

การศึกษาวิเคราะห์โรคทางจิตในพุทธปรัชญาเถรวาท

An Analytical Study of Mental Diseases in Theravada Buddhism

ชาตรี ชุมเสน

Chatree Chumsen

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ประเทศไทย
Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

Email : Chatree_250515 @ hotmail.com

Received : April 20, 2019

Revised : May 9, 2019

Accepted : May 11, 2019

บทคัดย่อ

บทความเรื่องนี้ผู้วิจัยศึกษาวิเคราะห์โรคทางจิตในพุทธปรัชญาเถรวาท โดยมีวัตถุประสงค์ ๓ อย่าง คือ ๑) ศึกษาโรคทางจิตในพุทธปรัชญาเถรวาท ๒) ศึกษาอภิปรัชญาและอภิปรัชญาในพุทธปรัชญาเถรวาท ๓) วิเคราะห์โรคทางจิตด้วยแนวคิดเรื่องอภิปรัชญาและอภิปรัชญาในพุทธปรัชญาเถรวาท จากการศึกษาพบว่า การแพทย์ได้พบว่า ผู้ป่วยทางจิตมีความผิดปกติด้านความรู้สึก ความคิด อารมณ์ หรือพฤติกรรม อย่างแรงถึงขนาดคุมสติไม่อยู่ เช่นมีอาการหลงผิด อาการประสาทหลอน เมื่อเกิดขึ้นแล้วจะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงและมีความผิดปกติอย่างรุนแรงในด้านบุคลิกภาพ ความคิด อารมณ์ เมื่อตรวจสภาพทางกาย ก็ไม่พบว่ามีสิ่งผิดปกติแต่อย่างใด โรคทางจิตคืออาการของคนสติไม่ปกติส่วนใหญ่ก็คือ คลาดเคลื่อน ผันแปร ไปจากคนจิตปกติ ไปเป็นคนที่ไม่ปกติ บ้า เพี้ยน เป็นโรคประสาท เป็นโรคจิต แต่หากได้รับการรักษาและการดูแลสนับสนุนที่เหมาะสม ผู้ป่วยมีโอกาสที่จะอาการดีขึ้นจนกลับมาใช้ชีวิตประจำวันตามปกติได้ทาง พระพุทธศาสนาถือว่าโรคทางจิตใจที่มีความรู้สึกวิตกกังวล เกิดจากความเจ็บป่วยทางกาย ป่วยทางจิต กลัวเสียของรัก อารมณ์ท้อแท้ หดอาลัยในชีวิต ไม่อยากมีชีวิตอยู่ ซึ่งส่งผลต่อความเครียดและความ ตระหนี่ใจพระพุทธรูปศาสนาแล้วถึงโรค ๒ ประเภท คือ โรคทางกายและโรคทางจิตใจ ดังนั้น สิ่งที่พระพุทธ ศาสนาอธิบายคือทุกคนเป็นโรคทางใจและกล่าวไว้เพื่อให้ตระหนักรู้และแก้ไข วิธีรักษาคนป่วยโรคทางจิต ทางการแพทย์มีหลายวิธีแพทย์มักใช้ยารักษาโรค การรักษาด้วยไฟฟ้า และดูแลด้านจิตใจและสังคม วิธีการ รักษาของพระพุทธเจ้าแก้ปัญหาด้วยการทำจิตปัญญาบำบัด ผู้ป่วยทางจิตใช้ธรรมะบำบัด มี จริต ๖ อินทรีย์สังวร พฤติกรรมสังวร และอาชีวะสังวร เป็นต้น ผู้ป่วยโรคทางจิตถ้าบำบัดเยียวยาถูกวิธีก็สามารถ ดำเนินชีวิตได้ตามปกติสามารถพัฒนาชีวิตจนหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด

คำสำคัญ : โรคทางจิต, พุทธปรัชญาเถรวาท

Abstract

This dissertation is to analytically study the mental disease of man with the idea of mind in Theravada Buddhist philosophy by having three objectives: 1) to study the mental disease of man with the idea of mind in Theravada Buddhist philosophy, 2) to study the wholesome and unwholesome mind in Theravada Buddhist philosophy, and 3) to analytically study the mental disease of man with the idea of wholesome and unwholesome mind in Theravada Buddhist philosophy. The study was found that: The mental disease according to medical diagnostics is of the disorder of feeling, thought, emotion, or extreme behavior that out of control, such as delusion, hallucination. These kinds of diseases once happened would cause extreme change and disorder in character, thought, and emotion, even when diagnosed but could not find any disorder. The mental disease one is the symptom of being abnormal in conscience, mostly, is of the symptom of error and changing from the normal one became abnormal, mad, crazy, neurotic, and mental ill, but once received proper treatment and support, the ill one has the chance to recover and be able to come back to live life as normal. The mental disease according to Buddhism is the symptom of mental ill having distress due to physical and mental ill, fearing of losing the beloved one, disheartenment, desperation, and the symptom of not wanting to live that would result in stress and grief. There are, in Theravada Buddhism, two kinds of diseases, namely, physical and mental disease. So what Buddhism has explained was that everyone gets mental disease, and Buddhism mentions these kinds of diseases aiming at letting one be aware and fix them. The way to treat mental disease by medical treatment—there are many ways of treatments by the doctors, such as treatment by antipsychotic drugs, electricity, and taking care of them mentally and socially. The way to treat mental disease in Buddhism—the Buddha had remedied the problems with mental and wisdom therapy through the doctrines, such as the six intrinsic natures of a person, sense-restraint, behavioral restraint, and livelihood-restraint, etc. The mental disease ones once received the correct treatment would be able to live their life as normal, and be able to develop their life till emancipating from the circle of birth and death.

Keywords : Mental disease, Theravada Buddhism

บทนำ

พระพุทธศาสนากล่าวถึงโรค ๒ ชนิด คือ โรคทางกายและโรคทางจิต โรคทางกายคือโรคที่เกิดแก่ร่างกายภายนอก มี แผล ฝี หนอง อาการบาดเจ็บต่างๆ เป็นต้น ส่วนโรคทางจิตคือโรคที่เกิดภายในร่างกาย มีโรคจิตประสาท โรคจิตเภท และโรคทางจิตวิญญาน เป็นต้น มีภาวะที่เกี่ยวข้องกับกุศลจิตและอกุศลจิต โรคทางจิตจึงเป็นทุกข้ออย่างหนึ่ง

ร่างกายมนุษย์ คือ ขันธ์ ๕ ย่อเป็น รูปและ นาม รูปคงเป็นรูป เวทนา สัญญา สังขารและวิญญาน เป็นนาม โรคที่เกิดจากกายเรียกว่าทุกข์กาย หรือกายิกทุกข์โรคที่เกิดทางใจเรียกว่าทุกข์ใจ หรือเจตสิกทุกข์ ในพระสูตรตันตปิฎกอังคตตรนิกาย^๑ มีพุทธดำรัสถึงโรค ๒ ชนิด คือ โรคทางกายและโรคทางจิต มนุษย์ทั้งหลายอาจพูดว่าตนเป็นคนมีสุขภาพดีไม่เคยเป็นโรคทางกายตลอดเวลา ๑ ปี ๒ ปี ๕-๑๐ หรือ ๑๐๐ ปี แต่จะหาผู้ที่ยืนยันว่าตนไม่เป็นโรคทางจิตเลยแม้เพียงครู่เดียวหาได้ยากเหลือเกินยกเว้นแต่พระอรหันต์

พระพุทธศาสนาถือว่าทุกข์คือภาวะที่ทนได้ยาก กล่าวถึงทุกข์อันเกี่ยวกับโรคทางกายและโรคทางจิตหลายชนิด

๑) พยาธิทุกข์ หรือทุกข์เวทนา ความเป็นทุกข์ เป็นโรค หรือความเจ็บป่วยทางกายอย่างใดที่เรียกว่าโรคทางกาย อวัยวะต่างๆในร่างกายที่ไม่ทำหน้าที่ปกติ ร่างกายจึงเกิดโทษเกิดอันตราย

๒) สันตปาทุกข์ ทุกข์คือความรุ่มร้อน หรือทุกข์ร้อน ได้แก่ความกระวนกระวาย เพราะถูกไฟคือกิเลส ได้แก่ราคะ โทสะและโมหะแผดเผา ทุกข์เพราะถูกกิเลสคือราคะ โทสะและโมหะแผดเผาจัดเป็นความเจ็บป่วยทางจิตหรือเป็นโรคทางจิต

๓) ปกิณณกทุกข์ คือ ทุกข์เบ็ดเตล็ด หรือทุกข์จรมมา ได้แก่ความเศร้าโศก ความทุกข์ ความเสียใจ ความคับแค้นใจ เป็นต้น ทุกข์ประเภทนี้จัดเป็นโรคทางจิตและอาจก่อให้เกิดโรคจิต โรคประสาท โรคจิตเภท และโรคจิตวิญญาน เป็นต้น ซึ่งนับว่าเป็นโรคที่อันตรายมาก

ในพระไตรปิฎกมีคำยกย่องพระสัมมาสัมพุทธเจ้าว่าทรงเป็นนายแพทย์ผู้ยิ่งใหญ่ เป็นผู้เยียวยาบำบัดทั้งโรคทางกายและโรคทางจิต ดังที่เล่าว่า ครั้งหนึ่งพระองค์ทรงพยาบาลภิกษุอาพาธผู้นานา ได้ตรัสกับภิกษุทั้งหลายว่า ผู้ใดอุปฐากภิกษุอาพาธ ผู้นั้นชื่อว่าปฏิบัติพระองค์^๒ ดังนั้น เมื่อมองด้านพระพุทธศาสนากการเยียวยา บำบัดความเจ็บป่วยทั้งความเจ็บป่วยทางกายและทางจิต จึงเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง ผู้เยียวยาเท่ากับว่าได้อุปฐากพระพุทธองค์เลยทีเดียว

ในพระพุทธศาสนาเถรวาท จิตเป็นสังขตธรรม เป็นธรรมชาติอย่างหนึ่งเป็นนามธรรมไม่มีรูปร่างอาศัยอยู่ในร่างกายของสัตว์ (มนุษย์) จิตมีภาวะตื่นรณกวดแกว่งรักษายากห้ามได้ยากมักตกไป (ฟุ้งซ่าน)

^๑ อัง.จตุกก. (บาลี) ๒๑/๑๕๗/๑๙๑.

^๒ วิ.มทา. (บาลี) ๕/๑๖๖/๒๒๖.

ตามอารมณ์ที่ตนต้องการเกิดเร็วดับเร็วเที่ยวไปไกลและเที่ยวไปดวงเดียว” แต่จิตเป็นธรรมชาติที่ฝึกฝนกันได้ดังพระพุทธภาษิตว่า “จิตที่ตื่นนกวัดแกว่งรักษายากห้ามยากผู้มีปัญญาสามารถควบคุมให้ตรงได้เหมือนช่างศรที่ตดลูกศรให้ตรงได้ฉะนั้น ธรรมของจิตตื่นนเหมือนปลาที่ถูกจับโยนขึ้นจากน้ำไปบนบก ดังนั้น ผู้มีปัญญาจึงควรละบ่วงแห่งมาร”^๔ “จิตเป็นธรรมชาติรับรู้อารมณ์อยู่เสมอตั้งข้อความว่า “ธรรมชาติที่ชื่อว่าจิตเพราะคิดอธิบายว่ารู้อารมณ์”^๕ จิตนี้เรียกชื่อต่างกันได้ถึง ๑๐ ชื่อคือ จิต มโน มานัส หทัย ปิณฑะ มนายตนะ มนินทรีย์ วิญญาณ วิญญาณขันธ์ มโนวิญญาณธาตุ^๖ จิตถูกปรุงแต่งโดยปัจจัยมีภาวะซึ่งเป็นไปตามสามัญญลักษณะ ได้แก่ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา บางครั้งเป็นกุศลจิต บางครั้งก็เป็นอกุศลจิต ท่านกล่าวธรรมชาติของจิตดังนี้

ธรรมชาติที่ชื่อว่าจิต เพราะทำให้วิจิตร”^๗ หรือเพราะภาวะแห่งตนเป็นธรรมชาติวิจิตร หรือเพราะอันกรรมหรือกิเลสสังสมไว้ อนึ่ง หรือเพราะรักษาไว้ซึ่งอัตภาพอันวิจิตร หรือเพราะสังสมซึ่งสันดานของคนหรือเพราะมีอารมณ์อันวิจิตร^๘

ในการศึกษาวิเคราะห์โรคทางจิตในมนุษย์ด้วยแนวคิดเรื่องจิตในพุทธปรัชญาเถรวาท ผู้วิจัยสรุปประเด็นปัญหาเพื่อชี้ว่า โรคทางจิตเป็นสิ่งสำคัญ ความเจ็บป่วยก็เป็นสิ่งสำคัญ โดยเฉพาะโรคทางจิต พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญมากเป็นพิเศษ ในพระพุทธศาสนาจึงมีคำตอบ มีคำสอนมีตัวอย่าง มีวิธีแก้ไขที่แสดงไว้พร้อมในคัมภีร์พระไตรปิฎก

ผู้วิจัยตระหนักถึงคุณค่าและความสำคัญของปัญหาเรื่องนี้ จึงต้องการศึกษาวิเคราะห์โรคทางจิตในพุทธปรัชญาเถรวาทตามวัตถุประสงค์คือ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑. เพื่อศึกษาโรคทางจิตในพุทธปรัชญาเถรวาทและทางการแพทย์
๒. เพื่อศึกษาแนวคิดเรื่องจิตในพุทธปรัชญาเถรวาท
๓. เพื่อวิเคราะห์โรคทางจิตในพุทธปรัชญาเถรวาทและนำไปประยุกต์เป็นเครื่องมือรักษาผู้ป่วยที่เป็นโรคทางจิต

^๓ ขุ.ธ.อ. (บาลี) ๑/๒๑๕-๒๑๖.

^๔ ขุ.ธ. (บาลี) ๒๕/๓๓/๒๒.

^๕ อภิ.สง.อ. (บาลี) ๑๑๐.

^๖ อภิ.สง.อ. (บาลี) ๓๔/๖/๒๒.

^๗ มหามกุฏราชวิทยาลัย, *อภิธัมมัตถสังคหบาลีและอภิธัมมัตถวิภาวินีฎีกา (ฉบับแปลเป็นไทย)*, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๒๖), หน้า ๒๑.

^๘ วิจิตร หมายถึง จดงาม, แพรพรรณ, แปลก, ตระการ

วิธีดำเนินการวิจัย

การดำเนินงานวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงวิเคราะห์ (Analytical Research) โดยศึกษาค้นคว้าทางเอกสาร (Documentary Investigation) ใช้พระไตรปิฎกบาลีและไทยฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และตำราทางวิชาการต่างๆ เป็นเอกสารประกอบการวิจัยโดยมีขั้นตอนการวิจัยดังนี้

๑. ศึกษาค้นคว้าและสำรวจข้อมูลชั้นปฐมภูมิเกี่ยวกับการศึกษาวิเคราะห์โรคทางจิตในมนุษย์ตามแนวคิดเรื่องจิตในพุทธปรัชญาเถรวาท จากคัมภีร์พระไตรปิฎก และทฤษฎีทางการแพทย์
๒. ศึกษาค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารทุติยภูมิเช่นหนังสือตำราบทความข้อเขียนเอกสารอื่นๆ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
๓. สรุปผลการวิจัยและนำเสนอองค์ความรู้ที่ได้จากการวิเคราะห์พร้อมข้อเสนอแนะศึกษาวิเคราะห์

สรุปผลการศึกษาวิจัย

จากการศึกษาค้นคว้าเรื่องโรคทางจิตในพุทธปรัชญาเถรวาท พบว่าหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นธรรมโอสธที่สามารถบำบัดโรคทางจิตได้อย่างศักดิ์สิทธิ์แท้จริง เมื่อปฏิบัติธรรมะมากเพียงไรโรคทางจิตก็จะค่อยสงบเบาบางหรือลดลงไปเพียงนั้น เมื่อโรคทางจิตลดน้อยลงย่อมมีความสุขสบาย ผู้วิจัยสรุปผลการศึกษาดังต่อไปนี้

วัตถุประสงค์ข้อที่ ๑

โรคทางจิต เป็นอาการของคนบ้าที่สติไม่ปกติคลาดเคลื่อน ผันแปร ผิดจากคนที่มีจิตปกติ กลายเป็นคนที่จิตไม่ปกติ บ้า เพี้ยน เป็นโรคประสาท หรือ เป็นโรคจิต ความหมายของคนจิตไม่ปกติ คือเป็นโรคจิตจัดเป็นโรคทางจิตเวชกลุ่มหนึ่งที่มีอาการรุนแรงจนทำให้ผู้ป่วยมีการเปลี่ยนแปลงทางจิตจนไม่สามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างปกติในชีวิตประจำวันเหมือนกับคนอื่นๆ ในสังคมทั่วไป ส่วนโรคประสาทเป็นโรคทางจิตเวชกลุ่มหนึ่งที่ผู้ป่วยสามารถรับรู้สภาพความเป็นจริง มีการหยั่งรู้ตนดี คือ รู้ว่าตนเจ็บป่วย และมีพฤติกรรมไม่ผิดปกติมากจนไม่เป็นที่ยอมรับของสังคม

การศึกษาในเรื่องนี้ผู้วิจัยมองตามโนทัศน์ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาและมองตามหลักของแพทย์ด้านพระพุทธศาสนา พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้สอนให้พระสาวกปฏิบัติขัดเกลากิเลสพัฒนาจิตหลายวิธี เนื้อหาส่วนนี้ผู้วิจัยศึกษาค้นคว้าจากพระไตรปิฎก ส่วนในทางการแพทย์ พบว่า เป็นความผิดปกติด้านจิตใจที่แสดงออกโดยความทุกข์ ความกลัดกลุ้ม ความวิตกกังวล ถ้าจิตใจไม่เข้มแข็ง อาการบกพร่องทางจิตนั้นมีมากมายหลายอาการหลายระดับ จิตใจของใครจะบกพร่องมากน้อยเพียงไร สังเกตจากพฤติกรรมที่เขาแสดงออกมา

วัตถุประสงค์ข้อที่ ๒

กุศลจิต หมายถึง จิตที่ฉลาด จิตไม่มีโทษและให้ผลเป็นกุศลวิบาก หมายถึง กุศลจิต ๒๑ ดวง มหากุศล ๘ รูปาวจรกุศล ๔ อรูปาวจรกุศล ๔ โลกุตระกุศล ๔ ซึ่งเป็นจิตที่เป็นเหตุ เมื่อเป็นกุศลกรรมที่มีกำลัง ย่อมเป็นปัจจัยให้เกิดกุศลวิบากจิต ๒๙ ดวง ซึ่งเป็นจิตที่เป็นผล (อเหตุกกุศลวิบาก ๘ มหาวิบาก ๘ รูปาวจรวิบาก ๕ อรูปาวจรวิบาก ๔ โลกุตตรวิบาก ๔

มหากุศลจิตคือ จิตที่ต้งามมีผลเป็นความสุข เมื่อใดที่มีมหากุศลจิตเกิดขึ้น เมื่อนั้นเราจะรู้สึกมีความสุข ใบหน้าแจ่มใส กิริยาวาจาเป็นไปในทางที่ต้งามมีความเรียบร้อยคำพูดเต็มไปด้วยความซื่อสัตย์ และจริงใจนุ่มนวล

กุศลจิต เป็นจิตที่เกี่ยวข้องกับการทำบุญ ทำกุศล ถ้ามหากุศลจิตเกิดขึ้น เมื่อนั้นก็เป็นบุญกุศล เช่นเดียวกับอกุศล ถ้าอกุศลจิตเกิดขึ้น เมื่อนั้นก็เป็นบาปเป็นอกุศล เป็นบาป เพราะจิตโจ่งแจ้งให้เกิดการทำบาปกายและวาจาเป็นไปตามอำนาจจิต จิตสั่งกายไม่ดีเป็นบาป วาจาไม่ดีเป็นบาป ด้วยเหตุนี้ พระพุทธศาสนา จึงมีคำสอนให้ระวังจิต ให้สำรวมจิตว่าอย่าให้เกิดบาป เกิดอกุศล ส่วนมหากุศล มี บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ และ กุศลกรรมบถ ๑๐ เป็นต้น

จิตที่เป็นกุศลเรียกว่า บุญกิริยาวัตถุ มี ๓ อย่าง คือ

๑) ทาน คือการให้ แบ่งเป็น ๓ ระดับ

๑) การให้สิ่งของเครื่องใช้ในการดำเนินชีวิต เรียกว่า อามิสทาน

๒) การให้อภัยหรือการอโหสิกรรมไม่ถือโทษ เรียกว่า อภัยทาน

๓) การให้ธรรมะ หรือการแนะนำทางดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง เรียกว่า ธรรมทาน

๒) ศีล คือ การสำรวมกายวาจาให้เรียบร้อย การรักษาศีลเป็นกุศลเพราะเป็นข้อดเว้นข้อห้ามมิเว้น การฆ่าสัตว์ เป็นต้น เป็นกุศลสูงกว่าการให้ทาน

๓) ภาวนา คือการเจริญการอบรม การพัฒนาสมาธิและปัญญา ภาวนาเป็นการเจริญการอบรม มี ๒ อย่าง คือ สมถภาวนา และวิปัสสนาภาวนา

ในพระพุทธศาสนา จิตเป็นธรรมชาติที่มีลักษณะเป็นนามธรรม เกิดดับตลอดเวลา ไม่ใช่ตัวตนที่ถาวร จิตเป็นปรมาัตถ์ธรรมประเภทแรกในพระอภิธรรมระบุว่าจิตมีความสำคัญยิ่งต่อชีวิตของมนุษย์ เพราะว่า จิตเป็นหลักของสภาวะธรรมที่เกิดในโลกมีหน้าที่ควบคุมและสั่งการให้มนุษย์กระทำการต่างๆทั้งฝ่ายดี (กุศลจิต) ทั้งฝ่ายชั่ว (อกุศลจิต)

วัตถุประสงค์ข้อที่ ๓

๑) ทางการแพทย์มองว่าโรคจิต เป็นโรคที่มีความผิดปกติด้านความรู้สึก ความคิด อารมณ์ หรือ พฤติกรรมอย่างแรง ถึงขนาดคุมสติไม่อยู่ เช่น อาการหลงผิด ประสาทหลอน บางทีเรียกว่า วิกลจริต

เมื่อเกิดขึ้นแล้วก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงและมีความผิดปกติรุนแรงในด้านบุคลิกภาพ ความผิดปกติทางความคิด ความผิดปกติทางอารมณ์ ความผิดปกติด้านพฤติกรรม

๒) ทางพระพุทธศาสนาบอกว่า โรคจิต ใจมีความรู้สึกวิตกกังวล เกิดจากความเจ็บป่วยทางกาย กลัวตาย กลัวเสียของรัก อารมณ์ท้อแท้ หดห่อภายในชีวิต ไม่อยากมีชีวิตอยู่ ซึ่งส่งผลต่อความเครียดและตรอมใจในที่สุด พระพุทธศาสนากล่าวถึงโรค ๒ ชนิด คือ โรคกาย และโรคจิต สิ่งที่พระพุทธศาสนาอธิบายคือ มนุษย์ปุถุชนเป็นโรคทางใจ พระพุทธศาสนาสอนเพื่อให้ตระหนักรู้และแก้ไข

๓) กุศลจิต กุศลจิตเกี่ยวข้องกับการนำไปบำบัดผู้ป่วยโรคทางจิต กุศลจิต เป็นจิตที่เกี่ยวข้องกับการทำบุญ ทำกุศล ถ้ามหากุศลจิตเกิดขึ้น เมื่อนั้นก็เป็นบุญกุศล เช่นเดียวกับอกุศล ถ้าอกุศลจิตเกิดขึ้น เมื่อนั้นก็เป็นบาปเป็นอกุศล เป็นบุญหรือบาปที่จิตใจ เพราะจิตใจเป็นผู้สั่งให้เกิดการทำบาป ให้เกิดการทำบุญ กายและวาจาเป็นไปตามอำนาจจิต จิตสั่งกายไม่ดีเป็นบาป วาจาไม่ดีเป็นบาป ด้วยเหตุนี้พระพุทธศาสนาจึงสอนให้ระวังจิต สำรวมจิต อย่าให้เกิดบาป เกิดอกุศล เพราะมูลเหตุของกุศลจิต คือ กุศลจิต ๓ หมายถึง การคิดที่เป็นความดี รากเหง้าหรือต้นตอของความดีทั้งปวง จิตมีมากมายหลายประเภท มีกุศลจิต (จิตที่ดีงาม) วิบากจิต (จิตที่เป็นผล) และกิริยาจิต (จิตที่ไม่เป็นทั้งเหตุและผล) จิตต่างๆ เหล่านี้เกิดขึ้นในวันหนึ่งๆ แต่ว่าเราไม่ค่อยรู้เรื่องจิตเหล่านี้ โดยมากเราไม่รู้ว่า จิตเป็นกุศล หรือ วิบาก หรือ กิริยา ถ้าพิจารณาสภาพของจิตก็จะเข้าใจตัวเองและผู้อื่น เราจะมีเมตตากรุณาต่อผู้อื่น การวิเคราะห์การปฏิบัติเพื่อบรรเทาโมหะด้วยหลักไตรสิกขาที่ดี การปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ก็ดี สามารถประยุกต์กับการบำบัดผู้ป่วยโรคทางจิตได้

๔) อกุศลจิตมีความเกี่ยวข้องกับการนำไปบำบัดผู้ป่วยโรคทางจิต **อกุศลจิต** หมายถึง จิตที่ชั่วเป็นบาปและกิเลสเศร้าหมอง ให้ผลเป็นทุกข์ ส่วนมากเกิดได้ง่ายและเกิดขึ้นบ่อย ด้วยเหตุว่าเมื่อจิตได้รับอารมณ์ใดแล้วส่วนมากไม่ได้พิจารณาให้แยบคาย ไม่พิจารณาให้เข้าถึงสภาพความเป็นจริงของอารมณ์ที่ประสบ การไม่ใส่ใจพิจารณาอารมณ์ ซึ่งประกอบด้วยโลภมูลจิต โทสมูลจิต และโมหมูลจิต ซึ่งเป็นจิตฝ่ายบาปที่เกิดด้วยอำนาจความโลภ (โลภเหตุ) บ้าง ความโกรธ (โทสเหตุ) บ้าง โดยมีความหลง (โมหเหตุ) คอยสนับสนุน จิตประเภทนี้ส่งผลเป็นความทุกข์ เพราะเป็นเหตุให้เกิดการกระทำบาปทางกาย ทางวาจา และทางใจ ดังนั้นอกุศลจิตจึงเกี่ยวข้องกับการนำไปใช้บำบัดผู้ป่วยทางจิต

๕) สาเหตุที่ทำให้คนป่วยโรคจิต ทางกายแพทย์พบว่า เกิดจากปัจจัย ๒ อย่าง คือ ปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก ปัจจัยภายในได้แก่ความผิดปกติทางสมอง ความผิดปกติทางจิต ความเจ็บป่วยทางร่างกาย และกรรมพันธุ์ ส่วนปัจจัยภายนอกเป็นการใช้ยาหรือการได้รับสารเสพติดเข้าสู่ร่างกายในทางที่ผิด หรือในปริมาณที่เกินพอดี อาจส่งผลกระทบทำให้เกิดอาการโรคจิตได้

๖) สาเหตุที่ทำให้คนป่วยโรคจิต ทางพระพุทธศาสนามองว่าโรคทางจิต หมายถึงความสำคัญผิด คิดผิดและเห็นผิด เกิดขึ้นเพราะขาดปัญญา เกิดจากกิเลสครอบงำและเพราะการดื่มสุรายาเมา

๗) วิธีการรักษาคนป่วยโรคทางจิต ทางพระพุทธศาสนาดังนี้ การรักษาหลายวิธีแพทย์มักใช้ร่วมกันโดยมีหลักคือยา(รักษาโรคจิต)การรักษาด้วยยารักษาโรคจิตเป็นหัวใจในการรักษา นอกจากนี้เพื่อควบคุมอาการ ยังสามารถลดการกำเริบของโรคได้ พบว่าผู้ป่วยที่กลับมามีอาการกำเริบอยู่บ่อย ๆ นั้น ส่วนใหญ่มีปัญหาจากขาดยา

๘) วิธีการรักษาคนป่วยโรคทางจิต พระพุทธเจ้าได้แก้ไขปัญหาคความเจ็บป่วยทางจิตของบรรดา พระสาวกและบุคคลทั่วไปให้มีกำลังแข็งแรงต่อสู้กับโรคภัยจนสามารถหายจากอาการป่วยทางจิต หรือแม้ ไม่สามารถหายป่วยก็มีสุคติภาพเป็นที่หวังในภายภาคหน้า

ในการปฏิบัติต่อผู้เป็นโรคทางจิตต้องเข้าการรับรักษาทางจิตเวชและใช้พุทธวิธีพงานวิจัยที่แสดงให้เห็นขอบเขตการใช้วิธีทำสมาธิเพื่อรักษาโรคทางจิตว่าสมาธิเป็นสิ่งที่สามารถนำมาใช้เพื่อจิตบำบัด แต่ไม่สามารถนำไปใช้สำหรับผู้ป่วยได้ทุกรายรวมถึงบุคคลที่เป็นโรคทางจิตอันเกิดจากการฝึกสมาธิ จึงควรประยุกต์พุทธวิธีในการแก้ปัญหาสังคมในสังคมปัจจุบันซึ่งมีปัญหาแตกต่างกับปัญหาในอดีต

พุทธปรัชญาเถรวาทเสนอวิธีแก้โรคทางจิตตามพุทธวิธี คือการนำกุศลจิตและอกุศลจิตไปใช้กับการบำบัดผู้ป่วยโรคทางจิตของมนุษย์ที่บำบัดโดยธรรมอธิบายได้ดังนี้

๑. พุทธิกรรมสังวร รู้จักสำรวมระมัดระวังในความประพฤติทางกายและวาจา
๒. อาชีวะสังวร คือ รู้จักสำรวมระมัดระวังในการดำเนินชีวิตและการประกอบอาชีพ สร้างค่านิยม และมีความภาคภูมิใจกับการดำเนินชีวิตที่สะอาดหมดจด ซื่อสัตย์ สุจริตและรู้จักพอเพียง
๓. อินทรีสังวร คือ การมีสติคอยควบคุมระมัดระวังสิ่งเร้าจากภายนอก ที่มากระทบทางตาหูจมูก ลิ้นกายใจ ในอารมณ์ที่ปรากฏคือรูปเสียง กลิ่นรส สัมผัสและการรับรู้ทางใจ เพียรพยายามข่มจิตมิให้เกิดความอยากหรือไม่อยาก

๔. ขอบสงบสงัด ผีอยู่คนเดียว ไม่คิดฟุ้งซ่าน ตัดสิ่งเร้าสิ่งกระตุ้นที่มาจากภายนอก กินอยู่ง่ายและพึ่งพาตนเองให้มากที่สุด

๕. หลักอิทธิบาท ๔ เป็นคุณธรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จได้ตามที่มุ่งหมาย

๖. หลักพละ ๕ เป็นพลังที่ทำให้เกิดความมั่นคง เข้มแข็ง เกื้อกูลแก่อริยมรรค อย่าปล่อยให้ความเกียจคร้าน ความประมาท ความฟุ้งซ่าน ความไร้ปัญญา เข้าครอบงำ พละเป็นหลักปฏิบัติที่ช่วยให้จิตถึงความหลุดพ้นผู้ป่วยโรคทางจิตปฏิบัติพละจะทำให้มีความเข้มแข็ง หนักแน่น ไม่หวั่นไหวต่ออกุศลธรรม

๗. หลักอินทรี ๕ เป็นธรรมที่เป็นใหญ่ในกิจของตน เป็นใหญ่ในการทำหน้าที่กำจัดความเกียจคร้าน ความประมาท ความฟุ้งซ่าน ทำให้จิตมีความพร้อมในการทำงานและปฏิบัติธรรมก้าวหน้า

๘. หลักโพชฌงค์ ๗ เป็นองค์แห่งความตรัสรู้ ประกอบด้วยความมีสติ ความเป็นธรรม ความเพียร ความอิมใจ ความสงบกาย สงบใจ สมาธิ และความมีใจเป็นกลาง โพชฌงค์เป็นหลักธรรมที่เกื้อกูลต่อการเจริญสมาธิและเจริญปัญญาทำให้มีสุขภาพจิตที่ดี

๙. หลักจริต ๖ จริต คือ ความประพฤติ กิริยาหรือการเป็นไปของสัตว์โลกมี ๖ อย่าง จริตย่อมมีสัญญา อารมณ์แตกต่างกัน จริตทุกอย่างย่อมบริบูรณ์อยู่ในจิตของทุกคนตามธรรมชาติ

๑๐. รักสันโดษ รู้สึกพอใจในสิ่งที่ “พึงมี” ตามฐานะ “พึงเป็น” ตามความสามารถและ “พึงได้” ตามครรลองคลองธรรม ยินดีตามมีตามได้ตามควร พอใจกับสิ่งที่ตนมีอยู่ พอใจในปัจจุบัน

สรุปได้ว่า ผู้ประพฤติธรรมปฏิบัติธรรมะของพระพุทธเจ้าอยู่เป็นปกติ ธรรมคำสอนก็จะคุ้มครองรักษาเขาไม่ให้ตกไปในที่ชั่ว ถ้าเขามีอาการทางจิตก็สามารถบำบัดให้หายหรือเบาบางลงไปธรรมคำสอนจะทำให้เขามีความร่มเย็นสงบสุขผู้ได้บริโศกธรรมโอสถย่อมมีความสุขสมบูรณ์ จะไม่ถูกรอคทางจิตรบกวน

พุทธปรัชญาเถรวาทถือว่าโรคทางจิตมีผลกระทบ ๒ ด้าน คือ ทั้งในด้านบวกและด้านลบ ผลกระทบทั้งสองแง่ นั้นแม้บรรพชิตเองก็ได้รับเช่นเดียวกับฆราวาส ถ้าไม่ปฏิบัติตามหลักธรรมที่ใช้สำหรับแก้และบำบัดโรคทางจิตอย่างจริงจัง โรคทางจิตนี้ถ้าไม่ได้รับการบำบัดรักษาก็จะเป็นเหตุให้มีการประพฤตินอกพระธรรมวินัย และประพฤติก่อกวนละเมิดสิกขาบทยิ่งขึ้น บางคนถึงกับต้องอาบัติปาราชิกเลยก็มี เพราะความหลงมัวเมา แต่ถ้าปฏิบัติตามหลักธรรมที่ใช้สำหรับแก้และบำบัดโรคทางจิต ชีวิตพรหมจรรย์ย่อมประเสริฐ ภิกษุและสามเณรจึงควรสำเนียงปฏิบัติตามหลักพระธรรมวินัย เพื่อความตั้งมั่นแห่งพระพุทธศาสนา

ส่วนผลกระทบในทางสังคม ทางพุทธปรัชญามองว่า โรคทางจิตก่อให้เกิดปัญหาสังคมด้านต่างๆ ตามมา มีปัญหาโจรกรรม ปัญหาฆาตกรรม ปัญหายาเสพติด สาเหตุของปัญหาเหล่านั้นแตกต่างกันออกไป เช่น ความอยุ่รอด เป็นต้น ถ้าเศรษฐกิจดี ปัญหาสังคมก็เบาบางลง ทำให้คนรู้จักหน้าที่ที่ตนจะพึงปฏิบัติต่อกัน เมื่อคนในสังคมรู้หน้าที่ที่พึงปฏิบัติต่อกันโรคทางจิตที่ก่อให้เกิดปัญหาสังคมด้านต่าง ๆ จะลดน้อยลงหรือว่าไม่มีเลย สังคมก็อยู่ด้วยกันอย่างสันติสุข เพราะพระพุทธศาสนานิยมสันติสุข ผู้ประพฤติธรรมะ ปฏิบัติตามธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าอยู่เป็นปกติ ธรรมคำสอนก็จะคุ้มครองรักษาเขาไม่ให้เขาตกไปในที่ชั่วและบำบัดโรคทางจิตคือความโลภ ความโกรธ ความหลงเป็นต้น ให้หายหรือเบาบางลงไปทำให้มีความร่มเย็นสงบสุข

ข้อเสนอแนะ

โรคทางจิตเกิดขึ้นได้แก่สามัญชนและบุคคลทั่วไป ทั้งอาจเกิดแก่พระโสดาบัน พระสกทาคามีและพระอนาคามีได้ ยกเว้นพระอรหันต์ ในที่นี้เสนอวิธีการปฏิบัติตนให้พ้นจากการเป็นโรคทางจิตเพื่อดำรงตนอย่างถูกต้อง

สำหรับภิกษุ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ คือ

๑. ภิกษุพึงสำรวมระวังตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เมื่อกระทบอารมณ์ที่น่าชอบใจ ก็ไม่หลงมัวเมา หรือเมื่อกระทบอารมณ์ที่ไม่น่าชอบใจก็ไม่ยินร้ายโกรธเคือง

๒. คณะสงฆ์และรัฐควรส่งเสริมให้ภิกษุมีความรู้ ความเข้าใจพระธรรมวินัยให้มากขึ้น จัดการศึกษาให้แก่ภิกษุอย่างจริงจังและทั่วถึงกว่าที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน

๓. คณะสงฆ์และรัฐควรส่งเสริมสนับสนุนภาคปฏิบัติของภิกษุอย่างจริงจัง โดยการจัดตั้งสำนักปฏิบัติกรรมฐาน และมีกิจกรรมการปฏิบัติอย่างต่อเนื่องและจริงจัง

ส่วนฆราวาส ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ คือ

๑. ควรรู้จักประมาณรู้จักพอ ยินดีพอใจในสิ่งที่หามาได้ด้วยความเพียรที่ชอบไม่เบียดเบียนตนและสังคมให้เดือดร้อน

๒. รัฐควรจัดอบรมครูผู้ที่จะสอนวิชาพระพุทธศาสนาเพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจตลอดถึงการปฏิบัติตามหลักพุทธธรรม เช่น ศีล ๕ เป็นต้น เพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีแก่นักเรียน

๓. รัฐควรจัดให้มีการเรียนวิชาพระพุทธศาสนาในทุกระดับการศึกษา เพื่อเป็นการปลูกฝังคุณธรรมอย่างต่อเนื่อง

๔. รัฐควรที่จะมีส่วนร่วมกับคณะสงฆ์ควรจัดให้มีการเข้าค่ายอบรมศีลธรรม แก่ข้าราชการตลอดถึงพนักงานของหน่วยงานเอกชน เพื่อเข้าถึงแก่นแท้ของชีวิตว่า การที่คนเราไม่มีโรคทางจิต เป็นสิ่งที่ประเสริฐสามารถทำให้ชีวิตมีความสุขได้ตลอดไปได้อย่างแท้จริง

บรรณานุกรม

กองโรงพยาบาลโรคจิตกรมการแพทย์กระทรวงสาธารณสุข. ๘๐ ปีของจิตเวชในประเทศไทย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภา, ๒๕๑๒.

ขุนสรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร). คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริเฉทที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อัมพลพิทยา, ๒๕๐๕.

ชิกมัน พรอยด์. **ทฤษฎีของนักจิตวิทยา**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๔๒.

พร รัตนสุวรรณ. สุขภาพทางจิต. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๓๗.

- พระเทพติก. **พรหมวิหารธรรมเรือนใจของผู้ใฝ่สุข**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ ธรรมสภา, ม.ป.ป.
- พระเทพวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตวณฺโณ). **การบริหารจิต**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.
- พระเทพเวที (ป. อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.
- พระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ). **สุภาพจิต**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๓๙.
- พระมหาสมบุญ วุฑฺฒิกโร. “จิตบริสุทธิ์โดยธรรมชาติ: ในทัศนะของเถรวาทกับมหายาน”, **รวบรวบบทความทางวิชาการ เรื่อง มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิราวุธ โดย คณะกรรมการฝ่ายวิชาการ**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาบาลี มหาจุฬาเตปิฎก ๒๕๐๐**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๐๐.
- _____. **อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาอรรถกถา**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐-๒๕๖๐.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **อภิธัมมัตถสังคหะ แปลร้อยอย่างพิสดาร**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ ประยูรวงศ์, ๒๕๑๙.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **อภิธัมมัตถสังคหบาลีและอภิธัมมัตถวินิฎฎิกา (ฉบับแปลเป็นไทย)**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๒๖.
- มานิช สุขฤกษ์. **จิตวิทยาปกติ**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๒๔.
- วชิรญาณวโรส, สมเด็จพระมหาสมณเจ้า, กรมพระยา. **ธรรมนิยามสูตร**. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.
- _____. **วิปัสสนากรรมฐาน**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.