การแพทย์แนวพุทธ

พระพรหมคุณาภรณ์

(ป. อ. ปยุตฺโต)

~~งานนายการ~~

~~มีนาคม ๒๕๕๗~~

การแพทย์แนวพุทธ

© *พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต)*

ISBN ~~974-506-697-4~~

พิมพ์ครั้งที่ ๑ - ก.พ. ๒๕๓๙ (พิมพ์รวมเล่มใน *การแพทย์ไทย: ทางเลือกในยุคโลกาภิวัตน์*)
- จัดพิมพ์โดย กองทุนวุฒิธรรมเพื่อการศึกษาและปฏิบัติธรรม

พิมพ์ครั้งที่ ๑๐ - ธ.ค. ๒๕๕๗ *(ปรับปรุง)* แด่ **นายแพทย์เกษม อารยางกูร**

พิมพ์ครั้งที่ ๑๑ – ~~ธันวาคม ๒๕๕๗~~

- ~~ในวาระ~~

[ตัวเลข "พิมพ์ครั้งที่ ๑๑" นี้ เป็นอย่างต่ำ โดยนับตามหลักฐานเท่าที่พบ – ยังอยู่ระหว่างรวบรวมข้อมูลเพื่อให้ได้ตัวเลขจริง]

ข้อมูล: ข้อมูลคอมพิวเตอร์ สำหรับการพิมพ์ครั้งแรก พ.ศ. ๒๕๓๙
โดย พระครูปลัดสุวัฒนพรหมคุณ (อินศร จินฺตาปญฺโญ)

แบบปก: พระครูวินัยธร (ชัยยศ พุทฺธิวโร)

พิมพ์เป็นธรรมทาน โดยไม่มีค่าลิขสิทธิ์

ท่านผู้ใดประสงค์จัดพิมพ์ โปรดติดต่อขออนุญาตที่
วัดญาณเวศกวัน ต.บางกระทึก อ.สามพราน จ.นครปฐม ๗๓๒๑๐
http://www.watnyanaves.net

พิมพ์ที่

คำปรารภ

สารบัญ

คำปรารภ *ก*

การแพทย์แนวพุทธ **๑**

หลักการเก่าและแนวโน้มใหม่
ที่นำพระพุทธศาสนาเข้ามาเกี่ยวข้องกับการแพทย์ ๑

๑. การแพทย์เป็นอย่างไร? **๗**

การแพทย์แผนใหม่ ก่อปัญหา หรือถูกกล่าวหา-๑ ๗
ก. เมื่อแพทย์กลายเป็นผู้เชี่ยวชาญ ๗

การแพทย์แผนใหม่ ก่อปัญหา หรือถูกกล่าวหา-๒ ๑๗
ข. ชาวบ้านพึ่งตนไม่ได้ หมอก็ไม่ยอมให้พึ่ง ๑๗

ฐานะของแพทย์ และความรับผิดชอบเชิงจริยธรรม ๒๓

๒. การแพทย์แนวพุทธอยู่ที่ไหน? **๓๔**

ปฏิบัติการเฉพาะที่ แต่ดูให้ดีทั้งระบบ
เยียวยาส่วนที่เจ็บไข้ แต่รักษาให้ครบทั้งคน ๓๔

ความเครียด
ตัวอย่างปัจจัยสัมพันธ์ระหว่างกายกับจิต ๔๒

ความเครียด
ตัวอย่างปัจจัยและผลที่โยงทั่วระบบตลอดกระบวน ๔๙

ศักยภาพของชีวิตในการพัฒนาสู่อิสรภาพ
ถึงกายจะป่วยแต่ใจไม่ป่วย ถึงจะต้องตายก็ตายดีได้ ๕๕

การแพทย์แนวพุทธ*

ขออำนวยพร ท่านประธานที่ประชุม ท่านรองอธิการบดีมหาวิทยาลัยมหิดล และโดยเฉพาะท่านประธาน ผู้จัดประชุมวิชาการพฤติกรรมสุขภาพครั้งนี้

อาตมภาพขออนุโมทนา ในการจัดกิจกรรมอันเป็นกุศล ที่มีความมุ่งหมายเพื่อประโยชน์สุขแก่สังคม โดยเฉพาะในเรื่องเกี่ยวกับสุขภาพ เพื่อให้คนไทยได้มีสุขภาพดี เป็นการมาช่วยกันคิดหาทางแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่มีอยู่ในสังคมไทย และส่งเสริมกิจกรรมต่างๆ ที่ดีงาม เพื่อจุดมุ่งหมายเกี่ยวกับสุขภาพนั้น การประชุมนี้ว่าโดยทั่วไป จึงเป็นที่น่าสนใจ

หลักการเก่าและแนวโน้มใหม่ที่นำพระพุทธศาสนาเข้ามาเกี่ยวข้องกับการแพทย์

เมื่อหันมาดูเฉพาะปาฐกถาครั้งนี้ ซึ่งตั้งหัวข้อไว้ว่า “การแพทย์แนวพุทธ” ท่านที่ได้ยินได้ฟังหัวข้อเรื่องหลายท่านก็คงแปลกใจ และอาจสงสัยตั้งแต่เบื้องแรกทีเดียวว่า พระพุทธศาสนามาเกี่ยวข้องอะไรกับการแพทย์ด้วย พระพุทธเจ้าได้สอนอะไรไว้เกี่ยวกับโรคภัยไข้เจ็บ ว่าโรคอะไรเป็นอย่างไร มีโรคภัยไข้เจ็บกี่ชนิด และจะตรวจวินิจฉัยกันอย่างไร จะให้ยา ฉีดยาอย่างไร

---

* ปาฐกถานำ ในการประชุมวิชาการระดับชาติ เรื่อง **พฤติกรรมสุขภาพ** ครั้งที่ ๑ ณ สถาบันพัฒนาการสาธารณสุขมูลฐานอาเซียน มหาวิทยาลัยมหิดล ๔ เมษายน ๒๕๓๒

ดูเหมือนว่า ถ้าพูดในลักษณะนี้แล้ว จะเป็นไปในทางตรงกันข้าม คือว่า พระพุทธเจ้าได้ทรงบัญญัติวินัยไว้ ห้ามไม่ให้พระภิกษุหาเลี้ยงชีพด้วยเวชกรรม คือไม่ให้พระประกอบอาชีพแพทย์หรือรักษาโรคหาเลี้ยงชีพ

เพราะฉะนั้น ถ้ามองความหมายของการแพทย์อย่างที่ว่าข้างต้น เช่น ให้พระไปตรวจวินิจฉัยโรค และให้ยารักษาโรคอะไรต่างๆ โดยทำกันเป็นการเป็นงาน เป็นอาชีพแล้ว ก็คงไม่เข้าเรื่อง ไม่เห็นจะมีการแพทย์แนวพุทธอย่างที่ว่านั้นเลย

แต่ทีนี้ ถ้ามองในอีกแง่หนึ่ง และมองกว้างออกไป เราจะเห็นว่า การแพทย์นั้นเป็นเรื่องที่เกี่ยวกับการปฏิบัติต่อชีวิตให้เป็นผลดี เกี่ยวข้องกับการเป็นอยู่ดีของมนุษย์และของสังคม เป็นเรื่องเกี่ยวกับหลักการ ซึ่งเราจะต้องดูว่าเป็นความจริงไหม เป็นสิ่งที่ถูกต้องดีงามไหม การปฏิบัติในการแพทย์หรือการรักษาโรคต่างๆ นั้น เป็นไปเพื่อประโยชน์สุขแก่ประชาชน เป็นผลดีแก่ชีวิตจริงหรือไม่ อะไรต่างๆ เหล่านี้

ถ้ามองในแง่นี้ การแพทย์ก็คงจะเกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนา ซึ่งเห็นได้ว่า ทั้งหมดนั้นอยู่ในขอบข่ายของคำว่า “**ธรรม**” และเมื่อพูดถึงเรื่อง “ธรรม” ก็เป็นเรื่องของพระพุทธศาสนาโดยตรงที่จะต้องเข้ามาเกี่ยวข้อง

ถ้าพูดในแง่นี้แล้ว ไม่เฉพาะแต่การแพทย์เท่านั้น วิชาการและกิจกรรมทุกอย่างของมนุษย์ ก็เป็นเรื่องที่พระพุทธศาสนาหรือทางธรรมจะต้องเข้าไปเกี่ยวข้อง และเราก็สามารถแยกความเกี่ยวข้องนั้นออกเป็น ๒ ด้านด้วยกัน

ด้านที่หนึ่ง คือเรื่องเกี่ยวกับหลักการ หรือเนื้อหาสาระของวิชาการและกิจการนั้น ซึ่งจะต้องพิจารณาดูว่า เป็นสิ่งที่สอดคล้องกับความเป็นจริงหรือไม่ ไม่ว่าหลักการหรือวิชาการอะไร ถ้าไม่สอดคล้องกับความเป็นจริง ไม่ตั้งอยู่บนฐานของสัจธรรม ไม่เป็นไปตามกฎธรรมชาติ ก็จะไม่สำเร็จผลจริงจังแน่นอน

อันนี้เราเรียกว่า ความเกี่ยวข้องในแง่**สัจธรรม** เป็นด้านหนึ่งที่เราจะต้องทำให้เป็นไปโดยถูกต้อง

ด้านที่สอง คือการนำมาใช้ปฏิบัติ หรือที่เรียกกันว่าเวชปฏิบัติ การปฏิบัติในทางการแพทย์นั้น ได้ดำเนินไปในทางที่ถูกต้องดีงามไหม กิจการที่ทำกันมานี้เป็นคุณประโยชน์แก่ชีวิต และแก่สังคมจริงหรือเปล่า มีความเป็นธรรมหรือไม่ อะไรต่างๆ เป็นต้น

อันนี้ก็เป็นเรื่องของธรรมในอีกแง่หนึ่ง ซึ่งเรียกว่าเป็นแง่**จริยธรรม**

ตกลงว่า การแพทย์หรือกิจกรรมใดๆ ก็ตามของมนุษย์ ย่อมเกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนาใน ๒ ด้าน คือ ด้านสัจธรรม และด้านจริยธรรม เพราะฉะนั้น ถ้าจะพูดถึงการแพทย์แนวพุทธ เราก็คงจะพูดในแง่ที่กล่าวมานี้ คือในแง่ของสัจธรรม และในแง่ของจริยธรรม นี้เป็นข้อสังเกตที่หนึ่ง

อีกประการหนึ่ง มองกว้างออกไปอีก การที่มาตั้งชื่อหัวข้อนี้ขึ้น หรือการที่ได้เกิดมีหัวข้อปาฐกถาว่า “**การแพทย์แนวพุทธ**” ขึ้นนี้ อาตมภาพเข้าใจว่า เป็นเพียงตัวอย่างที่ชี้บ่งถึงว่า เรากำลังพยายามแสวงหาแนวทางใหม่ หรือมีความพยายามปรับเปลี่ยนแนวความคิดทางการแพทย์กันใหม่

อีกนัยหนึ่งก็คือ การตั้งหัวข้อปาฐกถานี้ขึ้นมา เป็นตัวอย่างที่สะท้อนถึงสภาวการณ์ปัจจุบัน เกี่ยวกับกิจการแพทย์ หรือวงการแพทย์ เช่น สะท้อนให้เห็นว่า ขณะนี้ได้มีความไม่ค่อยพึงพอใจเกี่ยวกับกิจการแพทย์ที่เป็นอยู่ หรือได้มีการวิพากษ์วิจารณ์การแพทย์ที่เป็นมา ว่ามีปัญหา มีความบกพร่อง ไม่ได้ผลดีเท่าที่ควรจะต้องมีการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงกันใหม่ มีความตื่นตัวใหม่ จึงได้แสวงหาทางว่าจะปรับปรุงหรือปรับเปลี่ยนแนวทางใหม่กันอย่างไร

ในการตั้งหัวข้อนี้ ถ้ามองในแง่ที่ว่ามาแล้ว ก็ไม่จำเป็นจะต้องมาคิดว่า การแพทย์แนวพุทธจะเป็นอย่างไร คือ เพียงแต่มองให้กว้างๆ ว่า นี่เป็นตัวอย่างของการที่เรามาคิดหาทางใหม่กันเท่านั้นเอง

อนึ่ง การมองอย่างนี้ มิใช่เป็นเรื่องเฉพาะสำหรับวงการแพทย์เท่านั้น แต่เป็นการมองโดยสัมพันธ์กับสภาวการณ์ที่กำลังเกิดขึ้นในวงการทุกอย่างทั่วโลก จะเรียกว่าในอารยธรรมของมนุษยชาติก็ว่าได้ คือ ตอนนี้โลกกำลังมีการตื่นตัวครั้งใหญ่ เป็นการตื่นตัวของยุคสมัย

ดังที่ปรากฏว่า มนุษย์ในสังคมที่เรียกกันว่าเจริญมากหรือพัฒนาอย่างสูงแล้ว กลับหันมาคิดในทางที่จะปรับเปลี่ยนสิ่งที่เรียกว่าชีวทัศน์ และโลกทัศน์เสียใหม่ เพราะได้เห็นว่า การมองโลกและแนวความคิดเกี่ยวกับสิ่งต่างๆ เท่าที่เป็นมานี้ ชักจะติดตัน มีปัญหา และแนวความคิดที่กำลังหันเหกันใหม่นี้ เป็นสิ่งที่จะต้องกระทบต่อวงการกิจการทุกอย่างของมนุษย์ จะทำให้กิจการและวงการ ตลอดจนวิชาการทุกอย่างต้องมีการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงกันใหม่

ในช่วงเวลาใกล้ๆ นี้ ได้มีการพูดถึงการสิ้นสุดของยุคอุตสาหกรรม มีการพูดกันถึงว่า เรากำลังก้าวเข้าสู่ยุคข่าวสารข้อมูล หรือ Information Age มีแนวความคิดบางอย่างเฟื่องฟูขึ้นมา โดยเฉพาะความคิดที่เรียกว่า holistic view คือ ***แนวคิดแบบองค์รวม***

ประเทศที่พัฒนาแล้วกำลังตื่นตัวกับปัญหาใหม่ๆ เกี่ยวกับสังคมและสภาพแวดล้อม โดยเฉพาะที่เราได้ยินได้ฟังกันมากก็คือเรื่องเกี่ยวกับระบบนิเวศ

ปัญหาต่อระบบนิเวศนี้กำลังเป็นเรื่องใหญ่ ที่กระทบต่อชีวิตมนุษย์ทุกด้าน เรียกได้ว่ากระทบต่ออารย-ธรรมของมนุษย์และความดำรงอยู่ของมนุษย์ทั้งหมด ถึงขั้นที่สงสัยและหวาดหวั่นกันว่ามนุษยชาตินี้จะเจริญก้าวหน้าต่อไปได้จริงหรือเปล่า หรือว่าจะมาถึงความพินาศสิ้นสุดเสียในไม่ช้า

มีการพูดกันมากมายถึงเรื่องฝนน้ำกรด เรื่อง greenhouse effect เรื่องการที่ชั้นโอโซนในบรรยากาศเกิดช่องโหว่ขยายกว้างขึ้นๆ ฯลฯ โดยที่ปัญหาเหล่านี้ทั้งหมดล้วนเกิดจากปฏิบัติการของมนุษย์ในด้านต่างๆ ที่เรียกกันว่าเป็นความเจริญก้าวหน้า

กลายเป็นว่า การพัฒนาในทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีนี่แหละ ที่เป็นปัญหา และทำให้เกิดปัญหา จนกระทั่งกลายเป็นความสับสนระส่ำระสาย

บางคนถึงกับพูดว่า เป็นความอับจน หรือติดตันในวงวิชาการที่ไม่สามารถจะแก้ปัญหาต่างๆ ของมนุษย์ ทำให้คนต้องค้นคิดหาทางออกกันว่าจะแก้ไขปัญหานี้อย่างไร การคิดหาแนวทางใหม่ก็จึงได้เริ่มขึ้นมา

มนุษย์จะมีการปรับเปลี่ยนครั้งใหญ่ ซึ่งไม่ใช่ปรับเปลี่ยนเฉพาะพฤติกรรมเท่านั้น แต่เปลี่ยนถึงรากฐาน เริ่มต้นจากความคิดของคนทีเดียว หมายความว่าตั้งต้นที่จุดกำเนิดของพฤติกรรม ได้แก่ แนวความคิดของมนุษย์

แนวคิดที่เรียกว่า holistic view หรือ holism กำลังเฟื่องฟูขึ้นอย่างใน encyclopedia สำคัญบางชุด (หมายถึง *Britannica*) ลองไปเปิดดูฉบับพิมพ์ก่อนปี ๑๙๘๐ ไม่มีคำว่า holistic medicine แต่ encyclopedia ชุดเดียวกันนั้น edition ใหม่หลังปี ๑๙๘๐ บรรจุคำว่า holistic medicine เข้าไปแล้ว

หันไปดูด้านพจนานุกรมบ้าง dictionary ขนาดใหญ่เล่มหนึ่งดูจะเป็น *Webster's Third New International Dictionary* ฉบับพิมพ์ครั้งใหม่ ในภาคเพิ่มเติม หรือ Addenda Section ก็มีนัยหรือ sense ใหม่ของคำว่า holistic medicine เติมเข้าไปด้วย

อันนี้ก็เป็นความตื่นตัว ความก้าวหน้า หรืออย่างน้อยก็เป็นความเคลื่อนไหวใหม่ๆ ที่ควรแก่ความสนใจ เป็นเรื่องของแนวความคิดที่กระทบวงวิชาการทุกอย่าง ไม่เฉพาะวงการแพทย์เท่านั้น เพราะฉะนั้น คนที่ฉลาดต้องการตามให้ทันเหตุการณ์ ก็จะต้องตามความเคลื่อนไหวใหม่ๆ เหล่านี้ให้ทันด้วย

วงการแพทย์ของเราก็ไม่สามารถหลีกเลี่ยงผลกระทบอย่างนี้ไปได้ จึงควรจะต้องเข้าไปเกี่ยวข้องและนำเรื่องนี้เข้ามาพิจารณา

รวมความว่า การแพทย์แนวพุทธที่ตั้งเป็นหัวข้อขึ้นมานั้น เป็นตัวอย่างที่สะท้อนถึงสภาวการณ์ที่กล่าวมานี้ ซึ่งแสดงถึงการดิ้นรนหาทางออก หรือการพยายามหาทางเลือกใหม่ หรืออย่างน้อยก็เป็นการที่จะปรับตัวให้ดีขึ้นในวงการของการแพทย์

- ๑ -

การแพทย์เป็นอย่างไร?

การแพทย์แผนใหม่ ก่อปัญหา หรือถูกกล่าวหา-๑

ก. เมื่อแพทย์กลายเป็นผู้เชี่ยวชาญ

มีข้อสังเกตว่า เรื่องนี้จะเป็นปัญหาพิเศษสำหรับสังคมไทย เพราะว่าในขณะที่เราเองก็มีปัญหาเฉพาะตัวอยู่แล้ว มาตอนนี้วงการแพทย์ทั่วโลก ก็เกิดมีปัญหาขึ้นมาอีก เท่ากับว่า วงการแพทย์ไทยนี่มีปัญหาซ้อนสองชั้น ทั้งปัญหาของตัวเอง และปัญหาจากวงการสากลหรือแพทย์ทั่วโลก

เมื่อพูดมาถึงตรงนี้ ก็เป็นที่น่าสงสัยว่า ในวงการแพทย์มีปัญหาอะไรกันบ้าง จะพูดแคบเข้ามาโดยจำกัดเฉพาะวงการของแพทย์โดยตรง

เรื่องที่เป็นปัญหานี้ แม้แต่ในวงการแพทย์เอง ก็ไม่แน่ว่าจะยอมรับกันทั่วไปหรือไม่ บางท่านอาจจะไม่ยอมรับว่าเป็นปัญหา แต่แพทย์เองไม่น้อยทีเดียว ก็บอกว่าเป็นปัญหาเกิดขึ้นแล้ว และคนนอกวงการแพทย์ก็เอาไปวิพากษ์วิจารณ์กัน

ถ้าไม่ยอมรับว่าเป็นปัญหา ก็อาจจะถือว่าเป็นการกล่าวหาก็ได้ ก็สุดแต่จะว่า ถ้าไม่ยอมรับก็เอาเป็นว่า ต่อไปนี้เป็น “**คำกล่าวหา**”

อย่างไรก็ตาม ก่อนจะพูดอะไรต่อไป ก็ขอออกตัวไว้ก่อนว่า ผู้พูดนี้ไม่ได้มีความรู้ความชำนาญในเรื่องของแพทย์ และวิชาการแพทย์แต่อย่างใด เมื่อได้รับนิมนต์มาพูดเกี่ยวกับเรื่องนี้ ก็เป็นการพูดอย่างคนนอกที่มองเข้ามา

สาระสำคัญนั้นอยู่ที่ความสัมพันธ์ระหว่างการแพทย์กับประโยชน์สุขที่จะเกิดขึ้นแก่ประชาชน ว่าสัมฤทธิ์ผลเพียงใด และควรจะเป็นอย่างไร เป็นการพูดอย่างกว้างๆ โดยโยงออกไปหาแนวความคิดพื้นฐานหรือหลักความจริงทั่วไป

ดังนั้น ถ้าส่วนใดพูดล้ำเข้าไปในแดนแห่งความรู้และกิจการเฉพาะของแพทย์ ก็อาจจะเกิดการพูดอย่างที่เรียกว่าผิดๆ ถูกๆ ขึ้นมาก็ได้ ซึ่งก็จะต้องขออภัยไว้ก่อน เมื่อออกตัวอย่างนี้แล้ว ก็มาดูปัญหา หรือคำกล่าวหา ที่บอกว่าจะพูดนั้นต่อไป

เรื่องที่หนึ่งคือ ตัวแพทย์เองนี่ ในการแพทย์แบบสมัยใหม่ หรือแบบปัจจุบัน อย่างที่เรากำลังมีเวชปฏิบัติกันอยู่นี้ ได้จำกัดตัวเองแคบลงไป ทั้งในแนวความคิด และบทบาท

จากเดิมที่ว่า ความหมายของ “แพทย์” คือ ผู้รักษาคนเจ็บไข้ แพทย์ได้จำกัดบทบาทและการปฏิบัติของตัวเองลงไป จนกระทั่งกลายมาเป็นผู้รักษาร่างกายของคนเจ็บไข้ คือไม่ได้รักษาคนที่เจ็บไข้แล้ว แต่เป็นเพียงผู้รักษาร่างกายที่เจ็บไข้

แล้วต่อมาก็แคบลงไปอีก เจาะจำเพาะลงไป กลายเป็นผู้รักษาอวัยวะที่เจ็บไข้ หรือชิ้นส่วนของร่างกายที่เจ็บไข้ เป็นเฉพาะๆ ชิ้นส่วนนั้นๆ

ยุคที่เจริญก้าวหน้า โดยเฉพาะยุคอุตสาหกรรมที่เป็นมานี้ เป็นยุคของ specialization คือยุคของความชำนาญพิเศษเฉพาะ

การแพทย์ ซึ่งอยู่ในยุคสมัยเช่นนี้ ก็มีความโน้มเอียงในทางเดียวกันนี้ด้วย คือการที่จะเป็นผู้มีความชำนาญพิเศษเฉพาะด้าน นอกจากจะเป็นผู้ชำนาญพิเศษในเรื่องการรักษาโรคแล้ว แม้แต่ในการรักษาโรคนั้นเอง ก็จะเจาะลงไปเฉพาะอย่าง แคบลงไปๆ จนกระทั่งรักษาเฉพาะชิ้นส่วนคืออวัยวะชิ้นนั้นชิ้นนี้ แม้แต่ในอวัยวะชิ้นเดียวกัน เดี๋ยวนี้ก็เริ่มจะแบ่งและแยกกันว่าใครจะรักษาด้านโน้นด้านนี้ หรือแง่นั้นแง่นี้ของอวัยวะชิ้นนั้น

การปฏิบัติอย่างนี้ ในแง่หนึ่งก็ทำให้แพทย์เก่งจริงๆ ในเรื่องนั้นและการรักษาเฉพาะส่วนนั้นโดยมากก็จะได้ผลเป็นพิเศษ แต่ในเวลาเดียวกันก็ทำให้เกิดความแคบ กลายเป็นการแยกชีวิตเป็นเสี่ยงๆ

เมื่อพูดว่าแพทย์รักษาแต่ร่างกาย บางคนก็ค้านว่าไม่เฉพาะร่างกาย เดี๋ยวนี้เรามีจิตแพทย์ ซึ่งรักษาโรคใจ แพทย์จึงไม่ใช่รักษาเฉพาะโรคกายเท่านั้น แต่รักษาโรคใจด้วย

แต่ก็แย้งได้อีกว่า แพทย์ที่รักษาโรคใจหรือจิตแพทย์ก็ชำนาญพิเศษเฉพาะด้านใจ ทั้งแพทย์กายและแพทย์ใจก็ต่างคนต่างอยู่ ต่างคนต่างทำ ไม่ประสานสัมพันธ์กัน เพราะฉะนั้นก็ไม่ได้รักษาคนทั้งคนอยู่ดี

เนื่องจากไม่มีการบรรจบประสาน แพทย์จึงไปเกี่ยวข้องกับจุดเดียวในระบบชีวิต คือ ในชีวิตทั้งหมดทั้งกายและใจ ที่มีความสัมพันธ์กันอยู่เป็นอันเดียวนี้ แพทย์จะเจาะจงรักษาเฉพาะอย่างๆ แคบลงไปๆ ว่ารักษาอวัยวะส่วนนั้นส่วนนี้ ไม่รักษาคนแต่กลายเป็นรักษาเฉพาะอวัยวะนั้นๆ

บางทีไม่เรียกว่ารักษาอวัยวะหรือร่างกายด้วยซ้ำ เขาเรียกว่า “รักษาโรค” คือ หมอไม่ได้รักษาคน ได้แต่รักษาโรค พูดอีกอย่างหนึ่งว่า *เอาแต่แก้ไข้ ไม่ได้รักษาคน*

ที่ว่ารักษาโรค ก็หมายความว่า ตัวจุดเน้นหรือเป้าหมายที่แพทย์พิจารณาใส่ใจนั้นไม่ใช่ตัวคนไข้หรือชีวิตของคนไข้ คือ แพทย์จะไม่ค่อยคำนึงถึงเรื่องชีวิตคนเท่าไรนัก แต่มุ่งคำนึงถึงการกำจัดโรค คิดแต่ว่าจะกำจัดโรคได้อย่างไร ต้องแก้ไขโรค ชีวิตของคนจะเป็นอย่างไร ก็ไม่ค่อยจะเกี่ยวข้อง

ชีวิตคนในที่นี้ หมายถึงความเป็นคนที่มีความรู้สึกนึกคิดว่าจิตใจเขาจะเป็นอย่างไร เขาจะรู้สึกอย่างไร อันนี้แพทย์ไม่ค่อยคำนึงถึง คำนึงถึงแต่ตัวโรคที่ตนมุ่งหน้าจะกำจัด ตามที่ตนมีความชำนาญเท่านั้น เพราะฉะนั้นก็จะเกิดสภาวะที่ว่า

ประการที่หนึ่ง แพทย์จะมอง จะสนใจเกี่ยวข้องเฉพาะเรื่องที่ตนชำนาญอย่างเดียว เฉพาะโรคนั้นๆ เฉพาะอวัยวะส่วนนั้นๆ

ประการที่สอง เวลาค้นหาสาเหตุ ก็ไม่สืบสาวโยงไปถึงปัจจัยด้านอื่นที่เกี่ยวข้อง จะเอาเฉพาะต้นเหตุของโรคในด้านกายภาพ เช่นตัวเชื้อโรค หรือความวิปริตของอวัยวะนั้น แต่องค์ประกอบด้านอื่นที่เกี่ยวข้องกับชีวิตซึ่งโยงเข้ามาถึงกัน ได้แก่สภาพแวดล้อมหรือสังคมของมนุษย์ด้วยกันที่เข้าไปสัมพันธ์อิงอาศัยกันอยู่นั้น แพทย์จะไม่ค่อยพิจารณาเกี่ยวข้องด้วย จึงเป็นปัญหาที่ทำให้แพทย์รักษาคนไม่ตลอดกระบวนการ ไปรักษาเฉพาะจุดเฉพาะตอน

อีกประการหนึ่ง สิ่งที่จะเป็นปัญหามากขึ้นในยุคปัจจุบัน ก็คือการรักษาพยาบาลกลายเป็นกระบวนการที่ซับซ้อน เกินวิสัยของบุคคล แล้วโอกาสที่จะสับสนวุ่นวายก็มีมากขึ้น

พร้อมกับการเพิ่มภาระทางเศรษฐกิจที่จะต้องใช้จ่ายสิ้นเปลืองมากมาย เนื่องจากคนไข้คนเดียว แต่ต้องแบ่งแยกกันไปรักษาเฉพาะแต่ละอย่างๆ

ในความเป็นจริงนั้น พอเป็นโรคหนึ่งแล้ว บางทีก็โยงไปหลายโรคหลายอวัยวะ เช่น เป็นโรคนี้ที่อวัยวะส่วนนี้ แล้วเกิดโรคโน้นแทรกซ้อนขึ้นที่อวัยวะโน้น

บางทีรักษาโรคติดเชื้อที่หัวเข่า เกิดโรคปอดบวมแทรกซ้อนขึ้นมา และระหว่างรักษาอยู่นั้น ยาที่หมอให้ทำให้เกิดอาการเลือดออกในกระเพาะอาหาร ยังแก้ไขปัญหากันไม่ตก ไตเกิดจะวายขึ้นมาอีก แพทย์ที่ชำนาญต่างโรคต่างอวัยวะกัน พบโรคแทรกซ้อนนั้น บางทีก็ไม่ยอมรักษาหรือเกรงใจกันไม่กล้ารักษา หรือไม่สามารถรักษา เสร็จแล้วก็ต้องหาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญมาหลายคน สำหรับโรคแต่ละโรค และอวัยวะแต่ละอวัยวะที่จะต้องแก้ไข

ต่อไป ชีวิตของคนเรานี้ก็จะเป็นเหมือนกับเครื่องยนต์ชนิดหนึ่ง ซึ่งมีชิ้นส่วนอยู่มากมาย แล้วก็มีผู้เชี่ยวชาญมาแก้ไขเฉพาะจุดของตนเองที่ตนชำนาญพิเศษ แล้วไม่มองคนเป็นคน

ยิ่งแยกออกไปรักษาโดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญหลายคน ความสัมพันธ์ด้วยความรู้สึกแบบคนกับคน หรือชีวิตต่อชีวิตก็ยิ่งน้อยลง ถ้าแพทย์แต่ละส่วนนั้นไม่มีน้ำใจ ไม่เอาใจใส่ ไม่ตั้งใจทำหน้าที่อย่างจริงจัง ประสิทธิภาพในการรักษาก็ยิ่งลดลง บางทีความเชี่ยวชาญที่มีอยู่ ก็ไม่ได้ใช้จริงจัง

ยิ่งกว่านั้น ถ้าระบบการประสานงานระหว่างหน่วยไม่เป็นไปด้วยดี การรักษาก็ไม่ประสานกัน ไม่ช่วยเสริมกัน และไม่ฉับไวทันการ เสร็จแล้วผู้ที่รับเคราะห์ก็คือคนไข้นั่นเอง อย่างนี้ก็เป็นปัญหาหนึ่ง

นอกจากแพทย์จะเชี่ยวชาญเฉพาะเรื่อง มองแต่โรคและอวัยวะส่วนที่จะรักษา แยกตัวออกไปจากชีวิตของคนแล้ว อีกอย่างหนึ่งก็คือ ในเมื่อการศึกษาแพทย์ และระบบการเรียนแพทย์ที่เป็นอยู่ในเมืองไทยเรา เป็นระบบที่มาจากวัฒนธรรมอื่น บรรยากาศของการศึกษาวิชาแพทย์ การใช้คำศัพท์ต่างๆ วิธีปฏิบัติ ความรู้สึกนึกคิดทั่วไป ก็เป็นเรื่องที่ไม่เข้ากับวัฒนธรรมที่แวดล้อมตนเองอยู่

เมื่อไม่เข้ากับวัฒนธรรม ก็เกิดมีการแยกตัว ทำให้มีความรู้สึกเหมือนกับว่า แพทย์นี่เป็นคนกลุ่มหนึ่งต่างหากจากคนทั่วไปในสังคม ในเมื่อไม่เกี่ยวข้องสอดคล้องกับชีวิตคนไทยทั่วไป ไม่เกี่ยวข้อง ไม่กลมกลืนกับวัฒนธรรมที่แวดล้อม ก็ทำให้การรักษาหรือเวชปฏิบัติอยู่ในขอบเขตที่จำกัด เมื่ออยู่ในขอบเขตที่จำกัด ก็ทำให้ประสิทธิภาพลดด้อยลงไปด้วย

ประสิทธิภาพในการรักษาเฉพาะราย เฉพาะโรค อาจจะดีขึ้น อาจจะเห็นผลถึงกับว่าน่าอัศจรรย์ แต่เมื่อมองโดยรวม การบริหารสุขภาพของคนทั่วสังคมนี้ จะต้องเกี่ยวข้องกับเรื่องของวัฒนธรรมด้วย

ถ้าเราแยกตัวออกไปโดยที่การแพทย์อยู่ในวัฒนธรรมอีกอย่างหนึ่ง เหมือนแยกตัวอยู่ต่างหากภายในสังคมไทย ความขัดแย้งบางอย่าง ความเข้าไม่ถึงกัน ความไม่ซึมซาบตลอดทั่วก็จะต้องมี การบริหารสุขภาพของคนไทยโดยรวม ก็เลยจะไม่ค่อยได้ผลดีเท่าไรนัก

บางทีเราไปมองและผูกใจอยู่ในแง่ที่ว่าการแพทย์ของเรามีความเจริญก้าวหน้ามาก และการรักษาโรคบางอย่างมีประสิทธิภาพสูงยิ่ง ได้ผลชะงัดมาก แต่พอมองกว้างออกไปแล้ว รู้สึกว่าการบริหารสุขภาพโดยรวมของคนไทยยังมีปัญหา และมีความติดขัด ความไม่โล่งโปร่งบนหนทางที่รออยู่ข้างหน้าเป็นอันมาก

ที่ว่ามานี้ก็เป็นเรื่องของยุคแห่งความชำนาญพิเศษ ซึ่งเป็นความเจริญที่สืบเนื่องต่อมาในยุคอุตสาหกรรม แต่พวกนักรู้เขาบอกว่า ต่อไปนี้เรากำลังสิ้นสุดยุคอุตสาหกรรมแล้ว โดยเฉพาะในประเทศที่พัฒนาแล้ว แม้แต่ในประเทศที่เจริญมากเหล่านั้น ก็รู้ตระหนักกันแล้วว่าแนวความคิดแบบนี้ไม่ได้ผลดีเพียงพอ จึงได้คิดหาทางออกกัน และจึงได้มีแนวความคิดใหม่ๆ เช่นที่เรียกว่าแนวความคิดแบบ holistic หรือแนวคิดแบบ “องค์รวม” นี้เกิดขึ้นและให้ใช้วิธีปฏิบัติแบบที่เรียกกันว่า บูรณาการ หรือ integration

ความจริงนั้น การศึกษาแบบแยกส่วนให้ชำนาญเฉพาะด้านเฉพาะเรื่องนั้น ก็เป็นเรื่องที่มีคุณประโยชน์มาก พอพบแง่ไม่ดี หรือความไม่สมบูรณ์ ก็ไม่ควรถึงกับจะไปดูถูก คือควรจะเตือนสติกันไว้

คนเรานี้มีความโน้มเอียงในทางสุดโต่ง พอเจริญไปข้างหนึ่ง ก็ไปเสียเต็มที่ ไปทาง ***แยกส่วนชำนาญพิเศษ*** ก็ไปเสียจนเต็มที่ เห็นไปแต่ว่าต้องอย่างนี้ ทำแต่ทางนี้ แล้วจะสำเร็จหมด การเชื่อมการโยงกับส่วนอื่นก็ไม่เอาเลย

ทีนี้ พอมาถึงอีกจุดหนึ่ง เห็นว่าการแยกส่วนเป็นเฉพาะด้านนี่มีปัญหา บางคนก็ทำท่าว่าไม่เอาแล้ว วิธีนี้ไม่ได้ผล จะต้องเป็นการรักษาแบบ ***องค์รวม*** หันไปหาวิชาแพทย์แผนโบราณ บอกว่าต้องแผนเก่าจึงจะถูกต้อง

มีตำราบางเล่ม พูดถึงการรักษาของแพทย์สมัยโบราณในวัฒนธรรมของจีนบ้าง ในวัฒนธรรมของอินเดียนแดงเป็นต้นบ้าง ว่าเป็น holistic คือเป็นการรักษาแบบองค์รวม ที่มองดูและเกี่ยวข้องกับชีวิตทั้งหมด

แต่ความจริง การรักษาแบบองค์รวมในสมัยโบราณนั้น ก็มีจุดอ่อน มีความบกพร่องเยอะแยะไป บางทีก็เป็นองค์รวมแบบพร่าๆ คลุมเครือ คือมองทุกด้านจริง แต่ว่าแต่ละด้านก็ไม่ชัดสักอย่าง บางทีก็มองคลุมไปเลย หรือไม่ก็มีความเชื่อถือที่ไม่เข้าเรื่องปนอยู่ ซึ่งอาจจะให้กลมกลืนกับยุคสมัยนั้นๆ แต่คงใช้ไม่ได้กับปัจจุบัน เพราะฉะนั้น มันก็มีข้อบกพร่องเหมือนกัน

ว่าที่จริง เราควรถือเอาประโยชน์จากความเจริญก้าวหน้ามาใช้ด้วย เพราะความเจริญก้าวหน้าแบบปัจจุบันที่หนักไปทางแยกส่วนเป็นเฉพาะด้านนี้ ก็มีผลดีในทางที่ทำให้เกิดความชัดเจน มองเห็นอะไรต่ออะไรเจาะลึกลงไป ละเอียดลงไป

แต่ข้อบกพร่องของมันก็คือ การลืมตัว พอไปเจาะลึกแต่ละอย่างจนชำนาญพิเศษในด้านของตนแล้ว ก็เลยตัดขาดแยกตัวจากส่วนอื่นๆ ไม่มาเชื่อมโยงประสานกัน

ถ้าว่าถึงการแยกส่วน ก็เข้ากับหลักพระพุทธศาสนาเหมือนกัน พระพุทธศาสนาก็สอนให้เป็นนัก***วิเคราะห์*** เป็นศาสนาที่เน้นการแยกแยะ แต่พร้อมกันนั้นก็มีอีกด้านหนึ่ง คือว่า นอกจากมีการแยกแยะหรือวิเคราะห์แล้ว ก็มีด้านที่เรียกว่า ***สงเคราะห์*** คือการรวมหรือการโยงเข้ามาหากันด้วย เพราะจุดมุ่งหมายเดิมที่เราแยกนั้น ก็เพื่อให้เห็นชัดเจน แล้วจะได้โยงกับจุดอื่นด้านอื่นได้สะดวก

เพราะฉะนั้น การแยกที่จะเกิดผลดี ก็คือ **การแยก**เพื่อให้**การโยง**นั้นชัดเจนได้ผลดียิ่งขึ้น เพราะฉะนั้น แยกแล้วต้องโยง

พวกเก่านั้นได้แต่โยง โดยไม่แยก ส่วนพวกใหม่ก็แยก โดยไม่โยง

ด้วยเหตุนั้น จึงอย่าดูถูกกันเลย ควรถือเอาประโยชน์จากทั้งสองอย่าง รวมความว่า ตามหลักพระพุทธศาสนา ***แยกแล้วต้องโยง***

ทัศนะแบบชำนาญพิเศษ หรือแยกส่วนนี้ เป็นทัศนะที่มองชีวิตเป็นเครื่องจักรเครื่องยนต์ ซึ่งไปไกลจนกระทั่งว่าแพทย์มีความชำนาญในการรักษาอวัยวะแต่ละอย่าง เหมือนดังแก้ไขชิ้นส่วนของเครื่องยนต์แต่ละชิ้น จนชักจะลืมความเป็นคนไปทุกที ในการทำเวช-ปฏิบัติ จึงไม่ค่อยเอาใจใส่ต่อชีวิต มุ่งเอาแต่จะบำบัดโรคอย่างที่กล่าวมาแล้ว

อันนี้เป็นปัญหาเกี่ยวกับแนวความคิดเลยทีเดียว เป็นปัญหาที่อาจารย์หมอประเวศได้กล่าวไว้ข้างต้น คือว่า ปัจจุบันนี้ ปัญหาสำคัญทางการแพทย์ ที่ถึงขั้นรากฐาน ก็คือปัญหาเกี่ยวกับแนวความคิด จากแนวความคิดที่ผิดพลาดก็จะนำไปสู่การปฏิบัติที่ผิดพลาด

เพราะฉะนั้น เราจะต้องเข้าถึงปัญหาพื้นฐาน คือ ปัญหาเกี่ยวกับแนวความคิด ซึ่งวันนี้อาตมภาพจะไม่พูดมาก อาจารย์หมอประเวศก็ได้พูดแล้วข้างต้น แต่ให้รู้ว่าอันนี้เป็นปัญหาด้านหนึ่งของการแพทย์

ในยุคสมัยที่เป็นมาถึงบัดนี้ ที่เรียกว่าเป็นยุคของความเจริญแบบอุตสาหกรรมนั้น ผู้เชี่ยวชาญหรือผู้ชำนาญพิเศษเฉพาะด้านเป็นผู้มีบทบาทสำคัญที่สุดในการสร้างสรรค์ความเจริญแบบนั้น และเป็นผู้ที่แก้ไขปัญหา ทำงานได้ผลสำเร็จดีที่สุด จึงเป็นผู้ที่ได้รับความเชื่อถือนิยมยกย่องอย่างสูงเป็นพิเศษ มีฐานะสูงเด่นเป็นผู้นำแห่งยุคสมัย

แต่ในระยะที่สังคมกำลังเปลี่ยนไป และความตระหนักรู้ใหม่ๆ เกิดขึ้นนี้ ก็มีความเป็นไปได้เกิดขึ้นใหม่ ที่น่าพิจารณา กล่าวคือ ในเมื่อความบกพร่องของระบบวิธีแบบชำนาญพิเศษเฉพาะด้าน หรือการปฏิบัติแบบแยกส่วนนี้ปรากฏขึ้นแล้ว ความต้องการความสมบูรณ์ ก็จะเรียกร้องให้มีการเปลี่ยนแปลงแก้ไขปรับปรุง

ประจวบกับแนวทางความเจริญแบบใหม่ของยุคสมัย ที่เรียกว่ายุคข่าวสารข้อมูลก็มาถึง ซึ่งทำให้มีการเน้นในการประสานความรู้ตามแนวความคิดแบบองค์รวม

พร้อมกันนั้น ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี ก็ทำให้มีเครื่องอุปกรณ์ที่ตรวจค้นให้ข้อมูลที่จำเพาะชัดเจน และทำการรักษาได้แม่นยำแน่นอน ซึ่งทำให้ความสามารถและความสำคัญของแพทย์ย้ายมาอยู่ที่ความชำนาญในการใช้เทคโนโลยีเหล่านั้นเสียหลายส่วน

ในสภาพเช่นนั้น ถ้าแพทย์ยังเพลินอยู่กับระบบความชำนาญพิเศษ ไม่ขยับตัว ก็อาจจะเกิดมีบุคคลทำงานประเภทใหม่ขึ้นมาทำหน้าที่เชื่อมโยงประสานข้อมูล และประสานปฏิบัติการในการแก้ปัญหาโดยสอดคล้องกับข้อมูลนั้น และบุคคลประเภทนี้จะกลายเป็นบุคคลสำคัญมีฐานะเด่นของยุคสมัย โดยที่ผู้เชี่ยวชาญชำนาญพิเศษทั้งหลายอาจจะกลายไปเป็นเพียงผู้รับสนองงานของนักประสานข้อมูล และนักประสานปฏิบัติการบนฐานแห่งข้อมูลนั้นไปก็ได้

การแพทย์แผนใหม่ ก่อปัญหา หรือถูกกล่าวหา-๒

ข. ชาวบ้านพึ่งตนไม่ได้ หมอก็ไม่ยอมให้พึ่ง

ปัญหาอีกด้านหนึ่งของการแพทย์ก็คือ การมีแนวโน้มที่จะทำให้คนพึ่งตนเองไม่ได้

ตามหลักของชีวิตที่ควรจะเป็นนั้น ชีวิตทั้งหลายควรจะมีความสามารถในการพึ่งตนเอง และได้รับการพัฒนาให้พึ่งตนเองได้มากยิ่งขึ้นๆ แม้จะมีองค์ประกอบอื่นภายนอกมาช่วย ก็ช่วยเหลือเพื่อให้เขาสามารถพึ่งตนเอง

แต่การแพทย์แผนปัจจุบันที่เป็นมานี้ มีแนวโน้มไปในทางที่ทำให้คนยิ่งพึ่งตัวเองไม่ได้มากยิ่งขึ้นๆ ต้องพึ่งคนอื่นมากขึ้น พึ่งปัจจัยภายนอกยิ่งขึ้น เริ่มตั้งแต่พอเกิดความเจ็บไข้ขึ้นมา ก็รู้สึกว่าเป็นเรื่องของหมอ ตัวเราไม่เกี่ยว

สมัยหนึ่งถึงกับมีการห้ามไว้ว่า ถ้ามีการเจ็บไข้ขึ้นมา อย่าดูแลรักษาตนเอง จะต้องรีบไปปรึกษาหมอก่อน

อันนี้ที่จริงก็เป็นเรื่องของความหวังดี เพราะถ้ารักษาตัวเองไม่เป็น รักษาผิดๆ ถูกๆ ก็จะทำให้เกิดปัญหา อาจจะทำให้โรคกำเริบหรือเป็นโรคร้ายแรงยิ่งขึ้น เฉพาะอย่างยิ่ง มักหมายถึงการไปซื้อหายาสมัยใหม่มารักษาตัวเอง ซึ่งมักไปซื้อที่ร้านขายยาโดยให้คนขายยาแนะนำหรือบอกยาที่จะซื้อมาใช้ อย่างที่เรียกกันว่าไปหาหมอตี๋

ในกรณีอย่างนี้ ที่ว่ารักษาตัวเองนั้น ไม่ใช่การรู้จักพึ่งตนเองเลย แต่เป็นการไปพึ่งหมอตี๋ และพึ่งยาฝรั่งโดยไม่มีความรู้ และไม่ได้ศึกษา ซึ่งร้ายยิ่งกว่าการพึ่งหมอที่ถูกต้องตามแบบแผนด้วยซ้ำ

รวมแล้วก็เป็นเพียงปัญหาของการพึ่งผู้อื่นด้วยกันทั้งสองอย่าง ซึ่งต่างกันในแง่ว่าพึ่งผู้อื่นอย่างไหนจะร้ายกว่ากัน ไม่ใช่เรื่องของการพึ่งตนเอง หรือรู้จักรักษาตัวเองเลย และย่อมเห็นได้ชัดเจนอย่างน้อยตามที่ควรจะเป็นว่า ***พึ่งหมอหลวง ดีกว่าพึ่งหมอตี๋***

สาระสำคัญของการปฏิบัติอย่างนี้ที่เรียกว่าเป็นการพึ่งพาผู้อื่น ก็คือ มันทำให้คนพึ่งตัวเองไม่ได้ ไม่รู้จักคิดไม่รู้จักพิจารณาใช้ปัญญา โดยที่ว่าไปฝากชะตา ฝากสุขภาพของตัวเองไว้กับคนอื่น ไว้กับปัจจัยภายนอก พอเจ็บไข้ปั๊บ ก็นึกว่าตัวเองไม่เกี่ยวแล้ว จะต้องยกไปให้หมอทุกอย่างท่าเดียว

การรู้จักพึ่งตนเอง ในเรื่องนี้ หมายถึงการรู้จักรักษาสุขภาพของตนเอง และรู้จักรับผิดชอบต่อตนเองในเรื่องสุขภาพ การปฏิบัติด้วยการใช้ความคิดพิจารณา รวมทั้งการรู้จักปรึกษาหารือกับแพทย์ด้วย คือไม่ใช่ปล่อยปละละเลยตนเอง ยกปัญหาให้เป็นเรื่องของแพทย์ไปหมด

นอกจากด้านตัวคนด้วยกันแล้ว ก็คอยแต่พึ่งยาและการฉีดยา เวลาเป็นอะไรๆ ขึ้นมา ก็ต้องเรียกหายา มองแต่เรื่องการที่จะฉีดยา ซึ่งเป็นเรื่องของการปฏิบัติจากภายนอกเข้ามาทั้งนั้น คิดว่าจะต้องแก้กันที่ภายนอก แทนที่จะหาวิธีรักษาหรือแก้ปัญหาที่ภายในตัวเอง เช่นด้วยการปฏิบัติตัวให้ถูกต้องในเรื่องสุขภาพ เป็นต้น

ยิ่งในปัจจุบันนี้ **เทคโนโลยี**เจริญขึ้น ก็มีปัญหาอีกอย่างหนึ่ง คือ การที่ต้องพึ่งพาอาศัย ต้องขึ้นต่อเทคโนโลยีมากขึ้น ซึ่งไม่เฉพาะคนไข้เท่านั้น ตัวแพทย์เองก็ขึ้นต่อเทคโนโลยีมากขึ้น แล้วก็พาคนไข้ขึ้นต่อเทคโนโลยีมากขึ้นตามไปด้วย จนกระทั่งเวลานี้มีแนวโน้มว่าต่อไปมีอะไร แพทย์ก็วินิจฉัยเองไม่ได้แล้ว ต้องส่งเข้าเครื่องอย่างเดียว

ความจริงนั้น ความเจริญทางเทคโนโลยีก็เป็นประโยชน์มาก อย่างที่พูดแล้วว่า ทำให้เกิดความแม่นยำชัดเจน จึงเป็นสิ่งสำคัญ และมีความจำเป็นอยู่เหมือนกัน แต่ความสมดุลหรือความพอดีอยู่ที่ไหน

อันนี้เป็นเรื่องที่จะต้องพิจารณาให้มาก ว่าแค่ไหนจึงจะพอเหมาะ ไม่ใช่ว่าพอมีเทคโนโลยีแล้ว คนก็พึ่งตัวเองไม่ได้เลย ต้องฝากชีวิตไว้กับเทคโนโลยี เทคโนโลยีไม่มี ก็อับจน รักษากันไม่ได้ หรือยิ่งเทคโนโลยีก้าวหน้า ตัวคนเองยิ่งเสื่อมสมรรถภาพ

อีกอย่างหนึ่ง เทคโนโลยีก็ควบมากับเรื่องเงินๆ ทองๆ คือเป็นของที่แพง ยิ่งปัจจุบันนี้คนไทยทำเองแทบไม่ได้เลย มีแต่ต้องพึ่งพาอาศัยต่างประเทศ แล้วในแง่ของเศรษฐกิจ เราก็ต้องใช้เงินทองมาก การแพทย์ปัจจุบันทำให้มีการสิ้นเปลืองมาก อะไรๆ ก็เป็นเรื่องของเงินไปหมด

อันนี้ก็เป็นปัญหาของการแพทย์ ที่จะต้องมาพิจารณาว่า การที่จะทำให้คนพึ่งตนเองทางการแพทย์ได้นี้ มีขอบเขตแค่ไหนเพียงไร แพทย์ควรจะเกื้อกูลได้แค่ไหน การใช้เทคโนโลยีควรจะเป็นในรูปแบบใดแค่ไหนเพียงใด โดยเฉพาะในแง่ที่จะไม่ให้คนสูญเสียคุณสมบัติของการมีชีวิตที่ดี ที่รู้จักพึ่งตนเอง คือ การรู้จักรับผิดชอบตนเอง การรู้จักแก้ปัญหาโดยใช้วิธีการแห่งปัญญา การมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหา และการพัฒนาศักยภาพของตนยิ่งๆ ขึ้นไป

ปัญหาอีกอย่างหนึ่ง ก็คือ เรื่องของ*วัฒนธรรม* เฉพาะในประเทศไทยเรานี้ การแพทย์เป็นวิชาการที่มาจากระบบวัฒนธรรมตะวันตก ที่มีความหมายเป็น**วัฒนธรรมธุรกิจ**ด้วย เมื่อวัฒนธรรมธุรกิจเข้ามาในเมืองไทย ก็มาเผชิญกับ **วัฒนธรรม "น้ำใจ"**

ในเมืองไทยนี้ เราก็มีการแพทย์ มีการรักษาโรคกันมาแต่โบราณ เพราะคนเรานี้ก็คู่กับโรค เมื่อมีโรคภัยไข้เจ็บมา ก็ต้องมีการรักษาพยาบาล ดังนั้น การแพทย์ในเมืองไทยเราก็มีเหมือนกัน

ทีนี้ การแพทย์ของเรานั้น เป็นเรื่องของคุณค่าทางจิตใจมาก แพทย์หรือหมอเป็นบุคคลที่คนเคารพนับถือ ได้รับยกย่องถึงขั้นที่ว่าเป็นบุคคลที่ควรบูชาทีเดียว อยู่ในระดับสูง พระ ครู แพทย์ สามอย่างนี้สังคมไทยให้ความเคารพยกย่องมาก

เมื่อมีความเคารพบูชา ก็ต้องมีน้ำใจต่อกัน คนไข้ก็มีความกตัญญูกตเวทีต่อหมอ หมอก็มีน้ำใจ มีความเมตตากรุณาต่อคนไข้ ต้องพยายามรักษาให้ได้ผลดี

ทีนี้ พอวัฒนธรรมธุรกิจเข้ามา ก็เกิดปัญหาว่าวัฒนธรรมสองอย่างนี้ขัดแย้งกัน

ถ้าแพทย์คนไหนคำนึงถึงวัฒนธรรมทั้งสองอย่างนี้ โดยที่ตัวเองอยู่ในระบบที่มีวัฒนธรรมแบบธุรกิจเข้ามา แต่มีความเอาใจใส่ต่อวัฒนธรรมน้ำใจมาก ก็อาจจะเกิดความขัดแย้งขึ้นในใจของตัวเอง ในการที่จะหาเงินหาทองเป็นต้น

แต่แพทย์ที่ไม่เอาใจใส่ไม่คำนึงถึงวัฒนธรรมเลย ก็อาจจะแสวงหาประโยชน์จากวัฒนธรรมได้ โดยที่ว่าตัวเองจะกลายเป็นผู้ได้เปรียบ ได้ประโยชน์จากวัฒนธรรมทั้งสองอย่าง คือ

วัฒนธรรมน้ำใจ ก็ได้ประโยชน์ในแง่ที่ว่า คนไข้จะเคารพนับถือบูชาหมอ และจะไม่มีการเรียกร้องจากหมอมาก จะไม่มีการมาคอยตรวจสอบพฤติกรรมของแพทย์ จะไม่มีการกล่าวหาหรือฟ้องเรียกค่าเสียหาย แพทย์ในเมืองไทยจึงไม่ต้องเสี่ยงกับการถูกฟ้องร้อง

แต่ในเวลาเดียวกันก็สามารถเอาระบบ***วัฒนธรรมธุรกิจ*** เข้ามาใช้เต็มที่ สามารถที่จะหาเงินหาทองได้อย่างดี โดยไม่ต้องเสี่ยงกับการที่จะถูกฟ้องเรียกค่าเสียหาย

สภาพอย่างนี้ นับว่าตรงข้ามกับในสังคมตะวันตกเอง ที่มีวัฒนธรรมธุรกิจนั้น ซึ่งถือว่าการแพทย์เป็นการบริการที่มีการแลกเปลี่ยนกัน ก็เหมือนกับการซื้อขายสินค้าหรือบริการ ซึ่งเป็นเงินเป็นทอง แต่ในเวลาเดียวกัน ทุกคนก็จะต้องคอยรักษาสิทธิของตนเอง

คนไข้ก็คอยดูว่าแพทย์จะล่วงล้ำละเมิดสิทธิของตัวเองไหม จะรักษาถูกต้องตามหลักวิชาดีไหม ถ้าแพทย์ทำอะไรพลาดพลั้ง คนไข้ก็คอยจ้องเพื่อจะฟ้องเรียกค่าเสียหาย ทำให้แพทย์ต้องปฏิบัติการด้วยความระมัดระวังตัวเต็มที่ ก็ได้ผลดีไปแบบหนึ่ง แต่เป็นชีวิตที่แห้งแล้ง ขาดคุณค่าทางจิตใจ ไม่มีสายสัมพันธ์ที่เชื่อมประสานชีวิตแถมมีความเครียดสูง เพราะฉะนั้น ในวัฒนธรรมธุรกิจนั้น ชีวิตมนุษย์ก็จะมีสภาพเป็นอีกอย่างหนึ่ง

ในสังคมไทยเรากำลังมีการเผชิญระหว่างวัฒนธรรมสองอย่างนี้ จึงมีการขัดแย้งทางวัฒนธรรมเกิดขึ้น ซึ่งก็เป็นปัญหาชนิดหนึ่งเหมือนกัน นี่ก็เป็นปัญหาในวงการแพทย์

เป็นอันว่า ในแง่หนึ่ง ก็เป็นเรื่องที่ทำให้เกิดผลประโยชน์แก่แพทย์โดยทั่วไป และปัจจุบันนี้การแพทย์ของไทยเราก็มีความโน้มเอียงไปในทางที่จะเป็นวัฒนธรรมธุรกิจมากขึ้น และมีปัญหาเกี่ยวกับจริยธรรมมากขึ้น สังคมของเรายังไม่มีการปรับตัวหรือพร้อมที่จะปรับตัวต่างๆ จึงทำให้เกิดปัญหาความขัดแย้งในทางจริยธรรม

ปัจจุบันนี้มีการพูดกันมากขึ้นเกี่ยวกับเรื่องจริยธรรมของแพทย์ ซึ่งเป็นปัญหาดังที่กล่าวมา ทีนี้อย่างที่ว่าแล้ว ปัญหานี้ก็ไปสัมพันธ์กับเรื่องธุรกิจ เกี่ยวกับเรื่องการเงินการทอง

วิธีการรักษาแบบปัจจุบันนี้ ใช้เงินใช้ทองมาก ไม่เฉพาะแต่ในเมืองไทยเท่านั้น ในประเทศตะวันตกยิ่งเป็นมาก่อน จนกระทั่งเป็นเหตุให้ในสังคมตะวันตกมีคนจำนวนมากขึ้น ที่หันมาคิดหาทางทำตนให้เป็นอิสระจากสถาบันการแพทย์ ซึ่งการรักษาตัวเองนี้ก็เป็นวิธีการอย่างหนึ่ง

เพราะฉะนั้น การรักษาโรคดูแลสุขภาพตัวเองที่เรียกว่า self-care จึงกำลังเป็นที่กล่าวขวัญกันมากในสังคมตะวันตก

เข้าใจกันว่า ในสังคมไทยก็คงจะพิจารณาเรื่องนี้กันในไม่ช้าในวงการแพทย์เราเอง อย่างในการประชุมครั้งนี้ก็ถือว่า เป็นการตื่นตัวในเรื่องนี้ด้วย

ที่ว่ามานี้ก็เป็นตัวอย่างปัญหาต่างๆ ในวงการแพทย์ ที่จะต้องเอามาคิดมาพิจารณากัน ถ้าเป็นการบกพร่องจริงๆ เป็นปัญหาจริงๆ ก็ต้องหาทางแก้ไข

แต่ทั้งนี้ โดยความมุ่งหมายก็คือว่า จะทำอย่างไรให้เกิดประโยชน์แก่ประชาชน ให้เกิดผลดีต่อสุขภาพของประชาชน และต่อสังคมนี้โดยทั่วไป

ฐานะของแพทย์ และความรับผิดชอบเชิงจริยธรรม

ทีนี้ก็จะหันมาพูดถึง “**การแพทย์แนวพุทธ**” บ้าง จากจุดของปัญหาเหล่านี้ เราก็หาทางแก้ไข

อย่างที่บอกข้างต้นแล้วว่า แง่ที่พระพุทธศาสนาจะเกี่ยวข้องกับการแพทย์นี้ มองได้สองด้าน คือ

ด้านที่หนึ่ง คือ เรื่องหลักการ เรื่องสาระหรือเนื้อหาในทางวิชาการ ว่าสอดคล้องกับความเป็นจริงไหม เช่น เป็นไปตามกฎธรรมชาติไหม เป็นเรื่องของสัจธรรม

ด้านที่สอง เป็นเรื่องของเวชปฏิบัติว่า เวชปฏิบัติที่ทำกันอยู่นี้เกื้อกูลแก่ชีวิตและสังคมจริง เหมาะสม และให้ความเป็นธรรมแค่ไหนเพียงไร ซึ่งเป็นเรื่องของจริยธรรม

ตามความเป็นจริงนั้น ควรจะพูดถึงในแง่สัจธรรมก่อน เพราะว่าสัจธรรมนั้นเป็นสาระ เป็นฐานและเป็นเนื้อแท้ของเรื่อง แต่เพื่อความสะดวก จะขอมองในแง่จริยธรรมก่อน และจะมองจากวงแคบออกไป โดยจับที่การแพทย์ในสภาพปัจจุบัน และเน้นปัญหาของสังคมไทย เพื่อให้สัมพันธ์กับปัญหาที่พูดไปแล้ว

ด้านที่หนึ่ง ความรับผิดชอบเชิงจริยธรรม โดยสัมพันธ์กับสภาพของสังคมไทย

เรื่องจริยธรรมที่ควรจะพูดถึงก็คือ คนที่มาเป็นแพทย์ หรือคนที่มาเรียนเป็นแพทย์ในสังคมไทยเรา มีปัญหาในทางการศึกษาร่วมกันกับผู้เรียนวิชาการอื่นๆ ทั่วไป ตามสภาพของค่านิยมในสังคมไทย

กล่าวคือ ค่านิยมของสังคมไทยในปัจจุบันนี้เกี่ยวกับการศึกษาทั่วไป เป็นค่านิยมที่ไม่เอื้อต่อจริยธรรม ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของวิชาแพทย์ วิชาวิศวกรรม สถาปัตยกรรม หรือวิชาอะไรก็ตาม คนที่จะมาเรียนหนังสือหรือวิชาเหล่านั้น ล้วนแต่มีค่านิยมที่จะใช้การศึกษาเป็นเครื่องมือ สำหรับเลื่อนสถานะในสังคม และเพื่อเข้าถึงโอกาสที่ดีที่สุดในการหารายได้ ซึ่งไม่ใช่เป็นตัวความหมายที่แท้จริงของการศึกษา

อันนี้เป็นจุดสำคัญที่จะทำให้มองเห็นปัญหา กล่าวคือ ผู้เรียนหรือผู้ที่เข้ามาสู่วงการแพทย์ มีความมุ่งหมายเดิมเพียงเพื่อจะมาเอาวิชาการแพทย์และอาชีพแพทย์เป็นเครื่องสนองวัตถุประสงค์ส่วนตัวที่ว่า จะเป็นบันไดไต่ไปสู่ความมีสถานะสูงทางสังคม และเป็นโอกาสที่ดีอย่างยิ่ง หรือดีที่สุด ในการแสวงหารายได้

เมื่อเป็นอย่างนี้ เด็กนักเรียนทั้งหลายก็มุ่งจะมาเรียนแพทย์ หรือพ่อแม่ก็จะสนับสนุนเด็กให้มาเรียนแพทย์ โดยจับเอาเป็นทางเลือกอันดับหนึ่ง

เมื่อคนทั้งหลายมุ่งมาเรียนแพทย์ การศึกษาแพทย์ก็สามารถที่จะคัดคนได้ดีที่สุด คัดคนที่เรียกว่าหัวกะทิ ที่สมองดีที่สุดเข้าไว้ในวงการแพทย์ ฉะนั้น คนในวงการแพทย์จึงเรียกว่าได้คนชั้นนำของประเทศ คือเป็นคนที่สมองดี มีสติปัญญาสูง

ในสภาพอย่างนี้ ถ้ามองในแง่จริยธรรม ก็ต้องถือว่าคนที่มาเป็นแพทย์นี้ ควรจะมีความรับผิดชอบมากที่สุดในการที่จะให้หรือเอื้ออำนวยแก่สังคม เพราะเหตุผล ๒ ประการ

ประการที่หนึ่ง อย่างที่กล่าวมาแล้ว คือ วงการแพทย์เป็นแหล่งที่คัดได้คนหัวกะทิของสังคมมา เมื่อคนที่มาเป็นแพทย์เป็นคนที่มีสติปัญญามีความสามารถมาก ถ้าพิจารณาตามหลักที่ว่า คนที่มีมาก ก็ควรจะให้มาก เรามีสติปัญญามาก มีความสามารถมาก เราก็ควรจะให้แก่สังคมนี้ได้มาก เมื่อเป็นคนเก่งมาก ก็ควรจะช่วยสังคมให้มาก นี่เป็นสำนึกประการที่หนึ่ง ในทางจริยธรรม

อีกประการหนึ่ง ก็คือ รัฐหรือสังคมนี้ได้ลงทุนในการผลิตแพทย์นี้สูงมาก ใช้เงินทองมากเหลือเกิน มองในแง่หนึ่งก็เหมือนกับว่า แพทย์เป็นผู้ที่ได้จากสังคมนี้มากหรือมากที่สุด เมื่อเราได้จากสังคมมากที่สุด เราก็ควรจะให้แก่สังคมให้มากที่สุด เช่นเดียวกัน นี่เป็นการมองในแง่ความรับผิดชอบ

ทีนี้ ถ้ามองในแง่เวชปฏิบัติแบบธุรกิจ วิชาชีพแพทย์ก็เป็นทางที่มีรายได้มาก ดังนั้น โดยสำนึกทางจริยธรรม เมื่อเราเอามาจากสังคมมาก เราก็ควรจะพยายามให้แก่สังคมให้มากด้วย หมายความว่า เอาจากสังคมไปพลาง ก็ให้แก่สังคมไปพลางด้วยเช่นเดียวกัน เพื่อว่าการเอากับการให้จะได้เป็นไปอย่างสมดุล นี่เป็นแง่คิดด้านที่หนึ่ง

ต่อไป *ด้านที่สอง* ความรับผิดชอบโดย**ฐานะของแพทย์** ผู้ที่สำเร็จการศึกษาแพทย์ หรือบัณฑิตแพทย์นี้ ถ้าวิเคราะห์ออกไปแล้วจะเห็นว่ามีฐานะ ๒ อย่าง คือ

๑) เป็นแพทย์

๒) เป็นบัณฑิต

ดังนั้น การเป็นบัณฑิตแพทย์ก็จึงมีความรับผิดชอบต่อเพื่อนมนุษย์และต่อสังคม ๒ แบบ ตามฐานะทั่วไป ๒ อย่างนั้น คือ

อย่างที่หนึ่ง มีความรับผิดชอบในฐานะที่เป็น “แพทย์” ในฐานะที่เป็นผู้เยียวยาบำบัดโรค รักษาคนไข้ ทำคนให้มีสุขภาพดี ทั้งสุขภาพของบุคคล และสุขภาพของสังคม

ในฐานะที่เป็นแพทย์นั้น ก็มีความหมายแยกออกไปอีกเป็น ๒ อย่าง คือ แพทย์ในแง่ที่ทำหน้าที่แพทย์ ก็เป็นผู้ช่วยชีวิต ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ให้พ้นจากโรคภัยไข้เจ็บ ทำให้เขามีสุขภาพดี แยกให้ชัดเป็น *แก้ไขบำบัดโรค* กับ *ทำให้คนมีสุขภาพดี*

ข้อนี้เป็นความมุ่งหมายแท้ของตัวงาน คือเป็นความหมายตามเนื้อหาสาระของงาน ตรงตามความมุ่งหมายของการทำหน้าที่เฉพาะของตน ซึ่งจะต้องช่วยคนให้ปราศจากโรค และให้มีสุขภาพดี เรียกได้ว่าเป็นคุณค่า หรือเป็นความหมายแท้ของงาน

แต่ความหมาย*อีกอย่างหนึ่ง*ในฐานะที่เป็นแพทย์ ก็คือ ในแง่ที่ประกอบอาชีพแพทย์ ซึ่งต้องใช้วิชาแพทย์นี้ ในการทำมาหากินเลี้ยงดูชีวิตของตนเอง และครอบครัว นี่เป็นประการที่สอง

รวมความว่า การเป็นแพทย์นี้ ในตัวของมันเองก็แบ่งความหมายเป็น ๒ อย่าง คือ การช่วยคนให้พ้นจากโรคและช่วยให้มีสุขภาพดี และพร้อมกันนั้นก็เป็นเครื่องมือเลี้ยงชีพ หรือเป็นเครื่องประกอบอาชีพเลี้ยงชีวิต

การใช้วิชาแพทย์เป็นอาชีพ หรือเป็นเครื่องมือหาเลี้ยงชีพนั้นเป็นความมุ่งหมายที่พ่วงมาตามระบบของสังคม คือระบบสังคมที่เป็นอยู่ ถือว่า คนเราจะต้องมีอาชีพของตนเอง และรู้จักรับผิดชอบตัวเองในการทำมาหากิน ดังนั้น เมื่อเรียนแพทย์ไปทำงานแพทย์ การทำงานแพทย์ก็เป็นเครื่องอาศัยเลี้ยงชีพไปด้วย

การประกอบอาชีพด้วยวิชาแพทย์ ก็จึงเป็นคุณค่าและความหมายของการเป็นแพทย์ อีกด้านหนึ่ง

อย่างไรก็ตาม การที่แพทย์เอาวิชามาเป็นเครื่องมือหาเลี้ยงชีพนี้ ก็จะทำให้จุดเน้นของการแพทย์นี้มาอยู่ที่ส่วนของการบำบัดโรค เพราะการดูแลหรือช่วยเหลือคนให้มีสุขภาพดี รวมทั้งการป้องกันโรคนั้น เป็นเรื่องที่ไม่ชัดเจน เป็นส่วนที่ไม่ค่อยเกิดความจำเป็นหรือไม่ค่อยมีแรงบีบคั้นที่จะทำให้ต้องจ่ายเงินจ่ายทอง

ส่วนการบำบัดโรค หรือเรื่องของการเจ็บไข้ได้ป่วย มีโรคภัยไข้เจ็บที่จะต้องรักษานี้ เป็นส่วนที่ชัดเจน เป็นสิ่งที่บีบคั้นชีวิต ทำให้เกิดความจำเป็นที่จะต้องรักษาปัจจุบันทันด่วน ทำให้จำเป็นต้องไปหาแพทย์และมีการเรียกร้องเงินทองได้ง่าย และสามารถตีราคาได้สูง

เพราะฉะนั้น การแพทย์ในแง่อาชีพจึงโยงไปสู่การเน้นความหมายของการทำหน้าที่ ในแง่ของการแก้ไขบำบัดโรค ส่วนความหมายในแง่ของการดูแลสุขภาพและป้องกันโรค ก็เลยเบาบางลงไป ไม่ค่อยปรากฏ

ถ้ามองในแง่จริยธรรม แพทย์จะต้องคำนึงถึงความหมายที่หนึ่ง ในแง่คุณค่าแท้ของความเป็นแพทย์ โดยถือว่าวิชาการแพทย์หรือการทำหน้าที่แพทย์ ก็คือการเยียวยาบำบัดโรค และดูแลรักษาคนให้มีสุขภาพดี อันนี้เป็นคุณค่าที่แท้จริง และเป็นความหมายที่แท้จริง ส่วนการถือว่าวิชาแพทย์เป็นเครื่องประกอบอาชีพ เป็นความหมายที่พ่วงตามมา

อย่างไรก็ตาม ก็ต้องยอมรับความจริงตามวิสัยของปุถุชน โดยถือว่าจำเป็นจะต้องทำไปทั้ง ๒ อย่าง

แต่ข้อสำคัญ ถ้าลืมความหมายประการแรกเสียแล้ว ความหมายประการที่ ๒ ก็จะเด่นขึ้นมา แล้วก็อาจจะทำให้เกิดการเบียดเบียน เกิดความเบี่ยงเบนไปจากจริยธรรม

ข้อต่อไป ความรับผิดชอบในฐานะที่ ๒ ก็คือในฐานะที่เป็น “**บัณฑิต**” ซึ่งถือว่า แพทย์เป็นบุคคลที่มีสติปัญญา มีความพร้อมมากในการที่จะรับผิดชอบสังคมนี้ ในการที่จะแก้ไขปัญหาที่มีอยู่อย่างที่บางท่านบอกว่า สังคมไทยนี้มีปัญหาเด่น ทั้งในเรื่องความโง่ ความจน และความเจ็บ

แพทย์ในฐานะที่เป็นบัณฑิตนี้ มีความรับผิดชอบ ในความหมายที่ขยายกว้างออกไป นอกจากเรื่องของการบำบัดรักษาโรคแล้ว ในขอบเขตที่ตนเป็นบัณฑิต ก็จะต้องออกไปช่วยสังคม เพื่อร่วมแก้ปัญหาในวงกว้างนี้ด้วย จะต้องรับผิดชอบในการช่วยสร้างสรรค์พัฒนาสังคม ทั้งด้านเศรษฐกิจ การเมือง โดยเฉพาะในด้านวัฒนธรรม ที่กำลังหันมาเห็นความสำคัญกันใหม่อีก

อย่างที่อาจารย์หมอประเวศได้กล่าวข้างต้นว่า ตอนนี้เราเข้าสู่โลกแห่งการพัฒนาวัฒนธรรม ตามที่องค์การสหประชาชาติได้ประกาศออกมาแล้ว ให้ถือว่า วัฒนธรรมเป็นแกนกลางของการพัฒนา แพทย์ก็จะต้องมีความรับผิดชอบในทางวัฒนธรรมนี้ด้วย คือรับผิดชอบในการที่จะช่วยเหลือ และร่วมมือในการทำให้วัฒนธรรมมีความหมายสำคัญขึ้นมา และเอามาช่วยแก้ไขปัญหาของสังคมนี้

อีกทั้งความรับผิดชอบนี้ก็ยิ่งมีอย่างสูง ในเมื่อวงการแพทย์นี้เป็นแหล่งของบัณฑิตชั้นนำ เป็นแหล่งของผู้มีสติปัญญาสูง หรือเป็นที่ชุมนุมของคนหัวกะทิอย่างที่กล่าวแล้วข้างต้น

เป็นอันว่า ในฐานะที่เป็นบัณฑิต บัณฑิตแพทย์ต้องมีความรับผิดชอบต่อสังคมไทยนี้เป็นอย่างมาก จะต้องสำนึกว่า นอกจากการรักษาคนให้มีสุขภาพดีโดยทั่วไปแล้ว กิจกรรมของตนเองมีความเกี่ยวข้องและมีผลกระทบต่อสังคมอย่างไร ในด้านสังคม เศรษฐกิจ การเมือง ตลอดจนวัฒนธรรม ทั้งนี้จะต้องคำนึงทั้งในแง่ลบ และแง่บวก

แง่ลบ ก็คือ จะต้องพิจารณาและสำรวมระวังว่า พฤติกรรมของตัวเองก็ดี เวชปฏิบัติที่ได้ดำเนินไปก็ดี มีผลกระทบต่อเศรษฐกิจ สังคม การเมือง วัฒนธรรมของประเทศอย่างไรบ้าง

แล้วใน***แง่บวก*** เราจะเอาเวชปฏิบัตินี้ และแม้แต่ปฏิบัติการด้านอื่นๆ มาช่วยเสริมส่งอย่างไร ในการที่จะช่วยสังคมให้ดีขึ้น

อันนี้เป็นเรื่องที่ขอกล่าวโดยย่อ เพราะยังมีหัวข้อที่จะต้องพูดอีกหลายอย่าง

เรื่องต่อไป ก็คือ **ฐานะของคนไข้** เมื่อกี้นี้เป็นฐานะของแพทย์ ฐานะของคนไข้ เมื่อมองในสายตาของแพทย์ หรืออาจจะพูดว่า ท่าทีของแพทย์ที่มองคนไข้เป็นอย่างไร ถ้าจะแยกแยะออกไป ก็จะได้ฐานะอย่างน้อย ๓ อย่าง คือ

หนึ่ง อาจจะมองคนไข้ในฐานะที่เป็นมนุษย์ หรือเป็นคนที่มีชีวิต ที่มีทั้งกายและใจ มีร่างกายที่เจ็บไข้ป่วยได้ มีจิตใจที่มีความรู้สึก รู้จักทุกข์ร้อน รู้จักครุ่นคิดกังวลห่วงใย รู้จักหวัง รู้จักหวาดหวั่นกลัวภัย และรู้จักมีความเบิกบานผ่องใสได้

สอง มองในฐานะเป็นอย่างเครื่องยนต์ ที่ประกอบไปด้วยชิ้นส่วนต่างๆ เสมือนเป็นสิ่งไร้ชีวิต

การมองอย่างหลังนี้ตรงกับที่กล่าวมาแล้วว่า เป็นที่มาสำคัญอย่างหนึ่งของปัญหาในวงการแพทย์ และมีแนวโน้มที่จะเป็นไปมาก เพราะสภาพชีวิตของคนยุคปัจจุบันทำให้เราชักจะลืมที่จะมองคนเป็นคน แต่มองคนเป็นเครื่องจักรเครื่องยนต์ที่ประกอบไปด้วยชิ้นส่วน ซึ่งเราจะแก้ไขส่วนที่วิปริตทำหน้าที่หรือทำงานผิดพลาดไป

สาม มองคนไข้ในฐานะที่เป็นลูกค้า หรือผู้รับบริการ หรือถ้าให้แรงก็อาจจะมองเป็นเหยื่อเลย

การที่แพทย์จะมีเวชปฏิบัติอย่างไร ก็อยู่ที่ว่าแพทย์มองคนไข้ในฐานะไหน ใน ๓ อย่างนี้ การปฏิบัติจะเปลี่ยนแปลงปรับตัวไปตามการมอง

ถ้าแพทย์มองคนไข้เป็นมนุษย์ เป็นชีวิตที่มีกายและใจ ก็โน้มไปในทางที่จะปฏิบัติต่อคนไข้ด้วยน้ำใจ ด้วยมนุษยธรรม

ถ้ามองในฐานะที่เป็นเครื่องยนต์ ประกอบไปด้วยชิ้นส่วนคืออวัยวะต่างๆ ก็มีความโน้มเอียงที่จะกระทำเวชปฏิบัติไปอย่างไร้ความรู้สึก และไร้น้ำใจ สักแต่ว่าทำไปตามหน้าที่ของตนเอง ไม่เกี่ยวข้องกับคน ทำงานของตนเสร็จแล้วก็แล้วไป คนไข้จะเป็นอย่างไร จะรู้สึกอย่างไร ฉันไม่สนใจ

ถ้ามองในฐานะที่เป็นลูกค้า ก็จะปฏิบัติไปในทางของธุรกิจ มุ่งไปในการที่จะทำเงินให้ได้มากๆ อาจจะเลยเถิดไปถึงกับเป็นการเอาเปรียบคนไข้ จนทำให้เสียความเป็นธรรมก็ได้

มองอย่างไร ก็นำไปสู่การปฏิบัติแบบนั้น

อย่างไรก็ตาม การมองทั้ง ๓ อย่างนี้ ก็ยังเน้นการมองในแง่ความหมายที่แคบ คือ ไปมองในจุดของการบำบัดโรค

แต่ที่จริงนั้น ถ้ามองให้กว้างออกไปแล้ว การแพทย์นั้นไม่ใช่มีความหมายเฉพาะการบำบัดรักษาโรค แต่หมายถึงการทำให้คนมีสุขภาพดี มีความแข็งแรงด้วย

ถ้ามองในแง่นี้ แพทย์ก็จะไม่มองเฉพาะตัวคนไข้เท่านั้น แต่จะมองมนุษย์หรือคนในสังคมนี้ทั้งหมด ถ้าอยู่ในประเทศไทยก็มองคนไทยทั้งหมด คือมองเพื่อนมนุษย์ทุกคนด้วยความรู้สึกปรารถนาดี และคิดว่าจะทำอย่างไรให้ทุกคนในประเทศไทยหรือในสังคมไทยนี้ หรือทั่วโลกนี้ แข็งแรง สุขภาพดี มีหน้าตาสดชื่น ยิ้มแย้มแจ่มใส

อันนี้เป็นการมองที่กว้าง ไม่มองเฉพาะแต่คนป่วยไข้ที่มาหาตัวเราเท่านั้น จะมองตลอดถึงเพื่อนมนุษย์ เพื่อนร่วมสังคมทั้งหมดด้วยใจหวังดีให้เขามีสุขภาพดี

อันนี้ก็เป็นเรื่องในแง่มุมต่างๆ

ทีนี้อีกอย่างหนึ่ง ก็คือตัวงานแพทย์เอง งานแพทย์นี้มีความหมาย และมีฐานะเป็นอย่างไร ขอพูดสัก ๒ อย่าง

บางทีเราลืมไป มองดิ่งไปจนกระทั่งว่า งานแพทย์กลายเป็นเรื่องของความชำนาญพิเศษ แล้วก็ยกให้เป็นเรื่องของแพทย์ไปเลย อย่างที่พูดมาข้างต้น

ทีนี้ถ้าเราหันมาสำรวจความหมายและฐานะของงานแพทย์อีกทีหนึ่ง เราอาจจะตั้งเป็นคำถามสำหรับทบทวนและตรวจสอบว่า

ข้อที่หนึ่ง งานแพทย์ในฐานะและความหมายที่เป็นการดูแลรักษาให้มีสุขภาพดีนั้น เป็นความรับผิดชอบของบุคคลทุกคนต่อตนเองและต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกันหรือไม่ คือ บุคคลทุกคนมีความรับผิดชอบที่จะดูแลรักษาตนเองให้มีสุขภาพดี และช่วยเหลือซึ่งกันและกันให้มีสุขภาพดี ไร้โรคภัยใช่หรือเปล่า

อันนี้เป็นการมองงานแพทย์ในฐานะที่เป็นงานรับผิดชอบของบุคคลทุกคน ต่อตนเอง และต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน

ข้อที่สอง งานแพทย์ในฐานะที่เป็นการดูแลรักษาให้มีสุขภาพดีไร้โรคภัยนั้น เป็นกิจการของผู้ชำนาญพิเศษในเรื่องของการบำบัดโรค และส่งเสริมสุขภาพหรืออย่างไร

เท่าที่ผ่านมา สังคมได้มีความโน้มเอียงมานานแล้วที่จะมองในแง่ที่สอง ก็เลยตั้งเป็นปัญหาขึ้นมาให้หันกลับไปลองทบทวนดูอีกทีตั้งแต่ต้น ว่าควรจะมองในแง่ไหนกันแน่ นี่เป็นการมองงานแพทย์ทั้งหมด

ความจริงนั้น ถ้ามองแนวโน้มในปัจจุบัน เท่าที่ปรากฏออกมาดูเหมือนว่ากระแสกำลังจะไหลกลับ เพราะได้มีความเคลื่อนไหว ในวงการแพทย์เองบ้าง จากผู้ที่วิจารณ์วงการแพทย์บ้างว่า จะต้องให้งานแพทย์เป็นความรับผิดชอบของบุคคลทุกคน ในการที่จะดูแลรักษาสุขภาพของตนเอง และเป็นความรับผิดชอบของมนุษย์ ต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน ที่จะช่วยกันให้มีสุขภาพดีไร้โรคภัย

อย่างไรก็ตาม ก็น่าจะตั้งคำถามสะกิดใจไว้หน่อยว่า แนวโน้มนี้จะมีลักษณะเป็นการ***สุดโต่ง*** อีกหรือไม่

เดี๋ยวจะกลายเป็นว่า คราวหนึ่งก็ปล่อยไปเลย ยกให้เป็นเรื่องของหมออย่างเดียว จนตัวเองทำอะไรไม่ได้ พอมาอีกคราวหนึ่งก็จะทำเองหมด จนจะไม่ให้หมอทำอะไร

ความจริง ถ้ามองอย่างกลางๆ หมอหรือแพทย์ก็อยู่ในความหมายที่ว่าเป็นเพื่อนมนุษย์ที่ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ด้วยกันนั่นเอง ก็อยู่ในความหมายที่หนึ่งนั้นแหละ

ถ้าไม่แยกเด็ดขาดออกไป ก็จะดูกลมกลืนอยู่ในวงจรชีวิตของมนุษย์ คือ การดูแลรักษาสุขภาพของตน ก็เป็นความรับผิดชอบพื้นฐานของทุกคนต่อตนเอง ส่วนงานแพทย์ในฐานะที่เป็นผู้ชำนาญพิเศษเฉพาะเรื่อง ก็เป็นส่วนเสริม ที่ไม่แยกจากหมู่มนุษย์ออกไป

ทำอย่างไรจะให้เกิดความสมดุลกัน มาจัดกันให้เกิดความพอเหมาะพอดี เพราะเราก็ควรจะมีผู้เชี่ยวชาญพิเศษเหมือนกัน แต่เป็นผู้เชี่ยวชาญที่เข้าใจชีวิตคน และอยู่กับคน ไม่ใช่แบบแยกตัวโดดเดี่ยวออกไป ซึ่งเป็นการไม่สมควร และจะไม่ได้ผลจริงอย่างที่ว่ามาแล้ว

- ๒ -

การแพทย์แนวพุทธอยู่ที่ไหน?

ปฏิบัติการเฉพาะที่ แต่ดูให้ดีทั้งระบบ
เยียวยาส่วนที่เจ็บไข้ แต่รักษาให้ครบทั้งคน

พอพูดมาถึงแง่นี้แล้ว ก็เข้ามาสู่ขอบเขตของการแพทย์ในแง่สัจธรรมมากขึ้น ก็เลยจะขอเข้าสู่การแพทย์แนวพุทธเสียตอนนี้

เท่าที่พูดมานั้นยังไม่เข้าเรื่อง ยังเป็นเรื่องทั่วๆ ไป ซึ่งไปเน้นในแง่จริยธรรม และจริยธรรมที่พูดมานั้น ก็เป็นจริยธรรมในส่วนเฉพาะกิจ เฉพาะกาลสมัย เฉพาะเทศะ และมุ่งที่สภาพปัจจุบันของสังคมไทยเป็นสำคัญ ต่อไปนี้จะพูดถึง “**การแพทย์แนวพุทธ**”

ว่าที่จริง สัจธรรม กับจริยธรรม ไม่แยกต่างหากจากกัน มันอิงอาศัยซึ่งกันและกันอยู่ เพราะฉะนั้น ที่อาตมภาพว่าจะพูดในแง่สัจธรรม จึงไม่ใช่พูดถึงสัจธรรมล้วนๆ แต่จะพูดในแง่ที่โยงกันไปโยงกันมา ทั้งสัจธรรมและจริยธรรม โดยยึดเอาสัจธรรมเป็นหลัก

ทีนี้ เมื่อพูดโดยเอาสัจธรรมกับจริยธรรมมาโยงเข้าด้วยกันแล้ว เราก็อาจจะใช้คำรวมว่า พูดในแง่ของพุทธธรรมนั่นเอง

เริ่มแรกอยากจะให้นึกถึงพระพุทธเจ้าในแง่ที่เกี่ยวกับการแพทย์ พระพุทธเจ้ามีพระนามมากมายหลายอย่าง ในบรรดาพระนามมากมายหลายอย่างนั้น พระนามที่สำคัญอย่างหนึ่งของพระพุทธเจ้า ก็คือ พระองค์ได้ชื่อว่าเป็น “**หมอ**”

มีคำในพระไตรปิฎกหลายแห่งทีเดียวที่เรียกพระพุทธเจ้าเป็นหมอ หรือเป็นแพทย์ คำหนึ่งคือคำว่า “ภิสักกะ” หรือ “ภิสักโก” “ภิสักโก” ก็คือหมอยา และคู่กับความเป็นหมอยานั้น ก็คือ “สัลลกัตตะ” หรือ “สัลลกัตโต” ซึ่งหมายถึงหมอผ่าตัด

คำที่เรียกพระพุทธเจ้าเป็นหมอนั้น ตามปกติก็เป็นคำที่พูดคู่กันทั้ง ภิสักโก และ สัลลกัตโต คือ เป็นทั้งหมอยาและหมอผ่าตัด

บางทีพระพุทธเจ้าเองก็ตรัสอุปมาไว้อย่างจำเพาะชัดเจนทีเดียวว่า *(ม.อุ.๑๔/๗๗/๗๒)*

> คำว่าหมอยา (ภิสักโก) หมอผ่าตัด (สัลลกัตโต) นี้ เป็นชื่อของตถาคต อรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า

อีกอย่างหนึ่งก็ใช้คำว่า “ติกิจฉโก” แปลว่า ผู้เยียวยาบำบัดหรือผู้บำบัดโรคนั่นเอง บางทีเรียกพระพุทธเจ้าว่า “สัพพโรคติกิจฉโก” แปลว่า ผู้บำบัดสรรพโรค คือเป็นผู้เยียวยาโรคทุกอย่าง

บางทีเรียกว่า “สัพพโลกติกิจฉโก” แปลว่า ผู้เยียวยาสรรพโลก คือเป็นผู้รักษาชาวโลกทั้งหมด หมายความว่า รักษาโรคด้วย รักษาโลกด้วย

ตรงนี้ขอให้สังเกตด้วยที่ว่า ทุกโรค และทั้งโลก แสดงว่าหน้าที่ของพระองค์ก็คือ ต้องแก้ไขโรคทุกอย่าง และช่วยรักษาคนทั้งโลก

อีกคำหนึ่งที่เรียกพระพุทธเจ้าเป็นหมอ คือ คำว่า “เวชฺช” ซึ่งเป็นคำเดียวกับแพทย์เลยทีเดียว แต่เป็นรูปคำในภาษาบาลี คำว่า เวชช นี้ ก็ใช้เรียกพระพุทธเจ้าบ้าง แต่ไม่บ่อย

เป็นอันว่า สรุปความก็คือ พระพุทธเจ้ามีพระนามอย่างหนึ่งว่าเป็น “**หมอ**” หรือเป็น “**แพทย์**” เมื่อเป็นหมอ ก็มีหน้าที่หรือทำงานในการเยียวยาบำบัดโรค แต่พระพุทธเจ้าทรงแก้ไขบำบัดโรคของคนหมดทั้งโลก คือทำงานเพื่อประโยชน์แก่ชีวิตที่เป็นสากล

พระพุทธศาสนานั้น มอง ***ความไม่สบาย*** ว่าเป็นโรคของชีวิตทั้งหมด ไม่ได้มองเพียงด้านใดด้านหนึ่งโดยเฉพาะ การที่มองและแยกแยะออกไป ก็เพื่อสะดวกในการปฏิบัติ แต่ตอนแรกให้มองโรคของชีวิตทั้งหมด มองชีวิตว่ามี “โรค” ที่จะต้องเยียวยา แต่ว่า “โรค” นั้นเยียวยาได้ อันนี้เป็นคำสรุปที่ทำให้สบายใจ

ชีวิตนี้มีโรค แต่โรคนั้นแก้ไขได้ และจุดหมายของพระพุทธ-ศาสนา ก็คือการแก้ไขความไม่สบายหรือโรคของชีวิตนั้น

คำว่า “โรค” นี้เป็นคำที่ใช้แทนคำว่า “ทุกข์” ซึ่งเป็นปัญหาของมนุษย์ทุกคน ทุกข์ก็คือปัญหาของชีวิต

เพราะฉะนั้น เมื่อใช้คำว่าโรคแทนคำว่าทุกข์ ก็ถือว่า ทุกข์นั้นเป็นโรค เป็นสิ่งบีบคั้นขัดข้อง เป็นปัญหาที่ต้องแก้ไข

คำว่าโรคนั้นแปลว่า สิ่งที่เสียดแทง อาจจะมีคำที่แปลแล้วสื่อความหมายได้ดีกว่านี้ แต่โบราณแปลกันมาว่า สิ่งที่เสียดแทง โรคก็คือสิ่งที่เสียดแทงชีวิต ซึ่งจะต้องแก้ไขกำจัดออกไป จะได้โปร่งได้โล่ง แล้วก็สบาย

ในการแก้ไขปัญหาของมนุษย์นั้น พระพุทธเจ้าได้ทรงวางหลักทั่วไปไว้เรียกว่า “**อริยสัจ ๔**”

หลักอริยสัจ ๔ นี้ เป็นกระบวนการและเป็นระบบเหตุผลในการแก้ไขปัญหาของมนุษย์ หรือบำบัดโรคของชีวิต

อริยสัจนั้นเป็นระบบการแก้ปัญหาในแนวของการรักษาโรค คล้ายกับว่าพระพุทธศาสนามองโลกด้วยสายตาอย่างแพทย์

ดังที่มีการเปรียบเทียบขั้นตอนของการดับทุกข์ เหมือนขั้นตอนของการรักษาโรค เช่น ในคัมภีร์วิสุทธิมัคค์ ท่านพูดถึงเรื่องทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ซึ่งเป็นหัวข้อทั้ง ๔ ของอริยสัจว่า

- **ทุกข์** ได้แก่ **โรค**
- **สมุทัย** ได้แก่ **โรคนิทาน** สมัยก่อนเขาใช้คำว่าโรคนิทาน ซึ่งก็แปลว่า เหตุของโรค หรือ สมุฏฐานของโรค นั่นเอง
- **นิโรธ** คือ **ภาวะหายจากโรค**
- **มรรค** ได้แก่ **ยาและกระบวนวิธีที่ใช้บำบัดโรค** หรือทำให้หายโรคนั้น

เมื่อเราประสบปัญหา คือโรค

- ก็ต้องตรวจอาการดู เพื่อวินิจฉัยว่าเป็นโรคอะไร
- แล้วก็จับตัวสาเหตุให้ได้ว่าเป็นเชื้ออะไร หรือเกิดจากอะไร
- เสร็จแล้วก็กำหนดเป้าหมาย คือ ความหายโรค หรือความมีสุขภาพดี คาดหมายว่าผลดีที่ต้องการคืออย่างไร แค่ไหน และจะสำเร็จหรือเป็นไปได้เท่าไหนเพียงใด ในขั้นตอนนั้นๆ
- แล้วก็วางวิธีปฏิบัติในการแก้ไข เช่น ให้ยา

รวมเป็น ๔ ขั้นตอน

ขั้นที่หนึ่ง ตัวโรค คือ “ทุกข์”

ขั้นที่สอง สาเหตุต้นตอของโรคนั้นอันจะต้องหา คือ “สมุทัย”

ขั้นที่สาม ภาวะหายจากโรค หรือความมีสุขภาพดี คือ “นิโรธ”

ขั้นสุดท้ายที่สี่ การวางวิธีแก้ไขบำบัด เช่น การให้ยาเป็นต้น ได้แก่ “มรรค”

รวมมี ๔ ประการด้วยกัน

แนวทางของพระพุทธศาสนา เป็นกระบวนวิธีของการบำบัดโรคทุกข์รักษาคนไม่สบาย จึงเรียกพระพุทธเจ้าว่าเป็นแพทย์

ทีนี้ พอจะรักษา ก็มีการแยกแยะออกไปว่า “**ทุกข์**” นั้นอยู่ที่ชีวิต ชีวิตนั้นก็แยกออกไปเป็นองค์ประกอบต่าง ๆ เช่น อาจจะแยกเป็นขันธ์ ๕ ตัวที่เป็นปัญหาหรือเป็นโรคก็คือขันธ์ ๕ นี่แหละ ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ซึ่งเรียกรวมให้สั้นลงไปอีกเป็น ๒ อย่างง่ายๆ ว่า *รูป กับ นาม* ภาษาไทยว่า *กาย กับ ใจ*

กายกับใจนี้ ต้องมองเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน อย่างที่อาจารย์หมอเสมได้พูดตอนต้นแล้วว่า พุทธศาสนามองคนเป็น**นามรูป** และใช้นามรูปที่เป็น ๒ อย่างนี้รวมกันเป็นเอกพจน์ คือรวมกันหรือเนื่องกันเป็นอันหนึ่งอันเดียว ไม่มองแยกเป็นสอง แต่ต้องมองเป็นสองที่รวมอยู่ในความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เพราะมันโยงสัมพันธ์กันเป็นอันหนึ่งอันเดียว ไม่แยกต่างหากจากกัน แต่เป็นระบบความสัมพันธ์ขององค์ประกอบต่างๆ

จึงเห็นได้ว่า พระพุทธศาสนามองชีวิตหรือระบบของการเป็นอยู่ รวมทั้งกระบวนการของทุกข์นี้ ว่าเป็นระบบแห่งความสัมพันธ์ขององค์ประกอบต่างๆ ที่เข้ามาเกี่ยวข้องอิงอาศัยกัน

ต่อจากนั้น ก็จะต้องสืบสาวหาเหตุ โดยลงไปสู่กระบวนการที่เรียกว่า “**ปฏิจจสมุปบาท**” ซึ่งจะทำให้เราคิดค้นสืบสาวหาที่มาหรือต้นตอตามกระบวนการของเหตุปัจจัย ทำให้มองเห็นความเป็นมาหรือเหตุเกิดของโรค หรือความทุกข์ ในแง่เป็นกระบวนการของเหตุปัจจัย ที่ส่งต่อสืบทอดกันมา

รวมความว่า ในทัศนะของพระพุทธศาสนานั้น ท่านมองปัญหาของมนุษย์ มองทุกข์ มองโรคภัยไข้เจ็บ พร้อมทั้งการรักษาบำบัด เป็นระบบความสัมพันธ์ขององค์ประกอบที่อิงอาศัยซึ่งกันและกัน เป็นกระบวนการแห่งเหตุปัจจัยที่สืบทอดต่อเนื่อง

อันนี้เป็นหลักทั่วไปในพุทธศาสนา ซึ่งสอดคล้องกันหมด ไม่ว่าจะเป็นหลักอริยสัจ หลักไตรลักษณ์ หลักปฏิจจสมุปบาท หรือหลักขันธ์ ๕ ก็ล้วนแต่เป็นหลักที่สนับสนุนแนวคิดนี้ทั้งสิ้น

เพราะฉะนั้น เมื่อเราจะปฏิบัติการต่อเรื่องทุกข์ของมนุษย์ หรือต่อปัญหาของมนุษย์ รวมทั้งโรคภัยไข้เจ็บนี้ ก็จะต้องมองเห็นองค์ประกอบให้ครบ และมองหาเหตุปัจจัยให้ตลอดสาย

ปัญหาของปัจจุบันนี้ก็คือว่า วงการแพทย์กำลังถูกวิจารณ์ว่าเป็นผู้ที่มองปัญหาโรคภัยไข้เจ็บในขอบเขตที่คับแคบ โดยตัดตอนเฉพาะช่วงใดช่วงหนึ่ง ไม่มองให้ตลอดสาย และไม่มองโยงปัจจัยและองค์ประกอบที่สัมพันธ์กันให้ทั่วถึงทั้งหมดด้วย

หมายความว่า

ในแง่**<u>ระบบ</u>**ความสัมพันธ์ขององค์ประกอบ ก็มองไม่ทั่วทุกองค์ประกอบ
ในแง่**<u>กระบวนการ</u>**แห่งเหตุปัจจัยที่ส่งทอดต่อกันมา ก็ไม่มองให้ตลอดสาย
ทั้งสองอย่าง หรือทั้งสองด้านนั้น จึงมีปัญหาทั้งสิ้น

หลักมีอยู่ว่า เมื่อปัจจัยต่างๆ พรั่งพร้อม ผลจึงเกิดขึ้น เพราะฉะนั้น ผลที่เกิดขึ้นอันหนึ่ง จึงมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องมากมายหลายอย่าง เป็นปัจจัยในฐานะแหล่งก่อตัวบ้าง เป็นปัจจัยอุดหนุนค้ำจุนบ้าง เป็นปัจจัยที่ให้ช่องให้โอกาสบ้าง เป็นปัจจัยผลักดันบ้าง เป็นปัจจัยเสริมสนับสนุน ตลอดจนซ้ำส่งบ้าง

ไม่ใช่ทัศนะแบบที่ว่า ความเจ็บป่วยอันหนึ่ง ก็โรคอันหนึ่ง หรือโรคหนึ่ง ก็สมุฏฐานหนึ่ง หรืออย่างที่มีคำใช้ว่า one disease one cause ไม่ใช่ทัศนะแบบนี้ แต่เป็นระบบปัจจัยสัมพันธ์ ที่ต้องพูดอย่างเป็นสัมพัทธ์ เพราะผลแปรเปลี่ยนแผกผันไป ตามปัจจัยที่เกี่ยวพันเป็นตัวแปรอันมากมาย เช่นว่า

กรณีที่หนึ่ง เชื้อโรคมีอยู่ แต่ไม่แรงนัก ร่างกายของเราแข็งแรง จิตใจก็เข้มแข็งมีกำลังใจดี ทั้งๆ ที่มีโรคนั้นหรือมีเหตุที่จะเป็นโรคนั้น แต่โรคก็ไม่เกิด ทั้งๆ ที่เชื้อโรคมีอยู่ แต่ไม่เป็นโรค

กรณีที่สอง เชื้อโรคก็มีอยู่และไม่แรงนัก แต่ร่างกายแข็งแรงมาก กำลังใจน้อยหน่อย ก็ยังไม่เป็นโรค อยู่ได้

กรณีที่สาม เชื้อโรคก็มีอยู่และไม่แรงนัก ร่างกายก็แข็งแรงพอสมควร แต่ท้อแท้ไม่มีกำลังใจ อ้าวกลายเป็นโรคเสียแล้ว ทั้งๆ ที่ร่างกายก็ไม่ค่อยเป็นไร แต่กำลังใจไม่มี เลยเป็นโรค

กรณีที่สี่ โรคแรงเกินไป คราวนี้ทั้งที่ร่างกายดี กำลังใจดี ก็สู้ไม่ได้เหมือนกัน ก็เป็นโรค

นี้เป็นตัวอย่างเพื่อแสดงว่า ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่างๆ เป็นไปหลายแบบ ซึ่งยังพูดได้มากกว่านี้อีกหลายกรณี

เฉพาะในกรณีที่ว่ามานี้ ปัจจัยที่พิจารณายกมาเพียง ๓ อย่างคือ ***เชื้อโรค*** ร้ายหรือไม่ร้าย (และแค่ไหน) ***ร่างกาย*** แข็งแรงหรือไม่ (และแค่ไหน) ***จิตใจ*** เข้มแข็งหรือไม่ (และแค่ไหน)

ที่จริง ยังมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องอย่างอื่นอีก ทั้งทางสังคม ทางสภาพแวดล้อมทั้งธรรมชาติและวัตถุ แต่สรุปว่า เชื้อโรคนี้อาจจะมีอยู่ตลอดเวลา แต่คนจะเป็นโรคหรือไม่เป็นนั้น ต้องขึ้นต่อปัจจัยที่สัมพันธ์กันเป็นเงื่อนไข และปัจจัยนั้นก็อาจมีหลายอย่าง

ที่ว่ามานี้ ผลอย่างเดียวจะเกิดขึ้นได้ นอกจากเหตุแล้ว ยังอาศัยปัจจัยอีกหลายอย่าง ในทางกลับกัน ปัจจัยอย่างเดียวก็ส่งผลไปหลายอย่าง และกระทบหลายด้าน เป็นไปในรูปของระบบและกระบวนการอย่างที่ว่ามาแล้ว

เราทำการที่จุดเดียวนี้ แต่ผลมีทั่วระบบ เพราะฉะนั้น จะทำอะไรที่จุดไหน ต้องหมายรู้และเล็งผลไปให้ทั่วตลอดทั้งกระบวน

ความจริง เรื่องนี้ในวงการแพทย์ก็ถืออย่างนี้เหมือนกัน แต่จะมองด้วยทัศนะที่กว้างขวางแค่ไหน ก็เป็นอีกเรื่องหนึ่ง

สำหรับในแง่ของพระพุทธศาสนานั้นมองว่า ปัจจัยเหล่านี้จะต้องเชื่อมโยงกันไปอย่างหลากหลายกว้างขวาง ทั้งองค์ประกอบคือตัวเชื้อโรค ทั้งองค์ประกอบทางกายของเรา ทั้งองค์ประกอบทางใจของเรา ทั้งองค์ประกอบทางสังคม และองค์ประกอบทางสภาพแวดล้อม ซึ่งอาจจะพูดกันต่อไป

ปัจจุบันนี้ คนกำลังมีความโน้มเอียงที่จะหันมาสู่ holistic view หรือ holism เพราะฉะนั้นก็จะมองปัจจัยต่างๆ ในวงที่กว้างโดยพยายามที่จะเชื่อมโยงออกไปให้ทั่วถึงยิ่งๆ ขึ้น

พุทธธรรมนั้นมองตามระบบปัจจัยสัมพันธ์ โดยเฉพาะในแง่ของชีวิตนี้ ก็อย่างที่บอกข้างต้นแล้ว พุทธธรรมมองชีวิตว่าเป็นกายกับใจที่มาประสานสัมพันธ์กัน เป็นระบบ เป็นกระบวนการที่เรียกว่า ***นามรูป*** คือ นามและรูปที่มีสอง แต่เป็นหนึ่งเดียว

นามและรูปนี้อิงอาศัยซึ่งกันและกันอย่างแยกเด็ดขาดไม่ได้ ท่านอุปมาว่า เหมือนไม้สองชิ้นที่มาพิงกัน ถ้าเอาอันหนึ่งออก อีกอันหนึ่งก็ล้มไปด้วย และอย่างที่ว่า ความเป็นไปของมันยังโยงไปถึงสังคมที่แวดล้อมเป็นต้นด้วย ซึ่งเป็นปัจจัยต่อกันได้กับชีวิตนี้

ความเครียด
ตัวอย่างปัจจัยสัมพันธ์ระหว่างกายกับจิต

ตอนนี้ อาตมภาพอยากจะยกตัวอย่าง ที่แสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างกายกับจิต แล้วต่อจากนั้นจึงจะโยงไปถึงสังคม ว่ามีความสัมพันธ์กันได้อย่างไร

ตัวอย่างหนึ่งในพุทธธรรมที่ชี้ให้เห็นความสัมพันธ์อิงอาศัยกันระหว่างกายกับจิต คือ มีข้อความเป็นพุทธพจน์ตอนหนึ่ง พูดถึงผู้ปฏิบัติธรรมมีความก้าวหน้า ซึ่งเป็นความสำเร็จในขั้นตอนสำคัญของการปฏิบัติธรรม เป็นภาษาบาลีว่า *(เช่น วินย.๑/๓/๖; ม.มู.๑๒/๔๗/๓๘)*

ปสฺสทฺธิ กาโย อสารทฺธิ, สมาหิตํ จิตฺตํ เอกคฺคํ
(กายผ่อนคลาย ไม่เครียด ใจเป็นสมาธิ รวมเป็นหนึ่งเดียว)

ถ้าหากได้ภาวะนี้ขึ้นมาแล้ว ก็พูดได้ว่า คนนั้นมีความก้าวหน้าของชีวิตจิตใจ ถึงขั้นพร้อมที่จะเดินต่อไปในการปฏิบัติที่จะทำให้เกิดปัญญา หรือในการที่จะนำเอาจิตใจซึ่งมีความพร้อมนั้นไปใช้ประโยชน์ในการทำงานต่างๆ ให้เกิดผลดี

ในข้อความว่า “กายผ่อนคลายไม่เครียด” นี้ คำว่ากาย ในอรรถกถาชอบอธิบายว่าได้แก่นามกาย “นามกาย” หมายถึงกองเจตสิก คือ เวทนา สัญญา สังขาร

แต่เมื่อลองสำรวจดูในพระสูตรด้วยกัน อาจจะได้ความคิดความเข้าใจที่ชัดเจนมากขึ้น เช่นในพระสูตรที่เล่าพุทธประวัติ ตอนหนึ่งก่อนที่จะตรัสรู้ พระพุทธเจ้าไปบำเพ็ญทุกรกิริยา คือทรมานร่างกายด้วยประการต่างๆ มีการกลั้นลมหายใจ เป็นต้น

เมื่อพระพุทธเจ้าบำเพ็ญทุกรกิริยานั้น อาการอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นจากการทรมานร่างกาย ก็คือ “**กายเครียด**” และท่านใช้ศัพท์ชุดเดียวกัน ซึ่งตรงข้ามกับในที่นี้ (“สารทฺโธ...กาโย...อปฺปฏิปฺปสฺสทฺโธ” - *เช่น ม.มู.๑๒/๔๑๗/๔๕๑* แปลได้ว่า กายเครียด ไม่ผ่อนคลายสงบ)

เมื่อพิจารณาตามนี้ กายก็คงหมายรวมถึงสภาพทางร่างกายที่เป็นรูปธรรม ซึ่งเนื่องอยู่ด้วยกันกับฝ่ายนามธรรม

แต่เราจะไม่ต้องเถียงกันในเรื่องนี้ว่า นามกายหรือรูปกาย เพราะว่าสาระอยู่ที่จุดสำคัญตรงนี้ที่ว่า ความเครียดและความผ่อนคลายนี้ เป็นจุดโยงต่อระหว่างกายกับใจที่สำคัญมาก อาจจะเรียกว่าเป็นจุดร่วม และจุดแยก ของกายกับใจ

กายกับใจมักจะมีอาการร่วมกันที่สำคัญตอนนี้ ตอนที่มีความ***ผ่อนคลาย*** กับความ***เครียด*** นี้ ถ้ากายเครียด ใจก็เครียดด้วย ถ้ากายผ่อนคลาย ใจก็ผ่อนคลายด้วย ถ้าใจเครียด กายก็เครียดไปด้วย ถ้าใจผ่อนคลาย กายก็ผ่อนคลายด้วย อันนี้เป็นจุดสำคัญ

ในกรณีที่พระพุทธเจ้าทรงบำเพ็ญทุกรกิริยาทรมานพระวรกายนั้น เมื่อกายเครียด ก็ทำให้จิตใจไม่เป็นสมาธิไปด้วย (สภาพกายมีผลต่อสภาพจิตใจ)

แต่ในกรณีของผู้ที่ปฏิบัติตัวถูกต้อง ดังปรากฏในการบำเพ็ญ ***โพชฌงค์*** เมื่อเกิดความอิ่มใจ ทั้งกายและใจก็ผ่อนคลายสบาย (สภาพจิตใจมีผลต่อสภาพกายด้วย) และองค์ธรรมข้อที่เรียกว่าความผ่อนคลายนี้ เป็นองค์ธรรมที่สำคัญมาก มีคำศัพท์ทางธรรมเป็นชื่อเฉพาะ เรียกว่า "**ปัสสัทธิ**" อยู่ในหลักที่เรียกว่า โพชฌงค์ ๗ ประการ

โพชฌงค์นั้น ผู้ที่ศึกษาธรรมย่อมรู้จักกันดีว่า เป็นองค์ประกอบแห่งการตรัสรู้

โพชฌงค์ ก็คือ โพธิ+องฺค แปลว่า องค์ประกอบของโพธิ คือองค์ประกอบของการตรัสรู้ มี ๗ ประการ

ภาวะที่ผ่อนคลาย หรือปัสสัทธินี้ เป็นองค์ประกอบข้อที่ ๕

ปัสสัทธิในโพชฌงค์นี้ ท่านพูดคู่กันทั้งกายและใจ ดังที่ว่า *(เช่น ส.ม.๑๙/๓๗๘/๑๐๐)* "กายิปิ ปสฺสมฺภติ จิตฺตมฺปิ ปสฺสมฺภติ" แปลว่า (เมื่อใจเอิบอิ่ม) แม้กายก็ผ่อนคลาย แม้ใจก็ผ่อนคลาย พูดง่ายๆ ว่า ทั้งกายทั้งใจผ่อนคลายสงบสบาย

ปัสสัทธิ คือความผ่อนคลายนี้ เป็นองค์ธรรมสำคัญมาก และในทางตรงข้าม คือทางลบ ความเครียด ท่านใช้คำว่า "สารัทธะ" อย่างที่บอกแล้วว่าตัวความเครียด และความผ่อนคลายนี้ เป็นจุดร่วมอาการที่สำคัญของกายและใจ และเป็นองค์ประกอบสำคัญในการที่จะปฏิบัติเพื่อเข้าถึงจุดมุ่งหมายของพระพุทธศาสนา

การที่กายใจผ่อนคลายไม่เครียด กับการที่ใจเป็นสมาธิรวมเป็นหนึ่งเดียวนั้น สองอย่างนี้ต้องมาสัมพันธ์เป็นปัจจัยแก่กันและกันด้วย ในการปฏิบัติธรรมมีคำพูดแทบจะเป็นสูตรทีเดียว ซึ่งแสดงถึงขั้นตอนของการที่จะเกิดภาวะทางจิตใจและทางร่างกายขึ้นมาสำหรับผู้ที่ได้สร้างความสำเร็จขึ้นในการพัฒนาชีวิตจิตใจ

ขั้นตอนเหล่านั้น เริ่มต้นตั้งแต่มี "**ปราโมทย์**" เกิดขึ้น พอมีปราโมทย์ที่เราแปลว่าความแช่มชื่น หรือความร่าเริงบันเทิงใจแล้ว ก็จะมี "**ปีติ**" คือความอิ่มใจ พอมีปีติแล้ว ก็จะมี "**ปัสสัทธิ**" คือความผ่อนคลายกายใจ พอมีปัสสัทธิแล้ว ก็จะมี "**สุข**" พอเกิดความสุขแล้ว ก็จะเกิด "**สมาธิ**" ถ้าเห็นธรรมชุดนี้เกิดขึ้นมาในใจของเราเมื่อไร ก็มั่นใจได้ว่า ได้มีความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรมแล้ว

คนที่ปฏิบัติธรรมจะต้องสำรวจตัวเองว่า เรามีธรรมชุดนี้ไหม มีปราโมทย์ มีปีติ มีปัสสัทธิ มีสุข มีสมาธิไหม

ถ้ากายใจผ่อนคลายไม่เครียดแล้ว ท่านว่าเป็นธรรมดาที่ความสุขจะต้องเกิดขึ้น ไม่ต้องไปตั้งใจขอให้ความสุขเกิดขึ้นหรอก ถ้าความผ่อนคลายเกิดขึ้นแล้ว ความสุขจะตามมาเอง เป็นธรรมดาทีเดียว เป็นเรื่องของความเป็นไปตามเหตุปัจจัย

ขอให้สังเกตว่า ความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรม ที่กล่าวมานี้ทั้งชุด รวมหมด ๕ อย่าง ล้วนเป็นเรื่องของความสุขสบายทั้งนั้น

ในการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนานั้น ลักษณะที่แสดงถึงความสำเร็จอย่างหนึ่ง ก็คือเป็นความสุขสบาย แต่เป็นความสุขที่เป็นกุศล นี้เป็นหลักที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ หลังจากการที่ได้ปฏิบัติด้วยพระองค์เอง และผ่านประสบการณ์จริงมาแล้ว

ดังได้บอกแล้วว่า พระพุทธเจ้าได้ทรงบำเพ็ญทุกรกิริยามาก่อน พระพุทธเจ้าทรงบำเพ็ญทุกรกิริยาทรมานพระองค์ด้วยมีพระดำริคือความคิดเห็นว่า คนเราจะเข้าถึงสุขได้ ต้องด้วยความทุกข์ หมายความว่า ต้องทำด้วยความยากลำบาก ต้องผ่านความทุกข์จึงจะเข้าถึงความสุขได้ อันนี้แหละเป็นข้อปรารภที่ทำให้พระโพธิสัตว์เสด็จออกบรรพชาแล้ว ถึงตอนสำคัญก็ได้ทรงบำเพ็ญทุกร-กิริยาทรมานพระองค์ *(เช่น ม.ม.๑๓/๔๘๙/๔๔๓)*

แต่พระองค์ได้ทรงค้นพบต่อมาว่า ความสุขมิใช่จะเข้าถึงด้วยความทุกข์ แต่ความสุขเข้าถึงได้ด้วยความสุขที่ถูกต้อง จึงได้ทรงละเลิกทุกรกิริยา แล้วทรงดำเนินมัชฌิมาปฏิปทา อันเป็นข้อปฏิบัติในพระพุทธศาสนาที่ต่างจากลัทธินิครนถ์

ลัทธินิครนถ์ถือว่า “**ความสุขต้องเข้าถึงด้วยความทุกข์**” ดังที่พวกนิครนถ์ได้ทูลแสดงลัทธิของเขาว่า *(นำคำเดิมมาให้ดู ม.มู.๑๒/๒๒๐/๑๘๗)*

> น โข อาวุโส โคตม สุเขน สุขํ อธิคนฺตพฺพํ, ทุกฺเขน โข สุขํ อธิคนฺตพฺพํ.
> (ท่านโคตมะ สุขจะพึงลุถึงด้วยสุข หาได้ไม่, สุขพึงต้องลุถึงด้วยทุกข์)

เพราะนิครนถ์ถืออย่างนี้ เขาจึงได้บำเพ็ญตบะ มีการทรมานตนต่างๆ เช่น นอนบนหนาม ยืนตากตัวกลางแดดจ้าในตอนเที่ยงของฤดูร้อน ลงไปแช่ตัวในแม่น้ำในฤดูที่มีอากาศหนาวเย็นอะไรต่างๆ ทำนองนี้ พูดง่ายๆ ว่ามีวิธีทรมานร่างกายต่างๆ แปลกๆ มากมาย

แต่พุทธศาสนาถือว่า ความสุขสามารถเข้าถึงได้ด้วยความสุขที่ไม่เสียหาย หรือพูดให้เต็มเพื่อให้ถูกต้องแท้จริงว่า ความสุขจะเข้าถึงได้ด้วยการทำเหตุปัจจัยของความสุข หรือพูดอีกอย่างหนึ่งว่า ด้วยการปฏิบัติถูกต้องตามเหตุปัจจัย

คนที่มีปราโมทย์ มีปีติ มีปัสสัทธิ แล้วก็ย่อมจะมีความสุข เพราะได้ทำเหตุปัจจัยของความสุขถูกต้องแล้ว เพราะฉะนั้น ความสุขจึงสามารถเข้าถึงได้ด้วยความสุข

จุดพลาดของการทำทุกรกิริยา ก็คือทำให้กายเครียด ทั้งๆ ที่ในตอนนั้นพระพุทธเจ้าตรัสเล่าไว้ว่า เมื่อพระองค์บำเพ็ญทุกรกิริยา ทรมานพระองค์นั้น ความเพียรก็ดำเนินไปดี สติของพระองค์ก็ดี กำกับชัดเจน แต่เพราะกายเครียด ก็ไม่สำเร็จ

เพราะฉะนั้นจึงบอกว่า จุดนี้สำคัญมาก ความเครียดนี่เป็นข้ัวต่อระหว่างกายกับใจ เป็นอาการร่วมของกายและใจ ในภาษาอังกฤษก็ชอบพูดกันมากถึงคำว่าความเครียด เรียกว่า stress และความผ่อนคลาย หรือ ปัสสัทธิ ได้แก่คำว่า relaxation

พระพุทธเจ้าทรงเรียกความเครียดนี้ว่า เป็นอกุศลธรรม และเป็นบาปที่จะต้องกำจัด เป็นสิ่งที่บั่นทอนสุขภาพกายใจ

ในวงการแพทย์และวงการเกี่ยวกับสุขภาพปัจจุบันนี้ พูดกันมากขึ้นว่า stress หรือความเครียดนี้ เป็นที่มาของโรคสำคัญๆ ทั้งโรคหัวใจ และโรคความดันโลหิตสูง

บางคนก็สันนิษฐานว่า ความเครียดทำให้เป็นโรคมะเร็งด้วย เช่นบางท่านว่า stress หรือ ความเครียดนี้ เป็นตัวการที่ทำให้เกิดกรด ทำให้การสร้างภูมิต้านทานของร่างกายลดลง ร่างกายสูญเสียภูมิต้านทาน ทำให้เกิดภาวะที่ไม่สมดุลในทางฮอร์โมน และเป็นตัวสนับสนุนให้เซลล์มะเร็งขยายตัวได้ง่าย เนื่องจากเกิดภาวะไม่สมดุลขึ้นมานั้น นี่ก็อธิบายกันไป

ฉะนั้น ปัจจุบันนี้วงการแพทย์จึงกำลังให้ความสนใจกับเรื่อง stress หรือความเครียดนี้มาก แต่ในทางพุทธศาสนา ท่านถือเป็นเรื่องสำคัญมานานแล้ว

ในการปฏิบัติธรรม คือ การดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง คนเราจะต้องก้าวผ่านจุดนี้ จะต้องมีกายไม่เครียด ใจไม่เครียด และมีความผ่อนคลาย ต่อจากนั้นก็ก้าวไปสู่สุข และสู่สมาธิ

ในสจิตตสูตร พระพุทธเจ้าตรัสถึง "**ความเครียด**" ว่าเป็นบาปอกุศลอย่างหนึ่ง ใน ๑๐ อย่าง ที่จะต้องเร่งดับละกำจัดเสีย จะมัวนอนใจอยู่ไม่ได้ เหมือนคนรีบดับไฟที่ไหม้ผ้านุ่งห่มหรือไหม้ศีรษะ *(องฺ.ทสก.๒๔/๕๑/๙๘)* ขอยกมาดูนิดหนึ่ง (ยกมาเพียง ๓ อย่าง)

> ภิกษุทั้งหลาย ถ้าว่าภิกษุพิจารณาอยู่ รู้อย่างนี้ว่า เราเป็นอยู่โดย...มักโกรธมากบ่อย มีใจขุ่นหมองมากบ่อย **มีกายเครียด**มากบ่อย...ดังนี้ไซร้ เธอควรทำฉันทะ ความพยายาม ความอุตสาหะ ความขะมักเขม้น ความไม่ท้อถอย สติและสัมปชัญญะ ให้มีประมาณยิ่ง เพื่อละอกุศลธรรมทั้งหลายที่ชั่วร้ายเหล่านั้น ... เปรียบเหมือนบุคคลมีผ้าถูกไฟไหม้ หรือมีศีรษะถูกไฟไหม้ พึงทำฉันทะ ความพยายาม...ให้มีประมาณยิ่ง เพื่อดับไฟไหม้ผ้า หรือไฟไหม้ศีรษะนั้นเสีย

พุทธพจน์นี้แสดงว่าพระพุทธเจ้าทรงถือเรื่องนี้ว่าสำคัญเพียงใด ในที่นี้ ที่ว่า "มีกายเครียด" คือ "สารัทธกาย" ตรงข้ามกับ "ปัสสัทธกาย" (มีกายที่ผ่อนคลาย เรียบรื่น สงบสบาย)

เพราะฉะนั้น จะต้องตรวจสอบตนเองว่าเราได้ปฏิบัติตามหลักข้อนี้หรือเปล่า ถ้ามีความเครียดบ่อยๆ ก็อย่าได้ปล่อยไว้ ให้ถือเหมือนว่าไฟไหม้ศีรษะ ไฟไหม้เสื้อผ้า ต้องรีบแก้ไขดับไฟเสีย

กายและใจนั้นสัมพันธ์กัน ใจมีเรื่องกังวลเกี่ยวกับคนด้วยกันก็ตาม มีเรื่องกังวลเกี่ยวกับทรัพย์สินเงินทองก็ตาม เราก็เครียด ใจคิดจ้องจะเอาของคนอื่น ใจโลภอยากจะได้มากๆ ก็เครียด ใจกรุ่นด้วยราคะ ใจกรุ่นด้วยความแค้นเคืองพยาบาท ทั้งกายและใจก็เครียดหมด แล้วอันนี้ก็เป็นที่มาของปัญหา

ความเครียด ตัวอย่างปัจจัยและผลที่โยงทั่วระบบตลอดกระบวน

เรื่องของความเครียดที่ว่ามานี้ ไม่จำกัดอยู่เฉพาะกายกับใจเท่านั้น แต่ยังโยงไปถึงสังคมที่แวดล้อมด้วย

ในปริสสูตร *(องฺ.ติก.๒๐/๕๓๕/๓๑๓)* พระพุทธเจ้าตรัสว่า ในหมู่ชนที่ร่วมมือร่วมใจสามัคคีกัน มองกันด้วย “**ปิยจักษุ**” (ปิยจักษุ หมายถึงสายตาที่ประกอบด้วยความรัก ความปรารถนาดี) ชื่นชมยินดี ร่าเริง บันเทิงใจต่อกัน ก็มีปราโมทย์ แล้วก็จะมีปีติ แล้วก็จะมีปัสสัทธิ คือความผ่อนคลาย ไม่เครียด แล้วก็จะทำให้เกิดความสุข และสมาธิ

นี่คือภาวะที่เป็นการได้บุญมาก เป็นการเจริญพรหมวิหารไปด้วย โดยเฉพาะข้อมุทิตาจิต เป็นการปฏิบัติธรรมอยู่ท่ามกลางหมู่มนุษย์ ชนิดที่ไม่ต้องปลีกตัวไปจากสังคม พระสูตรนี้น่าอ่าน ขอให้ไปอ่านดู

(การปฏิบัติธรรม ก็คือการดำเนินชีวิตถูกต้อง และปฏิบัติต่อสภาพแวดล้อมทั้งทางวัตถุและทางสังคมอย่างมีผลเกื้อกูลต่อชีวิตและต่อการดำรงอยู่ร่วมกันนั่นเอง)

เพราะฉะนั้น คนเราอยู่ในสังคมได้ด้วยการปฏิบัติธรรมนี้เป็นตัวอย่าง คือการที่ว่าทำอย่างไรจะให้คนมองดูกันด้วยปิยจักษุ มีความชื่นชมยินดีร่าเริง บันเทิงใจต่อกัน อันนี้เป็นเรื่องของปัญหาสุขภาพของสังคม ที่เกี่ยวพันมาถึงความเครียด หรือความผ่อนคลายได้

ถ้าคนในสังคมนี้อยู่ในภาวะที่มีจิตใจสมัครสมานกัน มีความชื่นชมยินดีต่อกัน เราก็มีภาวะจิตใจที่ผ่อนคลาย กายก็ผ่อนคลาย

แต่ถ้าในสังคมนั้นมีความขัดแย้งสูง แก่งแย่งแข่งขันกันมาก ก็จะทำให้เกิดภาวะจิตใจที่มีความเครียด และกายก็เครียด สมอง หัวใจ การหายใจ กล้ามเนื้อ เส้นประสาทก็เครียดไปหมด นี่คือตัวโยงที่เชื่อมต่อไปถึงสังคมแล้ว

สภาพสังคมปัจจุบัน หรือระบบสังคมที่เป็นอยู่นี้ โดยทั่วไปจะไม่ค่อยเอื้อให้คนได้ผ่อนคลาย แต่มักจะผลักดันให้คนเกิดความเครียด เพราะเป็นระบบสังคมที่มีการแข่งขันสูง มีการแย่งชิงสูง

ในเมื่อมนุษย์อยู่ด้วยกันในระบบที่มีการแข่งขันแย่งชิงสูง คนก็ยากที่จะมีความชื่นชมยินดีร่าเริงบันเทิงใจต่อกันได้ คนเราจะมองต่อกันด้วยปิยจักษุได้อย่างไร ในเมื่อมันต้องแข่งขันแย่งชิงกันอยู่ มีแต่จะผลักดันให้เกิดภาวะในทางตรงข้าม ทำให้เกิดความระแวง ความขัดแย้ง ความเจ็บใจแค้นเคืองต่อกัน ความคับข้องหมองใจ และความกดดันต่างๆ

เพราะฉะนั้น ระบบสังคมแบบนี้จึงไม่เอื้ออำนวยในการที่จะทำให้เกิดความผ่อนคลาย ซึ่งก็คือไม่เอื้อต่อสุขภาพด้วย

ทีนี้ ในแง่ของทรัพย์สินและวัตถุต่างๆ เราก็อยู่ในระบบเศรษฐกิจที่ทำให้คนเห็นแก่ตัว ทำให้มุ่งที่จะจ้องหาทางเอาเข้ามาๆ ไม่รู้จักพอ จึงไม่สามารถทำให้คนเกิดความพอใจ อิ่มใจ และผ่อนคลายได้ เช่นเดียวกัน

จึงเป็นธรรมดาอยู่เองว่า ระบบเศรษฐกิจแบบนี้ก็จะเป็นตัวเอื้ออำนวยด้วยการบีบคั้นกดดัน ให้เกิดความเครียดได้มาก โดยสัมพันธ์กับการทำให้เกิดปัญหาแก่สังคม ในแง่ที่จะต้องคอยเอารัดเอาเปรียบ เบียดเบียน และครอบงำกัน

เพราะฉะนั้น เรื่องมันก็โยงมาจากและโยงมาถึงสังคมด้วย แล้วก็ต้องมาคิดกันว่าทำอย่างไรจะแก้ปัญหาสังคมนี้ได้ แต่ในเมื่อเราสร้างเหตุปัจจัยของการที่จะทำให้เกิดปัญหา แล้วไม่แก้ไขที่เหตุปัจจัยนั้น แล้วจะมาบ่นกันทำไมว่าแก้ปัญหาไม่ได้

เมื่อความเครียดทำให้เสียสุขภาพจิต ก็มีทางที่จะก่อโรคทางกายด้วย เพราะฉะนั้น ก็เป็นธรรมดาที่คนในสังคมเช่นนี้ ซึ่งมีระบบเศรษฐกิจและระบบสังคมเช่นนี้ จะต้องมีโรคภัยไข้เจ็บมากขึ้นเป็นธรรมดา ถ้าเราแก้ปัญหานี้ไม่ตก ก็ยากที่จะแก้ปัญหาสุขภาพได้

เพราะฉะนั้น การที่จะแก้ปัญหาโรคภัยไข้เจ็บได้นั้นจึงว่า ในที่สุดก็ต้องโยงไปถึงสังคม แล้วก็ไม่เฉพาะสังคมที่แวดล้อมเท่านั้น แม้แต่สภาพแวดล้อมทางวัตถุในทางธรรมชาติก็เช่นเดียวกัน ก็มีผลต่อโรคภัยไข้เจ็บและสุขภาพได้

สภาพแวดล้อมทางวัตถุที่เสียหาย ไม่ใช่ว่าจะมีผลทำลายเฉพาะทางด้านกายภาพอย่างเดียว เช่น สารเคมี และมลพิษต่างๆ ซึ่งทำให้เสื่อมเสียสุขภาพกาย

แต่ไม่ใช่แค่นั้น มันจะส่งผลมาทางจิตใจด้วย เช่น แทนที่เราจะอยู่ภายในเงาไม้ที่ร่มรื่น มีความร่าเริงเบิกบานหรือสงบผ่อนคลาย แต่เราไปอยู่ท่ามกลางอากาศที่เต็มไปด้วยควันรถกลุ้มรุมคละคลุ้ง จิตใจไม่สบายขุ่นมัวขึ้นมา ก็เกิดความเครียด พอมีความเครียดขึ้นมา ก็มีปัญหาต่อสุขภาพ

เวลานี้ “**ความเครียด**” เป็นบาปร้ายที่กำลังเข้ามาครอบงำสังคมปัจจุบัน ถึงขั้นที่จะกลายเป็นวิถีชีวิตของมนุษย์เลยทีเดียว

อย่างไรก็ตาม ที่ว่ามานี้เป็นเรื่องที่เรียกว่า สัมพัทธ์ ที่ว่าสัมพัทธ์ ก็คือ มันขึ้นอยู่กับองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องนั้น ว่าจะหาส่วนไหนมาช่วยเกื้อกูลกันได้อย่างไร

แม้แต่ในสภาพแวดล้อมที่ไม่ค่อยเอื้อ แต่ถ้าเรามีการฝึกฝนพัฒนาตนมาดี เราสามารถปรับจิตได้ดี มีวิธีการทำจิตใจให้สร้างความผ่อนคลายไม่เครียดได้ ภาวะเสื่อมเสียของสิ่งแวดล้อมนั้นอย่างน้อยในระดับหนึ่ง ก็ไม่สามารถทำให้เราเกิดความเครียดขึ้นมาได้

เพราะฉะนั้นจึงต้องมีวิธีการพัฒนาฝึกฝนเทคนิคในทางจิตใจว่าทำอย่างไรจึงจะคลายเครียดได้ ทำอย่างไรจึงจะผ่อนคลายทุกข์ได้ ตลอดจนสร้าง “**ภาวะปลอดเครียด**” ขึ้นมาไว้ประจำในจิตใจเลยทีเดียว และทั้งหมดนี้ก็เป็นเรื่องของระบบความสัมพันธ์ขององค์ประกอบทั้งหลาย และเป็นเรื่องของกระบวนการแห่งเหตุปัจจัย

น่าจะตั้งข้อสังเกตไว้อย่างหนึ่งว่า หลักธรรมที่เรียกว่า “**โพชฌงค์**” นี้ สมัยหนึ่งเราใช้เป็นบทสวดสำหรับแก้โรคภัยไข้เจ็บ สำหรับสวดให้คนป่วยฟัง และถือกันมาว่าจะรักษาโรคได้ จะช่วยให้หายโรค การที่ถือกันอย่างนี้ ก็มีคติมาจากในพระไตรปิฎก

มีพุทธพจน์เป็นหลักฐาน โดยมีเรื่องว่า พระสาวกผู้ใหญ่บางองค์ คือ พระมหากัสสปะ และพระมหาโมคคัลลานะ ได้เจ็บป่วยอาพาธขึ้นมา แล้วพระพุทธเจ้าก็ทรงสาธยาย ตรัสแจกแจงหลักธรรมเรื่องโพชฌงค์ให้ฟัง แล้วพระมหากัสสปะ และพระมหาโมคคัลลานะ ก็หายจากอาพาธ

แม้แต่เมื่อพระพุทธเจ้าเองประชวร ก็ยังตรัสให้พระมหาจุนทะมาสาธยายโพชฌงค์ถวาย และพระพุทธองค์ก็ทรงหายจากอาพาธเช่นเดียวกัน

ได้กล่าวแล้วว่า ในโพชฌงค์นั้นมีองค์ประกอบ คือ ปัสสัทธิเป็นธรรมสำคัญอย่างหนึ่ง **ปัสสัทธิ** ก็คือ ความผ่อนคลาย ไม่เครียดที่กล่าวมานี้

น่าพิจารณาดูว่า เรื่องนี้มีความหมายและความเป็นเหตุเป็นผล ตามกฎเกณฑ์แห่งความเป็นไปตามเหตุปัจจัยอย่างไร ในการที่เอามาใช้เป็นบทสวดสำหรับแก้ไขโรค

ตอนนี้เวลาหมดลงแล้ว อาตมาพูดได้แค่ความเครียด และความผ่อนคลาย เป็นตัวอย่างของความสัมพันธ์ระหว่างกายกับจิต ซึ่งโยงไปถึงสังคม ตลอดจนแม้แต่สภาพแวดล้อมด้วย

อย่างไรก็ตาม แม้จะได้เสียเวลากับเรื่องนี้ออกจะมากเกินไป แต่ก็เป็นเรื่องที่น่าจะพูดอยู่ เพราะเรื่องของ stress หรือความเครียดนี้ กำลังเป็นปัญหาใหญ่ในวงการสุขภาพปัจจุบัน เป็นเรื่องที่พูดถึงกันมาก

โดยเฉพาะในสังคมของประเทศที่พัฒนาแล้ว หรือเมืองฝรั่งที่ได้ประสบปัญหาจากความเครียดนี้อย่างหนักหน่วง ซึ่งก็ได้เห็นกันแล้วว่า ในพุทธศาสนานั้นมองเรื่องนี้ไว้ โดยจัดเป็นเรื่องสำคัญเช่นเดียวกัน

แต่ที่น่าสนใจ ก็คือ พระพุทธศาสนาได้พูดถึงกระบวนการของเหตุปัจจัยในการเกิดความเครียด พร้อมทั้งวิธีการที่จะแก้ไขกำจัดความเครียดไว้ด้วย และถือการกำจัดความเครียดหรือแก้ไขดับความเครียด สร้างความผ่อนคลายนี้ เป็นเรื่องสำคัญในการปฏิบัติธรรม ไม่เฉพาะสำหรับการรักษาโรคอย่างที่เข้าใจกันเท่านั้น คือ **ไม่เฉพาะสำหรับการรักษาโรคกาย แต่หมายถึงการรักษาโรคของชีวิต** ทั้งหมด

รวมความว่า พระพุทธศาสนามองสุขภาพและความเจ็บป่วยรวมอยู่ในสิ่งที่เรียกว่า **องค์รวมใหญ่แห่งปัญหาเรื่องโรคของชีวิต** ซึ่งมีความสัมพันธ์อิงอาศัยกันอย่างเป็นระบบ และเป็นกระบวนการโดยมีปัจจัยร่วมทั้งด้านกาย ด้านใจ ด้านสังคม และธรรมชาติแวดล้อม โดยที่ปัจจัยทั้งหมดนั้นเป็นไปอย่างสัมพันธ์ส่งผลสืบทอดแก่กันและกัน

การแยกแยะให้เห็นองค์ประกอบย่อยลงไป จนเห็นปัจจัยส่วนละเอียดนั้น ก็สอดคล้องกับพุทธวิธี พุทธศาสนาก็สนับสนุนวิธีการนี้ พุทธศาสนาก็ชอบการวิเคราะห์หรือการแยกซอยนี้มากเหมือนกัน เพราะทำให้เกิดความชัดเจน

เมื่อเกิดความชัดเจน ก็ช่วยให้การปฏิบัติถูกต้องมากขึ้น

แต่ข้อสำคัญก็คือ การที่เราแยกนี้ ก็เพื่อช่วยให้การโยงสะดวกชัดเจนยิ่งขึ้นด้วย เพราะฉะนั้น อย่าลืมว่า เมื่อ **แยกแล้วต้องโยง** ด้วย อันนี้คือหลักการที่สำคัญ

เป็นอันว่า เมื่อมีความชำนาญพิเศษเฉพาะเรื่องเฉพาะด้านแล้ว จะต้องสำนึกตระหนักถึงองค์รวม และร่วมมือกับคนอื่นหรือผู้ชำนาญในด้านอื่นในการที่จะรักษาชีวิตนี้

ศักยภาพของชีวิตในการพัฒนาสู่อิสรภาพ ถึงกายจะป่วยแต่ใจไม่ป่วย ถึงจะต้องตายก็ตายดีได้

นอกจากนี้ ในพระพุทธศาสนา ยังมีแง่คิดอีกอย่างหนึ่งว่า ท่านให้มองความเจ็บไข้ได้ป่วยของร่างกายนี้ เป็นเรื่องธรรมดาที่จะต้องรู้เท่าทันตามความเป็นจริง

จะต้องรู้เท่าทันว่า ในสภาพของสังขารหรือชีวิตที่ประกอบด้วยองค์ประกอบต่างๆ มาประชุมกันนั้น องค์ประกอบทุกอย่าง จะเป็นขันธ์ ๕ หรือนามรูป คือกายใจก็ตาม ล้วนเป็นสิ่งที่เคลื่อนไหว ไม่หยุดนิ่ง เป็นอนิจจัง เป็นไปตามปัจจัยต่างๆ ที่ขัดแย้งซึ่งกันและกัน ไม่เป็นตัวของมันเอง เพราะฉะนั้น **"ชีวิตจึงเป็นสิ่งที่จะต้องบริหาร"**

การที่เกิดเป็นโรคภัยไข้เจ็บขึ้นนั้น ไม่ใช่เรื่องที่เราจะต้องไปเกิดความทุกข์คับข้องหมองใจซ้อนขึ้นมาอีกจากการที่เป็นโรค เรามีหน้าที่ที่จะต้องแก้ไขบำบัดรักษา และบริหารชีวิตให้ดี ถ้าหลีกเลี่ยงโรคได้ ก็หลีกเลี่ยง ถ้ามันเกิดขึ้น ก็รักษาไป ทำให้ได้ผลดี แต่อย่าไปทุกข์กระวนกระวายกับโรค

การมีสุขภาพดีนั้น พระพุทธศาสนามักใช้คำแค่ว่า “อัปปาพาโธ อัปปาตังโก” แปลว่า มีอาพาธน้อย มีโรคน้อย ท่านไม่ค่อยใช้คำว่า “ไม่มีโรค” ถ้าพูดว่าไม่มีโรคเลย คือ *อาโรคยะ* หรือ *อโรคภาวะ* ก็หมายถึง นิพพาน ซึ่งเป็นภาวะสมบูรณ์สูงสุดไปเลย

พุทธศาสนาถือว่า คนเรานี้ ร่างกายก็เป็นสังขาร จิตใจก็เป็นสังขาร มีความเจ็บป่วยอยู่เป็นธรรมดา หลักสำคัญอยู่ที่ว่าเราจะปฏิบัติต่อมันอย่างไรให้สมบูรณ์ดีโดยสัมพัทธ์

บางทีพระพุทธเจ้าก็แยกโรคออกเป็น ๒ อย่าง คือ **โรคกาย** กับ **โรคใจ** แล้วพระองค์ก็ตรัสว่า บางคนที่ปลอดจากโรคกายเป็นเวลานานๆ ไม่มีโรคกายปรากฏ พอจะหาได้อยู่ แต่คนที่จะไม่มีโรคใจแม้เพียงชั่วขณะหนึ่งนี้ หาได้ยาก ยกเว้นแต่พระอรหันต์

ทีนี้ ในกระบวนการของการเป็นโรค ซึ่งมีเหตุปัจจัยทั้งทางรูปธรรมและนามธรรม หรือทั้งทางกายและทางใจนี้ เราก็จะต้องแยกแยะดูให้ถูกต้องว่า อันไหนเกิดจากเหตุปัจจัยหรือปัจจัยก่อตัวทางด้านไหน โรคบางอย่างเกิดจากเหตุปัจจัยด้านกายภาพ เกิดจากตัวเชื้อโรค เกิดจากการทำงานผิดปกติของชิ้นส่วนอวัยวะ หรือบางทีมาจากเหตุปัจจัยทางด้านจิตใจ

บางคนเข้าใจผิดว่า พระพุทธศาสนาสอนว่าอะไรๆ ก็เป็นเพราะกรรม โรคทั้งหลายเป็นเพราะกรรม พระพุทธเจ้าเคยตรัสย้ำไว้ว่า ความเข้าใจอย่างนั้นผิด โรคเกิดจากเหตุปัจจัยได้หลายอย่าง *(ดู สำ.สฬ.๑๘/๔๒๗/๒๘๕)* ก็จึงต้องแก้ไขให้ตรงตามเหตุปัจจัยนั้นๆ

แต่ในการบำบัดรักษาหรือแก้ไขนั้น ปัจจัยสำคัญมากอย่างหนึ่งก็คือ จิตใจ และปัญญา ตลอดจนพฤติกรรมของตัวเราเอง เพราะฉะนั้น อย่างน้อย สิ่งหนึ่งที่จะต้องทำก็คือ การวางท่าทีให้ถูกต้อง ในขณะที่รักษาตัวจากโรคกาย หรือกำลังเป็นโรคกายอยู่นั้น

พระพุทธเจ้าเคยสอนคนแก่คนหนึ่งไว้ ธรรมดาว่าเมื่อร่างกายทรุดโทรมลงไป การที่จะต่อสู้ การรักษาตัว การบริหารร่างกายให้ไม่มีโรคนี่ ก็ยากขึ้น อาการเจ็บไข้ก็ปรากฏได้มากขึ้น ในสภาพอย่างนั้น ก็ต้องบริหารชีวิตให้ดีที่สุด

พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนว่า ให้ท่านศึกษาหรือสำเหนียกฝึกตนไว้ว่า ถึงแม้กายของเราจะป่วย แต่ใจของเราจะไม่ป่วย

ท่านสอนคนแก่ไว้ว่า เมื่อร่างกายมันอิดๆ ออดๆ เดี๋ยวเป็นโน่นเป็นนี่ ไม่สบาย ถ้าใจเราพลอยป่วยไปตามกายด้วย ก็แย่เลย เพราะฉะนั้นจะต้องตั้งใจฝึกใจทำใจไว้ว่า “ถึงกายของเราจะป่วย แต่ใจของเราจะไม่ป่วยไปด้วย” บอกตัวสั้นๆ ว่า “ถึงกายจะป่วย แต่ใจไม่ป่วย”

เมื่อมีสุขภาพดีทางใจแล้ว อย่างน้อยเราก็ได้ส่วนหนึ่งซึ่งเป็นส่วนสำคัญของชีวิตไว้แล้ว

อีกประการหนึ่ง พระพุทธศาสนาสอนให้รู้จักถือเอาประโยชน์จากสุขภาพกาย โดยถือว่าสุขภาพกายนั้นไม่ใช่เป็นจุดหมาย

สุขภาพกายนี้เป็น means คือเป็นบันไดสำหรับไต่ไปสู่จุดหมาย ไม่ใช่เป็น end คือไม่ใช่เป็นตัวจุดหมายปลายทาง สุขภาพกายเป็นพื้นฐานที่จะช่วยให้เราเข้าถึงชีวิตที่ดีงามยิ่งขึ้นไป ซึ่งในที่สุดแล้ว มนุษย์เราควรจะมีชีวิตที่สมบูรณ์ ด้วยการมีสุขภาพจิตที่สมบูรณ์ด้วย คือควรจะมีชีวิตที่สมบูรณ์ทั้งกายและใจ

ในขั้นสุดท้าย เราจะต้องเข้าถึงภาวะที่จิตใจมีสุขภาพสมบูรณ์ การมีสุขภาพกายดีท่านสอนให้มี เพราะมันเป็นวิถีทางหรือเป็นมรรคา เป็นพื้นฐานที่จะช่วยเกื้อหนุนให้เราเข้าถึงสุขภาพจิตที่ดีด้วย

ในการใช้หลักปัจจัยสัมพันธ์ ที่เป็นสัมพัทธ์นั้น บางทีไม่เฉพาะการมีสุขภาพกายดีเท่านั้น แม้แต่การไม่มีสุขภาพ คือ แม้แต่การมีโรคกาย ก็เป็นพื้นฐานที่พุทธศาสนาเอามาใช้เพื่อเป็นสื่อหรือเป็นชนวนในการพัฒนาให้เกิดสุขภาพใจได้

ดังที่ปรากฏว่า พระอรหันต์บางองค์นั้นบรรลุอรหัตผล เข้าถึงความมีสุขภาพใจที่สมบูรณ์ด้วยการที่เป็นโรคกาย คือ ท่านเป็นโรคทางกายอย่างนั้นๆ อยู่แล้ว แม้แต่เป็นโรคที่รักษาไม่ได้ เรียกกันง่ายๆ ว่าหมดหวัง แต่ท่านเอาโรคกายนั้นมาใช้ประโยชน์ โดยอาศัยการปรับท่าทีของจิตใจให้ถูกต้อง ก้าวไปสู่ภาวะที่สมบูรณ์

การทำใจอย่างถูกวิธี (เรียกว่า โยนิโสมนสิการ) และใช้ปัญญาพิจารณาเรื่องของกายนั่นเองให้เข้าถึงความจริงแล้ว กลับได้ผลในการทำจิตใจให้มีสุขภาพสมบูรณ์ คือพ้นจากกิเลสและความทุกข์ทั้งหมดไปได้

ฉะนั้น จึงถือสุขภาพนี้เป็น means คือเป็นบันไดให้เรา และไม่เฉพาะสุขภาพ **แม้ความไร้สุขภาพ ก็กลายเป็น means ได้**

เมื่อรู้จักพัฒนาจิตใจและพัฒนาปัญญาแล้ว ก็จะเห็นได้ว่าเมื่อมองในแง่ดี (มองเป็น) **แม้คนที่มีสุขภาพกายไม่ดี ก็ไม่หมดโอกาสในการเข้าถึงชีวิตที่ดีงามสูงสุด**

อีกอย่างหนึ่งที่พระพุทธศาสนาพูดถึงมากก็คือ พุทธธรรมเกี่ยวข้องกับชีวิตทั้งหมด ไม่ใช่เฉพาะกับความเจ็บป่วยทางร่างกายอย่างที่ว่ามาแล้ว

แต่ระบบการแพทย์ปัจจุบันนี้ บางทีมองแต่ในแง่ของโรคว่าจะกำจัดโรคให้หมดไป หรือจะสู้กับเชื้อโรคอย่างเดียว ก็เลยลืมมองชีวิต เมื่อเกี่ยวข้องกับตัวโรคเสร็จแล้ว ไม่ว่าจะรักษาหายหรือไม่หาย ฉันก็เลิก หมดภาระ คนไข้จะเป็นอย่างไร ก็เรื่องของคนไข้

ถ้ารักษาแก้ไขโรคไม่สำเร็จ คนไข้ตายก็ตายไป ถ้ารักษาแก้ไขโรคสำเร็จ โรคหาย คนไข้ก็ออกจากโรงพยาบาลไป หมอจะไม่เกี่ยวข้องด้วยกับชีวิตที่ไม่มีโรค หรือการที่จะตายไปแต่อย่างใด

เพราะฉะนั้น กระบวนการเวชปฏิบัติจึงไม่เกี่ยวข้องกับชีวิตทั้งชีวิต โดยเฉพาะไม่เกี่ยวข้องกับความตาย

ในวงการแพทย์จะไม่พูดถึงตายดี-ตายไม่ดี แต่ในพุทธศาสนานั้น จุดเน้นอยู่ที่ “**ชีวิต**” ท่านก็เลยถือว่าต้องเกี่ยวข้องหมด

เกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับพุทธศาสนาทั้งหมด

- จะแก่อย่างไรจึงจะดี แก่อย่างไรจะมีความสุข
- เจ็บอย่างไรจึงจะเจ็บอย่างดี ให้มีความสุข
- ตายอย่างไร จะตายดี มีความสุข

เพราะฉะนั้น พุทธศาสนาจะเกี่ยวข้องแม้กับความตาย อันนี้ก็เป็นจุดหนึ่งที่พุทธศาสนาต่างจากวงการแพทย์ทั่วไป ซึ่งจะไม่พูดถึงเลยว่า ตายดี-ตายไม่ดีเป็นอย่างไร และก็ไม่ได้สอนวิธีที่จะตาย แต่พุทธศาสนาสอนวิธีตายด้วย เน้นว่าให้ตายอย่างมีสติ เน้นคำว่า “**ไม่หลงตาย**”

การแพทย์แนวพุทธเน้นที่ชีวิต ไม่ใช่เน้นที่โรค มุ่งที่ชีวิตที่ปลอดโรคเป็นสำคัญ ไม่ใช่มีจุดหมายอยู่ที่การแก้ไขบำบัดโรค แต่ที่ต้องเยียวยาบำบัดโรค ก็เพื่อให้เป็นฐานสำหรับชีวิตที่ดีงามมีความสุข หรือเป็นโอกาสที่จะพัฒนาชีวิตสู่สิ่งที่ดีงามยิ่งขึ้นไป

เมื่อชีวิตเกี่ยวข้องกับ ชรา พยาธิ มรณะ คือ แก่ เจ็บ ตาย ก็ให้มีการแก่ เจ็บ ตาย อย่างดี และอย่างมีความสุขด้วย

ตกลงว่า เท่าที่พูดมา ก็ได้กล่าวถึงการแพทย์แนวพุทธไปแล้วในบางแง่ โดยเฉพาะที่เน้นก็คือ ความสัมพันธ์ระหว่างกายกับใจ โยงไปถึงสภาพแวดล้อมโดยเฉพาะทางสังคม

จะเห็นว่า หลักการนี้เข้ากับแนวความคิดที่เรียกว่า holistic view หรือ holism ที่กำลังเฟื่องฟูขึ้นมา

แต่น่าสังเกตว่า ในพระพุทธศาสนานั้น หลักธรรมที่ท่านสอนไว้หลายอย่าง เราไม่ได้ผ่านพบหรือนึกถึงเลยจนกระทั่งมีการพูดที่มาสะดุดหรือมาโยงเข้าหา เราจึงแสดงความแปลกประหลาดใจกันขึ้นมาว่า อ้อ! หรือ อ้าว! อันนี้ก็มีเหมือนกันนะในพุทธศาสนา อะไรทำนองนี้

เรื่องความเครียด หรือ stress นี่ เราก็ไม่พูดถึงกันเลย แม้แต่ในพระไตรปิฎกฉบับแปล ก็แปล “**ปัสสัทธิ**” ไปต่างๆ นานา และแปล “**สารัทธะ**” ไปต่างๆ นานา ไปอ่านในภาษาไทยแล้วงง ไม่รู้ว่าท่านพูดถึงเรื่องนี้ จนกระทั่งไปเจอภาษาบาลี จึงรู้ว่า อ๋อ ศัพท์เดียวกันนี่เอง

“ปัสสัทธิ” คือความผ่อนคลาย และ “สารัทธะ” คือ เครียด สองอย่างนี้เป็นองค์ธรรมสำคัญในกระบวนการรักษาโรคของชีวิต ซึ่งรวมตั้งแต่การรักษาโรคทางร่างกาย ไปจนถึงโรคของจิตใจ เพื่อให้มีชีวิตที่สมบูรณ์

การแพทย์แนวพุทธยังมีเรื่องที่ควรจะพูดมากกว่านี้ แต่จะต้องมีเวลาที่จะพูด และที่จะคิดพิจารณาต่อไป เฉพาะในโอกาสนี้ เวลาที่กำหนดก็หมดไปนานแล้ว

ก่อนจบ ขอสรุปสั้นๆ ว่า ***การแพทย์แนวพุทธ*** คือ การแพทย์ที่ปฏิบัติด้วยความเข้าใจชีวิตจิตใจของเพื่อนมนุษย์ และมองเห็นความจริงของโลกและชีวิต ซึ่งจะทำให้การบำบัดโรคและรักษาสุขภาพสำเร็จเป็นผลดีแก่ชีวิตที่จะดำรงอยู่ด้วยดี และเจริญพัฒนาสู่ภาวะที่ดีงามยิ่งขึ้นไป ในสภาพความเป็นจริง ที่สิ่งทั้งหลายมีความสัมพันธ์อิงอาศัยกันตามความเป็นไปแห่งเหตุปัจจัย

ในการแพทย์อย่างนี้ สิ่งที่เกี่ยวข้องจะต้องถูกเข้าใจโดยสอดคล้องกับหลักการข้างต้นนั้น โดยเฉพาะ

๑. ***ตัวแพทย์*** เอง ไม่เฉพาะจะมีความรู้ทางวิชาการ และมีความชำนาญเกี่ยวกับการบำบัดโรครักษาอวัยวะต่างๆ เท่านั้น แต่จะต้องเข้าใจชีวิตที่เป็นอยู่ในโลกของความเป็นจริง ที่สัมพันธ์กับปัจจัยอื่นๆ ทั้งทางกาย ใจ สังคม วัตถุสิ่งของ และธรรมชาติทั้งหมด และปฏิบัติด้วยความเข้าใจและเห็นอกเห็นใจคนเจ็บไข้ มีความปรารถนาดีต่อเพื่อนมนุษย์อย่างแท้จริง

๒. ***ผู้ป่วยหรือคนไข้*** คือคนทั้งคนที่มีทั้งกายและใจ พร้อมทั้งความสัมพันธ์กับผู้อื่น ในสังคม ท่ามกลางสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติ และทางวัตถุ ซึ่งการบำบัดโรครักษาร่างกายของเขา ทั้งได้รับผล และส่งผลต่อกันกับสิ่งเหล่านั้น

๓. การบำบัดรักษา เป็นปฏิบัติการที่ไม่โดดเดี่ยวขาดลอย แต่เชื่อมโยงประสานอิงอาศัยกัน และส่งผลมีอิทธิพลต่อกัน กับองค์ประกอบและปัจจัยอื่นๆ ที่มีอยู่ตลอดกระบวนการ และทั่วทั้งระบบแห่งการดำรงชีวิตของมนุษย์

การประชุมครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายที่เป็นกุศล คือมีจุดหมายปลายทางที่ต้องการให้เพื่อนมนุษย์ของเรา ให้คนในสังคมนี้ มีชีวิตที่ดีงามและสุขสมบูรณ์ ให้มีสุขภาพที่ดี เริ่มตั้งแต่ในทางร่างกายเป็นต้นไป

จากจุดพื้นฐานที่แพทย์ปัจจุบันเกี่ยวข้องกับร่างกายก่อน เรากำลังจะขยายโยงไปถึงองค์ประกอบอื่นๆ ที่เข้ามาสัมพันธ์กัน โดยคำนึงถึงปัจจัยทั้งหลายในกระบวนการแห่งเหตุปัจจัยนี้ ทั้งด้านกายและใจ พร้อมทั้งสังคม และสภาพแวดล้อม โดยเฉพาะระบบนิเวศ

เวลานี้ เรื่องเหล่านี้กำลังได้รับการพิจารณา จึงนับว่าเป็นที่น่ายินดี ถือได้ว่าเป็นนิมิตหมายแห่งความก้าวหน้า อาจจะเป็นทางออกที่อย่างน้อยก็ให้ความหวังมากขึ้น ในการที่จะแก้ไขปัญหาของชีวิตและสังคม ให้เกิดประโยชน์สุขแผ่กว้างทั่วไป

เพราะฉะนั้น อาตมภาพขอร่วมใจอาราธนาคุณพระรัตนตรัยอวยชัยให้พร ขอคุณพระพุทธเจ้า คุณพระธรรม และคุณพระสงฆ์ จงเป็นปัจจัยอภิบาลรักษาให้ท่านผู้ที่ได้เข้ามาร่วมประชุมครั้งนี้ด้วยเจตนาอันเป็นกุศลนั้น จงปฏิบัติภารกิจได้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี โดยมีกำลังกาย กำลังใจ กำลังสติปัญญาพรั่งพร้อมบริบูรณ์ ในการที่จะทำหน้าที่ให้สำเร็จตามวัตถุประสงค์ เพื่อประโยชน์สุขของสังคม และของชาวโลก ตลอดกาลนาน