



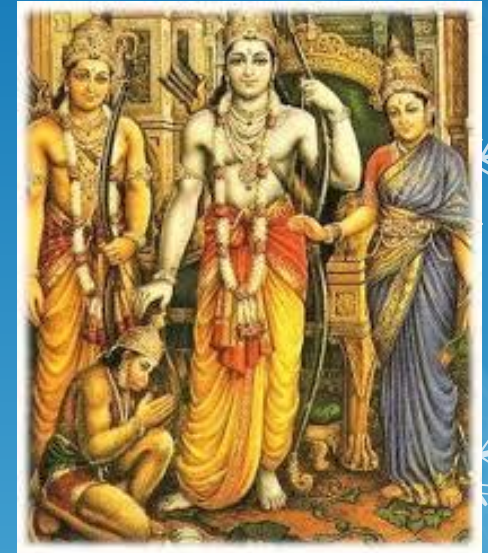
ธรรมชาติของร่างกาย
พลังชีวิต
ธรรมชาติบำบัด

แสงสิทธิ์ กฤษณี

Naturopathy หรือ ธรรมชาติบำบัด

คือ ระบบการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมที่ก่อกำเนิดมาจากยุโรป โดยมีมุมมองโรคในแง่ที่ว่าโรคคือการแสดงออกของการเปลี่ยนแปลงของร่างกายที่จะพยายามบำบัดตัวเอง เพื่อฟื้นฟูสุขภาพให้กลับคืนสู่สภาวะปกติ ชื่อ Naturopathy แปลตามความหมาย คือ “การบำบัดโรคตามธรรมชาติ” Naturopathy ได้แพร่หลายทั่วยุโรป ออสเตรเลีย นิวซีแลนด์ แคนาดา และอเมริกา

การแพทย์แบบพระเวท



คัมภีร์พระเวท (Veda) คัมภีร์ฤคเวท (Rgveda) คัมภีร์อาถรรพเวท (Atharvaveda)

เบญจฉัณฑ์ หรือ ฉัณฑ์ 5

เบญจฉัณฑ์ หมายถึง กองแห่งรูปธรรมและนามธรรมห้า
หมวดที่ประชุมกันเข้าเป็นชีวิต

ฉัณฑ์ 5 ประกอบด้วย รูปฉัณฑ์ เวทนาฉัณฑ์ สัญญาฉัณฑ์
สังขารฉัณฑ์ วิญญาณฉัณฑ์

1. รูปฉัณฑ์ กองรูป ส่วนที่เป็นรูป ร่างกาย พฤติกรรม และ
คุณสมบัติต่าง ๆ ของส่วนที่เป็นร่างกาย ส่วนประกอบฝ่าย
รูปธรรมทั้งหมด

เบญจชั้น์ หรือ ชั้น์ 5

4. สังขารชั้น์ กองสังขาร ส่วนที่เป็นความปรุงแต่ง สภาพที่ปรุงแต่งจิตให้ดีหรือชั่วหรือเป็นกลาง ๆ คุณสมบัติต่าง ๆ ของจิต มีเจตนาเป็นตัวนำ ที่ปรุงแต่งคุณภาพของจิต ให้เป็นกุศล อกุศล อัพยากฤต

5. วิญญาณชั้น์ กองวิญญาณ ส่วนที่เป็นความรู้แจ้ง อารมณ์ ความรู้อารมณ์ทางอายตนะทั้ง 6

เบญจขันธ์ หรือ ขันธ์ 5

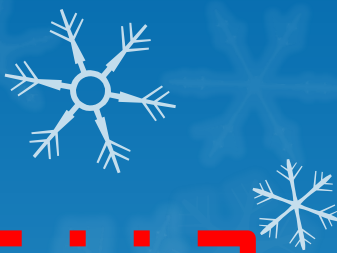
อายตนะ แปลว่า บ่อเกิดหรือสื่อสัมพันธ์ บ่อเกิดหรือสื่อสัมพันธ์ ของอายตนะทั้งสองแล้วเกิดอารมณ์ขึ้น อายตนะมีตาเป็นต้น เมื่อสัมผัสกับรูปแล้ว ก็ติดต่อสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องถึงประสาทเข้ามาหาใจ แล้วใจก็รับเอามาเป็นอารมณ์ ถ้าดีก็ชอบใจ สนุก เพลิดเพลิน ถ้าไม่ดีก็ไม่ชอบใจ คับแค้นเป็นทุกข์โทมนัสต่อไป

อายตนะ ประกอบด้วย อายตนะภายใน 6 และ

อายตนะภายนอก 6


รูปชั้นจัดเป็นรูป และ 4 นามชั้น

จัดเป็นปรมาัตถธรรม 4 = เวทนาชั้น 1 สัญญาชั้น 1
สังขารชั้น 1 และวิญญาณชั้น 1 จัดเป็นจิตหรือ เป็น เจตสิก
ส่วนนิพพาน เป็นชั้นวินิมุต คือ พ้นจากชั้น 5 สรรพสิ่งทั้งหลาย
ในอนันตจักรวาลนั้น แยกประเภทได้เป็น 3 ส่วน

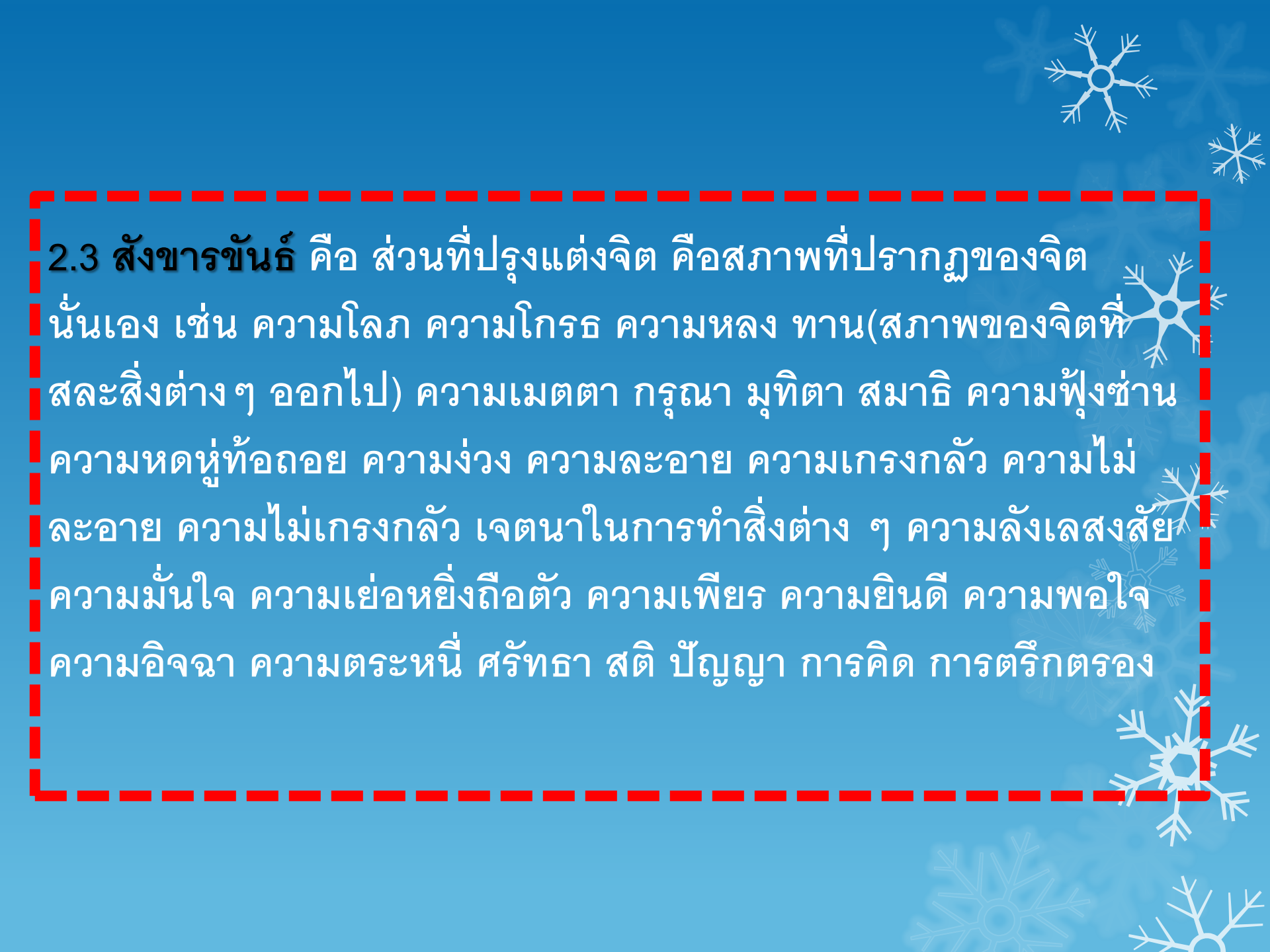


2. ส่วนที่เป็นความรู้สึกและความคิดทั้งหลาย รวมเรียกว่า **นามขันธ์**
คือ ปรมาตถธรรม 4 ได้แก่

2.1 เวทนาขันธ์ คือ ความรู้สึกเป็นสุขทางกาย ทุกข์ทางกาย โสมนัส
(สุขทางใจ) โทมนัส(ทุกข์ทางใจ) อุเบกขาหรือ อทุกขเวทนา อสุข
เวทนา เป็นกลางๆ (ไม่สุขไม่ทุกข์)

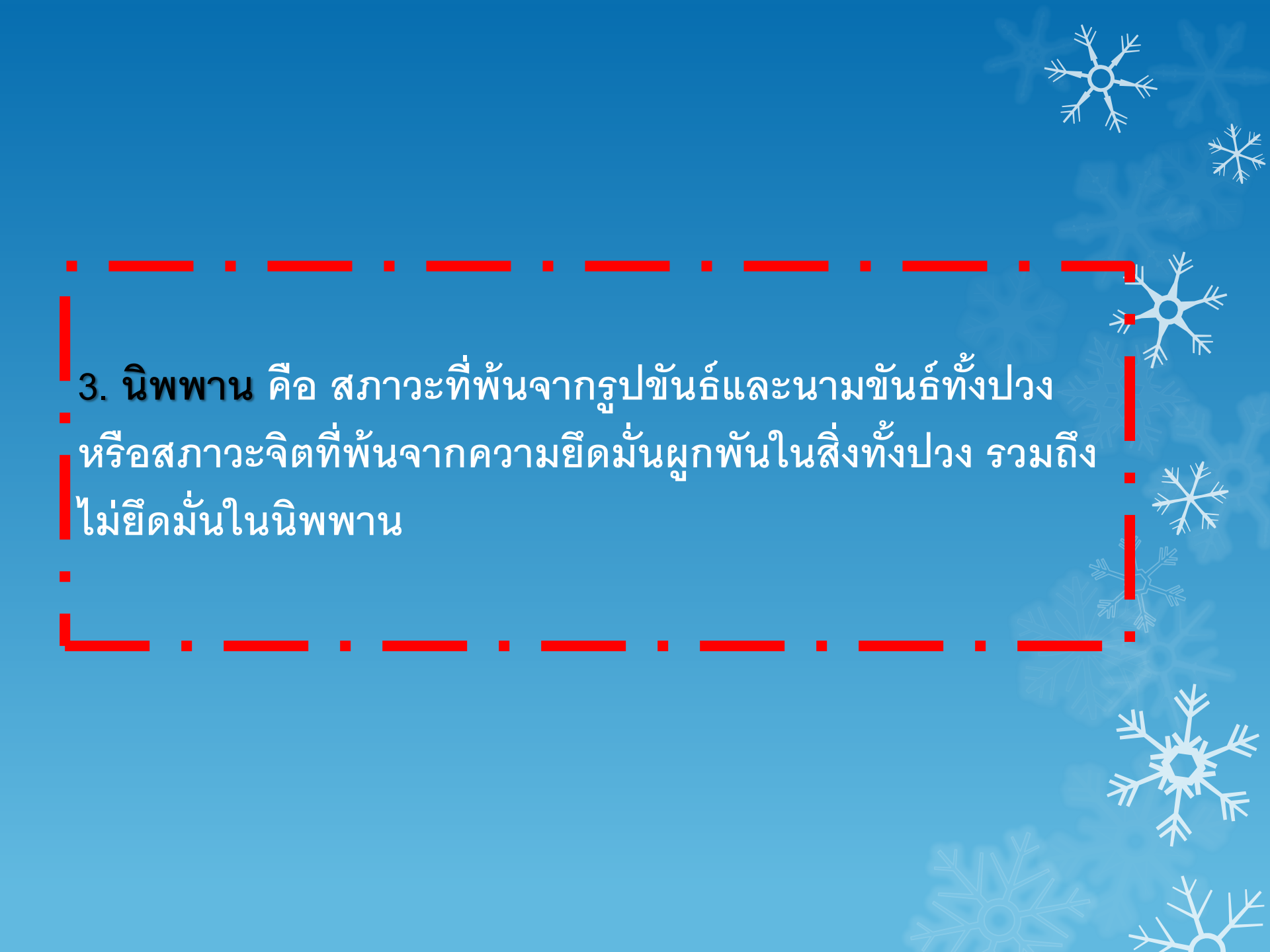


2.2 สัญญาชั้น ๓ คือ ความจำได้หมายรู้ในสิ่งต่างๆ คือส่วนที่ทำหน้าที่ในการจำนั่นเอง (ไม่ใช่เนื้อสมอง แต่เป็นส่วนของความรู้นึกคิด เนื้อสมองนั้นจัดเป็นรูปชั้น ๓ เนื้อสมองเป็นเหมือนสำนักงาน ส่วนนามชั้น ๓ทั้งหลายเหมือนผู้ที่ทำงานในสำนักงานนั้น)



2.3 สังขารขันธ์ คือ ส่วนที่ปรุงแต่งจิต คือสภาพที่ปรากฏของจิต
นั่นเอง เช่น ความโลภ ความโกรธ ความหลง ทาน(สภาพของจิตที่
สละสิ่งต่างๆ ออกไป) ความเมตตา กรุณา มุทิตา สมาธิ ความฟุ้งซ่าน
ความหดหู่ท้อถอย ความง่วง ความละเอียด ความเกรงกลัว ความไม่
ละเอียด ความไม่เกรงกลัว เจตนาในการทำสิ่งต่าง ๆ ความลังเลสงสัย
ความมั่นใจ ความเย่อหยิ่งถือตัว ความเพียร ความยินดี ความพอใจ
ความอิจฉา ความตระหนี่ ศรัทธา สติ ปัญญา การคิด การตรึกตรอง

2.4 วิญญาณชั้น หรือ จิต คือผู้ที่รับรู้สิ่งทั้งปวง คือรับรู้ความรู้สึกต่าง ๆ ตั้งแต่ เวทนาชั้น สัญญาชั้น จนถึงสังขารชั้น และเป็นผู้รับรู้ถึง ส่วนที่เป็นรูปชั้นทั้งหลายด้วย อันได้แก่เป็นผู้รับรู้สิ่งทั้งหลาย ที่มา กระทบทางตา หู จมูก ลิ้น กาย นั่นเอง รวมถึงเป็นผู้รับรู้ในสภาวะ แห่ง นิพพาน ด้วย



3. นิพพาน คือ สภาวะที่พ้นจากรูปขันธ์และนามขันธ์ทั้งปวง
หรือสภาวะจิตที่พ้นจากความยึดมั่นผูกพันในสิ่งทั้งปวง รวมถึง
ไม่ยึดมั่นในนิพพาน

การแพทย์แผนไทย



ว่าด้วยพิกัดแห่งกองสมุฏฐาน 4 ประการ

○ ชาติสมุฏฐาน

○ ฤดูสมุฏฐาน

○ อายุสมุฏฐาน

○ กาลสมุฏฐาน

ฤดูสมภุจัน

● ฤดู 3 ฤดูละ 4 เดือน

คิมหันตะสมภุจัน วัสสานะสมภุจัน เหมันตสมภุจัน

● ฤดู 6 ฤดูละ 2 เดือน

คิมหันตะสมภุจัน ะสันตะสมภุจัน วัสสานะสมภุจัน

สระตะสมภุจัน เหมันตะสมภุจัน คีระสมภุจัน

อายุสมมุจฐานโรค

○ปฐมวัยพาลทารก 1 วัน ถึง 16 ปี

เสมอเป็นเจ้าสมมุจฐาน

○มัชฌิม ปานกลาง 16 ปี ถึง 30 ปี

ปีตตะเป็นเจ้าสมมุจฐาน

○ปัจฉิมวัย ผู้เฒ่า 30 ปี ถึง อายุไชย

วาตะเป็นเจ้าสมมุจฐาน

กาลสมุฏฐาน

วันหนึ่ง

กลางวัน กลางคืน

เป็น 6 สมุฏฐาน