

# การศึกษาการบำบัดโรคด้วยการเจริญพระพุทธมนต์ในเชิงพัฒนาการ

## A Study of Disease Treatment by Buddhist Chanting in Development Aspect

พระมหาประทีป สบุญโม (Phomsit) และโสวิทย์ บำรุงภักดี

Phramhapratheep Sannamo (Phoamsit) and Sowit Bamrungbhakdi

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, KhonKaen Campus, Thailand

Corresponding Author, E-mail: Promsith820@gmail.com

### บทคัดย่อ

โรค คือ ธรรมชาติที่เสียตาง ความเจ็บปวด ความทุกข์ทรมาน ในทางพระพุทธศาสนาแบ่งโรค ออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ โรคทางกาย และโรคทางใจ โรคทางกาย หมายถึง ความเจ็บป่วยที่เกิดจาก บาดแผล หรือความเจ็บไข้ได้ป่วย โรคทางใจ หมายถึง ความที่ใจเศร้าหมอง ชุ่นมัว เกิดจากใจที่มีกิเลส ตัณหา ความโลภ โกรธหลง อันเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความทุกข์ เมื่อมีความทุกข์มากๆ ผลที่ตามมาก็คือ สุขภาพจิต โรคที่เกิดจากความโกรธ อันเป็นสาเหตุนำไปสู่การเบียดเบียนล้างผลาญซึ่งกันและกัน และโรค ที่เกิดจากความหลง เช่น เห็นดีเป็นชั่ว เห็นชั่วเป็นดี ทำให้ส่งผลกระทบต่อจิตใจให้ได้รับความทุกข์ทรมาน

การรักษาโรคด้วยการเจริญพระพุทธมนต์ในเชิงพัฒนาการ มีหลักฐานปรากฏในพระไตรปิฎก อรรถกถาและฎีกา พัฒนาการของการบำบัดโรคด้วยการเจริญพระพุทธมนต์ในสมัยพุทธกาล เริ่มเมื่อผู้ป่วย ได้เจริญพระพุทธมนต์หรือได้ฟังเสียงสวดมนต์แล้ว ทำให้สุขภาพร่างกายฟื้นฟูและแข็งแรงขึ้น เพราะเสียง ที่เกิดจากการสวดหรือฟังมีผลต่อสภาพจิตใจผู้ป่วยที่เป็นไปในทางบวก พัฒนาการของการบำบัดโรค ด้วยการเจริญพระพุทธมนต์ในสมัยปัจจุบัน เช่น บทสวดโพชฌงค์ 7 หรือบททำวัตรเช้า-เย็น การบำบัด โรคด้วยการเจริญพระพุทธมนต์ในพระพุทธศาสนา เป็นการฝึกความอดทน ไม่ย่อท้อต่อเวทนาที่เกิดขึ้น โรคกรรมร้ายแรงที่เผชิญอยู่ก็จะสามารถบำบัดให้โรคภัยได้บรรเทา จิตใจจะสดชื่นแจ่มใส ซึ่งการวิจัย ทางวิทยาศาสตร์เชื่อว่าการเปล่งเสียงในภาษาบาลีมีพลังสั่นสะเทือน อานุภาพของคาถาที่มีพลังหรือการ สั่นสะเทือนของคาถา จะส่งคลื่นพลังงานออกไปกระตุ้นอวัยวะที่เป็นฐานเสียงนั้นๆ ทำให้อวัยวะต่างๆ ได้รับพลังงาน เกิดการกระตุ้นอวัยวะนั้นๆ เป็นผลให้อาการเจ็บป่วยต่างๆ ทุเลาขึ้น

**คำสำคัญ:** การเจริญพระพุทธมนต์; โรคทางกาย; โรคทางใจ



## Abstract

The objectives of this research were to study the diseases and a way of the disease treatment in Buddhism and to study the disease treatment by Buddhist chanting in the developmental aspect. It was a qualitative research to collect all data from Tipitaka, academic books and related researches with the descriptive analysis.

A result of this study was found that diseases according to Buddhism were divided into two kinds: physical and mental diseases. The former meant sicknesses such as wounds or fever. The latter referred to spiritual illnesses in accordance with defilements (Kilesa) such as diseases from greed (Lobha) to cause suffering that affected directly mental health, anger (Dosa) to cause destruction among human beings, and delusion (Moha) to cause misconception of goodness and badness that affected mental suffering. The development of disease treatment by Buddhist chanting in the Buddha's age, generally called 'a ceremony of changing bad fortune into good one', was found that chanting or listening to sounds of chanting caused the patient's health because the sounds of chanting or listening to it had great positive effect on his mental health. The development of disease treatment through recent chanting was Bojjhanga Paritta or morning-evening chanting. The disease treatment by Buddhist chanting was a way to growth diligence against happening suffering. As a result, the faced Kamma diseases were cured and this result also brought happiness to mind. The scientific research was found that the pronunciation of Pali had a powerful atom of Gāthā or trembling of Gāthā to send its energy through all bodily parts and make them self-adjustment through releasing illness and getting good health.

**Keywords:** Buddhist Chanting; Body Disease; Mind Disease

### 1. บทนำ

พระพุทธศาสนาเถรวาทได้กล่าวว่ามีมนุษย์  
เกิดมาในโลกนี้ล้วนปรารถนาสิ่งที่ปรารถนากันได้  
โดยยาก 6 ประการคือ 1) อายุ ได้แก่ ชีวิตินทรีย์  
(พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 3 ข้อ 326) หรือความ

เป็นอยู่ได้ของร่างกายและจิตใจ 2) วรรณะ ได้แก่  
ผิวพรรณหรือชาติกำเนิด เนื่องจากเรื่องวรรณะนั้น  
ถือว่าเป็นสิ่งที่มีความสำคัญกับคนในสังคม  
3) ความสุข ได้แก่ ความอุ่มเอม ความรื่นรมย์  
ของชีวิต 4) พละกำลัง ได้แก่ กำลังกายและรวมถึง



กำลังที่จัดอยู่ในภายนอก เช่นกำลังแห่งโคตร ทรัพย์ อำนาจ 5) สติปัญญา ได้แก่ ความรอบรู้ หรือปัญญาที่จะสามารถเอาตัวรอดได้ และ 6) ทรัพย์ ได้แก่ เงินทองหรือสิ่งที่ตนครอบครองอันจะอำนวยประโยชน์แก่ชีวิตของตนเองและครอบครัวได้ (Mahachulalongkornrajavidyalaya, 1996) โดยทั้งหมดที่กล่าวมานั้น ความมีอายุยืนนานเป็นสิ่งที่มนุษย์ปรารถนามากที่สุด

ดังนั้น มนุษย์จึง ต้องทำทุกวิถีทางที่จะต่อชีวิตของตนให้ยืนยาวออกไป โดยที่ต่างมุ่งหวังว่าเมื่อชีวิตของตนยืนยาวจะได้อยู่เพื่อเสพเสวยความสุขในโลกนี้ต่อไป แต่อย่างไรก็ตามก็จะพบว่าอายุของมนุษย์นั้น พระพุทธองค์ตรัสว่าเป็นของนิดหน่อย ไม่มากอยู่ได้ไม่เกิน 100 ปี โดยประมาณ (Mahachulalongkornrajavidyalaya, 1996 : 480) ถึงอย่างนั้นพระพุทธศาสนาถือว่า ความเจ็บป่วยเป็นปัญหาสำคัญของมนุษย์ เช่นเดียวกับปัญหา เรื่องความเกิด ความแก่ และความตาย เพราะความเจ็บป่วยนั้น เป็นกระบวนการทางธรรมชาติอย่างหนึ่งของทุกชีวิต ดำเนินไปตามกฎของธรรมชาติ ซึ่งใครๆ ก็ไม่อาจปฏิเสธได้ แม้แต่พระพุทธเจ้าผู้เป็นศาสดาเอกในโลก ทรงพ้นจากทุกข์ทั้งปวง พระองค์ก็ทรงประชวรทางพระวรกาย และดับขันธปรินิพพานเช่นกัน เรื่องนี้เป็นปกติธรรมดา ดังที่พระองค์ตรัสว่า “เรามีความแก่เป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความแก่ไปได้ เรามีความเจ็บเป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความเจ็บไปได้ เรามีความตายเป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความตายไปได้” (Mahachulalongkornrajavidyalaya, 1996 : 99-100)

## 2. โรคในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงโรค 2 อย่าง คือ โรคทางกาย และโรคทางใจ โดยพบว่า มีการรักษาโรคภิกษุที่อาพาธครั้งพุทธกาล เพราะโรคเมื่อเกิดแล้วย่อมบั่นทอนทั้งกายและใจทำให้สุขภาพทรุดโทรมลง เป็นอุปสรรคต่อการดำรงชีวิต เป็นปัญหาที่ทำให้มนุษย์ได้มีความพยายามจะรักษาสุขภาพทางกายและใจ ให้แข็งแรงทำให้ร่างกายและจิตใจมีความสมบูรณ์ ก็เพื่อความผาสุกให้เกิดขึ้นแก่ร่างกายและจิตใจอยู่เสมอ คือ มีชีวิตอยู่อย่างปราศจากโรคร้ายไข้เจ็บทั้งทางกายและทางใจ พระไตรปิฎกที่เป็นหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา มีเนื้อหาที่ระบุถึงการรักษาโรคทางกายไว้มากมาย โดยเฉพาะพระวินัยปิฎก ในหมวดเภสัชขันธกะ ได้ระบุถึงการรักษาโรคต่างๆ ด้วยเภสัช 5 ชนิด คือ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย พร้อมทั้งยาสมุนไพรที่ได้จากรากไม้ต่างๆ เช่น เปลือกไม้ใบไม้ผลไม้อย่างไม้แร่อัตต่างๆ เช่น เกลือ กัมมะถัน ผงมูลโคแห้ง แก้วผลพุพอง และกลินต์ัว และยานัตถ์แก้วปวดหัว (Mahachulalongkornrajavidyalaya, 1996 : 44)

พระบรมศาสดาทรงเป็นนายแพทย์ผู้เชี่ยวชาญพระองค์มีความสามารถที่จะรักษาโรคคือ กิเลสพร้อมทั้งอนุสัย อันได้แก่ ความโลภ ความโกรธ ความหลง และความมัวเมาพระองค์ทรงใช้ญาณตรวจดูโรค เมื่อรู้ภาวะของเหล่าสรรพสัตว์แล้ว ก็ทรงวางยา (แสดงธรรม) คือธรรมะโอสถ ธรรมะบางหมวดเมื่อฟังแล้วพิจารณาตาม ทำให้จิตใจสงบระงับผ่อนคลายเป็นสมาธิส่งผลไปถึงกายให้หายจากโรคทางกายและโรค



ทางใจได้ ดังพระมหากัสสปะเถระที่อาพาธ พระพุทธเจ้าเสด็จไปเยี่ยมแล้วพระองค์ทรงแสดง โภชนงค์ 7 ให้ฟังพระมหากัสสปะพิจารณา ตามธรรมนั้นก็หายจากโรค เมื่อภิกษุอาพาธ พระองค์ทรงรับสั่งให้ภิกษุทั้งหลาย รักษาพยาบาล กันเอง และทรงรับสั่งว่า “ถ้าหากภิกษุรูปใดมีความปรารถนาจะพยาบาลเรตถาคตแล้วไซ้ขอเธอทั้งหลายจงพยาบาลภิกษุไซ้” (Mahachulalongkornrajavidyalaya, 1996 : 46) พระองค์ได้เห็น ความสำคัญของภิกษุด้วยความมุ่งหวังจะให้ มีสุขภาพดีปราศจากการเจ็บไข้ได้ป่วย เมื่อมีสุขภาพ ดีแล้วจะเอื้ออำนวยต่อการปฏิบัติธรรมเพื่อให้บรรลุ ผลสำเร็จ ด้วยเหตุนี้พระองค์จึงทรงอนุญาตให้ภิกษุ ที่อาพาธได้รับการรักษาโรคให้หาย เพื่อรักษาสุขภาพให้ แข็งแรงสมบูรณ์ทั้งกายและใจ โรคที่เกิดขึ้นมีทั้ง ที่รักษาหายและไม่หาย ไม่ว่าจะป็นโรคทางกาย หรือทางใจก็ตาม

เหล่านี้ล้วนเป็นปัญหาที่ทำให้เกิดความ ทุกข์ของเหล่านุชนทุกยุคทุกสมัย แม้การแพทย์ สมัยใหม่จะเจริญและได้รับการพัฒนามามากแล้ว ก็ตาม ความทุกข์ที่เกิดขึ้นจากความเจ็บไข้ก็ยังสร้าง ปัญหาให้สังคมมาโดยตลอด ยังไม่มีใครที่จะ สามารถหาวิธีเอาชนะได้ในพระไตรปิฎกที่เป็น หลักคำ สอนทางพระพุทธศาสนาที่จะเอาชนะ ปัญหาเหล่านี้ได้ เช่น การนำเอายาสมุนไพรมา รักษาโรคของภิกษุในคราวอาพาธ และการเอา หลักธรรมมารักษาโรคทางใจ ธรรมะเมื่อได้ฟังแล้ว พิจารณาตามหลักธรรมนั้น ทำให้จิตใจสงบระงับ ความทุกข์ทางใจได้ ให้เป็นสมาธิเป็นผลให้หายจาก โรคทางกายและจิตใจ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

ได้แบ่งวิธีการรักษาโรคออกเป็น 4 วิธี ดังนี้

### 1. การรักษาโรคด้วยสมุนไพร

ยาสมุนไพร คือ ผลผลิตธรรมชาติ ที่ได้จากพืช สัตว์ และแร่ธาตุ ที่ใช้เป็นยาหรือใช้ ผสมกับสารอื่นตามตำรับยา เพื่อบำบัดโรค บำรุง ร่างกาย หรือใช้เป็นยาพิษ (Phradhammapidok (P.A. Payutto), 1995) การใช้สมุนไพรใน ครั้งพุทธกาลนั้น เมื่อมีภิกษุสงฆ์เกิดการอาพาธ เป็นไข้ในแต่ละครั้ง ต่างก็ต้องใช้สมุนไพรแตกต่างกันออกไปในการรักษา ซึ่งพระพุทธองค์ทรง อนุญาตให้พระสงฆ์ได้แสวงหาสมุนไพรมา บำบัดอาการไข้ได้ตามความต้องการหรือตามที่ ทายกทายิกานำมาถวายเพื่อทำการรักษาโรค การรักษาโรคโดยใช้สมุนไพรต่างๆ นั้น แบ่งออกได้ ดังนี้

#### 1.1 การรักษาโรคด้วยพืช การรักษา

โรคด้วยสมุนไพรที่ได้จากพืช เป็นการนำผลผลิต ที่ได้จากพันธุ์ไม้ต่างๆ ทั้งไม้ยืนต้น ไม้เถา ไม้เครือ พืชจำพวกผัก หญ้า หรือว่าน เป็นต้น มาใช้ในการ รักษาโรค โดยส่วนประกอบทั้ง 5 อัน ได้แก่ ราก ต้น ใบ ดอก และผลของพืชแต่ละชนิดนั้น จะมีสรรพคุณแตกต่างกันไปตามแต่ละส่วน ดังที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกว่า พระพุทธเจ้า ทรงอนุญาตให้นำรากไม้ เปลือกไม้ แก่นไม้ ใบไม้ ผลไม้ และยางไม้ มาเป็นยารักษาโรค (Mahachulalongkornrajavidyalaya, 1996 : 32) นอกจากนี้ยังปรากฏว่ามีกรนำน้ำหมักผลไม้ (ยาตองโลณโสจิริกะ) ยาคุ (ปรุงด้วยงา ข้าวสาร และถั่วเขียว) และกระเทียม มารักษาโรคลมในท้อง มีการนำราก และเหง้าของบัวมารักษาอาการ



ใช้ตัวร้อน และใช้ก้านของบัวเป็นยาระบาย (Mahachulalongkornrajavidyalaya, 1996 : 222) เป็นต้น

1.2 การรักษาโรคด้วยสัตว์ การรักษาโรคด้วยสมุนไพรที่ได้จากสัตว์ เป็นการนำส่วนต่างๆ หรืออวัยวะต่างๆ ของสัตว์ อาทิเช่น หนั่ง กระดุก ขน เขา นอ งา เขี้ยว เกล็ด ดี น้ำมัน และเลือด มาใช้ในการรักษาโรค ซึ่งเรียกว่า “สัตว์วัตถุ” โดยแบ่งออกได้เป็น 3 ประเภท ตามชนิดของสัตว์ ได้แก่ สัตว์ที่อาศัยอยู่บนบก หากินบนบก สัตว์ที่เกิดอาศัยและหากินอยู่ในน้ำ และสัตว์จำพวกนก อาศัยการบินในอากาศและหากินบนอากาศบ้าง ในน้ำบ้าง และบนดินบ้าง การนำสมุนไพรที่ได้จากสัตว์มารักษาโรคมีปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกว่า มีการนำเอาเภสัช 5 อันได้แก่ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง และน้ำอ้อย รวมทั้งเนื้อสัตว์และนมสด มาใช้รักษาโรคขาดสารอาหาร (Mahachulalongkornrajavidyalaya, 1996 : 147) เป็นต้น

1.3 การรักษาโรคด้วยแร่ธาตุ การรักษาโรคด้วยแร่ธาตุ เป็นการนำแร่ธาตุต่างๆ ที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ หรือสิ่งที่ประกอบขึ้นจากแร่ธาตุมาใช้เป็นยารักษาโรค การที่จะนำธาตุวัตถุอื่นๆ มาใช้ประโยชน์ จำเป็นต้องทราบถึงลักษณะรูป สี กลิ่น รส และสรรพคุณอย่างชัดเจน โดยธาตุวัตถุแบ่งออกได้เป็น 2 จำพวก ได้แก่ จำพวกสลายตัวย่าง คือ ธาตุวัตถุที่แตกหักและสลายตัวย่างตามธรรมชาติ เช่น เกลือต่างๆ ดีเกลือ กำมะถันเหลือง กำมะถันแดง จุนสี ดินประสีว ดินปลวก ดินสอพอง น้ำปูนใส น้ำส้มสายชู สารส้ม สารหนู หรดาลกลีบทอง และน้ำประสานดีบุก

เป็นต้น และจำพวกสลายตัวยาก คือ ธาตุวัตถุที่มีความแข็งแรง มีการจับตัวกันแน่น มีความทนทานมาก เป็นวัตถุที่ทำให้แตกหักและสลายตัวยาก เช่น เงิน ทองคำ ทองแดง ทองเหลือง ทองสัมฤทธิ์ บัลลังก์ ศิลา และหินปะการัง เป็นต้น ดังที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกว่า พระพุทธเจ้าทรงอนุญาตเกลือ น้ำต่าง และน้ำ เป็นยารักษาโรค (Mahachulalongkornrajavidyalaya, 1996 : 35) นอกจากนี้ยังมีการใช้โคมัย (ดินผสมขี้วัว) ดินเหนียว และกากน้ำย้อม รักษาโรคฝีดาษ และอีสุกอีใส มีการใช้น้ำมันที่เจือน้ำเม้าที่ผ่านการต้ม โดยไม่มีสี กลิ่น และรสของน้ำเม้า รักษาโรคลม และใช้ยามหาวิกฤ 4 อย่าง คือ คูณ มูตร เถ้า และดิน รักษาอาการถูกงูกัด เป็นต้น สมุนไพรที่นำมาใช้รักษาโรคไม่ว่าจะได้จากพืช สัตว์ หรือแร่ธาตุ ส่วนใหญ่จะมีตัวยาสาคัญที่ไม่แน่นอนขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายอย่าง ได้แก่ ตัวสมุนไพร การเพาะปลูก การเก็บรักษาเป็นต้น อีกทั้งจำเป็นต้องใช้ในปริมาณที่มาก จึงจะได้ประสิทธิภาพในการรักษา แต่ด้วยเทคโนโลยีที่ทันสมัยสามารถสกัดเอาสาระสำคัญในสมุนไพรต่างๆ ออกมาได้ และผลิตออกมาในรูปแบบที่สะดวกต่อการนำไปรักษาและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ทำให้การใช้สมุนไพรในการรักษาโรคในปัจจุบันเป็นที่ยอมรับ และมีความสำคัญอย่างยิ่งสำหรับวงการแพทย์ทางเลือก มีการจัดทำเป็นตำราการแพทย์แผนไทยที่มีความน่าเชื่อถือ นับเป็นภูมิปัญญาที่มีคุณค่ายิ่ง

## 2. การรักษาโรคด้วยเทคนิค

วิธีการรักษาโรคด้วยเทคนิคนั้น เป็นการใช่วิธีการต่างๆ ในการรักษาโรค นอกเหนือ



จากการใช้ยาสมุนไพร อันประกอบด้วยการบริหารร่างกายด้วยการตัดกาย การปล่อยยอสุจิเพื่อลดความกระสัน การนวดรักษาอาการปวดเมื่อย การนึ่งและฝังไฟ เพื่อปรับธาตุทั้ง 4 ในร่างกาย การนัตถุยา เพื่อรักษาอาการปวดศีรษะและโรคในโพรงจมูก และการผ่าตัดเพื่อรักษาโรคฝีโรคริดสีดวงทวาร โรคปวดศีรษะ และโรคเนื้องอกที่ลำไส้ (Mahachulalongkornrajavidyalaya, 1996 : 316) การรักษาโรคด้วยการใช้สมุนไพรและวิธีการทางเทคนิค เป็นการรักษาโรคที่เกิดขึ้นทางร่างกาย โดยมีสมุฏฐานของการเกิดโรคอยู่ที่ความผิดปกติของธาตุทั้ง 4 ความเปลี่ยนแปลงของอากาศ ความผิดปกติในแต่ละช่วงอายุ ถูกสัตว์ทำร้าย การรักษาด้วยวิธีที่ผิด และความผิดปกติของอาหารที่รับประทาน แต่ไม่สามารถรักษาโรคทางใจ อันมีสาเหตุมาจากความผิดปกติของจิตใจ และโรคที่เกิดขึ้นจากผลของกรรมได้ ซึ่งโรคที่มีสมุฏฐานจากความผิดปกติของจิตใจ และผลของกรรมที่ได้กระทำไว้ ต้องรักษาด้วยการเจริญพระพุทธรมณต์และการบำเพ็ญเพียรทางจิต ดังรายละเอียดต่อไปนี้

### 3. การรักษาโรคด้วยการเจริญพระพุทธรมณต์

การเจริญพระพุทธรมณต์ นอกจากจะเป็นการรำลึกถึงคุณของพระรัตนตรัยอันเป็นที่พึ่งสูงสุดในชีวิตแล้ว ยังเป็นการน้อมนำกำลังแห่งศรัทธาและปัญญาเข้าสู่ชีวิต ดังคำสอนซึ่งปรากฏหลักฐานเกี่ยวกับการป้องกันและรักษาโรคในพระไตรปิฎก ดังนี้

ครั้งหนึ่งภิกษุถูกงูกัด พระพุทธเจ้าจึงสอนเรื่องการป้องกันงูกัด โดยให้แผ่เมตตาจิตไป

สู่พญางูทั้ง 4 ตระกูล อันได้แก่ ตระกูลวิรูปกษะ ตระกูลเอราปละ ตระกูลฉัพยาปุตตะและตระกูลกัณหาโคตมกะ เพื่อคุ้มครองตน รักษาตน และป้องกันตน นอกจากนี้พระพุทธเจ้ายังทรงให้แผ่เมตตาไปสู่สัตว์ไม่มีเท้า สัตว์ 2 เท้า สัตว์ 4 เท้า สัตว์มีเท้ามาก และสัตว์ที่เกิดแล้วยังมีชีวิตทั้งมวลทุกหมู่เหล่าให้ประสบความเจริญอย่าได้เบียดเบียนซึ่งกันและกัน ให้กล่าวระลึกถึงพระพุทธเจ้าผู้มีพระคุณหาประมาณมิได้ ระลึกถึงพระธรรมอันมีพระคุณหาประมาณมิได้ ระลึกถึงพระสงฆ์ผู้มีพระคุณหาประมาณมิได้ แต่สัตว์เลื้อยคลานทั้งหลาย คือ งู แมลงป่อง ตะขาบ แมลงมุม ตั๊กแตน หนู มีคุณพอประมาณ ความรักษาอันเราทำแล้ว ความป้องกันอันเราทำแล้ว ขอฝูงสัตว์ทั้งหลายจงถอยกลับไปเกิด เรานั้นขอนมัสการแต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทั้ง 7 พระองค์” (Mahachulalongkornrajavidyalaya, 1996 : 10)

### 4. การรักษาโรคด้วยการบำเพ็ญเพียรทางจิต

การบำเพ็ญเพียรทางจิต เป็นวิธีการฝึกฝนทางจิต เพื่อการดับทุกข์ นอกจากนี้ยังมีอานิสงส์ในการรักษาโรค อันเกิดจากความผิดปกติทางจิตเป็นสำคัญ ดังที่ปรากฏในพระไตรปิฎก ดังนี้

4.1 เมื่อครั้งที่พระวังคิสะได้ขอคำแนะนำกับพระอานนท์ว่า ตนเองมีจิตเร่าร้อน เพราะกามราคะ จะมีวิธีการใดที่จะดับราคะ ขอให้พระอานนท์ช่วยอนุเคราะห์ ครั้งนั้นพระอานนท์ให้พระวังคิสะเจริญอุสภกัมมัฏฐานด้วยคำกล่าวที่ว่า “จิตของท่านรุ่มร้อน เพราะสัญญา





อันวิปลาส ท่านจงละเว้นนิमितอันสวยงาม อันเป็นที่ตั้งแห่งราคะเสีย ท่านจงเห็นสังขารทั้งหลาย โดยความเป็นของแปรปรวนโดยเป็นทุกข์ และอย่าเห็นโดยความเป็นตน ท่านจงดับราคะอันแรงกล้า ท่านจงอย่าถูกราคะเผาผลาญบ่อยๆ ท่านจงเจริญจิตในอสุภกัมมัฏฐาน ให้เป็นจิตมีอารมณ์เป็นอันเดียว ตั้งมั่นด้วยดีเถิด ท่านจงมีกายคตาสติ ท่านจงเป็นผู้มากด้วยความหน่าย ท่านจงเจริญความไม่มีนิमित และจงถอนมานานุสัยเสีย เพราะการรู้เท่าถึงมานะ ท่านจักเป็นผู้สงบระงับ เทียบไป” (Mahachulalongkornrajavidyalaya, 1996)

4.2 เมื่อครั้งที่พระพุทธเจ้าพระชนมายุ 80 พรรษา ครั้งนั้นพระองค์พำนักอยู่ที่บ้านเวฬุคาม เมืองเวสาลี ครั้งนั้นพระองค์ประชวรอย่างหนัก เกิดเวทนาอย่างร้ายแรงถึงใกล้จะปรินิพพาน จึงใช้ความ (Mahachulalongkornrajavidyalaya, 1996 : 180-183) ขับไล่อาพาธ และทรงดำรงชีวิตสังขารอยู่ อาพาธสงบลง พระองค์ทรงหายประชวร คือ หายจากความเป็นไข้ไม่นาน (Mahachulalongkornrajavidyalaya, 1996 : 85-86)

4.3 เมื่อครั้งที่พระพุทธเจ้าประทับอยู่ ณ ป่ามหาวัน ใกล้เมืองเวสาลี ครั้นเวลาเย็น พระพุทธเจ้าเสด็จไปยังศาลาคณไช้ แล้วประทับนั่งบนอาสนะปูลาดไว้ จากนั้นได้เรียกผู้ภิกษุในศาลาคณไช้เพื่อสอนธรรมว่าต้องมีสติ การรู้รู้สึกตัว และต้องรู้จักรอเวลา ดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพึงเป็นผู้มีสติ มีสัมปชัญญะ รอกาลเวลานี้เป็นคำสั่งสอนพวกเธอ... การมีสติ

คือ การเป็นผู้มีปกติเห็นกายในกาย มีปกติเห็นเวทนาในเวทนา... การมีสัมปชัญญะ คือ การเป็นผู้มีปกติทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป ในการถอยกลับ... มีปกติทำความรู้สึกตัวในการเดิน ยืน นั่ง หลับ ตื่น พุด นิ่ง... พึงเป็นผู้มีสติสัมปชัญญะ รอกาลเวลา” (Mahachulalongkornrajavidyalaya, 1996 : 224-225)

บุคคลที่ป่วยเป็นโรคต่างๆ นั้น ส่วนหนึ่งมีสาเหตุมาจากความคิดและสภาพจิตใจ ดังคำกล่าวที่ว่า “ใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว” เมื่อสภาพจิตใจ ชุ่นมัว มีความเครียด ย่อมส่งผลให้สภาพร่างกาย บกพร่องจนเกิดอาการของโรคต่างๆ การบำเพ็ญเพียรทางจิตเป็นการฝึกจิตให้มีสติ เป็นหลักการควบคุมสติให้อยู่กับร่างกายและจิตใจ ไม่ให้จิตใจ ฟุ้งซ่าน หวั่นไหว สามารถรักษาโรคที่เกิดจากความผิดปกติของจิตใจให้หายไปได้ ธรรมะที่เป็นฝ่ายในการตรัสรู้ เป็นธรรมอันเกื้อกูลการตรัสรู้ เป็นเครื่องยึดในการบำเพ็ญเพียร คือ โภธิปักขิยธรรม 37 ประการ ได้แก่ สติปัฏฐาน 4 (กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน, เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานและธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน) สัมมัปปธาน 4 (สังวรปธาน ปหานปธาน อนุรักษปธาน และภวานาปธาน) อิทธิบาท 4 (ฉันทะวิริยะ จิตตะ และวิมังสา) อินทรีย์ 5 (สัทธินทรีย์ วิริยอินทรีย์ สตินทรีย์ สมาธินทรีย์ และปัญญินทรีย์) พละ 5 (สัทธา พละ วิริยพละ สติพละ สมาธิพละ และปัญญาพละ) โภชณงค์ 7 (สติ ธัมมวิจย วิริยะ ปิติ ปัสสัทธิ สมาธิ และอุเบกขา) และมรรคมืองค์ 8 (สัมมาทิฐิ, สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ)



(Mahachulalongkornrajavidyalaya, 1996 : 227-228)

### 3. การเจริญพระพุทธมนต์ในพระพุทธศาสนา

พระพุทธศาสนาเห็นว่าการสวดมนต์หรือการสาธยายมนต์ คือ คำสอนของพระพุทธองค์นั้น เป็นการสืบทอดพระพุทธศาสนาอย่างหนึ่งตามแนวทางของการศึกษาในเชิงมุขปาฐะ กล่าวคือ ในสมัยเริ่มแรกของพระพุทธศาสนานั้น พระธรรมเทศนาของพระองค์มิได้ถูกบันทึกไว้โดยวิธีการอื่นๆ แต่เป็นวิธีการของการท่องจำหรือสาธยาย เช่น การสาธยายพระปาฏิโมกข์ หรือข้อบัญญัติของพระพุทธองค์เกี่ยวกับพระวินัย (Mahachulalongkornrajavidyalaya, 1996 : 209)

หลักธรรมที่ทรงแสดงโดยพระปาฏิโมกข์นั้นภิกษุจะต้องสวดสาธยายกันในทุกๆ 1 เดือน ดังนั้นการสวดมนต์ในลักษณะนี้ จึงถือว่าเป็นการสวดมนต์หรือสวดพระธรรม เพื่อรักษาพระพุทธศาสนาอย่างหนึ่ง นอกจากนั้นแล้วเราจะพบว่าการสวดมนต์อีกประเภทหนึ่งที่มีอยู่ในพระพุทธศาสนาก็คือ การสวดพระปริตรเพื่อคุ้มครองป้องกันภัยอันตรายต่างๆ ที่เกิดขึ้นซึ่งพระพุทธองค์ทรงอนุญาตให้เหล่าภิกษุสามารถที่จะสวดสาธยายพระปริตรเพื่อป้องกันอันตรายได้ (Mahachulalongkornrajavidyalaya, 1996 : 263)

ดังนั้น เราจึงกล่าวได้ว่าพระพุทธศาสนาถือว่าการแสดงมนต์หาก 1) ไม่ได้เป็นไปเพื่อการอ้อนวอนเทพเจ้าหรือ 2) ไม่ได้เป็นไปเพื่อการสร้างความเดือดร้อนให้เกิดขึ้นกับตนเองและผู้อื่นใน

ลักษณะของการใช้เวทมนต์เพื่อทำร้ายผู้อื่น การสวดมนต์นั้นถือว่าเป็นสิ่งที่ถูกต้องชอบธรรม เพราะการสวดมนต์นอกจากจะเป็นการรักษาพระศาสนาแล้วก็ยิ่งก่อให้เกิดประโยชน์กับชีวิตของผู้สาธยายด้วย (Damrongrajanupab, 1968 : 207) ซึ่งการสวดมนต์จึงเป็นสิ่งที่มีความถูกต้องชอบธรรม และมีคุณค่าสำหรับพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะเมื่อกล่าวโดยสรุปแล้วเราจะพบว่า การสวดมนต์จำแนกได้เป็น 3 ประการ คือ

1. การสวดมนต์นั้นเป็นไปเพื่อการสรรเสริญแสดงคุณความดีของพระพุทธองค์ ดังปรากฏในรัตนสูตร

2. การสวดมนต์นั้นแสดงความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลต่อบุคคลเช่น กรณีเมตตสูตรที่มุ่งอธิบายถึงการแผ่เมตตาให้กับผู้อื่น

3. การสวดมนต์นั้น แสดงถึงความดีของเหล่าเทวดาทั้งหลายที่เลื่อมใสในพระพุทธศาสนาจะพึงรักษาพระพุทธศาสนา เช่น ในเวทตถาอุโยชนคาถา

4. การสวดมนต์นั้นเป็นการแสดงถึงอำนาจของพระปริตรที่สามารถห้ามป้องกันหรือต้านทานความชั่วร้ายต่างๆ ได้ เช่น โมรปริตรชั้นธปริตร ซึ่งลักษณะของการสวดมนต์โดยนัยแบบนี้เป็นสิ่งที่ประโยชน์ไม่มีโทษสามารถสร้างความผาสุกให้เกิดขึ้นกับตนเองและสังคมได้รวมทั้งเป็นการรักษาพระพุทธศาสนาและรักษาจารีตที่พึงปฏิบัติเพื่อก่อให้เกิดการสืบต่อทางพระพุทธศาสนาได้

การเจริญพระพุทธมนต์มีประโยชน์ปัจจุบันในคัมภีร์อรรถกถา มีปรากฏเรื่อง อำนาจ





พระปริตรคุ้มครองผู้สวด เช่น เรื่องพระโพธิสัตว์เสวยพระชาติเป็นนกยูงทอง พระองค์ได้หมั้นสาธยายโมรปริตรที่กล่าวถึงคุณของพระพุทธเจ้าเป็นประจำ ทำให้แคล้วคลาดจากบ่วงที่นายพรานดักไว้ (Mahachulalongkornrajavidyalaya, 1996 : 34)

นอกจากนี้ อานุภาพพระปริตรยังสามารถคุ้มครองผู้ฟังได้อีกด้วย ดังที่มีปรากฏในคัมภีร์อรรถกถาว่า ในสมัยพุทธกาลเมื่อเมืองเวสาลีประสบภัย 3 อย่างคือความอดอยากแร้นแค้น การเบียดเบียนจากอมนุษย์ และการแพร่ของโรคระบาด พระพุทธเจ้าได้รับนิมนต์เสด็จไปโปรดพระองค์รับสั่งให้พระอานนท์สวดรัตนปริตรที่กล่าวถึงคุณของพระรัตนตรัย ภัยดังกล่าวในเมืองนั้นจึงได้สงบลง (Mahachulalongkornrajavidyalaya, 1996 : 4)

#### 4. การบำบัดโรคด้วยการเจริญพุทธมนต์

ริชาร์ด เกอร์เบอร์ และแอนดรู วัลด์ กล่าวถึงพลังสันสะเทือนที่เราได้จากการท่องคาถาสวดมนต์ว่า เป็นยาวิเศษ โดยผลการวิจัยพบว่าโรคที่ส่งผลต่อร่างกายไม่ว่าส่วนใด หากได้รับพลังสันสะเทือนถือว่าการเยียวยาอวัยวะส่วนนั้นๆ นอกจากนั้น ดร.แอนดรู วัลด์ ยังได้ทำการวิจัยได้ข้อสรุปว่า ร่างกายของคนเรามีแนวโน้มที่จะสามารถรักษาตนเองได้ หากรู้จักใช้พลังกระตุ้นอวัยวะที่มีปัญหาในร่างกาย ในเชิงความหมายของบทสวดมนต์ เนื้อหาส่วนใหญ่เป็นการสรรเสริญพระพุทธคุณอันยิ่งใหญ่ของพระพุทธเจ้าที่ทรงมีต่อสรรพสัตว์ทั้งหลาย อาจกล่าวได้ว่า

การเปล่งวาจาที่เป็นสัจธรรมเปรียบได้กับการเปล่งแสงสว่าง อานุภาพของคาถาที่มีพลังหรือการสันสะเทือนของคาถา จะส่งคลื่นพลังงานออกไปทำให้อณูของน้ำปรับโครงสร้างสู่ภาวะที่สมบูรณ์และละเอียดอ่อนได้ นอกจากนั้นเมื่อพิจารณาทางด้านภาษาบาลีในแง่ไวยากรณ์ ฐานเสียงของอักขระทุกตัวในบทเจริญพระพุทธมนต์เมื่อเกิดจากฐานเสียงใดก็จะไปกระตุ้นอวัยวะที่เป็นฐานเสียงนั้นๆ

การเปล่งเสียงในภาษาบาลีมีพลังสันสะเทือน ทำให้อวัยวะต่างๆ ได้รับพลังงานเกิดการกระตุ้นอวัยวะนั้นๆ เป็นผลให้อาการเจ็บป่วยต่างๆ หลุดขึ้น อนึ่ง สำหรับพุทธศาสนิกชน การเจริญพระพุทธมนต์นี้เป็นวิธีหนึ่งที่สามารถจะน้อมนำกำลังแห่งศรัทธาและปัญญาเข้าสู่ชีวิต เพราะการสวดมนต์ นอกจากจะเป็นการรำลึกถึงคุณของพระรัตนตรัยอันเป็นที่พึ่งที่นับถือสูงสุดในชีวิตแล้ว ยังเป็นการท่องจำพระธรรมคำสอนเพื่อจดจำนำไปพิจารณาประพฤติปฏิบัติให้เกิดปัญญาอีกด้วย ในการสวดมนต์บทๆ หนึ่งนั้น ต้องท่องจนสามารถจดจำและเข้าใจได้ ต้องท่องให้ชัดถูกต้องตามอักขระ และต้องท่องให้เป็นประจำจนเกิดเป็นความเคยชิน แต่ที่สำคัญที่สุดในการสวดมนต์ คือ ต้องทราบถึงความหมายและความเป็นมาด้วย จึงจะสามารถทำให้ได้รับประโยชน์สูงสุด 2 ประการ คือ 1) เป็นการสร้างพลังแห่งศรัทธา ความเชื่อมั่นเลื่อมใสในพระคุณของพระรัตนตรัย ทำให้ชีวิตเรามีพลังที่เกิดจากแรงศรัทธา ซึ่งทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า “สัทธาพละ” อันสามารถขจัดความหดหู่ ท้อแท้



และสิ้นหวังในชีวิต และช่วยเพิ่มความกระตือรือร้นในการดำเนินชีวิต ยังผลให้ชีวิตเรามีคุณค่ามากยิ่งขึ้น และ 2) เป็นการสร้างสรรค์พลังทางปัญญาทางพระพุทธศาสนา ซึ่งเรียกว่า “ปัญญาพละ” เพราะการท่องสัจธรรมคำสอนของพระพุทธองค์ในบทสวดมนต์ต่างๆ นั้น ทำให้เรารู้และจดจำธรรมะข้อนั้นๆ สามารถนำไปพิจารณาเพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง เห็นจริงตามความหมายของบทสวดมากขึ้นตามลำดับ

สอดคล้องกับงานวิจัยของแรนดอล์ฟ เบิร์ด (Randolf Byrd, M.D.) (Randolf Byrd, M.D.) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับเรื่องการสวดมนต์ว่ามีผลอย่างไรต่อคนไข้ที่ได้รับ คนไข้โรคหัวใจขาดเลือดจำนวน 393 คน ที่โรงพยาบาลซานฟรานซิสโก โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มแรก 192 คน เป็นคนไข้กลุ่มที่มีกลุ่มสวดมนต์ในโบสถ์ทางคริสตศาสนาเป็นผู้สวดภาวนาให้ และกลุ่มที่สองจำนวน 201 คน เป็นคนไข้ที่ไม่มีคนคอยสวดมนต์ให้ ส่วนตัวแปรด้านอื่นๆ เช่น การช้ำยา อายุ เพศ ความก้าวหน้าของโรค ได้รับการควบคุมให้เป็นไปอย่างสม่ำเสมอตามมาตรฐานงานวิจัยเป็นอย่างดี ผลการทดลองเมื่อผ่านไป 10 เดือน พบว่าคนไข้โรคหัวใจในกลุ่มที่หนึ่ง ซึ่งมีคนคอยสวดมนต์ให้ นั้นใช้ยาปฏิชีวนะน้อยกว่า คนไข้ในกลุ่มที่สอง 5 เท่า เกิดภาวะแทรกซ้อนของโรคหัวใจในเรื่องน้ำท่วมปอด (Pulmonary Edema) น้อยกว่า 3 เท่า ถูกใส่ท่อช่วยหายใจ (Endotracheal Intubation) น้อยกว่า 12 เท่า ผลการทดลองครั้งนี้มีนัยสำคัญทางสถิติที่เชื่อถือได้ว่า ไม่ได้เป็นเรื่องที่เกิดขึ้นโดยบังเอิญ (ยังมีงานวิจัยที่ได้ควบคุมตัว

แปรอื่นๆ เป็นอย่างดีอีกหลายรายงานในทำนองเดียวกันนี้

เพราะร่างกายที่เป็นวัตถุของเรานั้นแท้ที่จริงก็มีสภาพของความเป็นคลื่นอยู่ด้วยความคิดของเราหรือใครจะเรียกว่า “จิต” หรือ “ใจ” นั้น แน่นนอนว่าก็คือ กลุ่มของพลังงานชนิดหนึ่ง ซึ่งจะมีผลต่อกลุ่มพลังงานกลุ่มอื่นด้วยความเกี่ยวข้องเชื่อมโยงของพลังงานทั้งหมดในจักรวาลนี้มีความเกี่ยวข้องเชื่อมโยงกันอย่างเป็นระบบและมีผลต่อกันและกันอย่างแยกไม่ออก เปรียบเทียบง่ายๆ เหมือนกับการที่โยนก้อนหินลงไปใบบ่อน้ำที่จุดหนึ่งก็ต้องเกิดคลื่นกระทบทั่วไปกับน้ำทั้งบ่อนั้นเอง สภาพที่มีผลต่อกันในเรื่องของพลังงานในจักรวาลทั้งหมดนั้น กล่าวคือ พลังงานนั้นสามารถเคลื่อนไปได้ อย่างไม่มีขีดจำกัด ไม่ติดกับมิติในเรื่องระยะทางหรือเวลา ในเรื่องของการสวดมนต์นั้นจึงเป็นเรื่องของ “พลังงานควอนตัม” ที่แน่นอนย่อมจะส่งผลไปยัง “เป้าหมาย” ที่ต้องการอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ หรืออาจจะเลือกพูดในอีกแบบหนึ่ง ซึ่งจะเป็นที่เข้าใจได้ง่ายกว่าบ้างก็คือ เป็นไปได้หรือไม่ที่ “จิตสำนึก” หรือ “จิต” หรือจะเรียกว่าอะไรก็ได้ แต่ของมนุษย์นั้นมีผลต่อระบบหนึ่งของร่างกายที่วิทยาศาสตร์ การแพทย์ ค้นพบไม่นานนี้ และถือว่าเป็นสาขาวิชาใหม่ในทางการแพทย์ สาขาหนึ่งเลยทีเดียว ก็คือเรื่องของสาขาวิชา “Psychoneuroimmunology” ที่มีการพิสูจน์ได้จริงทางวิทยาศาสตร์ถึงปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในระบบประสาท ระบบภูมิคุ้มกัน ระบบการทำงานของจิตใจที่มีเกี่ยวข้องกันอย่างแยกไม่ออก



ดังนั้น จากการศึกษาจุดมุ่งหมายของการบำบัดโรค ด้วยการเจริญพุทธมนต์เชิงพัฒนาการ สรุปได้ว่า การเจริญพระพุทธมนต์เปรียบเสมือนยาสำหรับรักษาโรค ส่วนการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานเปรียบเสมือนยารับประทานซึ่งต้องมีศรัทธาร่วมกับมีความเพียรในการปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง ต้องกำหนดจิตให้ละเอียด กิณน้อย นอนน้อย พุดน้อย ทำความเพียรมาก ยับยั้งอาหารของจิต คือ กิเลส โมหะ โทสะ และโลภะ ต้องอดทนฝืนใจเป็นอย่างมาก ไม่ย่อท้อต่อเวทนาที่เกิดขึ้น ต้องตั้งสติให้มั่น กำหนดเวทนาจนข้ามผ่านเวทนานั้นไปได้ จิตจึงจะเป็นกุศล เข้าถึงธรรมะได้ จากนั้นจึงแผ่เมตตาอุทิศส่วนกุศลให้กับเจ้ากรรมนายเวร เมื่อได้รับการอธิษฐานกรรมร้ายแรงที่เผชิญอยู่ก็จะสามารถรักษาให้หายได้จิตใจจะสดชื่นแจ่มใส ต่ออายุให้มีชีวิตยืนยาวขึ้นได้ นอกจากนี้เมื่อปฏิบัติจนเข้าถึงธรรมจะค้นพบวิทยาศาสตร์ทางจิต สอดคล้องกับงานวิจัยของริชาร์ด เกอร์เบอร์ และแอนดรูว์ ไวลด์ ที่พบว่า การเจริญพระพุทธมนต์ทำให้การเปล่งเสียงในภาษาบาลีมีพลังสั่นสะเทือนของคาถาของคาถาที่มีพลังหรือการสั่นสะเทือนของคาถาจะส่งคลื่นพลังงานออกไป ทำให้อณูของน้ำปรับโครงสร้างสู่ภาวะที่สมบูรณ์และละเอียดอ่อนได้ นอกจากนี้เมื่อพิจารณาทางด้านภาษาบาลีในแง่ไวยากรณ์ ฐานเสียงของอักขระทุกตัวในบทเจริญพระพุทธมนต์ เมื่อเกิดจากฐานเสียงใดก็จะไปกระตุ้นอวัยวะที่เป็นฐานเสียงนั้นๆ ทำให้อวัยวะต่างๆ ได้รับพลังงาน เกิดการกระตุ้นอวัยวะนั้นๆ เป็นผลให้อาการเจ็บป่วยต่างๆ หุเลาขึ้น

## 5. สรุป

โรคในทางพระพุทธศาสนา หมายถึง สิ่งที่เสียดแทงใจ และกายให้ได้รับความเจ็บป่วย ความทุกข์ ความลำบาก สิ่งที่มาเสียดแทงใจนั้น อาจจะเป็นโรค เป็นไข้ ความเจ็บ ความหนาวร้อน การบาดเจ็บเพราะถูกของแข็งและของมีคม ความหิวกระหาย การถูกแมลงสัตว์กัดต่อย เป็นต้น ส่วนสิ่งที่มาเสียดแทงใจนั้น ได้แก่ กิเลสตัณหา หรืออกุศลธรรมต่างๆ พระพุทธศาสนาเชื่อว่าการเกิดโรคนั้นเป็นความทุกข์อย่างหนึ่ง เมื่อพิจารณาถึงโรคที่เกิดขึ้นทั้งสองประเภท ทำให้รู้ว่ามีสาเหตุคล้องกับทุกขอริยสัจ ได้แก่ ความเกิด ความแก่ ความเจ็บ และความตายนี้ จัดเป็นโรคทางกาย ความเศร้าใจ ความรำคาญคร่ำครวญ พิโรธำพัน ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจ ความประจวบกับสิ่งที่ไม่เป็นที่รัก ความพลัดพรากจากสิ่งที่รัก ความไม่ได้ในสิ่งที่ตนปรารถนาเหล่านี้ จัดเป็นโรคทางจิต ว่าโดยย่อ อุปาทานชั้น 5 เป็นทุกข์จัดเป็นโรคทางใจ กิเลสเป็นตัวสำคัญที่ทางพระพุทธศาสนาจัดว่าเป็นต้นตอของการให้เกิดโรคทางใจ

วิธีการรักษาโรคที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎก ได้แก่ การรักษาโรคด้วยสมุนไพร คือ ผลิตผลธรรมชาติที่ได้จากพืช สัตว์ และแร่ธาตุที่ใช้เป็นยาหรือใช้ผสมกับสารอื่นตามตำรับยาเพื่อบำบัดโรค บำรุงร่างกาย การรักษาโรคด้วยเทคนิค เป็นการใช้วิธีการต่างๆ ในการรักษาโรค นอกเหนือจากการใช้ยาสมุนไพร อันประกอบด้วย การบริหารร่างกายด้วยการตัดกาย การปล่อยอสุจิเพื่อลดความกระสั่น การนวดรักษาอาการปวดเมื่อย การนึ่งและฝังไฟ เพื่อปรับธาตุทั้ง 4



ในร่างกาย การรักษาโรคด้วยการเจริญพระพุท  
มนต์ นอกจากจะเป็นการรำลึกถึงคุณของ  
พระรัตนตรัยอันเป็นที่พึ่งสูงสุดในชีวิตแล้ว  
ยังเป็นการน้อมนำกำลังแห่งศรัทธาและปัญญา  
มาสู่ชีวิต ดังคำสอนซึ่งปรากฏหลักฐานเกี่ยวกับ

การป้องกันและรักษาโรคในพระไตรปิฎก การรักษา  
โรคด้วยการบำเพ็ญเพียรทางจิต เป็นวิธีการฝึกฝน  
ทางจิต เพื่อการดับทุกข์ นอกจากนี้ยังมีอานิสงส์  
ในการรักษาโรค อันเกิดจากความผิดปกติทางจิต  
เป็นสำคัญ

### References

- Mahachulalongkornrajavidyala. (1957). *Tipitaka Pali Version*. Bangkok : Mahachulalongkorn-  
rajavidyala Press.
- \_\_\_\_\_. (1996). *Tipitaka Thai Version*. Bangkok : Mahachulalongkornrajavidyala Press.
- PhraDhammapidok (P.A. Payutto). (1995). *Dictionary of Buddhism Dhamma*. Bangkok :  
Mahachulalongkornrajavidyala Press.