

การพยาบาลพระสงฆ์ในพระไตรปิฎก: ต้นตอสันติภาพชุมชนสงฆ์

Nursing of Monks in Tipitaka: The Origin of Peace in Sangha Community

ชบา อ่อนนาค

Chaba Onnak

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Graduate School, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Corresponding author email: chabaa1234@hotmail.com

Received: June 15, 2021; **Revised:** June 24, 2021; **Accepted:** June 30, 2021



บทคัดย่อ

บทความนี้เกี่ยวข้องกับการศึกษาการพยาบาลพระสงฆ์ในพระไตรปิฎก: ต้นตอสันติภาพชุมชนสงฆ์ การพยาบาล คือพฤติกรรม ที่พยาบาลกระทำเพื่อให้การดูแล ผู้ป่วยอย่างครอบคลุมทั้งกาย จิตและสังคม เพื่อบรรเทาและยับยั้งการลุกลามของโรค เพื่อฟื้นฟูสุขภาพให้ชัดเจนไว้ซึ่งสุขภาพอนามัยที่ดี ในทางพระพุทธศาสนา พระพุทธองค์ ทรงบัญญัติไว้ในพระวินัย ให้พระสงฆ์ทำหน้าที่ช่วยเหลือพยาบาลต่อกันและกัน หากใครละเลยหรือไม่ปฏิบัติถือว่าเป็นอาบัติทุกกฏ เมื่อพระสงฆ์ปฏิบัติต่อกันถือว่าเป็นจริยพันธทางสังคมสงฆ์ ที่จะต้องเอื้อเฟื้อซึ่งกันและกัน โดยเสนอหลัก พรหมวิหารธรรม เป็นแกนกลางในการปฏิบัติต่อกันความพอใจ เมื่อได้เห็นผู้อื่นเจ็บไข้ด้วยจิตที่มีเมตตา ก็อยากช่วยเหลือ แต่เมื่อช่วยเหลือผู้ป่วยจนสุดความสามารถที่จะช่วยได้แล้ว ก็ต้องมีอุเบกขา ต้องวางใจในสภาพที่เป็นไป ดูแลรักษาต่อเท่าที่จะทำได้ เมื่อปฏิบัติตามนี้แล้วย่อมนำสันติภาพมาสู่องค์กรสงฆ์

คำสำคัญ : การพยาบาล, ชุมชนสงฆ์, สันติภาพ

Abstract

This article is a study of the nursing of the monks in the Tipitaka: The Roots of Peace in the Sangha Community. The nursing is a behavior that nurses perform to provide comprehensive physical, mental and social care to alleviate and prevent the spread of disease, and to restore health to maintain good health. In Buddhism, the Buddha prescribes it in the Vinaya, He allowed the monks help to nurses to each other. If anyone neglects or does not act, it is considered an offence of wrongdoing (Dukkata). When monks treat each other, it is considered a Sangha Community ethics, that is, to be generous to each other by proposing the principle of the Four Noble Sentiments (Brahmavihara). It is the core teaching for treating each other with satisfaction, when they see others sick, with a compassionate mind want to help them. But when they help the patient to the best, should be equanimity, trust in the possible conditions and take care of them as much as they can. By following this, it could bring peace to the Sangha

Keywords: Nursing, Sangha Community, Peace

บทนำ

การปฏิบัติตนของพระสงฆ์ตามพระธรรมวินัยในทางพระพุทธศาสนาถือเป็นเรื่องปกติของสังคมบริษัทที่ประกอบไปด้วยจริยวัตรเป็นพื้นฐาน โดยเกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ธรรมแล้วปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม เมื่อนั้นก็จะเข้าใจธรรมของพระพุทธเจ้าอย่างแจ่มแจ้ง (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 23 ข้อ 188 หน้า 272, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) โดยความแจ่มแจ้งหรือผลที่เกิดขึ้นจากการรู้แจ้งธรรมนั้นต้องเกี่ยวข้องกับการปฏิบัติ โดยสภาวะการปฏิบัติจะเสริมให้เกิดศักยภาพในการเข้าใจความจริงแก่บุคคลผู้ปฏิบัติตามแท้จริงแล้ว การดูแลซึ่งกันและกันก็เป็นจริยพันธทางสังคมอย่างหนึ่ง ซึ่งเบื้องต้นนั้นเป็นการมุ่งไปที่การฝึกปฏิบัติแต่เพียงผู้เดียว ดังข้อความว่า ในท่ามกลางสหาย ย่อมมีการเล่น มีความยินดี และในบุตรก็ย่อมมีความรักอันไพบุลย์บุคคลเมื่อรังเกียจความพลัดพรากจากสิ่งเป็นที่รักจึงประพฤติดูอยู่ผู้เดียวเหมือนนอแรด แม้บรรพชิตพวกหนึ่ง และคฤหัสถ์ที่กำลังครองเรือน สงเคราะห์ได้ยาก บุคคลพึงเป็นผู้ชวนขวนขวายน้อยทั้งในผู้อื่นและในบุตร จึงประพฤติดูอยู่ผู้เดียวเหมือนนอแรด (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 25 ข้อ 41, 43 หน้า 508-509, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

เมื่อพิจารณาจากการอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่มของสงฆ์จึงกลายเป็นเหตุจำเป็นที่ถูกนำมาเป็นพิจารณาทั้งในแง่ของการปฏิบัติและหลักการในการดูแลกันและกันในยามประสบกับปัญหาเรื่องสุขภาพ ดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

“ภิกษุทั้งหลาย พวกเธอไม่มีมารดา ไม่มีบิดาผู้คอยพยาบาล ภิกษุทั้งหลาย ถ้าพวกเธอไม่พยาบาลกันเอง ใครเล่าจะคอยพยาบาลพวกเธอ ภิกษุทั้งหลาย ผู้จะพยาบาลเราก็จงพยาบาลภิกษุไข้เถิด ถ้ามีอุปัชฌาย์อุปัชฌาย์พึงพยาบาลภิกษุไข้ นั้นจนตลอดชีวิต (หรือ) จนกว่าเธอจะหาย ถ้ามีอาจารย์ อาจารย์พึงพยาบาลภิกษุไข้ นั้นจนตลอดชีวิต (หรือ) จนกว่าเธอจะหาย ถ้ามีสัทธีวิหาริก สัทธีวิหาริกพึงพยาบาลภิกษุไข้ นั้นจนตลอดชีวิต (หรือ) จนกว่าเธอจะหาย ถ้ามีอันเตวาสิก อันเตวาสิกพึงพยาบาลภิกษุไข้ นั้นจนตลอดชีวิต (หรือ) จนกว่าเธอจะหาย ถ้ามีภิกษุผู้ร่วมอุปัชฌาย์ ผู้ร่วมอุปัชฌาย์พึงพยาบาลภิกษุไข้ นั้นจนตลอดชีวิต (หรือ) จนกว่าเธอจะหาย ถ้ามีภิกษุผู้ร่วมอาจารย์ ผู้ร่วมอาจารย์พึงพยาบาลภิกษุไข้ นั้นจนตลอดชีวิต (หรือ) จนกว่าเธอจะหาย ถ้าไม่มีอุปัชฌาย์ อาจารย์สัทธีวิหาริก อันเตวาสิก ผู้ร่วมอุปัชฌาย์ หรือผู้ร่วมอาจารย์ สงฆ์ต้องพยาบาลภิกษุไข้ นั้น ถ้าไม่พยาบาล ต้องอาบัติทุกกฏ” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 5 ข้อ 365 หน้า 240-241, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

จากข้อความข้างต้นจึงเป็นการสะท้อนให้เห็นถึงรูปแบบการอยู่ร่วมกันอย่างสันติของพระภิกษุ นั้นต้องดูแลและปฏิบัติต่อกันและกันในฐานะของผู้มีคุณธรรม อีกทั้งในฐานะของผู้เป็นอาจารย์ อุปัชฌาย์และสัทธีวิหาริกและอันเตวาสิก

บทความนี้จึงได้ประมวลความคิดเรื่องการอยู่ร่วมกันด้วยหลักธรรมกับคุณค่าทางจริยธรรม โดยศึกษาผ่านทฤษฎีคุณค่าทางจริยธรรม แล้วนำมาชี้ให้เห็นคุณค่าที่เกิดขึ้นผ่านการศึกษาหลักจริยวัตรของพระสงฆ์สมณสมัยพุทธกาล ที่เกิดขึ้นภายในบุคคลที่ศึกษาและปฏิบัติ รวมถึงผลที่เกิดขึ้นตามมา เป็นความบริสุทธิ์และการอยู่ร่วมกันในสังคมสงฆ์และบุคคลอื่นได้อย่างไร

แนวคิดการการพยาบาลที่ปรากฏในพระไตรปิฎก

การพยาบาล หมายถึง การช่วยเหลือคนอื่นแต่ละคน ทั้งผู้เจ็บป่วยและคนปกติให้ปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ที่จะทำให้อีกฝ่ายนั้นมีสุขภาพดี หรือหายจากโรคเร็วขึ้นหรือตายอย่างสงบ รวมทั้งให้การช่วยเหลือให้ผู้ป่วยเหล่านั้นมีกำลังใจ มีความรู้ในการช่วยเหลือตนเองอย่างเร็วที่สุด เป็นการแสดงออกของมนุษย์ที่แสดงออกถึงความห่วงใยและอาทรต่อผู้อื่นที่อยู่ร่วมกันในสังคม

การพยาบาลเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นพร้อมกับมนุษย์ตั้งแต่สมัยดึกดำบรรพ์ เริ่มด้วยการปฏิบัติกิจกรรมพยาบาลตามธรรมชาติหรือตามสัญชาตญาณของมนุษย์ เช่น มารดาดูแลบุตร หรือการดูแลช่วยเหลือผู้เจ็บป่วย คนชรา เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข การพยาบาลเป็นการสร้างสิ่งแวดล้อมเพื่อช่วยให้ผู้ป่วยพ้นหายจากความเจ็บป่วย และการพยาบาลจะต้องจัดให้ผู้ป่วยอยู่ในสภาวะที่ดีที่สุด เพื่อธรรมชาติจะได้ช่วยให้ผู้ป่วยหายได้เอง (Soresen and Luckmann's, 1994: 78) ซึ่งเห็นได้ว่า แนวคิดการพยาบาลมุ่งเน้นการดูแลในเรื่องของการส่งเสริมความสุขสบายของผู้ป่วย เพื่อบรรเทาความทุกข์ทางร่างกายและจิตใจ โดยเฉพาะเน้นสภาพแวดล้อมทางสังคม ผู้เชี่ยวชาญด้านการปฏิบัติการพยาบาลขององค์การอนามัยโลก (สมจิต หนูเจริญกุล, 2543: 3) ได้ให้ความหมายของการพยาบาล ดังนี้

การพยาบาล คือ การช่วยเหลือบุคคลครอบครัว และชุมชน ในการประเมินและพัฒนาทั้งสุขภาพกาย และสุขภาพจิตให้ดีที่สุดภายใต้สภาวะแวดล้อมที่อาศัยและที่ทำงานของผู้ใช้บริการ ซึ่งการจะกระทำเช่นนี้ พยาบาลต้องพัฒนาความสามารถในการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การดูแลในระหว่างเจ็บป่วย การฟื้นฟูสภาพ โดยคำนึงถึงแง่มุมต่าง ๆ ของชีวิต ทั้งกาย จิต สังคม ที่มีผลต่อภาวะสุขภาพความเจ็บป่วย ความพิการ และความตาย

ตามพระราชบัญญัติวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ฉบับที่ 2 (2540) มาตรา 3 ของสภาการพยาบาลแห่งประเทศไทยได้ให้ความหมายของการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ดังนี้ “การพยาบาล หมายความว่า การกระทำต่อมนุษย์เกี่ยวกับการดูแลและการช่วยเหลือเมื่อเจ็บป่วย การฟื้นฟูสภาพ การป้องกันโรคและการส่งเสริมสุขภาพรวมทั้งการช่วยเหลือแพทย์กระทำการรักษาโรคทั้งนี้โดยอาศัยวิทยาศาสตร์และศิลปะการพยาบาล”

ในสมัยพุทธกาล พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนเหล่าสาวกให้หมู่เหล่าสงฆ์ดูแลซึ่งกันและกันไว้ว่าพวกเธอไม่มีมารดา ไม่มีบิดาผู้คอยพยาบาล ถ้าพวกเธอไม่พยาบาลกันเอง ใครเล่าจะคอยพยาบาลพวกเธอ ภิกษุ ผู้จะพยาบาลเราก็จงพยาบาลภิกษุไข้เถิด (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 5 ข้อ 365 หน้า 240-241, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) นอกจากนี้พระพุทธองค์ยังตรัสถึงบุคคลผู้ประกอบด้วยองค์ 5 ที่ควรพยาบาลภิกษุไข้ไว้ว่า ภิกษุผู้พยาบาลภิกษุไข้ที่ประกอบด้วยองค์ 5 ควรพยาบาลภิกษุไข้ คือ

- (1) สามารถจัดยา
 - (2) รู้จักของแสลงและไม่แสลง คือ นำของแสลงออกไป นำของไม่แสลงเข้ามาให้
 - (3) ไม่พยาบาลคนไข้เพราะเห็นแก่อาภิส มีจิตเมตตา
 - (4) ไม่รังเกียจที่จะนำอุจจาระ ปัสสาวะ น้ำลายหรือของที่อาเจียนออกมาไปเททิ้ง
 - (5) สามารถพูดให้คนไข้เห็นชัด ชวนให้อยากรับไปปฏิบัติ ระวังให้อาหาญแกล้วกล้า
- ปลอบขโลมใจให้สดชื่นร่าเริงด้วยธรรมมีกถาเป็นบางครั้งบางคราว (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 5 ข้อ 366 หน้า 242-243, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

จากเหตุผลของพระพุทธองค์ดังกล่าว การพยาบาลจึงเป็นสัจยชาติญาณทางคุณธรรมของมนุษย์ที่จะดูแลช่วยเหลือบุคคลใกล้ชิด หรือเพื่อนมนุษย์ และทางพระพุทธศาสนาได้กำหนดคุณลักษณะที่สำคัญของพยาบาลนั้น นอกจากจะต้องมีความรู้ทางวิชาการเฉพาะสาขาทักษะในการดูแล พุดคุยปลอบใจผู้ป่วยแล้ว ยังต้องมีคุณธรรมในเรื่องของความเมตตากรุณาอดทน ช่มใจและการเสียสละ นั่นคือพระพุทธศาสนาได้เน้นการพยาบาลผู้ป่วยทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม

ลักษณะการดูแลสุขภาพในพระพุทธศาสนา

จุดมุ่งหมายของการพยาบาล ในทางพระพุทธศาสนานั้น พระพุทธองค์ มุ่งเน้นทั้งทางกายและทางใจ เมื่อทางกายทุเลา ทางใจก็ดีขึ้น เมื่อกายใจหายป่วยก็สามารถปฏิบัติศาสนากิจของตนได้ จึงเน้นไปที่สุขภาพ กายและใจ เป็นหลัก กล่าวคือ

1. การดูแลสุขภาพทางกาย คำว่า “สุขภาพ” หมายถึง สุขภาพทางกาย จิต สังคม และปัญญา จึงสื่อความหมายใกล้ความสุข ภาวะที่ปลอดทุกข์ เป็นสุข เป็นภาวะที่สมบูรณ์ คำ

สมัยใหม่เรียกว่า “องค์รวม” ความสุขแนวพุทธหรือสุขภาพแนวพุทธ ประกอบด้วยลักษณะที่เป็นวิชา (ความสว่างผ่องใส) วิมุติ (ความหลุดพ้นเป็นอิสระ) วิสุทธิ (ความหมดจด ไม่ขุ่นมัว เศร้าหมอง) สันติ (ความสงบไม่ร้อนรนกระวนกระวาย) ซึ่งเป็นภาวะที่เป็นความดีงามของชีวิต (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), 2542: 5-10)

คำว่า “สุขภาพ” ในคัมภีร์พระไตรปิฎก มีคำกล่าวที่บ่งถึงภาวะการมีสุขภาพกายดีมีอยู่ 2 คำ คือ คำว่า อัปปาพาโธ มีความเจ็บป่วยน้อย หรือ “อัปปาตังโก” มีโรคน้อย เช่น “ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้มียาอาพาธน้อย มีโรคเบาบาง” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 13 ข้อ 379 หน้า 464, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ข้อความว่า “บุคคลในโลกนี้เป็นผู้ไม่เบียดเบียนสัตว์ กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ในที่ใด ๆ เขาก็จะเป็นผู้มีโรคน้อย” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 11 ข้อ 317 หน้า 306-307, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ข้อความอีกว่า “ภิกษุทั้งหลาย องค์ของภิกษุ ผู้บำเพ็ญเพียรมี 5 ประการ คือ หลังจากตายแล้ว ถ้าไม่ไปเกิดในสุคติสวรรค์กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ในที่ใด ๆ เขาก็จะเป็นผู้มีอาพาธน้อย มีโรคเบาบาง” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 22 ข้อ 53-54 หน้า 92-93, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

นอกจากนั้นยังมีทศนะเรื่องความเจ็บป่วยที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ประการหนึ่งว่า “ร่างกายเป็น รังแห่งโรค” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 25 ข้อ 148 หน้า 78, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) โดยการที่ร่างกายเป็นฐานหรือที่ตั้งแห่งโรค ย่อมจะเจ็บป่วยอย่างใดอย่างหนึ่งไม่มากก็น้อยเป็นธรรมดา อีกคำหนึ่ง คือ คำว่า “อโรคฺย” ไม่มีโรค ดังพุทธภาษิตว่า “อาโรคฺยปรมา ลาภา” แปลว่า ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 13 ข้อ 215-216 หน้า 54-255, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ไม่ว่าในกาลใดๆ โรคภัยไข้เจ็บเป็นสิ่งไม่มีใครที่จะรอดพ้นไปได้ เพราะชีวิตของมนุษย์ที่ประกอบด้วยขันธ 5 ที่ต้องตกอยู่ในไตรลักษณ์ 3 ประการ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ดังนั้น โรค คือ สิ่งที่เสียดแทงกายและใจให้ได้รับความเจ็บป่วย หรือเรียกว่า “ทุกข์” พระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงโรค 2 ประการ คือ โรคทางกาย (กายโก โรโค) และโรคทางใจ (เจตสิกโก โรโค) (พระปอปปริศา ปริปัญโญ, 2545:1) ดังพระพุทธพจน์ว่า

ภิกษุ โรค 2 อย่างนี้ 2 อย่างเป็นไฉน คือ โรคทางกาย 1 โรคทางใจ 1 ดูกรภิกษุทั้งหลาย สัตว์ทั้งหลายผู้ปฏิญาณความไม่มีโรคด้วยโรคทางกาย ตลอดปีหนึ่ง มีปรากฏ ผู้ปฏิญาณความไม่มีโรคตลอด 2 ปีบ้าง 3 ปีบ้าง 4 ปีบ้าง 5 ปีบ้าง 10ปีบ้าง 20 ปีบ้าง 30 ปีบ้าง 40 ปีบ้าง 50 ปีบ้าง ผู้ปฏิญาณความไม่มีโรค แม้ยิ่งกว่า 100 ปีบ้าง มีปรากฏ ดูกรภิกษุทั้งหลาย สัตว์เหล่าใด ปฏิญาณความไม่มีโรคทางใจ แม้ครู่หนึ่ง สัตว์เหล่านั้นหาได้ยากในโลก เว้นแต่พระชินาสพเท้านั้น (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 21 ข้อ 157 หน้า 168, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

โรคเป็นปัญหาสำคัญต่อสุขภาพของมนุษย์ ซึ่งเมื่อเกิดขึ้นแล้วย่อมจะบั่นทอนกายและจิตให้ทรุดโทรมลง ถือเป็นอุปสรรคต่อการดำรงชีวิต ดังนั้นมนุษย์จึงมีความพยายามที่จะรักษาร่างกายและจิตใจ ให้มีสุขภาวะที่ดีมีความสุข เมื่อกายและใจมีความสุขแล้ว นั้นหมายถึงว่าสังคมก็จะเกิดความสงบสุขไปด้วย สมกับที่องค์การอนามัยโลกได้ให้คำจำกัดความไว้ว่า สุขภาพคือสภาวะเชิงพลศาสตร์ของความสุขที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ เพราะชีวิตนั้นเป็นสิ่งที่มีความค่า จึงควรทำการรักษาสุขภาวะให้เกิดแก่ร่างกายและจิตใจเสมอ

2. การดูแลสุขภาพทางใจ พระพุทธเจ้าตรัสถึงความสำคัญของการมีสุขภาพร่างกายดี ไม่มีโรคภัยเบียดเบียนว่า เป็นช่วงเวลาที่เหมาะแก่การบำเพ็ญเพียรอย่างยิ่ง (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 22 ข้อ 53-54 หน้า 92-93, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) หากร่างกายเจ็บป่วยไม่อาจเฝียวยาได้แล้ว พระองค์จะทรงมุ่งเน้นการเฝียวยาทางด้านจิตใจเป็นหลัก ดังเรื่องที่ปรากฏว่า ครั้งหนึ่งมีภิกษุทุพพลภาพป่วยหนัก ระยะสุดท้าย พระพุทธเจ้าทรงเฝียวยารักษาด้านจิตใจ ทรงมีพระดำรัสว่า “แม้ร่างกายจะเจ็บหนักแต่ยังสามารถพัฒนาให้ไปสู่การบรรลุธรรมได้” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 22 ข้อ 121 หน้า 201, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) นับว่าเป็นการส่งเสริมกำลังใจให้ผู้ป่วยหนัก มีความหวังที่จะดูแลรักษาใจซึ่งถือว่าสำคัญที่สุด เพื่อผู้ป่วยสามารถประคองจิตที่ดีของตนได้ตลอดไป จนกว่าจะสิ้นชีวิต หรือหากประคองจิตได้ถึงขั้นสูงสุด คือ การบรรลุธรรมได้พร้อมกับการสิ้นชีวิต ที่พระพุทธศาสนาเรียกว่า “ชีวิตสมสึลี” ถือว่าเป็นการบรรลุ เป้าหมายชีวิตในโอกาสสุดท้ายที่

สูงสุด ยกตัวอย่างการรักษาสุขภาพทั้งทางกายและจิตไว้หลายประการ (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 12 ข้อ 225 หน้า 236, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ดังนี้

1) การฉันอาหารมือเดียวนอกจากจะทรงถือหลักในการฉันอาหารมือเดียวตลอดชีวิต พรหมจรรย์แล้ว พระองค์ยังทรงพร่ำสอนและแนะนำให้เหล่าภิกษุสงฆ์ฉันอาหารมือเดียวด้วย ดังพุทธพจน์ว่า “ตถาคตฉันมือเดียว ไม่ฉันในเวลาวิกาล พระองค์รู้สึกว่า กระปรี้กระเปร่าทำให้ มีโรคน้อย ภิกษุทั้งหลาย มาเถิด แม่เธอทั้งหลาย ก็จงฉันอาหารมือเดียวเถิด เธอทั้งหลายฉัน อาหารมือเดียว จักรู้สึกว่า มีโรคน้อย” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 12 ข้อ 225 หน้า 236, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) และมีการพิจารณาอาหารก่อนฉัน ดังพุทธ พจน์ว่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาโดยแยบคายแล้วฉันบิณฑบาต ไม่ใช่เพื่อเล่น ไม่ใช่เพื่อมัว เมา ไม่ใช่เพื่อตกแต่ง ไม่ใช่เพื่อประดับประดา แต่เพียงเพื่อความดำรงอยู่ได้แห่งกายนี้ เพื่อให้ ชีวิตินทรีย์เป็นไปได้ เพื่อบำบัดความหิว เพื่อบริโภคพรหมจรรย์ ด้วยความ คิดเห็นว่า โดย อุบายนี้ เราจักกำจัดเวทนาเก่าเสีย และจักไม่ให้เวทนาใหม่เกิดขึ้น ความดำรงอยู่แห่งชีวิต ความ ไม่มีโทษ และการอยู่โดยผาสุกจักมีแก่เรา แล้วจึงบริโภคอาหาร (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 12 ข้อ 27 หน้า 23, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

2) การออกกำลังกาย พระพุทธเจ้าทรงใช้วิธีออกกำลังกายที่เหมาะสมกับสมณเพศ เป็นอย่างยิ่ง ทรงยึดหลักการปรับเปลี่ยนอิริยาบถทั้ง 4 ยืน เดิน นั่ง นอน ให้มีความสมดุล โดยเฉพาะอิริยาบถเดิน ได้แก่ การเดินบิณฑบาต เข้าตรู่ของทุกวัน พระพุทธเจ้าและพระสาวก จะออกเดินบิณฑบาต ไปตามหมู่บ้านเป็นประจำ เช่น “ครั้นเวลาเช้า พระผู้มีพระภาคทรงครอง อันตรวาสก ถือบาตรและจีวร เสด็จเข้าไปยัง....ลำดับนั้น อุทัยพราหมณ์ดักข้าวใส่บาตรถวายจน เต็ม” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 15 ข้อ 198 หน้า 285-286, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ ราชวิทยาลัย, 2539) และ “ครั้นเวลาเช้า ท่านพระอานนตฺรครองอันตรวาสก ถือบาตรและจีวร เสด็จเข้าไปบิณฑบาตยังกรุงสาวัตถี” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 15 ข้อ 207 หน้า 299, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) การเดินจงกรม การเดินไปมาโดยมีสติกำกับ พระพุทธเจ้าและพระสาวกจะปฏิบัติธรรมด้วยการเดินจงกรมเป็นประจำ

3) การบริหารจัดการ พระพุทธเจ้าทรงถือหลักปฏิบัติในการบริหารจัดการ ด้วยหลักใหญ่ๆ ดังที่ตรัสไว้ในโอวาทปาติโมกข์ 3 ประการ คือ “ละชั่ว ทำดี และทำจิตให้บริสุทธิ์” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 10 ข้อ 54 หน้า 57, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) การละชั่ว คือ การละเว้นจากบาปอกุศลทั้งปวง ได้แก่ การฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในกาม พุดเพ้อเจ้อ พุดส่อเสียด พุดคำหยาบ เพ่งเล็งอยากได้ของเขา การมีจิตพยาบาท มีความเห็นผิด (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 12 ข้อ 440 หน้า 473-475, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) การทำดี คือ การทำกุศลให้ถึงพร้อม ได้แก่ การละเว้นขาดจากการฆ่า ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในกาม พุดเพ้อเจ้อ พุดส่อเสียด พุดคำหยาบ เพ่งเล็งอยากได้ของเขา การมีจิตพยาบาท มีความเห็นผิด (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 12 ข้อ 441 หน้า 475-478, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) การทำจิตให้บริสุทธิ์ พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ดำรงจิตให้บริสุทธิ์ด้วยการทำจิตให้อยู่กับปัจจุบันกาลทุกขณะ และการทำจิตให้ว่าง ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ภิกษุทั้งหลาย ไม่เศร้าโศกถึงอดีต ไม่คิดถึงอนาคต กำหนดรู้ปัจจุบัน” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 15 ข้อ 10 หน้า 10, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

4) การอยู่กับธรรมชาติ พระพุทธองค์ทรงดำเนินชีวิตอยู่กับธรรมชาติตามที่ต่างๆ เช่น ตามป่าบ้าง ภูเขาบ้าง โคนต้นไม้บ้าง ในถ้ำบ้าง เช่น “สมัยนั้น มาณพหลายคน พวกกันเข้าไปยังป่านั้นแล้ว ได้เห็นพระผู้มีพระภาคประทับนั่งคู้บัลลังก์ตั้งพระกายตรง อยู่ในรารูปนั้น และถามว่า ภิกษุ ท่านทำงานอะไร จึงอยู่ในป่าสาละ พระโคตมอยู่ในป่าแต่ผู้เดียว ได้รับความยินดีอะไร หรือ” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 15 ข้อ 203-204 หน้า 294-296, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) พระพุทธองค์ ทรงประจักษ์ชัดถึงคุณประโยชน์ของการอยู่อาศัยตามธรรมชาติว่า “เมื่อเธอเข้าไปอยู่อาศัยป่าที่นั่น สติที่ยังไม่ปรากฏก็ปรากฏ จิตที่ไม่ ตั้งมั่นก็ตั้งมั่น” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 12 ข้อ 193 หน้า 205, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) พระองค์ทรงบัญญัติข้อห้ามไม่ให้ภิกษุทำลายธรรมชาติ เช่น ห้ามภิกษุ ถวาย อุจจาระ ปัสสาวะ บ้วนน้ำลายลงบนพืชและในน้ำ ภิกษุใดทำต้องอาบัติทุกกฏ (พระไตรปิฎก

ภาษาไทย เล่ม 2 ข้อ 652 หน้า 732, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ห้าม
 ฝึกุษาทำลายต้นไม้ (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 2 ข้อ 136 หน้า 310, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลง
 กรณราชวิทยาลัย, 2539)

5) สุขลักษณะ พระพุทธเจ้าทรงให้ความสำคัญกับหลักปฏิบัติเรื่องสุขลักษณะอนามัย
 ของพระองค์เองและฝึกุษาสงฆ์ด้วย ทรงบัญญัติให้ฝึกุษาสงฆ์ปฏิบัติ 2 ประการ คือ สุขอนามัยด้าน
 ร่างกาย และสุขอนามัยด้านสิ่งแวดล้อม ดังนี้

5.1) สุขลักษณะด้านร่างกาย ทรงบัญญัติให้ฝึกุษาสวมรองเท้าในขณะที่ขับถ่ายได้ ซึ่ง
 ตามปกติพระพุทธเจ้า จะทรงห้ามการสวมรองเท้า ยกเว้นกรณีเจ็บป่วยหรือเท้าแตก
 (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 5 ข้อ 246-249 หน้า 13-19, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
 วิทยาลัย, 2539) การขับถ่ายของฝึกุษาไว้ว่า ห้ามไม่ให้ฝึกุษาเบ่งแรงๆ (พระไตรปิฎกภาษาไทย
 เล่ม 7 ข้อ 374 หน้า 243, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) เป็นการป้องกัน
 การเกิดโรคติดต่อทางทวารและโรคหัวใจวาย ไม่ให้เคี้ยวไม้ชำระฟันขณะขับถ่าย และไม่ให้อา
 อูจจาระ ปัสสาวะนอกราง (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 7 ข้อ 374 หน้า 243, มหาวิทยาลัย
 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ให้เคี้ยวไม้ชำระฟัน เพื่อประโยชน์ต่อสุขภาพในช่องปาก
 (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 7 ข้อ 282 หน้า 69, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,
 2539)

5.2) สุขลักษณะด้านสิ่งแวดล้อม ทรงบัญญัติทั้งขั้นตอนวิธีการทำความสะอาดไว้ด้วย
 ดังพุทธพจน์ที่แสดงไว้ว่า

ฝึกุษา ๓๐ อยู่ในวิหารใด ถ้าวิหารนั้นสกปรก ถ้าสามารถพึงชำระให้สะอาด เมื่อชำระ
 วิหารให้สะอาด พึงขนบาตรและจีวรออกก่อนวางไว้ ณ ที่สมควร พึงขนผ้าปูนั่ง ผ้าปู
 นอน พูก หมอนออกไปวางไว้ ณ ที่สมควร เติง ตั้ง พึงยกอย่างระมัดระวัง ไม่ให้ครูด
 ไม่ให้กระทบบานประตูและกรอบประตู ขนออกไปตั้งไว้ ณ ที่สมควร ถ้าวิหารมี
 หยากเยื่อ พึงกวาดเพดานลงมาก่อน กรอบหน้าต่างและมุมห้องพึงเช็ด ถ้าฝาที่ทา

น้ำมันหรือทาสีดำขึ้นรา พึงใช้ผ้าชุบน้ำบิดแล้วเช็ด ถ้าเป็นพื้นไม้ได้ทา พึงใช้น้ำประพรมแล้วเช็ด อย่าให้วิหารคราค่ำไปด้วยฝุ่นละออง.... ไม่พึงเคาะเสนาสนะได้ลม พรหมปูพื้น พึงผิงแดด ชำระ ตบ ขนกลับปูไว้ตามเดิม เขียงรองเท้า พึงผิงแดด เช็ด ขนกลับไว้ตามเดิม (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 7 ข้อ 370-372 หน้า 283-241, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

จะเห็นได้ว่า พระพุทธศาสนากล่าวถึงการป้องกันโรคมากกว่าการรักษา คือ ใช้ปัญญาและวิธีการ นอกจากการใช้ตัวยา ผู้ปฏิบัติตามหลักศีล สมาธิ ปัญญา ย่อมมีโรคน้อย ไม่เป็นโรคทางใจตามความหมายทางพุทธศาสนาและทางจิตเวช พุทธวิธี 3 ประการ ในการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมได้แก่

ก. พุทธวิธีการดูแลสุขภาพและเสริมสร้างสุขภาพ เช่น บริโภคอาหารที่มีประโยชน์พอประมาณ การออกกำลังกาย การพักผ่อน

ข. พุทธวิธีบำบัดรักษาโรค ใช้น้ำมันไพรฉันทน์ (กิน) ไล่ พอก ทา หยอด

ค. พุทธวิธีบำบัดด้วยพระธรรมโอสธ ซึ่งเป็นวิธีแห่งปัญญา เป็นสัจธรรม เป็นสิ่งที่มนุษย์ปฏิบัติได้ด้วยตนเอง เช่น การฟังธรรม การพิจารณาธรรม และปฏิบัติธรรม เป็นเหตุให้ จิตผ่องใส ผ่อนคลาย เป็นผลดีต่อสุขภาพ การสวดสาธยายบทธรรม มีใช้เพื่อความขลังศักดิ์สิทธิ์

การป้องกันโรคตามหลักพระพุทธศาสนา คือ การปฏิบัติฝึกฝนตนเองตามหลักไตรสิกขา โดยหลักการดังต่อไปนี้

ก. อธิศีลสิกขา คือ การฝึกฝนอบรมตนเองให้เป็นผู้มีศีลและวินัย มีความประพฤติถูกต้องดีงาม เช่น อนุรักษส่วนบุคคล การกินการดื่ม การออกกำลังกาย การพักผ่อน การสุขภาพาสสิ่งแวดลอม จะส่งเสริมให้เกิดสุขภาพกาย มีอนามัยดีปราศจากโรค และเป็นการกำจัดกิเลสอย่างหยาบทางกายและทางวาจาอีกด้วย

ข. อธิจิตตสิกขา คือ การฝึกอบรมจิตให้เข้มแข็งมั่นคงมีสมาธิ มีความเพียรตั้งใจเพื่อป้องกันมิให้อกุศลเกิดขึ้น เพื่อกำจัดอกุศลที่เกิดขึ้นแล้วให้หมดไป เพื่อสร้างสรรค์ความดี และเพื่อรักษาความดีเอาไว้ให้เพิ่มพูนยิ่งขึ้น รวมทั้งการฝึกจิตให้มีสติระลึกรู้เท่าทันอาการของ

กาย ความรู้สึก ความคิด และธรรมที่เป็นกุศลหรืออกุศล เมื่อจิตเป็นสมาธิมีสติตั้งมั่นอยู่กับสิ่งที่กำหนดอยู่ จิตย่อมสะอาดบริสุทธิ์ ผ่องใส นับว่าเป็นการป้องกันโรคและส่งเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิตได้ดี และเป็นการกำจัดกิเลสอย่างกลางคือนิเวรณให้สงบระงับ

ค. อธิปัญญาสิกขา คือ การฝึกฝนอบรมตนเองให้เป็นผู้มีปัญญา โดยการปรับความรู้ความเห็นให้ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม จนถึงการรู้แจ้งเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง อันจะทำให้จิตใจหลุดพ้นเป็นอิสระ ปราศจากกิเลสทั้งหลาย และโดยการปรับความเห็นความดำริให้ถูกต้อง จะนำไปสู่การไม่คิดหมกมุ่นยึดติดในกามหรือสิ่งที่น่าใคร่ การรู้จักปล่อยวางเสียสละ การไม่คิดพยาบาทเบียดเบียนผู้อื่น แต่ให้มีเมตตาจิตรักใคร่ปรองดอง คิดช่วยเหลือผู้อื่น การใช้ปัญญาที่ถูกต้องจึงเป็นเครื่องส่งเสริมสุขภาพได้เป็นอย่างดี ไม่ก่อให้เกิดโรคทางกายและโรคทางใจ ทำให้เกิดความสุขกายสุขใจ เมื่อประสบกับสิ่งที่ถูกใจหรือไม่เป็นที่ถูกใจ ก็สามารถใช้ปัญญาเป็นตัวควบคุมจิตใจ และจัดการกับเหตุการณ์นั้นๆ ได้อย่างถูกต้องและมีประสิทธิภาพ และยังเป็นการกำจัดกิเลสอย่างละเอียดคืออนุสัยให้ลดลงหรือหมดไปโดยสิ้นเชิงได้ (พระปองปริดา ปริบุญโญ, 2545: 215–216)

การดูแลสุขภาพทางกายและใจถือเป็นการบำบัดโรคในทางพระพุทธศาสนา โดยเน้นไปที่การดูแลสุขภาพทางใจเป็นหลัก ขณะเดียวกันก็ไม่ทำให้ร่างกายลำบากไปพร้อมกันด้วย คือหากร่างกายป่วยก็ต้องได้รับการสนใจเยียวยาด้วยความเอาใจใส่ของตนเองและผู้อื่นที่จะมาช่วยเหลือด้วยความเสียสละให้เกิดความสุขทางกายและใจไปพร้อมกัน

ความสัมพันธ์ระหว่างพระสงฆ์กับการพยาบาลต้นต่อของสันติภาพ

การศึกษาความสัมพันธ์นี้อาศัยคุณค่าทางจริยธรรม ดังนี้

1. ความสัมพันธ์แบบอัตตวิสัย การพิจารณาความสัมพันธ์คุณค่าแบบอัตตวิสัยที่เริ่มต้นด้วยการหาหลักการทางความเชื่อที่มีต่อแนวคิดเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่มีผลในการนำไปใช้ตัดสินคุณค่าด้านต่างๆ ทั้งความดี ความชั่ว ความถูกและผิด ซึ่งมีความเชื่อมโยงกันดังนี้

ก. คุณค่าทางด้านเหตุผล ความดีจะมีคุณค่าเมื่อตอบสนองความต้องการของมนุษย์ในขั้นต้น (Edward Westermarck, 2003: 46) เพราะผู้หวังความสุขในทางพระพุทธศาสนา ต้องเริ่มต้นตั้งแต่ระดับความสุขคือความสุขที่ได้ตอบสนองตามความต้องการของมนุษย์ในการ

วางรากฐานของการใช้ชีวิต ดังพระภิกษุมีความต้องการด้วยปัจจัย 4 ในการดำรงชีวิตแต่เป็น ความต้องการที่ถูกจำกัดด้วยลักษณะของหลักธรรม เช่น ความสันโดษ ความรู้จักประมาณ ความเป็นคนเรียบง่าย เป็นต้น ฉะนั้น ความดีที่ถูกพิจารณาผ่านคุณค่าของประโยชน์ที่มีผลต่อ การดำเนินชีวิตจึงถูกจำกัดด้วยหลักธรรม เพื่อจำกัดความอยากและเป็นพื้นฐานในการพัฒนา ตัวเองสู่ความสุขในระดับมานุสสุและนิพพานสุขที่สูงขึ้นไป

ข. คุณค่าความทุกข์และความสุข ทุกข์กับสุข โดยคำว่า ทุกข์ (พระไตรปิฎก ภาษาไทย เล่ม 4 ข้อ 14 หน้า 16, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) คือสภาพ ที่ทนได้ยาก สภาพที่ทนอยู่ไม่ได้ เพราะถูกบีบคั้นด้วยความเกิดขึ้นและความดับสลายไป เนื่องจากต้องไปตามเหตุปัจจัยที่ไม่ขึ้นต่อตัวมันเอง

ส่วนความสุขไม่ได้มีความหมายอะไรเลยหากไม่ได้เกี่ยวพันกับบุคคลผู้ที่รับความสุข นั้น ซึ่งตอบปัญหาข้อหนึ่งที่ว่า เมื่อนิพพานเป็นความสุข แล้วใครเป็นผู้มีความสุขในนิพพาน นั้นได้ คำตอบก็คือตราบเท่าที่ยังไม่นิพพานหรือดับสูญสลายทางกาย บุคคลนั้นก็ได้รับผลแห่ง ความสุขนั้นได้ ความสุขจึงเป็นเรื่องของบุคคล ส่วนการอธิบายความสุขในปฏิจจสมุปบาทซึ่ง อยู่ในฝ่ายของปรมาตมธรรมจึงไม่มี เพราะปฏิจจสมุปบาทเป็นความจริงที่ไม่มีบุคคลเข้าไป เกี่ยวข้อง เป็นกฎแห่งธรรมตามกฎแห่งนิยาม แต่ความสุขเป็นเพียงสมมติที่เกิดขึ้นโดยอาศัย คำอธิบายให้สอดคล้องกับบุคคล ท่านพุทธทาสเรียกวิธีการกล่าวลักษณะนี้ว่า ภาษาคน คือ ถือเอาภาวะไม่มีทุกข์นั้นเป็นความสุข เพื่อประโยชน์แก่การสอนศีลธรรมเท่านั้นเอง

2. ความสัมพันธ์แบบปรัวสัย ในลักษณะความสัมพันธ์ขององค์กร จึงเน้นไปที่การอยู่ ร่วมกันของสังคมสงฆ์ จึงมีความสัมพันธ์กันแบบถ้อยทีถ้อยอาศัย อันเนื่องมาจาก ผู้ที่เข้ามาบวช แล้ว ไม่ว่าจะมาจากรวณะอะไร ย่อมเป็นอันเดียวกันดุจแม่น้ำคงคา ที่เรียกว่าศากยบุตร

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่เน้นการปฏิบัติด้วยตนเอง หลักธรรมต่างๆ เป็นสิ่งที่มีอยู่ ในธรรมชาติพระพุทธเจ้าทรงค้นพบแล้วนำมาสั่งสอน เพื่อให้บุคคลเกิดความรู้ความเข้าใจ สามารถนำไปปฏิบัติให้มีความเจริญแก่ตนและส่วนรวม ในการปฏิบัติงานการพยาบาลที่มี ประสิทธิภาพและก่อให้เกิด ความสุขใจทั้งผู้ปฏิบัติและผู้ป่วย พยาบาลจึงต้องมีคุณธรรมทั้งหลาย พร้อมอยู่ในตนเอง เช่น ความเมตตา กรุณา ความเสียสละ ซื่อสัตย์ ความอดทน พยาบาลที่มี

การนำหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางในการปฏิบัติตนขณะทำงาน ย่อมทำให้บุคคลผู้นั้นมีพฤติกรรมการทำงานที่ดีด้วย จึงนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา คือ พรหมวิหาร 4 มาเป็นแนวปฏิบัติที่จะนำไปสู่ความสามัคคีแห่งสงฆ์

การปฏิบัติตนตามหลักพรหมวิหาร 4 กับพฤติกรรมการพยาบาลพรหมวิหาร 4 (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 10 ข้อ 327 หน้า 256, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) หมายถึง ธรรมที่ต้องมีไว้เป็นหลักใจและกำกับความประพฤติ จึงจะชื่อว่าดำเนินชีวิตหมดจด และปฏิบัติตนต่อมนุษย์สัตว์ทั้งหลายโดยชอบ บางทีแปลว่า ธรรมประจำใจ ที่ทำให้เป็นพรหมหรือให้เสมอด้วยพรหม ซึ่งประกอบด้วยธรรม 4 ประการ ได้แก่

(1) เมตตา หมายถึง ความรักใคร่ปรารถนาดีอยากให้เขามีความสุข มีจิตอันแผ่ไมตรีและคิดทำประโยชน์แก่มนุษย์สัตว์ทั่วหน้าต่อสรรพสัตว์ทั่วไปไม่มีประมาณ แผ่ทั่วไปในมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายอย่างไม่จำกัดขอบเขต คุณธรรมนี้เป็นพื้นฐานทำให้เกิดหลักธรรมอื่นๆ ถ้าขาดเมตตาธรรมแล้วคุณธรรมอื่นก็ยากที่จะเกิดขึ้นในจิตใจได้ เมตตาธรรมจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งสำหรับผู้เป็นพยาบาล เพราะหมายถึงการเอาใจใส่ปรารถนาดีห่วงใยและเอื้ออาทรต่อผู้ป่วย

(2) กรุณา หมายถึง ความสงสาร คิดช่วยให้พ้นทุกข์ ใฝ่ใจในอันจะปลดปล่อยบำบัดความทุกข์เดือดร้อนของปวงสัตว์ ยกตัวอย่าง เช่น ผู้ที่ได้รับความทุกข์ทรมานทางกายและใจเกี่ยวกับความเจ็บป่วยของตน สภาวะเช่นนี้ผู้ป่วยย่อมต้องการความช่วยเหลืออย่างใดอย่างหนึ่งจากพยาบาล อย่างน้อยช่วยทำให้เขาเกิดความมั่นใจและมีกำลังใจที่จะรักษาโรคให้หายเป็นปกติเหมือนเดิม

(3) มุทิตา หมายถึง ความยินดี ในเมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีสุข มีจิตผ่องใสบันเทิง กอปรด้วยอาการ แ่มชื่นเบิกบานอยู่เสมอ ต่อสัตว์ทั้งหลายผู้ดำรงในปกติสุข พลอยยินดีด้วยเมื่อเขาได้ดีมีสุข เจริญงอกงามยิ่งขึ้นไป หรือส่งเสริมให้กำลังใจเพื่อเขาจะได้ทำความดียิ่งขึ้นไป เช่น ในด้านการพยาบาล พยาบาลควรแสดงความยินดีและส่งเสริมผู้ป่วยให้ได้รับการรักษาขั้นต่อไปด้วยความจริงใจ

(4) อุเบกขา หมายถึง ความวางใจเป็นกลาง อันจะให้ดำรงอยู่ในธรรมตามที่พิจารณาเห็นด้วยปัญญา คือ มีจิตเรียบตรงเที่ยงธรรมดุจตราขึง ไม่เอนเอียงด้วยรักและชัง พิจารณาเห็นกรรมที่สัตว์ทั้งหลายกระทำแล้ว อันควรได้รับผลดีหรือชั่ว สมควรแก่เหตุอันตนประกอบ พร้อมทั้งที่จะวินิจฉัยและปฏิบัติไปตามธรรม รวมทั้ง รู้จักวางเฉยสงบใจมองดู ในเมื่อไม่มีกิจที่ควรทำ เพราะเขาได้รับผิชอบตนได้ดีแล้ว เขาสมควรรับผิชอบตนเอง หรือเขาควรได้รับผลอันสมกับความรับผิชอบของตน คุณธรรมข้อนี้มีความสำคัญต่อการนำไปใช้แก้ปัญหาอย่างยิ่ง เพราะช่วยให้ผู้ปฏิบัติละความอยู่ดีธรรมทั้งหลายและมองสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริงโดยไม่มีการเลือกเขาเลือกเรา

ในการปฏิบัติตามหลักธรรมทางพุทธศาสนา ได้แสดงทัศนะว่า (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), กายหายไข้ ใจหายทุกข์, 2545: 52–62) ธรรมในพระพุทธศาสนาพระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้เป็นชุด เพราะเป็นระบบ (Holistic) คือ ระบบองค์รวม หมายความว่าต้องทำให้ครบชุด มีคุณภาพทั้ง 4 ด้าน นั่นคือ หลักพรหมวิหาร 4 คือ เมตตา กรุณา มุทิตาและอุเบกขา นี่ต้องทำให้ครบทุกด้าน ถูกต้องพอดีตามสถานการณ์ กล่าวคือ

(1) เมื่อเขาอยู่ภาวะปกติควรมีเมตตา หมายถึง ความรัก ความปรารถนาดี อยากให้เขามีความสุขสบายต่อไป

(2) เมื่อเขาตกหล่นไปจากสภาพที่ปกติ มีความทุกข์ ควรมีกรุณา หมายถึง การพลอยมีใจหวั่นไหวเมื่อเห็นคนอื่นเดือดร้อนหรือมีความทุกข์ ต้องการจะปลดเปลื้องทุกข์เขาให้พ้นความทุกข์

(3) เมื่อเขาดีขึ้น ประสบความสำเร็จ มีความสุข ทำในสิ่งที่ถูกต้องดีงาม ควรมีมุทิตา หมายถึง พลอยยินดีด้วยคอยสนับสนุนส่งเสริม

(4) กรณีที่จะรักษาความถูกต้องชอบธรรม หลักการ กฎเกณฑ์ ควรมีอุเบกขา ซึ่งแปลว่าคอยดูอยู่ใกล้ ๆ วางใจเป็นกลาง พร้อมทั้งจะแก้ไขสถานการณ์แต่ไม่เข้าไปก้าวก่ายแทรกแซงเพื่อให้คนนั้นรับผิชอบต่อตัวธรรม หลักการ กฎเกณฑ์ ซึ่งต้องใช้ปัญญาในการ

พิจารณา ตามปกติผู้ที่มีจิตใจประเสริฐจะต้องมีความเมตตา กรุณา แต่ถ้าวการแสดงความเมตตา กรุณานั้นจะทำให้เสียความยุติธรรม ก็ต้องวางใจเป็นกลางคือตั้งในอุเบกขา ต้องเว้นจากอคติ 4 (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 11 ข้อ 311 หน้า 288, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ไม่ให้ใจลำเอียงเพราะความรัก ความชัง ความเขลา และความกลัว ใจจึงจะเป็นอุเบกขาได้ อุเบกขาเป็นธรรมที่มุ่งรักษาความเป็นธรรมในสังคม แล้วช่วยให้ชีวิตคนพัฒนา เช่น พ่อแม่ไม่มีอุเบกขา เลี้ยงลูกแบบประคบประหงม ไม่เปิดโอกาสให้ตัดสินใจทำอะไรเลย ลูกจะไม่โตทั้งทางจิตใจและปัญญา แต่การมีอุเบกขามากอย่างเดียว สังคมก็ไม่น่าเป็นสุข เพราะทุกคนต่างรับผิดชอบต่อการอยู่อย่างเดียวกัน มีแต่แนวคิดที่คอยตรวจสอบกัน เช่น คุณทำถูกต้องตามหลักการและกฎหมายฉันไม่ว่า แต่ถ้าทำผิดหลักการและกฎหมายเมื่อไร ฉันจัดการทันที ไม่มีช่วยเหลือนกัน ไม่มีน้ำใจต่อกัน ไม่มีเมตตาต่อกัน ซึ่งทำให้สังคมเสียความสมดุลบุคคลที่อยู่ในสังคมก็มีแต่ความเครียด

สำหรับพยาบาล การนำพรหมวิหาร 4 มาใช้ต้องมีความสมดุลกัน ทั้งสี่ข้อ จะเน้นข้อใดข้อหนึ่งไม่ได้ ควรเริ่มต้นด้วยความมีเมตตาและกรุณาเสียก่อน จึงจะปฏิบัติหน้าที่ด้วยความพอใจ เมื่อได้เห็นผู้อื่นเจ็บไข้ด้วยจิตที่มีเมตตา ก็อยากช่วยเหลือให้พ้นจากความลำบากนั้น แต่เมื่อช่วยเหลือผู้ป่วยจนสุดความสามารถที่จะช่วยได้แล้ว ก็ต้องมีอุเบกขา ไม่ปล่อยใจให้ทรนทรายเพราะช่วยไม่สำเร็จ แต่เมื่อนำอุเบกขามาใช้ ไม่ได้หมายความว่าความหยาบการดูแคล์ผู้ป่วยเพียงเท่านั้น การดูแคล์ยังคงดำเนินต่อไปเพราะจิตยังมีเมตตา และมีความกรุณาที่จะดูแลรักษาต่อเท่าที่จะทำได้ ในเวลาเดียวกันก็หาโอกาสศึกษาหาวิธีอื่น ๆ ที่เป็นไปได้ตามหลักวิทยาศาสตร์มาใช้เมื่อค้นพบวิธีแล้วก็ดำเนินการดูแลต่อไป

ประโยชน์ของพรหมวิหาร 4 ในพระไตรปิฎกได้กล่าวถึงประโยชน์ของพรหมวิหาร 4 (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 11 ข้อ 326 หน้า 325-326, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ดังนี้ เมตตา เป็นเครื่องสลัดซึ่งพยาบาท กรุณา เป็นเครื่องสลัดซึ่งวิหิงสา (ความคิดร้าย) มุทิตา เป็นเครื่องสลัดซึ่งอวดิ (ความไม่ยินดี) อุเบกขา เป็นเครื่องสลัดซึ่งราคะ

กล่าวคือ เมตตาเป็นคุณธรรมที่ทำลายพยาบาท กรุณาเป็นคุณธรรมที่ทำลายความเบียดเบียน มุทิตาเป็นคุณธรรมที่ทำลายความอิจฉา อุเบกขาเป็นคุณธรรมที่ทำลายความลำเอียง

พรหมวิหารธรรมเป็นคุณธรรมทางใจ ย่อมทำให้บุคคลนั้นประพฤติปฏิบัติเกื้อกูลแก่ผู้อื่น กล่าวคือผู้นั้นจะมีจิตแผ่ไมตรีและเป็นประโยชน์ปรารถนาความสุขความเจริญแก่ผู้อื่น ใฝ่ใจอันจะปลดปล่อยความทุกข์ยากของผู้อื่น คุณธรรมทั้ง 4 ประการนี้สามารถแบ่งได้เป็นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับธรรม (กฎเกณฑ์ความถูกต้องดีงาม) โดยคุณธรรม 3 ข้อแรกเป็นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ซึ่งการนำไปใช้ในชีวิตจริงจะต้องให้สอดคล้องกับเหตุการณ์ที่บุคคลประสบ กล่าวได้ว่าคุณธรรมที่เด่นชัดที่คนไทยนำมาปฏิบัติอยู่เสมอคือความเมตตา กรุณา โดยเฉพาะอย่างยิ่งสัมพันธ์ภาพระหว่างพยาบาลและผู้ป่วย คุณธรรมที่ต้องใช้มากที่สุดคือความเมตตาซึ่งจะเริ่มปฏิบัติตั้งแต่พบเห็นผู้ป่วยแม้ยังไม่รู้ว่าผู้ป่วยเป็นอะไร ส่วนคุณธรรมความกรุณาก็ต้องนำมาปฏิบัติคู่กัน เช่น เมื่อผู้ป่วยต้องประสบกับโรคภัยไข้เจ็บ พยาบาลจึงต้องมีความกรุณาที่จะช่วยเหลือบรรเทาความทุกข์ทรมานให้เบาบางลงไปและแสดงมุทิตาจิตเมื่อผู้ป่วยมีอาการดีขึ้น ส่วนอุเบกขานั้นจัดว่าเป็นคุณธรรมที่เป็นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับธรรม อุเบกขาจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง ในการปฏิบัติหน้าที่เพื่อรักษาไว้ซึ่งความถูกต้องดีงามเพราะไม่ทำให้เกิดความลำเอียงในการเลือกการปฏิบัติในผู้ป่วย ซึ่งในการปฏิบัติต้องกระทำให้สมดุลกันทั้ง 4 ด้าน สังคมสงฆ์จึงเกิดความสุขสงบได้

บทสรุป

การพยาบาลในพระไตรปิฎก เป็นการที่เหล่าพระสงฆ์ดูแลซึ่งกันและกันในฐานะเป็นผู้อยู่ร่วมกัน อันแสดงถึงหลักความสามัคคี ความเมตตาที่มีต่อกันและกันและการให้คนได้พ้นจากความทุกข์ หากใครไม่ช่วยเหลือกันก็จะมีผลตามพระวินัย ส่วนความสัมพันธ์ระหว่างสงฆ์ด้วยกันคุณค่าทางจริยธรรม อันได้แก่ศีลและธรรม เป็นตัวอธิบายถึงคุณค่าในอัตตวิสัย มุ่งถึงประโยชน์ที่เกิดขึ้นแก่ผู้ปฏิบัติและสังคมสงฆ์ที่เกี่ยวข้องกัน คือ หากทำดีแก่สังคมด้วยการดำเนินตามศีลและธรรม ผลก็จะเกิดประโยชน์ซึ่งเป็นคุณค่าแก่สังคมด้วย และตนเองก็เป็นคน

ในสังคมก็ย่อมได้รับประโยชน์ไปด้วย ตรงกันข้ามหากสังคมไม่สงบสุข ตนเองก็ยากจะมีความสุข สงบสุข หลักการแห่งการอิงอาศัยช่วยเหลือซึ่งกันและกัน การปฏิบัติต่อกันจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่ดีขึ้น ขณะที่ลักษณะความสัมพันธ์แบบปรวิสัย เป็นความจริงที่เกิดการเกื้อกูลกันและกัน การประเมินคุณค่าผ่านความสามัคคีขององค์กรเป็นเกณฑ์

เอกสารอ้างอิง

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). (2542). **การแพทย์ยุคใหม่ในพุทธทัศน์**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : บริษัทธรรมสาร จำกัด.

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). **ใจหายทุกข์ กายหายไข้**. (2545). กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมิก จำกัด.

พระปองปรีดา ปริบุญโญ. (2545). “การป้องกันและการรักษาโรคตามหลักพระพุทธศาสนา”.

วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

ตามพระราชบัญญัติวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ฉบับที่ 2 พ.ศ.2540. (2540, 23 ธันวาคม). ราชกิจจานุเบกษา. เล่มที่ 114 ตอนที่ 75 ก หน้า 1-9.

Edward Westermarck. (2003). “Ethics Are Relative”. **Introduction to Ethical Studies an Open-Source Reader**. edited by Lee Archie John G. Archie.

สืบค้นเมื่อวันที่ 10 มกราคม 2564, <https://philosophy.lander.edu/ethics/ethicsbook.pdf>.

Soresen and Luckmann's. (1994). **Basic Nursing : A Psycho Physiology Approach**. 3rd ed. Philadelphia: W.B. Saunders Co.

