



“หนังสือธรรมะที่เป็นมากกว่าหนังสือธรรมะ”

คนไข้ใบนิพพาน

“ตราบไต่ที่ยังมีร่างกาย คำว่าปราศจากโรคภัยย่อมไม่มี”

นี่คือโอกาสอันดีที่ทุกคนจะได้เข้าถึงธรรม

Phom Sinsirakul

พิเศษสุด



ฉลองพุทธชยันตี ๒,๖๐๐ ปี



Phom Sinsirakul



ธรรมะ

สาระธรรมะ

สุขภาพกาย-ใจ

บทสวดมนต์

เกมธรรมะ



หนังสือคุณภาพในเครือเสียงเชียงใหม่ เพื่อพุทธศาสน์

บทอธิษฐานขอโหลิกรรม

กายขกั้มมัง วะจิกั้มมัง มโนกั้มมัง สันญิจจกั้มมัง
อะสันญิจจกั้มมัง ขะมันตฺ เม อะโหลสิกั้มมัง ภาวตฺ เม.

กรรมใดๆ ไม่ว่าจะป็นกายกรรม วชิกรรม มโนกรรม ที่ข้าพเจ้า
ได้ทำล่วงเกินแก่ผู้ใด ทั้งโดยตั้งใจก็ดี ไม่ได้ตั้งใจก็ดี ในภพชาติใดก็ตาม
ขอให้เจ้ากรรมนายเวรทั้งหลาย จงโปรดยกโทษให้เป็นอโหลสิกรรมแก่
ข้าพเจ้า อย่าได้จองเวรจองกรรมต่อกันอีกเลย

แม้แต่กรรมใดที่ใครๆ ทำแก่ข้าพเจ้าก็ตาม ข้าพเจ้าขออโหลสิกรรม
ให้ทั้งสิ้น ยกถวายพระพุทธเจ้าเป็นอภัยทาน ขอจงคลายให้เขาเหล่านั้นกลับ
มีเมตตาจิต คิดเป็นมิตรกับข้าพเจ้า เพื่อจะได้ไม่มีเวรกรรมต่อกันตลอดไป

ด้วยอานิสงส์แห่งอภัยทานนี้ ขอให้ข้าพเจ้าพร้อมทั้งครอบครัว
ตลอดจน วงศาคณาญาติ ผู้มีอุปการคุณของข้าพเจ้า พ้นจากความทุกข์ยาก
ลำบากเข็ญใจ ความทุกข์ข้อย่าได้ใกล้ ความเจ็บไข้อย่าได้มี ขอให้มีความสุข
สวัสดิมีชัย เสนียดจัญไรและอุปัทวันตรายทั้งหลาย จงเสื่อมสิ้นหายไป
นึกคิดปรารณาสิ่งใด ที่เป็นไปโดยชอบประกอบด้วยธรรมแล้ว ขอให้สิ่งนั้น
จงพลันสำเร็จ จงพลันสำเร็จ จงพลันสำเร็จเทอญ

นิพพานะปัจฉิมโย โทตฺ.



คนไข้ใบนิพพาน

“ตราไต่ที่ถึงมีร่างกาย คำว่าปราศจากโรคภัยต่อมไม่มี”
นี่คือโอกาสอันดีที่ทุกคนจะได้เข้าถึงธรรม

บรรณาธิการ : ฌัฐพันธ์ ปันทวีเกียรติ

พิสูจน์อักษร : อรุณี มีพันธ์

ภาพหน้าปก : ธนวัฒน์ ไทยพานิช

ภาพประกอบ : สมควร กองสีลา, ธนวัฒน์ ไทยพานิช, จิรกาน ทองสิงห์

ออกแบบปก : ธิติ สีตตะวัฒน์, ฌัฐพันธ์ ปันทวีเกียรติ

บรรณาธิการสาร : ศักดิ์สิทธิ์ พันธุ์สิทธิ์

บรรณาธิการศิลปะ : ธนุจิต คำทองเมือง

ออกแบบรูปเล่ม : ธิติ สีตตะวัฒน์

คำนำ

พระพุทธองค์ตรัสสอนว่า “**ตราบโคที่ยังมีร่างกาย คำว่าปราศ-จากโรคนั้นย่อมไม่มี**” ไม่ว่าจะเกิดมายุากติมีจนหรือมียศถาบรรดาศักดิ์สูงต่ำเพียงใดก็ตาม ไม่มีใครสามารถหลีกเลี่ยงความทุกข์จากความเจ็บไข้ได้ป่วยได้ หากเราใช้โอกาสแห่งความเจ็บไข้ให้เกิดประโยชน์ด้วยการศึกษาและปฏิบัติธรรมตามที่หลวงปู่พุทธทาสได้ถ่ายทอดเอาไว้ โรคนั้นเจ็บต่างๆ ที่เกิดขึ้น หรือที่จะเกิดขึ้นกับเราในอนาคตนั้นก็จะเป็นปัญหาอีกต่อไป

ตั้งนี้แล้ว สำนักพิมพ์เลี้ยงช้าง เพียรเพื่อพุทธศาสนา จึงได้นำพระธรรมเทศนาเรื่อง “ยารักษาสรรพโรค” และ “การมีสติสัมปชัญญะต่อผู้ความเจ็บไข้” ของหลวงปู่พุทธทาส มาจัดพิมพ์ใหม่ในชื่อว่า “**คนไข้ไปนิพพาน**” โดยในการจัดพิมพ์ครั้งนี้ยังคงบทพระธรรมเทศนาไว้เหมือนเดิม แต่ได้เพิ่มเติมในส่วนของบทคัดย่อ ใส่สีเน้นคำ ทำเชิงอรรถ เสริมสาระอธิบายข้อธรรม และใส่ภาพประกอบ เพื่อให้อ่านง่าย เข้าใจง่าย ช่วยย่นระยะเวลาในการอ่าน เข้าถึงแก่นแท้ของธรรมะและหยิบใช้ได้ทันที มีสุขทันที

จึงหวังเป็นอย่างยิ่งว่าหนังสือเล่มนี้จักเอื้อประโยชน์ให้กับผู้อ่านได้ปฏิบัติตนและดำเนินไปสู่ความพ้นทุกข์ อยู่เหนือโรคนั้นเจ็บทุกชนิด และได้เข้าถึง “พระนิพพาน” อันเป็นบรมสุขได้ในชาติปัจจุบันนี้ทุกท่านเทอญ

สำนักพิมพ์ ปิ่นทวีเกียรติ

รู้เท่าไร



โปรดใช้เล่มนี้ให้คุ้มค่าที่สุด & อ่านแล้ว -> แบ่งกันอ่านหลายท่านนะจ๊ะ
อ่านสิครบ หมดสมอองคิดสิบทน มีกลิ่นปัญญา ทนมาการประยุกต์ใช้ในชีวิตรประจำวัน
จัดรุ่นค่าคนสรรหสิ่ง ฉลาดใช้ เลิศขีวิต ชีวิตรอกสนุก สงบ เย็น
สำนักพิมพ์เลี้ยงช้าง เพียรเพื่อพุทธศาสนา โปรดณาให้ทุกคนรอบคอบมีความสุข



สารบัญ

ธาระจับสรรพโรค หน้า ๖-๖๖

การต้วนธรรมชาติจ้ง หน้า ๖๗-๗๕

การมีสติสัมปชัญญะต่อสู่ความเจ็บไข้ หน้า ๗๖-๑๑๕

สวดมนต์รักษาโรค หน้า ๑๑๖-๑๔๒

สุขภาพใจดี สุขภาพกายดี หน้า ๑๔๓-๑๔๖

เรียนรู้ มีกจิต คิดสนุก พัฒนาสมอง หน้า ๑๔๗-๑๕๗



ยาระงับสรวลโรค

ยานี้ต้องการเครื่องยา ๗ อย่าง คือ

เปลือกต้น “ไม่รู้ไม่ชี้”

แล้วก็แก่นต้น “ช่างหัวมัน”

แล้วก็รากต้น “อย่างนั้นเอง”

แล้วก็ใบต้นที่ว่า “ไม่มีตัวกูของกู”

แล้วก็ดอกต้น “ไม่น่าเอาไม่น่าเป็น”

แล้วก็ลูกของต้น “ตายเสียก่อนตาย”

แล้วก็เมล็ดต้น “ดับไม่เหลือ”

~~~~~  
~~~~~

ยาระจับสรรพโรค^๑



วันนี้อาตมาจะบรรยายเรื่อง
“ยาระจับสรรพโรค”
ตั้งใจศึกษาและนำไปปฏิบัติให้ดีนะ

ท่านสาธุชนผู้มีความสนใจในธรรมทั้งหลาย การบรรยายประจำวันเสาร์แห่งภาคมาฆบูชาในวันนี้ อาตมาจะบรรยายโดยหัวข้อว่า **“ยาระจับสรรพโรค”** เป็นอันว่าในภาคมาฆบูชา นี้ จะพูดด้วยเรื่อง ปกิณกะแต่ละเรื่องๆ เป็นเรื่องๆ ไป ไม่ต้องติดต่อกันเป็นชุดเป็นพวกอะไรก็ได้บรรยายมาเช่นนั้นหลายครั้งแล้ว

ในวันนี้ก็จะได้พูดเรื่อง **“ยาระจับสรรพโรค”** เพราะว่าได้แจกฉลากยาไปมากแล้ว นานแล้ว ก็จะติดตามอธิบายให้สำเร็จประโยชน์

^๑ ปาฐกถาธรรม ประจำวันเสาร์ที่ ๒๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๓๓ เดิมชื่อ “ยาระจับสรรพโรค” แสดง ณ สวนโมกขพลาราม อำเภอไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี

โรคมมี ๓ ชนิด คือ โรคทางกาย โรคทางจิต โรคทางวิญญาน



สิ่งแรกก็คือเรื่อง “โรค” เรื่องการเป็นโรค บางคนอาจจะคิดว่าตัวเองไม่มีโรค ข้าพเจ้าไม่มีโรค ไม่เป็นโรค ไม่มีโรคที่น่ากลัวอะไร ขอให้สังเกตพิจารณาตุ๊กกันเสียใหม่ว่า โรคทางจิตใจนี่แหละสำคัญมาก

พระพุทธเจ้าท่านตรัสไว้ว่า โรคมมี ๒ ชนิด

คือ กายโรค โรคที่เกิดเกี่ยวกับทางกาย นี่พวกหนึ่ง
แล้วเจตสิกโรค โรคที่เกิดเกี่ยวกับทางจิต นี่ก็อีกโรคหนึ่ง
เป็น ๒ โรค แต่อัตมาเคยเอามาแยกออกเป็น ๓ โรค

คือว่าโรคทางจิตนั้นแยกออกเป็น ๒ คือ

เป็นโรคทางสติปัญญาอีกโรคหนึ่ง เรียกว่า “โรคทางวิญญาน”



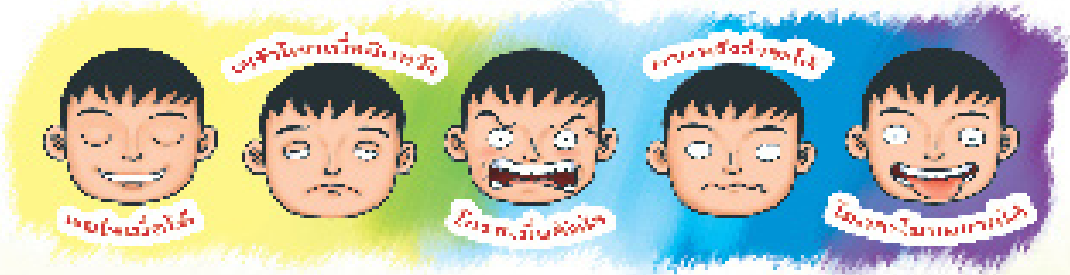
พระพุทธเจ้าตรัสสอนว่า “ร่างกายเป็นรังแห่งโรค ตราบใดที่ยังมีร่างกาย คำว่าปราศจากโรคภัยนั้นย่อมไม่มี” เพราะร่างกายอันเกิดจากธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ นั้นมีความเสื่อมไปตลอดเวลา เช่น ความหิว พระพุทธองค์ก็ตรัสว่าเป็นโรคทางกาย ไม่มีใครที่มีร่างกายแล้วไม่เกิดความหิว (ทุกข์ทางกาย) ถ้าเราลองพิจารณาคำสอนของพระพุทธองค์ก็จะเห็นได้ว่าทุกคนมีความหิวเกิดขึ้นทุกวันเป็นโรคประจำตัว หากร่างกายขาดอาหารจนถึงที่สุดแล้ว ร่างกายก็ต้องถึงแก่ความตายอย่างแน่นอน จริงหรือไม่? ให้ลองพิจารณาเพื่อเห็นทุกข์เห็นโทษของการเกิดมามีร่างกายอยู่เนืองๆ



๑. โรคทางกาย เจ็บป่วยทางกายก็ไปโรงพยาบาลตามธรรมดา



๒. โรคทางจิต จิตไม่สมประกอบ บ้าบอ เป็นโรคประสาทรบกวน อะไรเหล่านี้ก็เป็นโรคทางจิต ก็ต้องจัดการไปอีกอย่างหนึ่ง หรือไปหาโรงพยาบาลประสาท โรงพยาบาลโรคจิต



๓. แต่ถ้าเป็น โรคทางวิญญาณ คือโรคทางสติปัญญาแล้ว ต้องไปหาโรงพยาบาลของพระพุทธเจ้า คือ ธรรมะ ที่จะช่วยขจัดโรคทางวิญญาณ เห็นชัดเป็น ๓ อย่าง ๓ ประการด้วยกัน ดังนี้

“โรคทางวิญญาณ” เป็นปัญหามากที่สุด



โรคทางวิญญาณ คืออะไรคะ ?
ตั้งแต่เรียนแพทย์ก็ไม่เคยได้ยินเลย

ต่อไปก็จะได้พูดถึงสิ่งที่จะระงับโรคเหล่านี้ อาตมาใช้คำว่า “สรรพโรค” คือ โรคทั้งปวง ก็เป็นโรคทางวิญญาณนั่นแหละ แต่ต้องสังเกตดูให้ดีว่า โรคทางวิญญาณนั้นมันเป็นปัญหามากที่สุด เพราะว่าโรคทางกายนั้นมันไม่มีความหมายอะไรนัก มันไม่ได้ทำอันตรายอะไรนัก มันเป็นแค่ทางกาย แล้วอีกอย่างหนึ่ง โรคทางกายนี้ไม่ค่อยจะเป็นกัน นานๆ จะปวดหัวตัวร้อนสักทีหนึ่ง นานๆ จะเจ็บด้วยโรคนั้นโรคนี้กันสักทีหนึ่ง แต่ถ้าว่า

โรคทางจิตทางวิญญาณนี้จะเป็นกันตลอดเวลา

จนจะเรียกว่าแทบทุกลมหายใจเข้าออกก็ได้

มันเกิดเร็ว มันดับเร็ว

คิดดูให้ดีเถอะ โรคทางจิตนะมันเกิดเร็ว ดับเร็ว

วันเดียวเป็นสักร้อยโรคก็ได้

แล้วมันก็ไม่แสดงอะไรให้เอะอะตึงตัง ไม่ค่อยแสดงในทางกาย

แสดงแต่ในทางจิต คนก็คิดไปเสียอย่างอื่นได้ จึงคล้ายๆ กับว่า

ไม่ได้เป็นโรคอะไร ที่จริงเป็นอยู่แทบจะตลอดเวลา

กิเลสเกิดขึ้นเมื่อใด ก็เป็นโรคทางวิญญาณเมื่อนั้น

รู๊วว!! ได้เงินเยอะนะสมใจอยากแล้วรีบ
อยากรวยอีก แล้วจะเอาไปทำอะไรกัน?



นั่งอยู่ตรงนี้ ดูให้ดีเถอะ ก็มีโรคทางจิตอย่างใดอย่างหนึ่งอยู่
รบกวนอยู่ ถ้าไม่สังเกตดูให้ดีก็จะไม่เห็น เพราะฉะนั้น เราจะต้อง
จาระไนแจกกแรงในเรื่องโรคทางจิตนี้กัน ให้เห็นได้ว่ามันเป็นอยู่เกือบจะ
ตลอดเวลาเลย วันหนึ่งไม่รู้กี่ครั้ง ก็ลืมครั้งหรือร่อยครั้งก็ได้ถ้ามันเป็น
เก่ง พุดกำปั้นทุบดินก็พุดว่า

เกิดกิเลสทีหนึ่งก็เป็นโรคทางจิตทีหนึ่ง
เกิดกิเลสวันละกี่ครั้งมันก็เป็นเท่านั้นครั้ง



พระพุทธเจ้าตรัสสอนว่า ขณะที่ร่างกายยังมีลมหายใจอยู่ ให้พยายามระลึกรู้
สมหายใจเข้าออกทุกอิริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน ท่าที่จะทำได้ เพื่อเป็นการฝึกเจริญสติ
สำรวม ป้องกัน ระมัดระวังรักษาใจจากกิเลส เพราะเมื่อเกิดการกระทบทางตา หู จมูก
ลิ้น กาย กิเลสจะเกิดขึ้นที่ใจ ถ้าฝึกไปเรื่อยๆ จิตจะรู้เท่าทันกิเลสเมื่อกระทบผัสสะต่างๆ
ได้ทันทั่วทั้งที และให้หมั่นตรวจดู คีล สมาธิ ปัญญา อย่าให้พร่องไปจากจิต ถ้าผลอหรือ
หลงลืมไปเมื่อไหร่ ให้เริ่มต้นใหม่ (อานวชิรปฏิปัตินิพนธ์ ๓๕๖)

โรคทางวิญญาณ เป็นต้นเหตุให้เกิดโรคทางกาย

โรคทางวิญญาณเป็นต้นเหตุทำให้เกิด
โรคทางกายสารพัดอย่างเลยนะ



ขอให้ฟังให้ดีว่า โรคทางจิตนั้นมันมีอาการอย่างไร ถ้ารู้จัก
อาการของมันแล้ว มันก็จะเข้าใจได้ มันเป็นอยู่แทบจะทุกลมหายใจ
เข้าออก เกือบทุกลมหายใจเข้าออก

เมื่อเป็นโรคทางจิตแล้ว มันจะพาลเป็นโรคทางกายเอาด้วย เช่น
เป็นโรควิตกกังวล นอนไม่หลับ เคี้ยวมันก็ปวดหัว
เป็นโรคทางกาย มีความรบกวนทางจิตมาก
มันก็เป็นโรคกระเพาะอาหาร เป็นโรคลำไส้
เป็นโรคร้ายๆ ต่างๆ สารพัดอย่างขึ้นมา
เพราะว่ามันมีโรคทางจิตเป็นต้นเหตุอยู่ภายใน
โรคทางจิตเป็นเหตุให้เกิดโรคทางกาย

ข้อคิด



หนังสือเล่มนี้มีบรรจุพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าและพระอริยสงฆ์
โปรดใช้พระสติปัญญาให้เกิดประโยชน์สูงสุด สุนค้ำที่สุด
เมื่อไม่อ่านแล้ว กรุณาส่งต่อผู้อื่นเพื่อเป็นการเผยแผ่ธรรมและป่าภัยสุขภาพบารมีของตน

ลักษณะอาการของโรคทางวิญญาณ

จะยกตัวอย่างโรคทางจิตให้เป็นเครื่องสังเกตได้ง่ายๆ ว่า

เข้าใจว่าโรคทางวิญญาณจะ
ต้องคอยฝึกสังเกตใจตัวเองบ่อยๆ แน้ว



- ความรัก** เป็นโรคทางจิต
- ความโกรธ** เป็นโรคทางจิต
- ความเกลียด** เป็นโรคทางจิต
- ความกลัว** เป็นโรคทางจิต
- ความตื่นเต้น** เป็นโรคทางจิต
- ความวิตกกังวล** เป็นโรคทางจิต
- ความอาลัยอาวรณ์** เป็นโรคทางจิต
- ความอิจฉาริษยา** เป็นโรคทางจิต
- ความหวง** เป็นโรคทางจิต
- ความหึง** เป็นโรคทางจิต

ความยึดมั่นเป็นคู่ๆ บวกลบ ตีชัว บุญบาป ยึดมั่นเป็นคู่ๆ
แล้วก็ตีใจเสียใจ นี้เรียกว่า **ความยึดของเป็นคู่**
 นี้ก็เรียกว่าเป็นโรคทางจิต
ความสงสัย ไม่แน่ใจไปเสียทุกอย่าง
 กระทั่งว่าไม่แน่ใจว่าได้สิ่งที่ควรจะได้แล้ว



เคยสังเกตกันไหมครับว่า ทำไมคนที่จบการศึกษาสูงๆ เช่น จบดอกเตอร์ จบปริญญาจากต่างประเทศ หรือแม้กระทั่งคนที่เขียนจบหมด ถึงยังเป็นบ้า ถ้าคน รวมไปถึงฆ่าตัวตายได้ ลองพิจารณากันดูนะครับ

เพราะเป็นโรคทางจิตจึงมีทุกข์ จะดับโรคทางจิตต้องอาศัยพุทธศาสนา

นี่ก็จะขอลามทุกคนที่นั่งอยู่ตรงที่นี้ว่า ใครไม่มีความสงสัย
ข้อนี้บ้าง ใครมีความแน่ใจว่าได้สิ่งที่ควรได้โดยแน่นอนแล้ว หรือใครยังมี
ปัญหาว่าเรายังไม่ได้สิ่งที่ควรจะได้ ถ้ายังมีความสงสัยอยู่ ลังเลอยู่
อย่างนี้ ก็นั่งอยู่ที่นี้ตรงนี้แหละ ฟังบรรยายอยู่ที่นี่แหละ เป็นโรคจิต เป็น
โรคสงสัยอยู่เสมอว่ามันยังไม่ได้สิ่งที่ควรจะได้ ยังดับทุกข์ไม่ได้ ยังไม่ได้
ดับทุกข์ ยังไม่มีพระนิพพานเป็นที่หวังอันแน่นอน มันวิตกกังวลสงสัย
อาลัยอาวรณ์ นี่ก็เป็นโรคทางจิตทางวิญญาน จิงว่าไม่ยกเว้นใครทั้งนั้น
ไม่ยกเว้น มันเป็นได้ทุกหนทุกแห่ง เมื่อไรก็ได้ เท่าไรก็ได้ อย่างไม่รู้ได้
นี่ขอให้ลองคิดดู

โรคทางจิต ทางวิญญาน จิงเป็นโรคที่มหาศาล

น่ากลัวยิ่งกว่าโรคใดๆ เลย

ถ้าเราไม่มีโรคทางจิตแล้ว เราก็ไม่มีความทุกข์
คิดดูให้ดีๆ ถ้าเราไม่มีโรคทางจิตแล้ว เราก็ไม่มีความทุกข์
แล้วเราก็ไม่ต้องมาศึกษาพุทธศาสนาให้ลำบากหรอก
ถ้าเราไม่มีโรคทางวิญญาน คือโรคที่เป็นไปทางจิตนะ
เดี๋ยวนี้มันมีโรคเป็นไปทางจิต มีความทุกข์
จึงต้องพยายามอย่างซึ่งที่จะศึกษา ที่จะต่อสู้
ที่จะรักษาโรคทางจิต

อาการของโรคทางวิญญาณ



๑. ความรัก

ที่นี่ก็จะขอให้ดูให้ตัวอย่างที่ว่ามาแล้วคือ **ความรัก** ถ้ารักเรื่อง กามารมณ์ก็เป็นเรื่องเสียดแทงอย่างยิ่ง บ้าๆ บอๆ แม้จะรักอย่างพ้อรัก ลูก ลูกรักพ้อ นี่มันเป็นความสุขอยู่เมื่อไหร่ มันเป็นปัญหายุ่งยากลำบาก ใจสีกเท่าไร แม้แต่ว่าเป็นความรักและเมตตากรุณา แม้ว่ารัก เพื่อนบ้าน รักผู้อื่น รักที่จะช่วยเขาให้พ้นทุกข์ มันก็มีปัญหา มันเนื่อง มาจากความรัก แล้วใครบ้างที่มันไม่มีความรัก มันก็มีความรักตาม สัญชาตญาณ มีความรักในสันดานของสิ่งที่มีชีวิต

อย่างแม่ไก่ มันก็รักลูกยิ่งกว่าชีวิตของมันเอง ลูกไก่มันก็รัก แม่ไก่เหมือนกัน นี่ก็เป็นปัญหา แม้ว่าความรักที่เรียกว่าด้วยเมตตา กรุณาที่ยังต่ำอยู่นะ ยังเป็นเมตตากรุณาที่มาจากความยึดมั่นถือมั่นว่า ตัวตน นี่พึ่งดูให้ดี เมตตากรุณานั้นมาจากตัวตนก็มี มาจากอวิชา น้อยๆ ก็มี