



สารศิษย์เก่า แพทยฯ ม.อ.

Newsletter of the Alumni Association of PSU MEDICINE



คณะแพทยศาสตร์
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ศ.ดร.บพ.กมลพร แก้วพรสวรรค์ (ศิษย์เก่ารุ่น 3)
หัวหน้าหน่วยกุมารศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์
ภาควิชาศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์และกายภาพบำบัด
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

นพ.กิติศักดิ์ เกษตรสินสมบัติ (ศิษย์เก่ารุ่น 11)
ผู้ได้รับรางวัลแพทย์ดีเด่นในชนบท ประจำปี 2561
ของคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

จากแพทยศาสตร์สู่พุทธศาสตร์



สารศิษย์เก่า แพทย์ ม.อ.

(Newsletter of the Alumni Association of PSU Medicine)

ปีที่ 33 ฉบับที่ 2 เดือนเมษายน - มิถุนายน 2562

จัดทำโดย: สมาคมศิษย์เก่า คณะแพทยศาสตร์

รูปเล่ม/ปก: หน่วยผลิตตำรา คณะแพทยศาสตร์

สารบัญ (ส่วน B)

| | |
|--|-----|
| บทบรรณาธิการ | 3B |
| เรื่องเล่าจากศิษย์เก่า : | |
| เมื่อศิษย์เก่าสนใจในพุทธศาสตร์ | |
| • พญ.พจนีย์ พงษ์ประภาพินธ์ | 4B |
| บทความพิเศษ : | |
| เมื่อศิษย์เก่าไปบวชที่พุทธศยา | |
| • พลตรี ดร.อุ.ว.โยธิน ชินวลัญช์ | 6B |
| You are the First : | |
| คุณคือศิษย์เก่าคุณได้ PhD. สาขา Buddhist Studies | |
| • ศ.ดร.อุ.ว.กมลพร แก้ววรสสรณ์ | 10B |



จากแพทยศาสตร์ สู่พุทธศาสตร์

กัลยาณมิตรทุกท่านครับ จากหนังสือเรื่องการแพทย์แนวทางพุทธของพระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) ผมขอสรุปบางส่วนหนังสือเล่มนี้มาให้ทราบดังนี้ครับ “พระพุทธศาสนานั้น มองความไม่สบายว่าเป็นโรคของชีวิตทั้งหมด ไม่ได้มองเพียงด้านใดด้านหนึ่งโดยเฉพาะ การที่มองและแยกแยะออกไปก็เพื่อสะดวกในการปฏิบัติเท่านั้น แต่ตอนแรกให้มองโรคของชีวิตทั้งหมดก่อน มองชีวิตว่ามีโรคที่จะต้องเยียวยา โดยจุดหมายของพระพุทธศาสนา ก็คือ การแก้ไขความไม่สบายหรือโรคของชีวิตนั่นเอง เพราะโรค ก็คือทุกข์

ในการแก้ไข พระพุทธเจ้าได้ทรงวางหลักทั่วไปไว้ เรียกว่า อริยสัจ ๔ เช่นในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ท่านพูดถึงเรื่องทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ซึ่งเป็นหัวข้อทั้ง ๔ ของอริยสัจว่า ทุกข์นั้นได้แก่โรค สมุทัยก็คือเหตุของโรค นิโรธคือภาวะที่หายโรค มรรคได้แก่ยาและกระบวนการวิธีที่ใช้บำบัด จะเห็นว่าแนวทางของพระพุทธศาสนา ก็เป็นแนวทางของการรักษาโรค จึงเรียกพระพุทธเจ้าว่าเป็นแพทย์

พระพุทธศาสนา มองคนเป็นนามรูป และใช้นามรูป รวมกันเป็นหนึ่งเดียว ไม่มองแยกเป็นสอง เพราะมันเชื่อมโยงสัมพันธ์กันเป็นอันหนึ่งอันเดียว เป็นระบบความสัมพันธ์ขององค์ประกอบต่าง ๆ พระพุทธศาสนามองชีวิต มองโรคภัยไข้เจ็บ หรือมองปัญหาของมนุษย์ รวมทั้งกระบวนการของทุกอย่างเป็นระบบแห่งความสัมพันธ์ขององค์ประกอบต่าง ๆ ที่เข้ามาเกี่ยวข้องอาศัยกันละกัน เป็นกระบวนการแห่งเหตุปัจจัยที่สืบทอดต่อเนื่อง ดังคำกล่าวที่ว่า การผ่อนคลายไม่เครียดใจเป็นสมาธิรวมเป็นหนึ่งเดียว เพราะถ้ากายเครียดใจก็เครียดด้วย ถ้าใจผ่อนคลายกายจะผ่อนคลายได้ เรียกว่าสภาพกายมีผลต่อสภาพจิตใจ

แต่ในกรณีของผู้ที่ปฏิบัติตัวถูกต้อง ดังปรากฏในการบำเพ็ญโพชฌงค์ เมื่อเกิดความอึดใจ ทั้งกายและใจที่ผ่อนคลายสบาย องค์ธรรมข้อที่เรียกว่าผ่อนคลายนั้นเป็นองค์ธรรมสำคัญมาก มีชื่อว่าปัสลัทธิ อยู่ในหลักเรียกว่าโพชฌงค์ ๗ ประการ ปัสลัทธิ จะตรงข้ามกับสาร์ทธะ ซึ่งเป็นความเครียด ตัวความเครียดและความผ่อนคลายนี้เป็นจุดรวมอาการที่สำคัญของกายและใจ เราต้องก้าวผ่านจุดนี้ จะต้องมีการกายและใจที่ไม่เครียด และมีความผ่อนคลาย เพื่อจะก้าวไปสู่สุขและสมาธิในที่สุด

พระพุทธศาสนา ถือว่าคนเรานี้ร่างกายก็เป็นสังขารจิตใจก็เป็นสังขาร มีความเจ็บป่วยอยู่เป็นธรรมดา พระพุทธเจ้าแยกโรค ๒ อย่าง คือ โรคกายกับโรคจิตใจ พระองค์ตรัสว่าบางคนที่ไม่ปลอดจากโรคกายเป็นเวลานาน ๆ หรือไม่มีโรคกายปรากฏอาจจะพอกาได้อยู่ แต่คนที่จะไม่มีความโรครใจ แม้เพียงชั่วขณะนั้นหาได้ยากนัก ยกเว้นแต่พระอรหันต์เท่านั้น”

จึงไม่น่าแปลกใจที่ว่า การแพทย์แผนตะวันตกในปัจจุบันเริ่มมีการนำแนวทางของศาสตร์ทางตะวันออก ซึ่งรวมทั้งหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนา เข้าไปบูรณาการหรือปรับใช้ร่วมกับองค์ความรู้ทางวิทยาศาสตร์การแพทย์มากขึ้นเรื่อย ๆ จนเกิดเป็นศาสตร์การบำบัดทางการแพทย์แขนงใหม่ ๆ เช่น Mindfulness in Medicine (การเจริญสติในทางการแพทย์) หรือบางครั้งเรียกว่า The Medicine of the Moment (เวชศาสตร์ในปัจจุบันขณะ) เช่น การสอน Mindfulness based stress reduction ของโรงเรียนแพทย์หลายแห่งในอเมริกา และบางโรงเรียนแพทย์เช่นที่ Brown University Alpert Medicine School ได้นำเอา Mindfulness ไปใช้ในทุกระดับ

รวมถึงระดับนักศึกษาแพทย์ด้วย เพื่อส่งเสริมให้แพทย์เองมีการตระหนักรู้ (self-awareness) อยู่กับปัจจุบัน มีความเห็นอกเห็นใจ (empathy) ผู้ป่วย เพื่อนำไปสู่เป้าหมายสูงสุดร่วมกันคือ ภาวะอยู่ดีมีสุข (well-being) ของแพทย์เองและผู้ป่วยก็ได้รับบริการที่เปี่ยมสุขด้วยคุณภาพ

สารศิษย์เก่าแพทย์ ม.อ. ฉบับนี้ จึงขอเสนอเรื่องราวของศิษย์เก่าหลายคนที่จบ พ.บ. แล้ว แต่กลับสนใจเรื่องพุทธศาสนาอย่างลึกซึ้ง จนถึงกับไปศึกษาต่อด้านปริญญาเอกสาขาพุทธศาสตร์ศึกษา หรือไปบวช หรือนำไปปรับใช้ในการดูแลผู้ป่วยและการดูแลตัวเอง ซึ่งล้วนแต่ผ่านแรงบันดาลใจอย่างยิ่ง และหวังว่าผู้อ่านสารศิษย์เก่าฯ ฉบับนี้จะได้สาระดี ๆ ที่เป็นประโยชน์กับตนเองไม่มากนักน้อย



ในฐานะที่ตัวเองเคยมีประสบการณ์เป็นบุคลากรเพียงคนเดียวของคณะแพทยศาสตร์ ม.อ. ที่เข้าร่วมในโครงการของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ในการบวชถวายเป็นพระราชกุศล แต่พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร เมื่อเดือนกุมภาพันธ์ 2560 ณ วัดป่ากัณฑ์พงษ์ นั้น ผมต้องยอมรับว่าช่วงเวลาที่เราครองผ้าเหลืองและปฏิบัติกิจของสงฆ์นั้น นับว่าเป็นช่วงเวลาของความสงบสุขของจิตใจโดยแท้

ธรรมสวัสดิ์ศรีรับ

ศ.นพ.พิเชฐ อุดมรัตน์ (อดีตพระฉายา ปัญญาโรภิกขุ)
บรรณาธิการสารศิษย์เก่าแพทย์ ม.อ.



เมื่อศิษย์เก่าสนใจใน พุทธศาสตร์

พญ.พนีย์ พงษ์ประภาพันธ์
(ศิษย์เก่ารุ่น 16)

หมอเรียนจบมัธยมปลายที่เตรียมอุดมฯ จบแพทยศาสตร์ที่มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ต่อแพทย์เฉพาะทางด้านสูตินรีเวช อยู่กับครอบครัวที่อบอุ่น มีนิสัยร่าเริง สนุกสนาน มีเพื่อนฝูงรักชอบหมอมามากมาย

เมื่อก่อนหมอเคยใช้ชีวิตฟุ่มเฟือย เที่ยวทุกคืน เข้าไปกินบรรยากาศ ต้มพอมิน ๆ ฟังเพลงเพื่อนที่กินเหล้าคุยกัน มันรู้สึกสนุก บ้า ๆ บอ ๆ ละใจ หัวเราะกันได้ทั้งคืน ป่อยครั้งที่ดื่มจนถึงเช้า แล้วค่อยแยกจากกัน มันก็แปลกเหมือนกันที่หมอเองเป็นผู้หญิงคนเดียวที่อยู่ในเพื่อนผู้ชายกลุ่มใหญ่ แต่ก็ไม่รู้สึกลกแล้วอะไร กลับรู้สึกทำแบบนี้เก่งมาก ภูมิใจเป็นการเข้าสังคมกลุ่มเพื่อน้องหมอด้วยกัน

ก่อนหน้านั้น หมอเป็นคนทางไกลศาสนา มองไม่เห็นความจำเป็นว่าศาสนาจะเข้ามาช่วยชีวิตให้สมบูรณ์ได้อย่างไร เพราะที่เราเป็นอยู่ทุกวันนี้ ก็คืออยู่แล้ว ทำบุญวันเกิดปีละครั้งตามประเพณีก็น่าจะเพียงพอแล้ว ยิ่งมาเรียนจบหมอ ก็ยิ่งเชื่อมั่นในความเห็นของตนยิ่งขึ้นไปอีก คือไม่เชื่อว่าพระพุทธเจ้ามีจริง ยิ่งเรียนสูติฯ ด้วยก็ไม่เคยเห็นเด็กที่คลอดออกมาแล้วเดินได้ 7 ก้าวเลย มันไม่น่าจะเป็นไปได้ที่ว่าพระพุทธเจ้าพอคลอดออกมาก็เดินได้ 7 ก้าว ยัง

นั่งคุยกับเพื่อนๆ เลยว่า สมัยก่อนคงมีนักคิดที่เก่ง ๆ ที่คิดจัดระเบียบทางสังคมให้ดีขึ้น จึงแต่งเรื่องพระพุทธเจ้าขึ้นมา แล้วก็ใส่ปฏิหาริย์เพื่อเพิ่มความศรัทธาไปเท่านั้น ตอนนั้นหมอมคิดว่า อะไรที่พิสูจน์ด้วยวิทยาศาสตร์ไม่ได้ หรือจับต้องไม่ได้ เราก็ไม่ควรเชื่อ

ในที่สุด วันร้ายคืนร้ายก็มาถึง หมอล้มป่วยลงอย่างกะทันหัน ด้วยโรคหอนรองกระดูกแตก โดยไม่ทราบสาเหตุที่แท้จริง ซึ่งเจ็บปวดทรมานมาก ถึงขั้นเดินไม่ได้ หมอต้องเข้ารับการรักษาและนอนพักฟื้นอย่างยาวนาน ฉีดยาเข้าไขสันหลังเพื่อบรรเทาปวด ก็ยังไม่หาย แม้แต่อาจารย์หมอที่ว่าเก่ง ๆ ที่เชี่ยวชาญมาก ๆ ทั้งทั้งโรงพยาบาลมารุมวินิจฉัยอาการ ก็ยังไม่มีใครช่วยเราได้ หมอได้รักษาทุกวิถีทางแล้ว จนรู้สึกท้อแท้ หมดหวังเหมือนหมดหวังทุกสิ่งทุกอย่างในชีวิต กินยากก็กินไม่ได้ ทรมานอย่างไม่เคยเป็นมาก่อน น้ำหนักลดจาก 47 กิโลกรัม เหลือ 42 กิโลกรัม ภายใน 2-3 วัน จนอาจารย์หมอมาทูตกับเราว่า ให้ทนอย่างนี้อีก 10 ปี ทนอีก 10 ปีนะ แล้วเราก็จะชินไปเอง ได้ยินประโยคนี้ เรารับไม่ได้ เลยหันมาตั้งสติใหม่ มาคิดว่ามันเกิดอะไรขึ้นกับชีวิตนี้ ฝ่าตัดก็ไม่หาย ฉีดยาเข้าช่องไขสันหลัง น้ำไขสันหลังก็รั่ว กินยากก็แพ้อาจารย์หมอดูทุกคนและเพื่อนหมอด้วยกัน ก็มาช่วยดูแลรักษาอาการของเราทั้งหมด แต่เราก็กังไม่หาย เราเองก็เป็นหมอด้วย มันช่างไม่ตรงไปตรงมาเสียเลย หมอเก่ง ๆ ก็น่าจะรักษาให้หายได้ แต่ทำไมไม่หาย? ทำไมเรื่องแบบนี้ต้องมาเกิดขึ้นกับเราเล่า ทำไมต้องเป็นเราด้วย?

วิชาวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยีที่ว่าแน่ ๆ วิชาหมอที่เรียนมาเกือบ 10 ปี ก็ไม่สามารถหาสาเหตุที่แท้จริงของการป่วยของเราเองได้ ซ้ำถูกบอกได้แค่ว่า ให้ทนรออีก 10 ปี แล้วจะชินไปเอง มันน่าจะมึะไร ที่อยู่เบื้องหน้าเบื้องหลังที่ยิ่งใหญ่มากกว่านี้ แล้วสิ่งนั้นคืออะไรกันแน่? ความรู้สึกเชื่อมั่นในทางวิทยาศาสตร์ตอนนั้น ได้ลดลงไปเลย เพราะเราสู้มาทุกทาง ใช้เทคโนโลยีที่ว่าทันสมัยทุกอย่างรักษามาหมด กลับสู้ไม่ได้

โชคดีที่ช่วงนั้น คุณน้าแนะนำให้เราใช้พุทธศาสตร์เข้ามาช่วย ก็ในเมื่อเราลองมาทุกทางแล้วนี้ แต่ไม่เห็นว่าจะมีอะไรดีขึ้น ก็เลยหันมาศีกษาธรรมะ ลองหัดทำสมาธิ หัดทำใจให้สงบ ขยันฟังธรรมะทุกวัน รู้สึกโปร่งโล่งเบากายเบาใจขึ้น รู้สึกเริ่มเข้าใจในเบื้องหน้าเบื้องหลังของชีวิตมากขึ้น จนทำให้รู้ว่าเบื้องหลังของการป่วยของเรา มันคือวิบากกรรมที่เราเคยทำไว้ในอดีตนั่นเอง ก่อนหน้านั้นมีแต่คนบอกว่า คนเราเกิดมาเพื่อใช้กรรม มาชดใช้วิบากกรรมที่เคยทำไว้ ฟังแล้วก็รู้สึกว่ามันไม่

น่าเกิดมาเลยนะ เหมือนเกิดมาเพื่อโดนลงโทษ ก็รู้สึกห่อเหี่ยว คิดว่าเราจะไม่สามารถมีโอกาสรอดหรือหาหนทางแก้ไขได้เลยหรือ? แต่พอมาศึกษาคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่พระองค์ทรงเน้นย้ำว่าเราเกิดมาเพื่อทำพระนิพพานให้แจ้ง พอรู้เป้าหมายอย่างนี้ ก็รู้สึกชุ่มใจ เกิดมาเหมือนชีวิตมีโอกาสรอดที่จะแก้ไขและปรับปรุง ในสิ่งที่เรายังบกพร่องได้

มีคำถามในใจว่า “การรู้เพียงว่ามันคือวิบากกรรม มันจะช่วยให้อะไรดีขึ้นได้บ้างล่ะ หากยังไม่รู้ถึงวิธีการแก้ไข” ด้วยคำถามนี้เอง ทำให้หมอประทับใจในคำสอนของพระพุทธเจ้าเพิ่มมากขึ้น เพราะพระพุทธเจ้าทรงสอนให้รู้ถึงวิธีแก้ไขวิบากกรรม จากหนักให้เป็นเบา จากเบาที่จะหาย ถ้าจะตายก็จะไปดี ด้วยการบำเพ็ญบุญกุศลให้ถึงพร้อม

หมอขอยืนยันเลยว่า วิทยาศาสตร์และวิชาหมอไม่ได้สอนไว้เลย ซึ่งหมอได้พิสูจน์จุดนี้อย่างเด่นชัดด้วยตัวเองแล้ว ทั้งนี้เพราะอาการของหมอหมดหนทางที่จะเยียวยาแล้ว แม้กินยากียังไม่ได้ เพราะแพทย์ หมอจึงหันมารักษาดูแลด้วยการศึกษาและปฏิบัติธรรม ทำบุญทำทาน รักษาศีล ทำสมาธิ และอธิษฐานจิต ในที่สุด หมอก็พบว่าอาการของหมอดีขึ้นตามลำดับอย่างรวดเร็ว จนกระทั่งสามารถทำงานเป็นหมอได้ดังเดิม

เมื่อก่อน หมอไม่เคยคิดเลยว่า พุทธศาสตร์จะเป็นศาสตร์ที่ยิ่งใหญ่และมีศรัทธาถึงขนาดนี้ คิดแต่ว่าเป็นสิ่งเหลือเชื่อ งามงาย แต่พอมาได้ศึกษาปฏิบัติแล้ว ก็พบว่า วิทยาศาสตร์เป็นศาสตร์ที่ยังล้าหลังพุทธศาสตร์อยู่มาก อย่างเราเองเรียนหมอ วิชาแพทย์ ก็อธิบายได้แค่การเกิดของคนจนถึงตาย แต่ก่อนที่จะเกิด และหลังจากความตายเป็นอย่างนั้น วิทยาศาสตร์ก็ยังไม่ตอบไม่ได้

การเจ็บป่วย เช่น โรคมะเร็ง ความดัน เบาหวาน หัวใจ สารพัดโรค ทางกายเองก็ไม่สามารถบอกได้แน่ชัด บอกได้แต่สมมติฐาน และพยาธิสภาพรวม ๆ ว่ามาจากหลายสาเหตุ ยังหาสาเหตุที่แท้จริงไม่ได้ แต่พอมาศึกษาพุทธศาสตร์มาหยั่งใจใคร่ครวญด้วยสมาธิในเรื่องกฎของกรรม ก็สามารถตอบได้หมด ถึงสาเหตุและต้นตอของโรค ว่าที่เป็นโรคนี้นี้เพราะกรรมอะไร จากชาติไหน และต้องแก้ไขอย่างไร ซึ่งตัวเราเองก็อึ้งคร่ำครวญใจมาก ทุกวันนี้ หมอเชื่อมั่นถึงการมีจริงของพระพุทธเจ้า เชื่อว่าพระพุทธเจ้าประสูติแล้วสามารถเดินได้ 7 ก้าวจริง ๆ พอมาถึงทุกวันนี้ เมื่อหมอย้อนไปในอดีต ก็อดนึกขำตัวเองไม่หายว่าทำไมเราหลงคิดผิด ๆ ด้วยมานะทิฐิอยู่ได้ตั้งนาน ไม่ยอมเปิดโอกาสให้กับตัวเองได้ลองศึกษาก่อน จนเกือบจะสายเกินไป หรือหมดโอกาสไปเสียเลย แต่พอมา

ศึกษาจริง ๆ จึงได้เข้าใจและเห็นพระคุณของพุทธศาสตร์อย่างลึกซึ้งจนต่อให้วิชาทางโลก ที่ว่าแจ้ง ๆ นั้น แม้จะไม่รู้ก็ยังไม่เป็นไร แต่หากไม่มาเรียนรู้พุทธศาสตร์แล้ว ก็จะไม่สามารถเอาตัวรอดอย่างปลอดภัยในวัฏสงสารได้เลย พุทธศาสตร์นั้นจะสอนให้เรารู้จักเลือกและเลี่ยงได้ สอนให้เราเห็นว่าตอนที่เรายังมีชีวิตอยู่นั้น เราควรดำเนินชีวิตอย่างไร จึงจะมีชีวิตที่ดีและมีคุณค่า ตลอดจนวิธีการที่จะกำจัดกิเลสอาสวะให้หมดสิ้นไปได้อย่างไร การที่จะไม่เกิดอีกนั้นต้องทำอะไร ซึ่งสิ่งนี้เราสามารถเรียนรู้จากการศึกษาปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา เมื่อเราได้ศึกษาไป ปฏิบัติไป เราก็จะเข้าใจชีวิตและโลกเพิ่มมากขึ้น ๆ

สังคมทุกวันนี้ หมอสังเกตเห็นชัดว่าเด็กที่ฝากท้องกับหมอ จำนวนของเด็กวัยรุ่น 16-17 ปี ที่กำลังเป็นวัยรุ่นได้เพิ่มสูงขึ้นกว่าเมื่อก่อนมาก บางคนมาขอให้หมอทำแท้งให้ ซึ่งเราก็ให้ความรู้เขาไปว่ามันเป็นบาปนะ มันจะกลับมาเป็นเวรกรรมให้กับตัวเองด้วย ปัญหาเด็กและเยาวชนเพิ่มมากขึ้น เพราะสื่อทุกอย่างเป็นสื่อของกระแสการ พ่อแม่เลี้ยงลูกด้วยรายการทีวี เด็กซึมซับพฤติกรรมอะไร ๆ โดยได้รับอิทธิพลจากทีวีสูงมาก สังคมที่ยังขาดความรู้ทางพุทธศาสตร์ จะแก้ปัญหาให้เกิดความสันติสุขไม่ได้เลย แผนพัฒนาประเทศชาติควรต้องคำนึงถึงเรื่องนี้ให้มาก หมอคิดว่า แม้ว่าเราจะมีความรู้สูง ฉลาด ก็อย่าฉลาดอย่างงมงาย อย่างที่หมอเคยเป็นมาก่อน คือไม่เปิดโอกาสให้ตัวเองได้มาศึกษาก่อน แคมยังปิดกั้นสิ่งที่ดีนั้นไว้ นั่นจะทำให้เราไม่ได้รับประโยชน์จากสิ่งที่ดีที่สุดไปตลอดชีวิตเลย คนเราอาจผิดพลาดในชีวิต คิดผิดด้วยความยึดมั่นในความรู้และความพร้อมของตัวเองได้ก็จริง แต่สิ่งที่เราไม่ควรผิดพลาดเลยสำหรับชีวิตนี้ ก็คือ การปิดกั้นตัวเองจากสิ่งที่ยังไม่ได้ลองศึกษา แล้วด่วนสรุปไปเลยแทนการลงมือพิสูจน์ด้วยตัวเอง

ชีวิตปัจจุบันหมอเป็นเจ้าของเวลาของตัวเอง โดยหมอจะแบ่งเวลาชีวิตออกเป็น 3 ส่วน ส่วนที่หนึ่งทำงานเป็นแพทย์ part-time ส่วนที่สองทำงานด้านพุทธศาสนา อุทิศตนเองเพื่อกิจกรรมด้านพุทธศาสนา และส่วนที่สาม คือการดูแลบุพการีอันเป็นที่รัก

ก็ขอฝากข้อคิดถึงศิษย์เก่าทุกท่านว่า การเปิดโอกาสให้ตัวเองได้ศึกษาธรรมะ เป็นการเปิดโอกาสให้เราได้ศึกษาวิชาที่สำคัญและจำเป็นที่สุดในชีวิต ที่มีใช้เพียงทางเลือก แต่เป็นสิ่งที่ต้องรู้ ถ้าไม่รู้ ก็คงเสียชาติเกิด ลองเปิดใจให้กว้าง เปิดโอกาสให้ตัวเองได้ศึกษาพุทธศาสตร์ และจะมีชีวิตที่ดีขึ้นดังตัวอย่างที่ตัวของหมอเองได้ประสบมาค่ะ.

เมื่อศิษย์เก่า ไปบวชที่พุทธคยา

พลตรี ดร.นพ.โยธิน ชินวาลัญช์
(ศิษย์เก่ารุ่น 9)



ผมขอเล่าประสบการณ์ในการได้อุปสมบท เพื่อถวาย เป็นพุทธบูชาในร่มบารมีสมเด็จพระธีรญาณมุนี ประเทศอินเดีย ในช่วง 3 ถึง 15 มีนาคม 2562 จากนั้นศึกษาและปฏิบัติธรรม ต่อ ณ วัดพุทธแสงธรรม ประเทศไทย ซึ่งเป็นการบวชครั้งแรก ในชีวิต หลังจากจบแพทย์จากมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ และการทำงานในอดีตที่ผ่านมา ผมไม่เคยมีความคิดที่จะบวช เลยถึงแม้จะนับถือศาสนาพุทธมาตลอดก็ตาม หลังจากผมได้ ไปศึกษาต่อจนจบการศึกษาระดับปริญญาเอกทางด้านประสาทวิทยา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเมลเบิร์น ประเทศออสเตรเลีย ด้วยทุนโคลัมโบ (AUSAIDs) แล้ว ผมก็ได้ทำงานดูแลรักษา ผู้ป่วยโรคทางสมองและโรคลมชักและการนอนหลับผิดปกติมา ตลอด ส่วนการดำเนินชีวิตก็จะใช้หลักการที่เป็นเหตุและผลทาง วิทยาศาสตร์ ถึงแม้การทำงานและการดำเนินชีวิตในแต่ละวัน เราจะเจอในหลายๆ เรื่อง ซึ่งบางเรื่องก็จะเป็นอุปสรรคปัญหา ต่าง ๆ ที่อาจจะทำให้เรามีทั้งความสุข ความทุกข์ ท้อแท้ เศร้า หมอง แต่ก็ไม่เคยทำให้มีความเครียดสะสมจนถึงกับคิดจะบวช เพราะเดิมเข้าใจว่าการบวชมักจะนิยมทำเมื่อเข้าสู่วัยเบญจเพส หรือเมื่อเราประสบความสำเร็จพอสมควร ผมมีโอกาสที่จะได้ไปอุปสมบทใน โครงการนี้ ก็มีคำถามหลายอย่างเกิดขึ้นกับตนเอง เช่น ทำไม ถึงไปบวช ทำไมต้องบวชที่อินเดีย เป็นต้น แรงจูงใจของการ บวชในครั้งนี้ไม่ใช่เกิดเนื่องจากเหตุผลที่ได้กล่าวไปแล้ว แต่ เกิดจากความชอบที่จะศึกษาและเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ มากกว่าซึ่งที่ ผ่านมาส่วนใหญ่จะเป็นความรู้ทางการแพทย์และอื่น ๆ อย่างต่อ

เนื่อง แต่สิ่งหนึ่งที่เราคิดว่าเรามีความรู้น้อยมากก็คือเรื่องของ พุทธศาสนาและที่สำคัญคิดว่าการบวชจะช่วยทำให้เราเข้าใจ ในพุทธศาสนามากขึ้น รวมถึงต้องการที่จะได้ฝึกจิตใจ ปัญญา รู้ความเป็นอนัตตาของชีวิต การบำเพ็ญเพียรภาวนา เพื่อจะ เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตและการทำประโยชน์เพื่อสังคม ในการรักษาดูแลผู้ป่วย ก่อนที่จะไปบวชก็มีความกังวลใจเป็น ธรรมดาในการปรับตัวในช่วงที่บวชเป็นพระ ซึ่งในโครงการนี้ ทุกคนที่จะไปบวชจะต้องมีการมาฝึกเตรียมตัวที่วัดเทพศิรินทร์ อาทิตยละเอียด 1 ครั้งทุก ๆ วันเสาร์เป็นเวลาอย่างน้อย 3 เดือน ก่อน โดยฝึกสวดมนต์ การสอนการเตรียมตัวและวิธีปฏิบัติใน ช่วงอุปสมบท การได้มาเข้าคอร์สนี้ทำให้ได้รู้จักกับภักษณมิตร ในหลากหลายวิชาชีพ

ทำไมต้องบวชที่อินเดีย?

อินเดียเป็นแดนพุทธภูมิที่เป็นถิ่นกำเนิดแห่งพุทธศาสนา และพระพุทธเจ้าทรงใช้ชีวิตตั้งแต่ประสูติ จนถึงปรินิพพาน ดังนั้น การไปบวชที่อินเดีย ครั้งหนึ่งในชีวิต ถือว่าเป็นมงคลยิ่ง การได้ไปเดินทางตามรอยพระพุทธเจ้า จะทำให้รู้ และเข้าใจ ว่าพระพุทธเจ้ามีอยู่จริง เหมือนที่เราเรียน และเข้าใจในหลัก ทางวิทยาศาสตร์ ซึ่งทุกอย่างจะต้องมีเหตุและผล สามารถ พิสูจน์และอธิบายได้ ในการนับถือศาสนาพุทธ การที่เรา จะเชื่อมั่นศรัทธาในพุทธศาสนาควรจะต้องมาจากพื้นฐานของ ปัญญา จากคำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นเรื่องจริง จะทำให้

เรายึดมั่นและปฏิบัติตามคำสอน หลักธรรมที่ทรงตรัสรู้ นำมนุษย์สู่ฝั่งนิพพานได้จริงจะทำให้เราละชั่ว ทำดีและทำจิตใจให้บริสุทธิ์ อย่างมั่นใจ และจากการได้ศึกษาพุทธประวัติในอินเดีย ไปเรียนรู้ถึงเรื่องความเจริญและความเสื่อมในพระพุทธศาสนา ทำให้เข้าใจว่าพุทธศาสนาเป็นวิวัฒนาการของความจริงของชีวิต พัฒนาเกิดเป็นปัญญาแทนความเชื่อในเรื่องสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย เป็นความสำเร็จในขั้นสูงสุดแห่งชีวิต เพื่อการบรรลุมรรคผลนิพพาน และได้เห็นความเสื่อมและการสูญหายไปของศาสนาพุทธในชมพูทวีปในอดีตเนื่องจากถูกทำลายโดยพวกนอกพระพุทธศาสนา และที่สำคัญคือการที่ผู้คนมีความสับสนในหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา จึงนำกลับไปสู่ความเชื่อในเรื่องอิทธิปาฏิหาริย์ เวทมนตร์ เทพเทวดา และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายที่เข้าใจได้ง่าย และเห็นผลในเชิงจิตวิทยาได้มากกว่า ดังนั้นเมื่อมนุษย์ไม่มีวิชาความรู้เป็นปัญญา มีแต่ความเชื่อและศรัทธาอย่างเดียว จึงทำให้ศาสนาพุทธที่เคยเจริญรุ่งเรืองทั่วทั้งดินแดนชมพูทวีปถูกทำลายไปจากดินแดนแห่งนี้

โครงการบวชที่พุทธคยา

พิธีโกนผมนาค จัดขึ้นที่บริเวณสวนข้างพระอุโบสถวัดเทพศิรินทร์ 1 วันก่อนจะเดินทางไปทำพิธีบรรพชาอุปสมบทที่พุทธคยา



พิธีโกนผมนาค ซึ่งจัดบริเวณสวนข้างพระอุโบสถวัดเทพศิรินทร์



พิธีบรรพชาอุปสมบท ณ เขตพัทธสีมา อุโบสถวัดป่าพุทธคยา

กิจกรรมประจำวันขณะบวช

วันที่ 1-4 ของการบวช

พิธีบรรพชาอุปสมบท ได้กระทำ ณ เขตพัทธสีมา อุโบสถวัดป่าพุทธคยา หลังจากนั้นได้มีการปฏิบัติธรรมและเจริญพระพุทธมนต์ ณ วัดมหาโพธิมหาวิหาร สถานที่ตรัสรู้และสักการะต้นพระศรีมหาโพธิ์ ต้นไม้แห่งการตรัสรู้ที่พระโอรสัดว์เจ้าชายสิทธัตถะประทับนั่งบำเพ็ญเพียร จนบรรลุอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณเป็นพระพุทธเจ้า ตลอด 4 วัน ที่พุทธคยาจะมีการทำวัตรเช้า วัตรเย็น สวดมนต์ภาวนา นั่งสมาธิ และเวียนเทียนรอบพระมหาโพธิเจดีย์ทุกวัน และบูชาพระพุทธเมตตา พระพุทธรูปองค์ประธาน ในพระมหาโพธิเจดีย์ที่มีอายุกว่า 1,400 ปี ได้เยี่ยมชมสัตตมหาสถาน สถานที่ทั้ง 7 ที่ พุทธเจ้าทรงประทับเสวยวิมุตติสุข (สุขแห่งการหลุดพ้น) ตลอด 7 สัปดาห์หลังการตรัสรู้ และได้เดินทางไปเยี่ยมชมสถูปสุชาดาภูมิ สถานที่เคยเป็นที่ตั้งของบ้านนางสุชาดา ธิดาของคหบดีผู้มั่งคั่งแห่งตำบลอุรุเวลาเสนานิคม ผู้เป็นมหาอุบาสิกาคนสำคัญที่ได้ถวายข้าวมธุปายาส ซึ่งเป็นอาหารมื้อสำคัญก่อนที่พระโอรสัดว์ เจ้าชายสิทธัตถะได้ประทับบำเพ็ญเพียรจนได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า และได้เดินทางไปเยี่ยมชมและนมัสการวัดนานาชาติต่าง ๆ เช่น วัดญี่ปุ่น วัดภูฐาน เป็นต้น ซึ่งเป็นพุทธสถานนานาชาติ ที่สร้างจากแรงศรัทธาของพุทธศาสนิกชนทั่วโลก



ทำวัตรเช้า วัตรเย็น สวดมนต์ภาวนา ที่พุทธคยา



พระมหาโพธิเจดีย์ พุทธคยา

วันที่ 5 ของการบวช

ออกบิณฑบาต และเดินทางสู่เมืองราชคฤห์ เมืองหลวงของแคว้นมคธสมัยพุทธกาล เป็นเมืองในหุบเขาที่มีภูเขาล้อมรอบ 5 ลูกจึงมีชื่อเรียกอีกอย่างหนึ่งว่าเบญจคีรีนคร จากนั้นได้ขึ้นสู่เขาคิชฌกูฏ ที่เป็นภูเขาที่เอียงลาดยาวขึ้นไป เป็นสถานที่ที่พระพุทธเจ้าเสด็จประทับที่นี่เป็นประจำ และได้มีการทำวัตรเย็นเจริญพระพุทธมนต์ เจริญจิตภาวนา ณ มุลคันธกุฎี ซึ่งเป็นกุฏิของพระพุทธเจ้าบ้นยอดเขาคิชฌกูฏ

วันที่ 6 ของการบวช

ออกบิณฑบาต และไปเจริญพระพุทธมนต์ ปฏิบัติธรรม ณ วัดเวฬุวันมหาวิหาร หรือพระวิหารเวฬุวันกลั่นทกนิวาปสถาน ซึ่งเป็นวัดแห่งแรกในพระพุทธศาสนา บนริมฝั่งแม่น้ำสรัสวดี และยังเป็นสถานที่ที่พระพุทธเจ้าแสดงโอวาทปาติโมกข์แก่พระสาวกจำนวน 1,250 รูป อันเป็นที่มาของวันมาฆบูชา และได้ไปเยี่ยมชมบ่อน้ำร้อนโบราณ ตโปธาราม สถานที่อาบน้ำของชาวฮินดู ซึ่งที่นี่เราจะได้เห็นการแบ่งชนชั้นวรรณะของชาวฮินดูด้วยกันอย่างชัดเจน จากนั้นได้ไปสักการะหลวงพ่อดังค์ดำพระพุทธรูปศักดิ์สิทธิ์ และได้เยี่ยมชมมหาวิทยาลัยนาลันทา ซึ่งสร้างขึ้นเป็นครั้งแรกตั้งแต่สมัยพระเจ้าอโศกมหาราช ในพุทธศตวรรษที่ 3 ถือเป็นมหาวิทยาลัยสงฆ์แห่งแรกของโลก และได้ถูกเผาทำลายโดยพวกต่างศาสนา ในช่วงที่มีการเสื่อมสลายของพระพุทธศาสนาในชมพูทวีป ในช่วงพุทธศตวรรษที่ 17-23

วันที่ 7 ของการบวช

ออกบิณฑบาต และทำวัตรเจริญพระพุทธมนต์ ณ กุฎาคารศาลา เมืองไพศาลี สถานที่สำคัญในการกำเนิดน้ำพระพุทธมนต์ และที่นี่เคยมีการบรรพชาพระภิกษุณีเป็นครั้งแรก

วันที่ 8 ของการบวช

ออกบิณฑบาต และออกเดินทางสู่เมืองกุสินารา ระหว่างทางได้สักการะปาวาลเจดีย์ สถานที่ที่พระพุทธเจ้าทรงปลงอาลัยขาร บ้านเวฬุคาม นอกเมืองไวสาลี จากนั้นเดินทางสู่มหาเจดีย์เกสรिया เป็นพระมหาสถูปโบราณเป็นสถานที่ที่ตั้งของพระมหาสถูปที่ประดิษฐานบาตรของพระพุทธเจ้าที่ทรงประทานแก่ชาววัชชี เมืองไวสาลี ที่ตามมาส่งเสด็จพระพุทธองค์เป็นครั้งสุดท้ายก่อนจะเสด็จไปยังเมืองกุสินารา เพื่อเสด็จดับขันธปรินิพพาน

วันที่ 9 ของการบวช

ออกบิณฑบาต และทำวัตรเช้า ณ ศาลาโนทยาน พุทธะปรินิพพานวิหาร ศาลาโนทยาน คือสวนป่าไม้สาละ เป็นสถานที่ประดิษฐานพระพุทธรูกระไว้ ณ เมืองกุสินารา ก่อนที่จะประกอบพิธีถวายพระเพลิงพระบรมศพ ได้เจริญพระพุทธมนต์เจริญภาวนา และสถูปปรินิพพาน ภายในประดิษฐานพุทธรูปปางเสด็จดับขันธปรินิพพาน คือพระพุทธรูปนอนบรรทมตะแคงเบื้องขวา ได้ทำวัตรเย็น เจริญพระพุทธมนต์ ณ มกุฏพันธเจดีย์ สถานที่ถวายพระเพลิงพระพุทธรูกระมีสภาพ

วันที่ 10 ของการบวช

ออกบิณฑบาต และทำวัตรเช้า ณ ศาลาโนทยาน ปรินิพพานสถูปและออกเดินทางสู่เมืองลุมพินีประเทศเนปาล

วันที่ 11 ของการบวช

ออกบิณฑบาต และทำวัตรเช้า เจริญพระพุทธมนต์ และเจริญจิตภาวนา ณ สวนลุมพินีวัน พุทธสังเวชนียสถาน ประเทศเนปาล เป็นพุทธสถานที่ประสูติของเจ้าชายสิทธัตถะคือ พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ออกเดินทางมุ่งหน้าสู่เมืองสาวัตถีประเทศอินเดีย

วันที่ 12 ของการบวช

ออกบิณฑบาตและทำวัตรเช้า ณ เชตะวันมหาวิหาร วัดเชตะวันมหาวิหาร เป็นวัดที่พระพุทธเจ้าประทับจำพรรษามากที่สุดถึง 19 พรรษา วัดแห่งนี้เป็นที่เกิดเรื่องราวและพระสูตรสำคัญในพระพุทธศาสนามากมาย เช่น เรื่องขององคคูลีมาล การถวายอสทิสถาน เรื่องพระพุทธองค์ทรงดูแลภิกษุใช้ทรงพยากรณ์สุบินนิมิต 16 ประการ และ พระสูตรต่าง ๆ เช่น มหาหมงคลสูตร ธรรมนิยามสูตร เป็นต้น จากนั้นได้เดินทางสู่เมืองพาราณสี

วันที่ 13 ของการบวช

ออกบิณฑบาตและทำวัตรเช้าเดินทางสู่แม่น้ำคงคาเพื่อเยี่ยมชมน้ำคงคาที่คนนับถือลัทธิพราหมณ์จะลงอาบน้ำล้างบาปวันละสองครั้งเช้าและเย็น และดูประเพณีการเผาศพและกวาดกระดูกลงในแม่น้ำคงคาของลัทธิพราหมณ์ที่หน้าเมืองพาราณสี

วันที่ 14 ของการบวช

ออกบิณฑบาต ทำวัตรเช้า ทำวัตรเย็น และเจริญพระพุทธมนต์ ณ อัมเมกขสถูป ปาอิลิปตนะมฤคทายวัน เมืองสารนาถ เป็นพุทธสังเวชนียสถานอีกแห่ง เพราะเป็นสถานที่ที่พระพุทธเจ้าทรงเริ่มต้นประกาศพระพุทธศาสนา และได้ทรงแสดงปฐมเทศนา และประกาศพระสัจธรรมเป็นครั้งแรก

วันที่ 15 ของการบวช

ออกบิณฑบาตและทำวัตรเช้า ณ อัมเมกขสถูป ปาอิลิปตนะมฤคทายวัน จากนั้นช่วงเย็นออกเดินทาง กลับกรุงเทพมหานคร

วันที่ 15-21 ของการบวช

ได้กลับมาปฏิบัติธรรมต่อที่วัดพระพุทธแสงธรรม จังหวัดสระบุรี โดยฝึกปฏิบัติธรรม สวดมนต์ ฟังสมาธิ และเดินจงกรม



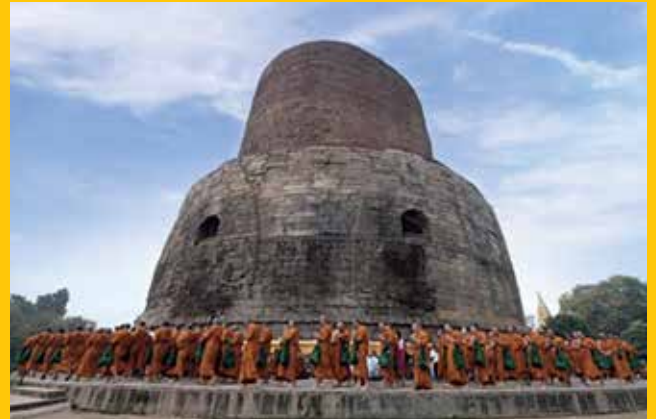
ทำวัตรเย็นเจริญพระพุทธมนต์ เจริญจิตภาวนา ณ มูลคันธกุฎี ซึ่งเป็นกุฏิของพระพุทธเจ้าบนยอดเขาคิชฌกุฎ

สังเวชนียสถานทั้งสี่แห่ง เป็นสถานที่ที่ทำให้เกิดความรู้สึกระลึกถึงพระพุทธเจ้า

1. ประสูติ ณ สวนลุมพินีวัน
2. ตรัสรู้ ณ พุทธคยา เป็นดินแดนศักดิ์สิทธิ์ ที่มีพระมหาโพธิเจดีย์ พร้อมต้นศรีมหาโพธิ์อันเป็นสัญลักษณ์แสดงที่ทรงตรัสรู้อย่างยิ่งใหญ่
3. ปฐมเทศนา ณ สารนาถ บริเวณที่อัมมจักกร กงล้อแห่งธรรม ได้เริ่มหมุนมาจนตราប់ถึงทุกวันนี้ ณ ที่นี้พระพุทธเจ้าได้

แสดงธรรมโปรดปัญจวัคคีย์ ทำให้มีท่านโกณฑัญญะได้บรรลุโสดาบันบวชเป็นพระสงฆ์องค์แรกของพุทธศาสนา โดยมีอัมเมกขสถูป เป็นหลักฐาน

4. ปรีณิพพาน ณ กุสินารา ดินแดนที่พระพุทธองค์ได้ทิ้งร่างวางขันธ์



สวดมนต์ภาวนาและเวียนเทียน ธรรมเมกขสถูป สารนาถ บริเวณที่พระพุทธเจ้าได้แสดงธรรมโปรดปัญจวัคคีย์

ความรู้สึกโดยรวมจากการบวชในครั้งนี้และข้อคิดที่จะฝากถึงศิษย์เก่าคนอื่น ๆ

ที่จริงแล้วการได้บวชครั้งหนึ่งในชีวิต หลังจากที่เราได้ทำงานหรือมีประสบการณ์ชีวิตมาสักกระยะหนึ่งแล้ว จะมีประโยชน์อย่างมากในการดำเนินชีวิตเพื่อทำจิตใจให้บริสุทธิ์และเป็นกุศลต่อไป ดังคำว่า “สาธุ โข ปพพชชา” แปลว่า “การบวชดีนักแล” และการที่จะต้องเดินทางไปอุปสมบทที่อินเดีย และปฏิบัติธรรมที่สังเวชนียสถาน 4 ตำบลสถาน ตามรอยพระพุทธเจ้านั้นจะทำให้เกิดความรู้สึกระลึกถึงพระพุทธเจ้า เกิดความชุ่มชื่น เบิกบาน เกิดแรงบันดาลใจ ที่จะทำความดี และเมื่อได้ทราบหลักการของพุทธศาสนาแล้ว ก็จะทำให้เห็นว่าเหมือนกับหลักทางวิทยาศาสตร์ที่เราจะต้องเรียนรู้จากความจริงของชีวิตที่เป็นเหตุและผล พัฒนาให้เกิดเป็นปัญญาอันเอง แต่ต้องนำมาปฏิบัติเป็นหนทางเดียวเท่านั้นเพื่อพิสูจน์ความจริง จึงจะก่อให้เกิดปัญญา ซึ่งไม่สามารถให้กันและกันได้ แต่ต้องฝึกฝนเอาเอง หากมีโอกาสและเวลา ผมใคร่ขอเชิญชวนศิษย์เก่าแพทย์ชายที่นับถือพุทธศาสนาทุกท่าน ได้มีโอกาสอุปสมบทสักครั้งในชีวิตของลูกผู้ชายครับ เพื่อจะได้เรียนรู้ เข้าใจถึงคำสอนของพระพุทธเจ้า และนำไปปฏิบัติในการดำเนินชีวิตต่อไป เพื่อให้ทุกอย่างก้าวของเราดำเนินไปอย่างมีสติครับ.



คุณคือศิษย์เก่าคนแรก ที่ได้

PhD. สาขา **Buddhist Studies**

ศ.ดร.นพ.กมลพร แก้วพรสสร์ (ศิษย์เก่ารุ่น 3)

หัวหน้าหน่วยกุมารศาสตร์ออร์โธปิดิกส์
ภาควิชาศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์และกายภาพบำบัด
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

ก่อนตอบคำถาม ผมขอขอบคุณสาร
ศิษย์เก่าแพทย์ม.อ.ที่มาสัมภาษณ์ โดยเฉพาะ
อย่างยิ่ง ศ.นพ.พิเชฐ อุดมรัตน์และทีมงาน
น้อง ๆ ทุกคนที่กรุณาให้เกียรติครับ

ถาม: ขอให้อาจารย์ช่วยแนะนำว่าจบแพทย์
ม.อ.รุ่นใด และประทับใจอะไรในการเป็น
แพทย์ ม.อ.มากที่สุด?

ตอบ: ผมจบแพทย์ ม.อ.รุ่น 3 ครับมีเพื่อน
ร่วมรุ่นเป็นอาจารย์ที่ม.อ.หลายท่านเช่น
สงวนลิน รัชช สาวิตรี ครับ

เป็นคนอยุธยา จบมัธยมต้นจาก
รร.อยุธยาวิทยาลัย มาเข้า รร.เตรียม
อุดมศึกษา รุ่นที่ 36 ครับจบเตรียมแล้ว
มา เข้าเรียนปี 1 ม.อ.ปี 2518 สำหรับ
ความประทับใจมีมากมายครับ เหมือนชีวิต
ฟ้าลิขิตให้ต้องมาเรียนที่นี่ครับ ในสมัยนั้น
เรียกจบ ม.ศ.5 มีการสอบรวมทั้งประเทศ
ครั้งสุดท้าย ยังจำได้ว่าสอบติดบอร์ดได้
80% พอดี แล้วตอนสอบ entrance เข้า
มหาวิทยาลัย มีญาติทำงานที่หาดใหญ่ จึง
เลือก ม.อ.อันดับ 1 ครับ โชคดี สอบได้
คะแนนสูงเป็นอันดับ 1 มีคะแนน 356 ใน 500
คะแนนคิดเป็น 71.2% ติดหมดทั้งคณะแพทย์



ศิริราช รามา เล่ามาเพื่อบันทึกคะแนนสอบเข้าของของแพทย์ม.อ.
ไว้ในประวัติศาสตร์ครับ วันมาสอบสัมภาษณ์ได้พบกับ อจ.วิจารณ์ พานิช
ครั้งแรกด้วยครับ อจ.ได้แนะนำการเรียนการใช้ชีวิต และเจอพี่พิเชฐ คนแรก
ของ ม.อ. ด้วยวันนั้นพี่เขาใจดีได้แนะนำพูดคุยสนุกสนานและคุ้นเคยกันมา
จนถึงทุกวันนี้ เดินทางมา ม.อ.ครั้งแรกด้วยรถไฟ ตลอดคืน 18 ชม. ต้อง
นอนกับพื้นแต่ก็ชินและได้เดินทางแบบนี้หลายครั้ง ครั้งหนึ่งประทับใจไม่ลืม
คือเคยถูกละทิ้งให้ผู้หญิงท้องท่านหนึ่งนั่งที่สถานีบางซื่อ และต้องยืนยาว
จากบางซื่อถึงสุราษฎร์ธานีจึงได้นั่งเพราะคนโดยสารแน่นมาก ดีใจมากได้
ทำบุญใหญ่ครับ ประทับใจอาจารย์ทุกท่านใจดี แม้ขาดแคลนสถานที่ ไม่มี
รพ.ต้องขอใช้สถานที่ที่รพ.หาดใหญ่แต่ก็ได้ทำหัตถการมากมายจนชำนาญ
กว่าแพทย์ที่จบที่อื่นมาก อจ.จำลอง บ่อเกิด ผู้อำนวยการ รพ.หาดใหญ่สมัย
นั้น ใจดีช่วยผ่าไส้ติ่งให้ด้วยครับ ตอนเรียนแพทย์ปี 1 ประทับใจได้พบคนดี
มาก ได้เป็นผู้หนึ่งที่ก่อตั้งและเป็นประธานคนแรกของชมรมพุทธศาสตร์ ม.อ.

ในปี 2523 มีหมอยอดชายกับพี่สุวัฒน์ เป็นกรรมการกับน้อง ๆ หลายคน เช่นกริธา หม่อง หมิ่น หนิง เขียง จีระ ฉิ่ง หล้า อู๊ด เสลา ศานิต เจตน์และยังติดต่อกันมาจนปัจจุบัน ทุกคนมีความสุขความสำเร็จ มีบุตรธิดาที่ตีน่ารัก เรียนแพทย์หลายคนครับ เราได้ทำกิจกรรมมาก อจ.ใจดีให้ห้องชมรมที่ตึก Math ได้จัดบวชหมู่ครั้งแรก จัดไปสวนโมกข์ และได้ขออนุญาตถ่ายรูปหมู่กับท่านอาจารย์พุทธทาส ตามภาพที่เห็นครับ ผมนั่งหลังสุดด้านซ้าย จัดบรรยายโดยท่านปัญญานันทะครั้งแรกที่ม.อ.แจกหนังสือมองตน สวดมนต์ทำวัตรเช้าด้วยครับ ถ้ามีโอกาสฝากบอกน้องชมรมพุทธปัจจุบันช่วยติดต่อกันด้วยครับ จะได้สนทนาธรรมกันครับ



ถาม: อาจารย์จบหลายปริญญามาก อยากทราบแรงบันดาลใจในการศึกษาต่อ โดยเฉพาะทางด้านพุทธศาสตร์ครับ

ตอบ: ด้วยความรักการเรียนมาก มีฉันทะ อยากเป็นพุทธทูตทั้งทางโลกทางธรรม ทางโลกก็ไปเรียนทางวิจัย จบโทระบาดที่จุฬา ชอบกฎหมายก็ไปเรียนนิติศาสตร์ภาคบัณฑิต ที่ธรรมศาสตร์จนจบ ชอบบริหารก็ไปเรียน MBA ที่ธรรมศาสตร์ เป็นต้น เคารพรักศรัทธาในพระพุทธศาสนาจึงไปเรียนPhD พุทธศาสนาที่มหาวิทยาลัยมหามกุฏครับ กำลังเรียนนริทธรมบัณฑิตชั้นมหาโท คาดว่าจะจบปีหน้าครับ แต่การเรียนทั้งหมดต้องน้อมนำมาสร้างประโยชน์ให้แก่คนอื่นและสังคม ตามคำสอนของพระราชบิดา ที่ทรงสอนให้ทำประโยชน์ของเพื่อนมนุษย์เป็นกิจที่หนึ่ง การเรียนนั้นจึงจะดีและสมควรเรียน มีคุณค่าแท้จริง เรียนพุทธศาสนาก็ต้องนำมาพัฒนาตนให้กิเลส โลภ โกรธ หลง น้อยลง ศิล สมาธิ ปัญญาดีขึ้น นิสัยคุณธรรมดีขึ้น จึงเกิดคุณค่าแท้จริง ตั้งใจจะเรียนไปเรื่อย ๆ ครับ ผมเคยเป็น HA surveyor กับ TOA assessor ด้วย มีภาพถ่ายกับ สงวนสิน กับพี่ยาว (อจ.อนุวัฒน์) ตอนไปประชุมผู้เยี่ยมสำรวจ กิจกรรมโครงการสวนรวมในภาควิชาได้ทำระบบนัดหมาย ระบบ lean มีส่วนตั้งหน่วยวิจัย หน่วยคุณภาพ ในภาควิชาครับ ตั้ง quality resident ครั้งแรกในไทยขึ้นในภาควิชาก่อนใครครับ กิจกรรมทางทำนุบำรุงพุทธศาสนาได้จัดปฏิบัติธรรมทุกปีครับรวม 30 ครั้ง ไถ่ชีวิตโค กระบือทุกปี 20 ปี จัดเรียนธรรมศึกษา จัดไปสังเวชนียสถาน ตั้งกองทุนสงฆ์อาหาร วัดโสมนัสและวัดดุสิตาราม ทำบุญตักบาตร สวดมนต์และนั่งสมาธิทุกวันครับ

ตอนสอนแพทย์ประจำบ้านจะสอดแทรกคุณธรรม จริยธรรมเสมอครับ รวมทั้งหลักสูตร เช่น มงคล 38 และทำตนให้เป็นตัวอย่าง เช่น ศิล 5 ทำงานด้วยความเมตตากรุณา พุดจาด้วยความสุภาพ ขยันทำงานและขยันทำวิจัย มีผลงานวิจัยตีพิมพ์ 50 เรื่อง ขยันเขียนตำรา เป็นบรรณาธิการ 2 เล่ม เป็นต้น

ถาม: การเรียนปริญญาเอกทางพุทธ ยากไหมครับ ต้องสอบภาษาบาลีหรือไม่?

ตอบ: ถ้ารักและสนใจจริง การเรียนปริญญาเอกพุทธศาสนาไม่ยากครับ มีเรียนบาลี 1 รายวิชาครับเรียน course work ปีครึ่งครับและทำวิจัยต่อ ผมส่งจบคนแรกเลยครับ เพราะเรียนเสร็จ วิจัยเสร็จพอดีครับปี 2554 ความจริงต้องรับปริญญาปีนั้น แต่น้ำท่วมใหญ่พอดี จึงต้องมารับปริญญาปีถัดไปครับ

แต่เรียนพระพุทธศาสนาเป็นเพียงส่วนหนึ่งเท่านั้น ต้องศึกษาหาความรู้ในพระไตรปิฎกต่อเนื่องครับ ถ้าสงสัยผมจะเปิดศึกษาค้นคว้าเสมอ พยายามท่องจำชื่อพระสูตรต่าง ๆ นอกจากนี้ยังมีหนังสือพุทธธรรมของท่านพระพุทธโฆษาจารย์ หนังสือวิสุทธิมรรค วิมุตติมรรค พระไตรปิฎกภาษาอังกฤษมีของ Pali text society ครับสั่งซื้อได้ที่ร้านหนังสือของมหามกุฏ หน้าที่วัดบวรนิเวศวิหาร หรือ online ครับ อยากให้พวกเราค้นหาความเป็นแหล่งความรู้ที่สำคัญ มีปัญหาชีวิตทุกด้านมาเปิดค้นคว้าหาคำแนะนำได้ครับ นอกจากการสวดมนต์ นั่งสมาธิประกอบด้วยจนเกิดปัญญาแก้ไขปัญหาชีวิตได้ดีครับ



ถาม: หัวข้อที่อาจารย์ทำวิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์ดุษฎีบัณฑิตเกี่ยวกับเรื่องอะไรครับ?

ตอบ: งานวิจัยที่ทำน่าสนใจมาก ผมมุ่งไปที่วัยรุ่น เพราะวัยรุ่นมีปัญหาในสังคมมาก หัวข้อวิจัยคือประสิทธิผลการฝึกสติวิถีพุทธต่อการพัฒนาสติในวัยรุ่นไทยแบ่ง 2 ส่วน ส่วนแรกทำในวัยรุ่น 700 คนหาข้อมูลพื้นฐานทั่วไปและคะแนนของสติ และส่วนสอง แบ่งกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมแบบสุ่มทดลอง RCT กลุ่มละ 30 คน

ต้องขอขอบคุณ รศ.พญ.ฐิติวิ แก้วพรสวรรค์ ภรรยาที่เป็นจิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น ที่ได้แนะนำช่วยเหลือนำความรู้จิตเวชสมัยใหม่กับการฝึกจิตวิถีพุทธมารวมกันเป็นการฝึกครั้งละ 3 ชม. 8 ครั้ง ในกลุ่มทดลองมี sitting mindfulness ,standing walking mindfulness ,และrelaxation และกิจกรรมกลุ่ม ให้เกิดสติและเด็กสนุกด้วย เช่น เกมสล็อตไฟ สรุปผลการวิจัยได้ผลพัฒนาสติ พัฒนา EQ ดีมาก เด็กชอบมาก น่าจะปรับนำมาใช้สอนในโรงเรียนให้มากขึ้นครับ



ถาม: อาจารย์มองว่าการศึกษาพุทธศาสนามีส่วนช่วยในการปฏิบัติวิชาชีพแพทย์อย่างไรบ้างครับ?

ตอบ: ทุกอาชีพและทุกคนต้องมีธรรมะเสมอ คนที่มีธรรมะเป็นอาชีพนั้นเป็นคนที่มีคุณค่า ไม่ว่าจะเป็นคนกวาดถนนหรือเป็นนายกรัฐมนตรี ต้องมีธรรมะทุกคน หลวงพ่อจรัญ ฐิตธัมโมสอนว่า ธรรมะคือธรรมชาติมีอยู่จริง เช่น จิตใจ อารมณ์ ธรรมะคือหลักของเหตุผล ทุกอย่างเกิดขึ้นตั้งอยู่ดับไป ตามเหตุปัจจัยนั้น ๆ ธรรมะเป็นกฎแห่งกรรม ธรรมะเป็นการฝึกใจ ธรรมะฝายดีต้องฝึกใจ ไม่ทำตามกิเลสฝ่ายต่ำ ไม่ผิดศีลธรรม เช่น ฆ่าคนจะอ้างว่าทำไม่ได้ครับ ในฐานะแพทย์ เราต้องมีเมตตา กรุณา ตรวจสอบรักษาหวังในการหายโดยสุจริต มีความสุขจากใจที่ได้ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ จะเป็นสุขแท้จริง ส่วนรายได้จะ

ตามมาเองตามสมควรครับ ผมมองว่าการเป็นคนดี เป็นความฉลาดอย่างแท้จริง เช่นโกหก ครั้งหนึ่งเราต้องจำไปตลอดชีวิต เพื่อไม่ให้พูดผิด ทำผิดศีลธรรมคดโกง เราต้องกลัวโดนจับได้ตลอดเวลาครับ คนทำความดี จะสบายใจว่ามากครับ ความจำแม่น เบิกบานแจ่มใสเสมอ อยู่คนเดียวได้ไม่เหงา เพราะใจคอยช่วยเหลือคนอื่น จะเป็นใจที่สงบสุขอย่างดีไม่ต้องพึ่งความสุขทางโลกมากนัก เรียก นิรามิสสุข จะนิ่ง ๆ แจ่มใสครับต้องลองฝึกดูครับ แต่การช่วยใครต้องไม่ทำให้เราเดือดร้อนและไม่ผิดกฎหมายและศีลธรรมเสมอ

ถาม: สุดท้าย อยากให้อาจารย์ฝากข้อคิดให้แก่น้อง ม.อ. ครับ

ตอบ: น้อง ๆ ทุกคนเป็นคนเก่ง มีความรู้ความสามารถ สามารถประกอบวิชาชีพได้ แต่ในการใช้ชีวิตจริงยังไม่พอครับ ทั้งในโลกนี้และโลกหน้า เราและสังคม ต้องการคนดี ที่มีศีลสมาธิ ปัญญา คนเก่งมีมาก แต่กระแสนิยม วัตถุนิยม เขาอาจคดโกง มีโครงการเบียดเบียนคนได้มาก สงคราม ปัญหาทรัพยากรธรรมชาติถูกทำลายไปมาก มลภาวะมากขึ้น ฝุ่นพิษน้ำ อาหารเป็นพิษก่อมะเร็งต่าง ๆ เกิดจากคนเก่งทำทั้งนั้น การสร้างคนดี เริ่มที่เราและครอบครัวครับ คนไทยโบราณ ทำได้ดีมาก เราอาจฝึกฝนตนตามคำสอน หรือประพฤติตนตามตัวอย่างจากพระพุทธองค์ พระอรหันต์ทั้งหลาย หรือจากคนดีจำนวนมากในสังคม เช่น จากพระราชบิดาหรือจากในหลวงรัชกาลที่ 9 รอบ ๆ ตัวเราในสังคมก็สามารถน้อมนำมาแก้ไขพัฒนาให้ดีขึ้นได้ด้วยหลักธรรม ท่านอาจารย์พุทธทาสสอนว่า ประชาธิปไตยต้องเพื่อประโยชน์ของประชาชนส่วนใหญ่ทั้งหมดของประเทศ ไม่ใช่ทำแค่การ vote ในสภาเท่านั้น ถ้าใจประชุมกันก็คือการไปปล้น แผลงวัน 500 ตัวประชุมกันยอมไปสวมตมอุจจาระ ถ้า vote จะชนะผีเสื้อที่มี 5 ตัว ที่จะไปหาดอกไม้ กลุ่มชนคนดีจึงต้องมีมากพอครับ เป็นเรื่องสำคัญมากกว่าการเรียนเก่งอย่างเดียวครับ ต้องมีศิลปะการใช้ชีวิต ตัวอย่างเช่น พระพุทธองค์ ทรงสอนให้เก็บเงิน 25% ของรายได้ ละอบายมุข ดูแลครอบครัว และสังคมและ มุ่งชำระจิตใจให้บริสุทธิ์ครับ จนตอนนี้ผมเพียงพอในปัจจุบันใช้สอยไม่ได้ทำร้าน ไม่ได้ทำเอกชน หรือไม่ได้ทำคลินิกนอกเวลาครับ ทำให้มีเวลามากขึ้นในการศึกษาและพัฒนาจิตใจน้อง ๆ ต้องเตรียมตัวแต่เนิ่น ๆ มีการเตรียมตัวของชีวิตทุกด้าน วิถีพุทธมีอีกมากครับ ถ้ามีโอกาสจะได้เล่าให้ฟังอีกครับ



สุดท้ายผมขอกราบขอบพระคุณ ม.อ. คณาจารย์ทุกท่าน ที่มีพระคุณที่ได้เคยสอนสั่งศิษย์คนนี้อาจจะมีวิชาความรู้ประกอบวิชาชีพได้และมีโอกาสเจริญก้าวหน้าและช่วยเหลือสังคมไทยได้จนทุกวันนี้ ขอตั้งปณิธานว่าจะเป็นคนดี ร่วมสร้างสรรค์ในสิ่งดีเสมอ และจะมุ่งศึกษาปฏิบัติธรรม ช่วยเหลือสังคมด้วยธรรม และจะบำเพ็ญทาน ศีล สมาธิ และภาวนาจนกว่าจะบรรลุมรรคผลนิพพาน ขอกราบขอบพระคุณครับ.

สัมภาษณ์โดย ผศ.นพ.วีรพงศ์ วัฒนาวณิช