พระธรรม นำ แพทย์ธรรม

พระอาจารย์มหาถีรติ ธีรปัญโญ

พระธรรม
นำ
แพทย์ธรรม

.....

ธีรปัญโญ

ธรรมกถาพิเศษ

ณ อาคาร ๕๐ พรรษา มหาวชิราลงกรณ

โรงพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์ จังหวัดอุบลราชธานี

๑๗ ธันวาคม ๒๕๖๓

พระธรรม
ใน
แพทย์ธรรม

ธีรปัญโญ

(ติดต่อผู้เขียนได้ที่ dhirapanno@gmail.com)

ชมรมกัลยาณธรรม
หนังสือดีลำดับที่ ๔๑๑

สัพพทานัง ธัมมทานัง ชินาติ
การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : พฤษภาคม ๒๕๖๔ **จำนวนพิมพ์** ๔,๐๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๒ : พฤศจิกายน ๒๕๖๖ **จำนวนพิมพ์** ๓,๐๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๓ : พฤศจิกายน ๒๕๖๗ **จำนวนพิมพ์** ๓,๐๐๐ เล่ม

จัดพิมพ์โดย ชมรมกัลยาณธรรม ๑๐๐ ถนนประโคนชัย
ตำบลปากน้ำ อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ๑๐๒๗๐
โทรศัพท์ ๐-๒๗๐๒-๗๓๕๓ และ ๐-๒๗๐๒-๙๖๒๔

ออกแบบปก กลุ่มเพื่อนธรรมเพื่อนทำ
ออกแบบรูปเล่ม คนข้างหลัง **พิสูจน์อักษร** ทีมงานกัลยาณธรรม
เพลต/พิมพ์ แคนนา กราฟฟิก โทร. ๐๘-๖๔๕๘-๓๗๙๒

Ebook

www.kanlayanatam.com
ธรรมทาน

เพจFB วัดป่าบุญล้อม

เพจ FB Kanlayanatam

คำปรารภ

ท่านผู้อ่านเคยสงสัยเหมือนผู้เขียนตอนเด็ก ๆ บ้างไหม ว่า ในเมื่อชีวิตเรามีเวลาจำกัด เราควรจะเลือกแสวงหาสิ่งใดดี ระหว่าง ความงาม ความจริง ความสุข และความดี

ดูเหมือนคำตอบเหล่านี้ ในโลกยุคปัจจุบันจะมอบหมายให้เป็นหน้าที่ของผู้เชี่ยวชาญในแต่ละสาขาวิชา

การแสวงหาความงามดูจะตกเป็นหน้าที่ของศิลปินผู้รังสรรค์ การแสวงหาความจริงก็เป็นหน้าที่ของนักวิทยาศาสตร์ผู้ค้นคว้าทดลอง การแสวงหาความสุข ถ้าเป็นเรื่องของทรัพย์มาซื้อหาความสุข ก็คงต้องให้นักเศรษฐศาสตร์ผู้เชี่ยวชาญเรื่องเงิน ๆ ทอง ๆ หรือถ้าเป็นเรื่องสุขภาพก็เป็นหน้าที่ของแพทย์พยาบาลผู้รักษาดูแล

ส่วนการแสวงหาความดี ก็ตกเป็นหน้าที่ของนักปรัชญาให้คร่ำเคร่งถกเถียงกันไป

แต่ความงามที่ถูกแยกส่วนออกมาจากสิ่งอื่น ๆ นั้น อาจจะทำให้ศิลปินรังสรรค์ความงามแบบที่มีทุกข์โทษเสพแล้วเสื่อมจากความดี หนีออกจากความเป็นจริงก็เป็นได้ ส่วนการแสวงหาความจริงนั้นเล่า ความจริงหลายอย่างที่นักวิทยาศาสตร์ค้นพบก็ไม่ทำชีวิตให้ดีงามหรือมีความสุขมากขึ้น หรือที่หลายคนคิดว่า เราอาจจะมีความสุขได้ (ถ้ามีเงิน) โดยไม่จำเป็นต้องมีความดี ไม่ต้องสนใจความงาม และไม่ต้องรู้ความจริงเลยก็ได้ ดังที่มีภาษิตฝรั่งว่า Ignorance is bliss (โง่แล้วสบายใจ) คนในสังคมอีกจำนวนไม่น้อยที่เห็นว่า คนดีนั้น อาจจะออกโง่ ๆ ซื่อ ๆ เชย ๆ และไม่น่าจะมีความสุขเท่าไร

การเข้าใจว่า ความงาม ความจริง ความสุข และความดี มีอยู่ต่างหากแยกจากกัน และเราสามารถได้ครอบครองอย่างใดอย่างหนึ่ง โดยไม่ต้องสนใจอย่างอื่น ๆ นี้ อาจจะเป็นความเข้าใจผิดสำคัญอันดับต้น ๆ ที่นำพาอารยธรรมมนุษย์มาสู่จุดวิกฤติที่มีปัญหามากมายอยู่ในยุคปัจจุบัน และนับวันก็ดูเหมือนจะยิ่งห่างไกลออกไปจากสิ่งที่เรียกว่า ความงาม ความจริง ความสุข และความดี ที่แท้จริงมากขึ้นไปทุกที

สำหรับชาวพุทธเรา ความงาม ความจริง ความสุข และความดี ที่แท้จริงนี้ คือเป้าหมายสูงสุดของชีวิต เรียกสั้นๆ คำเดียวได้ว่า **"ธรรม"** มาจาก ธร ธาตุ แปลว่า ทรงไว้ ชีวิตที่งาม คือชีวิตที่ธำรงรักษาสืบต่อธรรม ชีวิตที่จริง คือชีวิตที่รู้ทั่วถึงธรรม ชีวิตที่มีความสุข คือชีวิตที่เข้าถึงธรรม และชีวิตที่ดี คือชีวิตที่อยู่ในรอยของธรรม ธรรมชื่อว่า **"งาม"** เพราะสมควร บัณฑิตเห็นชอบ ธรรมชื่อว่า **"จริง"** เพราะไม่เปลี่ยนแปลง คงสภาวะของตนไว้เสมอ ธรรมชื่อว่า **"สุข"** เพราะเป็นเหตุให้เกิดสุขที่ปราศจากทุกข์และโทษ และธรรมชื่อว่า **"ดี"** เพราะรักษาผู้ประพฤติไว้ ไม่ให้ตกไปสู่โลกที่ชั่ว

ความงามที่แท้จริง จึงเป็นฐานให้กับความจริง ความสุข และความดี ให้ตั้งอยู่ได้อย่างมั่นคง ทำให้มีอิสระที่จะรังสรรค์สิ่งที่เกิดประโยชน์สุขต่อสรรพสัตว์ได้อย่างแท้จริง ชาวพุทธเราเรียกความงามที่แท้นี้ว่า **"พระนิพพาน"**

ความจริง ที่ตั้งบนฐานของความงาม ทำให้สามารถรู้เข้าใจแจ่มชัด คุณโทษ ประโยชน์ ไม่ใช่ประโยชน์ ปล่อยวางความขุ่นมัว แล้วชื่นชมกับความงามได้ ยิ่งดู ก็ยิ่งเห็นชัดขึ้น เป็นอิสระจากความหลง การรู้ความจริง

แบบนี้เรียกว่า “ปัญญา”

ความสุข ก็จะทำให้ความดีมั่นคงเสมอต้นเสมอปลาย เป็นเหตุนำไปสู่ความสงบ เป็นกลาง จิตใจเข้มแข็ง กล้าละบาป บำเพ็ญบุญ ความสุขนี้เป็นเหตุใกล้ของ **“สมาธิ”** อันทำให้เป็นอิสระจากความโลภและความโกรธ

ความดี คือการรักษากาย วาจา ให้สำรวมเรียบร้อย ปราศจากโทษ ตั้งอยู่ในสุจริต เป็นอิสระจากความชั่วทั้งมวล ที่เรียกสั้นๆ ว่า **“ศีล”**

เพราะเหตุที่ในวิถีทางโลกเน้นความสุขจากการได้-การสะสม จึงมองออกไปข้างนอก ความงาม ความจริง ความสุข และความดี จึงดูเหมือนจะแยกออกห่างกันไปทุกที แต่ในวิถีทางธรรมนั้น เน้นความสุขจากการให้-การสละ ความงาม ความจริง ความสุข และความดี จึงมารวมอยู่ในที่เดียวกันคือในใจของเราได้ ขณะที่ **สิกขาสาม** (ศีล-สมาธิ-ปัญญา) มาทำหน้าที่รวมกันเพื่อเข้าถึง **พระนิพพาน**

น่าสนใจที่ทั้งคำว่า heal (เยียวยารักษา) และคำว่า holy (ศักดิ์สิทธิ์) มีรากศัพท์มาจากคำว่า Whole (ทั้งหมด เต็ม สมบูรณ์) เหมือนกัน

คำว่า Therapeutic (การเยียวยารักษา) ที่ใช้กันอยู่ในทางการแพทย์ทุกวันนี้ สันนิษฐานว่ามีรากศัพท์มาจาก **Theraputtika** (เถรปุตติก) แสดงว่าการเผยแผ่พระพุทธศาสนาแบบเถรวาทไปตามสายพระธรรมทูตในสมัยพระเจ้าอโศกมหาราช ที่ไปขึ้นฝั่งที่เมืองอเล็ก-ซานเดอร์ นั้น สิ่งที่ชาวตะวันตกเขาไม่มี แล้วมาเรียนรู้รับเอาไปจากพระพุทธศาสนาก็คือ ระบบองค์รวมของการเยียวยารักษา ที่ต้องเป็นไปให้ครบทั้งสามด้านคือ ด้านกายภาพและสังคม (ศีล) ด้านจิตใจ (สมาธิ) และด้านความรู้ (ปัญญา) แม้คำว่า shaman (หมอประจำชนเผ่า) ก็มีที่มาจากคำว่า **สมณะ** ซึ่งเป็นชื่อของพระ ในพระพุทธศาสนาเหมือนกัน

ดังนั้น **พระธรรม** จึงมีส่วนในการส่องนำและให้ทิศทางแก่ แพทย์ธรรม อยู่เสมอมา การเข้าใจหลักธรรมทั้งสอง ให้ถูกต้อง จึงจะทำให้เกิดสุขภาวะอันดีงามที่บูรณาการ ประสานประโยชน์ และสามารถพัฒนาให้สมบูรณ์เต็มศักยภาพของชีวิตได้อย่างแท้จริง

ความดี ที่มีความงามเป็นฐาน
จะเป็นความดีงามที่แท้
ความสุข ที่มีความดีเป็นฐาน
จะเป็นความสุขที่มั่นคง
ความจริง ที่มีความสุขเป็นฐาน
จะเป็นความจริงที่ลึกซึ้ง
ความงาม ที่มีความจริงเป็นฐาน
จะเป็นความงามที่ไม่เปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลา

ทั้งสี่อย่าง สามารถสามารถแสวงหาไปได้พร้อม ๆ กัน
ในใจที่มีสิกขาสาม

สิกขาสาม ถึงงามแท้

ความดี อยู่ที่ศีล *สำรวม*
ความสุข ***สมาธิ****ร่วม* *หนึ่งได้*
ความจริง ถอดสิ่งสวม ***ปัญญา****แยก*
*ความงาม นาม****นิพพาน****ใช้* *หยั่งพ้น สังสารฯ*

พระมหากีรติ ธีรปัญโญ

๑๕ เมษายน ๒๕๖๔

สารบัญ

๑๓ แพทย์กับธรรมะ

๑๗ แพทย์ตามแนวพุทธ

๒๓ ตายดี

๓๑ ธรรมโอสถ

๓๗ จริยธรรมของแพทย์

๔๕ อโรค

๕๓ ถาม-ตอบ

๖๕ นิพพาน

เวลาที่ความแก่ ความเจ็บ ความตาย มาเตือนเรา
ถ้าเราทำใจได้ถูกต้อง ก็จะเป็นการภาวนาไปในตัว
แพทย์และพยาบาล จึงเป็นอาชีพที่อาตมาว่าดีมาก

ถ้าไม่ได้เป็นพระ อาตมาก็คงเป็นแพทย์
แต่ว่า มาเป็นพระดีกว่า
เพราะแพทย์นี้ก็ยังทุกข์อยู่ใช่ไหม ยังไม่พ้นทุกข์
ก็ช่วยกันในแง่ที่จะประคับประคองกันไป
แต่ถ้าเป็นพระ ทุกวันจะต้องสู้กับตัวเอง
ซึ่งเป็นสิ่งที่ยากที่สุด สู้กับกิเลสของตัวเอง
แต่อาตมาคิดว่า มันเป็นแนวทางเดียวกัน
คือต้องการบำบัดทุกข์ให้กับเพื่อนมนุษย์เหมือนกัน

แพทย์กับธรรมะ

มีการปรารภกันว่า แพทย์ทุกวันนี้ขาดธรรมะ การเอาธรรมะไปประยุกต์ใช้เพื่อให้แพทย์มีจริยธรรมจึงเป็นเรื่องที่สำคัญมาก เพราะแพทย์เป็นอาชีพที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพอนามัยของประชาชน และนอกจากการที่อาชีพแพทย์มีอิสระ ไม่ต้องขึ้นกับเจ้านายหรือคนอื่น ๆ แล้ว แพทย์และพยาบาลยังเป็นสัมมาอาชีพ เป็นส่วนหนึ่งของอริยมรรค ที่จะนำไปสู่ความอิสระที่แท้จริงได้อีกด้วย

อริยมรรคมี “สัมมาอาชีพ” เป็นส่วนประกอบสำคัญถึง ๑ ใน ๘ ดังนั้น ที่เรามีอาชีพด้านการรักษาดูแลคนป่วยคนไข้ ถือว่าเราโชคดี มีโอกาสเจริญองค์มรรคพร้อมกับประกอบอาชีพ เท่ากับว่าได้สร้างทางพ้นทุกข์ไป

พร้อมกัน เรียกว่าไม่ขัดกัน ระหว่างอุดมการณ์กับวิชาชีพของเรา

ปัญหาทุกวันนี้คือ ขณะที่เราเป็นแพทย์หรือพยาบาล ทำงานอยู่ในสายอาชีพนี้ อาจจะไม่ค่อยได้คิดว่า **"แล้วเราจะไปเกี่ยวกับธรรมะได้อย่างไร"** เรากำลังมองการรักษาพยาบาลในมุมมองที่แคบลง อาจเป็นเพราะเรากำลังเดินตามวิถีทางการแพทย์ตะวันตกที่เอาวิทยาศาสตร์ทางวัตถุเป็นรากฐานสำคัญ มองว่าวัตถุหรือกายภาพเป็นเรื่องหนึ่งที่แยกจากจิตใจ (ซึ่งเป็นผลผลิตของวัตถุอีกที) เวลาเราดูคนไข้ เรามักจะดูแลเฉพาะร่างกาย บางทีกลายเป็นดูแลเฉพาะอวัยวะเท่านั้น เพราะเดี๋ยวนี้ความเชี่ยวชาญเฉพาะทางก็มากขึ้น สิ่งที่จับต้องได้ เป็นหลักพื้นฐานก็มากขึ้น แนวโน้มที่จะมองชีวิตแบบวิทยาศาสตร์ มองวัตถุทางกายภาพจึงมากขึ้น การดูแลปัญหาโรคภัยไข้เจ็บจึงเหมือนกับการแยกส่วน และพยายามเข้าไปแก้ปัญหาในแต่ละจุด

วิถีแพทย์ตะวันตกมีข้อดีอยู่มาก เป็นวิธีที่ใช้แก้ปัญหากันอยู่ในทุกวันนี้ เรามีการพัฒนาสุขภาพอนามัย

มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น อัตราการตายน้อยลง รู้จักโรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ มากขึ้น ส่วนหนึ่งก็เพราะว่าเรามีการพัฒนาก้าวหน้าในเรื่องเทคโนโลยีต่าง ๆ ทำให้เข้าใจสมมติฐานของโรคได้ชัดขึ้น เช่น เรื่องโรคระบาดจากเชื้อโควิด เรามีความรู้ความเข้าใจในตัวเชื้อโรคดี ทำให้เราพร้อมที่จะหาวิธีป้องกัน เช่น ใส่หน้ากาก ออกมาตรการรักษาระยะห่าง หรือผลิตวัคซีนเพื่อสร้างภูมิคุ้มกัน ถือเป็นผลสำเร็จของวิชาการแพทย์ทางตะวันตกที่**มองแบบแยกส่วน** มองกระบวนการก่อโรคเหมือนเครื่องจักรว่ามีกลไกการทำงานอย่างไร เชื้อโรคเข้าไปฝังตัวเซลล์ได้อย่างไร แล้วเราจะผลิตอะไรออกมาใช้จัดการกับส่วนนั้น

ส่วนคนที่รักษาไม่หายหรือว่าคนที่กำลังจะตายนั้น แพทย์สมัยใหม่ยังไม่มีคำตอบ หรือยังไม่ได้สนใจที่จะเข้าไปดูแล โดยถือว่าเป็นคนละส่วนกัน หน้าที่ของแพทย์คือรักษาโรคให้หาย โดยเฉพาะการรักษาอวัยวะเป็นส่วน ๆ ไป และถ้าเรารักษาเขาไม่ได้ เขากำลังจะตายก็หมดหน้าที่ของแพทย์แล้ว เรายังมองเรื่องความตายว่าเป็นคนละส่วนกัน

แพทย์ตามแนวพุทธ

ถ้ามองในแนวพุทธ แพทย์ไม่ได้มีหน้าที่ดูแลเฉพาะโรค เท่านั้น แต่ยังต้องดูแลทั้งชีวิต ตั้งแต่ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ซึ่งเป็นความทุกข์ของมนุษย์ที่เกิดมา แพทย์จะต้องมีความเชี่ยวชาญ เพื่อจะดูแลว่า เกิดอย่างไรถึงจะดี แก่ดีหรือไม่ดีอย่างไร เจ็บดีหรือไม่ดีอย่างไร แม้แต่ตายก็มีตายดีและไม่ดี การแก้ทุกข์วิถีพุทธนี้ จะมองชีวิตเป็นกระบวนการ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ไม่ได้มองแบบแยกส่วนที่จะดูแลเฉพาะสุขภาพกายให้แข็งแรงเท่านั้น แต่พอเจ็บหมดหวังรักษา หรือตายแล้วก็ไม่สนใจ ถือว่าไม่ได้อยู่ในขอบเขตหน้าที่ของเรา

มุมมองแบบพุทธ จะมองคนทั้งชีวิต แม้กระทั่ง **"การเกิด"** จะเกิดในภพภูมิไหนอย่างไร พุทธศาสนาก็บอกไว้ให้เสร็จสรรพ อย่างการมาเกิดเป็นภูมิมนุษย์ก็ต้องมีเหตุ ไม่ใช่อยู่ดี ๆ เราจะมาเกิดเป็นมนุษย์ได้ การรักษาศีล ๕ ก็เป็นเหตุในอดีตให้เกิดเป็นมนุษย์ พวกที่ไม่มีศีล ๕ เรียกว่า ไม่มีมนุษยธรรม ขณะที่เรารักษาศีล ๕ ไม่เบียดเบียน มีความเคารพ สำรวม กาย วาจา ใจ ไม่ฆ่า ไม่ขโมยของ ไม่ประพฤติผิดในกาม รักษาสัจจะ ไม่ประทุษร้ายสติสัมปชัญญะของเรา เมื่อเราได้อัตภาพอีกครั้งหนึ่ง เราก็เกิดในสุคติภูมิ เป็นการเกิดที่ดี แต่ถ้าเกิดไม่ดี ก็ไปเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน เกิดเป็นพวกเปรต อสูรกาย นรก ต่าง ๆ เหล่านี้เรียกว่าอบายภูมิ หรือแม้แต่ "การแก่" ก็มีทั้งแก่ดี แก่ไม่ดี บางคนแก่แล้วหงุดหงิด ทำอะไรก็ไม่ค่อยจะถูกใจ อวัยวะไม่เป็นไปตามที่เราต้องการ มีโรคภัยไข้เจ็บมาก

บางประเทศที่เขาไม่ได้มีความสนใจในเรื่องของธรรมะ คนแก่แล้วบางทียังทำตัวเหมือนวัยรุ่น เพราะเขาไม่มีช่องทางหาความสุขด้านอื่น ตอนที่อาตมาไปเรียนที่เมืองนอก ไปเดินที่ห้างสรรพสินค้า เห็นพวกคนแก่ ๆ

ยังเดินจูงมือกัน ทาปากแดงแจ๊ด แต่งตัวเหมือนกับยังเป็นหนุ่มๆ สาวๆ จูบกันอยู่กลางมอลล์อย่างนี้ก็มี เราก็ดูว่าเขาคงจะไม่ค่อยมีช่องทางความสุขด้านอื่น นอกจากทางกาม แบบนี้ถือว่าเป็นการแก่ดีของชาวตะวันตก แต่ถ้ามองในทางพุทธของเรา **แก่แบบดีก็คือมีธรรมะ** นอกจากตนเองจะเย็นแล้ว ยังเป็นที่เย็นใจของลูกของหลาน ใครอยู่ใกล้ๆ ก็รู้สึกเย็นใจไปด้วย เหมือนกับเราอยู่กับคนแก่ที่ผ่านโลกมานาน มีประสบการณ์

อย่างสมัยที่อาตมายังเป็นเด็กอยู่กับคุณย่า วันไหนตื่นขึ้นมาแล้วเห็นคุณย่าอยู่ในครัว จะรู้ว่าวันนี้เป็นวันพระจะได้ไปวัด เราจะรู้สึกเย็นที่ได้อยู่ใกล้ๆ ท่าน ก็อยากจะฝากไว้ว่า เราจะแก่ยังไงให้เป็นแก่ที่ดี

การเจ็บก็เหมือนกัน เราอาจจะดูว่าการเจ็บไข้ได้ป่วยเป็นสิ่งไม่ดี แต่ถ้ามองทางพุทธแล้ว การเจ็บไข้ได้ป่วย มันเป็นเรื่องธรรมดา เรียกว่ามันมาด้วยกันกับการมีร่างกาย ต้องบอกว่า**ร่างกายนี้เป็นรังของโรค** มีโอกาสที่จะผิดปกติ เจ็บป่วยได้มาก

ตอนที่อาตมาเป็นแพทย์ฝึกงาน ได้ทำงานวิจัยเรื่องของเซลล์ เรื่องของยีนชีวโมเลกุล กลไกควบคุมฮอร์โมนในการผลิตโปรตีนต่าง ๆ เรียนไปเรียนมา รู้สึกอัศจรรย์มาก ว่าทำไมคนเราถึงเป็นปกติอยู่ได้ เพราะมันมีโอกาสที่จะผิดปกติไม่รู้ตั้งกี่ล้านครั้ง เวลาโปรตีนมันพลิกผิดไปมันก็กลายเป็นโรค ๆ หนึ่ง พลิกผิดอีกด้านก็กลายเป็นอีกโรคหนึ่ง การที่เราแข็งแรง เดินได้ พูดได้ อยู่ทุกวันนี้เรียกได้ว่าเป็นสิ่งที่มหัศจรรย์อย่างยิ่ง พวกที่ยังแข็งแรงอยู่เรียกว่าโชคดี

การแพทย์ทางตะวันตกเอาสุขภาพกายที่ดีเป็นจุดมุ่งหมาย แต่ทางพุทธศาสนา สุขภาพดี ไม่ใช่จุดมุ่งหมาย (End) เป็นได้แค่ปัจจัยเอื้อ (Means) เป็นแค่โอกาส ถ้าเรามีสุขภาพดี เราก็มีโอกาสที่จะทำบุญหรือทำกุศลอย่างอื่น เพราะทางพุทธศาสนา จุดมุ่งหมายสำคัญคือการพ้นทุกข์ การมีสุขภาพกายที่ดีนั้น ก็เป็นแค่ขั้นตอนหนึ่งที่ทำให้ไปปฏิบัติกุศลได้ง่าย สุขภาพร่างกายที่ดีจึงไม่ใช่จุดมุ่งหมายสำคัญสูงสุด

ร่างกายนี้ แก่ เจ็บ ตาย เป็นธรรมดา ไม่สามารถจะคงสุขภาพดีไว้ได้ตลอดกาล ตราบใดที่ยังมีสุขภาพดีพอที่จะเดินเหิน ทำบุญได้ ก็ต้องรีบทำ รีบใช้ **เปลี่ยนสินทรัพย์ คือร่างกายให้เป็นอริยทรัพย์ คือเสบียงข้ามภพไว้ให้มากที่สุด**

ฉะนั้น ทางพุทธเราจะมอง "ความแก่ ความเจ็บ" นี้ต่างออกไป แม้ว่าจะต้องเจ็บ ต้องแก่ แต่ถ้าเราสามารถเอาความเจ็บ ความแก่ เป็นเครื่องมือศึกษา เพื่อให้เกิดญาณปัญญา เกิดความเบื่อหน่ายในการมีสังขารร่างกาย เพื่อที่จะได้ข้ามพ้นจากมันได้ พุทธศาสนาจะมองไกลเกินกว่าที่แพทย์ทางตะวันตกทั่วไปมอง

ตายดี

“ความตาย” ก็เหมือนกัน ทางตะวันตกเอาวัตถุเป็นตัวตั้งอย่างเดียว คนที่ใกล้ตายอาจจะถูกใส่ท่อ ใส่สายอะไรต่าง ๆ ยื้อให้เขามีชีวิตอยู่ไปได้นานที่สุด เข้าใจว่าถ้าคนไข้ตาย ถือเป็นความล้มเหลวของแพทย์ แต่ก่อนอาตมาก็คิดแบบเดียวกัน ตอนไปเรียนหมออยู่เมืองนอกเวลาอยู่เวร หน้าที่ของเราคือต้องยื้อคนไข้ แม้บางทีไม่มีทางรักษาหาย มีแต่จะแย่ลงเพราะโรคร้ายเรื้อรัง แต่เราก็ยังใส่ท่อใส่อะไรเข้าไป คือคนไข้ต้องตายแน่ แต่อย่างน้อยก็อย่ามาตายในเวรเราก็แล้วกัน เราทำพอให้ส่งต่อไปให้หมอคนอื่นให้เร็วที่สุด

พอมานั่งคิดดูว่า ทำแบบนี้จะดีกับคนไข้ไหม ถ้ามองในแนวพุทธ การตายอย่างทรมาน มีท่อมีสายมาแยงอยู่ตลอดเวลา มีความวุ่นวายยุ่งเหยิงอยู่รอบ ๆ จิตใจก็จะเศร้าหมอง มีความกังวล อาจจะไปไม่ดีก็ได้ ศาสนาพุทธเชื่อว่าชีวิตไม่ได้จบแค่ตาย ต่างจากทางตะวันตกที่เอาวัตถุเป็นตัวตั้ง เขามองว่า จิตใจ ความรู้สึกนึกคิด มาจากสมอง พอสมองตาย ทุกอย่างก็จบ อันนี้เรียกว่าเอาวัตถุเป็นตัวตั้ง ซึ่งเป็นฐานการคิดของวิทยาศาสตร์ในยุคนี้

เดี๋ยวนี้ทางตะวันตกก็พบว่าอาจจะไม่ใช่อย่างที่เคยคิดกัน ที่เคยคิดว่าพื้นฐานของสิ่งทั้งหลายคือวัตถุ อาจจะไม่ใช่อย่างนั้น เพราะมีการทดลองในเรื่องของชีวิตหลังความตาย ว่าสุดท้ายแล้ววัตถุ จะเป็นพื้นฐานจริงหรือเปล่า อาจจะมี consciousness (ความตระหนักรู้) มีสิ่งที่เป็นนามธรรมหรือสภาวะจิตใจที่มันอยู่เหนือกว่าวัตถุพวกนี้หรือเปล่า ซึ่งในทางพุทธศาสนาก็ไม่ได้แปลกใจอะไร เพราะว่าเราก็รู้อยู่แล้วว่า จิตใจกับร่างกายมันเอื้ออาศัยซึ่งกันและกัน โดยเฉพาะที่ตอนปฏิสนธิ ต้องมีการเชื่อมโยงกัน แล้ว**การตาย ก็ไม่ได้เป็นการสิ้นสุด แต่เป็นการเดินทางต่อ** ซึ่งคำว่า “ตาย” ก็บอกอยู่แล้ว

ในภาษาบาลี **"ตาย"** มาจากคำว่า **ติ** ซึ่งแปลว่า ๓ รวมกับ **อายะ** ที่แปลว่า**ไป** เพราะฉะนั้น คำว่าตาย ไม่ได้แปลว่าจบ แต่แปลว่า **"ไปต่อในภพ ๓"** ส่วนใหญ่ท่านก็จะบอกว่า กามภพ รูปภพ อรูปภพ เป็น ๓ ภพภูมิ ที่เราจะต้องเวียนว่ายตายเกิดกัน แต่เดี๋ยวนี้เรื่องของภพภูมิ ที่เป็นรูปภพ อรูปภพนี้ เรียกได้ว่าแทบจะไม่ค่อยได้พูดกัน เพราะว่าคนที่จะเจริญฌานถึงขนาดนั้นได้ มีน้อยมาก ยุคนี้กามวัตถุมันรุ่งเรือง

ภูมิในยุคนี้จึงจะแบ่งเป็น ๑. อบายภูมิ (นรก เปรต อสุรกาย สัตว์ดิรัจฉาน) ๒. กามสุคติภูมิ (มนุษย์ เทวดา) ๓. พรหมภูมิ การแบ่ง ๓ แบบนี้ จะตรงกับสภาพปัจจุบันมากกว่า แล้วคนส่วนใหญ่ ตายแล้วไปไหน? ไปอบาย... อบายนี้ถือเป็น **"บ้านเก่า"** ของพวกเรา ส่วนใหญ่ เราไม่ค่อยได้รักษาศีล ๕ กันเท่าไร ฉะนั้นเขาจึงพูดว่า **อบายนี้เป็นบ้านเก่าของเรา สุคติภพ นานๆ จะได้มาสักที** แต่พอได้มาแล้ว ส่วนใหญ่ก็ประมาทกัน พอประมาทก็กลับไปอบายใหม่ ก็วนเวียนอยู่อย่างนี้ การตายจึงไม่ได้เป็นที่สิ้นสุดทุกข์

ถ้ามองแบบพุทธศาสนา **การหลุดพ้นจากวัฏสงสารต่างหาก ที่เป็นที่สุดของทุกข์** ซึ่งการจะหลุดพ้นได้ก็ต้องมีการเรียนรู้ศึกษา แน่นอนว่าการมีสุขภาพดี ทำให้เราสามารถสร้างกุศลได้ง่าย สามารถสร้างโอกาสให้เราศึกษาธรรมะได้ดีมากขึ้น แต่การจะทำอริยมรรคให้เกิดขึ้นได้นั้น ก็ต้องมีองค์ประกอบทั้งหมด ๘ อย่าง ซึ่งหนึ่งในนั้นก็คือ "สัมมาอาชีพ" สำหรับแพทย์และพยาบาลนั้น เป็นสัมมาอาชีพอยู่แล้ว ถ้าไม่แตกแถว มีความคิดแบบหาเงินหาทองจนเกินไป โดยสายวิชาชีพแล้ว แพทย์จะมีเจตนามีความเมตตากรุณาเป็นทุนเดิมอยู่แล้ว ถ้าได้สัมมาทางด้านอื่นอีก ๗ สัมมา (สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ) ก็สามารถรวมกัน เกิดเป็นอริยมรรคขึ้นได้

เรื่องการตาย ในพุทธศาสนาก็มีทั้งตายดีและตายไม่ดี ตายไม่ดี เขาใช้คำว่า **"หลงตาย"** ถ้าไม่หลงตายอาจจะเป็น "ตายดี" ได้ ตายอย่างมีสติ มีปัญญาที่ดี อย่างในสมัยพุทธกาล ก็มีพระหลายรูปที่ท่านอาพาธ ถึงขั้นที่ว่ารักษาไม่หายแล้ว ท่านได้ใช้เวลาในช่วงสุดท้ายพิจารณาแล้วก็ปล่อยวางสังขารได้ เป็นพระอรหันต์ กิเลสตายไปพร้อมกับร่างกายได้เหมือนกัน

เพราะฉะนั้น ในความหมายของพุทธศาสนา **ตาย** ก็ไม่ได้แปลว่าไม่ดีเสมอไป ถ้าเขามีความพร้อม ไม่หลงเห็นโทษของสังขารร่างกาย จะกลายเป็นเรื่องดี เพราะการตายทำให้เราได้ปลง ได้ปล่อยวาง ว่าสุดท้ายแล้วก็เป็นอย่างที่พระพุทธเจ้าสอน สังขารทั้งหมด ที่มันปรุงแต่งขึ้นมา สุดท้ายก็แตกแยกไปเป็นธรรมดา

สมัยโบราณเวลาคนตาย ท่านจะอุทานว่า *"สิ่งที่แตกได้ ได้แตกแล้ว สิ่งที่ตายได้ ได้ตายแล้ว"* สิ่งเหล่านี้มันตายได้ มันแตกได้ มันได้ทำหน้าที่ของมันแล้ว เพราะว่าสังขารร่างกายมันมีความแตกความตายเป็นธรรมดา ที่สำคัญคือ **เราเข้าใจมันไหม** แล้วทำอย่างไรจึงจะพ้นจากมันได้ พ้นจากความหลง หลงว่าการมีภพภูมิ หลงว่ามีสังขารร่างกาย เป็นสิ่งที่ดี

เมื่อเราเห็นตามความเป็นจริง ไม่มีอวิชชาปิดบัง เมื่อเห็นอย่างนี้แล้ว ตัณหาที่จะไปพลอยยินดีในภพในชาติก็ไม่มี เมื่อไม่มีตัณหาแล้ว ก็ไม่มีการกลับมาเวียนว่ายตายเกิดอีก สามารถดับทุกข์ได้สิ้นเชิง ดังนั้น มุมมองของพระอรหันต์ การตายกลับเป็นสิ่งที่ดี เพราะว่าได้วาง

ภาระลง ท่านบอกว่า เหมือนคนที่ทำงานเสร็จแล้ว รอคอยรับค่าจ้าง คอยเวลาเงินเดือนออก วันเงินเดือนออกคือเป็นวันตายของเรา แต่เราคงไม่คิดอย่างนี้ใช่ไหม เพราะเราไม่ได้ทำงานอย่างพระอรหันต์ เราก็เลยไม่มีเงินเดือนออก แต่คนที่เขาทำงาน เขาเอาร่างกายมาพิจารณา เห็นแล้วว่าเป็นทุกข์ เห็นว่าเป็นสังขารที่เรามายึดมั่นถือมั่นอยู่ พอได้วางมันลง เขาเรียกว่าวางภาระอันหนักลงแล้ว แล้วก็ไม่หยิบฉวยเอาภาระอื่นเข้ามาอีก

การตายจึงเป็นช่วงเวลาที่สำคัญ การศึกษาธรรมะทั้งหมด ก็เพื่อใช้ในช่วงนี้ พอถึงวันตาย เราจะวางได้ไหม ถ้าไม่อยากต้องมาเวียนว่ายตายเกิดอีก ก็ต้องอาศัยการทำงานร่วมกันของอริยมรรคมีองค์ ๘ ซึ่งจะทำให้เราตัดกิเลสได้

จริยธรรมความเป็นหมอ
จึงมีพื้นฐานมาจาก
ความเข้าใจสัจธรรมของชีวิต
พอเข้าใจสัจธรรมของชีวิต
จริยธรรมจะตามมาเองโดยอัตโนมัติ
เพราะว่าเรารู้ว่า โรคนี้มันเป็นทุกข์
ทำอย่างไรจึงจะแก้ทุกข์ได้
เราก็ช่วยเท่าที่ช่วยได้

ธรรมโอสถ

พุทธศาสนามองชีวิตในมุมกว้าง ตั้งแต่ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ทำอย่างไรจึงจะเกิดดี แก่ดี เจ็บดี ตายดี ขอบเขตของมันกว้างกว่าเรื่องของหมอหรือของคนทั่วไป คนที่เป็นหมอ อย่างน้อยก็ควรจะมีภาพรวมกว้าง ๆ ก่อนที่จะเจาะลึกลงไปทำหน้าที่ดูแลในส่วนของสุขภาพร่างกาย หมอต้องให้ความสำคัญในเรื่องขององค์รวมทั้งหมดของชีวิต กระบวนการตั้งแต่ เกิด แก่ เจ็บ ตาย

บัณฑิตต่างยกย่องกันว่าพระพุทธเจ้านั้นเป็นเลิศ เปรียบได้กับหมอเหมือนกัน ท่านใช้คำว่า **ภิสกฺโก** แปลว่าหมอยา หมอยาที่ดีนั้นสามารถวางยาได้ถูกคน ธรรมะก็คือยา คือธรรมโอสถนั่นเอง ยาของพระพุทธองค์หมายถึงความรู้ความเข้าใจในชีวิตและสังขาร เพราะกายกับใจมันเนื่องด้วยกัน ถ้าจิตใจสบายก็พาให้กายดีไปด้วย ถ้ากายเจ็บไข้ มันก็ดึงให้จิตมีปัญหาไปด้วย เวลาเจ็บป่วย ร่างกายทุกข์ทรมาน จิตจะคงสติไว้ได้ มันก็จะยากเหมือนกัน เพราะสองอย่างนี้ต้องอาศัยไปด้วยกัน พระพุทธเจ้าสามารถวิเคราะห์ เข้าใจ หาสาเหตุแล้วก็เลือกยามาใช้ให้ตรงจุด เหมือนกับหมอยาที่ชำนาญ

บางทีก็เปรียบพระพุทธเจ้าเป็น ***สลฺลกตฺโต*** แปลว่าหมอผ่าตัด (**สลฺล** ก็ลูกศร ส่วน **กตฺต** ก็คือการกระทำให้มันออกมา) ลูกศรในความหมายของพระพุทธเจ้าก็คือกิเลส ท่านเป็นผู้ผ่าตัดเอากิเลสซึ่งเป็นต้นเหตุของปัญหาทั้งหมด ปัญหาของทุกสิ่งทุกอย่าง พระพุทธองค์ท่านก็มองว่ามีกิเลสเป็นตัวต้นเหตุ คืออย่างหมอทั่วไป พูดง่าย ๆ ถ้าเปรียบกับพระพุทธเจ้าก็เหมือนกับรักษาที่ปลายเหตุ เหมือนกับคนมีแผลมีหนองฝีอยู่ข้างใน เหมือนมีกิเลส

ทำกรรมแล้ว เกิดมาแล้ว ก็ต้องรับผลของกรรมนั้น หมอทั่วไปก็รักษาได้แค่ผิวเผิน เหมือนกับเอาอะไรไปปิดไปพอกไว้ที่ปากแผล แต่สำหรับพระพุทธเจ้านี้ ท่านเอามีดคือปัญญา ชำแหละลงไปที่ต้นเหตุ เอาเสี้ยนที่มันกลัดหนองอยู่ข้างในก้อนฝีออกมา รักษาที่ต้นเหตุจริง ๆ

ช่วงที่อยู่ที่เมืองนอก อาตมาเรียนหมอเด็ก และก่อนที่จะบวชก็เป็นหมอเด็ก ไม่ค่อยได้มีคนไข้ในความรับผิดชอบตายสักเท่าไร (ส่วนมากเด็กก็จะไม่ค่อยตาย) ที่เลือกเรียนหมอเด็กก็เพราะว่ารักษาแล้วเด็กวิ่งกลับบ้านได้ รู้สึกว่ามีความสุข แต่ว่าหมอผู้ใหญ่นี้มักไม่หายขาดซักที เรื่องไม่จบ การตายนี้ก็นาน ๆ เห็นที อย่างกรณีโรคเด็กบางอย่างที่เป็นทางพันธุกรรม เรียกว่า Cystic Fibrosis ปอดจะมีปัญหาเยอะ เสมหะเหนียว ไอออกมาไม่ได้ แล้วก็ติดเชื้อ ดื้อยามาก แล้วมักจะตายในช่วงวัยแรกรุ่นอยู่ เสียชีวิตก่อนถึงวัยผู้ใหญ่

อาตมาต้องเขียนใบมรณบัตร ซึ่งมีช่องให้กรอกว่าสาเหตุการตาย คือ... ปกติถ้าเป็นหมอทั่วไปที่กรอกเป็นประจำอยู่แล้ว คงไม่ค่อยได้คิดอะไรมาก แต่สำหรับ

อาตมานานๆ ได้กรอกที เลยมีเวลามานั่งคิดว่า หมอคนอื่นเขาจะกรอกสาเหตุการตายอย่างไร ? เป็นมะเร็งตาย เป็นโรคเบาหวานตาย อุบัติเหตุตาย หรือติดเชื้อตาย อะไรอย่างนี้ แต่พออาตมามานั่งคิดว่าสาเหตุการตายนี้มันคืออะไร คิดว่าพวกนี้มันไม่ใช่สาเหตุจริงๆ มันเป็นแค่ปัจจัยที่ทำให้เขาตายตอนนั้น **สาเหตุของการตายจริงๆ มันคือการเกิด ถ้าไม่เกิดก็ไม่ตาย** เพราะคนที่เกิดมานี้ ตายทุกคน ส่วนสาเหตุอื่นมันเป็นแค่ปัจจัยที่ทำให้มาตายตอนนั้นเท่านั้นเอง ถึงไม่มีปัจจัยเหล่านี้ก็ตายอยู่ดี

พออาตมาจะเขียนลงไปแบบนั้นก็คิดว่า จิตของเรานี้มันไม่เหมือนหมอแล้วนะ เหมือนกับจิตของพระแล้ว มันคิดอีกแบบหนึ่งแล้วว่า พระพุทธเจ้าท่านแก้ไปที่ต้นเหตุจริงๆ ในเรื่องของการเวียนว่ายตายเกิด เรามีกิเลสเป็นเหตุ ทำให้พาเวียนว่ายตายเกิดในภพชาติต่างๆ เกิดในภพไหน ก็ทุกข์ในภพนั้น **เป็นหมอก็ดีเป็นสิ่งจำเป็น แต่ถ้าจะรักษาให้หายขาดจริงๆ มันต้องใช้วิธีของพระพุทธเจ้า ต้องใช้อริยสัจ ๔ รักษาที่ต้นเหตุจริงๆ** ไม่อย่างนั้นก็แก้กันไม่จบ มาเวียนว่าย

ตายเกิดอีก มีทั้งเกิดไม่ดี แก่ไม่ดี เจ็บไม่ดี ตายไม่ดี ฉะนั้น ถ้าจะเป็นหมอ ต้องมองให้กว้างขึ้น ต้องใช้การศึกษาธรรมะ ต้องช่างสังเกต สนใจศึกษาหาเหตุ หาปัจจัยต่าง ๆ

อริยสัจสี่ เป็นวิธีการมองของพระพุทธเจ้า
ที่เหมือนกับแพทย์เวลารักษาคนไข้อย่างมาก คือ
กำหนดขอบเขตของปัญหา... **ทุกข์**
สืบสาวหาต้นเหตุของโรค... **สมุทัย**
การแก้คือต้องดับที่ต้นเหตุ... **นิโรธ**
อุบายวิธีที่จะไปดับเหตุนั้น... **มรรค**

จริยธรรมของแพทย์

การเป็นหมอนี้มีทุนอยู่เยอะแล้ว เพราะเมืองไทย เรา ให้ค่าให้ความสำคัญกับการเป็นหมอมาก คนที่จะสอบเข้าหมอได้ ต้องมีคะแนนดี ต้องมีการสอบเข้ามา เหมือนกับคัดเลือกคนที่เก่งสุดยอดอยู่แล้ว แสดงว่าเราต้องมีพื้นทุนทางปัญญาที่ดี มาเรียนแล้ว ทางรัฐบาลก็ต้องช่วยสนับสนุนค่าหน่วยกิจ ค่าน้ำยาทดลองอะไรแต่ละอย่างก็แพง ๆ ทั้งนั้น กว่าจะจบแต่ละคน รัฐบาลก็ลงทุนให้มากมาย เราก็เป็นคนที่ได้ประโยชน์จากระบบ ฉะนั้นการที่เราจบออกมา เราควรมีสำนึกในการที่จะช่วยเหลือคนไข้ เรียกว่าเป็น **จริยธรรมของแพทย์** อย่างน้อยอาตมาก็คิดว่าเมืองไทยก็ยังมีตรงนี้อยู่บ้าง ซึ่งไม่เหมือน

ในต่างประเทศ เมืองที่อาตมาไปเรียน อย่างที่เมืองดีทรอยต์ (Detroit) นี้ ไปตอนแรกก็ช็อกเหมือนกัน คือท่าทีของคนไข้ต่อหมอ ก็ไม่เหมือนกันกับของเรา เพราะเขามองว่า หมอก็เหมือนกับเป็นอาชีพอีกอาชีพหนึ่งที่ทำเงินได้เยอะ แล้วคนไข้ก็ไม่ได้มีความเคารพหมอหรือให้เกียรติแบบของเมืองไทยเรา

ช่วงที่เป็นแพทย์ฝึกหัด (resident) ได้ซักประวัติเด็กที่ยังเล็กอยู่ พบว่ามีกระดูกหักเต็มตัว อาตมาเข้าไปซักประวัติแม่ ความที่เราซื่อ ก็ซักถามไปตามตรง แม่เด็กบอกว่า เด็กมันเดินไปชนนู่นไปชนนี่ เราก็แย้งว่า เด็กตัวเท่านี้ มันยังเดินไม่ได้เลยนะ ซักไปซักมา... แม่เกิดโกรธ! ลุกขึ้นมากระชากคอเสื้อ จะชกเรา ตอนนั้นก็ตกใจ เพราะตอนอยู่เมืองไทย ไม่เคยเจอคนไข้ที่ก้าวร้าวกับหมอขนาดนั้น แต่ว่าพอเป็นหมออยู่เมืองนอกแล้ว เราก็เลยเข้าใจว่า ที่เมืองนอกเขาไม่ได้มองหมอว่าวิเศษวิโสอะไร เป็นแค่คนที่ทำงานเพื่อเงินคนหนึ่ง

ทางตะวันตกจะมีระบบการฟ้องร้อง เป็นเหตุให้แพทย์ที่นู่นต้องใช้เวลามากไปกับการเขียนหน้าป้ายคนไข้

แทนที่จะเอาเวลาไปดูคนไข้ ต้องมาเขียนโน้ตไว้ป้องกันตัวเอง เพราะไม่อย่างนั้น เดี๋ยวคนมา review หน้าป้ายแล้วอาจจะมีปัญหาฟ้องร้องกันได้

ที่นู่นมีอาชีพพิเศษ คนที่จบหมอแล้วอยากจะทำเงินเยอะ ๆ ก็ไปเรียนต่อกฎหมาย จบมาได้เงินเยอะกว่า วัน ๆ ก็ลงมานั่งดูหน้าป้ายคนไข้ แล้วก็จด ๆ หาเรื่องที่จะฟ้องได้เยอะ ถ้าดูโฆษณาในทีวี ก็จะมีการถามคนเข้าโรงพยาบาลว่า มีปัญหาไหม ติดต่อเราได้ ฟ้องได้เงินแล้วแบ่งกันคนละครึ่งนะ ที่เมืองนอก ระบบมันเป็นอย่างนี้ ไม่รู้ว่าบ้านเราเข้าใกล้เขาหรือยัง อาชีพหมอเป็นอาชีพที่ได้เงินเยอะ จึงเป็นธรรมดาที่คนจะฟ้องกันเยอะ หมอก็ต้องป้องกันตัวเอง บางทีเราตั้งใจทำงานอย่างดีอะไรอย่างนี้ แต่ว่าถ้าเราพลาดขึ้นมาทีหนึ่ง เราก็เสร็จเหมือนกัน ที่นู่นจะเป็นในลักษณะอย่างนั้น

ที่เมืองไทย ตอนอาตมาเป็นนิสิตแพทย์ ต้องไปดูแผลล้างแผลคนไข้ หลังจากอยู่โรงพยาบาลมาหลายเดือน แกก็กลับบ้านได้ อีก ๒-๓ อาทิตย์ต่อมา แกเดินได้แข็งแรงดี อุตส่าห์หิ้วกล้วยในสวนของแก เดินมาตั้ง

หลายกิโล เอามาให้เราที่ห้องตรวจ เราก็มีความรู้สึกว่าเมืองไทยเรา อย่างน้อยคนไข้เขาก็ยังเคารพหมอ แต่เราก็ไม่ได้คิดจะเอาอะไร เราดูแลเขาอย่างเต็มที่ มีความเคารพในวิชาชีพ ฉะนั้นอาตมาอยากเห็นปฏิสัมพันธ์แบบนี้ให้ยั่งยืนต่อไป สิ่งเหล่านี้เป็นลักษณะพิเศษที่มีเฉพาะในเมืองไทย

เรายังให้ความเคารพ ๓ อาชีพอยู่ใช่ไหม คือ อาชีพครู อาชีพแพทย์ แล้วก็อาชีพพระ สามอาชีพนี้เป็นหลักสำคัญ เพราะถ้าไม่มีความเคารพใน ๓ อาชีพนี้ สังคมคงจะอยู่ยากเหมือนกัน เพราะอย่างน้อยก็ยังมีจริยธรรมของแต่ละอาชีพ ที่ช่วยพยุงสังคมเอาไว้ แน่นอนมันจะมีคนที่เขาเรียกว่า bad apple (แอปเปิ้ลเน่า) คือคนแย่ ๆ ที่แฝงตัวอยู่ในสถาบันเหล่านี้อยู่บ้าง แต่อาตมาเชื่อว่ามีส่วนน้อย **พวกเราควรคงความเคารพในวิชาชีพที่มีคุณค่าเหล่านี้ไว้** เพราะว่าครูเป็นปูชนียบุคคลที่สำคัญ แม้ว่าจะดุจะด่าอะไรบ้าง แต่ว่าอย่างน้อยครูก็มีกรุณาที่จะให้ลูกศิษย์ได้ดี หวังที่จะช่วยเอื้อประโยชน์ พระก็เหมือนกัน พระเราก็มีหน้าที่ที่จะปฏิบัติตัวเราเองให้ได้ก่อนตามกรอบระเบียบของพระธรรมวินัย

แล้วสัจธรรมที่เราได้เข้าถึงนั้น เราก็นำมาเผื่อแผ่แบ่งปัน สอนญาติสอนโยมให้มุ่งทางไปสู่สวรรค์หรือนิพพาน ตามความต้องการของแต่ละคน ส่วนแพทย์พยาบาล ก็มีหน้าที่จะดูแลคนไข้ให้มีสุขภาพดี เรียกว่าเป็นจริยธรรม ของแพทย์ แพทย์พยาบาลจึงควรทำตัวให้สมกับการเป็น ที่เคารพของคนไข้

จริยธรรมส่วนนี้เกิดจากการที่เราเข้าใจในระบบ องค์รวมว่า เราต้องมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ พึ่งพาซึ่งกัน และกัน ผู้ที่มาทำงานเป็นแพทย์และพยาบาล ควรจะ ตั้งฐานให้ดี อย่างน้อยไม่ให้มีเจตนาแสวงหาผลประโยชน์ ทุกวันนี้มีระบบธุรกิจอะไรเข้ามาเกี่ยวข้องเยอะ ถ้าเรา ไม่เป็นห่วงทางนั้นมาก แล้วทำหน้าที่ของเราให้ดี ส่วนใหญ่ เราก็พอมีรายได้จุนเจือครอบครัว ถ้าไม่ฟุ่มเฟือยจน เกินไป ก็พออยู่ได้ สังคมเขาก็เคารพเราพอสมควร

เรื่องของเจตนาหวังดี มีเมตตากรุณา เป็นหลัก สำคัญในการช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ ได้ทั้งประโยชน์ ในปัจจุบัน คือค่าตอบแทนช่วยจุนเจือเลี้ยงครอบครัว อิ่มใจที่คนไข้หายจากโรคภัยไข้เจ็บ แล้วประโยชน์ใน

ภายหน้าด้วย ถ้ามีชาติหน้า ต่อไป อย่างน้อยเราก็ได้ไปเกิดในที่ที่ดี

ถ้าเราน้อมมาคิดว่าโรคของคนไข้ วันหนึ่งเราเองก็อาจจะเป็นโรคนั้นได้ เรามีโอกาสที่จะเป็นได้เหมือนกัน แล้วถ้าวันหนึ่งเราเกิดเป็นโรคอย่างที่เราได้เคยวินิจฉัยคนไข้ แล้วเราจะทำใจได้ไหม เราพร้อมหรือยัง?

เวลาที่ความแก่ ความเจ็บ ความตาย มาเตือนเรา ถ้าเราทำใจได้ถูกต้อง ก็จะเป็นการภาวนาไปในตัว แพทย์และพยาบาลจึงเป็นอาชีพที่อาตมาว่าดีมาก **ถ้าไม่ได้เป็นพระ อาตมาก็คงเป็นแพทย์ แต่ว่ามาเป็นพระดีกว่า เพราะแพทย์นี้ก็ยังทุกข์อยู่ใช่ไหม ยังไม่พ้นทุกข์** ก็ช่วยกันในแง่ที่จะประคับประคองกันไป แต่ถ้าเป็นพระทุกวันจะต้องสู้กับตัวเอง ซึ่งเป็นสิ่งที่ยากที่สุด สู้กับกิเลสของตัวเอง แต่อาตมาคิดว่า มันเป็นแนวทางเดียวกัน คือต้องการบำบัดทุกข์ให้กับเพื่อนมนุษย์เหมือนกัน

การจะใช้ความรู้ที่เรียนมาอย่างไร ของพระเองก็มีข้อห้าม เป็นพระบวชมาแล้ว จะมาตั้งคลินิกตรวจคน

อย่างนี้ถือว่าวิชาแพทย์นี้ เป็น**เดรัจฉานวิชาของพระ** เพราะโยมที่มาเขาไม่ได้ต้องการจะตรวจแบบนั้น เขาต้องการธรรมะทางด้านจิตใจ แต่ว่าถ้าจะใช้ก็ใช้ดูแลคนในวัดก็ทำได้ พระพุทธเจ้าทรงอนุญาตไว้

อย่างอาตมานี้ มีคนมาถามอยู่เรื่อยว่า ได้ใช้วิชาความรู้ที่ได้เรียนมานี้บ้างไหม ก็ตอบว่า... ใช้ได้ แต่ต้องใช้ในกรอบจำกัด ไปเปิดคลินิกรับโยมเข้ามาตรวจอย่างนี้ไม่ได้ แต่ว่าเราสามารถจะดูพระเณรที่ป่วยหรือว่าโยมที่มาเป็นผ้าขาว ตั้งใจมาบวชเป็นพระได้ ตอนที่อาตมาเข้าไปที่ป่าเต่าดำ สาขาของวัดป่านานาชาติ ที่กาญจนบุรีติดชายแดนพม่า ก็มีพระ และผ้าขาวที่โดนไม้ไผ่บาดมา ก็ต้องเย็บอยู่ ๒-๓ ราย อย่างนี้ทำได้ ใช้เข็มเย็บผ้าเย็บ ยังได้ใช้ทักษะทางแพทย์บ้าง หรือเวลามีพระ เณร ผ้าขาวป่วย เราวินิจฉัยแล้ว ก็ส่งเขาเข้าโรงพยาบาลได้ ต้องเข้าใจว่า พระต้องทำหน้าที่รักษาวินัยเป็นหลัก การแบ่งปันความรู้ในเรื่องของสุขภาพอนามัยจะใช้ในวงจำกัดในกลุ่มของสหธรรมิกด้วยกัน อันนี้ก็ไม่มีปัญหาอะไร

อโรค

เรื่องของการแพทย์ การรักษาพยาบาล ขึ้นอยู่กับว่าเรา จะมองมุมไหน มองให้ละเอียดมากน้อยแค่ไหน ตอนที่อาตมาฝึกภาวนากรรมฐาน มีการมองที่เรียกว่า **"ปลงอสุภะ"** เคยคิดว่าเป็นแพทย์ ก็น่าจะเห็นอสุภะดีอยู่แล้ว แต่ไม่ใช่... พระกับแพทย์ดูไม่เหมือนกัน เวลาแพทย์ดูศพ ดูอวัยวะภายในร่างกาย จะดูร่างกายเหมือนกับเครื่องจักรที่มันพังแล้ว จะเข้าไปแก้ไขมันได้อย่างไร อย่างเส้นเลือดตรงนี้ มันพาดอย่างไร ถ้าเปิดเข้าไปผ่า เราจะได้เย็บถูกเส้น อย่างนี้เป็นต้น เป็นการมองในแบบหนึ่ง แต่การมองแบบพระ จะเป็นการมองแบบ "ปลง" มองให้เห็นว่าสิ่งนี้มันไม่งาม มันสกปรก

ช่วงที่เรียนมหาสติปัฏฐานสูตร มีหมวดพิจารณากายในป่าช้า ฝึกดูศพตั้งแต่ตายวันแรก วันที่สอง สาม สี่ จนมันเน่าเหลือแต่เอ็นกระดูก ดูจนกระดูกกระจัดกระจายเป็นฝุ่น เป็นพระนี้ต้องดูไปจนจบ ดูร่างกายที่เคยยึดว่าเป็นของเรา ดูเพื่อให้เบื่อหน่ายในร่างกาย ดูให้เห็นโทษของการเวียนว่ายตายเกิด แม้เราจะเกิดไปมีร่างกายใหม่เดี๋ยวก็เป็นอย่างนี้อีก ต้องเป็นเหยื่อของหนอน ของสุนัข ของกาไก่ มากิน ฉะนั้น การเป็นพระก็มองมุมกว้างกว่า หมอก็จะสนใจเฉพาะตอนที่ยังมีชีวิตอยู่ แล้วก็รักษาได้แค่บางโรค ช่วยบรรเทาทุกข์ให้คนไข้ได้ในระดับหนึ่ง แต่ถ้าจะให้ทุกข์ดับสิ้น เราต้องมีพื้นความรู้ ความเข้าใจทางพุทธด้วย

พระพุทธเจ้าทรงพยายามชี้ให้เราเห็นโทษของการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสาร ในพระไตรปิฎกจะมีคำพวกนี้เยอะ ทำให้เราน้อมมาคิด อย่างเวลาสวดมนต์ก็จะมีคำ ๆ หนึ่งที่ปรากฏอยู่บ่อย ๆ ***อปฺปาพาโธ อปฺปาตงฺโก*** ซึ่งถ้าแยกศัพท์ **อปฺป** แปลว่าน้อย **อาพาธ** แปลว่าป่วย, **อาตงฺโก** แปลว่าโรค, **อปฺปาพาโธ อปฺปาตงฺโก** แปลว่า มีอาพาธน้อย มีโรคน้อย เวลาเจอกัน เขาจะทัก

ว่า เธอมีอาพาธน้อยมีโรคน้อยไหม ซึ่งสิ่งนี้เป็นคุณสมบัติของคนที่จะบำเพ็ญความเพียร คือต้องมีอาพาธน้อย มีโรคน้อย จะได้มีเรี่ยวมีแรงที่จะไปปฏิบัติธรรม ให้สังเกตว่าจะไม่ใช้คำว่าไม่มี (อนาพาโธ หรือ อนาตงฺโก) แต่จะใช้คำว่าน้อย มีอาพาธน้อย มีโรคน้อยแทน ทำไมถึงใช้คำอย่างนั้น ก็เพราะว่า มันไม่มีทางหรอกที่เราจะไม่มีโรคเลย

คำว่า ***อาโรคฺยปรมา ลาภา*** ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ **คำว่า "อโรค" นี้ ไม่ได้แปลว่าไม่มีโรคทางกาย แต่แปลว่าพระนิพพาน** คนที่จะไม่มีโรคได้ต้องไปนิพพานเท่านั้น คนส่วนใหญ่จะมีโรคไม่อย่างใดก็อย่างหนึ่ง โรคทางกายอาจจะไม่มีในบางเวลาได้ แต่โรคทางจิตมันมีอยู่ตลอดเวลา เดี๋ยวมีอกุศล มีโลภ โกรธ หลง มีความคิดฟุ้งซ่าน มีเผลอหลับ เป็นอกุศลทั้งนั้น เพราะฉะนั้นคำว่า **"อโรค"** พระพุทธเจ้าท่านใช้ในความหมายของ**พระนิพพาน**ที่ไม่มีโรคที่แท้จริง ตราบใดที่ยังเป็นสังขตธรรม ยังเวียนว่ายตายเกิด มันจะมีทุกข์บีบคั้น มีภัยคุกคามอยู่ตลอดเวลา อย่างมากก็มีแค่ "อัปป" คือมีน้อย มีโรคน้อย มีอาพาธน้อย ฉะนั้น **จงอย่าประมาท**

ตอนที่ยังมีโรคน้อย มีอาพาธน้อย เราควรจะรีบพยายามปฏิบัติ เพื่อจะได้พ้นจากความมีโรค ความมีอาพาธ ตราบใดที่ยังมีร่างกายที่เป็นรังของโรค ก็ยังไม่ปลอดภัยตราบนั้น

หน้าที่ของหมอ คือ ช่วยในส่วนของร่างกายนั้นให้มีอาพาธน้อย มีโรคน้อย เพื่อจะได้มีเรี่ยวมีแรงไปปฏิบัติธรรมให้พ้นจากทุกข์ เราต้องมองภาพใหญ่อย่างนี้ จะได้ช่วยคนไข้ได้อย่างบูรณาการ บางทีคนไข้ป่วยหมดทางรักษาแล้ว หรือกำลังใกล้จะตายแล้ว ก็ไม่ใช่ว่าเราจะหมดหน้าที่แล้ว เรามีโอกาสที่จะช่วยคนไข้ได้เสมอ แต่ที่สำคัญคือ เราต้องมีธรรมะในตัวเองให้ได้ก่อนจึงจะนำไปสอนคนไข้ได้

กระบวนการของ ความแก่ เจ็บ ตาย เป็นกระบวนการธรรมชาติของร่างกายก็จริง แต่เราไม่ได้จะปล่อยปละละเลย ในฐานะแพทย์ก็ทำหน้าที่รักษาอย่างดีที่สุด แต่ถ้าถึงจุด ๆ หนึ่งที่มันแก้ไขไม่ได้ เช่นโรคร้ายแรง เป็นมะเร็ง หรือเป็นอะไรที่มันรักษาให้หายไม่ได้ หรือโรคชราอวัยวะเสื่อม ที่มีแต่ทรงกับทรุด เราก็ต้องมีหลักพอที่จะ

ไม่ไปยื้อชีวิตเกินธรรมชาติให้มันทรมานโดยไม่จำเป็น ซึ่งอาจทำให้คนไข้ที่กำลังเปลี่ยนผ่านไปสู่อีกโลกหนึ่งไปด้วยความยากลำบาก ทุกข์ทรมาน เราควรเห็นใจผู้ป่วยและเข้าใจสัจธรรมตามความเป็นจริง ทั้งนี้ทั้งนั้นเราก็ต้องเข้าใจธรรมะในตัวเราเองก่อนด้วย เราจึงจะนำไปใช้กับคนไข้ได้

ในเรื่องของจริยธรรม หมอก็เป็นมนุษย์คนหนึ่ง จึงต้องมีธรรมะของมนุษย์เป็นพื้นฐาน มีความเข้าใจว่ามนุษย์เกิดมาทำไม มีจุดมุ่งหมายเพื่ออะไร และ **"ความเป็นหมอ"** ที่เพิ่มเข้ามาคือ ต้องมีเจตนาที่ดี ไม่เป็นอกุศล ไม่มุ่งลาภสักการะ แต่มุ่งประโยชน์ มุ่งความเมตตากรุณาต่อคนไข้ ต้องมีปัญญาที่ดีพอที่จะเข้าใจสมมติฐานของโรคต่าง ๆ รู้ทางแก้ไข และในที่สุด ต้องเข้าใจความเป็นมาของมนุษย์ว่าเกิดมาจากอะไร มีเหตุ มีปัจจัยส่งต่อกันมาอย่างไร จะแก้ที่เหตุปัจจัยอย่างไรได้บ้าง ซึ่งต้องอาศัยความเข้าใจทั้งฝ่ายโลกและฝ่ายธรรม ฉะนั้น **จริยธรรมความเป็นหมอ จึงมีพื้นฐานมาจากความเข้าใจสัจธรรมของชีวิต** พอเข้าใจสัจธรรมของชีวิต จริยธรรมจะตามมาเองโดยอัตโนมัติ เพราะว่าเรารู้ว่า

โรคนี้มันเป็นทุกข์ ทำอย่างไรจึงจะแก้ทุกข์ได้ เราก็ช่วยเท่าที่ช่วยได้

เริ่มจากตัวเราเอง เราเป็นจุดเริ่มที่สำคัญในการแก้ไขปัญหา ทำชีวิตของตัวเราเองให้พ้นจากทุกข์ให้ได้ มีโอกาสก็ช่วยคนอื่นด้วย ถ้ามองในมุมนี้ แพทย์กับพระก็เหมือนกัน คือจะต้องช่วยกันดับทุกข์ หวังความสุขที่แท้จริงให้เกิดขึ้นในโลกให้ได้มากที่สุด

พูดมาพอสมควรแล้ว ต่อไปนี้จะเปิดโอกาสให้ญาติโยมถามอะไรที่สงสัย

หมอทั่วไป รักษาที่ปลายเหตุ
เหมือนกับคนมีแผลมีหนองฝีอยู่ข้างใน
หมอก็รักษาได้แค่ผิวเผิน
เหมือนกับเอาอะไรไปปิดไปพอกไว้ที่ปากแผล
แต่สำหรับพระพุทธเจ้านี้
ท่านเอามีดคือปัญญา ชำแหละลงไปที่ต้นเหตุ
เอาเสี้ยนที่มันกลัดหนองอยู่ข้างในก้อนฝีออกมา
ท่านรักษาที่ต้นเหตุจริงๆ

ถาม – ตอบ

ถาม กราบพระอาจารย์ มีประโยคหนึ่งที่ว่า “จริยธรรมเกิดจากความเข้าใจสัจธรรมของชีวิต” แต่บุคคลทั่วไปที่จะเข้าใจสัจธรรมของชีวิตนั้นไม่ง่าย แต่ละคนเกิดต่างกัน ในฐานะที่เป็นแพทย์ เราจะมีวิธีการและแนวทางปฏิบัติอย่างไรที่จะนำไปสู่ความเข้าใจ หรือสอนนักศึกษาแพทย์ให้เข้าใจ ให้เขามีจริยธรรม และเข้าใจสัจธรรมของชีวิต

ตอบ แพทย์ก็เป็นมนุษย์คนหนึ่ง และแพทย์น่าจะเข้าใจได้เร็วกว่าคนอื่นด้วย เพราะมีทุน มีพื้นฐานในเรื่องของปัญญา ได้เรียนมามาก แล้วยังมีโอกาสผูกพันกับ ความแก่ ความเจ็บ ความตายอยู่ประจำแล้ว **เพียงแต่จะน้อมเข้ามาคิดบ้างหรือเปล่า** ว่าวันหนึ่งก็จะเป็นเรา ในแง่

หนึ่งก็เหมือนอยู่ในปราสาท ๓ ฤดู ยังไม่ออกจากกำแพงวัง โดนพระบิดาขังไว้ในปราสาท ไม่เห็นความแก่ เจ็บ ตาย หรือเห็นแล้วก็ไม่น้อมเข้ามาว่า วันหนึ่งเราเองก็จะแก่ จะเจ็บ จะตาย ซึ่งเป็นเสมือนเทวทูต เมื่อเราตายแล้ว ยมทูตก็จะพาไป แล้วถามว่า ตอนที่ยังมีชีวิตอยู่ได้เห็นเทวทูตไหม ก็บอกว่าไม่เห็น ใครคือเทวทูต ยมบาลบอกว่าเห็นคนที่แก่ไหม คนที่ป่วยต่าง ๆ หรือคนที่ตาย นั่นแหละคือพวกเทวทูต ให้เห็นว่าชีวิตมันมีปัญหา ถ้าเห็นแล้วน้อมเข้ามา คิดว่า วันหนึ่ง เราก็จะเป็นอย่างนั้นเหมือนกัน

ปัจจุบันเรามักมองเรื่องการศึกษาเป็นแค่ทักษะวิธีทำมาหากินแบบหนึ่ง เพื่อจะได้เงินเอาไปแลกกับกามวัตถุมาเสพ มีความคิดกันแค่นั้น คนที่เขาไม่มีจุดหมายในชีวิต เขาจะมองชีวิตแค่เกิดมาชาติเดียว ต้องกิน ใช้ให้คุ้ม ทำงานหาเงินมาเสพให้มากที่สุด ตายไปก็จบ ส่วนคนที่ไม่พอใจแค่นั้น จะมองลึกลงไปว่าปรัชญาชีวิตแบบนี้มันใช้ได้หรือเปล่า ชีวิตมันง่ายขนาดนั้นเลยหรือ ชีวิตเกิดมามันมีความหมายไหม คนเกิดมาเพื่ออะไร มันน่าจะมีกระบวนการของเหตุของปัจจัย

คนที่ตั้งคำถามอย่างนี้ จะแสวงหาคำตอบเอง การที่เราจะแสวงหาอาชีพ ส่วนหนึ่งก็ทำประโยชน์ให้กับสังคมด้วย ทำประโยชน์ให้กับตัวเราเองด้วย อาชีพแพทย์ เป็นอาชีพที่มีโอกาสสูงที่สุดแล้ว เราจะต้องให้เขาฝึกคิด **อย่าเพิ่งพอใจคำตอบง่าย ๆ ที่สังคมให้มา** ว่า เรียนจบไป ก็ต้องทำงานหาเงินให้ได้มากที่สุด แล้วก็มีความสุขแบบโลก ๆ ที่สังคมให้เป็นสูตรสำเร็จ เราก็ดูว่ามันมีแค่นั้นจริง ๆ หรือ ?

ชีวิตมันน่าจะมีคุณค่า มีอะไรลึกซึ้งกว่านั้น ในชีวิตหนึ่ง เราควรจะได้อะไรในชีวิตบ้าง ถ้าแค่เสพกามวัตถุไปวัน ๆ มันก็ไม่ต่างอะไรกับสัตว์ตัวหนึ่ง แต่ความประเสริฐของมนุษย์ มันอยู่ที่อะไร เบื้องต้น ก็อยู่ที่ศีล ๕ นี่แหละที่เราต่างกับสัตว์ ก็เพราะเรามีศีล ๕ ถ้าไม่มีศีล ๕ มันก็คือสัตว์ดี ๆ นี่เอง อาจจะสร้างปัญหาได้มากกว่าสัตว์ทั่วไปเสียอีก เพราะมีความฉลาดมาก เพราะฉะนั้น ก็ต้องฝึกให้เขาคิด เขาอาจจะเริ่มมองได้ว่า ตัวเขาเองก็อยู่ในระบบของวัฏจักรวนเวียนเหมือนกัน ตัวเราเองเป็นหมอ แต่จริง ๆ เราก็เป็นคนไข้ไปด้วยพร้อม ๆ กัน เพราะว่าเรายังแก่ ยังเจ็บ ยังตาย และยังเกิดอีก

เมื่อครู่ เราขอ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นสรณะ **สรณะ** ไม่ได้แปลว่าที่พึ่งอย่างเดียว แปลว่า เป็นที่ระลึก เป็นที่กำจัดภัยได้ด้วย มาจาก **สร ธาตุ** สร แปลว่า เบียดเบียน อันเดียวกับศัพท์ว่า ลูกศร ที่เข้าไปปัก เข้าไปทำลาย การที่เราชาวพุทธถือเอา พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เป็นสรณะ ก็คือ เราเชื่อว่า พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ จะนำเราไปสู่ธรรมะที่จะ ตัดกิเลส ตัดทุกข์ ตัดวัฏสงสาร ที่เกิดจากการเวียนว่าย ตายเกิดนี้ได้

ถ้าเรามีความเชื่ออยู่บ้าง เชื่อคนที่รู้ไว้ก่อน เชื่อ คนแบบพระพุทธเจ้าที่ท่านมี*สัพพัญญุตญาณ* หรือเชื่อ พระอริยสงฆ์ที่ท่านได้พบได้เห็น ได้ผ่านมาก่อนแล้ว ถ้า เรามีศรัทธา มันก็จะมาถ่วงดุลกับปัญญาที่เรามี เราก็จะ ได้เอาความสนใจของเราไปโฟกัสให้ตรงจุด ไปเรียงลำดับ ความสำคัญก่อนหลังให้มันถูกต้อง เรียกว่า รู้สิ่งที่ควรรู้ เห็นสาระในสิ่งที่มันเป็นสาระ ไม่เห็นสาระในสิ่งที่ไม่เป็น สาระ สิ่งที่เป็นสาระคืออริยสัจ ๔ เป็นเครื่องมือที่ทำให้ เราหลุดพ้นจากทุกข์ได้ คนที่จะเข้าใจ จะต้องเห็นอริยสัจ ๔ ก่อน ทางทฤษฎีมันก็ไม่ได้ยากจนเกินไป มันยากตรงที่

ปฏิบัติ ที่ว่าไม่ยากคือ ฟังแล้วต้องน้อมไปคิดบ่อย ๆ ส่วนการจะใช้เทคนิควิธีอย่างไร ก็ต้องอาศัยอาจารย์แต่ละท่าน

สำคัญที่สุดคือการทำตัวเป็นตัวอย่าง บางทีเราอาจจะรู้สึกท้อใจว่า เดี๋ยวนี้มีตัวอย่างที่ไม่ดีเยอะ แต่อาตมามองจากตัวเอง อย่างสมัยที่ยังเป็นนักเรียนแพทย์ มีครูแพทย์หลายท่านมาสอนเรา ครูที่เราจำได้ดีก็มีไม่มาก ครูที่เราจำได้ คือครูที่มีหลักการดี ทำเพื่อประโยชน์ของคนไข้ แม้ว่าจะมีไม่มาก แต่ก็ทำให้เราเกิดความมั่นใจว่า อย่างน้อยก็ยังมีคนที่ทำอย่างนี้อยู่ แม้จะอยู่ในท่ามกลางระบบที่มันไม่ดี ครูก็มีความสุขได้ เพราะครูมีความมั่นคงในทางจริยธรรม ไม่หวั่นไหวในเรื่องที่จะมาชวนให้ผิดศีลธรรม มุ่งประโยชน์ของคนไข้เป็นหลัก ไม่ได้มุ่งค่าตอบแทนทางธุรกิจ

สิ่งเหล่านี้จะเกิดขึ้นได้ในคนรุ่นต่อไป คนรุ่นก่อนก็ต้องทำตัวเป็นตัวอย่าง ถ้าเขาได้เห็นตัวอย่างสักรายสองราย เขาก็จะเกิดมีกำลังใจ ถ้าเขาไม่เห็นตัวอย่างเลย เขาก็รู้สึกว่า เดี๋ยวนี้เป็นอย่างนี้กันหมดแล้ว หมดสมัยของคนดีแล้ว การไม่มีจริยธรรมเป็นเรื่องธรรมดา เขาก็

ไม่รู้สึกอยากจะปรับอะไร แต่ว่าถ้าเขาเห็นตัวอย่าง ว่ามันมีนะ แม้ว่าจะน้อย แต่ก็มี คนที่มีความสุขอยู่ในคุณธรรมได้ แล้วก็มีจริยธรรมที่จะช่วยคนไข้ด้วย ส่วนตัวหมอเองก็ไม่ลำบาก มีความอิ่มใจในวิชาชีพด้วย

ส่วนใหญ่แพทย์ไม่ได้มีปัญหาเรื่องรายได้ ถ้าไม่โลภจนเกินไป **เพียงแต่ว่าเราจะสามารถเอาเวลาที่เหลือไปพัฒนาชีวิตของตัวเราเองด้วยได้หรือไม่** พัฒนาทั้ง ศีล สมาธิ ปัญญา สิกขาทั้งสามให้ยิ่งขึ้นไปได้ แต่เราจะน้อมเข้ามาหรือเปล่าเท่านั้น มันใกล้นิดเดียว แค่มองคนไข้ แล้วเราน้อมใจมาให้ถูกทาง เราก็สามารถที่จะเข้าใจธรรมะได้โดยไม่ยาก

ถาม คำว่า “นิพพาน” นี้ เข้าใจว่า พอเสียชีวิตแล้วก็จะไม่มีการเวียนว่ายตายเกิดอีก เข้าใจว่าอย่างนั้น ทีนี้เวลาเราเสียชีวิตไป เราก็ไม่รู้ตัวแล้ว เราเองก็ไม่รู้ว่าเราบรรลุนิพพานหรือเปล่า ญาติพี่น้องก็ไม่รู้ เพราะฉะนั้นถ้าเรามุ่งที่จะไปถึงนิพพาน เราเสียชีวิตแล้ว ใครจะรู้ว่าเราบรรลุนิพพานหรือเปล่า

ตอบ การบรรลุนิพพานนี้ไม่ได้เกิดตอนตาย คนที่จะบรรลุนิพพาน จะต้องเกิดขณะที่มีชีวิตอยู่ คือคนที่จะบรรลุนิพพานนั้น จะต้องกำหนดรู้ทุกข์ ทุกข์ ก็คือรูปนาม หรือกายใจของเรา และต้องละสมุทัย คือละเหตุของมัน เหตุก็คือ ตัณหา ความอยากทั้งหลาย อยากได้รูปสวย ๆ เสียงเพราะ ๆ อยากจะเกิดอีก หรืออยากไม่เกิดอีก อันนี้ถือเป็นความอยากทั้งหมด ต้องเจริญอริยมรรคครบทั้ง ๘ ข้อ จึงจะสามารถตัดกิเลสได้ ดังนั้น นิพพานไม่ใช่เป็นสิ่งที่ได้ตอนตาย แต่ได้ก็ตอนที่มีชีวิตอยู่ ต้องปฏิบัติให้ได้ครบถ้วนสมบูรณ์ในขณะเดียวกัน รู้ทุกข์ ละสมุทัย แจ้งนิโรธ เจริญมรรค กิจเหล่านี้จะทำได้ก็ตอนที่ยังมีชีวิตอยู่เท่านั้น พอบรรลุนิพพานแล้ว เขาจะเห็นอริยสัจ ๔ ครบเป็นครั้งแรก และจะเห็นทั้งหมด ๔ ครั้ง เขาเรียกว่ามรรคจิตสี่ ทำหน้าที่ตัดกิเลสต่างกัน เพราะกิเลสมันมีความหยาบและละเอียดต่างกัน

บุคคลที่บรรลุมรรคแรก หรือ โสดาปัตติมรรคนั้น เรียกว่าพระโสดาบัน ซึ่งจะเกิดได้อย่างมากอีก ๗ ชาติ ก็จะหมดทุกข์ ถัดไปก็เป็นพระสกทาคามี ก็จะเกิดเป็นเทวดา เกิดเป็นมนุษย์อีกครั้งหนึ่ง ถ้าเป็นพระอนาคามี

ก็ไม่มาเกิดเป็นมนุษย์ซึ่งเป็นกามภพอีก แต่ไปเกิดในชั้นพรหม แล้วก็ปรินิพพานที่ชั้นพรหม ถ้าเป็นพระอรหันต์ก็หมดกิจ ก็ไม่ต้องมาเกิดอีก ตอนมรณภาพแล้วก็จะหมดทุกข์ พูดอีกอย่างหนึ่งว่าดับขันธ์

ฟังให้ดีนะ **ดับขันธ์ ไม่ใช่ดับเรา จริงๆ "ตัวเรา" มันไม่มีมาตั้งแต่แรก มันไม่ใช่มีเรา แล้วเราจะหายไป** ตัวเรามันไม่เคยมี ตอนนี้ก็ไม่มี อยากให้มีมันก็ไม่มี มีแค่รูปกับนามหรือขันธ์ห้า ที่เราไปยึดไว้ว่าเป็น "ตัวเรา" รูปกับนามนั้น ถ้าเราไปเข้าใจมันผิด คิดว่ามันเป็นตัวตนของเรา ไปยึด เราก็มีความอยาก เพราะเราเข้าใจว่ามันงาม มันเที่ยง มันสวย มันเป็นตัวตน เมื่อเข้าใจผิดอย่างนี้ ก็ทำให้เวียนว่ายตายเกิด พอรู้แล้ว สิ่งที่เคยเรียกว่าตัวเรานั้น ที่จริงก็เป็นแค่รูปนามเฉยๆ เมื่อมองในกรอบของอริยสัจ ๔ รูปนามเป็นทุกขสัจ ทุกข์มันมีเหตุอย่างไร ถ้าเราจะละเหตุหรือสมุทัย มันก็จะไม่เกิดรูปนามขึ้นมาอีก ก็เรียกว่าพ้นจากรูปขันธ์ พ้นจากนามขันธ์ ก็คือพ้นจากขันธ์ ๕ ที่เรียกว่าบรรลุนิพพาน

นี่เป็นวิธีการอธิบายอย่างหนึ่ง ไม่ใช่ว่าตายแล้วมันจะสูญหายไป คนปกติจะมีทิฏฐิอยู่ ๒ อย่าง สัสสตทิฏฐิ คือความเห็นว่าเที่ยงแท้แน่นอน ตายแล้วเกิดไปเรื่อย เข้าใจว่าเป็นคนเดียวกันนี่แหละ ไปเกิดเป็นโน่นเป็นนี่ ชาติหน้าก็ไปเกิดเป็นโน่นเป็นนี่อีก เขาเรียกว่า**สัสสตทิฏฐิ** จัดเป็นมิจฉาทิฏฐิอย่างหนึ่ง อีกประเภทหนึ่งเรียกว่า **อุจเฉททิฏฐิ** เข้าใจว่าตายแล้วขาดสูญ ตายแล้วก็จบกัน ไม่มีอะไรสืบต่อไป ทั้งสองทิฏฐินี้ จัดเป็นมิจฉาทิฏฐิทั้งคู่

พระพุทธองค์ทรงสอนว่า ถ้าเราเห็นความเกิดขึ้นมาของขันธ์ห้า เราก็ทำลายอุจเฉททิฏฐิได้ เพราะอุจเฉททิฏฐิคิดว่าตายแล้วก็จบไป แต่มันไม่จบ มันมีเกิดอีก ถ้ามันมีปัจจัยพร้อม มันก็เกิดขึ้นมาอีก หรือถ้าเราเห็นความดับของขันธ์ห้า เราก็จะทำลายสัสสตทิฏฐิได้ เพราะว่ามันไม่ได้มีอะไรเป็นตัวตนยืนยาวไปตลอดเวลา มันเกิดดับอยู่ตลอดเวลา ตามเหตุ ตามปัจจัย มีเหตุปัจจัยก็เกิด หมดเหตุปัจจัยก็ดับ มันมีแค่นี้เอง ธรรมะหรือธรรมชาติของมัน ทั้งรูป ทั้งนาม เปลี่ยนไปตามเหตุตามปัจจัย แต่เราไม่เข้าใจ เราไปหลงยึดว่าเป็นตัวตนของเรา กอดกองทุกข์เอาไว้ แล้วก็ก่อทุกข์ขึ้นอีกมากมาย แต่พอเข้าใจ

แล้ว เราก็ปล่อยมันไปตามธรรมชาติของมัน แต่ขันธ์ห้าที่เรียกว่าตัวเราก็ไม่ได้หายวับไปไหน มันยังมีผลของกรรม ผลของเหตุที่เราเคยสร้างไว้ในอดีต มันยังมีอยู่ เพียงแต่เราไม่ได้สร้างเหตุใหม่อีกต่อไป

เหมือนกับเราขับรถ เราถอนเท้าออกจากคันเร่ง มันก็ไม่ได้หยุดทันที มันไหลไปตามแรงเฉื่อย เราไม่ได้สร้างตัณหาใหม่แล้ว แต่ว่าตัณหาเก่าที่เป็นเหตุให้เราทำกรรมไว้ในอดีต มันก็ยังส่งผลได้อยู่ มันก็สร้างทุกข์ขึ้นมาได้ชั่วระยะเวลาหนึ่ง จนกว่ามันจะหมดไป

หมอยาที่ดีนั้น สามารถวางยาได้ถูกคน
ธรรมะก็คือยา คือธรรมโอสถนั่นเอง
ยาของพระพุทธองค์ หมายถึง
ความรู้ความเข้าใจในชีวิตและสังขาร
เพราะกายกับใจ มันเนื่องด้วยกัน
ถ้าจิตใจสบาย ก็พาให้กายดีไปด้วย
ถ้ากายเจ็บไข้ มันก็ดึงให้จิตมีปัญหาไปด้วย

นิพพาน

นิพพานมีอยู่ ๒ แบบ สอุปาทิเสสนิพพาน กับ อนุปาทิเสสนิพพาน

สอุปาทิเสสนิพพาน คือนิพพานที่ยังมีขันธ์เหลืออยู่ **อนุปาทิเสสนิพพาน** คือนิพพานที่หมดขันธ์แล้ว ตอนที่บรรลุนิพพานคือสิ้นกิเลสแล้ว (บางทีเรียกกิเลสนิพพาน) นิพพานก่อนที่จะตาย เรียกว่าเป็นสอุปาทิเสส เพราะยังมีขันธ์ ๕ เหลืออยู่ แต่พอตายแล้วก็หมด ไม่มีอะไรที่จะบัญญัติอะไรได้อีก สิ้นทุกข์จริง ๆ คือ อนุปาเสสนิพพาน (เรียกว่า ดับขันธ์ปรินิพพาน)

แท้จริง “ตัวตน” มันไม่มีตั้งแต่แรกอยู่แล้ว มีแต่ความหลงที่มันหายไปเพราะวิชชาเกิดขึ้น สุดท้ายแล้วก็มีแค่ความทุกข์ที่เกิดแล้วดับไป มีแล้วหายไป มีแค่นั้นเอง ไม่มีอะไรนอกจากนั้น นิพพานจึงเป็นที่ดับทุกข์ที่แท้จริง เป็นสิ่งที่เข้าถึงได้ยาก เป็นวิสัยของผู้รู้ นานทีมนุษย์จึงจะสามารถเข้าใจได้สักที ต้องรอให้มีพุทธศาสนาเกิดขึ้นมา จึงจะมีทางออกจากวัฏทุกข์นี้ แต่ถ้าไม่มีพุทธศาสนา ก็ต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่อย่างนี้แหละ สวรรค์ไปไม่ยากหรอก ศาสนาอื่นเขาก็มี ทำบุญให้ทาน รักษาศีล ตามแบบศาสนาของเขา แต่ไปนิพพานนี่ยาก ต้องอาศัยผู้รู้จริง ๆ

ถ้ามีโอกาสแล้ว เราควรจะให้ความสนใจธรรมะให้มาก เพราะเป็นวิธีการดับทุกข์ได้ทั้งหมด ไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดอีก สามารถเห็นได้ในปัจจุบัน ไม่ต้องรอให้ตายก่อนจึงจะเห็น

สันทิฏฐิโก เห็นได้ ปฏิบัติได้
อกาลิโก ไม่จำกัดกาล พระนิพพานอยู่เหนือกาลเวลา
เอหิปัสสิโก ท้าพิสูจน์
โอปนยิโก น้อมเข้ามาใส่ตัวเอง
ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ บัณฑิตรู้ได้เฉพาะตน

เรียกว่าเป็นพระธรรม ที่บริสุทธิ์บริบูรณ์ นานๆ ทีถึงจะมี เป็นธรรมที่ดับทุกข์ได้ โดยสิ้นเชิงทั้งหมด

ถ้าพระนิพพานไม่มีอยู่จริง ก็ไม่มีทางที่จะดับกิเลสดับทุกข์ได้ แต่เพราะพระนิพพานมีจริง ความดับทุกข์จึงมีได้ ความจริงมีอะไรบ้าง ความจริงก็คือทุกข์ ตอนนี้คนพูดถึงความจริงกันมาก ยุคปัจจุบันนี้ มีคนเรียกว่า **ยุคหลังความจริง** ตกลงอะไรมันจริงบ้าง คนก็สงสัย

ทุกวันนี้ จะรู้ได้อย่างไรว่า เราไม่ได้เป็นแค่แบบจำลอง (simulation) ของคนในอนาคต อย่างในเครื่องคอมพิวเตอร์ คนก็ยังคิดอยู่ว่า เป็นเหมือนหนังเรื่อง matrix ที่อยู่ในโลกของความฝันหรือเปล่า นักปรัชญาเขาก็สรุปรวมลงมาว่า ตกลงจะรู้ได้อย่างไรว่าอะไรเป็นจริง จะเอาอะไรมาตัดสิน ก็พบว่า **ถ้ามันเจ็บได้ (suffer) มันก็จริง** ความเจ็บนี้มันจริง ถ้าภาษาของเราก็คือ ทุกขอริยสัจไงล่ะ เจ็บก็เป็นจริงอย่างหนึ่ง **สาเหตุของความเจ็บ** คือสมุทัยก็เป็นจริงอย่างหนึ่ง ความอยากต่างๆ ก็เป็นจริง

อย่างหนึ่ง ทำให้เราจับเอาความเจ็บมาเป็นเรา ส่วนความจริงอีกสองอย่างที่ทางตะวันตกไม่มี คือ นิโรธ คือ **ความจบ** จบก็จริง มันจบได้จริงๆ นี่ก็คือความจริง ส่วนทางที่จะไปสู่นิโรธนั้น คือ ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา หรือมรรคมีองค์ ๘ อันนี้ หรือที่เรียกว่า **แจ้ง** ก็จริงเหมือนกัน ถ้าเราทำให้องค์ประกอบเกิดขึ้นพร้อมกันทั้ง ๘ ได้

ฉะนั้น เรียกย่อๆ ว่า **ความจริงสี่อย่าง** คือ **เจ็บจริง** (ทุกขสัจ) **จับจริง** (สมุทัยสัจ) **จบจริง** (นิโรธสัจ) **แจ้งจริง** (มรรคสัจ)

เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าถึงสรุปว่า ความจริงของพระอริยะ มี ๔ อย่าง จะได้ไม่หลง มันมีจริง มันมีทุกข์จริง ความจบทุกข์ก็มีได้จริง กิเลสก็มีจริง การดับกิเลสก็มีจริงเหมือนกัน ฉะนั้น คนจะเข้าใจความจริงได้ต้องเข้าใจจริงทั้ง ๔ อย่างเหล่านี้ จึงจะพ้นทุกข์ได้ เดี๋ยวนี้คนก็พูดกันมากว่า อีกหน่อยเทคโนโลยี AI (Artificial Intelligence - ปัญญาประดิษฐ์) มันจะมาแทนเรา มันจะทำได้ดีกว่าเราทั้งหมด อะไรที่เป็น pattern (รูปแบบ) เป็น routine (กิจวัตร) เกิดแนวเดียวกันซ้ำๆ AI ปัญญา-

ประดิษฐ์เขาเรียนรู้ได้ เขาก็จะทำแทนที่เราไปทีละอย่าง ๆ แม้แต่หมอเองก็อาจจะต้องตกงาน เพราะว่า AI มันเก่งกว่า มันประมวลข้อมูลดาต้าเบส มันสามารถที่จะจำได้ เรียนรู้ pattern แล้วแก้ปัญหาบางเรื่องได้ดีกว่ามนุษย์

แต่จริง ๆ ไม่ค่อยน่ากังวลเท่าไหร่ เพราะมนุษย์เรามีหน้าที่ของเราคือการแก้ทุกข์

AI ดี ก็ให้มันทำหน้าที่ของมันไป เราก็ทำหน้าที่ดับทุกข์ เรามีทุกข์ที่จะต้องดับอยู่นี่ใช่ไหม เราจะได้เอาเวลา เอาพลังงาน สติปัญญา มาใช้ในการดับทุกข์ เพราะว่า ศีล สมาธิ ปัญญา มันไม่เกิดใน AI แต่ว่ามนุษย์เท่านั้นที่จะมีทุกข์ของมนุษย์ที่เราจะดับทุกข์ได้ สำหรับอาตมาไม่มีเรื่องกังวลอะไร ดีเสียอีก จะได้มีเวลามาทำสิ่งที่มนุษย์เท่านั้นที่จะทำได้ อย่างอื่นก็ให้ AI หุ่นยนต์เขาทำไป

แต่งานเรื่องของการดับทุกข์ เรื่องของการมีทุกข์มันจริง การเจ็บ จริงไหม เอาเข็มมาจิ้ม หรือว่าป่วย แก่ เจ็บ ตาย มันเป็นของจริง ความอยากก็จริง ก็เราอยากเอง

ก็เราไม่รู้ว่ามันทุกข์นี่ เราก็เรียนให้วิชชาเกิดขึ้นสิ จะได้แจ้ง ความแจ้งก็เป็นจริงอย่างหนึ่ง แจ้งในสัจธรรมทั้งหมด พอแจ้งแล้ว ไม่มีความอยากแล้ว พอมันหมดอยากปุ๊บ มันก็จบ มันไม่ต้องมาเวียนว่ายตายเกิดอีก ไม่ต้องมาเจ็บอีก อริยสัจ ๔ มันถึงต้องไปทั้งหมด เป็นแพคเกจ ถ้ารู้ก็รู้ทั้งหมด จะรู้ทุกข์ได้ ก็จะต้องรู้ความสิ้นทุกข์ด้วย มันถึงจะรู้ทุกข์ได้ครบ มันต้องรู้จบให้ได้ ต้องรู้ทางออกให้ได้ จึงจะเข้าใจวัฏสงสารทั้งหมด ฉะนั้น สิ่งเหล่านี้จะมีก็แต่พระพุทธศาสนาเท่านั้น ที่จะสอนอริยสัจ ๔ ได้ครบ ซึ่งเป็นสิ่งที่เห็นได้ยาก ไม่ใช่เห็นได้ง่าย

พระพุทธเจ้าจึงไม่อยากจะสอนในตอนแรก เพราะหมู่สัตว์อยู่ในความหลง ถูกอวิชชาปิดบัง ถูกตัณหาผูกไว้ สอนให้รู้ได้ยาก ผู้คนยังจมอยู่ในกาม ถ้าท่านจะสอนมันเป็นการสวนวิสัยของคนทั่ว ๆ ไป พระพุทธเจ้าก็ไม่คิดว่าคนจะฟัง แต่พระพรหมก็มาอาราธนาให้พระองค์สอน โดยเสนอว่าสัตว์ที่มีธุลีในดวงตาน้อยก็ยังมี ถ้าพระองค์ไม่สอน เขาก็จะพลาดโอกาส พระพุทธเจ้าก็เลยสอน เพราะปรารภเหตุนั้น เพราะฉะนั้น ก็อย่าดูถูกตัวเอง อย่ามาคิดว่าบุญน้อย

ที่จริงได้เกิดเป็นมนุษย์นี่ก็ยากแล้ว ในบรรดา ๗,๐๐๐ ล้านคนนี่ได้มาเจอพุทธศาสนา ไม่บ้า ใบ้ บอด หนวก ไม่มีมิจฉาทิฏฐิ ซึ่งองค์ประกอบที่จะมาประชุมพร้อมเพรียงกันได้นั้น เป็นสิ่งที่เกิดได้ยาก ฉะนั้น เราควรที่จะเร่งขวนขวายต่อ แสดงว่าเรามีบุญที่ได้ทำไว้อย่างดีแล้ว มีโอกาสมาเจอศาสนาที่เราถือว่าเลิศที่สุดในโลก ไม่มีอะไรที่ดีเท่านี้อีกแล้ว ท่านบอกทางไว้ให้หมด เหลือเพียงแต่เราจะทำหรือเปล่าเท่านั้นเอง ฉะนั้น เราก็ควรจะมาลองพิสูจน์ดู ทำไปเรื่อย ๆ

ยิ่งมีโอกาสทำหน้าที่เป็นแพทย์ เป็นพยาบาล ก็เท่ากับเราใกล้แล้ว เราอยู่กับทุกข์ ทุกข์มันเป็นความจริงของเรา เพียงแต่ว่าเราจะน้อมเข้ามาหรือเปล่าเท่านั้นเอง เพราะเราเองก็เป็นคนไข้ด้วย วันหนึ่งเราก็จะต้องเป็นอย่างนั้นเหมือนกัน แล้วเราพร้อมหรือยัง ที่จะแก่ เจ็บ ตาย ไปอย่างไร้สาระ หรือเราอยากจะทำทางออกไปจากทุกข์เหล่านี้ให้ได้

ฉะนั้น ถ้าเราเข้าใจสิ่งเหล่านี้ ชีวิตเราก็มีความหมาย ความหมายคือเราจะพ้นจากทุกข์ อันเป็นความ

หมายที่สำคัญที่สุดคือพระนิพพาน ไม่เช่นนั้นเราจะปล่อยวัน เวลา ไปกับสิ่งที่ไร้สาระ สิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ถ้าเรามีความเข้าใจในองค์รวมอย่างนี้แล้ว เราจะได้ใช้เวลาชีวิตที่เหลืออยู่ให้เป็นประโยชน์สูงสุด

ถาม ผมขอกราบขอความรู้ มีอยู่ ๓ เรื่องนะครับ

เรื่องที่ ๑ พระพุทธเจ้าสอนว่าใจใหญ่สุด ใจเป็นประธาน ทุกอย่างสำเร็จที่ใจ แต่มีพ่อแม่ครูบาอาจารย์บางองค์ก็เทศน์เรื่องจิต บางองค์ก็เทศน์เรื่องใจ ขอเมตตาถามว่า **จิต** กับ **ใจ** ต่างกันหรือเหมือนกันอย่างไรครับ

ข้อที่ ๒ พระเดชพระคุณหลวงปู่มั่น ซึ่งเป็นพ่อแม่ครูบาอาจารย์สายวัดป่า ที่ยิ่งใหญ่ที่สุด วาระหนึ่งท่านอาพาธหนักครับ ติดเชื้อไข้มาลาเรีย และไปรักษาที่โรงพยาบาลศิริราช คณะแพทย์รักษาเต็มที่ แต่สุดท้ายคือให้ยาก็ไม่รอด แต่ก็ไม่กล้าบอก สุดท้ายก็เลยบอกท่านตามจริง สุดท้ายหลวงปู่มั่น ท่านก็บอกให้หยุดรักษา ท่านบอกว่าจะใช้ธรรมโอสถรักษา และท่านก็ใช้ธรรม-โอสถรักษาจริง ๆ แล้วก็รอดออกมาจากโรงพยาบาล

มาอยู่อีกระยะหนึ่ง ท่านก็ละสังขารไป ขอถามว่า "ธรรมโอสถ" นี้ปฏิบัติอย่างไรครับ

ข้อที่ ๓ พุทธศาสนาสอนว่า ปัญญาเท่านั้นที่ดับทุกข์ได้ อยากจะเรียนถามว่า เราจะทำให้ปัญญาที่จะดับทุกข์เกิดขึ้นได้อย่างไร และเราจะรู้ได้อย่างไรว่าเรามีปัญญาที่จะดับทุกข์แล้ว

ตอบ คำถามแรก คำว่า **"ใจ"** กับ **"จิต"** มันเป็นคำในภาษาไทย จึงขึ้นอยู่ว่าเราจะให้คำจำกัดความมันว่าอย่างไร แต่ว่า **"จิต"** ในภาษาบาลีที่ใช้ คือ **จิตฺต** ท่านใช้ในความหมายค่อนข้างจะเป็นวิชาการหน่อย เวลาพูดถึงในเรื่องของวิชาการ อย่างเวลาเรียนอภิธรรม จิตจะแยกเป็น กามจิต ฌานจิต โลกุตตรจิต เป็นต้น ส่วนคำว่า **ใจ** ในภาษาบาลี ใช้คำว่า **มโน** มักใช้ในการพูดแบบภาษาชาวบ้านมากกว่า **ถ้าในบาลี คำว่า จิต มโน วิญญาณ ใช้แทนกันได้ มีสภาวะอันเดียวกัน คือ สิ่งที่มีหน้าที่รู้** ถ้าใช้ในความหมายแบบ Technical term (ศัพท์เทคนิค) ก็ใช้จิต ถ้าเป็นศัพท์ทั่ว ๆ ไป อย่างเช่น มโนธรรม อะไรอย่างนี้ ก็ใช้คำว่า ใจ

อีกแง่หนึ่งถ้าใช้ **มโน** ใช้ในความหมายของเป็นทวารหนึ่งในหกทวาร มีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ทวารที่หกนี้ เขาเรียกว่าทวารทางใจ จิตนี้เป็นตัวจิต อาจจะเกิดทางจักขุทวารก็ได้ หรือทางทวาร หู จมูก ลิ้น กาย ใจ คือจิตมันไปเกิดได้ทุกทวาร แต่ตัวทวารเฉพาะทางใจ เรียกว่า **มโนทวาร** เป็นทางรับเข้ามา ส่วนทวารทางการแสดงออกก็ได้แก่ ทางกาย ทางวาจา แล้วก็ทางใจ

ส่วนเรื่องของคำ ก็แล้วแต่ครูบาอาจารย์ท่านจะใช้บางท่าน เท่าที่อาตมาสังเกต ถ้ามาใช้ในความหมายของคำว่าจิต เป็นการคิดนึก อาจจะครอบคลุมทั้งอดีต ไปถึงอนาคต ได้ทุกกาล แต่ถ้าใจ ท่านจะหมายถึงปัจจุบันอยู่กับปัจจุบันอารมณ์ อันนี้ก็ต้องแล้วแต่ว่า ครูบาอาจารย์ท่านจะให้คำจำกัดความคำของท่านอย่างไร ต้องไปศึกษาในบริบทนั้นอีกทีหนึ่ง อาตมาตอบในฐานะของภาษาบาลี ซึ่งจะเหมือนกัน แต่ใช้ในกรณีเฉพาะที่ต่างกัน

เรื่องที่ ๒ เรื่องของ**ธรรมโอสถ** คือการใช้ธรรมะมารักษาอาการป่วยทางกาย **พระปริตรโพชฌงค์** ที่เรา

นิยมสวดกันเวลาคนไข้ป่วย นี่ก็เป็นตัวอย่างในการเอาใจมาแก้กาย มีตัวอย่างในพระไตรปิฎก ตอนที่พระมหากัสสปะกับพระโมคคัลลานะ อาพาธหนัก พระพุทธเจ้าก็ไปเยี่ยมถึงที่อยู่ แล้วพระองค์ก็สวดโพชฌงค์ให้ฟัง **โพชฌงค์** มาจาก **โพธิ** แปลว่าความรู้ + **องค์** แปลว่าองค์ประกอบ รวมแปลว่า องค์ของความรู้ มี ๗ อย่าง เริ่มจาก สติ ธัมมวิจยะ วิริยะ ปีติ ปัสสัทธิ สมาธิ อุเบกขา สังเกตว่าตัว**สำคัญก็คือ ปัสสัทธิ** ปัสสัทธิทำให้เกิดผ่อนระงับ กาย ใจ จิตพอมีปัสสัทธิ จิตก็คลาย พอจิตคลาย กายก็หายป่วยด้วย

แม้ตอนพระพุทธเจ้าทรงพระประชวรเอง ท่านก็ยังให้ พระจุนทะ ที่เป็นอุปัฏฐากในขณะนั้น สวดโพชฌงค์ให้พระองค์ฟัง ก็น่าสังเกตว่าขนาดพระพุทธองค์เองประชวร ก็ยังอยากจะฟังโพชฌงค์ เลยกลายเป็นตำนาน (มาจากตาณ แปลว่า ป้องกัน) ที่เราเรียกว่าสวด สามภาณ ภาณก็คือสวดสาธยาย สามภาณก็มาจากโพชฌงค์ สวด ๓ รอบ คือ สวดให้พระมหากัสสปะ พระโมคคัลลานะ แล้วพระพุทธเจ้าฟังเอง คือเป็นต้นกำเนิดของการสวดสามภาณ คือ สวดโพชฌงค์

ซึ่งเราก็ยังใช้กันอยู่ในทุกวันนี้ เวลาคนไข้ป่วยก็จะมีการนิมนต์พระมาสวดโพชฌงค์ จริงๆ ควรเข้าใจความหมายด้วย ถ้าสวดเฉยๆ เอาขลัง ทั้งๆ ที่เรายังไม่เข้าใจความหมายของบทที่สวด บางทีก็อาจจะยากที่ร่างกายจะหายป่วยได้ มีเรื่องของการใช้ธรรมะเป็นเครื่องเยียวยา เพราะว่าจิต กับ กาย นี้สัมพันธ์กันอยู่ เวลาใจสบาย จิตก็ทำให้กายผ่อนคลาย กายผ่อนคลาย จิตก็ผ่อนคลาย กายกับจิต จะเนื่องด้วยกัน ยกเว้น บางภูมิที่มีเฉพาะกายอย่างเดียว (รูปขันธ์) หรือมีแต่จิตอย่างเดียว (นามขันธ์ ๔) แล้ว ส่วนใหญ่ก็จะเป็นภูมิที่มีขันธ์ ๕ ครบ คือ อบายสี่ มนุษย์ เทวดา รูปพรหม ภูมิเหล่านี้ กายกับจิต จะเนื่องอาศัยกัน

เพราะฉะนั้น ธรรมโอสถเป็นการใช้ประโยชน์ของความเข้าใจธรรมะมาเยียวยากาย ซึ่งตอนที่มารมาทูลอาราธนา ขอให้พระพุทธองค์ปรินิพพาน พระพุทธองค์ทรงเห็นว่า พุทธบริษัทมีคุณสมบัติพร้อมที่จะดำรงรักษาพระศาสนาต่อไปได้ จึงได้ทรงปลงพระชนมายุสังขาร คือไม่ขวนขวายให้ทรงพระชนม์อยู่ได้ตลอดอายุกัลป์ จริงๆ คนที่เจริญอิทธิบาทเชี่ยวชาญแล้ว ถ้าปรารถนา

จะอยู่ตลอดกัลป์หนึ่งก็ได้

กัลป์ในที่นี้ ไม่ใช่ว่ากัลป์ของโลกนะ แต่เป็นอายุกัลป์ของมนุษย์ มนุษย์ในสมัยพุทธกาล มีอายุกัลป์ประมาณ ๑๐๐ ปี พูดง่าย ๆ ว่าถ้าท่านจะอยู่ครบ ๑๐๐ ปีก็เป็นได้ แต่ว่าพระอานนท์ไม่ได้ทูลอาราธนานิมนต์ท่านไว้ ท่านก็เลยปลงพระชนมายุสังขาร ตั้งแต่อายุ ๘๐ ปี ท่านไม่คิดจะเยียวยาตัวเองอีกต่อไป ท่านเปรียบเทียบตัวเองเหมือนกับเกวียนที่มันเก่าคร่ำคร่า ปะจนผุหมดแล้ว ท่านไม่ได้เอาใจมาเยียวยาร่างกาย ปล่อยให้สังขารเป็นไปตามธรรมชาติ

สำหรับพระอรหันต์ การที่ได้วางสังขารลง เป็นความสุข ได้วางภาระเสียได้ เหมือนกับเราแบกอะไรมาหนัก ๆ ยิ่งเราแบกมาเพื่อให้เป็นประโยชน์แก่ญาติโยม ในเมื่อเขาไม่อาราธนาให้อยู่ เราก็วางไม่ดีกว่าหรือ พระพุทธเจ้าท่านปลงพระชนมายุสังขาร คือไม่ได้เอาใจมาเยียวยากายอีก หลังจากนั้น ๓ เดือนท่านก็ปรินิพพาน นั่นก็เป็นเรื่องของการใช้ธรรมโอสถในพระไตรปิฎก

ส่วนข้อสุดท้าย **ปัญญาเป็นเครื่องดับทุกข์** ใช้ปัญญาเป็นตัวสำคัญ จะล่วงทุกข์ได้ต้องอาศัยเหตุสำคัญ คือปัญญา ต้องรู้จักทางที่ถูกเสียก่อน ก่อนพระพุทธเจ้ามาตรัสรู้ ก็มีการปฏิบัติอยู่แล้วในสังคมอินเดียสมัยนั้น ซึ่งก็มีทั้งสายกามสุขัลลิกานุโยค คือการพัวพันอยู่ด้วยกามวัตถุ ซุ่มอยู่ด้วยกามกิเลสทั้งหลาย คือพวกกาม-สุขัลลิกานุโยค เห็นโทษของโทสะ ก็เลยเอากามสุขมากลบ เมื่อไม่อยากมีโทสะ ทุกวันนี้ อารยธรรมก็พัฒนามาตามแนวนี้มาก คือเห็นโทษของโทสะ วิธีแก้ทำอย่างไร คือ shopping (ช้อปปิ้ง) เอาโลภะมากลบโทสะ เวลามีโลภะ โทสะ มันก็จะเกิดไม่ได้ มันคนละขั้วกัน โทสะนี้มันเห็นง่าย เวลาใครโกรธ มันเป็นทุกข์อยู่ชัด ๆ

พวกฤๅษีชีไพรที่เห็นโทษของโลภะ การหมกมุ่นอยู่ในโลภะมีโทษมาก ก็เลยเอาโทสะมากลบโลภะ คือไปทรมานตัวให้ลำบาก ไปนอนบนหนามบ้าง หน้าหนาวก็ไปอาบในแม่น้ำ หน้าร้อนก็ไปผิงไฟ เอาโทสะมากลบโลภะ เช่น พวกเชนเขาก็มีความเชื่อว่า คนจะล่วงทุกข์ได้ด้วยความทุกข์ เขาเห็นโทษของความสุข สุขในกามก็เอาทุกข์มาสู้ เลยปฏิบัติทรมานตัวเอง แต่พระพุทธเจ้า

ท่านไม่สอนอย่างนั้น ท่านใช้ทางสายกลาง

ทางสายกลางนี่ก็คือ ทางที่ไม่สุดโต่งไปทั้งทางโลภะและทางโทสะ ไม่ได้ใช้วิธีเอาขั้วตรงข้ามมากลบกันและกัน แต่ท่านใช้ปัญญามาสู้กับโมหะ ปัญญาในการที่จะเข้าใจว่าโลภะมันเกิดอย่างไร โทสะมันเกิดอย่างไร ท่านแก้ที่ตรงต้นเหตุของมัน ท่านไม่เอาโทสะมากลบโลภะ ไม่เอาโลภะมากลบโทสะ มันก็มีอยู่ ๒ อย่างนี้ มันไม่พ้นไปได้หรอก เพราะว่าพอไปก่อโทสะ ไปทรมานตนหนักเข้า แต่ไม่ได้แก้ที่เหตุของโลภะ สุดท้ายพอมันตีกลับมา ราคะมันก็ยิ่งหนัก หรืออย่างพวกที่ไปกลบโทสะไว้ด้วยโลภะหรือราคะ โลภะที่มีมันก็ทำให้เกิดเงาของมัน มันจะมาด้วยกัน พอเราอยากได้อะไร พอไม่ได้ ก็มีทุกข์ มีโทสะมากใช่ไหม พอเรามีโลภะมาก เราถึงมีโทสะมาก พอมีโทสะแรง มันตีกลับมา เราก็โลภะแรงเหมือนกัน บางทียิ่งหนักกว่าเก่า พ้นไปไม่ได้

แต่พระพุทธเจ้าท่านค้นพบทางสายกลาง ก็คือทางที่จะสู้กับโมหะด้วยปัญญา รู้ว่าแต่ละอย่างเกิดมาได้อย่างไร จะแก้ ก็ต้องแก้ที่ต้นเหตุทั้งโลภะ ทั้งโทสะ

มันต้องมีโมหะมาประกอบด้วย ถ้ามันไม่หลง ไม่มีทางจะโลภ แล้วไม่มีทางจะโกรธด้วย ที่เราโลภ เพราะเราไม่รู้ว่าสิ่งที่เราต้องการนั้น มันไม่งาม ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน เราก็เลยไปหลงรักหลงใคร่มัน และที่เราไปโกรธ ก็เพราะเราก็ไม่รู้เหมือนกันว่า สรรพสัตว์ทั้งหมดต้องเกิด แก่ เจ็บ ตาย ทั้งหมด ไม่มีใครรอดพ้นจากวิบากกรรมของตัวเอง ใครทำกรรมใดไว้ ก็ต้องได้รับผลของกรรมนั้น แล้วจะไปโกรธเขาทำไม มันมีแต่เรื่องน่าเวทนาน่าสงสาร คนไหนทำกรรมชั่วไว้ ก็น่าสงสารเขามากกว่า แล้วคนไหนที่เขากำลังได้รับผลแห่งบุญ แห่งกรรมดีที่เขาเคยทำไว้ แล้วเราจะไปอิจฉาเขาทำไม เราก็อนุโมทนากับเขา ส่วนคนที่รับผลของกรรมชั่ว จะทำอย่างไร ก็เขาทำไว้เอง ถ้าเราเข้าใจเรื่องกฎแห่งกรรมจริงแล้ว โลภะ โทสะ โมหะเกิดขึ้นไม่ได้ ทุกอย่างเป็นธรรมชาติ ถูกของเขาอย่างนั้น

พระพุทธเจ้าท่านจึงใช้ปัญญานำ อริยมรรคมีองค์ ๘ จึงเริ่มต้นด้วยสัมมาทิฏฐิ ต้องมีปัญญาเป็นตัวนำ ปัญญาเป็นตัวที่จัดลงล็อคให้ ๗ องค์ประกอบที่เหลือเข้าที่ แล้วก็ไปจบลงที่สมาธิ สมาธิก็เป็นตัวกำลังในการให้ฐานที่มั่น

แต่ปัญญาจะเป็นตัวตัด จะพ้นทุกข์ได้ก็ต้องใช้ปัญญา

เพราะฉะนั้น ทางสายกลางของพระพุทธเจ้าต้องมีสัมมาทิฏฐิในอริยสัจ ๔ เป็นตัวกำหนดกรอบการมองที่สำคัญ เราไม่ได้มองจากกรอบของสัตว์ - บุคคล แต่เรามองจากกรอบของทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค มันก็ไม่เกิดทางที่จะหมกมุ่นในวัฏฏทุกข์ แต่จะค่อย ๆ คลายออกไป ๆ อันไหนเป็นสมุทัยก็ต้องละ อันไหนเป็นทุกข์ก็ต้องรู้ อันไหนเป็นนิโรธก็ต้องทำให้แจ้ง อันไหนเป็นมรรคก็ต้องเจริญ **ทุกข์** เราเห็นหรือยัง รู้หรือยัง **สมุทัย** เราละหรือยัง **นิโรธ** เราทำให้แจ้งหรือยัง **มรรค** เราให้บริบูรณ์หรือยัง

ถ้าเราทำอย่างนี้ เห็นเป็นอริยสัจ ๔ มันถึงจะมีโอกาสที่จะพ้นทุกข์ได้ เรื่องของปัญญาจึงเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด ในพระพุทธศาสนานี้ องค์ธรรมทั้งหมดจะไปจบลงที่ปัญญาทั้งนั้นเลย ไล่ไปสุดท้ายก็จบลงที่ปัญญา ไม่ว่าจะเป็น วิมังสิทธิบาท ปัญญินทรีย์ ปัญญาพละ ธัมมวิจยะ สัมโพชฌงค์ สัมมาทิฏฐิ เป็นองค์ปัญญาทั้งหมด

เพราะฉะนั้น ศาสนาพุทธเป็นศาสนาที่เน้นปัญญาตลอดสายเลย ปัญญาจะเป็นตัวสุดท้ายตัวตัดสินที่สำคัญที่สุด ปัญญุตตรา สัพเพ ธัมมา ธรรมทั้งหมดมีปัญญาเป็นยอด **สติสำคัญในโลกียะ แต่พอเป็นโลกุตตระแล้ว ปัญญาจะเป็นตัวนำในการที่จะทำให้พ้นทุกข์**

'พระคุณแม่ ส่งให้เรียน จนจบหมอ
แต่ลูกว่า ไม่พอ ขอจบเหม็น
ตัดกิเลส ภพชาติ ขาดกระเด็น
เลิกตายหลอก ตายเล่น เลิกเหม็นทีฯ'

ปปิญจา

จริยธรรมความเป็นพยาบาล

มีพื้นฐานมาจากความเข้าใจ ถึงธรรมชาติชีวิต