยช่วยเหลือ เอื้อเฟื้อ คอยสอนและตักเตือนสามีเพื่อให้สบายใจ ไม่ต้องกังวลและเป็นทุกข์ไปก่อน ซึ่งเป็นการเตรียมตัวเตรียมใจเพื่อให้สามีได้รักษาจิตใจ ให้เต็มไปด้วยกุศลจิตทุกขณะ เพราะไม่มีใครรู้ว่าเสียชีวิตลงเมื่อไร จึงเห็นได้ว่าการให้การพยาบาลผู้ป่วยนั้น ตามที่ปรากฏ ไม่เฉพาะพระศาสดาเท่านั้นที่เป็นผู้ให้การพยาบาล แม้ในพระสาวกเองก็มี การให้การ

พยาบาลและสอนธรรมะแก่กัน ในคฤหัสถ์ก็สามารถให้การพยาบาลและสอนธรรมะให้แก่กันได้เป็นอย่างดีด้วย

กรณีที่ข้างต้นแสดงให้เห็นถึงบทบาทของพระพุทธองค์ในการให้การพยาบาลผู้ป่วยด้วยการแสดงธรรมด้วยพระองค์เอง เพื่อให้ง่ายต่อการสืบค้น ผู้วิจัยได้ทำตารางแสดงถึงการพยาบาลผู้ป่วยทางด้านจิตใจด้วยการแสดงธรรม ดังต่อไปนี้

ตารางที่ ๓.๒.๓ แสดงสรุปการพยาบาลผู้ป่วยทางด้านจิตใจ

ลำดับ	กรณีผู้ป่วย	การพยาบาลผู้ป่วยด้วยการแสดงธรรม	ผลการพยาบาล
๑.	พระมหากัสสปะป่วยมีอาการเป็นไข้หนัก ได้รับความทุกข์เวทนาจากความเจ็บปวดมาก	ทรงให้การพยาบาลด้วยการแสดงธรรม โดยตรงด้วยพระองค์เองด้วยการแสดงโพชฌงค์ ๗ ประการ ซึ่งเป็นธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ และเมื่อกระทำไ้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้อยิ่งเพื่อความตรัสรู้ และเพื่อนิพพาน	พระมหากัสสปะ หายจากอาพาธที่รุนแรงนั้นได้
๒.	พระมหาโมคคัลลานะมีอาการ :ป่วยเป็นไข้หนักได้รับความทุกข์เวทนาจากความเจ็บปวดมาก	ทรงให้การพยาบาลด้วยการแสดงธรรม โดยตรงด้วยพระองค์เอง ด้วยการแสดงโพชฌงค์ ๗ ประการ เป็นการให้การดูแลโดยตรงทางด้านจิตใจ	พระมหาโมคคัลลานะ หายจากอาพาธที่รุนแรงนั้นได้ในทันที
๓.	พระพุทธองค์ทรงพระประชวรได้รับทุกข์พระอาการหนัก	ทรงให้ พระมหาจุนทะแสดงธรรม ถวายพระองค์ ด้วยการสาธยายโพชฌงค์ ๗ ถวาย เป็นการให้การพยาบาลโดยตรงทางด้านจิตใจ	พระพุทธองค์ ทรงหายจากพระประชวรนั้นได้โดยพลัน
๔.	พระคิริमानนท์ป่วยเป็นไข้หนักได้รับทุกข์	ทรงให้พระอนนทแสดงธรรม แก่คิริมานนท์เป็นการให้พระสาวกของพระองค์ให้การพยาบาลโดยตรงทางด้านจิตใจ	พระคิริमानนท์ เกิดจิตสงบและผ่อนคลาย หายป่วยเป็นไข้หนัก
๕.	พระผัคคุณะป่วยเป็นไข้หนักได้รับความทุกข์ทรมานมาก	ทรงให้การพยาบาลด้วยการแสดงธรรม โดยตรงด้วยพระองค์เอง ด้วยโอรัมภาคิยสังโยชน์ ๕ ประการเป็นการให้การดูแลโดยตรงทางด้านจิตใจ	พระผัคคุณะ จึงหลุดพ้นจากโอรัมภาคิยสังโยชน์ ๕ ประการนั้น
๖.	นกุลปิตาคหบดีป่วยหนักได้รับความทุกข์ทรมานใกล้จะเสียชีวิต	ทรงให้การพยาบาลด้วยการแสดงธรรม โดยตรงด้วยพระองค์เอง ด้วยการสอนและตักเตือนและพรั่ำสอน ในเรื่องความวิตกกังวลต่าง ๆ	นกุลปิตาคหบดีฟื้นไข้และต่อมา หายป่วยสามารถเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้าได้

จากที่พระพุทธองค์ทรงเห็นความสำคัญของการสนทนาธรรมและการแสดงธรรมดังกล่าว มาและสังเกตว่าพระองค์ทรงเน้นถึงการมีสติตามกัมกับ รวมถึงการสวดมนต์เป็นต้นซึ่งสิ่งเหล่านี้จะเป็น ผลต่อเนื่องให้เกิดสมาธิ ซึ่งเป็นการดูแลผู้ป่วยทางด้านจิตใจและมีประโยชน์ดังต่อไปนี้

๓.๓ หลักธรรมในการพยาบาลผู้ป่วยตามแนวพระพุทธศาสนา

หลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนานั้น พระพุทธองค์ได้วางข้อระเบียบ และหลักปฏิบัติไว้ เพื่อเป็นแนวทางนำไปสู่ภาคปฏิบัติ เมื่อเกิดการเจ็บไข้ได้ป่วยทางด้านกาย มีการนำสมุนไพรต่าง ๆ มา บำบัดรักษา แต่เมื่อเกิดความเจ็บป่วยทางด้านจิตใจ พระองค์ได้นำหลักธรรมคำสอน ที่สามารถกำจัด ความเจ็บป่วย ตามอาการของผู้ป่วยอย่างถูกต้อง ดังนั้น ผู้วิจัยจะได้นำเสนอหลักธรรมที่ทรงได้ นำมาใช้และให้พระสวณนำไปสาธยายให้แก่ผู้ป่วยตามลำดับดังนี้

๓.๓.๑ หลักโพชฌงค์ ๗

หลักธรรมโพชฌงค์ ๗ ประการนี้พระพุทธองค์ ทรงตรัสไว้หลายสถานที่ และหลาย เหตุการณ์ดังเช่น

พระพุทธองค์ ทรงตรัสกับพระมหากัสสปะจากที่ในสมัยหนึ่งพระพุทธเจ้าประทับอยู่ ณ พระเวฬุวันเขตกรุงราชคฤห์ ทรงทราบว่า พระมหากัสสปะอาพาธได้รับทุกข์ เป็นไข้หนัก อยู่ที่ยี่สิบผลิ คูหา พระองค์จึงตรัสโพชฌงค์ ๗ ประการ มีใจความว่า

ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑. เจริญสติสัมโพชฌงค์ (ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือความระลึกได้) อันอาศัยวิเวก (ความสงัด) อาศัยวิราคะ (ความคลายกำหนัด) อาศัยนิโรธ (ความดับ) น้อมไปในโอสสัคคะ (ความ สละ)

๒. เจริญธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ (ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือ การเพินธรรม) ฯลฯ

๓. เจริญวิริยสัมโพชฌงค์ (ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือ ความเพียร) ...

๔. เจริญปิติสัมโพชฌงค์ (ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือ ความอิมใจ)

๕. เจริญปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ (ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือ ความสงบกายสงบใจ) ...

๖. เจริญสมาธิสัมโพชฌงค์ (ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือ ความตั้งจิตมั่น) ...

๗. เจริญอุเบกขาสัมโพชฌงค์ (ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือ ความมีใจเป็นกลาง) อันอาศัยวิเวก อาศัยวิราคะ อาศัยนิโรธน้อมไปในโอสสัคคะ

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเมื่ออาศัยศีล ดำรงอยู่ในศีล เจริญโพชฌงค์ ๗ ประการ

ทำโพชฌงค์ ๗ ประการให้มาก ย่อมถึงความเป็นใหญ่ไพศาลในธรรมทั้งหลายอย่างนี้

แล”^{๓๘}

^{๓๘} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๙๕/๑๓๐.

และหลักโพชฌงค์ดังกล่าวนั้น พระพุทธองค์ได้ทรงตรัส แก่พระมหาโมคคัลลานะเมื่อ อาพาธได้รับทุกข์ เป็นไข้หนัก และแม้กรณีที่พระองค์ทรงประชวร พระองค์ทรงตรัสหลักโพชฌงค์แก่ พระมหาจุณทะแล้ว ให้สาธยายซึ่งโพชฌงค์ ๗ ประการนั้นถวาย พระพุทธองค์ทรงชื่นชม พอพระทัย มาก^{๓๙}

๓.๓.๒ หลักพรหมวิหาร ๔

จากแนวคิดในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายใกล้ตาย แบบองค์รวม ดังกรณีพระปุตติสสะ เณรที่อาพาธหนัก ไร้อาติชาตมิตร ไร้คนรักษาดูแลอาการ ปลอຍให้ทนทุกข์ทรมาน เป็นที่น่ารังเกียจ แต่พระพุทธองค์กลับทรงให้ความรักเอ็นดู ไม่ทรงรังเกียจสะสมอดสะเอียนแต่อย่างใด ช่วยเยียวยารักษา พระสาวกทั้งด้านร่างกายและด้านจิตใจด้วยการเทศน์โปรดจนกระทั่งบรรลู่รหัตถ์ในที่สุด แม้ ท่านปุตติสสะจะมรณภาพหรือ นิพพานในที่สุดก็ตาม ซึ่งประมวลสรุปเป็นแนวคิดเชิงพุทธได้ การดูแล แบบองค์รวม ผู้ดูแลผู้ป่วยต้องมีหลักพรหมวิหาร ๔ ดังพระพุทธพจน์กล่าวไว้ว่า

พรหมวิหาร ๔^{๔๐} คือ ธรรมประจำใจของผู้ประเสริฐหรือผู้มีจิตใจยิ่งใหญ่ กว้างขวางดุจ พระพรหม มี ๔ อย่างดังต่อไปนี้

๑. เมตตา คือความปรารถนาดี มีไมตรี ต้องการที่จะช่วยเหลือให้ทุกคนประสบ ประโยชน์และความสุข

๒. กรุณา คือ มีความสงสารเห็นใจ ปรารถนาให้ผู้อื่นพ้นทุกข์ ใฝ่ใจที่จะปลดปล่อย บำบัดความทุกข์ยากเดือดร้อนของคนและสัตว์ทั้งปวง

๓. มุทิตา คือ มีความรู้สึกพลอยชื่นชมยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดีมีความสุข มีใจแช่มชื่นเบิกบาน เมื่อเห็นเขาทำดีงามประสบความสำเร็จก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป ก็พลอยยินดีบันเทิงใจด้วย พร้อมที่จะช่วย ส่งเสริมสนับสนุน

๔. อุเบกขา ความมีใจเป็นกลาง คือมองตามเป็นจริง โดยวางจิตเรียบสม่ำเสมอ มั่นคง เทียงตรง มองเห็นการที่บุคคลจะได้รับผลดีหรือชั่ว สมควรแก่เหตุที่ตนประกอบ พร้อมทั้งจะวินิจฉัย วางตน และปฏิบัติไปตามหลักการ เหตุผล และความเที่ยงธรรม

โดยเฉพาะข้อเมตตา กรุณา หลักความเมตตา คือ ความรัก, หลักกรุณา คือ ความ สงสาร คิดช่วยให้พ้นทุกข์, หลักมุทิตา คือ ความยินดี ในเมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีสุข มีจิตผ่องใส บันเทิง และหลักอุเบกขา คือ ความวางใจเป็นกลาง อันจะดำรงอยู่ในธรรม ตามที่พิจารณาเห็นด้วย ปัญญา คือมีจิตเรียบตรง เทียงธรรม

^{๓๙} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๙๕/๑๓๐.

^{๔๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๘๔/๒๒๕

๓.๓.๓ หลักสัญญา ๑๐ ประการ

พระพุทธองค์ ทรงตรัสหลักสัญญา ๑๐ ประการ ให้พระอานนท์ไปกล่าวแก่พระศิริมานนท์โดยสัญญา ๑๐ ประการ คือ

๑. อนิจจสัญญา
๒. อนัตตสัญญา
๓. อสุภสัญญา
๔. อาทีนวสัญญา
๕. ปหานสัญญา
๖. วิราคสัญญา
๗. นิโรธสัญญา
๘. สัพพะโลเก อนภิรตสัญญา
๙. สัพพะสังขารesu อนิภวสัญญา
- ๑๐ .อานาปานสติ^{๔๑}

๓.๓.๔ หลักไตรลักษณ์

สำหรับไตรลักษณ์นั้นมีพุทธพจน์แสดงไว้หลักไว้ในรูปของกฎธรรมชาติ ว่าไว้ดังนี้

“ตถาคต (พระพุทธเจ้า)ทั้งหลายจะอุบัติหรือไม่ก็ตาม ธาตุ (หลัก) นั้นก็ยังคงมีอยู่ เป็นธรรมฐิติ เป็นธรรมนิยามว่า

๑. สังขารทั้งปวง ไม่เที่ยง....
๒. สังขารทั้งปวง เป็นทุกข์....
๓. ธรรมทั้งปวง เป็นอนัตตา....

ตถาคตตรัสรู้ เข้าถึงหลักนั้นแล้ว จึงบอก แสดง วางเป็นแบบ ตั้งเป็นหลัก เปิดเผยแจกแจง ทำให้เข้าใจง่ายว่า “สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง.สังขารทั้งปวง เป็นทุกข์.ธรรมทั้งปวง เป็นอนัตตา.”^{๔๒}

จากได้ศึกษา การพยาบาลผู้ป่วยในสมัยพระพุทธกาลนั้น พระพุทธองค์ทรงเป็นผู้นำในการให้การพยาบาลผู้ป่วยทั้งร่างกาย จิตใจ การปรนนิบัติทางกาย เป็นการให้การช่วยเหลือผู้ป่วยที่ถูกทอดทิ้ง ไม่มีผู้ดูแลด้วยพระองค์เอง โดยมีได้รื้อหรือถือพระองค์หรือทรงรังเกียจ เป็นการช่วยเหลือที่เปี่ยมด้วยความเมตตา เพื่อบรรเทาทุกข์ทางกาย ในส่วนการสนทนาธรรม พระองค์ทรงสนทนาธรรมกับผู้เจ็บป่วยเป็นการบรรเทาทุกข์ทางใจ เพื่อเป็นการทำให้จิตใจ ยอมรับความจริง เพื่อคลายความ

^{๔๑} วจ.ทสก. (ไทย) ๒๔/๖๐/๑๒๘ - ๑๓๓.

^{๔๒} วจ.ติก. (ไทย) ๒๐/๕๗๖/๓๖๘.

เศร้าหมองเป็นทุกข์ และสามารถอยู่กับโรคหรือความเจ็บป่วย ที่ตนเป็นอยู่ได้อย่างถูกต้องและเข้าใจ ในส่วนของการแสดงธรรม เป็นการให้ผู้เจ็บป่วยใช้สมาธิเพื่อให้จิตสงบไม่ซัดส่าย ออกไปฟุ้งซ่านหรือ ประทุษร้าย ให้ใช้ความคิดพิจารณาเพื่อให้เกิดปัญญา เห็นความจริง เพื่อให้เกิดการปล่อยวาง ไม่ยึดมั่น ถือมั่น อยู่ในความทุกข์ทรมานนั้น จนสงบระงับ จากความทุกข์ทรมานทางกาย จากการเจ็บป่วยได้อย่างมหัศจรรย์ จะเห็นได้ว่าพระพุทธองค์ทรงดูแลผู้ป่วยทางร่างกาย จิตใจ โดยใช้พรหมวิหาร ๔ สังคหวัตถุ ๔ อิทธิบาท ๔ ปราศจากอคติ ๔ ในการดูแลผู้ป่วยจนประสบความสำเร็จ เพราะว่า หลักธรรมดังกล่าวแล้วนั้น สนับสนุนให้การพยาบาลผู้ป่วย ประสบผลสำเร็จตามวัตถุประสงค์ ดังนี้ ผู้วิจัยจะนำเสนอหลักธรรมทั้ง ๔ หมวดนี้ พร้อมด้วยใช้ฆราวาสธรรม ๔ เป็นแนวทางให้พยาบาล ปฏิบัติตนเอง ให้ถึงพร้อมที่จะให้การดูแลผู้ป่วย ซึ่งผู้วิจัยจะทำการศึกษาในบทที่ ๔ ต่อไป