



รายงาน การประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 3 INC2019: MCU Nan

นครน่าน : นครพระพุทธศาสนา มรดกธรรมสู่ มรดกโลก

วิทยาลัยสงฆ์นครน่าน มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

Proceedings

The 3rd National Conference 2019

Nan : City of Buddhism towards Dhamma & World Heritage

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Nakhon Nan Buddhist College

15 พฤษภาคม 2562





จตุธาตุและการใช้สมุนไพรในพระพุทธศาสนา 4 Body Substances and the Use of Herbs in Buddhism

พระมหาสิทธิชัย ชยสิทธิ
พระอนุสรณ์ กิตติวัฒนโธ
อภิชา สุขจีน
วิทยาเขตแพร่

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อประโยชน์แก่การรักษาสุขภาพด้วยการใช้สมุนไพร ซึ่งเป็นที่รู้จักของมนุษยชาติเป็นเวลานาน มีหลักฐานสำคัญที่ปรากฏในพระไตรปิฎกเรื่องการใช้พืชสมุนไพรที่พระพุทธเจ้าทรงอนุญาตให้ภิกษุใช้เพื่อรักษาพยาบาลในเบื้องต้น และยังพบว่าสมุนไพรที่ใช้เป็นยารักษาโรคจะเกิดประโยชน์อย่างสูงนั้นต้องมีความสัมพันธ์กับธาตุเจ้าเรือนของมนุษย์ เพื่อเป็นการป้องกันปัญหาความเจ็บป่วยที่อาจเกิดขึ้น หรือการบำบัดรักษาความเจ็บป่วยอันเกิดขึ้นแล้ว สิ่งที่จะสามารถช่วยได้ในเบื้องต้นก็คือ การพิจารณาจากพฤติกรรม เช่น การบริโภคอาหารในชีวิตประจำวัน การขบถ่าย การหมกมุ่นในอารมณ์และกามคุณมากเกินไป การนอนมากหรือนอนน้อยเกินไป การทำงานเกินกำลังของตนไม่เปลี่ยนอิริยาบถการทำงาน ดังนั้น การเกิดโรคภัยไข้เจ็บในร่างกายของมนุษย์นั้น จะพบว่าถ้าร่างกายไม่สมดุล จะเกิดความบกพร่องของธาตุทั้ง 4 และถ้าธาตุทั้ง 4 บกพร่อง ร่างกายก็จะเกิดการเจ็บป่วย และเป็นเหตุให้เกิดโรคเรื้อรังตามมา หรือเกิดเพราะเชื้อโรค และพยาธิที่ทำให้เกิดความเจ็บป่วยแก่ร่างกาย

คำสำคัญ: จตุธาตุ, ธาตุเจ้าเรือน, สมุนไพร

Abstract

This article aimed to pass on knowledge of Thai herbs usage, that had been considered to be popular among human beings long time ago. There were important evidences appeared in Tripitaka in terms of Buddha 's herb usage in order to be the first aid for monks. The evidences also revealed that human beings would gain benefits from herbs that were used as medicine by using herbs that had the quality corresponded with their own body substance. According to the important and history of herbs, in order to prevent human's illness, the first thing that could be considered was human's behavior, for example, daily consuming behavior , excretion, sexual engrossment, sleeping behavior, and working behavior. Therefore, the main cause of human illness was unbalance body substance that lead to the 4 body substances' defect. If there was the defect of 4 body substances, human being could be sick and even had chronic disease.

Keywords: 4 Body Substances, Body Substances, Herbs



บทนำ

สรีระของมนุษย์ประกอบด้วยธาตุ 4 คือ ดิน น้ำ ลม และไฟ ธาตุทั้ง 4 หรือจตุธาตุนี้ ทำหน้าที่สนับสนุนเกื้อกูลกันปรับสรีระให้มีความสมดุลและเป็นไปได้อย่างสม่ำเสมอตลอดเวลา จึงทำให้มนุษย์มีการดำรงชีวิตเป็นปกติ ในทางพระพุทธศาสนากล่าวถึงธาตุ 4 โดยการพิจารณาลักษณะธาตุคือ อวัยวะส่วนที่เข้มแข็งหรืออ่อนนุ่มในร่างกาย มีผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น เป็นธาตุดิน ส่วนที่ชุ่มชื้นเอิบอาบหรือเกาะกุม มีน้ำเลือด น้ำลาย น้ำมูก น้ำหนอง เป็นต้น เป็นธาตุน้ำ ส่วนที่ร้อน ทำให้ร่างกายอบอุ่น เผาผลาญอาหาร ทำให้ร่างกายเปลี่ยนแปลงทรหมโทรม เป็นต้น เป็นธาตุไฟ ส่วนที่ไหวหรือเคร่งตึง มีลมหายใจเข้าออก ลมที่พัดขึ้นลงและทำให้ร่างกายคู้เหยียดเคลื่อนไหว เป็นต้น เป็นธาตุลม จะเห็นได้ว่าธาตุทั้ง 4 นี้ค่อนข้างมีความสลับซับซ้อนในกระบวนการที่สนับสนุนการดำรงชีวิตให้อยู่รอดได้เนื่องด้วยปัจจัยภายนอกคือ เครื่องนุ่งห่ม อาหาร ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค ที่มีอยู่ในธรรมชาติสิ่งแวดล้อม อันเป็นปัจจัยให้มนุษย์ได้รับความสุขได้ มนุษย์สามารถดำรงชีวิตโดยการปรับตัวเข้ากับธรรมชาติ รู้จักใช้ประโยชน์จากพืชพันธุ์ชนิดต่าง ๆ ตามธรรมชาติจนถึงไม่ยั้งต้น โดยเฉพาะนำมาเป็นเครื่องนุ่งห่ม เครื่องมุงบังที่อยู่อาศัย นำมาเป็นอาหารและยาบำบัดรักษาโรคโดยเฉพาะอาหารที่ใช้เป็นยาสมุนไพรในชีวิตประจำวัน

ในสมัยพุทธกาลมีพระพุทธบัญญัติเรื่องสมุนไพรในเภสัชชกัณฑ์พระวินัยปิฎก เช่น ขมิ้น ขิง ตีปัส สมอ มะขามป้อม ธัญชาติ ถั่ว งา เป็นต้น อนึ่งแพทย์ประจำราชสำนักและประจำพระพุทธรองค์มีบทบาทที่สำคัญยิ่งคือหมอชวกโกมารภักจ์ ในวงการแพทย์แผนไทยยังคงมีต้นเค้าปฏิบัติสืบต่อเนื่องมาแต่สมัยพุทธกาล อาจมีแตกต่างบ้างเรื่องวิธีการบำบัดรักษา ส่วนสมุนไพรและเครื่องประกอบต่าง ๆ นั้นไม่แตกต่างกันมากนัก สมุนไพรส่วนมากที่ใช้เป็นยา ยังคงเป็นส่วนรากไม้ แก่นไม้ ใบไม้ ผลไม้ ยางไม้ น้ำผาดเกลือ แร่ธาตุต่าง ๆ น้ำมันเหลวที่ได้จากสัตว์ และเภสัชทั้ง 5 ได้แก่ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง และน้ำอ้อย เป็นต้น สมุนไพรที่กล่าวถึงทั้งหมดนี้ ล้วนเป็นยาแผนโบราณและยาแผนปัจจุบัน เพื่อใช้บำบัดและ รักษาโรค นอกจากนี้ยังมีโรคที่เกิดทางใจ โรคที่ทำให้จิตเศร้าหมอง ต้องใช้วิธีบำบัดรักษาด้วยธรรมโอสธ โดยการสวดมนต์ภาวนา พิจารณาสังขารให้เห็นสภาวธรรมแห่งความเป็นจริง เช่น เห็นความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และอนัตตา นอกจากนี้มีการปฏิบัติสมณะและวิปัสสนากรรมฐานเพื่อคลายทุกข์ เมื่อจิตใจเป็นสุข ย่อมทำให้สุขภาพทางกายดีเป็นสุขตามไปด้วย โดยองค์รวมต้องมีการบูรณาการรักษาโรคทั้งกายและใจควบคู่กันไป ตามแนวทางพระพุทธศาสนาตามแนวทางของการปรับธาตุทั้ง 4

ดังนั้น ในบทความนี้จึงนำเสนอธาตุ 4 กับสมุนไพรในพระพุทธศาสนา ที่มีเนื้อหาสามารถนำมาบำบัดรักษาโรคตามกระบวนการแห่งการปรับธาตุเพื่อให้สอดคล้องกับกระแสการรณรงค์การใช้พืชสมุนไพรในสังคมปัจจุบัน การนำองค์ความรู้ทางพระพุทธศาสนาเรื่องเภสัชหรือพืชสมุนไพรมาใช้ประโยชน์เป็นตำหรับยาต่าง ๆ แห่งวงการแพทย์แผนไทย และนำมาบำบัดรักษาโรคภัยไข้เจ็บ ที่เป็นปัญหาต่อสุขภาพมนุษย์ เป็นอีกทางเลือกหนึ่ง ที่จะส่งเสริมบทบาทการแก้ปัญหาเรื่องสุขภาพ ดังเช่นที่มีปรากฏในสมัยพุทธกาล



ความหมายของธาตุ

ชีวิตประกอบด้วยส่วนสำคัญ 2 อย่าง คือ ร่างกายและจิตใจ ซึ่งทั้งสองอย่างนี้ต่างก็มีอิทธิพลซึ่งกันและกัน ในส่วนของร่างกายก็คือการผสมกันของธาตุพื้นฐานทั้งสี่ ได้แก่ ดิน น้ำ ลม ไฟ ธาตุแต่ละอย่างมีอิทธิพลต่อจิตใจตามลักษณะของธาตุที่ท่านจำแนกไว้ดังต่อไปนี้

ธาตุดิน คือ ภาวะรองรับสิ่งอื่นๆ หนักแน่น เกาะตัวเป็นกลุ่มก้อน คงทน ยากที่จะทำลายได้ นั่นคือผู้ที่ได้รับอิทธิพลจากธาตุดิน จะมีน้ำใจกว้างขวาง เป็นที่พึ่งของผู้อื่นในความเป็นอยู่ได้ มีจิตใจหนักแน่น ไม่ค่อยหวั่นไหวในสิ่งต่าง ๆ อดทน เข้มแข็ง

ธาตุน้ำ คือ เือบอบ ไหลลงสู่เบื้องต่ำ เกาะตัวเป็นหนึ่งเดียว และแยกย่อยได้ ชุ่มชื้น เย็น ปรับตัวไปตามสภาพที่อยู่ เปลี่ยนสถานะเป็นของแข็งหรือระเหยกลายเป็นไอได้ นั่นคือ ผู้ที่ได้รับอิทธิพลจากธาตุน้ำ จะมีความอ่อนนุ่มถ่อมตน ไม่ค่อยแสดงออก นิ่งๆ เงียบๆ ปรับตัวได้เก่ง ให้มีความสุขตื้นต่อผู้อยู่ใกล้

ธาตุลม คือ สิ่งที่เคลื่อนไหว กระจายไปทั่วสารทิศ พัดไปพัดมา แปรปรวน ยากที่จะควบคุมให้อยู่นิ่งได้ นั่นคือผู้ที่ได้รับอิทธิพลจากธาตุลม จะมีเสรีภาพในตัวเองสูง ไม่อยู่ในอำนาจของใคร เอาใจยาก

ธาตุไฟ คือ พลังงาน ความร้อน การเผาผลาญ ความไม่อยู่นิ่ง แสงสว่าง การกำจัดความมืด นั่นคือผู้ที่ได้รับอิทธิพลจากธาตุไฟสูง จะเต็มไปด้วยพลังใจตัวเอง มีความเร้าร้อนทะเยอทะยาน นิสัยมักโกรธใจร้อน บางครั้งอาจทำลายตัวเองผู้อื่นหรือสิ่งของ อยู่ไม่นิ่ง เฉลียวฉลาด มองเห็นแนวทางแก้ไขในสิ่งต่าง ๆ ได้ง่าย

ธาตุธาตุ แปลว่าธาตุ 4 หมายถึงการรวมกันของธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม และธาตุไฟ คำว่าธาตุ หมายถึง การธำรงไว้ซึ่งลักษณะของตน ธาตุทั้ง 4 คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม เป็นมหาภูตรูป เพราะเป็นรูปใหญ่ เป็นประธาน เป็นที่รองรับรูปทั้งหมดที่เหลือ ได้แก่เพราะการรวมกันของธาตุดินความแข็งจึงเกิดได้ เพราะการรวมกันของธาตุน้ำความเือบอบจึงเกิดได้ เพราะการรวมกันของธาตุไฟความร้อนจึงเกิดได้ และเพราะการรวมกันของธาตุลมความเบาแห่งการเคลื่อนไหวจึงเกิดได้

การพิจารณาธาตุ 4 ที่มีอยู่ภายในร่างกาย มี 42 ส่วน คือ

ธาตุดิน 20 ส่วน ประกอบด้วย 1.เกสา คือผม 2.โลมา คือขน 3.นะขา คือเล็บ 4.ทันตา คือฟัน 5.ตะโจ หน้ง 6.มังสัง เนื้อ 7.นะหาว เอ็น 8.อฏฐิ กระดูก 9.อฏฐิมิณขัง เยื่อในกระดูก 10.วิกัง ม้าม¹ 11.หะทะยัง หัวใจ 12.ยะกะนัง ดับ 13.กิโลมะกัง พังผืด 14.ปีหะกัง ไต² 15.ปีปผาสัง ปอด 16.อันตังไส้ใหญ่ 17.อันตะคุณัง ไส้น้อย 18.อุทะริยัง อาหารใหม่ 19.กะริสัง อาหารเก่า 20.มัตถะเก มัตถะลุงคัง เยื่อในสมอง³

¹ ไต แปลจากคำว่า วิกกะ โบราณแปลว่าม้าม ลักษณะเป็นก้อนเนื้อ 2 ก้อนมีขั้วเดียวกันรูปร่างคล้ายลูกสะบ้าของเด็กๆ หรือคล้ายผลมะม่วง 2 ผลอยู่ติดในขั้วเดียวกัน.

² ม้าม แปลจากคำว่า ปีหะกะ โบราณแปลว่าไต ลักษณะอยู่ริมกระเพาะอาหารข้างซ้ายมีหน้าที่ทำลายเม็ดเลือดแดง สร้างเม็ดน้ำเหลืองและสร้างภูมิคุ้มกันแก่ร่างกาย.

³ ชุ.ช. (ไทย) 25/3/4.



ธาตุน้ำ 12 ส่วน ประกอบด้วย 1.ปิตตัง น้ำดี 2.เสมหัง น้ำเสลด 3.ปุพฺพโ พน้ำเหลือง 4.โลหิตัง น้ำเลือด 5.เสโท น้ำเหงื่อ 6.เมโท น้ำมันข้น 7.อัสสุ น้ำตา 8.วะสา น้ำมันเหลว 9.เชโฟ น้ำลาย 10.สิงฆานิกา น้ำมูก 11.ละสิกา น้ำมันไขข้อ 12.มุตตัง น้ำมูตร⁴

ธาตุไฟ 4 ลักษณะ คือ 1.ไฟทำกายให้อุ่น 2.ไฟทำกายให้ป่วยไข้ 3.ไฟทำกายให้แก่ 4.ไฟที่เผาผลาญหรือย่อยอาหารที่กินที่ดื่ม

ธาตุลม 6 ลักษณะ คือ 1.ลมพัดขึ้นเบื้องบน 2.ลมพัดลงเบื้องล่าง 3.ลมในท้อง 4.ลมในลำไส้ 5.ลมในอวัยวะน้อยใหญ่ 6.ลมหายใจเข้า-ออก ดังนั้น ธาตุทั้ง 4 ในที่นี้จึงหมายถึงร่างกายของมนุษย์ การที่มนุษย์จะมีสุขภาพดีก็ต้องรักษาธาตุทั้ง 4 ให้เป็นปกติ⁵ การกำหนดโดยความเป็นธาตุ มีดังนี้

1. การกำหนดธาตุโดยไม่แยกกัน พึงพิจารณาว่า ปฐวีธาตุเหล่านี้ ถูกเกาะกุมไว้ด้วยกัน โดยอาโปธาตุ ถูกทำให้อุ่นโดยเตโชธาตุ ถูกค้ำจุนไว้โดยวาโยธาตุ ธาตุ 3 (คือ อาโป เตโช วาโย) ถูกรวมเข้าด้วยกันอย่างนี้ อาโปธาตุอาศัยอยู่ในปฐวีธาตุ ถูกทำให้อุ่นโดยเตโชธาตุ ถูกค้ำจุนไว้โดยวาโยธาตุ ธาตุ 3 (คือ ปฐวี เตโช วาโย) ถูกยึดไว้ด้วยกันรวมกันได้อย่างนี้ เตโชธาตุอาศัยอยู่ในปฐวีธาตุ ถูกยึดไว้ด้วยกันโดยอาโปธาตุ ถูกค้ำจุนไว้โดยวาโยธาตุ ธาตุ 3 (คือ ปฐวี อาโป วาโย) ถูกทำให้อุ่นอย่างนี้ วาโยธาตุอาศัยอยู่ในปฐวีธาตุ ถูกยึดไว้ด้วยกันโดยอาโปธาตุ ถูกทำให้อุ่นโดยเตโชธาตุ ธาตุ 3 (คือ ปฐวี อาโป เตโช) ถูกค้ำจุนไว้ อย่างนี้ ธาตุ 3 (น้ำ ไฟ ลม) อาศัยปฐวีธาตุ ถูกยึดไว้ด้วยกันโดยอาโปธาตุ ธาตุ 3 จึงไม่กระจัดกระจาย ธาตุ 3 (ดิน น้ำ ไฟ) อุ่นโดยเตโชธาตุ จึงไม่มีกลิ่น ธาตุ 3 (ดิน น้ำ ไฟ) ค้ำจุนไว้โดยวาโยธาตุ จึงดำเนินไปและอยู่รวมกันได้ ไม่แตก กระจัดกระจาย ธาตุทั้ง 4 คือ ปฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ อิงอาศัยซึ่งกันและกันด้วยเหตุที่กล่าวมาแล้วข้างต้น

2. การกำหนดธาตุโดยเหตุและปัจจัย พิจารณาโดยเหตุ 4 คือ กรรม จิต อุตฺ อาหาร เป็นปัจจัยสร้างธาตุขึ้นมาเหตุ 4 คือ กรรม จิต อุตฺ อาหาร ธาตุทั้ง 4 ที่ถูกสร้างขึ้นมาจากกรรม กรรมนี้แหละทำให้มีการเกิดด้วยอำนาจของชนกกรรม ทำให้กรรมและวิบากของกรรมเป็นไป และทำให้เกิดปัจจัยต่าง ๆ ที่เข้าไปอุดหนุนเกื้อหนุนให้ธาตุ 4 เป็นไป ธาตุ 4 นี้ เกิดมาจากจิต ทำให้ปัจจัยต่าง ๆ เป็นไป ปฏิสนธิจิตทำให้รูป คือ ธาตุทั้ง 4 เกิดพร้อมกันกับจิต ธาตุ 4 นี้ ตั้งอยู่ได้ไม่เน่าเสียไป ก็ด้วยการอุปการะของ อุตฺ คือไออุ่นที่หล่อเลี้ยงธาตุทั้ง 4 ธาตุ 4 นี้ มีอาหารเป็นผู้หล่อเลี้ยงให้ตั้งอยู่และเจริญได้

3. การกำหนดธาตุโดยลักษณะ ลักษณะของปฐวีธาตุ คือ ความแข็งลักษณะของอาโปธาตุ คือ การซึมซาบลักษณะของเตโชธาตุ คือ ความร้อน ลักษณะของวาโยธาตุ คือ ไหว เคลื่อนไปมา เมื่อสิ่งใดปรากฏชัดในการรับรู้ในขณะที่มีสติสัมปชัญญะก็ให้ระลึกโดยความเป็นเพียงธาตุเท่านั้น ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่ชีวิต เป็นเพียงแต่สภาวะของธรรมชาติ คือ ธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ

⁴ เรื่องเดียวกัน.

⁵ สมเด็จพระมหาธีรราชจารย์ (นิยม ฐานิสสรมหาเถร ป.ศ.9), ลักษณะาทิจตูกะ และกรรมในเชิงลึก 29, (กรุงเทพมหานคร : เศรษฐศิลป์ 2555), หน้า 16.



4. การกำหนดธาตุโดยความเสมอกันและไม่เสมอกัน ปฐวีธาตุและอาโปธาตุ เสมอกันเพราะความมีน้ำหนัก ส่วนเตโชธาตุและวาโยธาตุ เสมอกันเพราะมีความเบา อาโปธาตุและเตโชธาตุไม่เสมอกัน อาโปธาตุสามารถกำจัดความแห้งของเตโชธาตุได้ ปฐวีธาตุและวาโยธาตุ ไม่เสมอกัน เพราะปฐวีธาตุขัดขวางการออกไปของวาโยธาตุ วาโยธาตุก็สามารถทำลายปฐวีธาตุได้

5. การกำหนดธาตุโดยความเป็นหุ่น เปรียบเหมือนการทำหุ่นจำลองเป็นมนุษย์สตรี บุรุษ แล้วมีเชือกสำหรับชักเพื่อให้หุ่นนั้น เดิน ยืน นั่ง นอน ตื่นรำ หุ่นนี้ คือร่างกาย ผู้ทำหุ่น คือกิเลสในอดีตที่เป็นเหตุให้กายนี้ถูกสร้างขึ้นจนสมบูรณ์ เชือก คือเส้นเอ็น ดินเหนียว คือเนื้อ สีที่ทา คือผิวหนัง ช่องทั้งหลายคืออวัยวะ เพราะอาศัยอาการ เครื่องประดับต่าง ๆ จึงได้ชื่อว่าบุรุษหรือสตรี การเคลื่อนไหวไปได้ของหุ่นก็ด้วยวาโยธาตุที่เกิดจากจิตที่คิดจะเดิน ยืน คู้เข้า เขยียดออก สนทนาพูดจำได้ มนุษย์หุ่นเหล่านี้เกิดขึ้นพร้อมกับวิญญาณธาตุ ตกอยู่ในอำนาจความโกรธ ความโศกเศร้า ความทุกข์ เพราะอวิชชา พวกเขาหัวเราะสนุกสนานหรือเล่นด้วยกันได้ มีอาหารรักษาหุ่นเหล่านี้ไว้ และชีวิตินทรีย์รักษาไว้ ทำให้หุ่นเหล่านี้เดินไป ที่สุดแห่งชีวิตทำให้หุ่นแตกกระจัดกระจาย

6. พิจารณาธาตุโดยความเป็นอารมณ์ โดยความเป็นนามและรูป คือ ธาตุทั้งหลายเป็นรูป จิตพร้อมเจตสิกต่าง ๆ ที่พิจารณารูปเหล่านั้นโดยความเป็นจริง เป็นนาม⁶

ธาตุเจ้าเรือน

ในสมุฏฐานวินิจฉัย จากธาตุสมมติฐานต่าง ๆ กล่าวถึงเรื่องที่มีมนุษย์ทุกคนต้องเผชิญกับการแปรปรวนของสรีระร่างกาย นับตั้งแต่เกิดชีวิตใหม่จะถูกกำหนดด้วยธาตุเจ้าเรือนนับตั้งแต่เกิดและหลังจากเกิดมาแล้วก็ต้องประสบสภาวะสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ สภาพภูมิประเทศ อากาศ ที่เปลี่ยนแปลงตามสถานที่เกิด และถิ่นที่อยู่อาศัยที่แตกต่างกันไปอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ รวมไปถึงสังขารแห่งชีวิตที่ต้องเกิด แก่ เจ็บ ตาย ตามกฎของไตรลักษณ์ ซึ่งชีวิตที่มีการปฏิสนธินั้นต้องอาศัยพ่อแม่ ที่มีลักษณะของหญิงชายครบถ้วน หมายถึง พ่อมีลักษณะของชายครบ และแม่มีลักษณะของหญิงครบ เป็นผู้ให้กำเนิดชีวิตประกอบไปด้วยชั้น 5 ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ กล่าวโดยย่อก็คือร่างกายและจิตใจนั่นเอง มนุษย์ที่เกิดมาต่างก็มีชีวิตแตกต่างกันไป มีรูปร่าง หน้าตา ความรู้สึกนึกคิดและจิตสำนึก ความรู้แจ้งทางอารมณ์ที่แตกต่างกันไป⁷

ส่วนการแพทย์แผนปัจจุบัน อธิบายชีวิตที่มีความแตกต่างกันโดยสารพันธุกรรมเรียกว่า “ดีเอ็นเอ” เป็นรหัสของชีวิต ซึ่งมนุษย์ได้รับการถ่ายทอดจากมารดาและบิดา เป็นลักษณะทั่วไปของมนุษย์ ในทางการแพทย์แผนไทยมีความเชื่อที่อิงกับหลักทางพระพุทธศาสนาอธิบายในเรื่องธรรมชาติมนุษย์ว่า การเกิดรูปครั้งแรกในครรภ์มารดามีขนาดเล็กมาก ขนาดเท่ากับหยดน้ำมันงาที่ติดอยู่ปลายขนจามรี หลังจากถูกสะบัดถึง 7 ครั้ง และด้วยอิทธิพลของธาตุไฟก่อน จึงเกิดธาตุอื่น ตามมาจนครบธาตุทั้ง 4 คือ ดิน น้ำ ลม และ

⁶ ดุรายละเอียดยใน วิสุทธิ. (ไทย). 2/57-76.

⁷ พระมหาสุนทร สุนทรธมโม, ตำรายาฝน : หมอพื้นบ้านอีสาน, (ขอนแก่น : หจก.โรงพิมพ์คลังนานาวิทยา 2550), หน้า 52.



ไฟ แล้วจึงเกิดเวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณจนครบขั้น 5 เมื่อครุคร 5 เดือน นั่นคือชีวิตได้เกิดแล้ว และด้วยอิทธิพลธรรมชาติ ได้แก่ ความร้อน ความเย็นของภูมิอากาศตามฤดูกาล ได้ทำให้ธาตุทั้ง 4 ของแต่ละคนแตกต่างกันไปและเริ่มมีอิทธิพลตั้งแต่อยู่นครภุมารดา ดังพระคัมภีร์ปฐมจินดากล่าวไว้ว่าเมื่อตั้งครุครในฤดูอันใด ธาตุอันใด ให้เอาธาตุของฤดูนั้นเป็นที่ตั้งแห่งธาตุกำเนิดของกุมารภูมารินั้นๆ เช่น ตั้งครุครในเดือน เมษายน-มิถุนายน ธาตุกำเนิดไฟ ตั้งครุครในเดือนกรกฎาคม-กันยายน ธาตุกำเนิดลม ตั้งครุครในเดือนตุลาคม-ธันวาคม ธาตุกำเนิดน้ำ ตั้งครุครในเดือนมกราคม-มีนาคม ธาตุกำเนิดดิน นั่นคือธาตุเจ้าเรือนนั่นเอง แต่คนส่วนใหญ่มักจำได้เพียงแต่วันเกิด คำว่าตั้งครุครในเดือนใด หมายถึง การเริ่มมีครุคร หรือมีการปฏิสนธิ ดังนั้นจากข้อสังเกตของคนโบราณดังกล่าว ถ้านำอายุการตั้งครุครมาพิจารณาแล้วสามารถประมาณการได้ว่า ผู้ที่เกิดเมษายน-มิถุนายน จะมีธาตุกำเนิดธาตุลมเป็นเจ้าเรือน ผู้ที่เกิดเดือนกรกฎาคม-กันยายน จะมีธาตุกำเนิดธาตุน้ำเป็นเจ้าเรือน ผู้ที่เกิดเดือน ตุลาคม-ธันวาคม จะมีธาตุกำเนิดธาตุดินเป็นเจ้าเรือน ผู้ที่เกิดเดือนมกราคม- มีนาคม จะมีธาตุกำเนิดธาตุไฟเป็นเจ้าเรือน

ลักษณะของธาตุเจ้าเรือนสังเกตได้ด้วยลักษณะต่อไปนี้

ธาตุกำเนิดธาตุดิน เจ้าเรือนจะมีรูปร่างสูงใหญ่ ผิวค่อนข้างคล้ำ ฆมตกดำ เสียงดังฟังชัด ข้อกระดูกแข็งแรง กระดูกใหญ่ น้ำหนักตัวมาก ลำสัน อวัยวะสมบูรณ์

ธาตุกำเนิดธาตุน้ำ เจ้าเรือนจะมีรูปร่างสมบูรณ์ อวัยวะสมบูรณ์ สมส่วน ผิวพรรณสดใสเต่งตึงตาหวาน น้ำในตามาก ทำทางเดินมันคง ฆมตกด่างาม กินช้า ทำอะไรชักช้า ทนหิว ทนร้อน ทนเย็นได้ดีเสียงโปร่ง

ธาตุกำเนิดธาตุไฟ เจ้าเรือนมักขี้ร้อน ทนร้อนไม่ค่อยได้ หิวบ่อย กินเก่ง ฆมหงอกเร็ว มักหัวล้านหนังย่น ฆม ขน หนวด ค่อนข้างนิ่ม ไม่ค่อยอดทน ใจร้อน ข้อกระดูกหลวม มีกลิ่นปาก กลิ่นตัวแรง ความต้องการทางเพศปานกลาง

ธาตุกำเนิดธาตุลม เจ้าเรือนจะมีผิวแห้งหยาบแห้ง รูปร่างโปร่ง ผอม ฆมบางข้อกระดูกลั่นเมื่อเคลื่อนไหว ซื่อฉลาด ขี้ฉลาด รักง่ายหน่ายเร็ว ทนหนาวไม่ค่อยได้ นอนไม่ค่อยหลับ ช่างพูด เสียงต่ำ ออกเสียงไม่ชัด มีลูกไม่ตก คือความรู้สึกทางเพศไม่ค่อยดี

สมุนไพรรักษาพระพุทธศาสนา

สมุนไพรรักษา หมายถึง ผลิตผลธรรมชาติได้จาก พืช สัตว์ และแร่ธาตุที่ใช้เป็นยา หรือผสมกับสารอื่นตามตำรับยา เพื่อบำบัดโรคบำรุงร่างกาย หรือใช้เป็นยาแก้พิษ^๑

คำว่า สมุนไพรรักษา ตามความหมายของพระราชบัญญัติยา หมายถึงสิ่งที่ได้จากพืช สัตว์ และแร่ธาตุซึ่งยังมีได้ผสมหรือแปรสภาพ เช่น พืชก็ยังคงเป็นส่วนของราก ลำต้น ใบ ดอก ผล ฯลฯ มนุษย์ในสมัยโบราณ

^๑ ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542, (กรุงเทพมหานคร : นานมี บุคส์ พับลิเคชันส์, 2546), หน้า 1132.



ใช้ได้เสาะแสวงหาพืชเพื่อนำมาใช้เป็นอาหาร เชื้อเพลิง เครื่องนุ่งห่ม ที่พืกอาศัยและใช้เป็นยาป้องกัน บำบัดรักษาโรค พืชจึงเป็นเครื่องสนองความต้องการในการดำรงชีวิตเพื่อความอยู่รอด⁹

พืชสมุนไพร หมายถึง ส่วนต่าง ๆ ของพืชที่สามารถนำมาใช้ทำเป็นยาบำบัดรักษาโรค ซึ่งเป็นภูมิปัญญาท้องถิ่นที่สามารถนำเอาคุณสมบัติของพืชแต่ละชนิดมาประยุกต์ใช้¹⁰ สมุนไพร ในความหมายที่สำคัญ หมายถึง ยาที่ได้จากพืช สัตว์และแร่ธาตุ ที่ยังไม่ได้มีการปรับแต่งหรือแปรสภาพ ผสมกับสารอื่น ๆ ด้วยวิธีการใดๆ ยกเว้นการทำให้แห้ง¹¹ สำหรับพันธุ์พืชโดยทั่วไปมีหลากหลายชนิดที่ต่างชนิดกัน แต่มีคุณสมบัติในการรักษาโรคหรือบำบัดอาการเดียวกันได้ ดังนั้นการนำพืชใดมาใช้บำบัดอาการใด ๆ นั้น ควรศึกษาจากผู้ที่มีความรู้ให้ถูกต้องและรอบคอบก่อนนำมาใช้

ในวินัยปิฎกได้แสดงข้อความเกี่ยวกับสมุนไพรและพืชสมุนไพรที่พระพุทธเจ้าทรงอนุญาตแก่พระภิกษุ และอีกส่วนหนึ่งกล่าวถึงประวัติหมอชิวโกมารภัจจ์แพทย์ประจำสำนักพระพุทธเจ้า ซึ่งเป็นผู้มีบทบาทในการรักษาโรคและทูลขอให้พระพุทธเจ้าบัญญัติวินัยเกี่ยวกับการบริหารกายอย่างถูกสุขลักษณะจนเป็นแบบแผนแพทย์แขนงต่าง ๆ เรื่องความไข้เจ็บได้ป่วยเป็นเรื่องสามัญที่ทุกชีวิตจะต้องเผชิญ และการดำเนินชีวิตของพระสงฆ์ที่บวชเข้ามาแล้วบางรูปแม้ได้บรรลุธรรม บางรูปทรงฌานอภิญญา แต่ท่านเหล่านั้นก็ไม่พ้นจากความป่วยไข้ได้ ซึ่งเป็นเรื่องธรรมดาของชีวิต ในพระไตรปิฎกจึงพบว่าเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับความป่วยไข้ โรคภัยต่าง ๆ ตลอดวิธีการเยียวยาความเจ็บไข้ได้ป่วยเหล่านั้น หากจะประมวลตามลำดับโรค ก็มากเกินกว่าจะจัดลำดับได้หมด ดังนั้นจึงขอกกล่าวเฉพาะวิธีการรักษาตามความหลากหลายของโรค 2 วิธี คือ

1. วิธีการป้องกัน หมายถึง การดูแลป้องกันตัวเองจากโรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ เริ่มตั้งแต่การดำเนินชีวิตประจำวันให้เหมาะสม กระทั่งถึงการจัดการสิ่งแวดล้อมที่เกี่ยวข้องให้เอื้อต่อการเกิดสุขภาวะ ในศีล 227 ของภิกษุ หรือในอุทิสมาจาร¹² ก็มีบทบัญญัติหลายประการที่เอื้อต่อการนี้ เช่น การห้ามภิกษุขับถ่าย อุจจาระ ปัสสาวะลงในน้ำ การห้ามใช้มือที่เปื้อนจับภาชนะใส่น้ำ การอนุญาตให้ใช้นายสไน เนยชัน น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อยประกอบเป็นยา การอนุญาตให้ใช้ยาตองเพื่อขับถ่าย หรือเพื่อระบาย การดูแลความสะอาดห้องสุขา การอนุญาตให้ใช้ไม้ชำระฟัน (แปรงสีฟัน) การใช้ผ้ากรองน้ำกรองก่อนดื่ม เป็นต้น ที่สะท้อนให้เห็นการดูแลป้องกันตัวเองให้ปลอดภัยเบื้องต้น ตามหลักการของพระพุทธศาสนาที่สอนว่า อโรคยาปรมาลาภา¹³ ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ และสมณธรรมงอกงามไปได้อย่างดีก็ด้วยการมีสุขภาพที่ดี ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บเบียดเบียน

⁹ นิจศิริ เรื่องรังสี พะยอม ต้นติวัฒน์, พืชสมุนไพร, (กรุงเทพมหานคร : โอ.เอส.พรีนติ้ง เฮ้าส์. 2534), หน้า 1.

¹⁰ เศรษฐมนตร์ กาญจนกุล, ร้อยพรรณพืชสมุนไพร สมุนไพรใกล้ตัว, (กรุงเทพมหานคร : เศรษฐศิลป์ 2551), หน้า 5.

¹¹ เจนจบ ยิ่งสมล, สารานุกรมสมุนไพรไทย, (กรุงเทพมหานคร : บริษัททวี.พรีนติ้ง.2555), หน้า 17.

¹² ข้อควรปฏิบัติเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่คล้ายตามศีล ไม่รวมอยู่ใน 227 ข้อข้างต้น.

¹³ พุ.ธ.อ.(บาลี) 6/162.



2. วิธีการรักษา หมายถึง การลงมือบำบัด ขจัดปัดเป่าความเจ็บไข้ได้ป่วยด้วยวิธีการต่าง ๆ ซึ่งสามารถสรุปได้ 2 วิธีคือ

2.1 รักษาโดยการวิธีการทางการแพทย์ ความเจ็บไข้ได้ป่วยของพระภิกษุที่มีหลักฐานจารึกไว้ในคัมภีร์วินัยปิฎกมีทั้งระดับพื้นฐาน ระดับกลาง จนถึงระดับรุนแรงต่อการเยียวยา การดูแลรักษา บางครั้งก็อาศัยพระภิกษุดูแลกันเอง บางครั้งพระพุทธเจ้าก็เสด็จมาดูแลด้วยพระองค์เอง บางครั้งก็อาศัยหมอชาวบ้านเข้ามาช่วยตามเหตุการณ์และสถานที่ ยาที่ใช้ส่วนใหญ่ก็เป็นสมุนไพรตามธรรมชาติ เช่น ในเภสัชขันธ์กะ พระวินัยปิฎกเล่มที่ 5 ได้พรรณานาฬิกาเรื่องอาหารที่มักเกิดในฤดูสารทกาล พระพุทธเจ้าทรงอนุญาตถึงพืชสมุนไพรประเภทต่าง ๆ คือ

ประเภทรากไม้ ได้แก่ ขมิ้น ชิง ข่า ว่านน้ำ แผลง หัวหมู เหง้าบัว เป็นต้น

ประเภทน้ำผาด ได้แก่ สะเดา โมกมัน ชี้กา บอระเพ็ด กระถินพิมาน เป็นต้น

ประเภทที่ใช้ใบ ได้แก่ ใบสะเดา ใบโมกมัน ใบชี้กา ใบแมงลัก ใบฝ้าย เป็นต้น

ประเภทที่ใช้ผล ได้แก่ มะขามป้อม สมอไทย สมอพิเภก ผลโกศ พริก ดีปลี เป็นต้น

ประเภทที่ใช้ยาง ได้แก่ ยางเคียวจากหิงคุ ยางเคียวจากเปลือกหิงคุ ยางจากยอดต้นตกะ ยางจากใบต้นตกะ ยางจากการเคี้ยวก้านต้นตกะ กายาน เป็นต้น¹⁴

นอกจากยาที่ได้จากธรรมชาติแล้ว ยังมียาที่ได้จาก คน สัตว์ เช่น การใช้สมอดองน้ำปัสสาวะโค หรือน้ำปัสสาวะคน การใช้อุจจาระของคนผสมเป็นตัวยาแก้พิษ ซึ่งฟังดูแล้วก็ชวนให้สะอิดสะเอียนแต่ก็ทำให้ได้ความรู้ใหม่ว่า อุจจาระของคนนั้นใช้ผสมเป็นยากินขับพิษออกจากร่างกายได้ ซึ่งลักษณะยาสมุนไพรที่พบในพระไตรปิฎก เป็นที่มาของยาแผนโบราณขนานหนึ่งมีชื่อว่า ยาตองโลมโลวีระกะ เป็นยาแก้ขับลมในท้อง ท่านแสดงส่วนประกอบไว้คือ มะขามป้อมสด สมอพิเภก ธัญชาติทุกชนิด ถั่วเขียว ข้าวสุก ผลกล้วย หน่อหวาย การะเกด อินทผลัม หน่อไม้ ปลา เนื้อ น้ำผึ้ง น้ำอ้อย เกลือ โดยใส่เครื่องยาเหล่านี้ในหม้อ ปิดฝาปิดชิด เก็บดองไว้ 1-3 วัน เมื่อยาสุกได้ที่แล้ว จะมีรสและสีเหมือนผลหว่า เป็นยาแก้โรคลม โรคไอ เป็นต้น อย่างไรก็ตาม สมุนไพรเหล่านี้ สามารถช่วยป้องกันและบรรเทาความเจ็บไข้ในระดับหนึ่งเท่านั้น

ในกรณีที่พระป่วยมีอาการหนักไม่รู้จะไปพึ่งพาศาสดาที่ไหน ก็ได้แต่ดูแลกันตามมีตามเกิด ช่วยได้ก็มีช่วยไม่ได้ต้องปล่อยให้ตายไป ต่อหน้าต่อตาก็มี เช่น กรณีพระรูปหนึ่งป่วยอาการหนักมาก ต้องทนทุกข์ทรมานไม่มีใครเยียวยาท่านได้ ในที่สุดท่านก็ตัดสินใจฆ่าตัวตายหนีทุกข์ หรือกรณีพระบวชใหม่อยู่คนเดียว ต้องร่ว่งอย่างรุนแรง ไม่มีใครดูแลรักษาท่านต้องนอนเปื้อนอุจจาระปัสสาวะช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ กระทั่งพระพุทธเจ้ามาพบเข้า จึงต้องจัดแจงพยาบาลด้วยพระองค์เอง เมื่อพิจารณาหลักฐานโดยภาพรวมตามคัมภีร์พระไตรปิฎกพบว่า การแพทย์สมัยพุทธกาลนั้นว่ามีความเจริญก้าวหน้าพอสมควร รู้จักวิธีการผ่าตัดทำแผลในที่ต่าง ๆ ของอวัยวะภายในได้แล้วจะต่างก็อาจตรงที่ปัจจุบันมียาชา ยาสลบ ทำให้คนที่ถูกผ่าตัดไม่เจ็บปวด ขณะที่สมัยก่อนนั้น การผ่าตัดอาจทำกันสด ๆ เช่น หมอชีวกโกมารภัจจ์ทำการผ่าตัดมะเร็งในลำไส้ของลูกชายเศรษฐีท่านหนึ่ง หมอตรวจดูอาการของคนไข้เสร็จแล้ว สั่งให้คนที่เหลือออกไป ซึ่งมาน

¹⁴ วิ.มทา.(ไทย) 5/263/46.



จับคนไข้มัดไว้กับเสา จากนั้นก็ผ่าหนังท้อง นำเนื้องอกที่ล่ำไส้มาตรวจดู ตัดเนื้องอกในลำไส้ ออก สอดลำไส้ กลับไว้ตามเดิมแล้วเย็บหนังท้องแล้ว ทายาสมานแผล¹⁵

นอกจากนั้นในวินัยปิฎกยังกล่าวถึงการผ่าตัดกระโหลกศีรษะของเศรษฐีชาวเมืองราชคฤห์ท่านหนึ่ง ที่เป็นโรคปวดศีรษะเรื้อรังมาเป็นระยะเวลา 7 ปี รักษาไม่หาย หมอให้เศรษฐีนอนบนเตียง มัดไว้กับเตียงแล้ว ถลกหนังศีรษะ เพื่กรอยประสานกระโหลก นำสัตว์มีชีวิต 2 ตัวออกมาแสดง แล้วให้ปิดแนวประสานกระโหลก เย็บหนังศีรษะแล้วทายาสมานแผล¹⁶ สัตว์ 2 ตัวที่หมอบพบในสมองของเศรษฐี เข้าใจว่าน่าจะเป็นพยาธิอะไรสักอย่างที่เขาไปกัดกินมันสมองของเศรษฐี ซึ่งถ้าไม่ได้รับการผ่าตัดเอาออก เศรษฐีท่านนี้ก็ตาย ภายใน 5-7 วัน ตามคำวินิจฉัยของแพทย์ที่ลงความเห็นเอาไว้ก่อนได้รับการผ่าตัด หลักฐานเกี่ยวกับเรื่องการผ่าตัดที่พบในวินัยปิฎกนี้แสดงให้เห็นว่า ความเจริญทางด้านการศึกษาในสมัยนั้น

2.2 การรักษาโดยการสวดพระปริตรให้ฟัง การสวดพระปริตร หมายถึง การใช้บทสวดต่าง ๆ สาธยายให้คนป่วยฟัง กรณีดังกล่าวนี้ พบทั้งกรณีการสวดให้ฆราวาสญาติโยมฟัง การสวดให้พระภิกษุด้วยกันฟัง รวมกระทั่งการสวดให้พระพุทธเจ้าฟัง

การสวดในลักษณะดังกล่าว ส่งผลหลายลักษณะ เช่น ในรายที่อาการหนัก ไม่ไหว ไม่รอดแล้ว ก็ถือเป็นการช่วยประคองจิตใจให้อยู่ในสถานะที่ควร ที่เหมาะสม อย่างน้อยก็พอจะประคองกันได้ว่า หากตายไปในสภาพจิตแบบนี้ ไม่ไปสู่ทุคติแน่นอน ข้อนี้ได้กลายมาเป็นแบบแผนสำหรับการปฏิบัติของชาวพุทธในปัจจุบัน กรณีญาติพี่น้องพิจารณาแล้วเห็นว่า ผู้ป่วย หรือคนไข้รายนี้ไม่รอดแล้ว ก็จะนิมนต์พระมาสวด และเรียกการสวดชนิดนี้ตามภาษาชาวบ้านง่าย ๆ ว่าสวดตัดกรรม ในรายที่เป็นพระสงฆ์สาวก ท่านได้รับการฝึกจิตมาดีแล้ว ท่านมีพลังจิตสูง การสวดพระปริตร จะส่งผลให้ท่านหายจากอาการป่วยไข้ได้ การรักษาโรคด้วยการสวดพระปริตรให้ฟังจึงพบเห็นได้บ่อยทั้งในคัมภีร์พระไตรปิฎก และคัมภีร์อรรถกถา

พระปริตรที่ใช้ในการสวดก็มีหลายพระสูตร เช่น โภชนงคปริตร ซึ่งพระสูตรนี้ มีกรณีตัวอย่างที่สำคัญเกี่ยวพระเถระชั้นผู้ใหญ่รวมทั้งพระพุทธเจ้าอาพาธ แล้วมีการนำพระสูตรนี้มาสวดให้ฟังแล้วหาย จากอาการอาพาธนั้น กลายเป็นตำนานในการสวดปัจจุบันที่เราเรียกว่า สวดสามภาน คือเป็นบทสวด 3 บทที่คัดมาจากกรณีเมื่อครั้งพระมหากัสสปะ พระมหาโมคคัลลานะ และพระพุทธเจ้าทรงอาพาธ ท่านเรียกพระสูตรนี้ว่า มหากัสสปะโภชนงคสูตร, มหาโมคคัลลานะโภชนงคสูตร และมหาจุนทะโภชนงคสูตร เฉพาะพระสูตรสุดท้ายเรียกชื่ออย่างนั้น เพราะท่านพระมหาจุนทะเป็นผู้สวดให้พระพุทธเจ้าฟัง ขณะที่สองพระสูตรแรกนั้น พระพุทธเจ้าทรงสาธยายด้วยพระองค์เอง

นอกจากพระสูตรดังกล่าวแล้ว ยังมีพระสูตรอื่น ๆ ที่บันทึกหลักฐานการใช้พระปริตรสวดเพื่อบรรเทาอาการอาพาธ เช่น ในคัมภีร์นทีสูตร ซึ่งในพระสูตรนี้ใช้บทสวดที่เกี่ยวข้องกับไตรลักษณ์ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ผู้ป่วยคลายความยึดมั่นถือมั่นในรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ เป็นที่น่าสังเกตว่า ต่อมา ได้มีพัฒนาการของการสวดเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ เช่น มีการนำพระปริตรต่าง ๆ มาสวดเพื่อขจัดปัดเป่าเหตุเภทภัยต่าง ๆ รวมทั้งสวดเพื่อเสริมสิริมงคลให้กับชีวิตในโอกาสต่าง ๆ

¹⁵ เรื่องเดียวกัน 333/189.

¹⁶ อ้างแล้ว 332/186.



จะเห็นว่า พระพุทธเจ้าและพระสาวกเองก็มีการดูแลสุขภาพด้วยวิธีการต่าง ๆ เริ่มตั้งแต่การดำเนินชีวิตที่เหมาะสม ขณะที่พระพุทธเจ้าก็ทรงพิจารณาตามสมควรแก่เหตุการณ์ทรงวางข้อบัญญัติทางวินัย กำหนดข้อห้าม ข้อปฏิบัติที่ควรเพื่อให้เกิดสุขภาวะ และเมื่อเกิดโรครภัยไข้เจ็บเบียดเบียน ก็อาศัยธรรมชาติสิ่งแวดล้อมมาใช้เยียวยา บำบัด บรรเทาความเจ็บไข้ได้ป่วยนั้น พร้อมกับทรงให้พิจารณารักษาสมาธิประคองจิตด้วยสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน มาช่วยเสริมให้เกิดความสงบระงับโรครภัยไข้เจ็บ

การใช้สมุนไพรตามความเหมาะสมกับธาตุ

ธาตุ หมายถึง สารประกอบที่มีอยู่ในธรรมชาติ ได้แก่ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม และธาตุไฟ ซึ่งทั้งสี่ธาตุนี้ มีอยู่ทั้งภายในและภายนอกร่างกายและทั้งหมดมีอิทธิพลต่อสุขภาพของมนุษย์ ธาตุที่อยู่ภายนอกคือสภาพแวดล้อม ธาตุที่อยู่ภายในคือ ส่วนประกอบต่าง ๆ ที่ประกอบขึ้นมาเป็นร่างกาย แต่เดิมนั้นทางการแพทย์แผนไทยได้กล่าวไว้ว่า คนเราเมื่อเกิดมาในร่างกายจะมีส่วนผสมของธาตุทั้งสี่ โดยที่แต่ละคนก็จะมีธาตุประจำตัวเป็นธาตุหลัก เรียกว่าธาตุเจ้าเรือน ซึ่งมีอยู่ 2 ลักษณะด้วยกันคือ ธาตุเจ้าเรือนเกิด ซึ่งจะนำไปตามวัน เดือน ปีเกิด และธาตุเจ้าเรือนปัจจุบัน ที่พิจารณาจากบุคลิกลักษณะ อุปนิสัยภาวะด้านสุขภาพ ทั้งกายและจิตใจ ว่าสอดคล้องกับลักษณะของบุคคลธาตุเจ้าเรือนอะไร เมื่อทราบแน่ชัดว่าธาตุเจ้าเรือนของคือธาตุตัวใดเป็นตัวหลัก ก็จะสามารถนำมาใช้เป็นแนวทางในการปรับสมดุลของร่างกายเพื่อป้องกันจุดอ่อนที่ทำให้เกิดโรคต่าง ๆ ได้ง่ายขึ้น หากธาตุทั้ง 4 ภายในร่างกายอยู่ในภาวะสมดุลแล้วมนุษย์ก็จะมีสุขภาพดี แต่ถ้าหากว่าธาตุทั้ง 4 เกิดขาดความสมดุลเมื่อใด โรครภัยไข้เจ็บที่เกิดจากจุดอ่อนทางด้านสุขภาพของแต่ละคนตามเรือนธาตุก็จะตามมา

เพื่อเป็นการป้องกันปัญหาความเจ็บป่วยที่อาจเกิดขึ้น สิ่งที่สามารถช่วยป้องกันค้นหาได้ระดับหนึ่ง ในเบื้องต้นก็คือ การพิจารณาจากพฤติกรรมการบริโภคอาหารของแต่ละคนในชีวิตประจำวัน โดยในรสของอาหารและรสของยาแต่ละชนิด จะมีสรรพคุณพิเศษโดยเฉพาะที่เป็นตัวช่วยปรับสมดุลของธาตุเพื่อป้องกันความเจ็บป่วย เช่น หากท้องเสีย ควรกินผลไม้รสฝาด เพื่อหยุดอาการท้องเสีย หากเป็นไข้ควรกินอาหารรสขม เช่น สะเดาหรือมะระ เพื่อลดไข้ เป็นต้น ตามทฤษฎีโบราณของการแพทย์แผนไทยนั้น จะใช้รสชาติของอาหารเป็นยารักษาโรค โดยรสชาติต่าง ๆ ที่มีผลต่อร่างกาย ทั้ง 9 รส ดังนี้

1. ฝาดชอบทางสมาน รสฝาดช่วยในเรื่องการสมานบาดแผล
2. หวานซึมซาบไปตามเนื้อ รสหวานจะซึมซาบไปตามเนื้อ ทำให้เนื้อหนังบริบูรณ์
3. เมาเบื่อแก้พิษต่าง ๆ รสเมาเบื่อ ช่วยแก้พิษเสมหะ พิษไข้
4. ขมแก้ทางโลหิตและดี รสขมช่วยบำรุงเลือด แก้อ่อนในกระหายน้ำ
5. รสมันบำรุงหัวใจ รสมันช่วยแก้เส้นเอ็น บำรุงเส้นเอ็น บำรุงไขข้อ
6. เค็มซึมซาบตามผิวหนัง รสเค็มช่วยแก้โรคผิวหนัง รักษาเนื้อไม่ให้เน่า
7. เปรี้ยวแก้ทางเสมหะ รสเปรี้ยวแก้เสมหะ พอกโลหิต ระบายอุจจาระ
8. เผ็ดร้อนแก้ทางลม รสเผ็ดช่วยแก้ลมจุกเสียด แน่นเฟ้อ ขับผายลม
9. รสจืดเย็น ช่วยแก้เสมหะ ขับปัสสาวะ แก้อ่อนในกระหายน้ำ



การแพทย์แผนไทยจะมีการวิเคราะห์ตาม วัน เดือน ปีเกิด ทำให้จึงกำหนดธาตุเจ้าเรือนของแต่ละคนตามวัน เดือน ปีเกิด เพราะช่วงเวลาที่มนุษย์ปฏิสนธิ นั้น เป็นช่วงเวลาที่ไข่ของแม่และอสุจิของพ่อมีความสมบูรณ์ที่สุด ความสมบูรณ์นี้ได้มาจากสารอาหารที่พ่อและแมกิน ซึ่งเกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ของอาหารกับดินฟ้าอากาศในเวลานั้น ๆ แพทย์แผนไทยจึงกำหนดเอาวันปฏิสนธิ ถือเป็นวันตั้งธาตุ หรือธาตุเจ้าเรือนของแต่ละคน ผู้จะตรวจสอบธาตุเจ้าเรือนควรทราบวัน เดือน ปีเกิดจริง และในบุคคลหนึ่งก็อาจจะมีธาตุได้มากกว่าหนึ่งธาตุ ที่โดดเด่นออกมา เนื่องจากการเกิดของแต่ละคนในแต่ละเดือนนั้น บางท่านเกิดช่วงต้นเดือน บางท่านเกิดช่วงปลายเดือน ซึ่งนั่นทำให้เกิดการส่งผลต่อฤดูกาลจากธาตุหนึ่งไปอีกธาตุหนึ่ง ซึ่งถ้าอยู่ในช่วงรอยต่อของฤดูกาลแล้วก็มีผลได้เช่นกัน เราจึงเรียกว่าคนธาตุผสม ก่อให้เกิดธาตุหลักและธาตุรองนั่นเอง

ธาตุดินเป็นธาตุเจ้าเรือนของผู้ที่เกิดในช่วงเดือนตุลาคม พฤศจิกายน ธันวาคม ทฤษฎีของการแพทย์แผนไทย ถือว่าธาตุดินเป็นโครงสร้างพื้นฐานที่มั่นคงแข็งแรงที่สุดในร่างกายที่สามารถจับต้องและมองเห็นได้ ซึ่งอยู่ภายนอกและภายในร่างกาย เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง กระดูก ม้าม หัวใจ ตับ ไต ลำไส้ โดยมีสิ่งที่สำคัญในการควบคุมสุขภาพอยู่ 3 อย่าง กล่าวคือ

หทัยวัตถุมิที่ตั้งที่หัวใจ ควบคุมความสมบูรณ์ของหัวใจ เช่น ลักษณะ ขนาดการทำงาน การเต้น ความสมบูรณ์ของกล้ามเนื้อหัวใจ บางตำรากล่าวว่าหทัยวัตถุมิเป็นที่ตั้งของจิต

อุทรียะหมายถึง อาหารใหม่ คือ อาหารที่กินเข้าไปใหม่นั้นเอง การชักประวัติการกินอาหารก่อนป่วยนั้นมีความจำเป็นมาก เพราะอาหารคือธาตุภายนอกร่างกายที่เราพาเข้าไปบำรุงหรือปรับธาตุภายใน เรื่องอาหารจึงสำคัญที่สุด ไม่ว่าจะเป็นแพทย์แผนใดหรือโรคทางแผนโบราณ จึงมีเรื่องเกี่ยวกับการกินอาหารที่เรียกว่า กินผิด คือกินไม่ถูกกับธาตุก็จะเจ็บป่วย กินไม่ถูกกับโรค ทำให้อาการแยลง ดังนั้นการแพทย์แผนไทยจึงใช้วิธีการกินสมุนไพร อาหารสมุนไพรมาแก้ไขการเสียสมดุลนี้ เป็นการลองผิดลองถูกมาอย่างยาวนาน จนสรุปเป็นหลักการและเหตุผล

กริสังหมายถึง อาหารเก่า คือกากอาหารในลำไส้ใหญ่ที่จะออกมาเป็นอุจจาระนั้นเอง ลักษณะของอุจจาระเป็นตัวบ่งบอกถึงสุขภาพ หากอุจจาระหยาบ ละเอียด ก้อนแข็งหรือเหลว กลิ่นเป็นเช่นไร เช่น กลิ่นเหมือนปลาเน่า ธาตุน้ำเป็นเหตุ กลิ่นเหมือนหญ้าเน่า ธาตุไฟเป็นเหตุ กลิ่นเหมือนข้าวบูด ธาตุลมเป็นเหตุ กลิ่นเหมือนศพเน่า ธาตุดินเป็นเหตุ เป็นต้น

คนที่มีธาตุดินเป็นธาตุเจ้าเรือนหลัก โดยปกติจะมีรูปร่างสูงใหญ่ ผิวค่อนข้างคล้ำ ผมหดดำ พูดเสียงดังฟังชัด ข้อกระดูกใหญ่และแข็งแรง มีน้ำหนักตัวมาก ลำไส้และอวัยวะสมบูรณ์

ธาตุน้ำเป็นธาตุเจ้าเรือนของผู้ที่เกิดในช่วงเดือนกรกฎาคม สิงหาคม กันยายนได้แก่ สิ่งที่เป็นของเหลวในร่างกาย มีองค์ประกอบที่มีมากที่สุดในร่างกาย เช่น เลือด น้ำลาย น้ำเหลือง น้ำย่อย เป็นต้น น้ำมีความสำคัญทำให้ระบบต่าง ๆ ของร่างกายทำงานเป็นปกติ โดยมีสิ่งสำคัญในการควบคุมสุขภาพอยู่ 3 อย่าง คือ

คอสมหะควบคุมน้ำบริเวณคอขึ้นไปเกี่ยวกับเสมหะ น้ำมูกมีหรือไม่ว่าไร มีมากเวลาใด อาจหมายถึงการทำงานของต่อมต่าง ๆ น้ำเมือก น้ำมูกในบริเวณดังกล่าว

อุระสมหะควบคุมน้ำบริเวณอกเหนือกลางลำตัว จากคอลงมาถึงบริเวณล้นปี เหนือสะดือ



คุณสมหะควบคุมน้ำช่วงล่างจากสะดือลงไป น้ำในลำไส้ น้ำในอุจจาระ น้ำปัสสาวะ น้ำในมดลูก น้ำในช่องคลอด น้ำอสุจิ เป็นต้น

คนที่มีธาตุน้ำเป็นธาตุเจ้าเรือนหลัก โดยปกติ จะมีรูปร่างสมบูรณ์ อวัยวะสมบูรณ์สมส่วน ผิวพรรณ สดใสเต่งตึง ตาหวาน น้ำในตาคามาก ทำทางเดินมันคง ผมหดต่างาม กินข้าว ทำอะไรซึกซ้า ทนหิว ทนร้อน ทนเย็นได้ดี เสียงโปร่ง มีลูกตกหรือมีความรู้สึกทางเพศดี เป็นคนเฉื่อยและค่อนข้างเกียจคร้าน

ธาตุลม เป็นธาตุเจ้าเรือนของผู้ที่เกิดในช่วงเดือนเมษายน พฤษภาคม มิถุนายน คือ พลังที่ เคลื่อนไหวไปมาได้ มองไม่เห็น แต่รู้ว่ามี มีทั้งพลังหยาบ เช่น การผายลม และพลังละเอียด เช่น ระบบ ประสาท รวมถึงการเคลื่อนไหวทุกชนิด เช่น การหายใจ การบีบตัวสูดฉีดเลือดหัวใจ การไหลเวียนของเลือด การยึดหดตัวของกล้ามเนื้อ การควบคุมความรู้สึกของอารมณ์ สดชื่น ตื่นเต้น กลัว กังวล เจ็บ สั่น เกร็ง เป็นต้น โดยมีสิ่งสำคัญในการควบคุมสุขภาพอยู่ 3 อย่าง คือ

หทัยวาตะลมที่ควบคุมอารมณ์ จิตใจ การเต้นของหัวใจ ความหวั่นไหว ความกังวล

สัตถกะวาตะลมที่คมเหมือนอาวุธ หมายถึง เมื่อเกิดอาการจะมีอาการฉับพลัน เจ็บปวดลึก ๆ เหมือนดั่งอาวุธเสียบแทง จากลักษณะดังกล่าว อาการคล้ายกับภาวะขาดเลือด เช่น กล้ามเนื้อหัวใจขาด เลือดหรืออวัยวะใด ๆ ขาดเลือดจะมีอาการเจ็บปวดรุนแรง

สุนาวาตะ ลมที่ควบคุมพลังที่อยู่เส้นกลางลำตัวตามแนวตั้ง ในตำราการนวดแผนไทย เส้น สุนา ถูกจัดเป็นเส้นสำคัญในเส้นประธานสิบ เส้นนี้จะวิ่งกลางลำตัวจรดปลายลิ้น เป็นตัวควบคุมระบบ ประสาท การไหลเวียนโลหิต สมอง ไชสินหลัง เป็นต้น

คนที่มีธาตุลมเป็นธาตุเจ้าเรือนหลัก โดยปกติจะมีผิวหนังหยาบแห้ง รูปร่างโปร่ง ผอม ผอมบาง ข้อ กระดุกกลันเมื่อเคลื่อนไหว ซื่อฉลาด ซื่อฉลาด รังง่าย หนาวเร็ว ทนหนาวไม่ค่อยได้ นอนไม่หลับ ช่างพูด เสียงต่ำ ออกเสียงไม่ชัด มีลูกไม่ตกเพราะความรู้สึกทางเพศไม่ค่อยดี

ธาตุไฟ ผู้ที่เกิดในช่วงเดือนมกราคม กุมภาพันธ์ มีนาคม มีแหล่งกำเนิดในร่างกายมาจากการ สันดาป หมายถึง พลังความร้อนที่ทำให้ธาตุน้ำ ธาตุลมเคลื่อนที่ และรักษาธาตุดินไม่ให้เน่าเปื่อย เช่น การใช้ พลังงานต่าง ๆ ไฟน่าย่อยในระบบย่อยอาหาร กระตุ้นให้จอร์ับภาพของดวงตารับแสง การทำงานของเซลล์ สมอง เป็นต้น โดยมีสิ่งสำคัญในการควบคุมสุขภาพอยู่ 3 อย่าง คือ

พัทธปัตตะ¹⁷ คือ ดีในฝัก บางท่านอาจสับสนว่า น้ำดีคือธาตุน้ำ เหตุใดจึงจัดเป็นธาตุไฟ พัทธปัตตะ ในที่นี้คือการควบคุมการทำงานของน้ำดีและการย่อยสลายจากการทำงานของน้ำดี ส่วนตัวน้ำดีจัดเป็นธาตุ น้ำ บ่งบอกอาการทำงานของน้ำดีที่ผิดปกติไป เช่น น้ำดีอุดตัน ภาวะการผลิตน้ำดีของตับผิดปกติ น้ำดี อักเสบ เป็นต้น

อพัทธปัตตะ¹⁸ คือ ดินอกฝัก หมายถึง การทำงานของน้ำดีในลำไส้ การย่อยอาหาร ดินอกฝัก พิจารณาจะทำให้เหลืองทั้งตัว ดีในฝักพิจารณาจะเป็นสีเขียว กำเดาองค์แห่งความร้อน เป็นตัวควบคุมความ ร้อนในร่างกาย

¹⁷ ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย). 2/44-45.

¹⁸ เรื่องเดียวกัน.



คนที่มีความรู้ไฟเป็นธาตุเจ้าเรือนหลัก โดยปกติมักจะขี้ร้อน หนาวไม่ค่อยได้ หิวบ่อย กินเก่ง ผมหงอกเร็ว มักหัวล้าน หนียงย่น ผมหงอกและขนค่อนข้างนี้ม ไม่ค่อยอดทน ใจร้อน ขี้กระดุกหลวม มีกลิ่นปาก กลิ่นตัวแรง ความต้องการทางเพศปานกลาง

อย่างไรก็ตาม คนเราทุกคนแม้จะมีธาตุทั้ง 4 เหมือนกัน แต่มีโครงสร้างของแต่ละธาตุไม่เหมือนกัน บางครั้งอาจพบว่ามึลลักษณะบางอย่างไม่ตรงตามธาตุเจ้าเรือนที่กล่าวมาทั้งหมด นั้นเพราะยังมีอิทธิพลต่าง ๆ อีกมากที่ส่งผลกระทบต่อลักษณะและพฤติกรรมของธาตุเจ้าเรือน เช่น อิทธิพลของที่อยู่อาศัย อายุ ฤดูกาล เวลาและพฤติกรรมของบุคคลคนนั้น อิทธิพลเหล่านี้จะส่งผลให้สัดส่วนของธาตุทั้ง 4 แปรผันไปตามแต่ละบุคคล ทำให้แต่ละคนจะแสดงลักษณะท่าทาง บุคลิกและปัญหาทางสุขภาพที่แตกต่างกัน การเสริมสร้างสุขภาพที่ดี ควรเริ่มที่ตัวเองก่อน สามารถเริ่มได้โดยไม่ต้องรอให้มีอายุมากขึ้น หรือต้องรอให้เจ็บไข้ได้ป่วยเสียก่อน และควรดูแลเอาใจใส่สุขภาพของตนเองเป็นประจำด้วย เพื่อให้มีสุขภาพที่ดี สมบูรณ์ แข็งแรง ตลอดไป เมื่อรู้จักเรือนธาตุของตัวเองแล้ว ก็สามารถรู้จักตัวเองได้ในระดับหนึ่ง สามารถเข้าใจรูปร่างลักษณะ และข้อจำกัดของร่างกาย เรียนรู้อาการเจ็บป่วยและรู้เท่าทันโรคที่อาจจะเกิดขึ้นกับตัวเอง ทำให้สามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุขและสุขภาพแข็งแรง อันเนื่องมาจากการรู้เรื่องเรือนธาตุนั่นเอง

บทสรุป

ในร่างกายของมนุษย์ประกอบด้วยธาตุ 4 ชั้น 5 โดยเฉพาะธาตุ แสดงให้เห็นถึงความสามารถ ในการปรับสมดุล แลกเปลี่ยนการมีส่วนร่วม หรือ รูปแบบการปฏิสัมพันธ์ระหว่างอวัยวะส่วนต่าง ๆ กลไก ของร่างกาย และสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับรูปร่างและอารมณ์ของมนุษย์ ตามลักษณะของธาตุ ผู้ที่มีธาตุดินเป็น เจ้าเรือน จะมีรูปร่างสูงใหญ่ ลำสัน ผู้ที่มีธาตุน้ำเป็นเจ้าเรือนจะมีรูปร่างสมบูรณ์ ผิวพรรณสดใสเต่งตึง ผู้ที่มี ธาตุไฟเป็นเจ้าเรือน มักขี้ร้อน ผมหงอกเร็ว ผู้ที่มีธาตุลมเป็นเจ้าเรือน จะมีผิวหนังหยาบแห้ง รูปร่างโปร่ง ข่างพุดจา

เมื่อเป็นเช่นนี้การเลือกใช้อาสนุนไพรให้เหมาะต่อธาตุเจ้าเรือนจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่ง ที่จะสามารถควบคุมสมดุลของร่างกายได้เพราะในพืชสมุนไพรนั้นมีรสชาตที่แตกต่างกันอย่างสิ้นเชิง หากธาตุ ทั้ง 4 ภายในร่างกายอยู่ในภาวะสมดุลแล้วก็ไม่ค่อยเจ็บป่วย หรือเรียกได้ว่าสุขภาพดี แต่ถ้าหากว่าธาตุทั้ง 4 เกิดขาดความสมดุลเมื่อใด โรคภัยไข้เจ็บที่เกิดจากจุดอ่อนทางด้านสุขภาพของมนุษย์ตามเรือนธาตุก็จะเกิด ตามสมมติฐานโรค

อนึ่งธรรมชาติของมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายในโลกใบนี้ย่อมมีลักษณะเสมอกันคือ เกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นเรื่องธรรมดา ถึงกระนั้นการรักษาโรคเพื่อมิให้ต้องมียันเจ็บป่วยหรือทุกข์ทรมานก่อนเวลาอันควร ก็น่าจะเป็นเครื่องเตือนสติให้มนุษย์เร่งทำความดี มีจิตใจที่สงบ ทำบุญกุศลให้มากกว่าก่อนที่จะสิ้นอายุขัยของตัวเอง แม้พระพุทธเจ้าจะไม่มีโรคทางใจใดๆ แต่ก็มีโรคทางกายเกิดขึ้น คำว่าโรค หมายถึง เสียดแทงเบียดเบียน ร่างกายและจิตใจให้ลำบาก พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า แต่ก่อนมีโรคร้ายอยู่เพียง 3 ชนิด คือ โรคอยาก โรคหิว และโรคชรา แต่ในปัจจุบันมีโรคเพิ่มมากขึ้นอีกเป็นจำนวนมาก ดังจะเห็นได้ว่าทุกวันนี้มีโรคแปลกๆ ใหม่ๆ และร้ายแรงเกิดขึ้นเรื่อยๆ โรคที่เกิดจากวิบากกรรม เป็นผลมาจากการทำร้ายเบียดเบียนชีวิต



บรรณานุกรม

- เจนจบ ยิ่งสุมล. สารานุกรมสมุนไพรไทย. กรุงเทพมหานคร : บริษัททวี.พริ้นท์, 2555.
- นิจศิริ เรื่องรังสี พะยอม ตันตีวัฒน์. พืชสมุนไพร. กรุงเทพมหานคร : โอ.เอส.พริ้นติ้ง เฮ้าส์., 2534.
- พระมหาสุนทร สุนทรธมโม. ตำรายาฝน : หมอพื้นบ้านอีสาน. ขอนแก่น : หจก.โรงพิมพ์คลังน่านาวิทยา, 2550.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.
- มหามกุฏราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถาแปล ชุด 91 เล่ม. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2525.
- _____ . วิสุทธิมรรคแปล ภาค 2 ตอน 2. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2547.
- ราชบัณฑิตยสถาน. พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542. กรุงเทพมหานคร : นานมี บุคส์พับลิเคชั่นส์, 2546.
- เศรษฐมนตร์ กาญจนกุล. ร้อยพรรณพืชสมุนไพร สมุนไพรใกล้ตัว. กรุงเทพมหานคร : เศรษฐศิลป์, 2551.
- สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อจ อาสภมหาเถร). คัมภีร์วิสุทธิมรรค พระพุทธโฆสเถร รจนา.พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, 2548.
- สมเด็จพระมหาธีรราชจารย์ (นิยม ฐานิสสรมหาเถร ป.ธ.9). ลักษณะกิจตูกกะ และกรรมในเชิงลึก 29. กรุงเทพมหานคร : เศรษฐศิลป์, 2555.