



ศาสนธรรม กับ สุขภาพ

พิมพ์ครั้งที่ ๑ มีนาคม ๒๕๕๔

เพื่อใช้เป็นคู่มือมาตรฐานในการฝึกอบรม
หลักสูตรการประกอบโรคศิลปะ
สาขาการแพทย์แผนไทย ประเภทการนวดไทย
ตามพระราชบัญญัติการประกอบโรคศิลปะ พ.ศ. ๒๕๔๒

โครงการพัฒนาผู้พิการทางสายตาให้เป็นผู้ประกอบโรคศิลปะ
สาขาการแพทย์แผนไทย ประเภทการนวดไทย (หมอนวดไทย)
มูลนิธิเพื่อเด็กพิการ
ได้รับการสนับสนุนจาก
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ
มูลนิธิสาธารณสุขกับการพัฒนา

สารบัญ

	หน้า
คำนิยม	๓
คำนำ	๕
คำชี้แจง	๖
คำย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎกที่ใช้อ้างอิง	๑๑
บทที่ ๑ ศาสนากับสุขภาพ	๑๓
๑.๑ ความซับซ้อนของสุขภาพและศาสนา	๑๕
๑.๒ บทบาทของศาสนาต่อทัศนคติพื้นฐานเกี่ยวกับธรรมชาติ	๑๗
๑.๓ บทบาทของศาสนาต่อทัศนคติพื้นฐานของชีวิตและร่างกาย	๑๙
๑.๔ บทบาทของความเชื่อและศาสนาต่อขอบเขตและความหมายของสุขภาพ	๒๑
๑.๕ บทบาทของศาสนาต่อวิธีการเยียวยาและบำบัดโรค	๒๒
๑.๖ บทบาทของศาสนาต่อการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายและคำอธิบายเกี่ยวกับการตาย	๒๒
๑.๗ บทสรุป	๒๔
บทที่ ๒ ความสำคัญและขอบเขตของสุขภาพในทัศนะพุทธศาสนา	๒๕
๒.๑ ธรรมชาติของสรรพสิ่งในมุมมองของพุทธศาสนา	๒๕
๒.๒ ความสำคัญของสุขภาพในทัศนะของพุทธศาสนา	๒๘
๒.๓ ขอบเขตความหมายของสุขภาพในพุทธศาสนา	๓๐
๒.๓.๑ สุขภาพในความหมายของการหมดสิ้นแห่งโรคทั้งปวง	๓๔
๒.๓.๒ สุขภาพในความหมายของกุศลธรรม	๓๖
๒.๓.๓ สุขภาพคือภาวะที่ปลอดจากนิเวรณ	๓๖
๒.๓.๔ ร่างกายแม้ในยามแข็งแรงปกติ ก็เป็นโรค	๓๗
๒.๓.๕ การยังติดข้องอยู่ในกาม วิตกวิจารณ์ (ความตรอง) ปิติ ฯลฯ เป็นโรค	๓๙
๒.๓.๖ ความเจ็บป่วย ผิดปกติทางกาย คือ โรค	๓๙
๒.๔ บทสรุป	๔๑
บทที่ ๓ สาเหตุของการป่วยและทำที่ต่อการดูแลสุขภาพในพุทธศาสนา	๔๓
๓.๑ สาเหตุของการป่วย	๔๓
๓.๑.๑ เกิดจากการไม่รู้ ไม่เข้าใจความจริงของธรรมชาติ	๔๔
๓.๑.๒ เกิดจากการอบรมกายอบรมจิตไม่สมดุล	๔๖
๓.๑.๓ เกิดจากผลของกรรม	๔๘
๓.๑.๔ เกิดจากสิ่งแวดล้อม หรือเหตุปัจจัยที่ไม่เหมาะกับการมีสุขภาพดี	๕๒
๓.๑.๕ เกิดจากอมนุษย์	๕๓



๓.๒	ทำที่ของพุทธศาสนาที่มีต่อการเจ็บป่วยและสุขภาพ	๕๔
๓.๒.๑	ความเจ็บป่วยคือภัยของมนุษย์	๕๕
๓.๒.๒	ความเจ็บป่วยคือสิ่งธรรมดาของชีวิต	๕๖
๓.๒.๓	ความเจ็บป่วยคือทุกขเวทนาที่ต้องกำจัด	๕๗
๓.๒.๔	ความเจ็บป่วยคือสิ่งยาเตือนไม่ให้ประมาท ให้เร่งทำความเพียร	๕๘
๓.๒.๕	ความเจ็บป่วยคือสิ่งช่วยย้ำเป้าหมายสูงสุดของชีวิต	๕๙
๓.๓	บทสรุป	๖๐
บทที่ ๔	พุทธวิธีในการดูแลสุขภาพป้องกันการเจ็บป่วย	๖๑
๔.๑	การดูแลร่างกายจิตใจเพื่อการมีสุขภาพดี	๖๑
๔.๑.๑	การแผ่ระวางจิตใจเพื่อไม่ต้องป่วยอย่างสิ้นเชิง	๖๑
๔.๑.๒	ต้องดูแลร่างกายอยู่เสมอ	๖๓
๔.๑.๓	มีที่พักอาศัยและสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อมเหมาะสม	๖๖
๔.๑.๔	อยู่ในพื้นที่เหมาะสมมีอาหาร ยา พอเพียง	๖๙
๔.๒	บทสรุป	๗๑
บทที่ ๕	วิธีการเยียวยาผู้ป่วยในพุทธศาสนา	๗๓
๕.๑	การดูแลจิตใจของผู้ป่วยและ ชี้ให้เห็นประโยชน์จากการป่วย	๗๔
๕.๒	ให้การรักษาด้วยธรรมโอสถ	๗๕
๕.๒.๑	สวดโพชฌงค์	๗๕
๕.๒.๒	ใช้สติปัญญา ความเพียร สติ สัมปชัญญะ ความอดกลั้น	๗๖
๕.๒.๓	สัญญา ๑๐	๗๗
๕.๒.๔	เตือนให้ละวางจากสิ่งที่ห่วงกังวล	๗๘
๕.๓	การใช้ยารักษาอาการป่วยทางกาย	๗๙
๕.๓.๑	การปฏิบัติตัวของภิกษุอาพาธ	๘๐
๕.๓.๒	ผู้ดูแลภิกษุอาพาธ	๘๔
๕.๓.๓	การมียา การใช้ยา และการเก็บรักษายา	๘๙
๕.๔	อานิสงส์ของการถวายยา	๙๕
๕.๕	บทสรุป	๙๘
บทที่ ๖	การดูแลผู้ป่วยวาระสุดท้ายในพุทธศาสนา	๙๙
๖.๑	ทำที่ต่อผู้ป่วยวาระสุดท้าย	๙๙
๖.๒	แนวทางการเตรียมผู้ป่วยวาระสุดท้าย	๑๐๐
๖.๓	การฆ่าตัวตายเพื่อขจัดทุกขเวทนา	๑๐๔
๖.๔	การช่วยเหลือผู้ป่วยวาระสุดท้ายโดยฆราวาส	๑๐๖
๖.๕	การปฏิบัติต่อผู้ป่วยวาระสุดท้ายในสังคมปัจจุบัน	๑๐๘
๖.๖	การปฏิบัติต่อผู้ตาย	๑๑๐
๖.๗	บทสรุป	๑๑๒



บทที่ ๗	การประยุกต์หลักพุทธศาสนาเพื่อแก้ปัญหาสุขภาพในสังคมไทย	๑๑๓
๗.๑	พุทธศาสนากับการแก้ปัญหาสุขภาพในสังคมไทย	๑๑๔
๗.๑.๑	พุทธศาสนามีหลักการและจุดเด่นที่ชัดเจน	๑๑๔
๗.๑.๒	พุทธศาสนาคือพื้นฐานสังคมและวัฒนธรรมไทย	๑๑๖
๗.๑.๓	พุทธศาสนาไม่ขัดแย้งกับกระบวนทัศน์หลักทางสุขภาพที่ใช้อยู่	๑๑๖
๗.๒	พุทธศาสนาภาคประชาชนกับการประยุกต์ใช้หลักการพุทธศาสนา ด้านสุขภาพ	๑๑๘
๗.๒.๑	ลักษณะของพุทธศาสนาภาคประชาชน	๑๑๘
๗.๒.๒	พุทธศาสนาภาคประชาชนกับสุขภาพ	๑๒๐
๗.๓	หลักการของสังคมอุดมคติที่มีระบบดูแลสุขภาพ ภายใต้กระบวนทัศน์พุทธศาสนา	๑๒๑
๗.๓.๑	เป็นระบบสุขภาพที่ตั้งอยู่บนหลักความเชื่อของพุทธศาสนา	๑๒๑
๗.๓.๒	ต้องมีนิยามต่อชีวิตและสุขภาพแบบพุทธศาสนา	๑๒๒
๗.๓.๓	ต้องมีระบบบริการสุขภาพที่สอดคล้องกับ กระบวนทัศน์พุทธศาสนา	๑๒๓
๗.๓.๔	วิถีชีวิตของผู้คนในสังคมควรต้องสอดคล้องกับ แนวทางของพุทธศาสนา	๑๒๔
๗.๔	แนวทางนำเสนอพุทธกระบวนทัศน์ด้านสุขภาพ และการเยียวยาผู้สังคมไทย	๑๒๖
๗.๕	อุปสรรคในการนำมาใช้ และแนวทางการแก้ไข	๑๒๘
๗.๕.๑	ความรู้สึกไม่คุ้นเคยของประชาชน	๑๒๘
๗.๕.๒	กระแสการต่อต้านจากกระแสบริโภคนิยม	๑๒๙
๗.๕.๓	กระแสการต่อต้านจากระบบการแพทย์กระแสหลัก	๑๓๐
๗.๕.๔	ความไม่พร้อมของคณะสงฆ์	๑๓๐
๗.๖	บทสรุป	๑๓๑
บทที่ ๘	ทัศนะของศาสนาคริสต์และอิสลามต่อสุขภาพ	๑๓๓
๘.๑	ชีวิตและสุขภาพในคริสต์ศาสนา	๑๓๔
๘.๑.๑	มนุษย์ในทัศนะของคริสต์ศาสนา	๑๓๔
๘.๑.๒	ความเจ็บป่วยของมนุษย์	๑๓๕
๘.๑.๓	การรักษาเยียวยา	๑๓๗
๘.๑.๔	รูปแบบวิธีการเยียวยารักษา	๑๓๘
๘.๑.๕	ความตายในทัศนะคริสต์ศาสนา	๑๓๙
๘.๒	ชีวิตและสุขภาพในทัศนะของศาสนาอิสลาม	๑๔๐
๘.๒.๑	มนุษย์ในทัศนะของศาสนาอิสลาม	๑๔๑
๘.๒.๒	สุขภาพและความเจ็บป่วยของมนุษย์	๑๔๒
๘.๒.๓	การรักษาเยียวยา	๑๔๓
๘.๒.๔	รูปแบบการป้องกันและเยียวยารักษาโรค	๑๔๔
๘.๒.๕	ความตายในทัศนะของศาสนาอิสลาม	๑๔๗
๘.๓	บทสรุป	๑๔๘

