



การศึกษาพุทธวิธีการบำบัดรักษาโรคตามนัยคิลานสูตร A Study a Buddhist of the disease treatment according to GilānaSutta

พระสุชี สุมน*

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ ๑) เพื่อศึกษาโรคในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ๒) เพื่อศึกษาพุทธวิธีการบำบัดรักษาโรคตามนัยคิลานสูตรและ ๓) เพื่อศึกษาวิเคราะห์ผลของการใช้พุทธวิธีการบำบัดรักษาโรคตามนัยคิลานสูตร

ผลการวิจัยพบว่า โรคในทางพระพุทธศาสนา คือ สิ่งที่เสียดแทงร่างกายและจิตใจ อันเกิดขึ้นกับมนุษย์ พระพุทธเจ้าทรงจำแนกโรคออกเป็น ๒ ชนิด คือ (๑) โรคที่เกิดขึ้นทางกาย และ (๒) โรคที่เกิดขึ้นทางใจ

พุทธวิธีบำบัดรักษาโรคในคัมภีร์พระไตรปิฎก แบ่งออกเป็น ๒ วิธีการ ได้แก่ การบำบัดรักษาโรคด้วยกรรมวิธีแบบทั่วไปและการบำบัดรักษาโรคด้วยธรรมโอสถ การบำบัดรักษาโรคด้วยธรรมโอสถเป็นการรักษาโรคด้วยการบำเพ็ญเพียรทางจิต เป็นวิธีการบำเพ็ญเพียรทางจิต เป็นการฝึกเจริญสติพิจารณาให้รู้เท่าทันและรู้แจ้งในทุกข์ เมื่อเจริญสติได้ถึงพร้อม จะเกิดปัญญาในการพิจารณาเห็นความจริง จนเกิดความเข้าใจและยอมรับในสภาวะที่ตนเป็นอยู่ เกิดการปล่อยวาง ไม่ยึดติดในความรู้สึกที่เกิดขึ้น ทำให้เกิดความสงบสุขทั้งทางร่างกายและจิตใจ ส่งผลถึงสุขภาพของร่างกาย

ผลการวิเคราะห์พบว่า การบำบัดรักษาโรคในคิลานสูตรเป็นการรักษาด้วยโพชฌงค์ อันเป็นผลต่อทางด้านร่างกาย จิตใจ และพฤติกรรม ด้านร่างกายทำให้ผู้ป่วยเกิดความเพียรที่จะทำให้ร่างกายแข็งแรงจนสามารถเอาชนะโรคที่เกิดขึ้นให้หายได้ ด้านจิตใจทำให้เกิดปัญญาญาณนำไปสู่การรู้แจ้งในสัจธรรมและบรรลุมรรคผลนิพพานในที่สุด ด้านพฤติกรรมทำให้เป็นผู้ประพฤติปฏิบัติเพื่อป้องกันโรคและรักษาบำบัดโรคที่เกิดขึ้นกับตนเอง ไม่ให้มีอาการเพิ่มขึ้น อยู่อย่างปราศจากอาการหวาดกลัว ไม่เกิดความเศร้าโศก ไม่มีอาการซึมเศร้า มีทัศนคติที่ดีพร้อมที่จะเผชิญกับอาการเจ็บป่วย และดำเนินชีวิตต่อไปในสังคมได้อย่างปกติ

คำสำคัญ: พุทธวิธีการบำบัดรักษาโรค, คิลานสูตร

*นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย



Abstract

The purposes of this research were: (1) to study diseases in Theravāda Buddhist scriptures, (2) to study a way of the disease treatment according to GilānaSutta and (3) to analyze a result of the Buddhist disease-treatment according to GilānaSutta.

A result of this study was found that a disease in Buddhism was a thing to hurt a body and mind. The Buddha divided diseases into two types: physical diseases and mental diseases.

Buddhist disease-treatment in Tipitaka was divided into two ways: disease treatment in a general way and disease treatment by means of Dhamma. The second type was done with mental development. It was to develop mind, grow mindfulness and know clearly suffering. When the development of mindfulness was complete, it caused wisdom to understand things as they really were and accept them. Mind was free from them without any attraction. This result brought peace and happiness to a body and mind.

A result of this analysis was found that the disease treatment in GilānaSutta was done with Pōjjhanga chanting. It had great effect on a body, mind and behaviour. Here, the patient tried to make a body stronger until he won the faced disease. Similarly, the patient got the mental development to attain intuition to understand truths clearly and attain the enlightenment. He had good behaviour by protecting themselves from diseases and curing the rising disease. He lived without any fear, sorrow and depression. He had a good view to face sickness and live happily in the society.

Keywords; Buddhist of the disease treatment, Gilāna Sutta

๑. บทนำ

ความเจ็บป่วยในการรับรู้ของผู้คนส่วนใหญ่ มักเป็นภาพของความทุกข์ ความน่ากลัว ความหดหู่ และความไม่พึงปรารถนา ส่วนหนึ่งอาจเป็นผลมาจากสื่อสารมวลชนในโลกสมัยใหม่ที่นำเสนอภาพลักษณ์ที่วุ่นวายแล้วซ้ำเล่า นานวันเข้าจนกระทั่ง “ความเจ็บป่วย” กลายเป็นศัตรูที่อยู่ฝ่ายตรงข้ามของการดำเนินชีวิต ภาพลักษณ์ “ความเจ็บป่วย” จึงกลายเป็นสิ่งที่หลายคนปฏิเสธ และไม่อยากพูดถึง กระทั่งจางหายไปจากการระลึกถึงในระหว่างการดำเนินชีวิตปกติ มนุษย์จึงขาดความเข้าใจหรือเข้าใจผิด คิดจินตนาการไปต่างๆ



นานา ทั้งยังปราศจากทักษะและความเข้มแข็งภายในที่จะรับมือเมื่อความเจ็บป่วยมาถึงจริงๆ แล้วหากย้อนกลับมาพิจารณาสังขารของชีวิตในเรื่องนี้ จะพบว่ามนุษย์ทุกคนล้วนต้องเผชิญกับความเจ็บป่วยด้วยกันทั้งสิ้น มนุษย์ไม่อาจหลีกเลี่ยงวงจรความเจ็บป่วยในการดำเนินชีวิตไปได้ ความเจ็บป่วยเป็นส่วนหนึ่งของการมีชีวิตอยู่ในโลกและเป็นทุกข้ออย่างหนึ่งที่คนทุกคนต้องประสบทั้งทางกาย และทางใจการที่จะไม่ให้ร่างกายเกิดเจ็บป่วยเลยนั้นเป็นสิ่งเป็นไปได้แน่นอน เพราะเป็นธรรมชาติของร่างกายที่อวัยวะต่างๆ จะเสื่อมลงและถูกคุกคามด้วยโรค ในทัศนะพระพุทธศาสนาความเจ็บป่วยเป็นปฏิสัมพันธ์ระหว่างร่างกายและจิตใจ แต่ละบุคคลต้องรับผิดชอบต่อสุขภาพและความเจ็บป่วยของตนเอง เรามีหน้าที่ที่จะต้องแก้ไขบำบัดรักษาและบริหารชีวิตให้ดี ถ้าหลีกเลี่ยงโรคได้ก็หลีกเลี่ยง ถ้ามันเกิดขึ้นก็บำบัดรักษาไปตามกำลังความสามารถ แต่อย่าไปทุกข์ทรมานระวายเป็นโรคร้ายไข้เจ็บนั้นและสำคัญผิดว่าเป็นเพราะกรรมเก่าแต่เพียงอย่างเดียว ซึ่งเป็นความเข้าใจที่คลาดเคลื่อนไปจากหลักคำสอนในพระพุทธศาสนา พระพุทธองค์ตรัสว่าความเข้าใจเช่นนั้นผิด เป็นทิฏฐิของพวกนิครนถ์^๑ แท้จริงโรคเกิดจากเหตุปัจจัยได้หลายอย่าง ต้องแก้ไขให้ตรงตามเหตุปัจจัยจึงจะหาย

โรคเป็นสภาวะที่มีสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่เสียตาง เบียดเบียนร่างกายและจิตใจให้ได้รับความลำบาก ซึ่งมีผลทำให้ระบบการทำงานของอวัยวะต่างๆ ของร่างกายและบกพร่องหรืออาจรุนแรงถึงขั้นทำให้เสียชีวิตได้ โรคเป็นสภาวะที่ผิดปกติของร่างกายและจิตใจของสิ่งมีชีวิตมนุษย์ในทัศนะของพระพุทธศาสนาเมืองค์ประกอบอยู่ ๒ ส่วน คือ ร่างกายและจิตใจ โรคที่เกิดขึ้นกับมนุษย์จึงสามารถจำแนกได้เป็น ๒ ประเภท คือ โรคทางกายและโรคทางใจ โรคทางกายเกิดขึ้นจากหลายสาเหตุ อันเนื่องจากความไม่สมดุลของธาตุทั้ง ๔ เป็นสาเหตุสำคัญ ความรุนแรงของโรคขึ้นอยู่กับความสมบูรณ์ของร่างกายและผลจากกรรมของแต่ละบุคคล ส่วนโรคทางใจมีสาเหตุมาจากการที่จิตใจของบุคคลถูกครอบงำด้วยกิเลส ความเศร้าหมองทำให้จิตใจเร่าร้อน กระวนกระวายอยู่ไม่เป็นสุข แต่เดิมโรคร้ายแรงมีเพียง ๓ ชนิด คือ โรคอยาก โรคหิว และโรคชรา แต่เมื่อมีการทำร้ายเบียดเบียนสัตว์ทำให้มีโรคเพิ่มมากขึ้น ๙๘ ชนิด^๒ พระพุทธองค์ตรัสถึงสาเหตุความเจ็บป่วยไว้ในคิริมานันทสูตร ๘ ประการ^๓ ซึ่งสามารถแบ่งได้เป็น ๖ กลุ่ม คือ โรคผิวหนัง โรคลม โรคในท้อง โรคเกี่ยวกับอวัยวะ โรคที่เกี่ยวกับทางเดินหายใจ และโรคเบ็ดเตล็ด ซึ่งเป็นโรคที่ไม่จัดเข้าใน ๕ กลุ่มดังกล่าว

พุทธวิธีการบำบัดรักษาโรคที่ปรากฏในพระไตรปิฎก มีทั้งการบำบัดรักษาโรคทางกายและโรคทางใจ ในส่วนการบำบัดรักษาโรคทางกายของพระพุทธองค์มีวิธีการคล้ายคลึง

^๑ม.อ.ปริ (ไทย) ๑๔/๗/๙-๑๑.

^๒ขุ.สุ (ไทย) ๒๕/๓๑๔/๕๗๒.

^๓อง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๖๐/๑๓๐.



กับการแพทย์ในแผนปัจจุบันและยังทรงใช้ธรรมโอสถบำบัดไปพร้อมๆ กันอีกด้วย เพราะหลักการบำบัดรักษาโรครภัยไข้เจ็บในพระพุทธศาสนา จะต้องดูแลและรักษาทั้งร่างกายและจิตใจไปพร้อมๆ กัน เนื่องจากร่างกายและจิตใจมีความเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กัน ส่งผลกระทบต่อกันและกันไม่อาจจะแยกออกจากกันได้โดยเด็ดขาด ส่วนโรคทางใจจะต้องใช้หลักพุทธธรรมในการบำบัดเท่านั้น เนื่องจากโรคทางใจในพระพุทธศาสนามีสาเหตุมาจากกิเลสเครื่องเศร้าหมอง จึงต้องใช้หลักพุทธธรรมในการบำบัดโรคทางใจจึงเป็นการขจัดกิเลสเครื่องเศร้าหมองในจิตใจ ให้บรรเทาเบาบางลงจนทำให้จิตใจสงบ ระวัง ผ่อนคลาย ส่งผลให้หายจากโรคทางใจได้

หลักพุทธธรรมที่สำคัญ ในพระพุทธศาสนาที่ใช้บำบัดรักษาความเจ็บป่วยที่สำคัญอย่างหนึ่ง ก็คือหลักโพชฌงค์ ๗ ประการ ซึ่งเป็นองค์ธรรมแห่งการตรัสรู้ ในคิลานสูตร^๔ พระพุทธองค์ใช้หลักโพชฌงค์ ๗ ประการ ในการบำบัดโรครภัยไข้เจ็บที่เกิดขึ้นกับพระมหากัสสปะ พระโมคคัลลานะ และพระพุทธองค์เอง การบำบัดรักษาโรคด้วยหลักโพชฌงค์ ๗ ประการ เป็นผลของการปฏิบัติธรรมขั้นสูง ซึ่งเป็นการบำบัดโรคได้อย่างถาวร ความไม่มีโรคตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา ก็คือการบรรลุ มรรค ผล นิพพาน อันเป็นการบำบัดรักษาโรคทางใจได้อย่างเด็ดขาด และโรคทางกายก็สามารถบำบัดรักษาได้ด้วยการปฏิบัติตามหลักโพชฌงค์ ๗ ประการ

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาพุทธวิธีการบำบัดรักษาโรคตามนัยคิลานสูตร เนื่องจากการบำบัดรักษาโรคด้วยธรรมโอสถซึ่งพระพุทธองค์ใช้หลักโพชฌงค์ในการบำบัดความเจ็บป่วย และจะทำให้ผู้ที่ยังเข้าใจคลาดเคลื่อนเกี่ยวกับการบำบัดรักษาโรคด้วยหลักโพชฌงค์มีความเข้าใจอย่างถูกต้องในการนำหลักโพชฌงค์มาบำบัดความเจ็บป่วย

๒. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑. เพื่อศึกษาโรคในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
๒. เพื่อศึกษาพุทธวิธีการบำบัดรักษาโรคตามนัยคิลานสูตร
๓. เพื่อศึกษาวิเคราะห์ผลของการใช้พุทธวิธีการบำบัดรักษาโรคตามนัยคิลานสูตร

๓. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเอกสาร (Documentary research) โดยมีวิธีการดำเนินการวิจัยดังนี้

๑. รวบรวมข้อมูลชั้นปฐมภูมิ จากพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙ พระไตรปิฎก ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยพร้อมอรรถกถาแปลทุกเล่ม พ.ศ. ๒๕๓๔ และรวบรวมข้อมูลชั้นทุติยภูมิ หนังสือ ตำรา บทความ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

^๔ ส.ม. (ไทย) ๑๙/๒/๑๒๘-๑๓๑.



๒. เรียบเรียงข้อมูลที่ได้จากการรวบรวมข้อมูลจากชั้นปฐมภูมิและชั้นทุติยภูมิ
๓. นำข้อมูลมาวิเคราะห์ด้วยวิธีการพรรณนา
๔. นำเสนองานวิจัย

๔. บทสรุป

โรคในทางพระพุทธศาสนา หมายถึง สิ่งที่เสียดแทงร่างกายและจิตใจ จนทำให้เกิดความเจ็บป่วย ความทุกข์ ความลำบาก อาจรุนแรงถึงขั้นทำให้เสียชีวิต ซึ่งเป็นปัญหาของมนุษย์ทุกคน เป็นปัญหาที่ต้องแก้ไข ต้องกำจัดออกไปจากชีวิตเพื่อที่จะดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุขแบ่งออกเป็น ๒ ชนิด ได้แก่ โรคทางกาย และโรคทางใจ โรคทางกาย หมายถึง ความเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นทางร่างกาย อันเนื่องมาจากอวัยวะหรือองค์ประกอบของร่างกายบกพร่องทำงานผิดปกติจนทำให้เกิดความรู้สึกไม่สบาย ซึ่งมีสาเหตุมาจากความไม่สมดุลของธาตุทั้ง ๔ โรคทางใจ หมายถึงโรคที่เกิดขึ้นทางใจ อันเนื่องจากการที่จิตใจถูกครอบงำด้วยอนุสัยหรืออาสวะ อันเป็นกิเลสอย่างละเอียดที่จมลึกอยู่ในจิตใจ เช่น ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอิจฉาริษยา ความหึงหวง ความวิตกกังวล ความอาลัยอาวรณ์ ความคับแค้นใจ เป็นต้น ในส่วนการบำบัดรักษาโรคทางกายของพระพุทธองค์มีวิธีการคล้ายคลึงกับการแพทย์ในแผนปัจจุบันและยังทรงใช้ธรรมโอสถบำบัดไปพร้อมๆ กันอีกด้วย เพราะหลักการบำบัดรักษาโรคมัยใช้เจ็บในพระพุทธศาสนา จะต้องดูแลและรักษาทั้งร่างกายและจิตใจไปพร้อมๆ กัน เนื่องจากร่างกายและจิตใจมีความเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กัน ส่งผลกระทบต่อกันและกันไม่อาจจะแยกออกจากกันได้โดยเด็ดขาด ส่วนโรคทางใจจะต้องใช้หลักพุทธธรรมในการบำบัดเท่านั้น เนื่องจากโรคทางใจในพระพุทธศาสนามีสาเหตุมาจากกิเลสเครื่องเศร้าหมอง จึงต้องใช้หลักพุทธธรรมในการบำบัดโรคทางใจจึงเป็นการขจัดกิเลสเครื่องเศร้าหมองในจิตใจให้บรรเทาเบาบางลงจนทำให้จิตใจสงบ ระวัง ผ่อนคลาย ส่งผลให้หายจากโรคทางใจได้

เรื่องราวและความเป็นมาของ คิลานสูตร คือ ปฐมคิลานสูตร เป็นเรื่องของการบำบัดรักษาโรคของพระพุทธเจ้าด้วยโพชฌงค์ ๗ ได้แก่ ๑) สติสัมโพชฌงค์ ๒) ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ ๓) วิริยสัมโพชฌงค์ ๔) ปีติสัมโพชฌงค์ ๕) ปัทสัทธิธัมมสัมโพชฌงค์ ๖) สมာธิสัมโพชฌงค์ ๗) อุเบกขาสัมโพชฌงค์ ปฐมคิลานสูตร เมื่อครั้งพระมหากัสปะเกิดอาพาธได้รับความทุกข์ทรมานเนื่องจากเป็นไข้หนัก อยู่ที่ถ้ำปีฬลิกูหา ทุติยคิลานสูตรเมื่อครั้ง พระมหาโมคคัลลานะเกิดอาพาธได้รับความทุกข์ทรมานเนื่องจากเป็นไข้หนัก อยู่ที่ถ้ำปีฬลิกูหา และตติยคิลานสูตร เมื่อครั้งพระผู้มีพระภาคเจ้าเกิดอาพาธได้รับความทุกข์ทรมานเนื่องจากเป็นไข้หนัก การเจ็บป่วยเป็นของธรรมดาของสัตว์โลก เพราะการเกิด การแก่ เจ็บ ตายย่อมเป็นธรรมดาของทุกชีวิต ไม่มีใครหลีกเลี่ยง ไม่ว่าผู้นั้นจะเป็นคนยากดีมีจน เป็นคนพาลหรือบัณฑิต ล้วนมีความแก่และเจ็บป่วยเป็นธรรมดา พระอรหันต์ก็คือมนุษย์คนหนึ่ง ถึงแม้พระพุทธเจ้าก็ยังทรงประชวร เนื่องจากเป็นเพราะอกุศลกรรมในอดีตทำให้เกิดอกุศลวิบาก



ทุกข์ทางกายเกิดแต่ท่านไม่มีทุกข์ทางใจ เมื่อใดที่ยังมีขั้น ๕ ก็ต้องมีทุกข์กายเพราะยังมีขั้น ๕ ที่ต้องรับวิบากทางกาย แต่เมื่อใดปรินิพพานแล้วก็ไม่มีขั้น ๕ ให้รับผลของกรรม พระอรหันต์เป็นผู้ไม่ติดใจและไม่ติดค้างใจกับอะไร ปล่อยวางอารมณ์ได้ จิตไม่ติดข้องกับสิ่งใดๆ และไม่มี ความอาลัยต่อสิ่งใดทั้งสิ้น แต่ท่านที่เจ็บป่วยยังต้องรักษาก็เพราะเมื่อยังไม่หมดอายุขัยก็ต้องดูแลจนมรณชาตขั้นไว้ เพราะการดำรงอยู่ของท่านเป็นการยังความเกื้อกูลแก่โลก พุทธวิธีการบำบัดรักษาโรคตามนัยคิลานสูตร เป็นการฝึกจิตโดยการเจริญโพชฌงค์ ๗ ประการ โดยมีขั้นตอนในการรักษา ดังนี้ ๑) พระพุทธองค์ทรงสืบประวัติผู้ป่วยทรงตรวจดูสัตว์โลกด้วยพุทธจักขุ เพื่อทอดพระเนตรเหล่าสัตว์ผู้ที่พระองค์พอแนะนำได้หรือมีใครบ้างที่พระองค์จะสามารถช่วยเหลือได้บ้าง ๒) พระพุทธองค์ทรงพบผู้ป่วย ๓) พระพุทธองค์ทรงให้คำแนะนำผู้ป่วย อาการเจ็บป่วยนั้นมีความสัมพันธ์กับจิต พระพุทธองค์จึงเน้นไปที่จิตก่อนเป็นอันดับแรก ๔) พระพุทธองค์ทรงเลือกธรรมโอสถในการบำบัดรักษา ธรรมโอสถถือเป็นยาขนานเอกที่พระพุทธองค์ใช้บำบัดรักษาอาการเจ็บป่วยของของผู้ป่วย ธรรมโอสถที่พระพุทธองค์ทรงเลือกใช้เป็นยาขนานเอกในการบำบัดความเจ็บป่วยในคิลานสูตร คือ โพชฌงค์ ๗ ประการ กระบวนการในการบำบัดรักษาโรคด้วยโพชฌงค์ ๗ ประการ ผู้วิจยจะได้วิเคราะห์กระบวนการบำบัดรักษาโรคด้วยโพชฌงค์ ๗ ประการ ตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ ๑ ใช้สติ คือ ความระลึกได้ เป็นจุดเริ่มต้น คนป่วยที่ขาดสติจะไม่อาจเจริญโพชฌงค์ ไปจนถึงขั้นปิติได้ ดังนั้นจึงไม่มีประโยชน์อะไรในการสาธยายโพชฌงค์ให้กับคนไข้ที่สลบอยู่ หรือกำลังขาดสติเพื่อให้สามารถรับรู้อารมณ์ที่เกิดขึ้นเนื่องจากความเจ็บป่วยที่เข้ามา และความเจ็บปวดของร่างกาย อันทำให้จิตใจไม่สงบ

ขั้นตอนที่ ๒ ใช้ธรรมวิจย คือ เลือกเฟ้นไตร่ตรองธรรม เป็นการใชปัญญาไตร่ตรองพิจารณา สอดส่อง คั่นควำธรรม ความจริง ความถูกต้อง สิ่งที่ดีงาม สิ่งที่เป็นประโยชน์เกื้อกูลเพื่อเอามาใช้ประโยชน์ในการบำบัดรักษาโรคที่กำลังเผชิญอยู่

ขั้นตอนที่ ๓ ใช้วิริยะ คือ ความแก่กล้า ความมีกำลังใจเมื่อเกิดวิริยะแล้วจะไม่หวั่นหวาด ไม่กลัว ใจสู้ ไม่ย่อท้อ มีกำลังใจ ไม่ท้อแท้จะทำความเพียรเพื่อที่จะให้หายจากโรค

ขั้นตอนที่ ๔ เกิดปิติ คือ อาการอิมอกอิมใจ จะรู้สึกสดชื่น กระปรี้กระเปร่า ความดีมีค่า ความซาบซึ้ง ปลาบปลื้ม จิตใจที่ต้องการอาหารหล่อเลี้ยง คล้ายกับร่างกายเหมือนกัน พอเกิดความอิมใจแล้ว ก็จะมี ความผ่อนคลายสบาย หายเครียด ไม่กระวนกระวายใจ จิตก็ผ่อนคลาย สงบ ระวัง ภายก็ผ่อนคลาย สงบ ระวัง

ขั้นตอนที่ ๕ เกิดปัสสัทธิ คือ ความผ่อนคลาย ไม่กระสับกระส่าย ไม่เครียด ส่งผลให้กายผ่อนคลายกับใจผ่อนคลายหรือสงบเย็นกายกับสงบเย็นใจ

ขั้นตอนที่ ๖ เกิดสมาธิ คือ ความมีใจตั้งมั่น ความตั้งมั่นของจิต ความที่จิตใจสงบ แน่วแน่มุ่งพู่่านหรือแน่วแน้อยู่กับสิ่งนั้นๆ จิตนิ่งสงบไม่กระสับกระส่ายก็เกิดเป็นสมาธิขึ้น



ขั้นตอนที่ ๗ เกิดอุเบกขา คือ การทำใจ ให้เป็นกลาง ไม่ยินดีหรือมีมีความสุข จากการหาย จากอาการป่วยมากจนเกินไป เพราะอารมณ์นี้จะทำให้ขาดสติและทำให้อาการของโรค กลับมาอีกครั้ง พลังแห่งอุเบกขาจะส่งย้อนไปที่สติ ทำให้เกิดวงจรแห่งโพชฌงค์ในการรักษารอบใหม่ขึ้นได้อีก วงจรแห่งโพชฌงค์ ๗ จะหมุนวนไปหลายๆ รอบ ไม่ใช่เพียงรอบเดียว และเสริมพลังให้แก่กันและกันอย่างต่อเนื่อง จะเกิดปีติมากขึ้นๆ จนถึงขีดสุด ในรอบใดรอบหนึ่งและกำจัดสาเหตุของโรคและรักษาโรคทางกายที่เกิดขึ้นจนหายได้

ผลการวิเคราะห์พบว่า การบำบัดรักษาโรคในคิลานสูตรเป็นการรักษาด้วยโพชฌงค์ อันเป็นผลต่อทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านพฤติกรรม ทางด้านร่างกายทำให้ผู้ป่วยเกิดความเพียรที่จะทำให้ร่างกายแข็งแรง จนสามารถเอาชนะโรคที่เกิดขึ้นให้หายได้ ทางด้านจิตใจทำให้เกิดปัญญาญาณนำไปสู่การรู้แจ้งในสังขารธรรม และบรรลุมรรคผลนิพพาน ในที่สุด ทางด้านพฤติกรรมทำให้เป็นผู้ประพฤติปฏิบัติเพื่อป้องกันโรคและรักษาบำบัดโรคที่เกิดขึ้นกับตนเองไม่ให้มีอาการเพิ่มขึ้น อยู่อย่างปราศจากอาการหวาดกลัว ไม่เกิดความเศร้า โศก ไม่มีอาการซึมเศร้า มีทัศนคติที่ดีพร้อมที่จะเผชิญกับอาการเจ็บป่วย และดำเนินชีวิตต่อไปในสังคมได้อย่างปกติ

๕. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

๑. ควรจะมีการทำวิจัยที่เกี่ยวกับการรักษาโรคด้วยการเจริญสมถภาวนาว่ามีความสัมพันธ์กันอย่างไรกับการรักษาสุขภาพจิต และสุขภาพกายที่ทำให้โรคหายได้
๒. ควรศึกษาการนำวิธีการของแพทย์แผนปัจจุบันมาประยุกต์ใช้ในการรักษาโรคของแพทย์แผนไทยในกรณีของพระสงฆ์เป็นผู้ดำเนินการ
๓. การรักษาโรคด้วยการปฏิบัติตามหลักโพชฌงค์ ๗ ประการพร้อมทั้งสัญญา ๑๐ และหลักการทำสมาธิ ควรจะมีการวิจัยถึงหลักการเหล่านั้นเพื่อให้เป็นประโยชน์ในการรักษาโรค

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

(ก) ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

_____. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร :

โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล ชุด ๙๑ เล่ม. กรุงเทพมหานคร :

โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.