

การจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์รวม

กรณีศึกษา วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร

THE MANAGEMENT OF HOLISTIC END OF LIFE CARE FOR
THE END STAGE CANCER PATIENTS: A CASE STUDY
WAT KAMPROMONG, SAKONNAKHON PROVINCE

นางสาวจรัสแสง พิ้วอ่อน

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพุทธศาสตร์และศิลปะแห่งชีวิต
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๔

การจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบองค์รวม
กรณีศึกษา วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร

นางสาวจรัสแสง พิ้วอ่อน

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพุทธศาสตร์และศิลปะแห่งชีวิต
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๔

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)

The background of the cover page features a series of concentric circles and a spiral pattern in shades of gray, creating a dynamic and organic visual effect.

THE MANAGEMENT OF HOLISTIC END OF LIFE CARE FOR
THE END STAGE CANCER PATIENTS: A CASE STUDY
WAT KAMPRAMONG, SAKONNAKHON PROVINCE

Ms. Charatsang Piew-on

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirement for the Degree of
Master of Arts
(Buddhist Studies and Arts of living)

Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Bangkok, Thailand

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัย
ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขา
วิชาพุทธศาสตร์และศิลปะแห่งชีวิต

.....

(พระสุธีธรรมาวุธ)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบบัณฑิตวิทยาลัย

.....ประธานกรรมการ
(พระวิสุทธิภัทรธาดา, ดร.)

.....กรรมการ
(พระเอกภัทร อภินันโท, ผศ.ดร.)

.....กรรมการ
(พญ. รุจิรา มั่งคละศิริ)

.....กรรมการ
(ดร. วิไลพร รังควัต)

.....กรรมการ
()

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

พระเอกภัทร อภินันโท, ผศ.ดร
ประธานกรรมการ

พญ. รุจิรา มั่งคละศิริ
กรรมการ

ดร. วิไลพร รังควัต
กรรมการ

ชื่อวิทยานิพนธ์ : การจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์รวม
กรณีศึกษา วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร

ผู้วิจัย : นางสาวจรัสแสง ผิวอ่อน

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พุทธศาสตร์และศิลปะแห่งชีวิต)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระเอกภพร อภินุโท ผศ.ดร

พธ.บ.(ครุฑ) M.A.(Clinical Psy.) Ph.D.(Psy.)

: พญ. รุจิรา มังคละศิริ

วท.บ. พบ. สม. อว.(เวชศาสตร์ป้องกัน)

อว.(เวชศาสตร์ครอบครัว)

: ดร. วิไลพร รังควัต

พย.บ., สม., MS (Nursing), Ph.D (Nursing)

วันสำเร็จการศึกษา : ๒๔ มีนาคม ๒๕๕๔

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์นี้มีวัตถุประสงค์ ๑) เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรมในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบองค์รวม ๒) เพื่อศึกษาการจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์รวมของ วัดคำประมง อำเภอพรรณานิคม จังหวัดสกลนคร ๓) เพื่อศึกษาผลการจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์รวมของ วัดคำประมง อำเภอพรรณานิคม จังหวัดสกลนคร การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงเอกสารและเชิงคุณภาพ โดยเชิงเอกสารในส่วนหลักพุทธธรรมในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ผู้วิจัยได้ศึกษาเนื้อหาตามที่ปรากฏในพระคัมภีร์ และแนวการดูแลหลักพุทธธรรมในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายที่ทำอยู่ในปัจจุบัน ในเชิงปฏิบัติการและการประยุกต์หลักพุทธธรรม ได้ศึกษาข้อมูลจากการสังเกต สัมภาษณ์ การมีส่วนร่วม เพื่อศึกษาการจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์รวม วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร

ผลการวิจัยพบว่า การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายที่วัดคำประมง การดูแลผู้ป่วยทางด้านกายมีความสอดคล้องกับหลักธรรม สัปปายะ ๗ ประกอบด้วย ๑) อาวาสสัปปายะ ที่เงียบสงบ มีสิ่งอำนวยความสะดวกให้กับผู้ป่วย ญาติผู้ป่วย ๒) โจรสัปปายะ ที่ไม่ไกลจากชุมชนในการหาสิ่งจำเป็นมาใช้ในชีวิตประจำวัน ๓) ภัสสสัปปายะ พุทธคุณ ทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ ให้แก่กัน ๔) บุคคลสัปปายะ บุคคลที่เหมาะสม คือ อยู่กับผู้ป่วยและญาติที่เป็นมะเร็งเหมือนกัน ทำให้รู้สึกไม่อ้างว้างโดดเดี่ยว ๕) โภชนสัปปายะ มีอาหารและยา

สมุนไพรรักษาที่เหมาะสมกับสุขภาพของผู้ป่วยมะเร็ง ๖) อุดสัปปายะ อากาศที่บริสุทธิ์เหมาะกับการฟื้นฟูของคนไข้ ๗) อริยาปถสัปปายะ มีกิจกรรม การเคลื่อนไหวที่ผ่อนคลาย

วิธีการดูแลทางจิตใจของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย มีหลักธรรมพุทธธรรมใหญ่ ๔ หลักธรรมที่ได้ถูกกล่าวถึงคือ ๑)ไตรลักษณ์ ๒)โยนิโสมนสิการ ๓) การพิจารณาภวนานุสติ ๔) การภาวนาโดยใช้อนานาปานสติ ๕) การอยู่กับโลกธรรม ๘ โดยผ่านทางกิจกรรมต่างๆ ตามสภาพพื้นฐานของคนไข้และญาติคนไข้ ที่มีพื้นฐาน ความคิดความเชื่อ และทัศนคติที่แตกต่างกัน

การจัดการดูแลหลักคือพระจิรัธัมโม ภิกขุ (ภิกษุพัทธรินิ) ใช้วิธีการดูแลผู้ป่วย โดยสอนเริ่มตั้งแต่การปฏิบัติตนที่ถูกต้องของผู้ป่วย ญาติผู้ป่วย ปรับสภาพจิตใจที่เศร้าหมอง ให้มีความสุขผ่านกิจกรรมต่างๆ เช่น ดนตรีบำบัด สวดมนต์ร่วมกัน สร้างมิตรภาพ และกำลังใจร่วมกัน ผ่านความเป็นอยู่ในชีวิตประจำวันอย่างเกื้อกูลภายในวัดคำประมง หลักธรรมที่มีเทคนิคในการสอนทำให้ผู้ฟังผ่อนคลายทุกข์จากความเจ็บป่วยทางกายและใจ พิธีกรรมตัมยาสมุนไพร การฝึกสมาธิโดยใช้มรณานุสติ รวมถึงการเรียนรู้ความจริงเชิงประจักษ์ คือการร่วมสวดมนต์ให้กับคนไข้หนักที่ใกล้เสียชีวิต ทำให้เห็นสังขารของชีวิต และเกิดความปล่อยวาง เกิดปัญญาในการดำเนินชีวิตที่เหลือของตนเองอย่างมีความสุข

ผลลัพธ์ต่อสุขภาพทางกายและใจ สรุปได้ว่า ความรับรู้ต่อการเจ็บป่วยทางกายของผู้ป่วยเป็นไปในทางที่ดีขึ้น รับประทานอาหารได้มากขึ้น หน้าตาอิ่มแยม ร่างกายสดชื่น ก่อนนอนมะเร็งนี้ลดลง ส่วนผลลัพธ์ความทุกข์ทางใจ ทุกข์น้อยลง เกิดความปล่อยวาง มีความตั้งใจที่จะต่อสู้กับโรคร้ายแต่ในขณะเดียวกันถ้ามีอาการลุกลามมากขึ้น ก็สามารถยอมรับและพร้อมที่จะจากไปอย่างสุข

Thesis Title : The Management of Holistic End of Life Care for the
End Stage Cancer Patients: A Case Study Wat
Kampramong, Sakonnakhon Province

Researcher : Charatsang Piew-on

Degree : Master of Arts (Buddhist Studies and Arts of living)

Thesis Supervisory Committee

: Phra Ekapatra Apichantho, Asst. Prof. Dr.
B.A.(Edu.), M.A.(Clinical Psy), Ph.D.(Psy.)

: Prof. Dr. Ruchira Mangklasiri
B.Sc., MD., MPH., Cert.in Preventive Medicine,
Cert. in Family Medicine

: Prof. Dr. Ruchira Mangklasiri
B.Sc., MD., MPH., Cert.in Preventive Medicine,
Cert. in Family Medicine

Dr. Viliporn Runkawatt
B.Sc.(Nursing), MS(Public Health), MS(Nursing),
Ph.D(Nursing).

Date of Graduation : 24 March 2012

Abstract

The purposes of this thesis were as followed 1) to study a method in holistic care of end stage cancer patients. 2) To explore the management in holistic care of end stage cancer patients from Buddhist Teaching at Wat Kampramong, Sakonnakhon province. 3) To find out the results of holistic care for end stage cancer patients by wat Kampramong, Sakonnakhon Province.

This research was a documentary research and a qualitative research. A documentary research was the texts from the holy scripture and the guideline of modern caring for end stage cancer patients. The other qualitative research was from observation, in-depth interview and participation in the holistic care for end stage cancer patients .

The results showed that the method in taking care of end stage cancer patients include the aspects of relaxation which nourishes both the body and



mind:

1) suitable shelter 2) sufficient nutrients 3) verbal interactions with others regarding the good teachings 4) Meeting with virtuous individuals 5) food and drug suitable consumption 6) just temperature that is not too hot or too cold 7) sufficient movements and postures, including herbal treatments.

The method of mental care for end stage cancer patients deployed the use of Buddhist Teachings in five main Buddhist doctrines: 1) Marker 2) Critical Reflection 3) dying consideration 4) breathing mindfulness 5) eight worldly conditions

The method of holistic care showed that Pra. Jirathummo administered Buddhist Teachings to support the body and mind of end stage cancer patients. Furthermore, this methods were also explored in these activities; music therapy, praying in groups, or making friends to support each other within the temple through daily routines, brewing of herbal medicine. Additionally, the effectiveness of studying in Buddhist teachings through Pra. Jirathummo who was skilled in preaching to relieve pain.

The result of holistic care for end stage cancer patients showed that the patients and relatives changed their behavior from negative thoughts. In addition, the result care be concluded as the majority of those who came for treatment within Kampramong Temple, Sakonnakhon province have shown positive results. The patients felt that their stress were released. They also were able to live in the very present moment through the world. Additionally, they were practicing self and making charities for the others for their remaining life.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์นี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ด้วยความช่วยเหลือสนับสนุนจากบุคคลหลายฝ่ายที่ได้ให้คำปรึกษา แนะนำแนวทางในการค้นคว้าวิจัย และอำนวยความสะดวกต่างๆ ซึ่งผู้วิจัยขอแสดงความขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

กราบขอบพระคุณ พระธรรมโกศาจารย์ อธิการบดี พระศรีสิทธิมนี คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย ท่านแม่ชีคันสนีย์ เสถียรสุต ผู้ก่อตั้งเสถียรธรรมสถานและสาวิกาสิกขาลัย ที่สนับสนุนการศึกษาระดับมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสตร์และศิลปะแห่งชีวิต และทำให้ผู้วิจัยมีโอกาสเข้ามาศึกษาเรียนรู้

กราบขอบพระคุณ พระเอกภัทร อภินนุโท, ผศ.ดร. ประธานกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ พญ. รุจิรา มังคละศิริ และดร.วิไลพร รังควัต กรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่คอยช่วยเหลือให้แนวคิดและคำแนะนำ พร้อมทั้งตรวจแก้ไขงานด้วยความเมตตาอย่างยิ่ง

กราบขอบพระคุณอาจารย์และเจ้าหน้าที่ผู้สอบโครงร่างวิทยานิพนธ์ซึ่งมีส่วนช่วยกำหนดรูปแบบในการดำเนินการวิจัยให้เป็นไปในทิศทางที่เหมาะสม อาจารย์และเจ้าหน้าที่ผู้สอบวิทยานิพนธ์ทุกท่านที่ช่วยให้งานวิจัยนี้ เป็นงานที่มีความครบถ้วนและสมบูรณ์แบบมากขึ้น

กราบขอบพระคุณ พระจิรัฏฐโม ภิกขุ (ภิกาลพัทธรินี) คนไข้ ญาติคนไข้ เจ้าหน้าที่จิตอาสา รวมไปถึงทุกท่านในมูลนิธิอภิญญาณโรคยศาล วัดคำประมง เอื้อเพื่อข้อมูลและน้ำใจไมตรี ธรรมะอันล้ำค่า ซึ่งทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงกับตัวผู้วิจัย ซึ่งที่หาที่เปรียบไม่ได้

คุณค่าและประโยชน์แห่งวิทยานิพนธ์นี้ ผู้วิจัยขอน้อมนำเพื่อเป็นเครื่องบูชาพระคุณแห่งพระพุทธคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ พระคุณของบิดามารดา อุปัชฌาย์ อาจารย์ ผู้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ญาติพี่น้อง เพื่อนร่วมงาน เพื่อนร่วมสถาบันทุกท่าน จิตอาสา ผู้ป่วย ญาติผู้ป่วย ทั้งที่มีชีวิตอยู่และเสียชีวิตไปแล้วและผู้มีพระคุณต่อผู้วิจัยทุกท่าน

นางสาวจรัสแสง ผิวอ่อน

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญ	ฉ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ณ

บทที่ ๑ บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑๖
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๑๘
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๑๘
๑.๔ ขอบเขตของการวิจัย	๑๙
๑.๕ คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย	๑๙
๑.๖ ทบทวนเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๒๐
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๒๕
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๒๖
๑.๙ กรอบแนวคิดในการวิจัย	๒๖

บทที่ ๒ หลักพุทธธรรมในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบองค์รวม

๒.๑ พุทธธรรมในการบรรเทาความทุกข์ทางกาย	๒๘
๒.๑.๑ อาพาธสูตร	๒๘
๒.๑.๒ พุติยคิลานสูตร	๓๐
๒.๑.๓ โพชฌงค์	๓๐
๒.๑.๔ สติปัฏฐาน	๓๓
๒.๑.๕ สัมปายะณ	๓๗

๒.๒ พุทธธรรมในการบรรเทาความทุกข์ทางใจ	๓๙
๒.๒.๑ ปฏิจจสมุปบาท	๔๐
๒.๒.๒ โยนิโสมนสิการ	๔๒
๒.๒.๓ การเจริญสมณะวิปัสสนา	๔๒
๒.๒.๔ การดำเนินตามเส้นทางมัชฌิมาปฏิปทา	๔๓
๒.๓ พุทธธรรมในการเตรียมตัวตาย	๔๘
๒.๓.๑ มรณสติ	๔๘
๒.๓.๒ การหมั่นสร้างกรรมที่เป็นกุศล	๕๐
๒.๔ พุทธธรรมสำหรับผู้รักษา	๕๔
๒.๔.๑ ปรีตโฆสะ-กัลยาณมิตร	๕๕
๒.๔.๒ พรหมวิหาร ๔	๕๗
๒.๔.๓ โลกธรรม ๘	๕๘

บทที่ ๓ การจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์รวม ของวัดคำประมง จังหวัดสกลนคร

๓.๑ บริบทในการจัดกิจกรรม	๖๐
๓.๑.๑ ด้านผู้ป่วยและญาติ	๖๑
๓.๑.๒ ด้านผู้ให้การดูแล	๖๓
๓.๑.๓ บริบทของผู้ป่วยและญาติผู้ป่วย	๖๔
๓.๒ หลักการและกระบวนการ การจัดการดูแลผู้ป่วยแบบองค์รวม ที่วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร	๖๗
๓.๓. กระบวนการและกิจกรรมในการดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย ที่วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร	๖๙
๓.๔ การดูแลทางกายของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์รวม ที่วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร	๗๐
๓.๔.๑. ด้านอาหารผู้ป่วย	๗๐
๓.๔.๒. ด้านยาสมุนไพรรักษาโรคมะเร็ง	๗๑
๓.๔.๓. ด้านการออกกำลังกาย	๗๓
๓.๕ วิธีการดูแลทางใจของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์รวม ที่วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร	๗๔
๓.๕.๑ การเจริญสมาธิด้วยกิจกรรมบำบัด	๗๔
๓.๕.๒ โยนิโสมนสิการ	๗๗



บทที่ ๔ ผลของการจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์รวม วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร

๔.๑ ผลลัพธ์ด้านความพึงพอใจ	๘๐
๔.๑.๑ สภาพแวดล้อม	๘๑
๔.๑.๒ ผู้ให้การดูแล	๘๒
๔.๑.๓ อาหารและยาสมุนไพร	๘๔
๔.๑.๔ หลักพุทธธรรม	๗๗
๔.๑.๕ กิจกรรมบำบัดอื่นๆ	๙๐
๔.๒ ผลลัพธ์ต่อสุขภาพทางกายและใจ	๙๕
๔.๒.๑ ความรู้ต่อการเจ็บป่วยทางกาย	๙๕
๔.๒.๒ ความทุกข์ทางใจ	๙๘
๔.๓ กรณีตัวอย่างของผู้ที่เข้ารับการดูแลที่วัดคำประมง	๑๐๒

บทที่ ๕ สรุปผลการศึกษา อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

๕.๑ สรุปผลการศึกษา	๑๐๔
๕.๒ อภิปรายผล	๑๐๖
๕.๓ ข้อเสนอแนะ	๑๑๐
๕.๔ ข้อเสนอแนะในการวิจัยต่อไป	๑๑๐
บรรณานุกรม	๑๑๑
ประวัติผู้วิจัย	๑๑๔

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

การใช้คำย่อเกี่ยวกับพระไตรปิฎก

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ใช้พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในการอ้างอิง โดยระบุ เล่ม/ชื่อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น อง จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๕๗/๒๑๗ หมายถึง สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ ๒๑ ข้อที่ ๑๕๗ หน้าที่ ๒๑๗

พระวินัยปิฎก

วิ.มหา.	(ไทย) = วินัยปิฎก	มหาวิภังค์	(ภาษาไทย)
วิ.ม.	(ไทย) = วินัยปิฎก	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
วิ.จุ.	(ไทย) = วินัยปิฎก	จุฬวรรค	(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

ที.สี.	(ไทย) สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ม.	(ไทย) สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฏิภวรรค	(ภาษาไทย)
ม.มู.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มูลปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.ม.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มัชฌิมปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.อุ.	(ไทย) สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	ปริปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ลั.ส.	(ไทย) สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สกคาวรรค	(ภาษาไทย)
ลั.นิ.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	นิทานวรรค	(ภาษาไทย)
ลั.ข.	(ไทย) สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	ขันธวรรค	(ภาษาไทย)
ลั.สพ.	(ไทย) สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สพยตนวรรค	(ภาษาไทย)
ลั.ม.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
อง.เอกก.	(ไทย) สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	เอกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ติก.	(ไทย) สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ติกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ทุก.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ทุกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.จตุกก.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ปญจก.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ปญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ฉก.	(ไทย) สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ฉกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.สตุตก.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	สตุตกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.นวก.	(ไทย) สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	นวกนิบาต	(ภาษาไทย)



อจ.เอกาทศก.	(ไทย) สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	เอกาทศกนิบาต	(ภาษาไทย)
อจ.ทสก.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ทสกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.ข.	(ไทย) สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ขุททกปาฐะ	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ.	(ไทย) สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธัมมบท	(ภาษาไทย)
ขุ.อิติ.	(ไทย) สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อิติวุตตกะ	(ภาษาไทย)
ขุ.เถร.	(ไทย) สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	เถรคาถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ชา. ปญจก.	(ไทย) สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปญจกนิบาตชาดก	(ภาษาไทย)
ขุ.ป.	(ไทย) สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปวิสัมภิตามรรค	(ภาษาไทย)
ขุ.อป.	(ไทย) สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อปทาน	(ภาษาไทย)

อรรถกถาพระวินัยปิฎก

วิ.มหา.อ.	(ไทย) = วินัยปิฎก	สมันตปาสาทิกา	มหาวิงค์อรรถกถา	(ภาษาไทย)
-----------	-------------------	---------------	-----------------	-----------

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

ขุ.ธ.อ.	(ไทย) = ขุททกนิกาย	ธรรมบทอรรถกถา		(ภาษาไทย)
---------	--------------------	---------------	--	-----------

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ความทุกข์ที่มาจากการเจ็บไข้ เป็นเรื่องที่ปฏิเสธไม่ได้ในทุกชีวิต ในยุคปัจจุบันที่มีความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ ก็ไม่ได้หมายความว่าโรคภัยจะลดลงไป เหตุเพราะเนื่องจากสภาพปัจจัย ทั้งชีวิตความเป็นอยู่ทั้งกายและจิตใจ ที่ขาดความเข้าใจในธรรมชาติของชีวิตที่แท้จริง

ข้อมูลจากมะเร็งวิทยาสมาคมแห่งประเทศไทย ระบุว่า โรคมะเร็งเป็นโรคที่มีผู้ป่วยมากที่สุดเป็นอันดับหนึ่งของประเทศ ในปี พ.ศ. ๒๕๕๓ พบว่า คนไทยเสียชีวิตจากโรคมะเร็ง ๕๖,๐๕๔ ราย หรือ ๘,๘๓๔ รายต่อประชากร ๑ แสนคน คิดเป็น ๔,๖๗๑ รายต่อเดือน หรือ ๑๕๖ รายต่อวัน โรคมะเร็งที่เกิดขึ้นมากที่สุด ตามลำดับคือ มะเร็งตับและมะเร็งทางเดินน้ำดี มะเร็งปอด มะเร็งเต้านม มะเร็งเม็ดเลือดขาว มะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนัก และมะเร็งปากมดลูก*

เป็นที่ทราบกันดีว่า เทคโนโลยีทางการแพทย์สามารถผลิตยานานาต่างๆ ที่มีประสิทธิภาพสูงในการรักษาผู้ป่วยมะเร็งในระยะสุดท้าย กระนั้นยังคงมีข้อจำกัด โดยจากตัวผู้ป่วยเองซึ่งไม่สามารถทนต่อความทรมานที่เกิดจากการรักษา หรือเมื่อความเจ็บป่วยที่เกิดจากการเป็นมะเร็งดำเนินมาจนถึงระยะสุดท้าย อันเป็นสัญญาณบ่งชี้ว่า ผู้ป่วยหมดทางรักษาและจิตใจเริ่ม คำนึงถึงความตาย สิ่งเหล่านี้ชี้ชัดว่าผู้ป่วยต้องเผชิญความทุกข์ทั้งร่างกายและจิตใจ

*สุดสวาท เลหาวิณี พญ. สถานการณ์โรคมะเร็งในรอบปี '๕๓. แหล่งที่มา <http://www.technology-media.co.th/column/columnview.asp?id=445> [๑๗ มกราคม ๒๕๕๓]

ดังนั้นการดูแลผู้ป่วยแบบองค์รวม มีความสำคัญเทียบเท่ากับความต้องการที่จะเน้นหนักเรื่องการกลับคืนสู่สภาพปกติ ทั้งการดูแลกายและใจ การปรับความคิด เข้าใจสภาวะความเป็นจริงถึงความไม่เที่ยงของชีวิต การใช้ชีวิตที่เหลืออยู่แม้จะไม่เต็มร้อยให้มีคุณค่าทั้งตัวเองและผู้อื่น การฝึกเตรียมพร้อมรับมือกับสภาพเจ็บปวดทางกาย และยอมรับความตายที่เกิดขึ้น จึงถือว่าเป็นศิลปะอันงดงามที่ผู้ป่วยและผู้ไม่ป่วยควรได้เรียนรู้ฝึกฝนและตั้งตนในความไม่ประมาท

การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายที่กล่าวไว้ในพระคัมภีร์พระพุทธศาสนา แม้ว่าในความมีโรคภัยมาก หรือโรคภัยน้อยก็ตาม พระพุทธเจ้าถือว่าเป็นช่วงเวลาที่เหมาะสมแก่การบำเพ็ญเพียรอย่างยิ่ง* ความเป็นกัลยาณมิตรเกื้อกูลเมื่อยามป่วยไข้ การอยู่ในสัปายะที่เหมาะสมเกื้อกูลกายใจ ย่อมส่งผลให้กายที่เจ็บป่วยทุเลาเบาบางลง หากร่างกายเจ็บป่วยไม่อาจเยียวยาได้แล้ว พระองค์จะทรงมุ่งเน้นการเยียวยาทางด้านจิตใจเป็นหลัก ดังเรื่องที่ปรากฏว่า ครั้งหนึ่งมีพระเถระชื่อ บุติคัตตติสเถระ เกิดโรคในสรีระของท่าน กระทั่งมีกายเน่ากระดูกแตก ถูกทอดทิ้งให้ป่วยหนักระยะสุดท้าย พระพุทธเจ้าทรงเยี่ยมยารักษาทางด้านกาย ชำระร่างกายแผลเน่าเหล่านั้น เพื่อให้ภิกษุรูปนั้นสบายขึ้น และทรงเยียวยาจิตใจ ทรงมีพระดำรัสว่า “อจิร วตย กาโย ปฐวี อธิเสสสุติ จุฑาโท อเปตวิญญาโณ นโรตถิ กลิงคุร”** ได้ตรัสเทศน์สั่งสอนให้ภิกษุรูปนั้น ใช้กายที่ป่วยหนักเป็นการเจริญให้เห็นว่า กายนี้ไม่เป็นของเที่ยง กายนี้ย่อมเน่าเปื่อยผุพังไปยังพื้นดิน นับว่าเป็นการส่งเสริมกำลังใจให้ผู้ป่วยหนัก มีความหวังที่จะดูแลรักษาใจซึ่งถือว่าสำคัญที่สุด เพื่อผู้ป่วยสามารถประกอบจิตที่ดีของตนได้ตลอดไป จนกว่าจะสิ้นชีวิต หรือหากประกอบจิตได้ถึงขั้นสูงสุด คือ การบรรลุธรรมได้พร้อมกับการสิ้นชีวิต ที่พระพุทธศาสนาเรียกว่า “ชีวิตสมัสติ” ถือว่าเป็นการบรรลุ เป้าหมายชีวิตในโอกาสสุดท้ายที่สุด***

อโรคยศาล วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร เป็นการดูแลผู้ป่วยมะเร็งแบบองค์รวม โดยอาศัยธรรมชาติบำบัด สมุนไพรบำบัด สวดมนต์ สมาธิวิปัสสนาบำบัด ดนตรีบำบัด จุดเริ่มต้นของ อโรคยศาลเกิดจากปี ๒๕๓๙ พระจิรภูมิโม ภิกขุ (ภิกาลพักตร์นิธิ) เจ้าอาวาสวัดคำประมง อำเภอพรรณานิคม จังหวัดสกลนคร ป่วยเป็นมะเร็งหลังโพรงจมูก (Nasopharynx) ได้ทำการรักษาทั้งแพทย์แผนปัจจุบัน ผสมผสานกับการใช้สมุนไพรไทย และสมาธิบำบัดจนหายป่วย อโรคยศาล ก่อสร้างเมื่อปี ๒๕๔๘ เพื่อบริการรักษาโรคมะเร็งด้วย

* อ.จ. ปญฺญก. (ไทย) ๒๒/๕๓-๕๔/๙๒-๙๓.

** อ.จ. ปญฺญก. (ไทย) ๒๒/๑๒๑/๒๐๑.

*** ศศิธร เขมาภิรตัน, “การศึกษาเปรียบเทียบพุทธวิธีในการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมกับการแพทย์แผนไทย”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๓๒-๓๓.

สมุนไพร และใช้สมานิเพื่อบำบัดโรคมะเร็ง การรักษาพยาบาลที่มีขึ้นทางวัดคำประมงจะออกค่าใช้จ่ายทั้งหมด ไม่มีการเก็บค่ารักษาพยาบาลใดๆ ทั้งสิ้น นับตั้งแต่ปี ๒๕๔๘ ถึงปัจจุบันเมษายนปี ๒๕๕๓ ใช้งบประมาณเพื่อผู้ป่วยมะเร็ง มากกว่า ๑๐๐ ล้านบาท อโรคยศาล มีผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย เข้ารับการบำบัด รักษากว่า ๒,๒๕๐ คน (สถิติผู้ป่วย ตั้งแต่ปี ๒๕๔๘-๒๕๕๓)โดยเฉพาะปี ๒๕๕๓ สถิติผู้ป่วยมีมากกว่า ๖๐๐ คน ผู้ป่วยกว่าครึ่งสามารถกลับบ้านไปอยู่กับครอบครัวได้อย่างมีความสุข ด้วยความสำเร็จในการดูแลรักษาพยาบาล จึงทำให้ทางวัดคำประมงยังคงเดินหน้าเพื่อดูแลผู้ป่วยมะเร็งต่อไปจนถึงทุกวันนี้

จากที่กล่าวมาในเบื้องต้น ทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจว่า การดูแลผู้ป่วยมะเร็งแบบองค์รวมที่อโรคยศาล วัดคำประมง มีความน่าสนใจเนื่องจากเป็นสถานที่บริการโดยไม่คิดค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษากับผู้ป่วย มีการใช้หลักพุทธธรรม ยาสมุนไพร สมานิบำบัด พิธีกรรมเกื้อกูลกำลังใจ ในการดูแลผู้ป่วย และพบว่าผู้ป่วยมะเร็งในระยะแรก หรือระยะสุดท้าย เมื่อมาพักรักษาตัว คุณภาพกายและใจดีขึ้น แม้ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้แต่ได้พบว่า เมื่อผู้ป่วยเข้ารับการดูแลแล้วระยะเวลาหนึ่ง สามารถเปลี่ยนแปลงทัศนคติของผู้ป่วยให้ปลอดวาง ไม่กลัวตาย และเตรียมตัวตายอย่างสงบ ทั้งในส่วนหนึ่งผู้วิจัยต้องการให้ผลการศึกษาดังกล่าวเป็นรูปธรรม เพื่อใช้เป็นต้นแบบที่สามารถไปประยุกต์ใช้ในพื้นที่อื่นๆ ที่มีความประสงค์การดูแลโรคมะเร็งด้วยหลักการดังกล่าว

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรมในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบองค์รวม
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาการจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์รวมของวัดคำประมง อำเภอพรรณานิคม จังหวัดสกลนคร
- ๑.๒.๓ เพื่อศึกษาผลการจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์รวมของวัดคำประมง อำเภอพรรณานิคม จังหวัดสกลนคร

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

- ๑.๓.๑ หลักพุทธธรรมในการดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์รวม ใช้หลักธรรมใดและทำอย่างไร
- ๑.๓.๒ วิธีการดูแลทางกายของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๓ วิธีการดูแลทางจิตใจของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายเป็นอย่างไร

๑.๓.๔ ผลในการดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์รวมเป็นอย่างไร

๑.๔ ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ เป็นการศึกษาเฉพาะกรณี (Case Study) ของวัดคำประมง อำเภอพรรณานิคม จังหวัดสกลนคร ผู้วิจัยได้แบ่งขอบเขตการวิจัย ออกเป็น ๒ ส่วน คือ

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านข้อมูล

๑) ศึกษาข้อมูลจากพระไตรปิฎกทั้งฉบับภาษาไทย และคัมภีร์อรรถกถา รวมทั้งเอกสารที่เกี่ยวข้องกับบทบาทและวิธีการเผยแผ่พุทธธรรม ทุกประเภททั้งหนังสือ เอกสาร งานวิจัย เสี่ยงธรรมะ สื่ออิเล็กทรอนิกส์ที่เกี่ยวข้อง และสิ่งตีพิมพ์ทุกชนิด เป็นต้น

๒) ศึกษาวิธีการดูแลด้านทางกายและจิตใจ ที่วัดคำประมง จ.สกลนคร ผ่านรูปแบบกิจกรรม โดยผู้วิจัยมีส่วนร่วม และสังเกตการณ์

๓) ศึกษาข้อมูลเชิงปริมาณ ได้แก่ สถิติในการดูแลผู้ป่วยในอดีตจนถึงปัจจุบัน คุณภาพชีวิต สภาวะจิตใจของผู้ป่วย จากการเฝ้าสังเกต และการสัมภาษณ์ของแพทย์จิตอาสา ผู้ป่วยและญาติผู้ป่วย ที่วัดคำประมง จ.สกลนคร

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านเนื้อหา

๑) ศึกษาหลักและวิธีการบรรเทาความทุกข์ทางกายและใจสำหรับผู้ป่วย

๒) ศึกษาหลักพุทธธรรมและการเตรียมตัวตาย

๓) ศึกษาหลักพุทธธรรมสำหรับผู้รักษา

๑.๕ คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย หมายถึง ความหมายตามหนังสือ Oxford textbook of Palliative Medicine คือการดูแลผู้ป่วยที่มีลักษณะทั้ง ๓ ประการต่อไปนี้ ๑) เป็นโรคที่กำลังมีการดำเนินของโรคและเป็นมากขึ้นเรื่อยๆ ๒) เป็นโรคที่ร้ายแรง ทำให้ผู้ป่วยเสียชีวิตได้ ๓) การพยากรณ์ของโรคจำกัด คือ พอจะคาดคะเนระยะเวลาที่เสียชีวิตได้

ผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย หมายถึง ผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเป็นโรคมะเร็งในระยะที่มีการแพร่กระจายของโรคไปตามอวัยวะ ไม่สามารถรักษาให้หายได้ และเข้าสู่ระยะสุดท้ายของโรค

การจัดการ หมายถึง การดำเนินการเพื่อใช้ทรัพยากรได้แก่ สถานที่ คน เงินทอง ความรู้ เทคโนโลยี เพื่อจัดกิจกรรมในการดูแลผู้ป่วย

การดูแลแบบองค์รวม หมายถึง การดูแลสุขภาพทางกาย จิตใจ สังคม จิต

วิญญานไปพร้อมๆ กัน โดยจุดประสงค์เพื่อลดความทุกข์ทรมานทั้งทางร่างกายและจิตใจ

ผลของการดูแล หมายถึง สภาพหรือผลลัพธ์ความพึงพอใจในการรับรู้ความเจ็บป่วยทางกายและทางใจที่เกิดขึ้นในทางบวกและลบ ของคนไข้ ญาติคนไข้ ทั้งในด้านพฤติกรรมและทัศนคติ การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย และจิตใจ

สมาธิบำบัด หมายถึง วิธีการทำให้จิตสงบตามวิถีทางพระพุทธศาสนา โดยการกำหนดลมหายใจ หรือการบริกรรมคำภาวนา โดยวัตถุประสงค์เพื่อให้จิตจดจ่อ ไม่แผ่สลายไปกับทุกข์เวทนาทางกาย หรือความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นในจิตใจ

อโรคยศาล หมายถึง บริเวณหนึ่งภายในวัดคำประมง ที่ไว้สำหรับดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบบองคร่วม

หลวงตา หมายถึง คำสรรพนามใช้เรียกแทน พระจิรัชโม ภิกขุ(ภิกาลพักตร์นิธี)

ทุกข์ หมายถึง ความทุกข์ในพุทธธรรม ได้ อธิบายตามความหมายของพุทธพจน์ที่แบ่งทุกข์ตาเป็น ๓ อย่างพร้อมด้วยคำอธิบายในอรรถกถาได้ดังนี้

๑) ทุกขทุกข์ตา ทุกข์ที่เป็นความรู้สึกทุกข์ คือ ความทุกข์กายทุกข์ใจ ไม่สบาย เจ็บปวดเมื่อยขบ โศกเศร้า เป็นต้น อย่างที่เข้าใจกันโดยสามัญ ตรงตามชื่อ ตามสภาพ ที่เรียกกันว่า ทุกขเวทนา (ความทุกข์อย่างปกติที่เกิดขึ้น เมื่อประสบอนิฏฐารมณ์ หรือสิ่งกระทบกระทั่งบีบคั้น)

๒) วิปรณามทุกข์ตา ทุกข์เนื่องด้วยความผันแปร หรือทุกข์ที่แฝงอยู่ในความผันแปรของสุข คือความสุขที่กลายเป็นความทุกข์ หรือทำให้เกิดทุกข์ เพราะความปรวนแปรกลับกลายของมันเอง (ภาวะที่ตามปกติ ก็สบายดีเฉยอยู่ ไม่รู้สึกทุกข์อย่างใดเลย แต่ครั้นได้เสวยความสุขบางอย่าง พอสุขนั้นจางลงหรือหายไป ภาวะเดิมที่เคยรู้สึกสบายเป็นปกตินั้น กลับกลายเป็นทุกข์ไป เสมือนเป็นทุกข์แฝง ซึ่งจะแสดงตัวออกมาในทันทีที่ความสุขนั้นจืดจางหรือเลือนจางไป

๓) สังขารทุกข์ตา ทุกข์ตามสภาพสังขาร คือสภาวะของตัวสังขารเอง หรือสิ่งทั้งหลายทั้งปวงที่เกิดจากเหตุปัจจัย ได้แก่ขันธ์ ๕ เป็นทุกข์คือ เป็นสภาพที่ถูกบีบคั้นด้วยปัจจัยที่ขัดแย้ง มีการเกิดขึ้นและการสลายหรือดับไป ไม่มีความสมบูรณ์ในตัวของมันเอง อยู่ในกระแสแห่งเหตุปัจจัย จึงเป็นสภาพซึ่งพร้อมที่จะก่อให้เกิดทุกข์ แก่ผู้ไม่รู้เท่าทันต่อสภาพและกระแสของมัน และเข้าไปผืนกระแสอย่างเต็มที่ ด้วยความอยากยึด(ตัณหาอุปาทาน) อย่างเ่งๆ (อวิชชา) ไม่เข้าไปเกี่ยวข้องและปฏิบัติต่อมันด้วยปัญญา

๑.๖ บทกวนเอกสารและรายงานงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารและศึกษาค้นคว้างานวิจัยเช่นการดูแลผู้

ป่วยแบบของครวมต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยนี้ และได้นำเสนอสาระสังเขปไว้ดังนี้

๑.๖.๑ นพ.เต็มศักดิ์ พึ่งรัศมี กล่าวถึง หลักการของ Palliative Care หรือการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายซึ่งในทางปฏิบัติ นั้น คงไม่ต้องรอให้หมดหนทางรักษาเสียก่อน แล้วจึงพิจารณาเรื่องนี้เป็นเรื่องสุดท้าย สามารถให้ Palliative care ที่ดีแก่ผู้ป่วยได้ตั้งแต่วะยะแรกของโรคพร้อมไปกับการรักษาหลักอื่นๆ ซึ่งหลักการสำคัญสามารถสรุปสั้นๆ ได้เป็น “๔ C” ดังนี้

๑) Centered at patient and family: ให้ความสำคัญกับตัวผู้ป่วยและครอบครัวเป็นหลัก

๒) Comprehensive : ครอบคลุมความต้องการทุกด้าน ทั้งร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ

๓) Coordinated : เป็นการปฏิบัติงานร่วมกันของบุคลากรทางแพทย์ ครอบครัว และสังคม

๔) Continuous : มีความต่อเนื่องและการประเมินผลอย่างสม่ำเสมอ*

๑.๖.๒ ณรงค์ศักดิ์ ธีระวงษ์และคณะ ส่วนหนึ่งของผลงานทางวิชาการงานประชุมวิชาการร่วมระหว่างคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาลและ คณะแพทยศาสตร์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อศึกษาถึงผลการบำบัดดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็งของอโรคยศาล วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อต้องการทราบอัตราการเสียชีวิต ความสงบขณะเสียชีวิต ความพึงพอใจ ความไม่กลัวต่อการเจ็บป่วย และค่าใช้จ่ายของผู้ป่วย โดยทำการศึกษาใน ๑๗๗ คน เฉพาะผู้ป่วยที่เข้ามารับการรักษานานกว่า ๑๐ วัน พบว่าผู้ป่วยมะเร็งส่วนใหญ่อยู่ในระยะสุดท้าย มีอัตราการเสียชีวิตโดยสงบสูง ผู้ป่วยลดความกลัวต่อการเจ็บป่วย มีความพึงพอใจต่อการบำบัดดูแลสูง ประหยัดค่าใช้จ่ายและเป็นทางเลือกที่ช่วยให้ผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายมีจิตวิญญาณดีขึ้น**

๑.๖.๓ พระไพศาล วิสาโล กล่าวถึง การช่วยเหลือผู้ป่วยระยะสุดท้ายด้วยวิธีแบบพุทธ หลักการที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ป่วยระยะสุดท้ายได้อย่างเหมาะสม โดยสรุปได้เป็นหัวข้อดังต่อไปนี้

๑) ให้ความรักและความเห็นอกเห็นใจ เพราะผู้ป่วยระยะสุดท้ายมีสภาพจิตใจที่เปราะบางอ่อนแอมาก เขาต้องการใครสักคนที่พร้อมจะให้ความรักแก่เขาได้อย่างเต็มเปี่ยม

*เต็มศักดิ์ พึ่งรัศมี รศ.นพ., “การช่วยเหลือผู้ป่วยระยะสุดท้ายด้วยวิธีแบบพุทธ”, ใน การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์(๑๙๘๗), ๒๕๕๐) : ๑๕-๑๙.

** ณรงค์ศักดิ์ ธีระวงษ์และคณะ งานประชุมวิชาการร่วมระหว่างคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาลและคณะแพทยศาสตร์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, “การรักษาโรคมะเร็งของอโรคยศาล”, วันที่ ๒๒-๒๔ มิถุนายน ๒๕๕๒.

หรืออย่างไม่มีเงื่อนไข จากสภาพจิตใจที่เปราะบาง ผู้ป่วยระยะสุดท้ายมักแสดงความรู้สึกหดหู่ใจ กราดเกรี้ยว ออกมาได้ง่าย ผู้ดูแลสามารถช่วยได้ด้วยความรักที่อดทนอดกลั้น พยายามให้อภัยและเห็นอกเห็นใจเขา ดังนั้นสิ่งที่ญาติหรือผู้ดูแลขาดไม่ได้คือสติอยู่เสมอ สติช่วยให้ไม่ลืมตัว และประคองใจให้มีเมตตา ความรัก และความอดกลั้นอย่างเต็มเปี่ยม

๒) ช่วยให้ผู้ป่วยยอมรับความตายที่จะมาถึง การรู้วาระสุดท้ายของตนใกล้จะมาถึงย่อมช่วยให้ผู้ป่วยมีเวลาเตรียมตัวเตรียมใจในขณะที่สังขารยังเอื้ออำนวยอยู่ การปกปิดความจริงย่อมทำให้เขามีเวลาเตรียมตัวได้น้อยลง ดังนั้น ในการบอกข่าวร้ายสิ่งที่ควรทำควบคู่ไปด้วยก็คือ การให้กำลังใจแก่เขาว่า เรา(ญาติมิตร) และแพทย์พยาบาลจะไม่ทอดทิ้งเขา จะอยู่เคียงข้างและช่วยเหลือเขาอย่างเต็มที่และจนถึงที่สุด ประโยชน์อีกอย่างหนึ่งในการบอกความจริงแก่ผู้ป่วยก็คือ ช่วยให้ผู้ป่วยตัดสินใจล่วงหน้าว่า เมื่อตนมีอาการเพียบหนักไม่มีความรู้สึกตัวแล้วจะให้แพทย์เยียวยารักษาไปถึงขั้นไหน บ่อยครั้งที่ผู้ป่วยไม่ได้ตัดสินใจในเรื่องนี้ล่วงหน้าเพราะไม่รู้สภาพที่แท้จริงของตัว ผลก็คือเมื่อเข้าสู่ภาวะโคม่าญาติไม่มีทางเลือกจึงขอให้แพทย์แทรกแซงอาการอย่างถึงที่สุด ก่อให้เกิดความทุกข์ทรมานแก่ผู้ป่วยโดยมีผลเพียงแต่ยืดกระบวนการตายให้ยาวออกไป ไม่ช่วยให้คุณภาพชีวิตดีขึ้นเลย ซ้ำยังสิ้นเปลืองค่าใช้จ่ายเป็นจำนวนมาก

๓) ช่วยให้จิตใจจดจ่อกับสิ่งดีงาม การนึกถึงสิ่งดีงามช่วยให้จิตใจเป็นกุศลและบังเกิดความสุข สามารถเผชิญกับความเจ็บปวดได้ดีขึ้น เราสามารถน้อมใจผู้ป่วยให้เกิดกุศลด้วยการชักชวนให้ผู้ป่วยระลึกความดีที่ตนเองได้บำเพ็ญในอดีต ซึ่งไม่จำเป็นต้องหมายถึงการทำบุญกับพระหรือศาสนาเท่านั้น แม้แต่การเลี้ยงดูลูกๆ ให้เป็นคนดี เสียสละ ดูแลพ่อแม่ด้วยด้วยความรัก ซื่อตรงต่อคู่ครอง เอื้อเฟื้อต่อมิตรสหาย หรือสอนศิษย์อย่างไม่เห็นแก่ความเหนื่อยยาก เหล่านี้ล้วนเป็นบุญกุศลหรือความดีที่ช่วยให้เกิด ความปิติปลาบปลื้มแก่ผู้ป่วย และบังเกิดความมั่นใจว่าตนจะได้ไปสุคติ

๔) ช่วยปลดปล่อยสิ่งค้างคาใจ เมื่อผู้ป่วยรู้วาระสุดท้ายของชีวิตใกล้มาแล้ว สิ่งหนึ่งซึ่งจะทำความทุกข์แก่จิตใจ และทำให้ไม่อาจตายอย่างสงบ ก็คือความรู้สึกค้างคาใจ ในบางสิ่งบางอย่างเช่นภารกิจงานที่ยังค้างค้าง ความโกรธแค้นใครบางคน ความรู้สึกผิดบางอย่างที่เกาะกุมจิตใจมานาน ความปรารถนาที่จะพบคนบางคนเป็นครั้งสุดท้าย คนที่ตนปรารถนาจะขอให้อภัย ความหวังกังวลหรือความรู้สึกค้างคาใจเป็นสิ่งที่สมควรได้รับการปลดปล่อยอย่างเร่งด่วน หากไม่แล้วจะทำให้ผู้ป่วยทรมาน หักอกหนักใจ พยายามปฏิเสธผลึกไสความตายและตายไม่สงบ ซึ่งนอกจากจะหมายถึงความทุกข์อย่างมากแล้ว ในทางพุทธศาสนาเชื่อว่าจะส่งผลให้ผู้ตายไปสู่ทุคติด้วย แทนที่จะสุคติ วิธีหนึ่งที่ช่วยได้คือการแนะนำให้ผู้ป่วยเขียนคำขอโทษหรือความในใจลงในกระดาษ เขียนทุกอย่างที่อยาก

จะบอกแก่บุคคลผู้นั้น แม้จะยังไม่มี การสื่อสารให้บุคคลผู้นั้นได้รับรู้ แต่ก็ได้มีการปลดปล่อย ความรู้สึกในระดับหนึ่ง หากผู้ป่วยมีความพร้อมมากขึ้นก็อาจตัดสินใจพูดกับบุคคลผู้นั้น โดยตรงในโอกาสต่อไป

๕) ช่วยให้ผู้ป่วยปล่อยวางสิ่งต่างๆ การขัดแย้งไม่ยอมรับความจริงที่อยู่เบื้องหน้า เป็นสาเหตุแห่งทุกข์ของผู้ป่วยในระยะสุดท้าย เหตุที่เราขัดแย้งกันนั้นก็เพราะยังติดยึดกับ บางสิ่งบางอย่างไม่สามารถพรากจากสิ่งนั้นได้ ได้แก่ลูกหลาน คนรัก พ่อแม่ทรัพย์สินสมบัติ หรือโลกทั้งโลกที่ตนคุ้นเคย การละความสำคัญมั่นหมายดังกล่าวจะทำให้ต้องอาศัยการ ผูกฝนจิตใจพอสมควร แต่ไม่เกินวิสัยที่ผู้ป่วยธรรมดาจะทำได้ โดยเฉพาะหากเริ่มผูกฝน ขณะที่เริ่มป่วย มีหลายกรณีที่ผู้ป่วยโรคร้าย สามารถเผชิญกับความเจ็บปวดอย่างรุนแรง ได้โดยไม่ต้องใช้ยาแก้ปวดเลย หรือใช้แต่เพียงเล็กน้อย ทั้งนี้เพราะสามารถละวางความ สำคัญมั่นหมายในความเจ็บปวดได้ กลายอีกนัยหนึ่งคือใช้ธรรมโอสถเญียวอาศัยใจ

๖) สร้างบรรยากาศแห่งความสงบ การงดพูดคุยที่รบกวนผู้ป่วย งดการถกเถียงใน หมู่ญาติพี่น้อง หรือร้องไห้ร่ำไห้ หากญาติมิตรพยายามรักษาสติของใจของตนให้ดี ไม่เศร้า หมอง สลดหดหู่ก็สามารถช่วยเหลือผู้ป่วยได้มาก เพราะสภาวะจิตของคนรอบตัวนั้นสา มารถส่งผลกระทบต่อบรรยากาศและต่อจิตใจของผู้ป่วยได้ จิตของคนเรานั้นละเอียดอ่อน สามารถ รับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นได้แม้จะไม่พูดออกมาก็ตาม ความละเอียดอ่อนดังกล่าวมิได้เกิดขึ้น เฉพาะในยามปกติ หรือยามรู้ตัวเท่านั้นแม้กระทั่งผู้ป่วยที่อยู่ในภาวะโคม่าก็อาจสัมผัสกับ กระแสจิตของผู้คนรอบข้างได้

๗) กล่าวคำอำลา แม้ว่าจะได้กล่าวคำอำลาผู้ป่วยไปแล้วขณะที่เขายังมีสติรู้ตัวอยู่ แต่การกล่าวคำอำลาอีกครั้งก่อนที่เขาจะสิ้นลมก็ยังมิมีประโยชน์อยู่ ข้อที่พึงตระหนักก็คือ การกล่าวอำลาและน้อมจิตผู้ป่วยต่อสิ่งใดงามนั้นจะเป็นไปได้ดีก็ต่อเมื่อบรรยากาศรอบตัว ของผู้ป่วยในความสงบ ไม่มีการพยายามเข้าไปแทรกแซงใดๆ กับร่างกายผู้ป่วย ในภาวะ ใกล้ตาย สิ่งผู้ป่วยต้องการมากที่สุดได้แก่การช่วยเหลือทางจิตใจ ดังนั้นหากผู้ป่วย มากกว่าซึ่งหมายความว่า อาจต้องขอให้ระงับการกลุ้มรุมผู้ป่วย ปล่อยให้ผู้ป่วยจากไป อย่างสงบท่ามกลางลูกหลานญาติมิตรที่ร่วมกันสร้างบรรยากาศอันเป็นกุศลสำหรับผู้ป่วย เพื่อไปสู่สุคติ^{๑*}

๑.๖.๔ พระครูอินทสารวิจิตร อินทสโร (กิจไธ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการ รักษาโรคด้วยยาสมุนไพรและธรรมโอสถเญียวที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา” พบว่า ความ เจ็บป่วยหรือโรคเป็น ๒ ประเภท คือโรคทางกายและโรคทางใจ ในพระพุทธศาสนามีหลัก

*พระไพศาล วิสาโล, “การช่วยเหลือผู้ป่วยระยะสุดท้ายด้วยวิธีแบบพุทธ”, ใน การดูแลผู้ป่วยระยะ สุดท้าย, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์(๑๙๙๗), ๒๕๕๐), :๒๓๙-๒๕๑.

ในการรักษาโรคที่เกิดจากการเจ็บป่วยมี ๒ แนวทางด้วยกัน คือการรักษาด้วยยาสมุนไพรได้แก่เภสัชทั้ง ๕ รวมไปถึง พืชต่างๆ ส่วนการรักษาโรคทางใจด้วยธรรมโอสถ ได้แก่โพชฌงค์ ๗ และสัญญา ๑๐ ควบคู่กับการทำสมาธิเพื่อให้จิตสงบ รวมไปถึง สัมปายะ ๗ ที่เกื้อกูลกับทั้งร่างกายและจิตใจ อันได้แก่ ๑) ที่อยู่เหมาะสม ๒) สมบูรณ์ด้วยอาหารพอเลี้ยงชีพได้ ๓) พุดคุยเรื่องธรรมิกถาพอประมาณ ๔) คบท่านที่มีคุณธรรม ๕) มีอาหารเหมาะแก่ร่างกาย ๖) อากาศพอเหมาะไม่หนาวไม่ร้อน ๗) อริยาบทพอเหมาะเคลื่อนไหวพอดี*

๑.๖.๕ ศศิธร เขมาภิรตัน ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบพุทธวิธีในการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม กับการแพทย์แผนไทย” พบว่า การแก้ปัญหาสุขภาพและความเจ็บป่วยมี ๒ แนวทาง คือ ๑) การป้องกัน พระพุทธองค์ทรงใช้หลักปฏิบัติในการดูแลสุขภาพทั้งทางกายและทางใจ อย่างสม่ำเสมอเป็นประจำ ๒) การรักษา พระพุทธศาสนากล่าวถึงการรักษาโรคทางกาย ๓ วิธี ได้แก่ การรักษาทางการแพทย์ การใช้ธรรมบำบัด การรักษาด้วยพุทธานุภาพ ส่วนการรักษาโรคทางใจ ๓ วิธี ได้แก่ การพิจารณาหาเหตุ ผล คุณ โทษ การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน และการคบถกัลยาณมิตร**

๑.๖.๖ พระณัฐกิตติ อนารโท (มุ่ยเหง้า) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักมรณสติในพระไตรปิฎก” พบว่า วิธีสอนการระลึกถึงความตายที่เกิดขึ้นในชีวิตตนในอนาคต หรือคนอื่น ทำให้ปล่อยว้าง ไม่ยึดติดในรูปนาม มองความตายมาถึงตน และคนอื่นเป็นเรื่องที่ดังาม เป็นครูสอนใจให้รู้ว่าชีวิตที่เกิดมาก็อยู่ได้ไม่นานเมื่อถึงกาลเวลาแล้วก็ตายลงเป็นเรื่องธรรมดา***

๑.๖.๗ อัสฎางค์ สุวรรณมิสสระ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาไตรลักษณ์ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณี การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน” ผลจากการศึกษาพบว่า หลักสติปัฏฐาน ๔ เป็นหนทางสายเอกที่จะนำไปสู่การรู้แจ้งในสังขาร และเข้าถึงความจริงในชีวิต ซึ่งเป็นภาวะที่กิเลสถูกทำลายไป อันเป็นจุดมุ่งหมายของผู้ปฏิบัติ ฉะนั้น พระวิปัสสนาจารย์จึงใช้หลักสติปัฏฐาน ๔ ที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร ด้วยการกำหนดรู้ใน กาย เวทนา จิต ธรรม เป็นกรอบในการปฏิบัติและตรวจสอบความก้าวหน้าทางจิต ประเด็นสำคัญอยู่ที่ผู้ปฏิบัติต้องมีสติกำหนดรู้ในรูปนามที่เป็นปัจจุบัน

* พระครูอินทสารวิจิตร อินทสโร (กิจไธ), “ศึกษาการรักษาโรคด้วยยาสมุนไพรและธรรมโอสถที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), บทคัดย่อ.

** ศศิธร เขมาภิรตัน, “การศึกษาเปรียบเทียบพุทธวิธีในการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม กับการแพทย์แผนไทย”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), บทคัดย่อ.

*** พระณัฐกิตติ อนารโท (มุ่ยเหง้า), “ศึกษาหลักมรณสติในพระไตรปิฎก”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), บทคัดย่อ.

อารมณ์จนเห็นไตรลักษณ์ และมีพระวิปัสสนาจารย์ตรวจสอบความก้าวหน้าทางจิตที่ปรากฏผลอันเป็นสิ่งที่รู้ได้เฉพาะตนและให้ผลได้ไม่จำกัดกาล*

๑.๖.๘ วิไลลักษณ์ ดันติตระกูล ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย” ผลจากการศึกษาพบว่า ความรุนแรงของการเจ็บป่วย การปฏิบัติที่สัมพันธ์กับกิจกรรมทางศาสนา และแรงสนับสนุนทางสังคม สามารถร่วมกันพยากรณ์ความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายได้ โดยเฉพาะในสังคมไทย ศาสนาเป็นสิ่งที่มีความเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของชาวพุทธนับตั้งแต่เกิด บุคคลที่มีความเชื่อมั่น ศรัทธาในศาสนาจึงปฏิบัติตน ตามความเชื่อตามหลักศาสนาในวิถีพุทธ เพื่อให้เกิดความสงบ คลายความทุกข์และเกิดความสุขในจิตใจ ดังนั้นผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายซึ่งได้รับความเจ็บปวดและทุกข์ทรมานจากโรค จึงมีศาสนาเป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจของผู้ป่วย ทำให้ผู้ป่วยมีกำลังใจ และเกิดความผาสุกทางจิตวิญญาณ**

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงเอกสาร (Documentary Research) และวิจัยภาคสนาม (Field Research) โดยใช้แบบสัมภาษณ์และเข้าร่วมกิจกรรมเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ซึ่งมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

- ๑.๗.๑ สํารวจเอกสารและรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องจากแหล่งข้อมูล
 - ๑) เอกสารชั้นปฐมภูมิ ได้แก่ พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย
 - ๒) เอกสารทุติยภูมิ ได้แก่ คัมภีร์อรรถกถา หนังสือ เอกสาร สิ่งพิมพ์ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- ๑.๗.๒ ใช้เครื่องมือในการรวบรวมข้อมูลภาคสนาม เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึก คือแบบสัมภาษณ์ เครื่องบันทึกเสียง กล้องวิดีโอ กล้องถ่ายรูป สมุดบันทึก
- ๑.๗.๓ ประชากรเป้าหมาย กลุ่มตัวอย่างศึกษา
 - ๑) สัมภาษณ์พระจิรัฏฐโม ภิกขุ (ภิกขุพัชรินทร์) เจ้าอาวาสวัดคำประมง อำเภอพรรณานิคม จังหวัดสกลนคร และนายแพทย์ศิริโรจน์ กิตติสารพงษ์ รวมจำนวน ๒ ท่าน

* อชฺฐางค์ สุวรรณมิสสระ, “ศึกษาไตรลักษณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา ๗ เดือน”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), บทคัดย่อ.

** วิไลลักษณ์ ดันติตระกูล, “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย”, *วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต*, (คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๒), บทคัดย่อ.

๒) สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วยมะเร็งที่สมัครใจเข้ารับการรักษาแบบองค์รวมที่วัดคำ
ประมง อำเภอพรหมนิคม จังหวัดสกลนคร มีอายุ ๓๐ ปีขึ้นไป จำนวนทั้งสิ้น ๑๒ ราย

๓) สัมภาษณ์สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วยมะเร็งที่สมัครใจดูแลผู้ป่วยที่วัดคำประมง
อำเภอพรหมนิคม จังหวัดสกลนคร อายุ ๒๕ ปีขึ้นไป จำนวนทั้งสิ้น ๑๐ ราย

๔) สัมภาษณ์เชิงลึกจิตอาสาที่สมัครใจเข้ามาทำกิจกรรม ที่วัดคำประมง อำเภอ
พรหมนิคม จังหวัดสกลนคร อายุ ๒๕ ปีขึ้นไปจำนวน ๓ ราย

๑.๗.๔ รวบรวมข้อมูลจากเอกสารและจากการสัมภาษณ์

๑.๗.๕ จัดลำดับและจัดหมวดหมู่ของข้อมูล

๑.๗.๖ วิเคราะห์ข้อมูลที่รวบรวมได้

๑.๗.๗ เรียบเรียงข้อมูล และนำเสนอผลการศึกษาวิจัยเชิงพรรณนา

๑.๗.๘ สรุปผลการวิจัย พร้อมข้อเสนอแนะ

๑.๘ ประโยชน์ที่จะได้รับ

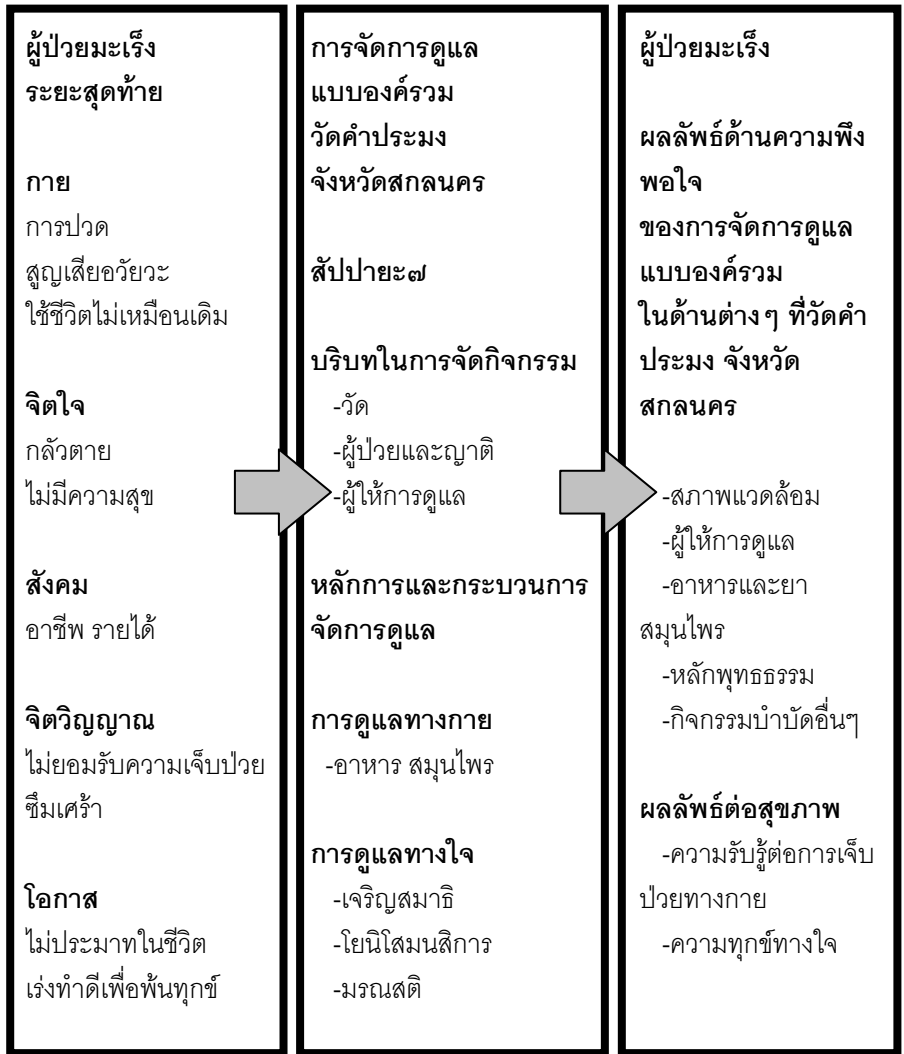
๑.๘.๑ ทำให้ทราบถึงบทบาทและวิธีการใช้พุทธธรรมในการดูแลรักษาผู้ป่วยมะเร็ง
ระยะสุดท้ายแบบองค์รวม

๑.๘.๒ ทำให้ทราบถึงบทบาทและวิธีการในการดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบ
องค์รวม กรณีศึกษาวัดคำประมง อำเภอพรหมนิคม จังหวัดสกลนคร

๑.๘.๓ ทำให้ทราบถึงผลลัพธ์ในการดูแลรักษาผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์
รวมทั้งด้านร่างกายและจิตใจ

๑.๙ กรอบแนวคิดในการวิจัย

กรอบแนวคิดที่สำคัญของการศึกษาวิจัยมีความเชื่อมโยงกันดังนี้



บทที่ ๒

หลักพุทธธรรมในการดูแลผู้ป่วยระยะ สุดท้ายแบบองค์รวม

การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายมีจุดมุ่งหมายหลักคือ การระงับหรือลดความทุกข์ทรมานของผู้ป่วย ซึ่งการที่จะทราบถึงปัญหาความทุกข์ทรมานของผู้ป่วย จำเป็นต้องมีการประเมินผู้ป่วยรอบด้านทั้งทางกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ ผู้ป่วยระยะสุดท้าย มักมีประวัติความเจ็บป่วยและการรักษาด้วยวิธีต่างๆ มายาวนาน รวมทั้งอาจมีรายละเอียดซับซ้อนในแง่ของผลความเจ็บป่วย ผลข้างเคียงของการรักษาและมีโรคอย่างอื่นร่วมด้วย ผู้ป่วยบางคนอาจมีปัญหาด้านร่างกายหลายอย่างร่วมกัน อาการทั้งหมดนี้อาจมาจากหลายๆ สาเหตุโดยเป็นผลของโรคโดยตรงหรือผลของการรักษา ทั้งนี้มีปัจจัยด้านจิตใจ สังคม วัฒนธรรมจิตวิญญาณของผู้ป่วย เป็นส่วนให้เกิดอาการทางกายดังกล่าว

ในพระพุทธศาสนามีหลักธรรมคำสอนและแนวคิดเพื่อการเข้าใจความทุกข์ที่มาจาก การป่วยไข้ การดูแลกายใจผู้ป่วย ซึ่งปรากฏในคัมภีร์ ตำรา บทสวดมนต์ และแหล่งข้อมูลจากเอกสารต่างๆ เพื่อประกอบในการศึกษา ดังมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

๑. พุทธธรรมในการบรรเทาทุกข์ทางกาย
๒. พุทธธรรมในการบรรเทาทุกข์ทางใจ
๓. พุทธธรรมในการเตรียมตัวตาย
๔. พุทธธรรมสำหรับผู้รักษา

๒.๑ พุทธธรรมในการบรรเทาความทุกข์ทางกาย

๒.๑.๑. อาหารสูตร

อาพาธสูตร บางทีก็นิยมเรียกกันไปว่าคิริมานนทสูตร เนื่องจากเป็นพระสูตรที่แสดงแก่พระอานนท์เพื่อให้ท่านนำไปแสดงแก่พระคิริมานนท์ที่กำลังอาพาธทนทุกข์ทรมานอยู่ เป็นพระสูตรที่แสดงสัญญา ๑๐ ในยามเมื่อเจ็บป่วยอาพาธสูตรเป็นการใช้สมาธิเพียงเพื่อให้จิตสงบไม่ซัดส่ายสอแสบออกไปฟุ้งซ่านหรือปรุงแต่ง แล้วนำจิตที่สงบดีแล้วนี้ไปดำเนินวิปัสสนาคือการใช้ความคิดพิจารณาให้เกิดปัญญา คือเห็นความจริง ปัญญาจากการเห็นความจริงนี้เอง จึงเกิดการปล่อยวางคือความยึดมั่น อันอำนวยการประโยชน์ช่วยในการรักษาความเจ็บป่วยใช้ได้เป็นอัศจรรย์ โดยอาพาธสูตรได้กล่าวสรุปสาระสำคัญไว้ดังนี้

รูปขันธ์หรือกายเป็น สิ่งที่ถูกหรือเกิดขึ้นจากเหตุต่างๆ มาเป็นปัจจัยคือธาตุ ๔ ปรุงแต่งกันขึ้น จึงย่อมควบคุมบังคับบัญชาไม่ได้อย่างแท้จริง แต่ด้วยตัวตนที่เข้าใจว่าเป็นของตนนั้นความจริงเป็นเพียงมายาของกลุ่มก้อนหรือมวลรวมของเหล่าเหตุปัจจัยต่างๆ ที่มาประชุมปรุงแต่งกันขึ้น มีมายาล่อลวงไปว่าเป็นตนหรือของตัวตน ดังที่ปุถุชนเข้าใจกันโดยทั่วไป เมื่อเจ็บป่วยไข้อันเป็นธรรมชาติของทุกสังขารกายที่เกิดได้กับทุกคนย่อมเกิดขึ้นได้เป็นธรรมดา ก็จำต้องรักษาทางกาย ไปตามเหตุปัจจัยหรือความจำเป็นของโรคนั้นๆ โดยอาศัยหมอ แล้วให้ประคบด้วยการระลีกหรือการเจริญวิปัสสนาในสัญญา ๑๐ ประการมีดังนี้

อนิจจสัญญา กำหนดหมายความไม่เที่ยง ไม่แน่นอนของสังขารคือชีวิตหรือขันธ์ ๕ และแม้สังขารต่างๆ อีกทั้งปวง

อนัตตสัญญา กำหนดหมายความเป็นอนัตตาแห่งธรรมทั้งปวง ซึ่งแม้แต่ธรรมล้วนไม่ใช่ตัวตัวตนของเราอย่างแท้จริง

อสุภสัญญา กำหนดหมายความไม่งาม เป็นปฏิภูมแห่งกาย ทั้งกายตนแลผู้อื่นทุกบุคคล เขา เรา

อาทีนวสัญญา กำหนดหมายในทุกข์แลโทษแห่งกาย กล่าวคือย่อมมีโรคอาพาธต่างๆ เป็นของคู่กับสังขารกายอีกด้วย โดยธรรมหรือธรรมชาติ

ปหานสัญญา กำหนดหมายเพื่อละอกุศลวิตกและบาปกรรม ตั้งแต่บรรเทา ลดละจนถึงกำจัด

วิราคสัญญา กำหนดหมายว่า วิราคะ คืออริยมรรคว่า เป็นธรรมอันสงบ ธรรมอันประณีต การคลายความอยากได้หายติด เป็นมรรคอันประเสริฐ เป็นสมบัติของอริยะควรแก่การปฏิบัติ

นิโรธสัญญา กำหนดหมายว่า นิโรธ คืออริยผลว่าเป็นธรรมอันสงบธรรมอันประณีตเมื่อบรรลุมลย่อมเป็นสุขอย่างยิ่ง

สัพพโลเก อนภิรตสัญญา กำหนดหมาย ความไม่น่าเพลิดเพลินไม่น่ายินดี ไม่น่า

อภิมมยในโลกทั้งปวงล้วนดังปรากฏในโลกธรรม ๘ อันเป็นธรรมหรือธรรมชาติของโลก

สัพพสังขารेषุ อนิน္ถัสสัณญายา กำหนดหมาย ความไม่น่าปรารถนา อึดอัด น่าระอา ในสังขารกาย ตลอดแม้สังขารทั้งปวง เพราะการรู้ความจริงดังสัณญาต่างๆ ข้างต้น ตลอดจนพระไตรลักษณ์ที่แสดงสังขารทั้งปวง ล้วนอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา อยู่เนื่องๆ ย่อมยังให้เกิดปัญญาจนเกิดนิพพานในสังขารทั้งปวง

อานาปานสติ การมีสติกำหนดรู้ในลมหายใจเข้าออก เป็นเครื่องอยู่เครื่องกำหนด กล่าวคือให้มีสติ จิตสงบระงับไม่คิดนึกปรุงแต่งฟุ้งซ่านออกไปภายนอกให้เกิดการผัสสะต่างๆ ให้เป็นเกิดทุกขเวทนาหรือทุกข์อันเฝ้าร้อน ดังนั้นสัณญา ๑๐ จึงใช้ปฏิบัติวิปัสสนา และมีอานิสงาสีให้สงบระงับจากการเจ็บไข้หนักด้วย เป็นฐานะที่พึงมีได้*

๒.๑.๒. ทุติยคิลานสูตร

ทุติยคิลานสูตรว่าสมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ที่ภูฏาคารศาลา ป่ามหาวัน ใกล้เมืองเวสาลี ครั้นนั้น พระผู้มีพระภาคเสด็จออกจากที่หลีกเร้นในเวลาเย็น เสด็จเข้าไปที่ศาลาภิกษุใช้ได้ทรงเห็นภิกษุรูปหนึ่งที่ทรพล เป็นไข้ แล้วประทับ นั่งบนอาสนะที่เขาตบแต่งไว้ ครั้นแล้วได้ตรัสเรียกภิกษุทั้งหลายว่า ดูกรภิกษุทั้งหลาย ธรรม ๕ ประการ ย่อมไม่ละภิกษุบางรูปที่ทรพล เป็นไข้ เธอนั่นพึงหวังผลนี้ คือ จักทำให้แจ้งซึ่งเจโตวิมุตติ** ปัญญาวิมุตติ*** อันหาอาสวะมิได้ เพราะอาสวะทั้งหลายสิ้นไป ด้วยปัญญาอันยิ่งเอง ในปัจจุบัน เข้าถึงอยู่ ต่อกาล ไม่นานเลย ธรรม ๕ ประการเป็นไฉน คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมพิจารณาเห็นว่าไม่งามในกาย ๑ มีความสำคัญว่าเป็นของปฏิภูลในอาหาร ๑ มีความสำคัญ ว่าไม่น่ายินดีในโลกทั้งปวง ๑ พิจารณาเห็นว่าไม่เที่ยงในสังขารทั้งปวง ๑ มีมรณสัณญาปรากฏขึ้นด้วยดี ณ ภายใน ๑ ดูกรภิกษุทั้งหลาย ธรรม ๕ ประการนี้ย่อมไม่ละภิกษุบางรูปที่ทรพล เป็นไข้ เธอนั่นพึงหวังผลนี้ คือ จักทำให้แจ้งซึ่ง เจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ อันหาอาสวะมิได้ เพราะอาสวะทั้งหลายสิ้นไป ด้วย ปัญญาอันยิ่งเองในปัจจุบัน เข้าถึงอยู่ ต่อกาลไม่นานเลย****

๒.๑.๓. โพชฌงค์

โพชฌงค์ในคัมภีร์พระไตรปิฎก ตอนหนึ่งของพุทธประวัติ ได้ปรากฏ การนำวิธีการ

*อ.จ. สุตตค.(ไทย) ๒๓/๖๒๔/๑๘๙

**เจโตวิมุตติ หมายถึงผลอันเกิดจากสมาธิ คือ ความหลุดพ้นด้วยสมถกัมมัฏฐาน

อ.จ. ท.อ. ๒/๘๘/๖๒, ส.ส.พ.อ. ๓/๑๓๒/๕๑

***ปัญญาวิมุตติ หมายถึงผลอันเกิดจากปัญญา คือ ความหลุดพ้นด้วยวิปัสสนา

กัมมัฏฐาน อ.จ. ท.อ. ๒/ ๘๘/๖๒, ส.ส.พ.อ. ๓/๑๓๒/๕๑

****ปัญญาวิมุตติ หมายถึงผลอันเกิดจากปัญญา คือ ความหลุดพ้นด้วยวิปัสสนา

กัมมัฏฐาน อ.จ. ท.อ. ๒/ ๘๘/๖๒, ส.ส.พ.อ. ๓/๑๓๒/๕๑

ระทำจิตภาวนา ด้วยการบำเพ็ญภาวนาบท โพชฌงคปริตร เพื่อการบำบัดพยาธิสภาพที่เกิดขึ้นกับพระพุทธรองค์ ตลอดจนพุทธสาวก ในขณะที่ถูกรบกวนด้วยพยาธิสภาพ จากหนังสือ พระพรหมคุณาภรณ์, โพชฌงค: พุทธวิธีเสริมสุขภาพ ได้เกริ่นไว้ในหนังสือตอนหนึ่งว่า “กายกับใจนั้นเป็นสิ่งที่อาศัยกันและกัน พอกายเจ็บป่วยใช้ไม่สบาย คนทั่วไปก็มักจะพาลจิตใจไม่สบาย เศร้าซิด กระวนกระวาย และเริ่มต้นตั้งแต่วินิจฉัยอาหารไม่ได้ ร่างกายเศร้าหมอง ผิวกายชุปซิด เป็นสิ่งที่สืบเนื่องอาศัยกัน ในทางตรงข้าม คือในทางที่ดี ถ้าจิตใจดี สบาย บางทีก็กลับมาช่วยกายเช่น ในยามเจ็บป่วย ถ้าจิตใจสบายเช่นมีกำลังใจหรือจิตใจผ่องใสเบิกบาน โรคที่เป็นมากก็กลายเป็นน้อย ที่จะหายยากก็หายง่ายขึ้น ยิ่งถ้าหากว่า กำลังใจที่ดีนั้นมีมากถึงระดับหนึ่ง ก็ไม่เพียงแต่ทำให้โรคบรรเทาเท่านั้น แต่อาจจะช่วยรักษาโรคไปด้วยเลย ทั้งที่ก็อยู่ที่ว่าจะช่วยทำใจของเราหรือรักษาใจของเราได้มากแค่ไหน

โพชฌงค มาจากคำว่า โพชฌ หรือ โพธิ รวมกับองค์ สนิทกัน เป็นองค์แห่งโพธิ คือ หลักธรรมอันเป็นเครื่องประกอบแห่งการตรัสรู้หรือปัญญาให้บรรลุถึงการรู้แจ้งประจักษ์ในความจริงของสิ่งทั้งหลาย ปัญญาที่ปลูกทำให้เกิดความตื่นพ้นจากการหลับ การหลง การเพลิดเพลिन รวมทั้งการหลงใหล ตลอดจนปัญญาที่บริสุทธิ์จากการตื่นขึ้นมาจากจิตใจแจ่มใสเบิกบาน รวมเป็นภาวะที่สุขภาพจิตดีงามผ่องใส แม้ว่าจะเกิดในขณะที่ยาป่วย แต่ใจจะไม่ป่วยด้วย เป็นการผ่อนคลายหรือบรรเทาทุกขเวทนาที่เกิดจากโรคภัยอันนั้นลงได้ ไม่มากนักน้อย ส่วนคำว่าปริตร หมายถึง การป้องกันด้านทาน บางครั้งก็เพี้ยนไปเป็นตำนาน เป็นบทสวดที่นิยมใช้ในการภาวนาเพื่อสร้างภูมิคุ้มกัน ปกป้องสิ่งเลวร้าย ตลอดจนบรรเทาบำบัดโรคพยาธิ ที่มาเบียดเบียน โดยเฉพาะในด้านของผลต่อจิตใจที่มีความสำคัญในการควบคุมการทำงานของร่างกาย โพชฌงคปริตร หรือ โพชฌังคปริตร คือ ปริตรที่กล่าวถึงโพชฌงคซึ่งเป็นองค์แห่งการรู้แจ้ง แล้วอ้างสัจจวาจาขึ้นมาพิทักษ์คุ้มครองให้มีความสุขดี มีประวัติว่า สมัยหนึ่งพระพุทธเจ้าประทับอยู่ที่วัดเวฬุวัน กรุงราชคฤห์ พระมหากัสสปเถระได้อาพาหนะที่ถ้าปีปผิลึกหา พระพุทธเจ้าได้เสด็จเยี่ยมและแสดงโพชฌงคเจ็ด เมื่อพระเถระสดับโพชฌงคเหล่านี้ ได้เกิดความปิติว่า โพชฌงคเจ็ดเคยปรากฏแก่เราในขณะรู้แจ้ง สัจธรรม หลังออกบวชแล้วเจ็ดวัน คำสอนของพระพุทธองค์เป็นทางพ้นทุกข์โดยแท้ ครั้นดริเช่นนี้ พระเถระได้เกิดปิติเอิบอิมใจทำให้เลือดในกายและรูปรธรรมอื่นผ่องใส โรคของพระเถระจึงอันตรธานไปเหมือนหยดน้ำกลิ้งจากใบบัว นอกจากนั้นพระพุทธเจ้ายังตรัสโพชฌงคเจ็ดแก่พระโมคคัลลานะเถระผู้อาพาธที่ภูเขาคิชฌกูฏอีกด้วย ครั้นพระเถระสดับโพชฌงคนี้แล้วก็หายจากอาพาธนั้นทันที อนึ่งเมื่อพระพุทธเจ้าประทับอยู่ที่วัดเวฬุวันนั้น ทรงพระประชวรหนัก จึงรับสั่งให้พระจุนทรเถระสาธยายโพชฌงคเจ็ด ครั้นสดับแล้วพระองค์

ทรงหายจากพระประชวรนั้น โดยการนำข้อความจากพระสูตรมาประพันธ์เป็นร้อยกรอง โฆษณงค์เจ็ดมีดังต่อไปนี้

สติ ความระลึกได้ หมายถึง ความสามารถทวนระลึกนึกถึง หรือกุ่มจิตไว้กับสิ่งที่จะพึงเกี่ยวข้องหรือต้องใช้ต้องทำในเวลานั้น ในโฆษณงค์นี้ สติมีความหมายคลุมตั้งแต่การมีสติกำกับตัวใจอยู่กับสิ่งที่กำลังกำหนดพิจารณาเฉพาะหน้า จนถึงการทวนระลึกรวบรวมเอาธรรมที่ได้สดับเล่าเรียนแล้วหรือสิ่งที่จะพึงเกี่ยวข้องต้องใช้ต้องทำ มานำเสนอต่อปัญญาที่ตรองพิจารณา

ธรรมวิจย ความเพียรธรรม หมายถึง การใช้ปัญญาสอบสวนพิจารณาสิ่งที่สติกำหนดไว้ หรือธรรมที่สติระลึกรวมมานำเสนอนั้น ตามสภาวะ เช่น ไตรตรองให้เข้าใจ ความหมายจับสาระของสิ่งที่พิจารณานั้นได้ ตรองตราเลือกเพียรเอาธรรมหรือสิ่งที่เกื้อกูลแก่ชีวิตจิตใจ หรือสิ่งที่ใช้ได้เหมาะที่สุด ในกรณีนั้นๆ หรือมองเห็นอาการที่พิจารณานั้น เกิดขึ้น ตั้งอยู่ดับไป เข้าใจตามสภาวะที่เป็นไตรลักษณ์ ตลอดจนปัญญาที่มองเห็นอริยสัจ

วิริยะ ความเพียร หมายถึง ความแกล้วกล้า เข้มแข็ง กระตือรือร้นในธรรมหรือสิ่งที่ปัญญาเห็นได้ อาจหาญในความดี มีกำลังใจ สู้กิจ บากบั่น รุดไปข้างหน้า ยกจิตไว้ได้ ไม่ให้ห่อหุ้ม ถดถอย หรือท้อแท้

ปีติ ความอิ่มใจ หมายถึง ความเอิบอิ่ม ปลาบปลื้ม ปรีดิ์เปรม ต็มด่ำ ซาบซึ้ง เข้มขึ้น ซาบซ่าน พูใจ

ปัสสัทธิ ความสงบกายใจ หมายถึง ความผ่อนคลายกายใจ สงบระงับ เรียบเย็น ไม่เครียด ไม่กระสับกระส่าย เบาสบาย

สมาธิ ความมีใจตั้งมั่น หมายถึง ความมีอารมณ์หนึ่งเดียว จิตแน่วแน่ต่อสิ่งที่กำหนดทรงตัวสม่ำเสมอ เดินเรียบ อยู่กับกิจ ไม่วอกแวก ไม่ส่าย ไม่ฟุ้งซ่าน

อุเบกขา ความวางเฉย หมายถึง ความมีใจเป็นกลาง สามารถวางที่เฉย เรียบ นิ่งดูไป ในเมื่อจิตแน่วแน่อยู่งานแล้ว และสิ่งทั้งหลายดำเนินไปด้วยดีตามแนวทางที่จัดวางไว้หรือที่มันควรจะเป็น ไม่สอพลอ ไม่แทรกแซง*

องค์การแห่งการรู้แจ้งเจ็ดประการดังกล่าว สามารถนำไปใช้เป็นหลักปฏิบัติ หรือพุทธวิธีในการดำเนินชีวิตได้เป็นอย่างดี ตลอดจนใช้แก้ปัญหาในการบริหารปัญหาต่างๆ ด้วยการนำหลักของโฆษณงค์ปริตรมาประยุกต์ให้รอบคอบ ก็อาจจะทำให้การบริหารกิจการผ่านพ้นอุปสรรคต่างไปได้ด้วยดี เริ่มด้วยการมีสติยังคิดไม่กระทำโดยรีบร้อน ขาดสติ และท้ายที่สุดคือการวางเฉย ในกรณีที่หากจะกระทำสิ่งใดลงไปแล้วจะไม่เกิดประโยชน์หรือเกิด

* พระพรหมคุณาภรณ์, พุทธธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๔๔๐.

ผลที่ไม่พึงปรารถนา*

๒.๑.๔ สถิติปฏิฐาน ๔

สถิติปฏิฐาน ๔ นั้นมีจุดประสงค์อยู่ที่ฝึกสติ และใช้สติพิจารณาสรุปให้เข้าใจโดยถ่องแท้เพื่อให้เกิดสัมมาญาณหรือปัญญาญาณว่า ธรรมทั้งหลายอันมี กาย เวทนา จิต ธรรม มีอยู่ก็เพียงสักว่าความรู้ อาศัยระลึกเตือนสติเตือนใจไม่ให้ไปยึดมั่นถือมั่นพึงพอใจอุปาทานใดๆ ในโลก ก็ด้วยลักษณะการของการอุเบกขาทั้งมีพุทธประสงค์ให้ปฏิบัติในชีวิตประจำวันขนาดกล่าวได้ว่าแทบทุกลมหายใจ กล่าวคือเมื่อจิตหรือสติดวนเวียนระลึกรู้หรือพิจารณาอยู่ในธรรมทั้ง ๔ แล้ว จิตย่อมหยุดส่งจิตออกนอกไปนึกคิดปรุงแต่งต่างๆ อันก่อให้เกิดทุกข์จิตอยู่ในที่อันควรแลสงบ ขณะจิตนั้นเองจิตย่อมเกิดกำลังแห่งจิตขึ้นเนื่องจากสภาวะปลอดทุกข์ขึ้นทีละเล็กทีละน้อยโดยไม่รู้ตัว อันยังให้เกิดความรู้ความเข้าใจในธรรมนั้นทีละเล็กทีละน้อยสะสมขึ้นเช่นกัน จนในที่สุดเพื่อให้เกิดนิพพิทาความคลายกำหนดความยึดความอยากจากการไปรู้ตามความเป็นจริงของสิ่งนั้นๆ สถิติปฏิฐาน ๔ ออกเป็น ๔ หมวดใหญ่ด้วยกัน คือ

กายานุปัสสนา สถิติปฏิฐาน การมีสติในกายเป็นอารมณ์ คือมีสติกำหนดพิจารณา กาย ให้เห็นกายในกาย คือเห็นตามความเป็นจริงของกาย เช่น เป็นเพียงการประชุมกันของเหตุปัจจัยอันมีธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ หรือการเกิดแต่เหตุที่เป็นของสกปรกปฏิกุศลโสโครก ประกอบขึ้นมาเพื่อให้เกิดลดละความยินดียินร้ายในกายแห่งตนแลบุคคลอื่นเมื่อรู้เห็นตามความเป็นจริงของกายนั้นว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

ในขั้นแรก เป็นการฝึกให้มีสติเสียก่อน โดยฝึกดูลมหายใจที่หายใจเข้าที่หายใจออกอย่างมีสติ หรือการมีสติอยู่ในอิริยาบถของกายแล้วใช้สตินั้นในการพิจารณาภายในแบบต่างๆ ตลอดจนการเกิดดับต่างๆ จิตจะได้คลายความยึดมั่นถือมั่นพึงพอใจหรือหลงใหลในกายแม้ตัวตนของตนหรือบุคคลอื่น เป็นการตัดกำลังต้นเหตุแลอุปาทานโดยตรงทางหนึ่ง ซึ่งแบ่งเป็น ๖ แบบดังนี้

อานาปานสติ จุดประสงค์อยู่ที่สติ โดยให้จิตคือสติกำหนดตามดูหรือรู้ตามลมหายใจเข้าออกแบบต่างๆ ตลอดจนสติสังเกตเห็นอาการของลมหายใจ มีจุดประสงค์เพื่อฝึกให้มีสติและเพื่อละความดำริพละนาคือฟุ้งซ่านเป็นสำคัญ อานาปานสติ นอกจากฝึกสติแล้วสามารถใช้วิปัสสนาได้เช่นกัน โดยการพิจารณาลมหายใจที่หายใจเข้าออกอยู่นั้นๆ ว่าเป็นกายสังขาร คือถูกกายปรุงแต่งขึ้น พิจารณาความไม่เที่ยง ทยอยไม่ได้ เป็นอนัตตา ดังเช่น ลมหายใจนั้น เป็นไปในลักษณะการ เกิดดับ เกิดดับอยู่ตลอดเวลาที่ยังดำรงขึ้นรั้อยู่

* อารัณรัตน์ แก้วกาญจน์ พล.ท. นพ., โฆษกคปปรต, สารสหายใจไทย ปีที่ ๓๓ เดือนเมษายน ๒๕๕๔: หน้า ๑๒-๑๓.

เพียงแต่การเกิดดับเป็นไปอย่างต่อเนื่อง

อิริยาบถ คือกำหนดสติให้ระลึกไว้ในอิริยาบถอาการต่างๆ ของกาย เช่น เดิน นอน ยืน นั่ง คือมีสติรู้ในอิริยาบถต่างๆ นั่นเอง มีจุดประสงค์เช่นเดียวกับอานาปานสติคือเพื่อละความดำริพล่านคือฟุ้งซ่านเป็นสำคัญ

สัมปชัญญะ ความรู้ตัวคือปัญญาในการให้มีสติต่อเนื่องในการกระทำหรือการเคลื่อนไหว เช่นเดิน ตี๋ม กิน ถ่าย วิ่ง ตื่น หลับ ฯลฯ กล่าวคือมีสติอย่างรู้ตัวทั่วพร้อม สติระลึกอย่างต่อเนื่องสลับสับเปลี่ยนอิริยาบถกันได้ ตามที่สติระลึกรู้ตามความเป็นจริง จุดประสงค์คือเพื่อละความดำริพล่านคือฟุ้งซ่านเป็นสำคัญ

ปฏิกูลมนสิการ เมื่อมีสติในสิ่งดังกล่าวข้างต้น จึงใช้สติที่ฝึกมานั้นอันยอมประกอบด้วยสมาธิจิตตั้งมั่นอยู่ไปใช้พิจารณาส่วนต่างๆ ของร่างกายว่าล้วนเป็นสิ่งปฏิกูล ไม่สะอาด โสโครก ต้องเข้าใจว่ากายตน(เห็นกายในกายภายใน) และกายของบุคคลอื่น(เห็นกายในกายภายนอก) เพื่อคลายความหลงใหลรักใคร่ยึดมั่นมันลงไป จึงคลายกำหนด

ธาตุมนสิการ พิจารณาให้เห็นตามความเป็นจริงของกายนี้ว่า เป็นเพียงก้อนหรือมวลหรือขมมะของธาตุทั้ง ๔ อันล้วนไม่งาม ไม่สะอาด มาประชุมกันเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดกายนี้ชั่วขณะระยะหนึ่ง ทั้งกายตนเองและบุคคลอื่น

นวิสวึกา คือพิจารณาซากศพในสภาพต่างๆ เป็นระยะๆ ๙ แบบหรือระยะ จนผู้ฟังเฝ้าเรื่อยไปในที่สุด และต้องเข้าใจว่ากายตนและผู้อื่นต่างก็ล้วนต้องเป็นเช่นนี้ เมื่อพิจารณาเข้าใจ เพื่อให้บังเกิดนิพพิทาญาณ จึงดับตัณหา อนึ่งพึงระลึกด้วยว่า การมีสติอยู่กับกาย เป็นเพียงการระลึกรู้เท่าทันกายทั้งทางด้านปัญญาด้วยเช่นว่าไม่งามเป็นปฏิกูลเพื่อความนิพพิทา

เวทนานุปัสสนา สติปัฏฐาน สติกำหนดพิจารณาเวทนาหรือการเสพรสอารมณ์ที่บังเกิดขึ้นเป็นธรรมดาจากการกระทบคือผัสสะ ให้เห็นเวทนาที่เกิดขึ้น แล้วพิจารณาให้เห็นตามความจริงของเวทนาว่า เวทนาเป็นสักแต่ว่าเป็นการรับรู้ การเสพรสอารมณ์ที่มากระทบสัมผัสทั้งในทางใจและกายคือใน รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ เป็นขบวนการธรรมชาติหรือสภาวะธรรมแท้อันยิ่งใหญ่ที่มีในมนุษย์ทุกผู้นาม เป็นทุกข์โดยธรรมชาติ เป็นเพียงกระบวนการรับรู้ในขั้นแรกๆ ที่เอาข้อมูลมาจากสัญญา(ความจำ)อดีตหรืออาสวะกิเลส ยังไม่ใช่ความทุกข์จริงๆ พิจารณาให้เห็นว่าเมื่อมีการผัสสะย่อมเกิดเวทนาอันมี สุข เวทนา ทุกขเวทนาและอทุกขมสุขอย่างใดอย่างหนึ่งขึ้นเป็นธรรมดาทุกครั้งทุกทีไป ซึ่งเป็นเวทนาปกติหรือเป็นไปโดยธรรมหรือธรรมชาติ หลีกเลียงหลบหนีไม่ให้เกิดไม่ให้เป็นไม่ได้ เป็นหลักธรรมชาติธรรมดาๆ แต่สูงสุด จิตจะได้คลายความยึดมั่นถือมั่นในเวทนาหรือการเสพรสอารมณ์ที่บังเกิดนั้นๆ จึงไม่เกิดตัณหาขึ้น จึงเป็นเพียงสุขเวทนาหรือทุกขเวทนาตาม



ธรรมหรือธรรมชาติแต่ย่อมไม่เร้าร้อนเผาลนดังเวทนาที่ประกอบด้วยอุปาทานหรือเวทูปาทาน ดังพุทธพจน์ที่แสดงไว้ให้เข้าใจและรู้เท่าทันในเวณาดังนี้

เมื่อเป็นสุขเวทณาก็ให้รู้ว่าเป็นสุขเวทนา เมื่อไม่มีก็รู้ว่าไม่มี

เมื่อเป็นทุกข์เวทณาก็ให้รู้ว่าเป็นทุกข์เวทนา เมื่อไม่มีก็รู้ว่าไม่มี

เมื่อเป็นอทุกข์ขมสุขก็ให้รู้ว่าเป็นอทุกข์ขมสุข เมื่อไม่มีก็รู้ว่าไม่มี

เมื่อเป็นสุข เป็นทุกข์ เป็นอทุกข์ขมสุข ชนิดมีอามิส (เครื่องล่อใจ-เจือกิเลส) ก็รู้ว่ามี เมื่อไม่มีก็รู้ว่าไม่มี

เมื่อเป็นสุข เป็นทุกข์ เป็นอทุกข์ขมสุข ชนิดไม่มีอามิส ก็รู้ว่ามี เมื่อไม่มีก็รู้ว่าไม่มี

เวทนาเป็นเพียงสักแต่ว่าเวทนาคือความรู้สึกที่เกิดขึ้นและจำต้องรับรู้ที่แท้จริงก็แค่ความรู้สึกที่ต้องเกิดขึ้นจากการกระทบจึงไม่ควรไปยึดมั่น เกิดขึ้นและเป็นไปตามเหตุปัจจัย อันมาปรุงแต่ง จึงเกิดฯ ดับฯ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาไม่มีตัวไม่มีตนแท้จริง จึงไม่ใช่เราไม่ใช่ของเรายังแท้จริงอีกด้วย จึงควบคุมบังคับบัญชาไม่ได้ เห็นเวทนาทั้งในเวทนาตนเอง และเห็นเวทนาในเวทนาบุคคลอื่น

จิตตานุปัสสนา สติปัฏฐาน คือการเห็นจิตในจิต หรือสติระลึกรู้เท่าทันหรือพิจารณาจิต หรือเรียกอีกอย่างว่าจิตตสังขารหรือมนสังขาร อันได้แก่ความคิด ความนึก คือ ธรรมารมณ์ต่างๆ และโดยเฉพาะอาการของจิตหรือกริยาของจิต(เจตสิก) ดังเช่น ราคะ โทสะ โมหะ พุ้งซ่าน หดหู่ เป็นสมาธิ ที่ย่อมยังให้เกิดเศร้าหมองหรือผ่องแผ้วเป็นอารมณ์ คือ มีสติระลึกรู้เท่าทันในจิตตสังขาร ตามสภาพเป็นจริงที่เป็นอยู่ในขณะนั้นๆ ทั้งในของตนเองและของบุคคลอื่น อันเพื่อเป็นเครื่องรู้ เครื่องระลึก เครื่องเตือนสติ และพิจารณาการเกิดฯ ดับฯ ว่า เป็นไปตามธรรมคือสภาวะธรรมหรือธรรมชาติ ล้วนไม่เที่ยงของจิตตสังขารดังกล่าว

เห็นจิตในจิต หรือ จิตเห็นจิต ถ้าเข้าใจชั้น ๕ จักเข้าใจได้ว่าหมายถึงการมีสติเห็นจิตตสังขารที่บังเกิดขึ้น ได้อธิบายในมหาสติปัฏฐานสูตรดังนี้

จิตมีราคะ เป็นเจตสิก คืออาการของจิตที่ประกอบด้วยราคะ กล่าวคือกลุ่มของความคิดพุ้งซ่านหรือปรุงแต่ง ที่ประกอบด้วยความกำหนดความปรารถนาในกามทั้ง ๕ นั้นเอง

จิตมีโทสะ เป็นเจตสิก คืออาการของจิตที่ประกอบด้วยโทสะ กล่าวคือกลุ่มของความคิดนึกหรือพุ้งซ่านที่ประกอบด้วยความโกรธความขุ่นเคือง นั้นเอง

จิตมีโมหะ เป็นเจตสิก คืออาการของจิตที่ประกอบด้วยโมหะความหลง หรือกลุ่มของความคิดนึกหรือพุ้งซ่านที่ประกอบด้วยความไม่รู้จริง นั้นเอง

จิตหดหู่ ก็เป็นเจตสิกในข้อที่ ๒๕ ในเจตสิก ๕๒ เป็นกลุ่มอาการของความคิดนึก

หรือฟุ้งซ่านปรุงแต่งที่ทำให้เกิดความหดหู่ใจ ใจหดห่อ แห้งเหี่ยวใจ

จิตฟุ้งซ่าน เป็นอาการของจิตอย่างหนึ่ง ที่เรียกอุทฺธัจจะในข้อที่ ๑๗ ในเจตสิก ๕๒ เป็นอาการของจิตที่ฟุ้งซ่าน หรือส่งจิตออกนอกไปปรุงแต่งคือผัสสะในสิ่งหรือเรื่องต่างๆ หรือเปรียบเทียบได้ตั้งองค์ธรรมชา ในปัจจุสมุปบาทนั่นเอง

จิตเป็นมานหรือมหรต จิตเป็นมาน จิตอยู่ในกำลังมาน จิตประกอบด้วยกำลังของมานอยู่ สามารถเกิดขึ้นได้แม้ในขณะที่ดำเนินชีวิตประจำวัน ขึ้นอยู่กับวสีความชำนาญ และมาจากการส่งสมประพตปฏิบัติจนมักเกิดการเลื่อนไหลไปโดยไม่รู้ตัว

จิตเป็นสมาธิ จิตมีความตั้งใจมั่นในสิ่งใดอยู่ แม้ในชีวิตประจำวัน ไม่ได้หมายถึงการไปนั่งสมาธิแต่อย่างเดียว

จิตมีสิ่งอื่นยิ่งกว่า หมายถึงอาการของจิตเป็นเอกหรือเป็นใหญ่อยู่ในสิ่งหนึ่งสิ่งใดอยู่ เช่นจิตเป็นเอกอยู่กับการคำบริกรรมพุทโธ หรือจิตเป็นเอกอยู่ในกิจหรืองานใดๆ หรือจิตเป็นเอกในธรรมที่เป็นเครื่องอยู่เครื่องพิจารณา หรือจิตหมกมุ่นจดใจจ่อในสิ่งใดสิ่งหนึ่งอยู่ จิตหมกมุ่นกับการส่งออกไปปรุงแต่ง

จิตวิมุตติหรือจิตหลุดพ้น หมายถึงอาการที่จิตหลุดพ้นจากกิเลสหรือเจตสิกต่างๆ เช่นดังที่กล่าวข้างต้น โดยเป็นไปในขณะหนึ่งๆ ยังไม่ได้หมายถึงเป็นการถาวรหรือนิพพาน กล่าวคือ ล้วนมีสติดระลึกรู้เท่าทัน กล่าวคือมีสติดระลึกรู้จิต หรืออาการของจิต คือเจตสิกที่บังเกิดขึ้น ณ ขณะจิตนั้นๆ

อนึ่งอาการของจิตทั้งหลายหรือเจตสิก ดังเช่น ราคะ โทสะ โมหะ จิตฟุ้งซ่าน ฯลฯ นั้นมันไม่มีอาการเป็นรูปธรรมเป็นตัวเป็นตนแท้จริง แต่อาศัยแฝงอยู่กับสังขารขันธ์ คือการกระทำต่างๆนั่นเอง ดังเช่น ความคิดหรือมโนสังขารที่ประกอบด้วยราคะ การทำร้ายผู้อื่นทางกายหรือกายสังขารที่ประกอบด้วยโทสะ การคิดคำต่อว่าหรือเรียกรวจสังขารที่ประกอบด้วยโมหะคืออาการหลงไปปรุงจนเกิดทุกข์ที่ประกอบด้วยความรู้ตามความเป็นจริง เช่นคิดหรือธรรมารมณกระทบใจแล้วจะรู้สึกเฉยๆ การเกี่ยวพาราสีทั้งด้วยคำพูดทั้งกริยาท่าทางที่ประกอบด้วยราคะ จิตคิดฟุ้งซ่านหรือคิดวนเวียนไม่หยุดหย่อนในเรื่องไร้แก่นสาร เช่นคิดไปในอดีต อนาคต ก็คือความคิดที่ประกอบด้วยจิตฟุ้งซ่านหรือส่งจิตออกนอกไปปรุงแต่งนั่นเอง

เมื่อสติดรู้เท่าทันเวทนาและจิต เป็นหลักปฏิบัติประจำเมื่อปฏิบัติจนชำนาญแล้ว ระลึกรู้และเท่าทันในเวทนาและเข้าใจปัจจุสมุปบาทดีแล้ว จิตจักรู้สภาพจิตสังขารหรืออาการของจิตหรือเจตสิกที่เกิดขึ้น คือ เห็น ราคะ โมหะ โทสะ ชัดเจนขึ้น จะเห็นความคิดหรืออาจเห็นเวทนาที่ เกิดๆ อยู่ตลอดเวลาว่าเป็นสภาวะธรรมอันไม่เที่ยง เห็นว่าการเสวยอารมณ์ต่างๆ หรือความรู้สึกสุข ทุกข์ ไม่สุขไม่ทุกข์ ว่าเป็นไปตามไตรลักษณ์ ดังนั้น

เมื่อไปอยากด้วยตัณหา จึงย่อมเกิดการยึดด้วยอุปาทานเป็นไปตามหลักปฏิจสุมุปา
ทนั่นเอง ดังนั้นเมื่อไปอยากหรือไปยึดไว้ด้วยเหตุผลกลใดก็ดี เมื่อมีการแปรปรวนด้วย
อนิจจัง แล้วย่อมดับไปด้วยทุกขังเพราะสภาวะธรรม จึงไม่เป็นไปตามปรารถนา จึงเกิดเป็น
ทุกข์อุปาทานที่ต่างจากทุกขเวทนาตรงที่มีความเร้าร้อน เพลิดเพลิน กระวนกระวายตามกำลัง
ของตัณหาแลอุปาทานนั่นเอง

ธัมมานุปัสสนา สติปัฏฐาน สติกำหนดพิจารณาธรรม(สิ่งต่างๆ)ที่บังเกิดแก่ใจเป็น
อารมณ์ทั้งที่เป็นกุศลหรืออกุศล ก็เพื่อเป็นเครื่องเตือนสติและเครื่องระลึกรู้เพื่อให้เกิด
ปัญญาเป็นสำคัญหรือเป็นวัตถุประสงค์ ดังที่พระพุทธองค์ทรงแสดงแนะในมหาสติปัฏ
ฐานสูตรให้พิจารณา ยกตัวอย่างเช่นได้แก่ นิวรณ์ ๕ ขันธ์ ๕ อายตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗
มรรค ๘ อริยสัจ ๔ ว่าคืออะไร เป็นอย่างไร มีในตนหรือไม่ในตน เกิดขึ้นหรือไม่เกิดขึ้น
เจริญบริบูรณ์และดับไปได้อย่างไร ให้รู้เห็นตามความเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงธรรม ไม่ใช่
สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา

เมื่อพิจารณาพึงย่อมรู้ชัดได้ดังนี้ ยกตัวอย่าง เมื่อมีพยาบาทให้พิจารณาว่า

มีอยู่ ย่อมรู้ชัดว่า มีอยู่ ณ ภายในจิต

ไม่มีอยู่ ย่อมรู้ชัดว่า ไม่มีอยู่ ณ ภายในจิต

ที่ยังไม่เกิด จะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น

ที่เกิดขึ้นแล้ว จะละเสียได้ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น

ที่ละได้แล้ว จะไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น

เป็นเช่นนี้ทุกข้อใน กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุจจะ วิจิกิฉา

๒.๑.๕. สัมปายะ ๗

สัมปายะ หมายถึงสภาพเอื้อ สภาวะที่เอื้อเกื้อหนุน โดยเฉพาะที่ช่วยเกื้อหนุนการ
บำเพ็ญและประดับประดาประกอบเกื้อกูลกับทั้งร่างกายและจิตใจในความเสื่อม ความเจริญของ
บุคคล ถ้าบุคคลอาศัยอยู่ภายใต้สิ่งแวดล้อมที่ดี ก็จะก่อให้เกิดความเจริญก้าวหน้าในชีวิตได้
มาก ส่วนในทางการประพฤติวัตรปฏิบัติธรรมก็เช่นเดียวกัน สิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อ
การประพฤติวัตร ปฏิบัติธรรม เรียกว่า สัมปายะ และสิ่งแวดล้อมที่ไม่เอื้ออำนวยต่อการ
ประพฤติปฏิบัติทางจิต เรียกว่า อสัมปายะ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้กล่าวถึง สิ่งแวดล้อมที่
เป็น สัมปายะ และ อสัมปายะ สำหรับผู้ประพฤติวัตรและปฏิบัติกรรมฐาน ดังนี้

อาวาโส โคจร ภูมิลั

บุคคโล โภชนํ อตุ

อิริยาปถิติ สุตเตเต

อสนปาเย วิวชฺชเย

สปปาเย สุตต เสเว

เอวณฺหิ ปฏิปชฺชโต

น จิเรเนว กาเลเน โหติ

กสฺสจฺจิ อปปนา

“พระโยคาวจร พึงเว้นสิ่งที่เป็นอสังขยา ๗ สิ่ง อันได้แก่

ที่อยู่ (อาวาส) โจรคาม การพูดคุย บุคคล โภชนะ ฤดู อิริยาบถ

ดังนั้น พึงเสพสิ่งที่เป็นสังขยา ๗ สิ่ง เพราะ เมื่อพระโยคาวจรปฏิบัติได้อย่างนี้อุป
ปนา ย่อมจะมีแก่พระโยคาวจรบางรูป โดยกาลไม่นานนัก”สังขยา ๗ คือ

อาวาสสังขยา ได้แก่ ที่อยู่อาศัย หรือ วัด ราวป่า โคนต้นไม้ สำนักปฏิบัติธรรม
กุฏิสงฆ์ อาราม เรือนว่างอันเป็นที่สบาย สงบ ปราศจากผู้คนสัญจรไปมา ไม่ใกล้หนองน้ำ
บ่อน้ำ หรือแหล่งชุมนุมชนจนเกินไป อันอาจจะเกิดความรำคาญจากการไปมาของผู้คน มีรั้ว
รอบขอบเขต ปลอดภัยต่อความเป็นอยู่ สถานที่นั้นมีที่ที่เหมาะสมสำหรับการปฏิบัติธรรม การ
เดินจงกรมเปลี่ยนอิริยาบถ

โจรสังขยา คือ สถานที่แห่งนั้นต้องมีทางโจจร หรือ ทางเดิน ถนนหนทางไป
มาได้สะดวก ไม่ใกล้นัก ไม่ไกลนัก หนทางในการบิณฑบาตไม่ลำบากนัก เหมาะแก่การ
จาริก อีกทั้งภายในสถานที่ก็ควรมีทางเดินจงกรมที่เหมาะสมแก่การปฏิบัติธรรม

ภัสสังขยา ได้แก่ การสนทนา พูดคุย การฟัง คือ การสนทนา พูดคุยกันแต่สิ่ง
ที่เป็นประโยชน์ต่อการปฏิบัติ ได้ฟังสิ่งที่จะทำให้จิตใจเกิดศรัทธา วิริยะ อุตสาหะ ความสงบ
ระงับในการที่จะทำความเพียร หรือมีผู้รู้ พหูสูต ครูบาอาจารย์ที่อบรมสั่งสอนกรรมฐานให้
ได้รับความรู้และเป็นอุปการคุณแก่การเจริญกรรมฐานให้ก้าวหน้า ให้เว้นการสนทนา พูด
คุยในสิ่งที่ไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ไม่เป็นสังขยานั้นเสีย

บุคคลสังขยา คือ บุคคลที่อยู่ร่วมกัน บุคคลที่ติดต่อบทบาท ควรเป็นผู้ตั้งมั่นใน
ศีลธรรม มีความสันโดษ มักน้อย ซักจงแนะนำไปในทางที่จะเป็นประโยชน์ต่อการทำความ
เพียร ความสงบ และถ้าเป็นครูบาอาจารย์ หรือบุคคลที่เคยเจริญกรรมฐานมาแล้ว ก็ะยิ่ง
เป็นประโยชน์มาก ให้พึงเว้นการคบหาสมาคมกับบุคคลที่มีจิตฟุ้งซ่าน บุคคลที่มากไปด้วย
กามารมณ์ในทางโลกีย์

โภชนสังขยา ได้แก่อาหารที่บริโภค ควรเป็นอาหารที่สบายต่อความเป็นอยู่ใน
อัตรภาพแห่งตน เมื่อบริโภคเข้าไปแล้วไม่ทำให้เกิดทุกข์เวทนา เช่น ท้องอืด ท้องร่วง ท้อง
เดิน เป็นอาหารที่จะเป็นคุณประโยชน์แก่ร่างกายโดยประมาณ โดยไม่ต้องคำนึงถึงรสของ
อาหารแม้รสจะดีแต่เมื่อทำให้ร่างกายเกิดทุกข์เวทณาก็ควรงดเสีย

ฤดูสังขยา ได้แก่ฤดูอันเป็นที่สบาย หมายถึงอากาศตามฤดูกาล ความร้อน ความ
เย็น ของอากาศ ซึ่งบางสถานบางฤดูอาจจะร้อนจัดเกินไป บางฤดูก็หนาวจัดเกินไป หรือ
กลางวันร้อนจัดกลางคืนหนาวจัด ซึ่งสภาพอากาศเช่นนี้จะทำให้เกิดความเจ็บไข้ได้ป่วย
แก่ร่างกาย จึงต้องเลือกให้เหมาะสมแก่สภาพร่างกายของตน

อิริยาบถสังขยา ได้แก่อิริยาบถอันเป็นที่สบาย หมายถึงอิริยาบถทั้ง ๔ หรือ การ

เคลื่อนไหว ยืน เดิน นั่ง นอน อิริยาบถที่ทำให้จิตไม่สงบระงับ ก็แสดงว่าอิริยาบถนั้นไม่
สบายไม่เหมาะสม จึงเว้นเสียจากการใช้อิริยาบถนั้น หากเมื่อจำเป็นก็ใช้แต่น้อย ทั้งหมด
นี้เรียกว่า สัปปายะ เป็นสิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการประพฤติวัตร ปฏิบัติธรรม

๒.๒ พุทธธรรมในการบรรเทาความทุกข์ทางใจ

ความเจ็บป่วยเมื่อเกิดขึ้นแล้ว มิได้เกิดผลกระทบต่อร่างกายเท่านั้น หากยังมี
อิทธิพลต่อจิตใจด้วย คนที่เจ็บป่วยส่วนใหญ่แล้วจึงไม่ได้มีความเจ็บป่วยทางกายเท่านั้น
แต่ยังมีความเจ็บป่วยทางจิตใจ ยิ่งผู้ป่วยระยะสุดท้ายด้วยแล้ว ความเจ็บป่วยทางจิตใจ
เป็นสาเหตุแห่งความทุกข์ทรมานไม่น้อยไปกว่าความเจ็บป่วยทางกาย หรืออาจจะมากกว่า
ด้วยซ้ำ เพราะสิ่งที่เผชิญเบื้องหน้าเขาคือความตายและความพลัดพรากสูญเสียอย่างสิ้น
เชิง ซึ่งกระตุ้นเร้าความกลัว ความวิตกกังวลและความรู้สึกอ้างว้างโดดเดี่ยวให้ผุดขึ้นมา
อย่างเข้มข้นรุนแรงอย่างไม่เคยประสบมาก่อน ด้วยเหตุนี้ผู้ป่วยจึงต้องการการดูแลรักษา
ทางจิตใจไม่น้อยไปกว่าการดูแลทางร่างกาย และสำหรับผู้ป่วยระยะสุดท้ายซึ่งแพทย์หมด
หวังที่จะรักษาร่างกายให้ดีขึ้นกว่าเดิมแล้ว การดูแลช่วยเหลือทางจิตใจกลับจะมีความ
สำคัญยิ่งกว่า เพราะแม้ร่างกายจะเสื่อมถอยลงไปเรื่อยๆ แต่จิตใจยังมีโอกาสที่จะกลับมา
ดีขึ้น หายทรมานทรมาน จนเกิดความสงบขึ้นได้แม้กระทั่งในวาระสุดท้ายของชีวิต ทั้งนี้เพราะ
กายกับใจแม้จะสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด แต่เมื่อกายทุกข์ ไม่จำเป็นว่าใจจะต้องเป็นทุกข์
ไปกับกายด้วยเสมอไป เราสามารถรักษาใจไม่ให้ทุกข์ไปกับกายได้ ดังพระพุทธองค์ได้เคย
ตรัสแก่นกุลปิตา อุบาสกผู้ป่วยหนักว่า “ขอให้ท่านพิจารณาอย่างนี้ว่า เมื่อกายเรากระสับ
กระส่าย จิตเราไม่กระสับกระส่าย” ความเจ็บป่วยและภาวะใกล้ตายนั้น แม้จะเป็นภาวะ
วิกฤติหรือความแตกสลายในทางกาย แต่สามารถเป็น “โอกาส” แห่งความหลุดพ้นในทาง
จิตใจ หรือการยกระดับในทางจิตวิญญาณได้ ความเจ็บป่วยและภาวะใกล้ตายจึงมิได้เป็น
สิ่งเลวร้ายในตัวเอง หากใช้ให้เป็นสามารถเป็นคุณแก่ผู้เจ็บป่วยได้

ในทางพระพุทธศาสนากล่าวถึงโรคมีสองชนิด คือ โรคทางกาย (กายโก โรคโค) และ
โรคทางใจ โดยสัตว์ผู้อ้างว่า ตนเองไม่มีโรคทางกายตลอดระยะเวลา ๑ ปีบ้าง ๒ ปีบ้าง ๔
ปีบ้าง ๕ปีบ้าง แม้ยิ่งกว่า ๑๐๐ ปี บ้างยังพอมืออยู่ แต่สัตว์ผู้จะกล่าวอ้างว่าตนเองไม่มีโรค
ทางใจตลอดระยะเวลา แม้ครู่เดียว หาได้ยาก ยกเว้นที่ผู้หมดกิเลสแล้ว* โดยหลักพุทธ
ธรรมในการบรรเทาทุกข์ทางใจมีดังต่อไปนี้

๒.๒.๑. ปฏิจจสมุปบาท ปฏิจจสมุปบาท เป็นหลักการที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงถึง

*อภ.จตุกก. (บาลี) ๒๑/๑๕๗/๑๖๒-๑๖๓ อภ.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๕๗/๒๑๗

ความเป็นเหตุผลของกันและกันในธรรมชาติ เมื่อมีเหตุ ก็มีผล เมื่อเหตุดับ ผลก็ดับ ซึ่งปัจจุสมุปบาทนี้มีชื่อเรียกอย่างอื่นอีก ที่สำคัญคือ อิทปปัจจยตา ผู้ศึกษาพุทธประวัติแล้ว จะทราบว่า พุทธดำริเมื่อครั้งหลังตรัสรู้ใหม่ ก่อนเสด็จออกประกาศพระศาสนาได้ว่า ครั้งนั้น พระพุทธเจ้าทรงน้อมพระทัยไปในทางที่จะไม่ทรงประกาศธรรม ดังความในพระไตรปิฎกว่า

“ก็แหละ หมู่ประชาชนนี้เป็นผู้เจริญอยู่ด้วยอาลัย* ยินดีอยู่ในอาลัย ระเริงอยู่ในอาลัย สำหรับหมู่ประชาชนผู้เจริญย รื่นระเริงอยู่ในอาลัย เช่นนี้ สุวานอันนี้ย่อมเป็นสิ่งที่เห็นได้ยาก กล่าวคือ ความสงบแห่งสังขารทั้งปวง ความสลัดอุปธิทั้งปวง ความสิ้นตัณหา วิราคะ นิโรธ นิพพาน ก็ถ้าเราพึงแสดงธรรม และคนอื่นไม่เข้าใจซึ่งต่อเรา ข้อนั้นก็จะเป็นความเห็นดเห็นน้อยเปล่าแก่เรา จะพึงเป็นความลำบากเปล่าแก่เรา**”

พระพุทธเจ้าแสดงหลักทั่วไปของปัจจุสมุปบาท ที่เรียกว่า “อิทปปัจจยตา” ดังนี้

อิมสมฺมึ สติ อิทํ โหติ

เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี

อิทสฺสุปฺปาทา อิทํ อฺปฺปชฺชติ

เพราะสิ่งนี้เกิดขึ้น สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น

อิมสมฺมึ อสติ อิทํ น โหติ

เมื่อสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้ย่อมไม่มี

อิมสฺส นิโรธา อิทํ นิรุทฺธติ

เพราะความดับไปแห่งสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงดับไป***

ความสำคัญของปัจจุสมุปบาท คือ

ผู้ใดเห็นปัจจุสมุปบาท

ผู้นั้นชื่อว่าเห็นธรรม

ผู้ใดเห็นธรรม

ผู้นั้นชื่อว่าเห็นปัจจุสมุปบาท****

ส่วนปัจจุสมุปบาทอย่างละเอียดนั้นมี ๒ สาย กล่าวคือ ปฏิจจสมุปบาทสายทุกข์เกิด (สมุททวาร) และปัจจุสมุปบาทสายทุกข์ดับ (นิโรธวาร)

ปฏิจจสมุปบาทสายทุกข์เกิด (สมุททวาร)

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย! เราจักแสดงปัจจุสมุปบาทแก่พวกเธอทั้งหลาย พวกเธอทั้งหลายจงฟัง ปฏิจจสมุปบาทนั้น จงทำในใจให้สำเร็จประโยชน์ เราจักกล่าวบัดนี้

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย! อะไรเล่าที่เรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย!

เพราะมี อวิชชา เป็นปัจจัย จึงมี สังขารทั้งหลาย;

*อาลัย หมายถึง ความผูกพัน ความยึดติด เครื่องอิงอาศัย ชีวิตที่ขึ้นต่อปัจจัยภายนอก

**วิ.ม. (ไทย) ๔/๗/๑๑.

***ม.ม. ๑๓/๓๕๕/๓๗๑ อ้างถึงในพุทธทาสภิกขุ, ปฏิจจสมุปบาทจากพระโฆษฏี, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๙), หน้า ๒๓.

****ส.น. (ไทย) ๑๖/๒๒/๓๔.

เพราะมี สังขาร เป็นปัจจัย จึงมี วิญญาณ;
 เพราะมี วิญญาณ เป็นปัจจัย จึงมี นามรูป;
 เพราะมี นามรูป เป็นปัจจัย จึงมี สฬายตนะ;
 เพราะมี สฬายตนะ เป็นปัจจัย จึงมี ผัสสะ;
 เพราะมี ผัสสะ เป็นปัจจัย จึงมี เวทนา;
 เพราะมี เวทนา เป็นปัจจัย จึงมี ตัณหา;
 เพราะมี ตัณหา เป็นปัจจัย จึงมี อุปาทาน;
 เพราะมี อุปาทาน เป็นปัจจัย จึงมี ภพ;
 เพราะมี ภพ เป็นปัจจัย จึงมี ชาติ; เพราะมี ชาติ เป็นปัจจัย จึงมี ชรามรณะ โสกะ
 ปริทเวะทุกขะโทมนัสอุปายาสทั้งหลาย จึงเกิดขึ้นครบถ้วน: ความเกิดขึ้นพร้อมแห่งกอง
 ทุกข์ทั้งสิ้นนี้ ย่อมมีด้วยอาการอย่างนี้

ปฏิจจสมุปบาทสายทุกข์ดับ (นิโรธวาร)

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย! นี้เรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท
 เพราะความจางคลายดับไปโดยไม่เหลือ แห่งอวิชชาอันนั้นนี้เดียว, จึงมีความดับแห่ง
 สังขาร;
 เพราะมีความดับ แห่งสังขาร จึงมีความดับ แห่งวิญญาณ;
 เพราะมีความดับ แห่งวิญญาณ จึงมีความดับ แห่งนามรูป;
 เพราะมีความดับ แห่งนามรูป จึงมีความดับ แห่งสฬายตนะ;
 เพราะมีความดับ แห่งสฬายตนะ จึงมีความดับ แห่งผัสสะ;
 เพราะมีความดับ แห่งผัสสะ จึงมีความดับ แห่งเวทนา;
 เพราะมีความดับ แห่งเวทนา จึงมีความดับ แห่งตัณหา;
 เพราะมีความดับ แห่งตัณหา จึงมีความดับ แห่งอุปาทาน;
 เพราะมีความดับ แห่งอุปาทาน จึงมีความดับ แห่งภพ;
 เพราะมีความดับ แห่งภพ จึงมีความดับ แห่งชาติ;
 เพราะมีความดับ แห่งชาตินั้นแล ชรามรณะ โสกะปริทเวะทุกขะโทมนัส อุปายาส
 ทั้งหมดนี้ จึงดับสิ้น: ความดับลงแห่งกองทุกข์ทั้งสิ้นนี้ ย่อมมีด้วยอาการอย่างนี้ ดังนี้*
 การแสดงปฏิจจสมุปบาทตามลำดับ จากต้นไปหาปลาย (จากเพราะมีอวิชชา เป็น

ปัจจัย เพราะมีสังขาร เป็นปัจจัย เพราะมีวิญญาณ เป็นปัจจัย...) เรียกว่า **อนุโลมเทศนา**
 ถ้าแสดงย้อนกลับจากปลายมาหาต้น ว่า ชรามรณะเป็นต้น มีเพราะชาติเป็นปัจจัย ชาติมี

*วิ.มหา. (ไทย) ๔/๑/๒.

เพราะภพเป็นปัจจัย ฯลฯ สังขาร มีเพราะอวิชชาเป็นปัจจัย เรียกว่า ปฏิโลมเทศนา

๒.๒.๒. โยนิโสมนสิการ คือ การกระทำในใจโดยแยบคาย มองสิ่งทั้งหลายด้วยความคิดพิจารณาสืบค้นถึงต้นเค้า สืบหาเหตุผลจนตลอดสายแยกแยะออกพิจารณาเหตุด้วยปัญญาที่คิดเป็นระเบียบและโดยอุบายวิธีให้เห็นสิ่งนั้นๆ หรือปัญหานั้นๆ ตามสภาวะและตามความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย พระพุทธองค์ทรงตรัสสรรเสริญคุณประโยชน์ของโยนิโสมนสิการไว้ ได้แก่

“ภิกษุทั้งหลาย ร่างกายนี้ ดำรงอยู่ด้วยอาหาร อาศัยอาหารจึงดำรงอยู่ได้ ไม่มีอาหารหาดำรงอยู่ได้ไม่ ฉันทิโด โภชนกคฺส ก็ฉันนั้นเหมือนกัน ดำรงอยู่ได้ด้วยอาหาร อาศัยอาหารจึงดำรงอยู่ได้ ไม่มีอาหารหาดำรงอยู่ได้ไม่ อะไรเล่าคืออาหาร ก็คือการกระทำให้มากซึ่งโยนิโสมนสิการ

“เราไม่เล็งเห็นองค์ประกอบภายในอื่นแม้สักอย่างเดียว ที่มีประโยชน์มากสำหรับภิกษุผู้เป็นเสขะ เหมือนโยนิโสมนสิการ ภิกษุผู้มีโยนิโสมนสิการ ย่อมกำจัดอกุศลได้ และย่อมยังกุศลให้เกิดขึ้น”

“เราไม่เล็งเห็นธรรมอื่น แม้สักข้อหนึ่ง ซึ่งเป็นเหตุให้สัมมาทิฐิที่ยังไม่เกิดก็เกิดขึ้นที่เกิดขึ้นแล้ว ก็เจริญยิ่งขึ้น เหมือนโยนิโสมนสิการเลย”

“ธรรม ๙ อย่างที่มีอุปการะมาก ได้แก่ ธรรม ๙ อย่าง ซึ่งมีโยนิโสมนสิการเป็นมูล กล่าวคือ เมื่อโยนิโสมนสิการ ปราโมทย์ย่อมเกิด เมื่อปราโมทย์ ปิตีย่อมเกิด เมื่อมีใจมีปิติกายย่อมสงบระงับ (ปัสสัทธิ) เมื่อกายสงบระงับย่อมได้เสวยสุข ผู้มีสุข จิตย่อมเป็นสมาธิ ผู้มีจิตเป็นสมาธิ ย่อมรู้เห็นตามเป็นจริง เมื่อรู้เห็นตามเป็นจริง ย่อมนิพพิทาเอง เมื่อนิพพิทาภิวิราคะ เพราะวิราคะ ก็วิมุตติ

“โยนิโสมนสิการ ย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์ยิ่งใหญ่ เพื่อความดำรงมั่นไม่เสื่อมสูญ ไม่อันตรธานแห่งสัทธรรม”*

๒.๒.๓. การเจริญสมณะและวิปัสสนา

สมณะ หมายถึงการฝึกจิตให้สงบ** จนตั้งมั่นแน่วแน่เป็นสมาธิจนถึงขั้นได้ฌาน

วิปัสสนา หมายถึงการเห็นแจ้ง หรือวิธีทำให้เกิดการเห็นแจ้ง ข้อปฏิบัติในการฝึกฝนอบรมปัญญาให้เกิดความเห็นแจ้งรู้ชัดสิ่งทั้งหลายตรงต่อสภาวะของมัน คือเข้าใจตามความเป็นจริง หรือตามที่สิ่งเหล่านั้นมันเป็นของมันเอง รู้แจ้งชัดเข้าใจจริง จนถอนความหลงผิด รู้ผิด และยึดติดในสิ่งทั้งหลายได้ จนเปลี่ยนท่าทีต่อโลกและชีวิตใหม่ ความรู้ความ

* พระพรหมคุณาภรณ์, พุทธธรรม, หน้า ๖๖๔.

**พระพรหมคุณาภรณ์, พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: เอส. อาร์. พรินตติ้ง แมส โปรดักส์, ๒๕๕๑), หน้า ๓๙๔.

เข้าใจถูกต้องที่เกิดขึ้นเรื่อยๆ ในระหว่างการปฏิบัตินั้น เรียกว่า ญาณ มีหลายระดับ ญาณสำคัญในขั้นสุดท้ายเรียกว่า วิชา เป็นภาวะตรงข้ามที่กำจัดอวิชา คือความหลงผิดไม่รู้แจ้ง ไม่รู้จักจริงให้หมดไป ภาวะจิตที่มีญาณหรือวิชานั้น เป็นภาวะที่สุขสงบ ผ่องใส และเป็นอิสระ เพราะลอยตัวพ้นจากอำนาจครอบงำของกิเลส ญาณและวิชาเป็นจุดมุ่งหมายของวิปัสสนา เพราะนำไปสู่วิมุตติ คือความหลุดพ้นเป็นอิสระที่แท้จริงยั่งยืนถาวร

ผู้ปฏิบัติสมถะ อาจทำแต่สมถะอย่างเดียว โดยมุ่งหวังอยู่ที่ผลคือฌานสมาบัติและอภิญญาทั้ง ๕ ไม่ต้องเกี่ยวข้องกับวิปัสสนาก็ได้ คือหยุดเพียงขั้นสมาธิ ไม่ก้าวไปถึงขั้นปัญญา แต่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนา ต้องอาศัยสมถะ

ผลที่ต้องการจากสมถะตามหลักพุทธศาสนา คือการสร้างสมาธิเพื่อใช้เป็นบาทฐานของวิปัสสนา

ผู้บรรลุอรหัตผล จะต้องได้เจโตวิมุตติและปัญญาวิมุตติครบทั้งสองอย่าง คำทั้งสองนี้จึงมาคู่กันเสมอในข้อความที่กล่าวถึงการบรรลุอรหัตผล ดังบาลีว่า “เพราะอาสวะทั้งหลายสิ้นไป จึงทำให้เห็นประจักษ์ด้วยปัญญาอันยิ่งเอง ซึ่งเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ ที่ไม่มีอาสวะ ในปัจจุบันนี้ทีเดียว” ดังนั้นเจโตวิมุตติ เป็นผลของสมถะ ปัญญาวิมุตติ เป็นผลของวิปัสสนา และสมถะและวิปัสสนาจะต้องมาควบคู่กันแม้ในขั้นผลเช่นเดียวกับในขั้นมรรค*

“ภิกษุทั้งหลาย ธรรมสองอย่าง เป็นฝ่ายวิชา สองประการคืออะไรบ้างคือ สมถะและวิปัสสนา ดูกรภิกษุทั้งหลาย สมถะที่เจริญแล้ว นำประโยชน์อะไรมาให้ จิต (ของเขา) ย่อมเจริญองาม จิตที่เจริญแล้ว นำประโยชน์อะไรมาให้ ย่อมทำให้ระคะ คือความกำหนดในอารมณ์สิ้นไป”

“ดูกรภิกษุทั้งหลาย วิปัสสนาที่เจริญดีแล้ว นำประโยชน์อะไรมาให้ ปัญญา ย่อมเจริญองาม ปัญญาที่เจริญแล้ว นำประโยชน์อะไรมาให้ ย่อมทำอวิชา คือ ความไม่รู้จริงให้สิ้นไป อีกประการหนึ่ง”

“ภิกษุทั้งหลาย จิตที่เศร้าหมองเพราะระคะ ย่อมไม่หลุดพ้น หรือปัญญาที่เศร้าหมองเพราะอวิชา ย่อมไม่เจริญองาม ด้วยประการฉะนี้แล ภิกษุทั้งหลาย การหลุดพ้นเพราะจิต จะมีได้ก็เพราะส่ำรอกระคะ การหลุดพ้นเพราะปัญญา จะมีได้ก็เพราะส่ำรอกอวิชา”**

๒.๒.๔.การดำเนินตามเส้นทางมัชฌิมาปฏิปทา

การดำเนินชีวิตด้วยความรู้เท่าทันธรรมชาติของธรรมชาติโดยประพฤติดุปฏิบัติในทางที่จะผลักดันและสร้างสรรค์เหตุปัจจัยต่างให้เป็นไปอย่างก่อผลดีบังเกิดคุณประโยชน์แก่

*อ้างแล้ว.

**อง.ทุก. (ไทย) ๒๐/๓๒/๗๖.

มนุษย์ ในมัชฌิมาปฏิปทาประกอบไปด้วย ๘ ประการคือ

๑) สัมมาทิฐิ (ความเห็นชอบ) ได้แก่ ความรู้ในอริยสัจ ๔ เห็นไตรลักษณ์ หรือ เห็นปฏิจลสัมปบาท ความสำคัญของสัมมาทิฐิแนวโลกุตระนี้ สามารถทำให้เกิดความเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพอย่างที่เรียกว่าถอนรากถอนโคน สัมมาทิฐิระดับนี้เท่านั้นจึงกำจัดกิเลสได้ มีใจแค่เพียงกด ช่ม หรือทับไว้ และทำให้เกิดความมั่นคงในคุณธรรมอย่างแท้จริง ไม่แกว่งไหวโอนไปตามค่านิยมที่สังคมหล่อหลอม เพราะมองความจริงผ่านทะลุเลยระดับสังคมไปถึงสภาวะธรรมที่อยู่เบื้องหลังแล้ว จึงไม่เดินสายไปกับภาพปรุงแต่งระดับสังคม*

๒) สัมมาสังกัปปะ (ความดำริชอบ) มี๓อย่างประกอบด้วย เนกขัมมสังกัปป (คือความดำริที่ปลอดจากโลภะ ความนึกคิดที่ปลอดโปร่งจากกาม ไม่หมกมุ่นพัวพันติดข้องในสิ่งสนองความอยากต่างๆ ความคิดที่ปราศจากความเห็นแก่ตัว ความคิดเสียสละ และความคิดที่เป็นคุณเป็นกุศลทุกอย่าง จัดเป็นความนึกคิดที่ปราศจากราคะ หรือโลภะ) อพยาบาทสังกัปป (ความดำริที่ไม่มีความเคียดแค้น ชิงชัง ชัดเคือง หรือเพ่งมองในแง่ร้ายต่างๆ โดยเฉพาะมุ่งเอาธรรมที่ตรงข้าม คือเมตตา ซึ่งหมายถึงความปรารถนาดี ความมีไมตรี ต้องการให้ผู้อื่นมีความสุข จัดเป็นความนึกคิดที่ปราศจากโทสะ) อวิหิงสาสังกัปป (ความดำริที่ไม่มีการเบียดเบียน การคิดทำร้ายหรือทำลาย โดยเฉพาะมุ่งเอาธรรมที่ตรงข้ามคือกรุณา ซึ่งหมายถึงความคิดช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์ จัดเป็นความนึกคิดที่ปราศจากโทสะ เช่นเดียวกัน)**

๓) สัมมาวาจา (การเจรจาชอบ) ได้แก่ วจีสุจจริต ๔ คือ การงดเว้นจากการพูดเท็จ(มุสาวาท)ไม่เป็นผู้กล่าวเท็จทั้งที่รู้ ไม่ว่าเพราะเหตุแห่งตนเอง หรือเพราะเหตุแห่งคนอื่น หรือเพราะเหตุเห็นแก่อามิสใดๆ การงดเว้นจากการพูดส่อเสียด (ปิสุณวาจา) ไม่เป็นคนฟังความข้างนี้แล้วไปบอกข้างโน้น เพื่อทำลายคนฝ่ายตรงข้าม เป็นผู้ส मानคนที่แตกร้างกัน ส่งเสริมคนที่สมัครสมานกัน ชอบกล่าวถ้อยคำถ้อยคำที่ทำให้คนสามัคคีกัน การงดเว้นจากการพูดคำหยาบ (ผรุสวาจา) เว้นขาดจากวาจาหยาบ กล่าวแต่ถ้อยคำชนิดไม่มีโทษ รื่นหู น่ารัก จับใจ สุภาพ เป็นที่พอใจของพหูชน เป็นที่ชื่นชมของพหูชน การงดเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ (สัมผัปปลาปะ) คือพูดถูกกาล พูดคำจริง พูดเป็นอรรถ กล่าววาจาเป็นหลักฐาน มีที่อ้างอิง มีกำหนดขอบเขต ประกอบด้วยประโยชน์โดยกาลอันควร***

๔) สัมมากัมมันตะ (การกระทำชอบ) องค์มรรคขั้นศีลสอนว่า ความรับผิดชอบขั้นพื้นฐานที่สุดของบุคคลแต่ละคนคือ ความรับผิดชอบต่อตนเอง ในการที่จะไม่ให้มีความคิด

* พระพรหมคุณาภรณ์, พุทธธรรม, หน้า ๗๓๙.

** เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๕๑.

*** เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๕๙-๗๖๐.

ที่จะทำชั่วด้วยการเบียดเบียนหรือลวงละเมิดต่อผู้อื่น อยู่ในจิตใจของตนเลย* ประกอบด้วย กายสุจริต ๓ คือการงดเว้นจากการทำร้ายทรมานและฆ่าสัตว์ งดเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เขามาได้ให้ รับเฉพาะสิ่งของที่เขาให้เท่านั้น งดเว้นจากการประพฤติดินกาม

๕) สัมมาอาชีวะ (การเลี้ยงชีพชอบ) ได้แก่ เว้นมิจอาชีพ ประกอบสัมมาชีพและใช้จ่ายทรัพย์ให้เป็นประโยชน์แล้ว มีการวางใจวางท่าที่ต่อทรัพย์นั้น มีความรู้เท่าทัน เข้าใจคุณค่าหรือประโยชน์ที่แท้จริงของทรัพย์ ให้ทรัพย์มีเพื่อใช้มนุษย์ เป็นอุปกรณ์สำหรับทำประโยชน์และสิ่งดีงาม ช่วยผ่อนเบาทุกข์ ทำให้มีความสุข มิใช่หลายเป็นเหตุเพิ่มความทุกข์** ดังพุทธพจน์ที่ตรัสสอนดังนี้

“บุคคลตาเดียวเป็นโชน บุคคลบางคนในโลกนี้ มีดวงตาสมนิดที่ช่วยให้ได้โภคทรัพย์ที่ยังไม่ได้ หรือทำโภคทรัพย์ที่ได้แล้วให้เพิ่มพูน แต่ไม่มีดวงตาสมนิดที่ช่วยให้รู้จักกรรมที่เป็นกุศลเป็นอกุศล ธรรมมีโทษไม่มีโทษ ธรรมทรมธรรมประณีต ธรรมที่เปรียบได้กับของดำหรือของขาว นี้เรียกว่า บุคคลตาเดียว”

“บุคคลสองตาเป็นโชน บุคคลบางคนในโลกนี้ มีดวงตาสมนิดที่ช่วยให้ได้โภคทรัพย์ที่ยังไม่ได้ หรือทำโภคทรัพย์ที่ได้แล้วให้เพิ่มพูน อีกทั้งมีดวงตาสมนิดที่ช่วยให้รู้จักกรรมที่เป็นกุศลเป็นอกุศล ธรรมมีโทษไม่มีโทษ ธรรมทรมธรรมประณีต ธรรมที่เปรียบได้กับของดำหรือของขาว นี้เรียกว่า บุคคลสองตา***”

๖) สัมมาวายามะ (ความพยายามชอบ) ได้แก่ สัมมปปธาน ๔ คือ ๑) สังวรปธาน เพียรระวังอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้น ๒) ปหานปธาน เพียรพยายามกำจัดบาปอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว ๓) กาวนาปธาน เพียรสร้างกุศลธรรมให้เกิดมีขึ้น ๔) อนรักขนาปธาน เพียรรักษากุศลธรรมให้ตั้งมั่นและให้เจริญขึ้น แม้ว่าสัมมาวายามะแท้ๆ ที่เป็นองค์มรรค นั้น เป็นคุณธรรมที่อยู่ภายในจิตใจของบุคคลก็จริง แต่สัมมาวายามะจะทำหน้าที่ของมันได้ และจะเจริญงอกงามขึ้นได้ ย่อมต้องอาศัยความสัมพันธ์กับโลกภายนอก กล่าวคือ การวางท่าที่ ตอบสนอง และจัดการกับอารมณ์ต่างๆ ที่รับรู้เข้ามาทางตา หู จมูก ลิ้น กายบ้าง การแผ่ขยายความเพียรนั้นจากภายในจิตใจออกไปเป็นการกระทำ ความประพฤติ การดำเนินชีวิต และการประกอบกิจการต่างๆ บ้าง สภาพแวดล้อมภายนอกที่เอื้อ หรือไม่เอื้อ มีอิทธิพลต่อการประกอบความเพียรและความเจริญงอกงามของคุณธรรมภายใน ทั้งในทางเกื้อกูลและในทางขัดขวางบั่นรอนบ้าง เฉพาะอย่างยิ่ง ความเพียรพยายามในการประพฤติปฏิบัติธรรม ชนิดที่ขยายออกเป็นการกระทำภายนอกและซึ่งกระทำกันอย่างเป็นการ

* เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๖๓.

** เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๘๒.

*** เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๘๓.

เป็นงานที่เรียกว่า “ปราน” ต้องเกี่ยวข้องและอิงอาศัยปัจจัยแวดล้อมภายนอกเป็นอันมาก ทั้งปัจจัยแวดล้อมทางร่างกาย ทางธรรมชาติและทางสังคม ณ จุดหรือขั้นตอนนี้แหละที่ พุทธรมกล่าวถึงบทบาทและความสำคัญของปัจจัยแวดล้อมภายนอกเหล่านั้น ต่อการ สร้างสรรค์ชีวิตที่ดีงาม และการเข้าถึงจุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา*

๗) สัมมาสติ (ความระลึกชอบ) ได้แก่ สติปัฏฐาน ๔ คือ

กายานุปัสสนา คือการตั้งสติกำหนดพิจารณากาย ให้รู้เห็นตามความเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงกาย ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา

เวทนานุปัสสนา คือการตั้งสติกำหนดพิจารณาความรู้สึกเป็นสุข (สุขเวทนา) ทุกข์ (ทุกขเวทนา) หรือไม่สุขไม่ทุกข์ (อทุกขมสุขเวทนา) ในขณะนั้นๆ ให้รู้เห็นตามความเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงเวทนา ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา

จิตตานุปัสสนา คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิตของตนที่มีราคะ ไม่มีราคะ มี โทสะ ไม่มีโทสะ มีโมหะ ไม่มีโมหะ เศร้าหมองหรือผ่องแผ้ว พุ่งชานหรือเป็นสมาธิ ตามที่ เป็นไปอยู่ในขณะนั้น ให้รู้เห็นตามความเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงจิต ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตน เราเรา

ธัมมานุปัสสนา คือการตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม ได้แก่ นิรวณ ๕ ขันธ์ ๕ อายตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ มรรค ๘ อริยสัจ ๔ ว่าคืออะไร เป็นอย่างไร มีในตนหรือไม่มีในตน เกิดขึ้น หรือไม่เกิดขึ้น เจริญบริบูรณ์และดับไปได้อย่างไร ให้รู้เห็นตามความเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียง ธรรม ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา

ในบทบาทของสติในกระบวนการพัฒนาปัญญา นั้น สรุปคือ การมีชีวิตอยู่อย่าง ไม่ ขาดสติ หรือการใช้สติเสมอในการครองชีวิต ป้องกันไม่ให้พลาดตกไปในทางชั่วทางเสื่อม คอยยับยั้งเตือนไม่ให้ผลิตเพลินมัวเมาหลุ่มหลงสยบอยู่ คอยกระตุ้นไม่ให้หยุดอยู่กับที่ และ คอยเร่งเร้าให้

ระมัดขม้นที่จะเดินรุดหน้าอยู่เรื่อยไป ทำให้สำนึกในหน้าที่เสมอ โดยตระหนักถึง สิ่งควรทำไม่ควรทำ ทำแล้วและยังไม่ได้ทำ และช่วยให้ทำการต่างๆ ด้วยความละเอียด รอบคอบ จึงเป็นองค์ธรรมสำคัญยิ่งดังได้กล่าวมาแล้ว**

๘) สัมมาสมาธิ (ความตั้งใจมั่นชอบ) คือจิตที่เป็นสมาธิขั้นสมบุรณ์ เฉพาะอย่าง ยิ่งถึงขั้นฌาน พระอรธกถาจารย์เรียกว่า จิตประกอบด้วยองค์ ๘ องค์ ๘ นั้นท่านนับจาก คำบรรยายจากพุทธพจน์กล่าวคือ ๑.ตั้งมั่น ๒.บริสุทธิ์ ๓.ผ่องใส ๔.โปร่งเบาเกลี้ยงเกลา ๕.ปราศจากสิ่งมัวหมอง ๖.นุ่มนวล ๗.ควรแก่การงาน ๘.อยู่ตัวไม่ออกแวกเหว่นไหว เหมาะ

* เรื่องเดียวกัน, หน้า ๘๐๒.

** เรื่องเดียวกัน, หน้า ๘๐๘.

แก่การใช้งานคือ การใช้จิตที่พร้อมดีเช่นนั้นเป็นสนามปฏิบัติการของปัญญา ในการพิจารณาสามารถรวมให้เกิดความรู้แจ้งตามความเป็นจริง*

ทั้งพุทธพจน์ พุทธสุภาษิต และพระสูตรต่างๆ ต่างชี้ให้เห็นว่า บุคคลทั้งหลายนั้นมีโรคภัยเบียดเบียนแทบตลอดเวลา นั่นคือโรคทางใจ ส่วนโรคทางกายนั้น พระพุทธองค์ก็ตรัสว่า ร่างกายนั้นเป็นรังของโรคที่ต้องดูแลเอาใจใส่

ในนกุลปิตุสูตรได้มีการกล่าวถึงสตรีผู้หนึ่งคือ นางนกุลมาตา เป็นกุลสตรีที่เป็นตัวอย่างของการปฏิบัติในเรื่องนี้ กล่าวคือ ขณะที่สามีของนางป่วยหนักใกล้จะสิ้นชีวิต นางได้เข้าไปปลอบใจสามีว่าอย่าได้ตายทั้งที่ยังมีความห่วงใยเลยเพราะเป็นทุกข์ และพระผู้มีพระภาคเจ้าก็ทรงติเตียน อย่าได้มีความห่วงใยในตัวเองและลูกๆ เลย เพราะเธอรู้จักปั้นด้ายทำขนสัตว์ สามารถหาเลี้ยงตนและครอบครัวได้ เธอจะพยายามเลี้ยงดูลูกอย่างดี จะยึดมั่นในพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ ขอให้เขาได้ยึดมั่นในคุณพระรัตนตรัยด้วยเถิด เมื่อนกุลปิตาได้ฟังคำเตือนเช่นนั้น ความเจ็บไข้ได้ส่งบรรจบโดยพลัน**

ถึงแม้สามีของนกุลมาตายังไม่ตายในขณะนั้นก็ตาม แต่เป็นการเตรียมตัวเพื่อให้ผู้ป่วยได้รักษาจิตใจให้เต็มไปด้วยกุศลจิตทุกขณะ เพราะไม่มีใครรู้ได้ว่าจะตายเมื่อไร และจากหลักฐานนี้พบว่า การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายที่ วัดคำประมง จังหวัดสกลนครมักมีการเล่าเรื่องในลักษณะนี้เป็นการเตรียมตัวให้ผู้ป่วยได้ยินได้ฟังอยู่เสมอๆ

ในปุตติคตติสสเถรวัตถุ พระผู้มีพระภาคเจ้าให้การดูแลพระปุตติคตติสสเถระ ซึ่งนอนป่วยด้วยร่างกายที่เน่าเปื่อย โดยทรงชวนพระภิกษุอื่นช่วยอาบน้ำ และทำความสะอาดจิวรเครื่องนุ่งห่ม โดยลวกน้ำร้อนและนำไปตากแดดจนแห้ง จึงนำมาใส่ให้พระติสสเถระหลังจากที่อาบน้ำแล้ว*** หลังจากนั้นพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสพระคาถาแก่พระติสสเถระ ผู้มีร่างกายเน่าเปื่อย ดังนี้ อีกไม่นานนัก ร่างกายนี้ก็จะจักปราศจากวิญญาน ถูกทอดทิ้งทับถมแผ่นดิน เหมือนท่อนไม้ไร้ประโยชน์ ฉะนั้น****

เมื่อร่างกายของภิกษุไข้ได้รับการดูแลให้สุขสบาย สะอาดจากพระพุทธองค์เรียบร้อยแล้ว ดังนั้นภิกษุไข้จึงพร้อมที่จะรับฟังอมตธรรมจากพระพุทธองค์ ทำให้ทราบถึงความสำคัญของการดูแลผู้ป่วยทางด้านร่างกายและจิตใจ โดยการได้พูดคุยปลอบโยนรวมไปถึงการแสดงอมตธรรม โดยเฉพาะให้เห็นความไม่เที่ยงของสังขารร่างกาย ซึ่งไม่นานวิญญานก็จะดับไป สืบต่อภพตามแรงกรรมของตน ซึ่งจะทำให้ผู้ป่วยสามารถมีอณัตริย์ที่ผ่องใส เช่น ปุตติคตติสสเถระได้บรรลุพระนิพพานเมื่อได้ฟังธรรมของพระพุทธองค์

* เรื่องเดียวกัน, หน้า ๘๓๑.

** อ.อุ.ฉก.ก.(ไทย) ๒๒/๑๖/๔๓๖-๔๓๘. อ.อุ.ฉก.ก.อ.(ไทย) ๓/๕๕๘-๕๖๓.

*** อ.อุ.อ.(ไทย) ๑/๒/๑/๔๓๕/๔๔๐.

**** อ.อุ.อ.(ไทย) ๒๕/๔๑/๓๘.

๒.๓ พุทธธรรมในการเตรียมตัวตาย

๒.๓.๑ มรณสติ

มรณสติเป็น ๑ ในอนุสติ ๑๐* ของการเจริญสมถกรรมฐานย่อมก่อให้เกิดคุณค่าในการพัฒนาจิตอย่างหนึ่ง ซึ่งมีความสำคัญต่อความตายอย่างมีสติ ไม่หลงตาย มนุษย์ทุกคนต้องหันมาทำให้คั่นเคยกับความตายตั้งแต่เนิ่นๆ และสม่ำเสมอที่เรียกว่า มรณสติ เป็นสิ่งที่ช่วยให้เราไม่ลืมตายไม่อยู่อย่างประมาท พระพุทธพจน์ครั้งสุดท้ายของพระพุทธเจ้าเมื่อก่อนจะเสด็จดับขันธปรินิพพาน ทรงเตือนว่า“อปปมาเทน สมุปาเทถ แปลว่า เธอทั้งหลายจงทำหน้าที่ให้สำเร็จด้วยความไม่ประมาทเถิด”**

จิตใจที่เข้าใจและไม่เกรงกลัวกับความตาย เข้าใจถึงความจริงของชีวิตว่าเป็นสิ่งที่คู่กัน เป็นการฝึกจิตใจให้เข้าใจความเป็นจริงของชีวิตและเข้าใจถึงการปฏิบัติต่อตน ต่อโลกอย่างไร

ยกตัวอย่างในพุทธทศนิกาย อูรชชชากก ซึ่งมองเกี่ยวกับความตายด้วยปัญญาว่า เป็นเรื่องธรรมดาของชีวิต ดังนี้คือ พระโพธิสัตว์เสวยพระชาติเป็นพราหมณ์ชวานา ได้สั่งสอนภรรยา บุตรธิดา สะไ้และทาสี ให้หมั่นเจริญมรณสติเป็นประจำ เพราะร่างกายของคนอุปมาเหมือนนูลอกคราบ ดังนั้นเมื่อบุตรของชวานาถูกงูกัดตายขณะชวานาทำนาอยู่ ก็ไม่มีใครเสียใจเลย ดังข้อความตอนหนึ่งว่า

พราหมณ์โพธิสัตว์บอกเหตุแห่งการไม่ร้องไห้แก่ท้าวสักกะว่า บุตรของข้าพเจ้าจะทิ้งร่างกายของตนไป เหมือนนูลอกคราบเก่า เมื่อร่างกายใช้ไม่ได้ จึงละไปตายไปอย่างนี้

เขาถูกเผาก็ไม่รู้ถึงความคร่ำครวญของหมู่ญาติ เพราะเหตุนั้น ข้าพเจ้าจึงไม่เศร้าโศกถึงเขา เขาไปแล้วตามคติของเขา***

การที่อุบาสกอุบาสิกาทั้ง ๕ คนมีความรู้สึกเฉยๆ ไม่เสียใจ ไม่ร้องไห้ ไม่เศร้าโศก ไม่คร่ำครวญถึงผู้ตาย ก็เพราะว่าได้ใช้ปัญญาพิจารณาถึงความตายอย่างผู้มีสติ และมีความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับชีวิตว่า เมื่อเกิดขึ้นในเบื้องต้น และก็ต้องมีการตายในที่สุด ซึ่งถือว่าเป็นเรื่องปกติธรรมดา และยิ่งกว่านั้นพวกเขายังได้มีการปฏิบัติมรณสติกรรมฐานภาวนาอยู่เนืองๆ ซึ่งเป็นธรรมที่ทำให้เกิดความสงบการปฏิบัติที่ถูกต้องย่อมทำให้เกิดการ

*การทำสมาธิแบบสมถะ คือการทำให้จิตตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว แนวแนจนเกิดสมาธิ ทำได้หลายวิธีแล้วแต่ความถนัดและอัธยาศัยแต่ละบุคคล ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคท่านกล่าวไว้ ๔๐ วิธีคืออกสิน ๑๐ อสุภะ ๑๐ อนุสติ ๑๐ อัปปมัญญา ๔ อาหาเรปฏิกูลสัญญา ๑ จตุราตฺตวักขณ ๑ และอรุ ๔ ดูรายละเอียดในพระพุทธโฆสะเถระ, วิสุทธิมรรค, แปลและเรียบเรียงโดย สมเด็จพระพุทธมาจารย์ (อาภ อาสภมหาเถระ) พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๖), หน้า ๑๔๒-๑๔๓.

** ที.ม.(ไทย) ๑๐/๒๑๔/๑๖๖.

***ฐ.ปาญจก. (ไทย) ๒๗/๑๙-๒๔/๒๐๒-๒๐๓.

พัฒนาจิตใจเกิดเป็นสมาธิ มีความสุขจะได้ไม่หวาดหวั่น ดังมีพุทธพจน์ตรัสไว้ในจิตตวรรคแห่งคัมภีร์ขุททกนิกาย ธรรมบทว่า

การฝึกจิตที่ควบคุมได้ยาก เปลี่ยนแปลงง่าย ขอบเฝ้าหาแต่อารมณ์ที่ปรารถนา จัดว่าเป็นความดี เพราะจิตที่ฝึกแล้วย่อมนำสุขมาให้ คนเหล่าใดสำรวมจิตที่เกี่ยวไปไกล เทียวไปดวงเดียว ไม่มีรูปร่าง อาศัยอยู่ในถ้ำ คนเหล่านั้นจักพ้นจากเครื่องผูกแห่งมาร*

ตัวอย่างในพระไตรปิฎกของการไม่กลัวความตาย เพราะมีจิตที่ได้ฝึกไว้ดีแล้วของภิกษุ ๓ รูป ที่ได้ปริณิพพานเป็นพระอรหันตสมณีสืบดังนี้คือ

๑) เรื่อง พระโคธิกะ ซึ่งสามารถพลิกวิกฤตให้เป็นโอกาสได้ดังนี้ คือ พระภิกษุรูปหนึ่ง “พระโคธิกะ” อุทิศกายและในปฏิบัติธรรมอยู่ที่วิหารกาฬ ข้าวภูเขาสิลิคริ เขตกรุงราชคฤห์ บรรลุธรรมถึงขั้นเจโตวิมุตติชั่วคราว แล้วเสื่อมจากเจโตวิมุตติ** ชั่วคราวนั้นถึง ๖ ครั้งเพราะสุขภาพไม่ดี ท่านเกิดความไม่ยึดต่อชีวิต ครั้งที่ ๗ ก่อนมานจะเสื่อม จึงนำมิดมาปาดคอตัวเองตายพร้อมกับการบรรลุอรหัตตผล นี่คือนพระอรหันต์ประเภท “สมณีสืบ”***

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า นักปราชญ์ผู้ใดสมบรูณ์ด้วยปัญญา มีปกติเพ่งพินิจยินดีในฌานทุกเมื่อ พากเพียรอยู่ตลอดวันและคืน ไม่เสียดายชีวิต ชนะกองทัพบัจจุแล้วไม่กลับมาสู่ภพใหม่ นักปราชญ์นั้นคือ โคธิกบุตร ได้ถอนตนหาพร้อมทั้งราก ปริณิพพานแล้ว****

๒) เรื่องที่ปรากฏในวัฏกलिสูตร ซึ่งเป็นตัวอย่างหนึ่งของการดูแลด้านจิตใจของพระพุทธเจ้า คือ พระวัฏกलिเป็นไข้หนัก มีการต้องการอย่างแรงกล้าที่จะไปพบพระศาสดา แต่ร่างกายไม่มีกำลังพอ พระพุทธองค์ทรงทราบจากการตรวจพุทธญาณ ดังนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงเสด็จเยี่ยมพระวัฏกलिผู้อาพาธ เป็นไข้หนัก ได้รับทุกขเวทนามีแต่กำเริบหนักขึ้น ทรมานทรมายมาก และทรงตรัสกับพระวัฏกलिว่า “จะมีประโยชน์อะไรด้วยร่างกายอันเปื่อยเน่าที่เธอเห็นอยู่นี้ ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นชื่อว่าตนเป็นเรา ผู้ใดเห็นเรา ผู้นั้นชื่อว่าเห็นธรรม และให้เข้าใจถึงรูป เวทนา สัญญา สังขารวิญญูณ เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรผันเป็นธรรมดา” เมื่อพระวัฏกलिได้ฟังดังนั้น ก็เกิดศรัทธาอย่างแรงกล้า อยากจะบรรลุปริณิพพาน ซึ่งกาลนั้นด้วยพุทธญาณของพระองค์ทรงทราบถึงการจะได้ปริณิพพานของพระ

* ขุ.ธ.(ไทย) ๒๕/๓๕/๓๖.

** คำว่า “เจโตวิมุตติ” แปลว่าความหลุดพ้นแห่งจิต การหลุดพ้นจากกิเลสด้วยอำนาจการฝึกจิต หรือด้วยกำลังสมาธิ แต่เจโตวิมุตติที่พระโคธิกะได้รับนั้นเป็นขณิกสมาธิคือ ชั่วคราว หมายถึง โลกียสมาบัติ ส.ส.อ. (ไทย) ๑/๒/๓๓.

*** คำว่า “สมณีสืบ” นิยมเขียนในภาษาไทยว่า “ชีวิตสมณีสืบ” แปลว่าผู้สิ้นกิเลสพร้อมกับสิ้นชีวิต ผู้ได้บรรลุ

**** ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๕๙/๒๐๗.

วักกลี ดังนั้นจึงมิได้ห้ามการทำกาละแก่พระวักกลี ในที่สุดพระวักกลีได้นำคัสศรามาดัด
ก้านคอ และปริณิพานแบบสมสีลี (คือ บรรลุอรหัตตผลขณะเดียวกับที่สิ้นชีวิต)*

๓) เรื่องที่ปรากฏในฉันทนสูตร ซึ่งเป็นตัวอย่างการดูแลจิตใจจนบรรลุเป็นพระอรหันต์
แบบสมสีลีอีกท่านหนึ่งคือพระฉันทน ป่วยหนักได้รับทุกขเวทนาอย่างหนักไม่ทุเลาเลยคือ
มีอาการที่ศีรษะเหมือนมีเหล็กทิ่มแทง อาการเหมือนมีมีดกรีดท้อง เหมือนมีนรุช ๒ คนจับ
ท่านลงบนหลุมถ่านเพลิง ไม่สามารถถอดทนได้ อยากเอาคัสศรามามาฆ่าตัวตาย พระสารีบุตร
และพระมหาจุณฑะเข้าไปเยี่ยมปลอบโยนและแสดงอภยธรรมเพื่อรักษาจิตใจไม่ให้
ทุกขเวทนาไปด้วย โดยแสดงธรรมให้ท่านเห็นความเป็นจักขุ ฯลฯ โสตะ ฯลฯ มโนวิญญาณ
ไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่ตัวตนของเราที่จะเป็นนั่นเป็นนี่ และให้รู้ในความดับไปของสิ่งเหล่านี้
ทำให้ทราบถึงความหวั่นไหวย่อมไม่มีแก่บุคคลที่ไม่มีตัณหา มานะและทิฐิ จึงทำให้
เกิดปัสสัทธิ คือกายและใจสงบระงับ โลกนี้ โลกหน้าและระหว่างโลกทั้งสอง ไม่มี นี่แหละ
ที่สุดแห่งทุกข์ เมื่อพระฉันทนเข้าใจดีแล้ว ท่านทั้งสองก็กลับไป พระฉันทนก็นำคัสศรามามา
ฆ่าตัวตาย ในขณะที่นั้นคตินิมิตย่อมปรากฏ ท่านรู้ว่าตนยังเป็นปุถุชน จึงยังมีความ
ทุกขเวทนาอยู่ เมื่อคิดได้ดังนั้นจึงมีจิตสลดเริ่มตั้งวิปัสสนากำหนดสังขารเป็นอารมณ์บรรลุ
เป็นพระอรหันตสมสีลี**

จากหลักฐานที่กล่าวมานี้แสดงถึงการพลิกวิกฤติให้เป็นโอกาสของผู้ที่ทำความดี
ตลอดเวลา และการบรรลุถึงจุดสูงสุดแห่งความดี เกิดขึ้นได้ตลอดเวลาไม่จำกัดช่วงเวลา
และสถานที่

๒.๓.๒ การหมั่นสร้างกรรมที่เป็นกุศล

ในนิทานสูตรได้กล่าวว่

เหตุให้เกิดกรรมหรือการกระทำต่างๆ มี ๓ ประการคือโลภะ โทสะ โมหะ จะเป็น
เหตุแห่งอกุศลกรรม กรรมที่ถูกอกโลภะ อโทสะ อโมหะ ครอบงำเป็นเหตุและเป็นแดนเกิด
แล้ว อื่นบุคคลละกรรมนั้น ได้ตัดรากถอนโคนได้เหมือนต้นตาลที่ถูกตัดรากถอนโคน เกิด
ขึ้นต่อไปไม่ได้ กรรมที่ประกอบด้วย อโลภะ อโทสะ อโมหะ นี่แหละเป็นกุศลกรรมที่ควร
หมั่นทำอยู่เสมอ

การหมั่นทำความดี สร้างกุศล เป็นเรื่องที่ดีเป็นกรกระทำดี หรือหลักการทำความ
ดีของบุญกิริยาวัตถุ ๓ อันได้แก่ ทานมัย สีลมัยและภาวนามัย เพราะพระพุทธองค์ได้ตรัส
ว่า ถ้าได้ฝึกฝนบุญนี้เท่านั้นจะให้ผลเลิศ มีความสุข ปราศจากการเบียดเบียนดังหลักฐาน

ในบุญกิริยาวัตถุสูตร พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า ภิกษุทั้งหลาย บุญกิริยาวัตถุ

*ส.ข. (ไทย) ๑๗/๘๗/๑๕๗-๑๖๓, ส.ข. (ไทย) ๓/๒๔๑-๒๔๔.

**ส.ข. (ไทย) ๑๗/๘๗/๑๕๗-๑๖๓, ส.ข. (ไทย) ๓/๒๔๑-๒๔๔.

๓ ประการนี้คือ

บุญกิริยาวัตถุที่สำเร็จด้วยทาน

๒) บุญกิริยาวัตถุที่สำเร็จด้วยศีล

๓) บุญกิริยาวัตถุที่สำเร็จด้วยภาวนา

ภิกษุทั้งหลาย บุญกิริยาวัตถุ ๓ ประการนี้แล

พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสเนื้อความดังกล่าวนี้แล้วในพระสูตรนั้น จึงตรัสคาถา ประพันธ์ดังนี้ว่า ผู้หวังประโยชน์สุข ควรฝึกฝนบำเพ็ญบุญนี้เท่านั้น ที่ให้ผลเลิศติดต่อกัน ไป มีสุขเป็นกำไร คือควรบำเพ็ญทาน ควรประพฤติธรรมสม่ำเสมอ และควรเจริญเมตตา ภาวนา บัณฑิตครั้งเจริญธรรม ๓ ประการที่เป็นเหตุให้เกิดสุขดังกล่าวมานี้แล้ว ย่อมเข้าถึงโลกที่มีสุข ปราศจากการเบียดเบียนกัน*

มีพระพุทธภาษิตบทหนึ่งว่า กรรมย่อมจำแนกสัตว์ทั้งหลายให้เลวและดีต่างกัน** ด้วยเหตุนี้ อรรถกถาจารย์รุ่นหลังจึงทรงนำแนกกรรมออกเป็นหลายประเภท ในที่นี้จะกล่าว เฉพาะประเภทของความหนักเบา คือ แบ่งตามความหนักเบาของกรรมที่ลดหลั่นลงแบ่ง ไปได้เป็น ๔ ชนิดดังนี้ ๑) คุกรวม-กรรมที่หนักที่สุด ๒) อาสันนกรรม-กรรมที่ได้กระทำเมื่อ ใกล้ตาย ๓) อาจิณกรรม-กรรมที่กระทำบ่อยๆ ทำเป็นประจำ มีน้ำหนักรองลงมา ๔) กัตต ตากรรม-กรรมเบ็ดเตล็ด เล็กๆ น้อยๆ***

๑) คุกรวม

คุกรวมเป็นกรรมหนักมาก ให้ผลแก่เจ้าของกรรมในชาติที่ ๒ คือชาติหน้า กรรม อื่นๆ ไม่มีอำนาจที่จะกั้นการให้ผลของคุกรวมได้ นอกจากจะเป็นคุกรวมที่มีกำลังแรง กว่า ส่วนคุกรวมที่มีกำลังอ่อนกว่าก็จะเป็นตัวช่วยอุดหนุนในฐานะอุปถัมภ์กรรม

คุกรวมที่เป็นฝ่ายอกุศลย่อมให้ปฏิสนธิในทุคติภูมิในชาติต่อไปอย่างแน่นอน ส่วน คุกรวมที่เป็นฝ่ายกุศลย่อมให้ปฏิสนธิในสุคติภูมิในชาติต่อไปอย่างแน่นอนเช่นกัน

คุกรวมฝ่ายกุศล หมายถึงผู้บำเพ็ญจิตเจริญภาวนาเข้าถึงฌานสมาบัติ ๘ เมื่อ ฌานสูงให้ผล ฌานต่ำกว่าก็หมดโอกาสที่จะให้ผลกลายเป็นอโหสิกรรมไป

ในอังกุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต ได้กล่าวถึงบุคคลผู้ที่ทำคุกรวมฝ่ายอกุศลไว้ดังนี้

๑.๑ บุคคลผู้ฆ่ามารดา

๑.๒ บุคคลผู้ฆ่าบิดา

* ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๖๙, อจ.อญก.(ไทย) ๒๓/๓๖/๒๙๔-๒๙๖, พุ.อิติ.(ไทย) ๒๕/๖๐/๔๑๖.

***กมฺม สุตเต วาขติ หีนปฺปณฺธิตตาย” ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๙๗/๓๕๖.

*** อจ.ติก.อ. (ไทย) ๑/๓๑/๑๒๓, พระธรรมปิฎก(ป.อ.ปยุตฺโต) พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวล ศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า ๔.

๑.๓ บุคคลผู้ฆ่าพระอรหันต์

๑.๔ บุคคลผู้มีจิตคิดประทุษร้ายทำพระโลหิตของตถาคตให้ห้อขึ้น

๑.๕ บุคคลผู้ทำลายสงฆ์ให้แตกกัน*

๒) อาสันนกรรม

อาสันนกรรม คือ การกระทำสิ่งที่ดีหรือไม่ดีในเวลาที่กำลังจะตาย หรือการระลึกถึงสิ่งที่ดีหรือไม่ดีในเวลาที่กำลังจะตาย

อกุศลกรรมบางอย่างที่บุคคลได้เคยกระทำมาแล้วเป็นเวลานานจนกระทั่งลืมไปแล้ว แต่ในขณะที่ใกล้จะตายเกิดนึกขึ้นมาได้ อกุศลจิตก็เกิดขึ้น โดยอาศัยการระลึกถึงอกุศลกรรมที่เคยกระทำเอาไว้เรียกชื่อว่าอาสันนกรรมฝ่ายอกุศล เพราะเป็นกุศลที่ระลึกขึ้นได้ในขณะที่ใกล้จะตาย

อาสันนกรรม มีลำดับการให้ผลเป็นที่ ๒ รองจากครุกรรม อาสันนกรรมนี้ถึงแม้ว่าจะนิดหน่อย แต่ก็อาจให้ผลก่อน เช่นบุคคลบางคนอาจประกอบกุศลกรรมมานาน แต่ในขณะที่ใกล้จะตาย เกิดโทสะเป็นอาสันนกรรมฝ่ายอกุศล แล้วอาสันนกรรมฝ่ายอกุศลที่เกิดขึ้นเพียงเล็กน้อยนี้ ย่อมมีอำนาจส่งผลให้ไปเกิดในอบายภูมิ

๓) อาจิณณกรรม

อาจิณณกรรม บางทีก็เรียกว่า พหุลกรรม คือการกระทำสิ่งที่ดีและไม่ดีอยู่เสมอ บ่อยๆ หรือการกระทำที่มีกำลังแรงกล้า ทำด้วยความโกรธอย่างแรง เวลาผ่านไปก็ไม่หายแค้น หวนคิดถึงอยู่เสมอ ถือว่าเป็นอาจิณณกรรม ฝ่ายอกุศล

ส่วนอาจิณณกรรมที่เป็นฝ่ายกุศลคือในชีวิตมีการประกอบกุศลกรรมอยู่เสมอ ไม่ว่างเว้น สร้างบุญสร้างกุศลต่างๆ หรือการคิดถึงบุญที่ได้เคยทำมาแล้วและมีจิตชื่นชมยินดีในบุญนั้นแม้จะทำเพียงครั้งเดียวเป็นเวลานานมาแล้วก็ตาม

เมื่อไม่มีครุกรรม ไม่มีอาสันนกรรมแล้ว อาจิณณกรรมย่อมมีลำดับการให้ผลเป็นที่ ๓

ในอาจิณณกรรมทั้ง ๒ ฝ่ายนั้น หากว่าอาจิณณกรรมที่เป็นฝ่ายอกุศลมีกำลังมากกว่า อาจิณณกรรมที่เป็นฝ่ายอกุศล อาจิณณกรรมที่เป็นฝ่ายกุศลก็ย่อมจะนำให้บุคคลเจ้าของกรรมไปเกิดในสุคติภูมิในชาติหน้าอย่างแน่นอน

๔) กตัตตการกรรม

กตัตตการกรรม หมายถึงอกุศลกรรมและอกุศลกรรมที่สัตว์บุคคลได้กระทำมาแล้วในอดีตภพคือในชาติก่อนๆ ซึ่งได้แก่ อปราปรีเวทนียกรรมอย่างหนึ่ง และกตัตตการกรรมนี้หมายถึงอกุศลกรรมและอกุศลกรรมอย่างสามัญ ที่สัตว์บุคคลพากันกระทำในภพปัจจุบันคือในชาตินี้ ที่ไม่เข้าถึงความเป็นครุกรรม อันนกรรม อาจิณณกรรม เป็นกรรมที่กระทำโดย

*อ.ป.ญจก.(ไทย) ๒๒/๑๒๙/๒๐๙.

ธรรมดา ผู้กระทำไม่ได้มีเจตนา ไม่ได้มีความตั้งใจอย่างเต็มที่ คล้ายกับว่าไม่เต็มใจทำ
กตัตตการกรรมไม่มีกำหนดเวลาที่ให้ผลแน่นอน เพราะเป็นกรรมที่มีพลังเบาและมี
พลังน้อย

กตัตตการกรรมฝ่ายอกุศล พึงเห็นตัวอย่างจากเด็กทารกซึ่งมารดาอุ้มอยู่ ยังไม่รู้คุณ
บิดามารดา บาปบุญคุณโทษ ทารกผู้ไร้เดียงสา นั้น ก็หยิกข่วนเตะถีบมารดา แต่อกุศลกรรม
ที่กระทำลงไปนั้นย่อมให้ผล*

ครั้งหนึ่งพระพุทธองค์เสด็จเยี่ยมพระผัคคะระอาพาธเป็นไข้หนักแล้วตรัสว่า “ดูกร
ผัค คุณะ เธอพออดทนได้หรือ พอยังอดภาพได้หรือ ทุกขเวทนาบรรเทาหรือไม่บรรเทา”
ท่านผัคคุณะกราบทูลว่า “ท่านมีอาพาธแรงกล้ำมาก ยังอดภาพให้เป็นไปไม่ได้ ทุกขเวทนา
ไม่บรรเทา” พระผู้มีพระภาคทรงชี้แจงด้วยธรรมมีกถาให้ท่านผัคคุณะเป็นแจ่ม ให้สมาทาน
อาจหาญ ร่าเริง แล้วก็เสด็จกลับไป จากนั้นไม่นานท่านผัคคุณะก็ทำกาลละตาย และในเวลา
ตาย อินทรีย์ของท่านผัคคุณะไม่ผ่องใสยิ่งนัก...”

“ดูกร อานนท์ จิตของผัคคุณะไม่ผ่องใสได้อย่างไร เพราะผัคคุณะได้อานิสงส์จาก
การฟังธรรมตามกาล ซึ่งอานิสงส์การฟังธรรมนั้น มีลักษณะ ๖ ประการคือ

๑) จิตของมนุษย์ที่ยังไม่หลุดพ้นจากสังโยชน์ เวลาใกล้ตาย ถ้าได้เห็นตถาคต
ตถาคตย่อมแสดงธรรมให้ฟัง ในเบื้องต้นท่ามกลางและในที่สุด ประกาศพรหมจรรย์ทั้ง
อรรถทั้งพยัญชนะ บริสุทธิ์สิ้นทุกสิ่ง จิตเขาย่อมหลุดพ้น”

๒) จิตของมนุษย์ที่ยังไม่หลุดพ้นจากสังโยชน์เวลาใกล้ตาย ถ้าได้เห็นสาวกของ
ตถาคต สาวกของตถาคตย่อมแสดงธรรมให้ฟัง จิตเขาย่อมหลุดพ้น

๓) จิตของมนุษย์ที่ยังไม่หลุดพ้นจากสังโยชน์ เวลาใกล้ตาย ไม่ได้เห็นตถาคต และ
สาวกของตถาคต แต่ย่อมได้ตรัสธรรมเพ่งด้วยใจที่ได้เรียนมา จิตเขาย่อมหลุดพ้น

๔) จิตของมนุษย์ที่หลุดพ้นจากสังโยชน์ แต่จิตยังไม่แนบไปในนิพพาน ในเวลาใกล้
ตาย ถ้าได้เห็นตถาคต ตถาคตย่อมแสดงธรรม จิตเขาย่อมแนบไปในนิพพานที่สิ้นอุปธิกิเลส

๕) จิตของมนุษย์ที่หลุดพ้นจากสังโยชน์ แต่จิตยังไม่แนบไปในนิพพาน ในเวลาที่
ใกล้ตาย ไม่ได้เห็นตถาคต แต่เห็นสาวกของตถาคต ท่านย่อมแสดงธรรม จิตของเขาย่อม
แนบไปในนิพพานที่สิ้นอุปธิกิเลส

๖) จิตของมนุษย์ที่หลุดพ้นจากสังโยชน์ แต่จิตยังไม่แนบไปในนิพพาน ในเวลาใกล้
ตาย ไม่ได้เห็นตถาคต ไม่ได้เห็นพระสาวกของตถาคต แต่ตรัสธรรมในธรรม เพ่งใจในธรรม

* พระสัทธรรมมโชติกร ธรรมจริย, **ปรมัตตชติกร มหาอภิธัมมัตถสังคณฎีกา ปริเฉทที่ ๕ เล่ม ๒**
กัมมจตุกกะ-มรณูปัตติจุกะ, (กรุงเทพฯมหายานคร: โรงพิมพ์วิทยวิสุทธิ, ๒๕๓๙), หน้า ๓๓-๔๑.

ที่ได้ศึกษามา จิตของเขาอ่อนนุ่มไปในนิพพานที่สิ้นอุปธิกิเลส...*

อีกตัวอย่างหนึ่งคือ

เมื่อเด็กหนุ่มชื่อ มัญญกุณฑล ชาวกรุงสวตถี ป่วยหนักเป็นโรคผอมเหลือง(ดีซ่าน) อยู่ในวาระสุดท้ายแห่งชีวิต พระพุทธเจ้าทรงทราบเรื่อง เสด็จไปที่ประทับบ้านของเขา แม้เขาจะป่วยหนักนอนอยู่ในเรือน พระพุทธเจ้าก็แผ่ฉัพพวรรังสีไป มัญญกุณฑลมองเห็นรัศมีของพระพุทธองค์เกิดความเลื่อมใส เกิดศตินิमितเป็นกุศลอาสนันกรรม ตายอย่างสงบไปเกิดในสวรรค์**

นักปราชญ์ เมื่อปรารภความความสุข ๓ ประการคือ ความสรรเสริญ การได้รับความปลื้มใจและการตายไปเกิดในสวรรค์ ฟังรักษาศีล***

จากหลักฐานเกี่ยวกับเรื่องของกรรมนี้สามารถนำไปใช้อธิบายในงานวิจัยได้ เพราะการสวดมนต์ ทำสมาธิ การมีสติอยู่กับคำภาวณา การได้ยินได้ฟังเรื่องเกี่ยวกับความตาย เพื่อตั้งตนไม่ให้อยู่ในความประมาท เป็นกุศลอาสนันกรรมที่จะทำให้ผู้ป่วยนึกถึงได้ในเวลาใกล้ตาย และถ้าผู้ป่วยนำไปประพฤติอย่างสม่ำเสมอในช่วงเวลาที่มีอยู่ในช่วงสุดท้ายของชีวิต ก็จะทำให้ผลเป็นกุศลอาจินณกรรม

๒.๔ พุทธธรรมสำหรับพุทฺธิกา

เมื่อกล่าวถึงการดูแลผู้ป่วยทางด้านกายภาพแล้ว ภารกิจอันสำคัญที่พระพุทธเจ้าทรงถือปฏิบัติอยู่เนืองๆ คือการเสด็จไปเยี่ยมภิกษุอาพาธตามศาลาโรงไข้ (คิลานศาลา) หรือตามที่พักอาศัย เพื่อดูแลความสะอาดของสถานที่ สภาพแวดล้อม และร่างกาย เช่นสมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคเจ้า เข้าไปหาท่านพระมหากัสสปะถึงที่อยู่ ได้ตรัสถามอาการป่วยไข้ด้วยพระองค์ดังนี้ว่า “กัสสปะ เธอยังสบายดีหรือ ยังพอเป็นอยู่ได้หรือ ทุกขเวทนาทุเลาลงไม่กำเริบขึ้นหรือ อาการทุเลาปรากฏ อาการกำเริบไม่ปรากฏหรือ”****

บางครั้งพระพุทธองค์ทรงพยาบาลภิกษุไข้ด้วยพระองค์เอง ครั้งหนึ่งพระองค์เสด็จเยี่ยมภิกษุที่โรงไข้ (คิลานศาลา) ทรงพบภิกษุรูปหนึ่งอาพาธถูกทอดทิ้งนอนจมอุจจาระไม่มีใครพยาบาล พระองค์จึงทรงรักษาพยาบาลภิกษุรูปนั้น โดยตรัสว่า “อานนท์เธอไปตักน้ำมา เราจะอาบให้ภิกษุนี้” พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงรดน้ำ พระอานนท์ขัดสี พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงประคองศีรษะขึ้น ท่านพระอานนท์ยกเท้าวางบนเตียง*****

*อง.อุกก. (ไทย) ๒๒/๕๖/๕๓๙-๕๔๓.

**ขุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๓๘-๓๙.

***ขุ.อิติ. (ไทย) ๒๕/๗๖/๔๓๖.

****ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๙๕/๑๒๘.

*****วิ.ม. (ไทย) ๕/๓๖๕/๒๔๐.



๒.๔.๑ ปรัตโหมสะ-กัลยาณมิตร ปรัตโหมสะ หรือเสียงจากผู้อื่นที่จะทำให้เกิดสัมมาทิฐิได้ก็คือเสียงที่ดีงาม เสียงที่ถูกต้อง เป็นประโยชน์ เสียงดีงามถูกต้องเช่นนี้เกิดจากแหล่งที่ดีคือคนดี คนมีปัญหา คนมีคุณธรรม ทางธรรมเรียก สัตบุรุษบ้าง บัณฑิตบ้าง หากคนเหล่านั้นทำหน้าที่ช่วยเหลือแนะนำสั่งสอนชักนำสัมมาทิฐิให้ผู้อื่น เรียกว่าเขาทำหน้าที่กัลยาณมิตร พระพุทธองค์ทรงแสดงความสำคัญของกัลยาณมิตรตราบัวว่า

“ภิกษุผู้มีกัลยาณมิตร พึงหวังสิ่งนี้ได้คือ

๑. จักเป็นผู้มีศีล สำรวมระวังในปาติโมกข์ สมบูรณ์ด้วยอาจารย์และโคจร ฯลฯ

๒. จักเป็นผู้(มี)โอกาสได้ยินได้ฟัง ได้ร่วมสนทนาอย่างสะดวกสบาย) ตามความปรารถนา ในเรื่องต่างๆที่ขัดเกลากุปนิสัย ขำระจิตใจให้ปลอดโปร่ง คือ เรื่องความมักน้อย ฯลฯ เรื่องการบำเพ็ญเพียร เรื่องศีล เรื่องสมาธิ เรื่องปัญญา เรื่องวิมุตติ เรื่องวิมุตติญาณทัตถะ

๓. จักเป็นผู้ตั้งหน้าทำความเพียร เพื่อกำจัดอกุศลธรรม และเพื่อบำเพ็ญกุศลธรรมให้เพียบพร้อม จักเป็นผู้แข็งขัน บากบั่นมันคง ไม่ทอดธุระในกุศลธรรม

๔. จักเป็นผู้มีปัญญา ประกอบด้วยปัญญาที่เป็นอริยะ หยั่งรู้ถึงความเกิดดับ ความทุกข์แรกกิเลส นำไปสู่ความสูญสิ้นแห่งทุกข์**

“ภิกษุทั้งหลาย เมื่อดวงอาทิตย์อุทัยอยู่ ย่อมมีแสงอรุณขึ้นมาก่อน เป็นบุพนิมิตฉันใด ความมีกัลยาณมิตรก็เป็นตัวนำ เป็นบุพนิมิต แห่งการเกิดขึ้นของอารยธัมมจักษุจึงคิดมรรคแก่ภิกษุ ฉันนั้น”

“ความมีกัลยาณมิตร เท่ากับเป็นพรหมจรรย์ (การครองชีวิตประเสริฐ) ทั้งหมดทีเดียว เพราะว่าผู้ที่มีกัลยาณมิตรพึงหวังสิ่งนี้ได้ คือ จักเจริญ จักทำให้มากซึ่งอารยธัมมจักษุจึงคิดมรรค”

“อาศัยเราผู้เป็นกัลยาณมิตร เหล่าสัตว์ผู้มีชาติเป็นธรรมดา ก็พ้นจากชาติ ผู้มีชราเป็นธรรมดา ก็พ้นจากชรา ผู้มีมรณะเป็นธรรมดา ก็พ้นจากมรณะ ผู้มีโสกะ บริเทวะ ทุกข์ โทมนัส และ อุปายาสเป็นธรรมดา ก็พ้นจากโสกะ บริเทวะ ทุกข์ โทมนัส และอุปายาส”

คุณสมบัติของกัลยาณมิตร มีคุณสมบัติโดยเรียกว่า สปัจริยธรรม ๗ ประการดังนี้ ธัมมัญญตา รู้จักหลักวิชา หรือรู้จักเหตุ คือ รู้หลักความจริงของธรรมชาติ รู้หลักการ กฎเกณฑ์แบบแผนหน้าที่ ซึ่งจะเป็นเหตุให้กระทำการได้สำเร็จผลตามความมุ่งหมาย เช่นภิกษุรู้ว่าหลักธรรมที่ตนจะต้องศึกษาและปฏิบัติคืออะไร มีอะไรบ้างได้แก่

ธัมมัญญตา รู้จักความมุ่งหมายและรู้จักผล คือรู้ความหมายและความมุ่งหมายของหลักธรรมหรือหลักการ กฎเกณฑ์ หน้าที่ รู้ผลที่ประสงค์ของกิจที่จะทำ ตลอดจนรู้จัก

*พระพรหมคุณาภรณ์, พุทธธรรม, หน้า ๖๒๓-๖๒๕.

ประโยชน์ที่เป็นจุดหมายหรือสาระของชีวิต

อัตตัญญูตา รู้จักตน คือรู้ฐานะ ภาวะ เพศ กำลัง ความรู้ ความถนัด ความสามารถ และคุณธรรมเป็นต้น ของตนตามเป็นจริง เพื่อประพฤติปฏิบัติได้เหมาะสมและให้เกิดผลดี

มัตตัญญูตา รู้จักประมาณ คือรู้จักความพอเหมาะพอดี เช่นรู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร การใช้จ่ายทรัพย์

กาลัญญูตา รู้จักกาล เช่นรู้ว่าเวลาไหน ควรทำอะไร รู้จักเวลาเรียน เวลาทำงาน เวลาพักผ่อน

ปริสสัญญูตา รู้จักชุมชน คือรู้จักถิ่น รู้จักที่ชุมนุม และชุมชน รู้จักมารยาท ระเบียบ วินัยขนบธรรมเนียมประเพณี และข้อควรรู้ควรปฏิบัติอื่นๆ ต่อชุมชนนั้นๆ

บุคคลัญญูตา รู้จักบุคคล คือรู้ความแตกต่างระหว่างบุคคลโดยอัธยาศัย ความสามารถและคุณธรรมเป็นต้น เพื่อปฏิบัติต่อผู้นั้นโดยถูกต้อง เช่นว่า ควรจะคบหรือไม่ จะเกี่ยวข้อง จะใช้จะยกย่อง จะตำหนิ หรือจะแนะนำสั่งสอนอย่างไร จึงจะได้ผลดี

ในส่วนของกัลยาณมิตร ในแง่หน้าที่ต่อผู้อื่น สมควรมีคุณสมบัติพิเศษจำเพาะสำหรับการทำหน้าที่นั้นอีกส่วนหนึ่ง โดยเฉพาะคุณสมบัติพื้นฐานที่เรียกว่า กัลยาณมิตรธรรม ๗ ประการอันได้แก่

ปิโย น่ารัก คือ เข้าถึงจิตใจ สร้างความรู้สึกสนิทสนม เป็นกันเอง ขวนใจผู้เรียนให้อยากเข้าไปปรึกษาได้ตาม

ครุ นาคำรพ คือ มีความประพฤติสมควรแก่ฐานะ ทำให้เกิดความรู้สึกอบอุ่นใจ เป็นที่พึ่งได้และปลอดภัย

ภาวนีโย น่าเจริญใจ คือมีความรู้จริง ทรงภูมิปัญญาแท้จริง และเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนอยู่เสมอ เป็นที่น่ายกย่อง ควรเอาอย่าง ทำให้ศิษย์เอ่ยอ้าง และรำลึกถึงด้วยความซาบซึ้ง มั่นใจและความภาคภูมิใจ

วัตตา รู้จักพูดให้ได้ผล คือพูดเป็น รู้จักชี้แจงให้เข้าใจ รู้ว่าเมื่อไรควรพูดอะไร อย่างไร คอยให้ คำแนะนำว่ากล่าว ตักเตือน เป็นที่ปรึกษาที่ดี

วจนักขโม ทนต่อถ้อยคำ คือพร้อมที่จะรับฟังคำปรึกษาซักถามแม้จุกจิก ตลอดจน คำล่วงเกินและคำตักเตือนวิพากษ์วิจารณ์ต่างๆ อดทนฟังได้ ไม่เสียอารมณ์

คัมภีรญจะ กะถัง กัตตา แกล้งเรื่องล้าลึกได้ คือกล่าวชี้แจงเรื่องต่างๆ ที่ลึกซึ้งซับซ้อนให้เข้าใจได้ และสอนลูกศิษย์ให้ได้เรียนรู้เรื่องราวที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้นไป

โน จัญฐาเน นิโยชะเย ไม่ชักนำในอสุราน คือไม่ชักจูงไปในทางที่เสื่อมเสียหรือเรื่อง

เหลวไหลไม่สมควร*

โดยหากคุณสมบัติของกัลยาณมิตรอย่างเลิศ คือ ความเป็นผู้กระทำได้จริงในสิ่งที่สอนแก่ผู้อื่น หรือได้บรรลุผลสำเร็จนั้นๆ ด้วยตนเองแล้วจึงสอนเรื่องนั้นแก่ผู้อื่น อย่างหนึ่ง และความเป็นอิสระ เมื่อจะช่วยเหลือผู้อื่น ตนเองไม่ติดนุ่งนอยอยู่ในเครื่องผูกพันเดียวกันกับที่เขา กำลังติดอยู่ ดังพุทธพจน์ดังนี้

“ดูกรจุนทะ ผู้ที่ตนเองก็จมอยู่ในโคลนเลนอันลึก จะช่วยอุดยกคนอื่นที่จมอยู่ในโคลนเลนอันลึกขึ้นมาได้นั้น ข้อนี้มิใช่วินัยที่จะเป็นไปได้”

“ผู้ที่ตนเองฝึกแล้ว อบรมแล้ว ดังร้อนกิเลสแล้ว จักฝึก จักอบรม จักทำคนอื่นให้หายร้อนกิเลส ข้อนี้จึงจะเป็นวินัยที่เป็นไปได้**

๒.๔.๒ พรหมวิหาร ๔

พรหมวิหาร ๔ พรหมวิหาร แปลว่า ธรรมของพรหมหรือของท่านผู้เป็นใหญ่ พรหมวิหารเป็นหลักธรรมสำหรับทุกคน เป็นหลักธรรมประจำใจที่จะช่วยให้เราดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างประเสริฐและบริสุทธิ์ หลักธรรมนี้ได้แก่

เมตตา มีความหมายว่า ปราบปรามให้เป็นสุข เป็นความหมายใกล้เคียงทำนองเดียวกับสงสาร ที่ไม่ยากให้เป็นทุกข์ ไม่อยากเห็นเป็นทุกข์ เมื่อใดเกิดความสงสารจริงใจ ไม่อยากเห็นความทุกข์ของใครก็ตาม ก็เข้าใจได้ว่าเมื่อนั้นเมตตาเกิดแล้วความสุขเกิดขึ้นได้ทั้งกายและใจ ใจที่แล้งเมตตา น่าจะเปรียบได้ดังทะเลทราย ไม่มีความชุ่มชื้นให้แก่สายตาหรือจิตใจผู้ใดเลย ผู้ไม่เคยรู้รสของเมตตาในใจตน ก็ไม่แตกต่างกับทะเลทรายที่ไม่รู้จักในความแห้งแล้งร้อนระอุ เป็นที่รังเกียจหว่นเกรงของผู้คนทั้งหลายและสัตว์ทั้งปวง

กรุณา มีความหมายว่า พยายามช่วยด้วยใจจริง ให้พ้นทุกข์เป็นสุข และไม่ว่าเมื่อพยายามช่วยแล้วจะเกิดผลแก่ผู้รับความกรุณาเพียงใดหรือไม่ก็เป็นกรุณาจริง อันเกิดแต่เมตตาจริง พุทธประวัติกล่าวไว้ว่า วันหนึ่ง เมื่อพระพุทธรองค์พระชนมายุ ๒๙ พรรษา พระองค์ได้ทอดพระเนตรเห็นคนแก่ คนเจ็บ คนตาย เป็นการทอดพระเนตรเห็นเช่นนั้นเป็นครั้งแรกในพระชนมชีพ คนแก่ คนเจ็บ คนตาย เบื้องพระพักตร์ มิได้ทำให้ทรงหยุดอยู่เพียงที่ทอดพระเนตรเห็นเท่านั้น ทรงคิดกว้างไกลไปถึงผู้คนทั้งหลายทั้งปวง แม้ที่ล่วงพ้นสายพระเนตร ว่าวันหนึ่งจะต้องมีสภาพเช่นเดียวกับคนแก่ คนเจ็บ คนตาย ที่ทอดพระเนตรเห็นอยู่นั้น ซึ่งน่าเมตตาสงสารนัก

ด้วยพระมหากรุณาล้นพ้น ต้องทรงห่วงหาอาทรห่วงใยพระพุทธรูปและสวดสังเวชเศร้าหมองเป็นนักหนา ทรงตระหนักแน่ว่าจะไม่มีผู้ใดเลยล่วงพ้นสภาพที่โหดร้ายนั้นไปได้แน่แท้

*เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๒๓-๖๒๕.

**เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๓๘-๖๓๙.

จึงทรงพยายามคิดหาทางพ้นทุกข์

มูทิตา ความยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดี คำว่า “ดี” ในที่นี้ หมายถึง การมีความสุขหรือมีความเจริญก้าวหน้า ความยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดีจึงหมายถึง ความปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุขความเจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้น ไม่มีจิตใจริษยา ความริษยา คือ ความไม่สบายใจ ความโกรธ ความพึงชานซึ่งมักเกิดขึ้นเมื่อเห็นผู้อื่นได้ดีกว่าตน

อุเบกขา การรู้จักวางเฉย หมายถึง การวางใจเป็นกลาง วางเฉย ไม่ยินดียินร้าย จึงไม่หวั่นไหวด้วยความยินดีหรือความยินร้าย หวั่นไหวเพราะความยินดีแม้มากย่อมเป็นเหตุให้พุ้ง หวั่นไหวเพราะความยินร้ายแม้มากย่อมเป็นเหตุให้เครียด อุเบกขาจึงเป็นธรรมโสดเครื่องรักษาโรคทางจิตทั้งสอง*

๒.๔.๓ โลกธรรม ๘

โลกธรรม ๘ หมายถึง เรื่องของ โลกมีอยู่ประจำกับชีวิต สังคมและโลกของมนุษย์ เป็นความจริงที่ทุกคนต้องประสบด้วยกันทั้งนั้นอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ไม่ว่าจะชอบหรือไม่ชอบก็ตาม ข้อแตกต่างคือ ใครประสบมาก ประสบน้อย ช้าหรือเร็ว โลกธรรมแบ่งออกเป็น ๘ ชนิด จำแนกออกเป็น ๒ ฝ่ายควบคู่กันและมีความหมายตรงข้ามกัน คือ

โลกธรรมฝ่ายอิฏฐารมณ์ คือ ฝ่ายที่มนุษย์พอใจมี ๔ เรื่อง คือ

ได้ลาภ หมายความว่า ได้ผลประโยชน์ ได้ทรัพย์สินเงินทอง ได้บ้านเรือนที่สวน ไร่

นา

ได้ยศ หมายความว่า ได้รับแต่งตั้งให้มีฐานันดรสูงขึ้น ได้ตำแหน่ง ได้อำนาจ

ได้รับสรรเสริญ คือ ได้ยิน ได้ฟัง คำสรรเสริญคำชมเชย คำยกยอ

ได้สุข คือ ได้ความสบายกาย สบายใจ ได้ความเบิกบาน ร่าเริง ได้ความบันเทิงใจ

โลกธรรมฝ่ายอนิฏฐารมณ์ คือ ฝ่ายที่มนุษย์ไม่พอใจมี ๔ เรื่อง คือ

เสียลาภ หมายความว่า ลาภที่ได้มาแล้วเสียไป

เสื่อมยศ หมายความว่า ถูกลดความเป็นใหญ่ ถูกถอดออกจากตำแหน่ง ถูกถอดอำนาจ

ถูกนินทา หมายถึง ถูกตำหนิติเตียนว่าไม่ดีในที่ลับหลัง

ตกทุกข์ คือ ได้รับความทุกข์ทรมานกายทรมานใจ

สรุป จากพุทธธรรมทั้งหลายที่ได้กล่าวมานี้ เป็นหลักพุทธธรรมสำคัญที่ใช้ในการจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบองค์รวม โดยในเบื้องต้น พุทธธรรมการบรรเทาทุกข์

* สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, รสแห่งความเมตตา ชุ่มเย็นยิ่ง, แหล่งที่มา <http://www.dhammadjak.net/book-somdej5/3.html> [๑ มีนาคม ๒๕๕๕]

ทางกาย เป็นธรรมที่เหมาะสมแก่การเกื้อกูลตนให้พร้อมที่จะรับมือกับสภาพเจ็บป่วย และส่งเสริมให้ร่างกายและสิ่งเกื้อกูลภายนอกต่างๆ ที่ทำให้ร่างกายที่เจ็บป่วยกลับมาแข็งแรงขึ้น ส่วนพุทธธรรมในการบรรเทาทุกข์ทางใจ เป็นการทำให้จิตใจยอมรับกับความจริง คลายความเศร้าหมองเป็นทุกข์ และอยู่กับโรคที่ตนเป็นอย่างถูกต้องและเข้าใจ และพุทธธรรมในการเตรียมตัวตาย เนื่องจากสภาพของโรคที่มีความรุนแรง และทางการแพทย์สามารถพยากรณ์การเสียชีวิต ดังนั้น ในการเตรียมจิตที่จะต้องเผชิญกับความตายเบื้องหน้าเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่ง

สำหรับผู้รักชาติที่ต้องดูแลและช่วยเหลือผู้ป่วยและคนรอบข้าง พุทธธรรมจึงเน้นไปในเรื่องของการเกื้อกูลด้วยหัวใจที่เปี่ยมไปด้วยความเมตตา การยอมรับความเป็นจริงกับผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นในทางที่ไม่ได้เป็นไปตามที่เราปรารถนา แม้ว่าเจตนาของผู้ดูแลเต็มไปด้วยความบริสุทธิ์ก็ตาม ธรรมทั้งหมดเหล่านี้เกื้อกูลและมีความโยงใยกัน เป็นการเตรียมความพร้อมทั้งด้านกาย ใจ เตรียมความพร้อมในการที่จะเผชิญความจริงของชีวิต



บทที่ ๓

การจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย

แบบองค์รวม

ของวัดคำประมง จังหวัดสกลนคร

การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายที่วัดคำประมง เน้นธรรมชาติ และการกินอยู่ที่สอดคล้องกับธรรมชาติใช้สมาธิเป็นหลักในการบำบัด มีความสอดคล้องกับหลักธรรม สัปายะ๗ ประกอบด้วย ๑) อาวาสสัปายะ ที่เงียบสงบ และมีสิ่งอำนวยความสะดวกพื้นฐานให้กับผู้เข้ามารับการรักษา ๒) โคจรสัปายะ ที่ไม่ไกลจากชุมชนในการหาสิ่งจำเป็นมาใช้ในชีวิตประจำวัน เช่นอาหาร ข้าวของเครื่องใช้ที่จำเป็นสำหรับคนไข้ ๓) ภัตตสัปายะ กลุ่มที่เกื้อกูลให้กำลังใจกัน พุดคุยเรื่องที่เป็นประโยชน์ ๔) บุคคลสัปายะ บุคคลที่ถูกกันเหมาะกัน คือ อยู่กับผู้ป่วยมะเร็งเหมือนกัน มีญาติที่เป็นมะเร็งเหมือนกัน ทำให้ตนเองรู้สึกว่าจะไม่อ้างว้างโดดเดี่ยว มีเพื่อนและได้กำลังใจจากคนรอบข้าง ๕) โภชนสัปายะ มีอาหารและยาสมุนไพรรักษาที่เหมาะสมกับสุขภาพของผู้ป่วยมะเร็ง ๖) อุตุสัปายะ อากาศที่บริสุทธิ์เหมาะกับการฟื้นตัวของคนไข้ ๗) อิริยาบถสัปายะ กิจกรรม การเคลื่อนไหวที่ผ่อนคลาย มีความสุขระหว่างที่ผู้ป่วยกำลังเคลื่อนไหว ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อสุขภาพร่างกายทั้งหมดที่กล่าวมาเหล่านี้สอดคล้องเกื้อกูลในการดำเนินชีวิต เกิดการพัฒนาปัญญาในการดำเนินชีวิตต่อไปอย่างมีความสุข

๓.๑ บทบาทในการจัดกิจกรรม

๓.๑.๑ อาคารสถานที่

วัดคำประมง ตั้งอยู่ที่บ้านคำประมง ตำบลส่วง อำเภอพรรณนานิคม จังหวัดสกลนคร ตั้งอยู่เส้นทางตามทางหลวงหมายเลข ๒๒ สายสกลนคร-พรรณนานิคมประมาณ ๓๐ กิโลเมตร และเลี้ยวขวาไปทางอำเภออากาศอำนวยอีกประมาณ ๑๐ กิโลเมตร*

วัดคำประมง เริ่มทำการก่อสร้างในปี ๒๕๒๙ บนพื้นที่รวมอ่างเก็บน้ำประมาณ ๓๐๐ ไร่ พื้นที่วัดส่วนใหญ่เป็นป่าติดกับอ่างเก็บน้ำอูน พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ พระราชทานอ่างเก็บน้ำขนาดกลางตามพระราชดำริ มีความจุ ๑ ล้านลูกบาศก์เมตร อาคารต่างๆ ภายในวัด สร้างตามแบบสถาปัตยกรรมสมัยใหม่ มีความสวยงามและสามารถประยุกต์ใช้ประโยชน์ได้อย่างหลากหลาย วัดคำประมงนอกจากจะเป็นสถานที่ท่องเที่ยวในอำเภอพรรณนานิคมจังหวัดสกลนครแล้ว ยังเป็นที่ดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย โดยเริ่มทำการรักษาผู้ป่วยมะเร็งอย่างเป็นทางการเมื่อปี ๒๕๔๔ โดยอาคารสถานที่ทั้งหมดในวัดคำประมงประกอบไปด้วย

ตึกอโรคยศาล เป็นอาคารที่ทำการในการดูแลผู้ป่วยมะเร็งประกอบด้วยตัวอาคารสูง ๓ ชั้น ด้านหน้าอาคารเป็นที่ประดิษฐานของพระพุทธรูปปางไสยาสน์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช พระแม่ธรณี พระอินทร์ หอระฆังวัด ซึ่งมีอุปกรณ์พื้นฐานทางการแพทย์ในการช่วยเหลือผู้ป่วยเบื้องต้น เช่น เครื่องเอกซเรย์ขนาดเล็ก ตู้ฟิโอร่าฟิล์ม หอระฆังทั้งแผนไทยและปัจจุบัน หอระฆังยาสมุนไพรประจำวันสำหรับคนไข้ ด้านหน้าเป็นเคาน์เตอร์จ่ายยา รับยา รับคนไข้ใหม่ ใช้สำหรับทำกิจกรรมร่วมกันเช่น สวดมนต์ นั่งสมาธิ ฟังเทศน์ และทำกิจกรรมร่วมกันระหว่างคนไข้ ญาติคนไข้จิตอาสา ชั้นสองเป็นห้องพระขนาดใหญ่ มีห้องทำงานของหลวงตา ห้องคุมเครื่องระบบเสียงตามสายที่กระจายเสียงประชาสัมพันธ์ สวดมนต์ เสียงกิจกรรมต่างๆ ทั่วบริเวณเพื่อให้คนไข้ที่ไม่สามารถลุกไปทำกิจกรรมได้ ได้มีส่วนร่วมและร่วมภาวนาไปพร้อมๆ กัน ส่วนชั้นบนสุดจัดเป็นห้องพักคล้ายกับห้องผู้ป่วยรวมในโรงพยาบาล ประกอบด้วยเตียงผู้ป่วยที่สามารถปรับเอนได้ เตรียมไว้เพื่อรองรับคณะที่ดูงานจากหน่วยงานต่างๆ โดยเฉพาะนักศึกษาแพทย์ที่มาฝึกดูแลผู้ป่วย ซึ่งมีความจำเป็นต้องพักค้างคืน

เรือนพักสำหรับผู้ป่วยและญาติ ภายในพื้นที่บริเวณวัดได้ถูกจัดสัดส่วนที่พักให้แก่ผู้ป่วยและญาติที่มาเฝ้าไข้ ๒ ลักษณะ ได้แก่ ผู้ป่วยหนักซึ่งจะถูกจัดให้อยู่ในอาคารสงฆ์อาพาธเป็นอาคารสูง ๒ ชั้น มีอุปกรณ์อำนวยความสะดวกใกล้เคียงกับโรงพยาบาล เพื่อเฝ้าสังเกตอาการ ส่วนผู้ป่วยที่มีอาการดีขึ้นช่วยเหลือตนเองได้ จะอยู่รวมกันเป็นกลุ่มตาม

* จังหวัดสกลนคร : สถานที่ท่องเที่ยวที่น่าสนใจในเขต อำเภอพรรณนานิคม แหล่งที่มา http://www.isantourism.org/info/s_tour_pannanikhon.shtml [๑ มีนาคม ๒๕๕๕]

เรือนไม้ บ้านดินซึ่งรื้อด้วยหมูแมกไม้ สระน้ำบ่อน้ำขนาดใหญ่ เรือนแต่ละหลังมีห้องแบ่งเป็นสัดส่วน ห้องน้ำอยู่ด้านหลังหรือถัดออกไป สำหรับที่ประกอบอาหารทางวัดได้จัดสร้างโรงครัวขนาดใหญ่ ไว้ให้hungต้มกันเองประมาณ ๓ จุด น้ำไฟทางวัดเป็นผู้รับผิดชอบเรื่องค่าใช้จ่าย ผู้ป่วยจึงเสียค่าใช้จ่ายในการซื้อของใช้ส่วนตัว และอาหารสดเพื่อทำอาหาร

สถานีวิทย์กระจายเสียงวัดคำประมง เป็นสถานีวิทย์กระจายเสียงที่เผยแพร่บทเพลง ข่าวสาร ความรู้เกี่ยวกับโรคและการรักษาโรคมะเร็ง โดยไม่มีโฆษณา

โรงเรียนปลูกพืชแบบไร้ดิน ผู้ป่วยและญาติสามารถปลูกผักสวนครัวตามพื้นที่ว่างเปล่า เพื่อนำไปประกอบอาหารได้ นอกจากนั้นยังได้สร้างโรงเรียนปลูกพืชแบบไร้ดิน (Hydroponics) ซึ่งมีผู้ป่วยที่แข็งแรง เจ้าหน้าที่วัดและจิตอาสาช่วยดูแล ทำให้มีแหล่งอาหารปลอดสารพิษรับประทานโดยไม่เสียค่าใช้จ่าย*

โรงกรองน้ำ

โรงกรองน้ำเป็นโครงการปรับปรุงคุณภาพน้ำบาดาลให้สามารถปรับปรุงน้ำให้บริสุทธิ์

สามารถดื่มกินได้ สร้างโดยกรมทรัพยากรน้ำบาดาล กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม สามารถผลิตน้ำได้ ๒,๕๐๐ ลิตรต่อวัน

พื้นที่สำหรับตั๋ยมยาสมุนไพร สำหรับผู้ป่วยมะเร็งที่เข้ามารับการบำบัดมะเร็งที่วัดคำประมงกับหลวงตาจึงต้องผ่านการประกอบพิธีกรรมตั๋ยมยาสมุนไพรหม้อแรก รวมไปถึงเจ้าหน้าที่วัดจะใช้พื้นที่นี้สำหรับตั๋ยมยาเพื่อจ่ายให้คนไข้ในแต่ละวันเช้า เย็น โดยบริเวณนี้จะประกอบไปด้วย โรงเก็บพื้น เตาสีสำหรับตั๋ยมยาจำนวนประมาณ ๒๐ เต้า พื้นที่สำหรับประกอบพิธีซึ่งผู้ป่วยและญาติ จะนั่งสมาธิ สวดมนต์ร่วมกันโดยพิธีตั๋ยมยาจัดขึ้นสำหรับผู้ป่วยรายใหม่ โดยกำหนดฤกษ์หลวงตาจะเป็นผู้กำหนด

พื้นที่สำหรับประกอบพิธีฌาปนกิจ สำหรับผู้ป่วยที่เสียชีวิตที่วัดและญาติ

ที่มีความประสงค์ ที่จะเผาศพที่วัดคำประมงโดยไม่คิดค่าใช้จ่าย

มหาวิทยาลัย เป็นที่สำหรับใช้ในการจัดกิจกรรม ประชุมแลกเปลี่ยนความรู้ของแพทย์ พยาบาล คณบดี นิสิต นักเรียน นักศึกษา กลุ่มศึกษาดูงาน ที่มีความสนใจการดูแลสุขภาพผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์รวมและมาเป็นอาสาสมัคร จิตอาสา พร้อมกันนี้มหาวิทยาลัยยังใช้เป็นที่พักค้างคืน สามารถรองรับหมู่คณะจำนวนมาก

สวนพักผ่อนหย่อนใจ บริเวณสวนหย่อมรอบๆอุโบสถ วัดคำประมงได้สร้าง

พระพุทธรูปขนาดใหญ่ไว้สักการะบูชา ได้แก่ พระพุทธรูปพิตมมารทำจากหินแกรนิต

*อโรคยศาล วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร, หนังสือที่ระลึกงานรับพระราชทานปริญญาบัตร วิทยาศาสตร์สุขภาพบัณฑิต พระปณพัสร์ จิระมโม, หน้า ๑๕๘.

พระพุทธรูปนาคปรก พระโพธิสัตว์กวนอิม พระสิวลี พระพุทธรชินราชกลางน้ำ พระพุทธรูปปางป่าเลไลยก์ พระพุทธโฆษาจารย์โฆษะยุยประภา รูปเหมือนหลวงปู่เทสก์ อ่างเก็บน้ำขุน ศาลา สะพานปลา และศาลานาคเล่นน้ำ ซึ่งมีความสวยงามและเป็นสถานที่พักผ่อนหย่อนใจของผู้คนในจังหวัดสกลนคร และจังหวัดใกล้เคียง

๓.๑.๒ ด้านผู้ป่วยและญาติ

จากยอดสรุปผู้ป่วยมะเร็งตั้งแต่ปี ๒๕๔๔ ถึงวันที่ ๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๕ จำนวนทั้งสิ้น ๒,๙๔๐ คน เฉพาะในปี ๒๕๕๔ มีผู้ป่วยมะเร็งเข้ารับการรักษาที่วัดคำประมงทั้งสิ้น ๕๗๖ คน แบ่งเพศชาย ๓๑๐ คน เพศหญิง ๒๖๖ คน สามารถจัดลำดับผู้เข้ามารักษาแยกประเภทตำแหน่งที่เกิดมะเร็งจากมากไปน้อยได้ดังนี้

- ๑) มะเร็งตับ ๑๓๒ คน
- ๒) มะเร็งท่อน้ำดี ๘๑ คน
- ๓) มะเร็งเต้านม ๖๐ คน
- ๔) มะเร็งลำไส้ ๕๓ คน
- ๕) มะเร็งปอด ๕๐ คน
- ๖) มะเร็งน้ำเหลือง ๒๓ คน
- ๗) มะเร็งหลังโพรงจมูก ๒๒ คน
- ๘) มะเร็งปากมดลูก ๒๐ คน
- ๙) มะเร็งรังไข่ ๑๘ คน
- ๑๐) มะเร็งกระเพาะอาหาร ๑๕ คน
- ๑๑) มะเร็งชนิดอื่นๆ (มะเร็งเกิดขึ้นหลายตำแหน่ง) ๑๐๒ คน

ผู้ป่วยและญาติผู้ป่วยส่วนใหญ่มาจากทั่วทุกภาคของประเทศไทย โดยส่วนมากจะมาจากจังหวัดทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือและยังมีผู้ป่วยเป็นชาวต่างประเทศเช่น ลาว พม่า ผู้ป่วยที่มาทำการรักษาที่วัดคำประมงมีการศึกษา ตั้งแต่ชั้นพื้นฐานจนถึงการศึกษาระดับปริญญาเอก อาชีพส่วนใหญ่ก่อนที่จะมารักษาตัวด้วยโรคมะเร็งมีหลากหลายอาชีพ แต่ในช่วงที่ทำการเก็บข้อมูลพบว่าส่วนใหญ่ประกอบอาชีพครูและค้าขาย โดยอาการของโรคจะเป็นอาการของโรคมะเร็งที่แพร่กระจายไปยังที่ต่างๆ ผ่านการผ่าตัด ฉายแสงและการให้เคมีบำบัดมาแล้ว ผู้ป่วยส่วนใหญ่จะมีญาติมาคอยดูแลอย่างน้อย ๑ คนซึ่งมีความสัมพันธ์เป็นพ่อแม่ ลูก สามียหรือภรรยา พี่น้อง ในการดูแลญาติผู้ป่วยจะดูแลเรื่องอาหารการกิน การตั้มยา การพาไปสวดมนต์ นั่งสมาธิ และกิจกรรมต่างๆ คนไข้มะเร็งบางคนที่มีรักษาตัวและกลับมาแข็งแรงสามารถดูแลตัวเองได้โดยที่ไม่มีญาติเฝ้า ส่วนระยะเวลาพักรักษาตัวที่วัดคำประมงโดยเฉลี่ย จากสถิติพบ

ว่าคนไข้มะเร็งส่วนใหญ่ใช้ระยะเวลาในการพักรักษาตัวตั้งแต่สองสัปดาห์เป็นต้นไป หลังจากที่เราเรียนรู้เรื่องการปฏิบัติตนที่ถูกต้อง อันได้แก่การดูแลกายและจิตใจของผู้ป่วย ประกอบไปด้วยอาหารและยาสมุนไพร การทำจิตใจให้เบิกบาน การทำสมาธิภาวนา ผู้ป่วยมะเร็งที่อาการเริ่มดีขึ้นบางส่วนจะรับยาสมุนไพรและกลับไปรักษาตัวต่อที่บ้าน และมีผู้ป่วยบางส่วนยังคงรักษาตัวต่อเนื่องที่วัดค่าประมงโดยจะมีคนผู้ป่วยมะเร็งที่รักษาตัวเฉลี่ยอยู่ที่วัดค่าประมงประมาณ ๓๐ ราย

๓.๑.๓ ด้านผู้ให้การดูแล

พระจิรัฏฐโม ภิกขุ(ภิกษุ(ภิกษาลพัคตรัตนินิธิ)

พระจิรัฏฐโม ภิกขุ(ภิกษุ(ภิกษาลพัคตรัตนินิธิ) ผู้ให้การดูแลหลัก ปัจจุบันดำรงตำแหน่งเป็นเจ้าอาวาส วัดค่าประมง จังหวัดสกลนคร เกิดวันที่ ๒๒ มีนาคม พ.ศ. ๒๔๙๗ หลังจากจบการศึกษาปริญญาตรีวิศวกรรมศาสตร์ สาขาการชลประทาน มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ในปี ๒๕๑๙ ได้รับราชการตำแหน่งวิศวกรชลประทาน ๓ กองออกแบบกรมชลประทาน จนถึงปี พ.ศ.๒๕๒๑ ได้รับมอบหมายงานไปดูแลการก่อสร้างเขื่อนในภาคอีสาน วันหนึ่งมีโอกาสไปกราบท่านพระครูสันติวรญาณ หรือหลวงปู่สิม พุทธาจาโรซึ่งเป็นพระเกจิชื่อดัง ทำให้เกิดศรัทธาแรงกล้า และได้อุปสมบทในปี พ.ศ. ๒๕๒๒ ณ อุโบสถวัดสันติสังฆาราม บ้านบัว ต.สว่าง อ.พรรณานิคม จ.สกลนคร

ต่อมาปี ๒๕๓๙ หลวงตาป่วยเป็นมะเร็งหลังโพรงจมูก (Nasopharynx) ได้ทำการรักษาทั้งแพทย์แผนปัจจุบัน ได้รับความทุกข์ทรมานกับการรักษาทั้งจากการได้รับการฉายแสงพร้อมกับการให้คีโมทุกวัน จนกระทั่งหยุดการรักษาและกลับมารักษาตัวที่วัดโดยใช้สมาธิกับผสมผสานกับการใช้สมุนไพรไทย จนอาการเจ็บป่วยหายไป เมื่อประชาชนทราบข่าว ต่างนำผู้ป่วยมะเร็งเข้ามาขอให้ท่านช่วยรักษา

จากประสบการณ์ตรงของท่านที่ผ่านการเจ็บป่วย ความทุกข์ทรมานที่ต้องเผชิญกับโรคมะเร็ง จึงมีปณิธานจะช่วยเหลือผู้ป่วยมะเร็งโดยไม่เลือกชั้นวรรณะ เชื้อชาติศาสนา และดูแลรักษาโดยไม่คิดค่าใช้จ่าย ด้วยปณิธานนี้เองวัดค่าประมง จึงได้ก่อตั้ง อโรคยศาล เมื่อปี ๒๕๔๗ เพื่อบริการรักษาโรคมะเร็งด้วยสมุนไพรไทย และใช้สมาธิเพื่อบำบัดโรคมะเร็ง โดยไม่มีการเรียกเก็บค่ารักษาพยาบาลจากผู้ป่วยใดๆทั้งสิ้น ค่าใช้จ่ายทั้งหมดมาจากเงินบริจาคของผู้มีจิตศรัทธา โดยพระจิรัฏฐโม ภิกขุ(ภิกษุ(ภิกษาลพัคตรัตนินิธิ) หรือที่ส่วนใหญ่ผู้ป่วยมะเร็งเรียกว่าหลวงตา เป็นผู้คิดค้นสูตรยาสมุนไพรรักษาโรคมะเร็ง เป็นผู้ดูแลหลักในการดูแลผู้ป่วย โดยทุกวันเริ่มตั้งแต่เวลาประมาณ ๙.๐๐ - ๑๐.๓๐ น. หลังจากทำกิจกรรมดนตรีบำบัดและสวดมนต์เรียบร้อยแล้ว หลวงตาจะเทศน์และสอนการเจริญภาวนาให้กับผู้ป่วยญาติผู้ป่วย จิตอาสา ในเวลา ๑๖.๐๐ น จนถึงเวลา ๒๐.๐๐ น. หลวงตาตรวจเยี่ยมผู้ป่วย

มะเร็งที่พื้ตามอาคารผู้ป่วย บ้านดิน และเรือนพัก มีการวัดความดันโลหิต วัดการเต้นของหัวใจ สอบถามอาการทางกายเพื่อเพิ่ม ลด ยาสมุนไพรตามความเหมาะสม ให้กำลังใจ และสอนภานาวาผู้ป่วย เวลา ๒๐.๐๐ ถึง ๒๒.๐๐ น. หลวงตาจะกลับมาที่อาคารอโรคยศาล เพื่อเทศน์และสอนภานาวาผู้ป่วยที่แข็งแรงสามารถมาทำกิจกรรมได้ รวมถึงญาติผู้ป่วย และจิตอาสา ส่วนคนไข้หนักจะได้รับฟังตามบรรยากาศที่อาคารอโรคยศาลตามเสียงตามสาย ที่ติดตั้งทั่วบริเวณอาคารเรือนพักผู้ป่วย เวลา ๒๒.๐๐ น. จะเป็นการตรวจรักษา นัดดื่มยาสมุนไพร สำหรับคนไข้ใหม่ที่เข้ามารับการรักษานในวันนั้นๆ การจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายที่วัดคำประมง หลวงตาได้ให้สัมภาษณ์ในเรื่องการบริหารจัดการที่ต่างจากที่อื่นดังต่อไปนี้

พระจิรธัมโม ภิกขุ(ภิบาลพัคตรัณิ):”งานเฉพาะทางคือโรคมะเร็ง หลวงตาต้องวิเคราะห์เรื่องแผนโรค แล้วก็ส่วนหนึ่งก็คือแพทย์อาสาที่ไม่ค่อยได้มา ส่วนใหญ่เราก็ต้องรับเองทุกเรื่อง ไม่ว่าจะเป็นการเงิน การบริหารจัดการ ทยุกยาสมุนไพร การประสานงานองค์กรต่างๆ กระทั่งการบรรยาย...ทำงานอย่างมีปัญญาแล้วก็ทำงานด้วยหัวใจที่แท้จริง ความรู้ด้านการแพทย์ ความรู้ด้านภาษา ความรู้ทางด้านศิลปะ การแพทย์ทางเลือกต่างๆ มันก็ต้องเลือกที่เหมาะสมกับคนไข้ ด้านความทุกข์ทรมานจากการใช้ยา เราต้องมองเห็นปัญหาให้ชัดเจน แล้วเราก็ต้องพยายามแก้ปัญหานั้น อย่างเป็นธรรม และเป็นธรรมชาติที่ไม่เอาผลประโยชน์เข้าไปเกี่ยวข้อง...เพียงแต่ว่าตอนแรกๆ มันต้องห่มทุกคนต้องมาด้วยใจแล้วเรียนรู้ด้วยใจแล้วแก้ปัญหาคด้วยใจอย่างแท้จริง มันต้องใช้เวลา ผ่านอุปสรรค ผ่านความเจ็บปวด ผ่านความทุกข์ ผ่านความอดทน สารพัด ความกระทบกระทั่งอันใจจากสิ่งต่างๆ จากคนบ้าง จากงานบ้าง จากสภาพแวดล้อมบ้าง หรือจากปัญหาเศรษฐกิจบ้าง เศรษฐกิจการเมือง ต้องมีเงิน ต้องดูแลผู้ป่วยทุกเดือน เงินจะมาจากไหน ให้เรารู้จักคิดแบบคนจน รู้จักกลายเป็นคนจน ต้องไปเจอโรคมะเร็ง ต้องไปเจอโรงพยาบาลค่ายมหาโหดเจอหมอที่เชี่ยวชาญด พุดคำก็คิดเงิน พยาบาลเข้ามาหนึ่งก็คิดเงิน มีเท่าไรก็หมดเงิน เข้ามาแกร็กสองแกร็กเป็นเงินเป็นทองหมด คนไข้ที่กำลังเป็นระยะสุดท้ายจะตายแน่ไม่ตายแน่อยู่แล้ว”*

แพทย์จิตอาสา

นายแพทย์ศิริโรจน์ กิตติสารพงษ์ อดีตรองผู้อำนวยการฝ่ายการแพทย์โรงพยาบาลรักษัสกล จังหวัดสกลนคร จบการศึกษาแพทยศาสตรบัณฑิต คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เริ่มเป็นจิตอาสาที่วัดคำประมง จังหวัดสกลนครเมื่อมีนาคม ๒๕๔๙ งานแพทย์อาสาที่ปฏิบัติคือ ช่วยตรวจวินิจฉัยเพื่อยืนยันการเป็นโรคมะเร็ง การดูแล

* สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ดูแล พระจิรธัมโม ภิกขุ(ภิบาลพัคตรัณิ) วันที่ ๑๕ เมษายน ๒๕๕๔ เวลา ๑๕.๐๐

โรคอื่นๆ ที่ผู้ป่วยเป็นร่วม การทำหัตถการทางการแพทย์เช่น เจาะน้ำในท้อง เจาะน้ำในปอด การตรวจเลือดเพื่อดูสภาวะของเม็ดเลือด (Life blood analysis) การจ่ายยารักษาโรค การให้คำปรึกษาในการดูแลรักษา โดยจะเข้ามาดูแลผู้ป่วยที่วัดค่าประมงโดยเฉลี่ยสัปดาห์ละ ๑ ครั้ง และร่วมบรรยาย ประชาสัมพันธ์ในการเผยแพร่ความรู้การดูแลผู้ป่วยมะเร็งโดยใช้สมุนไพรและสมาธิบำบัด โดยนอกเหนือจากการดูแลด้านกาย ได้กล่าวถึงจุดแข็งในด้านการรักษาแบบองค์รวมของที่วัดค่าประมง และการดูแลผู้ป่วยโดยนำหลักกรรมมาใช้ในทางปฏิบัติโดยการสอนให้ผู้ป่วยประยุกต์ใช้การพิจารณาความปวดที่เกิดขึ้น การเจริญสติ ดังคำให้สัมภาษณ์ต่อไปนี้

นายแพทย์ศิริโรจน์ : “จุดแข็งคือ ปรัชญาคือตัวแนวคิดการให้การดูแลผู้ป่วย เรามองที่ตัวผู้ป่วยเป็นสำคัญ เราไม่ได้ยึดอยู่ที่ตัววิธีการ แต่ว่าวิธีการนั้นอาจจะมีทั้งสมาธิบำบัด อาหารบำบัด

สมุนไพรบำบัด กิจกรรมดนตรีมันผสมผสานและก็มีสิทธิ์ที่จะเลือกและสัมผัสได้ มีความยืดหยุ่นมันสามารถยอมรับกันได้แทบทุกประเภท ถึงแม้ว่าวิธีแกนหลักถึงจะไม่แตกต่างกัน แต่รูปแบบคนจะยอมรับได้ง่าย ในเรื่องของจิตวิญญาณ คือ ผู้ดูแลเป็นพระเป็นจุดแข็งอันหนึ่งที่เขามั่นใจ ส่วนทางหมอซึ่งเป็นแผนปัจจุบัน มันจะเป็นการเสริมความมั่นใจของเขามีสัจจะของทางวิทยาศาสตร์ช่วยเหลืออีกทางหนึ่งด้วย ในส่วนของจิตอาสาหรือคนที่มาทำกิจกรรมนี้ มันมีความหลากหลาย คนไข้จะมีความสุขกับกิจกรรมที่คนเอามาให้ด้วย กิจกรรมหลากหลายขนาดนี้ ก็เป็นจุดที่แตกต่างจากที่อื่น”*

นายแพทย์ศิริโรจน์ : “หมอจะแนะนำ ให้รู้ร่างกายเป็นสิ่งที่ควบคุมไม่ได้ แต่สิ่งที่พอจะควบคุมได้คือจิตใจ ให้เขามานั่งเรื่องของจิตใจว่า ถึงร่างกายจิตใจจะป่วยเป็นอะไรก็ตามแต่จิตใจก็ไม่ป่วยได้ ถ้าถึงที่สุดแล้ว ถ้าทำอะไรไม่ได้ เราก็ต้องยอมบ้าง มันถึงวาระของเราแล้ว แต่จิตใจของเราไม่ได้เสียหาย หมอยังพูดเล่นๆ ว่า ร่างกายพังเต็มที่แล้ว อวัยวะเสื่อมเสียขนาดแล้ว ก็อย่าไปเอาเลย มาลองสู้อำนาจจิตใจให้สบายเพื่อที่จะได้ร่างใหม่ที่ดูสวยๆ หรือบางทีเราอาจโชคดี เราภพภูมิมันสูงมากจนไม่ได้มาเกิดใหม่ก็ได้นะ หากด้านจิตใจมีความเป็นห่วงจิตกังวล ให้แนวคิดกลับไปการไปคิดถึงงานเรากลับไปคิดก็ได้ แต่ในขณะนี้เราอยู่ที่วัดเรามารักษาตัวเอง ให้เขาอยู่ในสิ่งที่ปัจจุบันไม่ดีกว่าหรือ สิ่งที่มาไม่ถึงเราค่อยว่ากัน อยู่กับปัจจุบัน เช่น เราหายใจ เราบริหารลมพหุโธ หมายความว่าขณะนั้นเราพูดคำว่าพหุโธมันก็เป็นสิ่งที่เราอยู่ปัจจุบันอยู่แล้ว แต่ถ้าเราพูดพหุโธ แต่ว่าเราไปคิดถึงเรื่องอื่นก็แสดงว่าสมาธิเราไม่ถึงเพราะว่าเราไม่ได้เจริญสติ... เราไม่ได้ฟังเราคนเดียว เราฟังหลวงพ่อ เทคนิเป็นประจำ ฟังซ้ำๆ เขา ก็จะเกิดปัญญาขึ้นมา เพราะสิ่งนั้นเป็นสภาวะธรรมที่

*สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ดูแล นายแพทย์ศิริโรจน์ กิตติสารพงษ์ วันที่ ๒๓ กรกฎาคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๕.๐๐ น

เกิดขึ้นในตัวเขาแล้ว เพียงแต่ว่าเข้าใจหรือไม่แค่นั้นเอง”*

คณะจิตอาสา

คณะจิตอาสาหลากหลายสาขาวิชาชีพ ที่หมุนเวียนเข้ามาทำกิจกรรมตามสิ่งที่ตนเองถนัดอันได้แก่ แพทย์พยาบาลจิตอาสา อาสาสมัคร หมอพื้นบ้าน คณะนิสิตแพทย์ พยาบาลจากสถาบันการศึกษาจากในกรุงเทพฯและต่างจังหวัด เข้ามาทำกิจกรรมบำบัด ในรูปแบบต่างๆ ยกตัวอย่างเช่นทำอาหารเพื่อสุขภาพ สอนออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้ป่วย เยี่ยมให้กำลังใจ ตรวจสุขภาพผู้ป่วย เล่นดนตรี โดยจะมีกลุ่มจิตอาสาเข้ามาทำกิจกรรมที่ วัดคำประมง เฉลี่ยเดือนละ ๑ กลุ่ม

นอกจากนั้น ในด้านการเผยแพร่และการพัฒนาการดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย แบบองค์รวมที่วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร ให้เป็นที่รู้จักแก่วงกว้าง เป็นการทำงานร่วมกันระหว่างหลวงตาและจิตอาสาทุกสาขาอาชีพ ในการช่วยเหลือให้คำแนะนำ ประชาสัมพันธ์ ประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้แก่สถาบันการศึกษา โรงพยาบาลและองค์กรต่างๆ ที่สนใจ ทำให้เกิดการต่อยอดความรู้ทางด้านการดูแลแบบองค์รวม อันได้แก่ การเข้ามา ศึกษาดูงานที่วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร หรือการนิมนต์ให้เป็นวิทยากรบรรยายนอกสถานที่ การประชาสัมพันธ์ทางสื่อวิทยุเช่นสัมภาษณ์รายการวิทยุ สวพ.๙๑ ตันบุญตันแบบ จิตอาสา ประจำทุกวันเสาร์ เวลา ๑๒.๑๕ น. การให้ความร่วมมือทางวิชาการระหว่างคณะ พยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กับอโรคยศาลวัดคำประมง เป็นต้น

๓.๒ หลักการและกระบวนการ การจัดการดูแลผู้ป่วยแบบองค์รวมที่วัด คำประมง จังหวัดสกลนคร

หลักการการจัดการดูแลผู้ป่วยแบบองค์รวมที่วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร

มีการนำระบบการรักษาพยาบาลเช่นเดียวกับโรงพยาบาลทั่วไป ซึ่งมีความเป็นระบบระเบียบในการเข้าถึงข้อมูล การติดตามผล และมีรูปแบบเฉพาะที่เหมาะสมกับสภาพ ของคนไข้ มีเจ้าหน้าที่ของวัด จิตอาสาและผู้ดูแลที่มีใจมีความปรารถนาดีที่จะให้ผู้ป่วย หายจากอาการเจ็บไข้ ในการรักษาแบบองค์รวมของที่วัดคำประมงจังหวัดสกลนคร ซึ่ง สามารถสรุปเป็นลำดับขั้นตอนได้ดังต่อไปนี้

๓.๒.๑ การเตรียมตัวก่อนเข้ารับการรักษาที่อโรคยศาล ประกอบไปด้วย ๑) ประวัติการรักษาจากโรงพยาบาล หรือคลินิกเดิมที่ตรวจพบว่าผู้ป่วยเป็นมะเร็ง ๒) ผลตรวจ เลือด พิธีเอกซเรย์ ผลตรวจอัลตราซาวด์ (ถ้ามี) ผล CT-SCAN หรือ MRI ๓) หม้อเคลือบ

*สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ดูแล นายแพทย์ศิริโรจน์ กิตติสารพงษ์ วันที่ ๒๓ กรกฎาคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๕.๐๐

สำหรับใส่ยาต้มเบอร์ ๓๒ จำนวน ๑ ใบ ๔) อาหารเสริมไอโซคาลชนิดขิงต้ม ๑ กระป๋อง ๕) น้ำยาบ้วนปากกลีเซอรีน ยาสีฟันฟลูออรีนอาหารสำหรับผู้ป่วยและญาติที่เฝ้าไข้ ๖) ข้าวสาร (ข้าวเจ้า) ข้าวกล้อง หม้อหุงข้าว กระจกน้ำร้อน อาหาร ๗) ผักและเครื่องปรุงต่าง โดยทางวัดมีโรงครัว-ตู้เย็นให้ ซึ่งญาติจะต้องเป็นผู้ที่ทำอาหารให้ผู้ป่วยรับประทานเอง เครื่องใช้ส่วนตัวอื่นๆ และต้องมีญาติมาเฝ้าอย่างน้อย ๑ - ๒ คน

๓.๒.๒ **ปฐมนิเทศ** ให้ผู้ป่วยที่เข้ามาบำบัดรักษาเข้าใจความหมายและเป้าหมายของ อโรคยศาล เพื่อปรับความคาดหวังของผู้ป่วยให้สอดคล้องกับเป้าหมายและวัตถุประสงค์ของอโรคยศาล

๓.๒.๓ **การวินิจฉัยโรค** ใช้หลักฐานสำคัญทางการแพทย์แผนปัจจุบันประกอบ เช่น ประวัติการรักษา หนังสือการส่งต่อ ผลการทำอัลตราซาวด์ เอกซเรย์ ผลสแกน คอมพิวเตอร์ ผลเลือด ผล MRI ตลอดจนผลการตรวจชิ้นเนื้อ หรือหลักฐานอื่นๆ ที่วินิจฉัยว่าผู้ป่วยที่เข้ามาบำบัดรักษาเป็นมะเร็งจริง และเป็นระยะที่เท่าใดแล้ว

๓.๒.๔ การรักษา ใช้หลักการในทางพระพุทธศาสนา โดยใช้สมาธิบำบัด สวดมนต์ นั่งสมาธิ และเดินจงกรม ควบคู่กับการใช้ดนตรีบำบัด และธรรมชาติบำบัด การใช้สมุนไพร รักษาโรคมะเร็งตามแนวทางการรักษาด้วยสมุนไพร ตามกำลังธาตุของผู้ป่วย

๓.๒.๕ การประกอบพิธีกรรมในการดื่มยาสมุนไพรของผู้ป่วยแต่ละรายๆ โดยอาศัย การคำนวณฤกษ์เพื่อใช้ประกอบในพิธีดื่มยาตามหลักโหราศาสตร์ซึ่งมีมาแต่โบราณ ซึ่งอาศัย ฤกษ์ตามดวงชะตาและกำลังธาตุของผู้ป่วยแต่ละคนเป็นการส่งเสริมและสร้างกำลังใจให้ผู้ป่วยไปในตัว

๓.๒.๖ การให้ครอบครัวของผู้ป่วยมีส่วนร่วมรับรู้ในการบำบัดรักษา และพักอยู่กับผู้ป่วยที่อโรคยศาล วัดคำประมงด้วย เช่น ญาติของผู้ป่วยจะต้องทำหน้าที่ต้มยา อุ้มยา ให้กับผู้ป่วย และเข้าร่วมพิธีกรรมในการดื่มยาเพื่อสวดมนต์ขอพรและทำสมาธิต่อหน้าสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ป่วยหายจากโรคมะเร็งที่เป็นอยู่หรืออาการทุเลาเบาบางลงไป เช่น ทำนบมรคฐิวกโกมารภัจจ์ เทพเทวา เพื่ออัญเชิญมาในพิธีกรรมการดื่มยาสมุนไพรแก้โรคมะเร็งด้วย

๓.๒.๗ การรักษาด้วยแพทย์แผนปัจจุบัน ที่เป็นอาสาสมัครจากที่ต่าง ๆ ทั้งในและนอกจังหวัดสกลนคร โดยเฉลี่ยสัปดาห์ละ ๑ ครั้ง การเจาะเลือดโดยพยาบาลวิชาชีพ ประมาณเดือนละ ๑ ครั้ง (ต่อผู้ป่วย ๑ คน) ขึ้นอยู่กับความจำเป็นในการตรวจแต่ละราย

๓.๒.๘ การเยียวยาด้วยแพทย์ทางเลือกอื่นๆ ได้แก่ การใช้อาหารบำบัด ดนตรีบำบัด ธรรมชาติบำบัด และอื่นๆ

๓.๒.๙ การส่งต่อผู้ป่วยในรายที่มีอาการหนัก ซึ่งอาจจะเยียวยาให้ดีขึ้นด้วยการ

รักษาในโรงพยาบาล เพื่อให้พ้นวิกฤติแล้วกลับมาบำบัดรักษาตัวต่อไปได้ เช่น ผู้ป่วยอยู่ในภาวะที่ช็อคมาก ภาวะเสียน้ำรุนแรง แต่จะไม่ส่งต่อเพื่อพ่วงชีพในกรณี que ผู้ป่วยสิ้นหวังแล้ว

๓.๒.๑๐ ผู้ให้การดูแลบำบัดเยียวยา คือ พระจิรัชโม ภิกขุ (ภิกขาพัคคัรณี) เจ้าอาวาส วัดคำประมง เป็นหลักในการบำบัดรักษา โดยมีแพทย์ พยาบาล ญาติกร บุคคลากรทางสาธารณสุขที่เป็นอาสาสมัครที่เสียสละเวลาเข้ามาช่วยเหลือ ผสมผสานการรักษากับแพทย์แผนปัจจุบัน

๓.๒.๑๑ การติดตามการรักษา ใช้การติดตามอาการผู้ป่วย การตรวจชีพจร วัดความดันโลหิต วัดอุณหภูมิ เป็นการประเมินตามความก้าวหน้าของการบำบัดรักษาประจำวัน มีการชั่งน้ำหนัก และการตรวจเลือดเป็นระยะ

๓.๓. กระบวนการและกิจกรรมในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายที่วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร

๓.๒.๑๒ ลำดับเวลาและกิจกรรมการตรวจรักษา

เวลา ๐๙.๐๐ น. ผู้ป่วยและญาติผู้ป่วยร่วมกันทำบุญตักบาตร ทำกิจกรรมดนตรีบำบัด สวดมนต์ฝึกสมาธิ และฟังธรรมจากหลวงตา

เวลา ๑๐.๐๐ น. นัดล้างพิษ (ผู้ป่วยใหม่) ตามกำลังธาตุของแต่ละคนด้วยสมุนไพร ตรวจวัดไข้-ความดัน-ชีพจร ตรวจวินิจฉัยโรค จ่ายยา (นัดเวลา-สำหรับผู้ป่วยใหม่ เพื่อประกอบพิธีตมยาหม้อแรก เป็นปฐมฤกษ์โดยการตมยาสมุนไพรแต่ละหม้อจะใช้เวลาประมาณ ๒ ชั่วโมงครึ่ง ถึง ๓ ชั่วโมง)

หมายเหตุ การตมยาของผู้ป่วยเก่า (ผู้ป่วยที่เคยมาบำบัดแล้วและมีความประสงค์ที่จะกลับไปอยู่ที่บ้านเพื่อดูแลตัวเองต่อไป) ที่มาติดตามผลจะมีทุกวัน

เวลา ๑๕.๐๐ – ๒๐.๐๐ น. หลวงตาตรวจเยี่ยมใช้ตามเรือนพักผู้ป่วย

เวลา ๑๘.๐๐ – ๑๙.๐๐ น. สวดมนต์ ทำวัตรเย็น

เวลา ๑๙.๐๐ – ๒๐.๐๐ น. กิจกรรมดนตรีบำบัด

เวลา ๒๐.๐๐ – ๒๑.๐๐ น. ฟังธรรมและอบรมสมาธิ โดยหลวงตา

เวลา ๒๑.๐๐ – ๒๒.๐๐ น. รับประทานยาสมุนไพรตามอาการของโรค

นัดวันเวลาล้างพิษผู้ป่วยด้วยสมุนไพร

นัดวันเวลาเพื่อทำพิธีตมยาหม้อแรกสำหรับผู้ป่วยใหม่

หมายเหตุ คนไข้บางคนป่วยหนักมากไม่สามารถมาทำกิจกรรมประจำวันได้ จะมีญาติเป็นตัวแทนมารายงานผลการรักษาและบอกอาการของคนไข้และรับยาไปให้คนไข้

รับประทานตามคำแนะนำของแพทย์หรือผู้ดูแลผู้ป่วย*

๓.๔.การดูแลทางกายผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์รวมที่วัดค่าประมง จังหวัดสกลนคร

๓.๔.๑ ด้านอาหารผู้ป่วย

การดูแลทางกายผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์รวมที่วัดค่าประมง จังหวัดสกลนคร เน้นหนักในเรื่องอาหารเพื่อสุขภาพของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย โดยไม่ได้จำกัดว่าจะเป็นแนวคิดทฤษฎีอาหารบำบัดของใคร เพื่อให้เกิดทางเลือกหลายๆทางในการรักษา โดยผู้ป่วยจะได้รับคำแนะนำง่าย ๆ ต่อการปฏิบัติตัวในการเลือกรับประทานอาหารโดยแบ่งเป็นอาหารที่ห้ามรับประทาน และอาหารที่ควรรับประทานดังต่อไปนี้

อาหารที่ผู้ป่วยห้ามรับประทาน มีดังนี้

กลุ่มเนื้อสัตว์และผลิตภัณฑ์จากสัตว์ทุกชนิด โดยเฉพาะ กบ เต่า ปลาไหล ตะพาบ ปลากกระเบน เป็ด ห่าน ไชนกกระทา ปลาร้า ปลาจ่อม ปลาแจ่ว ปลาต้ม แหนม ปูเค็ม ปูทะเลสด อาหารทะเล หอยทุกชนิด เนื้อวัว เนื้อควาย กระเพาะปลา เย็นตาโฟ รวมทั้ง ไช้ นม และ ไขมันจากสัตว์

พืชบางชนิด โดยเฉพาะที่มีรสหวานจัด เช่น ขนุน ลำไย ทูเรียน กล้วยหอม ละมุด กะทิ ข้าวขัดขาวทุกชนิด น้ำตาลทรายขาว แดงโม พืชที่มีไขมันที่ไม่อิ่มตัว เช่น กะทิ มะพร้าวอ่อน พืชบางอย่างที่แฉลง เช่น หน่อไม้ แดงกวา ใบชะพลู ฝรั่ง เป็นต้น

ลดโปรตีนจากพืช เช่น ถั่วเมล็ดต่างๆ เช่น ถั่วเขียว ถั่วเหลือง ถั่วดำ ถั่วลิสง ฯลฯ เต้าหู้เห็ดต่างๆ

ลดไขมันจากพืช เช่น น้ำมันงา ถั่วเหลือง

งดเครื่องปรุงที่มีวัตถุกันเสีย ที่มีผงชูรส น้ำปลา กะปิ น้ำตาลทรายขาว ของหมักดองทุกชนิด เต้าเจี้ยว สีมผสมอาหาร

งดเครื่องดื่ม เช่น ชา กาแฟ รังนก ชูปโก๊สก๊ต โอวัลติน

นอกจากนี้ยังไม่ควรใช้เครื่องใช้ที่อาจมีสารพิษปนเปื้อน เช่น พลาสติก หม้ออลูมิเนียม แต่ควรใช้หม้อดิน สแตนเลส เซรามิค หม้อเคลือบ หรือ ทัพพีไม้ เป็นต้น

อาหารที่ควรรับประทาน มีดังนี้

คาร์โบไฮเดรตเชิงซ้อน ๕๐ – ๗๐ % เช่น ข้าวกล้อง(ข้าวเจ้า หรือข้าวเหนียวกล้องก็ได้) เผือก มัน ข้าวโพด ข้าวฟ่าง ลูกเดือย ข้าวโอ๊ต ข้าวบาร์เลย์

*การบำบัดรักษา แหล่งที่มา <http://www.khampramong.org/aro3.html> [๑ มีนาคม ๒๕๕๔]

โปรตีน ๑๐ – ๑๕ % เน้นโปรตีนจากพืช เช่น ถั่วฝักอ่อน ถั่วอก ถั่วฝักยาว ถั่วแขก ถั่วพู ฯลฯ

ควรทานผักสด ผลไม้สด(ที่ไม่มีข้อห้าม) น้ำผัก(ควรใช้เครื่องแยกกาก) ควรใช้ผง ถ่าน(Activated charcoal)แช่ล้าง เพื่อดูดซับสารพิษ*

๓.๔.๒ ด้านยาสมุนไพรรักษาโรคมะเร็ง

การใช้สมุนไพรรักษาโรคมะเร็งตามแนวทางการรักษาด้วยสมุนไพรประกอบไปด้วย เช่นการล้างพิษสำหรับผู้ป่วยที่เข้ามารักษาใหม่ ด้วยสมุนไพร แก้ว ๗ ดวง, แก้วไข ๓ ฤดู, แก้วปวดหัวตัวร้อน แก้วพิษไข้กาฬ การใช้สมุนไพรบำรุงธาตุ ปรับธาตุในร่างกาย การใช้สมุนไพรสูตรหลัก (ยอดยาแก้มะเร็งทุกชนิด) แก้วผู้ป่วยโรคมะเร็ง การใช้ลูกประคบ การอบ ไอน้ำสมุนไพร การดื่มน้ำสมุนไพรบางตัวเพื่อเสริมธาตุ สำหรับผู้ป่วยมะเร็งบางประเภท เช่น การดื่มน้ำสมุนไพรสมานฉันท์เพื่อให้เกิดการกระตุ้นการไหลเวียนของกระแสโลหิตและ ประสานการทำงานของอวัยวะส่วนต่างๆ ตามกำลังธาตุของผู้ป่วย

การประกอบพิธีกรรมในการดื่มยาสมุนไพรของผู้ป่วยแต่ละรายๆ โดยอาศัยการ คำนวณฤกษ์ เพื่อใช้ประกอบในพิธีดื่มยาตามหลักโหราเลขซึ่งมีมาแต่โบราณ ซึ่งอาศัยฤกษ์ ตามดวงชะตาและกำลังธาตุของผู้ป่วยแต่ละคนเป็นการส่งเสริมและสร้างกำลังใจให้ผู้ป่วย ไปในตัว

ในพิธีกรรมในการดื่มยาเพื่อสวดมนต์ขอพรและทำสมาธิต่อหน้าสิ่งศักดิ์สิทธิ์ อัญเชิญบรมครูชีวกโกมารภัจจ์ ในพิธีกรรมการดื่มยาสมุนไพรแก้โรคมะเร็ง มีการเขียนคำ สารภาพบาปเพื่อเป็นการผ่อนคลายความผิดบาปที่ฝังใจ และการปฏิญาณตนเพื่อตั้งต้น ชีวิตใหม่ ซึ่งเป็นการสร้างความเข้มแข็ง ขวัญ และกำลังใจให้กับผู้ป่วย โดยทั้งญาติและผู้ ป่วยมีส่วนร่วมในพิธีกรรมดื่มยาสมุนไพรนี้

ส่วนประกอบของยาสมุนไพรรักษาโรคมะเร็งประกอบไปด้วย

๑. หัวร้อยรู หน้า ๕๐ กรัม
๒. ไม้สักหิน หน้า ๕๐ กรัม
๓. ข้าวเย็นเหนือ-ข้าวเย็นใต้ หน้าอย่างละ ๒๐๐ กรัม
๔. โกฐจุฬา-โกฐเชียง อย่างละ หน้า ๕๐ กรัม
๕. กำแพงเจ็ดชั้น หน้า ๕๐ กรัม
๖. ทองพันชั่ง หน้า ๒๐๐ กรัม
๗. เหงือกปลาหมอ หน้า ๒๐๐ กรัม
๘. ฝั่มอบ หน้า ๑๐๐ กรัม

* อาหารผู้ป่วย แหล่งที่มา <http://www.khampramong.org/aro4.html> [๑ มีนาคม ๒๕๕๕]

๙. หล้าหนดแมว หนัก ๕๐ กรัม

ขั้นตอนการต้มยาสมุนไพรรักษาโรคมะเร็ง

วัตถุดิบ ๓ ดอกเทียนคู่ ทำสมาธิระลึกถึงคุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์พร้อมทั้ง
สวดพระคาถาสักกัตวาฯ ๓ จบ และอัญเชิญบารมีของพระพุทธโฆษาจารย์ครูไวยุทธประภา
และท่านบรมครูชีวกโกมารภัจจ์เป็นผู้คิดตำรายานี้ และนำไปปิ้งไว้กลางแจ้ง

วิธีต้มยา นำตัวยาทั้งหมดใส่ลงไปในหม้อดินที่มีขนาดใหญ่ที่สุด (แหล่งจำหน่าย
อยู่ที่เกาะเกร็ด จ.นนทบุรี) และใส่น้ำฝน ลงไปในหม้อดินแช่ยาไว้ประมาณ ๑๐ นาทีให้พอ
ท่วมยา จากนั้นตั้งไฟแรงปานกลางปิดฝา หม้อ ต้มให้เดือดนาน ๑๕ นาทียกหม้อยาลง
แล้วรินน้ำยาเก็บไว้ในหม้อเคลือบใหญ่มีหูหิ้ว ขนาดเบอร์ ๓๒ (ตม้น้ำที่ ๑) จากนั้นเติมน้ำ
ลงไปให้ท่วมตัวยาแล้วต้มให้เดือดนาน ๑๕ นาที แล้วรินน้ำยาเก็บรวมไว้กับของเก่า (ตม้น้ำที่ ๒)
ใส่น้ำให้ท่วมตัวยาใหม่อีกครั้ง ต้มให้เดือดนาน ๑๕ นาที แล้วรินน้ำยาเก็บไว้รวม
กับของเก่า (ตม้น้ำที่ ๓) ส่วนกากยาที่เหลือก็ให้นำไปเทที่ต้นไม้โพธิ์หมายเหตุ: เวลา ๑๕
นาทีเริ่มนับตั้งแต่น้ำยาเดือดเต็มที่ เป็นต้น ในกรณีที่ยังไม่เป็นมะเร็ง ก็สามารถกินยานี้เพื่อ
ป้องกันก่อนได้

วิธีกินยา: อุณยาอย่างน้อยวันละ ๑ ครั้งไว้กินเรื่อยๆ ก่อนอาหาร ๓ เวลา ครั้งละ ๑
ถ้วยกาแฟ (มีหู) และก่อนกินยาทุกครั้งให้สวดคาถาพระสักกัตวาฯ ๓ จบ เมื่อหมดน้ำยาก็ก็นำ
ให้ทำใหม่ ต้มกินไม่เกิน ๕ หม้อ (หากว่ามะเร็งลุกลามไปมากให้ทานยาเพิ่มขึ้นอีกในแต่ละ
มื้อและอาจจะต้องกินเพิ่มอีกหลายหม้อ) ผู้ป่วยจะต้องมีจิตใจที่ศรัทธามั่นคงตัวยาก็จะมี
ศักดิ์านุภาพมหาศาล*

พระคาถากำกับยาสมุนไพร

อาณัติญจะ กะโรละ วิตถะตัญจะ อัมปิตัญจะ สุวิตัญจะ

สุปะวายิตัญจะ สุวิเลกขิตัญจะ สุวิตัจฉิตัญจะ กะโรละ อัมปะวะนามะ

สัตถาธะนุญ อากัณฐิตุญ นาทาสี นะปะโรปะรัง นิพกุณณะ

นาติมัญญณะ กัตถะจิ อะสังวิสุโร ปุสะพุพะ สังวิธา ปุกะยะปะ

อาปามะจุปะ ทีมะสังอังขุ จิเจฐนั นมะอะะอุ พุทธะเมตตัง จิตตังมะมะ

พุททะพุทธา นุภาเวนะ รัมมะเมตตัง จิตตังมะมะ รัมมะรัมมานุภาเวนะ

สังฆะเมตตัง จิตตังมะมะ สังฆะสังฆานุภาเวนะ

* อโรคยศาล วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร, สมานิบัติกับการรักษาโรคมะเร็ง, พิมพ์ครั้งที่ ๓,
(กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธีรานุสรณ์การพิมพ์, ๒๕๕๐), หน้า ๗-๘.

พระคาถาสักกัตตะวาพร้อมคำแปล

สักกัตตะวา พุทธระตะนัง โอสถัง อุตตะมัง วะรัง

เพราะทำความเคารพพระพุทธระตะนัง อันเป็นดังโอสถอันอุดมประเสริฐ

หิตัง เทวะมนุสสานัง พุทธรตะเชนะ โสติณนา

เป็นประโยชน์แก่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ด้วยเดชแห่งพระพุทธเจ้า

นัสสันตูปัททะวา สัพเพ พุทฺธา วุประสะเมนตุ เต

ขอสรรพอุปัฏฐะทั้งหลายจงพินาศไป ขอทุกข์ทั้งหลายของท่านจงสงบไปโดยสวัสดิ์

สักกัตตะวา ธัมมะระตะนัง โอสถัง อุตตะมัง วะรัง*

เพราะทำความเคารพพระธรรมระตะนัง อันเป็นดังโอสถอันอุดมประเสริฐ

ปะริพาหุประสะมะนัง ธัมมะเตเชนะ โสติณนา

เป็นเครื่องระงับความกระวนกระวาย ด้วยเดชแห่งพระธรรมระตะนัง

นัสสันตูปัททะวา สัพเพ ภะยา วุประสะเมนตุ เต

ขอสรรพอุปัฏฐะทั้งหลายจงพินาศไป ขอภัยทั้งหลายของท่านจงสงบไปโดยสวัสดิ์

สักกัตตะวา สังฆะระตะนัง โอสถัง อุตตะมังวะรัง

เพราะทำความเคารพพระสงฆะระตะนัง อันเป็นดังโอสถอันอุดมประเสริฐ

อาหุเนยยัง ปาหุเนยยัง สังฆะเตเชนะ โสติณนา

เป็นผู้ควรแก่สักการะที่เขานามานูชา เป็นผู้ควรแก่สักการะที่เขาจัดไว้ต้อนรับ

ด้วยเดชแห่งพระสงฆ์

นัสสันตูปัททะวา สัพเพ โรคา วุประสะเมนตุ เต

ขอสรรพอุปัฏฐะทั้งหลายจงพินาศไป ขอโรคทั้งหลายของท่านจงสงบไปโดยสวัสดิ์

๓.๔.๓ ด้านการออกกำลังกาย

การออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยมะเร็งและญาติผู้ป่วยที่วัดคำประมงมีความ

หลากหลายขึ้นอยู่กับสภาพทางกายของผู้ป่วยมะเร็ง ยกตัวอย่างเช่น การเดินแอโรบิกที่เหมาะสมกับผู้ป่วยที่ร่างกายแข็งแรง การเดินแอโรบิกพร้อมกับเสียงเพลงที่สนุกสนาน เพื่อเป็นการสร้างความกระฉับกระเฉง ความสดชื่นแจ่มใส คลายความทุกข์ความกังวล เนื่องจากอาการเจ็บป่วย เสียงหัวเราะรอยยิ้มคนไข้และญาติคนไข้ ขณะที่ออกกำลังกาย แม้คนไข้ที่ออกกำลังไม่ได้ก็มีอารมณ์สนุกสนานร่วมกันด้วย การฝึกโยคะหรือสิ่งที่เหมาะกับคนไข้ที่ไม่สามารถออกกำลังกายแบบหนักๆ ได้ ผู้ป่วยมะเร็งสามารถผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ฝึกการหายใจที่ลึกและยาวขึ้นเป็นการทำสมาธิจึงช่วยสงบจิตใจ มีสติอยู่กับการเคลื่อนไหวในท่าทางต่างๆ โดยจะมีจิตอาสาที่เป็นคนไข้มะเร็งที่ร่างกายแข็งแรงแล้ว มา

* อโรคยศาล วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร, สมานิบัติกับการรักษาโรคมะเร็ง, หน้า ๔๔.

เป็นผู้นำในการทำกิจกรรมเต้นแอโรบิก โยคะ และซีกิ้งในเวลาเช้า และเย็น ของทุกๆ วัน

๓.๕ วิธีการดูแลทางใจของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายที่เข้ารับการดูแลที่ วัด คำประมง จังหวัดสกลนคร

นอกเหนือจากที่มีการดูแลสุขภาพด้านร่างกายไม่ว่าจะเป็นการให้อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการฟื้นฟูสภาพทางร่างกายแล้ว อันได้แก่ การรับประทานอาหารที่มีคุณสมบัติไม่เป็นการเพิ่มเซลล์มะเร็ง ลำดับถัดมาคือกิจกรรมที่ได้จัดไว้เพื่อให้ทุกคนใช้ ญาติคนไข้ได้ผ่อนคลายตามความชื่นชอบ จริต ของแต่ละคน อาทิเช่น ดนตรีบำบัด สวดมนต์บำบัด ฟังธรรม และการนั่งสมาธิภาวนา ซึ่งจุดลักษณะเฉพาะ จุดเด่นและส่วนที่มีประโยชน์ ได้กล่าวดังต่อไปนี้

๓.๕.๑ การเจริญสมาธิด้วยกิจกรรมบำบัด

การเจริญสมาธิด้วยดนตรีบำบัด

กิจกรรมเกือบทุกอย่าง นับได้ว่ามีดนตรีเข้าไปเกี่ยวข้องทั้งทางตรงและทางอ้อมเสมอ เสียงเพลงสามารถปลุกใจให้เกิดความคึกคักแจ่มใส หรือชวนให้เกิดอารมณ์เศร้า หรือทำให้มีความปลื้มปิติยินดี ด้วยเหตุนี้จึงได้นำดนตรีบำบัดมาใช้ในการแพทย์อย่างแพร่หลายกับผู้ป่วยพบว่าผู้ป่วยมีอาการเรื้อรัง พฤติกรรมถดถอย แยกตัว จะกลับเข้าสู่สังคมได้อย่างรวดเร็ว ในช่วงวันที่ ๒ ของการบำบัดผู้เหงาเศร้าจะยิ้มแย้มได้ หลังจากไม่เคยยิ้มมานานแล้ว** ดนตรีบำบัด (Music Therapy) มีได้ประโยชน์ได้ ๓ ด้านใหญ่ ๆ คือ เพื่อความสุนทรีย์, เพื่อการบำบัดรักษา และเพื่อการศึกษาดนตรี ดนตรีมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย จิตใจ การเปลี่ยนแปลงของทัศนคติจากเนื้อหาของเพลงที่ได้ร้องและได้ฟัง สามารถทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของ อารมณ์ สติสัมปชัญญะ จินตนาการ การรับรู้สภาพความเป็นจริง เสียงดนตรีมีอิทธิพลต่อสรีระทางร่างกาย เช่น การเดินของระบบหัวใจ ความดันโลหิต การสูบฉีดโลหิตและการกระตุกของกล้ามเนื้อและผิวหนัง เหตุนี้ดังกล่าวนี้นี้ จึงมีความนิยมใช้ดนตรีมาบำบัด ทั้งทางด้านสุขภาพกายและ สุขภาพจิตอย่างจริงจังในปัจจุบัน

บทเพลงที่โรคนิยศาสตร์วัดคำประมง ได้ประพันธ์บทเพลงซึ่งมีเนื้อหา ให้กำลังใจ สร้างความรู้สึก ความเชื่อมั่นเกี่ยวกับการรักษา ความจริงใจเมตตา ของการช่วยเหลือผู้ป่วยโรคมะเร็งโดยไม่หวังสิ่งตอบแทน ให้ผู้ที่เข้ามารักษามีที่พึ่ง สร้างความรู้สึกมั่นคง เข้มแข็ง สร้างทัศนคติที่ดีของอาการเจ็บป่วยของผู้ป่วยและญาติผู้ป่วย ที่กำลังประสบ ในขณะที่ทำการ

*คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร แหล่งที่มา <http://pineapple-eyes.snru.ac.th/alo/index.php?q=node/129> [๑ มีนาคม ๒๕๕๕]

ร้องเพลง เนื้อหาของบทเพลงก็จะกล่อมเกลาละและปรับในเรื่องของมุมมองและทัศนคติ โดยจะขอยกตัวอย่างเนื้อเพลงที่โรคมยศาลดังนี้

ชื่อเพลงเพื่อชีวิตใหม่ คำร้องและเรียบเรียง ผดุง จิระกาล

ทำนอง Auld Lang Syne

ตะวันสาดส่องแสงมา ดูจรรम्मล้ำค่าสว่างไสว

แสงทองเรืองรองอำไพ สองทางชี้ให้พวกเราได้เดิน

โรคมยที่มากล้ากราย ก็จะไม่หายได้อย่างน่าสรรเสริญ

หนทางทุกอย่างที่เดิน เพื่อชีวิตใหม่ใครใครอยากมี

ร่วมใจให้กันและกัน ผูกความสัมพันธ์ในโลกใบนี้

โรคมยภายในที่มี มะเร็งถึงที่มลายหายไป

ศรัทธาแน่นคือพลัง ความหวังของเราไม่เคยหวั่นไหว

หลวงตาให้ยาสมุนไพร เพื่อชีวิตใหม่ยืมได้ไม่กลัว

***เกิดมาต้องแก่แล้วตาย ต้องเจ็บต้องไข้เป็นเรื่องราวธรรมดา

ยึดธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า คลายเศร้าเบิกบาน

ร่วมใจเป็นเกลียวเดียวกัน ผูกความสัมพันธ์สมัครสมาน

หลวงตาเมตตาประทาน ให้ชีวิตใหม่ปลอดภัยทุกคน

*****หนทางจะไม่มีถมน หลวงตาช่วยคน “พ้นจากมะเร็ง”

นอกจากนี้การนำเพลงที่ร่วมสมัยที่มีความหมายดี เช่นเพลงกำลังใจ ดอกไม้ให้คุณนำมาให้คนไข้ได้ร้องเพลง ในที่นี้ขอยกตัวอย่างเพลงพรานทะเล ซึ่งเนื้อหาให้เห็นัจจธรรมชีวิตว่ามีเกิดแล้วต้องตาย

เพลง พรานทะเล ทำนอง เอื้อ สุนทรสนาน

ชีวิตที่คร่ำ กลางน้ำเวียนวน

ลอยล่องกลางชลไม่พ้นทนไป

อยู่กับเรือเบื่อใจ ผองพรานทะเลเร่ไป

อยู่ห่างไกลกลางสายชล

มองน้ำตรงหน้า จรดฟ้าไกลไกล

ว่าเหวดดวงใจไม่เห็นผู้คน

คลื่นและลม สู้ทน ทุกข์ใจปานใดไม่บัน

สู้แดดฝนลำบาก กาย

*...อยู่หว่างทะเล นาน นาน

ท้องเรือเป็นบ้าน ท้องธารเรือนตาย

สิ้นชีพสิ้นชนม์ เคาระหิรัย
ศพฝังโดยง่าย ฝากเอาไว้ได้ คงคา
**เพียงเห็นริมฝั่ง สักครั้งดีใจ
มาบอกที่ไรให้แสนปริดา
ใกล้แผ่นดิน เข้า มา เหมือนมีวิมานตรงหน้า
ปลื้มหนักหนา แทบจูบดิน (ซ้ำ*, **)*

การเจริญสมาธิด้วยการสวดมนต์

การสวดมนต์ไม่ว่าจะเป็นในความเชื่อใดก็ตาม ทำให้เราผ่อนคลายทั้งทางจิตใจและทางกาย ทำให้เรารู้สึกสบายใจ การเปล่งเสียงในภาษาบาลียังก่อให้เกิดพลังสันตะเทือนขึ้น ในแง่ของการฝึกโยคะ สามารถกระตุ้นศูนย์รวมพลังทั้ง ๗ ในตัวคนเรา ซึ่งไม่ได้หมายถึงเฉพาะภาษาบาลีที่เก่าแก่เท่านั้น ยังรวมไปถึงภาษาเก่าแก่อื่น ก็มีพลังเช่นกัน หรืออย่างคำว่า “โอม” ในภาษาทิเบต ถือว่าเป็นคำศักดิ์สิทธิ์ เมื่อเปล่งเสียงออกจากปาก ไม่ว่าจะเสียงสูง หรือต่ำ ผู้พูดจะรู้สึกถึงพลังสันตะเทือนไปตามจุดสำคัญของร่างกาย ตั้งแต่กันบจนถึงลำคอและศีรษะ (โอม มาจากคำว่า อุ อะ มะ อุ คืออุตตมธรรม อะคืออรหัตตสัมมาสัมพุทธะ มะคือ มหาสังฆะ)

การสวดมนต์ที่มีการแปลความหมาย นอกเหนือจากการสร้างความสงบเป็นการตั้งสติของผู้สวดให้มาอยู่กับปัจจุบันขณะ ในด้านเนื้อหาที่ผู้สวดท่องระหว่างในการสวดมนต์ สังกรรมต่าง ๆ ทำให้เห็นความจริงที่เกิดขึ้นในชีวิตว่า ไม่เที่ยง ไม่ยั่งยืน ไม่ควรยึดมาเป็นตัวตน ทำให้เกิดความคลายความยึดถือ ความทุกข์ทางกายที่ตนถือเอาไว้ เมื่อผู้สวดสวดมนต์การท่องผ่านปากและได้ยินเสียงสวดของตนเอง เป็นการใส่ข้อมูลที่เป็นข้อมูลด้านบวก ข้อมูลที่เป็นความจริงของชีวิตเข้าไปในจิตใต้สำนึก ยกตัวอย่างเช่น บทชัยมงคลคาถา บทอิติปิโส บทสวดทำนองสรภัญญะ ซึ่งเป็นบทสรรเสริญพระพุทธรูป พระธรรมคุณ และพระสังฆคุณ การท่องมนต์ที่กล่าวถึงสังกรรมที่พระพุทธเจ้าได้ค้นพบอาทิ ธรรมจักรกัปปวัตตนสูตร มีเนื้อหาแสดงถึงการปฏิเสธส่วนที่สุดสองอย่าง และเสนอแนวทางดำเนินชีวิตโดยสายกลางอันคืออริยมรรคมีองค์แปด บทโพชฌังคปริตร ทำให้มีสุขภาพดี มีอายุยืนและมีความสุขสวัสดิ์ บทสวดมนต์ชินบัญชร เพื่อปกป้องคุ้มกันอุปัทวภัย อันตรายและศัตรูหมู่มารทั้งปวงได้ พระคาถापาหุง ใช้สวดสรรเสริญชัยชนะแปดประการองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่มีต่อมนุษย์และอมมนุษย์ ที่ได้มาด้วยพระพุทธ

* บัณฑิตรักสุนทราภรณ์, **พจนานุกรม** แหล่งที่มา[http://websuntaraporn.com/suntaraporn/ lyric/postlyric.asp?GID=138](http://websuntaraporn.com/suntaraporn/lyric/postlyric.asp?GID=138) [๑ มีนาคม ๒๕๕๕]

ธรรม มิได้มาด้วยอิทธิปาฏิหาริย์แต่อย่างใดเป็นต้น

๓.๕.๒ โยนิโสมนสิการ

การดูแลสุขภาพจิตของผู้ป่วยให้มีทัศนคติที่ดีต่อสิ่งต่างที่เกิดขึ้นทั้งกับตนและสิ่งรอบข้าง เป็นทางนำไปสู่ความเข้าใจและชีวิตอย่างแท้จริง แม้แต่ในมงคลสูตรได้กล่าวไว้ในหัวข้อพึงธรรมตามกาลโดยเนื้อหาในธรรม ไม่ว่าจะเป็นการนำเสนอในรูปแบบใดๆ ก็ตามจะกล่าวถึงสองหัวข้อใหญ่อันประกอบไปด้วย

๑) ธรรมหมายถึงความจริงตามธรรมชาติ เช่น คนเราต้องเกิด ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตายคือความเป็นจริงตามธรรมชาติ

๒) ธรรมหมายถึงความดีความถูกต้อง เช่น การให้ทานเป็นความดี การรักษาศีลมีเมตตา กรุณา เป็นความดี ความกตัญญูต่อบุคคลที่ต่อพ่อแม่เป็นความดี ใครปฏิบัติตามสิ่งเหล่านี้เรียกว่าปฏิบัติธรรม

โยนิโสมนสิการด้วยการพึงธรรม

ในลำดับขั้นตอนในการทำกิจกรรมที่วัดคำประมง โดยเริ่มแรกจากการผ่อนคลายใจ เพิ่มความสุขในช่วงต้นกิจกรรมด้วยดนตรีบำบัด เมื่อจิตใจมีความสุข มีความสบาย ผู้ป่วยก็มีใจเปิดกว้างพร้อมที่จะรับฟังคำสอน เพื่อพัฒนาปัญญาอันประกอบไปด้วยสุตมยปัญญา จินตามยปัญญา และภาวณมยปัญญา

ในขั้นแรก เรียกว่า สุตมยปัญญา เป็นปัญญาที่เกิดจากการได้ฟังเรื่องราวเบื้องต้นจากผู้อื่น คือ การทราบที่วัดคำประมงมีการรักษาโรคมะเร็งด้วยสมุนไพร และสมาธิบำบัด การได้ยินจากผู้อื่นโดยเบื้องต้น เกิดความคิดบวกกับโรคของตนว่า หากได้รับการรักษาตนเองก็มีโอกาสที่จะหายป่วย ลำดับต่อมาขั้นจินตามยปัญญา เมื่อผู้ป่วยมาถึงวัดคำประมง ได้ความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตัวของผู้ป่วยมะเร็ง ได้ฟังธรรมที่ได้จากหลวงตาได้ฟังประสบการณ์ของท่านที่เคยผ่านการเจ็บป่วยด้วยโรคมะเร็ง มาจนใช้สมาธิบำบัด สมุนไพรบำบัดเช่นเดียวกับตัวยาสมุนไพรที่เรากำลังจะได้รับการรักษา การเห็นสิ่งที่ปรากฏขึ้นอยู่จริง เป็นไปได้จริง เกิดความคิดวิเคราะห์ ด้วยตนเองว่าสภาพร่างกายของตนสามารถจะรับมือกับโรคได้ด้วยวิธีใด เช่นการควบคุมเรื่องอาหาร ยาสมุนไพร การออกกำลังกาย การทำจิตใจให้เบิกบาน สิ่งรอบข้างที่ประกอบด้วยผู้ป่วยและญาติผู้ป่วยที่เขาอยู่กับโรคมะเร็งด้วยรอยยิ้ม มีความสุข จินตามยปัญญาจากการใคร่ครวญเหล่านี้ จะเป็นแรงบันดาลใจที่เราอยากการได้ยินได้ฟัง การเห็นประจักษ์พยานว่าสิ่งที่อยู่ตรงหน้าประกอบกับการใคร่ครวญพิจารณาสามารถทำให้อาการของโรคทุเลาได้ แต่การคิดเพียงเท่านั้นไม่สามารถทำให้โรคภายในของตานั้นหายไป ที่สุดคือการนำปัญญาที่ใคร่ครวญดีแล้ว นำสามารถนำไปปฏิบัติด้วยตนเองให้ทุกข์ทางกายและจิตใจหมดไปคือภาวณมยปัญญา คือการนำแนวทางที่คิด

พิจารณาดีแล้วมาใช้กับตนเองอย่างจริงจัง ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เป็นไปในทางที่เกื้อกูลกับสภาพทางกาย ปรับจิตใจที่อยู่ในความทุกข์ให้กลายเป็นจิตใจที่สดใสเบิกบาน เมื่อความทุกข์ทางใจลดลงก็จะพบกับสิ่งที่เป็นด้านตรงข้ามคือความสุขที่เพิ่มมากขึ้น ก็มีผลกับสภาพทางกายที่เป็นไปในทางที่ดีขึ้นตามมา

ปรโตโมสะและกัลยาณมิตร

ผู้ป่วยที่มะเร็งระยะสุดท้ายที่เข้มารักษาตัวในวัดคำประมง การได้เห็นการทำงานด้วยหัวใจที่เปี่ยมไปด้วยความเมตตาของผู้ที่ดูแลรักษาคือหลวงตา การรู้จักถึงอกเขาอกเราระหว่างผู้ป่วยและญาติผู้ป่วยที่เผชิญความทุกข์จากโรคมะเร็งและเลือกที่จะรักษาตัวที่วัดคำประมง เหมือนกัน สำหรับผู้ป่วยบางคนวัดคำประมงเปรียบเสมือนบ้านหลังสุดท้ายเมื่อผ่านความทุกข์และเห็นผู้ที่ทุกข์ร่วมกัน กลายมาเป็นการเกื้อกูลเอาใจใส่ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ให้คำแนะนำ และไม่ทอดทิ้ง ไม่ว่าจะเป็นการช่วยเหลือเรื่องข้าวของเครื่องใช้ที่ขาดเหลือ อาหารการกินหรือการรักษาด้วยยาสมุนไพรที่ผู้ป่วยใหม่ยังไม่คุ้นเคย การปลอบขวัญให้กำลังใจ การมาเยี่ยมใช้สอบถามสารทุกข์สุกดิบของเพื่อนผู้ป่วยมะเร็งด้วยกัน ความห่วงใยเพื่อนร่วมทุกข์ดังตั้งญาติสนิทของตนเอง เหล่านี้สำหรับผู้ป่วยมะเร็งใหม่และญาติผู้ป่วยที่เต็มไปด้วยที่มีความทุกข์กังวลอย่างแสนสาหัส เมื่อก้าวเข้ามาในอโรคยศาลทำให้เขาได้เพื่อน ไม่รู้สึกว่าการทุกข์อันแสนสาหัสที่เขาแบกไว้มีเพียงคนเดียว ยังมองเห็นเพื่อนร่วมทุกข์ที่ได้รับความทุกข์ทรมานจากโรคร้าย และคนไข้บางคนตัวโรคอาจรุนแรงมากกว่าที่ตนเองเป็นอยู่ และคนไข้เขาเหล่านั้นก็ผ่านวิกฤตินั้นมาได้ ก่อให้เกิดกำลังใจพล้งภายในที่จะพยายามสู้กับอาการเจ็บป่วยอย่างมีความหวัง

๓.๕.๓ การเจริญมรณสติ

เนื้อหารธรรมะส่วนใหญ่จากหลวงตา สอนผู้ป่วยมะเร็งโดยยกตัวอย่างจากสิ่งที่เกิดขึ้นรอบๆ ตัว จากเหตุการณ์บ้านเมืองในปัจจุบัน เหตุการณ์ภัยธรรมชาติ แฝงไปด้วยเสี่ยงหัวเราะที่เป็นเอกลักษณ์ของหลวงตา เพื่อให้คนไข้มีความผ่อนคลาย ต่อจากนั้น ท่านจะเทศน์ให้แก่ผู้ป่วย ญาติผู้ป่วย จิตอาสา โดยเนื้อหาเป็นเรื่องเกี่ยวกับความจริงของชีวิต คือ การเกิด แก่ เจ็บตาย และสิ่งที่มนุษย์ทุกคนทั้งที่ป่วยและไม่ป่วยควรทำในขณะที่ยังมีชีวิต คือการทำความดีต่อตนเองและผู้อื่น และเมื่อความตายเป็นของไม่เที่ยงเกิดขึ้นโดยไม่เลือกเวลา สถานที่ ชนชั้นวรรณะ ซึ่งให้เห็นว่าแม้ไม่เป็นโรคมะเร็ง สุดท้ายก็ไม่พ้นจากมรณะภัย คือความตาย ดังนั้นผู้ที่ป่วยเป็นมะเร็งถือว่าโชคดีที่มีครูคือโรคมะเร็งอยู่กับตัว ทำให้ไม่หลงระเหิรในความประมาท

ภาวนา ๙ นาทีก่อนตาย

เทคนิคในการเจริญมรณสติของหลวงตา จะให้โจทย์ว่า เราจะมีชีวิตอยู่อีก ๙ นาที

สุดท้าย เราจะทำอะไรให้เป็น ๙ นาทีสุดท้ายที่จะอยู่ในโลกนี้ และจากโลกนี้ไปอย่างสงบ และสันติสุข เป็นการเตือนสติให้ผู้ป่วย ญาติผู้ป่วย และผู้ที่ได้รับฟังธรรมะ กลับมาคิดว่า ท้ายสุดหากเราต้องเสียชีวิตจริงๆ เราไม่สามารถ เอาอะไรไปได้สักอย่างเดียว การวางใจในการที่ต้องจากพ่อจากแม่ จากคนรัก จากทุกสิ่งที่เราเคยคิดว่ามันเป็นของเรา เราควรทำอย่างไร ดังนั้นการฝึกฝนการอบรมใจจึงเป็นเรื่องที่สำคัญทั้งคนที่ป่วย และไม่ป่วยควรฝึกฝนไว้ เมื่อผู้ป่วยได้อยู่กับสิ่งนี้ทุกวัน การฝึกฝนอบรมใจด้วยคำว่า ๙ นาทีก่อนตายทำให้เกิดความคิดพิจารณาในการละทิ้งที่ยึดมั่นถือมั่นได้เร็วขึ้น และเห็นว่าเป้าหมายชีวิตของเราที่สำคัญกว่าการยึดมั่นกับสิ่งที่ไม่เที่ยง สิ่งใดไม่สำคัญไปกว่าการทำจิตใจให้บริสุทธิ์

การได้ร่วมสวดมนต์ให้กับผู้ป่วยที่ใกล้เสียชีวิต

ความจริงเชิงประจักษ์อีกสิ่งหนึ่งที่ผู้ป่วย ญาติผู้ป่วย รวมไปถึงจิตอาสา จะได้พบเห็นและมีส่วนร่วมเมื่อเข้ามารักษาศาตว์ที่วัดคำคือ การสวดมนต์บทอิติปิโสให้กับผู้ป่วยหนัก หรือผู้ที่กำลังจะเสียชีวิต เนื่องจากสภาพทางกายของผู้ป่วยที่ไม่สามารถรักษาทางแพทย์แผนปัจจุบันให้หายขาดได้ ดังนั้นอาการเจ็บปวดทางกายเช่นอาการปวดที่รุนแรง หากเกิดขึ้น ผู้ป่วยจิตใจอาจจ่ออยู่กับอาการเจ็บปวด จิตใจขาดสาย มีความทรมานทรมาย พลังของการร่วมสวดมนต์ของเพื่อนผู้ป่วยและญาติผู้ป่วยเป็นการแสดงพลังความรัก กำลังใจและความปรารถนาดีผ่านบทสวดมนต์ที่ส่งให้กับคนไข้ ผู้ป่วยที่กำลังทรมานทรมายจากอาการเจ็บปวดที่รุนแรง เมื่อได้ยินเสียงสวดมนต์ที่ประกอบด้วยความรักและกำลังใจ จะช่วยดึงดูดใจให้กลับมาอยู่กับเสียงบทสวดมนต์ เป็นการหันเหเข้ามาอยู่ในสิ่งที่เบาสบาย ไม่การเข้าไปทุกข์อยู่กับความเจ็บปวด ทำให้ผู้ป่วยสงบลงและสามารถหลับได้ หรือผู้ป่วยใกล้ตายบางคนเริ่มจากอาการทรมานทรมายและสุดท้ายก็หมดลมไปอย่างสงบด้วยเสียงสวดมนต์ที่ คนไข้ มะเร็งและญาติผู้ป่วยพร้อมใจกันสวดเพื่อต้องการให้เขาไปสู่ภพภูมิที่ดี

ในทางตรงกันข้าม ระหว่างที่สวดมนต์ผู้สวดทุกคนจะได้เห็น การเปลี่ยนแปลงต่างๆ เช่นจากอาการที่เจ็บปวดทรมานทรมายค่อยๆสงบลง การละสังขารที่ละน้อยๆ เห็นการจากไปของคนไข้ที่แตกต่างกันไป ทำให้ผู้ป่วยญาติผู้ป่วยเกิดความยอมรับกับสิ่งที่เห็นตรงหน้าว่าไม่ว่าวันใดวันหนึ่งเราก็ต้องตายเหมือนกัน อาจเกิดความหวาดกลัวในครั้งแรก แต่ท้ายที่สุดเมื่อยอมรับกับความจริงที่เกิดขึ้นที่ได้เห็นด้วยตาและประสบการณ์ตรงของตนแล้ว จะทำให้เกิดความตระหนักรู้ภายในว่า เมื่อชีวิตมีแค่นี้ เกิดแล้วต้องตาย สิ่งที่เหลืออยู่เท่าที่จริงแล้วควรจะมีปฏิบัติต่อชีวิตอย่างไร



บทที่ ๔

พลของการจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยมะเร็ง ระยะสุดท้ายแบบองค์รวม วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร

ในการวิจัยเรื่องการจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์รวมวัดคำประมง จังหวัดสกลนคร จากการค้นคว้าข้อมูล การเฝ้าสังเกตและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมร่วมกับคนไข้ ญาติคนไข้ที่วัดคำประมงรวมไปถึงการสัมภาษณ์เชิงลึกระหว่างผู้ป่วยมะเร็ง ญาติผู้ป่วยมะเร็ง จิตอาสา และผู้ดูแลรักษาผู้ป่วย สามารถสรุปผลลัพธ์ของการจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์รวม ที่วัดคำประมง จังหวัดสกลนครได้เป็นสองหัวข้อใหญ่คือ ๑) ผลลัพธ์ด้านความพึงพอใจ ๒) ผลลัพธ์ต่อสุขภาพทางกายและใจ

๔.๑ พลัฟร์ด้านความพึงพอใจ

ความคิดเห็นของผู้ป่วยและญาติผู้ป่วยด้านความพึงพอใจหลังจากเข้ามารักษาทันที่วัดคำประมง อันได้แก่ สภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัย จากการเฝ้าสังเกตโดยผู้วิจัย สัมภาษณ์ และได้มีส่วนร่วมทำกิจกรรมต่างๆ กับคนไข้เช่น ช่วยต้มยาสมุนไพร ทำอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับคนไข้ เตรียมของใส่บาตร ทำความสะอาดอาคารสถานที่ อุณยาสมุนไพร ช่วยจ่ายยาสมุนไพรให้คนไข้ในแต่ละวัน การเยี่ยมให้กำลังใจ รับประทานอาหารร่วมกันกับผู้ป่วย ญาติผู้ป่วย และจิตอาสา ผู้ป่วย ญาติผู้ป่วยและจิตอาสาได้แสดงความคิดเห็นต่างออกมาใกล้เคียงกันเกี่ยวกับ สิ่งแวดล้อม ผู้ให้การดูแล อาหารและยาสมุนไพร หลักพุทธธรรมที่มาจากธรรมบรรยายของหลวงตาในแต่ละวัน และกิจกรรมบำบัดเช่น ดนตรีบำบัด สวดมนต์

บำบัดซึ่งสามารถสรุปได้ดังนี้

๔.๑.๑. สภาพแวดล้อม

การจัดสภาพแวดล้อมภายในวัดคำประมง มีพื้นที่ที่กว้างขวางสงบร่มเย็น มีสระน้ำ อยู่ทั่วบริเวณ อาคารบริสุทธิมีต้นไม้ใหญ่รอบบริเวณดูแล้วยสบายตา บริเวณที่ทำกิจกรรม ร่วมกันเช่นอาคารอโรควิทยา จัดสภาพคล้ายคลึงกับโรงพยาบาลมีความสะอาด กว้างขวาง สะดวกสบาย จัดตกแต่งไว้สวยงามและมีเสียงน้ำพุทั่วบริเวณ ทำให้ผู้ป่วยใหม่ที่เข้ามา ติดต่อขอรับรักษา และผู้ป่วยเก่ามาทำกิจกรรมประจำวันเช่นออกกำลังกาย ฟักผ่อน สวดมนต์ นั่งสมาธิและฟังธรรม มีความรู้สึกผ่อนคลาย ในเรือนพักของผู้ป่วยและญาติผู้ป่วย อาคารที่พักผู้ป่วยส่วนใหญ่ทำจากไม้และดิน รอบๆที่พักรายล้อมไปด้วยต้นไม้และสระน้ำ พบว่าสภาพแวดล้อมโดยรวมที่ร่มรื่นผลคือ

ความเย็นซึ่งมีประโยชน์กับร่างกายผู้ป่วยมะเร็งในทางแพทย์แผนไทย การจัดที่พัก อย่างเป็นสัดส่วน ไม่แออัด ร่มรื่น พื้นที่ส่วนกลางอันได้แก่โรงครัว ห้องน้ำ ลานซักล้าง อยู่ ไม่ห่างจากที่พัก มีความสะอาดกว้างขวาง อุปกรณ์ในการใช้สอยมีเพียงพอ การอยู่ร่วมกัน ระหว่างผู้ป่วยและญาติเต็มไปด้วยความอบอุ่นเกื้อกูลเหมือนพี่น้องปราศจากกฎข้อบังคับ ผู้ป่วยและญาติผู้ป่วยรวมไปถึงจิตอาสา รู้สึกพอใจกับสถานที่พัก และพื้นที่ส่วนกลางต่างๆ ที่ทางวัดจัดเตรียมไว้ให้ และได้แสดงความคิดเห็นไว้ดังนี้

คุณนุ้ย (ญาติผู้ป่วย): “พื้นที่ทั่วๆ ไปโดยรอบ เช่นบริเวณวัด และตรงพื้นที่ที่เป็น ส่วนกลางที่เราไปรับยา ถ้าส่วนตัวก็ทุกอย่างดีหมด”*

คุณจิรติ (ญาติผู้ป่วย): “บรรยากาศดีกว่าโรงพยาบาลเยอะ ไม่รุ่มรวย ไม่มีกฎ เหล็กสำหรับเรา อยู่แบบสบายๆ”**

คุณมณี (ญาติผู้ป่วย): “ชอบไปหมด อาคารก็ดี คนก็ดี มีน้ำใจ หมอก็ดี จิตอาสา ก็ดีอีก หลวงตาก็ดี อาหารการกินเพียบ ออกเงินร่วมกัน แล้วไปซื้อใส่ตู้เย็นไว้ ทำกินด้วย กัน กินหมดก็ออกเงินใหม่”***

คุณคอสเพลย์ (ญาติผู้ป่วย): “อากาศโอเคเลย ใช้ได้เพราะต้นไม้ร่มรื่น มลพิษ ทางอากาศไม่มี เพราะบุหรี่ยาไม่ให้อุณหภูมิในโซนที่เป็นหมู่บ้านเป็นเหมือนกับครอบครัว ของเรา ได้ฟังเสียงมันก็ไม่เหงา”****

คุณอมรา (จิตอาสา): “หลวงตาบอกว่าถ้าเป็นผู้ป่วยมะเร็งในทางการแพทย์แผน ไทยแล้วจะต้องอยู่ในที่ที่เป็นธาตุเย็น แล้วดินเป็นธาตุเย็น แล้วธรรมชาติโดยรอบถ้าสังเกต

*สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณนุ้ย(นามสมมุติ) วันที่ ๒๕ เมษายน ๒๕๕๔ เวลา ๒๑.๐๐ น

**สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณจิรติ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๕ เมษายน ๒๕๕๔ เวลา ๒๐.๐๐ น

***สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณมณี(นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๕.๐๐ น

**** สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณคอสเพลย์(นามสมมุติ)วันที่ ๒๒มกราคม ๒๕๕๔เวลา๒๒.๐๐ น

หลวงตาพยายามให้มือหรือบ่อน้ำเพื่อพักผ่อนหย่อนใจ มีน้ำพุ ก็คือจะไม่ร้อน ฉะนั้นเมื่อไม่ร้อนผู้ป่วยที่มีมะเร็งอยู่ในตัวเขาสามารถจะซึมซับในความเย็นของธาตุเหล่านั้นซึ่งมีผลต่อร่างกาย”*

คุณอมรา (จิตอาสา): “คนที่เข้ามาเป็นจิตอาสาไม่ได้ลำบากเหมือนเวลาเราต้องไปพักที่วัดอื่นบ้างจ้ะคือท่านเตรียมให้พร้อมหมด ที่พักก็เป็นสัดส่วน สะอาด ดีมาก”**

๔.๑.๒. ผู้ให้การดูแล

ผู้ดูแลหลักคือพระจิรัฏมโม ภิกขุ (ภิกษุปักตร์นิธิ) ซึ่งผู้ป่วยส่วนใหญ่มักเรียกกันว่า หลวงตา เป็นผู้ดูแลผู้ป่วยมะเร็งที่เข้ามารักษาทันทีในวัดคำประมงเป็นหลัก จากประสบการณ์ตรงของท่านป่วยด้วยโรคมะเร็งและผ่านการรักษาทางแพทย์แผนปัจจุบัน ได้รับความทุกข์ทรมานจากการรักษา และกลับมารักษาตัวและหายจากอาการเจ็บป่วยด้วยสมุนไพรและสมาธิ ด้วยเหตุนี้จึงมีความเข้าใจในความทุกข์ของผู้ป่วยและญาติผู้ป่วย และมีปณิธานที่จะช่วยเหลือผู้ป่วยมะเร็งให้พ้นทุกข์ทั้งร่างกายและจิตใจ ทุกวันเริ่มจากเวลา ๐๙.๐๐ น. หลวงตาจะเทศน์สั่งสอนคนไข้ ญาติคนไข้ และจิตอาสา ในช่วงเวลา ๑๖.๐๐ น จนถึงเวลา ๒๐.๐๐ น. ท่านจะตรวจอาการผู้ป่วยมะเร็งที่ลงทะเบียนตามอาคารที่พักของผู้ป่วย การดูแลผู้ป่วยของหลวงตา มีความแตกต่างจากที่พบเห็นในการดูแลผู้ป่วยทั่วไป มีบุคลิกที่เอาใจจริง เอาใจในการรักษา ใส่ใจในรายละเอียดของคนไข้ พร้อมกับเลือกเฟ้นหารูปแบบการรักษาที่เหมาะสมทุกแบบที่เหมาะสมกับผู้ป่วย ให้ขวัญกำลังใจสร้างเสียงหัวเราะ และมีเทคนิคให้ผู้ป่วยหัดเจริญภาวนาเพื่อให้จิตใจไม่พันผูกอยู่กับอาการเจ็บปวดทรมานและการให้ผู้ป่วยเจริญสติตลอดเวลา ไม่เพียงแต่การสอบถามอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับคนไข้เพื่อประกอบการวินิจฉัยโรค สอบถามและติดตามผลการรักษาด้วยตนเองอย่างใกล้ชิด เพื่อการปรับเปลี่ยน หรือลดยาสมุนไพรในทุกๆ วันแล้ว หลังจากวิเคราะห์บทสัมภาษณ์พบว่าผู้ป่วยและญาติผู้ป่วยไม่ได้มีเพียงความทุกข์ทางกายด้วยโรคมะเร็งเท่านั้น ยังมีความทุกข์อื่นที่ซับซ้อนลงไปเช่นปัญหาครอบครัว ลูกหลาน การเงิน ซึ่งผู้ให้การรักษาไม่ได้ดูแลแค่เพียงเฉพาะอาการของโรคเพียงอย่างเดียว ยังให้คำแนะนำ กำลังใจ ซึ่งทำให้ผู้ได้รับคำแนะนำคลายทุกข์ ผู้ป่วยและญาติผู้ป่วยทั้งหมดจึงมีความรักและศรัทธาต่อหลวงตาเป็นอย่างมาก จะมีสีหน้าเห็นได้ชัดว่าดีใจ ตื่นเต้นใจ ยิ้มตลอดเวลา เมื่อได้พบได้ยินเสียง หรือแม้แต่พูดถึงหลวงตา ผู้ป่วยใหม่และเก่ามีศรัทธาเชื่อฟัง เมื่อหลวงตาให้คำแนะนำและพยายามปรับตัวเพื่อให้อาการเจ็บป่วยของตนทุเลา ส่วนผู้ป่วยเก่าที่ได้ซึมซับสิ่งดีๆ ไม่ว่าจะเป็นธรรมะและเห็นวัตรปฏิบัติของหลวงตาที่ความเมตตาต่อทุกๆ คน ต่างถือปฏิบัติตัว

* สัมภาษณ์เชิงลึกจิตอาสา คุณอมรา (นามสมมติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๔.๐๐ น

** สัมภาษณ์เชิงลึกจิตอาสา คุณอมรา (นามสมมติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๔.๐๐ น

ตามอย่างคือทำช่วยเหลือทำสิ่งต่างๆ โดยไม่หวังผลตอบแทน คนไข้เก่าที่แข็งแรงเหล่านี้ จึงผันตัวโดยเป็นจิตอาสาช่วยเหลือในงานที่ตนถนัด และร่างกายของตนเองก็อ่อนแอวย โดยผู้ป่วย ญาติผู้ป่วยทั้งเก่าและใหม่ต่างแสดงความเห็นเกี่ยวกับผู้ดูแลไว้ดังนี้

คุณจิรติ (ญาติผู้ป่วย): “เวลาลงหวงตาตรวจ จะบอกว่าแฟนเจ็บตรงไหนเพิ่มมี อาการตรงไหนเพิ่ม ชับถ่ายไม่ออก ปวดท้องตรงไหน... หलगตาจะมีปรับยาหรือให้ยา เพิ่มขึ้น”*

คุณรัตนะ (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ท่านให้เราทุกคนแบบเสมอภาคกันไม่ว่าจะยากดีมีจน ยังไง ท่านดีมาก สอนให้เรารู้จักมีสิทธิมีสัดมีความเอื้ออาทรกับเราทุกคน”**

คุณรัตนะ (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ท่านพูดด้วยความเมตตา มันมีความรู้สึกดีมาก มัน เหมือนมีพลังอะไรสักอย่างมาจุดความรู้สึกละกัวๆ นั้นออกไป”***

คุณอิมสุข (ญาติผู้ป่วย): “มาตอนแรกหलगตาชี้ให้เราเห็นว่าคนป่วย คนดูแล ควรทำตัวอยู่ในสถานะไหน คือให้เราเห็นทางสว่างหลังจากที่เราคิดว่าถ้าแม่ฉันตายฉันคง ต้องบ้าไปอีก หรือไม่ก็กรีดให้โลกสั่นไปเลยอะไรแบบนี้ ทำให้เรามีสติขึ้น”****

คุณเอรา (ญาติผู้ป่วย): “หलगตาเขาดี ไม่รังเกียจ เขาเป็นห่วงเหมือนเป็นลูกเป็น หลานเขาคนหนึ่งเลย พอบอกอาการเหมือนเขาจะรีบหาให้ หलगตาเอาใจใส่ดี เอาใจใส่ เท่าเทียมกันหมดทุกคนเลย ไปโรงพยาบาลมีเงินจ่ายค่าหมอยังดูแลดีไม่เท่านี้ ที่นี้ไม่เสีย เลยสักบาทนะ ดีสุดๆแล้ว”*****

คุณจุล (ญาติผู้ป่วย): “ทั้งๆ ที่ไม่ได้ถือแฟ้มของคนไข้อยู่ เขาจำได้ว่าคนไข้เป็นยัง ไง แล้วก็สิ่งต่างๆ ที่ท่านให้อย่างที่อยู่กิน ค่าน้ำค่าไฟ ท่านมีแต่ให้ ทุกคนที่ป่วยมาเหมือน มาพึ่งใบบุญท่าน”*****

คุณละออง (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ไม่เหมือนพระทั่วไปทันสมัยด้วย คือทางโบราณก็ใช้ ทันสมัยก็โอเค ผสมผสาน แล้วเวลาท่านเทศน์ฟังไม่น่าเบื่อเหมือนพระองค์อื่นๆ คนที่เป็น อย่างนั้นมันก็เครียดอยู่แล้วนะ ประทับใจ”*****

คุณรัตนะ (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ท่านก็มีบางครั้งบอกว่าลูกหลานให้ปล่อยวาง เขาเป็น อะไรก็เป็นกรรมเป็นเวรของเขา... ลูกเรียนไม่จบ ก็คิดมาก แล้วได้ฟังธรรมะจากหलगตา

* สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณจิรติ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๓ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๐๗.๐๐ น

** สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณรัตนะ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๔ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๒.๐๐ น

*** สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณรัตนะ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๔ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๒.๐๐ น

**** สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณอิมสุข (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๔.๐๐ น

***** สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณเอรา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๒๐.๐๐ น

***** สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณจุล (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๒๐.๐๐ น

***** สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณละออง (นามสมมุติ) วันที่ ๒๓ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๗.๐๐ น

ท่านก็บอกสอนอะไรหลายอย่าง เราก็ปล่อยวางไปได้”*

คุณอิมสุข (ญาติผู้ป่วย): “หลวงตาจะรู้ว่าแม่เราเป็นมะเร็ง พอเรามีเมียน้อย เครียดจากเมียน้อยแล้วก็ได้รับบุญที่จากพ่อมา...แต่พอหลวงตาถามประโยคหนึ่งว่าเสียใจไหมลูกอะไรประมาณนี้ เราซึ่งขึ้นมาเหมือนพ่อเราห่วงใยเรา ถามเรา ถ้าเขาไม่ให้อยู่ที่บ้านเราก็ไม่ต้องกลับไปอยู่นะ เราอยู่ที่บ้านนี้ก็ได้อยู่กับหลวงตา ก็ประทับใจมาก ร้องให้ทั้งแม่ทั้งลูกเลย”**

๔.๑.๓. อาหารและยาสมุนไพร

จากผู้ป่วยที่มีความหลากหลายทั้งสภาพชีวิตความเป็นอยู่ พื้นเพวัฒนธรรม ความรู้ความเข้าใจทางการแพทย์ ที่แตกต่างกัน มีผลต่อการปรับตัวในการรับประทานอาหารที่มีความเข้มงวดสูงในวัดคำประมง คืองดอาหารที่เป็นเนื้อสัตว์ และเครื่องปรุงทุกชนิด จากการเฝ้าสังเกต และการสัมภาษณ์พบว่า มีทั้งผู้ป่วยที่มีพื้นฐานอยู่บ้าง ค่อยๆ ปรับตัวเรื่องการกิน และปรับตัวอย่างฉับพลัน ตามกำลังใจและความพร้อมทางสภาพกายของผู้ป่วยที่แตกต่างกัน ผู้ป่วยที่พักรักษาตัวนาน จะเป็นผู้ให้คำแนะนำในการรับประทานอาหาร ข้อควรระวัง และมีความยับยั้งชั่งใจมากกว่าผู้ป่วยเก่า แม้ว่าจะต้องรับประทานอาหารร่วมกับญาติผู้ป่วยที่ไม่ได้มีข้อเข้มงวดเหมือนเช่นเดียวกับคนไข้

พิธีกรรมตั๋มยาสมุนไพร ในมุมมองของผู้ป่วย ญาติผู้ป่วยและจิตอาสา ในเรื่องความคิดความเชื่อ ในเรื่องพิธีกรรม แม้แต่ละคนมีพื้นฐานความเชื่อเกี่ยวกับพิธีกรรมมากน้อยไม่เท่ากัน แต่มุ่งไปสู่วัตถุประสงค์เดียวกันคือความปรารถนาที่ให้ประสิทธิผลทางจิตใจว่า หอ

ยาของ

ตนสามารถรักษาอาการเจ็บป่วย การเขียนคำสารภาพความผิด ได้นำมาเป็นส่วนหนึ่งของพิธีกรรมเหมือนเป็นคลายปมความทุกข์ที่อยู่ลึกๆ ของแต่ละคน ซึ่งให้คนไข้เขียนความผิดพลาดต่างๆ ที่ตนเองเคยทำไว้เพื่อเป็นการขออโหสิกรรมให้กับผู้ที่ล่วงเกินและพร้อมตั้งต้นชีวิตใหม่

ผู้ป่วย ญาติผู้ป่วยทราบและเข้าใจด้วยตนเองในพิธีตั๋มยาสมุนไพรว่า สูตรยาสมุนไพรมีความศักดิ์สิทธิ์ มีครูบาอาจารย์ สมุนไพรแต่ละชนิดหามาด้วยความยากลำบาก มีผู้บุญร่วมบริจาคเงินให้วัดคำประมงเพื่อซื้อยาสมุนไพร เมื่อได้หอยาสมุนไพรมา ยังต้องผ่านพิธีกรรมอันศักดิ์สิทธิ์ ผ่านการสวดมนต์ นั่งสมาธิ จากนั้นนำไปตั๋มด้วยเตาฟืนซึ่งใช้เวลานานหลายชั่วโมงกว่าจะได้ยามาหนึ่งหม้อ ที่มาและพิธีกรรมดังกล่าวเป็นตัวเสริมทางด้านจิตใจของผู้ป่วยที่สิ้นหวัง เกิดมีศรัทธาและเห็นค่าต่อยาที่ตนเองจะได้รับประทาน

*สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณรัตนะ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๔ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๒.๐๐ น

**สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณอิมสุข (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๔.๐๐ น

ผู้ป่วย ญาติผู้ป่วยและจิตอาสา ต่างแสดงความคิดเห็นด้านอาหารและยาสมุนไพรดังต่อไปนี้

คุณจันทิมา (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ตอนนั้นอยู่บ้านยังไม่รู้ พอมาท่านไม่ให้กินปลา**

คุณรัตนะ (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ที่แรกก็จะกินข้าวแค่ว่า ๒ ช้อนโต๊ะนี่ยังไม่หมดเลย ก็ตั้งใจใหม่ต้องกินให้ได้ กินได้ก็ค่อยๆ เพิ่มขึ้นๆ จนเดี๋ยวนี้กินได้แบบข้าวเต็มจาน***

คุณรัตนะ (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ถือตะกร้ายามา พอเห็นยาโอโหเยอะขนาดนี้เลยหรอ แล้วเราจะกินได้ยังไง เราก็มาคิดว่า เราเป็นโรคนี้เราต้องกินให้ได้ นอกนั้นก็ไม่มีปัญหา ก็พยายามปรับตัว****

คุณกิลดาล (ผู้ป่วยมะเร็ง): “เรื่องอาหารก็หักดิบเลยก็คือเราพร้อมที่จะดูแลตัวเอง เปลี่ยนก็เปลี่ยน*****

คุณวิรันดา (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ที่วัดแหละเข้ม ที่วัดมันจะรู้จะเคร่งครัดสุดๆ เลยว่าเป็นอาหารเฉพาะผู้ป่วยโรคมะเร็งเท่านั้นจริงๆ ตอนที่ยังไม่ได้มาวัดมันก็เป็นอาหารชีวิตก็ทานพวกชีวิต แต่ว่าอยู่ที่นี้มีแต่ผักกับผลไม้เท่านั้นจริงๆ เค็มหวานมันก็ได้ แต่ชีวิตมันจะได้*****

คุณอิรวดี (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ถ้ากินก็เอาน้ำผักนี้ผัด อย่างแนวทางที่หลวงตามะนำมา*****

คุณชวันตา (ผู้ป่วยมะเร็ง): “หลวงตามาเยี่ยมก็เห็นเรากินข้าวกับผักแล้วก็มันนี่จิ้มซีอิ๊ว พักทองนี่จิ้มซีอิ๊ว ถั่วเขียวต้มกินกับข้าว*****

คุณอิรวดี (ผู้ป่วยมะเร็ง): “บางที่เราก็หลุดๆ เหมือนกัน แต่อย่าช้าบ่อยก็แล้วกัน เพราะเขาเตือนแล้ว ถ้ามันหลุดมามันอันตราย มันพินขึ้นมามาก*****

คุณอมรา (จิตอาสา): “คนใช้รู้สึกดีที่เขาเปลี่ยนแปลงผักปลูกเอง พึ่งตัวเองได้ มีข้าวแจกให้*****

คุณละออง (ผู้ป่วยมะเร็ง): “เรื่องกินยานี้รู้ตั้งแต่ไหนแต่ไรมาแล้ว เราก็ตั้งความ

*สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณจันทิมา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๒.๐๐ น

**สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณรัตนะ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๔ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๒.๐๐ น

***สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณรัตนะ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๔ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๒.๐๐ น

****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณกิลดาล (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๙.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณวิรันดา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๒๑.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณอิรวดี (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๔.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณชวันตา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๑.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณอิรวดี (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๔.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกจิตอาสา คุณอมรา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๔.๐๐ น

หวังไว้ว่า ฉันจะต้องอยู่เกินมีนา ฉันจะต้องสู้ยาให้ได้”*

คุณรัตนะ (ผู้ป่วยมะเร็ง): “รู้สึกขนลุกเลย ได้ยินเสียงร้องเสียงระงัง เวลาจะยกหม้อยาขนลุกๆ พิธีศักดิ์สิทธิ์มาก”**

คุณขวัญ (จิตอาสา): “รู้สึกว่าเป็นแรงจูงใจ เหมือนกับว่าเขาได้ตายแล้วแต่เขาได้เกิดใหม่ แล้วถ้าเรามีความศรัทธาแล้วก็เชื่อมั่น เราตั้งใจจริงเขาอาจจะฟื้นขึ้นมาได้ เหมือนกับว่าเขาได้ตายจากตรงนั้นไปแล้ว หมดเวรหมดกรรมมาเกิดใหม่ ถ้ามีโอกาสเขาได้กินยาตรงนี้นะเขาน่าจะดีขึ้น เป็นแรงใจให้เขาได้ เรา รู้สึกว่าอย่างนั้น”***

คุณชิต (ญาติผู้ป่วย): “เพิ่งมารู้ว่า สมุนไพรนี้เป็นแบบนี้ แต่เราก็ได้ยินตั้งแต่รุ่นพ่อรุ่นแม่ ไม่รู้ว่าพิธีจริงๆ เป็นแบบไหน เวลาจะต้มทีก็ต้องมีครูบาอาจารย์ คือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่จะมาทำพิธีนี้ให้น้ำยามีคุณภาพ”****

คุณละออง (ผู้ป่วยมะเร็ง): “รู้สึกว่าการศักดิ์สิทธิ์ เรามีกำลังใจด้วยว่ายาของเราศักดิ์สิทธิ์นะ”*****

คุณกังวาน (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ทุกยามีครูบาอาจารย์ แล้วก็สวดมนต์ตอนทาน”*****

คุณเอรา (ญาติผู้ป่วย): “ไม่ต้องทำใจกินยาประมาณเกือบชั่วโมงครับ”*****

คุณสนธิ (ผู้ป่วยมะเร็ง): “มีการสวดมนต์ด้วยเพราะว่าไม่เคยเห็นที่ไหนมาก่อน”*****

คุณขวัญ (จิตอาสา): “รู้สึกเหมือนกันว่ายาเป็นสิ่งศักดิ์สิทธิ์ อย่างเวลาชุนยาต้องสวดมนต์ ต้องท่องนะโม ต้องทำทุกอย่าง ตักยามากินก็ต้องสวด แกทำตามหมดเลย”*****

คุณนารถ (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ได้ปลดปล่อยจากการที่หลงตาให้เขียนคำสาบาน มันเหมือนกับเราเคยทำอะไรไว้แล้วเราเอาตรงนั้นทิ้งไป เราชำระล้างจิตใจเราส่วนหนึ่ง เรา กินยาเราก็เชื่อว่าไม่หายก็ดีขึ้น ไม่หายก็อยู่ได้ เราพอใจที่เราจะมีชีวิตอยู่ในแต่ละวันๆ อย่างมีความสุข”*****

คุณสาละ (จิตอาสา): “ต้มยากี่ดินะ มาทำพิธีต้มยา ต้มยาเสร็จก็พึ่งเทศน์พาสวดมนต์ คือทุกอย่างมันก็จะต้องประกอบกัน ไม่ใช่ว่ามีอะไรอย่างใดอย่างหนึ่ง”*****

*สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณละออง (นามสมมุติ) วันที่ ๒๓ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๗.๐๐ น

**สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณรัตนะ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๔ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๒.๐๐ น

***สัมภาษณ์เชิงลึกจิตอาสา คุณขวัญ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๖.๐๐ น

****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณชิต (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๑.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณละออง (นามสมมุติ) วันที่ ๒๓ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๗.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณกังวาน (นามสมมุติ) วันที่ ๒๓ เมษายน ๒๕๕๕ เวลา ๑๓.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณเอรา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๒๐.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณสนธิ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๐๙.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกจิตอาสา คุณขวัญ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๖.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณนารถ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๗.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณสาละ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๖.๐๐ น

คุณนุ้ย (ญาติผู้ป่วย): “มีความรู้สึกว่าการต้มยาครั้งนั้นมันขลังขึ้น มันมีประสิทธิภาพเหมือนให้ผลทางด้านจิตใจ”*

คุณอมรา (จิตอาสา): “ได้เข้าพิธีต้มยา... ก็เห็นคนใช้ศรัทธามาก แล้วช่วงที่เราเข้าพิธีแล้วช่วยเขาก็เห็นทุกคนช่วยกันต้ม เหมือนความรู้สึกว่าทุกคนศรัทธาจริงๆ ถึงมาที่นี่”**

คุณวิรันดา (ผู้ป่วยมะเร็ง): “เพราะก่อนที่จะทำพิธีหลวงตากี้จะอัญเชิญเวทดา สิ่งศักดิ์สิทธิ์ ที่มีบุญบารมีทุกๆ องค์ให้มาอยู่กับยาหอของเร เพื่อที่จะให้ยาหอของเราไม่ใช่แค่รากไม้ใบไม้เฉยๆ แต่เป็นสิ่งที่ศักดิ์สิทธิ์ เมื่อเราเอามาต้มกินก็จะมีสรรพคุณในการรักษาโรคมะเร็ง พาสวดมนต์ ...ให้เขียนใบสารภาพบาปแล้วหลวงตากี้บังสุกุลให้...เรามีความเชื่อว่าการที่หลวงตาทำให้จะเป็นอีกทางหนึ่งที่ทำให้เรารอดพ้นจากโรคได้”***

คุณคอสเพลย์ (ญาติผู้ป่วย): “โรคมะเร็งเป็นโรคที่เกี่ยวกับความคิดของเราเหมือนกัน... ดังนั้นการที่ได้เข้าพิธีต้มยาทำให้ผู้ป่วยได้เรียนรู้ว่าเรายังมีทางเลือกนะ เรายังมีหวังมันต้องผ่านไปได้ มันเป็นเรื่องที่ศักดิ์สิทธิ์มาก”****

คุณกิลดาล (ผู้ป่วยมะเร็ง): “พิธีกรรมเพิ่มความขลังให้ตัวสมุนไพรมากขึ้น คล้ายๆ เหมือนมีความอิมใจ ทำให้เราศรัทธามากขึ้น ศรัทธาในตัวยาที่เราจะทาน”*****

คุณจิรัตติ (ญาติผู้ป่วย): “ลักษณะคือเราจะได้รู้คุณค่าของยา เราจะได้รู้ที่มาที่ไปว่ายามาจากไหน มาจากอาจารย์หมอชีวกท่านเป็นอาจารย์หมอสำหรับพระพุทธเจ้า มีความสำคัญเพิ่มขึ้นในการรับประทานยา เชื่อมันว่าถ้าเรามีศรัทธาปาฏิหาริย์จะเกิด”*****

คุณมณี (ญาติผู้ป่วย): “มีการเคียวยา คือเรารู้สึกภูมิใจถ้าเราทำเอง สมมติว่ามันจะหกไปเรารู้สึกเสียตาย ยาท่านหายากนะ เราไม่อยากให้มันหกหล่นเลยคือยามีค่ากับเรามาก”*****

๔.๑.๔ หลักพุทธธรรม

จากการเฝ้าสังเกต และจากการสอบถามโดยการสัมภาษณ์และการร่วมฟังธรรมข้อธรรมส่วนใหญ่ที่หลวงตาได้เทศน์สั่งสอน เนื้อหามุ่งเน้นในเรื่องของสังขธรรมที่แท้จริงในชีวิต คือการเกิด แก่ เจ็บ ตาย การฉลาดที่จะมองโลกในแง่บวก การเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อความเจ็บป่วย การเปลี่ยนแปลงความสนใจเมื่อมีความเจ็บปวดให้อยู่กับคำบริกรรม พุด

*สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณนุ้ย (นามสมมุติ) วันที่ ๒๕ เมษายน ๒๕๕๔ เวลา ๒๑.๐๐ น

**สัมภาษณ์เชิงลึกจิตอาสา คุณอมรา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๔.๐๐ น

***สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณวิรันดา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๒๑.๐๐ น

****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณคอสเพลย์ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๒๒.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณกิลดาล (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๐๙.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณจิรัตติ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๓ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๐๗.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณมณี (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๕.๐๐ น

ถึงความตายว่าเป็นสิ่งที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ โดยไม่เลือก เวลา สถานที่ ชนชั้นวรรณะ การเปลี่ยนภพเปลี่ยนชาติไม่ใช่เรื่องน่ากลัวอะไร โดยยกตัวอย่างเหตุการณ์ต่างๆ เกิดขึ้นในปัจจุบัน

จากการสัมภาษณ์ผู้ป่วยและญาติผู้ป่วยทำให้ทราบว่า คนไข้หลายท่านสามารถนำหลักธรรมคำสอนที่ได้ยินได้ฟังจากการเทศน์ของหลวงตา การฝึกปฏิบัติสวดมนต์ภาวนา และการนั่งสมาธิที่ฝึกฝนร่วมกันเข้าเย็นเป็นประจำ มาประยุกต์กับตนเองไว้เพื่อผ่อนคลาย เวลาตนเองมีอาการเจ็บปวดทางกาย เช่นการใช้ช้อนาปานสติ การเจริญกายคตาสติการให้มีสติจดจ่ออยู่กับบทสวดมนต์ คำบริกรรม หรือการทำกิจกรรมอื่นๆ ที่ไปทางกุศล ไม่หมกมุ่นให้อยู่ในอกุศลที่เกิดจากความทุกข์ทางกาย และระลึกถึงคำสอนของหลวงตาเมื่อมีความรู้สึกจิตใจท้อแท้ ท้อถอย ผู้ป่วยและญาติผู้ป่วยจะรู้สึกมีกำลังใจต่อสู้ต่อไป ดังคำให้สัมภาษณ์ต่อไปนี้

คุณวิธินดา (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ก็ยึดเส้นยึดสาย บางทีก็ทาครีม ทำสมาธิ ร้องเพลง แล้วแต่ว่าอารมณ์ไหน...ให้เราเปลี่ยนแปลงจุดสนใจไปอยู่ที่อื่น ถ้าเราจะมานั่งแล้ว “ปวดนะ” เมื่อไรจะหาย ทำไมมันปวดอย่างนี้” ก็ยังปวด ยิ่งทรมาน ก็ยิ่งทุกข์ไม่หายซะที แต่พอเราทำอย่างอื่นที่หลวงตาสอน สวดมนต์ ภาวนา นั่งสมาธิ ทำไปเรื่อยๆ จนลืมไปเลย จนนานไปก็หายปวด ได้ผลดีจริงๆ”*

คุณจรัสติ (ญาติผู้ป่วย): “บางทีถ้าเขาปวดมากจนอดทำด้วย ทั้งทายาททั้งครอบครัว...แล้วก็จะให้เขาสวดมนต์...เดินลงไปได้เขาก็จะเปิดหนังสือสวดตามเสียงตามสาย”**

คุณทิพา (ญาติผู้ป่วย): “เวลาเขาปวดเขาจะบอก “โอ้ยวันนี้ทำไม่ปวดจัง” ผมก็เลยว่าปวดจะทำไมยังมันเป็นอยู่ลึกเป็นอยู่กระดูก เขาก็ต้องทน พุทโธเอาไวๆ ให้กำลังใจเขา”***

คุณชิวันดา (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ก็มีจะเจ็บตรงล้นปี่... เวลาททายายาก็พุทโธ “พุทโธ ช่วยลูกหลานด้วย อย่าได้เจ็บอย่าได้ปวด อยู่ด้วยกันแม่ไม่ตายลูกก็ไม่ตายนะ อยู่อย่างนี้แหละทำบุญกันไป”****

คุณอริวดี (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ถ้าเราพุทโธ เราเลยลองมองดูน้ำแล้วก็สวดพุทโธไปเรื่อยๆ จิตเราก็จะนิ่งอย่างที่ท่านบอก...ท่านก็บอกว่าถ้าคนเราทำอะไรแล้วแต่ ถ้าคิดแล้วทำมันจะมีผลเสียน้อยกว่าคนที่คิดอย่างเดียวแต่ไม่ทำ”*****

คุณกังวาน (ผู้ป่วยมะเร็ง): “อาบน้ำไปใหม่ๆ บางทีเราจะผ่อนคลายกับการปวด

*สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณวิธินดา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๒๑.๐๐ นน

**สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณจรัสติ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๓ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๐๗.๐๐ น

***สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณทิพา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๕.๐๐ น

****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณชิวันดา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๑.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณอริวดี (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๔.๐๐ น

นะ เพราะความสดชื่นมันก็ทำให้เราดีขึ้นระดับหนึ่ง... พอเรารู้ว่าเราเกิดอาการอย่างนี้ปั๊บ เราไปอาบน้ำทันที**

คุณจิรัตติ (ญาติผู้ป่วย): “หลวงตาบอกว่าเกิดมานี้กำมือมาเลย เหมือนจะมาเอา แต่ตอนไปกำไม่ได้ น้ำหยดหนึ่งเอาไปไม่ได้... ที่หากันมาเหนื่อยยากกันเหลือเกิน โดยไม่ดูแลสุขภาพกันเลย***

คุณเอรา (ญาติผู้ป่วย): “ถ้าแก่ที่มันไม่เต็มองแล้วไม่สบายตา ก็ให้เปลี่ยนมุมมอง ไปมองทางอื่น แต่เราส่วนมากเราก็จะมองแต่เรื่องที่ถูกๆ อยู่อย่างนั้น****

คุณปกครอง (ญาติผู้ป่วย): “เรื่องที่เราก่อเกิดแก่เจ็บตาย ต้องมองให้เป็นเรื่องธรรมดา เกิดมาก็ต้องเจ็บต้องตายทำให้เราให้รำเรงไม่เครียด แต่ว่าเรามีคนพูดสะอึกใจแล้วเดียวเดียวมันก็หายไป*****

คุณจิรัตติ (ญาติผู้ป่วย): “เหมือนกันหมด รวยจนเหมือนกันหมด เจ็บป่วยไม่เลือกอายุ วรณะ*****

คุณวิรันดา (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ชอบฟังเทศน์หลวงตา... หลวงตาก็จะหัวเราะไปด้วย เทศน์ไปด้วย ไม่ให้เราเครียดกับโรคที่เราเป็น หลังจากนั้นหลวงตาก็จะเข้าคำสอนของสัมมาสัมพุทธเจ้า ตรงนั้นแหละถึงได้ปล่อยวางได้*****

คุณกิลดาล (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ท่านจิตวิยาสูง ท่านบอกว่าใครบ่อดอกไม้ได้เป็นควาย... ท่านสอนหายใจ ท่านกลับไปแล้วนึกคำตัวเอง ตัวเท่าควายแล้วยังฝึกหายใจอีกทำไมจึงจืดเลย*****

คุณอัมสุข (ญาติผู้ป่วย): “กังวลเรื่องโรคเขา เขาก็เหมือนจะกลัวตายเหมือนกัน... พอมาฟังธรรมะหลวงตา แก่ก็จะรู้ว่าการเปลี่ยนภพเปลี่ยนชาติมันไม่ได้น่ากลัวอะไรหรอก ถึงจะไปก็ไปแบบคนที่มัสติมีปัญญาที่มีความรู้ที่จะพร้อมไป*****

คุณสาละ (จิตอาสา): “หลวงตาสอนว่าในชีวิตเราแบกหามมาเยอะแล้ว รู้จักวางบ้าง แล้วก็อีกอย่างหนึ่งคือสำนึกในบุญคุณที่เราเคยพาสามีมาพักที่นี่ ค่าน้ำก็ฟรีค่าไฟก็ฟรี เราก็อยากจะทำบุญตอบแทนบุญคุณครูบาอาจารย์*****

*สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณกัฏวาน (นามสมมุติ) วันที่ ๒๓ เมษายน ๒๕๕๔ เวลา ๑๓.๐๐ น

**สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณจิรัตติ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๓ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๐๗.๐๐ น

***สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณเอรา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๒๐.๐๐ น

**** สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณปกครอง (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๐๗.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณจิรัตติ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๓ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๐๗.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณวิรันดา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๒๑.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณกิลดาล (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๐๙.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณอัมสุข (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๔.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณสาละ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๖.๐๐ น

คุณสาละ (จิตอาสา): “อย่างคนที่ใกล้จะตาย ทำให้เรารู้สึกว่าชีวิตคนเราจริงๆ แล้วเวลาจะตายนี้ไม่ได้อะไรเลย เวลาที่เราแข็งแรงอยู่เราก็คงอยากจะมีรถ มีบ้าน แต่พอวันหนึ่งเราป่วยขึ้นมาแล้วเราเป็นโรคร้ายแรงเป็นโรคมะเร็ง... เขาก็คงแค่อายากจะมีแรง อายากจะให้แข็งแรง อายากจะเดินไปไหนมาไหน... แต่พอสุดท้ายถ้าเขาไม่หายเขาก็จะตาย ทุกคนไม่ได้อะไรเลย”*

คุณนารถ (ผู้ป่วยมะเร็ง): “หลวงตาบอกว่า เขายังร้ายเท่าไรเรายังดีกลับไปที่นั่น เขายังเกลียดเท่าไรยังรักกลับไปเท่านั้น เออ มันทำให้เรากลับมาแล้วปรับตัวเอง”**

คุณสาละ (จิตอาสา): “ถึงแม้ตัวเราเองเราก็ก็น่าต้องหัดภาวนา ตอนที่เราไม่ได้เป็นไข้ไม่ได้เป็นมะเร็งไม่ได้เป็นอะไร... รวดจะคว้า ๓ ครั้งแล้วนะในชีวิต เราจะตายแล้วเราจะทำยังไง ต้องภาวนาแล้ว ก็เหมือนกับต้องเตรียมตัว”***

คุณขวัญ (จิตอาสา): “ก็มีกำลังใจเยอะขึ้น ก็คือไม่ห่วง แก่กับบอกว่าตายก็ตาย หายก็หาย แก่กับบอกขนาดพระมหากษัตริย์ พระพี่นางก็เสีย เราเป็นคนธรรมดาที่ต้องตายเหมือนกัน สู้ สู้จนสุดท้าย ก็ได้กำลังใจหลวงตาเวลาไปรวนนี้ใช้ แก่มีความสุขมาก”****

๔.๑.๕ กิจกรรมบำบัดอื่น ๆ

การเจริญสมาธิด้วยดนตรีบำบัด ดนตรีบำบัดในวัดคำประมง ทั้งในรูปแบบจิตอาสาจากภายนอกที่มาทำกิจกรรม สร้างความสนุกสนานให้กับผู้ป่วย กิจกรรมดนตรีบำบัดที่ผู้ป่วยและญาติผู้ป่วยร่วมกันทำทุกวัน บรรยากาศส่งเสริมตามสายไปยังทั่วบริเวณ เพื่อให้ผู้ป่วยหนักที่อยู่ตามเรือนพักได้ฟังบรรยากาศและรู้สึกผ่อนคลายไปด้วย ดนตรีบำบัดสามารถผ่อนคลายให้ญาติผู้ป่วย ผู้ป่วยได้ร่วมสนุกเต้น ฟ้อนรำ เป็นจุดเริ่มต้นในการทำความรู้สึก แลกเปลี่ยนประสบการณ์สุขทุกข์ การใช้ชีวิต และเสริมสร้างกำลังใจให้กันและกัน ส่วนเนื้อหาของบทเพลงก็พูดถึงผู้ป่วยมะเร็ง พูดถึงหลวงตา ความไม่แน่นอนของชีวิตที่เราไม่สามารถจะยึดมั่นได้

ส่วนหนึ่งจากการสัมภาษณ์เชิงลึกระหว่างผู้ป่วย ญาติผู้ป่วย และจิตอาสาที่มาทำกิจกรรมดนตรีบำบัดที่หอโรคยาศาลวัดคำประมง พบว่าผู้ป่วยมีความสุข ได้หัวเราะ ลืมความเจ็บปวด ความทุกข์ทางกายและใจไปชั่วขณะเมื่อมีเสียงได้ร่วมกิจกรรมดนตรีบำบัด จากการสังเกตของผู้วิจัยพบว่าการจัดที่นั่งที่ทำกิจกรรมระหว่าง ผู้ป่วย ญาติผู้ป่วย จะแยกจากกัน ทำให้ญาติผู้ป่วยได้ห่างจากคนไข้ เปลี่ยนจากที่ต้องหมกมุ่นดูแลผู้ป่วยของตนได้ห่างจากผู้ป่วยชั่วคราว มีโอกาสพูดคุยกับญาติผู้ป่วยที่นั่งอยู่ ระหว่างที่ได้ทำกิจกรรม ส่วนผู้

*สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณสาละ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๖.๐๐ น

**สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณนารถ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๗.๐๐ น

***สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณสาละ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๖.๐๐ น

****สัมภาษณ์เชิงลึกจิตอาสา คุณขวัญ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๖.๐๐ น

ป่วยก็นั่งอยู่กับกลุ่มผู้ป่วยก็ได้รู้จักผู้ป่วยด้วยกัน เห็นสภาพโรคของเพื่อนผู้ป่วยด้วยกัน บางคนป่วยมานานหน่อย ทำให้เห็นว่าไม่เพียงแต่ตนป่วยและทุกข์ทรมานใจเพียงคนเดียวป่วย คนอื่นๆ ก็ประสบความทุกข์เช่นเดียวกัน ผู้ป่วย ญาติผู้ป่วย และจิตอาสาต่างแสดงความ คิดเห็นไว้ดังต่อไปนี้

คุณอัมสุข(ญาติผู้ป่วย): “ทำกิจกรรม เดินรำ ฟ้อน แม่หัวร้องเพลง เดินกัน อะไร แบบนี้แม่จะมีความสุขมากที่สุด...กิจกรรมทุกอย่างที่เป็นวิธีการรักษาโรคได้ มันก็เลยพลอย เป็นผลให้เกิดขึ้น”*

คุณเอก(ญาติผู้ป่วย): “บางทีนักศึกษามาร้องเพลง เขาก็ไปนั่งดูแล้วก็ยิ้ม เวลา นักศึกษาเดิน ดูเหมือนเขามีความสุขดี ดูเขายิ้มแย้มมีความสุข เขาก็คงชอบแบบนี้”**

คุณนารถ (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ส่วนมากคนไข้เองจะไม่ค่อยได้มาทำ จะเป็นญาติส่วน ใหญ่ ก็จะทำให้เขาคร่ำครึขึ้นมากขึ้น”***

คุณทิวา(ญาติผู้ป่วย): “ช่วงที่สวดมนต์เสร็จ แล้วเราก็นั่งรับยา ร้องเพลงก่อน เขา ก็นั่งยิ้ม ประมอด้วย เขานั่งฟ้อน ผมก็เห็นเขาก็ดีใจที่เห็นเขาสบายใจดีใจมาก ๆ ตอนนั้น”****

คุณอมรา(จิตอาสา): “เวลาที่มีกิจกรรมตอนเช้ากับเย็น คนไข้หัวเราะแบบที่แตก ต่างจากในโรงพยาบาล”*****

คุณคอสเพลย์(ญาติผู้ป่วย): “น่าจะเป็นร้องเพลง เพราะเต้นแม่จะเต้นไม่ได้แล้ว เป็นตัวของตัวเอง ไม่ต้องฝืน”*****

การเจริญสมาธิด้วยการสวดมนต์

ในกิจกรรมการสวดมนต์ทุกเช้าค่ำที่วัดคำประมง ทั้งผู้ป่วย ญาติผู้ป่วย และจิตอาสา จะมาร่วมสวดมนต์พร้อมกันที่อาคารอโรคยาศาล การสวดมนต์เริ่มตั้งแต่วันที่ ๑๔.๐๐ น. ผู้นำสวดมนต์มีตั้งแต่พระสงฆ์ที่จำวัดที่วัดคำประมงช่วงระหว่างที่ศึกษาทำวิจัย ผู้ป่วยที่ สุขภาพแข็งแรง ญาติผู้ป่วย จิตอาสา เจ้าหน้าที่วัดคำประมง จะสลับผัดเปลี่ยนกันนำสวด มนต์จากบรรยากาศช่วงเย็น และสถานที่สวดมนต์มีความสะอาด สวยงาม มีเสียงน้ำพุทั่ว บริเวณ อากาศไม่ร้อนล้นวน สร้างบรรยากาศในการสวดมนต์ ที่ใช้ระยะเวลาในการสวดที่ นานไม่น่าเบื่อ ผู้นำสวดมนต์นำสวดได้อย่างไพเราะ ส่วนผู้ป่วยหนักที่ไม่สามารถร่วม กิจกรรมได้ สามารถร่วมสวดมนต์จากที่พักของตนเอง ไปพร้อมๆ กับเสียงตามสายกระจาย

*สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณอัมสุข (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๔.๐๐ น

**สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณเอก (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๒๐.๐๐ น

***สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณนารถ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๗.๐๐ น

****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณทิวา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๕.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกจิตอาสา คุณอมรา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๔.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณคอสเพลย์ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๒๒.๐๐ น

เสียงไปทั่วบริเวณเรือนผู้ป่วย โดยเนื้อหาบทการสวดมนต์มีดังต่อไปนี้

บทบูชาพระรัตนตรัย

บทพระพุทธรูปคุณ (สวดทำนองสรภัญญะ)

บทนมัสการพระพุทธรูปเจ้า

บทพระธรรมคุณ (สวดทำนองสรภัญญะ)

บทสวดมนต์ชัยมงคลคาถา (พาหุงมหากา)

บทพระสังฆคุณ (สวดทำนองสรภัญญะ)

พระคาถาชินบัญชร

บทสวดมนต์ ธรรมจักรกับปวัตตนิสสูตร

บทสวดชัยยะมังคละสังคาถา

พระคาถาป้องกันภัยลปทิศ

บทแผ่เมตตา

บทพิจารณาสังขาร

บทสวดอภิณห์ปัจจุเวกชนปาฐะ

บทสวดทวัตติงสาการปาฐะ

บทกรวดน้ำอิมินา

บทสวดบูชาหมอชีวกโกมารภัจ

กรรมฐาน เดิน ยืน ๑๐ นาที

นอกจากนี้ในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายที่วัดคำประมง มีการนำสวดมนต์มาใช้เพื่อสวดให้กับผู้ป่วยที่มีอาการหนัก หรือผู้ป่วยที่ใกล้เสียชีวิต จากการที่ผู้วิจัยมีส่วนร่วมในการร่วมสวดมนต์บทอธิปิไลให้กับผู้ป่วยหนักที่ใกล้เสียชีวิต พบว่าผู้ไปช่วยกันสวดมนต์ทั้งหมดล้วนไปช่วยด้วยความรักความปรารถนาดี หวังให้ผู้ป่วยสงบและไปสู่ภพภูมิที่ดี หากต้องจากโลกนี้ไป ทั้งผู้ป่วย ญาติผู้ป่วย จิตอาสาก็ยังได้เห็นอาการก่อนสิ้นชีวิตของผู้ป่วยซึ่งเป็นสังขารของชีวิตในขณะที่ร่วมสวดมนต์นั้น จากการมีส่วนร่วม และจากคำให้สัมภาษณ์พบว่าผู้ป่วยและญาติผู้ป่วยและจิตอาสา ส่วนใหญ่มีความรู้สึกชอบ ได้ประโยชน์ และเห็นสังขารจากการร่วมสวดมนต์ แสดงความคิดเห็นไว้ดังต่อไปนี้

กังวาน (ผู้ป่วยมะเร็ง): “สวดมนต์ดึนะ ยาวประมาณชั่วโมงหนึ่ง มันทำไม่รู้ไม่เหนี ฝึกความอดทน ...มันมีบทเพลงที่สวดแล้วเพราะมากนะ ชัยยะ สวดแล้วทำนองฟังแล้วเรารู้สึกมีความสุข”*

คุณรัตนะ (ผู้ป่วยมะเร็ง): “เคยมีพื้นฐานจากบ้านอยู่บ้าง อยู่บ้านแต่ก่อนพอ

*สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณกังวาน (นามสมมุติ) วันที่ ๒๓ เมษายน ๒๕๕๔ เวลา ๑๓.๐๐ น

วันพระก็จะใส่ชุดขาวไปสวดมนต์ไหว้พระอยู่ที่วัด ...ก็รู้สึกชอบมาเลย**

คุณเอก (ญาติผู้ป่วย): “แม่ชอบสวดมนต์ ท่อนร้องเพลงคั่นกลางที่ว่าให้ปลงสังขาร จะชอบท่อนนั้นที่ว่าปลงสังขาร แม่บอก เขาบอกว่าเขาชอบ อยากจะได้ไปฟัง***

คุณจุล (ญาติผู้ป่วย): “ออกกำลังกายร่างกายไม่อ้วนแล้ว..เขาชอบสวดมนต์ ปกติก็มีห้องสวดมนต์อยู่แล้วที่บ้าน****

คุณชีวันตา (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ไปไม่ไหวอย่าไป สวดอยู่บ้านเราเราก็นั่งสวดไหว้พระ ไหว้พ่อไหว้แม่เรา... ไหว้พระพุทโธไหว้พระธรรมโมไหว้พระสังฆะ อิติปิโสภควา*****

คุณรัตนะ (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ก็บอยอยู่ค่ะ บางคนสวดแล้วเขาก็ฟื้นขึ้นมาละ คุณอิรวดี จะหนักตอนนั้นเขาก็ไปสวดให้แล้วคุณอิรวดี ยังอยู่มาได้จนถึงทุกวันนี้เลย*****

คุณชิต (ญาติผู้ป่วย): “เขาจะไปแบบสุดท้าย คล้ายๆ ว่าตั้งใจของเขาหนึ่ง ไม่ให้ ฟุ้งซ่าน*****

คุณขวัญ (จิตอาสา): “ก็ไปช่วย คิดว่าจะได้นำเขาไปสู่สุคติ เพราะที่นี้เขาสงบ ด้วยเพราะทุกคนจะฟังตรงนี้ แล้วเราได้ด้วย เราได้เห็นสัจธรรมว่าสุดท้ายก็ต้องไปเหมือนกันหมด แล้วพอเองก็บอกว่าเขาเคยตอนนั้นไม่ได้อยู่วัดแล้ว ทำงานมั่ง แล้วเขาก็เคยเรียกให้คนแถวนั้นไปสวดให้แก แกว่าแกจะไม่รอด แกว่าเคยให้มาสวดอยู่ ๒ ครั้ง แต่แกก็ไม่เป็นอะไร*****

คุณชิต (ญาติผู้ป่วย): “เราไปเห็นเขาแล้วเราก็คิดถึงตัวเราว่าสักวันหนึ่งเราก็เป็นเหมือนเขา แต่เราก็ไม่รู้จะเป็นในแบบไหน คนเราก็ค้นแหละ บางคนก็ไปดี บางคนก็จะหมดลมหายใจมันก็ทรมานทรมาน แล้วแต่เวรกรรมใครสร้างมาแบบไหน*****

คุณชีวันตา (ผู้ป่วยมะเร็ง): “คิดถึงอกเขาอกเรา เราก็คือเป็นเขาก็เป็น สงสารเขา สงสารทุกคน*****

คุณกั๊ว (ผู้ป่วยมะเร็ง): “เป็นบุญวาสนาของเขาถ้าเขาได้ไปเขาก็อาจจะมีเสียงธรรมะก้องอยู่ในสมองของเขา เขาก็ไปสุคติ คนมีวิบากกรรมเยอะๆ ถึงไปสวดอาจจะไม่

*สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณรัตนะ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๔ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๒.๐๐ น

**สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณเอก (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๒๐.๐๐ น

***สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณจุล (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๒๐.๐๐ น

****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณชีวันตา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๑.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณรัตนะ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๔ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๒.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณชิต (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๑.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกจิตอาสา คุณขวัญ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๔ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๒.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณชิต (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๑.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณชีวันตา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๑.๐๐ น

ได้ยินก็อีกเรื่องหนึ่งนะ คิดเอาเองนะ แต่ว่ามันน่าจะทำให้ใจของคนมีความสุข”*

คุณกิตาร์ (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ไม่ได้บังคับนะ ใครอยากมากี่มา บางคนกลัวก็ไม่มา”**

คุณอิมสุข (ญาติผู้ป่วย): “ถ้าเป็นหมอเขาก็จะพยายามยืดชีวิต ตอนนั้นตอนนี้อะไร
นั่นแหละนี่ แต่อันนี้คือเราให้เขาไปอย่างสบาย และให้เขาไปอย่างมีสติ อย่างน้อยๆ ก็รู้ว่า
สุดท้ายเขาพุทธโธ ก็มีบุญตรงนั้นที่พาเขาไป”***

คุณสาละ (จิตอาสา): “ใจเขาสงบ พวกหมอพยาบาลยังบอกเลยเวลาเขาจะตาย
เขาจะแค่ใส่ที่ครอบออกซิเจนมาช่วยหายใจอย่างเดียว มันเหมือนไม่มีอะไรน่าห่วง แล้วรู้
เขามานอนอยู่อย่างนี้แล้วเขาจะได้ยินเสียงสวดมนต์มีสวด อิติปิโสเสร็จเราก็เอา นะโมเม
หัยะมังคะละคาถาใส่ลงไป พอสวดอิมินาเสร็จปั๊บ เขาไปอย่างสงบเลย เขาก็ไม่ต้องมาก
ระวนกระวาย ตายแบบตาหลับ คิดว่าเป็นสิ่งที่ถูกต้องคนตายตายแบบสงบ”****

คุณกิลดาล (ผู้ป่วยมะเร็ง): “เพื่อนบอกถ้าเพื่อนตายไม่ต้องสวดอิติปิโสให้เพื่อนหรือ
ร้องเพลงพรวนทะเลแล้วก็สวดหัยะมังคะละคาถาก็พอ เพื่อนสั่งไว้ว่าอย่างนี้”*****

คุณวิรันดา (ผู้ป่วยมะเร็ง): “มันเป็นการสวดที่มีพลังอันเป็นบุญเป็นกุศลที่แต่ละ
คนทุ่มพลังมาสวดทุ่มพลังที่บุญตัวเองมีอยู่มาสวดอิติปิโสด้วยใจที่เป็นสมาธิ... มีชีวิตที่
สดใสว่าพวกเราไม่ทิ้งเขา พวกเราไม่รู้จักกันเลย ไม่รู้ว่าเป็นใครอยู่จังหวัดไหนตำบลอะไร
ไม่รู้ไม่เคยรู้จักมักคุ้นกันก็ยังมาสวดมนต์ให้เขา เขาก็จะมีกำลังใจที่จะต่อสู้”*****

คุณคอสเพลย์ (ญาติผู้ป่วย): “ในขณะที่เขายังป่วยอยู่เราก็กว้านไปเรื่อยๆ จน
กระทั่งดีขึ้นหรือจากไปอย่างสงบ ถ้าจากไปอย่างสงบก็เหมือนกับว่าเราได้มีโอกาส ยังไงดี
ละ งานเลี้ยงส่งครั้งสุดท้าย ได้อยู่งานเลี้ยงส่งเขาไปสุภาพใหม่ น่าจะเป็นสิ่งที่ดีมากกว่าการ
ที่ได้อยู่โรงพยาบาลแล้วนอนตายอย่างโดดเดี่ยว... แต่เนี่ยอยู่อย่างอบอุ่นแล้วก็จากไปอย่าง
สงบไม่ต้องกังวลสิ่งใด นับเป็นสิ่งที่ดีมากเลยการสวดอิติปิโสให้กับผู้ป่วยหนัก”*****

คุณกิลดาล (ผู้ป่วยมะเร็ง): “อยากให้เขาฟัง ถ้าเขาไม่ฟังอยากให้เขาไปภพที่ดี
อยากให้เขาไม่คิดอะไร ให้คิดแต่อิติปิโส หลวงตาว่าตอนนั้นบอกพี่แต่ว่าอย่ายึดติดอะไร
จิตใจจะได้เป็นว่าง ถ้าจิตใจว่างจิตจะนำไปสู่ภพภูมิที่ดี”*****

*สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณกังวาน (นามสมมุติ) วันที่ ๒๓ เมษายน ๒๕๕๔ เวลา ๑๓.๐๐ น

**สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณกิตาร์ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๕ เมษายน ๒๕๕๔ เวลา ๒๐.๐๐ น

***สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณอิมสุข (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๔.๐๐ น

****สัมภาษณ์เชิงลึกจิตอาสา คุณสาละ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๖.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณกิลดาล (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๐๙.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณวิรันดา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๑.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณคอสเพลย์ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๒๒.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณกิลดาล (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๐๙.๐๐ น

๔.๒ ผลลัพธ์ต่อสุขภาพทางกายและใจ

ผลลัพธ์ต่อสุขภาพทางกายและใจ เป็นการสะท้อนผลลัพธ์หลังจากจากการที่ผู้ป่วยได้มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดำรงชีวิตในช่วงระยะเวลาหนึ่ง การรับประทานอาหารที่เป็นประโยชน์และยาสมุนไพรที่เกื้อกูลต่อกายสังขาร ทั้งยังได้รับธรรมชาติที่เป็นยารักษาใจ ผู้ป่วยและญาติผู้ป่วยส่วนใหญ่จากเดิมมาด้วยความทุกข์ความกังวลเกี่ยวกับอาการของโรค หลังจากได้พักรักษาตัวที่วัด ได้ฟังธรรมทุกวัน ซึมซับจนเกิดความเข้าใจในชีวิต ทำให้ตนเองทราบและยอมรับได้ในท้ายที่สุดว่าความเจ็บป่วยและความตายเป็นเรื่องที่ทุกคนต้องพบเจอไม่ช้าก็เร็ว ดังนั้นสิ่งที่ควรทำอยู่ในปัจจุบันคือการมีความสุขอยู่กับปัจจุบัน ถึงกายทุกข์จากสังขารและโรคครมเรื้อรัง แต่ใจก็จะไม่เป็นทุกข์ตามไปด้วย จากที่กล่าวมาข้างต้น สามารถแบ่งออกได้สองส่วนดังนี้ ๑) ความรับรู้ต่อการเจ็บป่วยทางกาย ๒) ความทุกข์ทางใจ

๔.๒.๑ ความรับรู้ต่อการเจ็บป่วยทางกาย

จากการการเฝ้าสังเกตจากที่ผู้วิจัยลงพื้นที่สามครั้ง รวมไปถึงจากบทสัมภาษณ์ของญาติผู้ป่วย หรือตัวผู้ป่วยเอง พบว่า หากผู้ป่วยปฏิบัติตนถูกต้องร่างกายจะฟื้นตัว กลับมาแข็งแรงขึ้น อาการของโรคทุเลาลง ผู้ป่วยบางท่านอาการทางกายเริ่มดีขึ้นหลังจากเปลี่ยนพฤติกรรมการรับประทานอาหาร คือรับประทานอาหารได้มากขึ้น หน้าที่ยิ้มแย้ม สดชื่น ไม่เศร้าหมองเหมือนเมื่อตอนมาอยู่ใหม่ ผู้ป่วยบางราย ระบบการทำงานภายในดีขึ้น ก่อนนอนจะนิ่งมลงหลังจากได้กินยาหม้อแรก สำหรับผู้ป่วยที่รักษาตัวอยู่นาน แม้กระทั่งการสังเกตระหว่างผู้ป่วยกันเอง ยังกล่าวถึงผู้ป่วยท่านอื่นที่อาการดีขึ้นหลังจากที่พักรักษาตัวที่วัดสักระยะเวลาหนึ่งจากเดิมที่เข้ารักษาตัวครั้งแรกไม่สามารถเดินได้ ต้องใช้รถเข็นหรือไม้เท้า ปัจจุบันสามารถเดินไปมา แข็งแรงและสามารถลงไปร่วมกิจกรรมกับซึ่งผู้ป่วย ญาติผู้ป่วย คนอื่นๆ ได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ป่วยที่จิตใจเข้มแข็ง มีวินัยในการกินอาหาร กินยา และออกกำลังกายสม่ำเสมอ หลังจากพักรักษาตัวไปได้ประมาณหนึ่งปี สามารถดูแลตนเอง พลิกบทบาทจากผู้ป่วยมาเป็นจิตอาสา ช่วยเหลืองานวัด ทำในสิ่งที่ตนถนัด ตามสภาพความพร้อมทางร่างกาย เป็นการช่วยลดภาระในการดูแลผู้ป่วยของหลวงตา และเจ้าหน้าที่ในวัด และเป็นการสร้างความภูมิใจภายในตัวของผู้ป่วยเองที่เมื่อตนร่างกายดีขึ้นแล้ว ยังประโยชน์ให้กับผู้อื่นได้อีก ซึ่งทั้งหมดนี้ผู้ป่วย ญาติผู้ป่วย จิตอาสาได้แสดงความคิดเห็นไว้ดังต่อไปนี้

คุณนุ้ย (ญาติผู้ป่วย): “พอสมควร ตัวก่อนนอนมันนิ่งมลง แต่มันไม่ยุบให้เห็นชัดๆ เพราะรู้อยู่แล้วว่าสมุนไพรมันจะให้รวดเร็วเหมือนยาแผนปัจจุบันเลยมันก็ไม่ใช่ มันต้อง

ค่อยเป็นค่อยไป ใช้เวลา”*

คุณอิรวดี (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ไม่มีญาติมา คือสองวันแรกที่มาอยู่อาการไม่ค่อยดี เพราะว่าเรามากินยาหลวงตาแล้วยามันแรง หลวงพ่อชี้แนะแนวทางปฏิบัติว่าเราจะทำอย่างไร แก่ก็บอกว่าให้คนใช้ตื่นขึ้นมากำกิจวัตรประจำคือนั่งสมาธิ เดินจงกรม แล้วแต่คนไหนสะดวก แต่ผลสุดท้ายก็เลือกจงกรม วันแรกเดินจงกรมที่ตื่นไม่ใหญ่ที่หัวนอน วันแรก ๔๐ รอบ วันที่สอง ๔๐ รอบ วันที่สาม ๓๐ รอบ วันที่สี่ ๓๐ รอบ แล้ววันที่ห้าลุกขึ้นไปทำกับข้าวให้คนใช้และญาติคนใช้กินได้”**

คุณรัตนะ (ผู้ป่วยมะเร็ง): “บางคนเจ็บมาเราก็บอกว่าพี่ที่เคยเจ็บเหมือนกัน เคยผ่านตรงนี้มาเหมือนกัน เจ็บจนเดินไม่ได้จนต้องเอาไม้ค้ำไปหรือไปกับเก้าอี้เลื่อน เข้าห้องน้ำก็จะเลื่อนไป ทุกคนก็ผ่านความเจ็บปวดมาทั้งนั้น เราต้องอดทนเราต้องสู้”***

คุณทิวา (ญาติผู้ป่วย): “หม้อที่ ๕๓ อาการดี มาตอนแรกผมว่าเขาเดินไม่ได้ มาตอนแรกลงจากรถใช้ไม้ค้ำ พอมากินยาอาการก็ดีขึ้นเรื่อยๆ เดินได้ เดินไปมาได้ แต่ถ้าเดินบ่อยมันก็ปวดเล็กน้อย”****

คุณจิรัตติ (ญาติผู้ป่วย): “ตั้งแต่มาอยู่ ๒๐ วัน เห็นอาการแพนเราสดชื่นขึ้นดีขึ้น เราดีใจขึ้นเยอะ ทานข้าวได้ มารู้จักอาหารที่เหมาะสมสำหรับเขา”*****

คุณอัมสุข (ญาติผู้ป่วย): “แรกๆ ที่มาอยู่หกเดือนแรกเราจะลงมา มาสวดมนต์มา รับประทานแม่หมด (คุณจันทิมา) ตอนนั้นแม่เริ่มช่วยตัวเองได้แล้ว แม่ก็ลงมาตอนเช้าแล้วก็ รับประทาน”*****

คุณชวันตา (ผู้ป่วยมะเร็ง): “มาใหม่ๆ เราชักผ้าไม่ไหว เดี๋ยวนี้ชักเองแล้ว ชักให้ตาเปี้ยกด้วย พอแดดออกก็เก็บที่นอนออกตากแดดเก็บผ้าห่มออกตากแดด”*****

คุณอัมสุข (ญาติผู้ป่วย): “รู้สึกว่าคุณโรคความดัน เบาหวาน ของแม่ก็หายหมดเลยหลังจากที่มากินยานี้”*****

คุณชิต (ญาติผู้ป่วย): “ส่วนมากที่มานี้ก็เป็นมากแล้ว คนที่รู้ตัวว่าเป็นน้อยก็พุงชิวไปได้อีกหลายเดือน บางคนก็หายอย่างคุณวิวันดาพูดวันนั้นหมอบอกว่าแกอยู่ได้ ๓ ปี

*สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณนัย (นามสมมุติ) วันที่ ๒๕ เมษายน ๒๕๕๔ เวลา ๒๑.๐๐ น

**สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณอิรวดี (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๔.๐๐ น

***สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณรัตนะ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๔ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๒.๐๐ น

****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณทิวา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๕.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณจิรัตติ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๓ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๐๗.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณอัมสุข (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๔.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณชวันตา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๑.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณอัมสุข (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๔.๐๐ น

แกอยู่ได้ ๑๐ ปีแล้ว”*

คุณละออง(ผู้ป่วยมะเร็ง): “ยาล้างพิษมันก็ขับ ทีนี้เรามาเริ่มทานยาแล้วก็กินแต่ผัก ก็รู้สึกสะดวกสบายมาก วันนี้ก็สองสามรอบแล้ว รู้สึกเบาตัวขึ้น”**

คุณชิต (ญาติผู้ป่วย): “ก็แล้วแต่ร่างกายคนเรา ถ้าร่างกายคนเราแข็งแรง แล้วก็สู้ไหว ...คนบางคนก็ใจสู้ในเกินร้อยแต่สังขารแค่ ๒๕ มันก็สู้ไม่ไหว บางคนถ้ามั่นสมส่วนกัน ก็ไปได้สรวลว่าโหม เราไม่ได้เป็นแค่อาทิตย์สองอาทิตย์ที่เป็นมา บางคนเป็นมาสามปีสี่ปี ต้องใช้เวลา”***

คุณชิต (ญาติผู้ป่วย): “คุณวิวันตา หรือคุณจันทิมาก็ใส่รถเข็นมาก็ทั้งนั้น” (ปัจจุบันทั้งสองท่านนี้เดินไปทำกิจกรรมได้)****

คุณสาละ (จิตอาสา): “ก็ไปคุยให้กำลังใจ แล้วแต่ บางคนก็อาจจะชอบฟังเพลง อาจจะชอบสวดมนต์ บางทีก็อาจจะอยากแค่คุยคลายเครียด”*****

คุณวิวันตา (ผู้ป่วยมะเร็ง): “นำสวดมนต์บำเพ็ญตบะเข้า นำร้องเพลง แนะนำผู้ป่วยญาติผู้ป่วย ให้กำลังใจ การปฏิบัติตัว การทำสมาธิ การปล่อยวาง แล้วก็จ่ายยา ลงทะเบียนคนไข้ที่มาใหม่บางครั้ง แล้วก็รับโทรศัพท์บางครั้ง ช่วยเจ้าหน้าที่เขาเวลาช่วงหน้าหนาวกับหน้าเกี่ยวข้าวเขาจะไป ช่วงหลังมานี้จะทำเยอะขึ้นมาก เพราะว่าเราแข็งแรง”*****

คุณนารถ (ผู้ป่วยมะเร็ง) “ก็มีล้างห้องน้ำ จะเป็นคนที่ถ้าเห็นอะไรสกปรกจะทำใจไม่ได้ เช็ดเครื่องซักผ้าอะไรต่ออะไร”*****

คุณจันทิมา (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ไปช่วย round ไข้ บอกเขากินอันนั้นนะ กินยานะ ไปยุให้เขากินยา ได้เวลาแล้วกินยาๆ ไม่ต้องเอาไว ต้องตั้งใจ กินเยอะไม่ได้ก็กินทีละเล็กละน้อย กินให้หมดอย่าทิ้งยานะ ทิ้งยาหลงตาบาบนะ ถ้าไม่กินไม่ต้องเอามายกกับบอกอย่างนี้”*****

คุณวิวันตา(ผู้ป่วยมะเร็ง): “จ่ายยาด้วย แล้วก็ไปประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการรักษา มะเร็งระยะสุดท้ายด้วยสมุนไพร ด้วยธรรมชาติบำบัด ด้วยพุทธวิธี ด้วยธรรมะต่างๆ”*****

คุณอริวดี (ผู้ป่วยมะเร็ง): “วิ่งไปแจกข้าวต้มเขา...เลยบอกว่าเป็นคือครอบครัวหนู นี่ต่างหากที่เราควรช่วยเหลือคนที่เขามาแล้วเขาช่วยตัวเองไม่ได้ มีอยู่เคสหนึ่งมาจากฝั่ง

*สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณชิต (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๑.๐๐ น

**สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณละออง (นามสมมุติ) วันที่ ๒๓ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๗.๐๐ น

***สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณชิต (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๑.๐๐ น

****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณชิต (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๑.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกจิตอาสา คุณสาละ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๖.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณวิวันตา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๒๑.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณนารถ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๗.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณจันทิมา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๒.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณวิวันตา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๒๑.๐๐ น

ลาว เขาตายในอ้อมกอดนี้เลยนะ แล้วแกก็ยิ้มด้วย เราก็เหมือนเขาที่ต้องรอเวลา มันไม่มีใครอยู่ยั่งยืนได้ตลอดไปหรอก”*****

คุณขวัญ (จิตอาสา): “จิตยาคนไข้ คุณคนไข้ที่ใส่สายปัสสาวะมา ถ้ามีปัญหาก็จะช่วยเอาออก หรือคนไข้คนไหนที่ขึ้นไม่ได้ก็จะช่วยใส่สายสวนให้ให้เขาขึ้นได้”*****

คุณสาละ (จิตอาสา): “หลวงตาสอนว่าในชีวิตเราแบกหามมาเยอะแล้ว รู้จักวางบ้าง แล้วก็อีกอย่างหนึ่งคือสำนึกในบุญคุณที่เราเคยพาสามีมาพักที่นี่ ค่าน้ำก็ฟรีค่าไฟก็ฟรี เราก็อยากจะตอบแทนบุญคุณครูบาอาจารย์ ก็เลยเลือกตรงนี้”*****

๔.๒.๒ ความทุกข์ทางใจ

จากกิจกรรมที่วัดคำประมงได้มีไว้สร้างความหลากหลาย โดยคนไข้สามารถเลือกที่จะทำกิจกรรมตามความชอบและความพร้อมของสภาพร่างกายของผู้ป่วย จุดประสงค์หลักคือเบี่ยงเบนลดความเครียด ซึมเศร้าของผู้ป่วยและญาติผู้ป่วย และสร้างความเป็นมิตรระหว่างผู้ป่วยและญาติผ่านทางกิจกรรมเพื่อไม่ให้รู้สึกโดดเดี่ยวอ้างว้าง มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ผู้ป่วยด้วยกันว่าตนเองพบเจอฝ่าฟันอะไรมาบ้างจนได้มาอยู่ตรงนี้กับสุขภาพที่ดีขึ้น ทุกชั้นน้อยลง การที่ผู้ที่เข้ามารักษาดูไข้วัดคำประมงเป็นที่เยียวยาตนเองในวาระสุดท้าย ได้เห็นความจริงที่หลากหลาย และการขัดเกลาละความยึดมั่นถือมั่นพร้อมกับพึงธรรมชาติของหลวงตา ล้วนมีส่วนในการรักษาใจที่เป็นทุกข์ให้ปล่อยวาง ยอมรับกับความจริงของชีวิต จากการสัมภาษณ์พบว่าส่วนใหญ่เบี่ยงเบนทุกรายมุ่งมั่นมาศึกษาเพื่อต้องการหายจากโรคเพียงอย่างเดียว แต่เมื่อเข้ามาได้รับการรักษา หลวงตาได้สอนให้ผู้ป่วยยอมรับในความเป็นจริงของชีวิต มีความตั้งใจที่จะต่อสู้กับโรคร้ายแต่ในขณะเดียวกันถ้ามีอาการลุกลามมากขึ้น ก็สามารถยอมรับและพร้อมที่จะจากไปอย่างสุขสงบ รวมไปถึงการได้เห็นสภาพความเป็นจริงระหว่างผู้ป่วยมะเร็งคนอื่นๆ เห็นถึงการตั้งอยู่ต่อไป ในช่วงเวลาที่ทำกรการรักษา เกิดความเข้าใจในชีวิต เกิดการเปลี่ยนแปลงตนภายในเช่นการกลายมาเป็นจิตอาสาที่ไม่หวังผลตอบแทน ซึ่งถือเป็นการยกระดับการพัฒนาจิตทางด้านจิตวิญญาณที่หาได้ยากยิ่ง ซึ่งผู้ป่วย ญาติผู้ป่วย จิตอาสาได้แสดงความคิดเห็นไว้ดังต่อไปนี้

คุณอิรวดี (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ตอนที่แรกยอมรับได้ไหมที่เป็นมะเร็ง บอกตรงๆ ว่าไม่ได้ เพราะเราไม่พร้อมที่จะรับตรงจุดนี้ เพราะเราแข็งแรง วยเราไม่ถึงกับว่าต้องมาให้คนอื่นมาดูแลเรา แต่ถามว่าพอมายู่จุดนี้หลวงตาสอนให้หลายๆ อย่างว่า จงพอใจในสิ่งที่เรามี และพอใจในสิ่งที่เราจะช่วยคนอื่นด้วยความเต็มใจ... นั่นต่างหากสิ่งที่พวกเราควรจะทำปฏิบัติ

*****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณอิรวดี (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๔.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกจิตอาสา คุณขวัญ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๖.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณสาละ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๖.๐๐ น

คือหมายความว่าแนวทางของหลวงตามีช่วยกันและกันที่อื่นข้างนอกมันไม่มี เลยบอกว่าที่
นี้มีความสุขกว่า”*

คุณนารถ (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ไม่ได้ให้แค่นั่น มันออกไปได้ไกลมาก คือฟังท่านทุก
วันๆ แล้วมันซึม มันทำให้จิตใจเราชุ่มชื้น...มันทำให้เราได้คิด มันทำให้เราได้ แล้วเราก็จะ
มีตัวแทนต่อไปไม่สิ้นสุด”**

คุณจันทิมา (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ชอบมันสบายใจ ได้อยู่ในศีลในธรรม ได้ปลง ไม่ยึด
มันถือนั่น ร่างกายเป็นของธรรมดาเกิดแก่เจ็บตาย ยายก็เลยชอบ ไม่คิดอะไร คิดแต่เกิดแก่
เจ็บตายเป็นของธรรมดา ปลง ก็มันเพลิดเพลินไป ฟ้อนรำไป สู้จนนาทีสุดท้าย”***

คุณรัตนะ (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ทำไมหลวงตาเป็นอย่างนี้ มาแรกๆ ก็รับไม่ค่อยได้
หัวเราะอะไรก็รับไม่ค่อยได้ อยู่ไปประมาณ ๖ วัน ๗ วันดีขึ้นๆ ยอมรับได้ ตอนแรกก็ว่าจะ
มาอยู่แค่ ๗ วันตั้มยาแล้วก็จะกลับ ที่นี้พอมาแล้วก็ชอบเลย ชอบบทสวดมนต์ชอบอะไร
หลายๆ อย่าง กิจกรรมเขาหลายๆ อย่าง อยู่ได้ ๓ เดือน”****

คุณจุล (ญาติผู้ป่วย): “ชีวิตที่เราอยู่อยู่ในเส้นทางไหน สมควรทำหรือไม่สมควร
ทำ...เรื่องที่หลวงตาจะพูดบ่อยๆ เกือบทุกคืนก็คือเรื่องมุมมอง ความสุข ความทุกข์ ถ้าเรา
จมอยู่กับทุกข์เราก็จะทุกข์อยู่อย่างนั้น”*****

คุณกังวาน (ผู้ป่วยมะเร็ง): “หนึ่งเวลาป่วยอย่างบังคับให้มันหาย ทุกข์มาก ตั้งเป้า
ว่ามันจะหายอย่างเดียว ถ้ามว่าใครๆ ก็หวังให้หาย แต่คุณก็ต้องมองกลับมาก่อนว่าคุณ
ป่วยมาเท่าไร ตรงนี้นั่นใช่เราต้องคิดให้เป็นไม่อย่างนั้นเราจะทุกข์”*****

คุณอมรา (จิตอาสา): “ทุกคนเลยนะร้อยเปอร์เซ็นต์ คือหวังว่าจะหาย แต่ว่าในขั้น
ตอนของการที่จะหายเขาไม่ถามถึงนะว่าทำยังไงถึงจะหาย... แต่ในความเป็นจริงจุด
ประสงค์ของโรคยาศาลอีกอย่างหนึ่งก็คือหลวงตาเน้นให้ยอมรับในเรื่องของความเป็นจริง
ของชีวิต คือความตาย จริงๆ แล้วต้องบอกว่ามะเร็งคือโอกาสหายยาก ...แล้วในกรณีนี้ที่
ทำให้คนยอมรับความตายยิ่งยากเข้าไปใหญ่ แต่หลวงตาท่านเน้นตรงนั้นเป็นหลัก ซึ่งมัน
ก็คือคำตอบของพระพุทธเจ้านั่นเอง ...สุดท้ายเมื่อเขาอยู่จนเข้าใจกระบวนการเข้าใจวิธี
การรักษา เขาก็จะสามารถยอมรับตรงนี้ แล้วเวลาที่คนไข้จะต้องไปจริงๆ ญาติเขาจะมีสติ
แล้วตัวคนไข้เองก็มีสติ คือพร้อมที่จะตาย ไม่ได้ตายไปแบบทรมานทรมายหรือสับสนสับสนกับยา

*สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณอิรวดี (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๔.๐๐ น

**สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณนารถ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๗.๐๐ น

***สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณจันทิมา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๒.๐๐ น

****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณรัตนะ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๔ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๒.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณจุล (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๒๐.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณกังวาน (นามสมมุติ) วันที่ ๒๓ เมษายน ๒๕๕๕ เวลา ๑๓.๐๐ น

แก้ปวด”*

คุณกิตาร์ (ผู้ป่วยมะเร็ง): “หลวงตาเหนื่อยมาก พอได้ยินคำนี้ทำให้เรามีกำลังใจว่าท่านเป็นขนาดนี้ ท่านยังเหนื่อยยังเสียสละขนาดนี้ เราเป็นใครทำไมไม่ยอมเสียสละบ้างเลยหรือ”**

คุณจิรติ (ญาติผู้ป่วย): “จากที่เราเคยทะเลาะ ความสามัคคีจะมี ญาติพี่น้องได้เห็นความหมาย เอื้ออาทรขึ้นมาเยอะจากที่เรามองไม่เห็น คิดว่าคนรอบข้างก็ไม่ได้สนใจ แต่มาเห็นตอนนี่ถึงไม่ใช่ญาติพี่น้องก็เหมือนญาติพี่น้องมากๆ”***

คุณนารถ (ผู้ป่วยมะเร็ง): “นึกถึงหน้าหลวงตา ...ยังมีคนรักเราให้กำลังใจ ทั้งๆ ที่เขาไม่รู้จักเราเลย หลวงตาเป็นใครทำไมยังรักเรา ดูแลเรา ห่วงใยเรา”****

คุณจิรติ (ญาติผู้ป่วย): “ทุกครั้งที่เราท้อ เราไม่อยากสู้แล้ว แต่ถ้าเราไม่ถอย เราคิดว่าดีที่สุดทำอะไรก็ได้ให้มันสบายใจพยายามอยู่ด้วยกันให้มีความสุขกับเวลาที่เหลืออยู่”*****

คุณคอสเพลย์ (ญาติผู้ป่วย): “คือทำวันนี้ให้ดีที่สุด หลวงตาท่านจะสอนว่าเรามี ๙ นาทีก่อนตาย แต่ของเรา ๙ นาทีก่อนตายเราก็ต้องมีความสุขสิ เรา ก็ปรับเอามาใช้”*****

คุณอิมสุข (ญาติผู้ป่วย): “เห็นสังขารมีชีวิตมาก พกความตายมาเต็มกระเป๋า มันมากับความมืด หมายถึงมืดไม่รู้แม้แต่ว่าจะทำตัวยังไง จะเป็นอะไรยังไงต่อ แม้ฉันจะหายใหม่ ก็คือมาด้วยคำถามแบบนี้ทั้งหมดเลย แล้วก็เขาจะรักษาแม่ฉันได้ไหมหรือว่าแม่ฉันจะต้องตาย พอเริ่มทำเริ่มซึมซับ วัน สองวัน สามวัน ได้ฟังเทศน์ไปเรื่อยๆ มันก็สว่างขึ้นเรื่อยๆ สว่างขึ้นเอง รู้สังขารว่าไม่ควรประมาทในชีวิต การดูแลบุพการีก็คือที่สุดแล้วของชีวิต ก็ไม่เสียใจที่เราออกจากงานมาดูแล ไม่เสียตายเลย”*****

คุณกังวาน (ผู้ป่วยมะเร็ง): “หนึ่งเวลาป่วยอย่าบังคับให้มันหาย ทุกข์มาก ตั้งเป้าว่ามันจะหายอย่างเดียว ถามว่าใครๆ ก็หวังให้หาย แต่คุณก็ต้องมองกลับมามาก่อนว่าคุณป่วยมาเท่าไร ตรงนั้นมันใช่เราต้องคิดให้เป็นไม่อย่างนั้นเราจะทุกข์”*****

คุณอิรวดี (ผู้ป่วยมะเร็ง): “เรามาต่างทิศต่างเมือง ไม่เหมือนกัน เราไปตัดสินใจชีวิตคนอื่นไม่ได้ ให้เขาตัดสินใจด้วยตัวของเขาเอง จะคิดจะพลาดอะไรก็แล้วแต่มันอยู่ที่ตัวของเขาเอง”*****

*สัมภาษณ์เชิงลึกจิตอาสา คุณอมรา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๔.๐๐ น

**สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย กิตาร์(นามสมมุติ) วันที่ ๒๕ เมษายน ๒๕๕๔ เวลา ๒๐.๐๐ น

***สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณจิรติ(นามสมมุติ)วันที่ ๒๓ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๐๗.๐๐ น

****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณนารถ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๗.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณจิรติ(นามสมมุติ) วันที่ ๒๓ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๐๗.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณคอสเพลย์(นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๒๒.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณอิมสุข(นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๔.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณกังวาน(นามสมมุติ) วันที่ ๒๓ เมษายน ๒๕๕๔ เวลา ๑๓.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณอิรวดี (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๔.๐๐ น

คุณนารถ (ผู้ป่วยมะเร็ง): “เมื่อก่อนก็มีความรู้สึกที่เรายังไม่ทัน ๕๐ เลย ทำไมเรามาเป็น ตอนนี้จะเกิดอะไรก็เกิด เพราะมีอะไรในชีวิตมากมายที่เกิดโดยที่เราไม่คาดฝัน...เราจะนั่งมากขึ้นเราจะไม่ทรมานทรมาน เราจะไม่หดหู่ คือมันดีกว่าเมื่อก่อนเยอะ ที่พอรู้อะไรปั๊บเราจะแย่มากๆ เราจะซึม แต่ที่นี้เราสามารถนั่งได้ระยะหนึ่งแล้วก็กลับมาคิดกลับมาทวนกลับมาปล่อยวาง คืออะไรก็แล้วแต่พอมีอะไรปั๊บจะนึกถึงหลวงตา ต่อไปเราก็คงจะนั่งได้มากกว่านี้ ปล่อยวางได้มากกว่านี้ มีสมาธิได้มากกว่านี้”*

คุณนุ้ย (ญาติผู้ป่วย): “ก็คือช่วงที่หลวงตาให้ฝึกกรรมฐาน ให้นั่งสมาธิ พูดเรื่องสืบนามิ ก็โดนว่าในเมื่อเรามีโอกาสที่ยังมีชีวิตอยู่ได้ปฏิบัติก็น่าจะทำ แล้วก็เรื่องการปล่อยวาง เพราะโดยส่วนตัวแล้วมันจะอดคิดเรื่องนั้นเรื่องนี้ไม่ได้ ถ้าอยู่กับโลกปัจจุบันหมายถึงว่าโลกภายนอก ก็จะมีเรื่องค่าใช้จ่าย ปัญหาเข้ามา เราก็คอดคิดไม่ได้”**

คุณนารถ(ผู้ป่วยมะเร็ง): “การให้ที่หลวงตาพูด คือไม่ใช่เราได้อย่างเดียว คือให้ไม่ใช่ให้เฉพาะคนนะ คือให้ทั้งประเทศ โดยเฉพาะให้พระพุทธรูปศาสนา ตรงนี้แหละที่โดนใจ เมื่อก่อนพี่ไม่เชื่อ พี่รักษาแผนปัจจุบัน เนื้อสัตว์พี่กินมาตลอดจนมา ณ วันหนึ่งที่เขาบอกว่าไม่เห็นโรงศพไม่หลั่งน้ำตา เป็นหนักแล้วถึงมา”***

คุณอมรา(จิตอาสา): “ช่วงฟังธรรมะโอวาทของหลวงตา ได้ทำกิจกรรมที่มีการขับเคลื่อนโดยหลวงตาแล้วก็ทีมจิตอาสา แล้วก็การที่เขาได้มีโอกาสปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา อย่างตอนเช้าเขาได้ใส่บาตร หน้าตาทุกคนก็ดูอิ่มเอิบ”****

คุณคอสเพลย์(ญาติผู้ป่วย): “ท่านเทศน์ทุกวัน ก็ทำให้จิตใจเราผ่อนคลาย ไม่ตามกระแสโลก ที่สำคัญที่สุดมาอยู่ที่ที่เราได้เห็นเกิดแก่เจ็บตาย ซึ่งมันก็เป็นธรรมชาติของมนุษย์ ทำให้เราจะบอกร่างกายใหม่ มันก็ไม่ได้กลัวหรอก เพราะมันก็เป็นธรรมดา บางทีเราก็นั่งสวดคนอื่นเหมือนกันที่เขาจะไป แต่มันไม่ได้กลัวแบบแต่ก่อน...แต่ก่อนคนตายเราจะรีบออกห่าง อันนี้เรามาสวดอธิษฐานช่วยกัน เหมือนกับอยู่ดูวาระสุดท้ายของคนๆ นั้น ซึ่งมันเป็นสิ่งที่สำคัญเหมือนกัน มาให้กำลังใจแล้วก็ช่วยส่งเขาไปถึงที่หมาย”*****

คุณนารถ (ผู้ป่วยมะเร็ง): “ความรู้สึกว่าเป็นบุญคุณของแผ่นดินซึ่งเขาให้เบิกพรีรักษาฟรีเมื่อเป็นแสน ยาแต่ละ ๖ เดือน ๖ หมื่น ๗ หมื่น พี่รักษา ๗ ปีคิดดู รัฐหมดไปเท่าไร พี่ต้องกลับไปทำงานเพื่อเด็กเต็มที เพื่อที่ว่าตัวเราจะได้ประโยชน์เต็มที่”*****

*สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณนารถ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๗.๐๐ น

**สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณนุ้ย (นามสมมุติ) วันที่ ๒๕ เมษายน ๒๕๕๔ เวลา ๒๑.๐๐ น

***สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณนารถ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๗.๐๐ น

****สัมภาษณ์เชิงลึกจิตอาสา คุณอมรา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๔.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณคอสเพลย์(นามสมมุติ)วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๒๒.๐๐ น

*****สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณนารถ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา๑๗.๐๐ น

คุณขวัญ (จิตอาสา): “คนโตอยู่ ม.๓ เล่นดนตรีมันก็ยังคงความคิดเรื่อยเปื่อย สุดท้ายพอไปอยู่วัดกลับมาตั้งใจเรียนจะเป็นหมอ จะได้มาช่วยเหลือคนตาบอด อันนี้คือเห็นผลชัดเจน เกรดเฉลี่ยเขาก็เพิ่มขึ้นเลย จาก ๒.๗ เป็น ๓.๖ เยอะขึ้นเลย ทันตาเห็นเลยในเทอมเดียว”*

๔.๓ กรณีตัวอย่างของผู้ที่เข้ารับการดูแลที่วัดคำประมง

กรณีที่ ๑ ผู้ป่วยมะเร็งที่มีการเปลี่ยนแปลงทัศนคติทางกาย

คุณรัตน (นามสมมุติ) เป็นคนจังหวัดกาฬสินธุ์ เป็นมะเร็งปากมดลูก กระจายไปที่กระดูก เริ่มรักษาด้วยแพทย์ปัจจุบันตั้งแต่ปี ๒๕๕๐ แม้ว่าจะผ่าตัด ฉายแสง และให้เคมีบำบัด ท้ายที่สุดพบว่าเชื้อมะเร็งยังมีอยู่จึงตัดสินใจเข้ารักษาที่วัดคำประมงในปี ๒๕๕๔ มาในช่วงแรกไม่สามารถเดินได้เนื่องจากอาการของมะเร็งกระดูก ในการปรับตัวด้านการเปลี่ยนพฤติกรรมทางด้านร่างกายที่เป็นเรื่องยากและสามารถผ่านพ้นไปได้ด้วย ได้รับความมีวินัยในเรื่องอาหารการกินของผู้ป่วยมะเร็งที่มารักษาก่อนหน้า และพบว่าจากการที่มีวินัยเข้มงวดในเรื่องอาหารการกินทำให้อาการของโรคทุเลา ดังคำให้สัมภาษณ์ต่อไปนี้

คุณรัตน(ผู้ป่วยมะเร็ง): “ก็ทำใจไม่ได้นะค่ะ ทำใจอยู่นานก็กินไม่ได้ มาที่แรกก็จะกินข้าวแค่ ๒ ช้อนโต๊ะนี้ยังไม่หมดเลย แล้วก็น้ำหนัก ๕๐ มันก็ลดลงๆ สามสี่วันเหลือแค่ ๔๒ ที่นี้ก็ไปเห็นพี่หิวกินข้าว เขาดกข้าวเต็มจานเลย ทำไมเขากินได้ แล้วเราจะทำยังไง กิน มาอยู่ได้ ๓ เดือนแล้วก็กลับไปบ้าน เราก็ตั้งใจใหม่ต้องกินให้ได้ พี่เขายังกินได้ เราก็ต้องกินให้ได้ก็คิดอย่างนี้ ก็ค่อยๆ เพิ่มข้าวขึ้น ดกข้าวใส่ถ้วยเล็กๆ อย่างที่เขาใส่ถ้วยน้ำพริกแล้วก็เอามากิน ต้องพยายามกินให้หมด ค่อยๆ กินไป กินแบบช้าๆ กินไปคุยลูกคุยหลาน แล้วที่นั้นก็เริ่มที่จะกินได้ กินได้ก็ค่อยๆ เพิ่มขึ้นๆ จนเดี๋ยวนี้กินได้แบบข้าวเต็มจาน กินยากก็อดตะกรายมา พอเห็นยาไอโหยะขนาดนี้เลยหรอ แล้วเราจะกินได้อย่างไร ยาเป็นเม็ด ก็ตั้งเยอะ ทั้งที่เป็นน้ำอีก เราก็มาคิดว่าเราเป็นมะเร็งเราเป็นไม่เหมือนคนอื่น เราเป็นโรคนีเราต้องกินให้ได้ นอกนั้นก็ไม่มีปัญหา ก็พยายามปรับตัว”**

กรณีที่ ๒ ผู้ป่วยมะเร็งที่มีการเปลี่ยนแปลงทัศนคติทางใจ

คุณวิรันดา (นามสมมุติ) เป็นผู้ป่วยมะเร็งเต้านม เข้ารักษาที่วัดคำประมงในปี ๒๕๕๒ จากเดิมที่ป่วยเป็นมะเร็งผ่านการรักษาทางแพทย์แผนปัจจุบันมาแล้ว ๑๐ ปี ด้วยอาการของโรคที่เพิ่มขึ้นและเกิดการแพร่กระจายไปที่ต่อมน้ำเหลืองและสุดท้ายมาที่กระดูก จึงตัดสินใจมาที่วัดคำประมง เป็นผู้ที่มีความมีวินัยในการดูแลเรื่องอาหารและการนำหลักธรรมไปประยุกต์ใช้เมื่อเกิดอาการปวด รวมไปถึงการปล่อยวางจิตใจจากความทุกข์ ได้อย่างน่า

*สัมภาษณ์เชิงลึกจิตอาสา คุณขวัญ (นามสมมุติ) วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๖.๐๐ น

**สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วย คุณรัตน (นามสมมุติ) วันที่ ๒๔ มกราคม ๒๕๕๕ เวลา ๑๒.๐๐ น



สนใจดังคำให้สัมภาษณ์ต่อไปนี้

คุณวิริศา(ผู้ป่วยมะเร็ง): “ตอนที่ปวดตามตัวก็ยืดเส้นยืดสาย บางทีก็ทาครีม บางทีก็ทำสมาธิ บางทีก็ร้องเพลง แล้วแต่ว่าอารมณ์ไหน บางทีก็เดินจงกรม แล้วแต่ว่าสถานะยังไถเวลาไหนอารมณ์ไหน มันทำให้เราเปลี่ยนแปลงจุดสนใจไปอยู่ที่อื่น มันก็เลยทำให้ลืมความเจ็บปวดไปได้ชั่วคราว บางที่เราทำกิจกรรมตัวอื่นอาจจะเครื่องเพลงเบาๆ หรือสวดมนต์เบาๆ หรือนั่งสมาธิ พอเราทำไปนานๆ จะลืมความเจ็บปวด พอถึงเวลามันก็หายปวดเอง ได้ข้อคิดว่าโรคมะเร็งนี้มันร้ายจริงๆ ประมาทไม่ได้เลย ไม่ว่าอะไรจะอะไรที่หลวงตาสอนหรือว่าที่มีจิตอาสาแนะนำ ทั้งเรื่องอาหาร เรื่องจิตใจ เรื่องการออกกำลังกาย เรื่องอากาศ พวกนี้ถ้าหากเราพลาดพลั้งไปไม่ทำไม่ปฏิบัติ เราหย่อนยานนะ มะเร็งกลับมา แล้วก็แย่เลย แล้วรักษาเอาคืนไม่ได้ จากไปเลยก็มี ก็เห็นว่าชีวิตเป็นของไม่เที่ยงจริงๆ วันนั้นแข็งแรงอยู่พออีกวันต่อไปแคกินของผิติดนิดเดียวก็ทรุดลงๆ ทุกวัน นี่แหละนะที่พระพุทธเจ้าบอกว่าชีวิตมันเป็นของไม่เที่ยง ทุกคนก็ต้องตาย กว่าจะปล่อยวางได้ นานนะ ปีแรกก็ยังไม่ได้เท่าไรเลย พอเข้าปีที่สองเริ่มเต็มๆ เลยนะ มันไม่มีอะไรเป็นของเรา เหมือนหลวงตาเทศน์นะแหละ แล้วก็ไม่มีอะไรเป็นตัวตนของเรา หลวงตาบอกว่าตัวเราก็ไม่ใช่ตัวเรา อย่างมีตัวมีตน แต่ก่อนเราเคยคิดหึงพ้องว่าเราเป็นครู เราต้องเรียบบ่อย เราต้องมาดเข้ม การพูดการจาต้องระมัดระวัง จะต้องให้มีบุคลิกให้น่าเกรงขาม สุภาพอ่อนโยน แต่อยู่ที่เราทำตัวตลกไปกษา แต่งตัวตามแฟชั่น”*

สรุป ผลลัพธ์ของการจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์รวม วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร พบว่าเมื่อผู้ป่วยเลือกทางเดินของชีวิตและตัดสินใจด้วยตัวเองว่าจะใช้วิธีการบำบัดรักษาอย่างไร ในการดูแลรักษาที่มีการผสมผสานกันระหว่างทางกายและทางใจ ผ่านในรูปของกิจกรรม พิธีกรรมทางศาสนา ความรักและความเป็นกัลยาณมิตร อันหาค่าไม่ได้ ที่ช่วยเหลือซึ่งกันและกันโดยไม่หวังผลตอบแทนในฐานะเพื่อนร่วมทุกข์ ผู้ป่วยได้อิงอาศัยในการจัดสภาพแวดล้อมในวัดคำประมงที่สงบร่มเย็นเกื้อกูลต่อการฟื้นฟูสภาพร่างกาย พัฒนาจิตใจอันก่อให้เกิดความสุขสบายใจในรูปแบบกิจกรรมต่างๆ การควบคุมเรื่องอาหาร ที่กระตุ้นให้มะเร็งเจริญเติบโต โดยเฉพาะของแสลง รักษาด้วยยาสมุนไพรหลายชนิด ด้วยพิธีกรรมเพื่อเพิ่มศรัทธาความเชื่อมั่นกำลังใจ การออกกำลังกายเคลื่อนไหวที่พอดีกับผู้ป่วย เหล่านี้ทำให้เกิดการฟื้นตัวทั้งสภาพร่างกายและจิตใจไปในทางที่ดีขึ้น ผู้ป่วย ญาติผู้ป่วย ต่างหมดห่วงกังวลในสังขารที่ถูกมะเร็งรุมเร้า ไม่ต้องยึดถือชีวิต ยอมรับความเป็นจริงและใช้ชีวิตในช่วงที่เหลืออย่างสดใส เกื้อกูลมีน้ำใจต่อคนรอบข้างอย่างมีความสุข

*สัมภาษณ์เชิงลึกญาติผู้ป่วย คุณวิริศา (นามสมมุติ) วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๔ เวลา ๑๑.๐๐ น

บทที่ ๕

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์รวม กรณีศึกษา วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร ซึ่งมีวัตถุประสงค์ในการวิจัย ๓ ประการดังต่อไปนี้คือ ๑) เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรมในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบองค์รวม ๒) เพื่อศึกษาการจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์รวมของ วัดคำประมง อำเภอพรรณานิคม จังหวัดสกลนคร

๓) เพื่อศึกษาผลการจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์รวมของ วัดคำประมง อำเภอพรรณานิคม จังหวัดสกลนคร

ผู้วิจัยขอนำเสนอในหัวข้อดังนี้

๕.๑ สรุปผลการศึกษา

๕.๒ อภิปรายผลการศึกษา

๕.๑ สรุปผลการศึกษา

๕.๑.๑ ลักษณะผู้ป่วยระยะสุดท้าย ทางการแพทย์คือการดูแลผู้ป่วยที่มีลักษณะทั้ง ๓ ประการประกอบไปด้วย ๑) เป็นโรคที่กำลังมีการดำเนินของโรคและเป็นมากขึ้นเรื่อยๆ ๒) เป็นโรคที่ร้ายแรง ทำให้ผู้ป่วยเสียชีวิตได้ ๓) การพยากรณ์ของโรคจำกัด คือ พอจะคาดคะเนระยะเวลาที่เสียชีวิตได้ จากการวิจัยพบว่าผู้ป่วยมะเร็งที่วัดคำประมงส่วนใหญ่เป็นผู้ป่วยที่มีอาการมะเร็งมีทั้งแบบระยะแรกไปถึงระดับที่มะเร็งแพร่กระจายไปตามส่วนต่างๆ ของร่างกาย ผู้ป่วยส่วนใหญ่ตัดสินใจเลือกการดูแลโดยใช้ยาสมุนไพรและการรับประทานอาหารซึ่งไม่เป็นการทรมานร่างกายมากนักและใช้ผลการตรวจทางการแพทย์แผนปัจจุบันตรวจสอบสภาพร่างกาย เช่น ค่ามะเร็ง เพิ่มขึ้น ลดลง การบรรเทาการปวดด้วยยาในกรณี



ที่มีความจำเป็น

๕.๑.๒ การจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบองค์รวม

การจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบองค์รวมของวัดคำประมง จังหวัดสกลนคร โดยมีพระจิรธัมโม ภิกขุ (ภิกษุปัทธนี) มีความโดดเด่นด้วยเป็นการดูแลผู้ป่วยด้วยธรรมะและการกินอยู่ที่สอดคล้องกับธรรมชาติ ใช้สมาธิ มีพลังความรักความปรารถนาดีที่จะปลดปล่อยความทุกข์ของผู้ป่วยทั้งความทุกข์ทางกาย และความทุกข์ทางใจ ซึ่งแตกต่างจากการแพทย์แผนปัจจุบันที่มองเรื่องตัวโรคเพียงอย่างเดียว ไม่ได้มุ่งเน้นถึงสภาพทางกายภาพของผู้ป่วย หรือ

สภาพจิตใจของผู้ป่วย หลักธรรมเด่นที่พบในงานวิจัยของการจัดการคือ การนำหลักสัปปายะ ๗ มาใช้ในการจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ซึ่งประกอบด้วย ๑) อवासสัปปายะ ที่เรียบง่าย สะอาด สวยงาม และมีสิ่งอำนวยความสะดวกพื้นฐานให้กับผู้ป่วยที่เข้ามารักษา ๒) โจรสัปปายะ ไม่ห่างจากชุมชนในการหาซื้อหาสิ่งจำเป็นมาใช้ในชีวิตประจำวัน ๓) ภัสสสัปปายะ กลุ่มพลังผู้ป่วยและญาติผู้ป่วยที่ก่อคุณให้กำลังใจกันและกัน ธรรมะหล่อเลี้ยงจิตใจให้มีความสุข เกิดปัญญา ร่างกายจิตใจของผู้ป่วยและญาติเป็นสุขมากขึ้น ๔) ปุคคสัปปายะ การได้อยู่ร่วมกันเหมือนเพื่อนร่วมทุกข์ ระหว่างผู้ป่วยระยะเรื้อรังและญาติที่เป็นระยะเรื้อรังเหมือนกัน การได้อยู่ใกล้ผู้ทำการรักษา จิตอาสา เจ้าหน้าที่ที่เต็มไปด้วยความเมตตาต่อผู้ป่วย และต้องการให้ผู้ป่วยมีความสุข และหายจากอาการเจ็บป่วย ๕) โภชนสัปปายะ มีอาหารที่ไม่มีเนื้อสัตว์ การรับประทานอาหารปลอดสารพิษ และการมีแปลงผักปลอดสารพิษไว้รับประทาน รวมไปถึงยาสมุนไพรรักษาที่เหมาะสมกับสุขภาพของผู้ป่วยระยะเรื้อรัง และธรรมะโอสถซึ่งเป็นยาทางใจที่สำคัญ ๖) อุตสัปปายะ อากาศที่บริสุทธิ์ บรรยากาศที่พุ่มรื่น ต้นไม้ให้ร่มเงาเย็นสบาย การสร้างบรรยากาศผ่อนคลายด้วยสระน้ำและน้ำพุโดยรอบสถานที่ เหมาะกับสภาพร่างกายคนไข้ตามหลักแพทย์แผนไทย ๗) อิริยาบถสัปปายะ กิจกรรมที่มีการสับเปลี่ยนหมุนเวียน ให้ผู้ป่วย ญาติผู้ป่วยได้ทำกิจกรรมเพื่อสุขภาพทางกายและใจที่ผ่อนคลาย มีความสุข

๕.๑.๓ การใช้หลักพุทธธรรม

จากพุทธธรรมและอรรถกถาต่าง จากพระไตรปิฎก เมื่อเปรียบเทียบแล้วพบว่า มีการใช้โยนิโสมนสิการ เพื่อเป็นการปรับสภาพจิตใจของผู้ป่วยและญาติผู้ป่วย ให้มีความหวังกลับคืนมา มีการฝึกการเจริญสติในแต่ละวันโดยใช้มรณานุสติเป็นโจทย์เพื่อให้เกิดความตระหนักในภัยแห่งความตายที่จะเข้ามาในไม่ช้า ทำให้สามารถตัดห่วงกังวลได้รวดเร็วยิ่งขึ้น การนำสติปัฏฐาน ๔ มาใช้ชีวิตประจำวันโดยมีสติระลึกรู้อยู่กับสภาวะธรรมต่างๆ ยกตัวอย่างเช่น เมื่อมีการเคลื่อนไหวทางกาย หรือขณะที่เกิดเวทนา ความเป็น

กัลยาณมิตรเกื้อกูลซึ่งกันและกันในวัดคำประมง การดำเนินตามเส้นทางมัชฌิมาปฏิปทา เมื่อเปรียบเทียบกับ การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบวิถีพุทธพบว่า พิธีกรรมและชีวิตความเป็นอยู่ การจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยที่วัดคำประมง สอดคล้องกับการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบวิถีพุทธ กล่าวคือ การดูแลรักษาประกอบไปด้วยความรัก ความเมตตา และความเห็นอกเห็นใจ ทั้งผู้ที่ทำการดูแลรักษาผู้ป่วย รวมไปถึงผู้ป่วยและญาติที่เข้ามา รักษาตัวที่วัดคำประมง มีการฝึกฝนผู้ป่วยยอมรับความตายที่จะมาถึง ทุกคืนกับใจพโยนในการภาวนาว่า อีก ๙ นาทีจะเสียชีวิต และการเห็นสภาพความเป็นจริงของสังขารด้วยตนเอง กอปรด้วยธรรมะที่หลอกลวงตาเหตุในแต่ละวัน ก่อการปล่อยวางทีละน้อยๆ จิตใจผูกพันจดจ่อ กับสิ่งดีงาม ทั้งกาย วาจา ใจ ด้วยเห็นว่าชีวิตเป็นของที่ไม่เที่ยง ไม่ยั่งยืน จึงดำเนินชีวิตในแต่ละวันด้วยการทำสิ่งที่เกื้อกูล เอื้อเฟื้อผู้อื่น โดยปราศจากความเคลือบแคลง เมื่อต้องเผชิญกับความเจ็บปวดจากอาการของโรคก็มีเสียงสวดมนต์ร่วมกันที่เป็นกุศล น้อมนำจิตใจให้สงบไปสู่สัจธรรมหากต้องถึงวาระสุดท้าย ปลดปล่อยสิ่งค้างคาใจซึ่งแฝงในพิธีกรรม การดื่มยาสมุนไพรรักษาด้วยการเขียนคำสารภาพความผิด และทำยาสวดหาถึงเวลาที่ต้องจากโลกนี้ไป ผู้ป่วยได้มีโอกาสได้อยู่ใกล้ชิดกับบุคคลที่รัก ท่ามกลางกัลยาณมิตร และให้ผู้ป่วยปล่อยวางสังขารคืนสู่ธรรมชาติอย่างสงบ

ส่วนพุทธธรรมของผู้ทำการรักษา ผู้รักษาได้นำพุทธจริยวัตรของพระพุทธองค์มาใช้ในการดูแลผู้ป่วยและญาติผู้ป่วยมะเร็งที่เข้ามารักษาตัวที่วัดคำประมง อันได้แก่ การไปตรวจเยี่ยมอาการเจ็บป่วยของผู้ป่วยมะเร็งตามเรือนพัก ดูแลเรื่องสุขอนามัยของสถานที่โดยรวม สร้างขวัญกำลังใจ สอนธรรมะและการเจริญภาวนาแก่ผู้ป่วยด้วยพรหมวิหารธรรม

๕.๒ อภิปรายผล

๕.๒.๑ การจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย

การจัดการความทุกข์ของผู้ป่วยระยะสุดท้ายทั้งทางด้านกาย ใจ ที่วัดคำประมงมีความสอดคล้องเมื่อเปรียบเทียบกับหลักการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย (Principles of palliative care) หรือ End of life care ถึงแม้ว่าในคำว่า End of life จะเน้นหนักไปเรื่องการดูแลช่วงท้ายของชีวิต อยู่บนแนวคิดคือเชื่อในคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ การดูแลที่มุ่งเน้นที่จะช่วยยกระดับคุณภาพชีวิตที่เหลืออยู่ของผู้ป่วยให้ดีขึ้นเท่าที่จะทำได้และช่วยผู้ป่วยให้เกิดการตายอย่างมีศักดิ์ศรีเมื่อวาระสุดท้ายมาถึง ซึ่งการดูแลของวัดคำประมงในเรื่องของสัปายะ ๗ ที่เกื้อกูล การฟื้นฟูสภาพทางกายและ ธรรมะโอสถที่เยียวยาจิตใจที่เศร้าหมองให้เป็นสุขและยอมรับความจริง ล้วนมีส่วนให้คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยที่ยังมีชีวิต และผู้ป่วยที่ใกล้เสียชีวิตมีความพร้อมและสามารถจากไปอย่างสงบ



หลักการของดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายในทางปฏิบัติ สามารถทำได้ตั้งแต่ในระยะแรกของโรคพร้อมไปกับการรักษาหลักอื่นๆ ซึ่งหลักการสำคัญประกอบไปด้วย “๔ C” ดังนี้

- ๑) Centered at patient and family: ให้ความสำคัญกับตัวผู้ป่วยและครอบครัวเป็นหลัก
- ๒) Comprehensive : ครอบคลุมความต้องการทุกด้าน ทั้งร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ
- ๓) Coordinated : เป็นการปฏิบัติงานร่วมกันของบุคลากรทางแพทย์ ครอบครัว และสังคม
- ๔) Continuous : มีความต่อเนื่องและการประเมินผลอย่างสม่ำเสมอ เมื่อเทียบกับวัดค่าประมง ในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย มีความสอดคล้องกับหลักการข้างต้นคือ

๕.๒.๑.๑ การดูแลผู้ป่วยและครอบครัวเป็นศูนย์กลาง โดยการออกแบบ

กิจกรรมที่หลากหลาย ให้ผู้ป่วยระยะสุดท้ายต่างๆ และญาติสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ตามสภาพร่างกายของแต่ละคน มีสภาพสิ่งแวดล้อมโดยรวมเหมาะสมแก่การฟื้นฟูของสภาพร่างกาย ผู้ป่วยต้องมีญาติมาคอยดูแลเป็นการส่งเสริมในเรื่องของกำลังใจ

๕.๒.๑.๒ การดูแลที่วัดค่าประมงครอบคลุมทุกมิติ ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ โดยวัดค่าประมงได้จัดบริบทให้เกื้อกูลต่อการดูแลแบบองค์รวมด้วย สัปดาห์ที่ ๗ ซึ่งสามารถดูแลผู้ป่วยและญาติได้ทั้ง ๔ มิติ เช่น การดูแลสุขภาพกายด้วย อาหาร สมุนไพร และการออกกำลังกาย การดูแลจิตใจและจิตวิญญาณ ด้วยพุทธธรรม และมีการทำกิจกรรมเพื่อเป็นการสร้างความผ่อนคลาย มีมิตรสัมพันธ์ความสามัคคีระหว่างผู้ป่วยและญาติที่มารักษาตัวที่วัดค่าประมง นำความคิดความเชื่อทางด้านศาสนาพิธีกรรมมาปรับใช้ในขั้นตอนการรักษา การทำกิจกรรมที่สอดคล้องด้วยเนื้อหาบทเพลงที่เสริมสร้างกำลังใจ ให้ยอมรับความเป็นจริง จัดกิจกรรมสร้างเสียงหัวเราะให้ผ่อนคลาย เผชิญความเจ็บปวดโดยไม่โดดเดี่ยว รวมไปถึงการฝึกฝนเตรียมตัวตายอย่างสงบร่วมกันทุก วัน

๕.๒.๑.๓ การปฏิบัติงานร่วมกันเป็นทีมสหวิชาชีพ ทั้งจากภายในวัด โดย พระ และจากภายนอกมีความร่วมมือกันจากจิตอาสาแพทย์พยาบาลในการดูแลผู้ป่วย

๕.๒.๑.๔ การดูแลต่อเนื่อง โดยการจัดการดูแลผู้ป่วยหลังจากที่ไปดูแลตนเองที่บ้าน ในเรื่องยาสมุนไพรและการติดตามผลการรักษา

๕.๒.๒ แนวทางการใช้พุทธธรรมในการดูแลผู้ป่วยที่วัดค่าประมง

เมื่อทบทวนหลักพุทธธรรมในบทที่ ๒ ที่พระพุทธรองค์ได้ดูแลภิกษุอาพาธกล่าวคือ ในปฐกัตติตติสเถรวัตถุ เริ่มต้นด้วยการเกื้อกูลร่างกายของภิกษุที่ได้รับการดูแลให้สุขสบาย จากนั้นจึงพร้อมที่จะรับฟังอมตธรรมจากพระพุทธรองค์ ทำให้ทราบถึงความสำคัญของการดูแลผู้ป่วยทางด้านร่างกายและจิตใจ

และจากแนวทางการช่วยเหลือผู้ป่วยระยะสุดท้ายด้วยวิธีแบบพุทธ ที่พระอาจารย์ไพศาล วิสาโล จากเครือข่ายพุทธิกา ได้ให้หลักการไว้ ประกอบด้วย ๑) การให้ความรักและ

ความเห็นอกเห็นใจ ๒) ช่วยให้ผู้ป่วยยอมรับความตายที่จะมาถึง ๓) ช่วยให้จิตใจจดจ่อกับสิ่งดีงาม ๔) ช่วยปลดปล่อยสิ่งค้างคาใจ ๕) ช่วยให้ผู้ป่วยปล่อยวางสิ่งต่างๆ และ ๖) สร้างบรรยากาศแห่งความสงบ

แม้ผู้ป่วยหลายรายในวัดคำประมง จะไม่ใช่ผู้ป่วยระยะสุดท้ายที่จากไปขณะพักรักษาตัวที่วัด แต่ทางวัด ก็ได้ประยุกต์หลักพุทธธรรมและ หลักการต่างๆ เบื้องต้นมาดูแลผู้ป่วย ดังนี้

บทบาทของผู้รักษา ในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ตัวผู้รักษาที่เป็นพระสงฆ์ช่วยให้เกิดศรัทธาในเบื้องต้นได้ง่าย และเมื่อเผชิญโดยเฉพาะเรื่องของความจริงของชีวิต คือการเกิด แก่ เจ็บ ตาย การน้อมนำผู้ป่วยและญาติผู้ป่วยให้เห็นความจริงของชีวิต คือการสวดบทอธิปิโสให้กับผู้ป่วยที่กำลังจะเสียชีวิตให้จากไปอย่างสงบ เมื่อเทียบกับการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายในโรคอื่นๆ เช่น โรคเอดส์ ที่วัดพระบาทน้ำพุ จังหวัดลพบุรี ซึ่งก็มี การน้อมนำผู้ป่วยเอดส์ให้เห็นความจริงในลักษณะคล้ายคลึงกันโดยให้ผู้ป่วยเอดส์ไปร่วมงานฌาปนกิจของผู้ป่วยเอดส์ที่เสียชีวิต เป็นการระลึกถึงมรณานุสติเช่นเดียวกัน ดังก่อให้เกิดความเปลี่ยนแปลงทัศนคติภายใน และคลายความยึดมั่นถือมั่นในตัวตน

บทบาทของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ผู้ป่วยต้องการอยู่อย่างไม่ทรมาณจากการรักษามากนัก การเตรียมพร้อมการด้วยการเจริญมรณะสติ การมีโยนิโสมนสิการในการดำเนินชีวิตด้วยปัญญา และการแวดล้อมด้วยกัลยาณมิตรที่เกื้อกูล การทำจิตใจให้ผ่องใส และการสร้างกุศลอย่างสม่ำเสมอ เหล่านี้เป็นส่วนที่ช่วยให้ร่างกายและจิตใจที่เศร้าหมอง ผ่อนคลายและอยู่อย่างเป็นสุขมากขึ้น หรือแม้ว่าหากสภาพร่างกาย เข้ามาสู่ภาวะสุดท้ายของชีวิต การเตรียมความพร้อมดังกล่าว จะก่อให้เกิดความมั่นใจว่าการเปลี่ยนสภาวะไปสู่การตาย ว่าตนเองสามารถผ่านพ้นไปได้

บทบาทแห่งของการจัดการดูแล ในการจัดการดูแลที่มีความสัมพันธ์กันทั้งในเรื่องของ กายและใจ สัปปายะ ๗ เป็นธรรมที่เหมาะสมแก่การเกื้อกูลตนให้พร้อมที่จะรับมือกับสภาพเจ็บป่วย และส่งเสริมให้ร่างกายและสิ่งเกื้อกูลภายนอกต่างๆ ที่ทำให้ร่างกายที่เจ็บป่วยกลับมาแข็งแรงขึ้น ส่วนพุทธธรรมในการบรรเทาทุกข์ทางใจพุทธธรรมในการเตรียมตัวตาย เป็นการทำให้จิตใจยอมรับกับความจริง คลายความเศร้าหมองเป็นทุกข์ และอยู่กับโรคที่ตนเป็นอย่างถูกต้องและเข้าใจ สำหรับผู้รักษาที่ต้องดูแลและช่วยเหลือผู้ป่วย และครอบครัว พุทธธรรมจึงเน้นไปในเรื่องของการเกื้อกูลด้วยหัวใจที่เปี่ยมไปด้วยพรหมวิหาร การยอมรับความเป็นจริงกับผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นในทางที่ไม่ได้เป็นไปตามที่เราปรารถนา

๕.๒.๓ ผลลัพธ์ของการจัดการเพื่อดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายแบบองค์

รวม

ผลลัพธ์ทางกาย

ความรู้ต่อการเจ็บป่วยทางกาย หลังจากจากการที่ผู้ป่วยได้มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดำรงชีวิตในช่วงระยะเวลาหนึ่ง การรับประทานอาหารที่เป็นประโยชน์และยาสมุนไพรที่เกื้อกูลต่อกายสังขาร ผู้ป่วยบางท่านอาการทางกายเริ่มดีขึ้น หลังจากเปลี่ยนพฤติกรรมการรับประทานอาหาร และได้อยู่ในสภาพแวดล้อม คือรับประทานอาหารได้มากขึ้น ก้อนเนื้อนิ่มลง ระบบขับถ่ายดีขึ้น หน้าตายิ้มแย้ม สดชื่น ไม่เศร้าหมอง

ผลลัพธ์ทางใจ การใช้หลักพุทธธรรม และความจริงเชิงประจักษ์ ให้ผู้ป่วยและญาติ ยอมรับในความเป็นจริงของชีวิต มีความตั้งใจที่จะต่อสู้กับโรคร้ายอย่างมีความสุข แต่ในขณะเดียวกันถ้ามีอาการลุกลามมากขึ้น ก็สามารถยอมรับและพร้อมที่จะจากไปอย่างสุขสงบ ผู้ป่วยญาติผู้ป่วยได้เห็นการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ในช่วงเวลาที่ทำการรักษาอยู่ที่วัดคำประมง เกิดความเข้าใจในชีวิต เกิดการเปลี่ยนแปลงภายใน พร้อมที่จะยังประโยชน์ให้กับผู้อื่นขณะที่ยังมีชีวิต ซึ่งถือเป็นการยกระดับการพัฒนาจิตทางด้านจิตวิญญาณที่ทำได้ยากยิ่ง

๕.๒.๔ จุดแข็งและข้อจำกัดที่พบ

จากหลักการของ Palliative สามารถสรุปได้เป็น ๔C ดังนี้

๑) Centered at patient and family คือการให้ความสำคัญกับผู้ป่วยและครอบครัวเป็นหลัก โดยคำนึงถึงประโยชน์สูงสุดของการรักษานบนพื้นฐานการตัดสินใจร่วมกันกับผู้ป่วยและครอบครัว ซึ่งวัดคำประมงมีจุดแข็งในจุดนี้

๒) Comprehensive การให้บริการที่ครอบคลุมความต้องการทุกด้านของผู้ป่วยทั้งร่างกาย จิตใจ สังคม จิตวิญญาณ ให้ความสำคัญต่อความรู้สึกนึกคิดของผู้ป่วย ศรัทธาทางศาสนา ซึ่งวัดคำประมงมีจุดแข็งในจุดนี้

๓) Coordinated คือการทำงานร่วมกันแบบสหสาขาวิชาชีพ ต้องอาศัยความเชี่ยวชาญของบุคลากร ซึ่งผู้ดูแลหลักในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย มีความขาดแคลน ทำให้ผู้ดูแลหลักทำงานหนัก ดังนั้น การประสานงานหรือการมีบุคลากรประจำที่มีความเชี่ยวชาญเพิ่มขึ้นในการดูแลผู้ป่วยในกรณีมีอาการหนัก หรือกรณีฉุกเฉิน จึงมีความจำเป็น อย่างไรก็ตามการร่วมมือกันทางด้านวิชาการระหว่างมหาวิทยาลัยในปัจจุบัน ก็มีส่วนร่วมให้การทำงานร่วมกันในระยะยาวมีความยั่งยืน

๔) Continuous มีความต่อเนื่องในการดูแลผู้ป่วยและประเมินผลอย่างสม่ำเสมอ ไม่ว่าจะเป็นเวลาที่ผู้ป่วยอยู่ในวัดคำประมง กลับบ้าน หรือเสียชีวิตแล้ว ควรมีทีมในการติดตามผล อย่างเป็นระบบ เพื่อเป็นการตรวจสอบผลของการรักษาและให้ความช่วยเหลือ

กรณีผู้ป่วย ญาติผู้ป่วยประสบปัญหาและต้องการแก้ไข รวมไปถึงการปรับปรุงภายในตัวองค์กร

๕.๓ บัณฑิตอาสา:

เชิงนโยบาย

๑. ขยายการสร้างเครือข่าย พระภิกษุและโรงพยาบาลในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบองค์รวมทั่วประเทศ

๒. การจัดปรับปรุง การจัดการ สร้างให้มีทีมสหวิชาชีพจากหน่วยงานสาธารณสุข เข้าไปร่วมมืออย่างต่อเนื่อง

เชิงปฏิบัติ

๑. กิจกรรมกลางคืนบางกิจกรรม อาจใช้การสลับเปลี่ยนกันในแต่ละวัน เพื่อไม่ให้ผู้ป่วยนอนตึกเกินไป

๒. การใช้สื่อวีดิทัศน์ช่วยบางครั้งเพื่อลดภาระงานของเจ้าหน้าที่เพราะเจ้าหน้าที่มีจำกัด เช่นการออกกำลังกาย แต่อาจดูไม่เป็นธรรมชาติ แต่มีข้อดีนอกจากลดความเหน็ดเหนื่อยของเจ้าหน้าที่ การให้ข้อมูลจะไม่ตกหล่น และกำหนดเวลาได้ชัดเจน

๓. หากคนป่วยพอจะบันทึกอาการหรืออารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้นประจำวันของตนเองได้ ก็จะได้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อโรคยศาสตร์ สำหรับในการวางแผนการรักษาต่อไป

๕.๔ บัณฑิตในการทำวิจัยครั้งต่อไป

๑. ในการทำวิจัยครั้งต่อไป หากมีการทำวิจัยข้อมูลเพื่อเปรียบเทียบโดยใช้เครื่องมือวิจัยที่สามารถนำมาเป็นเครื่องชี้วัด ดัชนีความสุข ของผู้ป่วยและผู้ดูแลระหว่างการรักษาทางการแพทย์แผนปัจจุบันเปรียบเทียบกับแพทย์แบบองค์รวม

๒. ในการทำวิจัยโดยใช้หลักการของหลักสัปปายะ ๗ ประยุกต์การดูแลแบบองค์รวมนี้กับผู้ป่วยระยะสุดท้ายประเภทอื่น



บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ราชวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือ :

พระพรหมคุณาภรณ์. พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ ๑๖. กรุงเทพมหานคร: เอส.อาร์.พรินติ้ง แมส โปรดักส์, ๒๕๕๑

..... พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๑๖. กรุงเทพมหานคร: เอส.อาร์.พรินติ้ง แมส โปรดักส์, ๒๕๕๑

..... พุทธธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๙

..... สุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ. พิมพ์ครั้งที่ ๑๒ กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์จำกัด, ๒๕๔๙.

..... โพนธรงค์ : พุทธวิธีเสริมสุขภาพ. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์, ๒๕๔๘

(๒) บทความ :

เต็มศักดิ์ ฟังรัมย์. รศ.นพ. “สติกับการระงับปวด”, คณะแพทยศาสตร์มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

เต็มศักดิ์ ฟังรัมย์ รศ.นพ., “การช่วยเหลือผู้ป่วยระยะสุดท้ายด้วยวิธีแบบพุทธ”, ใน การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์(๑๙๘๗), ๒๕๕๐) :๑๕-๑๙.

มโน เมตตาณันโท เลขาวิชิต นพ.ดร. “ธรรมะในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย”, มูลนิธิชีวิตารักษ์. เครือข่ายพุทธิกาและองค์กรร่วมในเครือข่าย. “สรุปการเสวนาเครือข่ายช่วยเหลือผู้ป่วยระยะสุดท้าย ครั้งที่ ๖ เรื่อง “พุทธธรรมการการช่วยเหลือผู้ป่วยระยะสุดท้าย:แนวคิดและการปฏิบัติ”

พระไพศาล วิสาโล, “การช่วยเหลือผู้ป่วยระยะสุดท้ายด้วยวิธีแบบพุทธ”, ใน การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์(๑๙๘๗), ๒๕๕๐), :๒๓๙-๒๕๑.

ณรงศักดิ์ ถีระวงษ์และคณะ งานประชุมวิชาการร่วมระหว่างคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาลและ คณะแพทยศาสตร์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, “การรักษาโรคมะเร็งของอโรคยศาล”, วันที่ ๒๒-๒๔ มิถุนายน ๒๕๕๒

(๓) วิทยานิพนธ์ :

จุฑามาศ วารีแสงทิพย์ ดร., “การฟื้นฟูคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังระยะสุดท้ายด้วยธรรมบำบัด”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๓.

พระครูอินทสารวิจิตร อินทสโร (กิจไธ). ศึกษาการรักษาโรคด้วยยาสมุนไพรและธรรมโอสถที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๑.

พระณัฐกิตติ อนารโท (ผุยเหง้า), “ศึกษาหลักมรณสติในพระไตรปิฎก”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๑.

นางศศิธร เขมาภิรัตน์, “การศึกษาเปรียบเทียบพุทธวิธีในการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม กับการแพทย์แผนไทย”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๔๘.

นางสาวอัมภาภา สวรรณมัสสระ, “ศึกษาไตรลักษณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณี การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๑.

แม่ชีกาญจนา เตรียมธนาโชค, “แนวการประยุกต์หลักพุทธธรรมเพื่อการดูแลรักษาสุขภาพ ในโครงการธรรมชาติดำบัดเพื่อชีวิตเป็นสุขของเสถียรธรรมสถาน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๑.



วิทยาลัย), ๒๕๕๒.

วิไลลักษณ์ ตันติตระกูล, “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย”, วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, (คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย) ๒๕๕๒.

(๔) เอกสารที่ไม่ได้ตีพิมพ์

กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข.”คู่มือการดูแล

สุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก”

อโรคยศาล วัดคำประมง. “สมาธิบำบัดกับการรักษาโรคมะเร็ง”

อโรคยศาล วัดคำประมง. “หนังสือที่ระลึกงานรับพระราชทานปริญญาบัตร วิทยาศาสตร์ดุสิตบัณฑิตพระปณพัชร จิรัธมโม”

(๕) สารนิเทศจาก “World wide web (WWW)” กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก, <http://www.dtam.moph.go.th/>

อโรคยศาล วัดคำประมง, [http:// www.khampramong.org](http://www.khampramong.org)

สถานที่ท่องเที่ยวที่น่าสนใจในเขต อำเภอพรรณานิคม จังหวัดสกลนคร http://www.isantourism.org/info/s_tour_pannanikhon.shtml

คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร <http://pineapple-eyes.snru.ac.th/alo/index.php?q=node/129>

บ้านคนรักสุนทราภรณ์ พรานทะเล <http://websuntaraporn.com/suntaraporn/lyric/postlyric.asp?GID=138>

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก : รสแห่งความเมตตา ชุ่มเย็นยิ่ง, <http://www.dhammadjak.net/book-somdej5/3.html>



ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ

นางสาวจรัสแสง ผิวอ่อน

วัน เดือน ปีเกิด

๙ มิถุนายน ๒๕๒๓

สถานที่เกิด

จังหวัดกรุงเทพมหานคร

การศึกษา

พ.ศ. ๒๕๔๕ อุตสาหกรรมศาสตรบัณฑิต

สาขาเทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์ สถาบัน

เทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ

ประสบการณ์ในการทำงาน

พ.ศ. ๒๕๔๒ - ๒๕๔๙ มัคคุเทศก์ ดูแลเว็บไซต์

บริษัทเมืองโบราณ และบริษัทในเครือ

ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน

พ.ศ. ๒๕๔๙ - ปัจจุบัน วิศวกรควบคุมคุณภาพ

บริษัท เดลต้าอิเล็กทรอนิกส์ ประเทศไทย จำกัด

มหาชน

สถานที่อยู่ปัจจุบัน

๕๓๕ ถนนพุทธรักษา ตำบลท้ายบ้านใหม่ อำเภอเมือง

สมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ ๑๐๒๗๐

เข้าศึกษาเมื่อ

พ.ศ. ๒๕๕๓

