



การพยาบาลที่ดั่งงาม : บนฐานคิดความเป็นมนุษย์ตามแนวพระพุทธศาสนา  
Good Nursing to development humanity : Buddhism Perspective

นิภาภัทร อยู่พุ่ม\*

บทคัดย่อ

การพยาบาลที่ดั่งงาม คือการพยาบาลด้วยจิตใจความเป็นมนุษย์ โดยใช้หลักธรรมเรื่องอริยสัจ ๔ และพรหมวิหารธรรมเป็นกรอบแนวคิดในการทำความเข้าใจความเป็นจริงของชีวิตและการพัฒนาศักยภาพความเป็นมนุษย์ผ่านการดูแลสุขภาพ โดยมีองค์ประกอบสำคัญ คือความสามารถในการมองเห็นความเป็นมนุษย์อย่างเป็นองค์รวม ความสามารถในการมองเห็นความทุกข์อย่างรู้เท่าทันตามสภาพจริง และความสามารถในการพยาบาลอย่างมีคุณภาพ เพื่อบรรลุสู่เป้าหมายสูงสุดคือความสุขสมบูรณ์ในชีวิต

**คำสำคัญ:** การพยาบาลที่ดั่งงาม, ความเป็นมนุษย์, พระพุทธศาสนา

Abstract

Good nursing is nursing with a humane mind, using the four noble truths and the four noble sentiments as the conceptual framework to understand the reality of life and the development of a human being through health care, the key elements are the ability to see humanity as a holistic, the ability to see the suffering knowingly and authentically, and the ability to do qualified nursing. The ultimate goal is to help everyone concerned achieve complete happiness in life

**Keywords;** Good nursing, Humanity, Buddhism

๑. บทนำ

ปัจจุบันถึงแม้ว่าจะมีความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์ก็ยังมีอาจทำให้กระบวนการความคิดเกี่ยวกับสุขภาพและการเจ็บป่วยของคนในสังคมปฏิเสธสิ่งที่เรียกว่าจิตวิญญาณทาง “ความเชื่อ” และ “ความศรัทธา” ที่มีมาแต่อดีตไปได้ทั้งหมด มีงานวิจัยทั้งในและต่างประเทศที่พยายามจะค้นหาจุดร่วมของทั้งสองอย่างนี้ เช่น สถาบันวิจัยด้านสุขภาพของ

---

\* ประธานสาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี



สหรัฐอเมริกา (National Institute for Health Care Research : NIHR) ศึกษาความเชื่อมโยงระหว่างสุขภาพกับศาสนาพบว่าสมดุลทางร่างกายต้องอาศัยจิตใจเป็นตัวขับเคลื่อน ด้วยการบำบัดสุขภาพด้วยความเชื่อความศรัทธาของโลกตะวันออก ไม่ว่าจะเป็น พุทธ อิสลาม ฮินดู ฯลฯ ล้วนเป็นสิ่งดึงดูดให้บรรดาผู้รู้ในโลกตะวันตกเข้ามาศึกษาความเชื่อมโยงดังกล่าวมากมาย มีงานวิจัยพบว่า คนที่นับถือศาสนา มักจะมีสุขภาพและการตัดสินใจในการดำเนินชีวิตที่ดี ได้รับประโยชน์ทางสังคมในการทำศาสนกิจร่วมกัน ศาสนามีส่วนช่วยส่งเสริมความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งส่งผลต่อความเชื่อมั่นเชิงจิตวิทยา การสวดมนต์และการทำสมาธิอาจช่วยให้ผู้คนจัดการกับสถานการณ์ที่ไม่เป็นที่พอใจ และหลีกเลี่ยงหรือลดความเครียดและภาวะซึมเศร้าได้ การนับถือศาสนาสามารถก่อให้เกิดอารมณ์ทางบวกและมีผลต่อระบบภูมิคุ้มกันโรคที่ดีขึ้น การมีศรัทธาด้านบวกจะช่วยให้ผู้ศรัทธาสามารถรับมือกับการเปลี่ยนแปลงของชีวิตได้เป็นอย่างดี เช่น หากเป็นศาสนิกชนที่ดี (ปฏิบัติตามหลักศาสนา) ก็จะได้รับการยกย่องและยอมรับจากสังคมไปด้วยในตัวว่าเป็นคนดี เป็นต้น นอกจากนี้ ความศรัทธาในศาสนาไม่ว่าจะเป็น การอธิษฐาน การทำสมาธิ หรือแม้แต่การสวดอ้อนวอนพระเจ้า ยังก่อให้เกิดความรู้สึกมีความหวังในชีวิต ซึ่งเป็นเสมือนรูปแบบการเชื่อมโยงระหว่างสุขภาพ อารมณ์ และจิตวิญญาณ ได้เป็นอย่างดี<sup>๑</sup>

ตามความเชื่อของพระพุทธศาสนา มนุษย์ปุถุชนทุกชีวิต ล้วนเป็นทุกข์ทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็นความเจ็บป่วยทางกาย หรือทางใจ แต่หากมนุษย์รู้จักฝึกฝนตนด้วยการใช้หลักพุทธธรรมที่พระพุทธองค์ตรัสสอนเป็นธรรมโอสถ เป็นยารักษาสรรพโรค ความเจ็บป่วยนั้นก็จะเป็นความเจ็บป่วยทางด้านร่างกาย ไม่สามารถทำอะไรจิตใจได้ คือแม้กายป่วย ใจไม่ป่วยตาม ชีวิตนั้นๆ ย่อมงอกงามเกิดประโยชน์อย่างที่สุด<sup>๒</sup>

สำหรับวิชาชีพพยาบาลที่สังคมมองว่าเป็น “นางฟ้าสีขาว” หรือ “แสงสว่างในความมืดมน” ควรจะมีพฤติกรรมบริการสุขภาพเป็นเช่นไรจึงจะทำให้เกิดการพยาบาลที่ดั่งงามสามารถพัฒนาศักยภาพความเป็นมนุษย์ของตนเองและผู้ใช้บริการไปพร้อมๆ กันได้ แล้วการบริการสุขภาพแบบไหนที่จะตอบโจทย์เหล่านี้ได้ ดังนั้น การทำความเข้าใจความเป็นจริงของชีวิตและการพัฒนาศักยภาพความเป็นมนุษย์ผ่านการดูแลสุขภาพและการเจ็บป่วยจึงเป็นการสร้างโอกาสจากวิกฤตของชีวิตที่มีคุณค่าเป็นอย่างยิ่ง

<sup>๑</sup> ศาสนากับสุขภาพ. แหล่งที่มา : <http://hph.moph.go.th/?modules=HealthCulture&action=ViewHealthCulture&id=3> [๒๓ มีนาคม ๒๕๕๘]

<sup>๒</sup> แม่ชีกาญจนา เตรียมธนาโชค, “แนวการประยุกต์หลักพุทธธรรมเพื่อการดูแลรักษาสุขภาพในโครงการธรรมชาติบำบัดเพื่อชีวิตเป็นสุขของเสถียรธรรมสถาน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๒.



## ๒. แนวคิดเกี่ยวกับความเป็นมนุษย์ในทัศนะด้านศาสนา

พื้นฐานความเชื่อของมนุษย์แต่ครั้งดึกดำบรรพ์ มีมูลเหตุจากการที่มนุษย์ต้องการความอบอุ่นทางจิตใจ เพราะความกลัวต่อปรากฏการณ์ต่างๆ ของธรรมชาติ เช่น พายุร้าย ฟ้าผ่า ฝนตก เป็นต้น ทำให้มนุษย์เชื่อว่า มีสิ่งที่มองไม่เห็นอยู่เบื้องหลังธรรมชาติและสามารถควบคุมธรรมชาติได้ ความเชื่อดังกล่าวเป็นบ่อเกิดของศาสนาหลายศาสนา ประเด็นที่สำคัญอย่างหนึ่งก็คือ ศาสนาพยายามที่จะอธิบายเกี่ยวกับชีวิตของมนุษย์นั่นเอง ศาสนาทุกศาสนาจึงพยายามที่จะตอบคำถามเกี่ยวกับมนุษย์ในแง่มุมต่างๆ ตามความเชื่อของตน เช่น มนุษย์คืออะไร มนุษย์มาจากไหน มนุษย์เกิดมีขึ้นในโลกตั้งแต่เมื่อไร และมนุษย์มีองค์ประกอบอะไรบ้าง เป็นต้น ศาสนาได้อธิบายการถือกำเนิดของชีวิตมนุษย์ และกำหนดความหมายของชีวิตที่แตกต่างกันออกไป ดังนี้

**๒.๑ ศาสนาเทวนิยม** (ศาสนาที่เชื่อในพระเจ้า) ซึ่งเป็นศาสนาประเภท “เทวนิยม” ที่มีความเชื่อว่า มีพระเจ้าผู้ทรงอำนาจยิ่งใหญ่พระองค์เดียวเท่านั้น พระเจ้านั้นทรงมีอำนาจครอบครองโลก เชื่อว่าผู้สร้างหรือจุดเริ่มต้นของสรรพสิ่งใดๆ ล้วนเกิดมาจาก พระผู้เป็นเจ้าของหรือพระเจ้า (God) หรืออัลเลาะห์ (Allah) หรือพรหมมัน (Brahman) พระเป็นเจ้าของเหล่านี้เองเป็นผู้สร้างมนุษย์ สร้างจักรวาลและสรรพสิ่ง<sup>๓</sup> เช่น

**๒.๑.๑ ศาสนาคริสต์ ศาสนายิว** นับถือพระเจ้าองค์เดียวกันคือ พระยะโฮวาห์ต่างเชื่อว่าพระเจ้าทรงสร้างโลกและสร้างมนุษย์ เมื่อพระเจ้าทรงสร้างโลกและสิ่งต่างๆ ในโลกเสร็จแล้วจึงดำริที่จะสร้างมนุษย์ตามแบบแผนของพระองค์ โดยพระเจ้าทรงปั้นมนุษย์ด้วยผงคลีตัน ระบายลมปราณเข้าทางจมูก มนุษย์จึงเป็นผู้มีชีวิต มนุษย์คือผู้ที่พระเจ้าสร้าง<sup>๔</sup>

**๒.๑.๒ ศาสนาพราหมณ์** ถือว่ามนุษย์แต่ละคนซึ่งมีชีวิตอยู่ในขณะนี้เป็นส่วนหนึ่งที่เกิดจากส่วนต่างๆ ของพระพรหมตามวาระของตน กล่าวคือ กษัตริย์เกิดจากพามา (แขน) พราหมณ์เกิดจากโอษฐ์ (ปาก) แพศย์เกิดจากนารี (ท้อง) และศูทรเกิดจากบาท (เท้า) ของพระพรหม ทุกวาระที่มีชีวิตอยู่ต้องทำตามหน้าที่ตามวาระของตน เมื่อเกิดความบริสุทธิ์เพราะการปฏิบัติหน้าที่ และการทำความดีอย่างอื่นควบคู่กันไปจนเกิดความบริสุทธิ์ ทั้งทางกายและใจก็จะกลับไปอยู่ในร่างของพระพรหม เป็นชีวิตอมตะไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสาร<sup>๕</sup> อีกต่อไปตามแนวคิดที่เชื่อว่าชีวิตของพรหมเป็นอมตะ

<sup>๓</sup>สำนวน แสงเพ็ญ, พบความจริงได้หวังไม่เกินเอื้อม, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วัฒนาพานิช จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๑๔.

<sup>๔</sup>พระคริสตธรรมคัมภีร์, สมาคมพระคริสตธรรมไทย, พิมพ์ครั้งที่ ๒๘, (กรุงเทพมหานคร : สมาคมพระคริสตธรรมไทย, ๒๐๑๐), หน้า ๗.

<sup>๕</sup>เศรษฐมนตร์ กาญจนกุล, มหาเทพองค์สำคัญ, (กรุงเทพมหานคร : เศรษฐศิลป์, ๒๕๕๐), หน้า ๓๐.



**๒.๑.๓ ศาสนาอิสลาม** ถือว่ากำเนิดชีวิตมนุษย์มาจากการสร้างของพระอัลเลาะห์ ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์อัลกุรอานว่า “พระองค์ทรงสร้างชั้นฟ้าทั้งหลายและแผ่นดินนี้ด้วยความจริง และทรงทำให้สุเจ้าเป็นรูปร่างและทรงทำรูปร่างสุเจ้าให้ดียิ่งขึ้น และพระองค์คือการกลับไปในวันปลาย ดังนั้น พระเจ้าคือผู้ทรงสร้าง ทรงอภิบาลชีวิตของมนุษย์ทั้งหมด”<sup>๖</sup>

**๒.๒ ศาสนาอเทวนิยม** (ศาสนาที่ไม่เชื่อในพระเจ้า) ในศาสนาประเภทอเทวนิยม มีความเชื่อในกฎธรรมชาติ เช่น ศาสนาพุทธ ศาสนาเซน ลัทธิเต๋า ลัทธิขงจื้อ เป็นต้น บางศาสนาหรือบางลัทธิไม่ได้กำหนดหลักใหญ่ใจความการกำเนิดของชีวิตและกระบวนการอธิบายถึงชีวิตของมนุษย์ มีเพียงการกำหนดกฎเกณฑ์ในการดำเนินชีวิตเพื่อความอยู่รอดในรูปแบบที่มีความสุข ความสงบในแบบแผนแห่งคุณธรรมความดีงาม ดังนี้

**๒.๒.๑ กำเนิดสรรพสิ่งตามทัศนะของเต๋า** เชื่อในเรื่อง หยางและหยิน เป็นปรัชญาพื้นฐานของจีนโบราณ ถือว่าสรรพสิ่งทั้งหลายที่มีชีวิต และไม่มีชีวิต เกิดมาจากหยางและหยิน สรรพสิ่งทั้งที่มีชีวิตและไม่มีชีวิตล้วนเกิดมาจากส่วนประกอบของหยินและหยางทั้งสิ้น เมื่อหยินและหยางมีความสมดุล ทุกสิ่งทุกอย่างก็เกิดและมีสันติสุข แต่เมื่อหยินและหยางไม่สมบรูณ์กัน ทุกสิ่งก็แปรเปลี่ยน<sup>๗</sup>

**๒.๒.๒ กำเนิดสรรพสิ่งตามทัศนะของขงจื้อ** ธรรมชาติของมนุษย์ คือซิง (Sing) ซึ่งมีแนวคิดเรื่องซิงว่า มนุษย์เกิดมาพร้อมกับความดี มนุษย์เป็นสัตว์สังคม อยู่คนเดียวไม่ได้ จะต้องมีความสัมพันธ์ระหว่างสองคนขึ้นไป จุดเริ่มต้นของมนุษย์หรือคน คือครอบครัว โดยมีความสัมพันธ์ต่อสังคมของมนุษย์แบ่งเป็น ๕ ระดับ คือ (๑) บิดา มารดา บุตร ธิดา (๒) สามีกับภรรยา (๓) พี่กับน้อง (๔) กษัตริย์ขุนนาง กับปวงประชา และ (๕) มิตรสหาย ซึ่งทุกระดับจะต้องมีจริยธรรมต่อกัน โดยจริยธรรมที่สำคัญและเป็นพื้นฐานเบื้องต้นของชีวิตมนุษย์ คือความกตัญญูตเวที ความรักความซื่อตรง ความสมานสามัคคี ความจงรักภักดี และความเมตตากรุณา มนุษย์ทุกคนต้องทำหน้าที่ของตนให้สมบรูณ์ที่สุด ที่เรียกว่า “เจี๋ยเมี๋ย” ที่เป็นความสุขสูงสุดของชีวิต

สรุปในทัศนะด้านศาสนา ศาสนาเกิดขึ้นและดำรงอยู่เพื่อโอบอุ้มและร้อยรัดมนุษย์เข้าด้วยกัน กล่าวคือ ศาสนาทั้งหลายล้วนเกิดขึ้นมาเพื่อแก้ปัญหาชีวิตของมนุษย์ โดยศาสนาประเภทอเทวนิยมเชื่อว่าพระเจ้าสร้างและเป็นผู้กำหนดชีวิตมนุษย์ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงสิ่งใดในชีวิตได้ ส่วนศาสนาประเภทอเทวนิยม เชื่อว่ามนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตที่มีองค์ประกอบของธรรมชาติที่สมดุลโดยมีระบบคุณธรรมความดีงามเป็นพื้นฐานของจิตใจสามารถพัฒนาตนเองได้จนถึงจุดสูงสุดของความเป็นมนุษย์ ธรรมะในแต่ละศาสนาคือกฎธรรมชาติของชีวิต ทุก

<sup>๖</sup> อิมรอน บิยูซุฟ และอลีย์ บิน อิบรอฮีม, **คู่มือศาสนาอิสลาม**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อ็อฟเซ็ท เพรส จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๑๐๘-๑๐๙.

<sup>๗</sup> สุวรรณา สถาอานันท์, **มนุษย์ในทัศนะปรัชญาตะวันออก**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๓), หน้า ๑๕.



ศาสนากล่าวถึงความเป็นมา/จุดกำเนิดของชีวิตมนุษย์ ความเชื่อและแนวทางการดำเนินชีวิต ไปสู่เป้าหมายสูงสุด หลักธรรมคำสอนของศาสนาจึงได้วางระบบแนวทางการปฏิบัติเพื่อให้มนุษย์ได้พัฒนาศักยภาพตนเองจนบรรลุสู่จุดหมายปลายทางของชีวิตตามความเชื่อของศาสนานั้นๆ

### ๓. ความเป็นมนุษย์ในทัศนะของพระพุทธศาสนา

คำว่า มนุษย์ ความหมายโดยพยัญชนะ มาจากคำว่า มนะ+อุชย (มนะ หรือ มโน แปลว่า จิตใจ ส่วน อุชยะ แปลว่าสูง) แปลว่า ผู้มีจิตใจสูง ตามทัศนะของพระพุทธศาสนา มนุษย์เป็นธาตุ เป็นธรรม เป็นสภาวะ มีองค์ประกอบทางกายหรือรูป (ดิน น้ำ ลม ไฟ) และทางจิต (เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ) ทั้งหมดรวมกันเรียกว่า “ขันธ ๕” รูปขันธเป็นส่วน กาย นามขันธทั้งสี่เป็นส่วนใจ โดยขันธทั้ง ๕ อิงอาศัยกัน ชีวิตมนุษย์ต้องมีทั้งกายและใจที่ทำหน้าที่เป็นปกติและประสานสอดคล้องกัน ชีวิตจึงจะดำรงอยู่ได้ด้วยดี<sup>๕</sup>

ความหมายของชีวิตโดยใจความแล้ว อยู่ที่การสืบของขันธ ๕ อิงอาศัยกันและกัน สืบต่อกัน และดำเนินไปในแต่ละวันทั้งตัวเองและเชื่อมต่อสัมพันธ์กับโลกภายนอกที่ผ่านเข้ามาทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และกระทำต่อโลก ผ่านการแสดงออกด้วยการกระทำทางกาย ทางวาจา และความคิดนั่นเอง<sup>๖</sup> ความเป็นไปต่างๆ ทั้งหมดที่กล่าวมานั้นพระพุทธเจ้า เรียกว่า กฎธรรมชาติ เรียกในภาษาบาลีว่า “ธรรมนิยาม” คือ ความเป็นไปตามธรรมดาแห่งเหตุปัจจัย ซึ่งพระพุทธองค์ตรัสอธิบายผ่านหลักธรรมใหญ่ๆ อยู่ ๒ หมวด ได้แก่ ไตรลักษณ์ หรือ สามัญลักษณ์ ๓ และปฏิจจนสมุปบาท กล่าวคือ ไตรลักษณ์แสดงถึงลักษณะที่เหมือนกันของสิ่งทั้งหลายที่เป็นสังขาร (รวมทั้งชีวิตของมนุษย์ด้วย) ว่าเป็นสิ่งไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา<sup>๗</sup> ส่วนหลักปฏิจจนสมุปบาท มุ่งแสดงถึงอาการที่สิ่งทั้งหลายมีความสัมพันธ์ด้วยการเป็นเหตุปัจจัยสืบต่อให้กันและกันปรากฏตัวเป็นกระแสจมนองเห็นได้ว่า เป็นไตรลักษณ์<sup>๘</sup> จากฐานคิดนี้ มนุษย์ในทัศนะของพระพุทธศาสนาจึงไม่ได้มาจากการสร้างของพระเจ้าแต่เกิดจากเหตุปัจจัยที่สืบเนื่องกันจนเป็นผลแห่งการกระทำ “กรรมลิขิต” ของมนุษย์ตามกฎธรรมชาตินั่นเอง ดังนั้น เมื่อรู้ว่าชีวิตมนุษย์คืออะไร ชีวิตเป็นอย่างไร ชีวิตเป็นไปอย่างไร มนุษย์ก็ควรจะออกแบบชีวิตของตนเองได้ว่า ชีวิตควรเป็นอยู่/ควรให้เป็นไปอย่างไร และเป้าหมายของชีวิตคืออะไร

<sup>๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, พิมพ์ครั้งที่ ๓๒, (กรุงเทพมหานคร : เพ็ทแอนด์โฮม จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๒๒.

<sup>๖</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๙.

<sup>๗</sup> อัง.ติก. (ไทย) ๒๐/๕๗๖/๓๖๘.

<sup>๘</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, อ่างแล้ว, หน้า ๖๒.



พระพุทธศาสนามีเป้าหมายและมีวิธีการดำเนินชีวิตไปสู่เป้าหมายอย่างมีสติซึ่งจะทำให้มีชีวิตที่ดี มีคุณค่า ก่อให้เกิดประโยชน์สุขแก่ตนเองและผู้อื่น ไม่สร้างความเดือนร้อนให้แก่ตนเองและสังคม แต่มุ่งบำเพ็ญตนให้เกิดประโยชน์ที่เกี่ยวเนื่องกับความสุข (อรรถะ) ๓ ประการ ดังนี้

**๑. ประโยชน์ปัจจุบัน (ทิลกฐธัมมิกัตถะ)** หมายถึง ประโยชน์ที่พึงเกิดขึ้นในการดำเนินชีวิตประจำวันที่บุคคลทั่วไปต้องการ ได้แก่ ลาภ ยศ สรรเสริญ และการมีคู่ครองและครอบครัวที่เป็นสุข ซึ่งประกอบด้วยหลักธรรมอันเป็นวินัยนำไปสู่จุดมุ่งหมาย หรือ "หัวใจของเศรษฐี" มี ๔ ประการ ได้แก่ (๑) อุฏฐานสัมปทา คือ เลี้ยงชีพด้วยความขยัน ประกอบการทำงานด้านกสิกรรม พาณิชยกรรม รับราชการ ฯลฯ เป็นผู้ขยันไม่เกียจคร้าน ประกอบด้วยปัญญาเป็นเครื่องสอดส่องพิจารณาให้รอบคอบ (๒) อารักขสัมปทา คือ รู้จักรักษาทรัพย์สมบัติที่หามาได้ด้วยความขยันและความชอบธรรม มิให้สูญหาย ชำรุดรู้จักซ่อมแซม ใช้จ่ายแต่พอสมควร (๓) กัลยาณมิตตา คือ คบคนดีเป็นมิตร เป็นที่ถึงพร้อมด้วยศรัทธา ศีล จาคะ ปัญญา เป็นมิตรแท้มีความจริงใจ ไม่ชักชวนไปในทางที่เสียหาย ฯลฯ และ (๔) สมชีวิตา คือ การดำเนินชีวิตให้เหมาะสมกับอัตภาพหรือฐานะของตน รู้ทางที่เจริญ และทางที่เสื่อมเสียของโภคทรัพย์ ใช้จ่ายที่เหมาะสม ไม่ฟุ่มเฟือย ไม่ให้ผิดเคือง รายรับต้องได้มากกว่ารายจ่าย<sup>๑๒</sup>

**๒. ประโยชน์อนาคต (สัมปรายิกัตถะ)** หมายถึง ประโยชน์เบื้องหน้าเป็นหลักประกันชีวิตในอนาคต และภพหน้า ซึ่งเป็นประโยชน์ที่สูงกว่าประโยชน์ในปัจจุบันเป็นคุณค่าของชีวิตและยังเป็นประโยชน์ที่พึงได้ในโลกนี้เช่นเดียวกัน เป็นความเจริญเติบโตองอกงามแห่งชีวิต ซึ่งประกอบด้วยหลักธรรม ๔ ประการ ได้แก่ (๑) สัทธาสัมปทา คือ เชื่อในพระปัญญาการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า และเชื่อในพระธรรม คำสั่งสอนของพระองค์ที่ให้ผลแก่ผู้ปฏิบัติทั้งในชาตินี้และชาติหน้า เชื่อในการทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว (๒) ศีลสัมปทา คือ ถึงพร้อมด้วยการรักษาศีลด้วยความบริสุทธิ์ใจ มีความประพฤติดีงาม ประกอบอาชีพสุจริต มีระเบียบวินัยในการดำเนินชีวิต นำเลื่อมใส (๓) จาคะสัมปทา คือ ประกอบด้วยการเสียสละ มีความรักความเมตตา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ แบ่งปันให้แก่บุคคลอื่นโดยทั่วหน้า และ (๔) ปัญญาสัมปทา คือ ถึงพร้อมด้วยปัญญา การใช้ปัญญาในการพิจารณาไตร่ตรองโดยแยบคาย เพื่อให้เกิดประโยชน์สุขแก่ตนเองและผู้อื่น และกำจัดให้สิ้นความทุกข์โดยสิ้นเชิง<sup>๑๓</sup>

**๓. ประโยชน์สูงสุด (ปรมัตถะ)** หมายถึงความดับเย็นหรือนิพพาน เป็นความสุขระดับโลกุตระคือดับกิเลสและทุกข์ได้โดยสิ้นเชิง รู้แจ้งสภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง รู้เท่าทันคติธรรมของสังขารธรรมทั้งหลาย ไม่ตกเป็นทาสของโลกและชีวิต ไม่ถูกบีบคั้นด้วยอำนาจความยึดถือ สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ ผ่องใส สงบ มีความสุขใจ รู้แจ้งสภาวะ

<sup>๑๒</sup> ๑. อ. อ. อ. (ไทย) ๒๓/๕๔/๓๒๑.

<sup>๑๓</sup> ๑. อ. อ. อ. (ไทย) ๒๓/๕๔/๓๒๔.



ของสิ่งทั้งปวง หลุดพ้นจากความทุกข์ ดับอวิชชา ตัณหา และอุปาทาน ประโยชน์สูงสุดนี้ผู้ประกอบด้วยหลักอริยมรรคมีองค์ ๘ อันเป็นแนวทางแห่งการปฏิบัติย่อมสามารถเข้าถึงความสุขอันสูงสุดนี้ได้<sup>๑๔</sup>

ความเป็นมนุษย์ในทัศนะพระพุทธศาสนา จึงเป็นเรื่องของกฎธรรมชาติที่ขึ้นอยู่กับ การกระทำทางกาย ทางวาจา และทางจิตใจของมนุษย์เอง หากมนุษย์ได้เข้าใจตนเองว่า ชีวิตคืออะไร เป็นอย่างไร เป็นไปอย่างไร ควรเป็นอยู่อย่างไร และควรให้เป็นไปอย่างไรแล้ว ก็จะมีสติกำกับการดำเนินไปของตนด้วยการปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้องสอดคล้องตามกฎธรรมชาติ ปัญหาที่จะไม่เกิดขึ้น นั้นเท่ากับว่า ชีวิตมนุษย์ได้ดำเนินไปโดยเป็นการบำเพ็ญตนเพื่อ ประโยชน์ทั้ง ๓ ระดับและจะบรรลุเป้าหมายชีวิตได้ในที่สุด

#### ๔. การบริการสุขภาพแบบใหม่ : เข้าใจความเป็นมนุษย์

การบริการสุขภาพด้วยจิตใจของความเป็นมนุษย์ (Humanized Health Care) เป็นกระแสหลักที่ผู้นำและ นักวิชาการด้านสุขภาพ ผลักดันให้มีการนำไปปฏิบัติในการปฏิรูประบบสุขภาพไทย ในแนวคิด “ระบบบริการสุขภาพที่มีหัวใจของความเป็นมนุษย์” และ “คืนหัวใจให้ระบบสุขภาพไทย”<sup>๑๕</sup> โดยชี้ให้เห็นวิกฤตของระบบสุขภาพที่ขาดการปฏิสัมพันธ์ ระหว่างแพทย์ พยาบาล ผู้ป่วย เพราะงานล้นมือ จนให้ความสนใจและตอบสนองความต้องการของผู้ป่วยในฐานะปัจเจกบุคคลน้อยลง ผู้ป่วยไม่พึงพอใจในบริการที่ได้รับ บุคลากรทางด้านสาธารณสุขขาดแรงจูงใจในการปฏิบัติงานอย่างเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น<sup>๑๖</sup> ซึ่งปัจจัยส่วนหนึ่งที่ทำให้เกิดวิกฤตระบบสุขภาพขึ้นคือวิธีคิดหรือแนวคิดที่ทำให้มนุษย์ขาดจิตวิญญาณหรือขาดจิตใจของความเป็นมนุษย์นั่นเอง โดยสามารถสรุปได้ ๔ วิธี ดังนี้<sup>๑๗</sup>

๔.๑ วิธีคิดแบบชีวกลไกทางการแพทย์ (Bio-mechanistic medical paradigm) มุ่งเน้นการคิดแบบแยกส่วน ดูว่าสาเหตุของปัญหาเกิดจากส่วนใด ก็ไปแก้ส่วนนั้น ขาดการมองแบบองค์รวม เหมือนการมองดอกไม้ ก็มุ่งมองไปที่ส่วนประกอบของดอกไม้ คือ กลีบเลี้ยง กลีบดอก เกสรตัวผู้ เกสรตัวเมีย ไม่มองไปที่ความงาม ซึ่งเป็นคุณค่าองค์รวม

<sup>๑๔</sup> พระสุริย์ชัย ชูช่วย, คุณค่าของชีวิตและการแสวงหาความสุขตามคำสอนของศาสนา. แหล่งที่มา : <http://www.thaicadet.org/Religious/GoodLife-Religious.html> [๒๓ มีนาคม ๒๕๕๘]

<sup>๑๕</sup> อำนวยวัฒน์ ศุภชุติกุล, คืนหัวใจให้ระบบสุขภาพ เอกสารประกอบการประชุมวิชาการ ประจำปี ๒๕๕๐ การพัฒนาระบบคุณภาพโรงพยาบาล ครั้งที่ ๘, วันที่ ๑๓-๑๖ มีนาคม ๒๕๕๐, (เอกสารอัดสำเนา).

<sup>๑๖</sup> ประเวศ วะสี, ยุคที่ ๒ ของการสาธารณสุขไทย : ระบบบริการสุขภาพที่มีหัวใจของความเป็นมนุษย์, (สถาบันพัฒนาและรับรองคุณภาพโรงพยาบาล), ๒๕๔๙, (เอกสารอัดสำเนา).

<sup>๑๗</sup> สมโภช รัตติโพร, คืนสุนทรียภาพให้สุขภาพ. แหล่งที่มา : [http://www.stou.ac.th/Schools/Shs/booklet/book55\\_4/pbhealth.html](http://www.stou.ac.th/Schools/Shs/booklet/book55_4/pbhealth.html) [๒๔ มีนาคม ๒๕๕๘].



ของดอกไม้ วิธีคิดแบบชีวกลไกทางการแพทย์ จึงเกิดผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางมากมาย เพื่อมุ่งไปแก้ไขปัญหาที่ส่วนย่อย

**๔.๒ วิธีคิดแบบระบบการแพทย์แบบแยกส่วน** ที่มุ่งเน้นไปที่อวัยวะ โดยวินิจฉัยความเจ็บป่วยว่ามาจากอวัยวะใด และมุ่งรักษาอวัยวะนั้น จึงเกิดการมุ่งรักษาโรค ไม่ใช่รักษาคน หากหาสาเหตุความเจ็บป่วยจากอวัยวะไม่ได้ ก็เกิดความเครียด และไม่เข้าใจผู้ป่วย (low touch)

**๔.๓ วิธีคิดแบบเน้นที่ตรรกะมากกว่าเหตุผล** โดยมุ่งที่การรักษาโรคไม่สนใจกับอารมณ์หรือความรู้สึกของผู้ใช้บริการ เวลาผู้ให้บริการระบายความวิตกกังวล ผู้ให้บริการหรือแพทย์ไม่เอ่ยกรับรู้ จะมุ่งฟังเฉพาะอาการที่บอกถึงความผิดปกติของอวัยวะเท่านั้น เช่น ผู้ป่วยมาด้วยอาการปวดศีรษะ ก็จะถูกซักถามเฉพาะลักษณะอาการปวดศีรษะว่าเป็นแบบใด ปวดแปล๊บๆ ตื้อๆ หรือ ตื้อๆ มากกว่าจะฟังเรื่อง que ผู้ป่วยเล่าปัญหาชีวิตของเขา และมักถูกตัดบทการสนทนาเพื่อให้การรักษา

**๔.๔ วิธีคิดแบบการขาดหายไปของมิติทางวัฒนธรรมหรือมิติทางจิตใจ** ส่วนใหญ่มุ่งใช้องค์ความรู้ทางวิทยาศาสตร์ที่มุ่งเน้นด้านตรรกะไปปรับเปลี่ยนพฤติกรรมประชาชน มักไม่สนใจวัฒนธรรมท้องถิ่น ความศรัทธา ความเชื่อของชาวบ้านในการทำงานกับชุมชน

จากวิธีคิดดังกล่าวนี้ ขอยกตัวอย่างการปรับความคิดแบบชีวกลไกทางการแพทย์ที่เป็นอุปสรรคต่อการบริการด้วยจิตใจความเป็นมนุษย์ สู่การคิดโดยการทำความเข้าใจมิติความเป็นมนุษย์จาก ๔ เรื่อง คือ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ดังนี้

**การเกิด** การเกิดแต่ละครั้งถือเป็นเรื่องมหัศจรรย์ เป็นความฝันอันยิ่งใหญ่ของคนเป็นแม่ บางทีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของเขาจากเรื่องมหัศจรรย์ที่เกิดขึ้นกับชีวิตของคนเป็นพ่อแม่ อาจทำได้ง่ายกว่าภาวะปกติ บางคนสามารถเลิกดื่มเหล้า เลิกสูบบุหรี่ เลิกซักรถเร็ว เพราะมีลูกนั่นเอง

**การแก่** นิยามหลายๆ แห่่ง ได้ให้ความหมายของความแก่ในเชิงลบ เป็นความถดถอย เสื่อมสภาพ แต่หากเราเปลี่ยนมุมมองความแก่เป็นเชิงบวก คือ การสะท้อนภูมิปัญญาและแสวงหาคคุณค่าทางจิตวิญญาณ ซึ่งมักมองไม่เห็นหรือไม่ได้ทำในวัยหนุ่มสาว และเตรียมพร้อมรับเข้าสู่วาระสุดท้ายของชีวิต อันจะเป็นการลดภาระที่ต้องเข้ารับการรักษาพยาบาลลงได้ ซึ่งคนแก่จะมีความฝันหลากหลายที่เขายังคงอยากทำ

**การเจ็บ** โรคเป็นส่วนเล็กๆ ส่วนเดียวของมิติทางสังคม หากวิเคราะห์เชื่อมโยงความสัมพันธ์ของโรคให้กว้างขวางออกไป จะเห็นโอกาสในการทำงานใหม่ๆ ที่เชื่อมโยงโรคไปสู่ความเป็นมนุษย์ ทำให้ผู้ป่วยมีกำลังใจที่จะต่อสู้กับโรคร้ายไข้เจ็บและเผชิญชีวิตได้ ซึ่งเป็นรางวัลหรือค่าตอบแทนที่ล้ำค่าสำหรับผู้ให้บริการทางด้านสุขภาพ





**การตาย** การทำความเข้าใจการตายนั้น โดยกระบวนการทบทวนชีวิต (Life preview) คือ การคิดทบทวนและบอกเล่าเรื่องราวชีวิตที่ผ่านมาว่า มีอะไรตกหล่นหายไป ระหว่างทาง หรือมีสิ่งภูมิใจที่จะเติมเต็มความต้องการทางจิตใจในบั้นปลายของชีวิตได้

จะเห็นว่าการเรียนรู้มิติความเป็นมนุษย์จากการเกิด แก่ เจ็บ ตาย จะช่วยเติมเต็มสิ่งที่ขาดหายจากวิถีคิดแบบชีวกลไกทางการแพทย์ ให้เพียงพอต่อการให้บริการด้วยจิตใจ ความเป็นมนุษย์ได้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ในบทความนี้ จะขอลงรายละเอียดในบทบาทของวิชาชีพพยาบาลซึ่งเป็นกลไกสำคัญในการขับเคลื่อนงานด้านสาธารณสุขของประเทศไทย โดยจะนำเสนอแนวคิดการพยาบาลจากรากฐานของโลกตะวันตกสู่แนวทางการปฏิบัติในสถานการณ์จริงของโลกตะวันออกว่าพยาบาลมีบทบาทหน้าที่และพฤติกรรมบริการสุขภาพด้วยจิตใจความเป็นมนุษย์อย่างไร และพระพุทธศาสนาเกี่ยวข้องกับการพยาบาลอย่างไร

## ๕. รากฐานแนวคิดการพยาบาลด้วยจิตใจความเป็นมนุษย์

วิชาชีพการพยาบาล ถือกำเนิดมาตั้งแต่ปี ค.ศ. ๑๘๖๐ หรือกว่า ๑๐๐ ปีที่ผ่านมา โดยมีสฟลอเรนซ์ ไนติงเกล (Florence Nightingale)<sup>๑๘</sup> ฐานคิดการพยาบาลตั้งอยู่บนพื้นฐานปรัชญาการบริการสุขภาพด้วยจิตใจความเป็นมนุษย์ที่แข็งแกร่งเพื่อการดูแลคนแบบองค์รวม<sup>๑๙</sup> ดังนี้

**๕.๑ ฐานคิดความต้องการของมนุษย์** ซึ่งได้มาจากคำถามว่า การให้การดูแลผู้ป่วยนั้น พยาบาลทำอะไร คำตอบก็คือพยาบาลช่วยเหลือ เพื่อสนองตอบความต้องการของบุคคล ความต้องการของคนประกอบด้วย ความต้องการทางร่างกาย ได้แก่ อากาศ อาหาร น้ำ การขับถ่าย ความต้องการความปลอดภัยและมั่นคงในชีวิต ตลอดจนต้องการการยอมรับว่า ตนเองมีคุณค่าและมีความสามารถ ภาพลักษณ์ของพยาบาลคือทำงานอย่างแข็งขัน ปฏิบัติกิจกรรมแทนผู้ป่วยหรือทำร่วมกับผู้ป่วย

**๕.๒ ฐานคิดกระบวนการปฏิสัมพันธ์** ซึ่งได้มาจากคำถามว่า การกระทำนั้น พยาบาลทำอย่างไร คำตอบก็คือพยาบาลต้องมีปฏิสัมพันธ์กับผู้ป่วย ทฤษฎีการพยาบาลจากฐานคิดนี้ เน้นคุณค่าของคน สัมพันธภาพระหว่างพยาบาลกับผู้ป่วย การติดต่อสื่อสาร ภาพลักษณ์ของพยาบาล คือการให้คำปรึกษา ชี้แนะ สอน ช่วยผู้ป่วยหาความหมายของ ความเจ็บป่วย

<sup>๑๘</sup> Florence Nightingale. แหล่งที่มา : en.wikipedia.org/wiki/Florence\_Nightingale [๒๔ มีนาคม ๒๕๕๘].

<sup>๑๙</sup> สมจิต หนูเจริญกุล, การบริการสุขภาพด้วยหัวใจของความเป็นมนุษย์. แหล่งที่มา : www.flipbooksoft.com/upload/books/09/humanized\_health\_care.pdf [๒๔ มีนาคม ๒๕๕๘].



**๕.๓** **ฐานคิดที่เป้าหมายของการพยาบาล** เป้าหมายของการพยาบาลคือเพิ่มความสอดคล้องระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม อนุรักษ์พลังงานของบุคคล/ผู้ป่วย และรักษาความสมดุล ภาวลักษณะของพยาบาลคือเป็นผู้สนับสนุน เอื้ออำนวยความสะดวก เป็นสิ่งแวดล้อม และช่วยผู้ป่วย สงวนหรือเพิ่มพลังเพื่อสุขภาพและการฟื้นฟู

**๕.๔** **ฐานคิดของความเอื้ออาทร** หรือมนุษยนิยม ทฤษฎีจากฐานคิดนี้เน้นการดูแลเอาใจใส่ การเข้าถึงประสบการณ์ และจิตวิญญาณของบุคคลผู้ดูแล เป็นผู้เยียวยาบำบัดรักษา (Therapeutic healer) ภาวลักษณะของพยาบาลคือให้การพยาบาลด้วยจิตใจของความเป็นมนุษย์ เน้นคุณลักษณะของพยาบาล คืออ่อนโยน เห็นใจ รับฟัง สัมผัส เอาใจใส่ ฯลฯ เป็นต้น

จากรากฐานแนวคิดทางการพยาบาลในอดีต มีจุดเริ่มต้นมาจากความเชื่อเรื่องพระเจ้าในศาสนาคริสต์สมัยมิสพลอเรนซ์ ในติงเกลที่อุทิศตนเพื่อเพื่อนมนุษย์ด้วยความรักและความเมตตาโดยบูรณาการความรู้ในศาสตร์ต่างๆ ทั้ง แพทย์ศาสตร์ วิทยาศาสตร์ มนุษย์ศาสตร์ และสังคมศาสตร์สู่การดูแลสุขภาพจนเกิดศาสตร์ทางการพยาบาลและวิวัฒนาการมาถึงปัจจุบันนี้ รากฐานแนวคิดเหล่านั้น ได้กล่าวถึงการพยาบาลที่เกี่ยวข้องกับความเป็นมนุษย์ในมิติทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณที่ผสมผสานเป็นหนึ่งเดียวกันในบริบททางภูมิสังคมที่แตกต่างกันออกไป การทำความเข้าใจในองค์ประกอบแต่ละมิติของมนุษย์ เพื่อให้ง่ายต่อการทำความเข้าใจและเป็นเข็มทิศจุดหมายในการศึกษาหาความรู้ ในขณะที่การปฏิบัติจริงเป็นการดูแลเชิงบูรณาการที่ต้องทำไปพร้อมกันทุกมิติของมนุษย์

## **๖. พระพุทธศาสนามีมุมมองต่อสุขภาพและการเจ็บป่วยอย่างไร**

ตามหลักพระพุทธศาสนา การเกิดเป็นมนุษย์เป็นสิ่งที่มีความค่ามาก คุณค่าของมนุษย์อยู่ที่การฝึกฝนพัฒนาตน เมื่อเจ็บป่วยขึ้นมา พระพุทธศาสนาองความเจ็บป่วยในหลายแง่มุมมาก ทั้งด้านที่เป็นภัย เป็นอุปสรรคต่อชีวิต เป็นเรื่องธรรมดาของทุกคน หรือแม้แต่เป็นเรื่องที่เป็นประโยชน์ที่ชี้ให้เห็นความบอบบางของชีวิต เตือนให้ไม่ประมาทต่อชีวิต สุขภาพที่ดีตามความหมายที่องค์การอนามัยโลก (WHO) คาดหวัง คือ ความสมบูรณ์พร้อมทางกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ แต่ตามหลักพระพุทธศาสนา สุขภาพที่ดีที่สุดคือนิพพาน โดยมองว่าผู้ที่บรรลุนิพพานแล้วเท่านั้นเป็นผู้ที่ปราศจากโรคอย่างแท้จริง ทุกข์หรือปัญหาทั้งปวงของมนุษย์ถือว่า เป็นโรคอย่างหนึ่ง ความชราที่แผ่อยู่ในมนุษย์ทุกคนที่คิดว่าตนเองมีสุขภาพดี ดังนั้น ความเจ็บป่วยจึงมีอยู่ในทุกคน พระพุทธศาสนาองความเจ็บป่วยอย่างกว้างขวาง ทำให้เราไม่ประมาทต่อการใช้ชีวิตอันบอบบางนี้ แม้เมื่อเราเริ่มเจ็บป่วย พระพุทธศาสนายังให้เราใช้ประโยชน์จากทุกๆ ขณะที่เจ็บป่วย เช่น ปวดเข่า ก็ให้เห็นว่าสังขารไม่เที่ยง มันเจ็บ มันแปรสภาพ มันไม่มีตัวเราของเรา แต่ก็ไม่ใช่หนึ่งตาย หรือยอมรับว่ามันเป็นกรรมเก่า ต้องแสวงหาการเยียวยารักษา แต่ถ้ารักษาไม่หาย ก็ต้องยอมรับเหตุปัจจัย



เพราะมีเหตุปัจจัยอื่นๆ ที่เราไม่สามารถจัดการได้ทั้งหมด ยิ่งช่วงใกล้ตาย เป็นช่วงที่มีความสำคัญมาก ต้องใช้ช่วงวิกฤตินี้ให้คุ้มค่าที่สุด เพราะตลอดช่วงชีวิตเราไม่เคยเจอวิกฤติแบบนี้ ถ้าพลาดไปโอกาสจะแก้ตัวใหม่นั้นก็ยาวไกล พระพุทธศาสนาจึงให้ใช้ประโยชน์ทุกขณะของชีวิตในการพัฒนาตน การเจ็บป่วยไม่ว่าอยู่ในขั้นตอนไหนก็ตาม ถ้าเรายังมองไม่เห็นคุณค่า เราขาดทุน ไม่ได้ใช้ปัญญาอย่างเต็มที่ พระพุทธศาสนา มองว่าการเจ็บป่วยเป็นอุปสรรคต่อการใช้ชีวิต และการพัฒนาตน การรักษาให้หายป่วยก็เพื่อให้ใช้ร่างกายที่ปราศจากโรคนี้เพื่อประโยชน์ต่อตนเอง และทำประโยชน์ให้กับสังคมต่อไป<sup>๒๐</sup>

ความเข้าใจในการมองชีวิตและมองโลกเป็นเรื่องที่สำคัญ นอกจากมิติทางด้านกายแล้ว มิติทางด้านจิตใจก็มีผลมาก เมื่อมีมุมมองต่อโลกและชีวิตที่กว้างขึ้นอย่างที พระพุทธศาสนา มอง ความลึกซึ้งในการมองชีวิตในเรื่องอื่นๆ ก็จะกว้างขวางขึ้นด้วย จะพบวิธีการแก้ปัญหาและ วิธีการดูแลที่หลากหลายขึ้น<sup>๒๑</sup> จากสิ่งที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ว่าระบบสุขภาพในปัจจุบัน แก้ปัญหาสุขภาพได้เพียงบางส่วนเท่านั้น ยังไม่สามารถแก้ปัญหาสุขภาพได้ทั้งหมด พระพุทธศาสนาช่วยเติมเต็มและแก้ปัญหาสุขภาพให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้นโดยปรับวิธีคิด การมองโลก การมองชีวิตใหม่ เพราะตัวปัญหาที่แท้จริงคือโรคของชีวิตมนุษย์นั่นเอง

### ๗. พระพุทธศาสนากับการพยาบาลด้วยจิตใจความเป็นมนุษย์

พระพุทธศาสนามีความสำคัญต่อการพยาบาลในฐานะที่ให้องค์ความรู้และแนวทางปฏิบัติที่เป็นหลักของปัญญาและเหตุผลในการแก้ปัญหาโรคของชีวิตมนุษย์ “การพยาบาลผู้ป่วย” ตรงกับคำภาษาบาลีว่า “คิลานุปฏฐาก”<sup>๒๒</sup> แปลว่า “ผู้พยาบาลไข้” หรือ ผู้พยาบาลผู้ป่วย<sup>๒๓</sup> ดังปรากฏหลักฐานในพระไตรปิฎกเกี่ยวกับการพยาบาลผู้ป่วยทางด้านร่างกาย และด้านจิตใจ ดังนี้

**๗.๑ การพยาบาลผู้ป่วยทางด้านร่างกาย** มีปรากฏในคิลานวัตถุกถา<sup>๒๔</sup> และ ทุติยอุปัฏฐากสูตร<sup>๒๕</sup> โดยกล่าวถึงคุณสมบัติของผู้พยาบาลที่ดีและไม่ดีในการพยาบาลผู้ป่วย พุทธวิธีการพยาบาลผู้ป่วย ดังนี้

<sup>๒๐</sup> มูลนิธิสุขภาพไทย, ศาสนากับสุขภาพ. แหล่งที่มา : <http://www.thaihof.org/main/article/detail/2869> [๒๔ มีนาคม ๒๕๕๘].

<sup>๒๑</sup> กองแพทย์ทางเลือกกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข, พุทธธรรม, (กรุงเทพมหานคร : บจก. สุขุมวิท มีเดีย มาร์เก็ตติ้ง, ม.ป.ป.), หน้า ๓๙.

<sup>๒๒</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๓๖๖/๒๑๕.

<sup>๒๓</sup> สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, บาลีไวยากรณ์ วชิรภาคที่ ๒ อาขยาด และกิตก์, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๑๙๓.

<sup>๒๔</sup> วิ.ม. (ไทย) ๕/๓๖๕/๒๓๙- ๒๔๓.

<sup>๒๕</sup> อัง.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๑๒๔ / ๒๐๔ - ๒๐๕.



๑) คุณสมบัติของผู้พยาบาลที่ดีประกอบด้วยองค์ ๕<sup>๒๖</sup> คือ (๑) สามารถจัดยา (๒) รู้จักของแสงและไม่แสง คือ นำของแสงออกไป นำของไม่แสงเข้ามาให้ (๓) ไม่พยาบาลคนไข้เพราะเห็นแก่อามิสสินจ้าง แต่พยาบาลด้วยจิตเมตตา (๔) ไม่รังเกียจที่จะนำอุจจาระปัสสาวะ น้ำลาย หรือของที่คนไข้ อาเจียนออกมาไปทิ้ง และ (๕) สามารถพูดให้คนไข้เห็นชัด ชวนให้อยากกลับไปปฏิบัติ เร้าใจให้อาจหาญ แกล้วกล้า ปลอดภัยโลมใจให้สดชื่น ร่าเริงด้วยธรรมกถา

๒) คุณสมบัติของผู้พยาบาลที่ไม่ดีประกอบด้วยองค์ ๕<sup>๒๗</sup> คือ (๑) ไม่สามารถจัดยา (๒) ไม่รู้จักของแสงและไม่แสง คือ นำของแสงเข้าไปให้ นำของไม่แสงออกไป (๓) พยาบาลคนไข้เพราะเห็นแก่อามิสสินจ้าง ไม่มีจิตเมตตา (๔) รังเกียจที่จะนำอุจจาระปัสสาวะ น้ำลาย หรือของที่ อาเจียนออกมาไปเททิ้ง (๕) ไม่สามารถพูดให้คนไข้เห็นชัด ชวนให้อยากกลับไปปฏิบัติ เร้าใจให้อาจหาญ แกล้วกล้า ปลอดภัยโลมใจให้สดชื่น ร่าเริงด้วยธรรมกถา เป็นบางครั้งบางคราว

๓) พุทธวิธีการพยาบาลผู้ป่วยทางด้านร่างกาย สรุปลได้ ๓ ประการ<sup>๒๘</sup> คือ “พระหัตถ์ ทรงเอี่ยม พระโอษฐ์ เอ่ยอ้า พระพักตรา ยิ้มแย้ม” หรือการพยาบาลยุคปัจจุบัน คือ “มือเอี่ยม ปากอ้า หน้ายิ้ม” โดยมีแนวทางการปฏิบัติ ดังนี้

**พระหัตถ์ ทรงเอี่ยม** คือ เมื่อพระพุทธเจ้าทรงเยี่ยมไข้ภิกษุป่วย ทรงลงมือปฏิบัติภิกษุอาพาธด้วยพระหัตถ์ของพระองค์เอง โดยมีได้ทรงรื้อหรือทรงถือพระองค์หรือรังเกียจนำมาซึ่งความปิติอบอุ่นใจซาบซึ้งใจในพระมหากรุณาธิคุณแก่พระภิกษุเหล่านั้นที่นอนซมพิชใช้ รอคอยความตาย ไร้ญาติมิตร ยุคปัจจุบัน คือ “มือเอี่ยม” หมายถึง พยาบาลมีการจับต้อง อุ้ม ประคอง บีบนิ้ว หรือเช็ดตัวทำความสะอาดร่างกายเปลี่ยนเสื้อผ้า โดยไม่รังเกียจหรือรื้อด้วยการสัมผัสที่นุ่มนวล ด้วยความเต็มใจ

**พระโอษฐ์ เอ่ยอ้า** คือ ทรงเป่า ปลอดภัย ปลอดภัยใจ ด้วยการทรงถาม ทุกขเวทนาอาพาธ ยุคปัจจุบัน คือ “ปากอ้า” หมายถึง พยาบาลมีการพูดคุยและซักถามอาการเจ็บป่วยหรืออาการต่างๆ ไปด้วยความห่วงใยและเป็นกันเอง ด้วยคำพูดที่นุ่มนวลอ่อนหวานน่าฟัง ทุกครั้งที่ให้การพยาบาลหรือการตรวจเยี่ยมผู้เจ็บป่วย

**พระพักตรา ยิ้มแย้ม** คือ ไม่ทรงแสดงพระพักตร์ ด้วยทรงรังเกียจ หรือทรงอึดอัดกลับมีพระพักตร์ยิ้มแย้มแสดงพระอาการยินดีเต็มพระทัย<sup>๒๙</sup> ยุคปัจจุบัน คือ “หน้ายิ้ม” หมายถึง พยาบาลมีหน้าตายิ้มแย้มแจ่มใสเต็มใจให้บริการผู้เจ็บป่วย ด้วยท่าทีนุ่มนวลและ

<sup>๒๖</sup>วิ.ม. (ไทย) ๕/๓๖๖ / ๒๔๒.

<sup>๒๗</sup>เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๔๒.

<sup>๒๘</sup>พระพิพิธธรรมสุนทร (สุนทร ญาณสุนทรโร), พระพุทธเจ้าเยี่ยมไข้, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เสียงเสียง, ๒๕๕๖), หน้า ๒-๕.

<sup>๒๙</sup>เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔.



เป็นกันเอง ไม่แสดงอาการบึ้งตึงหรือหน้านิ่วคิ้วขมวด หรือแสดงอาการรังเกียจ และอึดอัด ขณะให้การพยาบาลผู้ป่วย

เมื่อพระพุทธเจ้าทรงปฏิบัติแล้วเห็นว่าภิกษุที่อาพาธมีความสบายกาย สบายใจ เกิดปีติปราโมทย์แล้ว จึงทรงแสดงธรรมยกระดับปัญญาของภิกษุนั้นขึ้นสู่วิปัสสนากัมมัญฐาน ให้บรรลุมรรค ผล นิพพาน ทุกรูป

ตัวอย่างการพยาบาลผู้ป่วยทางด้านร่างกายสมัยพุทธกาล<sup>๓๐</sup> เช่น กรณีพระติสสะเถระ<sup>๓๑</sup> ป่วยด้วยร่างกายเน่าเปื่อย มีตุ่มหนองผื่นคันขึ้นตัว น้ำเหลืองเปื่อยขึ้นเลอะเทอะเปรอะเปื้อนเต็มตัว พระพุทธเจ้าทรงนำผ้าชุบน้ำร้อนมาเช็ดตัวให้จนน้ำเหลืองที่แห้งกรังทั่วตัวแห้งและร่างกายสะอาด แล้วนำผ้าสบงและจีวรมาเปลี่ยนให้ ทำให้พระติสสะเถระ ร่างกายสะอาด มีความเบาใจ ซึ้งใจ มีอาการปลอดภัย โปร่ง เกิดกำลังใจขึ้นมาก หรือ กรณีพระเจ้าสุทโธทนะพระพุทธบิดาประชวรหนักด้วยโรคชรา<sup>๓๒</sup> พระพุทธเจ้าทรงให้การพยาบาล โดยทรงยกพระหัตถ์ ตั้งพระทัยอธิษฐานจิตแล้วลูบลงที่พระเศียรของพระบิดาและทรงเช็ดพระพักตร์พระบิดาด้วยน้ำ ทำให้พระเจ้าสุทโธทนะทรงสำราญพระวรกายคลายความทุกข์อันสาหัส อีกหนึ่งวันก็สิ้นพระชนม์อย่างสงบ

นอกจากนี้พระพุทธเจ้ายังแสดงข้อปฏิบัติของพยาบาลที่ไม่ดีและควรหลีกเลี่ยง ได้แก่ “มือง้อย ปากห้อย หน้ายักษ์” ซึ่งมีพฤติกรรมการแสดงออก ดังนี้

**มือง้อย** หมายถึง พยาบาลไม่ช่วยเหลือด้วยการอุ้มประคอง ปีบนิ้ว เช็ดตัวทำความสะอาดร่างกายและ ไม่ช่วยเปลี่ยนเสื้อผ้าให้ผู้ป่วย แต่กลับเอามือกอดอกหรือไขว้หลังโดยไม่แยแส

**ปากห้อย** หมายถึง พยาบาลแสดงอาการสมเพชเบื่อหน่ายผู้ป่วยด้วยการแบะปาก พุดคุ้ยคอกด้วยน้ำเสียงที่ไม่น่าฟัง พุดบ่นเบื่อหน่ายผู้ป่วย

**หน้ายักษ์** หมายถึง พยาบาลแสดงอาการหน้านิ่วคิ้วขมวดดุจยักษ์ ดุดัน ไม่พอใจอยู่ตลอดเวลา และสีหน้าไม่เป็นมิตรกับผู้ป่วยเลย

จะเห็นว่าพุทธวิธีการพยาบาลผู้ป่วยทางกายดังกล่าวมาข้างต้น สอดคล้องกับคุณลักษณะทางจริยธรรมของพยาบาลยุคปัจจุบันหลายประการสะท้อนคุณค่าของ “พยาบาล” หรือ “NURSE” ผ่านตัวอักษรดังนี้ อักษร N คือ Neatness คือ ความหมั่นจดเรียบร้อย อักษร U คือ Usefulness ความมีประโยชน์ อักษร R คือ Responsibility ความ

<sup>๓๐</sup> ประไพ เพิ่มภักดิ์, “การพยาบาลผู้ป่วยตามแนวพระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๖.

<sup>๓๑</sup> ชู.ธ. (ไทย) ๒๕/ ๔๑/๓๘.

<sup>๓๒</sup> สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระปรมานุชิตชิโนรส, ปฐมสมโพธิกถา ฉบับแปล วัดพระเชตุพลวิมลมังคลารามราชวรมหาวิหาร, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๓๗), หน้า ๒๐๖-๒๐๗.



รับผิดชอบ อักษร S คือ Sacrifice การเสียสละ และอักษร E คือ Encouragement การรู้จักปลุกปลอบให้กำลังใจ

### ๗.๒ การพยาบาลผู้ป่วยทางด้านจิตใจ

การพยาบาลผู้ป่วยทางด้านจิตใจสมัยพุทธกาล คือ การสนทนาธรรม และการแสดงธรรม ดังนี้

๑) การพยาบาลด้วยการสนทนาธรรม ในสมัยหนึ่งพระพุทธเจ้าประทับอยู่ ณ เภสกาวัน นกุลปีตาคหบดี เข้าเฝ้าพระองค์ แล้วกราบทูลว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ข้าพระองค์เป็นผู้ชรา สูงอายุ เป็นผู้เฒ่าล่วงกาลมามาก ผ่านวัยมามาก มีกายกระสับกระส่าย เจ็บป่วยประจำ พระผู้มีพระภาคเจ้าและภิกษุทั้งหลายเป็นผู้เป็นที่เจริญใจ ข้าพระองค์ก็ไม่ได้เห็นเป็นนิตย์ขอพระผู้มีพระภาคโปรดให้อโวกา สั่งสอนข้าพระองค์ด้วยเพื่อประโยชน์เกื้อกูลเพื่อความทุกข์แก่ข้าพระองค์ตลอดกาลนานด้วยเถิด” พระพุทธองค์จึงแสดงธรรมโปรดแก่คหบดีผู้สูงวัย สรุปสาระสำคัญได้ว่าเป็นธรรมดา เมื่อร่างกายทรุดโทรมลงไป การที่จะต่อสู้ รักษาตัว บริหารร่างกายไม่ให้มีโรคเป็นการยาก อาการเจ็บไข้ก็ปรากฏได้มากขึ้น ในสภาพแบบนี้ต้องบริหารชีวิตให้ดีที่สุด โดยพระพุทธเจ้าสอนให้ฝึกตนเองไว้ว่า ถึงแม้ร่างกายของเราจะป่วย แต่ใจของเราจะไม่ป่วยตามไปด้วย<sup>๓๓</sup>

๒) การพยาบาลด้วยการแสดงธรรม ดังเหตุการณ์ในปฐมคิลานสูตร<sup>๓๔</sup> กรณีพระมหากัสสปะอาพาธได้รับทุกข์เป็นไข้หนักอยู่ที่ปฬลิกูหา ในทุตยคิลานสูตร<sup>๓๕</sup> กรณีพระมหาโมคคัลลานะอาพาธ ได้รับทุกข์ เป็นไข้หนัก ที่ภูเขาคิชฌกูฏ และ ในคิริमानนสูตร<sup>๓๖</sup> กรณีพระคิริमानนธ์อาพาธ ได้รับทุกข์เป็นไข้หนัก ได้รับความทุกข์เวทนาจากความเจ็บปวดมาก ทรงให้การพยาบาลด้วยการแสดงธรรมโพชฌงค์ ๗ ประการ ซึ่งเป็นธรรมเพื่อความรู้อยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ และเพื่อนิพพาน ทำให้พระมหากัสสปะ พระมหาโมคคัลลานะ และ พระคิริमानนธ์ หายจากอาพาธที่รุนแรงนั้นได้ หรือใน ตติยคิลานสูตร<sup>๓๗</sup> กรณีที่พระพุทธองค์ ทรงพระประชวรได้รับทุกข์ พระอาการหนัก ทรงให้พระมหาจุนทะแสดงธรรมโพชฌงค์ ๗ ประการ ถวาย ทำให้พระพุทธองค์ทรงหายจากพระประชวรนั้นได้โดยพลัน

จะเห็นว่าการพยาบาลผู้ป่วยทางด้านจิตใจสมัยพุทธกาลนั้นตั้งอยู่บนฐานคิดของหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาและเป็นรากฐานของวัฒนธรรมการดูแลสุขภาพของมนุษย์จากอดีตสืบมาถึงปัจจุบัน

<sup>๓๓</sup> ส.ข. (ไทย) ๑๗/๑/๑-๓.

<sup>๓๔</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๙๕/๑๒๘ .

<sup>๓๕</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๙๖ /๑๒๙.

<sup>๓๖</sup> อ.ทสก. (ไทย) ๒๔/ ๖๐/๑๒๘ -๑๓๓.

<sup>๓๗</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๙๕/๑๓๐.



## ๘. การประยุกต์ใช้พระพุทธศาสนาในการพยาบาลด้วยจิตใจความเป็นมนุษย์

บทความนี้จะกล่าวถึงการบูรณาการหลักธรรมสำคัญ ได้แก่ หลักอริยสัจ ๔ และ พรหมวิหารธรรม อันเป็นองค์ธรรมที่สอดคล้องกับวิชาชีพพยาบาลเพื่อพัฒนาศักยภาพความเป็นมนุษย์ ทั้งความเป็นมนุษย์ของพยาบาลและผู้ให้บริการสุขภาพในฐานะปุถุชนที่ยังอยู่ภายใต้กฎธรรมชาติและวังวนสังสารวัฏ และความเป็นมนุษย์ในบทบาทของผู้ให้บริการและผู้ให้บริการสุขภาพที่พึงมีต่อกันอันเป็นเป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาและระบบสุขภาพไทย ดังนี้

### ๘.๑ หลักอริยสัจ ๔ กับการพยาบาลด้วยจิตใจความเป็นมนุษย์

อริยสัจ ๔ คือ ความจริงอันประเสริฐ ๔ ประการ ได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และ มรรค<sup>๑๘</sup> เป็นกระบวนการและระบบเหตุผลในการแก้ไขปัญหาของมนุษย์หรือบำบัดโรคของชีวิต พระพุทธศาสนา มองโลกด้วยสายตาทอแยง แพทย์ มีการเปรียบเทียบขั้นตอนของการดับทุกข์ เหมือนขั้นตอนของการรักษาโรค กล่าวคือ ทุกข์ ได้แก่ โรค สมุทัย คือ เหตุของโรค หรือสมุฏฐานของโรค นิโรธ คือภาวะที่หายจากโรค มรรค ได้แก่ ยา และกระบวนการวิธีที่ใช้บำบัดโรคหรือทำให้หายจากโรคนั้น<sup>๑๙</sup>

วิชาชีพพยาบาลเป็นแสงสว่างในความมืดมน ดังนั้นการนำหลักอริยสัจ ๔ มาใช้ในการพยาบาล จึงเปรียบเสมือนพยาบาลทำหน้าที่เป็นแสงสว่างบนความเป็นจริง (Light and truth) ให้กับผู้ใช้บริการโดยการจัดใจและความคิดใหม่ให้สอดคล้องกับความเป็นจริงในแง่ของหลักอิทัปปัจจยตาและกฎไตรลักษณ์ โดยสามารถปฏิบัติได้ดังนี้

๑) ทุกข์ หมายถึง ปัญหาต่างๆ ของมนุษย์ ชีวิตมีปัญหาเป็นธรรมดา การแสดงอริยสัจของพระพุทธเจ้าเริ่มต้นที่ทุกข์ เป็นการสอนที่เริ่มต้นจากปัญหา จากสิ่งที่เห็นง่าย เข้าใจง่าย ทรงสอนเรื่องทุกข์มิใช่เพื่อให้เป็นทุกข์ แต่เพื่อเป็นจุดเริ่มต้นที่จะดับทุกข์เพราะทุกข์หรือปัญหานั้นเป็นสิ่งที่แก้ไขหรือดับได้ ไม่เที่ยงแท้ ถ้าดับทุกข์หรือแก้ปัญหานั้นได้ หรือได้สร้างความสามารถในการดับทุกข์แก้ปัญหานั้นไว้พร้อมแล้ว ชีวิตก็จะปลอดโปร่งโล่งเบา การดับทุกข์หรือแก้ไขปัญหานั้นมิใช่ด้วยการหลบเลี่ยงปัญหาหรือปิดตาไม่มองทุกข์ แต่ต้องใช้วิธีการรับรู้สู่หน้าเข้าเผชิญดู คือกำหนดรู้ ทำความเข้าใจสถานะของทุกข์หรือปัญหานั้นให้รู้ว่า ทุกข์หรือปัญหานั้นคืออะไร อยู่ที่ไหน มีขอบเขตแค่ไหน สำคัญ คือยอมรับความจริงเกี่ยวกับทุกข์หรือปัญหาตามที่มันเป็นอยู่ แล้วมองดูรู้จักชีวิตและโลกตามที่เป็นจริงนั้น

สำหรับการพยาบาล คือ การศึกษาหาข้อเท็จจริง หาสาเหตุของปัญหาของผู้ใช้บริการ ตรงกับขั้นตอนการประเมินปัญหาตามกระบวนการพยาบาล โดยใช้เทคนิคการ

<sup>๑๘</sup>ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมศัพท์ศาสนาสาทุก ฉบับราชบัณฑิตยสถาน, พิมพ์ครั้งที่ ๒ (กรุงเทพมหานคร : อรุณการพิมพ์, ๒๕๔๘), หน้า ๖๕-๖๖.

<sup>๑๙</sup>พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), การแพทย์ยุคใหม่ในพุทธทัศน์, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๕-๕.



ซึกประวัติและการรับฟังอย่างลึกซึ้ง กล่าวคือ การฟังมีสติ การฟังอย่างอ่อนน้อมถ่อมตน (ไม่มีตัวกู ของกูขณะฟัง) การฟังอย่างปราศจากอคติ (ไม่ลำเอียงด้วยรัก/ชัง/หลง/กลัว) การฟังด้วยจิตที่ปรารถนาจะฟังความจริงตามที่มันเป็นจริง การฟังด้วยท่าทีที่เคารพต่อผู้พูดอย่างจริงจัง และการฟังตั้งแต่ต้นจนจบกระแสความ เพราะการฟังอย่างลึกซึ้งนั้นจะทำให้เราเข้าถึงความทุกข์ในตัวเราและเข้าใจความทุกข์ในตัวผู้อื่น เป็นพื้นฐานแห่งการสร้างสันติภาพทำให้สามารถมองเห็นสิ่งต่างๆ อย่างครบถ้วนรอบด้าน เป็นขั้นตอนของการเก็บรวบรวมข้อมูล พยาบาลจะต้องพยายามรวบรวมข้อมูลทั้งทางกาย จิต สังคม และจิตวิญญาณอย่างครบถ้วน โดยคำนึงถึงความแตกต่างทางสังคมวัฒนธรรม แบบแผนการดำเนินชีวิต ฯลฯ เป็นต้น ดังนั้น ในขั้นตอนนี้ สัมพันธภาพที่ดีระหว่างพยาบาลและผู้ให้บริการจึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญมากที่ควรสร้างและธำรงรักษาไว้ตลอดระยะเวลาที่ให้บริการสุขภาพ

**๒) สมุทัย** หมายถึง เหตุแห่งทุกข์ หรือสาเหตุของปัญหา ได้แก่ ตัณหา ๓ อย่าง คือ (๑) กามตัณหา ได้แก่ ความอยากได้ อยากเอา อยากเสพเสวย (๒) ภวตัณหา คือ ความอยากมี อยากเป็น อยากอยู่ตลอดไป อยากมีชีวิตนิรันดร์ และ (๓) วิภวตัณหา คือความอยากไม่มี อยากไม่เป็น หรืออยากสิ้นภพ ปรารถนาภาวะสูญสิ้น (ในภาวะของความมี ความเป็นนั้นๆ) ในมุมลึกไปกว่านั้น อวิชชา ความไม่รู้ ความโง่เขลา เป็นมูลหรือต้นรากเหง้าของตัณหาเป็นที่ไหลเนื่องมาแห่งปัญหาความทุกข์ การดับทุกข์ หรือปัญหานั้น ทำได้ด้วยวิธีการกำจัดสาเหตุของมัน ดังนั้น เมื่อกำหนดจับได้แล้วว่า ทุกข์หรือปัญหาคืออะไร เป็นอย่างไร อยู่ที่ไหน แล้วสืบสาวหาสาเหตุต่อไปเพื่อที่จะได้ละหรือกำจัดสาเหตุอื่นๆ เสีย

สำหรับการพยาบาล คือ การตรวจสอบทรัพยากรเพื่อหาทางดำเนินการให้ความช่วยเหลือ ด้วยความคิดทางบวกจากจิตใจที่เมตตากรุณาในการเตรียมความพร้อมของพยาบาลและผู้ให้บริการจากประเด็นคำถามที่ว่า “เวลาไหนเหมาะสมที่สุดในการช่วยเหลือผู้ให้บริการ? ผู้ให้บริการคนไหนคือคนสำคัญที่สุดที่ควรช่วยเหลือ? และ อะไรคือสิ่งสำคัญที่สุดที่พยาบาลควรทำตลอดเวลา?” โฟโดยพยาบาลควรตระหนักเสมอว่า “เวลาเป็นสิ่งที่มีความสำคัญที่สุดเพราะซื้อมาด้วยชีวิตที่สูญหายไป” ดังนั้น “เวลาที่สำคัญที่สุดคือ “ปัจจุบัน” เพราะช่วงเวลาขณะปัจจุบันเท่านั้นที่พยาบาลและผู้ให้บริการเป็นเจ้าของอย่างแท้จริง บุคคลสำคัญที่สุดคือพยาบาลและผู้ให้บริการที่พยาบาลกำลังให้การดูแลอยู่ที่พยาบาลควรให้การดูแลช่วยเหลือเพราะไม่รู้ว่ามีโอกาสได้ดูแลผู้ให้บริการคนดังกล่าวอีกหรือไม่/อย่างไร และภารกิจที่สำคัญที่สุดสำหรับพยาบาลคือการทำให้ผู้ให้บริการที่กำลังดูแลอยู่ในขณะนั้นได้บรรเทาความทุกข์ทรมานทางด้านร่างกายและจิตใจ มีความพึงพอใจ มีความสุข ดุจดุแลญาติมิตรคนในครอบครัวของตนเอง ซึ่งจะทำให้พยาบาลเกิดความภาคภูมิใจและมีความสุขที่ได้ทำหน้าที่ของตนเองอย่างดีที่สุด ตรงกับขั้นตอนการกำหนดข้อวินิจฉัยทางการพยาบาลตามกระบวนการพยาบาล พยาบาลควรกำหนดข้อวินิจฉัยทางการพยาบาลตามข้อมูลสนับสนุนทั้งที่เป็นคำบอกเล่า และจากการสังเกตพฤติกรรมต่างๆ ที่ผู้ให้บริการแสดงออกให้สื่อ





ความหมายตามวัฒนธรรม ความเชื่อ จิตวิญญาณของผู้ใช้บริการ ข้อวินิจฉัยทางการแพทย์ ที่ดีจะช่วยชี้แนะการปฏิบัติการพยาบาลที่มีคุณภาพต่อไป

๓) **นิโรธ** หมายถึง ความดับทุกข์ หรือภาวะหมดปัญหา แก้ปัญหาได้แล้ว แสดงให้เห็นว่าทุกข์หรือปัญหาที่บีบคั้นนั้นดับได้ หรือแก้ไขได้ ทางออกที่น่าพึงใจมีอยู่ ทั้งนี้ เพราะสาเหตุแห่งปัญหา หรือความทุกข์นั้นเป็นสิ่งที่กำจัดหรือทำให้หมดสิ้นไปได้ ทุกข์หรือปัญหา ตั้งอยู่ได้ด้วยอาศัยเหตุ เมื่อกำจัดเหตุแล้ว ทุกข์ที่เป็นผลก็พลอยดับสิ้นไปด้วย

สำหรับการพยาบาล คือ การวางแผนการให้ความช่วยเหลือเพื่อขจัดปัญหาให้หมดสิ้นไป สิ่งที่สำคัญในขั้นตอนนี้ คือ ความเป็นกัลยาณมิตร ความจริงใจ การให้เกียรติเคารพในศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ ความรู้สึกเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน การเผชิญปัญหาด้วยความศรัทธาต่อคุณค่าความดีงามของตนเองและการมีความหวังในชีวิต ตรงกับขั้นตอนการวางแผนการพยาบาลตามกระบวนการพยาบาล พยาบาลควรคำนึงถึงศักยภาพในการดูแลสุขภาพของผู้ใช้บริการซึ่งมีอยู่ตามธรรมชาติในแต่ละบุคคล ประสบการณ์การเจ็บป่วยเป็นสิ่งที่มีความสำคัญจะทำให้ผู้ใช้บริการมีโอกาสทำความเข้าใจตนเองเป็นการส่งเสริมการดูแลตนเองและความรับผิดชอบต่อตนเองของผู้ใช้บริการ พยาบาลต้องให้ข้อมูลที่ถูกต้องและครอบคลุมแก่ผู้ใช้บริการ ถ้าผู้ใช้บริการมีความพร้อมจะเป็นผู้เลือกและตัดสินใจด้วยตนเอง สนับสนุนการมีส่วนร่วมของผู้ใช้บริการในการวางแผนการพยาบาลร่วมกับทีมสุขภาพ โดยมีทีมสุขภาพให้คำปรึกษา และอธิบายถึงข้อดี ข้อเสียของแต่ละทางเลือก เพื่อการตัดสินใจเลือกวิธีการปฏิบัติให้เหมาะสมกับปัญหาสุขภาพที่ตอบสนองความต้องการของผู้ใช้บริการแต่ละบุคคล ซึ่งจะช่วยให้ผู้ใช้บริการเกิดความเต็มใจ พอใจที่จะปฏิบัติและสามารถดูแลตนเองต่อไปได้

๔) **มรรค** หมายถึง ทางดับทุกข์หรือวิธีปฏิบัติเพื่อกำจัดสาเหตุแห่งปัญหา หรือวิธีแก้ไขปัญหานั้น มรรคมีความหมายครอบคลุมธรรมภาคปฏิบัติทั้งหมดในพระพุทธศาสนา ครอบคลุมคำว่าจริยธรรมทั้งหมด หรือเป็นระบบจริยธรรมทั้งหมด ครอบคลุมการดำเนินชีวิต ที่ถูกต้องดีงาม มีองค์ประกอบ ๘ อย่าง เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา แปลว่า ทางสายกลาง การเดินทางสู่จุดหมายจะสำเร็จได้ต้องอาศัยองค์ประกอบทั้ง ๘ อย่างนั้นทำหน้าที่คอยเสริมและประสานสอดคล้องให้พอเหมาะพอดีกัน

สำหรับการพยาบาล คือ การดำเนินการ ติดตาม ประเมินผลว่าผู้ใช้บริการสามารถช่วยเหลือตัวเองได้หรือไม่ สิ่งที่สำคัญในขั้นตอนนี้ คือ ความอดทน อดกลั้น ความเพียรที่บริสุทธิ์ และพรหมวิหารธรรม ของพยาบาลและผู้ใช้บริการ ตรงกับขั้นตอนการปฏิบัติการพยาบาลและการประเมินผลการพยาบาลตามกระบวนการพยาบาล หลักสำคัญ คือ การดูแลผู้ใช้บริการตามหลักมนุษยชนตามเป้าหมายการพยาบาลที่ร่วมกันกำหนดไว้ โดยคำนึงถึงภูมิหลังทางสังคมวัฒนธรรม ความเชื่อโยงทั้งหมดของบุคคลทุกมิติ รู้จักใช้เวลา รู้จักฟัง ให้ความสนใจอย่างจริงจัง ตลอดทั้งการนำศาสตร์อื่นๆ เข้ามาบูรณาการในการดูแลสุขภาพ การจูงใจและสนับสนุนให้ผู้ใช้บริการตั้งศักยภาพของตนเองมาใช้ในการเยียวยาตนเอง และมีส่วน



ร่วมในการดูแลสุขภาพตนเองได้อย่างเหมาะสม การประเมินผลตามเป้าหมายของกิจกรรมการพยาบาลที่ได้กำหนดไว้ในการวางแผนการพยาบาล โดยพิจารณาจากคำบอกเล่าจากผู้ป่วย และญาติ อาจใช้เครื่องมือในการประเมินความพึงพอใจในการให้บริการ รวมทั้งการสังเกตพฤติกรรมของผู้ใช้บริการเป็นหลักเพื่อจะได้ทราบว่าปัญหาเหล่านั้นได้รับการแก้ไขไปมากน้อยเพียงใด มีปัญหาใดเกิดขึ้นมาใหม่ หรือกิจกรรมการพยาบาลที่ได้ปฏิบัติไปแล้วนั้นไม่ประสบผลสำเร็จอย่างไร เพื่อนำข้อมูลมาปรับแผนการพยาบาลต่อไป อย่างรู้เท่าทันตามความเป็นจริงว่า ในสภาพของสังขารหรือชีวิตที่ประกอบด้วยองค์ประกอบต่างๆ มาประชุมกันนั้น องค์ประกอบทุกอย่างเป็นชั้นๆ ๕ หรือรูปกับนาม (กายกับใจ) ล้วนเป็นสิ่งที่เคลื่อนไหวไม่หยุดนิ่ง เป็นอนิจจัง เป็นไปตามปัจจัยต่างๆ เพราะฉะนั้นชีวิตจึงเป็นสิ่งที่ต้องบริหาร การที่เกิดเป็นโรคภัยไข้เจ็บขึ้นนั้น ไม่ใช่เรื่องที่เราจะต้องไปเกิดความทุกข์คับข้องหมองใจซ้อนขึ้นมาจากโรคอีก เรามีหน้าที่ที่จะต้องแก้ไขบำบัดรักษาและบริหารชีวิตให้ดี หากได้ใช้ความพยายามจนสุดความสามารถกับการแก้ปัญหาแล้วยังไม่บรรลุผลสำเร็จให้ปล่อยวางอยู่ในอุเบกขาธรรม

## ๘.๒ พรหมวิหารธรรมกับการพยาบาลด้วยจิตใจความเป็นมนุษย์

หลักพรหมวิหารธรรม ๔ เป็นธรรมประจำใจของผู้ประเสริฐหรือผู้มีจิตใจยิ่งใหญ่ กว้างขวางดุจพระพรหม การพยาบาลเป็นงานที่ปฏิบัติต่อชีวิตมนุษย์ พยาบาลต้องมีความรู้และสมรรถนะเชิงวิชาชีพตลอดจนคุณธรรมและจริยธรรมตามเกณฑ์มาตรฐานของวิชาชีพพยาบาล หากพยาบาลใช้พรหมวิหารธรรมในการครองตน ครองคน และครองงาน อาจกล่าวได้ว่าพยาบาลเป็นผู้มีใจสูงและได้พัฒนาความเป็นมนุษย์ของตนเองให้เกิดความเจริญงอกงาม และสามารถนำความเจริญนั้นไปก่อประโยชน์แก่ผู้ให้บริการอีกด้วย พรหมวิหารธรรมประกอบด้วย เมตตา กรุณา มุทิตา และ อุเบกขา โดยสามารถปฏิบัติได้ ดังนี้

๑) **เมตตา** คือ ความรักใคร่ปรารถนาดี อยากให้ผู้ให้บริการมีความสุข มีจิตอันแผ่ไมตรี และคิดทำประโยชน์แก่เพื่อนมนุษย์ พยาบาลต้องมีความเมตตาเป็นอย่างสูง โดยให้ความเมตตา ให้ความรัก และปฏิบัติต่อผู้ให้บริการอย่าง เอาใจเขามาใส่ใจเรา เสมือนเป็นญาติของตนเอง แสดงออกได้ทั้งสีหน้าที่ยิ้มแย้มแจ่มใส ยิ้มทักทาย มองผู้ให้บริการด้วยแววตาที่จริงใจอบอุ่น พูดให้กำลังใจ เพื่อจะได้หายเจ็บป่วยเร็วๆ หรือสัมผัสด้วยความอ่อนโยน นุ่มนวล ฯลฯ เป็นต้น

๒) **กรุณา** คือ ความสงสาร คิดช่วยให้พ้นทุกข์ ใฝ่ใจในอันจะปลดเปลื้องความทุกข์ยาก เดือดร้อนของเพื่อนมนุษย์ พยาบาลควรเป็นที่พึ่งยามเจ็บป่วยแก่ผู้ให้บริการ เมื่อเห็นผู้ให้บริการเป็นทุกข์จากการเจ็บป่วยก็เกิดอาการสงสาร ไม่นิ่งดูตาย มีความกระตือรือร้นรีบเร่งลงมือให้การช่วยเหลือ เพราะอยากให้พ้นจากความทุกข์ทรมาน ได้รับความสุขสบาย และมีความสุข



๓) **มุทิตา** คือ ความยินดี ในเมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีสุข มีจิตผ่องใสบันเทิง กอปรด้วยอาการ แซ่มชื่น เบิกบานอยู่เสมอ พลอยยินดีด้วยเมื่อเขาได้ดีมีสุข เจริญงอกงามยิ่งขึ้นไป พยาบาลควรมีความรู้สึกรักยินดีที่ผู้ใช้บริการมีความสุข กล่าวคือ เมื่อผู้ใช้บริการได้รับการดูแลรักษาแล้ว มีอาการดีขึ้นเรื่อยๆและหายเป็นปกติ สามารถดำเนินชีวิตได้ตามปกติ และให้กำลังใจแก่ผู้ใช้บริการในการดูแลสุขภาพตนเองอย่างต่อเนื่องต่อไป

๔) **อุเบกขา** คือ ความวางใจเป็นกลาง อันจะดำรงอยู่ในธรรม ตามที่พิจารณาเห็นด้วยปัญญา คือมีจิตเรียบตรง เทียงธรรม ดุจตราขัง ไม่เอนเอียงด้วยรัก และชัง พิจารณาเห็นกรรม ที่สัตว์ทั้งหลายกระทำแล้ว อันควรได้รับผลดีหรือชั่ว สมควรแก่เหตุอันตนประกอบพร้อมที่จะวินิจฉัย และปฏิบัติไปตามธรรม รวมถึงรู้จักวางเฉย สงบใจมองดู ในเมื่อไม่มีกิจที่ควรทำ เพราะเขารับผิดชอบตนได้ดีแล้ว เขาสมควรรับผิดชอบตนเอง หรือควรได้รับผลอันสมควรกับความรับผิดชอบของตน เมื่อให้การพยาบาลผู้ที่ได้รับความทุกข์ทรมาน ที่มีอาการหนักรุนแรงมาก ทุนทุราย ไม่ประสพผลสำเร็จตามที่ปรารถนา หรือหายจากการเจ็บป่วยได้ พยาบาลผู้ให้การพยาบาลควรมีความหนักแน่น และสามารถให้การพยาบาลต่อไปได้ ด้วยความเมตตากรุณา ตามความรับผิดชอบของตนอย่างเต็มที่ หรือแม้ที่สุดแล้วผู้เจ็บป่วยนั้น ต้องเสียชีวิตลง พยาบาลก็ต้องมีความหนักแน่นในการแจ้งข้อมูลกับญาติผู้ป่วยถึงผลของการพยาบาลนั้น ด้วยความเห็นใจ และแสดงความเสียใจพร้อมกับปลอบใจญาติๆอย่างสงบ ให้คำแนะนำต่าง ๆ แก่ญาติภายหลังการเสียชีวิต แต่ไม่ควรเศร้าโศกเสียใจจนไม่สามารถให้การพยาบาลต่อไปได้

#### ๙. บทสรุป

พระพุทธศาสนาเป็นรากฐานทางปัญญาและคุณธรรมจริยธรรมที่สำคัญสำหรับวิชาชีพพยาบาลทั้งในฐานะมนุษย์และผู้ประกอบวิชาชีพ สังคมมองว่าวิชาชีพพยาบาลเป็น “นางฟ้าสีขาว” หรือ “แสงสว่างในความมืดมน” การพยาบาลที่ดีงาม คือการพยาบาลด้วยจิตใจความเป็นมนุษย์ ที่ยึดผู้ใช้บริการเป็นศูนย์กลาง ให้การพยาบาลตรงกับปัญหาความต้องการ โดยอาศัยหลักธรรมเรื่องอริยสัจ ๔ และหลักพรหมวิหารธรรมมาบูรณาการเพื่อพัฒนาศักยภาพความเป็นมนุษย์ผ่านการดูแลสุขภาพที่เชื่อมโยงมิติทางสังคมวัฒนธรรม ความเป็นกัลยาณมิตร อ่อนโยนต่อชีวิตและธรรมชาติ โดยพยาบาลควรมีความสามารถในการมองเห็นความเป็นมนุษย์ทุกมิติอย่างครอบคลุมเป็นองค์รวม ความสามารถในการมองเห็นความทุกข์อย่างรู้เท่าทันตามสภาพจริง และความสามารถในการพยาบาลอย่างมีคุณภาพ เพื่อเป้าหมายสูงสุด คือการเข้าถึง ความจริง ความดี และความงามที่เปลี่ยนผ่านในแต่ละช่วงวัยของชีวิตมนุษย์ ซึ่งบางจังหวะชีวิตก็ต้องเดินไปพร้อมกับอดีต คือให้สิ่งดีๆ ที่ผ่านมาเป็นกำลังใจให้ต่อสู้ต่อไป บางจังหวะชีวิตก็ต้องเดินตามหลังอดีต คือให้สิ่งที่ผ่านมาเป็นบทเรียนคอยสั่งสอน และบางจังหวะชีวิตก็ต้องเดินนำหน้าอดีต คือให้สิ่งไม่ดีที่เคยประสบพบเจอ



ปล่อยให้ผ่านไป การทำความเข้าใจความเป็นจริงของชีวิตและการพัฒนาศักยภาพความเป็นมนุษย์ผ่านการดูแลสุขภาพและการเจ็บป่วยจึงเป็นการสร้างโอกาสจากวิกฤตของชีวิตที่มีคุณค่าเป็นอย่างยิ่ง

## บรรณานุกรม

### ๑. ภาษาไทย

#### (ก) ข้อมูลปฐมภูมิ :

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.**

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

#### (ข) ข้อมูลทุติยภูมิ

##### ๑) หนังสือ :

กองแพทย์ทางเลือกกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข. **พุทธธรรม.** กรุงเทพมหานคร : บจก. สุขุมวิท มีเดีย มาร์เก็ตติ้ง, ม.ป.ป.

พระคริสตธรรมคัมภีร์. **สมาคมพระคริสตธรรมไทย.** พิมพ์ครั้งที่ ๒๘. กรุงเทพมหานคร : สมาคมพระคริสตธรรมไทย, ๒๐๑๐.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). **การแพทย์ยุคใหม่ในพุทธทัศน์.** พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๑.

\_\_\_\_\_. **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย.** พิมพ์ครั้งที่ ๓๒. กรุงเทพมหานคร : เพ็ทแอนด์โฮม จำกัด, ๒๕๕๕.

พระพิพิธธรรมสุนทร (สุนทร ญาณสุนทรโร). **พระพุทธเจ้าเยี่ยมไข้.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เลี้ยงเชียง, ๒๕๔๖.

ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรมศัพท์ศาสนาสาทุก ฉบับราชบัณฑิตยสถาน.** พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : อรุณการพิมพ์, ๒๕๔๘.

เศรษฐมนตร์ กาญจนกุล. **มหาเทพองค์สำคัญ.** กรุงเทพมหานคร : เศรษฐศิลป์, ๒๕๕๐.

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระปรมานุชิตชิโนรส. **ปฐมสมโพธิกถา ฉบับแปล วัดพระเชตุพลวิมลมังคลารามราชวรมหาวิหาร.** กรุงเทพมหานคร : บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๓๗.

\_\_\_\_\_. **บาลีไวยากรณ์ วจิวภาคที่ ๒ อาขยาด และกิตก์.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑.

สำนวน แสงเพ็ญ. **พบความจริงได้หวังไม่เกินเอื้อม.** กรุงเทพมหานคร : พิมพ์ที่โรงพิมพ์วัฒนาพานิช จำกัด, ๒๕๕๑.



สุวรรณา สถาอานันท์. **มนุษย์ในทัศนะปรัชญาตะวันออก**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย, ๒๕๓๓.

อิมรอน บิยูซุฟ และอลีย์ บิน อิบรอฮีม. **คู่มือศาสนาอิสลาม**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ออฟเซ็ท เพรส จากัด, ๒๕๔๖.

**๒) วิทยานิพนธ์/คุษฎีนิพนธ์/สารนิพนธ์/รายงานการวิจัย :**

ประไพ เพิ่มกสิกรรม. “การพยาบาลผู้ป่วยตามแนวพระพุทธศาสนา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

แม่ชีกาญจนา เตรียมธนาโชค. “แนวการประยุกต์หลักพุทธธรรมเพื่อการดูแลรักษาสุขภาพในโครงการธรรมชาติดำบัดเพื่อชีวิตเป็นสุขของเสถียรธรรมสถาน”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

**๓) เอกสารอัดสำเนา :**

ประเวศ วะสี. ยุคที่ ๒ ของการสาธารณสุขไทย : ระบบบริการสุขภาพที่มีหัวใจของความ เป็นมนุษย์. สถาบันพัฒนาและรับรองคุณภาพโรงพยาบาล. ๒๕๔๙, (เอกสารอัดสำเนา).

อนุวัฒน์ ศุภชุติกุล. **คืนหัวใจให้ระบบสุขภาพ เอกสารประกอบการประชุมวิชาการประจำปี ๒๕๕๐ การพัฒนาระบบรับรองคุณภาพโรงพยาบาล ครั้งที่ ๘**, วันที่ ๑๓-๑๖ มีนาคม ๒๕๕๐, (เอกสารอัดสำเนา).

**๔) สื่ออิเล็กทรอนิกส์ :**

สมโภช รติโอหาร. **คืนสุนทรียภาพให้สุขภาพ**. แหล่งที่มา : [http://www.stou.ac.th/Schools/Shs/booklet/book55\\_4/pbhealth.html](http://www.stou.ac.th/Schools/Shs/booklet/book55_4/pbhealth.html) [๒๔ มีนาคม ๒๕๕๘].

สมจิต หนูเจริญกุล. **การบริการสุขภาพด้วยหัวใจของความเป็นมนุษย์**. แหล่งที่มา : [www.flipbooksoft.com/upload/books/09/humanized\\_health\\_care.pdf](http://www.flipbooksoft.com/upload/books/09/humanized_health_care.pdf) [๒๔ มีนาคม ๒๕๕๘].

มูลนิธิสุขภาพไทย. **ศาสนากับสุขภาพ**. แหล่งที่มา : <http://www.thaihof.org/main/article/detail/2869> (๒๔ มีนาคม ๒๕๕๘).