

ประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัด
ด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ

**DIRECT EXPERIENCES OF CANCER PATIENTS UNDER
THE BUDDHIST MIND POWER HEALING METHOD**

นางยุวดี พนาวรรณ

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาชีวิตและความตาย
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๔

ประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัด
ด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ

นางยูวดี พนาวรรต

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาชีวิตและความตาย
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๔

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)

**DIRECT EXPERIENCES OF CANCER PATIENTS UNDER
THE BUDDHIST MIND POWER HEALING METHOD**

Mrs. Yuwadee Phanawat

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of

The Requirement for The Degree of

Master of Arts

(Life & Death)

Graduate School

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Bangkok, Thailand

2011

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)

ชื่อวิทยานิพนธ์ : ประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ

ผู้วิจัย : นางยุวดี พนาวรรต

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (ชีวิตและความตาย)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระครูปลัดปริยัติวรวัฒน์, ดร. ป.ธ.๓, พธ.บ. M.A., Ph.D.

: รศ. ดร. เรียม ศรีทอง กศ.บ. (เคมี-คณิตศาสตร์), กศ.ม. (การแนะแนว), Ph.D. (Education : Guidance and Counseling)

: ดร. นรินาท แสนสา ศศ.บ. (จิตวิทยาและการแนะแนว), กศ.ม. (จิตวิทยาการปรึกษา), กศ.ด. (พัฒนศึกษาศาสตร์)

วันสำเร็จการศึกษา : ๑๗ มีนาคม ๒๕๕๕

บทคัดย่อ

การศึกษาประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาลักษณะประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ อันเป็นแนวทางในการส่งเสริมความรู้ ความเข้าใจและยอมรับความเป็นจริงของชีวิตขณะเจ็บป่วย โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ เก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วยโรคมะเร็ง ๑๓ รายที่คัดเลือกตามคุณสมบัติที่กำหนด จากศูนย์โรคมะเร็ง วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร และสมาคมสถาบันพลังกายทศิพย์เพื่อสุขภาพ เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร ระหว่างเดือนมกราคม ถึงเดือนสิงหาคม ๒๕๕๔

ผลการศึกษานี้ได้ข้อมูลแบ่งเป็น ๓ ระยะกล่าวคือ ระยะที่ ๑ การรับรู้เกี่ยวกับโรคมะเร็ง รูปแบบการรักษา สุขภาพกายและสภาวะจิต ก่อนเข้ารับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ ผู้ป่วยต่างรับรู้ว่ามีโรคร้ายแรง รักษาไม่หาย นำไปสู่การเสียชีวิต เป็นโรคเวรโรคกรรม มีความแตกต่างกันระหว่างผู้ป่วยที่ไม่เคยปฏิบัติสมาธิ

มาก่อนมักไม่ยอมรับความจริง มีความหวง วิตกกังวล เกิดความเครียด ทรมานใจที่ต้อง
 อดทนต่อสู้กับโรคร้าย ส่วนผู้ปฏิบัติสมาธิมาก่อน จะมีสติเมื่อรับรู้ว่าเป็นโรคมะเร็ง เนื่องจาก
 เข้าใจและยอมรับความจริงของชีวิต การหารูปแบบการรักษาแบ่งได้เป็น ๒ วิธีคือ
 การแพทย์แผนปัจจุบันและแพทย์ทางเลือก ระยะที่ ๒ การรับรู้รูปแบบการรักษา สุขภาพกาย
 และสภาวะจิตขณะรับการบำบัดตามแนวทางแพทย์แผนปัจจุบันที่ผู้ป่วยส่วนใหญ่เลือกใช้
 เป็นอันดับแรกเพราะเห็นว่าเป็นวิธีการที่ถูกต้อง ทันสมัย น่าเชื่อถือ และเห็นผล แต่เมื่อเข้า
 รับการบำบัดแล้วพบว่าแพทย์เน้นการรักษาเฉพาะโรคที่เกิดกับกาย ภายในจิตใจยังคงมี
 ความเครียด ทั้งยังเกิดความทุกข์ทรมานจากอาการข้างเคียงของการรักษา ขณะที่แพทย์ก็ยัง
 ไม่ให้ความหวัง จนต้องหันมาใช้แพทย์ทางเลือกคือพลังจิตตามแนวพุทธ แต่ผู้ป่วยบางส่วนก็
 เลือกใช้พลังจิตตามแนวพุทธโดยตรง ระยะที่ ๓ การรับรู้รูปแบบการรักษา สุขภาพกายและ
 สภาวะจิตหลังเข้ารับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธซึ่งผู้ให้ข้อมูลรับรู้เป็น ๓ ลักษณะ
 ได้แก่ ๑) เป็นธรรมโอสถรักษาใจ เกิดปัญญารู้เท่าทันความจริง ไม่ปรุงแต่ง ๒) ผ่อนคลาย
 ความตึงเครียดของจิตใจ เกิดความสงบทางอารมณ์ ๓) เสริมสร้างภูมิคุ้มกันตามธรรมชาติ
 ให้ทำหน้าที่ใหม่อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถทำลายเซลล์มะเร็งได้

การบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ จะประสบความสำเร็จเพียงใดขึ้นอยู่กับ การ
 ปฏิบัติตนตามหลักกรรมผละ ๕ และอินทรีย์ ๕ ซึ่งประกอบด้วยของค์ธรรมเดียวกันคือ
 ศรัทธา : ความเชื่อมั่นในสิ่งที่ตนกระทำ วิริยะ : ความพากเพียรไม่ทอดทิ้ง สติ : ความระลึก
 ได้ในสิ่งที่กระทำอยู่ สมาธิ : ความสงบมีจิตตั้งมั่น และ ปัญญา : ความรอบรู้ ความเข้าใจที่
 คอยควบคุม ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ว่าการพลังจิตตามแนวพุทธช่วยให้หายจากโรคร้ายได้ หรือแม้
 ไม่หายก็สามารถใช้ชีวิตปัจจุบันอยู่กับโรคมะเร็งได้ด้วยจิตใจเข้มแข็ง รู้จักปล่อยวาง และมี
 คุณภาพชีวิตที่ดี

มีข้อเสนอแนะสำหรับผู้ป่วยที่สนใจเลือกการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ
 ได้แก่ ๑. ควรเข้ารับการบำบัดรักษาทันทีที่ทราบผลว่าเป็นโรคมะเร็ง ถ้าโรครังยังไม่ลุกลาม
 มากมีโอกาสูงที่จะหาย ๒. ปฏิบัติตามแนวทางการรักษาของสถานบำบัดนั้น ๆ ๓. ปฏิบัติ
 ตามคำแนะนำอย่างต่อเนื่อง ๔. มีความอดทน ความพากเพียรในการปฏิบัติ ญาติ และผู้
 ใกล้ชิดคอยช่วยเหลือด้านจิตใจ จะทำให้บรรลุผลดียิ่งในการบำบัดรักษา

Thesis Title : Direct Experiences of Cancer Patients under the Buddhist
Mind Power Healing Method

Researcher : Mrs. Yuwadee Phanawat

Degree : Master of Arts (Life & Death)

Thesis Supervisory Committee

: Phrakrupaladpariyatiworawat, Pali III, B.A., M.A., Ph.D.

: Assoc.Prof. Dr. Riam Srithong, B.Ed. (Chem.-Math.),
M.Ed. (Psychology), Ph.D. (Education: Guidance and
Counseling)

: Dr. Niranart Sansa, B.A. (Education), M.A. (Counseling
Psychology), Ed.D. (Development Education)

Date of Graduation : March 17, 2012

ABSTRACT

The objectives of this study were to examine direct experiences of cancer patients under the Buddhist Mind Power healing method and to enhance perception and acceptance of the truth of life while being in sickness.

The study was qualitative in nature. The tool of data collection was structured in-dept interview administered to thirteen key informants, who were cancer patients at Arogayasal Center of Wat Kampramong in Sakolnakorn province and Institute of Cosmic Energy for Health Association in Bangkok. The study was conducted during January and August, C.E. 2011.

Findings were as follows :

Before being treated by the Buddhist Mind Power healing method, cancer patients comprehended that cancer was a harmful chronic disease and cause of death. It was the disease born from bad previous will-action, Kamma. Those who had never practiced Buddhist meditation would deny the truth, would go under stress, anxiety and torturing to fight with the dreadful disease. But, for those who underwent Buddhist meditation practice, at first when knowing that one had contacted with cancer, would understand and accept the truth of life, and live the life with mindfulness. They would seek for curing methods, either by modern medical or alternative methods.

At curing seeking stage, most cancer patients chose modern medical method with the perception that it is modern, beneficial and result-oriented. But at the actual curing stage, doctors, healed only bodily disease and left mental condition behind. As a result, more torturing from side effects with no hope of recovering was created to patients. Therefore, the cancer patients turned to alternative method, i.e., the Buddhist Mind Power healing method. For those who had experiences with the Buddhist Meditation would choose the Buddhist Mind Power healing method from the first place.

At curing stage, cancer patients accepted that the Buddhist healing method yielded good results in the following three ways; 1) Dhamma medicine for mental illness, inducing pure wisdom of the truth of life. 2) Easing up anxiety and creating mindful calmness. 3) Generating new immunity to fight and stop cancer cells.

Whether the Buddhist Mind Power healing method bear full fruits , it depends on practicing Bhala 5, and Indriya 5, consisting of 1) Saddha : faith and confidence, 2) Viriya : effort 3) Sati : mindfulness 4) Samadhi : concentration and 5) Panna : Wisdom.

Some advices from the findings, the successful healing method depends on the severity of the disease and the intention of cancer patients to follow the disciplines of the healing method.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความอนุเคราะห์ของบุคคลผู้มีเมตตาธรรมหลายฝ่ายซึ่งผู้วิจัยขอกล่าวถึงเพื่อแสดงความขอบคุณดังต่อไปนี้ ได้แก่ พระครูปลัดปริยัติวรวัฒน์, ดร. ประธานที่ปรึกษา รศ. ดร. เรียม ศรีทอง และ ดร. นิรนาท แสนสา อาจารย์ที่ปรึกษาผู้ให้คำปรึกษาจนกระทั่งวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ พระมหาสมบุญ วุฑฒิโกโร, ดร. ประธานกรรมการสอบ และ รศ. ดร. จิตรี โพธิามกะ กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้แนะนำเข้าสู่แหล่งข้อมูลและให้ข้อมูล ได้แก่ พระอาจารย์ ปพนพัชร จิรธัมโม เจ้าอาวาสวัดคำประมง จังหวัดสกลนคร คุณย่าเยาวเรศ บุนนาค ผู้ก่อตั้งสมาคมสถาบันพลังกายทศิพย์เพื่อสุขภาพ กรุงเทพมหานคร ผู้ให้ข้อมูลที่เป็นผู้ป่วยโรคมะเร็ง ๑๑ ท่าน จากสถานบำบัดทั้งสองแห่ง ผู้วิจัยรู้สึกสำนึกในพระคุณและขอยกย่องท่านเป็นเสมือนอาจารย์ผู้ให้แง่คิดมุมมองต่าง ๆ อันเป็นแนวทางในการทำวิทยานิพนธ์นี้

บุคคลที่ผู้วิจัยมีอาจะเว้นที่จะกล่าวถึง ได้แก่ กัลยาณมิตรทุกท่าน ผู้ให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ ช่วยเหลือในการจัดพิมพ์ และจัดทำรูปเล่มให้สมบูรณ์ถูกต้อง ทั้งยังช่วยแก้ไขปัญหาดังต่าง ๆ ทำให้งานวิจัยสำเร็จลุล่วงด้วยดี รวมถึงบุคคลในครอบครัวที่ช่วยเป็นกำลังใจให้ผู้วิจัยเกิดความวิริยะพากเพียรในการทำงาน

หากงานวิจัยฉบับนี้เกิดคุณค่าแก่ผู้อื่น ผู้วิจัยขออุทิศกุศลให้แก่ผู้ให้ข้อมูลที่ล่วงลับไปแล้ว ๒ ท่าน คือ คุณอริพร และคุณชัยชนะ (นามสมมุติ) รวมทั้งบุคคลที่กล่าวถึงข้างต้นด้วยความขอบคุณยิ่ง

ความสำเร็จของวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ขอน้อมถวายเป็นพุทธบูชา แต่พระผู้มีพระภาค ขอให้ผู้นับปฏิบัติตามพระธรรมคำสอนของพระพุทธองค์จึงมีพลานามัยสมบูรณ์ ปราศจากโรคร้าย บรรลุผลตามควรแก่เหตุและปัจจัยของแต่ละบุคคลด้วยเทอญ

นางยุวดี พนาวรรต

๓๐ มกราคม ๒๕๕๕

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ก
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญ	ฉ
สารบัญภาพ	ญ
สารบัญตาราง	ฎ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ฎ
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๖
๑.๓ ขอบเขตของการวิจัย	๖
๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๗
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๗
๑.๖ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๘
บทที่ ๒ วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	๕
๒.๑ แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบำบัดผู้ป่วยโรคมะเร็ง	๕
แบบการแพทย์แผนปัจจุบัน	
๒.๑.๑ ลักษณะของโรคมะเร็ง	๕
๒.๑.๒ สาเหตุของโรคมะเร็ง	๑๓
๒.๑.๓ ปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผลต่อโรคมะเร็ง	๑๔

๒.๑.๓.๑	ปัจจัยจากภายนอกร่างกาย	๑๔
๒.๑.๓.๒	ปัจจัยจากภายในร่างกาย	๑๖
๒.๑.๔	การบำบัดรักษาโรคมะเร็ง	๑๕
๒.๑.๔.๑	แนวทางการรักษาแบบการแพทย์แผนปัจจุบัน	๑๕
๒.๑.๔.๒	แนวทางการรักษาแบบผสมผสาน	๒๒
๒.๒	แนวคิด หลักการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบำบัดผู้ป่วยโรคมะเร็ง ด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ	๒๕
๒.๒.๑	ความหมายของการบำบัดผู้ป่วยโรคมะเร็งด้วยพลังจิต ตามแนวพุทธ	๒๕
๒.๒.๒	ตัวบ่งชี้พลังจิตตามแนวพุทธ	๓๔
๒.๒.๓	แนวทางการบำบัดผู้ป่วยโรคมะเร็ง ด้วยพลังจิตตามแนวพุทธในสถานบำบัดต่าง ๆ	๔๐
๒.๒.๓.๑	แนวทางการบำบัดผู้ป่วยโรคมะเร็งของ ศูนย์โรคมะเร็ง วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร	๔๐
๒.๒.๓.๒	แนวทางการบำบัดผู้ป่วยโรคมะเร็งของสมาคมสถาบัน พลังกายทิพย์ เพื่อสุขภาพของคุณย่าเยาวเรศ บุนนาค	๔๑
๒.๓	แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ทางจิต ของผู้ป่วยโรคมะเร็ง	๕๑
๒.๓.๑	ความหมายของประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็ง	๕๑
๒.๓.๒	แนวคิดเกี่ยวกับชีวิตและความตาย	๖๐
๒.๓.๒.๑	แนวคิดเกี่ยวกับชีวิตและความตายแบบแพทย์ แผนปัจจุบันและความคิดของคนในสังคมยุคใหม่	๖๐
๒.๓.๒.๒	แนวคิดเกี่ยวกับชีวิตและความตายตามหลัก พระพุทธศาสนา	๖๕
๒.๔	กรอบแนวคิดการวิจัย	๗๑

บทที่ ๓ วิธีดำเนินการวิจัย	๓๒
๓.๑ แบบการวิจัย	๓๒
๓.๒ กลุ่มผู้ให้ข้อมูล	๓๓
๓.๓ การเตรียมความพร้อมก่อนลงสู่สนาม	๓๔
๓.๔ จรรยาบรรณนักวิจัย	๓๕
๓.๕ การเก็บรวบรวมข้อมูลและเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	๓๖
๓.๖ การวิเคราะห์ข้อมูล	๓๗
๓.๗ การตรวจสอบข้อมูล	๓๘
บทที่ ๔ ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	๘๐
๔.๑ ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มผู้ให้ข้อมูล	๘๐
๔.๒ ข้อมูลประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัด ด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ	๘๕
ระยะที่ ๑ การรับรู้เกี่ยวกับโรคมะเร็ง รูปแบบการรักษา สุขภาพกาย สภาวะจิต ก่อนเข้ารับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ	๘๕
ส่วนที่ ๑ การรับรู้เกี่ยวกับโรคมะเร็ง	๘๐
ส่วนที่ ๒ สภาวะจิตเมื่อทราบว่า เป็นโรคมะเร็ง	๘๒
ส่วนที่ ๓ รูปแบบการบำบัดรักษา	๘๖
ระยะที่ ๒ การรับรู้รูปแบบการรักษา สุขภาพกาย สภาวะจิต ขณะรับการบำบัดด้วยการแพทย์แผนปัจจุบัน	๑๐๐
ส่วนที่ ๑ ทักษะที่มีต่อการบำบัดโรคมะเร็งของแพทย์ แผนปัจจุบัน	๑๐๐
ส่วนที่ ๒ ผลต่อสุขภาพกาย และสภาวะจิต	๑๐๒
ระยะที่ ๓ การรับรู้รูปแบบการรักษา สุขภาพกาย สภาวะจิต หลังเข้ารับการบำบัด ด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ	๑๐๔

ส่วนที่ ๑	ทักษะต่อสุขภาพกาย และสภาวะจิตหลังใช้พลังจิต ตามแนวพุทธบำบัดโรคมะเร็ง	๑๐๔
ส่วนที่ ๒	ปัจจัยช่วยส่งเสริมการบำบัดโรคมะเร็งด้วยพลังจิต ตามแนวพุทธ	๑๑๓
ส่วนที่ ๓	การรับรู้กับชีวิตปัจจุบัน ชีวิตที่ลงตัวกับการใช้พลังจิต ตามแนวพุทธในการบำบัดโรคมะเร็ง	๑๑๗
๔.๓	ข้อสังเกต สิ่งที่ค้นพบจากการวิจัย	๑๒๓
บทที่ ๕	สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	๑๒๕
๕.๑	สรุปผลการวิจัย	๑๒๕
๕.๒	อภิปรายผล	๑๒๕
๕.๓	ข้อเสนอแนะ	๑๓๐
๕.๓.๑	ข้อเสนอแนะทั่วไป	๑๓๐
๕.๓.๒	ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป	๑๓๑
บรรณานุกรม		๑๓๓
ภาคผนวก		๑๓๕
ประวัติผู้วิจัย		๑๔๕

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
๒.๑	แสดงการเกิดก้อนมะเร็งในเนื้อเยื่อปกติโดยเริ่มจากเซลล์มะเร็งเพียงเซลล์เดียว	๑๑
๒.๒	แสดงภาพก้อนมะเร็งผ่าซีกและลักษณะการโตของก้อนมะเร็ง	๑๓
๒.๓	แสดงวงชีพของเซลล์มะเร็ง	๑๔
๒.๔	แสดงสาเหตุของมะเร็ง	๑๕
๒.๕	อนาคตของเรา เราต้องดูแล	๑๗
๒.๖	แสดงตำแหน่งจักระทั้ง ๗ บนร่างกาย	๔๘
๒.๗	แสดงวิธีการรักษา	๕๐
๒.๘	ตัวอย่างหนังสือแสดงเจตนาไม่ประสงค์จะรับบริการสาธารณสุข	๖๓
๓.๑	แสดงกระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพ	๗๓
๕.๑	สรุปผลการศึกษาประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ	๑๒๘

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
๑.๑	สถิติจำนวนผู้ป่วยโรคมะเร็ง ระหว่างปี พ.ศ. ๒๕๔๔-๒๕๔๖ แยกตามเพศของประชากร ๑๓ จังหวัด	๒
๒.๑	แสดงข้อแตกต่างระหว่างเนื้องอกธรรมดาและมะเร็ง	๑๒
๒.๒	แสดงอัตราการเกิดมะเร็งสูงสุดและต่ำสุดในประเทศต่าง ๆ และสาเหตุของมะเร็ง	๑๘
๔.๑	จำนวนผู้ให้ข้อมูลจำแนกตามข้อมูลทั่วไป ๑๓ ราย	๘๑
๔.๒	จำนวนผู้ให้ข้อมูลจำแนกตามข้อมูลเกี่ยวกับการเจ็บป่วย ๑๓ ราย	๘๒
๔.๓	จำนวนผู้ให้ข้อมูลจำแนกตามข้อมูลการรักษาที่ใช้ร่วมกับพลังจิต ตามแนวพุทธ ๑๓ ราย	๘๒

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

การใช้อักษรย่อ

อักษรย่อที่ใช้ที่นี่ เป็นการอ้างอิงจากคัมภีร์ไตรปิฎกภาษาบาลี และภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ส่วนอรรถกถาและฎีกาภาษาบาลี ใช้ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และอรรถกถาภาษาไทย ใช้ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เรียงตามเล่ม ดังนี้

ก. คำย่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

พระวินัยปิฎก

วิ.จ. (ไทย) = วินัยปิฎก จุฬวรรค (ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

ที.ม.	(บาลี)	=	สุตตนต์ปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวคคฺคปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ป.า.	(บาลี)	=	สุตตนต์ปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฎีกวคคฺคปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.ป.า.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฎีกวรรค	(ภาษาไทย)
ม.ม.	(บาลี)	=	สุตตนต์ปิฎก	มชฺฉิมนิกาย	มุลปณฺณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)
ม.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มชฺฉิมนิกาย	มุลปณณาสก	(ภาษาไทย)
ม.ม.	(บาลี)	=	สุตตนต์ปิฎก	มชฺฉิมนิกาย	มชฺฉิมปณฺณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)
ม.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มชฺฉิมนิกาย	มชฉิมปณณาสก	(ภาษาไทย)
ม.อ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มชฉิมนิกาย	อุปริปณณาสก	(ภาษาไทย)
ส.ส.	(บาลี)	=	สุตตนต์ปิฎก	สํยุตตนิคาย	สคาวคคฺคปาติ	(ภาษาบาลี)
ส.ส.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิคาย	สคาววรรค	(ภาษาไทย)
ส.นิ.	(บาลี)	=	สุตตนต์ปิฎก	สํยุตตนิคาย	นิทานวคคฺคปาติ	(ภาษาบาลี)
ส.นิ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิคาย	นิทานวรรค	(ภาษาไทย)
ส.สพ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิคาย	สพายตนวรรค	(ภาษาไทย)

ส.ม.	(บาลี)	=	สุตตนต์ปิฎก	สังยุตตนิกาย	มหาวารวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ส.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	มหาวารวรรค	(ภาษาไทย)
อง.ทุก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ทุกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.จตุกก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ปญจก.(บาลี)		=	สุตตนต์ปิฎก	องคุตตรนิกาย	ปญจกนิปาตปาติ	(ภาษาบาลี)
อง.ปญจก.(ไทย)		=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ปัญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ.	(บาลี)	=	สุตตนต์ปิฎก	ขุททกนิกาย	ธมมปทปาติ	(ภาษาบาลี)
ขุ.ธ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาไทย)
ขุ.อิตติ.	(บาลี)	=	สุตตนต์ปิฎก	ขุททกนิกาย	อิติวุตตกปาติ	(ภาษาบาลี)
ขุ.อิตติ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อิติวุตตกะ	(ภาษาไทย)
ขุ.ป.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฎิสัมภิทามรรค	(ภาษาไทย)

ปกรณ์วิเสส

วิสุทฺธิ.	(บาลี)	=	วิสุทฺธิมคฺคปกรณ์(ภาษาบาลี)
วิสุทฺธิ.	(ไทย)	=	วิสุทฺธิมรรคปกรณ์ (ภาษาไทย)

คำชี้แจงการใช้หมายเลขในคัมภีร์พระไตรปิฎก

การใช้หมายเลขย่อในพระไตรปิฎกจะแจ้ง เล่มที่ / ข้อที่ / หน้า ดังนี้

ตัวอย่าง : อง.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๕๓/๒๑๖-๒๑๘ หมายถึง พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย
ปัญจกนิบาต (ภาษาไทย) เล่มที่ ๒๒ ข้อที่ ๕๓ หน้า ๒๑๖ - ๒๑๘

คำชี้แจงการใช้หมายเลขในคัมภีร์ปกรณ์วิเสส

การใช้หมายเลขย่อในปกรณ์วิเสสจะแจ้ง ภาคที่ / ข้อ / หน้า ดังนี้

ตัวอย่าง : วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๔๐๖/๕๕ หมายถึง วิสุทฺธิมคฺค นาม ปกรณ์วิเสสสุส ทุตฺติยาโก
ภาค ๒ ข้อ ๔๐๖ หน้า ๕๕

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

จากสถิติโรคมะเร็งของฝ่ายแผนงานและสถิติ สถาบันมะเร็งแห่งชาติ (National Cancer Institute)^๑ พบว่าโรคมะเร็งเป็นปัญหาทางสาธารณสุขของโลก เป็นสาเหตุการตายประมาณร้อยละ ๑๓ ของคนตายทั้งหมด เป็นจำนวนกว่า ๖ ล้านคน องค์การอนามัยโลกคาดการณ์ว่าในปี พุทธศักราช ๒๕๖๓ ทั่วโลกจะมีคนตายด้วยโรคมะเร็งมากกว่า ๑๑ ล้านคน และจะเกิดขึ้นในประเทศที่กำลังพัฒนามากกว่า ๗ ล้านคน เนื่องจากมีปัจจัยหลายอย่างที่เกี่ยวเนื่องกับการเกิดโรคมะเร็ง

ส่วนสถานการณ์โรคมะเร็งในประเทศไทย นรินทร์ วรวุฒิ^๒ แพทย์ประจำหน่วยมะเร็งวิทยา ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ให้ข้อมูลว่า ตั้งแต่ปี ๒๕๔๘ - ๒๕๕๐ พบสถิติการเสียชีวิตของคนไทย เกิดจากโรคมะเร็งสูงสุดเป็นอันดับหนึ่ง โดยเฉพาะในปี ๒๕๕๐ มีผู้เสียชีวิตจากโรคมะเร็งสูงสุดถึง ๕๓,๔๓๔ คน และในทุกหนึ่งชั่วโมงจะมีผู้เสียชีวิต ๖ คน ผู้ชายไทยป่วยเป็นมะเร็งตับมากเป็นอันดับหนึ่ง รองลงมาคือมะเร็งปอดและมะเร็งลำไส้ใหญ่ ส่วนผู้หญิงไทยเป็นมะเร็งปากมดลูกอันดับหนึ่ง รองลงมาคือมะเร็งเต้านมและมะเร็งปอด ชีรวุฒิ คูหะเปรมะ^๓ ผู้อำนวยการสถาบันมะเร็งแห่งชาติ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข กล่าวสอดคล้องกันว่า มะเร็งเป็นภัยร้ายที่คร่าชีวิตคนมากเป็นอันดับหนึ่ง ปีละ ๕๕,๐๐๐ ราย จากโรคมะเร็งตับในเพศชายอันดับแรก และมะเร็งเต้านมในเพศหญิง ตามสถิติโรคมะเร็งจำแนกตามเพศของประชากรใน ๑๓ จังหวัด ดังต่อไปนี้

^๑ ฝ่ายแผนงานและสถิติ สถาบันมะเร็งแห่งชาติ, “Lab Online”, <http://www.geocities.com/eddiag>, ๓๑ สิงหาคม ๒๕๕๓.

^๒ นรินทร์ วรวุฒิ, “สถานการณ์โรคมะเร็งในประเทศไทย”, <http://www.waddeja.com/index.php?lay>, ๓๑ สิงหาคม ๒๕๕๓.

^๓ Kruhprema, T. and others, *Cancer in Thailand*, Vol. V, 2001-2003. p. 5.

ตารางที่ ๑.๑ สถิติจำนวนผู้ป่วยโรคมะเร็ง ระหว่างปี พ.ศ. ๒๕๔๔-๒๕๔๖ แยกตามเพศของ
ประชากร ๑๓ จังหวัด

จังหวัด	เพศชาย (ราย) ๒๕๔๔-๒๕๔๖	เพศหญิง (ราย) ๒๕๔๔-๒๕๔๖
เชียงใหม่	๓,๖๕๘	๔,๑๕๓
ลำปาง	๒,๓๘๓	๒,๔๖๑
ขอนแก่น	๓,๕๔๓	๓,๕๓๕
นครพนม	๑,๓๒๐	๑,๓๒๘
อุบลราชธานี	๔,๓๒๒	๔,๔๑๕
อุดรธานี	๓,๖๕๒	๓,๖๑๓
กรุงเทพมหานคร	๑๑,๒๔๖	๑๓,๕๖๓
ชลบุรี	๒,๑๔๘	๒,๔๔๐
ลพบุรี	๑,๕๒๔	๑,๖๑๑
ประจวบคีรีขันธ์	๓๕๕	๘๓๕
ระยอง	๑,๒๔๑	๑,๒๔๔
สงขลา	๑,๕๔๐	๑,๕๕๐
สุราษฎร์ธานี	๑,๕๒๔	๑,๖๑๑
ประเทศไทย	๑๒๑,๕๘๖	๑๑๕,๐๖๕

ที่มา : Khuhaprema, T. and others , **Cancer in Thailand**, Vol. V, 2001-2003, p. 5.

นรินทร์ วรวิทย์ กล่าวถึงสาเหตุว่า กว่าร้อยละ ๓๐ ของโรคมะเร็ง เกิดจากสภาพแวดล้อม เช่น สภาพอากาศที่เปลี่ยนไป มลภาวะเพิ่มมากขึ้น สารพิษที่ปนเปื้อนมากับอาหาร รวมถึงความเครียดภายในจิตใจ ซึ่งเกิดจากสภาพการดำรงชีวิตในปัจจุบันอันสืบเนื่องมาจากปัญหาเศรษฐกิจ ดังจะเห็นว่า ในกรุงเทพมหานครมีผู้ป่วยมากที่สุดทั้งหญิงและชายเมื่อเปรียบเทียบกับจังหวัดอื่น ๆ ทั้งนี้เนื่องมาจากประชากรอยู่อย่างแออัด และมีสภาพแวดล้อมที่อำนวยความสะดวก

โรคมะเร็งมากกว่าจังหวัดอื่น ๆ ประเทศไทยต้องใช้จ่ายงบประมาณด้านสาธารณสุขเป็นจำนวนสูงมาก เพื่อรับมือกับปัญหาจากโรคร้ายนี้ ตามหลักฐานที่พบ จากงบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ ๒๕๕๒ จำแนกตามยุทธศาสตร์การจัดสรรงบประมาณ และแผนงานเป็นงบของยุทธศาสตร์การพัฒนาสังคมและคุณภาพชีวิต เป็นจำนวนถึง ๕๓๔,๔๒๓ ล้านบาท จากงบประมาณรวมทั้งสิ้น ๑,๘๓๕,๐๐๐ ล้านบาท^๔

ในการบำบัดรักษาผู้ป่วยมะเร็ง โดยทั่วไปใช้วิธีการรักษาด้วยการแพทย์แผนปัจจุบัน ได้แก่ การผ่าตัด การฉายรังสี และการใช้เคมีบำบัด การผ่าตัดที่ถูกวิธีและเหมาะสม เป็นวิธีช่วยกำจัดต้นตอของมะเร็งส่วนใหญ่ให้หมดไป เป็นการทำลายซ้ำซาก ทำให้ภูมิคุ้มกันของร่างกายผู้ป่วยเข้มแข็งขึ้น สามารถคืนสู่ภาวะปกติได้ โอกาสหายจากมะเร็งจึงสูงขึ้น แต่ถ้าโรคระยะลุกลามไปสู่อวัยวะอื่นแล้ว เช่น ตับ ช่องท้อง ปอด และกระดูก แพทย์จำเป็นต้องฉายรังสีหรือใช้เคมีบำบัด ทั้งสองวิธีนี้จะไปทำลายระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายให้ลดต่ำลง เป็นการบั่นทอนความสามารถของร่างกายที่จะรักษาตัวเองจนหมดสิ้น เช่น ไปกดไขกระดูก ม้าม จนไม่สามารถผลิตเม็ดโลหิตขาวออกมาต่อสู้กับเซลล์มะเร็ง โรคมะเร็งจึงกลับลุกลามมากขึ้น แพทย์ต้องให้การบำบัดซ้ำแล้วซ้ำอีกเป็นระยะ ๆ การที่ผู้ป่วยต้องเดินทาง เข้า-ออก โรงพยาบาล มีอาการแพ้รังสี และแพ้ยา ก่อให้เกิดภาวะจิตใจที่รู้สึกเป็นทุกข์ใน ๕ สถานะ คือ ๑) ทุกข์ทรมานจากอาการเจ็บป่วย ๒) รู้สึกตกใจ เสียใจ กลัวตาย ๓) มีความกังวล ความเครียด ๔) สูญเสียความหวังเกี่ยวกับการมีชีวิตอยู่ และความหวังกับอนาคต ๕) สูญเสียความสามารถ^๕ บั่นทอนคุณภาพชีวิตทั้งของผู้ป่วยและผู้ใกล้ชิดในครอบครัว และสิ้นสุดลงด้วยการเสียชีวิตแทบทั้งสิ้น ซึ่งการแพทย์แผนปัจจุบันเห็นว่า การมีชีวิตรอดครบ ๕ ปี หลังผ่าตัดมะเร็ง จัดว่าเป็นผลสำเร็จของการรักษามะเร็ง ไม่ว่าจะห้าปีนั้นจะเต็มไปด้วยความทุกข์ ความเครียด หรือความรู้ประสิทธิภาพก็ตาม^๖ ตามแนวคิดของนรินทร์ วรวุฒิ เห็นว่าการรักษาโรคมะเร็งแบบบูรณาการ (integration) เป็นการรักษาแบบองค์รวม^๗ (holistic) ในรูปแบบ

^๔ นรินทร์ วรวุฒิ, “สถานการณ์โรคมะเร็งในประเทศไทย”,

<http://www.waddeja.com/index.php?lay>, ๓๑ สิงหาคม ๒๕๕๓.

^๕ กาญจนา สังขสิงห์, “ประสบการณ์ของผู้ป่วยมะเร็งในการบำบัดเยียวยาด้วยสมาธิ”, วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้ใหญ่), (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, ๒๕๔๘), หน้า ๘๓.

^๖ ชันย์ โสภาคย์, เมื่อหมอเป็นมะเร็ง, พิมพ์ครั้งที่ ๑๔, (กรุงเทพมหานคร : บมจ. อมรินทร์พริ้นท์ติ้ง แอนด์พับลิชชิ่ง, ๒๕๕๑), หน้า ๖๐.

^๗ นรินทร์ วรวุฒิ, “สถานการณ์โรคมะเร็งในประเทศไทย”,

<http://www.waddeja.com/index.php?lay>, ๓๑ สิงหาคม ๒๕๕๓.

ของศาสตร์ตะวันออก โดยแบ่งออกเป็น ๖ มิติ ประกอบด้วยตัวผู้ป่วยคือร่างกาย จิตใจ จิตวิญญาณ ญาติหรือครอบครัว สิ่งแวดล้อมรอบตัว รวมถึงจักรวาล และสังคมส่วนรวม นอกจากนี้ นรินทร์ วร วุฒิ ยังกล่าวว่า การรักษาแบบบูรณาการนี้ได้รับการยอมรับจากทางการแพทย์ในปัจจุบัน เนื่องจากสามารถปรับให้เข้ากับวิถีชีวิตและหลักปรัชญาของคนไทย สร้างสมคูลย์ของผู้ป่วยกับการบำบัดรักษา ให้ความสนใจในความเป็นมนุษย์สำคัญเทียบเท่าอาการของโรค ต่างจากศาสตร์แบบตะวันตกที่มุ่งรักษาแต่อาการของโรค

จากการศึกษาแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ ๑๐ พ.ศ. ๒๕๕๐ - ๒๕๕๔ ซึ่งจัดทำขึ้นโดยผ่านกระบวนการวิเคราะห์ สังเคราะห์ ปัญหาและแนวโน้มของระบบสุขภาพไทยที่สัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงของปัจจัยแวดล้อมที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ ทั้งในบริบทภายในประเทศ และภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วและรอบด้าน ทิศทางการพัฒนาให้ความสำคัญไปในการพัฒนาสุขภาพที่เป็นองค์รวมทั้งทางกาย ทางใจ ทางสังคม และทางจิตวิญญาณ การรวมพลังทั้งสังคมเพื่อสร้างสุขภาพและน้อมนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้เป็นฐานคิดและขับเคลื่อนไปสู่การปฏิบัติ มีสาระสำคัญดังนี้ ๑) น้อมนำ “ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเป็นแนวทางการพัฒนาสุขภาพ” และยึดหลักการ “สุขภาพดีเป็นผลจากสังคมดี” ๒) วิสัยทัศน์ พันธกิจ และเป้าหมายการพัฒนาระบบสุขภาพไทย ๓) ยุทธศาสตร์การพัฒนาระบบสุขภาพไทย เน้นการสร้างเอกภาพและธรรมาภิบาลในการจัดระบบสุขภาพ สร้างวัฒนธรรมสุขภาพและวิถีชีวิตที่มีความสุขในสังคมแห่งสุขภาพ สร้างระบบบริการสุขภาพและการแพทย์ที่ผู้รับบริการอุ่นใจ ผู้ให้มีความสุข สร้างระบบภูมิคุ้มกันเพื่อลดผลกระทบจากโรคภัย สร้างทางเลือกสุขภาพที่หลากหลายผสมผสานภูมิปัญญาไทยและสากล เน้นการพึ่งพาตนเองในด้านสุขภาพ ส่งเสริมสมุนไพร การแพทย์แผนไทย การแพทย์พื้นบ้าน เพื่อร่วมกันผลักดัน และขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ให้บรรลุเป้าหมายการพัฒนาระบบสุขภาพพอเพียง^๔

จะเห็นว่าแนวคิดของนรินทร์ วร วุฒิ สอดคล้องกับแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ ๑๐ พ.ศ. ๒๕๕๐ - ๒๕๕๔ โดยเห็นว่าผู้ป่วยจำเป็นต้องศึกษาให้รอบคอบก่อนตัดสินใจเลือกวิธีการที่จะใช้บำบัดรักษา กล่าวพุดคุยซักถามแพทย์ผู้รักษาโดยละเอียด เปิดเผยความกังวลใจเพราะเป็นการต่อสู้เพื่อรักษาชีวิตของตน ตามสิทธิและสัญญาของมนุษย์ที่พึงจะกระทำได้ ผู้ป่วยส่วนใหญ่จะตัดสินใจโดยพิจารณาประเด็นต่อไปนี้ในการเลือกวิธีการรักษา ได้แก่ ๑) การคำนึงถึง

^๔ แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ, ฉบับที่ ๑๐ พ.ศ. ๒๕๕๐-๒๕๕๔, <http://www.hpathailand.org..>

ระยะเวลาของการมีชีวิตอยู่ถ้าไม่ได้รับการรักษา ๒) คำนึงถึงระยะเวลาของการมีชีวิตถ้าได้รับการรักษา ๓) คำนึงถึงผลข้างเคียงที่จะตามมาจากการรักษา^๕

การรักษาแบบองค์รวม (Holistic) นี้เริ่มได้รับความนิยมในวงการแพทย์แผนปัจจุบัน โดยเฉพาะการบำบัดรักษาผู้ป่วยโรคมะเร็ง เพราะโรคมะเร็งส่งผลกระทบต่อทั้งร่างกายและจิตใจ ทางร่างกายคือความทุกข์ทรมานจากอาการของโรค และวิธีการรักษาของแพทย์แผนปัจจุบัน ได้แก่ ความเจ็บปวด อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร น้ำหนักลด นอนไม่หลับ คลื่นไส้ อาเจียน ส่วนผลกระทบต่อจิตใจ การรับรู้ว่ามีโรคมะเร็งเป็นโรคที่ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ เมื่อเป็นแล้วส่วนใหญ่มักเสียชีวิตในที่สุด อันส่งผลให้จิตใจเกิดความวิตกกังวล เครียด ซึมเศร้า และคุณภาพชีวิตลดลง ผู้ป่วยจึงแสวงหาวิธีการที่จะจัดการอาการเหล่านั้นให้กลับสู่ภาวะปกติพร้อมความหวังที่จะหายจากโรคมะเร็งอย่างเด็ดขาด และพบว่าผู้ป่วยได้หันมาหาแพทย์ทางเลือกวิธีต่าง ๆ เช่น การใช้พลังจิตตามแนวพุทธ มาบำบัดรักษา ดูแลตนเองเพื่อรักษาสมดุลของร่างกายและจิตใจ ซึ่งเป็นอีกวิธีหนึ่งที่ได้รับ ความนิยมในปัจจุบัน เนื่องจากผลของการรักษาขึ้นอยู่กับความเพียรพยายามในการปฏิบัติของผู้ป่วยเอง ต่างกับการรักษาของแพทย์แผนปัจจุบันที่ความสำเร็จในการรักษาขึ้นอยู่กับความสามารถของแพทย์ซึ่งเปรียบเสมือนผู้ชี้นำชีวิตของผู้ป่วย การบำบัดโรคมะเร็งด้วยพลังจิต แนวพุทธที่ได้จากการทำสมาธินี้เป็นการดูแลจิตใจให้สงบนิ่ง ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่ปรุงแต่ง มีผลให้ลดความเครียด และมีทัศนคติที่ดีต่อชีวิต จิตใจเข้มแข็ง และเต็มไปด้วยพลัง ส่งผลให้อาการของโรคมะเร็งลดน้อยลง โอกาสหายมีมากกว่าคนที่จิตใจไม่สงบ อาการข้างเคียงของการรักษาแผนปัจจุบันลดลง หรือหายไป เนื่องจากการทำสมาธิเป็นการทำให้จิตใจสงบ เมื่อจิตสงบหรืออยู่ใน ภาวะผ่อนคลาย จะมีผลต่อปฏิกิริยาและการทำงานของระบบประสาทอัตโนมัติซิมพาเทติกลดลง แต่เพิ่มการทำงานของระบบพาราซิมพาเทติกให้มากขึ้น เกิดการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนจากต่อมใต้สมองเป็นผลดีต่อระบบภูมิคุ้มกันนำไปสู่การทำงานร่วมกันตามแนวคิดจิตประสาทและภูมิคุ้มกัน (Psychoneuroimmunology) ซึ่งมีผลต่อการรักษา^๖ นอกจากนี้ยังพบว่า การปฏิบัติสมาธิ เป็นประโยชน์ต่อผู้ป่วยในทุกๆ ระยะ คือในระยะที่ยังพอสู้กับโรคได้ สมาธิจะทำให้ภูมิคุ้มกันเพิ่มมากขึ้น สำหรับระยะสุดท้ายที่ไม่อาจเยียวยาได้โดยวิธีใด การฝึกให้ใจสงบด้วยสมาธิจะทำให้

^๕ Ian Gawler, **You can conquer cancer**, เอกพล วัฒน แปล, (กรุงเทพมหานคร : หมอชาวบ้าน, ๒๕๓๑), หน้า ๑๗.

^๖ Biondy, M. "Psychoneuroimmunology : the inyerplay between the brain and the immune system. in C. E.Lewis, C.Sullivan & I. Baraclough (Eds.)", **The psycho immunology of cancer : Mind and body in the fight for survival**, (New York : Oxford University, 1994), pp.3-120.

อาการเจ็บปวดลดน้อยลง สามารถยอมรับและเผชิญกับความตายอย่างกล้าหาญ จากไปอย่างสงบ และเข้าใจความเป็นจริงของชีวิต นอกจากนี้ ยังอาจบรรลุประโยชน์สูงสุดทางพุทธศาสนาจากการเจริญสมาธิจนเกิดปัญญาที่จะพัฒนาจิตสุดท้ายให้ถึงพระนิพพานได้^{๑๑}

จากข้อมูลเบื้องต้นที่ได้ค้นคว้ารวบรวมมานั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาลักษณะประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธว่า เป็นอย่างไร อันอาจได้ข้อมูลที่มีคุณค่าและมีประโยชน์ต่อการตัดสินใจของผู้ป่วยโรคมะเร็งรายอื่นที่กำลังมีความทุกข์และหาทางเลือกในการบำบัดรักษาตามแนวพุทธ หวังหลุดพ้นความทุกข์ทรมานจากอาการเจ็บป่วย พ้นจากวัฏสงสาร ซึ่งผู้มีความประมาทในการดำเนินชีวิตยากจะไปถึง นับเป็นการพลิกวิกฤตในชีวิตให้เป็นโอกาสอันมีคุณค่าสูงสุด

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาลักษณะประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ อันเป็นแนวทางในการส่งเสริมความรู้ ความเข้าใจและยอมรับความเป็นจริงของชีวิตขณะเจ็บป่วย

๑.๓ ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เพราะเกี่ยวข้องกับข้อมูลที่เป็นความรู้สึกนึกคิด ความเชื่อ ซึ่งเป็นลักษณะนามธรรม การสร้างข้อสรุปไม่สามารถใช้ตัวเลขสถิติเป็นหลัก หากต้องสร้างขึ้นจากการสังเกตด้วยตนเอง และเรื่องราวที่ได้รับฟังมาจากการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูล ผู้วิจัยคัดเลือกองค์ประกอบต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

๑.๓.๑ **สนามวิจัย (Field of Study)** ผู้วิจัยเลือกศูนย์โรคมะเร็ง วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร มีพระปพนพัชร จิรธัมโม เป็นเจ้าอาวาส และสมาคมสถาบันพลังจิตตานุภาพเพื่อสุขภาพของ คุณย่าเยาวเรศ บุนนาค เลขที่ ๔๐/๔ ถนนเทศบาลนิมิตรใต้ เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร เพราะทั้งสองแห่งเป็นสถานที่บำบัดผู้ป่วยโดยใช้พลังจิตตามแนวพุทธ ที่ได้จากการปฏิบัติสมาธิเป็นหลักโดยไม่รับค่าตอบแทนในการรักษา เป็นการทำประโยชน์เพื่อสังคมมิใช่ธุรกิจการค้า ผู้วิจัยเดินทางไปสำรวจเส้นทางและวิธีการบำบัดรักษาที่ศูนย์โรคมะเร็ง จังหวัดสกลนคร ก่อนทำการวิจัย ได้นิมนต์

^{๑๑} จุฑามาศ วาริแสงทิพย์, “การฟื้นฟูคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังระยะสุดท้ายด้วยธรรมปฏิบัติ”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต (พระพุทธศาสนา), (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๔๖.

พระปณพัชร จิรัชัมโม มาเป็นองค์ความรู้ในงานสัมมนาของสาขาวิชาชีวิตและความตาย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เมื่อวันที่ ๒๖ มิถุนายน ๒๕๕๓ พระปณพัชร จิรัชัมโม ยังเป็นผู้แนะนำเข้าสู่แหล่งข้อมูล (Gate Keeper) ให้ผู้วิจัยด้วย ส่วนสมาคมสถาบันพลังกายทศิพย์เพื่อสุขภาพของคุณย่าเยาวเรศ บุญนาค นั้น ผู้วิจัยได้สมัครเข้ารับการอบรมวิชาพลังกายทศิพย์หรือพลังจักรวาลระดับปฐมจักระและระดับพัฒนาจักระ เมื่อเดือนมิถุนายน และเดือนพฤศจิกายน ๒๕๕๓ พบว่าเป็นการบำบัดโรคโดยวิธีใช้พลังจิตตามแนวพุทธจากการปฏิบัติสมาธิโดยสม่ำเสมอ เพื่อดึงพลังคอสมิก หรือพลังกายทศิพย์หรือพลังจักรวาลเข้าสู่ร่างกายเพื่อกระตุ้นภูมิคุ้มกันโรค และคุณย่าเยาวเรศ บุญนาค เป็นผู้แนะนำเข้าสู่แหล่งข้อมูลเช่นเดียวกัน

๑.๓.๒ ผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants) คือผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธในสนามวิจัยทั้งสองแห่งที่กล่าวถึง โดยพิจารณาหลักเกณฑ์ดังนี้

๑) เป็นผู้ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์หรือผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการว่าเป็นโรคมะเร็ง

๒) เป็นผู้ที่รับรู้ว่าตนเองเป็นโรคมะเร็ง

๓) เป็นผู้ที่ใช้พลังจิตตามแนวพุทธในการบำบัดโรคมะเร็ง

๔) เป็นผู้ที่ไม่มียุทธศรคในการสื่อสาร

๕) เป็นผู้ที่มีศรัทธาและยินดีให้ความร่วมมือในการให้ข้อมูล

๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ

ผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธจากสถานบำบัดทั้งสองแห่ง มีลักษณะประสบการณ์ทางจิตอย่างไร เพื่อให้เป็นแนวทางในการส่งเสริมความรู้ ความเข้าใจและยอมรับความเป็นจริงของชีวิตขณะเจ็บป่วย

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

๑.๕.๑ ประสบการณ์ทางจิต ของผู้ป่วยโรคมะเร็ง หมายถึง การรับรู้รูปแบบการรักษาสุขภาพกาย และสภาวะจิตใจของผู้ป่วยโรคมะเร็ง ก่อนเข้ารับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ ขณะเข้ารับการบำบัดตามแนวแพทย์แผนปัจจุบัน และภายหลังการเข้ารับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ

๑.๕.๒ ผู้ป่วยโรคมะเร็ง หมายถึง ผู้ป่วยชายและหญิงที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ ซึ่งหายจากโรคแล้วและกำลังบำบัดอยู่ในสถานที่ ๒ แห่ง ได้แก่ ศูนย์อโรคยศาล วัดคำประมง ของพระปพนพัชร จิรัชฌโม และสมาคมสถาบันพลังกายทศิพย์เพื่อสุขภาพของคุณย่าเยาวเรศ บุญนาค ในช่วงระยะเวลา ระหว่างเดือนมกราคม ถึง สิงหาคม ๒๕๕๔

๑.๕.๓ การบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ หมายถึง กระบวนการรักษาผู้ป่วยโรคมะเร็ง โดยใช้พลังที่เกิดจากจิตที่เป็นสมาธิ ร่วมกับการส่งเสริมให้ผู้ป่วยประพฤติตนตามหลักธรรมของบุญกิริยาวัตถุ ๓ อันเป็นหลักการทำความดี ได้แก่ การทำทาน (ทานมัย) การประพฤติดีมีระเบียบวินัย (ศีลมัย) และการเจริญภาวนา (ภาวนามัย) โดยสนับสนุนให้ผู้ป่วยเลือกบริโภคอาหาร ที่ส่งผลดีต่อสุขภาพและออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ จัดเป็นการบำบัดรักษาแบบองค์รวมตามวิถีพุทธ

๑.๖ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ทำให้ทราบข้อมูลลักษณะประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ อันเป็นแนวทางในการส่งเสริมความรู้ ความเข้าใจและยอมรับความเป็นจริงของชีวิตขณะเจ็บป่วย สอดคล้องกับสาขาวิชาชีวิตและความตายที่กำลังศึกษา

บทที่ ๒

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเกี่ยวกับประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ ผู้วิจัยได้ทบทวนแนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในหัวข้อดังต่อไปนี้

๒.๑ แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบำบัดผู้ป่วยโรคมะเร็งแบบการแพทย์แผนปัจจุบัน

๒.๒ แนวคิด หลักการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบำบัดผู้ป่วยโรคมะเร็งด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ

๒.๓ แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็ง

๒.๔ กรอบแนวคิดการวิจัย

๒.๑ แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบำบัดผู้ป่วยโรคมะเร็งแบบการแพทย์แผนปัจจุบัน

๒.๑.๑ ลักษณะของโรคมะเร็ง

มะเร็ง “Cancer” มาจากภาษากรีก “Karkinos” แปลว่า ปู เนื่องจากโรคร้ายนี้มีอาการเป็นก้อนทวม (Tumor) และเห็นเส้นเลือดบวมเป่งกระจายโดยรอบ มองคล้ายขาของปู โรคมะเร็งเป็นโรคที่เกิดกับเซลล์อันเป็นผลมาจากความบกพร่องของระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย เมื่อร่างกายได้รับสารก่อมะเร็ง (Carcinogen) และสารกระตุ้นมะเร็ง (Mutagen) เป็นเวลานาน สารเหล่านั้นจะเข้าไปเจาะเซลล์แล้วเปลี่ยนองโคจีน (Oncogene) คือ ยีนที่มีอยู่ในร่างกายมนุษย์ทุกคน ทำหน้าที่ควบคุมความเจริญเติบโตของเซลล์ ให้กลายเป็นเซลล์ผิดปกติ หรือเซลล์มะเร็ง โดยวิธีรบกวน ดีเอ็นเอ ซึ่งเป็นตัวสร้างยีน และเปลี่ยนคำสั่งในเซลล์ใหม่ ตั้งแต่การก่อรูป การเรียงตัวเป็นแถวอย่างมีระเบียบให้ผิดปกติ ให้ใหญ่ขึ้นหรือเล็กลง นิวเคลียสของเซลล์จะแสดงความผิดปกติค่อนข้างชัดเจน เช่น มีลักษณะบิดเบี้ยว ไม่เป็นระเบียบ รุกรานเนื้อเยื่อรอบข้าง ฝ่าฝืนกฎชีววิทยาที่ว่า “ยับยั้งเมื่อ

ลัมผัส” คือ เซลล์ปกติจะสร้างโปรตีนบางชนิดบนผิวหน้าเพื่อหยุดการแบ่งตัวเมื่อสัมผัสกับเซลล์อื่น เป็นการควบคุมจำนวนตามธรรมชาติ ขณะที่เม็ดโลหิตขาวไม่มีประสิทธิภาพที่จะกำจัดเซลล์มะเร็ง เป็นเหตุให้เซลล์มะเร็งเจริญเติบโตโดยไม่มีการกักกันใดมาหยุดยั้ง จะเพิ่มจำนวนอย่างไม่รู้จบ เกาะกลุ่มเป็นก้อนเล็ก ๆ เรียกว่า เนื้องอก ในช่วงแรกเนื้องอกจะแผ่ขยายระหว่างชั้นของเนื้อเยื่อ และขั้นต่อไปจึงเริ่มทำลายเนื้อเยื่อโดยการผลิตเอนไซม์เจาะไปตามผนังหลอดเลือดไปยังเนื้อเยื่อใกล้เคียง นับเป็นจุดเริ่มต้นของการแพร่กระจายขั้นที่สอง เซลล์เหล่านี้มีชีวิตยืนยาวและทวีจำนวนด้วยการแบ่งตัวครบเท่าที่ยังมีอาหาร ออกซิเจน และน้ำช่วยหล่อเลี้ยง อย่างไรก็ตาม ภายในร่างกายมีกลไกควบคุมและป้องกันมะเร็งในหลายระดับ การเกิดโรคมะเร็งจึงเป็นผลมาจากความล้มเหลวของกลไกป้องกันตามธรรมชาติของร่างกายมากกว่าหนึ่งด้านขึ้นไป สิ่งสำคัญที่ต้องคำนึงถึงก็คือต้องรักษาภูมิคุ้มกันของร่างกายให้แข็งแรง^๑

ที่เซลล์เป็นส่วนสำคัญหนึ่งของระบบภูมิคุ้มกัน แบ่งเป็น ๓ ลักษณะตามหน้าที่^๒ คือ ๑) ที่เซลล์ผู้ช่วย คอยเตือนภัย กระตุ้นและส่งเสริมการกระทำของเซลล์คุ้มกัน ๒) ที่เซลล์นักฆ่า เมื่อได้รับคำเตือนจากที่เซลล์ผู้ช่วยแล้ว ที่เซลล์นักฆ่าจะไล่จับแอนติเจนของเซลล์มะเร็ง หรือเซลล์ที่มิโมเลกุลผิดแผกไปและกำจัดทิ้งในทันที ๓) ที่เซลล์ยับยั้ง ช่วยควบคุมและรักษาสมดุลในการตอบโต้ของภูมิคุ้มกันอื่น ๆ ในร่างกาย เพื่อป้องกันการเกิดอาการภูมิแพ้หรือปฏิกิริยาแพ้ภูมิตนเอง สำหรับผู้ป่วยที่เป็นมะเร็งแล้ว เหตุใดระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายจึงล้มเหลว และล้มเหลวอย่างไร

นักวิทยาศาสตร์พบว่าเซลล์มะเร็งใช้ยุทธวิธีที่ซับซ้อนหลากหลายในการหลบหนีระบบภูมิคุ้มกัน แม้กระทั่งวิธีซ่อนแอนติเจนมะเร็งไว้ไม่ให้ถูกจำได้และถูกโจมตีจากเซลล์ยับยั้ง เมื่อเนื้อร้ายนั้นเติบโตขึ้น ระบบภูมิคุ้มกันจึงไม่สามารถทำหน้าที่ได้ตามปกติ หรือถูกกดดันให้ด้อยประสิทธิภาพลง

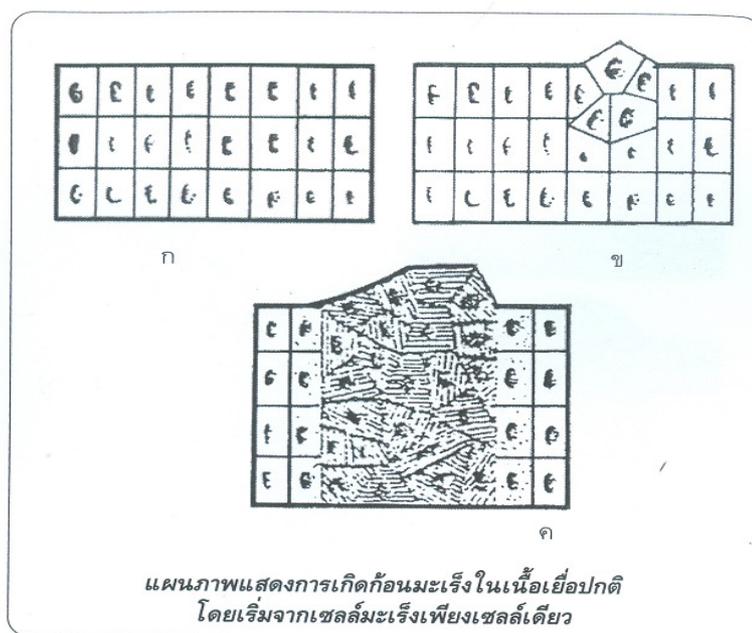
แนวทางการรักษาโรคมะเร็งหลังปี ค.ศ. ๑๙๘๐ เป็นต้นมา จึงเกี่ยวข้องกับการกระตุ้นและปรับเปลี่ยนกลไกภูมิคุ้มกันของร่างกายที่มีต่อมะเร็ง ปัจจุบันมีการค้นพบเทคโนโลยีการสลับหรือจับคู่ดีเอ็นเอใหม่ซึ่งทำให้นักวิจัยสามารถผลิตเซลล์ภูมิคุ้มกันนอกร่างกายได้ในรูปแบบที่บริสุทธิ์และมีจำนวนมากพอเพื่อนำมากระตุ้นกลไกภูมิคุ้มกันในร่างกายให้ต่อสู้กับเนื้อร้ายเป็นการปฏิวัติวงการแพทย์อีกขั้นตอนหนึ่ง

^๑ เฮนรี เครเซอร์, *ใจของคุณคือปราการต้านมะเร็ง*, แปลโดย นุชจรีย์ ชลคุป, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิโกลบอลทอง, ๒๕๓๕), หน้า ๑๘-๑๙, ๓๖, ๔๔-๔๕, ๔๘.

^๒ วิจิตร บุญยะโทตระ, *พิชิตมะเร็ง*, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท บพิตรการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๓๔), หน้า ๗, ๑๗.

อย่างไรก็ตาม กระแสความคิดแบบตะวันตกมีเค้านึงถึงความสัมพันธ์ของกายและจิต เช่น หลักปรัชญาและการแพทย์แบบตะวันออก แพทย์ส่วนใหญ่ที่ศึกษามาทางด้านวิทยาศาสตร์ แนวตะวันตกมักคุ้นเคยกับความคิดที่ว่าความเครียดเป็นสาเหตุของโรคกระเพาะ หรือมีแนวโน้มเป็นโรคหัวใจ แต่ความคิดที่ว่ากระบวนการทั้งหมดของจิตใจนับตั้งแต่ความคิด ความรู้สึก ความจำ จินตนาการและประสบการณ์มีผลต่อกระบวนการและระบบของร่างกาย ซึ่งรวมถึงระบบภูมิคุ้มกันด้วย เป็นสิ่งที่ไม่น่าเป็นไปได้โดยเฉพาะมีผลต่อโรคที่เกิดกับเซลล์ เช่น โรคมะเร็ง นี่เป็นสิ่งที่ไม่น่าจะนึกถึงอย่างยิ่ง แม้จะมีปราชญ์ยุคกรีกโบราณกล่าวถึงในวรรณกรรมด้านการแพทย์ อยู่บ้างก็ตาม มะเร็งเป็นโรคเกี่ยวกับระบบ ไม่ใช่โรคของอวัยวะ เมื่อผ่าตัดก้อนเนื้อร้ายออกจากอวัยวะแล้วก็อาจลามไปยังอวัยวะอื่นได้อีก การรักษาให้หายขาดจึงต้องเสริมภูมิคุ้มกันที่ทำงานล้มเหลวให้กลับฟื้นแข็งแรงขึ้นมา ซึ่งผู้ป่วยจะต้องดูแลตนเองด้วยมิใช่มอบให้แพทย์ทำการรักษาเพียงฝ่ายเดียว การเพิ่มภูมิคุ้มกันอย่างมีประสิทธิภาพเกี่ยวข้องกับปัจจัยที่มากกระทบอารมณ์ เช่น โกรธ เศร้า เครียด ท้อแท้ ซึ่งทำให้ระบบประสาทส่วนกลางที่เป็นระบบอัตโนมัติทำงานแปรปรวนอันเป็นสาเหตุให้ต่อมไทมัส ต่อมหมวกไต ต่อมน้ำเหลือง ไขกระดูกทำงานผิดพลาด ระบบภูมิคุ้มกันต่ำ การไม่ฝึกจิตให้สงบ ภูมิคุ้มกันจะไม่มีโอกาสฟื้นตัวได้ การฝึกสมาธิรูปแบบต่าง ๆ จึงมีความสำคัญยิ่งกับการหายของโรคมะเร็ง

ภาพที่ ๒.๑ แสดงการเกิดก้อนมะเร็งในเนื้อเยื่อปกติ โดยเริ่มจากเซลล์มะเร็ง เพียงเซลล์เดียว



ที่มา : ถลิตา ชีระศิริ, มะเร็งรักษาด้วยตนเอง ตามแนวธรรมชาติบำบัด, หน้า ๔๖.

ตารางที่ ๒.๑ แสดงข้อแตกต่างระหว่างเนื้องอกธรรมดาและมะเร็ง

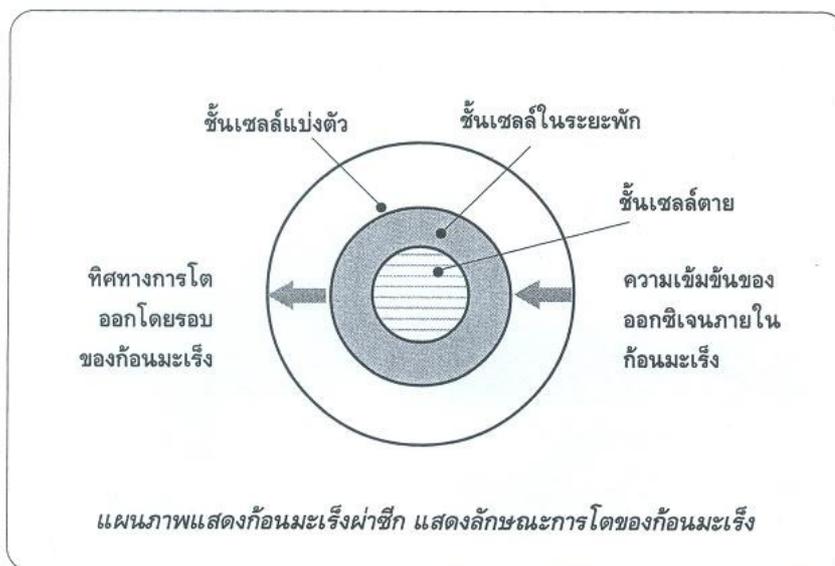
ข้อแตกต่างระหว่างเนื้องอกธรรมดาและมะเร็ง		
ลักษณะ	เนื้องอกธรรมดา	มะเร็ง
การเจริญเติบโต	ช้า	เร็ว
ลักษณะของการโต	ดันออกไปรอบข้าง	แทรกซึมเข้าไปในเนื้อดี
การทำลายเนื้อเยื่อปกติ	ไม่มีหรือน้อยมาก	มาก
การทำลายหลอดเลือด	ไม่มี	พบบ่อย
เปลือกหุ้ม	มี	ไม่มี
การแพร่กระจาย	ไม่มี	มี
ผลที่เกิดต่อร่างกาย	น้อยมาก	มากหรือกระทั่งมาก
เส้นเลือดที่มาเลี้ยง	น้อย	ปานกลางถึงมาก
การเน่าหรือแตกเป็นแผล	ไม่ค่อยมี	มีเสมอ
มักกลับเป็นขึ้นมาอีกหลังจากตัดเอาก่อนออก	ไม่ค่อยมี	มีเสมอ
รูปร่างของเซลล์	เหมือนเซลล์เนื้อเยื่อต้นกำเนิด	ไม่เหมือนหรือเหมือนน้อย
ขนาดของเซลล์	เท่า ๆ กัน	หลายขนาดหลายรูปร่าง
การแบ่งตัวของเซลล์	น้อยหรือปกติ	มากและผิดปกติ
การยึดติดของนิวเคลียสและไซโทพลาซึม	ปกติ	ติดสติด

ที่มา : ทลิตา ชีระศิริ, มะเร็งรักษาด้วยตนเอง ตามแนวธรรมชาติบำบัด, หน้า ๔๗.

๒.๑.๒ สาเหตุของโรคมะเร็ง

ร่างกายมนุษย์ประกอบด้วยเซลล์ถึง ๑๐ ล้านล้านเซลล์ เซลล์มะเร็งเพียงเซลล์เดียวที่หลุดไปจากระบบควบคุมร่างกายจะทวีจำนวนอย่างรวดเร็ว จากการแบ่งตัวประมาณ ๓๐ - ๓๒ ครั้ง จะมีเซลล์มะเร็งประมาณร้อยล้านเซลล์ ทำให้เกิดก้อนมะเร็งขนาดครึ่งเซ็นต์เมตรและถ้าไม่มีสิ่งขัดขวางจนกระทั่งมีเซลล์มะเร็งหนึ่งล้านล้านเซลล์จะทำให้ผู้ป่วยถึงแก่ความตายได้ แต่ร่างกายก็มีวิธีการตามธรรมชาติตั้งแต่การป้องกันและแก้ไข กล่าวคือเมื่อร่างกายรับสาร “Mutagen” เข้าไป จะมีเซลล์เม็ดเลือดขาวของระบบภูมิคุ้มกัน (Immune system) คอยกำจัดสารกระตุ้นมะเร็งนั้นในขั้นต้น หากได้รับบ่อยครั้ง คราวละมาก ๆ จนระบบภูมิคุ้มกันกำจัดไม่ทัน ร่างกายจะใช้โปรตีนซ่อมแซมให้กลับมาอยู่ในสภาพที่ถูกต้อง หากดีเอ็นเอซ่อมไม่ทัน กลุ่มเซลล์เม็ดเลือดขาวที่เรียกว่า ทีเซลล์ (T-cell) จะกำจัดเซลล์มะเร็งตัวแรก ๆ ที่เกิดมา สรุปได้ว่า เซลล์มะเร็งอาจเกิดขึ้นในร่างกายคนเราได้ทุกเวลาราบเท่าที่เซลล์ในร่างกายต้องมีการแบ่งตัว ทว่าร่างกายมีภูมิคุ้มกันช่วยบำบัดตลอดเวลา แต่ถ้าร่างกายไปรับ “สารก่อมะเร็ง” (Carcinogen) เพิ่มเติมเข้าไปอีกจะทำให้เซลล์เปลี่ยนไปเป็นเซลล์มะเร็งอย่างถาวร^๓

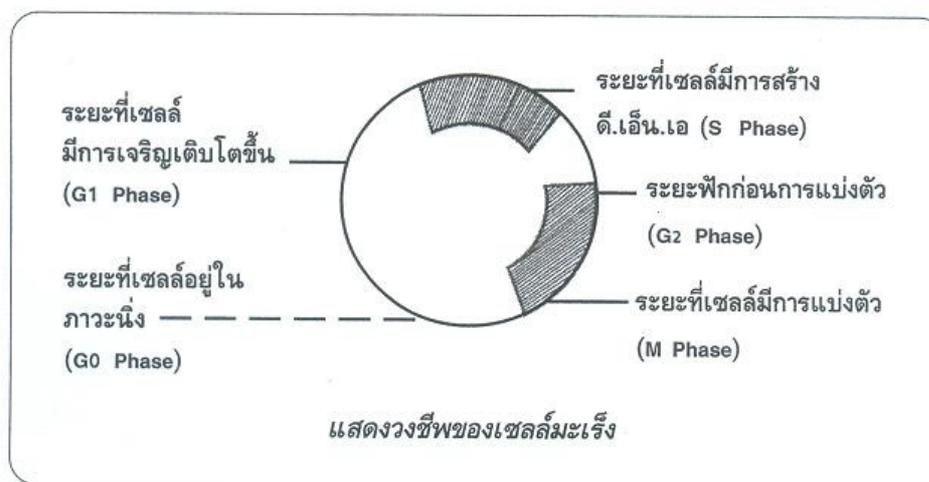
ภาพที่ ๒.๒ แสดงก้อนมะเร็งผ่าซีกและลักษณะการโตของก้อนมะเร็ง



ที่มา : ลลิตา ชีระศิริ, มะเร็งรักษาด้วยตนเอง ตามแนวธรรมชาติบำบัด, หน้า ๔๘.

^๓ ประสาร เปรมาสกุล, พืชมะเร็ง พายใน ๒ เดือน, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อรุณการพิมพ์, ๒๕๔๖), หน้า ๕๖-๖๐.

ภาพที่ : ๒.๓ แสดงวงชีพของเซลล์มะเร็ง



ที่มา ลลิตา ธีระศิริ, มะเร็งรักษาด้วยตนเอง ตามแนวธรรมชาติบำบัด, หน้า ๔๕.

๒.๑.๓ ปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผลต่อโรคมะเร็ง แบ่งเป็น ๒ ประเภท

๒.๑.๓.๑ ปัจจัยจากภายนอกร่างกาย มีหลายกลุ่ม ได้แก่

๑) สารกายภาพ ก่อให้เกิดมะเร็งจากการระคายเคืองเรื้อรัง และซ้ำ ๆ ในที่เดียวกัน เช่น ฟันปลอมที่หลวมหรือคับเกินไป การดื่มสุราที่มีแอลกอฮอล์สูง การกินอาหารร้อนจัด ก้อนนิ่วในระบบทางเดินปัสสาวะ สารแปลกปลอมที่ลึกลงสู่ร่างกายบริเวณใบหน้า เต้านม อากาศที่มีฝุ่นละอองมาก อากาศที่มีไอระเหยของโลหะหนัก

๒) สารเคมี เป็นสารก่อมะเร็งกลุ่มใหญ่ที่สุด ส่วนใหญ่แฝงตัวมาในธรรมชาติ ในรูปอาหาร ได้แก่

(๑) สารไนโตรซามีนส์ พบในอาหาร ๓ ประเภท คือ เนื้อสัตว์หมัก อาหารที่มีดินประสิวในปริมาณมาก และอาหารที่มียาฆ่าแมลง ก่อให้เกิดมะเร็งตับ มะเร็งทางเดินอาหาร เนื้องอกในสมอง

(๒) สารเคมีเพื่อการอุตสาหกรรม สารไฮโดรคาร์บอน เช่น อาหารที่เป็นเนื้อสัตว์รมควัน เคมีวัตถุประเภทน้ำมันดิบในรูปปาร์กษาโรค ก่อให้เกิดมะเร็งที่ต่างๆ

(๓) อาหารผสมสีข้อมผ้า อาหารหรือเครื่องดื่มที่มีสารปรุงแต่ง เช่น ขันกาสกร หรือซัคคาเมต มากเกินไป ก่อให้เกิดมะเร็งกระเพาะปัสสาวะ

(๔) สารซัลไฟต์ในเบียร์ เหล้า น้ำมันพืช อาหารหรือยาที่มีสารกันบูด (Preservatives) เช่น สารหนู ทำให้เกิดมะเร็งผิวหนัง

(๕) แอลกอฮอล์ ทำให้เกิดมะเร็งในช่องปาก หลอดคอ หลอดอาหาร กระเพาะอาหาร ตับ และเต้านม

(๖) บุหรี่ เกิดสารเบนโซไพรีน จากการเผาไหม้ของทาร์สาเหตุของมะเร็งปอด

(๗) อาหารไขมันสูง และ อาหารหมักเค็ม เช่น ปลาเค็ม เต้าหู้ยี้ เต้าเจี้ยว ทำให้เกิดมะเร็งในกระเพาะอาหาร

๓) สอรัโมน ส่วนใหญ่อยู่ในรูปของยารักษาโรค ทำให้เกิดมะเร็งในที่ต่างๆ

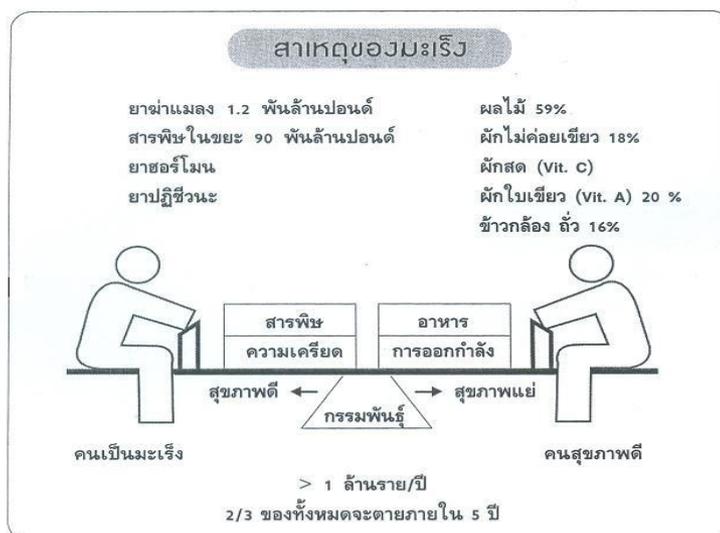
๔) เชื้อไวรัส ทำให้เกิดมะเร็งเม็ดเลือดขาว มะเร็งต่อมน้ำเหลืองและ มะเร็งปากมดลูก

๕) สารพิษหรือที่ออกซิน เช่น สารพิษจากเชื้อราอะฟลาท็อกซินจากถั่ว มะพร้าว ข้าวโพด หัวหอม หัวกระเทียม พริกแห้ง ก่อให้เกิดมะเร็งตับในประเทศที่มีอากาศชื้น

๖) พยาธิบางชนิด เช่น พยาธิใบไม้ในตับ ก่อให้เกิดมะเร็งในตับ

๗) รังสีต่าง ๆ ที่นำมาใช้ในการแพทย์ และอุตสาหกรรม รวมถึงแสงแดดที่มีรังสีอัลตราไวโอเล็ต ทำให้เกิดมะเร็งผิวหนัง

ภาพที่ ๒.๔ แสดงสาเหตุของมะเร็ง



ที่มา : ลลิตา ชีระศิริ, มะเร็งรักษาด้วยตนเอง ตามแนวธรรมชาติบำบัด, หน้า ๒๑๔.

๒.๑.๓.๒ ปัจจัยจากภายในร่างกาย

เมื่อร่างกายได้รับสารก่อมะเร็งแล้วอาจจะเกิดมะเร็งซึ่งต้องใช้เวลาเป็นปี หรือ ๕ - ๑๐ ปี หรืออาจไม่เกิดมะเร็งก็ได้เพราะการเกิดมะเร็งต้องอาศัยปัจจัยภายในร่างกายและสิ่งแวดล้อมที่พอเหมาะกับปัจจัยเหล่านั้น ได้แก่

๑) ภูมิคุ้มกันของร่างกายในการต่อต้านมะเร็งเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุด ภูมิคุ้มกันนี้ควรมีมาแต่กำเนิด บางกรณีร่างกายเสียภูมิคุ้มกันนี้ตั้งแต่คลอด หรือตั้งแต่อยู่ในครรภ์ มารดาจึงทำให้เกิดมะเร็งตั้งแต่อายุน้อย ภูมิคุ้มกันนี้จะน้อยลงหรือเสียไปเลยในภาวะที่เกิดโรคที่มีการพร่องของระบบภูมิคุ้มกัน เมื่อร่างกายได้รับสารหรือยาบางชนิด เช่น รังสี ยารักษามะเร็ง หรือยาพวกสเตียรอยด์ และเกิดจากสุขภาพโดยทั่วไปของร่างกายไม่ดี

๒) สุขภาพจิต มีรายงานการวิจัยจากมหาวิทยาลัยจอห์นฮอปกินส์ในสหรัฐอเมริกาว่าบุคคลที่เก็บความรู้สึกโกรธหรือกระวนกระวายไว้ในจิตใจ เป็นเวลานาน บุคคลเหล่านี้จะเกิดมะเร็งมากกว่าธรรมดาเพราะเกิดความเครียด ทำให้ระบบภูมิคุ้มกันและระบบฮอร์โมนของร่างกายเสื่อมถอยลง และยังมีรายงานในต่างประเทศสนับสนุนการวิจัยนี้อีกไม่ต่ำกว่า ๔๐ ราย

๓) เชื้อชาติ มะเร็งบางชนิดพบมากเฉพาะบางเชื้อชาติ เช่น มะเร็งโพรงจมูก พบมากในคนเชื้อสายจีน มะเร็งกระเพาะอาหารพบมากในชาวญี่ปุ่น มะเร็งเต้านมพบมากในชาวยุโรป หรือชาวอเมริกัน

๔) อายุ มะเร็งบางชนิดพบเฉพาะในเด็ก เช่น มะเร็งของลูกตา มะเร็งของไต

๕) เพศ มะเร็งบางชนิดพบมากในเพศชาย เช่น มะเร็งตับ มะเร็งปอด

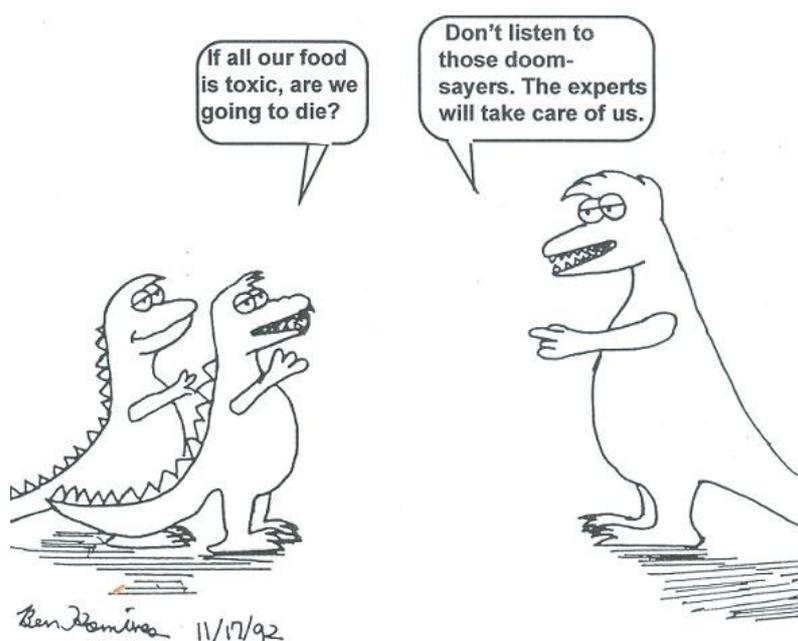
๖) พันธุกรรม มะเร็งหลายชนิดมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับพันธุกรรมในสายเลือดเดียวกัน เช่น มะเร็งเต้านม มะเร็งกระเพาะอาหาร มะเร็งต่อมลูกหมาก มะเร็งลำไส้ใหญ่ มะเร็งปอด ในพี่น้องท้องเดียวกันจะพบบ่อยกว่าประมาณ ๓ เท่า มะเร็งเนื้องอกในสมองของเด็ก เนื้องอกของเนื้อเยื่ออ่อนในพี่น้องท้องเดียวกันพบบ่อยกว่าถึง ๔ เท่า

๗) ความผิดปกติที่มีมาก่อน เช่น ผู้ที่มีไฟหรือปานดำ แผลเป็นจากโดนไฟ หรือน้ำร้อนลวก และรังสี ก็มีโอกาสกลายเป็นมะเร็งผิวหนังในตำแหน่งนั้นได้มากกว่าปกติ

๘) ภาวะหรือนิสัยในการกินอาหาร เช่น ผู้ที่กินอาหารโปรตีนน้อย มีโอกาสเกิดโรคตับแข็งได้ง่ายและกลายเป็นมะเร็งตับ สตรีที่กินอาหารไขมันจากสัตว์ปริมาณสูงเกิดมะเร็งเต้านมได้มาก ผู้ที่กินอาหารที่มีกากน้อย ทำให้ท้องผูกเกิดมะเร็งลำไส้ใหญ่หรือทวารหนักได้^๔

การดูแลสุขภาพตนเองเพื่อให้รอดพ้นจากโรคมะเร็งเป็นหน้าที่ของทุกคน มิใช่ปล่อยปละละเลยคิดว่าผู้อื่นสามารถทำหน้าที่แทนได้ ในที่สุดอาจสิ้นเผ่าพันธุ์เช่นเดียวกับไดโนเสาร์ตามภาพแสดง

ภาพที่ ๒.๕ ขนาดของเรา เราต้องดูแล



ที่มา : Hulda, Regehr Clark. **The Cure for All Cancer**, p. 89.

^๔ วิจารณ์ บุญยะ โทตระ, พืชมะเร็ง, หน้า ๘-๑๖.

ตารางที่ ๒.๒ แสดงอัตราการเกิดมะเร็งสูงสุดและต่ำสุดในประเทศต่าง ๆ และสาเหตุของมะเร็ง

มะเร็ง	สูงสุด	ต่ำสุด	สาเหตุ
เต้านม	สหรัฐอเมริกา	โปแลนด์	การใช้ยาคุมกำเนิดอย่างแพร่หลาย รวมทั้งอาหารไขมันสูง แคลอรีสูง ความอ้วนทำให้หญิงอเมริกันเป็นมะเร็งเต้านมมากที่สุดในโลก ส่วนในโปแลนด์ผู้หญิงโตช้ากว่า มีประจำเดือนช้ากว่า มีการใช้ยาคุมกำเนิดน้อยกว่า จึงเป็นมะเร็งน้อยกว่า
ปอด	สหรัฐอเมริกา (ชาย) สาธารณรัฐเช็ก (หญิง)	สวีเดน (ชาย) สเปน (หญิง)	คนอเมริกาสูบบุหรี่กันมากขนาดนายแบบโฆษณาบุหรี่ดังก็เป็นมะเร็งปอดตาย ในขณะที่ชาวสวีเดนรณรงค์เลิกสูบบุหรี่มากกว่า ๒๐ ปีแล้ว ส่วนในสาธารณรัฐเช็ก การสูบบุหรี่กลับเพิ่มความนิยมสูงขึ้นเรื่อย ๆ โดยเฉพาะในหมู่ผู้หญิง สำหรับสเปนผู้หญิงไม่นิยมสูบบุหรี่เลยจนกระทั่งทุกวันนี้
ลำไส้ใหญ่ ทวารหนัก	สหรัฐอเมริกา	กรีซ	มะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนักมีส่วนสัมพันธ์กับการกินเนื้อสัตว์ปริมาณมาก รวมทั้งกินไขมันสัตว์สูงมากอันเป็นอาหารแบบอเมริกันขนานแท้ ส่วนในแถบเมดิเตอร์เรเนียน เช่น กรีซ นิยมกินน้ำมันมะกอกเป็นหลัก ทำให้เกิดมะเร็งน้อยกว่า
ต่อมลูก หมาก	สหรัฐอเมริกา	ญี่ปุ่น	ผู้วิจัยสันนิษฐานว่าในกรณีนี้อาจจะเป็นเรื่องของกรรมพันธุ์ หรือ อาจจะเป็นเพราะกินเนื้อสัตว์มากเกินไป ทำให้คนอเมริกันเป็นมากที่สุด ส่วนคนญี่ปุ่นกลับ เป็นต่ำสุด
กระเพาะ อาหาร	ญี่ปุ่น	สหรัฐอเมริกา (ชาย) แคนาดา (หญิง)	ญี่ปุ่นกินเกลือ กินอาหารเค็ม อาหารหมักดองกันมาก แล้วยังมีอัตราการติดเชื้อแบคทีเรีย H.pylori ซึ่งเป็นแบคทีเรียในกระเพาะอาหารสูงมาก ส่วนในแถบอเมริกาเหนือนั้นผู้คนนิยมกินผักสดและผลไม้มากกว่า จึงทำให้ไม่มีการติดเชื้อ และเป็นมะเร็งในกระเพาะอาหารกันน้อย
ผิวหนัง	นอร์เวย์	ญี่ปุ่น	คนผิวขาวในแถบสแกนดิเนเวีย ไม่มีเม็ดสีได้ ผิวหนังพอที่จะปกป้องอันตรายจากแสงอัลตราไวโอเล็ต ผิดกับคนเอเชียซึ่งมีผิวสีที่มีเม็ดสีเมลานินได้ผิวหนังเอาไว้มองแสงแดดไม่ให้ทำอันตรายต่อผิวหนังมากเกินไป

ที่มา : ทลิตา วีระศิริ, มะเร็งรักษาด้วยตนเอง ตามแนวธรรมชาติบำบัด, หน้า ๔๒-๔๓.

๒.๑.๔ การบำบัดรักษาโรคมะเร็ง

๒.๑.๔.๑ แนวทางการรักษาแบบการแพทย์แผนปัจจุบัน

การรักษามะเร็งของแพทย์แผนปัจจุบันมีจุดมุ่งหมาย ๒ ประการ คือ การรักษาเพื่อให้โรคหายขาด (Curative Treatment) โดยการกำจัดผ่าตัดก้อนมะเร็งสำหรับผู้ป่วยในระยะแรกเริ่ม และการรักษาแบบประคับประคอง (Palliative Treatment) ด้วยการใช้รังสีรักษา เคมีบำบัด หรือวิธีอื่น ๆ ในกรณีผู้ป่วยที่มีการแพร่กระจายของเซลล์มะเร็งหรืออยู่ในระยะสุดท้าย การรักษาผู้ป่วยจะเปลี่ยนจากการบำบัดแก้ไขพยาธิสภาพของมะเร็งไปสู่การบำบัดอาการเพื่อให้ผู้ป่วยสามารถใช้ช่วงเวลาที่เหลืออยู่อย่างมีคุณภาพชีวิตเท่าที่จะเป็นไปได้ ด้วยการบรรเทาความเจ็บปวด และอาการแทรกซ้อนอื่น ๆ ที่ก่อให้เกิดอันตรายหรือความทุกข์ทรมาน พร้อมทั้งให้การดูแลด้านจิตใจตั้งแต่ผู้ป่วยเริ่มเจ็บหนักจนกระทั่งเสียชีวิต^๕ โดยรายละเอียดของการรักษาของแพทย์แผนปัจจุบันที่พบบ่อย คือ

๑) การผ่าตัด (Surgery Therapy) มีจุดมุ่งหมายของการรักษาเพื่อให้หายขาดในรายที่เป็นมะเร็งระยะแรก อาจต้องผ่าตัดเอาอวัยวะบางส่วนออก และสร้างโครงสร้างที่ตำแหน่งใหม่ทำหน้าที่แทนอวัยวะที่สูญเสียไป แต่บางครั้งการผ่าตัดกระทำได้เพียงแค่กำจัดก้อนมะเร็ง เพื่อลดความทุกข์ทรมาน แต่กรณีที่มีมะเร็งอยู่ในตำแหน่งที่กว้างลึก และแพร่กระจายหรืออยู่ในตำแหน่งที่ไม่สามารถผ่าตัดได้ การผ่าตัดก็กระทำเพียงแค่ประคับประคองเพื่อให้อวัยวะนั้นสามารถทำงานได้เท่าที่เป็นไปได้ หรือเพื่อบรรเทาอาการปวด หรือผ่าตัดลดขนาดก้อนมะเร็งเพื่อควบคุมโรคก่อนที่จะรักษาเสริมด้วยวิธีอื่น ๆ ทำให้การรักษาได้ผลดีขึ้น

ผลข้างเคียงการผ่าตัดขึ้นอยู่กับหลายปัจจัย ได้แก่ ขนาด ตำแหน่งของก้อน มะเร็ง ชนิดของการผ่าตัด และสภาพร่างกายทั่วไปของผู้ป่วย^๖ ภายหลังจากผ่าตัดช่วง ๒-๓ วันแรก ผู้ป่วยมักจะรู้สึกไม่สบาย แต่ความเจ็บปวดสามารถควบคุมได้ด้วยยาบรรเทาปวด นอกจากนี้ผู้ป่วยอาจรู้สึกอ่อนเพลียหลังผ่าตัด ส่วนระยะเวลาของการฟื้นหายจากการผ่าตัดแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล

๒) รังสีรักษา (Radio Therapy) เป็นการนำพลังงานรังสีขนาดสูงเพื่อทำลายเซลล์มะเร็งด้วยการอาศัยประจุรังสี (Ionizing Radiation) ไปทำลายและเปลี่ยนแปลงรูปร่างและสรีระของเซลล์ คือหยุดยั้งการแบ่งตัวของเซลล์ในช่วงระยะที่มีปริมาณของดีเอ็นเอภายในเซลล์มาก

^๕ Fink, K.M.& Henshaw, I., "Principles of Therapy. In.Gates, R.A. & Fink, R.M. (Eds.)", **Oncology Nursing Secrets.** 2nd ed., (Philadelphia : HANLEY & BELFUS, INC., 2003), pp. 21-26.

^๖ Dose, A.M. & Brueggen, C., "Surgical Oncology. In Gates, R.A. & Fink, R.M. (Eds.)", **Oncology Nursing Secrets.** 2nd ed., (Philadelphia : HANLEY & BELFUS, INC., 2003), pp. 27-34.

ที่สุด การทำลายจะมีมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับผลการตอบสนองของเนื้อเยื่อต่อรังสี และองค์ประกอบต่าง ๆ เช่น สภาพร่างกายของผู้ป่วย ลักษณะของมะเร็ง ระยะโรค ตำแหน่งที่เป็น ฯลฯ รังสีรักษาอาจถูกนำมาใช้รักษาก่อนการผ่าตัด (Neo-adjuvant Therapy) เพื่อให้ก้อนมะเร็งมีขนาดเล็กลง ง่ายแก่การผ่าตัด หรือนำมาใช้หลังการผ่าตัด (Adjuvant Therapy) เพื่อทำลายเซลล์มะเร็งที่อาจยังหลงเหลืออยู่

ผลข้างเคียงของการใช้รังสีรักษา รังสีที่ใช้ไม่เพียงแต่ทำลายเซลล์มะเร็งเท่านั้น ยังมีผลต่อเซลล์ปกติที่อยู่รอบ ๆ ก้อนมะเร็ง ผลที่เกิดจะรุนแรงเพียงใดขึ้นอยู่กับขนาดของรังสี ชนิดของรังสี ระยะเวลาของการรับรังสี และบริเวณของร่างกายที่ถูกรังสีรักษา อาจเกิดขึ้นในช่วงระยะเวลานั้นหรือระยะเวลายาว ที่พบได้บ่อยมี อ่อนเพลีย ปวดศีรษะ เบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน ผิวน้ำแข็ง เปลี่ยนสีเป็นแดงเข้ม ผิวน้ำแข็ง คัน แดงเป็นแผลมีตุ่มน้ำ ผสมร่วง มีการแข็งตัวของเลือดผิดปกติ มีอาการไอ เจ็บบริเวณทรวงอก ปอดอักเสบ เป็นแผลในปาก การรับรู้รสเปลี่ยน กลืนอาหารลำบาก เจ็บคอ ปวดท้อง ท้องเสีย เป็นหมันชั่วคราวหรือถาวร^๓

๓) การใช้สารเคมี (Chemo Therapy) เป็นการให้ยาบำบัด ซึ่งยาที่ใช้จะออกฤทธิ์ขัดขวางขั้นตอนการสร้างดีเอ็นเอของเซลล์มะเร็ง โดยมีจุดประสงค์เพื่อรักษาให้หายขาด เพื่อควบคุมการเจริญเติบโตของเซลล์มะเร็งหรือก้อนเนื้องอก และเพื่อใช้ในการรักษาร่วมกับการรักษาด้วยวิธีอื่น เพื่อป้องกันการกลับเป็นซ้ำในรายที่มีความเสี่ยงสูง

ผลข้างเคียงของเคมีบำบัดจะแตกต่างกันในแต่ละคนขึ้นอยู่กับชนิดและขนาดยาที่ผู้ป่วยได้รับ ที่พบบ่อยคือ ซีด คิดเรื่องง่าย มีไข้ มีจ้ำตามตัว ปัสสาวะหรืออุจจาระเป็นเลือด มีการอักเสบของเยื่อทางเดินอาหารตั้งแต่ปากถึงทวารหนัก ท้องผูก ท้องเดิน ผมหงอกหรือขนร่วง แต่จะขึ้นใหม่เมื่อหยุดยา เป็นหมันชั่วคราวหรือถาวร ชาปลายมือปลายเท้า อ่อนแรง เหนื่อยง่าย มีอาการซึมและชัก ไตอาจวายได้

๔) การใช้ภูมิคุ้มกันบำบัด (Immuno Therapy) เป็นการนำสารชีวภาพมาใช้ในการรักษา มะเร็งที่ผู้ป่วยมีความบกพร่องในระบบภูมิคุ้มกัน ไม่มีความต้านทานเพียงพอที่จะทำลายเซลล์มะเร็ง ต้องเพิ่มหรือเสริมสร้างประสิทธิภาพของระบบภูมิคุ้มกัน

^๓ Hilderly, L.J., "Radiation Therapy. In Gates, R.A. & Fink, R.M. (Eds.)", **Oncology Nursing Secrets**. 2nd ed., (Philadelphia : HANLEY & BELFUS, INC., 2003), pp. 35-43.

ผลข้างเคียงของอิมมูนบำบัด จะมีอาการคล้ายไข้หวัด (Flu-like Symptoms) เช่น ปวดเมื่อย มีไข้ หนาวสั่น เป็นต้น มีผื่นแดง มีอาการคลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสีย ความดันโลหิตต่ำ หัวใจเต้นผิดจังหวะ ปัสสาวะออกน้อย^๔

๕) การปลูกถ่ายไขกระดูก (Bone marrow Transplantation) เป็นการเจาะไขกระดูก จากบริเวณก้นกบของผู้ให้นำมาใส่ทางหลอดเลือดดำของผู้ป่วย หลังจากใช้ยาเคมีบำบัดในขนาดสูง มากซึ่งอาจใช้ร่วมกับการใช้รังสีบำบัดแบบทั่วตัว (Total body Radiation) เพื่อวัตถุประสงค์ ๑) ทำลายภูมิคุ้มกันของผู้ป่วยมิให้ปฏิเสธไขกระดูกใหม่ ๒) ทำลายไขกระดูกเดิมของผู้ป่วยเพื่อให้เกิด ช่องว่างสำหรับไขกระดูกใหม่ ๓) กำจัดเซลล์มะเร็งที่มีอยู่ในร่างกายให้หมด การรักษาด้วยไข กระดูกของผู้อื่นมักใช้ไขกระดูกที่มี HLA (Human Leucocytes Antigen) ตรงกัน เรียกว่า Allergenic Transplant และควรรักษาในระยะแรก ๆ ของโรค ทำให้ผู้ป่วยสามารถรอดชีวิตและหายจากโรคได้

ผลข้างเคียงของการปลูกถ่ายไขกระดูก คือ ระบบเลือดพบภาวะมีนิวโทรไซต์ (Neutrocytes) ในกระแสเลือดต่ำ ทำให้ติดเชื้อได้ง่าย มีเกร็ดเลือดต่ำกว่าปกติ ซีด ปัสสาวะเป็นเลือด ระบบทางเดินอาหาร มีอาการคลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสียรุนแรง ระบบทางเดินหายใจ มีปอดบวม น้ำ เลือดออกในถุงลมปอด ระบบหัวใจ หัวใจเต้นไม่สม่ำเสมอ หัวใจบวม น้ำ หัวใจวาย ระบบไต มี เลือดออกทางเดินปัสสาวะ อาจเกิดไตวาย

๖) การรักษาแบบยีนบำบัด (Gene Therapy) เป็นวิธีการรักษาโรคมะเร็งโดยนำยีน (Genetic Material) ใส่เข้าไปในเซลล์ของผู้ป่วย เพื่อทำหน้าที่ทดแทนยีนที่ขาดหายไปหรือทำหน้าที่ ผิดปกติไปเป็นเทคโนโลยีใหม่ในการรักษา มะเร็งจากการที่เริ่มมีความเข้าใจยีนต่าง ๆ ที่ควบคุมการ เจริญเติบโตของเซลล์ (Growth Regulation) การพัฒนาของเซลล์ (Cellular Differentiation) และการ ตายของเซลล์ (Optosis) ตลอดจนการแพร่กระจายของเซลล์มะเร็ง ทำให้สามารถพัฒนาวิธีการรักษา มะเร็งตามพยาธิกำเนิดของโรค^๕

จะเห็นได้ว่าการรักษาของแพทย์แผนปัจจุบันดังกล่าว รักษาผู้ป่วยบางรายให้หายขาด จากโรคมะเร็งได้ หรือในผู้ป่วยบางราย การรักษาเป็นไปเพื่อประคับประคองให้ผู้ป่วยใช้ช่วงเวลา ที่ เหลืออยู่อย่างมีคุณภาพชีวิตเท่าที่จะเป็นไปได้ โดยขึ้นอยู่กับชนิด ขนาด ตำแหน่ง ระยะของ

^๔ Mahay, H.A., "Biologic Therapy. In Gates, R.A. & Fink, R.M. (Eds.)", **Oncology Nursing Secrets**. 2nd ed., (Philadelphia : HANLEY & BELFUS, INC., 2003), pp. 89-96

^๕ กาญจนา สังข์สิงห์, "ประสบการณ์ของผู้ป่วยมะเร็งในการบำบัดเยียวยาด้วยสมาธิ", **วิทยานิพนธ์ พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้ใหญ่)**, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, ๒๕๔๘), หน้า ๑๒-๑๕.

โรคมะเร็ง สภาพร่างกายของผู้ป่วย และปัจจัยอื่น ๆ ร่วมด้วย อย่างไรก็ตาม แม้ว่าผลการรักษาจะมีประโยชน์อยู่บ้าง แต่พบว่าการรักษาดังกล่าวก่อให้เกิดอาการข้างเคียงต่าง ๆ ที่ไม่พึงปรารถนา ก่อให้เกิดความทุกข์ทรมานต่อผู้ป่วย ทิพมาส ชินวงศ์ ศึกษาเกี่ยวกับการรับรู้และการเผชิญปัญหาต่อการได้รับเคมีบำบัดของผู้ป่วยมะเร็ง โรคปอด พบว่า ผู้ป่วยมีการรับรู้ การมีชีวิตอยู่อย่างทุกข์ทรมาน และความรู้สึกที่ไม่แน่นอน เนื่องจากต้องใช้เวลาในการรักษานาน ส่งผลกระทบต่อฐานะ เศรษฐกิจ แม้การรักษาจะมีบางวิธีมีเทคโนโลยีใหม่เกิดขึ้น รักษาได้มีประสิทธิภาพมากขึ้น แต่ต้องใช้ค่ารักษาเป็นจำนวนมาก ตลอดจนประเทศไทยยังขาดบุคลากรและเครื่องมือเครื่องใช้ในการรักษา โดยเฉพาะสำหรับสถาบันที่อยู่นอกกรุงเทพมหานคร มีผลให้ระบบบริการไม่ได้มาตรฐาน ประกอบกับการรับรู้ของผู้ป่วยเกี่ยวกับโรคมะเร็ง ว่าเป็นโรคร้ายแรงใกล้เคียงกับความตาย เมื่อเป็นแล้วไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ ก่อให้เกิดความทุกข์ทรมาน เจ็บปวด และต้องพึ่งพาบุคคลอื่น^{๑๑}

เหตุผลทั้งหลาย ตั้งแต่อาการข้างเคียงที่ไม่พึงปรารถนาของการรักษาแผนปัจจุบัน ค่าใช้จ่ายในการรักษา หรือค่าเดินทางมารักษา การขาดเครื่องมือและบุคลากรในการรักษา ที่ส่งผลกระทบต่อไปถึงระบบบริการที่ไม่ได้มาตรฐาน ตลอดจนการรับรู้ของผู้ป่วยเกี่ยวกับโรคมะเร็งและธรรมชาติของมนุษย์ที่ต้องการทางออกที่ตนคิดว่าจะทำให้หายจากมะเร็ง ทำให้ผู้ป่วยแสวงหารักษาอื่น นอกเหนือการรักษาแผนปัจจุบัน และเป็นจุดเปลี่ยนให้เกิดการผสมผสานทางเลือกอื่นในการรักษา

๒.๑.๔.๒ แนวทางการรักษาแบบผสมผสาน

การดูแลรักษาแบบผสมผสาน (Complementary Therapies) เป็นการบำบัดรักษาโดยการผสมผสานทักษะการเยียวยาแบบต่าง ๆ กับการแพทย์แผนปัจจุบันเพื่อเสริมให้การดูแลครบองค์รวมมากขึ้น คือ กาย จิต สังคม และจิตวิญญาณ ทักษะที่ใช้ไม่มีผลต่อร่างกายอย่างรุนแรง (Non-Invasive) ส่วนใหญ่เป็นภูมิปัญญาตะวันออก (Eastern Wisdom) ใช้หลักการที่ว่าทุกส่วนของร่างกายล้วนสัมพันธ์เชื่อมโยงกัน และเน้นสุขภาพดีเป็นผลจากความสมดุลของกายและจิต ความเจ็บป่วยเกิดจากการเสียสมดุลดังกล่าว

พระอริการไพศาล กิตติภทโท (บำรุงแคว้น) กล่าวว่าพระพุทธศาสนาถือว่าการบำบัดโรคร้ายไข้เจ็บ จำเป็นต้องอาศัยแพทย์และพยาบาล รวมทั้งญาติพี่น้อง นอกจากบุคคลเหล่านี้ ต้องมี

^{๑๑} ทิพมาส ชินวงศ์, “การรับรู้และการเผชิญปัญหาต่อการได้รับเคมีบำบัดของผู้ป่วยมะเร็งปอด”, วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, (การพยาบาลผู้ใหญ่), (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, ๒๕๕๑), หน้าบทนำ.

ความรู้ในเรื่องโรคภัยไข้เจ็บและนำเทคโนโลยีมาใช้เขยวการรักษาแล้ว ต้องมีความรู้ ความเข้าใจ สภาวะความเป็นมนุษย์ของบุคคลด้วย ว่าประกอบด้วยกายหรือรูปธรรมแล้ว ยังประกอบด้วยภาวะทางจิต ความคิด ความเชื่อ ทศนคติ ค่านิยม ความรู้สึก เป็นต้น การดูแลผู้ป่วยจึงต้องคำนึงถึงทั้งทางกายและคุณลักษณะทางจิตควบคู่กันไป^{๑๑}

ทักษะการเขยวยาแบบต่าง ๆ นั้น เรียกชื่อแตกต่างกันตามแหล่งที่มา ความนิยม และลักษณะการปฏิบัติ เช่น การแพทย์แบบองค์รวม (Holistic Medicine) การแพทย์แบบธรรมชาติ (Natural Medicine) การแพทย์แผนโบราณ (Traditional Medicine) แต่ถ้าเลือกวิธีการใดแทนการรักษาด้วยแพทย์แผนปัจจุบันนั้น เรียกว่า การแพทย์ทางเลือก (Alternative Medicine) ศูนย์การแพทย์แบบผสมผสาน และการแพทย์ทางเลือกแห่งชาติ ประเทศสหรัฐอเมริกา (National Center for Complementary and Alternative Medicine [NCCAM], National Institute of Health [NIH], 2003) ได้จำแนกกลุ่มศาสตร์การแพทย์แบบผสมผสาน และการแพทย์ทางเลือกออกเป็น ๕ กลุ่ม^{๑๒} ดังต่อไปนี้

๑) ระบบการแพทย์ทางเลือก (Alternative Medicine System) เป็นกลุ่มศาสตร์ที่มีระบบที่สมบูรณ์ทั้งทฤษฎีและการปฏิบัติ เช่น

(๑) การแพทย์แผนจีน (Traditional Chinese Medicine) ที่มีจุดเน้นเรื่องการจัดสมดุลของหยิน-หยาง และธาตุต่าง ๆ เป็นทฤษฎีพื้นฐาน ใช้วิธีตรวจวินิจฉัยโรค ๔ วิธี คือ “วัง” (การมอง) “เหวิน” (การฟังและสูดดม) “เวิน” (การถาม) และ “เชี่ย” (การจับแหมะหรือการจับชีพจร) เมื่อวินิจฉัยโรคแล้วจึงดำเนินการรักษาด้วยวิธีที่เหมาะสม หลักการแพทย์จีนถือว่าอวัยวะทุกส่วนในร่างกายรวมเป็นองค์เดียว จึงไม่พิจารณาจากความผิดปกติของอวัยวะเฉพาะส่วนหรืออาการป่วยเพียงด้านเดียว แต่จะให้ความสำคัญกับองค์รวมของร่างกาย วิธีการรักษาที่หลากหลายวิธี เช่น การรับประทานยา การใช้ยาทาภายนอก การนวดด้วยความร้อน การรมยา และวิธีการรักษาที่ไม่ใช้ยาแบบต่าง ๆ เช่น การฝังเข็ม การนวดกดจุด และชี่กง เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีวิธีรักษาด้วยอาหาร และอาหารบำรุงประเภทต่าง ๆ อีกด้วย

^{๑๑} พระอริการไพศาล กิตติภทโท (บำรุงแคว้น), “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องการประยุกต์ใช้พุทธปรัชญาในการบำรุงรักษาจิตผู้ป่วย”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (ปรัชญา), (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕), หน้าทศค้อย.

^{๑๒} อ่างใน กาญจนานันท์, “ประสบการณ์ของผู้ป่วยมะเร็งในการบำบัดเขยวยาด้วยสมาริ”, วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้ใหญ่), หน้า ๑๘-๑๙.

(๒) การแพทย์อายุรเวท (Ayurveda) ของอินเดีย Ayu หมายถึง ชีวิต Veda หมายถึง ความรู้ทางวิทยาศาสตร์ ความหมายโดยรวมคือวิทยาศาสตร์ของชีวิต เป็นศาสตร์ที่ดูแลสุขภาพแบบดั้งเดิม มีถิ่นกำเนิดจากประเทศอินเดียสืบทอดกันมา โดยเชื่อว่าชีวิตมีองค์ประกอบพื้นฐาน ๕ อย่าง ได้แก่ ดิน น้ำ ลม ไฟ อากาศ ทั้งหมดรวมก่อให้เกิดพลังงานพื้นฐาน ๓ ส่วนเรียกว่า ไตรโทษะ (Tridosha) ได้แก่ วาตะ (Vata) ปิตตะ (Pitta) และกษะ (Kapha) พลังพื้นฐานนี้ก่อให้เกิดความสมดุลในร่างกาย แต่ละโทษะประกอบด้วยการบำบัดต่าง ๆ เช่น การเยียวยาด้วยสมุนไพร การออกกำลังกาย เช่น การฝึกโยคะ รวมทั้งการนวดเพื่อสร้างสมดุลของร่างกาย แต่ที่เน้นคือการรับประทาน อาหารเพื่อสุขภาพตามแต่ละโทษะที่เหมาะสม

๒) วิธีการบำบัดโดยประสานกายและจิต (Mind-Body Interventions) เช่น การใช้สมาธิแนวพุทธ (Buddhist Meditation) การปฏิบัติสมาธิแบบจีนโดยใช้ลมปราณ เช่น ชีกง (Chi gong) ไทเก๊ก (Tai gek) หรือการบริหารร่างกายแบบโยคะ (Yoga)

๓) การใช้สารชีวภาพต่าง ๆ ในการบำบัดรักษา (Biologically Based Therapies) เช่น สมุนไพร วิตามิน โดยการรับประทานสด ตากแห้ง บด ปั่นเป็นลูกกลอน ต้มน้ำดื่ม หรือนำมาประคบเพื่อลดอาการปวด

๔) วิธีการบำบัดรักษาโดยใช้มือ (Manipulative and Body-Based Methods) เช่น การนวด การตัด การจัดกระดูก

๕) พลังบำบัด (Energy Therapies) คือวิธีการบำบัดรักษาโดยใช้พลังงานที่สามารถวัดได้และไม่สามารถวัดได้ เช่น การสวดมนต์บำบัด พลังกายทิพย์ หรือพลังจักรวาล และโยเร

ส่วนหลักในการพิจารณาใช้การแพทย์ทางเลือกสำหรับประเทศไทย ถือว่าสำคัญ ๔ ข้อ ดังนี้

๑) หลักของความน่าเชื่อถือ (Rational) โดยดูจากวิธีการหรือองค์ความรู้ด้านการแพทย์ทางเลือกชนิดนั้น ประเทศต้นกำเนิดให้การยอมรับหรือไม่ ใช้มาเป็นเวลานานเท่าใด มีการบันทึกไว้หรือไม่ อย่างไร

๒) หลักของความปลอดภัย (Safety) เป็นเรื่องสำคัญมาก ว่ามีผลต่อสุขภาพของผู้ใช้หรือไม่ การเป็นพิษแบบเฉียบพลันมีหรือไม่ พิษแบบเรื้อรังมีเพียงไร อันตรายที่จะเกิดในระยะยาวมีหรือไม่ หรือวิธีการทำให้เกิดภัยอันตรายต่อร่างกายหรือไม่ เป็นต้น

๓) หลักของการมีประสิทธิภาพ (Efficacy) เป็นเรื่องที่จะต้องพิสูจน์ หรือมีข้อพิสูจน์มาแล้วว่ามีการใช้ได้จริง จากการใช้จริงแล้วหามาบอกต่อ ซึ่งอาจต้องมีจำนวนมากพอ หรือใช้มาเป็นเวลานานจนเป็นที่ยอมรับจากการศึกษาวิจัยหลากหลายวิธีการ เป็นต้น

๔) หลักของความคุ้มค่า (Cost-Benefit-Effectiveness) โดยเทียบว่าค่าใช้จ่ายที่เกิดด้วยวิธีนั้น ๆ คุ้มค่าสำหรับผู้ป่วยหรือไม่ในโรคที่ผู้ป่วยต้องทนทุกข์ทรมาน โดยอาจเทียบกับเศรษฐกิจของผู้ป่วยแต่ละคน เป็นต้น^{๙๙}

๒.๒ แนวคิด หลักการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบำบัดผู้ป่วยโรคมะเร็งด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ

๒.๒.๑ ความหมายของการบำบัดผู้ป่วยโรคมะเร็งด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ

มีความเชื่อกันว่า มนุษย์เรานั้นมีพลังแฝง (Reserve Power) หรือศักยภาพของพลังงาน (Potential Energy) อยู่ในตัวมาก แต่ในชีวิตประจำวันตามปกติเราใช้เพียงร้อยละ ๑๐ - ๒๐ เท่านั้น พลังแฝงนี้เห็นได้ชัดเวลาตกใจสุดขีด เช่น ขณะไฟไหม้บ้าน เจ้าของบ้านสามารถยกของหนักที่เกินกำลังมนุษย์ปกติได้เพื่อหนีไฟ นักวิทยาศาสตร์พยายามหาวิธีทำจิตให้อยู่ในภาวะจิตตั้ง (Pure Consciousness) เพื่อดึงเอาพลังภายใน พลังสะสม หรือศักยภาพแห่งพลังนี้ออกไปใช้ประโยชน์ และเป็นผลให้ประสาทและสมองต่างก็เคลื่อนไหวอย่างราบเรียบ และเป็นระเบียบ จิตภาวะนี้ จะต้องสงบนิ่ง ตามที่พระพุทธองค์ทรงกล่าวว่า “จิตนิ่งเป็นจิตที่มีพลัง” ภาวะจิตที่มีหนึ่งเดียวที่เรียกว่า “เอกัคคตา” มาจาก เอก + อัคค + ตา (ภาวะ) คำว่า อัคคะ แปลว่า อารมณ์ หมายถึง จิตเป็นสมาธิ คือ จิตที่มียอดหรือจุดปลายจุดเดียว ซึ่งย่อมมีลักษณะแหลม พุ่งทะลุสิ่งต่าง ๆ ได้ง่าย จิตที่มีองค์ประกอบเช่นนี้เหมาะแก่การนำไปใช้งานได้ดีที่สุด อาทิ ใช้ในการสร้างพลังจิตให้เกิดอภิญญา สมาบัติใด ๆ ก็ได้ นำไปใช้งานทางปัญญาเพื่อพิจารณาให้เกิดความรู้ ความเข้าใจที่บรรลุผลสำเร็จ เช่นเดียวกับศัลยแพทย์ขณะทำการผ่าตัด จิตจะเข้าสู่เอกัคคตารมณ์โดยธรรมชาติ เพราะจิตจะวอกแวกไม่ได้^{๑๐๐}

นอกจากนี้ ธนิต อยู่โพธิ์ กล่าวว่า คนเราทุกคนต่างมีพลังหรือสมรรถนะอยู่แล้วในตัวคนละมาก ๆ หากแต่ตนเองไม่รู้หรือไม่เข้าใจวิธีการนำออกมาใช้ประโยชน์หรือนำมาใช้แต่เพียง

^{๙๙} เทวัญ ธานีรัตน์ ผู้อำนวยการสำนักงานการแพทย์ทางเลือก,

<http://www.baansamunprai.com/alternative/99-2010-06-11-09-09-50.html>, ๑๐ มิถุนายน ๒๕๕๔.

^{๑๐๐} วิจิตร บุญยะโทตระ, พิชิตมะเร็ง, หน้า ๘๘-๑๐๐.

ส่วนน้อย เช่น ในขณะที่เกิดไฟไหม้ บางคนสามารถเคลื่อนย้ายของหนัก ๆ คนเดียวได้ ซึ่งปกติทำไม่ได้ บางคนสามารถวิ่งหรือปีนป่ายหลบหลีกภัยอันตรายได้อย่างรวดเร็วผิดปกติ บางคนมีอวัยวะพิการ เช่น เดินไม่สะดวกต้องใช้ไม้เท้ายัน บางคนแขนงอเหยียดไม่ออก บางคนเป็นใบ้พูดไม่ได้ บางคนคิดอ้างแต่เมื่อมีเหตุสุดวิสัยหรือประสบภัยอันตราย เป็นเหตุให้ต้องระดมกำลังช่วยตนเองเต็มที่ ความพิการนั้น ๆ ก็หายไป กลับเป็นปกติเหมือนคนอื่น ๆ อธิบายได้ว่าสมรรถนะหรือพลังมีซ่อนเร้นอยู่ในตัว ซึ่งมองไม่เห็นหรือเห็นเพียงส่วนน้อยเหมือนก้อนน้ำแข็งหรือภูเขาน้ำแข็งที่โผล่พ้นน้ำแต่เพียงส่วนน้อย ส่วนใหญ่จะจมอยู่ใต้น้ำ ถ้าเราไม่นำออกมาใช้หรือไม่รู้วิธีการใช้ พลังนั้นก็จะเสื่อมไป แต่ถ้านำออกมาใช้จะได้ประโยชน์มาก เช่น สมรรถนะของนักกีฬาที่สามารถชิงชนะเลิศในแต่ละประเภท ในการปฏิบัติธรรม ฝึกอบรมจิตใจก็เช่นกัน ถ้าได้เรียนรู้วิธีการและพยายามปฏิบัติให้ถูกต้องเป็นมาตรฐานไว้ก็ย่อมนำเอาพลังจิตและสมรรถนะภายในอันยิ่งใหญ่มาช่วยให้ผู้ปฏิบัติธรรมบรรลุผลที่พึงปรารถนา^{๑๕}

พระราชธรรมเจดियाจารย์* (วิริยงค์ สิรินฺทโร) กล่าวถึงพลังจิตว่า สะสมได้มาจากการทำสมาธิ การทำสมาธิ คือการทำจิตให้สงบ จิตที่เป็นสมาธิแตกต่างจากจิตธรรมดาตรงที่จิตธรรมดาเกาะติดกับอารมณ์ เมื่อสมปรารถนาในสิ่งที่ต้องการ เช่น เงินทอง ทรัพย์สินสมบัติ การงาน และครอบครัว อารมณ์จะครองใจให้เกิดความสุข เมื่อไม่สมปรารถนาจะถูกอารมณ์กำกับไว้ให้เกิดทุกข์ นี่คือจิตปรกติธรรมดา การฝึกสมาธิ คือการแก้ไขให้จิตมีการพัฒนาขึ้นโดยเอาจิตปราศจากอารมณ์มาเป็นที่ยึดเหนี่ยว ขั้นแรกคือกำจัดอารมณ์ ข้าวของเงินทอง บริวารซึ่งอยู่ในอารมณ์นั้น การปฏิบัติสมาธิเป็นไปเพื่อให้มนุษย์ได้สัมผัสความสุขที่ไม่ใช่ธรรมดา เพราะเป็นความสุขที่จะเสริมพลังจิตให้รู้สึกมีกำลังใจ รู้จักเสียสละ เพื่อประโยชน์แก่สังคม ทำให้โลกอยู่อย่างสันติ สมาธิทำให้ใจปราศจากอารมณ์แต่เป็นเพียงชั่วขณะหนึ่งมิใช่ตลอดไป ต้องทำอย่างต่อเนื่อง ความเครียดต่าง ๆ จึงจะลดลงตามลำดับ เกิดความสุขแก่ชีวิตได้ สังคมใดได้พัฒนาจิตใจนี้สัจพื้นฐานจิตดี สังคมนั้นก็จะมี ความรับผิดชอบสูง สมาธิเป็นความพอดี ไม่จำเป็นต้องสละละโลก ให้สมาธิอยู่กับความเป็นอยู่ธรรมดาของทุกคน มีชีวิตเยี่ยงธรรมดาทั่วไป แต่มีสมาธิเจือปนอยู่ในการทำงาน พร้อมจะอดทน ต่อสู้ตามแนวทางแห่งสติ มิให้เกิดความผิดพลาดในหน้าที่การงาน ความรับผิดชอบ และถ้าสมาธิอยู่กับผู้ป่วยก็จะทำให้สภาพจิตใจผู้ป่วยมีพลังเพราะไม่เครียด ปราศจากอภุศลเข้าครอบงำ จิตใจสบาย

^{๑๕} ธนิต อยู่โพธิ์, วิปัสสนานิยม, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๑-๒.

* ปัจจุบันดำรงสมณศักดิ์ที่ พระธรรมมงคลญาณ (วิริยงค์ สิรินฺทโร).

สงบ คลายเครียด ลดอาการซึมเศร้า มีกำลังใจเข้มแข็ง สามารถใช้ชีวิตประจำวันได้อย่างมีคุณภาพ^{๑๖}
 ดังที่พระพุทธองค์ตรัสสอนเรื่องของ “ใจ” ว่า “ธรรมทั้งหลาย มีใจเป็นหัวหน้า มีใจเป็นใหญ่
 สำเร็จด้วยใจ”^{๑๗}

สมาธิแบ่งตามลักษณะได้ดังนี้

๑. สมาธิธรรมชาติ หรือสมาธิต้น เช่น การเรียน การอ่านหนังสือ การพักผ่อน นอนหลับ มีความสำคัญต่อชีวิตประจำวัน เป็นความสงบในระยะของกายหยาบ มีความรู้สึกตัวอยู่แต่จิตนั้นมิสติ สมาธินี้ไม่อยู่คงทนจะสลายตัวไปในการใช้งาน

๒. สมาธิที่สร้างขึ้นเป็นการก่อตัวของจิตนอกเหนือธรรมชาติ หรือสมาธิลึก ต้องมีการสานต่ออย่างต่อเนื่องเพื่อมิให้หมดไปตามธรรมชาติเป็นสมาธิที่มีประสิทธิภาพ^{๑๘}

สมาธิมี ๓ ขั้นตอน คือ

๑. ขณิกสมาธิ คือสมาธิเบื้องต้น เหมือนหว่านเมล็ดพืชลงดินจะเริ่มงอก เติบโต และแข็งแรง เป็นการปูพื้นฐานอันดับแรก มี ๖ ขั้น ได้แก่

ขั้นที่ ๑ บริกรรม จับคำบริกรรมได้ จิตก็เป็นสมาธิ

ขั้นที่ ๒ หลังจากบริกรรม เกิดความสบาย

ขั้นที่ ๓ หลังจากบริกรรม จิตเข้าภวังค์

ขั้นที่ ๔ เข้าภวังค์ เห็นสิ่งต่าง ๆ มีความลึกซึ้ง

ขั้นที่ ๕ เริ่มชำนาญภวังค์ เข้าได้รวดเร็วกว่าธรรมดา

ขั้นที่ ๖ เริ่มมีกระแส กำหนดได้ว่าจิตก่อนลงภวังค์เป็นอย่างไร ชัดเจนขึ้น^{๑๙}

๒. อุปจารสมาธิ คือสมาธิขั้นกลาง ความชำนาญเริ่มเกิดขึ้น สามารถทำสมาธิได้เร็วขึ้นและนานขึ้น มี ๖ ขั้น ได้แก่

ขั้นที่ ๑ มีความชำนาญการเข้าภวังค์

ขั้นที่ ๒ เกิดความสว่างในภวังค์ (ไม่ใช่นิมิต)

^{๑๖} พระราชธรรมเจดีย์จารย์ (วิริยงค์ สิรินุโร), **หลักสูตรครูสมาธิ เล่ม ๒**, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทประชาชน จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๔-๒๕.

^{๑๗} จุ.ธ. (บาลี) ๒๕/๑/๑๕, จุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑/๒๓.

^{๑๘} พระราชธรรมเจดีย์จารย์ (วิริยงค์ สิรินุโร), **หลักสูตรครูสมาธิ เล่ม ๒**, หน้า ๒๓-๒๕.

^{๑๙} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๗.

ขั้นที่ ๓ มีกระแสจิต

ขั้นที่ ๔ ไม่กระเทือนในเสียงต่าง ๆ

ขั้นที่ ๕ การรู้ตัวผู้รู้

ขั้นที่ ๖ การถึงจุดพลังอำนาจ

๓. อปปนาสมาธิ คือสมาธิขั้นสูง มีความชำนาญกว้างขวางขึ้น สามารถทำให้เกิดฌานขั้นสูง ได้แก่ รูปฌาน อรูปฌาน คือ ฌานขั้นสูงสุดของสมาธิ จิตจะอยู่นิ่งได้ตามความประสงค์อย่างไรก็ตาม สมาธิเกิดขึ้นได้ก็ย่อมเสื่อมสภาพได้^{๒๐} อปปนาสมาธิ มี ๖ ขั้น ได้แก่

ขั้นที่ ๑ การสัมผัสอภิสสมานกายได้

ขั้นที่ ๒ การแสดงตาทิพย์ของอภิสสมานกาย

ขั้นที่ ๓ เข้าภวังค์ ดำเนินการในภวังค์ได้

ขั้นที่ ๔ การอยู่อย่างปกติในฌานได้ตามกำหนด

ขั้นที่ ๕ การระงับเวทนาทั้งหมด

ขั้นที่ ๖ การกำหนดสุญญากาศไม่เกี่ยวข้องกับโลกภายนอก

มีวิธีการรักษาเพื่อดำรงสมาธิไว้ดังนี้

๑) การทำต้องอยู่ในลักษณะศรัทธา

๒) ระวังมิให้จิตไขว้เขวไปเชื่อสิ่งที่ไม่ควรเชื่อ

๓) กระทำอย่างต่อเนื่อง

๔) ไม่กังวลจนเกินไป ไม่ว่าจะการปฏิบัติจะดีหรือไม่ดี

๕) การศึกษากับผู้รู้ ก็ควรถามและใคร่ครวญ

๖) มีความเชื่อมั่น

๗) มีความตั้งใจแน่วแน่

ประโยชน์ของสมาธิ

๑) ทำให้หลับสบาย คลายกังวล

๒) กำจัดโรคภัยไข้เจ็บ

๓) ทำให้สมอง ปัญญาดี

^{๒๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕.

๔) ทำให้รอบคอบในการทำงาน

๕) ระวังความเลวร้าย

๖) บรรเทาความเครียด

๗) มีความสุข ลักษณะพิเศษ

๘) ทำให้จิตอ่อนโยน

๙) ประคองจิตใจได้ดี

๑๐) เวลาจะสิ้นลม พบทางดี

๑๑) เจริญวาสนาบารมี

๑๒) เป็นกุศล^{๒๑}

พระธรรมปิฎก* กล่าวว่า สมภาคือการทำจิตของเราอยู่กับสิ่งที่ต้องการ ตามความประสงค์ หรือความมีจิตตั้งมั่น คือมีอารมณ์หนึ่งเดียว คิดจะกำหนดจับอยู่กับเรื่องใดก็อยู่กับเรื่องนั้น ไม่ฟุ้งซ่านหลุดลอยไปเรื่องอื่น

จิตที่เป็นสมภา มีลักษณะสำคัญ ๓ ประการ คือ

๑) จิตที่มีสมภาจะเป็นจิตที่มีกำลัง เรียกว่ามีพลังมาก

๒) จิตสมภาจะส่องใสเหมือนน้ำใส เพราะสงบนิ่งทำให้มองเห็นอะไรได้ชัดเจน เกื้อกูลต่อปัญญา

๓) เมื่อจิตสงบ ไม่มีอะไรรบกวน ไม่มีอะไรวุ่นวาย จิตจึงไม่กระสับกระส่าย ไม่วอกแวกและมีความสุข^{๒๒}

กล่าวกันว่า พระเจ้าโนเลียนที่ ๑ แห่งประเทศฝรั่งเศส ทรงมีพลังจิตสูง ขณะทรงประสพคิดเรื่องใดเวลาใด ก็ทรงคิดเรื่องนั้นเวลานั้น ไม่ทรงประสพคิดเรื่องใดเวลาใด ก็ไม่คิดเรื่องนั้น เปรียบสมองเหมือนมีลิ้นชักจัดแยกเก็บเรื่องต่าง ๆ ไว้เป็นพวกอย่างมีระเบียบ ดึงออกมาใช้ได้ตามต้องการ แม้ทรงอยู่ในสนามรบ เสียงปืนก็ก้อง เสียงม้าศึก เสียงผู้คนวุ่นวาย ก็ทรงมีพระอาการสงบ หากประสพจะทรงพักผ่อน ก็บรรทมหลับได้ทันที ต่างกับคนที่ไม่ได้ฝึกจะควบคุมจิตใจไม่อยู่

^{๒๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๐.

* ปัจจุบันดำรงสมณศักดิ์ที่ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต).

^{๒๒} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), สัมมาสมาธิและสมาธิแบบพุทธ, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา และสถาบันบันลือธรรม, ๒๕๔๕), หน้า ๑๖๗.

นี่คือความแตกต่างของผู้มีจิตเข้มแข็งกับผู้ที่มีจิตอ่อนแอ^{๒๓} เมื่อเทียบกับตัวอย่างในคัมภีร์พระพุทธศาสนา เหล่านี้ไม่ใช่เรื่องน่าอัศจรรย์เลย ครั้งหนึ่ง อาพารดาบส กาลามโคตร ในระหว่างเดินทางไกล นั่งพักกลางวันอยู่ใต้ร่มไม้แห่งหนึ่ง มีกองเกวียนประมาณ ๕๐๐ เล่ม วิ่งผ่านไปใกล้ ๆ ท่านก็มิได้เห็น ไม่ได้ยินเสียงกองเกวียนเลย และคราวหนึ่ง ขณะที่พระพุทธเจ้าประทับอยู่ ณ เมืองอาตุมา มีฝนตกหนักมาก ฟ้าคะนอง เสียงฟ้าผ่าครืนครันสนั่นไหว ชวานาสองพี่น้อง และโคสี่ตัวถูกสายฟ้าฟาดสิ้นชีวิตใกล้ที่ประทับพักนั่นเอง พระพุทธเจ้าทรงอยู่ด้วยวิหารธรรมอันสงบ ไม่ทรงได้ยินเสียงทั้งหมดนั้นเลย และในอังคุตตรนิกาย ทุติยปัจฉิมสกั ได้แสดงไว้ว่า ผู้ที่เมื่อฟ้าผ่าย่อมไม่สะดุ้ง คือ ภิกษุชีณาสพ ช้างอาชาไนย ม้าอาชาไนย และพญาราชสีห์^{๒๔}

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) กล่าวถึงสมาธิอีกว่า

สมาธิ..... ช่วยเสริมสุขภาพกายและใช้แก้โรคได้ ร่างกายกับจิตใจอาศัยกันและมีอิทธิพลต่อกัน ปุณฺณชนทั่วไปเมื่อกายไม่สบาย จิตใจก็พลอยอ่อนแอ เสรำหมอง ขุ่นมัว ครั้นเสียใจไม่มีกำลังใจก็ยิ่งซ้ำให้โรคทางกายนั้นทรุดหนักลงอีก แม้ในเวลาทีร่างกายเป็นปกติพอประสพเรื่องราวให้เสรำเสียใจรุนแรง ก็ล้มป่วยไปได้ ส่วนผู้มีจิตใจเข้มแข็งสมบูรณ์เมื่อเจ็บไข้ก็ป่วยแก่กายเท่านั้นจิตใจไม่พลอยป่วยไปด้วย ยิ่งกว่านั้นใจที่มีพลังจิตเข้มแข็งกลับส่งอิทธิพลมาบรรเทาโรคทางกายได้อีกด้วย ทำให้โรคหายง่ายขึ้น หรือใช้กำลังสมาธิระงับทุกขเวทนาทางกายไว้ก็ได้^{๒๕}

พร รัตนสุวรรณ^{๒๖} กล่าวถึงสมาธิว่าเป็นความแน่วแน่ อยู่ในอารมณ์เดียว มีสติรู้ตัวว่ากำลังคิดหรือกำลังพูดหรือกำลังทำอะไรอยู่ ถ้าสติเกิดสมาธิก็เกิด สติจึงเป็นพื้นฐานที่สำคัญที่สุดของสมาธิ เมื่อมีสติอยู่กับตัวย่อมจะมีอำนาจบังคับใจตนเองได้ให้ทำในสิ่งที่ต้องการทำ และไม่ทำในสิ่งที่ตนเองไม่ต้องการทำ พร รัตนสุวรรณ กล่าวว่า สมาธิมี ๓ อย่าง ได้แก่

- ๑) ขณิกสมาธิ สมาธิชั่วขณะ
- ๒) อุปจารสมาธิ สมาธิที่จวนจะแน่วแน่ คือจวนจะถึงขั้นฌาน
- ๓) อัปปนาสมาธิ สมาธิที่แน่วแน่คือฌาน

^{๒๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๕-๓๖.

^{๒๔} อจ.ทุก. (ไทย) ๒๐/๖๐/๕๘.

^{๒๕} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), สัมมาสมาธิและสมาธิแบบพุทธ, หน้า ๒๔.

^{๒๖} พร รัตนสุวรรณ, สมาธิและวิปัสสนาในชีวิตประจำวัน, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพฯพมทานคร : โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๓๗), หน้า ๖.

สมาธิมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงภายในร่างกายซึ่งสามารถตรวจวัดได้ทางการแพทย์ จากประสบการณ์ของนายแพทย์ชิน โอสถ หัศบำเรอ ในการตรวจร่างกายขณะเข้าสมาธิ ปรากฏว่าเมื่อจิตนิ่งการหายใจจากเดิม ๒๐ ครั้งต่อนาที กลับกลายเป็นวัดไม่ได้ มองไม่เห็นด้วยตา ซีพจรหรือการเต้นของหัวใจลดลงเหลือเพียง ๖ ครั้งต่อนาที ส่วนความดันเลือดลดลงจาก ๑๒๐/๘๐ มิลลิเมตรปรอท เหลือเพียง ๔๐/๐ มิลลิเมตรปรอท เมื่อเข้าสู่สมาธิ ไม่เฉพาะแต่จิตเท่านั้นที่นิ่ง ร่างกายก็ทำงานลดลง เมตาบอลิซึมหรือการเผาผลาญในร่างกายลดลงมาก คนที่อยู่ในสมาธิสามารถอยู่ในท่าหนึ่งได้อย่างสบาย ๆ ซึ่งถ้าเป็นคนปกติที่ไม่ได้อยู่ในสมาธิจะต้องถูกนำเข้าห้องไอซียู เพราะการทำงานเพียงเท่านี้ไม่อาจรับได้กับเมตาบอลิซึมของร่างกายปกติได้^{๒๖}

จะเห็นได้ว่าความสามารถของจิตมีมหาศาล เพียงแต่เราไม่รู้จักสั่งจิตเพื่อดึงเอาพลังออกมาใช้ สำหรับการบำบัดรักษาโรคมะเร็ง มีการแนะนำให้ฝึกสมาธิอย่างน้อยวันละ ๒ ครั้ง ครั้งละไม่ต่ำกว่า ๑๕ นาที ประสบการณ์จากสมาธิช่วยผู้ป่วยได้ดีมาก หลายคน “ปลง” ได้ เมื่อคิดตกแล้ว ความฟุ้งซ่าน ความกังวล ความเครียดจะลดลงเอง สมาธิก็เกิดง่ายขึ้นเมื่อใจสงบ ภูมิด้านทานก็เพิ่มมากขึ้น การรักษาก็ได้ผล ผู้ที่เคยฝึกสมาธิมาก่อนจะได้เปรียบผู้ไม่เคยฝึกมาก่อนเพราะจะทำสมาธิในยามเจ็บป่วยได้ง่ายกว่ามาก

จากการศึกษาของ วอลเลส และแมนตัน พบว่า ผู้ฝึกสมาธิมีการเผาผลาญของร่างกายลดลง หัวใจเต้นช้าลง ความดันโลหิตลดลง การทำงานของระบบประสาทอัตโนมัติเปลี่ยนแปลง มีผลทำให้ฮอร์โมนนอร์อิพิเนฟริน (Norepinephrine) ลดลง เป็นผลให้ระดับแกล็กเต็ดในเลือดลดลง ความวิตกกังวลของผู้ป่วยลดลงเพราะนอร์อิพิเนฟรินเป็นตัวกระตุ้นให้กล้ามเนื้อและกระดูกผลิตแกล็กเต็ดในร่างกาย และขณะที่จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิจะพบว่ามีความสัมพันธ์กับความเปลี่ยนแปลงของคลื่นสมอง โดยคลื่นสมองมีลักษณะเป็นคลื่นอัลฟามากซึ่งแสดงว่าร่างกายมีความวิตกกังวลน้อยลง นอกจากนั้น สารเบต้า-เอนดอร์ฟินซึ่งมีคุณสมบัติทางโครงสร้างคล้ายมอร์ฟินจะถูกร่างกายหลั่งออกมาขณะจิตสงบเป็นสมาธิ เอนดอร์ฟินทำหน้าที่ยับยั้งการรับรู้สัญญาณความเจ็บปวดซึ่งส่งตรงมาจากไขสันหลัง^{๒๗}

^{๒๖} กาญจนา สังข์สิงห์, “ประสบการณ์ของผู้ป่วยมะเร็งในการบำบัดเยียวยาด้วยสมาธิ”, วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้ใหญ่), หน้า ๔๑.

^{๒๗} อังโน จุฑามาศ วาริแสงทิพย์, “การฟื้นฟูคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยไตวายระยะสุดท้ายด้วยธรรมปฏิบัติ”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต (พระพุทธศาสนา), (บัณฑิตวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๑๑๓.

พัชรี บิดา ศึกษาวิจัยเรื่องสมาธิกับแพทย์ทางเลือก พบว่า สมาธิเป็นวิธีการหนึ่งที่ทำให้ข้อมูลนำมาใช้เพื่อลดความทุกข์ทรมานจากการเจ็บป่วย การทำสมาธิเป็นการทำให้ร่างกายอยู่ในภาวะปลอดโปร่ง อิศระจากความรู้สึกรัดทึบ สามารถฟื้นฟูร่างกายทั้งระบบให้กลับสู่ภาวะสมดุล ร่างกายมีภูมิคุ้มกันที่ดีขึ้น^{๒๕}

ลลิตา ชีระสิริ เห็นสอดคล้องกันว่าสมาธิเป็นความสงบของจิต ความว่องไวเป็นธรรมชาติของจิตทำให้เกิดความสับสนวุ่นวาย เมื่อจิตไม่นิ่งก็ไม่สามารถควบคุมจิตรวมทั้งจิตได้ ลำนึก พลังของจิตก็จะไม่เกิด การฝึกสมาธิเป็นการฝึกตนเองไม่ให้ฟุ้งซ่าน ฝึกให้จิตว่างเพื่อจะได้ทำหน้าที่อย่างที่เราต้องการนั่นก็คือเราสามารถควบคุมจิตได้ดี ดังท่านพุทธทาสภิกขุกล่าวไว้ว่า “ถ้าเราบังคับจิตได้ อะไร ๆ มันก็ไม่มีปัญหา” โรคอะไรก็ไม่มีปัญหา เพราะสั่งให้หายได้^{๒๖}

กาญจนา สังข์สิงห์ กล่าวถึง เซลล์ร่างกายที่กลายเป็นมะเร็งเนื่องจากศูนย์ควบคุมการเกิดการตายผิดปกติ กล่าวคือ เมื่อเซลล์ตัวหนึ่งตายก็จะเกิดทดแทนตัวหนึ่งทำให้ร่างกายคงที่ แต่ในสภาวะมะเร็ง เซลล์มะเร็งตายตัวหนึ่งจะมีเซลล์เกิดใหม่หลายตัวอาจเป็นสิบหรือเป็นร้อย เซลล์เหล่านี้ต้องการอาหาร อากาศ และน้ำ ขณะที่ร่างกายอยู่ในสมาธิ การหายใจ ชีพจร ความดันโลหิตลดลง ทำให้เซลล์มะเร็งขาดอาหารและอากาศ อัตราการเติบโตจึงชะงัก ศูนย์ควบคุมการเกิดการตายของเซลล์กลับมาทำงานตามปกติได้บางครั้ง พยาธิสภาพก็ปรับเข้าสู่สมดุล เข้าสู่ภาวะปกติใหม่ ด้วยเหตุผลนี้ทำให้ผู้ป่วยมะเร็งหันมาสนใจใช้การทำสมาธิเพื่อบำบัดโรคร้ายอย่างกว้างขวาง ไม่ว่าจะอยู่ในระยะไหน ถ้าในระยะที่ยังพอสู้กับโรคได้ สมาธิจะทำให้ภูมิคุ้มกันเพิ่มมากขึ้นมีผลทำให้อาการของโรคมะเร็งและภาวะแทรกซ้อนจากการรักษาลดน้อยลง รวมทั้งโอกาสหายจะมีมากกว่าคนที่จิตใจไม่สงบ สำหรับระยะสุดท้ายที่ไม่อาจบำบัดเยียวยาได้โดยวิธีใด การฝึกจิตให้สงบด้วยสมาธิจะทำให้อาการเจ็บปวดลดน้อยลง สามารถยอมรับและเผชิญกับความตายได้อย่างกล้าหาญ รักษาความสงบตั้งมั่นของจิตไว้ในวาระสุดท้าย และจากไปอย่างสงบสบาย^{๒๗}

อุทัยวรรณ เลาประเสริฐสุข นำองค์ความรู้แบบแยกส่วนที่ว่าชีวิตประกอบด้วยขั้น ๕ มาใช้กับผู้ป่วยโดยให้พิจารณาว่าชีวิตไม่มีตัวตนที่แท้จริงเป็นอนัตตา มีเพียงแต่กระแสแห่งการปรุง

^{๒๕} พัทรี บิดา, “การใช้แพทย์ทางเลือกเสริมการแพทย์แผนปัจจุบันในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็ง”, วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๘), หน้า ๕๔.

^{๒๖} ลลิตา ชีระสิริ, มะเร็งรักษาด้วยตนเอง ตามแนวธรรมชาติบำบัด, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท รวมธรรมส์ จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๑๔๖-๑๔๗.

^{๒๗} กาญจนา สังข์สิงห์, “ประสบการณ์ของผู้ป่วยมะเร็งในการบำบัดเยียวยาด้วยสมาธิ”, วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้ใหญ่), หน้า ๔๑.

แต่จะไปตามธรรมชาติเท่านั้นทำให้จิตใจผู้ป่วยเกิดปัญญาเข้าถึงหลักความจริง ความทุกข์เรื่องเจ็บป่วยไม่สามารถครอบงำจิตใจได้ นับเป็นประโยชน์สูงสุดในขั้นปรมาตม์คือดับทุกข์จากความเจ็บป่วยไปได้ แม้แต่ผู้ป่วยระยะสุดท้ายที่ไม่อาจเยียวยาใด ๆ ทางร่างกายได้ พระพุทธเจ้ายังทรงส่งเสริมกำลังใจเพื่อให้ผู้ป่วยสามารถประคองจิตไปจนกว่าสิ้นชีวิต หรือหากประคองจิตได้ถึงขั้นสูงสุดคือ การบรรลุธรรมพร้อมกับการสิ้นชีวิต ทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า “ชีวิตสมลีสี”^{๓๒}

จุฬารัตน์ เขาประเสริฐ ให้ความสำคัญกับการรักษาโรคทางใจ ตามหลักพระพุทธศาสนามี ๓ วิธี คือ (๑) การใช้โยนิโสมนสิการ คือพิจารณาหาเหตุผล คุณค่า ประโยชน์ โทษในเรื่องต่าง ๆ รู้จักแก้ไขและดำเนินชีวิตให้ถูกต้อง (๒) ใช้สมาธิบำบัด เช่น อานาปานสติ พุทธานุสติ การเจริญเมตตาเพื่อสงบระงับนิวรณ์กิเลสทำให้เกิดปีติสุขและความผ่อนคลาย (๓) คบหากัลยาณมิตร ที่สามารถให้คำแนะนำและให้คำปรึกษาได้^{๓๓}

สุธรรมา วรรณานิน กล่าถึงประโยชน์ที่เป็นจุดมุ่งหมายแท้จริงของสมาธิตามหลักพระพุทธศาสนาคือการเตรียมจิตใจพร้อมที่จะใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้แจ้งสภาวะธรรม ตามความเป็นจริง ซึ่งจะนำไปสู่วิชชาและวิมุตติในที่สุด ประโยชน์ที่รองลงมาคือการบรรลุภาวะที่จิตหลุดพ้นจากกิเลสชั่วคราวที่เรียกว่า เจโตวิมุตติและประเภทที่หลุดพ้นยังไม่เด็ดขาด กล่าวคือหลุดพ้นจากกิเลสด้วยอำนาจพลังจิตหรือกำลังสมาธิกด ข่ม หรือทับเอาไว้ตลอดเวลาเรียกว่า วิกขัมภณวิมุตติ

ประโยชน์ในด้านสุขภาพจิต ทำให้เป็นผู้มีจิตใจเข้มแข็ง มั่นคง มองดูรู้จักตนเองและผู้อื่นตามความเป็นจริง เตรียมใจให้อยู่ในสภาพพร้อม ใจสงบ ผ่อนเบาความทุกข์ที่เกิดในใจ มีความมั่นคงทางอารมณ์ มีภูมิคุ้มกันโรคทางจิต^{๓๔}

จากการศึกษา ผู้วิจัยสรุปได้ว่า การบำบัดรักษาผู้ป่วยโรคมะเร็งด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ ก็คือการนำผลพลอยได้จากประโยชน์ของการทำสมาธิมาใช้ในการรักษาโรค ลักษณะของจิตที่

^{๓๒} อุทัยวรรณ เล่าประเสริฐสุข, “การศึกษาเชิงวิเคราะห์พุทธวิธีบรรเทาทุกข์ยามเจ็บป่วย” วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา), (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๒๓.

^{๓๓} จุฬารัตน์ เขาประเสริฐ, “การประยุกต์ใช้พุทธธรรมในการบำบัดโรคจิตเภท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา), (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕), หน้า ๓๑.

^{๓๔} สุธรรมา วรรณานิน, “ผลของการปฏิบัติสมาธิที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ : กรณีศึกษาผู้ปฏิบัติธรรมโครงการเฉลิมพระเกียรติตามรอยเบื้องพระยุคลบาท วัดโสมนัสวิหาร”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา), (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๕-๖.

เป็นสมาธิ เรียกว่า “กัมมณียัง”^{๓๕} แปลว่า เหมาะแก่การใช้งาน เพราะมีคุณสมบัติ ๓ ประการ คือ ๑) จิตแน่วแน่เกิดพลัง ๒) จิตใส มองอะไรชัดเจนเกือกลต่อการเกิดปัญญา ๓) จิตสงบ ปลอดโปร่ง ไม่ กระสับกระส่าย เกิดความสุข เกิดความสมดุลในร่างกายและจิตใจ

ประโยชน์ที่ต้องการใช้ในพุทธศาสนา คือการเชื่อมต่อกับปัญญาเพื่อให้เข้าใจความจริงของสิ่งทั้งหลาย แต่จิตที่เป็นสมาธิเป็นจิตที่สงบ ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่ปรุงแต่ง ไม่เกิดทุกข์ทางใจ ชีวิตประกอบด้วยกายกับใจสัมพันธ์กันส่งผลกระทบต่อกัน เมื่อใจไม่มีทุกข์ การทำงานของกายก็ราบรื่น อยู่ในดุลยภาพ การทำงานของจิตนี้อาศัยสมอง สมองทำงานต้องอาศัยเลือดเลี้ยง เลือดต้องอาศัย ออกซิเจน ออกซิเจนอาศัยการหายใจ เมื่อจิตเป็นสมาธิลึกขึ้น ละเอียดขึ้น ลมหายใจจะประณีตขึ้น การเผาผลาญของร่างกายน้อยลง ความต้องการพลังงานน้อยลง กล่าวกันว่า การเข้าสมาธิถึงฌานที่ ๔ เอามือแตะจมูกแทบไม่ปรากฏลมหายใจ ออกซิเจนเข้าไปในร่างกายเล็กน้อยก็เลี้ยงร่างกายไปได้นาน มีผลทำให้มีสุขภาพดี เลือดลมเดินคล่อง อายุยืน หน้าตาผ่องใส ร่างกายมีภูมิคุ้มกันโรค ผู้ที่มีปัญหาเรื่องสุขภาพก็อาจทุเลาได้

ปัจจุบันการฝึกสมาธิเป็นที่นิยมอย่างแพร่หลายทั้งในซีกโลกตะวันออกและตะวันตก เพื่อใช้ประโยชน์ในการส่งเสริมสุขภาพ เช่น ในประเทศสหรัฐอเมริกาถึงเห็นประโยชน์ในการทำสมาธิรักษาโรค ทีมมหาวิทยาลัยแห่งแมสซาชูเซตส์ (University of Massachusetts) ได้เปิดคลินิกด้านนี้ขึ้นมาโดยรัฐบาลอเมริกันให้เงินสนับสนุน เช่นเดียวกับที่ มหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด (Harvard University) แพทย์ท่านหนึ่ง เล่าว่า เขาเปิดการสอนสมาธิในการรักษาโรคซึ่งเป็นผลพลอยได้^{๓๖} ส่วนการปฏิบัติก็มีหลายวิธีแล้วแต่ความชอบและความเหมาะสมของผู้ปฏิบัติโดยมีเป้าหมายเดียวกันคือให้จิตสงบ ไม่ฟุ้งซ่าน

๒.๒.๒ ตัวบ่งชี้พลังจิตตามแนวพุทธ

หลักธรรมที่เป็นพลังทางจิตที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า “อินทรี ๕” และ “พละ ๕” เป็นพลังทางจิตที่มีอยู่ในตัวของเรา เมื่อปลุกให้ตื่นจะนำมาใช้ประโยชน์ได้มหาศาล และยังเป็นเครื่องวัดความพร้อม และบ่งชี้ความก้าวหน้าหรือเร็วของบุคคลในการปฏิบัติธรรม อินทรี ๕ มีหน้าที่คุ้มครอบป้องกันและปราบปรามอกุศลฝ่ายตรงข้าม พละ ๕ ทำหน้าที่เป็นหน่วยกำลังให้เข้มแข็งเพื่อต่อต้านอกุศลธรรม ประกอบด้วยองค์ธรรม ๕ อย่าง เช่นเดียวกันคือ ศรัทธา วิริยะ สติ

^{๓๕} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), สัมมาสมาธิและสมาธิแบบพุทธ, หน้า ๑๘๖.

^{๓๖} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๘๙-๑๙๐.

สมาธิ และปัญญา หลักธรรมชุดนี้ใช้สำหรับการปฏิบัติธรรมโดยทั่วไป มิใช่เฉพาะสำหรับการเจริญสมาธิเท่านั้น

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) สรุปความหมายของอินทรีย์ ๕ ไว้ ดังนี้

๑) ศรัทธา (สัทธินทรีย์) ความน้อมใจตั้งหรือเด็ดเดี่ยว (อธิโมกข์) ความเชื่อที่มีเหตุผล มั่นใจในความจริง ความดีของสิ่งที่นับถือหรือปฏิบัติ

๒) วิริยะ (วิริยินทรีย์) ความเพียรเพื่อละอกุศลธรรม และทำกุศลธรรมให้ถึงพร้อม หน้าที่ของวิริยะ คือการยกจิตไว้ (ปักคาหะ) ความหมายสามัญว่า ความเพียรพยายาม มีกำลังใจ ก้าวหน้า ไม่ท้อถอย

๓) สติ (สตินทรีย์) การมีสติครองตัว สามารถระลึกนึกทวนถึงกิจที่ทำ คำที่พูดแล้ว แม้นานได้ หน้าที่ของสติคือการดูแลหรือคอยกำกับจิต (อุปัฏฐาน) ความหมายสามัญว่า ความระลึกได้ กำกับใจไว้กับกิจ นึกได้ถึงสิ่งที่พึงทำ พึงเกี่ยวข้อง

๔) สมาธิ (สมาธินทรีย์) การทำภาวะปล่อยวางให้ป็นอารมณ์ แล้วได้สมาธิ ได้ เอกัคคตาแห่งจิต หน้าที่ของสมาธิ คือ การทำจิตไม่ให้ส่าย (อวิกเขปะ) ความหมายสามัญว่า ความมีใจตั้งมั่น แน่วแน่ในกิจ ในสิ่งที่กำหนด

๕) ปัญญา (ปัญญินทรีย์) การมีปัญญาที่หยั่งถึงความเกิดขึ้น และความเสื่อมสิ้นไป คือ การเห็นความจริง (ทัสสนะ) ความหมายสามัญว่า ความรู้ความเข้าใจตามเป็นจริง รู้สิ่งที่ทำที่ปฏิบัติ หยั่งรู้หรือรู้เท่าทันสภาวะ^{๓๓}

ในสังยุตตนิกาย มหาวารวรรค อินทริยสังยุต กล่าวถึงสัทธินทรีย์ของพระสารีบุตรว่า อินทรีย์ ๕ อย่างนี้ส่งผลเป็นปัจจัยต่อกัน กล่าวคือ ศรัทธาทำให้เกิดความเพียร ความเพียรช่วยให้สติตั้งมั่น เมื่อสติตั้งมั่นแล้ว กำหนดอารมณ์ก็จะได้สมาธิ เมื่อมีสมาธิแล้วก็จะเกิดความเข้าใจมองเห็นซึ่งถึงโทษของอวิชาตคณาที่เป็นเหตุแห่งสังสารวัฏ มองเห็นคุณค่าของนิพพานซึ่งเป็นภาวะปราศจากความมืดแห่งอวิชาและความทรมานทรมายแห่งคณา สงบ ประณีต ดีเยี่ยม ครั้นเมื่อรู้ชัดแจ่มแจ้งด้วยตนเองแล้ว ก็จะเกิดมีศรัทธาที่เป็นศรัทธาอย่างยิ่งหมุนเวียนกลับเป็นสัทธินทรีย์อีก ดังพระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ว่า

สารีบุตร อริยสาวกผู้มีศรัทธานั้นพยายามอย่างนี้ ครั้นพยายามแล้วระลึกอย่างนี้ ครั้นระลึกแล้วตั้งมั่นอย่างนี้ ครั้นตั้งมั่นแล้วรู้ชัดอย่างนี้ ครั้นรู้ชัดแล้วยอมเชื่อมั่นอย่างนี้ว่า

^{๓๓} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), สัมมาสมาธิและสมาธิแบบพุทธ, หน้า ๑๑๒-๑๑๔.

นี่แหละคือธรรมที่เราได้ฟังมาก่อน บัดนี้เราถูกต้องด้วยนามกายนั้นอยู่ และเห็นแจ้งแทงตลอดด้วยปัญญา ก็ศรัทธาของอริยสาวกนั้นพึงจัดเป็นสัทธินทรีย์^{๓๘}

ในอังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต ปฏิปทาวรรค กล่าวถึง ปฏิปทา ๔ อันเป็นแนวทางปฏิบัติธรรมของบุคคลที่แตกต่างกันไป แบ่งเป็น ๔ ประเภท คือ บางพวกปฏิบัติลำบากทั้งรู้ได้ช้า บางพวกปฏิบัติลำบากแต่รู้ได้เร็ว บางพวกปฏิบัติสะดวกแต่รู้ได้ช้า บางพวกปฏิบัติสะดวกทั้งรู้ได้เร็ว พระพุทธองค์ทรงชี้แจงว่า ตัวการที่กำหนดให้รู้ช้าหรือรู้เร็วก็คือ อินทรีย์ ๕ กล่าว คือ ถ้าอินทรีย์ ๕ อ่อนไปก็รู้ช้า ถ้าอินทรีย์ ๕ แก่กล้าก็รู้ได้เร็ว^{๓๙}

แม้แต่การที่พระอนาคามีแตกต่างกันออกไปเป็นประเภทต่าง ๆ ก็เพราะอินทรีย์ ๕ เป็นตัวกำหนดด้วย^{๔๐} หรือกว้างออกไปอีก ตามปกติ ความพร้อมและความหย่อนแห่งอินทรีย์ ๕ นี้ แลเป็นเครื่องวัดความสำเร็จเป็นอริยบุคคลชั้นต่าง ๆ ทั้งหมด กล่าวคือ เพราะอินทรีย์ ๕ เต็มบริบูรณ์ก็เป็นพระอรหันต์ อินทรีย์ ๕ อ่อนกว่านั้น ก็เป็นพระอนาคามี อ่อนกว่านั้นก็พระสกทาคามี อ่อนกว่านั้นก็พระโสดาบันประเภทธัมมานุสारी อ่อนกว่านั้นอีกก็เป็นพระโสดาบันประเภทสัทธานุสारी ดังนี้เป็นต้น ตลอดจนว่า ถ้าไม่มีอินทรีย์ ๕ เสียเลยโดยประการทั้งปวงก็จัดเป็นพวกปุถุชนคนภายนอก มีคำสรุปว่า ความแตกต่างแห่งอินทรีย์ทำให้มีความแตกต่างแห่งผล ความแตกต่างแห่งผลทำให้มีความแตกต่างแห่งบุคคล หรือว่าอินทรีย์ต่างกันทำให้ผลต่างกัน ผลต่างกันทำให้บุคคลต่างกัน^{๔๑}

ในกัมภีร์ขุททกนิกาย ปฏิสัมภีตามัคค์ แสดงอกุศลธรรมฝ่ายตรงข้ามที่อินทรีย์ ๕ จะกำจัดเป็นคู่ ๆ จะยกมากล่าวไว้พร้อมทั้งหน้าที่หรือกิจของอินทรีย์เหล่านั้น ดังนี้

๑. ศรัทธา เป็นใหญ่ในหน้าที่น้อมใจตั้งหรือมุ่งไปเด็ดเดี่ยว กำจัดอกุศล คือ ความไม่เชื่อถือ
๒. วิริยะ เป็นใหญ่ในหน้าที่ประคอง หรือคอยขกจิตไว้ กำจัดอกุศล คือ ความเกียจคร้าน
๓. สติ เป็นใหญ่ในหน้าที่คอยคุมหรือดูแลจิต กำจัดอกุศลคือ ความประมาท
๔. สมาธิ เป็นใหญ่ในหน้าที่ทำจิตไม่ให้ซ่านสาย กำจัดอกุศล คือ อุทัจจะ

^{๓๘} ดูรายละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๕/๕๒๐/๓๓๔.

^{๓๙} ดูรายละเอียดใน อ.จ.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๖๒/๒๒๓.

^{๔๐} ดูรายละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๕/๔๘๒/๒๕๕-๒๕๖.

^{๔๑} ดูรายละเอียดใน ข.ป. (ไทย) ๓๑/๑๕๘-๒๐๘/๓๒๒-๓๔๔.

๕. ปัญญา เป็นใหญ่ในหน้าที่ดูเห็นตามสภาวะ กำจัดอกุศล คือ อวิชชา^๒

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) กล่าวถึงความสำคัญของการปรับอินทรีย์ทั้งหลายให้เสมอกัน โดยย่ำว่าอินทรีย์อย่างหนึ่งอย่างใดแรงกล้าเกินไปและอินทรีย์อื่นอ่อนอยู่ อินทรีย์อื่นเหล่านั้นก็จะเสียความสามารถในการทำหน้าที่ของตน เช่น ถ้าศรัทธาแรงไป วิริยะก็ทำหน้าที่ขจัดไม่ได้ สติก็ไม่สามารถดูแลจิต สมาธิก็ไม่สามารถทำจิตให้แน่วแน่ ปัญญา也不能เห็นตามเป็นจริง ต้องลดศรัทธาเสียด้วยการใช้ปัญญาพิจารณาสภาวะแห่งธรรม หรือมนสิการในทางที่ไม่เป็นการเพิ่มกำลังให้แก่ศรัทธา^๓

ตามหลักทั่วไปท่านให้ปรับอินทรีย์เสมอกันเป็นคู่ ๆ คือ ให้ศรัทธาสมหรือเสมอกับปัญญา และให้สมาธิสมหรือเสมอกับวิริยะ ถ้าศรัทธากล้าปัญญาอ่อนก็อาจเสื่อมใสในสิ่งที่ไม่น่าเสื่อมใส ถ้าปัญญากล้าศรัทธาอ่อนก็จะเอียงไปข้างอวดดี เป็นคนแก้ไขไม่ได้ เหมือนโรคเกิดจากยาเสียเอง ถ้าสมาธิกล้าวิริยะอ่อน โภสัชชะคือความเกียจคร้านก็เข้าครอบงำ เพราะสมาธิเข้าพวกกันได้กับ โภสัชชะ แต่ถ้าวิริยะแรงสมาธิอ่อนก็เกิดความฟุ้งซ่านเป็นอุทธัจจะ เพราะวิริยะเข้าพวกกันได้ดีกับอุทธัจจะ เมื่ออินทรีย์ ๒ คู่นี้เสมอกันดี การปฏิบัติธรรมก็เดินหน้าได้ผลดี หลักนี้ท่านให้นำมาใช้กับการเจริญสมาธิด้วย

อย่างไรก็ตาม ถ้าเจริญแต่สมาธิอย่างเดียวล้วนคือบำเพ็ญสมณะ^๔ ถึงศรัทธาจะแรงกล้าก็ได้ผลเกิดอัปนาสมาธิได้ หรือสมาธิแก่กล้าก็เหมาะแก่การเจริญสมาธิอยู่ดี ตรงข้ามกับการเจริญวิปัสสนาถึงปัญญาจะแรงไปก็ไม่เป็นไร เพราะกลับจะเกิดความรู้แจ้งดีด้วยซ้ำ แต่ถ้าปฏิบัติตามหลักทั่วไป คือให้อินทรีย์ ๒ คู่เท่าเสมอกันก็ได้ผลดี เช่น ให้เกิดอัปนาสมาธิได้อยู่นั่นเอง ส่วนสติเป็นข้อยกเว้น ยิ่งสติมีกำลังก็ยิ่งดี มีแต่จะช่วยของกรรมข้ออื่น ๆ ได้ดียิ่งขึ้น ช่วยรักษาจิตไม่ให้ตกไปทั้งข้างอุทธัจจะและข้างโภสัชชะ การยกจิตข่มจิตต้องอาศัยสติทั้งสิ้น สติมีประโยชน์ต้องใช้ทุกที่ทุกกรณี และสติเป็นที่พึ่งที่อาศัยของใจ^๕

พระมหาสมพร สุวรรณคำ กล่าวถึงสาเหตุ ๖ ประการในการปฏิบัติกรรมฐานที่บางท่านฝึกจิตได้ผลไว แต่บางท่านได้ผลช้า บางท่านได้ผลดีมาก แต่บางท่านไม่ได้ผลเลย ได้แก่ ๑. ฝึกไม่ถูกวิธี ๒. ไม่มีเวลาเพียงพอในการฝึก ๓. ฝึกไม่ติดต่อกัน ๔. ไม่เว้นสิ่งที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนให้เว้น ๕. อินทรีย์ทั้งห้าไม่มีพลัง ๖. ปรับอินทรีย์ไม่สมดุลกัน ข้อที่สำคัญที่สุด คือ อินทรีย์

^๒ คุรยละเอียคนใน จุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๕๕-๒๐๘/๓๒๓-๓๔๕.

^๓ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), สัมมาสมาธิ และสมาธิแบบพุทธ, หน้า ๑๑๖-๑๑๗.

^๔ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๑๘.

^๕ อ่างแล้ว.

ทั้งห้าไม่มีพลังต้องปรับอินทรีย์ให้สมดุลกัน ในการปรับอินทรีย์ให้ได้ผลท่านกล่าวถึงวิธีการดังนี้
 ๑) ปรับศรัทธากับปัญญาให้เท่ากัน ๒) ปรับความเพียรกับสมาธิให้เท่ากัน ๓) สติเป็นตัวกลาง
 ยิ่งมากยิ่งขึ้น^{๔๖}

ตามหลักทั่วไป บุคคลต้องฝึกอบรมอินทรีย์ครบทั้ง ๕ จึงจะปฏิบัติธรรมก้าวหน้าไปได้
 มีกรณียกเว้นฝึกอบรมเฉพาะอินทรีย์ที่จำเป็นหรือจำเป็นที่สุด โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการปฏิบัติเพื่อ
 หวังรู้สังขารมอันเป็นจุดหมายสูงสุด การฝึกอบรมอินทรีย์เพียง ๔ อย่างเป็นไปได้สูงสุด ในกรณี
 นั้นศรัทธาเป็นอินทรีย์ที่อาจเว้นเสีย ในสังยุตตนิกาย มหาวารวรรค แสดงไว้ว่า

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุจีณาสพพยากรณ์อรหัตผลแล้ว เรารู้ชัดว่าชาติสิ้นแล้ว อยู่จบ
 พรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป เพราะ
 อินทรีย์ ๔ ประการที่ภิกษุจีณาสพเจริญ ทำให้มากแล้ว

อินทรีย์ ๔ ประการ อะไรบ้าง คือ

๑. วิริยอินทรีย์ ๒. สตินอินทรีย์
๓. สมาธินอินทรีย์ ๔. ปัญญินอินทรีย์^{๔๗}

อินทรีย์ต่อไปที่อาจขาดได้ในการฝึกอบรมคือ วิริยะ ดังแสดงว่า

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุปิณฑโฆถการทวาชะพยากรณ์อรหัตผลแล้ว เรารู้ชัดว่าชาติสิ้นแล้ว
 อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้วไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป
 เพราะ อินทรีย์ ๓ ประการที่ภิกษุปิณฑโฆถการทวาชะ เจริญ ทำให้มากแล้ว

อินทรีย์ ๓ ประการ อะไรบ้าง คือ

๑. สัทธินอินทรีย์ ๒. สมาธินอินทรีย์
๓. ปัญญินอินทรีย์^{๔๘}

^{๔๖} พระมหาสมพร สุวรรณคำ, “กระบวนการสื่อสารในการสอนกรรมฐานของพระธรรมวิสุทธิกวี
 (พิจิตร ฐิตวณฺโณ) วัดโสมนัสวิหาร กรุงเทพมหานคร”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพัฒนา
 ขนบศึกษา, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๗), หน้า ๗๕.

^{๔๗} ส.ม. (ไทย) ๑๕/๕๑๗/๓๒๕.

^{๔๘} ส.ม. ๑๕/๕๑๕/๓๓๑ .

ถ้าจำเป็นต้องลดลงอีก ข้อที่ลดหายไปไม่ต้องอบรมคือ สติ ดังนี้

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุจีณาสพพยากรณ์หรือหัตตผลว่า เรา รู้ชัดว่า ชาตีสิ้นแล้ว อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป เพราะอินทรีย์ ๒ ประการที่ภิกษุจีณาสพเจริญ ทำให้มากแล้ว

อินทรีย์ ๒ ประการ อะไรบ้าง คือ

๑. ปัญญาที่เป็นอริยะ ๒. วิมุตติที่เป็นอริยะ^{๔๕}

ข้อสุดท้าย อินทรีย์ที่จำเป็นที่สุด ซึ่งไม่อาจเว้นการฝึกอบรมได้เลย และแม้มีอย่างเดียว แต่ถ้ามีคุณภาพพอก็ให้บรรลุผลที่หมายของพุทธศาสนาได้ อินทรีย์นี้คือ ปัญญา

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุจีณาสพพยากรณ์หรือหัตตผลว่า เรา รู้ชัดว่า ชาตีสิ้นแล้ว อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป เพราะอินทรีย์อย่างหนึ่งที่ภิกษุจีณาสพเจริญ ทำให้มากแล้ว

อินทรีย์อย่างหนึ่ง คืออะไร

คือ ปัญญาอินทรีย์” สรทธาที่เป็นไปตามปัญญา วิริยะที่เป็นไปตามปัญญา สติที่เป็นไปตามปัญญา สมာธิที่เป็นไปตามปัญญาของอริยสาวกผู้มีปัญญาย่อมตั้งมั่น^{๔๖}

ที่ว่าฝึกอบรมเฉพาะอินทรีย์ที่จำเป็นเพียง ๔ หรือ ๓ หรือ ๒ หรือ ๑ นี้ มิได้หมายความว่า ไม่ต้องมีอินทรีย์ที่ไม่มีชื่ออยู่ด้วยเสียเลยทีเดียว ความจริงก็ยังมีและใช้อินทรีย์ครบทั้งหมด แต่อินทรีย์เหล่านั้นเป็นเพียงตัวแอบอิง พลอยเกิดเจริญตามอินทรีย์ ตัวอื่นที่จำเป็น และมีอยู่พอเท่าที่ จะต้องใช้ประโยชน์ ไม่ต้องตั้งใจฝึกอบรมให้เด่นขึ้นมา กรณียกเว้นเช่นนี้ ย่อมสมควรเป็นเรื่องเฉพาะบุคคลที่มีความสามารถพิเศษบางคน สำหรับคนทั่วไปย่อมสมควรปฏิบัติตามหลักทั่วไปข้างต้น คือ เจริญอินทรีย์ ๕ ประการ ให้มาก^{๔๗}

^{๔๕} ต.ม. (ไทย) ๑๕/๕๑๖/๓๒๘-๓๒๙.

^{๔๖} ต.ม. (ไทย) ๑๕/๕๑๕/๓๒๘.

^{๔๗} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), สัมมาสมาธิ และสมาธิแบบพุทธ, หน้า ๑๒๐.

ชุตินพศ์ ไตรโลกา กล่าวถึงรูปแบบของการพัฒนาพละ ๕ ว่าประกอบด้วยปัจจัยหลัก สี่ ประการที่เรียกว่า โสตาปัตตยังคะ ๔ ซึ่งเป็นองค์คุณทำให้เกิดศรัทธาที่ถูกต้องตามหลักคำสอนใน พระพุทธศาสนา (ตถาคตโพธิศรัทธา) คือ ๑. คบหา แสวงหา และเข้าถึงสัตบุรุษผู้รู้แจ้งเห็นจริง ๒. ฟังธรรมเพื่อให้เกิดคุณธรรมที่ต้องการก่อนในเบื้องต้น คือ ศรัทธา ๓. โยนิโสมนสิการหลักธรรมที่ ได้ฟังจนเกิดสัมมาทิฏฐิเชื่อในคำสอน ๔. จึงเริ่มเข้าสู่กระบวนการธรรมานุธรรมปฏิบัติ คือมุ่งหน้า ปฏิบัติอย่างจริงจัง ตั้งอยู่บนความไม่ประมาทโดยเพียรปฏิบัติเจริญสติปัญญานอยู่เสมอ องค์ธรรมทั้ง ๕ คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ก็จะเกิดการพัฒนากำลังขึ้นไปตามลำดับ^{๕๒}

๒.๒.๓ แนวทางการบำบัดผู้ป่วยโรคมะเร็งด้วยพลังจิตตามแนวพุทธในสถาน บำบัดต่าง ๆ

๒.๒.๓.๑ แนวทางการบำบัดผู้ป่วยโรคมะเร็งของศูนย์อโรคยศาล

วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร

อโรคยศาล วัดคำประมง ตำบลสว่าง อำเภอพรรณานิคม จังหวัดสกลนคร เป็น สถานที่ทำการบำบัดรักษาผู้ป่วยโรคมะเร็งแบบองค์รวม คือผสมผสานระหว่างการแพทย์แผนไทย (สมุนไพร) การแพทย์แบบตะวันตก การแพทย์แผนจีน (การฝังเข็ม) สมาธิบำบัด ดนตรีบำบัด ธรรม บำบัด และการปรับเปลี่ยนอาหาร มีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ทุกชาติ ศาสนา ที่มีความ ทุกข์อันเกิดจากโรคร้ายไข้เจ็บที่รุนแรงโดยเฉพาะโรคมะเร็ง โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายใด ๆ ทั้งสิ้น ค่าใช้จ่ายในการดูแลผู้ป่วยได้มาจากผู้มีจิตศรัทธาร่วมกันบริจาค เริ่มเปิดบริการ พ.ศ.๒๕๔๘ จนถึง ปัจจุบัน (ข้อมูล เดือนพฤษภาคม ๒๕๕๐) ใช้งบประมาณทั้งสิ้น ๓๐ ล้านบาท ผู้ป่วยมาจากทั่วทุก ภาคของประเทศไทย รวมถึงผู้ป่วยชาวต่างชาติ รวมจำนวนประมาณ ๔๘๐ คน

แนวทางการรักษา

๑) ใช้หลักการในทางพระพุทธศาสนา โดยใช้สมาธิบำบัด สวดมนต์ นั่งสมาธิ และ เติมน้ำมันควบคู่กับการใช้ดนตรีบำบัด และธรรมชาติบำบัด

๒) ใช้สมุนไพรรักษาโรคมะเร็งตามแนวทางการรักษาด้วยสมุนไพร เช่น การล้างพิษ ด้วยสมุนไพรแก้ว ๗ ดวง การใช้สมุนไพรบำรุงธาตุ ปรับธาตุในร่างกาย และการใช้สมุนไพร สูตรหลักแก่ผู้ป่วยโรคมะเร็ง

^{๕๒} ชุตินพศ์ ไตรโลกา, “การศึกษาวิเคราะห์รูปแบบการพัฒนาพละ ๕ ในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า บทคัดย่อ.

๓) การอบไอน้ำสมุนไพร การต้มน้ำสมุนไพรบางตัวเพื่อเสริมธาตุ เช่น การต้มน้ำสมุนไพรสมานฉันท์ เพื่อให้เกิดการกระตุ้นการไหลเวียนของกระแสโลหิต และประสานการทำงานของอวัยวะส่วนต่าง ๆ ตามกำลังธาตุของผู้ป่วย

๔) การประกอบพิธีกรรมในการรักษา อาศัยการคำนวณฤกษ์ในการประกอบพิธี ต้มยาตามหลักครูบาอาจารย์สมัยโบราณ ซึ่งอาศัยฤกษ์ดวงชะตา และกำลังธาตุของผู้ป่วยแต่ละคนเป็นการเสริมสร้างกำลังใจและศรัทธาให้แก่ผู้ป่วย ซึ่งจะทำให้ผู้ป่วยมีจิตใจที่แน่วแน่ เข้มแข็ง และต่อสู้กับอาการเจริญเติบโตของโรคได้

๕) การให้ครอบครัวของผู้ป่วยมีส่วนร่วมรับรู้ในการบำบัดรักษา และพักอยู่กับผู้ป่วยที่วัดคำประมงด้วย

๖) การรักษาด้วยแพทย์แผนปัจจุบันที่เป็นอาสาสมัครจากที่ต่าง ๆ เฉลี่ยสัปดาห์ละ ๑ ครั้ง เจาะเลือดโดยพยาบาลวิชาชีพเดือนละ ๑ ครั้ง (ต่อผู้ป่วย ๑ คน) การทำกลุ่มจิตบำบัดตามความจำเป็น

๗) การเยียวยาด้วยแพทย์ทางเลือกอื่น ๆ ได้แก่ การฝังเข็ม การใช้อาหารบำบัด (โภชนบำบัด)

๘) การส่งต่อผู้ป่วยในรายที่มีอาการหนัก เช่น ภาวะเสียน้ำรุนแรง มีอาการซีดมาก เมื่อพ้นวิกฤตแล้วจึงรับกลับมาบำบัดต่อ

๙) ผู้ให้การบำบัดรักษา คือพระอาจารย์ปพนพัชร จิรธัมโม (ภิกษุปัททนิธิ) เจ้าอาวาสวัดคำประมง โดยมีแพทย์ และบุคลากรทางสาธารณสุขที่เป็นอาสาสมัคร เข้ามาช่วยดูแลผสมผสานการรักษาแบบแผนปัจจุบัน^{๕๓}

ศิริโรจน์ กิตติสารพงษ์^{๕๔} แพทย์ประจำโรงพยาบาลรักษัสกล หนึ่งในแพทย์อาสาที่มาช่วยงานที่ศูนย์โรคยาศาลอย่างต่อเนื่องเป็นระยะเวลากว่า ๒ ปี กล่าวถึงวิธีการรักษาที่ศูนย์โรคยาศาลว่าเครื่องมือที่ใช้ในการรักษาเป็นความศรัทธาสมาธิ ผู้ป่วยทุกคนจะต้องปฏิบัติสมาธิเป็นประจำ หลังตื่นนอน ก่อนลุกขึ้นไปทำกิจกรรมส่วนตัวต่าง ๆ เพราะคนที่สามารถทำจิตของตัวเองให้นิ่งได้ จะทำให้ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายดีขึ้น สามารถเปลี่ยนเซลล์ที่ร้ายให้กลายเป็นดีได้ หรือ

^{๕๓} ทีมงานของอโรคยาศาล, สมาริบำบัดกับการรักษาโรคมะเร็ง, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : ธีรานุสรณ์การพิมพ์, ๒๕๕๑), หน้า ๔-๕.

^{๕๔} อโรคยาศาล วัดคำประมง, หนังสือที่ระลึกงานรับพระราชทานปริญญาบัตรวิทยาศาสตร์คุณุบัณฑิต พระปพนพัชร จิรธัมโม, (มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร, ๒๕๕๑), หน้า ๘๖.

เซลล์มะเร็งแบ่งตัวน้อยลง สมุนไพรเป็นสิ่งหนุนเสริมกัน รวมทั้งการรับประทานอาหารที่เป็นค้าง การปรับอาหารตามธาตุของร่างกาย ทำให้สภาพจิตใจดีขึ้นเพื่อจะหายได้ด้วยตนเอง การรักษาทางจิต และวิญญานผสมผสานกันไปเป็นอีกวิธีการหนึ่งคือ การเตรียมตัวตายตามคำสอนของพระพุทธองค์ว่าด้วยความไม่ประมาท ตามหลักธรรมอภินิหารปัจเจกชน^{๕๕} ว่าด้วย ๑) พิจารณาว่าชีวิตและร่างกายมีความแก่ลงทุกเวลานาที ๒) พิจารณาว่าร่างกายอาจเจ็บไข้ด้วยโรคหนึ่งโรคใดเมื่อใดก็ได้ ๓) พิจารณาว่าความตายเป็นสมบัติของสิ่งมีชีวิต ๔) พิจารณาว่าสรรพสิ่งทั้งหลายที่ครอบครองอยู่ เป็นเพียงของใช้ชั่วคราวชั่วคราว ๕) พิจารณาว่าการกระทำด้วยกาย วาจา ใจ เป็นสิ่งที่ต้องได้รับผล การกระทำของตนเอง ให้ผู้ปวยรับรู้ว่าจะไม่ใช่ว่าทุกคนต้องหายอย่างเดียว ทุกคนต้องมาเตรียมตัวตาย วันละ ๘ นาทีหลังนั่งสมาธิว่าจะอยู่ในโลกนี้เป็นครั้งสุดท้ายแล้ว การเตรียมพร้อมเป็นสิ่งที่ดี หลังจากชิมชาแล้ว ๑-๒ สัปดาห์ อาการกลัวความตายจะหายไป สามารถยิ้มแย้ม มีความสุขขึ้น

การใช้ยาสมุนไพรเสริมการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธสอดคล้องกับงานวิจัยของพระครูอินทสารวิจักษ์ (กิจไธ) เกี่ยวกับการใช้ยาสมุนไพรและธรรม โอสถในคัมภีร์พระพุทธศาสนาที่กล่าวว่า ในทางพระพุทธศาสนาเมื่อมีภิกษุอาพาธขึ้นมาพระองค์ทรงอนุญาตให้แสวงหาเภสัชพร้อมทั้งเครื่องอุปกรณ์ปรุงยาตนเอง โดยการใช้สมุนไพรหลายชนิดผสมกันหลายอย่าง ใช้รับประทาน ใช้ทา ใช้หยอด ใช้ฉีด ใช้สูดดมควัน ตลอดจนหยอดทางช่องจมูก เป็นต้น สมุนไพรที่ปรากฏในพระไตรปิฎกมีมาก พร้อมทั้งจัดเอาไว้เป็นหมวดหมู่อย่างดี แต่บางอย่างไม่ได้ระบุสรรพคุณและประโยชน์ไว้ เช่น รากไม้ เหง้า น้ำฝาด ผลไม้ ใบไม้ ยางไม้ หัวพืช ที่บอกชื่อและสรรพคุณไว้ก็มี แต่ไม่มาก เช่น ไม้กฤษณา หัวหมู ไม้จันทน์ ใบเลียงที่ใช้หยอดตาและให้เก็บไว้อย่างปลอดภัย แต่ไม่ได้ระบุไว้ว่าผสมกันอย่างไร บอกแต่วิธีเก็บเท่านั้น และยามหาวิภัง ๔ คือ คุดู มูตร เถ่า ดิน ที่สามารถแก้พิษงูกัดได้ และทรงอนุญาตรากไม้ที่เป็นยา เช่น ขมิ้น จิงสด ว่านน้ำ ว่านเปราะ ข่า แผลก ตลอดถึงแร่ธาตุต่าง ๆ มี ดีเกลือ มูลโค ดินเหนียว และกากน้ำขี้มเพื่อดับกลิ่นตัว เป็นต้น^{๕๖}

^{๕๕} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๑๘/๑๓๕, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๘/๑๖๖.

^{๕๖} พระครูอินทสารวิจักษ์ (กิจไธ), “การรักษาโรคด้วยยาสมุนไพรและธรรมโอสถที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๓๖.

**๒.๒.๓.๒ แนวทางการบำบัดผู้ป่วยโรคมะเร็งของสมาคมสถาบันพลังกายทศิพย์
เพื่อสุขภาพของคุณย่าเยาวเรศ บุนนาค กรุงเทพมหานคร**

ก่อตั้งเมื่อเดือน ตุลาคม พ.ศ.๒๕๓๘ ตั้งอยู่ที่ ๔๐/๔ ถนนเทศบาลนิมิตรใต้ เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร โดยมี คุณย่าเยาวเรศ บุนนาค เป็นผู้ก่อตั้งและวางหลักเกณฑ์ในการสอนและการรักษา มีผู้สนใจเข้ารับการอบรมมากกว่า ๕ หมื่นคน ผู้ป่วยมาขอรับการรักษาประมาณ ๒ หมื่นคนด้วยโรคต่าง ๆ จากทั่วประเทศ ตลอดระยะเวลา ๑๐ ปี โดยไม่คิดค่าเล่าเรียนและค่ารักษา คุณย่าเยาวเรศ บุนนาค ได้รับการถ่ายทอดวิชามาจาก พลเรือตรีหลวงสุวิชาญแพทย์ ผู้เชี่ยวชาญเรื่องพลังธรรมชาติ คือพลังคอสมิก และนำมารักษาโรคด้วยอำนาจสมาธิซึ่งฝึกจากพระอุปัชฌาย์ขณะที่ยังบวชเมื่ออายุ ๒๒ ปี ก่อนลาสิกขาเพื่อเข้ารับราชการที่กองทัพเรือ พลเรือตรีหลวงสุวิชาญแพทย์ และพระอุปัชฌาย์ ได้เดินทางไปประเทศศรีลังกา เพื่อเป็นลูกศิษย์ของท่าน ดาลิรา นาราคา (๑๘๔๖ - ๑๙๒๔) ขณะอายุ ๖๖ ปี ที่วัดวิชระยามา กรุงโคลัมโบ ปี พ.ศ. ๒๕๓๗ คุณย่าเยาวเรศ บุนนาค ได้ศึกษาความรู้เพิ่มเติมจากสถาบันแอสตรา ประเทศสหรัฐอเมริกา ซึ่งก่อตั้งมากกว่า ๕๐ ปี จาก ดร. โรเบิร์ต และ ดร.เออร์ลิน แชนนี่

สมาคมฯ ได้จัดหลักสูตรการอบรมวิชาพลังกายทศิพย์เพื่อสุขภาพแบ่งเป็น ๓ ระดับ ได้แก่

ระดับปฐมจักระ	เรียน ๖ วันติดต่อกัน
ระดับพัฒนาจักระ	เรียน ๒ วันติดต่อกัน
ระดับกายทศิพย์ แสง สี เสียง	เรียน ๔ วันติดต่อกัน

สมาคมฯ มีแนวทางการรักษาโรคประกอบด้วย ปัจจัยสำคัญ ๓ ประการ ดังนี้

๑. พลังสมาธิ ประกอบด้วยการรักษาจิตใจเพื่อสำรวจกาย วาจา การเจริญสมาธิ คือ การฝึกจิตใจให้ตั้งมั่นแน่วแน่สงบนิ่ง จดจ่อตรงกลางกระหม่อม เพื่อสร้างเสริมปรับปรุงร่างกาย จิตวิญญาณให้มีความแข็งแรง เพิ่มสมรรถภาพขึ้น สมาธิกับคลื่นสมองมีความเกี่ยวข้องกัน ผู้ที่มีสุขภาพจิตดี สุขภาพกายแข็งแรง ไม่มีโรคภัยเบียดเบียน ขณะทำสมาธิจะมีความอ่อนน้อมบริวารช่องท้องหายใจได้ลึกขึ้น สมองจะสร้างคลื่นซีต้าออกมาเป็นระยะ ๆ ผู้ที่ทำสมาธิได้ลึกขึ้นแต่ยังมีความรู้สึกตื่นอยู่ ถ้ากำหนดสมาธิให้นิ่งและนานขึ้น จะรู้สึกว่ามีคลื่นความถี่ตรงกลางกระหม่อม สมาธิเริ่มลึกลงอีกจะปรากฏคลื่นอัลฟาไปกระตุ้นการทำงานของต่อมใต้สมอง (จักระที่ ๖ และที่ ๗) ให้แข็งแรงมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น พลังสมาธิที่เกิดขึ้นสามารถประเมินความก้าวหน้าได้จากดัชนีความก้าวหน้าในการทำสมาธิ ดังนี้

- ๑) มีการสัมผัสทางกายแผ่วเบาเหมือนมีลมร้อน หรือลมเย็นมากระทบกาย หรือมีอาการชาตามแขน ขา มือ ใบหน้า หรือผม
- ๒) รู้สึกภายในร่างกายร้อนหรือเย็น
- ๓) มองเห็นแสงหรือสีต่าง ๆ บางครั้งจะเป็นรูปทรงกลม รูปเมฆ หรือเห็นน้ำตกเป็นสาย สีต่าง ๆ
- ๔) รู้สึกมีพลังสั่นสะเทือนอยู่รอบกาย ร่างกายเบาสบายคล้ายได้รับพลังบริสุทธิ์ รับการคุ้มครอง
- ๕) รู้สึกว่ามีพลังความรักพุ่งพรูเข้าสู่ระดับกายเนื้อ กายทิพย์ กายอารมณ์ และระดับจิต
- ๖) มีความรู้สึกว่ามีพลังแห่งความสุข ความสงบจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์รายล้อมอยู่รอบกาย
- ๗) มีความรู้สึกที่กายหมุนขึ้น คล้ายจะลอยขึ้นสู่เบื้องบน กายจะเบาสบายอย่างไม่เคยเป็นมาก่อน

คุณย่าเยาวเรศ บุนนาค กล่าวถึงวิชาพลังกายทิพย์โดยเชื่อว่าสิ่งมหัศจรรย์ในร่างกายที่เรียกว่า จักระ นั้นอยู่ภายใต้อำนาจของสมาธิ สมาธิคือกระบวนการที่จิตรวมเป็นหนึ่งเดียวและเคลื่อนเข้าสู่ภูมิของจิตสำนึกชั้นสูง ในขั้นสุดท้ายของสมาธิจะคอร์ปด้วยการไตร่ตรอง เมื่อเข้าถึงสมาธิจะไม่มีสิ่งใด ๆ ก่อกวน มีแต่ความสงบนิ่งของตน ก่อนปฏิบัติสมาธิ จะต้องฝึกจิตให้อยู่ในระเบียบก่อน เพราะพลังจิตของคนธรรมดาจะกระจัดกระจายอยู่กับสิ่งต่างๆ จิตคือสิ่งที่มีประสิทธิภาพและดีเลิศที่จะนำมาใช้ได้อย่างไม่มีอะไรเหมือน การสำรวจจิตเป็นประตูไปสู่สมาธิสมาธิทำให้คนมีความเชื่อมั่นในตนเอง และเกิดประโยชน์ต่อไปนี้

- ๑) สมาธิช่วยให้เกิดความหนักแน่นที่จะพึ่งพาตนเองไม่แสวงหาความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น
- ๒) จากความไม่หวั่นไหวของกายและจิต ทำให้เกิดโลกทัศน์ในมุมมองแห่งสันติสุข ปัญญาและจิตที่เชื่อมั่นในทุกสิ่งตามสภาพที่เป็นจริง
- ๓) เกิดพลังมหาศาล สามารถเข้าถึงและใช้คุณสมบัติพิเศษของตนเองอย่างที่ไม่เคยปรากฏมาก่อน
- ๔) ทำให้กายและจิตผ่อนคลาย อุปสรรคจากการยึดถือตนเองหมดไป รู้สึกเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับสันติภาพและสัมพันธภาพรอบกาย

๕) ทำให้ภูมิปัญญาของผู้ปฏิบัติสมาธิเปิดกว้างเหนือขอบเขตของจิตและความฉลาดของคนธรรมดา

๖) ช่วยรักษาคุณแห่งอุปนิสัยระหว่างการหยุดพักและการเคลื่อนไหว การสันโดษ และการอยู่ร่วมกัน

๗) สมาธิช่วยแก้ปัญหาประจำวัน โดยการทำให้จิตสงบไม่หวั่นไหว ทำให้ชีวิตเต็มไปด้วยทรัพย์แห่งปัญญาทางจิตวิญญาณ เป็นคนใหม่ที่รู้แจ้งเห็นจริง

นอกจากนั้น คุณย่าเขาวเรศ บุณนาค ยังเน้นว่าการสวดมนต์ภาวนาระลึกถึงพระคุณสูงสุดของพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ ความดีของเทวดา ก็ช่วยให้ได้สมาธิ จิตสงบ พลังธรรมชาติที่มีรอบกายได้เข้าสู่จักระ จักระที่ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ ผลิตฮอร์โมนส่งไปยังเซลล์ต่าง ๆ ของร่างกาย ทำให้ร่างกายแข็งแรง จิตใจสงบผ่อนคลายเกิดบุญกุศล เทพเทวดาประทานพรให้ชีวิตมีแต่มงคล เมื่อถึงกำหนดอายุขัยสามารถกำหนดจิตให้อยู่กับสมาธิได้อย่างมั่นคงยอมไปเกิดในภพภูมิที่ดี จากเหตุปัจจัยที่มนุษย์เกิดมาจะมีสุข มีทุกข์ขึ้นอยู่กับกรรมที่ติดตัวมาและยอมไม่รู้ถึงกรรมในอดีต ทุกคนจึงไม่สามารถฝืนกวีชานี้แล้วจะพ้นภัยพิบัติทั้งปวงได้ แต่วิชาพลังกายทิพย์ก็มุ่งส่งเสริมกรรมปัจจุบันให้ทำดีที่สุด ด้วยการบริจาคทาน รักษาศีล เจริญสมาธิ สวดมนต์ภาวนา

๒. จักระทั้ง ๗ เปรียบเสมือนเครื่องจักรที่ทำงานอยู่ภายในร่างกายมนุษย์ตามหน้าที่ตามตำแหน่ง ตามสัดส่วนที่ดูแลอยู่ภายในกายเนื้อ แต่เรียกว่า กายทิพย์ ตำแหน่ง และหน้าที่ของจักระทั้ง ๗ ตรงกับความรู้ทางวิทยาศาสตร์การแพทย์แผนปัจจุบันอย่างน่าอัศจรรย์ เพราะจุดจักระทั้งหลายนั้นคือต่อมที่ผลิตฮอร์โมนต่าง ๆ ในร่างกาย ดังนั้น การกระตุ้นจักระ ก็คือ การกระตุ้นให้ฮอร์โมนทำหน้าที่อย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้ร่างกายแข็งแรงปราศจากโรคาพยาธิ ความเจ็บป่วย บรรเทาหลงหรือหายไปได้ ฮิปโปเครติส (๔๖๐ ปีก่อนคริสตกาล) บรมครูแห่งวงการแพทย์ผู้เป็นทั้งนักทฤษฎีและนักปฏิบัติ ยืนยันว่า ธรรมชาติของร่างกายมนุษย์สามารถบำบัดรักษาตนเองได้ และมีกลไกของร่างกายที่จะเข้าไปซ่อมแซมขจัดเชื้อโรค แพทย์ผู้รักษาควรส่งเสริมให้กระบวนการรักษาตนเองตามธรรมชาติของร่างกายมนุษย์ ให้มีพลังต่อต้าน และขจัดโรคร้ายไข้เจ็บได้มากขึ้น

จักระ (CHAKRA) ๗ ตำแหน่ง ได้แก่

จักระที่ ๑ มุลลัคคา (Root Chakra)

ที่ตั้ง ปลายสุดระหว่างอวัยวะสืบพันธุ์กับทวารหนัก

ต่อม ต่อมหมวกไต (Adrenal gland)

อวัยวะที่ควบคุม ขา เท้า กระดูก และลำไส้ใหญ่

ทำหน้าที่	สร้างพลังชีวิต การอยู่รอด การสร้างพลังกาย
แก้อาการ	ท้องผูก ริดสีดวงทวาร ความอ้วน ปวดขา ปวดข้อ ปวดเข่า โรคนอนไม่หลับ (จักระนี้ไม่ต้องกระตุ้น จะทำงานโดยอัตโนมัติ)

จักระที่ ๒ สวัสดีชานา (Sacral Chakra)

ที่ตั้ง	ตรงปลายกระดูกก้นกบข้อที่ ๑
ต่อม	รังไข่ หรืออัณฑะ (Ovary or Testis)
อวัยวะที่ควบคุม	มดลูก อวัยวะเพศ ไต ภาวะเยื่อปัสสาวะ ระบบไหลเวียนโลหิต
ทำหน้าที่	สร้างเสริมพลังชีวิต อารมณ์ ความรู้สึกทางเพศ ความมุ่งมั่น ปรารถนาและความสงบสุข
แก้อาการ	ไต ภาวะเยื่อปัสสาวะอักเสบ อวัยวะเพศผิดปกติ ความเสื่อมโทรม ปวดหลัง

จักระที่ ๓ มณีปุระ (Solar Plexus Chakra)

ที่ตั้ง	กระดูกสันหลังข้อที่ ๘ ตรงข้ามสะดือ
ต่อม	ต่อมหมวกไต และตับอ่อน (Pancreas)
อวัยวะที่ควบคุม	การผลิตเม็ดเลือด ตับ ม้าม กล้ามเนื้อ ภาวะอาหาร
ทำหน้าที่	สร้างพลังจิต บุคลิกภาพ การเจริญเติบโตของร่างกาย
แก้อาการ	ระบบย่อยไม่ปกติ แผลในกระเพาะอาหาร ลำไส้ ตับ ไต ความอ้วน

จักระที่ ๔ อนันตดา (Heart Chakra)

ที่ตั้ง	บริเวณหัวใจด้านหลัง กระดูกสันหลัง ส่วนทรวงอกข้อที่ ๑
ต่อม	ต่อมไทมัส (Thymus)
อวัยวะที่ควบคุม	หัวใจ ปอด แขน มือ
ทำหน้าที่	ศูนย์รวมความรัก ความเมตตา พลังจิต พลังภายใน
แก้อาการ	โรคหัวใจ โรคความดัน โรคหืด โรคปวดทุกชนิด

จักระที่ ๕ วิสูททิ (Throat Chakra)

ที่ตั้ง	ตรงต้นคอ ตรงข้ามคอหอย
ต่อม	ต่อมไทรอยด์ (Thyroid) และพาราไทรอยด์ (Parathyroid)
อวัยวะที่ควบคุม	คับ คอ ไหล่ แขน มือ หู การได้ยิน
ทำหน้าที่	ควบคุมการทำงานของต่อมไทรอยด์ ปอด ทางเดินหายใจ
แก้อาการ	โรคคอหอยพอก โรคต่อมไทรอยด์ การได้ยิน ปวดต้นคอ โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดอักเสบ หืดหอบ โรคผิวหนัง

จักระที่ ๖ อัจฉนา (Brow or Ajna chakra)

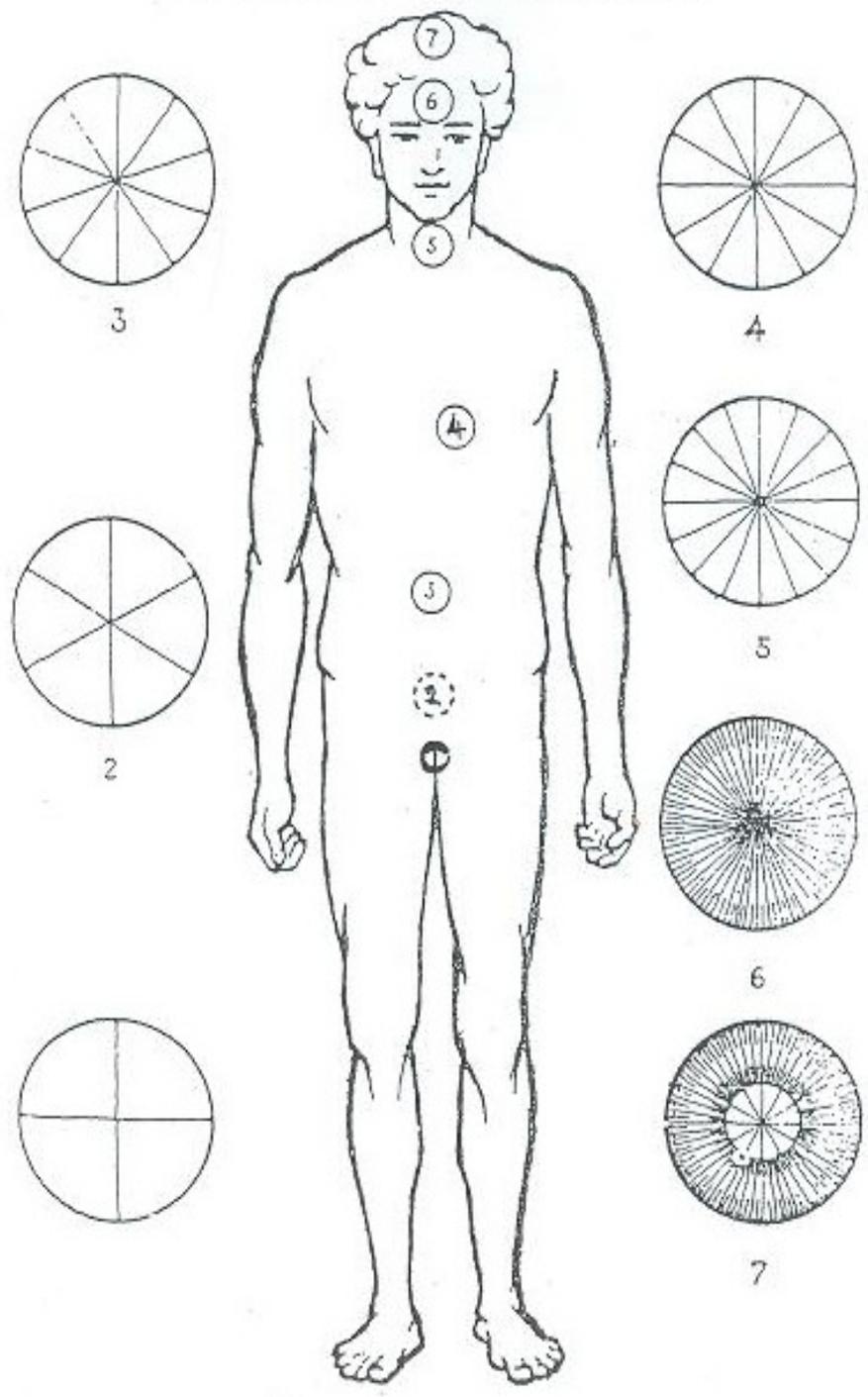
ที่ตั้ง	ตรงหน้าผาก เหนือระหว่างคิ้ว
ต่อม	พิทูอิทารี (Pituitary) ทำงานร่วมกับต่อมไพเนียล
อวัยวะควบคุม	นัยน์ตา ความทรงจำ สมรรถภาพชาย หญิง มดลูก ต่อมลูกหมาก
ทำหน้าที่	มองเห็น รู้แจ้งด้วยตนเอง ตาทิพย์
แก้อาการ	สายตาคิดปกติ ความทรงจำ ความหลงลืม หลงผิด คิดผิด

จักระที่ ๗ สหัสตรา (Crown Chakra)

ที่ตั้ง	กลางกะหม่อม
ต่อม	ไพเนียล (Pineal)
อวัยวะที่ควบคุม	Cerebral cortex และ Central nervous system ระบบประสาททั้งหมด
ทำหน้าที่	ผสมผสานการทำงานของร่างกาย ควบคุมการทำงานทุกจักระ
แก้อาการ	ซึมเศร้า วิกลจริต สมองเสื่อม มีปัญหาทางสมอง แก้ปวดทุกส่วน

ภาพที่ ๒.๖ แสดงตำแหน่งจักระทั้ง ๗ บนร่างกาย

This shows a man, with chakras all round him.



ที่มา : เยาวเรศ บุญนาค และคณะ, หนังสือวิชาพลังงานกายทิพย์ระดับพัฒนาจักระ, หน้า ๓.

๓. พลังคอสมิก พลังงานในโลกมนุษย์มีมากมายหลายชนิด ที่เคลื่อนไหวสั่นสะเทือน อยู่รอบสิ่งมีชีวิต เป็นพลังธรรมชาติที่เกื้อหนุนทุกชีวิตให้ดำรงอยู่และเจริญเติบโตได้ มนุษย์ที่ไม่สนใจตนเอง ไม่มีความพยายามในการทำสมาธิ ชีวิตไม่สงบ จิตฟุ้งซ่านกังวล เครียดอยู่ตลอดเวลา เครื่องจักรในกายทิพย์จะขุ่นมัว อ่อนล้า จักรห่มุนอย่างเชื่องช้า แต่ในบุคคลที่มีความเพียร พัฒนาสมาธิของตนได้สม่ำเสมอ มั่นคง พลังธรรมชาติ คือ พลังคอสมิก (Cosmic Energy) รอบ ๆ ตัวในบรรยากาศจะเข้าไปกระตุ้นจักรให้ห่มุนเร็ว สร้างเสริมพลังภายในให้แข็งแกร่ง จักรทั้ง ๗ จะเกิดความสมดุลด้วย พลังส่งแสงรังสีรัศมีสว่างไสว

พลังคอสมิกเป็นกลุ่มพลังงานจากระบบสุริยะจักรวาล และจักรวาลอื่น ๆ ที่ห่มุนเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลาทั้งยังไหลเวียนไปจักรวาลอื่น ๆ ในมหาจักรวาลด้วย พลังงานทั้งหมดนี้ในอดีตโบราณ เรียกว่า พลังชีวิต พลังคอสมิก หมายถึง “พลังคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า” ที่มีพลังสูงยิ่ง มีช่วงคลื่นสั้น แรงยิ่งกว่ารังสีแกมมา มาก มีองค์ประกอบส่วนใหญ่เป็นโปรตรอนร้อยละ ๕๐ และได้ค้นพบอิเล็กตรอนซึ่งมีอนุภาคอัลฟา จากอวกาศนอกโลกพุ่งเข้ามายังโลกมนุษย์ แต่การจะรับรู้พลังเคลื่อนไหวของพลังคอสมิก ต้องใช้ประสาทสัมผัสที่ละเอียดอ่อนภายในกายเนื้อและกายทิพย์ ด้วยจิตสมาธิของมนุษย์ยังมีสิ่งที่มีคุณค่าอีกมากที่สามารถสัมผัสได้ เพียงแต่มนุษย์ไม่เอาใจใส่ ปล่อยผ่านไปอย่างน่าเสียดาย^{๕๗}

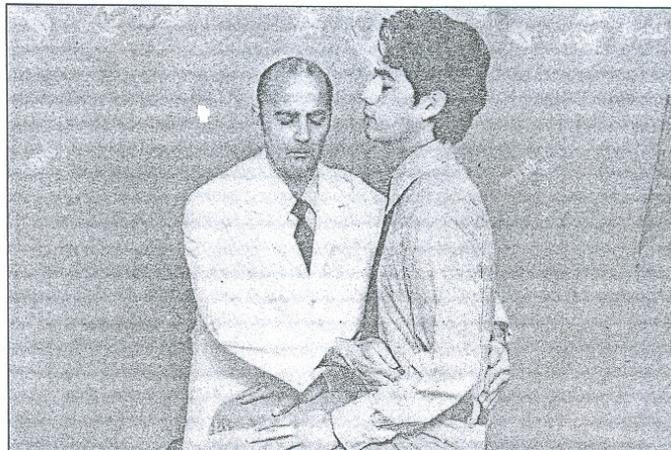
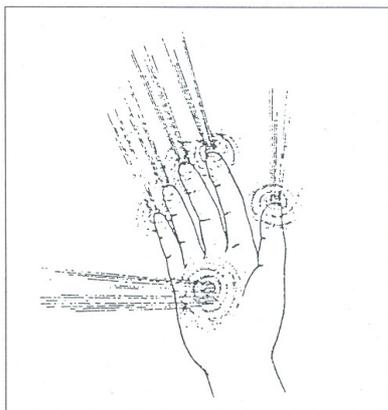
การเตรียมตัวรักษา ทุกวันจะต้องเริ่มด้วยการทำสมาธิและออกกำลังกายด้วยท่าโยคะ เพื่อให้ตัวเองเป็นจุดศูนย์กลาง และเปิดจักรทุกจักรของตัวเอง เพื่อรับพลังคอสมิกสู่ร่างกาย กำหนดเวลาที่สะดวกไม่มีสิ่งใดรบกวนและบริหารด้วยท่าที่กำหนดเพียงวันละ ๓๐ นาที ต่อด้วยการเพิ่มพลังจักร (Charge Chakras) เพื่อให้มีพลังร้อยเปอร์เซ็นต์และเป็นการฝึกสมาธิไปในตัว ใช้การบริหารที่กำหนดให้

การรักษา ทุกครั้งผู้ทำการรักษาต้องกำหนดสมาธิไว้ที่ จักร ๗ ของตนเอง ด้วยอำนาจสมาธิพลังคอสมิกจะหลั่งไหลเข้าสู่ร่างกายทุกจักร พลังเข้าเต็มทุกจักรแล้วจะพุ่งขึ้นไปรวมกัน ณ จักร ๗ และจะกระจายไปทั่วร่างกายของผู้ทำการรักษาก่อน แล้วจึงหลั่งไหลจากมือทั้งสองข้างไปยังจักรของผู้ป่วย เมื่อจุดศูนย์กลางจักรของผู้ป่วยถูกกระตุ้น จักรที่อ่อนล้าขาดพลังงานจะดูดซับพลังจากผู้ทำการรักษา เข้าไปบำบัดโรคต่าง ๆ ที่เป็นอยู่ให้ค่อยทุเลาและหายในที่สุด ต้องถามคนไข้ทุกครั้งว่าเป็น โรคอะไร ให้ทราบสาเหตุโรคที่เป็นก่อนจึงทำการรักษา ระหว่างทำการรักษา ให้ตั้ง

^{๕๗} เขาวเรศ บุนนาค, ๑๐ ปี คุณย่าเขาวเรศกับพลังคอสมิกรักษาทุกโรคในประเทศไทย, (กรุงเทพมหานคร : แผนกการพิมพ์โรงเรียนดอนบอสโก, ๒๕๔๘), หน้า ๓๕-๔๒, ๕๔-๕๕, ๑๐๘.

จิตอธิษฐานขอให้คนไข้หายจากโรคนั้น ๆ การรักษาต้องติดต่อกันทุกวัน วันละครั้ง ครั้งละ ๕ นาที ในโรคเดียวกันให้หายก่อน แล้วจึงเปลี่ยนไปรักษาโรคอื่นต่อไป^{๕๘}

ภาพที่ ๒.๗ แสดงวิธีการรักษา



ที่มา : เขาวเรศ บุนนาค และคณะ, หนังสือการอบรมวิชาพลังกายทิพย์ ระดับปฐมจักรระ, หน้า ๒๒.

^{๕๘} เขาวเรศ บุนนาค และคณะ, หนังสือการอบรมวิชาพลังกายทิพย์ ระดับปฐมจักรระ, (สมาคมสถาบันพลังกายทิพย์เพื่อสุขภาพ. ม.ป.พ., ม.ป.ป.), หน้า ๒๒.

ชฎารัตน์ โกมลรัตน์ วิจัยเกี่ยวกับรายละเอียดการกำเนิดของพลังจักรวาลว่า มาจากการระเบิดครั้งใหญ่ (Big Bang) ของมวลสารที่มีแรงอัดอยู่ในตัวเป็นจำนวนมาก แรงระเบิดทำให้มวลสารแตกกระจายออกเป็นก้อนเล็กก้อนน้อย ใหญ่บ้างเล็กบ้าง เป็นฝุ่นผงบ้าง เป็นแก๊สบ้าง มารวมตัวกันซึ่งทางวิทยาศาสตร์เรียกว่า “เนบิวลา” เป็นกลุ่มดาว มารวมตัวกันเรียกว่า “กาแล็กซี” กาแล็กซีของเราเรียกว่า ทางช้างเผือก ดาวทั้งหลายมีแรงดึงดูดซึ่งกันและกัน เมื่อกาแล็กซีหลาย ๆ กาแล็กซีใกล้กันเข้ามาก็จะกลับมารวมตัวกันอีกเป็นมวลสารก้อนใหญ่มีแรงอัดเกิดขึ้น จนในที่สุดก็จะระเบิดออกเกิดจักรวาลใหม่เช่นนี้เรื่อยไป สิ่งที่ได้จากจักรวาลก็คือพลังงานที่ก่อให้เกิดชีวิตขึ้นในดวงดาวที่เหมาะสม ตั้งแต่ชีวิตที่มีเซลล์เดียวจนพัฒนาเป็นมนุษย์ พลังนี้ยังคงควบคุมการทำงานของร่างกายมนุษย์อยู่เสมอ โดยจะควบคุมสั่งการให้ร่างกายเกิดพลังชีวิต และพลังชีวิตจะดูแลควบคุมกลไกในร่างกายทุกระบบ ตั้งแต่สมอง ระบบประสาท ระบบหายใจ ระบบย่อยอาหาร ระบบสืบพันธุ์ให้ทำงานประสานสอดคล้องกันอย่างเหมาะสม มนุษย์จึงมีสุขภาพที่สมบูรณ์ ไม่เจ็บป่วย พลังตัวนี้คือพลังจักรวาลหรือพลังกายทิพย์หรือพลังคอสมิก ถ้านักวิทยาศาสตร์ในปัจจุบันมีเครื่องมือที่จะจับพลังนี้ได้ก็จะพบว่าพลังจักรวาลก็คือพลังงานชนิดหนึ่ง มิได้เป็นพลังงานลึกลับอย่างที่เข้าใจกันแต่ประการใด^{๕๕}

ชลกร ภู่อสุกสุข ศึกษาผลการนำพลังจักรวาลไปใช้ในการรักษาโรค พบว่า ในประเทศฝรั่งเศส จากการศึกษาของ โซเฟีย แอนทิพอลิส (Sophia Antipolis) ใช้พลังจักรวาลทดลองกับเซลล์มะเร็งของมนุษย์ที่เลี้ยงไว้ในหลอดทดลอง พบว่า ช่วยยับยั้งการเจริญเติบโตของเซลล์มะเร็ง ช่วยให้เซลล์ดีที่ถูกทำลายฟื้นตัว ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน และช่วยยับยั้งการเจริญเติบโตของแบคทีเรีย ส่วนในประเทศไทยมีการนำพลังจักรวาลมาใช้กับผู้ป่วยเอดส์ ๑๕ ราย ที่ศูนย์วิทยาศาสตร์ทางจิต (Spiritual Science for Development Foundation) จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า อาการติดเชื้อในระยะที่ ๑ ระยะที่ ๒ และระยะที่ ๓ หายไป ร้อยละ ๕๐ ของผู้ป่วยสามารถกลับไปใช้ชีวิตได้ตามปกติ ส่วนอีกร้อยละ ๕ มีอาการติดเชื้อในระยะที่ ๔ ได้เสียชีวิตลงเนื่องจากอยู่ในระยะสุดท้ายของโรค แต่ทุกรายไม่แสดงอาการทุกข์ทรมาน^{๖๐}

^{๕๕} ชฎารัตน์ โกมลรัตน์, “การให้บริการบำบัดรักษาผู้ป่วย : เฉพาะกรณีการใช้พลังจักรวาล”, วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๕), หน้า ๑๐-๑๑.

^{๖๐} ชลกร ภู่อสุกสุข, “ศึกษาประสบการณ์ของผู้ป่วยเรื้อรังที่ใช้พลังจักรวาลในการดูแลสุขภาพ”, วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, ๒๕๔๗), หน้า ๒-๓.

จะเห็นได้ว่าแนวทางการบำบัดผู้ป่วยโรคมะเร็งในสถานบำบัดทั้งสองแห่ง มีวิธีการในการบำบัดรักษาแตกต่างกันบางประการ แต่สิ่งที่คล้ายคลึงกันคือ ทั้งสองแห่งใช้พลังจิตแนวพุทธเป็นหลักในการบำบัดรักษา โดยมีแนวทางให้ผู้ป่วยโรคมะเร็งทั้งหลายประพฤติตนอยู่ในหลักธรรมของบุญกิริยาวัตถุ ๓ คือ หลักในการทำความคิด ๓ ประการ^{๖๐} ซึ่งเป็นจุดเน้นอันดับแรกดังนี้

๑. ทานมัย ทำบุญด้วยการให้ปันสิ่งของ ผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ศูนย์โรคมะเร็ง วัดคำประมง มีการตักบาตรพระสงฆ์ทุกเช้า และประกอบอาหารสำหรับผู้ป่วยโรคมะเร็งแบ่งปันกันรับประทาน ผู้ใดขาดเหลือสิ่งใดก็ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ทำให้รู้จักสนิทนสนมได้พึ่งพากัน เมื่อมีผู้เสียชีวิตก็บริจาคเงิน ช่วยทำบุญในการฌาปนกิจ เป็นต้น ส่วนที่สมาคมสถาบันพลังกายทศเพื่อสุขภาพมีการบริจาคเงินเข้ากองทุนชัชพัฒนาเพื่อทำสาธารณกุศล และบริจาคเงินเข้ากองทุนในการดำเนินการรักษาโรคให้ผู้ป่วยตลอดมาทุกครั้งที่มีการอบรมวิชาพลังกายทศ

๒. ศีลมัย ทำบุญด้วยการรักษาศีลหรือประพฤติดีมีระเบียบวินัย ตำรวมกาย วาจา โดยยึดหลัก ศีลข้อมสำเร็จได้ด้วย กายสังวร วิริติ เจตนาสมาทาน และไม่ก้าวล่วงสิกขาบท ได้แก่

- ๑) สังวร คือ การสำรวมระวังไม่ให้บาปเกิดทางกาย วาจา
- ๒) วิริติ ได้แก่ การเว้นกายทุจริต วจีทุจริต และการทำมิจงอาชีพ
- ๓) เจตนาสมาทาน คือ ความตั้งใจว่าจะไม่กระทำความบาปในศีล ๕
- ๔) การไม่ก้าวล่วงสิกขาบทที่ตนได้สมาทานไว้แล้ว คือ ตั้งตนอยู่ในศีล^{๖๑}

การรักษาศีลทำให้ได้อานิสงส์ หลายประการดังนี้

- ๑) ไม่ฆ่าสัตว์ จะมีอายุยืนยาว มีลูกหลานชื้อตรง
- ๒) ไม่ลักทรัพย์ จะมีทรัพย์สมบัติมั่นคง ถาวร
- ๓) ไม่ผิดลูกเมียผู้อื่น ครอบครัวอยู่เป็นสุข
- ๔) ไม่พูดเท็จใส่ร้ายผู้อื่น จะได้รับการยกย่องสรรเสริญ
- ๕) ไม่ดื่มสุรายาเมา จะมีสติมั่นคง ดำเนินชีวิตถูกต้อง^{๖๒}

^{๖๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๗, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๘๘.

^{๖๑} เขวเรศ บุญนาค, ๑๐ ปี คุณย่าเขวเรศกับพลังศรัทธาทุกโรคในประเทศไทย, หน้า ๑๐๗.

^{๖๒} อ่างแก้ว.

โดยทั่วไปกรรมดีที่ควรทำเป็นประจำ คือ การรักษาศีล ๕ ให้มั่นคง โดยที่พระพุทธองค์ได้กล่าวไว้ในสุขปัตถนาสูตรว่า

สีลํ รุกเขยฺย เมธาวิ ปตฺถยมาโน ตโย สุเข
 ปสํสํ วิตุตฺตลาภญฺจ เปจฺจ สกฺเค ปโมทนํ
 นกฺปราชญ์ เมื่อปรารถนาความสุข ๓ ประการ คือ
 ความสรรเสริญ การได้รับความปลื้มใจ และการตาย
 ไปเกิดในสวรรค์ พึงรักษาศีล^{๖๔}

๓. ภวานามัย ทำบุญด้วยการเจริญภาวนา ฝึกจิตให้สงบสุข รู้เท่าทันสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง ผู้ป่วยที่มารับการบำบัดรักษาจากสถานบำบัดทั้งสองแห่ง จะได้รับคำแนะนำให้ทำสมาธิทุกคน เพื่อฝึกจิตให้ตั้งมั่น สงบนิ่ง มีสุขภาพจิตดี ได้ผลบุญจากการเว้นจากกิเลส คือ ความโลภ ความโกรธ ความหลง ได้ชั่วขณะ ถ้าหมั่นปฏิบัติ กิเลสจะลดน้อยลงเป็นการขจัดอำนาจฝ่ายต่ำออกไปจากจิตของตน สมาธิกับคลื่นสมองมีความเกี่ยวข้องกัน เมื่อทำสมาธิได้ลึกขึ้นสมองจะสร้างคลื่นอัลฟา ออกมากระตุ้นการทำงานของต่อมใต้สมองที่หลังกายทิพย์ เรียกว่า ตำแหน่งจักระ ๖^{๖๕} ให้แข็งแรงมีประสิทธิภาพ เพิ่มภูมิคุ้มกันให้ต่อสู้กับโรค นอกจากนั้นทั้งสองสถานบำบัดยังให้ผู้ป่วยได้สวดมนต์ระลึกถึงพระคุณสูงสุดของพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เพื่อช่วยให้เกิดสมาธิจิตสงบ ได้พลังจากธรรมชาติรอบกาย ทำให้ร่างกายแข็งแรง จิตใจผ่องใส เกิดบุญกุศล เทพเทวดาประทานพรให้ชีวิตมีแต่มงคล คຸ້ມครองให้พ้นจากภยันตรายต่าง ๆ ร่างกายหายจากโรคร้ายไข้เจ็บ อานิสงส์ของการสวดมนต์ จะส่งผลให้ผู้ปฏิบัติเกิดสมาธิดังปรากฏในคัมภีร์ที่มโนมาย ปาฏิหาริย์ว่า

เมื่อพระศาสดาหรือเพื่อนพรหมจารี... ผู้ตั้งอยู่ในฐานะครุ แสดงธรรม
 ... สอนธรรม... สาธยายธรรม โดยพิสดารแล้ว เมื่อเธอรู้แจ้งอรรถ รู้แจ้ง
 ธรรม ย่อมมีปราโมทย์ ย่อมเกิดปีติ เมื่อใจมีปีติ กายย่อมสงบ เธอมีกายสงบ
 ย่อมได้รับสุข เมื่อมีสุข จิตย่อมตั้งมั่น^{๖๖}

ในพระสูตรต้นตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค ตั้งแต่ปฐมคิลานสูตรถึงตติยคิลานสูตร ได้กล่าวถึงเมื่อพระมหากัสสปะเถระอาพาธ พระพุทธเจ้าเสด็จมาและทรงแสดงโพชฌงค์ ๗ ครั้งทรงแสดงจบพระมหากัสสปะก็หายอาพาธ เช่นเดียวกับพระโมคคัลลานะหายอาพาธเมื่อ

^{๖๔} ขุ.อิติ. (บาลี) ๒๕/๓๖/๒๕๑, ขุ.อิติ. (ไทย) ๒๕/๓๖/๔๓๖.

^{๖๕} เขวเรศ บุนนาค, ๑๐ ปีคุณยายเขวเรศกับพลังคอสมิกรักษาทุกโรคในประเทศไทย, หน้า ๑๐๘.

^{๖๖} ที.ปา. (บาลี) ๑๑/๓๒๒/๒๑๔, ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๒๒/๓๑๓.

พระพุทธเจ้าทรงแสดงโพชฌงค์ ๗ ให้ฟัง แม้พระพุทธเจ้าเองเมื่อทรงอาพาธ ทรงโปรดให้พระมหา
 จุนทะแสดงโพชฌงค์ ๗ ถวาย เมื่อแสดงจบพระพุทธองค์ก็ทรงหายจากอาการประชวร^{๖๓}
 นอกจากนั้น โพชฌงค์ ๗ ยังเป็นองค์ประกอบแห่งการตรัสรู้ ประกอบด้วยองค์ ๗ คือ สติ ธรรมวิจยะ
 วิริยะ ปิติ ปัสสัทธิ สมาธิ อุเบกขา มีองค์ที่ ๕ คือปัสสัทธิ ความผ่อนคลายช่วยให้กายและใจผ่อนคลาย
 สงบสบายซึ่งเป็นองค์ธรรมที่สำคัญมาก^{๖๔}

พลังจิตเป็นพลังที่มนุษย์ทุกคนมีอยู่ในตนเอง ผู้ใดมีพลังมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับ
 ความบริสุทธิ์ การสั่งสมความดีงาม บุญบารมี และการหมั่นฝึกสมาธิสม่ำเสมอ แม้เมื่อถึงกำหนด
 อายุขัย ก็สามารถกำหนดจิตให้อยู่กับสมาธิได้อย่างมั่นคง เพื่อไปเกิดในภพภูมิที่ดี

พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสพระคาถาไว้ว่า

ผู้หวังประโยชน์สุข ควรฝึกฝนบำเพ็ญบุญนี้เท่านั้น ที่ให้ผลเลิศติดต่อกันไป มีสุข
 เป็นกำไร คือควรบำเพ็ญทาน ควรประพฤติธรรมสม่ำเสมอ และควรเจริญเมตตาภาวนา
 บัณฑิต ครั้นเจริญธรรม ๓ ประการ ที่เป็นเหตุให้เกิดสุขดังกล่าวมานี้แล้ว ย่อมเข้าถึงโลกที่
 มีสุข ปราศจากการเบียดเบียนกัน^{๖๕}

จะเห็นว่าทั้งสองสถานบำบัดเน้นสิ่งสำคัญสำหรับผู้ป่วยโรคมะเร็งเป็นอันดับรองลงมา
 ได้แก่ การบริโภคอาหารที่ถูกต้อง และการออกกำลังกายสม่ำเสมอ การบริโภคอาหารสำหรับผู้ป่วย
 โรคมะเร็งต้องเป็นไปตามที่พระพุทธองค์ทรงสอน คือให้พิจารณาอาหารก่อนรับประทาน ดังแสดง
 ในมัชฌิมนิคาย มูลปณณาสก สัพพาสวสูตรว่า

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาโดยแยกคายแล้วฉันบิณฑบาตไม่ใช่เพื่อเล่น ไม่ใช่เพื่อ
 ความมัวเมา ไม่ใช่เพื่อประดับ ไม่ใช่เพื่อตกแต่ง แต่เพียงเพื่อกายนี้ดำรงอยู่ได้ เพื่อให้
 ชีวิตินทรีย์เป็นไป เพื่อบำบัดความหิว เพื่อบูเคราะห์พรหมจรรย์ ด้วยคิดเห็นว่า โดย
 อุบายนี้ เราจักกำจัดเวทนาเก่าเสียได้ และจักไม่ให้เวทนาใหม่เกิดขึ้น ความดำรงอยู่แห่ง
 ชีวิต ความไม่มีโทษ และการอยู่โดยผาสุกจักมีแก่เรา แล้วจึงบริโภคอาหาร^{๖๖}

^{๖๓} ดูรายละเอียดใน ส.ม. (บาลี) ๑๕/๑๕๕-๑๕๗/๗๑-๗๔, ส.ม. (ไทย) ๑๕/๑๕๕-๑๕๗/๑๒๘-๑๓๑.

^{๖๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๒๘๑-
 ๒๘๒.

^{๖๕} ขุ.อิติ. (บาลี) ๒๕/๖๐/๒๗๘, ขุ.อิติ (ไทย) ๒๕/๖๐/๔๑๕-๔๑๖.

^{๖๖} ม.ม. (บาลี) ๑๒/๒๓/๑๔, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๓/๒๓.

พระพุทธเจ้าทรงเลือกพิจารณาฉันเฉพาะอาหารที่เป็นประโยชน์ไม่ก่อโทษต่อร่างกายเท่านั้น ดังที่ “ทรงห้ามภิกษุดื่มสุราและเมรัยเพราะเป็นบ่อเกิดของการเกิดโรค”^{๗๑} มีสติในการฉันอาหาร พระองค์ตรัสแนะนำพระเจ้าปเสนทิโกศล และภิกษุทั้งหลายให้เป็นผู้มีสติในการบริโภค ดังนี้

มนุษย์ผู้มีสติอยู่ทุกเมื่อ
รู้จักประมาณในโภชนะที่ได้แล้ว
ย่อมมีเวทนาเบาบาง
เขาย่อมแก่ช้า อายุก็ยั่งยืน^{๗๒}

อีกข้อความหนึ่งที่พระพุทธองค์ทรงเน้น คือ “เราทั้งหลาย จักเป็นผู้มีสติสัมปชัญญะ ทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป การฉัน การดื่ม การเคี้ยว การลิ้ม”^{๗๓} นั่นคือ พระพุทธองค์ทรงสอนให้รู้ประมาณในการฉัน ดังพุทธพจน์ว่า

เราทั้งหลาย ควรสำเหนียกอย่างนี้ว่า เราทั้งหลายจักรู้จักประมาณในโภชนะ จักพิจารณาโดยแยกคายแล้วกลืนกินอาหาร ไม่ใช่เพื่อเล่น ไม่ใช่เพื่อความมัวเมา ไม่ใช่เพื่อประดับ ไม่ใช่เพื่อตกแต่ง แต่เพียงเพื่อให้กายนี้ดำรงอยู่ได้ เพื่อให้ชีวิตินทรีย์เป็นไป เพื่อบำบัดความหิว เพื่ออนุเคราะห์แก่พรหมจรรย์^{๗๔}

โดยเฉพาะผู้ป่วยโรคมะเร็ง ต้องพิจารณาเรื่องอาหารอย่างมากก่อนการบริโภคว่าจะมีผลต่อสุขภาพหรือไม่ เช่น เป็นอาหารไขมันสูง อาหารที่ก่อให้เกิดโรคเบาหวาน และความดันโลหิตสูง ซึ่งเป็นโรคแทรกซ้อนส่งเสริมให้อาการของโรคมะเร็งทรุดหนัก และอัตราการตายสูงขึ้น

เรื่องที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือ การออกกำลังกาย พระพุทธเจ้าทรงมีวิธีการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับสมณเพศเป็นอย่างยิ่ง ทรงยึดหลักการปรับเปลี่ยนอิริยาบถทั้ง ๔ ยืน เดิน นั่ง นอน ให้มีความสมดุล โดยเฉพาะอิริยาบถเดิน ได้แก่ การเดินบิณฑบาตในเวลาเช้าตรู่ทุกวัน การเดินจงกรม หรือการเดินไปมาโดยมีสติกำกับ พระพุทธเจ้าและพระสาวกจะปฏิบัติธรรมด้วยการเดินจงกรมเป็นประจำ ดังแสดงในสังยุตตนิกาย นิทานวรรค จังกมสูตรว่า

^{๗๑} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๔๗-๒๔๘, ๒๐๒-๒๐๓.

^{๗๒} ส.ส. (บาลี) ๑๕/๑๒๔/๕๘, ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๒๔/๑๔๕.

^{๗๓} คุรยละเอียดใน ม.ม. (บาลี) ๑๒/๔๒๔/๓๗๕, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๒๔/๔๕๗.

^{๗๔} ม.ม. (บาลี) ๑๒/๔๒๒/๓๗๔, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๒๒/๔๕๖.

“สมัยหนึ่ง ท่านพระสารีบุตร ท่านพระมหาโมคคัลลานะ ท่านพระมหากัสสปะ ท่านพระอนุรุทธะ ท่านพระปุลณณมันตานีบุตร ท่านพระอุบาลี ท่าน พระอานนท์ แม่พระเทวทัตก็กำลังเดินจงกรมอยู่กับภิกษุจำนวนมากในที่ที่ไม่ไกลพระผู้มีพระภาค”^{๑๕}

หมอชีวกโกมารภัจ หมอประจำพระองค์ได้ทูลขอให้พระพุทธเจ้าทรงอนุญาตเรือนไฟ และสถานที่เดินจงกรม เพื่อให้ภิกษุที่ฉันอาหารประณีต ทำให้อ้วน ส่งผลให้เกิดโรคต่าง ๆ ได้มีโอกาสดอกกำลังกาย ชะลอการเกิดโรค และใช้เรือนไฟในการลดความอ้วน พระพุทธเจ้าทรงพิจารณาแล้วเห็นว่าเหมาะสม ทรงอนุญาตตามที่หมอชีวกทูลขอไว้ทุกประการ^{๑๖} และในอังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต จังคมสูตร พระพุทธองค์ทรงแสดงอานิสงส์ของการเดินจงกรม ๕ ประการคือ^{๑๗}

- ๑) เป็นผู้มีความอดทนต่อการเดินทางไกล
- ๒) เป็นผู้มีความอดทนต่อการบำเพ็ญเพียร
- ๓) เป็นผู้ที่มีอาพาธน้อย
- ๔) อาหารที่กิน ดื่ม เคี้ยว ลิ้ม แล้วย่อยได้ง่าย
- ๕) สมาธิที่ได้เพราะการเดินจงกรมตั้งอยู่ได้นาน

การจาริกเผยแผ่ธรรมะมีส่วนช่วยภิกษุได้ออกกำลังกาย พระพุทธเจ้าทรงใช้วิธีการเผยแผ่ธรรมะโดยการเที่ยวจาริกไปตามสถานที่ต่าง ๆ ด้วยการเดินเท้า แม้ว่าในยุคนั้นมีพาหนะเทียมด้วยสัตว์ไว้ใช้แล้วก็ตาม พระพุทธเจ้ามิได้ทรงอนุญาตการจาริกเผยแผ่ธรรมะโดยการใช้ยานพาหนะ ยกเว้นผู้เจ็บป่วยเท่านั้น

จากหลักฐานดังกล่าว พระพุทธเจ้าทรงเห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย แต่ทรงเน้นการมีสติกำกับอิริยาบถใหญ่ คือ การยืน เดิน นั่ง นอน และอิริยาบถย่อย เช่น การรับประทาน การพูด การสวดมนต์ เป็นต้น อิริยาบถต่าง ๆ เหล่านี้เป็นผลให้เกิดสมาธิต่อเนื่อง การออกกำลังกายแบบสมณเพศนี้เหมาะสมสำหรับผู้ป่วยโรคเมร็งมาก เพราะไม่หักโหมเกินกำลังและยังเกิดสมาธิช่วยเพิ่มพลังจิตในการรักษาโรคด้วย

^{๑๕} คุราชละเหยคใน ส.นิ. (บาลี) ๑๖/๕๕/๑๔๕, ส.นิ. (ไทย) ๑๖/๕๕/๑๘๓.

^{๑๖} คุราชละเหยคใน วิ.จู. (บาลี) ๗/๒๖๐/๒๐-๒๑, วิ.จู. (ไทย) ๗/๒๖๐/๓๓.

^{๑๗} อัง.ปญจก. (บาลี) ๒๒/๒๕/๒๕, อัง.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๒๕/๔๑.

๒.๓ แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็ง

๒.๓.๑ ความหมายของประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็ง

ประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็ง หมายถึง การรับรู้ เกี่ยวกับ โรคมะเร็ง รูปแบบการรักษา สุขภาพกาย และสภาวะจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็ง นับตั้งแต่รับรู้ว่าเป็นผู้ป่วยจนถึงวันที่สิ้นสุดการให้ข้อมูล

จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับโรคมะเร็งของกาญจนา สังข์สิงห์ พบว่า บุคคลทั่วไปมีทัศนคติต่อโรคมะเร็งในด้านลบ รับรู้ว่าโรคมะเร็งเป็นโรคที่อันตรายร้ายแรงใกล้เคียงกับความตาย เป็นโรคที่น่ากลัว เป็นแล้วรักษาไม่หาย ผลการรักษาไม่แน่นอนต้องใช้เวลานาน เกิดความทุกข์ทรมาน และเป็นสัญลักษณ์ของความตาย ผู้ป่วยบางรายเมื่อรับรู้ว่าเป็นโรคมะเร็งจะมีความคิดว่า ความตายกำลังจะเกิดขึ้นกับตนเอง เกิดความตกใจ รู้สึกสับสน เครียด กังวลกับวิธีการรักษา บางรายห่วงครอบครัว ห่วงพ่อแม่ว่าต่อไปใครจะดูแล ความรู้สึกต่าง ๆ เหล่านี้ก่อให้เกิดพฤติกรรมตอบสนองทั้งยอมรับ และปฏิเสธ ซึ่ง กูเบลอร์ - รอส (Kubler – Ross) ได้แบ่งปฏิกิริยาตอบสนองของผู้ป่วยภาวะใกล้ตายเป็น ๕ ระยะดังนี้

๑. ระยะปฏิเสธและแยกตัว (Stage of denial and isolation) เป็นปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นภายหลังจากที่ผู้ป่วยได้รับทราบผลการวินิจฉัยโรคของตน ซึ่งผู้ป่วยจะตกใจ ซ็อก เนื่องจากไม่ได้เตรียมตัว เตรียมใจ การปฏิเสธเป็นกลไกการป้องกันตัวอย่างหนึ่ง ระยะนี้จะเกิดขึ้นเพียงชั่วคราวและจะค่อย ๆ ยอมรับ แต่บางรายอาจเกิดเข้าไปเข้ามาจนถึงระยะสุดท้ายของชีวิต

๒. ระยะโกรธ (Stage of anger) เมื่อผู้ป่วยตระหนักว่าไม่สามารถปฏิเสธความจริงที่เกิดขึ้น ผู้ป่วยจะรู้สึกโกรธ หงุดหงิดตัวเอง และคนรอบข้าง คิดว่าไม่ยุติธรรมที่ตนเองกำลังต้องสูญเสียทุกสิ่งทุกอย่างในชีวิต ซึ่งจะมีคำถามตลอดเวลาว่า “ทำไมต้องเป็นเรา”

๓. ระยะต่อรอง (Stage of bargaining) เป็นระยะที่ผู้ป่วยเริ่มยอมรับ แต่ก็พยายามต่อรองอย่างมีความหวัง ให้สัญญาในการแลกเปลี่ยนบางสิ่งบางอย่าง โดยมากมักจะต่อรองในการจะทำความดีให้มากขึ้นเพื่อมีชีวิตที่ยืนยาวต่อไป สิ่งต่าง ๆ มักจะเป็นไปตามความเชื่อและศรัทธาในศาสนาที่นับถือ

๔. ระยะซึมเศร้า (Stage of depression) เป็นระยะที่ผู้ป่วยไม่สามารถปฏิเสธความเจ็บป่วยของตนเองได้ต่อไป เมื่อต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลด้วยอาการผิดปกติ ต้องสูญเสียค่าใช้จ่ายในการรักษา สูญเสียหน้าที่การงาน รายได้ ทำให้จมลึกอยู่ในอารมณ์เศร้า

๕. ระยะยอมรับ (Stage of acceptance) เป็นระยะที่ผู้ป่วยยอมรับกับความตายด้วยความสงบว่าตนเองได้ทำทุกวิถีทางที่ดีที่สุดแล้ว เป็นการยอมรับในคุณภาพชีวิต^{๓๔}

นอกจากนั้น แสงอรุณ สุขเกษม อ้างงานวิจัยของ Weisman & Worten พบว่า บุคคลที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็ง จะเกิดความวิตกกังวลจากสิ่งต่าง ๆ ดังนี้

๑. วิตกกังวลเกี่ยวกับวิธีการรักษา ผลการรักษา

๒. วิตกกังวลเกี่ยวกับภาพลักษณ์ (body image) ความสามารถ และควมมีคุณค่าในตนเอง

๓. วิตกกังวลด้านการงานและการเงิน เป็นการกังวลเกี่ยวกับสภาพการเงิน การออกจากงาน

๔. วิตกกังวลเกี่ยวกับสัมพันธภาพกับครอบครัว และบุคคลใกล้ชิด เป็นความกังวลเกี่ยวกับความเป็นอยู่ของบุคคลใกล้ชิด และความช่วยเหลือจากบุคคลที่ต้องพึ่งพา

๕. วิตกกังวลว่าจะมีชีวิตรอดหรือไม่ ชีวิตจะยืนยาวขึ้นอย่างไรที่หวังหรือไม่ บางคนหวังเพียงไม่ทุกข์ทรมานจากโรค จึงแสวงหาแพทย์ทางเลือกมาบำบัด

๖. วิตกกังวลว่าเพื่อนและผู้ร่วมงานจะลำบากที่ต้องมาเยี่ยมหรือช่วยปฏิบัติหน้าที่แทน^{๓๕}

ชลกร ภูสกุลสุข กล่าวถึงงานวิจัยของ O'Neil & Morrow พบว่า ผู้ป่วยเรื้อรังมีผลกระทบทั้งด้านสุขภาพกาย สภาวะจิต ด้านสังคม และจิตวิญญาณ กล่าวคือ ทางร่างกายสูญเสียหน้าที่การทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ความสามารถในการทำกิจกรรมลดลง เกิดความไม่สุขสบาย และเกิดความเจ็บปวด ทางด้านจิตใจจากการที่ต้องพึ่งพาผู้อื่นส่งผลให้ความรู้สึกคุณค่าในตนเองลดลง และไร้พลัง มีความวิตกกังวล ซึมเศร้าและหมดหวัง ทางด้านสังคมการเจ็บป่วยทำให้ต้องมีการปรับเปลี่ยนบทบาทในครอบครัวเป็นผู้พึ่งพาคู่คนอื่น ต้องออกจากงานเร็วกว่ากำหนด ทำให้รู้สึกโดดเดี่ยวและถูกแยกจากสังคม ทางด้านจิตวิญญาณการเจ็บป่วยทำให้ผู้ป่วยเปลี่ยนความเชื่อในสิ่งยึดเหนี่ยวหรือสิ่งที่คิดว่ามีคุณค่าสำหรับตน รวมทั้งงานของ Phipps เชื่อว่าการเจ็บป่วยเป็นการถูก

^{๓๔} อ้างใน กาญจนา สังข์สิงห์, “ประสบการณ์ของผู้ป่วยมะเร็งในการบำบัดเยียวยาด้วยสมาธิ”, วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้ใหญ่), หน้า ๕.

^{๓๕} แสงอรุณ สุขเกษม, “แบบแผนการเผชิญปัญหาในผู้ป่วยมะเร็งของไวส์แมน กับการประยุกต์ในการพยาบาล”, วารสารพยาบาลสงขลานครินทร์, (๒๕๓๕), หน้า ๑๑-๒๑.

ลงโทษจากพระเจ้า และนอกจากนี้ยังเกิดความวิตกกังวลจากปัญหาทางเศรษฐกิจ รายได้ลดลง เสียค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลเพิ่มขึ้น^{๕๐}

พนิตนาฏ ชำนาญเสื่อ กล่าวถึงความเครียดของผู้ป่วย โรคมะเร็งว่า เกิดขึ้นตั้งแต่รับรู้ว่าเป็น โรคมะเร็ง เพราะมีหลายสิ่งที่ทำให้เกิดความกังวล เช่น ความกังวลด้านสุขภาพ การประเมินตนเอง อคติโน้ตทัศน์ การงานและเศรษฐกิจ สัมพันธภาพในครอบครัวและเพื่อนร่วมงาน กับบุคคลใกล้ชิดตลอดถึงการปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา และเสนอวิธีการจัดการกับความเครียดไว้ดังนี้

๑. การลดความถี่ของสถานการณ์ที่มากระตุ้น โดยการเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อม หางานอดิเรก พักผ่อนหย่อนใจ

๒. การเพิ่มแรงต้านทานต่อความเครียดทั้งกายและใจ ได้แก่ การออกกำลังกาย การส่งเสริมความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง

๓. การสร้างเงื่อนไขตรงกันข้ามเพื่อหลีกเลี่ยงสิ่งรบกวนทางสรีรวิทยาที่ทำให้เกิดความเครียด เช่น การนั่งสมาธิ การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ^{๕๑}

พัชรี บิดา จากการศึกษาพบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีความรู้เกี่ยวกับโรคมะเร็งจำแนกได้ ๔ ลักษณะ ดังนี้

๑. ตกตะลึง ช็อก งุนงงจนทำให้สูญเสียความสามารถในการตัดสินใจ

๒. ปฏิเสธการเป็นโรค เพราะคิดว่าไม่น่าจะเกิดกับตน

๓. หวาดกลัวกับความรุนแรงของโรค และผลข้างเคียงของการรักษา อีกทั้งต้องใช้เวลานานในการรักษา และความไม่แน่นอนในผลของการรักษา

๔. หมดอาลัยตายอยาก วิตกกังวลกับสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้น^{๕๒}

^{๕๐} ชลกร ภู่อุศลสุข, “ศึกษาประสบการณ์ของผู้ป่วยเรื้อรังที่ใช้พลังจักรวาลในการดูแลสุขภาพ”, วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, หน้า ๑.

^{๕๑} พนิตนาฏ ชำนาญเสื่อ, “พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับรังสีรักษา”, วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : วิทยาลัยบรมราชชนนี สระบุรี, ๒๕๕๒), หน้า ๑๔-๑๕.

^{๕๒} พัชรี บิดา, “การใช้แพทย์ทางเลือกเสริมการแพทย์แผนปัจจุบันในการดูแลตนเองของผู้ป่วยมะเร็ง”, วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, หน้า ๘๗.

จากประสบการณ์ทางจิตทั้งหลายที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่าการรับรู้เกี่ยวกับโรคมะเร็ง รูปแบบการรักษา สุขภาพกาย และสภาวะจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็ง ซึ่งอาจแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล แต่โดยรวมก็จะวนเวียนอยู่กับการรับรู้ อันก่อให้เกิดความทุกข์ ความวิตกกังวล ความเครียด และสุดท้ายก็หาทางแก้ไขตามประสบการณ์ทางจิตของตน ผสมผสานกับของบุคคลอื่นที่เคยประสบเหตุการณ์ลักษณะเดียวกัน โดยมีความคิด ความเชื่อว่าจะอาจมีความหวัง อาจโชคดีกว่าผู้อื่นที่เคยประสบมา ได้แก่รูปแบบการรักษาที่คิดว่าเหมาะสมและดีที่สุด ซึ่งส่วนใหญ่จะเริ่มที่แพทย์แผนปัจจุบัน เพราะคิดว่าเป็นบุคคลที่น่าเชื่อถือและรูปแบบการรักษาก็เป็นไปตามแนวตะวันตกซึ่งเป็นที่ยอมรับอย่างกว้างขวาง ทำให้รู้สึกมีความมั่นใจ จนพบด้วยตนเองว่าวิธีการดังกล่าวก่อให้เกิดความทุกข์ทรมานต่อสุขภาพกายและลุกลามไปยังสภาวะจิต เป็นเหตุให้หันมาหาแนวทางของแพทย์ทางเลือก แต่ก็ก็มีผู้ป่วยจำนวนหนึ่งรับรู้ประสบการณ์นี้จากผู้ป่วยอื่นจึงตัดสินใจเข้าหาแพทย์ทางเลือกหรือการรักษาแบบผสมผสานโดยตรง การบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธก็เป็นแพทย์ทางเลือกอีกแนวทางหนึ่ง

๒.๓.๒ แนวคิดเกี่ยวกับชีวิตและความตาย

๒.๓.๒.๑ แนวคิดเกี่ยวกับชีวิตและความตายแบบแพทย์แผนปัจจุบันและความคิดของคนในสังคมยุคใหม่

จากการเสวนาของพระไพศาล วิสาโล สุลักษณ์ ศิวรักษ์ นิธิ เอียวศรีวงศ์ พญ.พรทิพย์ โรจนสุนันท์ ดำเนินรายการโดย เจิมศักดิ์ ปิ่นทอง ณ คณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อวันที่ ๒๓ พฤษภาคม ๒๕๔๕ ได้ข้อสรุปว่า คนในปัจจุบันหรือคนยุคใหม่มักคิดว่าชีวิตเป็นของเรา ไม่มีความเข้าใจต่อสิ่งที่ชีวิต ยึดติดกับวัตถุ สังคมเป็นอย่างไรเห็นก็ตามแบบกันไป ไม่ได้คิดมากไปกว่าที่กำลังเห็นอยู่ เป็นอยู่ ความเจริญทางวัตถุทำให้ความคิดของคนไม่ละเอียดอ่อน ทำให้ห่างไกลความเป็นจริง เกือบทุกคนกลัวความตาย ไม่อยากพูดถึง ไม่อยากได้ยิน ไม่อยากให้มาเยือนตนเองหรือผู้คนที่แวดล้อมอยู่ และไม่สนใจที่จะศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับความตาย ทำให้ขาดความรู้ความเข้าใจและตั้งอยู่บนความประมาท คิดว่าความตายยังอยู่ไกลตัว โดยพยายามผลักความตายให้ออกห่างตนเองให้มากที่สุด ซึ่งเป็นสิ่งที่ทำไม่ได้และไม่อยู่ในบังคับบัญชาของมนุษย์ อีกทั้งในยุคปัจจุบัน เทคโนโลยีด้านการแพทย์มีความก้าวหน้ามาก เครื่องมืออุปกรณ์ทางการแพทย์ และการบำบัดรักษาสามารถยืดชีวิตผู้เจ็บป่วยได้จำนวนมาก จนทำให้คนในยุคใหม่เข้าใจว่า โรคทุกโรคสามารถรักษาหายได้ และคนป่วยไม่ควรต้องตาย ส่วนแพทย์และบุคลากรด้านการแพทย์ก็ต้องการช่วยชีวิตผู้ป่วย พยายามยืดชีวิตให้อยู่ได้นานที่สุด ไม่ว่าจะรักษานั้นจะมีค่าใช้จ่ายสูงเพียงใด และ

ผู้ป่วยมีชีวิตอยู่ด้วยคุณภาพชีวิตเช่นใด ทั้งนี้ด้วยเจตนาที่จะช่วยเหลือผู้ป่วยซึ่งบางครั้งไม่วิเคราะห์ว่าสมควรช่วยกันขนาดไหนหรือไม่ ขณะเดียวกันญาติผู้ป่วยก็ต้องการให้ผู้เป็นที่รักอยู่ให้นานที่สุดเท่าที่เทคโนโลยีจะช่วยได้ บางครั้งในหมู่ญาติก็มีความเห็นแตกต่างกัน หรือต่างกับผู้ป่วยเอง ทำให้เกิดปัญหาในการรักษา เกิดความทุกข์ทรมานกันทุกฝ่าย ทั้งตัวผู้ป่วย ครอบครัว ญาติมิตร และผู้ให้การรักษานั้นเป็นปัญหาของสังคมทั่วโลก

นอกจากนั้นผู้ร่วมเสวนายังกล่าวถึงการแพทย์ยุคก่อนใช้วิธีการรักษาที่เรียกว่า Curative คือการรักษาแบบถอนรากถอนโคนพยายามใช้สรรพปัจจัยต่ออายุคนให้นานที่สุด ปัจจุบันวิธีการรักษาได้เปลี่ยนไป ในการรักษาผู้ป่วยระยะสุดท้ายที่มีการวินิจฉัยว่าจะเสียชีวิตในเวลาไม่นาน เช่น ผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะลุกลาม การบำบัดต่อตัวโรคมะเร็งไม่ช่วยหยุดยั้งการลุกลามของโรคได้ แพทย์จะหยุดให้การบำบัดเฉพาะกับตัวโรคมะเร็งมิได้หมายความว่าแพทย์ทอดทิ้งการดูแล แต่จะเปลี่ยนไปเป็นการรักษาแบบประคับประคอง (Palliative care) มีการดูแลเป็นลักษณะองค์รวม (Holistic care) ครอบคลุมทั้ง ๔ มิติ ได้แก่ กาย (physical) จิตใจ (psychological) สังคม (social) และจิตวิญญาณ (spiritual) เพื่อบรรเทาความทุกข์ทรมาน (relief and prevent suffering) ทำให้คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยและครอบครัวดีขึ้น (improve quality of life) และช่วยให้ผู้ป่วยได้มีชีวิตอย่างมีศักดิ์ศรี (dignity) จนถึงวาระสุดท้าย การรักษาแบบประคับประคอง (Palliative care) นี้ กำเนิดที่ประเทศอังกฤษ ๓๐ ปีมาแล้ว โดยนายแพทย์ซีเซลี ซอนเดอส์ และสร้างสถานพยาบาลระยะสุดท้าย (Hospice) แห่งแรกขึ้นมาชื่อว่า เซนต์คริสโตเฟอร์^{๕๓}

เมื่อมีการพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการแพทย์สมัยใหม่ มีเครื่องช่วยชีวิตและยืดชีวิตมนุษย์ออกไป แม้ว่าเครื่องมือเหล่านี้จะสามารถช่วยชีวิตคนไว้ได้เป็นจำนวนมาก แต่การช่วยชีวิตดังกล่าว เช่น การกู้ชีวิตด้านหัวใจและปอด (Cardiopulmonary Resuscitation - CPR) ก็เป็นการเสี่ยงถ้าสมองขาดเลือดก็เท่ากับนอนเป็นชีวิตผัก (Persistent Vegetative State) ทุกคนจึงมีสิทธิที่จะปฏิเสธการรักษาด้วยเครื่องมือช่วยชีวิต หรือเครื่องมือพยุงชีวิต เพื่อไปสู่การตายอย่างสงบ หรือตายอย่างมีศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ (Dead with Dignity) โดยการแสดงเจตจำนงล่วงหน้าปฏิเสธการรักษา เรียกว่า Advanced Directive หรือ Living Will รัฐสภาสหรัฐได้ออกกฎหมายของรัฐบาลกลาง (Federal Law) ในปี ค.ศ. ๑๙๙๑ โดยนำกลไกการแสดงเจตนาปฏิเสธการรักษาล่วงหน้ากับการ

^{๕๓} การเสวนา “ชีวิตและความตายในสังคมสมัยใหม่” ผู้ร่วมเสวนา พระไพศาล วิสาโล, สุลักษณ์ ศิวรักษ์, นิธิ เอียวศรีวงศ์, พญ.พรทิพย์ โรจนสุนันท์, ดำเนินรายการโดย เจิมศักดิ์ ปิ่นทอง ณ คณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, วันที่ ๒๓ พฤษภาคม ๒๕๔๕.

ตั้งตัวแทนให้ทำหน้าที่ตัดสินใจแทนผู้ป่วยเมื่อผู้ป่วยไม่สามารถตัดสินใจเองได้ เข้ามาไว้ในกฎหมายฉบับเดียวกัน ชื่อว่า The Patient Self - Determination Act^{๔๔}

ระหว่างปีคริสต์ศักราช ๑๙๙๒ - ๑๙๙๕ กลุ่มประเทศในภาคพื้นยุโรป ได้มีการพัฒนากฎหมายเกี่ยวกับการปฏิเสธการรักษามากขึ้น อาทิ ประเทศเยอรมนี ฝรั่งเศส เบลเยียม เนเธอร์แลนด์ สำหรับประเทศไทยมีการประกาศใช้พระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ ปีพุทธศักราช ๒๕๕๐ ในมาตรา ๑๒ ของพระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ บัญญัติไว้ว่า

มาตรา ๑๒ บุคคลมีสิทธิทำหนังสือแสดงเจตนาไม่ประสงค์จะรับบริการสาธารณสุขที่เป็นไปเพื่อยืดการตายในวาระสุดท้ายของชีวิตตน หรือเพื่อยุติการทรมานจากการเจ็บป่วยได้ การดำเนินการตามหนังสือแสดงเจตนาตามวรรคหนึ่งให้เป็นไปตามหลักเกณฑ์และวิธีการที่กำหนดในกฎกระทรวง เมื่อผู้ประกอบวิชาชีพด้านสาธารณสุขได้ปฏิบัติตามเจตนาของบุคคลตามวรรคหนึ่งแล้ว มิให้ถือว่าการกระทำนั้นเป็นความผิด และให้พ้นจากความรับผิดชอบ”

^{๔๔} ศูนย์กฎหมายสุขภาพและจริยศาสตร์ คณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ก่อนวันผลัดใบ, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เดือนตุลา, ๒๕๕๒), หน้า ๑๒๗-๑๒๘.

ภาพที่ ๒.๘ หนังสือแสดงเจตนาไม่ประสงค์จะรับบริการสาธารณสุข

หนังสือแสดงเจตนาไม่ประสงค์จะรับบริการสาธารณสุข

ตัวอย่าง

หนังสือแสดงเจตนาไม่ประสงค์จะรับบริการสาธารณสุข*

วันที่

ข้าพเจ้า (ชื่อ - นามสกุล) อายุ ปี

บัตรประชาชนเลขที่

ที่อยู่ติดต่อได้

เบอร์โทรศัพท์ เบอร์ที่ทำงาน

ขณะทำหนังสือฉบับนี้ ข้าพเจ้ามีสติสัมปชัญญะบริบูรณ์ และมีความประสงค์ที่จะแสดงเจตนาที่จะขอ
ตายอย่างสงบตามธรรมชาติ ไม่ต้องการให้มีการใช้เครื่องมือใด ๆ กับข้าพเจ้า เพื่อยึดการตายออกไปโดยไม่จำเป็น
และเป็นการสูญเสียเปล่า แต่ข้าพเจ้ายังคงได้รับการดูแลรักษาตามอาการ

- เมื่อข้าพเจ้าตกอยู่ในวาระสุดท้ายของชีวิต หรือ
- เมื่อข้าพเจ้าได้รับทุกข์ทรมานจากการบาดเจ็บหรือโรคที่ไม่อาจรักษาให้หายได้

ข้าพเจ้าขอปฏิเสธการรักษาดังต่อไปนี้ (เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ

และให้เซ็นชื่อกำกับหน้าข้อที่ท่านเลือก)

- 1. การเจาะคอเพื่อใส่ท่อช่วยหายใจ
- 2. การใช้เครื่องช่วยหายใจ
- 3. การให้อาหารและน้ำทางสายยาง
- 4. การรักษาในห้องไอ.ซี.ยู (I.C.U)
- 5. การกระตุ้นระบบไหลเวียน
- 6. กระบวนการฟื้นชีพเมื่อหัวใจหยุด
- 7. การรักษาโรคแทรกซ้อนด้วยยาหรือวิธีการรักษาใด ๆ
- 8.

ในกรณีที่ผู้ประกอบวิชาชีพด้านสาธารณสุขได้ให้บริการดังกล่าว โดยมีได้ทราบถึงเนื้อความใน
หนังสือแสดงเจตนาฉบับนี้หรือไม่ทราบความประสงค์ที่แท้จริงของข้าพเจ้า ข้าพเจ้าขอร้องให้ผู้นั้นกรุณาหยุด
บริการต่อไปนี้ด้วย ได้แก่

- การใช้เครื่องช่วยหายใจ
- การให้สารอาหารและน้ำทางสายยาง
-

หนังสือแสดงเจตนาฉบับนี้สามารถแก้ไขปรับปรุงให้เหมาะสมกับผู้ป่วยแต่ละราย ทั้งนี้ควรปรึกษาแพทย์
พยาบาลหรือนักกฎหมายที่มีความรู้ในเรื่องนี้

ตัวอย่าง (ด้านหลัง)

ข้าพเจ้า ขอให้สถานพยาบาลหรือผู้ประกอบการวิชาชีพด้านสาธารณสุขอำนวยความสะดวกตามความเหมาะสม ดังต่อไปนี้

- ความประสงค์ที่จะเสียชีวิตที่บ้าน
- การเยียวยาทางจิตใจอื่น ๆ (กรณีระบุ เช่น การสวดมนต์, การเทศนาของนักบวช เป็นต้น)

.....

ข้าพเจ้าขอมอบหมายให้ (ชื่อ นามสกุล).....ในฐานะบุคคลใกล้ชิด (ถ้ามี) เป็นผู้แสดงเจตนาแทน เมื่อข้าพเจ้าอยู่ในภาวะที่ไม่สามารถสื่อสารกับผู้อื่นได้ตามปกติ เพื่อทำหน้าที่อธิบายความประสงค์ที่แท้จริงของข้าพเจ้า หรือปรึกษาหารือกับแพทย์ในการวางแผนการดูแลรักษาต่อไป

ข้าพเจ้าได้ทำหนังสือแสดงเจตนาต่อหน้าพยาน และทำสำเนาเอกสารมอบให้บุคคลใกล้ชิดและพยานเก็บรักษาไว้ เพื่อนำไปแสดงต่อเจ้าหน้าที่ของสถานพยาบาลเมื่อข้าพเจ้าถูกนำตัวเข้ารับรักษาในสถานพยาบาล

ผู้แสดงเจตนา.....ลงชื่อ

บุคคลใกล้ชิด.....ลงชื่อ

พยาน.....ลงชื่อ

พยาน.....ลงชื่อ

บุคคลใกล้ชิด (ได้แก่ คนใดคนหนึ่งในรอบครัว เช่น บิดา มารดา สามี ภริยา บุตร พี่ น้อง หรือเป็นผู้ที่มีความใกล้ชิด เช่น เพื่อน ผู้ที่เคารพนับถือ หรือผู้ที่อยู่กินฉันท์สามีภริยา เป็นต้น)

ชื่อ-นามสกุล.....มีความสัมพันธ์เป็น.....

บัตรประชาชนเลขที่.....

ที่อยู่ติดต่อได้.....

เบอร์โทรศัพท์.....เบอร์ที่ทำงาน.....

พยานคนที่ 1

ชื่อ-นามสกุล.....มีความสัมพันธ์เป็น.....

ที่อยู่ติดต่อได้.....

เบอร์โทรศัพท์.....เบอร์ที่ทำงาน.....

ชื่อ-นามสกุล.....มีความสัมพันธ์เป็น.....

ที่อยู่ติดต่อได้.....

เบอร์โทรศัพท์.....เบอร์ที่ทำงาน.....

ขณะนี้ทางสำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ (สช.) ร่วมกับศูนย์กฎหมายสุขภาพและจริยศาสตร์ คณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ได้ยกร่างกฎกระทรวงและอยู่ในระหว่างขั้นตอนการนำเสนอเพื่อประกาศใช้เป็นกฎหมายต่อไป

คนในยุคปัจจุบันแยกชีวิตและความตายออกจากกัน เหมือนเป็นคนละส่วนไม่เกี่ยวข้องกัน และพยายามหลีกเลี่ยงการเห็นความตาย เมื่อญาติพี่น้องคนใกล้ชิดป่วยหนักก็ส่งโรงพยาบาล มีคณะบุคคลของโรงพยาบาลดูแลจนเสียชีวิต เมื่อเสียชีวิตแล้วก็นำไปประกอบพิธีที่วัด มีเจ้าหน้าที่ของวัดรับจัดการทุกสิ่งทุกอย่าง เป็นพิธีกรรมสำเร็จรูป สวดอย่างไร จ่ายเงินเท่าไร ต้องการอะไรที่เกี่ยวข้องบ้าง อาหาร น้ำ ของชำร่วยแจกแขกผู้มาร่วมงาน กลายเป็นธุรกิจแสวงหากำไร ทำให้คนรู้สึกห่างไกลจากความหมายของความตาย ไม่เข้าใจความตาย คิดแต่เพียงว่าคือการหมดลมหายใจ ความจริงแล้วคนไม่ห่างไกลจากความตาย พบเห็นอยู่ทุกวันจากสื่อต่าง ๆ เช่น ข่าวจากโทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ ข่าวผ่านดาวเทียมจากทั่วโลก ทั้งอุบัติเหตุ ภัยธรรมชาติ ความตายจากวิดีโอเกมส์ในคอมพิวเตอร์ หรือภาพยนตร์ แต่คนคิดว่าเป็นเรื่องห่างไกลจากตัวเอง ไม่โยงเข้าสู่ตัว จึงไม่เกิดอนุสติ กลับมีความเข้าใจอยู่อย่างเดียวว่าชีวิตมีเพื่อจะเสพ เสพสิ่งที่เป็นความสุขตามที่สิทธิบริโภคนิยมเป็นผู้กำหนด เมื่อเสพแล้วก็กลัวจะไม่ได้เสพต่อไปจึงกลัวตาย ที่สำคัญที่สุดก็คือ คนปัจจุบันเลิกเชื่อเรื่องชาติหน้า มีชีวิตอยู่แค่นี้ ตายแล้วก็จบแค่นี้^{๕๕}

๒.๓.๒.๒ แนวคิดเกี่ยวกับชีวิตและความตายตามหลักพระพุทธศาสนา

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึงเรื่องชีวิตและความตายตามหลักพระพุทธศาสนาว่า ชีวิตทั้งหลายที่บัญญัติว่า “สัตว์” หรือ “บุคคล” ฯลฯ มีส่วนประกอบต่าง ๆ แยกแยะได้หลายแบบแล้วแต่วัตถุประสงค์ สิ่งที่แพร่หลายในพระสูตร คือ การแสดงส่วนประกอบของขันธ ๕ หรือเบญจขันธ ดังนี้^{๕๖}

๑) รูป (Corporeality) ได้แก่ ส่วนประกอบของรูปธรรมทั้งหมด คือ ร่างกาย และพฤติกรรมทั้งหมดของร่างกาย

๒) เวทนา (Feeling หรือ sensation) ได้แก่ ความทุกข์ ความสุข หรือ ความรู้สึกเฉย ๆ เกิดจากผัสสะทางประสาททั้ง ๕ และทางใจ

^{๕๕} การเสวนา “ชีวิตและความตายในสังคมสมัยใหม่”.

^{๕๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), *พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ*, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๕), หน้า ๑๕-๑๖.

๓) สัญญา (Perception) ได้แก่ ความจำได้ กำหนดได้ หมายรู้

๔) สังขาร (Mental formations) ได้แก่ องค์ประกอบ หรือคุณสมบัติต่าง ๆ ของจิต มีเจตนาเป็นตัวนำ ประชุมแต่งจิตให้ดีหรือชั่ว หรือกลาง ๆ ไม่ดี ไม่ชั่ว

๕) วิญญาณ (Consciousness) ได้แก่ ความรู้แจ้งทางประสาททั้ง ๕ และทางใจ คือ การเห็น การได้ยิน การรู้กลิ่น การรู้รส การรู้สัมผัสทางกาย และการรู้อารมณ์ทางใจ

ส่วนประกอบเหล่านี้ทำหน้าที่ไปโดยมนุษย์ไม่รู้จักหรือแทบไม่ได้นึกถึงเลย เช่น ในด้านรูปธรรม อวัยวะต่าง ๆ ภายในร่างกายก็ทำหน้าที่ของตนไปโดยที่เจ้าของไม่ได้ใส่ใจที่จะรู้ จนกระทั่งเกิดการทำหน้าที่บกพร่องจึงจะหันมาสนใจแล้วปล่อยให้เป็นการของแพทย์และนักชีววิทยา แก่ไข ส่วนกระบวนการฝ่ายจิตก็เช่นเดียวกัน ปล่อยให้เป็นการของนักอภิธรรม และนักจิตวิทยา มีการรับรู้สัมผัสกับโลกผ่านอายตนะ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ผ่านอารมณ์ ๖ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และธรรมารมณ์ แสดงออกทางทวาร ๓ คือ กาย วาจา ใจ (กายกรรม วาจกรรม มโนกรรม) อายตนะเป็นจุดเริ่มต้นของการแยกระหว่างกุศลและอกุศล ถ้าไม่มีการสำรวมระวังก็จะมี การชักจูงไปในทางอกุศลจนเคยชินและรุนแรงขึ้น อายตนะยังเป็นที่มาของความทุกข์ ความสุข แต่ อายตนะก็เป็นเรื่องของกระบวนการรับรู้ และการแสวงหาปัญญาโดยมีองค์ธรรมสำคัญที่คอย ควบคุมจิตอยู่ คือ สติ ใช้หลักที่เรียกว่า อินทรีย์สังวร และสมาธิ ทำให้มีพลังจิต และควบคุมจิตอยู่ เสมอ ส่วนหลักธรรมที่เป็นข้อปฏิบัติระดับปัญญา เรียกว่า โยนิโสมนสิการ เป็นการพิจารณาคุณ โทษ ข้อดี ข้อเสียของอารมณ์นั้น

ส่วนประกอบต่าง ๆ ของชีวิตดังกล่าวข้างต้นนั้น เมื่อแยกออกมาแต่ละอย่าง ไม่มีตัวตน เป็นอิสระ อยู่ในรูปของกระแส ล้วนเกิดดับอย่างรวดเร็วติดต่อกันไปเรื่อยจนดูเหมือนไม่มีความ เปลี่ยนแปลง ส่วนประกอบนี้ไม่เที่ยง ไม่คงที่ มีความสัมพันธ์เนื่องอาศัยซึ่งกันและกัน เป็นเหตุ ปัจจัยสืบต่อแก่กัน เป็นไปตามธรรมชาติ หลักธรรมใหญ่ ๒ หมวด ที่แสดงกฎธรรมชาตินี้ คือ ไตร ลักษณะ และปฏิจสมุปบาท

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมาย ของไตรลักษณ์ ไว้ดังนี้

๑) อนิจจตา (Impermanence) ความไม่เที่ยง เกิดแล้วเสื่อมสลายไป

๒) ทุกขตา (Stress and conflict) ภาวะบีบคั้นของความเปลี่ยนแปลง ไม่คงที่อยู่ใน สภาพเดิม

๓) อนัตตตา (Non-self) ความไม่มีตัวตนที่แท้จริง^{๘๗}

^{๘๗} เรื่องเดียวกัน , หน้า ๖๘.

ผู้เจริญปัญญาด้วยการพิจารณาไตรลักษณ์ จะพัฒนาความเข้าใจต่อโลกและชีวิตได้ชัดเจนยิ่งขึ้น และมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านสภาพจิตที่สำคัญ ๒ ขั้นตอน ได้แก่ ๑) เกิดความรู้เท่าทันสังขาร มองเห็นความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ เลิกยึดติดหลงใหลใน รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ๒) เกิดปัญญารู้เห็นตามความเป็นจริง ปฏิบัติต่อสิ่งนั้น ๆ ตามความสมควรแก่เหตุผล และตามเหตุปัจจัย เกิดพัฒนาการทางจิตปัญญาที่จะเข้าถึงสัจจะและความเป็นอิสระของจิตโดยสมบูรณ์^{๘๘}

ด้านการงานและการดำเนินชีวิต จะเป็นผู้มีสติควบคุม เร่งรัดสู่ความก้าวหน้า หรือทางแห่งความดีงาม ถึงพร้อมซึ่งความไม่ประมาท หรืออปปมาท ๓ อย่าง ได้แก่ ๑. เห็นคุณค่า และความสำคัญของเวลาที่ผ่านไปทุกขณะ ไม่ปล่อยให้โอกาสผ่านไปเสียเปล่า ๒. ไม่หลงระเริง มัวเมาไปในทางที่ผิด ทางเสื่อมเสีย ควบคุมตนไม่ให้ผลอพลาตทำกรรมชั่ว ๓. เร่งสร้างสรรค์ความดีงาม และประโยชน์สุข ขวนขวายทำกิจหน้าที่อย่างรอบคอบ หมั่นพัฒนาจิต ปัญญา^{๘๙}

ส่วนหลักปฏิบัติจสุมุปบาท แสดงความจริงของธรรมชาติให้เห็นว่า สิ่งทั้งหลายมีลักษณะเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ที่เรียกว่า ไตรลักษณ์ นั้นเป็นไปตามกระบวนการแห่งเหตุปัจจัย หลักปฏิบัติจสุมุปบาท แสดงถึงกระบวนการทำกรรม และการให้ผลของกรรมทั้งหมด ตั้งแต่กิเลสที่เป็นเหตุให้ทำกรรม จนถึงวิบากอันเป็นผลที่จะได้รับ เป็นการมองอย่างกว้าง ๆ ไม่เน้นที่จุดใดจุดหนึ่ง แต่ในทางปฏิบัติ ในการดำเนินชีวิตประจำวันจะยกเอากรรมขึ้นมาเป็นจุดเน้น ปฏิบัติจสุมุปบาท จึงปรากฏในรูปของกฎแห่งกรรม หรือกฎธรรมชาติ ซึ่งเรียกว่า นิยาม แปลว่า กำหนดอันแน่นอน คือเมื่อมีเหตุปัจจัยอย่างนั้น ๆ แล้ว ก็จะมีความเป็นไปอย่างนั้น ๆ แน่นนอน

กฎธรรมชาติจำแนกเป็น ๕ อย่าง ดังนี้

๑) อุตุนิยาม กฎธรรมชาติเกี่ยวกับปรากฏการณ์ฝ่ายวัตถุ เช่น ลมฟ้าอากาศ ฤดูกาล ฝนตกฟ้าร้อง เช่น ดิน น้ำ ปุ๋ย ช่วยให้ต้นไม้งาม ความผันแปรที่เนื่องด้วยความร้อนหรืออุณหภูมิจึงปรากฏในรูปของกฎแห่งกรรม หรือกฎธรรมชาติ ซึ่งเรียกว่า นิยาม แปลว่า กำหนดอันแน่นอน

๒) พีชนิยาม กฎธรรมชาติเกี่ยวกับการสืบพันธุ์ ที่เรียกว่า พันธุกรรม เช่น ต้นมะม่วงก็ต้องออกลูกเป็นมะม่วง

๓) จิตตนิยาม กฎธรรมชาติเกี่ยวกับการทำงานของจิต เช่น เมื่ออารมณ์หรือสิ่งเร้ากระทบประสาท จะเกิดการรับรู้

๔) กรรมนิยาม กฎธรรมชาติเกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์ เช่น ทำกรรมดี มีผลดี ทำกรรมชั่ว มีผลชั่ว

^{๘๘} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๐/๓๘.

^{๘๙} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๐/๔๐.

๕) ธรรมเนียม กฎธรรมชาติดีเกี่ยวกับความสัมพันธ์ และอาการที่เป็นเหตุเป็นผลแก่กัน ของสิ่งทั้งหลาย เช่น สิ่งทั้งหลายมีความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับ ไปเป็นธรรมดา คนย่อมมีการเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นธรรมดา^{๕๐}

เนื่องด้วยธรรมเนียมเป็นเรื่องของมนุษย์โดยตรง เป็นหลักในการปรุงแต่งชีวิตของแต่ละคน พระพุทธศาสนาจึงเน้นถึงความสำคัญของกรรม ดังพุทธพจน์ว่า “กมฺมุนา วุตฺตติ โลกิโก” สัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรม^{๕๑}

แต่สิ่งที่มีผู้สนใจมากคือผลของกรรมในช่วงยาวไกล คือ ผลจากชาติก่อนและผลในชาติหน้า ที่ยังเป็นเรื่องเหนือสามัญวิสัย เป็นเพียงความเชื่อ เป็นความลับของชีวิตที่อยู่ในอวิชชา จัดเป็นอจินไตย แม้แต่พระพุทธเจ้ายังทรงนิ่งเสีย ไม่ตรัสตอบปัญหาเหล่านี้ มีพุทธพจน์สำคัญที่กล่าวถึงผลกรรมสืบเนื่องจากปัจจุบันไปถึงภพหน้า ตามที่ปรากฏในจุฬามณีวงศสูตร ว่า “มาณพ สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของตนมีกรรมเป็นทายาท มีกรรมเป็นกำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย กรรมย่อมจำแนกสัตว์ทั้งหลายให้แล้วและดีต่างกัน”^{๕๒}

พุทธพจน์เหล่านี้มิได้ปฏิเสธกรรมเก่า เพราะกรรมเก่ามีส่วนอยู่ในกระบวนการแห่งเหตุปัจจัย และมีผลต่อปัจจุบัน ไม่ใช่อำนาจนอกเหนือธรรมชาติที่จะฝากโชคชะตาไว้ ผู้เข้าใจ ปฏิจสุมุขบาทย่อมถือเอาประโยชน์จากกรรมเก่าในแง่เป็นบทเรียน เป็นความหนักแน่นในเหตุผล เป็นความเข้าใจตนเองและสถานการณ์ เป็นความรู้พื้นฐานเพื่อวางแผนทำกรรมปัจจุบัน และหาทางแก้ไขปรับปรุงต่อไป

ในพุทธธรรม พระพรหมคุณาภรณ์เน้นความสำคัญของสติในการดำเนินชีวิตเป็นอย่างมาก การประพฤติปฏิบัติโดยมีสติกำกับอยู่เสมอ มีชื่อเรียกโดยเฉพาะว่า อัปมาท แม้ปัจฉิมวาจาของพระพุทธองค์เมื่อจะเสด็จดับขันธปรินิพพานก็เป็นพระคำรัสในเรื่อง อัปมาทธรรม^{๕๓} ดังนี้ “สิ่งทั้งหลายที่ปัจจัยปรุงแต่งขึ้น ย่อมมีความเสื่อมสิ้นไปเป็นธรรมดา ท่านทั้งหลายจงยังประโยชน์ที่มุ่งหมายให้สำเร็จด้วยความไม่ประมาท”^{๕๔}

^{๕๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๕๒.

^{๕๑} ม.ม. (ไทย) ๑๓/ ๔๖๐/ ๕๘๒, พุ.สุ. (ไทย) ๒๕/ ๖๖๐/ ๖๕๔.

^{๕๒} ม.อ. (ไทย) ๑๔/ ๒๘๕/ ๓๕๐.

^{๕๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับขยายความ, หน้า ๒๐๗.

^{๕๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๕๕.

เมื่อชีวิตเกิดมาตามเหตุปัจจัยดังกล่าวแล้ว ข้อปฏิบัติในการจัดระเบียบของชีวิตก็คือ การปฏิบัติตามไตรสิกขา อันได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งเป็นการจัดระเบียบชีวิตด้านนอกให้สภาพความเป็นอยู่โดยทั่วไป การทำกิจการทั้งหลายและความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อม สอดคล้องกับชีวิตด้านในที่ตั้งงามเพื่อให้สะท้อนความดีงามออกมาที่ชีวิตภายนอก โดยเฉพาะการเจริญสมาธิและปัญญาจะช่วยให้ชีวิตมีความสุขแท้จริงพร้อมกับใจที่เป็นอิสระ ผ่องใส เบิกบาน

อย่างไรก็ตาม ชีวิต หรือ ชั้น ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณไม่เที่ยง พระพุทธเจ้าตรัสว่า “... สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ สิ่งใดเป็นทุกข์ สิ่งนั้นเป็นอนัตตา สิ่งใดเป็นอนัตตา สิ่งนั้นเราทั้งหลายพึงเห็นด้วยปัญญาอันชอบตามความเป็นจริงอย่างนี้ว่า ‘นั่นไม่ใช่ของเรา เราไม่เป็นนั่น นั่นไม่ใช่ของเรา’...”^{๕๕}

การดำรงชีวิตอยู่ของมนุษย์จึงมี ๒ ประเภท คือ

๑. การมีชีวิตอยู่ด้วยปัญญา เป็นการอยู่อย่างรู้เท่าทันสภาวะ ประสานกลมกลืนกับธรรมชาติ เป็นอิสระ ไม่อยู่ในอำนาจของตัณหาอุปาทาน ไม่ยึดมั่นถือมั่น มองสิ่งทั้งหลายตามวิถีแห่งเหตุปัจจัย

๒. การมีชีวิตอยู่ด้วยอวิชชา อยู่อย่างขัดแย้งฝืนกฎธรรมชาติ ยึดมั่นถือมั่นกับตัวตน จอมปลอม งามายไว้เหตุผล ก่อความทุกข์ ความเดือดร้อนให้แก่สังคม^{๕๖}

จากการศึกษาสรุปได้ว่า การรู้เท่าทันไตรลักษณ์เป็นการใช้ชีวิตอย่างไม่ประมาท เป็น การรู้จักรักษาจิตใจไม่ให้ทุกข์กับความแก่ ความเจ็บ และความตายที่จะเกิดกับตน ดังแสดงในคัมภีร์ วิสุทธิมรรคว่า

ความไม่มีโรคแม้ทั้งหมดมีความเจ็บไข้เป็นที่สุด ความเป็นหนุ่มทั้งหมดมีความแก่ เป็นที่สุด ชีวิตทั้งหมดมีความตายเป็นที่สุด โลกสันนิวาสนทั้งหมดนั้นแลถูกชาติติดตาม ถูกชราไล่ตาม ถูกพยาธิครอบงำ ถูกมรณะดักสังหาร เพราะเหตุนี้พระผู้มีพระภาคเจ้า ตรัสว่า ‘ภูเขาใหญ่อันล้วนแล้วด้วยหินสูงจรดฟ้ากลิ้งลงมาทั้ง ๔ ทิศโดยรอบแม้ฉันใด ความแก่และความตายก็ฉนั้นนั้น ย่อมครอบงำสัตว์ทั้งหลายคือพวกกษัตริย์ พวกพราหมณ์ พวกแพศย์ พวกศูทร พวกคนจัณฑาล และพวกปุกกุสะ ไม่เว้นใคร ๆ ย่อมย้ายทั่วไป ทั้งหมดเลย ณ ที่นั่นพื้นที่สำหรับพลช้างก็ไม่มี สำหรับพลม้าก็ไม่มี สำหรับพลรถก็ไม่มี

^{๕๕} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๑/๑-๒.

^{๕๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับขยายความ, หน้า ๕๒-๕๓.

สำหรับพลเดินเท้าก็ไม่มี และใคร ๆ ไม่อาจชนะได้ด้วยมนต์หรือด้วยทรัพย์ วิบัติคือความตายเป็นที่สุดแห่งสมบัติคือชีวิต พระโยคาวจรเมื่อจะกำหนดถึงภาวะที่ชีวิตมีความตายเป็นที่สุดนั้น พึงระลึกถึงความตายโดยอาการวิบัติแห่งสมบัติ ด้วยประการดังนี้^{๕๓}

โดยเฉพาะความตายอันเป็นสภาวะที่ทุกคนหวาดกลัวเพราะไม่รู้ว่าจะเกิดขึ้นเมื่อไหร่ ลักษณะไหน วิธีการเตรียมพร้อมตามหลักพุทธศาสนาที่สำคัญได้แก่การเจริญมรณานุสติ การฝึกตายและการหมั่นทำความดี ได้แก่

๑) เจริญมรณานุสติอยู่เสมอ คือระลึกถึงความตายที่จะมาถึงแน่นอนวันใดวันหนึ่งพิจารณาเพื่อไม่ให้เกิดความประมาท อันเป็น ๑ ในอนุสติ ๑๐ ของการเจริญสมถกรรมฐาน เป็นการพัฒนาจิตอย่างหนึ่ง มีความสำคัญต่อการตายอย่างมีสติ ไม่หลงตาย การทำใจให้คุ้นเคยกับความตายสม่ำเสมอช่วยไม่ให้ลืมความตาย

๒) ฝึกตาย โดยพิจารณาถึงความตายอย่างเป็นรูปธรรมว่า เมื่อเราต้องเผชิญความตายจริง ไม่ว่าจะด้วยโรคร้ายหรืออุบัติเหตุ เราจะรู้สึกอย่างไร ควรทำใจอย่างไร นึกภาพให้ชัดเจน จับความรู้สึกกลัวที่เกิดขึ้นเพื่อหาสาเหตุ จะได้แก้ไขลดทอนความกลัวนี้ได้

๓) หมั่นทำความดี สร้างกุศลอยู่เสมอ ปฏิบัติตามไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา เมื่อเผชิญกับความตายย่อมมีความอุ่นใจและมั่นใจว่าได้ไปสู่สุคติ^{๕๔}

ดังคำกล่าวในพระคัมภีร์วิสุทธิมรรคว่าด้วยอำนาจแห่ง มรณานุสติ (การระลึกถึงความตายเป็นประจำ) พระสมณะผู้อยู่ในป่าย่อมไม่ได้รับความกระทบกระเทือนจากโทษแห่งความประมาท เพราะเหตุแห่งเขาพึงพิจารณาศพจำนวนมาก ใจของเขาจึงไม่ตกอยู่ในอำนาจแห่งค้นหาความรู้สึกเกลียด (ในสังขาร) ของเขาเป็นสิ่งยิ่งใหญ่ เขาไม่หึง เขาพยายามอย่างยิ่งยวดเพื่อปลดเปลื้องตนเอง พระนิพพานเป็นเป้าหมายซึ่งเขาควรบรรลุ แม้กระนั้น นักปราชญ์ทั้งหลายผู้ปรารถนาจะบรรลุจุดมุ่งหมายนี้ ควรดำเนินชีวิตแบบนี้^{๕๕}

^{๕๓} พระพุทธโฆษาจารย์ ญาณ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค เล่ม ๒, สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร). แปลและเรียบเรียง, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทอมรินทร์พริ้นติ้งกรุ๊ป จำกัด, ๒๕๓๓), หน้า ๕.

^{๕๔} พระไพศาล วิสาโล และคณะ, เผชิญความตายอย่างสงบ เล่ม ๒, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนสามลดา, ๒๕๕๒), หน้า ๑๔.

^{๕๕} พระ พี. วชิรญาณมหาเถร, สมาธิในพระพุทธศาสนา, แปลโดย ชูศักดิ์ ทัพย์เกสร, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๕๘.

๒.๔ กรอบแนวคิดการวิจัย

จากการศึกษาแนวทางการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธพบว่า

- ๑) ผู้ป่วยโรคมะเร็งมีภูมิคุ้มกันต่ำ จิตใจไม่เข้มแข็ง ร่างกายทรุดโทรม
- ๒) การดำรงตนอยู่ในบุญกิริยาวัตถุ ๓ อันประกอบด้วย ทานมัย สีลมัย และภาวนามัย เป็นการส่งเสริมพลังจิต สนับสนุนด้วยการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ และการออกกำลังกาย ช่วยเพิ่มพลังกาย ทำให้ร่างกายแข็งแรงมีภูมิต้านทานโรค
- ๓) เป็นผลให้โรคมะเร็งทุเลาลง แม้ไม่หาย เนื่องจากโรคคุกคามมากแล้ว ก็มีผลช่วยให้เกิดความสงบในจิตใจ เพราะเข้าใจความเป็นจริงของชีวิต

ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็ง ว่าเป็นอย่างไรจึงตัดสินใจเลือกแนวทางการบำบัดรักษาดังกล่าว

บทที่ ๓

วิธีดำเนินการวิจัย

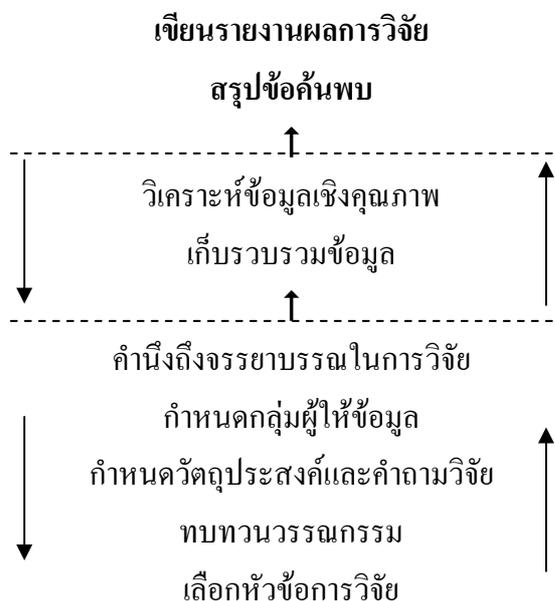
ผู้วิจัยได้ศึกษาวิธีการวิจัย และดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนตามลำดับต่อไปนี้

๑. แบบการวิจัย
๒. กลุ่มตัวอย่าง
๓. การเตรียมความพร้อมก่อนลงสู่สนาม
๔. จรรยาบรรณนักวิจัย
๕. การเก็บรวบรวมข้อมูลและเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
๖. การวิเคราะห์ข้อมูล
๗. การตรวจสอบข้อมูล

๓.๑ แบบการวิจัย

การศึกษาประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ เป็นการศึกษาเรื่องของการรับรู้เกี่ยวกับโรคมะเร็ง สุขภาพกายและสภาวะจิต ของบุคคลจากประสบการณ์ที่มีต่อเหตุการณ์ที่ประสบ ซึ่งมีความเป็นนามธรรมสูง ไม่สามารถวัดผลได้ชัดเจนด้วยตัวเลข ผู้วิจัยจึงใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสังเกต การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก และจากแหล่งข้อมูลเอกสาร งานวิจัยต่าง ๆ แล้วนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์สร้างข้อสรุป เพื่อตอบคำถามการวิจัยตามกระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพ ดังภาพต่อไปนี้

ภาพที่ ๓.๑ แสดงกระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพ



ที่มา : Boeije , H. (2012) Analysis in Qualitative Research, California: Sage Publications.

กระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยเริ่มจากการเลือกหัวข้อการวิจัย ทบทวนวรรณกรรม กำหนดวัตถุประสงค์และคำถามวิจัย กำหนดกลุ่มผู้ให้ข้อมูล กิจกรรมเหล่านี้สามารถยืดหยุ่นกลับไปมาเพื่อเพิ่มความชัดเจนและสามารถนำไปสู่การวิจัยอย่างมีคุณค่า ทั้งนี้ต้องคำนึงถึงจรรยาบรรณในการวิจัยทุกขั้นตอน ขั้นตอนที่สำคัญคือการเข้าสู่สนามการศึกษาเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลพร้อมทั้งวิเคราะห์ข้อมูลไปพร้อมกันเพื่อสรุปข้อค้นพบ และเขียนรายงานผลการวิจัยต่อไป

๓.๒ กลุ่มผู้ให้ข้อมูล

การเลือกกลุ่มตัวอย่างใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposeful) ซึ่งจะมีลักษณะเป็นกลุ่มเล็กประมาณ ๑๐-๑๕ คน มีคุณสมบัติที่กำหนด คือ

๓.๒.๑ เป็นผู้ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์หรือผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการว่าเป็นโรคมะเร็ง

๓.๒.๒ เป็นผู้ที่รับรู้ว่าตนเองเป็น โรคมะเร็ง

๓.๒.๓ เป็นผู้ที่ใช้พลังจิตตามแนวพุทธจากสมาธิรูปแบบต่าง ๆ ในการบำบัดโรคมะเร็ง โดยใช้เพียงอย่างเดียวหรือร่วมกับวิธีรักษาอื่น ๆ โดยรับรู้ว่าพลังจิตจากสมาธิช่วยบำบัดโรคมะเร็ง และอาการข้างเคียงของการรักษาแนวทางแพทย์แผนปัจจุบันได้และยังปฏิบัติต่อเนื่องถึงปัจจุบัน

๓.๒.๔ เป็นผู้ที่สามารถให้ข้อมูลโดยไม่มีอุปสรรคในการสื่อสาร

๓.๒.๕ เป็นผู้ที่มีสมาธิ และยินดีให้ความร่วมมือในการให้ข้อมูล

๓.๓ การเตรียมความพร้อมก่อนลงสู่สนาม

ในการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยซึ่งเป็นเครื่องมือสำคัญในการดำเนินการวิจัยทุกขั้นตอน ได้เตรียมความพร้อมทุกอย่างด้วยตนเองเพื่อจะได้เรียนรู้รายละเอียดทุกขั้นตอน และจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องศึกษาเพิ่มเติมทั้งภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติเพื่อให้เข้าใจวิธีการในการเก็บรวบรวมข้อมูล สามารถวิเคราะห์และสร้างข้อสรุป ผู้วิจัยได้ปฏิบัติดังต่อไปนี้

๓.๓.๑ ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องโดยค้นหามาจากเอกสาร ตำราเรียนของผู้เชี่ยวชาญ จากสถาบันการศึกษาต่าง ๆ และศึกษาจากงานวิจัยเชิงคุณภาพหลายฉบับให้เห็นแนวทางการทำงานในแต่ละสถานที่

๓.๓.๒ ลงสนามสำรวจพื้นที่ ครั้งแรกในเดือนกรกฎาคม ๒๕๕๓ ก่อนเวลาลงทำงานจริง ๖ เดือน เพื่อสำรวจเส้นทางในการเดินทางไปวัดคำประมง อำเภอพรรณานิคม จังหวัดสกลนคร สถานที่บำบัดผู้ป่วยโรคมะเร็งแห่งแรก เพื่อติดต่อทำความคุ้นเคยกับท่านเจ้าอาวาส พระปณพัชร จิรธัมโม สำรวจที่พักเพื่อเข้าไป เก็บข้อมูลเชิงลึก เข้าไปเยี่ยมเยียนผู้ป่วยและร่วมกิจกรรมภายในศูนย์โรคมะเร็งในฐานะจิตอาสา ซึ่งท่านเจ้าอาวาสได้เมตตาให้การต้อนรับด้วยดี และได้ติดต่อขออนุญาตล่วงหน้าเป็นเวลา ๑ เดือน ก่อนออกเดินทางไปเก็บข้อมูลในสถานที่ดังกล่าว

สถานที่ที่สองคือ สมาคมสถาบันพลังกายตัพย์เพื่อสุขภาพ ของคุณย่าเยาวเรศ บุนนาค ตั้งอยู่ที่ ๔๐/๔ ถนนเทศบาลนิมิตใต้ เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้สมัครลงทะเบียนเข้าอบรมวิชาพลังกายตัพย์หรือพลังจักรวาล เพื่อศึกษาแนวทางการรักษาโรค การอบรมครั้งนี้ได้ประโยชน์กับงานวิจัยเป็นอันมาก เพราะได้ทราบถึงวิธีการรักษาโรคแนวทางพลังกายตัพย์ว่า เกี่ยวข้องกับการใช้พลังจิตตามแนวพุทธอย่างไร ในขั้นตอนไหน เพราะก่อนหน้านี้เข้ารับการอบรม ผู้วิจัยยังมีความเข้าใจคลาดเคลื่อนบางประการ การอบรมครั้งนี้เป็นการอบรมระดับปฐมนิเทศ และได้ศึกษาเพิ่มเติมต่อไปถึงระดับพัฒนาจักระ พร้อมทั้งขออนุญาตคุณย่าเยาวเรศ บุนนาค เพื่อเก็บข้อมูลของผู้ป่วยโรคมะเร็ง ซึ่งคุณย่าเยาวเรศ ได้ให้คำแนะนำและให้รายละเอียด ในการติดต่อกับผู้ป่วยโรคมะเร็งที่มาเข้ารับการบำบัด ที่สมาคมสถาบันพลังกายตัพย์เพื่อสุขภาพอีกด้วย

๓.๓.๓ สร้างแนวคำถามในการเก็บรวบรวมข้อมูล ที่ได้จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับผู้ป่วยโรคมะเร็ง และการใช้พลังจิตตามแนวพุทธบำบัดโรคมะเร็ง แนวทางในการสร้างคำถามประกอบด้วย ๒ ส่วนคือ

ส่วนที่ ๑ แนวคำถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป และข้อมูลเกี่ยวกับความเจ็บป่วย ประกอบด้วย อายุ เพศ ศาสนา สถานภาพสมรส อาชีพ ความเพียงพอของรายได้ ระดับการศึกษา สถานที่วินิจฉัยโรค ตำแหน่งของร่างกายที่เป็นโรคมะเร็ง ระยะของโรคเมื่อรับรู้ครั้งแรก

ส่วนที่ ๒ แนวคำถามเกี่ยวกับประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ ประกอบด้วยคำถามเรื่องการรับรู้เกี่ยวกับโรคมะเร็ง รูปแบบการรักษา สุขภาพกาย และสภาวะจิตก่อนเข้ารับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ การรับรู้รูปแบบการรักษา สุขภาพกาย และสภาวะจิตขณะรับการบำบัดด้วยแนวทางการแพทย์แผนปัจจุบัน และการรับรู้รูปแบบการรักษา สุขภาพกาย และสภาวะจิตหลังเข้ารับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ และนำไปปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบ แก้ไขและให้คำแนะนำ

๓.๓.๔ จัดทำหนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลจากคณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ถึงสถานบำบัดผู้ป่วยโรคมะเร็งทั้งสองแห่งเพื่อขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูล

๓.๓.๕ การศึกษานำร่อง (Pilot Study) ผู้วิจัยทำการศึกษานำร่องในผู้ป่วยโรคมะเร็งที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้ จำนวน ๒ ราย เพื่อทดสอบเครื่องมือก่อนนำไปใช้เก็บรวบรวมข้อมูลจริงว่าได้ข้อมูลครบถ้วนตามที่ต้องการหรือไม่ เพื่อจะได้ปรับปรุงแก้ไขส่วนที่บกพร่องพร้อมกับฝึกทักษะและเทคนิคต่าง ๆ เพื่อไม่ให้เกิดความผิดพลาด เพราะสถานที่เก็บข้อมูลหนึ่งในสองแห่งต้องเดินทางไกลถึงจังหวัดสกลนคร

๓.๔ จรรยาบรรณนักวิจัย

ปัจจุบันได้มีการจัดตั้ง “ชมรมจริยธรรมการวิจัยคนในประเทศไทย” เพื่อดำเนินการด้านจริยธรรมในการวิจัย โดยที่ชมรมฯ มีวัตถุประสงค์หลัก ๔ ประการ คือ^๑

^๑ นรินาถ แสนสา, “การวิจัยเชิงคุณภาพ”, ประมวลสาระชุดวิชาการวิจัยทางการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (๒๕๖๑) ฉบับปรับปรุงครั้งที่ ๑ หน้าที่ ๖ นนทบุรี (สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, ๒๕๕๔), หน้า ๕๑.

๓.๔.๑ ส่งเสริมและพัฒนา การคุ้มครองศักดิ์ศรี สิทธิ ความเป็นส่วนตัวและความเป็นส่วนตัวของอาสาสมัครที่เข้าร่วมงานวิจัยในคน

๓.๔.๒ ส่งเสริมและพัฒนา ระบบการดูแลจริยธรรมเกี่ยวกับการวิจัยในคนในประเทศไทย

๓.๔.๓ แลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์ของกรรมการที่ดูแลด้านจริยธรรมเกี่ยวกับการวิจัยในคน

๓.๔.๔ ประสานกับนานาชาติในเรื่องการดูแลด้านจริยธรรมเกี่ยวกับการวิจัยในคน

การวิจัยเชิงคุณภาพที่ทำวิจัยในคนฉบับนี้ ผู้วิจัยจำเป็นต้องตรวจสอบเงื่อนไขที่กำหนดก่อนเข้าสู่สนามศึกษา โดยคำนึงถึงจรรยาบรรณของนักวิจัยอย่างเคร่งครัดในเรื่องการเคารพ สิทธิมนุษยชน ความเป็นส่วนตัวของผู้ให้ข้อมูล ความเป็นส่วนตัวและการรักษาความลับ รวมทั้งการที่ ให้สิทธิผู้ให้ข้อมูลมีส่วนร่วมในการตัดสินใจเข้าร่วม หรือออกจากกรวิจัยโดยไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อ ผู้ให้ข้อมูล ผู้วิจัยทำการพิทักษ์สิทธิของผู้ให้ข้อมูลโดยการแนะนำตนเอง ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษา การขอความช่วยเหลือในการเก็บรวบรวมข้อมูล และใช้ใบพิทักษ์สิทธิผู้ให้ข้อมูลตาม เอกสารที่เตรียมไว้ให้เซ็นยินยอม หรืออาจให้ความยินยอมด้วยวาจา หรือให้ญาติช่วยเซ็นได้ตาม ความเหมาะสม

๓.๕ การเก็บรวบรวมข้อมูลและเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ภายหลังจากที่ผู้ให้ข้อมูลยินยอมเข้าร่วมวิจัย โดยผู้วิจัยและผู้ให้ข้อมูลมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ผู้วิจัยใช้เทคนิคในการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้^๒

๓.๕.๑ การสัมภาษณ์ ใช้ประเภทการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (in depth interview) โดยผู้วิจัยจะพูดคุยอย่างไม่เป็นทางการ การถามซ้ำ การให้ยกตัวอย่างโดยอาศัยแนวคำถามที่สร้างขึ้น และใช้คำถามย่อยเพื่อเจาะลึกข้อมูลให้ผู้ให้ข้อมูลเล่าประสบการณ์ของตนอย่างลึกซึ้ง และครอบคลุมวัตถุประสงค์ของการวิจัย เวลาในการสัมภาษณ์ขึ้นอยู่กับความพร้อมของผู้ให้ข้อมูลและสภาพร่างกายของผู้ ให้ข้อมูลที่บางครั้งจะอ่อนเพลียและต้องการพักผ่อน หรือบางครั้งเกิดความ สะท้อนใจขณะให้ข้อมูลเกี่ยวกับสภาวะจิต ถ้าประเมินว่าผู้ให้ข้อมูลไม่พร้อมก็จะยุติทันที และนัด

^๒ สุภากร จันทวานิช, รวมบทความว่าด้วยวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ, สมาคมวิจัยเชิงคุณภาพแห่งประเทศไทย (เอกสารอัดสำเนา), หน้า ๓๔.

สัมภาษณ์ครั้งต่อไป จนกว่าข้อมูลอิ่มตัว ซึ่งจำนวนครั้งจะประมาณ ๒-๓ ครั้ง ต่อผู้ให้ข้อมูล ๑ ราย หรือปรับเปลี่ยนให้เหมาะสม

๓.๕.๒ บันทึกภาคสนาม ผู้วิจัยจะจดบันทึกสรุปสั้นๆ เฉพาะประเด็นสำคัญที่เกิดขึ้นทันทีที่ออกมาจากการเก็บข้อมูล ประกอบด้วยใคร ทำอะไร ที่ไหน เมื่อไร อย่างไร และบันทึกการสื่อสารที่ได้จากการสังเกต เช่น การแสดงกิริยาท่าทาง สีหน้า ลักษณะคำพูด หรือน้ำเสียงของผู้ให้ข้อมูลตามความเป็นจริงโดยไม่ตีความ นอกจากนี้ยังต้องบันทึกเกี่ยวกับความคิด ความรู้สึก หรือปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้วิจัยขณะที่เก็บรวบรวมข้อมูล

๓.๕.๓ บันทึกเทป ผู้วิจัยทำการบันทึกเทปเสียงสนทนาคำถามในการสัมภาษณ์จากผู้ให้ข้อมูลทุกราย เพื่อให้ได้ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ครบถ้วนสมบูรณ์ โดยก่อนการบันทึกเทปต้องขออนุญาตผู้ให้ข้อมูล เมื่อได้รับความยินยอมแล้ว จึงทำการบันทึกโดยชี้แจงว่าเทปดังกล่าวจะมีการทำลายเมื่อสิ้นสุดการเก็บข้อมูล

๓.๕.๔ มีการถอดข้อความจากเทป เพื่อบันทึกให้เป็นระเบียบทุกวันหลังการสัมภาษณ์ โดยถอดข้อความเป็นคำต่อคำ ประโยคต่อประโยค เพื่อบันทึกเหตุการณ์ทั้งหมดที่เกิดขึ้นขณะสัมภาษณ์ตรวจสอบข้อมูลที่ยังไม่ชัดเจนครบถ้วน พร้อมทั้งคำถามเพิ่มเติมเพื่อนำไปสัมภาษณ์ครั้งต่อไป ในช่วงนี้ผู้วิจัยต้องเริ่มวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อสร้างข้อสรุปชั่วคราวที่มีทั้งบทสรุปและคำอธิบายรายละเอียดเบื้องต้น เพื่อเป็นแนวทางจัดเก็บข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลในครั้งต่อไป

๓.๕.๕ การยุติการเก็บข้อมูล เป็นช่วงที่ผู้วิจัยถอนตัวจากสนามการศึกษา (leaves the field) เมื่อพิจารณาว่าข้อมูลที่ได้มีความละเอียดลุ่มลึก ครอบคลุมประเด็นปัญหาการวิจัยแล้ว ก็สามารถยุติการเก็บข้อมูล สิ่งที่น่าพึงระวัง คือ ข้อมูลที่ได้อาจมีปริมาณมากแต่ไม่สามารถนำมาวิเคราะห์ ตอบต่อปัญหาวิจัยได้ทั้งหมด ผู้วิจัยจึงต้องตรวจสอบอย่างถี่ถ้วนว่าเป็นข้อมูลที่เกี่ยวข้องและมีประโยชน์ต่อการตอบปัญหาการวิจัย

๓.๖ การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลจะดำเนินการเป็นช่วงสุดท้ายหลังจากยุติการเก็บข้อมูลแล้ว เพื่อสร้างข้อสรุปที่เป็นความรู้ที่มีความหมาย มีความละเอียดลึกซึ้งครอบคลุมทุกประเด็นของปัญหาในการวิจัยโดยมีขั้นตอนวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

๓.๖.๑ ถอดข้อมูลจากบทสัมภาษณ์ในเทปโดยละเอียด คำต่อคำ ประโยคต่อประโยค มาบันทึกให้เป็นระเบียบในรูปแบบฟอร์มวิเคราะห์ข้อมูล การถอดข้อมูลผู้วิจัยพยายามทำให้รวดเร็ว

ที่สุดภายในคืนนั้นแต่บางครั้งก็ไม่อาจทำได้ เนื่องจากต้องอยู่ร่วมกิจกรรมที่วัด เช่น การทำวัตรเย็น การฟังพระธรรมเทศนา เมื่อเสร็จสิ้นภารกิจก็เหน็ดเหนื่อย และต้องการพักผ่อน ต้องผลัดไว้ทำในวันถัดไป

๓.๖.๒ นำข้อมูลเหล่านั้นมาอ่านทบทวนหลาย ๆ ครั้งเพื่อให้เข้าใจภาพรวมของข้อมูล และประสบการณ์ที่สำคัญ ที่เป็นประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ

๓.๖.๓ อ่านข้อมูลที่เก็บรวบรวมมาอีกครั้งโดยละเอียดแล้วดึงข้อความหรือประโยคสำคัญที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็ง ที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธและนำเสนออาจารย์ที่ปรึกษาทั้งสองท่านเป็นระยะเพื่อตรวจสอบ ซึ่งปรากฏว่าได้รับคำแนะนำให้ลงสนามใหม่เพื่อเก็บข้อมูลเพิ่มเติมอีก จนกระทั่งข้อมูลสมบูรณ์จึงดำเนินการต่อ

๓.๖.๔ นำข้อความหรือประโยคเหล่านั้น ที่มีความหมายเหมือนกันมาจัดไว้ในกลุ่มเดียวกัน โดยแยกประเภทเป็นการรับรู้ เกี่ยวกับ โรคมะเร็ง รูปแบบการรักษา สุขภาพกาย และสภาวะจิต ของผู้ป่วยโรคมะเร็งก่อนเข้ารับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ ขณะเข้ารับการบำบัดด้วยแนวทางการแพทย์แผนปัจจุบัน และหลังเข้ารับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ เพื่อลงรายละเอียดแต่ละประเภทต่อไปให้ได้ข้อสรุปสุดท้ายที่สมบูรณ์^๓

๓.๗ การตรวจสอบข้อมูล

หลังการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลเสร็จสิ้นแล้ว ผู้วิจัยได้แวะเวียนไปพูดคุยกับญาติผู้ให้ข้อมูลที่มาดูแลและเป็นการเยี่ยมเยียนผู้ป่วยอีก ๒-๓ ครั้งต่อผู้ให้ข้อมูลหนึ่งราย การชวนสนทนานี้เป็นการตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูลที่ได้ เพราะผู้ให้ข้อมูลอาจตอบข้ามบางประเด็นสำคัญไปเนื่องจากอาการป่วย ญาติที่ดูแลซึ่งอยู่ใกล้ชิดกับผู้ป่วยสามารถเติมเต็มให้ข้อมูลสมบูรณ์ได้ หลังจากนั้นเมื่อมีโอกาสจึงเข้ากราบเรียนถามพระปพนพัชร จิรัชฌโม ผู้ดูแลศูนย์โรคยศาสตร์ และผู้เชี่ยวชาญการรักษาผู้ป่วย (มาสเตอร์) ของ สมาคมสถาบันพลังกายทศิพย์เพื่อสุขภาพ เพื่อตรวจสอบว่าข้อมูลที่ได้อาจมีความถูกต้องน่าเชื่อถือเพียงไร

^๓ สิทธิพร ครามานนท์, “ประสบการณ์การฟื้นฟูสุขภาพของชาวนาไทย”, วิทยานิพนธ์
ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา), (บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย), ๒๕๕๒
หน้า ๕๖-๕๗.

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาพิจารณา และนำมาขอความคิดเห็นจากอาจารย์ที่ปรึกษา
ผู้เชี่ยวชาญด้านการวิจัยเชิงคุณภาพ ปรากฏว่าแนวทางการวิเคราะห์ข้อมูลเป็นไปในทาง
เดียวกัน จึงเชื่อว่าข้อมูลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้มีความน่าเชื่อถือตามระเบียบวิธีวิจัยเชิง
คุณภาพ

บทที่ ๔

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาลักษณะประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธโดยใช้วิธีวิจัยเชิงคุณภาพ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกผู้ป่วยโรคมะเร็งจำนวน ๑๓ ราย ที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธจากสถานบำบัด ๒ แห่ง คือ ศูนย์โรคมะเร็ง วัดคำประมง อำเภอพรหมนิคม จังหวัดสกลนคร และสมาคมสถาบันพลังกายทศเพื่อสุขภาพ เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ และนำเสนอผลการวิจัย แบ่งเป็น ๒ ส่วน ได้แก่

๔.๑ ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มผู้ให้ข้อมูล

๔.๒ ข้อมูลประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ แบ่งเป็น ๓ ระยะ ได้แก่

ระยะที่ ๑ การรับรู้ เกี่ยวกับโรคมะเร็ง รูปแบบการรักษา สุขภาพกายและสภาวะจิต ก่อนเข้ารับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ

ระยะที่ ๒ การรับรู้รูปแบบการรักษา สุขภาพกายและสภาวะจิตขณะเข้ารับการบำบัดด้วยการแพทย์แผนปัจจุบัน

ระยะที่ ๓ การรับรู้รูปแบบการรักษา สุขภาพกายและสภาวะจิต หลังเข้ารับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ

๔.๓ ข้อสังเกต สิ่งที่น่าสนใจจากการวิจัย

๔.๑ ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มผู้ให้ข้อมูล

จากการเก็บรวบรวมข้อมูลจำนวน ๑๓ ราย พบว่าผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่เป็นหญิงมากกว่าชาย คือผู้ป่วยหญิงจำนวน ๘ ราย ผู้ป่วยชายจำนวน ๕ ราย มีอายุตั้งแต่ ๔๑ ปีขึ้นไป และอายุสูงสุด ๗๖ ปี สถานภาพสมรสคู่ ๗ ราย โสด ๔ ราย ม่าย ๒ ราย นับถือศาสนาพุทธทั้ง ๑๓ ราย ระดับการศึกษาประถมศึกษา ๖ ราย ปริญญาตรี ๓ ราย สูงกว่าปริญญาตรี ๔ ราย รายได้เฉลี่ยต่อเดือนไม่เปิดเผย ส่วนใหญ่มิได้ประกอบอาชีพแล้ว มีเงินสะสมจากการประกอบอาชีพเดิมก่อนมีอาการป่วย

ได้แก่ ข้าราชการบำนาญ ๑ ราย ธุรกิจส่วนตัว ๕ ราย ลูกจ้าง ๓ ราย เกษตรกร ๓ ราย พระภิกษุ ๑ รูป มีรายได้เพียงพอ ๑๑ ราย มีภาระต้องเลี้ยงดูบุตร หลาน ๒ ราย รายละเอียดตามตารางดังต่อไปนี้

ตารางที่ ๔.๑ จำนวนผู้ให้ข้อมูลจำแนกตามข้อมูลทั่วไป ๑๓ ราย

ข้อมูล	จำนวน (ราย)
เพศ	
หญิง	๕
ชาย	๘
อายุ	
น้อยกว่า ๕๐ ปี (๔๑-๕๐ ปี)	๖
๕๑ - ๖๐ ปี	๒
มากกว่า ๖๐ ปี (๖๑ - ๗๕ ปี)	๕
สถานภาพสมรส	
โสด	๔
คู่	๗
ม่าย	๒
ศาสนา	
พุทธ	๑๓
ระดับการศึกษา	
ประถมศึกษา	๖
ปริญญาตรี	๓
สูงกว่าปริญญาตรี	๔
ลักษณะอาชีพ	
ข้าราชการบำนาญ	๑
ธุรกิจส่วนตัว	๕
ลูกจ้าง	๓
เกษตรกร	๓
พระภิกษุ	๑

ตารางที่ ๔.๒ จำนวนผู้ให้ข้อมูลจำแนกตามข้อมูลเกี่ยวกับการเจ็บป่วย ๑๓ ราย

ข้อมูล	จำนวน (ราย)
ตำแหน่งของร่างกายที่เป็นโรคมะเร็ง	
ปอด	๒
กระเพาะปัสสาวะ	๑
ลำไส้	๒
เต้านม	๔
ตับ	๔

ตารางที่ ๔.๓ จำนวนผู้ให้ข้อมูลจำแนกตามข้อมูลการรักษาที่ใช้ร่วมกับพลังจิตตามแนวพุทธ ๑๓ ราย

ข้อมูล	จำนวน (ราย)
การผ่าตัด	๔
รังสีรักษา	๓
เคมีบำบัด	๔
การปรับเปลี่ยนการรับประทานอาหาร	๑๓
การออกกำลังกาย	๖
ดนตรีบำบัด	๔
รับประทานยาสมุนไพร	๕
พลังกายทิพย์	๓
ธรรมชาติบำบัด	๑

รายละเอียดข้อมูลทั่วไปของแต่ละบุคคล มีดังนี้

รายที่ ๑ คุณวัชรรา (นามสมมุติ) เพศหญิง อายุ ๖๖ ปี สถานภาพคู่ ศาสนาพุทธ ระดับการศึกษาปริญญาตรี เป็นข้าราชการบำนาญ เจ็บป่วยจากโรคมะเร็งที่ลำไส้ใหญ่ส่วนต้นและลูกลมไปยั้งดับ ระยะ ๓ เอ ตรวจพบโดยสถาบันบำราศนราดูร แพทย์กำหนดว่าอยู่ได้อีก ๕ เดือน ถ้ามีความอดทน แต่ถ้าไม่อดทนอาจอยู่เพียง ๖ เดือน เมื่อเริ่มเป็น ไม่มีอาการบ่งบอก ปวดท้องกินยาแล้วอาการจะหายไป จนกระทั่ง ๓ เดือนต่อมาเริ่มปวดมาก คิดว่าเป็นไส้ติ่งอักเสบ จึงมาตรวจที่โรงพยาบาล พบว่าเป็นมะเร็งที่ลำไส้ใหญ่ ลามมาถึงต่อมน้ำเหลือง ลำไส้อุดตันไปแล้วเกือบฟูต ยังมีความรู้สึกได้แย้งกับแพทย์ว่าไม่น่าจะเป็นเช่นนั้น เพราะไม่มีอาการอะไรมาก แต่ก็ปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์โดยเข้ารับการผ่าตัดเมื่อ ๑๗ สิงหาคม ๒๕๕๑ และให้เคมีบำบัด ๒ คอร์ส รวม ๑๒ ครั้ง ห่างกัน ๒ สัปดาห์ต่อครั้ง ได้รับความทุกข์ทรมานจากอาการแพ้ยา น้ำหนักลดจาก ๔๘ กิโลกรัม เหลือเพียง ๓๕ กิโลกรัม มีก้อนเนื้อขึ้นที่สะโพก มีรอยช้ำที่ขา ต่อมา แพทย์พบว่า มีเม็ดเล็ก ๆ กระจายทั่วตัว หลังทำเคมีบำบัดไปแล้ว ๑๑ ครั้ง ซึ่งจะทำให้การผ่าตัดก็ไม่ได้ ต้องให้เคมีบำบัดเพิ่มอีก ๑๒ ครั้ง มีอาการแพ้รุนแรง เม็ดเลือดขาวต่ำมากต้องให้เกร็ดเลือด ๑๐ ถุง แต่พอเริ่มถุงที่ ๓ มีผื่นขึ้น ต้องงด น้องชายแนะนำการรักษาแนวพลังกายทิพย์หรือพลังจักรวาลที่ได้รับการอบรมมาจาก วชิรพยาบาล ถนนสามเสน ซึ่งมีแพทย์และพยาบาลเข้ารับการอบรมด้วย ทำให้รู้สึกวุ่นวายเชื่อถือ จึงตัดสินใจมายังสถานบำบัดพลังกายทิพย์เพื่อสุขภาพของคุณย่าเยาวเรศ บุนนาค วันที่ ในวันที่ ๑๘ มิถุนายน ๒๕๕๒ โดยเข้ารับการบำบัดตามวิธีการของพลังกายทิพย์หรือพลังจักรวาล วันละ ๒ ครั้ง ตอนเช้ารักษาตนเองโดยวิธีการที่ได้รับจากการอบรม ตอนเย็นผู้เชี่ยวชาญ (มาสเตอร์) เป็นผู้รักษาให้ ภายใน ๕ วัน เกร็ดเลือดสูงขึ้นมาเป็นจำนวนถึง ๑๔๕,๐๐๐ จากเดิมที่ลดลงเหลือเพียง ๑,๐๐๐ เศษ อาการที่มีก้อนเนื้อ รอยช้ำ หายหมด วันที่ ๒๓ กันยายน ๒๕๕๒ ทำเอ็กซ์เรย์ MRI (Magnetic Resonance Imaging) แพทย์บอกว่าไม่พบมะเร็งที่ลำไส้ใหญ่ ต่อมน้ำเหลือง และดับแล้ว ภายหลังจาก MRI อีก ๒ ครั้ง ผลที่ได้ดีขึ้นตามลำดับจนแพทย์ที่รักษาสันับสนุนให้รักษาต่อเนื่องด้วยวิธีการดังกล่าว

รายที่ ๒ คุณอริพร (นามสมมุติ) เพศหญิง อายุ ๖๑ ปี สถานภาพคู่ ศาสนาพุทธ ระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี เป็นลูกจ้างบริษัท ปัจจุบันไม่ได้ทำงาน สามเป็นข้าราชการชั้นผู้ใหญ่ รายได้เพียงพอ อาการของโรค คือ มะเร็งที่เต้านมขวา สนใจการปฏิบัติธรรมมาก่อน เมื่อเริ่มรับรู้ว่าเป็นมะเร็ง ปฏิเสธการรักษาตามวิธีการของแพทย์แผนปัจจุบันทุกชนิด หันมาใช้ธรรมชาติดำเนินการผสมผสานกับพลังจิตตามแนวพุทธ ปรับเปลี่ยนการรับประทานอาหาร เน้นอาหารตามธรรมชาติ ไม่ปรุงแต่ง ประกอบด้วยผักสด ผลไม้ รับอากาศบริสุทธิ์ ออกกำลังกาย ปฏิบัติสมาธิลดความ

เจ็บปวด มองเห็นความจริงของชีวิต มีชีวิตยืนยาวจากที่แพทย์กำหนดว่าภายใน ๑ ปี จนปัจจุบันเป็นเวลา ๕ ปี แต่ภายหลังโรคกำเริบรุนแรงขึ้น จำเป็นต้องใช้เคมีบำบัดควบคู่และใช้พลังจิตตามแนวพุทธแบบมโนมยิทธิ ควบคู่กับอานาปานสติ โดยวิธีหลบเข้ามานเวลาเจ็บปวด ซึ่งช่วยลดทุกขเวทนาได้มาก

รายที่ ๓ คุณเก่ง (นามสมมุติ) เพศหญิง อายุ ๕๑ ปี สถานภาพโสด ศาสนาพุทธ ระดับการศึกษาประถมศึกษา ทำธุรกิจส่วนตัวด้านเสริมสวย รายได้เพียงพอ ได้รับการวินิจฉัยจากโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ว่าเป็นมะเร็งปอด ระยะ ๒ เอ รับการผ่าตัดปอด และเคมีบำบัด จนครบขั้นตอนและแพทย์ให้ใช้ชีวิตตามปกติ จึงเข้าปฏิบัติธรรมที่วัดเป็นเวลา ๓ เดือน แต่การให้เคมีบำบัดจากแพทย์เกิดความทุกข์ทรมานมาก ขณะนั้นมีผู้แนะนำศูนย์ อโรคยศาล วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร จึงเดินทางไปตั้งแต่วันที่ ๑๑ กรกฎาคม ๒๕๕๒ และอยู่ต่อเนื่องจนถึงปัจจุบัน เกรงครัดเรื่องอาหารธรรมชาติมาก รับประทานแต่ผัก และผลไม้ นั่งสมาธิ จิตใจร่าเริง รับประทานยาสมุนไพรของ หลวงตาปพนพัชรเป็นประจำ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ เป็นครูสอนแอโรบิก และโยคะให้ผู้ป่วยและญาติผู้ป่วยในบริเวณวัด ปลูกผักรับประทานเอง ประกอบอาหารแบ่งปันกันในหมู่ผู้ป่วย สุขภาพกาย สุขภาพจิตดีมาก ไม่มีอาการของโรคหลงเหลือ มีคติประจำใจว่า ยอมรับโรคแต่ไม่ยอมแพ้ เข้าหาวัดเข้าหาธรรมะเป็นตัวช่วย ปัจจุบันปลูกบ้านเพื่อบำบัดรักษาอย่างต่อเนื่องในบริเวณวัด

รายที่ ๔ คุณสวย (นามสมมุติ) เพศหญิง อายุ ๔๖ ปี สถานภาพคู่ ศาสนาพุทธ ระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี ทำธุรกิจส่วนตัว รายได้เพียงพอ บุคลิกดี คล่องแคล่ว เป็นนักกีฬา แต่มีความเครียดเรื่องงานและบิดาซึ่งป่วยหนักและเสียชีวิตลงก่อนหน้านี้ พบว่าเป็นมะเร็งที่เต้านมระยะแรก ความที่เป็นคนดูแลสุขภาพตนเองมาตลอด เมื่อพบถุงน้ำเล็ก ๆ แพทย์ไม่วิเคราะห์ว่าเป็นอะไร จนกระทั่งโตขึ้นจึงไปเจาะเอาชิ้นเนื้อไปย้อมสีก็ยังไม่พบ สันนิษฐานว่าอาจเป็นเพราะกินยาสมุนไพรมาตลอด แต่โดยอาการแพทย์วินิจฉัยว่าเป็นมะเร็งจึงให้เคมีบำบัด พอรับยาเข็มแรกฝึก็ยุบจนเป็นปกติ แพทย์กล่าวว่าถ้าไม่ใช่เนื้อร้าย ผลจะไม่ตอบสนองต่อคีโม จึงคิดว่าเป็นมะเร็งระยะก่อนระยะแรก คุณสวยกล่าวว่า เป็นความโชคดิบความโชคร้ายที่เจอก่อนที่โรครจะลุกลาม หลังจากให้คีโมครบ แพทย์นัดให้มาผ่าตัด แต่มีอาการแพ้ยาคีโมเจ็บไปทั้งตัวเหมือนถูกเข็มแทง ร่างกายไม่พร้อมที่จะผ่าตัด ขณะนั้นเครียดทั้งเรื่องงาน และอาการป่วยของบิดา เลยไม่ได้รับการรักษา รอไปรอมมาไฟโตขึ้นเร็วมาก จึงลองค้นคว้าแพทย์ทางเลือกในอินเทอร์เน็ตหลาย ๆ แนวทาง จนในที่สุดมาที่ศูนย์ อโรคยศาล หลวงตาให้สวดมนต์ นั่งสมาธิ ไม่ให้เกิดความเครียด ผ่อนคลายด้วยดนตรีบำบัด ฟังผ่อนคลายหลับ ที่สำคัญคือ การปรับเปลี่ยนอาหาร การอยู่ในสังคมที่มีความเหมือนกันที่ศูนย์

อโรคยศาล ทำให้ปรับตัวได้ง่าย ไม่รู้สึกแปลกประหลาดเหมือนอยู่ภายนอก เป็นสังคมที่แบ่งปัน ทุกข์ สุข ไม่ยึดติดกาลเวลา ไม่ยึดมั่นถือมั่นสิ่งใด ถึงจะทำไม่ได้ทั้งหมด ก็ต้องค่อยฝึกฝนไป

รายที่ ๕ คุณน้อง (นามสมมุติ) เพศหญิง อายุ ๔๑ ปี สถานภาพโสด ศาสนาพุทธ ระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี ปัจจุบันไม่ได้ทำงาน รายได้เพียงพอ ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็งตับ จากโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ระยะแรกเริ่มเพราะมีไวรัสซีที่จะทำให้ตับเริ่มเปลี่ยนสภาพ คุณน้องเคยทำงานด้านสื่อมวลชนจึงมีความคล่องแคล่ว มีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ทำงานเก่ง ประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน แต่การทำงานอย่างไม่นึกถึงตนเองประกอบกับการสูญเสียมารดา และน้องชายในเวลาใกล้เคียงกัน ทำให้คุณน้องเกิดความเครียด สุขภาพทรุดโทรมลงโดยไม่รู้ตัว ขณะที่ร่างกายอ่อนเพลียงลงก็ยังไม่หวั่นไหวเรื่องงานคิดเอาเองว่า เดียวก็หายเหมือนกับที่เคยเป็นมา จนในที่สุดตัวเหลือง ซีดเขียว ท้องอืด เม็ดเลือดขาวต่ำ เหนื่อยมาก นอนทั้งวัน เดินแทบไม่ไหว จึงตัดสินใจลาออกจากการไปพบแพทย์เจาะตับดูปริมาณไขมัน ทำอัลตราซาวด์ เช็กปริมาณไวรัสในเลือด แพทย์แนะนำให้ฉีดยาควอน เพราะค่าการอักเสบสูง ร่างกายจะค่อย ๆ อ่อนเพลียงลง นัดฉีดยาต้นเดือนมีนาคม ขณะที่รอ ได้ไปปฏิบัติธรรมกับแม่ชีศันสนีย์ที่เสถียรธรรมสถาน ได้เจอกับหลวงตาปพนพัชร ซึ่งเคยช่วยทำเว็บไซด์ให้ ท่านทราบว่าขณะนั้นมีไวรัสถึงสามล้านห้าแสน ตับเสียหายมาก จึงบอกว่าสามารถรักษาได้ ตนเองก็ยังไม่ค่อยสนใจตัวเองนักขณะนั้น เพียงแต่อยากหนีคิโม เพราะยาที่จะฉีดคงมีลักษณะคล้ายคิโม คิดว่ามีทางเลือกใหม่แล้วจึงโทรไปเลื่อนการนัดยาที่ยังคอยสต็อกยาอยู่ และเดินทางไปศูนย์อโรคยศาลใน ๒ สัปดาห์ต่อมา หลวงตาให้อยู่รักษา ๓ เดือน เน้นการให้ยาสมุนไพรเพิ่มภูมิต้านทาน ให้ปฏิบัติธรรมรักษาจิตใจ รักษาอารมณ์ไม่ให้เคร่งเครียดเคร่งครัดเรื่องอาหารแสดงต่อโรค ซึ่งแพทย์ไม่เคยกล่าวถึงมาก่อน ปรากฏว่าอาการป่วยทุเลาลงมาก ร่างกายแข็งแรง สามารถช่วยหลวงตาทำงานดูแลผู้ป่วยอื่น ๆ ได้ การเห็นความเปลี่ยนแปลงของตนเอง และตัวอย่างของผู้ป่วยอื่น ๆ ยังมีความเชื่อมั่นมาก นึกถึงช่วงเวลาที่ผ่านวิกฤตจากอาการป่วยและความทุกข์ใจจากความสูญเสียมารดาและน้องชายมาได้ เพราะมีกัลยาณมิตร ญาติพี่น้อง ผู้ใกล้ชิดคอยช่วยเหลือ ให้กำลังใจ และมีธรรมะชักจูงไปในทางที่ถูกที่ควร ได้มีชีวิตอยู่ต่อไปเพื่อทำประโยชน์ ให้แก่สังคมและทำความดีงามให้เกิดแก่ชีวิต

รายที่ ๖ ป้าชื่นใจ (นามสมมุติ) เพศหญิง อายุ ๖๐ ปี สถานภาพคู่ ศาสนาพุทธ ระดับการศึกษาประถมศึกษา อาชีพทำเกษตรกรรม มีรายได้เพียงพอ ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์โรงพยาบาลศรีนครินทร์ ขอนแก่น ว่าเป็นมะเร็งที่ชั่วหัวใจ แล้วลามมาที่ปอดข้างซ้าย ระยะไม่ทราบแน่ชัด แต่แพทย์กล่าวว่าปอดฝ่อคล้ายกับสำลีแล้ว แรกเริ่มมีอาการเหนื่อย หดแรง จึงมาให้แพทย์ตรวจ แพทย์ให้ทำรังสีรักษา และเคมีบำบัด ก็ยังไม่ทราบว่าเป็นมะเร็ง เคยถามว่าตนเองเป็นมะเร็งหรือเปล่า เจ้าหน้าที่ตอบว่าผู้ที่อยู่ตรงนี้ก็คงจะเป็นหมด ส่วนการรักษาป้าชื่นใจคิดว่า เขาให้ทำอะไร

ก็ต้องทำตาม หลังการให้คีโม หดแรง อ่อนเพลียมาก เบื่ออาหาร ปวดเมื่อย แต่ละเดือนแพทย์จะ เช็กเลือด ให้เลือด ให้คีโม เพื่ออยู่เป็นอาทิตย์ พอหายเหนื่อยก็ให้อีก ทุกข์กาย ทุกข์ใจมาก คิดว่า ให้ อีกครั้งร่างกายก็คงทนไม่ไหวแล้ว ลูกสาวรู้ข่าวสารจากอินเทอร์เน็ต เรื่องศูนย์โรคยศาสตร์ วัดคำ ประมง จึงแนะนำให้หยุดการให้คีโม เพราะคีโมตัวใหม่แพทย์ก็ไม่ได้รับรองว่าจะช่วยได้ อาจอยู่แค่ ปีกว่า ๆ ไม่อยากให้ทรมาน จึงตัดสินใจมาหาหลวงตาที่วัดคำประมง กินยาสมุนไพร เปลี่ยนการ รับประทานอาหาร ออกกำลังกาย เดินจงกรม ฟังธรรมะของหลวงตา ร่างกายแข็งแรงขึ้นมากเดินได้ สะดวก มีเพื่อนมากมายให้ได้เดิน ไปพูดคุยด้วย จิตใจไม่อ่อนแอ แต่เดิมอยู่คนเดียวไม่ได้ ต้องมี เพื่อนอยู่ด้วย แต่ขณะนี้อยู่บ้านคนเดียวได้ มีความเชื่อมั่น จิตใจเข้มแข็ง สุขภาพดี สภาวะจิตดี นั่งสมาธิได้นาน ไม่ปวดหลัง เมื่อยขบ เหมือนก่อนหน้านี้ ไม่กลัวความตาย ขอตายที่นี้ ตายกับธรรมะ เพราะมีความอบอุ่นใจ ขณะนี้ปลูกบ้านอยู่ในบริเวณวัดเพื่อพักอาศัยบำบัดโรคอย่างต่อเนื่อง

รายที่ ๗ คุณจิต (นามสมมุติ) เพศหญิง อายุ ๔๕ ปี สถานภาพม่าย ทำอาชีพส่วนตัว ศาสนาพุทธ ระดับการศึกษาประถมศึกษา ยังมีภาระต้องเลี้ยงดูบุตรคนเล็กที่เรียนอยู่ประถม ๓ ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์โรงพยาบาลตำรวจว่า มีไวรัสซี ตับเริ่มมีอาการของตับแข็ง ให้มาเช็ก สม่าเสมอ และให้ยารับประทาน ก่อนหน้านี้ไม่ค่อยได้ปฏิบัติสมาธิเพราะอยู่ห้องเดียวกับบุตรชายที่ ชอบดูทีวี ทำให้ไม่มีสมาธิ แต่ที่สวดมนต์ มีความเครียดสะสมมาตั้งแต่สามปีและเสียชีวิต มีบุตร ๓ คน คนเล็กยังอยู่ในความอุปการะ ห่วงว่าจะเป็นภาระของพี่ เมื่อพี่มีครอบครัวก็อาจไม่ดูแลน้อง ตนเองเริ่มอ่อนเพลีย ประกอบอาชีพไม่ได้เหมือนเดิม เคยเห็นเรื่องราวของศูนย์โรคยศาสตร์ วัดคำ ประมง ทางโทรทัศน์ว่าอยู่จังหวัดเดียวกัน และเพื่อนเคยพาญาติไปรักษาก็แนะนำว่าที่นี้รักษาโดย ไม่คิดเงิน เพียงนำฟิล์มเอ็กซเรย์ไปด้วย จึงตัดสินใจมา ขณะนี้รักษาเป็นเวลา ๔ เดือน งดยาแผน ปัจจุบัน ใช้น้ำยาสมุนไพรของหลวงตา และปรับเปลี่ยนการรับประทานอาหาร ปฏิบัติจริงจึงด้วยความเชื่อ ความศรัทธา สุขภาพกาย สภาวะจิตดีขึ้นมาก ความเครียดลดลงจากการฟังเทศน์ ฟังธรรม นั่งสมาธิ เหมือนได้ที่ฟังที่ยึดเหนี่ยว และไม่ต้องกังวลเรื่องค่ารักษา ขณะนี้มีแต่ความกังวลเรื่องบุตร ที่ต้องดูแลเมื่อสุขภาพตนดีขึ้น

รายที่ ๘ คุณใจดี (นามสมมุติ) เพศหญิง อายุ ๔๖ ปี สถานภาพโสด ศาสนาพุทธ รายได้ เพียงพอ ระดับการศึกษาประถมศึกษา อาชีพรับจ้าง เดิมทำงานอยู่โรงงานอุตสาหกรรมในจังหวัด เพชรบุรี ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์โรงพยาบาลวัชระ จังหวัดเพชรบุรี ว่าเป็นมะเร็งเต้านมซ้าย โดย มีก้อนเนื้อประมาณ ๗ ซม. หมอบอกอยู่ได้ ๕ ถึง ๖ เดือน ปฏิเสธการรับเคมีบำบัด เคยปฏิบัติธรรม มาก่อน อยู่ในศีล ไม่ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ไม่ทำบาป คิดว่าถ้าจะต้องตายก็จะเอาชีวิตที่เหลือมาทำ ประโยชน์ให้ผู้อื่น น้องสาวแนะนำให้มารักษาที่ศูนย์โรคยศาสตร์ วัดคำประมง จึงเดินทางจากบ้านที่ จังหวัดเพชรบุรีมาพบหลวงตา มีความรู้สึกที่ไม่ผิดหวังเลย เพราะหลวงตามิแต่ให้ ตั้งแต่ให้ธรรมะ

ฝึกสอนให้ใจเข้มแข็ง ซึ่งหาได้ยากมาก ให้ที่อยู่อาศัย ให้ยาสมุนไพรรับประทาน จึงบำเพ็ญประโยชน์โดยการประกอบอาหารถวายหลวงตาบ้าง แจกจ่ายให้ผู้ป่วยอื่น ๆ ที่ไม่มีผู้ติดตามมาดูแลบ้าง มีความสุขใจมาก เมื่อทำบุญแล้วก็จะแผ่ส่วนกุศลให้ผู้ตกทุกข์ได้ยากทั้งหลาย สรรพสัตว์ทั้งหลาย นอนก็กำหนดจิต คิดว่าร่างกายแข็งแรง สุขภาพกาย สภาวะจิตใจดีเป็นเพราะหลวงตาแผ่พลังจิตให้ผู้ป่วยและผู้อยู่อาศัยทุกคนในวัด ชีวิตเปลี่ยนแปลงมากจากเดิมมีความเครียดด้วยความรีบร้อนในการปฏิบัติงาน เครียดจากโรคไมเกรน การรับประทานอาหารที่ไม่มีคุณค่าต่อร่างกายด้วยความรีบร้อนเพื่อให้อิ่มท้อง มาเป็นชีวิตที่ไม่ต้องเคร่งเครียด มีธรรมชาติช่วยสอนใจ ได้ทำประโยชน์ให้ผู้อื่นที่จิตตก ได้รับประทานอาหารตามธรรมชาติที่มีประโยชน์ ไม่ปรุงแต่ง ได้รับประทานยาสมุนไพรอยู่ในสังคมของการพักทาย ยืมแถมช่วยเหลือกัน แบ่งปันกัน ไม่เจ็บเหงา มีอะไรได้ทำตลอดเวลา

รายที่ ๕ คุณชัยชนะ (นามสมมุติ) เพศชาย อายุ ๗๑ ปี สถานภาพม่าย ศาสนาพุทธ ระดับการศึกษาปริญญาตรี ทำธุรกิจส่วนตัว รายได้เพียงพอ ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์โรงพยาบาลกรุงเทพว่าเป็นมะเร็งลำไส้ใหญ่ มีก้อนเนื้อที่ตับ ลามไปต่อมน้ำเหลือง เข้ารับการผ่าตัดเมื่อ ๖ เดือนที่แล้ว แต่ปฏิเสธเคมีบำบัด เพราะคุณชัยชนะเคยมีประสบการณ์ที่ไม่ดีจากการที่ภรรยาเป็นมะเร็ง และแพทย์ให้เคมีบำบัดปริมาณมากเพราะเห็นว่าร่างกายแข็งแรง ทำให้แพ้มากจนร่างกายทนไม่ไหว และเสียชีวิต จึงหันมาหาแพทย์ทางเลือก บุตรสาวค้นพบศูนย์โรคมะเร็งทางอินเทอร์เน็ต จึงเดินทางมา เคยศึกษาธรรมะมาก่อนเป็นเวลา ๒๐ ปี โดยใช้สุกกรรมฐาน คือพิจารณาร่างกายของตนและผู้อื่นให้เห็นสภาพที่ไม่งาม ปฏิบัติตามวิธีการของหลวงตาโดยการฟังธรรม ปฏิบัติสมาธิกรรมฐาน รับประทานยาสมุนไพร ปรับเปลี่ยนการรับประทานอาหารตามข้อเสนอแนะอย่างเคร่งครัด เช่น งดอาหารที่แสลง และอาหาร มัน เค็ม กลับมาที่บ้านเพื่อดูแลเรื่องงานที่รับผิดชอบเป็นครั้งคราว พอกลับมาก็เครียดเรื่องงาน ต้องกลับไปที่คุณยอ โรคมะเร็งอีก เพราะสบายใจในความมีไมตรีของคนในสังคมนั้นที่ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ไม่มีการแย่งชิงผลประโยชน์เหมือนสังคมนอก มีความสงบสุขอยู่กับธรรมชาติ

รายที่ ๑๐ ลุงเทพ (นามสมมุติ) เพศชาย อายุ ๗๖ ปี สถานภาพคู่ ศาสนาพุทธ ระดับการศึกษาประถมศึกษา อาชีพทำเกษตรกรรม อยู่จังหวัดอุดรธานี รายได้เพียงพอ เป็นมะเร็งที่ตับ ระยะไม่ทราบแน่ชัด ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์โรงพยาบาลค่ายประจักษ์ศิลปาคม จังหวัดอุดรธานี ลุงเทพเล่าว่าแพทย์บอกว่าเป็นมะเร็งที่ตับทั้งหมด จะผ่าตัดก็ต้องยกออกมาหมด ลุงเทพคิดว่าจะอยู่ได้อย่างไรโดยไม่มีตับ จึงบอกว่าจะมาขอรับการรักษาที่โรงพยาบาลศูนย์ขอนแก่น เพราะเคยมีประวัติการรักษากันมาก่อน แพทย์ให้รอเช็กเนื้อเยื่อ ขณะที่รอก็นึกถึงว่าสมัยก่อน ปู่ ย่า ตา ยาย เป็นเขาก็รักษากันมาแบบโบราณ ที่เรียกกันว่าเป็นผีในท้อง ๒ - ๓ อาทิตย์ต่อมา ท้องเริ่มโตขึ้น จึงคิดว่าน่าจะลองยาสมุนไพรเพราะตนเองก็เป็นแพทย์แผนไทยประจำตำบลมาก่อน บุตรสาวเล่าว่าเคยพา

ผู้ป่วยมาที่ศูนย์โรคยศาสตร์ แนะนำว่าเหมือนโรงพยาบาล จึงเดินทางมาที่จังหวัดสกลนคร หลวงตาจัดยาสมุนไพรให้รับประทาน หลังจากนั้น ๑ สัปดาห์ ไม่นานท้องเลยปรับเปลี่ยนอาหารเป็นผักผลไม้ อาหารย่อยง่าย แม้จะไม่อร่อยแต่ก็ดีต่อร่างกาย วันไหนรับประทานไม่ถูกต้องจะท้องอืดทันที เคยศึกษาธรรมชาติมากกว่า ๓๐ ปี ได้นักธรรมชาติ เข้าใจความจริงของธรรมชาติ คือ ชีวิตต้องมี เกิด แก่ เจ็บ ตาย ทุกสิ่งมีเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ถ้าไม่อยากแก่ ไม่อยากเจ็บ ไม่อยากตาย ก็ต้องไม่เกิด เป็นต้น

รายที่ ๑๑ **ลุงไท** (นามสมมุติ) เพศชาย อายุ ๗๔ ปี สถานภาพคู่ ศาสนาพุทธ ระดับการศึกษาประถมศึกษา อาชีพทำเกษตรกรรม อยู่ที่จังหวัดกาฬสินธุ์ รายได้เพียงพอ เป็นที่นับถือของคนในตำบล เป็นมะเร็งที่กระเพาะปัสสาวะจากการวินิจฉัยของแพทย์โรงพยาบาลศูนย์ขอนแก่น แต่ไม่ทราบระยะแน่ชัด ผ่านการผ่าตัดแล้ว ต่อมาต่อมลูกหมากโต เคยส่องกล้องที่กาฬสินธุ์ แพทย์บอกไม่มีมะเร็ง แต่มาตรวจที่ขอนแก่น พบว่าเป็นมะเร็งต้องผ่าตัดอีก ลุงไทถามแพทย์ว่า ผ่าแล้วจะฟื้นไหม แพทย์ตอบว่าอายุขนาดนี้ก็มีความเสี่ยง เลยกัดสินใจกินยาสมุนไพรแทน บุตรสาวแนะนำมาศูนย์โรคยศาสตร์ แต่แพทย์ไม่ให้ฟิล์มเอ็กซเรย์ เขียนรายงานให้แทนเพื่อนำมาให้หลวงตาดู มาถึงหลวงตาให้ยาสมุนไพรล้างพิษก่อนแล้วจึงให้ยารักษาตามชนิดของโรค ฟังธรรม ปฏิบัติสมาธิ เดินจงกรม มีความเชื่อมั่นหลวงตาเพราะพูดฟังง่ายปฏิบัติตามได้ ลุงไทเคยบวชมาแล้ว ๑๐ พรรษา ปฏิบัติธรรมมาร่วม ๓๐ ปี จึงไม่มีปัญหาอุปสรรคในการปฏิบัติธรรม มีเพียงระบบปัสสาวะที่ยังไม่ปกติ ต้องลุกเข้าห้องน้ำบ่อยจึงขึ้นมาฟังหลวงตาเทศน์ไม่ได้ ต้องฟังเสียงตามสายอยู่ที่ห้องพัก การปรับเปลี่ยนอาหารยังคงนึกถึงอาหารที่เคยรับประทานอยู่บ้าง แต่ทราบว่าไม่ดีต่อสุขภาพของตน เพราะเคยรับประทานเนื้อแล้วปวด โคนปัสสาวะทันทีแทบไม่ได้หลับ ได้นอน ก็หวังว่าเมื่อผ่านระยะ ๖ เดือนไปแล้ว อาจรับประทานปลาได้บ้าง แต่อย่างไรก็อดใจได้เพราะเป็นผลดีต่อร่างกาย

รายที่ ๑๒ **คุณแอน** (นามสมมุติ) เพศหญิง อายุ ๔๐ ปี สถานภาพคู่ ศาสนาพุทธ ระดับการศึกษาปริญญาตรี ประกอบธุรกิจส่วนตัวและประสบความสำเร็จในอาชีพ รายได้เพียงพอ ได้รับการวินิจฉัยจากโรงพยาบาลบำรุงราษฎร์ว่ามีอาการของมะเร็งเต้านมซ้าย ระยะไม่ทราบแน่นอน เมื่อทราบว่าเป็นมะเร็งได้เข้าพบแพทย์เพื่อปรึกษาอาการ แต่ปฏิเสธการบำบัดรักษาโดยวิธีผ่าตัด ฉายรังสี และเคมีบำบัดเพราะมีประสบการณ์ที่ไม่ดีจากผู้ป่วยอื่นที่เข้ารับการบำบัดรักษาจากแพทย์แผนปัจจุบัน นายแพทย์ที่ทำการรักษาอยู่แนะนำทางเลือกอื่นเพื่อใช้ควบคู่กันไปโดยให้ลองศึกษาวิธีการของพลังกายทิพย์หรือพลังจักรวาลของคุณย่าเขาวเรศ บุณนาค เริ่มแรกไม่สนใจ แต่ด้วยคำแนะนำของแพทย์ จึงเข้ารับการอบรมเป็นเวลา ๖ วัน หลังเข้ารับการอบรมจึงเข้าใจถึงวิธีการ เนื้อหาสาระในการปฏิบัติ เริ่มเกิดความรู้สึกและเชื่อมั่น มีการปฏิบัติตามคำแนะนำ สั่งสอนอย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอ เห็นผลจากสุขภาพที่ดีขึ้นเป็นลำดับ ก้อนเนื้อมีขนาดลดลงเป็นที่น่าพอใจ สภาวะจิตใจผ่อนคลาย

คล้าย คุณแอนได้รับเชิญไปสัมภาษณ์ถ่ายทำรายการ ผ่านสื่อต่าง ๆ อยู่เสมอเพื่อเผยแพร่ผลงานของสมาคมสถาบันพลังกายทศพิศเพื่อสุขภาพ ทั้งยังคอยแนะนำทางเลือกรักษาแก่ผู้ป่วยอื่น ๆ รวมถึงวิธีปฏิบัติที่ถูกต้องเพื่อให้ประสบผลสำเร็จตามที่ต้องการ

รายที่ ๑๓ พระบัณฑิต (นามสมมุติ) อายุ ๕๓ ปี ระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี เป็นพระภิกษุระดับเจ้าคณะของวัดมีชื่อเสียงแห่งหนึ่งในจังหวัดฉะเชิงเทรา ได้รับการวินิจฉัยจากโรงพยาบาลจังหวัดฉะเชิงเทราว่ามีไวรัสซี ดับเริ่มถูกทำลายแต่ยังไม่ถึงดับแข็ง เป็นมะเร็งระยะเริ่มแรก ไวรัสนี้เป็นชนิดใหม่แพร่เร็วมาก ระยะแรกไม่แน่ใจ เพราะแพทย์เคยวินิจฉัยผิดมาแล้วครั้งหนึ่ง จึงไปเช็กที่อื่น ๆ อีก ตัวเลขไวรัสเพิ่มขึ้นตลอดเวลาจนถึง ๕๘๐ แพทย์แนะนำให้กินยาที่ราคาสูงมากและไม่รับรองผลบอกแต่ว่ามีผลคล้ายกับการให้คีโม และให้ทำใจเพราะเป็นการพยายามรักษาอย่างเต็มที่แล้ว และยาที่จะให้ก็เป็นยาชนิดที่ดีที่สุดขณะนั้นแล้ว ขณะกำลังตัดสินใจจะเลือกใช้ยาที่แพทย์แนะนำหรือไม่ โยมผู้หนึ่งเป็นเจ้าของโรงงานปลาที่จังหวัดชลบุรีมาหาเพราะเป็นลูกศิษย์ที่คุ้นเคย พอทราบข่าวเพราะขณะนั้นร่างกายซูบผอมมาก จึงชักชวนไปรักษาแนวพลังกายทศพิศที่ทางบ้านเปิดทำการรักษาผู้ป่วยอื่น ๆ อยู่โดยไม่คิดมูลค่า พร้อมทั้งนำเอกสารต่าง ๆ มาแนะนำ พระบัณฑิตคิดว่าไม่น่าจะเป็นไปได้เพราะแม้แต่แพทย์ยังไม่รับรองผล โยมผู้นั้นถึงกับส่งรถมารับไปจังหวัดชลบุรี แต่พอรับการรักษาได้ประมาณ ๒ อาทิตย์ ได้เวลาแพทย์นัดตรวจ ปรากฏผลว่าตัวเลขไวรัสที่เพิ่มขึ้นตลอดเวลาลดลงจาก ๕๘๐ เหลือเพียง ๓๐๐ เศษ และบังเอิญช่วงเวลานั้น คุณย่าเยาวเรศจะมาเปิดการอบรมพลังกายทศพิศระดับปฐมจักระที่จังหวัดฉะเชิงเทราเป็นรุ่นที่ ๒ พระบัณฑิตจึงขอเข้ารับการอบรมเพื่อดูแลตนเอง ทั้งยังเข้ารับการอบรมเพิ่มเติมระดับพัฒนาจักระที่กรุงเทพมหานคร อีกด้วย ขณะนี้ตัวเลขไวรัสเหลือเพียง ๐.๒๒ ซึ่งนับว่าปกติ นอกจากรักษาตนเองแล้ว พระบัณฑิตยังช่วยเหลือรักษาญาติโยมอื่น ๆ ที่ป่วยไข้ ด้วยวิชาพลังกายทศพิศที่ศึกษามา นับว่าพระบัณฑิตเป็นผู้ที่ช่วยเผยแพร่ผลงานของคุณย่าเยาวเรศได้ตามวัตถุประสงค์ และได้รับนิมนต์ไปสัมภาษณ์ตามสื่อต่าง ๆ เสมอเช่นกัน

๔.๒ ข้อมูลประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ

ผู้วิจัยนำเสนอข้อมูลประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ ดังนี้

ระยะที่ ๑ การรับรู้เกี่ยวกับโรคมะเร็ง รูปแบบการรักษา สุขภาพกาย สภาวะจิต ก่อนเข้ารับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ แบ่งเป็น ๓ ส่วน ได้แก่ การรับรู้เกี่ยวกับโรคมะเร็ง สภาวะจิตเมื่อทราบว่าเป็นโรคมะเร็ง และรูปแบบการบำบัดรักษา มีรายละเอียดดังนี้

ส่วนที่ ๑ การรับรู้เกี่ยวกับโรคมะเร็ง จากการศึกษา พบว่า ผู้ป่วยโรคมะเร็งก่อนเข้ารับการรักษาบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธมีการรับรู้เกี่ยวกับโรคมะเร็งใน ๓ ลักษณะ ได้แก่ เป็นโรคร้ายแรง รักษาไม่หายเป็นแล้วต้องเสียชีวิต และเป็นโรคเวรโรคกรรม

ลักษณะที่ ๑ เป็นโรคร้ายแรง น่ากลัว ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ว่ามีโรคมะเร็งเป็นโรคที่มีความร้ายแรง น่ากลัว เพราะจะทำให้หมดโอกาสที่จะดำเนินชีวิตได้อย่างสุขสบายและเป็นปกติสุขเหมือนคนทั่วไป โดยกล่าวว่า

“มะเร็งน่ากลัว มันคงไม่หายไปจากตัวเรา เราคงไม่อยู่สุขสบายเหมือนเพื่อน ๆ เรา คงหมดโอกาสแล้วละ”

(ป้าชื่นใจ)

“มะเร็งเป็นสิ่งน่ากลัวสำหรับทุกคน แม้แต่ตนเองเป็นครูสอนออกกำลังกาย นี่กว่าแข็งแรงยังไม่รอดพ้นมะเร็ง มันเป็นไปได้ยังไง”

(คุณเก่ง)

“มีความรู้สึกที่โรคมะเร็งมีความร้ายแรง เคยประสบกับคุณแม่ ซึ่งเป็นมะเร็งปากมดลูกมาก่อน ต้องฉายรังสีที่โรงพยาบาลจุฬาฯ ทุกวัน รู้สึกว่าทรมานจังเลย”

(คุณแอน)

ลักษณะที่ ๒ รักษาไม่หาย เป็นแล้วต้องเสียชีวิต จากการศึกษา พบว่า ผู้ป่วยมักมองว่าเป็นแล้วรักษาไม่หาย ต้องเสียชีวิตแน่นอน ทางรอดมีน้อยมาก ดังที่กล่าวว่า

“โอกาสรอดน้อย พอมีคนตายถามว่าตายเพราะอะไรก็มักตอบว่าเป็นโรคมะเร็ง”

(คุณแอน)

“มะเร็ง คือ ความตายอย่างเดียว มัจจุราขอย่างเดียว จิตตกเลยคะ จะต่อสู้กับมันไม่ได้เลย”

(คุณจิต)

“มะเร็งคือความตาย เคยเห็นเพื่อน ๆ เป็น และตายไปต่อหน้า ต่อตา”

(คุณเก่ง)

“ในความรู้สึกรักของอาตมา โรคมะเร็งมีทางรอดน้อยมาก ผู้ป่วยพอรู้ตัว
ว่าเป็น จะถอดใจไปกว่าครึ่ง”

(พระบัณฑิต)

ลักษณะที่ ๓ เป็นโรคเวรโรคกรรม ผู้ให้ข้อมูลมีความคิดว่าโรคมะเร็งเกิดได้กับทุกคนเสมอภาคกัน ไม่เลือกระดับชั้น จึงน่าจะเป็นเพราะสร้างเวรกรรมอะไรไว้จึงเป็นผลให้เกิดโรคมะเร็ง ผู้ให้ข้อมูลกล่าวถึงว่า

“คิดว่ามะเร็งเป็นโรคเวรโรคกรรม ถึงจะเป็นคนระดับไหน สูงสุด
อย่างไร ก็เป็นโรคกรรมนี้ได้เราสร้างเวรกรรมอะไรไว้ ถึงได้มาเป็น”

(คุณสวย)

“ยังไม่ถึงขั้นเข้าใจชีวิตมาก เพียงแต่รู้ว่าเกิดก็มีดับ แต่เชื่อว่า การ
เป็นมะเร็งนี้อาจมาจากกรรม”

(คุณวัชรา)

“โรคมะเร็งน่าจะเป็นเรื่องของกรรม ดิฉันเคยดูแลลูกค้าผู้ใหญ่หลาย
ท่าน ลูกค้าท่านหนึ่งเป็นมะเร็ง ดิฉันไปเยี่ยมที่โรงพยาบาลใหญ่ของ
รัฐแห่งหนึ่งที่บุตรชายของท่านเป็นผู้อำนวยการ โรงพยาบาล และได้
เห็นบุตรชายกำลังเอาน้ำออกจากปอดของมารดาด้วยตนเอง ดิฉันเกิด
ความคิดว่า เห็น ไหม มีลูกชายเป็นถึงผู้อำนวยการ โรงพยาบาล ก็ไม่
พ้นสภาพต้องเจ็บป่วยด้วยโรคมะเร็ง”

(คุณแอน)

ส่วนที่ ๒ สถานะจิตเมื่อทราบว่าเป็นโรคมะเร็ง จากการเก็บรวบรวมข้อมูล พบว่า ผู้ให้ข้อมูลจำแนกได้เป็น ๒ กลุ่ม คือ กลุ่มที่ไม่มีประสบการณ์ในการปฏิบัติสมาธิก่อนรับรู้ว่าเป็นโรคมะเร็ง และกลุ่มที่มีประสบการณ์ในการปฏิบัติสมาธิก่อนรับรู้ว่าเป็นโรคมะเร็ง ซึ่งสองกลุ่มนี้จะมีความรู้สึกแตกต่างกัน ในรายละเอียดบางประการ ดังนี้

กลุ่มที่ ๑ ผู้ไม่ปฏิบัติสมาธิมาก่อน ในที่นี้ หมายถึง กลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่ไม่ได้ฝึกปฏิบัติสมาธิอย่างต่อเนื่องเป็นกิจวัตรประจำวัน และไม่เคยรับการฝึกจากสำนักต่าง ๆ ก่อนรับรู้ผลการเป็นโรคมะเร็ง ซึ่งมักมีความรู้สึกเป็น ๔ ลักษณะ ได้แก่ ไม่ยอมรับความจริง ห่วง วิตกกังวล ทรมานใจ และอดทนต่อผู้ ดังข้อมูลที่ว่า

ลักษณะที่ ๑ ไม่ยอมรับความจริง ผู้ให้ข้อมูลพยายามปฏิเสธความจริง เพราะยังไม่อยากเชื่อว่าโรคร้ายแรงนั้นได้เกิดขึ้นกับตนเองแล้ว ผู้ป่วยรายหนึ่งกล่าวว่า

“เมื่อคุณหมอบอกว่าเป็นมะเร็ง ถ้าใส่ใหญ่มีการอุดตันเกือบฟุต ตามมาถึงต่อมน้ำเหลืองแล้ว ยังเถียงคุณหมอว่าคงไม่ใช่มั้ง เพราะไม่เห็นมีอาการมาก่อนเลย

(คุณวัชรา)

“คุณหมอบอกเป็นมะเร็งระยะ ๓ ยังคิดว่าเพิ่งเริ่มจะเป็น เพราะเพิ่งมีอาการปวดท้องเมื่อไม่กี่เดือนนี้เอง กินยาแล้วก็หายปวด”

(คุณวัชรา)

ลักษณะที่ ๒ ห่วง วิตกกังวล เพราะผู้ให้ข้อมูลยังทำใจยอมรับความจริงไม่ได้ อีกทั้งยังมีภาระต้องเลี้ยงดูบุตรหลาน ทำให้ห่วงไปถึงอนาคตของบุตรหลานหากตนหมดความสามารถที่จะอุปการะ เกิดความวิตกกังวลในการแก้ปัญหาทั้งของตนเองและของบุตรหลาน

“นอนไม่หลับเลย น้ำหนักลดไป ๓ กิโลแล้ว มีความรู้สึกว่ายาวอย่าง เดียว ลูกก็ยังเล็ก แค่ ป.๓ ถ้าเป็น ป.๖ ก็ยังดี พี่ก็เป็นผู้ชาย ถ้ามีเมียแล้วกลัวไม่สนใจน้อง สามีกี่เพิ่งเสียชีวิต ห่วงลูก”

(คุณจิต)

ลักษณะที่ ๓ ทรมานใจ ผู้ป่วยรู้สึกทุกข์ใจกับอาการของโรคที่ไม่สามารถเยียวยาให้ทุเลาลงได้ แม้จะอยู่ในความดูแลของแพทย์ ทำให้รู้สึกบีบคั้น หมดที่ฟุ้ง จิตใจอ่อนแอ ไม่สามารถต่อสู้กับโรค เป็นผลให้เกิดอาการอื่น ๆ ตามมา เพิ่มความทรมานใจมากยิ่งขึ้น

“หมอบอกมีจุดเล็ก ๆ กระจายเต็มตับ ผ่าตัดก็ไม่ได้เพราะมันไม่ใหญ่พอ ต้องให้คีโมเพิ่มอีก ๑๒ ครั้ง จากเดิมที่ให้ไป ๑๑ ครั้งแล้วจากมะเร็งที่ล่าช้า มีอาการแพ้คีโมมาก น้ำหนักลดลงเหลือ ๓๕ กิโล เกร็ดเลือดต่ำ ต้องให้เพิ่มแต่ก็มีผื่นขึ้นตามตัว หมอต้องหยุดก่อนให้ต่ออีก ทรมานมาก ไม่ทราบจะหันไปทางไหนดี”

(คุณวัชรา)

“จิตใจแย่มาก ๆ รู้สึกเหนื่อยทั้งกายและใจ หมดแรง อ่อนเพลียมาก ปวดเมื่อย เบื่ออาหาร จิตใจอ่อนแอ อยู่คนเดียวไม่ได้”

(ป้าชื่นใจ)

ลักษณะที่ ๔ อดทน ต่อสู้ ผู้ป่วยให้ข้อมูลว่าต้องใช้ความอดทนอย่างสูงเพื่อต่อสู้กับโรค เพราะถึงอย่างไรก็คงไม่มีอะไรเลวร้ายกว่าที่เป็นอยู่ ต้องไม่ยอมแพ้ ไม่ว่าจะอะไรจะเกิดขึ้นก็ตาม

“หมอบอกว่าอยู่ได้อีก ๕ เดือน แต่ถ้าไม่อดทนอาจอยู่แค่ ๖ เดือน ก็ตั้งใจจะรักษาด้วยพลังจักรวาล ตามที่น้องแนะนำ อยากรู้ก็จะต้องอยู่ให้ได้ถึง ๕ เดือน คงไม่มีอะไรเลวร้ายกว่านี้”

(คุณวัชรา)

“รู้สึกหวาดวิตก แต่เมื่อตั้งสติได้ ยอมรับแต่ไม่ยอมแพ้ ต้องต่อสู้ต่อไป อะไรจะเกิดก็ต้องเกิด หันหาตัวช่วย เข้าหาธรรมะเข้าหาวัด”

(คุณเก่ง)

กลุ่มที่ ๒ ผู้ปฏิบัติสมาธิมาก่อน หมายถึง ผู้ที่ปฏิบัติธรรมมามากบ้างน้อยบ้าง แต่ปฏิบัติอย่างต่อเนื่องมาเป็นเวลาพอสมควร หรือผ่านการฝึกอบรมมาจากสำนักปฏิบัติธรรมเป็นเวลา ๕ วัน ๗ วัน ต่อเนื่อง และปฏิบัติมาสม่่าเสมอ ก่อนรับรู้ผลว่าเป็นโรคมะเร็ง มีสภาวะจิตเมื่อทราบข่าวของโรคร้ายเป็น ๓ ลักษณะได้แก่ หวั่นไหวเมื่อแรกรับรู้ แต่มีสติเนื่องจากเข้าใจความจริงหรือเคยมีประสบการณ์จากผู้ป่วยใกล้ซิค จึงไม่ทุกข์ใจ ยอมรับความเป็นจริง กล่าวคือ

ลักษณะที่ ๑ หวั่นไหวเมื่อแรกรับรู้ แม้จะเข้าใจความเป็นจริงของชีวิต แต่สภาวะจิตก็เกิดความหวั่นไหว กระเพื่อมหลุดจากความสงบ และตื่นเต้น เมื่อแรกรับรู้ข่าวร้าย ซึ่งเป็นธรรมดาของปุถุชน แต่ก็สามารถสงบใจลงได้ในเวลาต่อมา

“ก็ตื่นเต้นว่าเป็นจริงแล้วหรือ เพราะตรวจเช็คด้วยตนเอง เกิดความสงสัยก่อนไปหาหมอ หมอบอกต้องผ่าตัดเต้านม ก็เฉย ๆ แต่หาวิธีการอื่นแทน”

(คุณอริพร)

“ตอนหมอบอกก็กลัว คิดว่าเราคงจะตายแล้วมั้ง”

(คุณใจดี)

“ตอนรู้ก็กลัว แต่ก็หนีไม่พ้น ทุกคนต้องมาถึงจุดนี้”

(ลุงเทพ)

“ตอนแรกก็กลัวตาย แต่เราก็แก่แล้ว จะตายก็ตาย”

(ลุงไท)

“ก็เป็นธรรมดา รู้แล้วก็ตกใจในวันแรก ว่าเราเป็นแล้วหรือ”

(คุณแอน)

ลักษณะที่ ๒ มีสติ ผู้ให้ข้อมูลที่ปฏิบัติสมาธิเมื่อรับรู้ว่าเป็นโรคมะเร็ง จะรู้สึกตื่นเต้นตกใจในครั้งแรก แต่สติจะคืนกลับมาได้เร็ว สาเหตุเนื่องมาจากเข้าใจความจริง และมีประสบการณ์จากคนใกล้ซิค

- เข้าใจความจริง และเกิดปัญญารู้เท่าทันในธรรมชาติของสิ่งทั้งหลายผู้ป่วยกล่าวถึงว่า

“ปฏิบัติธรรมมา ๒๐ ปี ใช้วิธีอสุภกรรมฐาน ร่างกายก็ทรุดโทรมตามธรรมชาติ สังขารต้องเสื่อม ต้องเจ็บ ต้องปล่อยวางให้ได้ มองร่างกายเหมือนซากศพ”

(คุณชัยชนะ)

“พอตั้งสติได้ ไม่กลัวแล้ว ตั้งพุทโธ ๆ ก่อนจะตายจะเอาชีวิต และเวลาที่เหลือมาทำประโยชน์ให้แก่ผู้อื่นจะดีกว่า”

(คุณใจดี)

“ตกใจแคว้นแรก แต่โชคดีที่เคยปฏิบัติธรรมมาก่อนบ้าง ๕ วัน ๗ วัน ต่อมาภายหลังจึงมีสติ ปรีกษากับสามีว่า จะรักษาแนวไหนดี”

(คุณแอน)

- มีประสบการณ์จากคนใกล้ชิด ทำให้รู้สึกเคยชิน ดังที่ให้ข้อมูลว่า

“รู้ว่าเป็นก็เฉย ๆ ไม่กลัวเพราะเคยชินแล้วตอนภรรยาป่วย และดูแลเขาจนเสียชีวิตด้วยโรคมะเร็ง เราก็อายุมากแล้ว มาเจอตอนอายุ ๗๓ ว่ามีก้อนเนื้อที่ตับ”

(คุณชัยชนะ)

ลักษณะที่ ๓ ไม่ทุกข์ ใจยอมรับความจริงว่าร่างกายประกอบด้วยขันธ์ ๕ เมื่อแยกส่วนต่าง ๆ ออกจากกันแล้วจะไม่พบตัวตนของสิ่งเหล่านั้น ตัวตนของสิ่งทั้งหลายไม่มีจึงไม่ควรยึดติด ตามข้อมูลของผู้ป่วยดังต่อไปนี้

“ไม่ทุกข์ มองเห็นความเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นเรื่องธรรมดา トラบาใด ที่เรายังมีธาตุขันธ์ก็ดูแลกันไป ถึงเวลามันจะไปก็เรื่องของมัน”

(คุณอธิพร)

“เป็นธรรมดาของสังขาร ต้องเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ต้องไม่เกิด จึงจะไม่
แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย ใจปกติไม่หวั่นไหว เราฝึกมาแล้ว ตอนแรกก็คิดว่า
ตาย แน่ ๆ ไม่อยากบอกลูกเมียให้เขาตกใจ”

(ลุงเทพ)

“ปลงตกแล้ว จะตายก็ตาย เราเคยสร้างคุณความดีมาแล้ว แต่ลูกหลาน
บอกว่าอยู่ต่อสัก ๔-๕ ปี ก็ยังดี”

(ลุงไท)

“สภาวะจิตตอนนั้นก็ทำใจ หาวิธีแก้ไขไป ไม่เครียด เพราะเคยนำ
ญาติโยมทำสมาธิเป็นประจำอยู่แล้ว”

(พระบัณฑิต)

ส่วนที่ ๓ รูปแบบการบำบัดรักษา

จากการศึกษาพบว่า ผู้ให้ข้อมูลเมื่อรับรู้ว่าเป็นโรคมะเร็ง มีรูปแบบการ
บำบัดรักษา ๒ วิธี ที่แต่ละคนตัดสินใจเลือกเข้ารับการรักษา คือ ๑. แพทย์แผนปัจจุบัน ๒. แพทย์
ทางเลือก โดยมีความคิดเห็นดังต่อไปนี้

วิธีที่ ๑ แพทย์แผนปัจจุบัน ผู้ป่วยส่วนใหญ่เริ่มต้นการรักษาด้วยแพทย์แผนปัจจุบัน
เนื่องจากความศรัทธาและเชื่อมั่นในความรู้ ความสามารถในการรักษาของแพทย์แผนปัจจุบัน
มองเห็นว่าแพทย์เป็นแหล่งเกื้อหนุนทางด้านสุขภาพที่สำคัญ เป็นที่พึ่งยามเจ็บป่วย เป็นผู้ที่ผู้ป่วย
สามารถฝากชีวิตไว้ วิธีที่แพทย์ตัดสินใจน่าจะเป็นรูปแบบการบำบัดรักษาที่ดีที่สุดแล้ว อีกทั้ง
โรงพยาบาลก็เป็นสถานที่ที่น่าเชื่อถือเพราะมีความพร้อมทั้งด้านบุคลากร ห้องปฏิบัติการทาง
การแพทย์ เวชอุปกรณ์และด้านเภสัชกรรม เมื่อมีอาการป่วยก็ต้องให้แพทย์เป็นผู้ตรวจวินิจฉัย เมื่อ
แพทย์เป็นผู้พบว่าเป็นมะเร็ง ผู้ป่วยก็มักตัดสินใจรักษาตามคำแนะนำของแพทย์ แม้ว่าจะได้รับรู้ว่า
การฉายรังสีหรือเคมีบำบัดนั้นมีอาการข้างเคียงมาก แต่ก็มีผู้ป่วยหายจากอาการของโรคร้ายได้ ดัง
ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า

“แนวทางการรักษา แน่นนอนก็ต้องนึกถึงแบบตะวันตกก่อนซิคะ รู้ว่า มะเร็งจะต้องฉีดยา เคยใช้สมุนไพร เช่น เห็ดหลินจือ จากการศึกษา และสังเกตด้วยตนเอง ก็พบว่ากินแล้วก็สดชื่น แต่เชื้อโรคหรือไวรัส ที่ตัวยังไม่ถูกฆ่า ร่างกายยังไม่กลับไปเหมือนเดิม”

(คุณน้อง)

“มาตรวจสุขภาพที่โรงพยาบาล พบจุดที่ปอด คุณหมอให้ทำ ซี ที สแกน พบว่าเป็นมะเร็ง คิดว่าจะทำตามที่แพทย์ปัจจุบันแนะนำทุกอย่าง จริง ๆ แล้วไม่ได้คิดว่าจะหาย ไม่หาย หรือทางไหนจะดีกว่า เพราะแพทย์แผนปัจจุบันก็รักษาหายหลายราย”

(คุณเก่ง)

“คุณหมอที่โรงพยาบาลบาราคนราครเป็นผู้พบว่าเป็นมะเร็ง สัปดาห์ต่อมาจึงบอกให้คุณหมอกำการรักษาต่อไปเลย โดยจะให้เคมีบำบัด ๒ คอร์ส รวม ๑๒ ครั้ง หลังผ่าตัดแล้ว ใครแนะนำเรื่องยาสมุนไพรอะไรก็ไม่เอา เพราะไม่แน่ใจ กลัวผลข้างอื่น เช่น ทำให้ไตวาย เป็นต้น”

(คุณวัชรา)

“คิดว่าอยู่กับหมอ เขายังไงก็คงทำอย่างนั้น ทำตามระเบียบ ระบบของเขาตลอดเพราะที่โรงพยาบาล หมอเก่ง เครื่องมือก็ทันสมัย”

(ป้าชื่นใจ)

ผู้ให้ข้อมูลที่รับการบำบัดจากแพทย์แผนปัจจุบันบางคนมีประสบการณ์ไม่ดีจากผู้ใกล้ชิดที่เสียชีวิตเพราะการบำบัดของแพทย์แผนปัจจุบัน จึงขอรับการบำบัดเพียงบางส่วนที่คิดว่ามีความจำเป็น และปฏิเสธส่วนที่คิดว่าเป็นโทษต่อร่างกาย ดังข้อมูลที่กล่าวไว้ว่า

“พอทราบว่า เป็นโรคมะเร็งที่ลำไส้ ก็เข้ารับการผ่าตัดที่โรงพยาบาล
กรุงเทพ หลังผ่าตัดหมอมะจะให้เคมีบำบัด แต่ประสบการณ์ที่ผ่านมา
จากการดูแลภรรยาที่ป่วยด้วยโรคมะเร็ง และเสียชีวิตจากการให้คีโม
เพราะร่างกายทนไม่ไหว ทำให้ปฏิเสธในใจแล้ว ลูกสาวเห็นพ่อแม่
เอาทางนี้แล้ว ก็หาหมออื่นให้โดยไม่ใช้เคมีบำบัด จนกระทั่งพบ
ศูนย์โรคมะเร็ง วัดคำประมงในอินเทอร์เน็ต จึงพามา”

(คุณชัยชนะ)

ผู้ให้ข้อมูลบางคนตัดสินใจเข้ารับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ เสริมด้วยแนว
ธรรมชาติบำบัด และสามารถมีชีวิตยืนยาวกว่าแพทย์กำหนดถึง ๔ ปี แต่ภายหลัง โรคคุกคามมากขึ้น
ผู้ใกล้ชิดในครอบครัวอยากให้ใช้เคมีบำบัดตามคำแนะนำของแพทย์ ผู้ป่วยไม่ยอมขัดใจความรู้สึก
จึงเข้ารับเคมีบำบัดในภายหลัง

“หมอบอกว่าจะอยู่ได้ ๑ ปี ถ้าผ่าตัดก้อนเนื้อที่เต้านมออก และทำเคมี
บำบัด จึงปฏิเสธขอใช้พลังจิตตามแนวพุทธ และ ธรรมชาติบำบัด ซึ่ง
ก็อยู่มาได้ ๕ ปีแล้ว แต่ภายหลังมีก้อนเนื้อขึ้นที่ต่อมน้ำเหลือง สามี
และน้อง ๆ ไม่อยากให้ทรมาน ทนเสียงอ้อนวอนไม่ได้จึงเข้ารับรังสี
บำบัด และเคมีบำบัด ตามคำแนะนำของแพทย์”

(คุณอริพร)

วิธีที่ ๒ แพทย์ทางเลือก ผู้ให้ข้อมูลบางส่วนตัดสินใจเข้ารับการบำบัดจากแพทย์
ทางเลือกโดยตรง จากการศึกษาถึงสาเหตุอาจแยกได้เป็น ๓ สาเหตุ กล่าวคือ แพทย์ไม่ให้ความหวัง
ในการบำบัด ไม่เห็นด้วยกับรูปแบบการรักษา และแพทย์ไม่สื่อนำให้เข้าใจรูปแบบการรักษาที่ถูกต้อง

สาเหตุที่ ๑ แพทย์ไม่ให้ความหวังในการบำบัด เช่น อายุมากแล้ว หรือยังไม่
ยืนยันผลการบำบัด เป็นเพียงการทดลอง ผู้ให้ข้อมูลกล่าวดังต่อไปนี้

“หมอบอกต้องผ่าตัดเอาลำไส้ใหญ่มาแทนกระเพาะ ถามหมอมว่าผ่าตัด
แล้วจะฟื้นไหม หมอบอกว่าอายุมากแล้วก็เสี่ยง ถ้าอย่างนั้นผมจะขอ
กินยาสมุนไพรดู”

(ลุงไท)

“หมอบอกไม่มียารักษาโดยตรง ขอเป็นการทดลองดู ยาที่ให้ราคาเม็ดละ ๕๐ บาท ขณะที่ตัวเลขไวรัสในตับก็เพิ่มขึ้นตลอดเวลา น้ำหนักลดจาก ๖๕ กิโลเหลือเพียง ๔๕ กิโล คุณหมอลูกศิษย์บอกจะให้ยาที่มีลักษณะคล้ายคีโม ราคาเข็มละ ๑๒,๐๐๐ บาท ให้เดือนละ ๔ ครั้ง แต่จะต่อรองกับบริษัทยาให้เหลือเข็มละ ๑๐,๐๐๐ บาท แต่ก็ไม่รับรองผล อาตมาคิดดูแล้ว ค่าใช้จ่ายสูงมาก การรักษาก็ยังไม่รับรองผลจึงปฏิเสธถึงแม้ท่านเจ้าอาวาสจะช่วยสนับสนุนเรื่องค่ารักษา จนกระทั่งโยมลินจงเจ้าของโรงน้ำปลาที่ชลบุรี ทราบข่าวจึงชักชวนมารักษาด้วยพลังจักรวาลที่ทางบ้านเปิดรักษาให้ผู้ป่วยโดยไม่คิดมูลค่า อาตมาคิดในใจว่าจะเป็นไปได้อย่างไร แม้แต่หมอยังงงปัญญา แต่ก็เหมือนคนจมน้ำเห็นฟางลอยมาก็เกาะ รักษาอยู่ได้ ๒ อาทิตย์ ปรากฏว่าตัวเลขไวรัสลดลงจาก ๕๘๐ เหลือ ๓๐๐ เศษ อาตมาจึงเข้ารับการอบรมกับคุณย่าเขาวเรศ บุนนาค เพื่อรักษาตัวเองจนปัจจุบัน ตัวเลขไวรัสลดลงเหลือเพียง ๐.๒๒ ซึ่งนับว่าปกติ”

(พระบัณฑิต)

สาเหตุที่ ๒ ไม่เห็นด้วยกับรูปแบบการรักษาของแพทย์แผนปัจจุบัน เนื่องจากประสบการณ์ที่พบเห็นจากผู้ป่วยรายอื่น ดังที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า

“ตอนรู้ว่าเป็นยังไม่ได้ตั้งหลักว่าจะรักษาอย่างไร แต่ก็รู้มาว่าการให้เคมีบำบัดมันทรมาณร่างกายมาก น้องสาวเลยแนะนำว่า ถ้าไม่อยากเอาเคมีก็ลองไปที่วัดคำประมง”

(คุณใจดี)

“ดิฉันไปพบคุณหมอบัณฑิตซึ่งรักษาแบบองค์รวม ด้วยความตั้งใจว่า ไม่อยากเจาะ ไม่อยากผ่า น่าจะมีทางเลือกอื่นเพราะเห็นผู้ป่วยมะเร็งรายอื่นที่รับการรักษาแผนปัจจุบันต่างมีความเครียด เศร้าหมอง มีความทุกข์ แพทย์ส่วนใหญ่มุ่งแต่รักษาโรคไม่ค่อยคำนึงถึงสภาวะจิตของผู้ป่วย มักจะชี้แจงถึงกรรมวิธีต่าง ๆ และการเตรียมค่าใช้จ่ายจำนวนค่อนข้างสูง ทำให้ความเครียดเพิ่มมากขึ้น บางคนเงินพร้อมแต่สุขภาพร่างกายไม่พร้อม ผ่านการให้เคมีบำบัด ร่างกายทรุดโทรม เสียชีวิต

กลายเป็นเสียชีวิตเพราะสู้โรคไม่ไหว บางคนเข้าโรงพยาบาลก็ยังคงดีแต่
ตอนออกจากโรงพยาบาล คุณหมดสภาพเพราะผลของคีโม”

(คุณแอน)

“หมอบอกว่าต้องผ่าตัดทั้งทั้งเต้านมและต่อมน้ำเหลือง พร้อมทั้งทำคีโม
รู้สึกคันความรู้สึก จึงตัดสินใจว่าจะลองแนวธรรมชาติบำบัด”

(คุณอริพร)

สาเหตุที่ ๓ แพทย์ไม่สื่อให้ผู้ป่วยเข้าใจรูปแบบของการบำบัดรักษาที่ถูกต้อง ทำ
ให้ผู้ป่วยเกิดความสับสน จึงหันมาหาแพทย์ทางเลือกที่ตนเองคิดว่าคุ้นเคย ทำความเข้าใจง่ายกว่า

“หมอบอกต้องผ่าตัดตัดออกทั้งพวง ก็คิดว่าคนไม่มีตับแล้วจะอยู่ได้
อย่างไร ขณะนั่งรถมานึกถึงว่าสมัย ปู่ ยา ตา ยาย เขาก็รักษากันมาได้
ที่เขาเรียกกันว่าผีในท้อง น่าจะลองกินยาสมุนไพรดูก่อน

(ลุงเทพ)

แพทย์ทางเลือกที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวถึง ได้แก่ พลังจิตตามแนวพุทธ เสริมด้วยธรรมชาติ
บำบัด มีการปรับเปลี่ยนอาหารตามแนวธรรมชาติ ใช้น้ำมันสมุนไพร และการออกกำลังกาย

ระยะที่ ๒ การรับรู้ รูปแบบการรักษา สุขภาพกาย สภาวะจิต ขณะเข้ารับการรักษาด้วย
การแพทย์แผนปัจจุบัน

จากผลการศึกษาพบว่า ผู้ให้ข้อมูลที่เข้ารับการรักษาด้วยการแพทย์แผนปัจจุบันไม่ได้
เชื่อมั่นในรูปแบบการรักษาของแพทย์แผนปัจจุบันทั้งหมด แต่ก็ไม่มั่นใจในรูปแบบการรักษาของ
แพทย์ทางเลือกอื่น ๆ เช่นกันว่าจะทำให้ตนหายจากโรค จึงต้องตัดสินใจรักษาตามคำแนะนำของ
แพทย์ที่คิดว่าน่าเชื่อถือกว่า และเป็นที่ยอมรับของบุคคลทั่วไป ผู้วิจัยจะแบ่งข้อมูลที่ได้เป็น ๒ ส่วน
ดังต่อไปนี้ ส่วนที่ ๑ ทักษะที่มีต่อการบำบัดโรคมะเร็งของแพทย์แผนปัจจุบัน ส่วนที่ ๒ ผลต่อ
สุขภาพกายและสภาวะจิต

ส่วนที่ ๑ ทักษะที่มีต่อการบำบัดโรคมะเร็งของแพทย์แผนปัจจุบัน ผู้ให้ข้อมูลมี
ทักษะต่อการรักษาของแพทย์แผนปัจจุบัน เป็น ๒ ลักษณะดังนี้

ลักษณะที่ ๑ เป็นวิธีที่ถูกต้อง ผู้ป่วยมีความคิดเห็นหลายประการ ดังนี้

“ตรวจพบที่โรงพยาบาลตำรวจว่ามีไวรัสซี ตับเริ่มแข็ง วิธีรักษาของหมอคือ ให้กินยาและตรวจเช็กลูกอยู่เสมอ พักผ่อนให้เพียงพอเพื่อให้ร่างกายแข็งแรง คิดว่าต้องเป็นวิธีการที่ถูกต้อง หมอจึงแนะนำ”

(คุณจิต)

“ครั้งแรกเป็นถุงน้ำเล็ก ๆ หมอไม่วิเคราะห์ว่าเป็นอะไร เคี้ยวโตขึ้น จึงไปเจาะปรากฏว่าไม่ใช่ถุงน้ำ แต่หมอก็กังไม่ฟันธงว่าเป็นเนื้อดีหรือเนื้อร้าย ให้รออีก ๓ เดือน ค่อยเจาะอีกก็ไม่พบ ผ่าชิ้นเนื้อไปย้อมสีก็ไม่เจอ แต่โดยอาการหมอฟันธงว่าเป็นมะเร็ง ต่อมา มีลักษณะเหมือนฝีขึ้นด้านข้าง หมอเลยลงคีโม ฝัสนั้นก็ยุบลงจนเป็นปกติ หมอเชื่อว่าถ้าไม่ใช่มะเร็งจะไม่ตอบสนองต่อคีโม แต่น่าจะเป็นระยะก่อนระยะแรก มีความรู้สึกว้าซิคดิบนความซิคร้ายที่เจอก่อนในระยะแรก ๆ หลังให้คีโมเข็มสุดท้ายหมอจึงนัดผ่าตัด คิดว่ามาถูกทางแล้ว”

(คุณสวย)

“คุณหมอให้ตรวจเลือด เอ็กส์เรย์และบอกผลทันทีว่าลำไส้อุดตันไปเกือบฟุต ต้องผ่าตัดเอาชิ้นเนื้อออกมาตรวจ จึงพบว่าเป็นมะเร็ง หนึ่งสัปดาห์ต่อมา บอกให้คุณหมอมารักษาต่อไปตามแนวทางที่แนะนำคือผ่าตัดลำไส้ คิดว่าคงต้องเป็นรูปแบบการรักษาที่ถูกต้องตามหลักวิชาการ”

(คุณวัชรา)

ลักษณะที่ ๒ ใช้แพร่หลาย เห็นผล เพราะผู้ป่วยโรคมะเร็งอื่น ๆ ก็มักใช้วิธีการเดียวกันนี้ในการบำบัดรักษา และก็เห็นผลว่าหายมาหลายราย

“หมอตตรวจพบจุดที่ปอดและให้ทำ ซี ที สแกน พบว่าเป็นมะเร็งที่ปอด ต่อมาเข้ารับการรักษาตัดปอดออกส่วนหนึ่ง ขณะนั้นก็คิดว่าจะทำตามที่หมอแนะนำทุกอย่าง เพราะเห็นว่ารักษาหายมาหลายราย หลังจากนั้นอีก ๓ เดือนให้มาตรวจใหม่เพื่อทำคีโม”

(คุณเก่ง)

ส่วนที่ ๒ ผลต่อสุขภาพกายและสภาวะจิต จากการวิจัยต่อมา ถึงผลของการรักษาของแพทย์แผนปัจจุบันพบว่า ผู้ให้ข้อมูลหลังเข้ารับการรักษาแล้วมีความรู้สึกเป็น ๓ ลักษณะดังต่อไปนี้

ลักษณะที่ ๑ รักษากาย แต่ใจยังไม่ได้รับการรักษา เมื่อเข้ารับการรักษาจากแพทย์แผนปัจจุบันแล้ว อาการของโรคทุเลาลงแต่ขณะรอรับการบำบัดในขั้นตอนต่อไป ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า ใจยังคงมีความวิตกกังวล สภาวะจิตยังไม่ผ่อนคลาย ยังคงฟุ้งซ่าน เกิดความเครียด ความบีบคั้น อันมีสาเหตุจากโรค จิตเกิดการปรุงแต่ง คิดล่วงหน้าเกิดความทุกข์นานาประการ ไม่สามารถปล่อยวางได้ ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูล

“เมื่อรักษาทางแพทย์แผนปัจจุบันจนครบขั้นตอน หมอให้ใช้ชีวิตตามปกติ แต่มีความรู้สึกที่ใจยังไม่ได้รับการรักษา ยังคงมีความวิตกกังวล ความเครียด จึงเข้าวัดปฏิบัติธรรม ๓ เดือน พบว่าธรรมะรักษาใจได้ดีเยี่ยม มีความสงบ ต่อมาจึงเดินทางมาวัดคำประมง หลวงตาสอนให้ล้างพิษที่ใจก่อน ถ้าใจเป็นพิษก็รักษาโรคลำบาก”

(คุณเก่ง)

ลักษณะที่ ๒ เกิดความทุกข์ทรมานจากอาการข้างเคียง การบำบัดแนวแพทย์แผนปัจจุบันมีหลากหลายวิธี อาทิ การผ่าตัด รังสีรักษา เคมีบำบัด อิมมูนบำบัด การปลูกถ่ายไขกระดูก การใช้ยีนบำบัด แต่วิธีที่ใช้กันแพร่หลายได้แก่ การผ่าตัด รังสีรักษา และเคมีบำบัด การผ่าตัดนั้นเพื่อกำจัดต้นตอของโรค แต่บางรายโรคมะเร็งได้แพร่กระจายไปสู่ส่วนอื่น ๆ ของร่างกายแล้ว แพทย์จึงจำเป็นต้องใช้วิธีทำลายเซลล์มะเร็งเหล่านั้นด้วยการฉายรังสี หรือใช้เคมีบำบัด ซึ่งทั้งสองวิธีนี้จะไปทำลายระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายให้ลดต่ำลง เช่น ไปกดไขกระดูก ม้าม ทำให้ไม่สามารถผลิตเม็ดโลหิตขาวออกมาต่อสู้กับเซลล์มะเร็งได้เช่นเดิม เซลล์มะเร็งจึงกลับลุกลามไปยังอวัยวะอื่นมากยิ่งขึ้น แพทย์จำเป็นต้องใช้การฉายรังสี หรือเคมีบำบัดซ้ำแล้วซ้ำอีกโดยมีจุดมุ่งหมายที่จะทำลายเซลล์มะเร็งให้หมดไป ซึ่งความจริงแล้วทั้งรังสีและสารเคมีจะทำลายทั้งเซลล์มะเร็งและเซลล์ปกติของร่างกาย บางคนเรียกวิธีบำบัดเช่นนี้ว่า วิธีรักษาที่มีพิษ เพราะผู้ป่วยจะเกิดความทุกข์ทรมานจากอาการแพ้รังสี แพ้ยา เข้า-ออกโรงพยาบาลหลายครั้งและส่วนใหญ่จะสิ้นสุดลงโดยผู้ป่วยเสียชีวิตแทบทั้งสิ้นพร้อมกับค่าใช้จ่ายในการรักษาที่สูงมาก เป็นการบั่นทอนคุณภาพชีวิตทั้งของผู้ป่วยและคนในครอบครัวตามข้อมูลที่ได้

“วิธีการที่โรงพยาบาลให้ยามาหมดทั้งเซลล์ดีเซลล์ร้าย ทำให้ร่างกายทรุดโทรม ค่าใช้จ่ายก็แพงมาก รวม ๆ แล้วปีละถึง ๕ แสนบาท ยิ่งทำให้ เครียดหนักขึ้น ทรมาณทั้งกายและใจ”

(คุณชัยชนะ)

“ให้คีโมแล้วเหนื่อยอยู่เป็นอาทิตย์ พอฟื้นตัวก็ให้อีกแล้ว จิตใจรู้สึกแย่มาก ๆ ให้อีกครั้งก็คงไม่เหลืออะไรอีกแล้ว งบในชีวิตของเราทำไม่ให้คีโมแล้วมันไม่อยู่กับที่ มันไปที่นั่นที่นั่นอีก”

(ป้าชื่นใจ)

ลักษณะที่ ๓ แพทย์ไม่ให้ความหวัง เกิดความไม่แน่ใจ จากการศึกษาพบว่าผู้ให้ข้อมูลเกิดความไม่แน่ใจในรูปแบบการรักษาหลังจากรับการรักษาไประยะหนึ่งแล้ว เพราะแพทย์ไม่ ให้ความหวัง แต่ลักษณะสังคมไทยมีนิสัยเกรงใจ ไม่กล้าถาม ไม่กล้าโต้แย้ง การหันไปหาแพทย์ทางเลือกมักกระทำโดยไม่เปิดเผย บางรายแอบกระทำควบคู่กันไปทั้งแพทย์แผนปัจจุบันและแพทย์ทางเลือก ผู้ป่วยบางรายกล่าวว่า

“ลูกสาวบอกว่า แม่อย่าให้คีโมต่อเลยนะเพราะทรมาณมาก คีโมตัวใหม่หมอก็ไม่รับรองว่าจะช่วยได้ อาจอยู่ได้แค่ปีกว่า ๆ แม่น่าจะลองไปที่วัดคำประมงดู”

(ป้าชื่นใจ)

ผู้วิจัยพบว่าผู้ให้ข้อมูลที่ตัดสินใจเข้ารับการรักษาด้วยการแพทย์แผนปัจจุบัน ได้หันมาใช้การแพทย์ทางเลือกที่ใช้พลังจิตตามแนวพุทธเป็นหลัก เสริมด้วยแนวธรรมชาติบำบัด อาทิ การปรับเปลี่ยนอาหาร การรับประทานยาสมุนไพร และการออกกำลังกาย จะเห็นได้ว่าตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา การแพทย์แผนปัจจุบันมิได้ช่วยให้อัตราการรอดชีวิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งเพิ่มขึ้นกว่าเดิมนักทั้งที่แพทย์และนักวิทยาศาสตร์การแพทย์ได้พยายามค้นคว้าเพื่อหาแนวทางใหม่ ๆ เพิ่มขึ้นก็ตาม แพทย์จึงควรมีแนวคิดเปิดกว้างขึ้น ยอมรับการรักษาแนวแพทย์ทางเลือกอื่น วิธีที่ดีที่สุดและง่ายที่สุดคือการเพิ่มศักยภาพของคนไข้ การระดมพลังภายในตัวคนไข้มาใช้ประโยชน์เพื่อต่อสู้กับโรคร้าย เช่นการใช้พลังจิตตามแนวพุทธที่ให้คนไข้มีโอกาสบำบัดรักษาด้วยตนเอง รับผิดชอบตนเอง และ หมั่นฝึกฝนตนเองมากขึ้น การที่จะประสบความสำเร็จหรือไม่ขึ้นอยู่กับความพากเพียร

ของแต่ละบุคคล แตกต่างจากการแพทย์แผนปัจจุบันที่แพทย์เป็นผู้กระทำให้เกิดความสำเร็จ ผู้ป่วย ผากชีวิตไว้กับการตัดสินใจของแพทย์แต่เพียงฝ่ายเดียว มีหลักฐานทางการแพทย์ยืนยันว่าร้อยละ ๘๕ ของโรคมะเร็งทุกชนิดสามารถป้องกันไม่ให้เกิดขึ้นได้ด้วยการเปลี่ยนวิถีดำเนินชีวิตให้ถูกต้อง และระลึกเสมอว่า ภาวะโดยธรรมชาติของคนเราทำให้มีสุขภาพที่ดี*

ระยะที่ ๓ การรับรู้รูปแบบการรักษา สุขภาพกาย สภาวะจิต หลังเข้ารับการรักษาด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ ประกอบด้วย ๓ ส่วน ได้แก่ ทักษะต่อสุขภาพกายและสภาวะจิต หลังใช้พลังจิตตามแนวพุทธบำบัด โรคมะเร็ง ปัจจัยช่วยส่งเสริมการบำบัด โรคมะเร็งด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ และการรับรู้กับชีวิตปัจจุบัน ชีวิตที่ลงตัวกับการใช้พลังจิตตามแนวพุทธบำบัด โรคมะเร็ง

ส่วนที่ ๑ ทักษะต่อสุขภาพกายและสภาวะจิต หลังใช้พลังจิตตามแนวพุทธบำบัด โรคมะเร็ง จากการศึกษาพบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีทักษะต่อสุขภาพกายและสภาวะจิตหลังใช้พลังจิตตามแนวพุทธในการบำบัดโรคมะเร็งเป็น ๓ ลักษณะ คือ เป็นธรรมโอสถ รักษาใจและทำให้เกิดปัญญา รับรู้ตามความเป็นจริง ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดของจิตใจ เกิดความสงบทางอารมณ์ และช่วยสร้างภูมิคุ้มกันให้เกิดขึ้นตามธรรมชาติ

ลักษณะที่ ๑ เป็นธรรมโอสถ รักษาใจทำให้เกิดปัญญา รู้เท่าทันความเป็นจริงในชีวิต ดังที่กล่าวว่า จิตใจและร่างกายมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน เมื่อร่างกายมีความผิดปกติจากโรคมะเร็ง ก็มีผลทำให้จิตใจไม่เข้มแข็ง เมื่อจิตใจห่อเหี่ยว ก็เป็นเหตุให้ร่างกาย อ่อนแอ ภูมิคุ้มกันตก ผู้ป่วยโรคมะเร็งจึงต้องพยายามทำจิตใจให้เข้มขึ้น เข้มแข็งและรู้เท่าทันความจริงเพื่อจะได้มีกำลังใจไว้ต่อสู้ ต้านทานความเจ็บไข้ เอาภาวะความทุกข์ ความเจ็บไข้ของร่างกายเป็นอุปสรรคศึกษาธรรมให้เข้าใจความจริงตามธรรมชาติ ที่แสดงความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ให้เกิดสติปัญญา และความไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต

ผู้ให้ข้อมูลเรียนรู้ว่าชีวิตมนุษย์ เมื่อมีการเกิดก็ย่อมมีการแก่ มีการเจ็บไข้แล้วก็มี การตายในที่สุด เป็นเรื่องของธรรมชาติ เกิดตามเหตุ และปัจจัย ขณะป่วยไข้โดยเฉพาะป่วยด้วยโรคมะเร็ง ผู้ป่วยจะวิตกกังวลด้วยไม่สามารถคาดเดาถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้ ทั้งอาการของโรคและชีวิตความเป็นอยู่ แต่จากการศึกษาธรรมทำให้รู้ล่วงหน้าถึงสิ่งที่จะต้องเกิดขึ้นแน่นอน ไม่วันใดก็วันหนึ่ง เมื่อเกิดขึ้นจริง ก็จะไม่วิตกทุกข์ร้อนมากเกินไป เหมือนกับผู้ที่ไม่เคยเตรียมตัวเตรียมใจ

* วิจิตร บุญยะโทตระ, พิชิตมะเร็ง, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท บพิตรการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๓๔),

มาก่อน สังขารทั้งหลายต้องมีการเปลี่ยนแปลง ความเจ็บไข้มาเพื่อเตือนถึงความดับของสังขาร ให้ปลงในทุกสิ่งทุกอย่าง ถ้าไปยึดว่าสังขารเป็นของเรา ความเจ็บไข้ก็กลายเป็นของเราทำให้รู้สึกเป็นทุกข์ จิตต้องมองเห็นว่าสังขารไม่เที่ยง เป็นอนัตตา แม้แต่ลมหายใจ เข้า-ออก หล่อเลี้ยงชีวิตนั้น เล่าก็เป็นอนัตตา ไม่ใช่ของของเรา เขาอยากอยู่เขาก็อยู่ เขาอยากดับเขาก็ดับ เราจะบังคับบัญชาเขาไม่ได้ตามปรารถนา หากขาดลมหายใจเข้า-ออกแล้ว ความสวย ความงามในสังขารก็หมดสิ้น ทั้งเกสา โลมา นขา ทนต์ตา ตะโจ ล้วนเป็นอนัตตา จนถึง มัตตะเก มัตตะลุงคัง ก็ต้องเนาเปื่อย ผุพัง เป็นกระแสแห่งการเปลี่ยนแปลงของสังขาร นำเปื้อนนำย มีแต่ใจเท่านั้นถ้าไม่พัวพันอยู่กับกองกิเลสจึงจะได้รับความสุขทั้งชาตินี้ชาติหน้า เหมือนบุคคลที่ตกอยู่ในกองเพลิง แล้วพยายามหนีออกมา ก็จะพ้นจากความร้อน โดยให้ระลึกถึงสิ่งที่กระทำเสร็จสิ้นไปแล้ว ๓ ประการคือ

(๑) ระลึกถึงสิ่งที่คนเกิดมาแล้วต้องทำ บัดนี้ก็ทำเสร็จแล้วครบถ้วน เช่น ได้เลี้ยงบุตร ภรรยา บุพการี ตอบแทนผู้มีพระคุณทั้งหลาย

(๒) บุญกุศลต่าง ๆ เรื่องทาน เรื่องศีล สงเคราะห์สาธารณประโยชน์ สังคมส่วนรวมก็ได้ทำเสร็จสิ้นเพียงพอแก่อัฏฐภาพ เหมาะสมแก่การเกิดมาเป็นมนุษย์แล้ว

(๓) ระลึกว่าเพียงพอแล้วสำหรับการเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ พอแล้วสำหรับความเจ็บไข้ ความตายที่คุกคาม บีบคั้นให้เกิดทุกข์ ให้หวาดกลัว ไม่มีอะไรในโลกที่น่าลองน่าเป็น มีอยู่อย่างเดียวคือ ความดับไม่มีเหลือ ไม่มีความร้อนร้อนคือกิเลส แต่แยกเป็นนิพพาน

ผู้ให้ข้อมูลที่มีประสบการณ์ในการปฏิบัติธรรมกล่าวว่า

“ไม่ทุกข์ มองเห็นความเกิด แก่ เจ็บ ตายเป็นเรื่องธรรมดา トラバドイト
เรายังมีธาตุขันธ์ เราก็ดูแลมันไป ถึงเวลามันจะไป ก็เป็นเรื่องของมัน”

“เริ่มตัดสักกายทิฏฐิ มองเห็นว่ากายนี้ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเราเป็นเพียง
ธาตุขันธ์ที่เราอาศัยอยู่ไม่ช้าเราก็ต้องทิ้งธาตุขันธ์นี้ไป ปฏิบัติจน
มองเห็นว่าร่างกายไม่มี เป็นกองกระดูกแล้วก็กลับคืนสู่พื้นดิน”

(คุณอชิพร)

“ปฏิบัติธรรมมา ๒๐ ปีแล้ว ไม่กลัวตาย ใช้วิธีปลงอสุภะ ร่างกายก็ทรุด
โทรมลงตามสภาพ สังขารต้องเสื่อม ต้องเจ็บป่วย เราดูว่าร่างกายก็
เหมือนซากศพ ต้องปล่อยวางให้ได้ เกิดมาก็เป็นทุกข์ จะตายก็เป็นทุกข์

ทุกข์ทั้งสังขารและทุกข์ที่ใจเพราะไม่รู้ว่าจะตายแล้วจะไปที่ไหน ถ้าไม่
อยากทุกข์ก็ต้องไม่เกิด”

(คุณชัยชนะ)

“ยึดหลัก ๔ ประการ คือ คนเรามีเกิด ต้องมีแก่ มีเจ็บ และต้องมีตาย ยึด
หลักเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เป็นธรรมดาของสังขารไม่มีอะไรแน่นอน
เป็นหน้าที่ของสังขารเขา ถึงคราวก็ต้องไป เกิดมาแล้วหนีไม่พ้น ไม่เร็ว
ก็ช้า ขณะนี้อายุยังน้อย แต่อีกหน่อยก็ต้องแก่เหมือนปู่ ย่า ตา ยาย ทุกคน
หลงตาแนะนำว่าทุกคนต้องทำใจ ทุกคนต้องเตรียมตัว รู้จักปล่อยวาง
เราก็ทำหน้าที่ของเราครบถ้วนแล้ว”

(ลุงเทพ)

“ดิฉันเคยดูแลลูกค้าหลักผู้ใหญ่หลายท่าน ลูกค้าท่านหนึ่งเป็นมะเร็ง
ดิฉันไปเยี่ยมที่โรงพยาบาลใหญ่ของรัฐแห่งหนึ่งที่บุตรชายของท่าน
เป็นผู้อำนวยการโรงพยาบาล มีการบำบัดรักษาเป็นอย่างดี และให้
เคมีบำบัด จนผมร่วงต้องใส่วิก ร่างกายซีดเซียวดูเปลี่ยนไปทันทีจาก
ที่เคยเห็น ดิฉันเกิดความคิดว่า เห็นใหม่ ไม่ว่าใครก็ไม่พ้น สภาพต้อง
เจ็บป่วย ถามว่าตัวเองกลัวตายไหม ปฏิบัติธรรมแล้วไม่กลัวอะ ถ้าจะ
ตายแล้วก็ต้องตาย หนีไม่พ้น ขอให้ทำบุญกุศลเอาไว้”

(คุณแอน)

ลักษณะที่ ๒ ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดของจิตใจ เกิดความสงบทางอารมณ์
ทำให้ร่างกายและจิตใจคืนสู่ความสมดุล คือจิตใจสงบ เข้มแข็ง สุขภาพกายก็จะมีพลังที่จะต่อสู้
โรคร้าย

จากการศึกษาพบว่า ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่ที่ใช้พลังจิตตามแนวพุทธช่วยบำบัด
โรคมะเร็ง จะรู้สึกคลายความตึงเครียด และคลายความกังวลเกี่ยวกับอาการของโรคมะเร็ง และ
ความทุกข์จากผลกระทบของโรคมะเร็ง เช่น ต้องออกจากหน้าที่การงานที่รับผิดชอบ ห่วงกังวล
ครอบครัว การปฏิบัติสมาธิเป็นการรักษาจิตใจให้ลืมนความทุกข์ เกิดความสบายใจ มีสติอยู่กับตัว จิต
ไม่คิดฟุ้งซ่านไปเรื่องอื่น ๆ ขณะนั่งสมาธิ เดินจงกรม กำหนดอริยาบถย่อย สามารถทำลายกิเลสและ
อุปาทานความยึดมั่นถือมั่นให้หมดไป ส่งผลให้ไม่เกิดความทุกข์ ความวิตกกังวล และความเครียด
จากโรคมะเร็ง เมื่อจิตสงบผ่อนคลาย ร่างกายก็พร้อมต่อสู้โรคเพราะจิตกับกายมีอิทธิพลต่อกัน

ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า

“ธรรมะช่วยรักษาใจได้ดีเยี่ยม มาที่วัดตั้งแต่ ๑๑ กรกฎาคม ๒๕๕๒ จนถึงปัจจุบัน พยายามรักษาใจก่อนอื่น คิดว่ามาถูกทางแล้ว หลวงตาให้ความเมตตา สอนให้ล้างพิษที่ใจ ถ้ามีพิษก็รักษาลำบาก หลวงตาจะนำให้นั่งสมาธิ ๕ นาที เทศน์ตอนกลางคืน กลับมาถึงบ้านต้องฝึกตายโดยการอยู่คนเดียว เวลาคิดถึงหลานต้องตัดใจ เพราะเวลาตาย เราก็ตายคนเดียว หลานไม่ได้ตายด้วย หลังจากเข้าบำบัดที่วัดแล้ว เปลี่ยนแปลงไปมาก กลับมามีชีวิตเหมือนปกติ อยากออกไปช่วยเหลือคนอื่น ออกไปช่วยตัดผมให้คนไข้ เมื่อเค้ามีความสุข เราก็สุขด้วย”

(คุณเก่ง)

“อยู่ที่วัด หลวงตาให้ปฏิบัติอย่างไรก็ทำทั้งนั้น อุ่นทั้งกาย อุ่นทั้งใจ จิตใจดีขึ้นมากไม่อ่อนแอ อยู่ที่ไหนก็อยู่ได้ แต่ก่อนอยู่คนเดียวไม่ได้ ต้องมีเพื่อน เดี่ยวนี้ไม่ต้อง กลับมาที่บ้านนั่งสมาธิทุกวัน อยู่กับหลวงตา จิตนิ่ง ให้กินยาสมุนไพรอะไรก็กิน ออกกำลังกายก็ทำ อยู่ที่นี่สุขภาพดีขึ้น เมื่อก่อนนั่งก็ปวดหลัง อยู่ที่นี่นั่งนิ่งได้ ไม่เมื่อยขบ อยู่กับธรรมะ อุ่นใจ มันเป็นที่สุขของชีวิต จะเป็นอะไรก็ขออยู่ที่นี้ ตายก็ตายกับธรรมะก่อน”

(ป้าชื่นใจ)

“ใจตอนนี้มีความสุข ทำงานด้วย ฟังสวดด้วย พลังพุทธโศช่วยใจคนได้มาก การนั่งสมาธิ เติบโตธรรมก็ช่วยได้มาก ทำจิตให้นิ่งจะสัมผัสสิ่งที่ผู้อื่นสัมผัสไม่ได้ เหมือนเป็นตัวกลางต้องแผ่ส่วนกุศลให้ผู้อื่นต่อ และเป็นการเพิ่มพลังให้ตัวเอง นอนก็กำหนดจิตจนหลับ ชีวิตเปลี่ยนแปลงมาก รักษากายด้วยยาสมุนไพร รักษาจิตด้วยธรรมะ หลวงตาให้ชีวิตใหม่ อยู่ที่นี่คิดแต่จะช่วยผู้อื่นไม่ให้จิตตก มีความสุขมาก”

(คุณใจดี)

“ตอนนี้เป็นคนละคน มีความสุขกว่าอยู่ข้างนอกเยอะ เมื่อก่อนเครียดมากตัดไม่ได้ แต่เดี๋ยวนี้จิตสงบ มีความสุขทางใจ ถึงจะเป็นสิ่งยากที่จะ

ปฏิบัติ ก็ควรจะลด ละบ้าง ถึงตัดไม่ได้หมด ของเราป่วย แต่จิตของเรา
อย่าให้ป่วยตาม

(คุณจิต)

“วิธีการของหลวงตาคือสวดมนต์ เดินจงกรม นั่งสมาธิ เทศน์สั่งสอน
ว่าทุกคนต้องทำใจ ทุกคนต้องเตรียมตัวถึงเวลาที่ต้องตาย รู้จักปล่อยวาง
ต้องทำอารมณ์ไม่เครียด เรียนรู้ธรรมชาติของสังขารของชีวิต คนแก่
อย่างเราเคยเรียนรู้การปฏิบัติมา เคยศึกษาพระธรรมวินัย เข้าใจวิถีทาง
บางคนมาถึงอยู่ไม่ได้ อากาทางกาย น้ำหนักลดลง ต้องควบคุมตัวเอง
กินอาหารให้ถูกต้อง ท้องก็จะได้ไม่อืด รู้ตัวอยู่แล้วว่า ‘โอ้หวังตายแน่’
แต่ใจปกติดี ไม่หวั่นไหว กายเท่านั้นที่รับบทหนัก กินอะไรก็ไม่อร่อย
กินเพื่อไม่ให้ตายเท่านั้น กินแต่ผัก แม้แต่ผลไม้ก็ต้องเลือกบางชนิด
ต้องสังเกตตัวเองว่ามีอาการอะไรไหม ต้องผ่านความร้อนก่อนหรือไม่”

(คุณเทพ)

“สรุปความเครียดทำให้เป็นโรคมะเร็ง ก่อนหน้านี้คุณพ่อป่วยหนักและ
เสียชีวิต มีความเครียดอยู่ ๓ เดือน และยังคงเครียดเรื่องงานเลยสนใจ
ตัวเองน้อยไป มาอยู่ที่วัดหลวงตาไม่ให้เครียด ให้ใช้วิธีการสวดมนต์
นั่งสมาธิ เดินจงกรม ท่านจะให้เราลองตายดู คนเราต้องตายทุกคน ถ้า
จะตาย จะตายอย่างไร ไม่ทุกข์ทรมาน หลวงตาสอนให้เห็นอนหาใจ
ลึก ๆ ภาวนาพุทโธไปจนหลับลึกเหมือนเราตายไปเลย เมื่อตื่นมาตอน
เช้าเหมือนฟื้นขึ้นมาใหม่ ปฏิบัติภารกิจวันต่อไปใหม่ หลวงตาไม่ให้ยึด
ติดกาลเวลา ที่สำคัญสิ่งแวดล้อมที่นี่แตกต่างจากข้างนอก ช่วยการ
ปรับตัวของผู้ป่วยได้ดี อาหารการกินก็เหมือนกัน ไม่มีสิ่งยวนยั่วให้
อยากรับประทานอย่างอื่น อยู่ในสังคมที่รู้จักให้ - รับ แשר์ความทุกข์ -
ความสุขกัน ช่วยเหลือกัน อาหารก็แบ่งปันกัน เพราะตลาดอยู่ใกล้ เรา
บ้าง เคี้ยวบ้าง ไม่ยึดมั่น ถือมั่น มีผู้ร่วมชะตากรรมที่ดี แต่จะว่าไม่เครียด
เลยก็ไม่ใช่ เพราะยังมีภาระครอบครัวและหน้าที่การงาน ก็ยังมีบ้าง แต่
มันดีขึ้น ต้องฝึกบ่อย ๆ ถ้าเรายังไม่ถึงกับ โทณหัวบวชชี”

(คุณสวย)

“สภาวะจิตคิดกังวลแต่เรื่องงาน ทั้ง ๆ ที่อ่อนเพลีย เจาะดับดูปริมาณ
ไขมันอุดตัน ทำอัลตราซาวด์พบปริมาณไวรัลในเลือดสูง หมอแนะนำ

ให้นัดยาเพราะค่าการอักเสบยังสูง ความหวังงานคิดว่าเดี๋ยวก็หาย เหมือนเดิม เพราะเคยเป็นมาก่อน จนกระทั่งเดินแทบไม่ไหว ตัวเหลือง ซีด เม็ดเลือดขาวต่ำ ท้องอืด ร่างกายอ่อนเพลียงลงเรื่อย ๆ ตัดสินใจ ลาออกจากงาน เหนื่อยมาก ก็เลยไปปฏิบัติกรรมฐานที่เสถียรธรรมสถาน พบกับหลวงตาที่ไปบรรยายธรรม หลวงตาชวนไปบำบัดรักษา ตัวเองยังไม่คิดว่าเป็นมะเร็ง แต่อยากหนีคีโม จึงตัดสินใจมาที่ศูนย์ อโรยศาล วัดคำประมง หลวงตาให้อยู่ ๓ เดือน รักษาแบบองค์รวม ทั้งกายและใจ ใช้สมุนไพร คุณแลอาหาร ให้ธรรมชาติรักษาอารมณ์ของตนเอง ทำหน้าที่ช่วยดูแลเว็บไซต์ที่กำลังปรับปรุง อาการดีขึ้นมาก ร่างกายแข็งแรงขึ้น จิตใจปล่อยวางได้มากขึ้น ความกังวลน้อยลง พบว่า อารมณ์แปรปรวนและความเครียดสัมพันธ์กับตับมาก ทำให้ท้องอืด ปวดหัว ถ้าเราไม่รู้เท่าทัน ต้องกำจัดกิเลสที่ละนิดทีละหน่อย รู้เท่าทัน อารมณ์ของตนเอง อาหารการกินที่เป็นโทษ ต้องโยนิโสว่าเห็นไหม กินแล้วผลที่ตามมาเป็นอย่างไร การเปลี่ยนแปลงทางใจมีเยอะมาก มองทุกอย่างเป็นอนิจจัง มาแล้วก็ไป กัลยาณมิตร ญาติพี่น้อง คนรอบข้าง ช่วยได้มาก ให้กำลังใจ ช่วยส่งเสริมในการปฏิบัติธรรม”

(คุณน้อง)

ลักษณะที่ ๓ ช่วยสร้างภูมิคุ้มกันตามธรรมชาติ ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่ ระบุว่าโรคมะเร็งเกิดจากภาวะบกพร่องของภูมิคุ้มกัน กล่าวคือ ทุกคนจะมีเซลล์มะเร็งเกิดขึ้นในร่างกายตามปกติ ทรานสคริปต์ที่ภูมิคุ้มกันยังคืออยู่ เม็ดโลหิตขาวในร่างกายก็จะกินเซลล์มะเร็งนั้นให้หมดไป แต่หากภูมิคุ้มกันบกพร่อง เม็ดโลหิตขาวจะไม่มีประสิทธิภาพพอที่จะทำลายเซลล์มะเร็ง เป็นเหตุให้เซลล์มะเร็งเจริญเติบโต อาการของโรคมะเร็งปรากฏ การบำบัดรักษาจึงต้องกระตุ้นระบบป้องกันตามธรรมชาติของร่างกาย หรือที่เรียกว่า ระบบภูมิคุ้มกัน ให้กลับมาทำหน้าที่ใหม่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ หากเรากระตุ้นได้สำเร็จ โรคมะเร็งทั้งหมดก็จะถูกทำลาย และกำจัดให้หมดสิ้นไป ด้วยความสามารถของร่างกายนั่นเอง ร่างกายที่มีระบบป้องกันโรคที่เป็นปกติ จะไม่เป็นโรคมะเร็ง เมื่อรู้ถึงสาเหตุดังกล่าว จึงหาแนวทางที่จะเสริมสร้างภูมิคุ้มกันตามธรรมชาติดังกล่าว เพื่อให้หายจากโรคนี้นี้ได้แก่

(๑) อาหาร และการออกกำลังกายที่เหมาะสม ผู้ให้ข้อมูลทุกรายมีการปรับเปลี่ยนการรับประทานอาหาร สอดคล้องกับความคิดเห็นของฮิปโปเครติส บิดาของการแพทย์ที่มี

หลักการรักษาโรคที่สำคัญอย่างยิ่งคือ “ถือว่าอาหารเป็นยา” ฮิปโปเครติสย้ำว่าแพทย์ควรจะสั่งอาหารเพื่อรักษาโรค^๒ ซึ่งนำแปลกที่แพทย์ในปัจจุบันกลับให้ความสำคัญเรื่องอาหารน้อยมาก ส่วนใหญ่มักใช้ยา การผ่าตัด และรังสีรักษา ผู้ป่วยส่วนใหญ่ไม่ได้รับคำแนะนำในเรื่องอาหาร ไม่ว่าจะป่วยด้วยโรคอะไร รวมทั้งโรคมะเร็งด้วย อาหารที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวถึงจะเป็น ข้าวกล้อง ข้าวโพด มัน ผักสด ผักดัม ผลไม้ งดเนื้อสัตว์ และน้ำมันที่จะทำให้เซลล์มะเร็งเติบโต เพราะเซลล์มะเร็งต้องการโปรตีนเอาไปสร้างเนื้อเซลล์ หรือไฮโดรฟลาซิม และต้องการไขมันไปสร้างเยื่อหุ้มเซลล์ ก้อนมะเร็งมี ๓ ชั้น ถ้าชั้นนอกโตไม่ได้ เหลือแต่ชั้นกลางซึ่งเป็นเซลล์ที่ไม่แบ่งตัว และชั้นในสุดที่เป็นเนื้อตาย ก้อนมะเร็งก็จะฝ่อเล็กลง ง่ายต่อการกำจัดทิ้งโดยภูมิคุ้มกันตามธรรมชาติที่จะเอาชนะมะเร็ง ส่วนการออกกำลังกายของผู้ป่วยโรคมะเร็งนั้นจะช่วยเสริมภูมิคุ้มกันตามธรรมชาติเพราะผู้ป่วยโรคมะเร็งมักจะอ่อนเพลีย เวียนศีรษะ ไม่มีเรี่ยวแรง การออกกำลังกายทำให้หัวใจสูบฉีดเลือดและอาหารส่งไปให้กล้ามเนื้อ ปอดต้องทำงานเพิ่มขึ้นเพื่อส่งออกซิเจนไปให้กล้ามเนื้อ เกิดพลังงานจำนวนมากและมีสารเสียจำนวนมากส่งคืนปอดให้ขับออกนอกร่างกาย ความร้อนก็จะระบายออกทางเหงื่อ เป็นผลดีต่อหัวใจ ปอด หลอดเลือดและผิวหนัง เลือดไหลเวียน อวัยวะต่าง ๆ จึงแข็งแรง การออกกำลังกายอาจจะใช้การเดินจงกรม การเดินเร็ว ชีกง ไท้เก๊ก รำกระบอง โยคะ แล้วยุคะ

(๒) การสร้างพลังจิตจากการปฏิบัติสมาธิ ซึ่งอาจทำได้หลายวิธี เช่น เดินจงกรม การสวดมนต์ และการคิดในเชิงบวกเพื่อบำบัดความเครียด สร้างเสริมภูมิคุ้มกันตามธรรมชาติบำบัดโรคมะเร็ง โดยการปฏิบัติสติปัญญาต่อเนื่อง มีผลให้หายจากโรคมะเร็ง กล่าวกันว่าจิตที่เป็นสมาธิเป็นภาวะจิตที่มีคุณภาพและมีสมรรถภาพดีที่สุด ซึ่งมีลักษณะที่สำคัญคือ แข็งแรง มีพลังมาก^๓ สอดคล้องกับการศึกษาของ ชาร์มา และอเล็กซานเดอร์ (Sharma & Alexander) ได้ทำการทดลองปฏิบัติสมาธิแบบที.เอ็ม.อินแนว มหาริชิ (Maharishi Ayurveda) พบว่า ทำให้เซลล์มะเร็งลดลง^๔ ซึ่งสามารถอธิบายเกี่ยวกับการหายของโรคมะเร็ง โดยการปฏิบัติสมาธิจากความรู้ในวิทยาศาสตร์สาขาจิตประสาทภูมิคุ้มกันวิทยา (Psychoneuroimmunology) ได้ว่า เมื่อจิต

^๒ อังใน สลิตา วีระศิริ, มะเร็งรักษาด้วยตนเองตามแนวธรรมชาติบำบัด, พิมพ์ครั้งที่ ๑๗, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท รวมวรรณ จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๗๑, ๘๘.

^๓ กาญจนา สังข์สิงห์, “ประสบการณ์ของผู้ป่วยมะเร็งในการบำบัดเยียวยาด้วยสมาธิ”, วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้ใหญ่), (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, ๒๕๔๘), หน้า ๔๑.

^๔ Zeller, J. M., Mc Cain, N.L. & Swanson, B., **Phychoneuroimmunology : an emergency framework for nursing research.** (Journal of Advanced Nursing, 23, 1996), pp. 657-664.

เป็นสมาธิ จะผ่อนคลายความวิตกกังวลและความเครียด ทำให้ระดับฮอร์โมนในร่างกายเปลี่ยนแปลง มีผลให้ภูมิคุ้มกันของร่างกายทำงานได้ตามปกติ ร่างกายจึงสามารถทำลายเซลล์มะเร็งได้

ผู้ให้ข้อมูลที่เข้ารับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธที่ศูนย์โรคมะเร็ง วัดคำประมง กล่าวว่า

“หลวงตาสอนสมาธิ และให้คิดในทางบวก เรียกว่า ล้างพิษที่ใจ และให้ออกกำลังกายให้ร่างกายหลั่งสารแห่งความสุข (เอ็นโดฟิน) ออกมา ร่างกายจะได้แข็งแรงมีภูมิคุ้มกัน”

(คุณเก่ง)

“มาอยู่ได้ ๓ เดือน อาการดีขึ้นมาก ที่ศูนย์โรคมะเร็งรักษาแบบองค์รวมทั้งกาย และใจ ใช้สมุนไพรเสริมภูมิคุ้มกัน คนตรีบำบัด ซึ่งดูแลอาหาร รักษาอารมณ์ตนเอง”

(คุณน้อง)

ส่วนผู้ให้ข้อมูลที่ใช้พลังจิตตามแนวพุทธบำบัดโรคมะเร็งที่สมาคมสถาบันพลังกายทศพรเพื่อสุขภาพ จากการศึกษาพบว่า ในการบำบัดโรคมะเร็ง ใช้วิธีการนั่งสมาธิให้จิตสงบนิ่งอยู่ในภาวะผ่อนคลาย เพื่อดึงพลังคอสมิก พลังปรมาณู และพลังแม่เหล็กโลกในจักรวาลให้ไหลเวียนเข้าสู่จักระทั้ง ๗ ซึ่งเป็นต่อมผลิตฮอร์โมนในร่างกาย ตรงตามหลักวิทยาศาสตร์การแพทย์ในปัจจุบัน เพื่อกระตุ้นการหลั่งฮอร์โมนฟื้นฟูเซลล์ต่าง ๆ ที่บกพร่องให้คืนสู่ภาวะปกติ และสร้างภูมิคุ้มกันของร่างกาย ทำให้มีพลังชีวิตและมีสุขภาพแข็งแรง

การปฏิบัติสมาธิ ใช้บทเรียนของอาจารย์สวามี พาเริ่มพานชี อาจารย์ชาวอินเดียที่ได้รับปริญญาจากมหาวิทยาลัยและศึกษากับผู้รู้โดยเฉพาะอีกเป็นเวลาหลายปี ได้เดินทางไปสอนมาแล้วทั่วโลก การสอนใช้วิชาสมาธิที่สอนกันแบบโบราณและวิชาที่ปฏิบัติกันทางจิตศาสตร์มารวมเข้าไว้ด้วยกัน การทำสมาธิให้ได้ผล ผู้เรียนต้องปฏิบัติให้ได้ ๓ ประการ คือ ต้องมีจิตใจแน่วแน่ที่จะปฏิบัติตามคำสอนด้วยสุจริตใจหนึ่ง ต้องปฏิบัติสมาธิต่อเนื่องกันเป็นเวลาไม่น้อยกว่า ๑ เดือนหนึ่ง และต้องดำรงวิถีชีวิตด้วยความไม่ฟุ้งเฟ้อ และปฏิบัติตามหลักศีลธรรมจรรรยาในชีวิตประจำวันอีกหนึ่ง จึงจะประสบผลสำเร็จ

สิ่งที่ผู้วิจัยพบอีกประการเกี่ยวกับพลังจิต คือ จิตมีประสิทธิภาพและดีเลิศที่เอามาใช้ได้ อย่างไม่มีอะไรเหมือน และพร้อมเสมอที่จะทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดเพื่อให้ได้มาซึ่งความรู้ ถ้าจิตของเรา ได้รับการฝึกให้มีประสิทธิภาพไม่กระจัดกระจายสำรวมให้เป็นหนึ่งเดียว สิ่งที่ต้องจำคือไม่ควร บังคับจิตให้เข้าสมาธิเช่นเดียวกับการนอนหลับที่ไม่อาจบังคับให้หลับได้ ต้องคอยหันมาสู่ความ สงบของจิตทีละน้อยด้วยความอดสาหะ ความเข้าใจ และไม่ปรารถนาสิ่งใดจากการทำสมาธิ อัน ก่อให้เกิดกิเลส คือความโลภ และความเครียดอันเป็นอุปสรรคต่อการทำสมาธิ

จากการศึกษาของผู้วิจัยเกี่ยวกับการปฏิบัติตนเพื่อความสุขปราศจากโรค ตามแนวของ พลังจักรวาลหรือพลังกายทิพย์ คือ

๑. ต้องมีสติ เจริญสมาธิ พิจารณาทุกอย่างที่อยู่ตรงหน้าให้ถ่องแท้ และพัฒนาจักระ
๒. เลือกรับประทานอาหารที่ดี มีคุณค่า ไม่มีพิษ และเป็นประโยชน์
๓. เลือกที่อยู่ที่ดี สงบ ใต้อากาศที่ดี บริสุทธิ์ ถ้าไม่สามารถเลือกได้ ใช้วิธีฟอกเลือด ตนเองเพื่อขจัดของเสียออกจากร่างกาย
๔. อารมณ์ต้องดี อย่าเครียด อย่าโกรธ ทำจิตใจและอารมณ์ให้รื่นเริง ความเครียดเป็น บ่อเกิดแห่งโรค^๕

ผู้ให้ข้อมูลกล่าวถึงพลังกายทิพย์ว่า

“ก่อนอื่น อาบน้ำ แล้วทำโยคะเดินลมปราณแบบปฐมจักระ ๓ ครั้ง ทำ มือเป็นดอกบัววางบนตัก จิตอยู่กลางกระหม่อม หลับตานั่งสมาธิ ตอน ใหม่ ๆ ใช้เวลาประมาณ ๕ นาที แล้วชำระจักระเพื่อเพิ่มพลังให้ หมุนเวียนอยู่ในร่างกายเป็นการเพิ่มภูมิคุ้มกัน”

“ได้ผลทางจิตใจมาก สบายใจมาก ๆ เทียบคุยไปทั่วเลย ทั้ง ๆ ที่ยังไม่ ทราบว่าจะหายหรือไม่ เพียงเกร็ดเลือดเพิ่มก็พอใจแล้ว”

“มาที่สมาคมสถาบันพลังกายทิพย์เพื่อสุขภาพ ช่วงนั้นเกร็ดเลือดต่ำมาก เกิดก้อนเนื้อเท่าเม็ดขนุนที่สะโพก มีรอยเขียวช้ำที่ขาต้องประคบน้ำอุ่น หลังรักษาด้วยพลังกายทิพย์ครั้งแรก เม็ดนั้นเล็กลงครึ่งหนึ่ง ผ่านมาครึ่ง เดือนเม็ดนั้นเหลือแค่เม็ดสิ่ว รอยช้ำหายหมด”

^๕ เขาวเรศ บุญนาค และคณะ, หนังสือวิชาพลังกายทิพย์ระดับพัฒนาจักระ, พิมพ์เป็นวิทยาทาน แก่ปวงชนชาวไทย, (สมาคมสถาบันพลังกายทิพย์เพื่อสุขภาพ ม.ป.พ., ม.ป.ป.), หน้า ๑๑.

“ทำ MRI ๓ ครั้ง เป็นระยะ ๆ ตามคุณหมอสั่ง ผลปรากฏว่าเป็นปกติ
ความรู้สึกลดลง เพราะมีหลักฐานทางวิทยาศาสตร์ยืนยัน”

(คุณวีชรา)

“คนเราจะป่วยก็ด้วยสาเหตุอาหาร อากาศ และอารมณ์ เพราะฉะนั้น
ต้องแก้ไขทั้งสามสิ่งนี้ ปัจจุบันอาตมาก็ดำเนินชีวิตไปตามปกติ
อาหารเลือกฉันไม่ได้ แต่ที่ระวังพวกถั่วต่าง ๆ ที่มีเชื้อรา อากาศก็ต้อง
ดี ไม่มีมลภาวะ และอารมณ์ต้องไม่เครียด อาตมาไม่เครียด เพราะ
ปฏิบัติสมาธิอยู่แล้ว”

“ใครจะว่าอย่างไร อาตมามั่นใจเลยว่ารอดมาได้เพราะพลังกายทิพย์ที่
ได้จากสมาธิ เพราะขณะนี้ยาใด ๆ ก็ไม่ได้ใช้ นอกจากสมุนไพร เช่น
ฟ้าทะลายโจร และขมิ้นชัน เวลาเจ็บป่วยเล็ก ๆ น้อย ๆ แต่จับจี้กระให้
ตนเองวันละ ๒ ครั้ง ใช้เวลา ๕ นาที นาน ๆ ที ถึงจะให้มาสเตอร์จับ
ให้เพื่อเคลียร์จี้กระ บริหารร่างกายแบบโยคะ เพื่อเพิ่มจี้กระทุกเช้า
ส่วนสมาธิ ปฏิบัติและสอนญาติโยมเป็นประจำอยู่แล้ว เวลาทำวัตร
เช้า ก็จะรับพลังจากโบสถ์หลวงพ่อก และจะสัมผัสได้ในทุกสถานที่ ๆ
มีพลัง แม้แต่ในประเทศเกาหลีที่เคยเดินทางไป จะมีความรู้สึก
เหมือนมีพลังวิ่งอยู่ในตัว”

(พระบัณฑิต)

ส่วนที่ ๒ ปัจจัยช่วยส่งเสริมการบำบัดโรคมะเร็งด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ จาก
การศึกษาค้นคว้า ผู้วิจัยพบว่าพลังจิตเป็นสิ่งที่ได้จากสมาธิ สมาธิก็ต้องมีความต่อเนื่องจึงจะมีผล
การเพิ่มสมาธิให้แก่ตนเองได้อย่างสม่ำเสมอจะเป็นการเพิ่มพลังจิตไปในตัว เพราะการทำสมาธิแต่
ละครึ่ง เริ่มตั้งแต่การบริกรรมจนกระทั่งจิตเข้าสู่ความสงบ แม้เพียงไม่กี่นาทีก็คือการเพิ่มพลังของ
สมาธิหรือพลังจิต ซึ่งผู้ปฏิบัติอาจไม่รู้สึกล แต่ความจริงแล้วเหมือนกับเราก้าว่างเดินทางไปตาม
หนทางไกลออกไปตามลำดับอยู่ตลอดเวลา ยกเว้นแต่เราหยุดเดินก็จะอยู่กับที่ การทำสมาธิอย่าง
สม่ำเสมอ จึงเป็นการเพิ่มพลังสมาธิอยู่ตลอดเวลา ผู้วิจัยพบว่ามีปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมการปฏิบัติสมาธิ
ของผู้ป่วยที่สำคัญอยู่ ๕ ประการ ดังนี้ **ประการที่ ๑ ความศรัทธา** คือความเชื่อมั่นในสิ่งที่ปฏิบัติ ซึ่ง
ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า

“เห็นผลจากอาการที่ดีขึ้น ทำให้เกิดความเพียรพยายามในการปฏิบัติ มากยิ่งขึ้นจึงเข้ารับการอบรมเพื่อจะได้รักษาตนเองในตอนเช้า วันละ ครั้ง เสริมการรักษาจากผู้เชี่ยวชาญในตอนบ่าย”

(คุณวัชรา)

“มาอยู่กับหลวงตามีความหวังอยู่หมดเลย ท่านบอกให้ทำอะไรก็ได้ หมดด้วยความพากเพียรไม่มีปัญหาเลย กินยาสมุนไพร ออกกำลังกาย ให้เป็นคนดีช่วยเหลือกัน จิตใจดีขึ้นมาก อยู่กับธรรมชาติเป็นที่สุขของ ชีวิต”

(ป้าชื่นใจ)

นอกจาก ศรัทธา วิริยะ สิ่งที่จะช่วยส่งเสริมพลังจิต เพื่อบำบัดโรคมะเร็ง **ประการที่ ๓ คือ สติ ความระลึกรู้ถึงกิจที่ทำ คำที่พูดอยู่ได้** แม้จะผ่านไปเนิ่นนาน ที่ผู้ป่วยกล่าวถึงว่า

“ครบปีที่มารักษา เกร็ดเลือดก็เพิ่มขึ้น ทำ MRI ก็ไม่พบมะเร็งที่ลาม จากลำไส้ แต่ยังระลึกลูกอยู่เสมอว่าต้องปฏิบัติตามคำแนะนำสม่ำเสมอ ตั้งแต่วิธีการรักษาและการดำเนินชีวิต เช่นการรับประทานอาหาร ต้อง ลดอาหารเค็ม อาหารมัน เดี่ยวนี้กินอยู่สบาย ด้านจิตใจก็มีสติ ลดความ โกรธ ความโลภอันเป็นกิเลสต่าง ๆ ลงได้เยอะ”

(คุณวัชรา)

“พอปฏิบัติเริ่มรู้สึกถึงสุขภาพที่ดีขึ้น เกิดความศรัทธา รู้สึกเชื่อมั่น เกิด ความพากเพียรที่จะปฏิบัติตามอย่างมีสติ รู้ว่ากำลังทำอะไร ผู้มาพบคุณ ยาก็ไม่เชื่อว่าประสบความสำเร็จเท่ากันทุกคน เพราะความสามารถ ในการรับของทุกคนไม่เท่ากัน บางคนรับได้เพียงร้อยละ ๕-๑๐ เพราะ อยากทำสิ่งนั้น แต่ไม่อยากทำสิ่งนี้ บางคนไม่พร้อมปฏิบัติ บางคนไม่ พากเพียรกระทำสม่ำเสมอ บางคนไม่เปิดใจรับแต่แรกเพราะถูกชักจูง มา บางคนมาแบบต้องการพิสูจน์”

(คุณแอน)

“นอกจากใส่ใจ เชื่อมั่น ขยันพากเพียรปฏิบัติรู้ที่กำลังทำอะไรเพื่อผล อะไร ทำการรักษาสม่ำเสมอตามกรรมวิธีของพลังกายทิพย์จึงจะได้ผล

ถ้าปฏิบัติบ้าง ไม่ปฏิบัติบ้างก็จะไม่เกิดพลังในตนเอง จักรต่าง ๆ ก็ไม่ทำงานตามหน้าที่ เกิดความไม่สมดุลของฮอร์โมนในต่อมต่าง ๆ ที่จะมาช่วยเพิ่มภูมิต้านทานโรค”

(พระบัณฑิต)

“เมื่อเกิดกิเลสอยากรับประทานอาหารที่เป็นโทษเพราะติดของอร่อย ก็มีสติ รู้จักหักห้ามใจว่ากินเข้าไปแล้ว ใครล่ะจะเป็นผู้รับผล”

(คุณน้อง)

สิ่งที่ช่วยส่งเสริมพลังจิตตามแนวพุทธประการที่ ๔ คือ **สมาธิ** หมายถึงการทำภาวะปล่อยวางให้เป็นอารมณ์ การทำจิตไม่ให้ส่ายตึงมั่น แน่วแนในสิ่งที่กำหนด ดังเช่นข้อมูล

“นอกจากการสวดมนต์เช้า - เย็น ก็เดินจงกรม และนอนกำหนดจิตจนหลับ หรือการช่วยทำอาหารแจกจ่ายผู้ป่วยคนอื่น ๆ ล้วนเป็นสิ่งช่วยเพิ่มพลังที่ทำให้ตัวเองมีความสุข ปล่อยวางความวิตกกังวล เกี่ยวกับโรคภัยไข้เจ็บได้ ก่อนเข้าวัด ตอนหมอบอก กลัวตาย แต่เดี๋ยวนี้ ไม่กลัวแล้ว”

(คุณจิต)

ประการที่ ๕ ที่ผู้ป่วยกล่าวถึงได้แก่ **ปัญญา** หมายถึงการมองเห็นความจริงหรือรู้เท่าทันสถานะของสิ่งต่าง ๆ ที่มีการเกิดขึ้นและเสื่อมสิ้นไป ตามที่ผู้ป่วยกล่าวว่า

“ขณะจิตนิ่งเกิดปัญญามองเห็นสิ่งต่าง ๆ เป็นอนิจจัง มาแล้วก็ไป เรายังมีชีวิตอยู่ก็จะทำประโยชน์ต่อไป”

(คุณน้อง)

จากการศึกษาพบว่า **ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา** ที่เป็นปัจจัยช่วยส่งเสริมการบำบัดโรคมะเร็งด้วยพลังจิตตามแนวพุทธนี้ก็คือ **หลักธรรม พละ ๕ และ อินทรีย์ ๕** อันเป็นหลักธรรมสำคัญ ที่นอกจากจะช่วยส่งเสริมความก้าวหน้าในการเจริญสมาธิแล้ว ยังช่วยในการปฏิบัติธรรมโดยทั่วไปให้ได้ผลดียิ่งขึ้น พละ ๕ ทำหน้าที่เป็นหน่วยกำลังให้เข้มแข็งเพื่อต่อต้านอกุศลธรรม อินทรีย์ ๕ ทำหน้าที่คุ้มครองป้องกันและปราบปรามให้พ้นจากอกุศลฝ่ายตรงข้าม

ส่วนที่ ๓ การรับรู้กับชีวิตปัจจุบัน : ชีวิตที่ลงตัวกับการใช้พลังจิตตามแนวพุทธในการบำบัดโรคมะเร็ง ผู้ให้ข้อมูลต่างรู้สึกว่าคุณค่าชีวิตปัจจุบันมีคุณค่า มีความสมดุลทั้งด้านสุขภาพกายและสภาวะจิต การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างมีสติ ไม่ต้องอยู่บนความประมาท เพราะการที่รับรู้ว่าเป็นโรคมะเร็งที่ผ่านมาเปรียบเสมือนการทดลองตายและกลับฟื้นคืนชีพอีกครั้ง ตามที่หลวงตาปพนพัชรฺ์เคยให้คำแนะนำ และเป็นไปได้เจริญมรณานุสติ หลายรายมีความรู้สึกอยากทำบุญกุศล กระทำคุณความดี ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ ช่วยเหลือสังคมในช่วงเวลาที่เหลืออยู่ เป็นการทดแทนที่ตนเองพ้นวิฤตของชีวิตมาได้

ชีวิตที่ลงตัวกับการใช้พลังจิตตามแนวพุทธบำบัดโรคมะเร็ง ผู้วิจัยขอแยกเป็น ๒ ลักษณะ คือ อยู่กับโรคมะเร็งได้ และ ยอมรับได้กับชีวิตที่เปลี่ยนแปลง

ลักษณะที่ ๑ อยู่กับโรคมะเร็งได้ พลังจิตตามแนวพุทธก่อให้เกิดความเปลี่ยนแปลง ๒ ประการ ในตัวผู้ให้ข้อมูล คือ

ประการที่ ๑ ทำให้จิตใจเข้มแข็ง ยอมรับความจริงในชีวิต มีพลังกายต่อสู้กับโรคมะเร็ง มีพลังใจที่จะทำให้ชีวิตมีคุณค่า กำจัดอาการซึมเศร้า เบื่อหน่ายในชีวิตอันเป็นสาเหตุให้สุขภาพกายทรุดโทรม โรคภัยถูกลดลงเพิ่มขึ้น

ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า

“ถ้าจะตายก็ต้องตาย หนีไม่พ้น พุดกับมะเร็งเสมอว่า ฉันอยู่ได้ เธอก็อยู่ได้นะ ถ้าฉันตาย เธอก็ต้องตายด้วย ถ้าเธออยู่ในที่ ๆ เธออยู่ ฉันก็ไม่ว่าอะไรเราอยู่ด้วยกันได้ ฉันไม่ฆ่าเธอหรอก เวลาทำบุญก็อุทิศส่วนกุศลให้เขาด้วย”

(คุณแอน)

“จิตใจรู้สึกแย่มาก ๆ มันเหนื่อย ท้อแท้ใจ ทรัพย์สินสมบัติก็ทำพินัยกรรมยกให้ลูกหมดแล้ว ช้างบ้านเขาพูดว่าเงินทองก็มีใช้ ทำไม่ถึงเบื่อหน่ายไม่เข้มแข็ง มาอยู่กับหลวงตาที่วัดจิตใจไม่อ่อนแอ อยู่ที่ไหน ๆ คนเดียวได้ มีความเชื่อมั่น”

(ป้าชื่นใจ)

“ชีวิตปัจจุบันดีมาก รักษาด้วยสมุนไพร รักษาใจด้วยธรรมะ ขอให้มิจิตเข้มแข็ง ถ้าจิตไม่เข้มแข็งร่างกายจะไม่รอด เปรียบเทียบกับ

เมื่อก่อนผิดกันมาก เหมือนได้ชีวิตใหม่ และเอาชีวิตที่รอดอยู่มาช่วย
ผู้อื่น”

(คุณใจดี)

“ต้องตั้งสติ ขอมรับแต่ไม่ยอมแพ้ ถ้ายอมแพ้จิตใจท้อแท้ ชีวิตเราจะ
หายไปครึ่งหนึ่งหรือมากกว่านั้น ทำจิตเข้มแข็งแล้วชีวิตจะกลับมา
เหมือนปกติ อยากรอกออกไปช่วยเหลือผู้ป่วยอื่น ๆ เห็นเขามีความสุข เราก็
สุขด้วย”

(คุณเก่ง)

ประการที่ ๒ รู้จักปล่อยวางไม่ปรุงแต่ง หรือวิตกกังวลกับอาการของโรค มีจิตสงบ
ไม่ฟุ้งซ่าน ฐิรศของอารมณัอย่างัที่เรียกว่า “อทุกขมสุขเวทนา” คือ ความรู้สึกละม ะจะสุขก็ไม่ใช่ จะ
ทุกข์ก็ไม่ใช่ เรียกลัอีกอย่างัว่า อุเบกขาเวทนา^๖ จากการศึกษาพบว่า ผู้ป่วยที่ใช้พลังจิตตามแนวพุทธ
บำบัด โรคมะเร็งจะไม่ปรุงแต่งกับอาการที่เป็น ไม่คิด ไม่กังวลว่าตนเป็น โรคมะเร็ง วางเฉย รับรู้ตาม
ความเป็นจริง มองดูอย่างสงบ มีผลให้ความเจ็บปวดลดลง ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับมะเร็งได้ แม้ไม่หายก็
ไม่มุทุกขั

ผู้ให้ข้อมูลส่วนหนึ่งกล่าวว่า

“หลวงตาเทศน์ว่า ทุกคนต้องทำใจ ทุกคนต้องเตรียมตัว รู้จักปล่อยวาง
ถึงเวลา ก็ต้องตาย ต้องทำอารมณัไม่เครียด สวดมนต์ เดินจงกรม ฝึก
สมาธิ เรียนรู้ ธรรมชาติของชีวิต”

“เป็นธรรมชาติของสังขาร ไม่มีอะไรแน่นอน มันเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป
เกิดมานานแล้วก็ต้องตาย เป็นหน้าที่ของเขา ต้องไม่เกิดจึงจะไม่แก่ ไม่มุ
ตาย แต่เกิดมาแล้ว ก็หนีไม่พ้น”

(ลุงเทพ)

^๖ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๗,
(กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๐๕.

“ที่แรกก็กลัวตาย เป็นแล้วไม่รอด แต่เราก็แก่แล้ว จะตายก็ตาย ได้ทำ
หน้าที่ของตนครบถ้วน ทั้งคุณความดีก็สร้างมาแล้ว ปลอดภัยแล้ว”

(ลุงไท)

**ลักษณะที่ ๒ ยอมรับได้กับวิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลง แบ่งได้เป็น ๒ ตอน ได้แก่ การมี
คุณภาพชีวิตที่ดี และการมีความเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น**

ตอนที่ ๑ การมีคุณภาพชีวิตที่ดี ในที่นี้หมายถึงผู้ป่วยที่มีสุขภาพร่างกายสามารถ
ช่วยเหลือตนเองได้ ทำกิจวัตรประจำวันได้ตามปกติ สภาวะจิตไม่ซึมเศร้า ไม่ท้อแท้ใจ ไม่หมด
ความหวังในชีวิต มีสติปัญญาที่จะแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในปัจจุบันได้อย่างเหมาะสม ซึ่งผู้วิจัยขอ
ชี้แจงความแตกต่างของสถานบำบัดทั้งสองแห่งเพื่อให้เข้าใจสภาพแวดล้อม กล่าวคือ สมาคม
สถาบันพลังกายทศพิศเพื่อสุขภาพ จะรับบำบัดผู้ป่วยทุกโรคตั้งแต่เจ็บไข้เล็กน้อยจนถึง โรคมะเร็ง
ผู้ป่วยทุกคนพักอยู่ที่บ้านของตนเองตามปกติ มารับการบำบัดเฉพาะช่วงเย็นที่สมาคมสถาบันพลัง
กายทศพิศเพื่อสุขภาพวันละหนึ่งครั้ง ส่วนผู้ป่วยโรคมะเร็งต้องทำการรักษาวันละ ๒ ครั้ง รักษาด้วย
ตนเองตามที่ได้รับการอบรมมา ตอนเช้า ๑ ครั้ง ตอนเย็นอีก ๑ ครั้ง จะรักษาด้วยตนเองหรือมาให้
ผู้เชี่ยวชาญ (มาสเตอร์) ทำการรักษาให้ที่สมาคมสถาบันพลังกายทศพิศเพื่อสุขภาพก็ได้

ส่วนผู้ป่วยที่ศูนย์โรคยาศาล วัดคำประมง ผู้ป่วยทุกคนจะพักรักษาอยู่ที่ศูนย์
โรคยาศาล ช่วงไหนมีภารกิจก็กลับบ้านได้และกลับมาใหม่เมื่อมีความพร้อมโดยนำยาสมุนไพรที่
จัดให้ ไปรับประทานที่บ้าน และส่วนใหญ่จะเป็นผู้ป่วยโรคมะเร็งที่อาการระยะปานกลางจนถึง
ระยะสุดท้ายที่แพทย์แผนปัจจุบันจำหน่ายออกจากโรงพยาบาลแล้ว การบำบัดจะเป็นลักษณะแบบ
องค์รวมคือรักษาทั้งกาย ใจ และจิตวิญญาณ ผู้ป่วยนำครอบครัวมาอยู่ด้วยเพื่อดูแลให้ความอบอุ่นใจ
ภายในศูนย์เป็นสังคมที่ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ดูแลกัน เพราะมีความเหมือนกันในด้านความ
เป็นอยู่ อาหารการกิน ทำกิจกรรมร่วมกัน มีหลวงตาปพนพัชร จิรัชฌโม เป็นศูนย์กลางยึดเหนี่ยว
จิตใจของทุกคนด้วยความเมตตาและบริหารค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลด้วยเงินบริจาค และมี
แพทย์แผนปัจจุบัน คือ นายแพทย์ศิริโรจน์ กิตติสารพงษ์ พร้อมด้วยพยาบาลจิตอาสา จาก
โรงพยาบาลรักษ์สกุล จังหวัดสกลนคร มาช่วยติดตามผลผู้ป่วยแต่ละ รายตามระยะเวลาที่กำหนด
ผู้วิจัยได้รับคำบอกเล่าว่าผู้ป่วยหลายคนมีอายุยืนยาวกว่าที่แพทย์กำหนดและจากไปอย่างสงบด้วย
การเตรียมพร้อมอย่างมีสติ การอยู่ในสังคมที่อบอุ่น ช่วยเหลือดูแลกันนี้เป็นอีกสาเหตุหนึ่งที่จะช่วย
เสริมการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธที่ทำให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดี ตามคำกล่าวของผู้ให้
ข้อมูล

“แต่เดิมอยู่ที่บ้านก็ไม่ค่อยได้ทำสมาธิ เพราะอยู่ห้องเดียวกับลูกชาย ที่ชอบเปิดโทรทัศน์ แต่พอมายู่ที่วัดปฏิบัติจริงจึงตามที่หลวงตาสอน ร่างกายที่เคยอ่อนล้า ไม่มีแรงจะทำงาน จิตใจห่อเหี่ยว ตอนนี้เป็นคนละคนเลย ร่างกายก็แข็งแรงขึ้น กวาดใบไม้ ล้างห้องน้ำ ถ้าเพลียก็หยุดพักผ่อน ทำงานอื่นไป ไม่มีปัญหาอุปสรรคเลย ใจคิดว่าทำได้ ก็ทำได้ มีความสุขทางใจ ลืมความเจ็บป่วยไปเลย”

(คุณจิต)

ตอนที่ ๒ มีความเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น ผู้ให้ข้อมูลต่างยอมรับว่าชีวิต มีการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น และรู้สึกพึงพอใจกับชีวิตปัจจุบัน เพราะความเจ็บป่วยทำให้ตนเองหันมาใส่ใจกับสุขภาพของตนเองมากขึ้น มีการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องเป็นผลดีต่อร่างกาย ตามข้อมูลที่ว่า

“ชีวิตเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น มีความรู้สึกกลมกลืนแล้วจะสุขภาพกายดีขึ้น ไม่ค่อยเป็นอะไรกับเขา ล่าสุดพอเริ่มป่วย ๓ วัน ก็หายทุกอย่างอยู่ที่ตัวเรา ให้ธรรมชาติรักษา เดียวนี้ไม่ใช่ยาปฏิชีวนะเลย อาหารก็รับประทานผักสด ผักต้ม งดของทอด ของรสจัด”

“ขณะนี้รู้สึกดีกว่าก่อนป่วยด้วยซ้ำ ก่อนป่วยเครียดมาก น้ำหนักเพิ่ม อ้วนๆ นอนตื่นบ่อย รู้สึกกระสับกระส่าย อะไรอย่างนี้ แต่ปัจจุบันการนอนหลับดีขึ้น หลับลึก ตื่นเป็นเวลาตอนเช้า มีความเคยชินต้องออกกำลังกาย ทำโยคะ เคน ๓-๔ กิโล ทุกเช้าแล้วซาร์จเจอร์เพิ่มพลัง รู้สึกสดชื่น พอกลับมาที่รับประทานอาหารเช้า และทำกิจกรรมอื่น ๆ ต่อไปจนรู้สึกคิดเป็นนิสัย ร่างกายแข็งแรง สดชื่น น้ำหนักได้มาตรฐาน สภาวะจิตใจไม่เครียด รู้จักปล่อยวาง”

(คุณแอน)

“แต่เดิมอาตมามีโรคประจำตัวคือ มีเลือดกำเดาไหลเวลาอากาศหนาว หมอบอก เส้นเลือดเปราะ เพราะเวลาหน้าหนาวอากาศจะแห้ง ปัจจุบันหายแล้วไม่เคยป่วยล้มหมอนนอนเสื่อเลย ยาแผนปัจจุบันก็ไม่ใช้ ใช้แต่สมุนไพรพวกฟ้าทลายโจร ขมิ้นชัน ชีวิตดำเนินไปตามปกติ สุขภาพต่าง ๆ ดี สภาวะจิตไม่มีปัญหาเพราะ จะปฏิบัติสมาธิเป็นประจำอยู่แล้ว ไม่เครียด ชีวิตทุกวันนี้ใคร ๆ ก็พูดกันว่า คงเป็นบุญของอาตมาช่วยคุ้มครอง ถ้าถามถึงความพอใจผลการรักษา ตอบว่า พอใจมาก อาตมาคิดว่าโยมลินจงผู้แนะนำคุณย่า และตัวอาตมาคงเคยทำบุญร่วมกันมา เพราะตอนนั้นอาตมาทอดอาลัย ไม่คิดว่าตนเองจะรอดเพราะไปที่ไหนหมอก็บอก ให้ทำใจ มันก็หมดกำลังใจนะ”

“อบรมพลังกายทิพย์มาแล้ว นอกจากดูแลตนเองแล้ว อาตมาก็ยังช่วยรักษาคนอื่นด้วย เป็นการได้สร้างบุญกุศล มีอยู่รายหนึ่งเส้นเลือดในสมองแตก ล้มหมดแม่แต่ภรรยาตัวเองก็จำไม่ได้ ต้องหามกันมา รักษาได้ ๒ อาทิตย์ ซ้อนมอเตอร์ไซด์มาได้ ๑ เดือนขับมอเตอร์ไซด์มาเอง ๓ เดือนปกติ ขณะนี้บวชเป็นพระอยู่วัดระฆัง”

(พระบัณฑิต)

ผู้ให้ข้อมูลอีกหนึ่งรายที่ใช้พลังจิตตามแนวพุทธในลักษณะของพลังจักรวาล หรือพลังกายทิพย์บำบัด โรคมะเร็ง แพทย์ผู้ติดตามผลให้ตรวจเช็คโดยการทำ MRI ถึง ๓ ครั้งในช่วงระยะเวลาต่าง ๆ ตลอดการเข้ารับการบำบัด ไม่พบโรคมะเร็งตามอวัยวะใด ๆ ที่เคยตรวจพบ เช่น ลำไส้ใหญ่ ต่อมม้ามเหลือง ตับ มีความรู้สึกยินดีกับชีวิตปัจจุบันมาก กล่าวว่

“ชีวิตในปัจจุบัน กินอยู่ง่าย ใจเย็น ลดความโกรธ ความโลภ ไม่คิดรสอาหาร ลดเค็ม ลดมัน กินแต่อาหารต้ม นึ่ง น้ำหนักตัวเพิ่ม จิตใจสบาย ไม่มีอุปสรรคใด ๆ ในการปฏิบัติเลย เพราะปฏิบัติจนเป็นความคุ้นเคยด้วยความสมัครใจ และมีความเชื่อมั่นในการบำบัดรักษาแนวนี้มาก”

(คุณวัชร)

“ชีวิตลงตัวแล้ว ทั้งความเป็นอยู่ และอาหารการกิน ไม่เคยคิดกลับไป
รับประทานอย่างเดิมเลยเพราะผ่านมาเยอะแล้ว ถ้าถามว่ามาอยู่ที่นี้แล้ว
รู้สึกอย่างไร เราอยู่ด้วยกัน มีน้ำใจให้กัน ดูแลกัน เพราะไม่มี
ผลประโยชน์มาเกี่ยวข้องเหมือนอยู่ข้างนอก คนไข้เก่าช่วยคนไข้ใหม่
ขาดเหลือก็ช่วยเหลือกัน

(คุณชัยชนะ)

“พอใจอยู่ที่นี้เพราะเป็นแควงเดียวกัน อาหารการกินก็เหมือนกัน อยู่
ข้างนอกสิ่งแวดล้อมทำให้เราอยากกินสักนิดสักหน่อย และก็จะเป็น
มากขึ้น อยู่ที่นี้แม้อาหารไม่อุดมแต่มีอะไรก็แชร์กันเราบ้างเค้าบ้าง มีผู้
ร่วมชะตากรรมที่ดี

(คุณสวย)

จากการศึกษาข้อมูลของผู้ป่วยโรคมะเร็ง ที่เข้ารับการรักษาด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ
ที่ศูนย์โรคยศาสตร์ วัดคำประมง และสมาคมสถาบันพลังกายทศเพื่อสุขภาพ ตั้งแต่เดือนมกราคม
จนถึงเดือนสิงหาคม ๒๕๕๔ สรุปได้ว่า ผู้ให้ข้อมูลจำนวน ๑๓ ราย มีผู้เสียชีวิตจากโรคมะเร็ง
จำนวน ๒ ราย คือคุณชัยชนะ และคุณอิทธิพร (นามสมมุติ) ซึ่งผู้วิจัยขอแสดงความไว้อาลัยต่อท่านทั้ง
สองไว้ ณ โอกาสนี้ และยังคงรำลึกถึงความเอื้ออารีของท่านทั้งสอง ที่กรุณาให้ข้อมูลที่เป็น
ประโยชน์ยังกับงานวิจัยครั้งนี้ด้วยความเต็มใจ ทั้งที่สุขภาพขณะนั้นไม่สู้อำนวยนัก และท่านทั้งสอง
ได้จากไปอย่างสงบ มีสติ และเข้าใจความเป็นจริงของชีวิตเนื่องจากได้ศึกษาธรรมะ และปฏิบัติ
สมาธิมาเป็นเวลานานและต่อเนื่องตลอดระยะเวลาที่ท่านยังมีชีวิตอยู่ ผู้วิจัยได้ติดตามหนึ่งในสอง
ท่านจนถึงล้มหายใจ ท่านทั้งสองเคยกล่าวให้ข้อมูลบางตอนว่า

“เนื่องจากฝึกสมาธิแบบมโนมยิทธิควบอานาปานสติ เวลามีอาการ
เจ็บปวด ใช้วิธี หลบเข้ามาน ช่วยได้มาก ความเจ็บปวดหายไปแล้วเริ่ม
ตัดสักกายทิฐิ มองเห็นว่ากายนี้ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเราเป็นเพียงธาตุ
ชั้นที่เรามาอาศัยอยู่ ไม่ใช่เราก็ต้องทิ้งธาตุชั้นนี้ไป ปฏิบัติจนมองเห็น
ว่างกายไม่มี เป็นกองกระดูกแล้วก็กลับคืนสู่แผ่นดิน”

(คุณอิทธิพร)

“ก่อนหน้านั้นปฏิบัติธรรมมา ๒๐ ปีแล้ว จึงไม่กลัวความตาย ร่างกายก็ทรุดโทรมตามสภาพ สังขารต้องเสื่อม ต้องเจ็บไข้ เราต้องดูว่าร่างกายก็เหมือนซากศพ ต้องปล่อยวางให้ได้”

“โรคมะเร็ง เราเป็นผู้ก่อขึ้นมาเองจากกรรมปัจจุบัน มิใช่วิบากกรรมหรือกรรมเก่า มิใช่คนอื่นทำ จากกายกรรม มโนกรรม และวจีกรรมที่เราทำโดยไม่รู้ตัว เช่น อาหาร และความเครียดที่เราไม่ใช่สติควบคุมหลงตัวตน มีอิตตา ใช้อารมณ์กับลูกหลาน คนใกล้ชิด”

(คุณชัยชนะ)

ส่วนผู้ให้ข้อมูลอีก ๔ ราย ได้แก่ พระบัณฑิต คุณแอน คุณวัชรา และคุณเก่ง ไม่พบมะเร็งแล้วตามการวินิจฉัยโรคทางวิทยาศาสตร์ของแพทย์แผนปัจจุบัน อีก ๔ รายคือ คุณน้อง คุณสวย คุณจิต และคุณใจดี มิได้ให้ข้อมูลการวินิจฉัยโรคทางการแพทย์ แต่ผู้วิจัยสังเกตพบว่ามีร่างกายแข็งแรง สุขภาพกาย และสภาวะจิตดีมาก ปฏิบัติภารกิจประจำวัน ช่วยงานของศูนย์ อโรคยศาล และช่วยผู้ป่วยอื่น ๆ โดยไม่เหน็ดเหนื่อย ส่วนอีก ๓ ราย คือ ป้าชื่นใจ ลุงเทพ และลุงไท อายุสูงกว่าผู้อื่น สุขภาพกายโดยรวมยังต้องดูแล แต่ยังคงดำเนินชีวิตประจำวันได้ตามปกติ สภาวะจิตดี ร่าเริงในลักษณะปลงตก พุดคุยสนุกสนานในกลุ่มผู้ป่วยด้วยกัน อาการของโรคมะเร็งไม่ลุกลาม

๔.๓ ข้อสังเกต สิ่งที่ค้นพบจากการวิจัย

จากการศึกษาในขณะที่เก็บข้อมูล ได้พบข้อสังเกตจากผู้ให้การรักษาผู้ป่วย และจากตัวผู้วิจัยเองว่ามีสิ่งที่สนับสนุนการรักษาให้บรรลุผล และอุปสรรคในการรักษาดังต่อไปนี้

สิ่งที่สนับสนุนการรักษาให้บรรลุผล ได้แก่

- ๑) ผู้ป่วยมาเข้ารับการรักษาในระยะที่ยังพอแก้ไขได้
- ๒) ไม่ผ่านการรักษาโดยวิธีการผ่าตัด หรือเคมีบำบัดมาจนร่างกายบอบช้ำ เซลล์มะเร็งแพร่กระจายสู่ส่วนอื่นของร่างกายแล้ว
- ๓) สามารถปฏิบัติตามวิธีการรักษาได้ และปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง
- ๔) มีความพากเพียร และอดทนที่จะปฏิบัติตามแนวทางที่ผู้รักษาแนะนำ เช่น การดำรงตนอยู่ในบุญกิริยาวัตร ๓ การงดอาหารที่แสดงต่อโรค และการออกกำลังกายมิให้ร่างกายทรุดโทรม

สิ่งที่เป็นอุปสรรคต่อการรักษา ได้แก่

- ๑) ผู้มารับการรักษาเป็นผู้ป่วยหนัก ขาดต่อการเยียวยาโดยการเพิ่มภูมิคุ้มกัน จึงเป็นเพียงการรักษาด้านจิตใจ
- ๒) ผู้ป่วยผ่านการผ่าตัด และเคมีบำบัดจนร่างกายทรุดโทรม เซลล์มะเร็งแพร่กระจายไปยังส่วนอื่นของร่างกายแล้ว
- ๓) ไม่สามารถรับการรักษาอย่างต่อเนื่อง เช่น ขังห่วงใยภารกิจบางอย่าง หรือญาติผู้ดูแลไม่สามารถพามาได้สม่ำเสมอ
- ๔) อาการของโรคที่ลุกลามแล้วทำให้ไม่สามารถปฏิบัติตามแนวทางการรักษาได้ เช่น การปฏิบัติสมาธิ การเจริญกรรม การสวดมนต์
- ๕) ผู้ป่วยไม่เคຍชินและจิตใจไม่เข้มแข็งพอที่จะปฏิบัติตามคำแนะนำ เช่น การรับประทานอาหารที่มีผลดีต่อสุขภาพแต่อาจไม่ถูกปาก เมื่อกลับมาอยู่บ้านก็มักหันไปรับประทานเหมือนเดิม ทำให้เสียชีวิตได้

บทที่ ๕

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธเป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาลักษณะของประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธว่ามีการรับรู้ รูปแบบการรักษา สุขภาพกายและสภาวะจิตเป็นอย่างไรก่อนเข้ารับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ ขณะเข้ารับการบำบัดแนวทางแพทย์แผนปัจจุบันและหลังจากเข้ารับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ โดยเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูลจากผู้ป่วยโรคมะเร็ง จำนวน ๑๓ ราย ที่เข้ารับการบำบัดจากสถานบำบัด ๒ แห่ง คือ ศูนย์อโรคนศาสตร์ วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร และสมาคมสถาบันพลังกายทศิพย์เพื่อสุขภาพ เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ผู้ป่วยโรคมะเร็งระหว่างเดือนมกราคมถึงเดือนสิงหาคม ๒๕๕๔ ด้วยวิธีการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก พร้อมทั้งบันทึกเทปขณะสัมภาษณ์ จดบันทึกภาคสนามหลังสัมภาษณ์ แล้วนำข้อมูลทั้งหมดมาวิเคราะห์เพื่อสรุปผลการวิจัย ซึ่งแบ่งเป็น ๓ ระยะ ดังต่อไปนี้

ระยะที่ ๑ การรับรู้เกี่ยวกับโรคมะเร็ง รูปแบบการรักษา สุขภาพกาย และ สภาวะจิตก่อนเข้ารับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ ประกอบด้วย ๓ ส่วน

ส่วนที่ ๑ จากการวิจัยพบว่า ผู้ให้ข้อมูลรู้ว่าโรคมะเร็งเป็นโรคร้ายแรงยากจะรักษาให้หาย เป็นแล้วมักเสียชีวิต หมาดโอกาสที่จะใช้ชีวิตเป็นปกติเหมือนเดิม เป็นโรคเรื้อรัง โรคกรรม

ส่วนที่ ๒ สภาวะจิตเมื่อรับรู้ว่าเป็นโรคมะเร็ง ซึ่งแยกเป็น ๒ ลักษณะ คือกลุ่มผู้ไม่ปฏิบัติสมาธิมาก่อน และกลุ่มผู้ปฏิบัติสมาธิมาก่อนรับรู้ว่าเป็นโรคมะเร็ง ซึ่งจะแตกต่างกันดังนี้

ลักษณะที่ ๑ กลุ่มผู้ไม่ปฏิบัติสมาธิมาก่อน จะตระหนกตกใจเมื่อรับรู้ว่าเป็นโรคมะเร็ง ไม่ยอมรับความจริงในสิ่งที่เกิดขึ้น รู้สึกหวั่น วิดกกังวลในสิ่งต่าง ๆ ห่วงบุตรหลานใน

อุปการะ กังวลเรื่องอาการของโรค และเรื่องค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล สับสนในความคิด วอกวนกลับไปกลับมา รู้สึกทรมานใจ ที่ต้องอดทน ต่อสู้กับโรค ซึ่งผู้วิจัยพบว่าสอดคล้องกับ ความรู้สึก ๕ ระยะของคูเบลอร์ - รอส (Kubler - Ross) คือ ระยะปฏิเสธ (Stage of denial) ระยะ โกรธ (Stage of anger) ระยะต่อรอง (Stage of bargaining) ระยะซึมเศร้า (Stage of depressing) และ ระยะยอมรับ (Stage of acceptance) ในที่สุด

ลักษณะที่ ๒ กลุ่มผู้ปฏิบัติสมาธิมาก่อน จะรู้สึกหวั่นไหวเมื่อแรกรับรู้ จิต กระทบเพื่อออกจากความสงบ แต่ภายหลังก็ทรงสติได้ เนื่องจากเข้าใจความจริงของชีวิตและของ ธรรมชาติว่าสิ่งนี้ต้องเกิดขึ้นแน่นอนในวันใดวันหนึ่งตามเหตุ ปัจจัย หรือเคยมีประสบการณ์จากคน ใกล้เคียง จึงมีความทุกข์ใจน้อยกว่ากลุ่มที่ไม่ปฏิบัติสมาธิ

ส่วนที่ ๓ การหารูปแบบการบำบัดรักษา ผู้วิจัยพบว่า แบ่งเป็น ๒ แนวทาง คือ การแพทย์แผนปัจจุบัน และแพทย์ทางเลือก ซึ่งแบ่งเป็น ๔ กลุ่ม ได้แก่

๑. กลุ่มที่ใช้แนวทางแพทย์แผนปัจจุบันก่อนวิธีการอื่น ๆ เนื่องจากมีความ เชื่อว่าแพทย์แผนปัจจุบันมีความรู้ ความสามารถ และใช้วิทยาการก้าวหน้าทันสมัยได้รับความนิย มแพร่หลาย ประกอบกับสถานที่บำบัดรักษา คือ โรงพยาบาลนั้นก็ถึงพร้อมด้วยเวชอุปกรณ์ และ เภสัชกรรมที่ช่วยให้หายป่วยจากโรคร้ายได้ จึงพร้อมจะปฏิบัติทุกอย่างตามคำแนะนำของแพทย์

๒. กลุ่มที่ปฏิเสธแนวทางแพทย์แผนปัจจุบัน เนื่องจากไม่เห็นด้วยกับรูปแบบ การรักษาที่ก่อให้เกิดความทุกข์ทรมานจากผลข้างเคียงของการรักษา หรือแพทย์ไม่ให้ความหวังใน การรักษา หรือแพทย์ไม่สื่อให้เข้าใจรูปแบบการรักษา รวมไปถึงค่าใช้จ่ายในการรักษา จำนวนสูง มากตามที่แพทย์กำหนดไว้ จึงหันไปหาแพทย์ทางเลือกอื่น เช่น พลังจิตตามแนวพุทธ เสริมด้วยแนว ธรรมชาติบำบัด การปรับเปลี่ยนอาหาร การใช้ยาสมุนไพร และการออกกำลังกาย

๓. กลุ่มที่เข้ารับการบำบัดด้วยแนวทางแพทย์แผนปัจจุบันเป็นบางส่วน และ ปฏิเสธส่วนที่มีความเชื่อว่าเป็นพิษต่อร่างกาย จากประสบการณ์ที่พบเห็นจากผู้ใกล้ชิด

๔. กลุ่มที่เริ่มด้วยแพทย์ทางเลือกเพราะไม่เห็นด้วยกับวิธีการของแพทย์แผน ปัจจุบัน แต่กลับมาใช้บางส่วนของแพทย์แผนปัจจุบัน หลังจากมีชีวิตยืนยาวกว่าที่แพทย์กำหนดไว้ จนเป็นที่น่าพอใจ แต่ภายหลังโรคคุกคามขึ้น จึงไม่ยอมขัดใจผู้ใกล้ชิดที่ดูแล

ระยะที่ ๒ การรับรู้รูปแบบการรักษา สุขภาพกายและสภาวะจิตขณะเข้ารับการบำบัด ด้วยการแพทย์แผนปัจจุบัน ผู้วิจัยขอแบ่งเป็น ๒ ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ ๑ ทักษะที่มีต่อการบำบัดของ แพทย์แผนปัจจุบัน ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่คิดว่าตนเลือกแนวทางที่ถูกต้องแล้ว เพราะตรงตามหลัก วิชาการแพทย์ที่ได้รับความนิยอย่างแพร่หลาย และได้ผลมาแล้ว ส่วนที่ ๒ ผลต่อสุขภาพกาย และ สภาวะจิต ตามข้อมูลที่ได้แบ่งเป็น ๓ ลักษณะดังนี้ ลักษณะที่ ๑ กายได้รับการบำบัดแล้ว แต่ใจยัง

ไม่ได้รับการดูแล ลักษณะที่ ๒ เกิดความทุกข์ทรมานจากผลข้างเคียงของการรักษา และลักษณะที่ ๓ เกิดความไม่แน่ใจในรูปแบบของการรักษาเพราะแพทย์ไม่ให้ความหวังว่าโรคนั้นจะทุเลาลง

ผู้ป่วยทั้งหมดจึงหันไปหาแพทย์ทางเลือกอื่นที่คิดว่าจะช่วยแก้ปัญหาดังกล่าวได้ คือ การบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธของสถานบำบัดทั้งสองแห่งที่กล่าวข้างต้น รวมไปถึงการปรับเปลี่ยนอาหาร การออกกำลังกายและการใช้ยาสมุนไพรตามวิธีการของธรรมชาติบำบัด ซึ่งเป็น การรักษาทั้งกายและใจไปพร้อมกัน

ระยะที่ ๓ การรับรู้รูปแบบการรักษา สุขภาพกายและสภาวะจิตหลังเข้ารับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ แบ่งเป็น ๓ ส่วนคือ ส่วนที่ ๑ ทักษะต่อสุขภาพกายและสภาวะจิตหลังใช้พลังจิตตามแนวพุทธบำบัดโรคมะเร็ง ส่วนที่ ๒ ปัจจัยช่วยส่งเสริมการบำบัดโรคมะเร็งด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ และส่วนที่ ๓ การรับรู้กับชีวิตปัจจุบัน ชีวิตที่ลงตัวกับการใช้พลังจิตตามแนวพุทธบำบัดโรคมะเร็ง จากการศึกษาพบข้อมูลดังต่อไปนี้

ส่วนที่ ๑ ทักษะต่อสุขภาพกายและสภาวะจิต หลังเข้ารับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธแบ่งเป็น ๓ ลักษณะคือ (๑) เป็นธรรมโอสถรักษาใจ ทำให้เกิดปัญญารับรู้ตามความเป็นจริง (๒) ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดของจิตใจเกิดความสงบทางอารมณ์ ร่างกายและจิตใจคืนสู่ความสมดุล และ (๓) ช่วยสร้างภูมิคุ้มกันให้เกิดขึ้นตามธรรมชาติ

ส่วนที่ ๒ ปัจจัยช่วยส่งเสริมการบำบัดโรคมะเร็งด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ ตามข้อมูลที่ได้ ผู้วิจัยพบว่าคือ หลักธรรม พละ ๕ และอินทรีย์ ๕ นั่นเอง พละ ๕ เป็นหน่วยกำลังปลูกให้เกิดความเข้มแข็งเพื่อต่อต้านอกุศลธรรม อินทรีย์ ๕ ทำหน้าที่คุ้มครองป้องกันอกุศลธรรมมิให้รุกล้ำเข้ามา ประกอบด้วยองค์ธรรมดังนี้ ศรัทธา : ความเชื่อมั่นอย่างมีเหตุผล วิริยะ : ความเพียรพยายามอย่างแน่วแน่ สติ : ความระลึกรู้ได้อยู่เสมอในสิ่งที่ตนกำลังทำ สมาธิ : ความสงบหรือความมีจิตตั้งมั่น ปัญญา : ความรอบรู้ที่ควบคุมตนเองอยู่เสมอในการกระทำ

ส่วนที่ ๓ การรับรู้กับชีวิตปัจจุบัน ที่ลงตัวกับการใช้พลังจิตตามแนวพุทธบำบัดโรคมะเร็ง ผู้ให้ข้อมูลทุกคนต่างรู้ดีกว่าชีวิตมีคุณค่า ใน ๒ ลักษณะ ได้แก่ ลักษณะที่ ๑ อยู่กับโรคมะเร็งได้ด้วยจิตใจเข้มแข็ง รู้จักปล่อยวาง ไม่ปรุงแต่ง เข้าใจความเป็นจริงของชีวิต ลักษณะที่ ๒ ยอมรับได้กับชีวิตที่เปลี่ยนแปลง โดยใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีคุณภาพชีวิตที่ดี หมายถึงสุขภาพกายที่สามารถทำกิจวัตรประจำวันได้ตามปกติ สภาวะจิตแจ่มใส มีสติปัญญาแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นในปัจจุบันได้อย่างเหมาะสมและมีความเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นทั้งสุขภาพร่างกายและสภาวะจิต มีความคุ้นเคยกับการใช้ชีวิตที่ต้องปรับเปลี่ยนอาหาร การออกกำลังกาย และดำเนินชีวิตตามธรรมชาติ

(ภาพที่ ๕ สรุปผลการศึกษาประสบการณ์ทางจิตฯ)

๕.๒ อภิปรายผล

การอภิปรายผลครั้งนี้ ผู้วิจัยนำเสนอตามผลการวิจัยที่ค้นพบแบ่งเป็น ๓ ระยะ ได้แก่

ระยะที่ ๑ ผู้วิจัยพบว่า การดำเนินชีวิตของผู้ป่วยก่อนหน้าเข้ารับการรักษาบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธเป็นไปด้วยความประมาท ไม่ดูแลเรื่องการบริโภคอาหารที่ถูกต้องตามหลักสุขอนามัย เพราะความเร่งรีบ ผู้ป่วยบางคนกล่าวว่ามีรับประทานเพียงเพื่อให้อิ่มท้อง ไม่คำนึงถึงคุณภาพอาหารว่ามีสารก่อโทษต่อร่างกายหรือไม่ บางคนนิยมเสพสุราเพื่องานสังคม หรือเพื่อผ่อนคลายอันเป็นผลให้เกิดโรคมะเร็งกระเพาะอาหาร ไม่สอดคล้องกับที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติในสัพพาสวสูตรว่า “ภิกษุพิจารณาโดยแยกกายแล้วใช้สอยกิลานปัจฉิมภัตตชบิหาร เพียงเพื่อบรรเทาเวทนาที่เกิดจากอาหารต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นแล้ว และเพื่อไม่มีความเบียดเบียนเป็นที่สุด”^๑ ในสังคาลกสูตร ทรงห้ามภิกษุดื่มสุราและเมรัยว่า “การหมกมุ่นในการเสพของมีนเมาคือสุราและเมรัยอันเป็นเหตุแห่งความประมาท และเป็นบ่อเกิดของการเกิดโรค”^๒ และตรัสกับพระเจ้าปเสนทิโกศลเรื่องการรู้จักประมาณในการรับประทานอาหารด้วยพระคาถาว่า

“.....มนุษย์ผู้มีสติอยู่ทุกเมื่อ
รู้จักประมาณในโภชนะที่ได้แล้ว
ย่อมมีเวทนาเบาบาง
เขาย่อมแก่ช้า อายุก็ยั่งยืน”^๓

นอกจากอาหารที่ปนเปื้อนสารเคมีดังกล่าว สภาพแวดล้อมในเมืองใหญ่ที่ต้องมาแออัดเพื่อประกอบอาชีพ ทำให้ต้องเจอกับมลพิษต่าง ๆ เช่น อากาศที่มีฝุ่นละอองมาก อากาศที่มีโอโซนของโลหะหนัก บวกกับปัจจัยภายในร่างกายคือความเครียดในการดิ้นรนเพื่อการเลี้ยงชีพ หรือเกษตรกรที่ประกอบอาชีพอยู่กับสารเคมี เช่น ปุ๋ยเคมี ยาฆ่าแมลง เมื่อได้รับสารก่อมะเร็งเป็นเวลานาน และร่างกายมีภูมิต้านทานน้อยก็จะเกิดโรคมะเร็งขึ้นได้

ระยะที่ ๒ ผู้วิจัยพบว่าผู้ป่วยที่เข้ารับบำบัดด้วยการแพทย์แผนปัจจุบัน มักใช้วิธีการที่ใช้กันแพร่หลาย ได้แก่ การผ่าตัด รังสีรักษา และเคมีบำบัด แม้จะมีการค้นพบเทคโนโลยีใหม่ ๆ เช่น การปลูกถ่ายไขกระดูก หรือยีนบำบัด แต่มีค่าใช้จ่ายเป็นจำนวนสูงมาก ตลอดจนประเทศไทยยังขาดบุคลากรและเครื่องมือเครื่องใช้ในการรักษา วิธีที่นิยมใช้กับผู้ป่วยนั้นแม้ว่าจะมีประโยชน์อยู่บ้างแต่

^๑ ม.ม. (บาลี) ๑๒/๒๓/๑๔, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๓/๒๓.

^๒ ที.ปา. (บาลี) ๑๑/๒๔๓-๒๔๘/๑๕๘, ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๔๘/๒๐๒-๒๐๓.

^๓ ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๒๔/๑๔๕.

พบว่าก่อให้เกิดอาการข้างเคียงต่าง ๆ เป็นสาเหตุให้ผู้ป่วยมีชีวิตรอยู่อย่างทุกข์ทรมานและมีความรู้สึกที่ไม่แน่นอน เนื่องจากต้องใช้เวลาในการรักษายาวนาน ส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจในครอบครัว ทุกข์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ แต่ธรรมชาติของมนุษย์ต้องหาทางออกที่ตนคิดว่าจะช่วยทำให้พ้นจากโรคร้าย จึงเป็นเหตุให้เกิดแพทย์ทางเลือกอื่นนอกเหนือจากแพทย์แผนปัจจุบัน

ระยะที่ ๓ จากการวิจัยข้อมูลประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งหลังเข้ารับการรักษาบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ พบว่า แนวทางบำบัดของทั้งสองสถาบันคือศูนย์โรคยาศาล วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร และสมาคมสถาบันพลังกายทศเพื่อสุขภาพ เป็นแนวทางที่สอดคล้องกับแนวทางที่พระพุทธเจ้าทรงใช้รักษาโรคมะเร็งตั้งแต่สมัยพุทธกาลในบางข้อบางประการ สิ่งแรกที่ทั้งสองสถาบันเน้นคือการปฏิบัติสมาธิเพื่อให้จิตมีพลัง ให้ภาวะจิตมีหนึ่งเดียวที่เรียกว่า “เอกัคคตา” และดึงเอาพลังแฝง (Reserve Power) ในร่างกายมนุษย์ออกมาใช้ประโยชน์ในการรักษาโรคเพราะขณะนั้นจิตจะใส สงบนิ่ง มีกำลัง เกื้อกูล

๕.๓ ข้อเสนอแนะ

๕.๓.๑ ข้อเสนอแนะทั่วไป

๑) สำหรับบุคลากรทางการแพทย์ ควรสนับสนุนการรักษาผู้ป่วยแบบองค์รวมทั้งกายและใจให้แพร่หลายยิ่งขึ้น และควรมีในโรงพยาบาลและสถานพยาบาลทุกแห่ง ถ้าติดขัดเรื่องบุคลากรอาจใช้จิตอาสาเข้าช่วยสนับสนุนเพราะผู้ป่วยเรื้อรัง โดยเฉพาะผู้ป่วยมะเร็งมักจะป่วยทั้งกายและใจด้วยความบีบคั้นรอบด้านที่เกิดจากโรค ถ้าผู้ป่วยมีจิตใจเข้มแข็ง และรู้จักผ่อนคลายจะช่วยให้ร่างกายมีภูมิต้านทานโรคเพิ่มขึ้น

๒) สำหรับผู้ป่วยโรคมะเร็ง ที่หันมาให้ความสนใจแพทย์ทางเลือกโดยใช้พลังจิตตามแนวพุทธ ผู้วิจัยขอเสนอแนะแนวทางที่สนับสนุนการรักษาให้บรรลุผล กล่าวคือ ๑) เข้ารับการบำบัดรักษาทันทีเมื่อรับรู้ว่าเป็น โรคมะเร็ง เพราะจะเป็นผลดีต่อการรักษาอย่างยิ่ง ๒) ศึกษาแนวทางการบำบัดรักษาให้เข้าใจว่าควรละเว้นสิ่งใด เช่น ไม่ควรรับการผ่าตัดขณะที่โรคลุกลามแล้วจะทำให้ยากต่อการรักษา ๓) ปฏิบัติตามแนวทางอย่างต่อเนื่อง ด้วยความเชื่อมั่น การปฏิบัติไม่สม่ำเสมอจะเป็นผลเสียต่อการรักษา ๔) ใช้ความพากเพียร การควบคุมจิตไม่ให้ฟุ้งซ่านกระทำฝ่าฝืน ข้อห้ามตามแนวทางการรักษา เช่น ไม่รับประทานอาหารที่ให้โทษเพราะความอยากลิ้มรสตามความเคยชิน ต้องมีปัญญาคิดว่าจะเกิดผลอย่างไร ใครเป็นผู้รับผลนั้น

๓) สำหรับญาติผู้ป่วย ซึ่งมีส่วนช่วยได้มากในการบำบัดรักษาเพราะเป็นผู้ที่ทำให้การรักษาครบองค์รวม ทั้งกาย ใจ และจิตวิญญาณ ทำให้ผู้ป่วยมีกำลังใจในการต่อสู้โรค

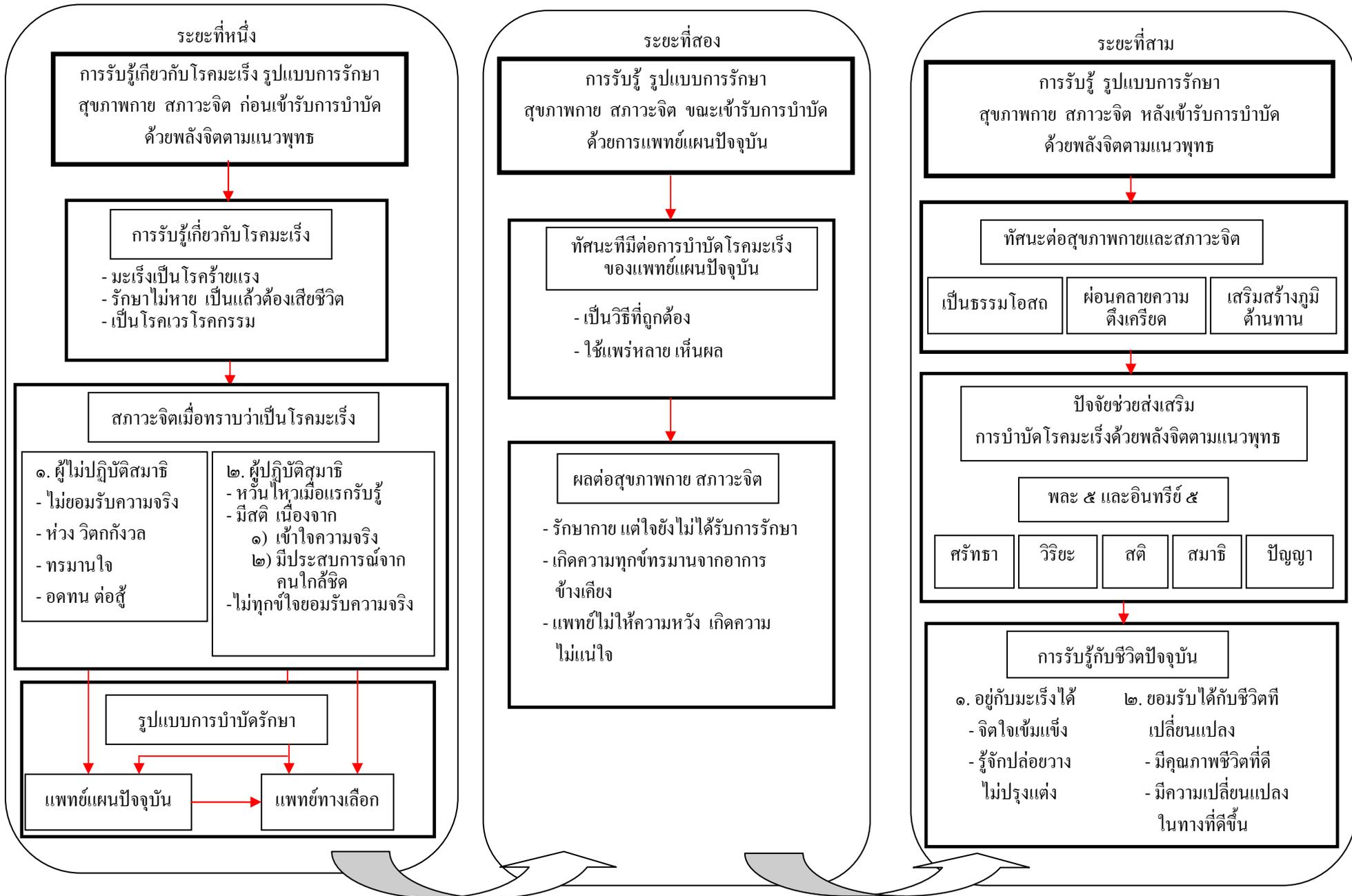
๔) สำหรับบุคคลทั่วไป ผลการวิจัยครั้งนี้คงช่วยให้เกิดความสนใจในการดูแลสุขภาพเพิ่มขึ้น โดยหลีกเลี่ยงปัจจัยต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดโรคมะเร็งที่ส่วนใหญ่มักเพิกเฉยคิดว่าเป็นสิ่งที่อยู่ไกลตัว และควรตรวจเช็คสุขภาพเป็นประจำ ไม่นิ่งนอนใจกับอาการผิดปกติเพราะจะเป็นผลดีกับการรักษาหากมีการตรวจพบแต่แรกเริ่ม การมีความรู้ความเข้าใจทำให้ลดความเสี่ยงในการเกิดโรคเพื่อให้สังคมไทยมีวิถีชีวิตที่มีความสุขในสังคมแห่งสุขภาวะ ตามแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ ๑๐ พ.ศ.๒๕๕๐-๒๕๕๔

๕.๓.๒ ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

๑) ควรมีการศึกษาเชิงทดลองในกลุ่มผู้ป่วยก่อนและหลังการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ ว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติหรือไม่

๒) ควรมีการศึกษาประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคเรื้อรังอื่น ๆ เช่น โรคเลือด โรคไต ที่ใช้พลังจิตตามแนวพุทธบำบัดเพื่อเปรียบเทียบกับผู้ป่วยโรคมะเร็งว่ามีผลเหมือนกันหรือแตกต่างกันหรือไม่ อย่างไร

๓) ควรศึกษาการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธกับการบำบัดด้วยสมาธิรูปแบบอื่น รวมถึงสมาธิแนวทางของตะวันตกว่ามีผลแตกต่างกันหรือไม่ อย่างไร ในการดูแลสุขภาพกาย และสุขภาพจิตของผู้ป่วย



ภาพที่ ๕.๑ สรุปผลการศึกษาประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย :

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาเถปิฎก ๒๕๐๐.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร :
โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____. อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาอรรถกถา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๓๕.

_____. พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล ชุด ๕๑ เล่ม. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์
มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือ :

ทีมงานของอโรคยศาล. สมานีบำบัดกับการรักษาโรคมะเร็ง. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร :
ธีรานุสรณ์การพิมพ์, ๒๕๔๑.

ชนิด อยู่โพธิ์. วิปัสสนานิยม. พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย, ๒๕๔๐.

ชั้นย์ โสภากย์. เมื่อหมอเป็นมะเร็ง. พิมพ์ครั้งที่ ๑๔. กรุงเทพมหานคร : บมจ. อมรินทร์พริ้นท์ติ้ง
แอนด์พับลิชชิ่ง, ๒๕๕๑.

ประสาร เปรมะสกุล. พืชมะเร็งร้ายใน ๒ เดือน. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์
อรุณการพิมพ์, ๒๕๔๖.

พร รัตนสุวรรณ. สมานีและวิปัสสนาในชีวิตประจำวัน. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร : โรง
พิมพ์วิญญาน, ๒๕๓๗.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑.
กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). **สัมมาสมาธิและสมาธิแบบพุทธ**. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา และสถาบันบันลือธรรม, ๒๕๔๗.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๓. กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส. อาร์. พรินติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, ๒๕๔๘.

_____. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๗. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

_____. **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๕.

พระ พี. วชิรญาณมหาเถระ. **สมาธิในพระพุทธศาสนา**. แปลโดย ชูศักดิ์ ทิพย์เกษตร. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.

พระพุทธโฆษาจารย์. รจนา **คัมภีร์วิสุทธิมรรค เล่ม ๒**. สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร). แปลและเรียบเรียง . กรุงเทพมหานคร : บริษัท อมรินทร์พรินติ้ง กรุ๊ป จำกัด, ๒๕๓๓.

พระไพศาล วิสาโล และคณะ. **เผชิญความตายอย่างสงบ เล่ม ๒**. กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนสามลดา, ๒๕๕๒.

พระราชธรรมเจดีย์จารย์ (วิริยงค์ สิริวัชรโร). **หลักสูตรครูสมาธิ เล่ม ๒**. กรุงเทพมหานคร : บริษัทประชาชนจำกัด, ๒๕๕๐.

เยาวเรศ บุนนาค. **๑๐ปี คุณย่าเยาวเรศกับพลังศอสมิกรักราทุกโรครในประเทศไทย**. กรุงเทพมหานคร : แผนกการพิมพ์ โรงพิมพ์ดอนบอสโก, ๒๕๔๘.

เยาวเรศ บุนนาค และคณะ. **หนังสือการอบรมวิชาพลังกายทิพย์ ระดับปฐมจักระ**. พิมพ์เป็นวิทยาทานแก่ปวงชนชาวไทย. สมาคมสถาบันพลังกายทิพย์เพื่อสุขภาพ. ม.ป.ท., ม.ป.ป.

_____. **หนังสือวิชาพลังกายทิพย์ระดับพัฒนาจักระ**. พิมพ์เป็นวิทยาทานแก่ปวงชนชาวไทย. สมาคมสถาบันพลังกายทิพย์เพื่อสุขภาพ. ม.ป.ท., ม.ป.ป.

ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒**. กรุงเทพมหานคร : ศิริวัฒนาอินเตอร์พริ้นท์, ๒๕๔๖.

ลลิตา ชีระสิริ. **มะเร็งรักษาด้วยตนเอง ตามแนวธรรมชาติบำบัด**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๗, กรุงเทพมหานคร : บริษัท รวมทรรศน์ จำกัด, ๒๕๕๒.

วริยา ชินวรรณ โฉม มหาสารคาม. **สมาธิในพระไตรปิฎก**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๓.

วิจิตร บุญยะโทตระ. **พิชิตมะเร็ง**. กรุงเทพมหานคร : บริษัท บพิชการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๓๔.

ศูนย์กฎหมายสุขภาพและจริยศาสตร์ คณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. **ก่อนวันผลัดใบ**.
พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เดือนตุลา, ๒๕๕๒.

สุชีพ ปุณฺณานุภาพ. **พระไตรปิฎก ฉบับประชาชน**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๖. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์
มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

เอกพล วัฒน (แปล). Ian Gawler. **You can conquer cancer**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์หมอ
ชาวบ้าน, ๒๕๓๑.

นุชจรี ชลคุป (แปล). เฮนรี เดรเซอร์. **ใจของคุณคือปรากฏการณ์มะเร็ง**. กรุงเทพมหานคร :
มูลนิธิโกมลคีมทอง, ๒๕๓๕.

(๒) บทความ :

การเสวนา. “ชีวิตและความตายในสังคมสมัยใหม่”, ผู้ร่วมเสวนา พระไพศาล วิสาโล สุกฤษณ์
ศิริรักษ์ นิธิ เอียวศรีวงศ์ และ พญ. พรทิพย์ โรจนสุนันท์ ดำเนินรายการโดย เจิมศักดิ์
ปิ่นทอง ณ คณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๓ พฤษภาคม ๒๕๔๕.

นรินาถ แสนสา. “การวิจัยเชิงคุณภาพ”, **ประมวลสาระชุดวิชาการวิจัยทางการแนะแนวและการ
ปรึกษาเชิงจิตวิทยา (๒๕๓๑๒)**. ฉบับปรับปรุงครั้งที่ ๑ หน้าที่ ๖ นนทบุรี. สาขาวิชา
ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, ๒๕๕๔.

ศุภางค์ จันทวานิช. **รวมบทความว่าด้วยวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ**. สมาคมวิจัยเชิงคุณภาพแห่งประเทศไทย.
ไทย. ม.ป.ท., ม.ป.ป.

แสงอรุณ สุขเกษม. “แบบแผนการเผชิญปัญหาในผู้ป่วยมะเร็งของไว้ส้แมนกับการประยุกต์ใน
การพยาบาล”. วารสารพยาบาลสงขลานครินทร์, ๒๕๓๕.

(๓) วิทยานิพนธ์ :

กาญจนา สังขสิงห์. “ประสบการณ์ของผู้ป่วยมะเร็งในการบำบัดเยียวยาด้วยสมาธิ”. วิทยานิพนธ์
 พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้ใหญ่). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
 สงขลานครินทร์, ๒๕๔๘.

จุฑามาศ วาริแสงทิพย์. “การฟื้นฟูคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังระยะสุดท้ายด้วยธรรม
 ปฏิบัติ”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต (พระพุทธศาสนา). บัณฑิตวิทยาลัย
 มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

จุฬารัตน์ เขาประเสริฐ. “การประยุกต์ใช้พุทธธรรมในการบำบัดโรคจิตเภท”. วิทยานิพนธ์พุทธ
 ศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ
 ราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕.

ชฎารัตน์ โกมลรัตน์. “การให้บริการบำบัดรักษาผู้ป่วย : เฉพาะกรณีการใช้พลังจักรวาล”.
 วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
 ธรรมศาสตร์, ๒๕๔๕.

ชลกร ภู่อกุลสุข. “ศึกษาประสบการณ์ของผู้ป่วยเรื้อรังที่ใช้พลังจักรวาลในการดูแลสุขภาพ”.
 วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์,
 ๒๕๔๗.

ชุตติพงษ์ ไตรโลกา. “การศึกษาวิเคราะห์รูปแบบการพัฒนาพละ ๕ ในพระพุทธศาสนาเถรวาท”
 วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ
 ราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

ทิพมาส ชินวงศ์. “การรับรู้และการเผชิญปัญหาต่อการได้รับเคมีบำบัดของผู้ป่วยมะเร็งปอด”,
 วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้ใหญ่). บัณฑิตวิทยาลัย
 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, ๒๕๔๑.

พระครูอินทสารวิจักษ์ อินฺทสโร (กิจไธโร). “การรักษาโรคด้วยยาสมุนไพรและธรรมโอสถที่
 ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิต
 วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

พระมหาสมพร สุวรรณคำ. “กระบวนการสื่อสารในการสอนกรรมฐานของพระธรรมวิสุทธิกวี
 (พิจิตร ฐิตวณฺโณ) วัดโสมนัสวิหาร กรุงเทพมหานคร”. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหา
 บัณฑิต สาขาวิชาพัฒนาชนบทศึกษา. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๗.

พระอธิการไพศาล กิตติภทโท (บำรุงแคว้น). “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องการใช้พุทธปรัชญาในการบำรุงรักษาจิตผู้ป่วย”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (ปรัชญา)**. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕.

พนิตนาฏ ชำนาญเสื่อ. “พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับรังสีรักษา”. **วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย วิทยาลัยบรมราชชนนี สระบุรี, ๒๕๕๒.

พัชรี บิดา. “การใช้แพทย์ทางเลือกเสริมการแพทย์แผนปัจจุบันในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็ง”. **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๙.

สิทธิพร ครามานนท์. “ประสบการณ์การฟื้นฟูอุปสรรคของชาวนาไทย”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา**, บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

สุพรรณมา วรนาวิน. “ผลของการปฏิบัติสมาธิที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ : กรณีศึกษาผู้ปฏิบัติธรรมโครงการเฉลิมพระเกียรติตามรอยเบื้องพระยุคลบาท วัดโสมนัสวิหาร”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)**. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

อุทัยวรรณ เล่าประเสริฐสุข. “การศึกษาเชิงวิเคราะห์พุทธวิธีบรรเทาทุกข์ยามเจ็บป่วย”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)**. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.

๒. ภาษาอังกฤษ :

(I) Books

Boeijie, H . **Analysis in Qualitative Research**. California : Sage Publications, 2001.

Hulda, R . C . **The Cure For All Cancers**. San Diego : Pro-Motion Publishing, 1993.

Khuhaprema, T. and others. **Cancer in Thailand**. Vol.. V, 2001-2003, National Cancer Institute, Bangkok, 2010.

(II) Articles

Biondy, M. “Psychoneuroimmunology : the inyerplay between the brain and the immune system. in C. E.Lewis, C.Sullivan & I. Baraclough (Eds.)”, **The psychoimmunology of cancer: Mind and body in the fight for survival**, (New York : Oxford University, 1994), pp.3-120.

Dose, A.M. & Brueggen, C. “Surgical Oncology. In R.A. Gates & R.M. Fink (Eds.)”. **Oncology Nursing Secrets. 2nd ed.**, Philadelphia : HANLEY & BELFUS, INC., 2003.

Fink, K.M.& Henshaw, I. “Principles of Therapy. In R.A.Gates & R.M.Fink (Eds.)”. **Oncology Nursing Secrets. 2nd ed.**, Philadelphia : HANLEY & BELFUS, INC., 2003.

Hilderly, L.J. “Radiation Therapy. In R.A. Gates & R.M. Fink (Eds.)”. **Oncology Nursing Secrets. 2nd ed.**, Philadelphia : HANLEY & BELFUS, INC., 2003.

Mahay, H.A. “Biologic Therapy. In R.A. Gates & R.M. Fink (Eds.)”. **Oncology Nursing Secrets. 2nd ed.**, Philadelphia : HANLEY & BELFUS, INC., 2003.

Zeller, J.M., McCain, N.L., & Swanson, B. (1996). “Psychoneuroimmunology : an emergency framework for nursing research”. **Journal of Advanced Nursing**, 23, 657-664.

๓. สื่ออิเล็กทรอนิกส์ :

เทวัญ ชานีรัตน์ ผู้อำนวยการสำนักการแพทย์ทางเลือก,

<http://www.baansamunprai.com/alternative/99-2010-06-11-09-09-50html>,

๑๐ มิถุนายน ๒๕๕๔.

นรินทร์ วรวิติ, “สถานการณ์โรคมะเร็งในประเทศไทย”,

<http://www.waddeja.com/index.php?lay>, ๓๑ สิงหาคม ๒๕๕๓.

แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ, ฉบับที่ ๑๐ พ.ศ.๒๕๕๐-๒๕๕๔, <http://www.hpathailand.org>,

๓๑ สิงหาคม ๒๕๕๓.

ฝ่ายแผนงานและสถิติ สถาบันมะเร็งแห่งชาติ, “Lab Online”, <http://www.geocities.com/eddiag>,

๓๑ สิงหาคม ๒๕๕๓.

ภาคผนวก

ส่งตัว 1

ส่งตัว 2

แบบบันทึกข้อมูล

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป และข้อมูลเกี่ยวกับการเจ็บป่วย

ผู้ให้ข้อมูลคนที่.....นามสมมุติ.....

เพศ () ชาย () หญิง อายุ.....ปี

สถานภาพสมรส

() โสด () คู่ () ม่าย / หย่า / แยก

ศาสนา

() พุทธ () คริสต์ () อิสลาม () อื่นๆ ระบุ.....

ระดับการศึกษา

() ไม่ได้เรียนหนังสือ () ประถมศึกษา () มัธยมศึกษา
() อนุปริญญา () ปริญญาตรี () สูงกว่าปริญญาตรี

ลักษณะอาชีพ

() เกษตรกรรม () รับจ้าง () ธุรกิจส่วนตัว
() ข้าราชการ () รัฐวิสาหกิจ () อื่นๆ ระบุ

รายได้เฉลี่ยต่อเดือนในปัจจุบันบาท

ความเพียงพอของรายได้ () เพียงพอ () ไม่เพียงพอ

ตำแหน่งของร่างกายที่เป็นมะเร็ง

ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็งจาก

ระยะของมะเร็งเมื่อรับรู้ครั้งแรก ระยะ

ระยะของมะเร็งเมื่อเริ่มใช้พลังจิตตามแนวพุทธบำบัดเยียวยา ระยะ

ระยะเวลาที่ใช้พลังจิตตามแนวพุทธบำบัดเยียวยาโรคมะเร็งถึงปัจจุบัน ปี

การรักษาพร้อมกับ การใช้พลังจิตตามแนวพุทธ () การผ่าตัด
() รังสีรักษา
() เคมีรักษา
() วิธีอื่นๆ ระบุ

ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ** : นางยุวดี พนาวรรต
- เกิด** : วันที่ ๑๕ มกราคม ๒๕๕๐
- สถานที่เกิด** : กรุงเทพมหานคร
- การศึกษา** : สำเร็จชั้นมัธยมศึกษา
โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษา ปทุมวัน
สำเร็จชั้นอุดมศึกษา
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ คณะศิลปศาสตร์ สาขาวิชาภาษาศาสตร์
ปีการศึกษา ๒๕๑๓
- การทำงาน** : พ.ศ. ๒๕๑๔ - ๒๕๕๐ บมจ. ธนาคารกรุงเทพ
ตำแหน่งงาน หัวหน้าหน่วยโอนเงินต่างประเทศ
ระดับงาน เจ้าหน้าที่อาวุโส รับมอบอำนาจขึ้นดำเนินงาน
- ที่อยู่ปัจจุบัน** : ๓๓ ซอยโชติวัฒน์ ๔ ถนนประชาชื่น แขวงบางซื่อ เขตบางซื่อ
กรุงเทพมหานคร ๑๐๘๐๐

ประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ

DIRECT EXPERIENCES OF CANCER PATIENTS UNDER THE BUDDHIST MIND POWER HEALING METHOD

นางยุวดี พนาวรรต

Mrs. Yuwadee Phanawat

บทคัดย่อ

การศึกษาประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาลักษณะประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ อันเป็นแนวทางในการส่งเสริมความรู้ ความเข้าใจและยอมรับความเป็นจริงของชีวิตขณะเจ็บป่วย โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ เก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ป่วยโรคมะเร็ง ๑๓ รายที่คัดเลือกตามคุณสมบัติที่กำหนด จากศูนย์อโรคยศาล วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร และสมาคมสถาบันพลังกายทศิพย์เพื่อสุขภาพ เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร ระหว่างเดือนมกราคม ถึงเดือนสิงหาคม ๒๕๕๔

ผลการศึกษานี้ได้ข้อมูลแบ่งเป็น ๓ ระยะ ระยะที่ ๑ การรับรู้เกี่ยวกับโรคมะเร็งรูปแบบการรักษา สุขภาพกายและสภาวะจิต ก่อนเข้ารับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ ผู้ป่วยต่างรับรู้ว่ามีโรคร้ายแรง รักษาไม่หาย นำไปสู่การเสียชีวิต เป็นโรคเวรโรคกรรม มีความแตกต่างกันระหว่างผู้ป่วยที่ไม่เคยปฏิบัติสมาธิมาก่อนที่มักไม่ยอมรับความจริง มีความหวง วิตกกังวล เกิดความเครียด ทรมานใจที่ต้องอดทนต่อสู้กับโรคร้าย ส่วนผู้ปฏิบัติสมาธิมาก่อน จะมีสติเมื่อรับรู้ว่าเป็นโรคมะเร็ง เนื่องจากเข้าใจและยอมรับความจริงของชีวิต การหารูปแบบการรักษาแบ่งได้เป็น ๒ วิธีคือ การแพทย์แผนปัจจุบันและแพทย์ทางเลือก ระยะที่ ๒ การรับรู้รูปแบบการรักษา สุขภาพกายและสภาวะจิตขณะรับการบำบัดตามแนวทางแพทย์แผนปัจจุบันที่ผู้ป่วยส่วนใหญ่เลือกใช้เป็นอันดับแรกเพราะเห็นว่าเป็นวิธีการที่ถูกต้อง ทันสมัย น่าเชื่อถือ และเห็นผล แต่เมื่อเข้ารับการบำบัดแล้วพบว่าแพทย์เน้นการรักษาเฉพาะโรคที่เกิดกับกาย ภายในจิตใจยังคงมีความเครียด ทั้งยังเกิดความทุกข์ทรมานจากอาการข้างเคียงของการรักษา ขณะที่แพทย์ก็ยังไม่ให้ความหวัง จนต้องหันมาใช้แพทย์ทางเลือกคือพลังจิตตามแนวพุทธ แต่ผู้ป่วยบางส่วนก็เลือกใช้พลังจิตตามแนวพุทธโดยตรง ระยะที่ ๓ การรับรู้รูปแบบการรักษา สุขภาพกายและสภาวะจิตหลังเข้ารับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธซึ่งผู้ให้ข้อมูลรับรู้เป็น ๓ ลักษณะ ได้แก่

๑) เป็นธรรมชาติโสตรักษาใจ เกิดปัญญารู้เท่าทันความจริง ไม่ปรุงแต่ง ๒) ผ่อนคลายความตึงเครียดของจิตใจ เกิดความสงบทางอารมณ์ ๓) เสริมสร้างภูมิคุ้มกันตามธรรมชาติให้ทำหน้าที่ใหม่อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถทำลายเซลล์มะเร็งได้

การบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ จะประสบความสำเร็จเพียงใดขึ้นอยู่กับปฏิบัติตนตามหลักกรรมผล ๕ และอินทรีย์ ๕ ซึ่งประกอบด้วยองค์ธรรมเดียวกันคือ ศรัทธา : ความเชื่อมั่นในสิ่งที่ตนกระทำ วิริยะ : ความพากเพียรไม่ทอดทิ้ง สติ : ความระลึกได้ในสิ่งที่กระทำอยู่ สมาธิ : ความสงบมีจิตตั้งมั่น และปัญญา : ความรอบรู้ ความเข้าใจที่คอยควบคุม ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ว่าพลังจิตตามแนวพุทธช่วยให้หายจากโรคร้ายได้ หรือแม้ไม่หายก็สามารถใช้ชีวิตปัจจุบันอยู่กับโรคมะเร็งได้ด้วยจิตใจเข้มแข็ง รู้จักปล่อยวาง และมีคุณภาพชีวิตที่ดี

ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้ สามารถใช้เป็นข้อมูลทางเลือก ในการตัดสินใจของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่กำลังแสวงหาทางเลือกในการบำบัด เพื่อให้พ้นจากความทุกข์ทรมานทั้งกายและใจตามแนวทางพระพุทธศาสนา และเป็นข้อมูลให้ผู้ที่เกี่ยวข้องกับการบำบัดผู้ป่วยโรคมะเร็ง นำมาบูรณาการต่อยอดการรักษาให้เกิดประโยชน์กับผู้ป่วยต่อไป

ABSTRACT

The objectives of this study were to examine direct experiences of cancer patients under the Buddhist Mind Power healing method and to enhance perception and acceptance of the truth of life while being in sickness.

The study was qualitative in nature. The tool of data collection was Structured in-dept interview administered to thirteen key informants, who were cancer patients at Arogayasal Center of Wat Kampramong in Sakonnakorn province and Institute of Cosmic Energy for Health Association in Bangkok. The study was conducted during January and August, C.E. 2011.

Findings were as follows :

Before being treated by the Buddhist Mind Power healing method, cancer patients comprehended that cancer was a harmful chronic disease and cause of death. It was the disease born from bad previous will - action, Kamma. Those who had never practiced Buddhist meditation would deny the truth, would go under stress, anxiety and torturing to fight with the dreadful disease. But, for those who underwent Buddhist meditation practice, at first when knowing that one had contacted with cancer, would

understand and accept the truth of life, and live the life with mindfulness. They would seek for curing methods, either by modern medical or alternative methods.

At curing seeking stage, most cancer patients chose modern medical method with the perception that it is modern, beneficial and result-oriented. But at the actual curing stage, doctors, healed only bodily disease and left mental condition behind. As a result, more torturing from side effects with no hope of recovering was created to patients Therefore, the cancer patients turned to alternative method, i.e., the Buddhist Mind Power healing method. For those who had experiences with the Buddhist Meditation would choose the Buddhist Mind Power healing method from the first place.

At curing stage, cancer patients accepted that the Buddhist healing method yielded good results in the following three ways; 1) Dhamma medicine for mental illness, inducing pure wisdom of the truth of life. 2) Easing up anxiety and creating mindful calmness. 3) Generating new immunity to fight and stop cancer cells.

Whether the Buddhist Mind Power healing method bear full fruits it depends on practicing Bhala 5, and Indriya 5, consisting of 1) **Saddha** : faith and confidence 2) **Viriya**: effort 3) **Sati**: mindfulness 4) **Samadhi**: concentration and 5) **Panna**: Wisdom.

The findings from this research can be utilized as an alternative way for those who seek for cancer treatment to eliminate the suffering in the Buddhist points of view to whom it may concern to integrate useful for the further cancer healing methods.

บทนำ

จากสถิติโรคมะเร็งของ ฝ่ายแผนงานและสถิติ สถาบันมะเร็งแห่งชาติ (National Cancer Institute) พบว่า โรคมะเร็งเป็นปัญหาทางสาธารณสุขของโลก เป็นสาเหตุการตายประมาณร้อยละ ๑๓ ของคนตายทั้งหมด ซึ่งเป็นจำนวนกว่า ๖ ล้านคน ซึ่งองค์การอนามัยโลก คาดการณ์ว่า ในปีพุทธศักราช ๒๕๖๓ ทั่วโลกจะมีคนตายด้วยโรคมะเร็งมากกว่า ๑๑ ล้านคน และจะเกิดขึ้นในประเทศที่กำลังพัฒนามากกว่า ๗ ล้านคน เนื่องจากมีปัจจัยหลายอย่างที่เกี่ยวข้องกับการเกิดโรคมะเร็ง มีข้อมูลว่า ตั้งแต่ปี ๒๕๔๘ - ๒๕๕๐ พบสถิติการเสียชีวิตของคนไทย เกิดจากโรคมะเร็งสูงสุดเป็นอันดับหนึ่ง โดยเฉพาะในปี ๒๕๕๐ มีผู้เสียชีวิตจากโรคมะเร็งสูงสุดถึง ๕๓,๔๓๔ คน และในทุกหนึ่งชั่วโมงจะมีผู้เสียชีวิต ๖ คน ผู้ชายไทยป่วยเป็นมะเร็งตับมากเป็นอันดับหนึ่ง รองลงมาคือมะเร็งปอดและมะเร็งลำไส้ใหญ่ ส่วนผู้หญิงไทยเป็นมะเร็งปากมดลูกอันดับหนึ่ง รองลงมาคือมะเร็งเต้านมและมะเร็งปอด

ในการบำบัดรักษาผู้ป่วยมะเร็ง โดยทั่วไปใช้วิธีการรักษาด้วยการแพทย์แผนปัจจุบัน ได้แก่ การผ่าตัด การฉายรังสี และการใช้เคมีบำบัด การผ่าตัดที่ถูกต้องและเหมาะสม เป็นวิธีช่วยกำจัดต้นตอของมะเร็งส่วนใหญ่ให้หมดไป เป็นการทำลายซ้ำซาก ทำให้ภูมิคุ้มกันของร่างกายผู้ป่วยเข้มแข็งขึ้น สามารถคืนสู่ภาวะปกติได้ โอกาสหายจากมะเร็งจึงสูงขึ้น แต่ถ้าโรคกระจายไปสู่ส่วนอื่นแล้ว เช่น ตับ ช่องท้อง ปอด และกระดูก แพทย์จำเป็นต้องฉายรังสีหรือใช้เคมีบำบัด ทั้งสองวิธีนี้จะไปทำลายระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายให้ลดต่ำลง เป็นการบั่นทอนความสามารถของร่างกายที่จะรักษาตัวเองจนหมดสิ้น เช่น ไปกดไขกระดูก ม้าม จนไม่สามารถผลิตเม็ดโลหิตขาว ออกมาต่อสู้กับเซลล์มะเร็ง โรคจึงกลับลุกลามมากขึ้น แพทย์ต้องให้การบำบัดซ้ำแล้วซ้ำอีกเป็นระยะ ๆ การที่ผู้ป่วยต้องเดินทาง เข้า-ออก โรงพยาบาล มีอาการแพ้รังสี และแพ้ยา ก่อให้เกิดภาวะจิตใจที่รู้สึกเป็นทุกข์ใน ๕ สถานะ คือ ๑) ทุกข์ทรมานจากอาการเจ็บป่วย ๒) รู้สึกตกใจ เสียใจ กลัวตาย ๓) มีความกังวล ความเครียด ๔) สูญเสียความหวังเกี่ยวกับการมีชีวิตอยู่ และความหวังกับอนาคต ๕) สูญเสียความสามารถ บั่นทอนคุณภาพชีวิตทั้งของผู้ป่วยและผู้ใกล้ชิดในครอบครัว และสิ้นสุดลงด้วยการเสียชีวิตแทบทั้งสิ้น ซึ่งการแพทย์แผนปัจจุบันเห็นว่า การมีชีวิตรอดครบ ๕ ปี หลังผ่าตัดมะเร็ง จัดว่าเป็นผลสำเร็จของการรักษามะเร็ง ไม่ว่าจะห้าปีนั้นจะเต็มไปด้วยความทุกข์ ความเครียด หรือความไร้ประสิทธิภาพก็ตาม

การรักษาแบบองค์รวม (Holistic) นี้เริ่มได้รับความนิยมในวงการแพทย์แผนปัจจุบัน โดยเฉพาะการบำบัดรักษาผู้ป่วยโรคมะเร็ง เพราะโรคมะเร็งส่งผลกระทบต่อทั้งร่างกายและจิตใจทางร่างกายคือความทุกข์ทรมานจากอาการของโรค และวิธีการรักษาของแพทย์แผนปัจจุบัน ได้แก่ ความเจ็บปวด อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร น้ำหนักลด นอนไม่หลับ คลื่นไส้ อาเจียน ส่วนผลกระทบต่อจิตใจ การรับรู้ว่ามะเร็งเป็นโรคที่ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ เมื่อเป็นแล้วส่วนใหญ่มักเสียชีวิตในที่สุด อันส่งผลให้จิตใจเกิดความวิตกกังวล เครียด ซึมเศร้า และคุณภาพชีวิตลดลง ผู้ป่วยจึงแสวงหาวิธีการที่จะขจัดอาการเหล่านั้นให้กลับสู่ภาวะปกติพร้อมความหวังที่จะหายจากโรคมะเร็งอย่างเด็ดขาด และพบว่าผู้ป่วยได้หันมาหาแพทย์ทางเลือกวิธีต่าง ๆ การใช้พลังจิตแนวพุทธ มาบำบัดรักษา ดูแลตนเองเพื่อรักษาสมดุลของร่างกายและจิตใจ เป็นวิธีที่ได้รับความนิยมวิธีหนึ่งในปัจจุบัน เนื่องจากผลของการรักษาขึ้นอยู่กับความเพียรพยายามในการปฏิบัติของผู้ป่วยเอง ต่างกับการรักษาของแพทย์แผนปัจจุบันที่ความสำเร็จในการรักษาขึ้นอยู่กับความสามารถของแพทย์ซึ่งเปรียบเสมือนผู้ชี้นำชีวิตของผู้ป่วย การบำบัดโรคมะเร็งด้วยพลังจิตแนวพุทธที่ได้จากการทำสมาธิเป็นการดูแลจิตใจให้สงบนิ่ง ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่ปรุงแต่ง มีผลให้ลดความเครียด และมีทัศนคติที่ดีต่อชีวิต จิตใจเข้มแข็งและเต็มไปด้วยพลัง ส่งผลให้อาการของโรคมะเร็งลดน้อยลง โอกาสหายมีมากกว่าคนที่จิตใจไม่สงบ อาการข้างเคียงของการรักษาแผนปัจจุบันลดลง หรือหายไป เนื่องจากการทำสมาธิเป็น

การทำให้จิตใจสงบ เมื่อจิตสงบหรืออยู่ในภาวะผ่อนคลาย จะมีผลต่อปฏิกิริยาและการทำงานของระบบประสาทอัตโนมัติซิมพาเทติกลดลง แต่เพิ่มการทำงานของระบบพาราซิมพาเทติกให้มากขึ้น เกิดการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนจากต่อมใต้สมองเป็นผลดีต่อระบบภูมิคุ้มกันนำไปสู่การทำงานร่วมกันตามแนวคิดจิตประสาทและภูมิคุ้มกัน (Psychoneuroimmunology) ซึ่งมีผลต่อการรักษา นอกจากนี้ยังพบว่าการปฏิบัติสมาธิเป็นประโยชน์ต่อผู้ป่วยในทุกๆ ระยะ คือในระยะที่ยังพอสู้กับโรคได้ สมาธิจะทำให้ภูมิคุ้มกันเพิ่มมากขึ้น สำหรับระยะสุดท้ายที่ไม่อาจเยียวยาได้โดยวิธีใด การฝึกให้ใจสงบด้วยสมาธิจะทำให้อาการเจ็บปวดลดน้อยลง สามารถยอมรับและเผชิญกับความตายอย่างกล้าหาญ จากไปอย่างสงบ และเข้าใจความเป็นจริงของชีวิต นอกจากนี้ ยังอาจบรรลุประโยชน์สูงสุดทางพุทธศาสนาจากการเจริญสมาธิจนเกิดปัญญาที่จะพัฒนาจิตสุดท้ายให้ถึงพระนิพพานได้

จากข้อมูลเบื้องต้นที่ได้ค้นคว้ารวบรวมมานั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาลักษณะ ประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธว่าเป็นอย่างไร อันอาจเป็นข้อมูลที่มีคุณค่าและมีประโยชน์ต่อการตัดสินใจของผู้ป่วยโรคมะเร็งรายอื่นที่กำลังมีความทุกข์และหาทางเลือกในการบำบัดรักษาตามแนวพุทธ หวังหลุดพ้นความทุกข์ทรมานจากอาการเจ็บป่วย พ้นจากวิภวสังสาร ซึ่งผู้มีความประมาทในการดำเนินชีวิตยากจะไปถึง นับเป็นการพลิกวิกฤตในชีวิตให้เป็นโอกาสอันมีคุณค่าสูงสุด

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาลักษณะประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ อันเป็นแนวทางในการส่งเสริมความรู้ ความเข้าใจและยอมรับความเป็นจริงของชีวิตขณะเจ็บป่วย

วิธีการดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้ศึกษาวิธีการวิจัย และดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนตามลำดับต่อไปนี้

๑. แบบการวิจัย
๒. กลุ่มผู้ให้ข้อมูล
๓. การเตรียมความพร้อมก่อนลงสู่สนาม
๔. จรรยาบรรณนักวิจัย
๕. การเก็บรวบรวมข้อมูลและเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
๖. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยที่ค้นพบแบ่งเป็น ๓ ระยะ ได้แก่

ระยะที่ ๑ ผู้วิจัยพบว่า การดำเนินชีวิตของผู้ป่วยก่อนหน้าเข้ารับการรักษาบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธเป็นไปด้วยความประมาทไม่ดูแลเรื่องการบริโภคอาหารที่ถูกต้องตามหลักสุขอนามัย เพราะความเร่งรีบ ผู้ป่วยบางคนกล่าวว่รับประทานเพียงเพื่อให้มีท้องไม่คำนึงถึงคุณภาพอาหารว่ามีสารก่อโทษต่อร่างกายหรือไม่ บางคนนิยมเสพสุราเพื่องานสังคม หรือเพื่อผ่อนคลายอันเป็นผลให้เกิดโรคมะเร็งกระเพาะอาหาร

นอกจากอาหารที่ปนเปื้อนสารเคมีดังกล่าว สภาพแวดล้อมในเมืองใหญ่ที่ต้องมาแออัดเพื่อประกอบอาชีพ ทำให้ต้องเจอกับมลพิษต่าง ๆ เช่น อากาศที่มีฝุ่นละอองมาก อากาศที่มีโอโซนของโลหะหนัก บวกกับปัจจัยภายในร่างกายคือความเครียดในการดิ้นรนเพื่อการเลี้ยงชีพ หรือเกษตรกรที่ประกอบอาชีพอยู่กับสารเคมี เช่น ปุ๋ยเคมี ยาฆ่าแมลง เมื่อได้รับสารก่อมะเร็งเป็นเวลานาน และร่างกายมีภูมิต้านทานน้อยก็จะเกิดโรคมะเร็งขึ้นได้

ระยะที่ ๒ ผู้วิจัยพบว่าผู้ป่วยที่เข้าบำบัดด้วยการแพทย์แผนปัจจุบัน มักใช้วิธีการที่ใช้กันแพร่หลาย ได้แก่ การผ่าตัด รังสีรักษา และเคมีบำบัด แม้จะมีการค้นพบเทคโนโลยีใหม่ ๆ เช่น การปลูกถ่ายไขกระดูก หรือยีนบำบัด แต่มีค่าใช้จ่ายเป็นจำนวนสูงมาก ตลอดจนประเทศไทยยังขาดบุคลากรและเครื่องมือเครื่องใช้ในการรักษา วิธีที่นิยมใช้กับผู้ป่วยนั้นแม้ว่าจะมีประโยชน์อยู่บ้างแต่พบว่าก่อให้เกิดอาการข้างเคียงต่าง ๆ เป็นสาเหตุให้ผู้ป่วยมีชีวิตอยู่อย่างทุกข์ทรมานและมีความรู้สึกที่ไม่แน่นอน เนื่องจากต้องใช้เวลาในการรักษายาวนาน ส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจในครอบครัว ทุกข์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ แต่ธรรมชาติของมนุษย์ต้องหาทางออกที่ตนคิดว่าจะช่วยให้พ้นจากโรคร้าย จึงเป็นเหตุให้เกิดแพทย์ทางเลือกอื่นนอกเหนือจากแพทย์แผนปัจจุบัน

ระยะที่ ๓ จากการวิจัยข้อมูลประสบการณ์ทางจิตของผู้ป่วยโรคมะเร็งหลังเข้ารับการรักษาบำบัดด้วยพลังจิตตามแนวพุทธ พบว่า แนวทางบำบัดของทั้งสองสถาบันคือศูนย์โรคยศาสตร์ วัดคำประมง จังหวัดสกลนคร และสมาคมสถาบันพลังกายทิพย์เพื่อสุขภาพเป็นแนวทางที่สอดคล้อง กับแนวทางที่พระพุทธเจ้าทรงใช้รักษาโรคมาตั้งแต่สมัยพุทธกาลในบางข้อบางประการ สิ่งแรกที่ทั้งสองสถาบันเน้นคือการปฏิบัติสมาธิเพื่อให้จิตมีพลัง ให้ภาวะจิตมีหนึ่งเดียวที่เรียกว่า “เอกัคคตา” และดึงเอาพลังแฝง (Reserve Power) ในร่างกายมนุษย์ออกมาใช้ประโยชน์ในการรักษาโรคเพราะขณะนั้นจิตจะใส สงบนิ่ง มีกำลัง เกื้อกูล

ข้อเสนอแนะ

๑. สำหรับบุคลากรทางการแพทย์ ควรสนับสนุนการรักษาผู้ป่วยแบบองค์รวมทั้งกายและใจให้แพร่หลายยิ่งขึ้น และควรมีในโรงพยาบาลและสถานพยาบาลทุกแห่ง ถ้าติดขัดเรื่องบุคลากรอาจใช้จิตอาสาเข้าช่วยสนับสนุนเพราะผู้ป่วยเรื้อรังโดยเฉพาะผู้ป่วยมะเร็งมักจะป่วยทั้งกายและใจด้วยความบีบคั้นรอบด้านที่เกิดจากโรค ถ้าผู้ป่วยมีจิตใจเข้มแข็ง และรู้จักผ่อนคลาย จะช่วยให้ร่างกายมีภูมิต้านทานโรคได้ดียิ่งขึ้น

๒. สำหรับผู้ป่วยโรคมะเร็ง ที่หันมาให้ความสนใจแพทย์ทางเลือกโดยใช้พลังจิตตามแนวทาง พุทฺธ ผู้วิจัยขอเสนอแนะแนวทางที่สนับสนุนการรักษาให้บรรลุผล กล่าวคือ ๑) เข้ารับการบำบัดรักษาทันทีเมื่อรับรู้ว่าเป็นโรคมะเร็ง เพราะจะเป็นผลดีต่อการรักษาอย่างยิ่ง ๒) ศึกษาแนวทางการบำบัดรักษาให้เข้าใจว่าควรละเว้นสิ่งใด เช่น ไม่ควรรับการผ่าตัดขณะที่โรคลุกลามแล้ว จะทำให้ยากต่อการรักษา ๓) ปฏิบัติตามแนวทางอย่างต่อเนื่อง ด้วยความเชื่อมั่น การปฏิบัติไม่สม่ำเสมอจะเป็นผลเสียต่อการรักษา ๔) ใช้ความพากเพียร การควบคุมจิตใจไม่ให้ฟุ้งซ่านกระทำฝ่าฝืน ข้อห้ามตามแนวทางการรักษา เช่น ไม่รับประทานอาหารที่ให้โทษเพราะความอยากลิ้มรสตามความเคยชิน ต้องมีปัญญาคิดว่า จะเกิดผลอย่างไร ใครเป็นผู้รับผลนั้น

๓. สำหรับญาติผู้ป่วย ซึ่งมีส่วนช่วยได้มากในการบำบัดรักษาเพราะเป็นผู้ที่ทำให้การรักษาครบองค์รวม ทั้งกาย ใจ และจิตวิญญาณ ทำให้ผู้ป่วยมีกำลังใจในการต่อสู้โรค

๔. สำหรับบุคคลทั่วไป ผลการวิจัยครั้งนี้คงช่วยให้เกิดความสนใจในการดูแลสุขภาพเพิ่มขึ้น โดยหลีกเลี่ยงปัจจัยต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดโรคมะเร็งที่ส่วนใหญ่มักเพิกเฉยคิดว่าเป็นสิ่งที่อยู่ไกลตัว และควรตรวจเช็คสุขภาพเป็นประจำ ไม่นิ่งนอนใจกับอาการผิดปกติเพราะจะเป็นผลดีกับการรักษาหากมีการตรวจพบแต่แรกเริ่ม การมีความรู้ความเข้าใจทำให้ลดความเสี่ยงในการเกิดโรคเพื่อให้สังคมไทยมีวิถีชีวิตที่มีความสุขในสังคมแห่งสุขภาวะ ตามแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติฉบับที่ ๑๐ พ.ศ.๒๕๕๐-๒๕๕๔

เอกสารอ้างอิง

๑. ภาษาไทย :

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ปี ๒๕๐๐.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____ . พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

ข. ข้อมูลวิทยุภูมิ

(๑) หนังสือ :

เยาวเรศ บุณนาค. ๑๐ปี คุณย่าเยาวเรศกับพลังคอสมิกรักษาทุกโรคในประเทศไทย.

กรุงเทพมหานคร : แผนกการพิมพ์ โรงพิมพ์ดอนบอสโก, ๒๕๔๘.

เยาวเรศ บุณนาค และคณะ. หนังสือการอบรมวิชาพลังกายทิพย์ ระดับปฐมจักระ. พิมพ์

เป็นวิทยาทานแก่ปวงชนชาวไทย. สมาคมสถาบันพลังกายทิพย์เพื่อสุขภาพ. ม.

ป.ท., ม.ป.ป.

ลลิตา ชีระสิริ. มะเร็งรักษาด้วยตนเอง ตามแนวธรรมชาติบำบัด. พิมพ์ครั้งที่ ๑๗,

กรุงเทพมหานคร : บริษัท รวมพรรณ จำกัด, ๒๕๕๒.

วริยา ชินวรรโณ ณ มหาสารคาม. สมานิในพระไตรปิฎก. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๓.

วิจิตร บุญยะโหดระ. พืชตมะเร็ง. กรุงเทพมหานคร : บริษัท บพิชการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๓๔.

ศูนย์กฎหมายสุขภาพและจริยศาสตร์ คณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ก่อวันผลัด

ใบ. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เดือนตุลา, ๒๕๕๒.

(๒) วิทยานิพนธ์ :

กาญจนา สังขสิงห์. “ประสบการณ์ของผู้ป่วยมะเร็งในการบำบัดเยียวยาด้วยสมาธิ”.

วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้ใหญ่). บัณฑิต

วิทยาลัย มหาวิทยาลัย สงขลานครินทร์, ๒๕๔๘.

จุฑามาศ วารีแสงทิพย์. “การฟื้นฟูคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังระยะสุดท้ายด้วยธรรม

ปฏิบัติ”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต (พระพุทธศาสนา). บัณฑิต

วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

จุฬารัตน์ เขาประเสริฐ. “การประยุกต์ใช้พุทธธรรมในการบำบัดโรคจิตเภท”. วิทยานิพนธ์

พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหา

จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙.

ชฎารัตน์ โกมลรัตน์. “การให้บริการบำบัดรักษาผู้ป่วย : เฉพาะกรณีการใช้พลังจักรวาล”.

วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัย ธรรมศาสตร์, ๒๕๔๙.

เทวัญ ธานีรัตน์ ผู้อำนวยการสำนักการแพทย์ทางเลือก,

<http://www.baansamunprai.com/alternative/99-2010-06-11-09-09-50.html>, ๑๐ มิถุนายน ๒๕๕๔.

นรินทร์ วรภูมิ, “สถานการณ์โรคมะเร็งในประเทศไทย”,

<http://www.waddeja.com/index.php?lay>, ๓๑ สิงหาคม ๒๕๕๓.

แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ, ฉบับที่ ๑๐ พ.ศ.๒๕๕๐-๒๕๕๔,

<http://www.hpathailand.org>, ๓๑ สิงหาคม ๒๕๕๓.

ฝ่ายแผนงานและสถิติ สถาบันมะเร็งแห่งชาติ, “Lab Online”,

<http://www.geocities.com/eddiag>, ๓๑ สิงหาคม ๒๕๕๓.