

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยประสบการณ์ของผู้ป่วยเรื้อรังที่ใช้พลังจักรวาลในการดูแลสุขภาพ ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตการศึกษาโดยทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับผู้ป่วยเรื้อรัง
2. การดูแลสุขภาพโดยการใช้พลังจักรวาล
3. แนวคิดเกี่ยวกับการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา

#### แนวคิดเกี่ยวกับผู้ป่วยเรื้อรัง

มนุษย์ประกอบด้วยกาย จิต สังคม และจิตวิญญาณ มีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมตลอดเวลาและพยายามอยู่ในภาวะสมดุล เมื่อใดที่กาย จิต สังคม และจิตวิญญาณของบุคคลอยู่ในภาวะสมดุล เราเรียกบุคคลนั้นว่าอยู่ในภาวะสุขภาพดี แต่เมื่อใดที่กาย จิต สังคม และจิตวิญญาณของบุคคลนั้นไม่สามารถปรับตัวให้อยู่ในภาวะสมดุลได้ ก็จะทำให้เกิดภาวะเจ็บป่วยขึ้น (พิไลรัตน์, 2541) ซึ่งการเจ็บป่วยเรื้อรังเป็นสาเหตุที่ทำให้ผู้ป่วยเกิดความเสียสมดุล ส่งผลกระทบต่อตัวผู้ป่วยทั้งด้านกาย จิตสังคม และจิตวิญญาณ

#### ความหมายของผู้ป่วยเรื้อรัง

ผู้ป่วยเรื้อรัง ตามความหมายของคณะกรรมการเกี่ยวกับการเจ็บป่วยเรื้อรังของสหรัฐอเมริกา (Commission on chronic disease) ได้ให้ความหมายไว้ว่า ผู้ป่วยเรื้อรัง หมายถึง ผู้ที่มีความเจ็บป่วยหรือผู้ที่มีลักษณะเบี่ยงเบนไปจากภาวะปกติ ซึ่งมีลักษณะอย่างใดอย่างหนึ่งหรือหลายลักษณะดังนี้ 1) การเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นไม่สามารถรักษาให้หายขาด 2) การเจ็บป่วยทำให้มีความเสื่อมสภาพของร่างกายหรือมีความพิการให้เห็น 3) พยาธิสภาพที่เกิดขึ้นเป็นแบบถาวรไม่สามารถกลับคืนสู่สภาพเดิมได้ 4) ต้องการการฟื้นฟูสภาพร่างกายอย่างต่อเนื่องเช่น กายภาพบำบัด และ 5) การเจ็บป่วยทำให้ต้องการการดูแลอย่างใกล้ชิดจากบุคลากรทางการแพทย์ และให้ความช่วยเหลือติดตามประเมินอาการเป็นระยะๆ ไปตลอดชีวิต (Lubkin, 1995)

จากความหมายที่กล่าวมาข้างต้นพบว่า มีการให้ความหมายที่จำกัดเฉพาะโรคและการรักษา แต่ยังไม่ครอบคลุมถึงพฤติกรรมของบุคคล ต่อมาในปี ค.ศ. 1956 ได้มีการประชุมวิชาการระดับชาติเรื่องการดูแลผู้ป่วยเรื้อรัง (The national conference on care of long-term patient) ใน

ที่ประชุมจึงได้มีข้อสรุปเพิ่มเติมเกี่ยวกับลักษณะของผู้ป่วยเรื้อรังในเรื่องระยะเวลา คือต้องใช้เวลาสำหรับการดูแลรักษาในโรงพยาบาลไม่น้อยกว่า 30 วัน หรือต้องติดตามดูแลรักษาและฟื้นฟูสภาพเป็นเวลา 90 วัน หรือมากกว่านั้นในสถานดูแลอื่นๆ (Lubkin, 1995)

นอกจากนี้ยังมีผู้ที่กล่าวถึงความหมายของผู้ป่วยเรื้อรังในลักษณะต่างๆ กัน ดังนี้

ประคอง (2536) ให้ความหมายว่าผู้ป่วยเรื้อรังหมายถึง ผู้ที่มีความเจ็บป่วยที่มีการเปลี่ยนแปลงหรือพยาธิสภาพที่เกิดขึ้นไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ ต้องการการรักษาและการช่วยเหลือดูแลยาวนานตลอดชีวิต การรักษาไม่จำเป็นที่ผู้ป่วยจะต้องเข้ารับการรักษาตัวในโรงพยาบาลตลอดเวลา ผู้ป่วยจำเป็นต้องดูแลตนเองทุกวันที่บ้านได้แต่อาจกลับเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลเป็นครั้งคราว และมาตรวจรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอกอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ

จาวรรรณ (2544) อธิบายว่าผู้ป่วยเรื้อรังหมายถึง ผู้ที่มีภาวะเจ็บป่วยด้านร่างกายหรือจิตใจซึ่งมีระยะเวลาการดำเนินของโรคนาน อาการเจ็บป่วยมักไม่หายขาด แต่สามารถทำให้อาการทุเลาไม่ปรากฏอาการหรือเข้าสู่ระยะสงบของโรคได้ อาจมีการกำเริบของโรคหรือมีอาการรุนแรงขึ้นอีกเป็นครั้งคราว ทำให้เกิดการทำลายโครงสร้างและหน้าที่ของร่างกายซ้ำๆ อย่างถาวร และทำให้เกิดความพิการหลงเหลืออยู่

ฤทัยพร (2544) กล่าวว่าผู้ป่วยเรื้อรังหมายถึง ผู้ที่มีความเจ็บป่วยหรือมีพยาธิสภาพที่เกิดขึ้นในร่างกายแบบค่อยเป็นค่อยไปต้องใช้เวลานานจึงจะเกิดอาการของโรค เมื่อมีอาการแล้วก็ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ และอาจมีความพิการหลงเหลือให้เห็น ต้องฟื้นฟูสภาพอย่างต่อเนื่องยาวนานตลอดชีวิต

สุนุตตรา (2544) ให้ความหมายว่าผู้ป่วยเรื้อรังหมายถึง ผู้ที่มีอาการเจ็บป่วยที่มีระยะการดำเนินของโรคนาน ไม่หายขาด ต้องการการรักษาอย่างต่อเนื่อง การเจ็บป่วยมักทำให้เกิดความเสื่อมถอยทางสมรรถภาพของร่างกายและมีความพิการ อาการของโรคมีความไม่แน่นอน อาจจะสงบและกำเริบได้

ดังนั้นโดยสรุป ผู้ป่วยเรื้อรังจึงหมายถึง ผู้ที่มีอาการเจ็บป่วยเป็นระยะเวลานาน ไม่สามารถรักษาให้หายขาด ต้องการการรักษาและการดูแลอย่างต่อเนื่องยาวนาน ผลของการเจ็บป่วยมักทำให้มีความเสื่อมถอยทางสมรรถภาพของร่างกายและมีความพิการหลงเหลืออยู่ อาการของโรคอาจจะสงบและเกิดความรุนแรงขึ้นมาได้

#### ผลกระทบจากการเจ็บป่วยเรื้อรัง

เนื่องจากมนุษย์ประกอบด้วยกาย จิต สังคม และจิตวิญญาณ รวมกันเป็นองค์รวมของชีวิต เมื่อมีการเจ็บป่วยเรื้อรังเกิดขึ้นย่อมส่งผลกระทบต่อผู้ป่วยทุกด้านอย่างต่อเนื่องยาวนานไป

ตลอดชีวิตและแตกต่างกันแต่ละราย ผลกระทบที่เกิดขึ้นมีทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตสังคม และด้านจิตวิญญาณ คือ

1. ผลกระทบทางด้านร่างกาย การเจ็บป่วยเรื้อรังส่งผลกระทบต่อตัวผู้ป่วยโดยตรง เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงด้านโครงสร้างหรือหน้าที่ของอวัยวะต่างๆ ภายในร่างกายจากพยาธิสภาพของการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นอย่างถาวร (Lubkin, 1995) รวมทั้งอาจเกิดจากการตอบสนองของร่างกายต่อภาวะกดดันทางจิตใจและสังคม (Hwu, Coates & Boore, 2001) หรือเป็นผลจากการดูแลรักษาจากการใช้เคมีบำบัด การฉายแสง และการผ่าตัด เป็นต้น (จารุวรรณ, 2544) ซึ่งผลกระทบด้านร่างกายที่พบบ่อยได้แก่

1.1 ความสามารถในการทำกิจกรรมลดลง ทำให้ไม่สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ตามปกติ รวมทั้งต้องพึ่งพาบุคคลอื่น (Phipps, 1999) จากการศึกษาดังกล่าวถึงการปรับตัวในภาวะเจ็บป่วยเรื้อรัง การสูญเสียความสามารถ และความสัมพันธ์กับการรับรู้ภาวะพึ่งพาไม่พึ่งพา โดยกิกแนค, คอทท์และแบดเลย์ (Gignac, Cott & Badley, 2000) พบว่าภาวะเจ็บป่วยเรื้อรังทำให้ผู้ป่วยไม่สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ตามปกติ ต้องมีการพึ่งพาบุคคลอื่นในการทำกิจกรรมในเรื่องต่างๆ เช่น การดูแลบุคคล (personal care) การเคลื่อนไหวในบ้าน (in-home mobility) การเคลื่อนไหวในชุมชน (community mobility) การทำกิจกรรมกับสมาชิกในครอบครัว (household activity) และการทำกิจกรรมด้านคุณค่าและความเชื่อ (valued activity)

1.2 มีความผิดปกติของภาวะโภชนาการและการเผาผลาญอาหาร จากการที่ผู้ป่วยมีการเคี้ยวอาหารเป็นไปด้วยความยากลำบาก การย่อยและดูดซึมผิดปกติ จากการเปลี่ยนแปลงของระบบทางเดินอาหาร ร่างกายไม่สามารถนำอาหารไปใช้ได้ตามปกติ อัตราการเผาผลาญสารอาหารเพิ่มขึ้น จากการถูกจำกัดการเคลื่อนไหวทำให้ต้องการอาหารที่มีเส้นใยสูงและน้ำมากๆ และการได้รับสารอาหารไม่เพียงพอจากการรักษา ส่งผลให้มีผลต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการช้ากว่าปกติ (จารุวรรณ, 2544) ซึ่งถ้าการเจ็บป่วยมีระยะเวลาการเป็นโรครที่ยาวนานและรุนแรงจะเป็นปัจจัยสำคัญที่สะท้อนถึงการเจริญเติบโตและการพัฒนาการเข้าสู่วัยหนุ่มสาวอย่างมาก (Pozo & Argente, 2002)

1.3 ทำให้ความสามารถในการรับรู้ภาวะสุขภาพและการดูแลสุขภาพลดลง โดยในผู้ป่วยเรื้อรังที่ระดับความรู้สึกตัวเปลี่ยนแปลงไปตั้งแต่เล็กน้อยจนถึงหมดสติ ทำให้การรับรู้ต่อภาวะสุขภาพลดลงหรือไม่สามารถรับรู้ส่งผลให้การดูแลสุขภาพตนเองลดลง (จารุวรรณ, 2544) นอกจากนี้การรับรู้สุขภาพและการดูแลสุขภาพที่ไม่เหมาะสม เกิดจากการขาดความรู้ขาดทักษะเกี่ยวกับการปฏิบัติตนเฉพาะโรคหรือสภาพจิตใจที่เบี่ยงเบนไปเช่น ในผู้ติดเชื้อเอดส์ในระยะ

แรกทีทราบว่าตนมีการติดเชื้อมักจะวิตกกังวล ซึมเศร้า ท้อแท้ ไม่ยอมรับ ทำให้ความสนใจในการดูแลสุขภาพตนเองและการรับรู้สุขภาพลดลง (Bove, 2001)

1.4 มีการพักผ่อนไม่เพียงพอ ซึ่งจากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการนอนไม่หลับและคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพของผู้ที่เจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังของเคทและแม็คฮอร์เนย์ (Katz & McHomey, 2002) โดยศึกษาในผู้ป่วยเรื้อรังจำนวน 3,445 ราย ผลการศึกษาพบว่าผู้ป่วยร้อยละ 16 มีอาการนอนไม่หลับอย่างรุนแรง ผู้ป่วยร้อยละ 34 มีอาการนอนไม่หลับปานกลาง และผลการศึกษาพบว่าผู้ป่วยเรื้อรังที่มีภาวะนอนไม่หลับจะมีคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพลดลงอย่างมีนัยสำคัญอีกด้วย

2. ผลกระทบทางด้านจิตสังคม การเจ็บป่วยเรื้อรังมิได้ส่งผลกระทบต่อผู้ป่วยเฉพาะด้านร่างกายเท่านั้น แต่ยังส่งผลกระทบต่อด้านจิตใจ อารมณ์ และสังคมของผู้ป่วยอีกด้วย ซึ่งเป็นผลมาจากการเจ็บป่วยเรื้อรังที่เป็นเหตุให้ผู้ป่วยไม่สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ตามปกติ ส่งผลให้ผู้ป่วยต้องพึ่งพาผู้อื่นตลอดชีวิต ทำให้เกิดความเครียด วิตกกังวล ซึมเศร้า และรู้สึกควมมีคุณค่าในตนเองลดลง ดังเช่นการศึกษาของฮูเรอร์และอโร (Huurre & Aro, 2002) ที่ศึกษาถึงอิทธิพลของภาวะจิตสังคมระยะยาวที่ฝังแน่นในผู้ป่วยเรื้อรังพบว่า ผู้ป่วยเรื้อรังที่มีข้อจำกัดในการทำกิจวัตรประจำวัน จะมีภาวะซึมเศร้าและรู้สึกว่าคุณค่าของตนเองลดลงมากกว่าผู้ป่วยเรื้อรังที่ไม่มีข้อจำกัดในการทำกิจวัตรประจำวัน และจากการศึกษาของฮวู (Hwu, 1995) เรื่องผลกระทบของภาวะเจ็บป่วยเรื้อรังในผู้ป่วยเรื้อรัง พบว่าภาวะเจ็บป่วยเรื้อรังมีผลกระทบต่อผู้ป่วยด้านจิตใจมากที่สุด ส่วนผลกระทบทางด้านสังคมพบว่าผู้ป่วยเรื้อรังมีปัจจัยเสี่ยงสูงที่จะแยกตัวออกจากสังคม และเกิดความบกพร่องในการมีปฏิสัมพันธ์กับสังคม (Hodges, Keeley & Grier, 2001) ทั้งนี้เนื่องจากมีปัจจัยต่างๆ มากมายที่เป็นอุปสรรคขัดขวางการสร้างและดำรงไว้ซึ่งสัมพันธภาพ ได้แก่ วิธีการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป ฐานะทางเศรษฐกิจแย่งลง การเปลี่ยนแปลงฐานะทางสังคม ความรู้สึกแตกต่างหรือด้อยกว่าคนอื่น (จารุวรรณ, 2544)

3. ผลกระทบทางด้านจิตวิญญาณ ผลกระทบด้านจิตวิญญาณจากภาวะการเจ็บป่วยเรื้อรังที่ผู้ป่วยกำลังประสบอยู่ทำให้เกิดผลกระทบต่อความสมดุลของกาย จิตและจิตวิญญาณ และความสมดุลในการเชื่อมโยงกัน (interconnectedness) ของผู้ป่วยกับพระเจ้า ธรรมชาติ หรือสิ่งยึดเหนี่ยวอื่นๆ (Soken & Carson, 1987) ทำให้เกิดการเบี่ยงเบนทางด้านจิตใจ มีการเปลี่ยนความเชื่อในสิ่งยึดเหนี่ยวหรือสิ่งที่คิดว่ามีคุณค่าสำหรับตนได้ ในผู้ป่วยบางรายมีความรู้สึกหรือมีความเชื่อว่าการเจ็บป่วยเรื้อรังที่ตนเป็นอยู่เป็นการถูกลงโทษจากพระเจ้า (Phippps, 1999) และเป็นตราบาปทำให้ผู้ป่วยมีความทุกข์ทรมานจากตราบาปที่เกิดขึ้น (Joachim & Acorn, 2000)

บางรายคิดว่าเป็นการใช้อำนาจทางไสยศาสตร์ของคนที่คิดร้ายต่อตนทำให้ต้องล้มป่วยลง บางรายอาจเสื่อมความนับถือในสิ่งที่เคยยึดเหนี่ยวและเชื่อถือ เนื่องจากคิดว่าสิ่งที่นับถือไม่ได้ช่วยเหลือตนให้พ้นจากความเจ็บป่วยเลยทั้งๆ ที่ตนทำดีมาตลอด หรือบางรายที่ไม่เคยเชื่อถือในเรื่องสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ไม่เคยเชื่อในเรื่องโชคลาง ก็อาจเปลี่ยนมานับถือเพื่อหาสิ่งที่ยึดเหนี่ยวหรือหาที่พึ่ง เนื่องจากหมดหวังในภาวะเจ็บป่วยที่ไม่รักษาไม่หายขาด และนับวันยิ่งสร้างความทุกข์ทรมานให้แก่ตนมากขึ้น (Fryback & Reinert, 1999)

ดังนั้นจะเห็นได้ว่าการเจ็บป่วยเรื้อรังส่งผลกระทบต่อผู้ป่วยทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ ทำให้ต้องได้รับความทุกข์ทรมานตลอดชีวิต การดูแลที่ทำให้ผลกระทบจากการเจ็บป่วยเรื้อรังลดลงได้ต้องเป็นการดูแลที่ครอบคลุมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ เพื่อให้สามารถปรับตัวอยู่ในภาวะสมดุลได้อย่างปกติสุข โดยปัจจุบันมีผู้ป่วยจำนวนมากได้ใช้พลังจักรวาล ซึ่งเป็นทางเลือกหนึ่งของการรักษาแบบการแพทย์ทางเลือกมาดูแลสุขภาพของตนเอง ร่วมกับการรักษาแบบการแพทย์แผนปัจจุบัน

#### *การดูแลสุขภาพโดยการพลังจักรวาล*

พลังจักรวาลเป็นวิธีการหนึ่งของการดูแลสุขภาพที่มีมานานตั้งแต่สมัยโบราณ โดยมีหลักการพื้นฐานว่าร่างกายของมนุษย์สามารถบำบัดเยียวยาร่างกายได้ด้วยตนเอง (จำว ก๊อก สุย, 2544; เจก, 2544; ธารธรรมแก้ว, 2544; นพนนท์, 2540; บรรจบ, 2543; ประกิจ, 2544; ประภาคาร, 2541; มูลนิธิเพื่อฝึกพลังจักรวาล, 2545; เยาวเรศ, 2545 ข; วิจิตร, ม.ป.ป. 2; Luong Minh Dang, 2001; MUEH, 2003) ในการศึกษาการดูแลสุขภาพโดยการพลังจักรวาล ผู้วิจัยได้ศึกษาถึงแนวคิดที่เกี่ยวข้องคือ แนวคิดเกี่ยวกับพลังจักรวาล การดูแลสุขภาพแบบองค์รวมโดยใช้พลังจักรวาล และการประยุกต์ใช้พลังจักรวาลในการดูแลสุขภาพ โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

#### *แนวคิดเกี่ยวกับพลังจักรวาล*

ในการศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับพลังจักรวาล ผู้วิจัยได้ศึกษาถึง ความหมาย คุณประโยชน์ของพลังจักรวาล ประวัติความเป็นมา รวมทั้งแนวคิด/ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับพลังจักรวาล ดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### *ความหมายของพลังจักรวาล*

พลังจักรวาล (universal life energy) มีชื่อเรียกหลายอย่างด้วยกัน เช่น จีนเรียกว่าพลังปราณ (prana) พลังชีหรือคิ (chi, ki) ญี่ปุ่นเรียกว่าพลังเรกิ(reiki) ยุโรปเรียกพลังคอสมิค

(cosmic energy) ส่วนในไทยเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า พลังกายทิพย์เพื่อสุขภาพ (etheric body) (ประกิจ, 2544; วิจิตร, ม.ป.ป 2; อภรณ์, 2544) ทั้งนี้มีผู้ให้ความหมายเกี่ยวกับพลังจักรวาลไว้หลากหลายดังนี้

บรรจบ (2543) ให้ความหมายว่า พลังจักรวาลเป็นศาสตร์แห่งการนำเอาคลื่นความถี่สั้นสะเทือน หรือปรมาณที่มีอยู่ในธรรมชาติผ่านจากผู้ทำการบำบัดเยียวยา สื่อสู่ผู้รับการบำบัดเยียวยาด้วยการสัมผัสในบางส่วนของร่างกาย เพื่อช่วยให้ร่างกายของผู้รับการบำบัดเยียวยาเกิดการปรับสมดุลเกิดการฟื้นฟูพลังปรมาณหรือที่เรียกว่าพลังชีวิตในตัวของคนผู้นั้น เพื่อนำสู่การบำบัดรักษาโรคที่เป็นอยู่

ประกิจ (2544) อธิบายว่า พลังจักรวาลเป็นพลังที่ได้จากรังสีคอสมิก ที่เกิดจากการเปล่งแสงของดวงอาทิตย์ในแต่ละกาแลคซี (galaxy) ที่สะสมอยู่ในโลกมาเป็นเวลานานนับล้านๆ ปี จนถึงปัจจุบันก็ยังมีดวงอาทิตย์ส่งรังสีคอสมิกมายังโลกไม่หยุดยั้ง สามารถนำพลังคอสมิกนี้มาใช้ในการบำบัดเยียวยาโรคและการดูแลสุขภาพได้โดยใช้อำนาจสมาธิดึงเข้ามาสู่ร่างกาย

กฤษณ์ (2544) ให้ความหมายว่า พลังจักรวาลเป็นวิธีการใช้พลังจิตมาเป็นพื้นฐานในการดึงพลังคอสมิก ซึ่งมีอยู่ในห้วงจักรวาลมาบำบัดเยียวยาอวัยวะของผู้ป่วยที่มีความผิดปกติ โดยผ่านจุดรวมของช่องทางเดินของพลังภายในร่างกายที่เรียกว่าจักระ ทั้งนี้การบำบัดเยียวยาจะได้ผลดีต้องเป็นการบำบัดเยียวยาแบบองค์รวม ซึ่งประกอบด้วย กายเนื้อ กายทิพย์ จิตใจ และจิตวิญญาณ

เยาวเรศ (2544) กล่าวไว้ว่า พลังจักรวาลเป็นพลังของจักรวาลที่ปรากฏอยู่ทั่วไปตั้งแต่เกิดจักรวาลของโลกมนุษย์ จนบัดนี้ก็ยังไม่ดับด้วยพลังหรือพลังคอสมิกในแนวกว้างอยู่กระจัดกระจายครอบคลุมทั่วพิภพและแทรกซึมอยู่ภายในทุกสิ่งทุกอย่างในจักรวาล ร่างกายของมนุษย์สามารถนำมาใช้ในการบำบัดรักษาตนเองได้ โดยใช้พลังสมาธิเป็นตัวดึงพลังเข้าสู่ร่างกาย

และเหลือ มินห์ ต่าง (2544) ได้อธิบายว่า พลังจักรวาลเป็นศาสตร์แห่งการบำบัดเยียวยา โดยการดูดซับพลังงานแม่เหล็กไฟฟ้าในจักรวาลเข้ามาสู่ร่างกาย เพื่อเปิดช่องทางเดินของพลังงานในร่างกาย

ดังนั้นพลังจักรวาลจึงหมายถึง พลังธรรมชาติที่มีอยู่ในห้วงจักรวาลได้แก่ พลังคอสมิก พลังปรมาณ สามารถนำมาใช้ในการบำบัดเยียวยาอวัยวะของผู้ป่วยที่มีความผิดปกติ โดยผ่านจุดรวมของช่องทางเดินของพลังภายในร่างกายที่เรียกว่าจักระ ซึ่งวิธีการบำบัดต้องให้พลังสมาธิมาเป็นพื้นฐานในการดึงพลัง

### คุณประโยชน์ของพลังจักรวาล

พลังจักรวาล เป็นพลังงานธรรมชาติที่ไม่มีตัวตน มีอยู่ทุกหนทุกแห่งบนพื้นโลกไม่สามารถมองเห็นได้ด้วยตาเปล่าแต่สามารถรับรู้ได้ด้วยความรู้สึก (เยาเวศ, 2544) มนุษย์สามารถนำพลังจักรวาลมาใช้ในการดูแลสุขภาพได้ ซึ่งคุณประโยชน์ของพลังจักรวาลมีดังนี้ (ประกิจ, 2544)

1. เนื่องจากพลังจักรวาลเป็นพลังที่มีอยู่ทั่วไปในธรรมชาติบนพื้นโลก ไม่มีใครครอบครองเป็นเจ้าของ (ปริญญาพร, 2544) จึงสามารถนำมาใช้ในการดูแลสุขภาพได้ง่าย สะดวก โดยไม่ต้องใช้เครื่องมือหรืออุปกรณ์ใดๆ ทั้งสิ้น เพียงแต่ผู้ที่นำมาใช้มีความเชื่อ มีความศรัทธา มีความตั้งใจที่จะช่วยเหลือผู้อื่น มีความเมตตา กรุณา ประพฤติตนอยู่ในศีลธรรม รวมทั้งมีการฝึกสมาธิเพื่อใช้พลังจิตเป็นตัวดึงพลังจักรวาลให้เข้าสู่ร่างกาย และใช้มือทั้งสองข้างเป็นตัวถ่ายทอดพลังจักรวาลให้เข้าสู่ร่างกายของผู้ที่เจ็บป่วย การนำพลังจักรวาลมาใช้ในการดูแลสุขภาพสามารถนำมาใช้ได้โดยไม่จำกัดเวลา ใช้ได้ทั้งกลางวันและกลางคืนและทุกครั้งที่มืออาการเจ็บป่วย รวมทั้งนำไปใช้ได้โดยไม่จำกัดสถานที่ (ประกิจ, 2544)

2. พลังจักรวาลสามารถนำมาใช้โดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น โดยทางสำนักงานใหญ่คือ Mankind Enlightenment Love ซึ่งตั้งอยู่ในประเทศสหรัฐอเมริกาได้ออกกฎระเบียบขึ้นในการนำพลังจักรวาลไปใช้คือ ห้ามผู้บำบัดเยียวยาคิดค่าบริการใดๆ (เฉก, 2544; ธารธรรมแก้ว, 2544; นพนนท์, 2540; บรรจบ, 2543; ประกิจ, 2544; ประภาคาร, 2541; มูลนิธิเพื่อฝึกพลังจักรวาล, 2545; ประกิจ, ม.ป.ป. 2; เยาเวศ, 2545 ก; Luong Minh Dang, 2001; MUEH, 2003) เนื่องจากในการนำพลังจักรวาลมาใช้ในการดูแลสุขภาพนั้น ผู้ที่ให้การบำบัดเยียวยาต้องเป็นผู้ที่ปฏิบัติตัวอยู่ในศีลธรรม มีความเสียสละ มีความเมตตา และต้องการช่วยเหลือผู้ที่เจ็บป่วยอย่างแท้จริง (ประกิจ, 2544; เยาเวศ, 2545 ข) ซึ่งในทางหลักพุทธศาสนาเชื่อว่าการช่วยเหลือผู้ที่มีความทุกข์จากการเจ็บป่วยเป็นการสร้างบุญกุศลอย่างหนึ่ง (พระธรรมปิฎก, 2542)

3. ทำให้ร่างกายแข็งแรง ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันโรค เนื่องจากพลังจักรวาลใช้หลักการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมและเน้นความเป็นธรรมชาติของมนุษย์ ซึ่งมีแนวคิดว่าร่างกายสามารถสร้างภูมิคุ้มกันโรคให้เกิดขึ้นได้ตามธรรมชาติ (homeostasis) โดยการนำพลังสมาธิดึงพลังจักรวาลเข้าสู่ร่างกายให้ผ่านทางช่องทางเดินของพลังภายในร่างกายที่เรียกว่าจักระ (chakras) (ซึ่งรายละเอียดได้กล่าวไว้ในหน้า 38) หลักการทำงานของจักระสอดคล้องกับการทำงานของฮอร์โมนซึ่งเป็นสารที่ผลิตออกมาจากต่อมต่างๆ ภายในร่างกาย มีหน้าที่ในการควบคุมอวัยวะต่างๆ ให้ทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้เกิดความสมดุลทั้งทางกาย จิต และจิตวิญญาณ (เฉก, 2544) ส่วนในการสร้างพลังสมาธินั้นใช้การหลักการปฏิบัติสมาธิเพื่อให้เกิดการสงบนิ่ง

ทำให้จิตอยู่ในภาวะผ่อนคลาย การทำงานของจิตจะส่งผลถึงระบบประสาท การหลั่งฮอร์โมน รวมทั้งการสร้างภูมิคุ้มกันของร่างกาย

ในประเทศไทยได้มีการศึกษาถึงผลของพลังจักรวาลที่ศูนย์วิทยาศาสตร์ทางจิต เพื่อการพัฒนา (Spiritual Science for Development Foundation) จังหวัดเชียงใหม่ โดยอัมพรศรี, สุนทรานี, อัมพารัตน์ และเกยู (Ampornsri, Soontarane, Umparat & Kayoon, 1997) ซึ่งได้ศึกษาผลของพลังจักรวาลในการบำบัดเยียวยาผู้ป่วยเอดส์ในภาคเหนือของประเทศไทยต่อเชื้อไวรัส และการตอบสนองต่อภูมิคุ้มกันโรค โดยทำการศึกษาในผู้ป่วยเอดส์จำนวน 15 ราย ซึ่งเป็นผู้ป่วยเอดส์ในระยะที่ 1 ระยะที่ 2 และระยะที่ 3 จำนวน 10 ราย และผู้ป่วยอีก 5 รายเป็นผู้ป่วยเอดส์ที่อยู่ในระยะที่ 4 วิธีการศึกษาผู้ป่วยทุกรายได้รับการบำบัดเยียวยาด้วยพลังจักรวาลทุกวัน วันละครั้ง รวม 21 วัน วิธีการบำบัดเยียวยาโดยผู้บำบัดเยียวยาใช้มือจับจักระ 2 จักระ 3 จักระ 5 และจักระ 7 ของผู้ป่วยนาน 5 นาที และใช้เทคนิควิธีการฟอกเลือด รวมทั้งวิธีส่งทางไกล (ซึ่งรายละเอียดได้กล่าวไว้ในหน้า 42 และ 44) ขณะอยู่ในระยะทำการศึกษา ผู้ป่วยทุกรายงดเว้นการมีเพศสัมพันธ์ ห้ามดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ สามารถรับประทานอาหารได้ตามปกติ พักผ่อนอย่างน้อยวันละ 8 ชั่วโมง และไม่ต้องใช้ยาใดๆ ส่งตรวจ CD4<sup>+</sup> ก่อนทำการศึกษาและหลังจากการศึกษา 21 วัน ผลการศึกษาพบว่า จำนวน CD4<sup>+</sup> ของผู้ป่วยทุกรายมีจำนวนเพิ่มขึ้น ผู้ป่วยที่อยู่ในระยะที่ 1 ระยะที่ 2 และระยะที่ 3 อาการติดเชื้อได้หายไป ผู้ป่วยร้อยละ 90 สามารถกลับไปประกอบอาชีพได้อย่างปกติ ผู้ป่วยร้อยละ 75 ที่มีอาการรุนแรงมีอาการทุเลาลง ส่วนผู้ป่วยระยะที่ 4 ซึ่งเป็นผู้ป่วยระยะสุดท้ายของโรคได้เสียชีวิตอย่างสงบ ไม่ทรมานหรือแสดงอาการเจ็บปวด นอกจากนี้ผลการศึกษา ยังพบว่าพลังจักรวาลยังสามารถซ่อมแซมและคงสภาพภูมิคุ้มกันต่อเชื้อไวรัสเอชไอวี และลดจำนวนของเชื้อได้มากกว่าร้อยละ 30 แต่ไม่สามารถฆ่าเชื้อได้ทั้งหมด

4. พลังจักรวาลสามารถรักษาโรคร้ายแรงที่การแพทย์แผนปัจจุบันไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ เช่นโรคมะเร็ง โรคไตวายเรื้อรัง โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจ และโรคเรื้อรังอื่นๆ และจากการศึกษาของโซเฟีย เอนทิพอลิส (Sopha-Antipolis, 1997) ได้ทำการศึกษาผลของการใช้พลังจักรวาลในเซลล์มะเร็งของมนุษย์ที่เลี้ยงไว้ในหลอดทดลอง ซึ่งผลการทดลองพบว่าพลังจักรวาลช่วยยับยั้งการเจริญเติบโตของเซลล์มะเร็ง ช่วยส่งเสริมการหายของเซลล์ที่ถูกทำลาย ช่วยสร้างเสริมภูมิคุ้มกันและช่วยยับยั้งการเจริญของแบคทีเรีย นอกจากนี้ยังมีผลการยืนยันถึงการบำบัดเยียวยาด้วยพลังจักรวาลจากจดหมายของผู้ป่วยที่นครคลินิกของพลตรี นายแพทย์ ประกิจ ปัญจมาลา และอาจารย์แฉ่งน้อย ชมภูทิว ซึ่งได้เขียนบรรยายประสบการณ์การบำบัดเยียวยาด้วยพลังจักรวาล ดังตัวอย่าง (ประกิจ และแฉ่งน้อย, 2541)



นาง ก เป็นเนื้องอกที่มดลูกได้ตรวจร่างกายกับแพทย์แผนปัจจุบันพบว่ามียีนเนื้องอกในมดลูกขนาดประมาณ 1 เซนติเมตร ได้เข้ารับการบำบัดเยียวยาด้วยพลังจักรวาลจนครบ 3 เดือน จากนั้นได้ไปตรวจร่างกายอีกครั้งปรากฏว่าไม่พบเนื้องอกที่มดลูก

นาย ข เป็นโรคไตวายเรื้อรังได้รับการบำบัดเยียวยาโดยการฟอกเลือดด้วยไตเทียม (hemodialysis) โดยขณะที่ทำการฟอกเลือดด้วยไตเทียมจะมีอาการปวดศีรษะมาก ความดันโลหิตสูงประมาณ 200/100 มิลลิเมตรปรอท ต้องรับประทานยาลดความดันโลหิตซึ่งมีอาการข้างเคียงทำให้เกิดอาการหน้ามืด เวียนศีรษะ และมีอาการปวดขามากโดยเฉพาะเวลาอน หลังจากรับการบำบัดเยียวยาด้วยพลังจักรวาลพบว่า ความดันโลหิตอยู่ในช่วง 110/60-130/80 มิลลิเมตรปรอท ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ปกติ บางครั้งไม่ต้องรับประทานยาลดความดันโลหิต อาการปวดขาทุเลาลงร่างกายแข็งแรงขึ้นสามารถปฏิบัติตัวได้ตามปกติ

นาย ค เป็นโรคมะเร็งลำไส้ใหญ่ได้รับการรักษาโดยการผ่าตัด มีอาการปวดแน่นท้อง ท้องโตตึง อาเจียนหลังรับประทานอาหาร อ่อนเพลียมาก หลังได้รับการบำบัดเยียวยาด้วยพลังจักรวาลเพียง 3-4 วัน ผลที่รับคือร่างกายแข็งแรงขึ้น สามารถรับประทานอาหารได้ตามปกติ น้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น จากเดิมดวงตาทั้งสองข้างเคยมีต้อเนื้อและเคยมีอาการปวดหน้าอกด้านซ้ายจากกล้ามเนื้ออกก็ไต่หายเป็นปกติ นอกจากนี้ นาย ค ยังมีประวัติเป็นโรคเบาหวานและมีภาวะไขมันในเส้นเลือดสูง เมื่อได้รับการตรวจทางห้องปฏิบัติการทุก 3 เดือน พบว่า ผล blood sugar จากเดิม 170 mg/dl ลดลงอยู่ในช่วง 107-157 mg/dl, cholesterol จาก 278 mg/dl ลดลงอยู่ในช่วง 179-199 mg/dl, triglycerice จาก 457 mg/dl ลดลงอยู่ในช่วง 193-199 mg/dl

ส่วนตัวอย่างจดหมายของผู้ที่ได้รับการบำบัดเยียวยาที่ศูนย์พลังกายทิพย์เพื่อสุขภาพของคุณย่าเยาวเรศ บุนนาค มีดังนี้ (เยาวเรศ, ม.ป.ป.)

นาง ง ป่วยเป็นโรคภูมิแพ้ มีอาการไอและจามตอนตื่นนอนเช้าและมีน้ำมูกใสๆ หลังจากได้ใช้พลังจักรวาลบำบัดเยียวยาตนเองอาการดังกล่าวได้หายไป และได้ใช้พลังจักรวาลรักษาอาการปวดขาให้กับญาติที่ใกล้ชิดซึ่งทำให้อาการปวดขาลดลงได้เช่นกัน

และจากจดหมายของศาสตราจารย์ นายแพทย์เจษฎา อินทราวุธศักดิ์ ซึ่งเป็นนายแพทย์ปฏิบัติงานที่โรงพยาบาล Mannheim ประเทศเยอรมัน ได้ป่วยเป็นโรคถุงสวัดที่บริเวณริมฝีปากด้านขวาเป็นแผลบวมมีอาการปวดแสบ ได้รับการบำบัดเยียวยาด้วยพลังจักรวาลจากนายแพทย์ชิน บูรณธรรม หลังจากได้รับการบำบัดเยียวยาด้วยพลังจักรวาลเพียง 2 ครั้ง ผลปรากฏว่าแผลบริเวณริมฝีปากด้านขวาแห้งสนิทและไม่มีอาการปวด ต่อมาได้รับการฝึกอบรมวิชาพลังจักรวาล และได้ไปใช้รักษาผู้ป่วยในโรงพยาบาลร่วมกับการรักษาทางการแพทย์แผนปัจจุบัน โดยได้ทดลองใช้

กับผู้ป่วยโรคเส้นเลือดหัวใจตีบซึ่งนอนรักษาตัวในห้องผู้ป่วยหนัก ไม่รู้สึกตัว และใช้เครื่องช่วยหายใจ มีอัตราการเต้นของหัวใจประมาณ 40 ครั้ง/นาที หลังจากใช้พลังจักรวาลรักษาให้กับผู้ป่วยประมาณ 2 นาที อัตราการเต้นของหัวใจเพิ่มขึ้นจาก 40 ครั้ง/นาที เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ เป็น 70-78 ครั้ง/นาที ผู้ป่วยเริ่มมีอาการกระตุกที่ปลายเท้าไปมาและเริ่มรู้สึกตัว หลังจากนั้นได้ใช้พลังจักรวาลรักษาผู้ป่วยรายนี้ทุกวันจนครบ 21 วัน และได้ตรวจร่างกายซ้ำพบว่าผลการตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจและผลภาพถ่ายหัวใจเป็นปกติ รายที่สองเป็นผู้ป่วยโรคเส้นหัวใจตีบเป็นมาประมาณ 6 ปี มีอาการเจ็บหน้าอกหายใจไม่สะดวก ซีด บวมบริเวณมือและเท้า มีก้อนเลือดแข็งตัวที่หัวใจห้องบนขวา แพทย์ได้นำผ้าตัดแต่ผู้ป่วยกลัวการผ่าตัดมาก จึงใช้พลังจักรวาลรักษาเป็นเวลา 10 วัน พบว่าอาการบวมบริเวณมือและเท้าหายไป หายใจสะดวก นอนหลับได้ตามปกติ แพทย์จึงได้เลื่อนทำการผ่าตัดออกไปอีก 6 เดือน (เยาวเรศ, ม.ป.ป.)

จากข้างต้นเป็นเพียงตัวอย่างของผู้ป่วยที่ได้รับการบำบัดเยียวยาโรคด้วยพลังจักรวาล โดยบางรายได้ผ่านการอบรมและได้นำพลังจักรวาลไปใช้ในการบำบัดเยียวยาโรคให้กับตนเองและผู้อื่น ซึ่งสามารถช่วยให้ผู้ป่วยพ้นจากความทุกข์ทรมานได้ จะเห็นได้ว่าพลังจักรวาลมีประโยชน์มากมายถ้าผู้นำไปใช้มีความเชื่อ มีความศรัทธา และมีความตั้งใจในการปฏิบัติ

#### *ประวัติความเป็นมาของพลังจักรวาล*

พลังจักรวาลเป็นศาสตร์สาขาหนึ่งทางวิทยาศาสตร์ฟิสิกส์ (quantum physics) (เยาวเรศ, 2545 ข) เป็นพลังที่เกิดขึ้นมาพร้อมกับการถือกำเนิดของจักรวาล (ธรรธรรมแก้ว, 2541; นพพนนท์, 2541; ปริญาพร, 2541) จากทฤษฎีการระเบิดครั้งยิ่งใหญ่ของจักรวาลหรือทฤษฎีบิกแบง (big bang theory) (ชัยวัฒน์, 2539) กล่าวไว้ว่า เดิมจักรวาลนั้นมีลักษณะเป็นมวลสารก้อนขนาดใหญ่ที่มีแรงอัดแน่นภายในตัวเองมาก มีคุณสมบัติเป็นแม่เหล็กที่มีการระเบิดและลูกไฟหม้อยู่ตลอดเวลา จนในที่สุดเกิดระเบิดออกมาครั้งใหญ่ที่เรียกว่า "ปรากฏการณ์บิกแบง" แรงระเบิดทำให้มวลสารแตกกระจายจัดกระจายไปในทุกทิศทุกทาง กลายเป็นมวลสารก้อนเล็กบ้างก้อนใหญ่บ้าง เป็นฝุ่นผง เป็นกลุ่มแก๊สที่เรียกว่าเนบิวลา (nebula) วิ่งออกจากจุดศูนย์กลางที่ระเบิดออกมา มวลสารที่อยู่ใกล้กันมีแรงดึงดูดระหว่างกันรวมตัวกันเป็นดวงดาว ดวงดาวอยู่ใกล้กันดึงดูดระหว่างกันรวมเป็นกระจุกดาว กระจุกดาวดึงดูดระหว่างกันรวมกันเป็นกาแลคซี กาแลคซีใกล้กันดึงดูดระหว่างกันรวมตัวกันเป็นกาแลคซีเดียวกัน เมื่อเกิดปรากฏการณ์เช่นนี้ต่อไปมวลสารที่กระจายตัวออกไปก็จะกลับมารวมตัวกันเป็นมวลสารก้อนใหญ่อีกครั้ง และมีแรงอัดแน่นอีกจนในที่สุดก็จะระเบิดออกมาเกิดวงจรการเกิดจักรวาลใหม่อย่างนี้ไปเรื่อยๆ สิ่งที่เกิดขึ้นจากปรากฏการณ์นี้คือ "พลังงาน"

พลังงานนี้ก่อให้เกิดชีวิตขึ้นในดวงดาวที่มีสภาวะเหมาะสม ชีวิตที่เกิดขึ้นตั้งแต่เซลล์เดียวถูกควบคุมและพัฒนาจนกลายเป็นมนุษย์ พลังงานนี้เป็นสิ่งที่ควบคุมสั่งการให้ร่างกายเกิดพลังชีวิต (life force) ขึ้น และพลังชีวิตจะควบคุมกลไกในร่างกายทุกระบบตั้งแต่ระบบประสาท ระบบหายใจ ระบบย่อยอาหาร ระบบสืบพันธุ์ ทำให้มีการทำงานอย่างสอดคล้องประสานงานกันอย่างเหมาะสม มนุษย์จึงมีสุขภาพที่สมบูรณ์ไม่เจ็บป่วย พลังงานนี้ถูกนำมาใช้ในปัจจุบันที่เรียกว่า “พลังจักรวาล” (นพนนท์, 2540; ปริญญาพร, 2541; วิจิตร, ม.ป.ป. 1)

พลังจักรวาลได้ถูกนำมาใช้ในการดูแลสุขภาพตั้งแต่สมัยอาณาจักรแอสแลนติกหรือตั้งแต่สมัยอียิปต์โบราณ แต่ได้เสื่อมสลายไปเนื่องจากถูกนำไปใช้ในทางที่ผิด (เจก, 2544; ประกิจ, 2544; เขาวเรศ, 2545 ก; Luong Minh Dang, 2001; MUEH, 2003) และเชื่อว่าปี่ระมิดในประเทศอียิปต์เป็นที่เก็บรหัสวิชาพลังจักรวาล จนกระทั่งในช่วงศตวรรษที่ 20 ได้มีพระภิกษุชาวศรีลังกาชื่อ ดาสีรา นาราดองค์ที่หนึ่ง เป็นผู้ค้นพบวิชาพลังจักรวาลโดยการนั่งสมาธิเข้าไปถอดรหัสวิชาพลังจักรวาลที่ถูกลบทิ้งไว้ จากนั้นได้ฝึกฝนจนสามารถนำพลังจักรวาลมาใช้บำบัดเยียวยาผู้ที่เจ็บป่วยให้ทุเลาหรือหายจากโรคได้ และได้ถ่ายทอดวิชาพลังจักรวาลให้ ดาสีรา นาราดา องค์ที่สอง ซึ่งเป็นพระภิกษุชาวอินเดียนรวมทั้งถ่ายทอดให้กับผู้ที่สนใจ



ภาพ 1 หลวงปู่ ดาสีรา นาราดา องค์ปรมาจารย์ วิชาพลังจักรวาล

สถาบันการศึกษาวิชาพลังจักรวาลมีสำนักงานใหญ่ตั้งอยู่ในประเทศสหรัฐอเมริกา ซึ่งเป็นสถาบันที่มีชื่อเสียงอยู่สองสถาบันคือ Mankind Enlightenment Love ซึ่งมีศาสตราจารย์ ดร.เซอร์ เหลือง มินห์ ดัง เป็นผู้ก่อตั้ง (มูลนิธิเพื่อฝึกพลังจักรวาล, 2545; Luong Minh Dang, 2001; MUEH, 2003) และสถาบันแอสตาร่าขององค์การนาซ่า โดยมีบาร์บารา แอน เบรนนัน เป็นผู้ก่อตั้ง (เขาวเรศ, 2545 ข) และได้ขยายไปในประเทศต่างๆ โดยศูนย์ใหญ่ของแต่ละประเทศ จะได้รับการรับรองจากสำนักงานใหญ่ในสหรัฐอเมริกา และศูนย์ย่อยของแต่ละประเทศจะได้รับการรับรองจากศูนย์ใหญ่ของประเทศนั้นๆ

สำหรับในประเทศไทยได้มีผู้นำพลังจักรวาลเข้ามาสองสายด้วยกันคือ สายแรกเมื่อ ประมาณปี พ.ศ. 2500 โดยพลเรือตรีหลวงสุวิธานแพทย์ (อิน สุวรรณภาณุ) อดีตนายแพทย์ทหารเรือผู้ได้รับการถ่ายทอดวิชาพลังจักรวาลโดยตรงจากหลวงปู่ดาสิรา นาราดาคองคืหนึ่ง และได้ถ่ายทอดให้แก่คุณย่าเขาวเรศ บุนนาค ซึ่งต่อมาคุณย่าเขาวเรศได้ไปศึกษา ค้นคว้า ทดลอง อบรม เพิ่มเติมจากสถาบันแอสตาร่า ต่อมาได้ก่อตั้งศูนย์พลังกายทิพย์เพื่อสุขภาพ (etheric body for health) ซึ่งตั้งอยู่ในกรุงเทพมหานครโดยมีศูนย์ย่อยกระจายอยู่ในจังหวัดต่างๆ และได้จัดหลักสูตรการฝึกอบรมโดยแบ่งเป็น 3 ระดับ คือ ระดับปฐมจักระ ระดับพัฒนาจักระ และระดับกายทิพย์ (เขาวเรศ, 2545 ข)

ส่วนพลตรีนายแพทย์ ประกิจ ปัญจมาลา อดีตศัลยแพทย์โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า ฯ ซึ่งเคยดำรงตำแหน่งผู้อำนวยการโรงเรียนเหล่าแพทย์ กรมแพทย์ทหารบก ได้ศึกษาพลังจักรวาล จากคุณย่าเขาวเรศ บุนนาค และได้รับการถ่ายทอดวิชาพลังจักรวาลจากหลวงปู่ดาสิรา นาราดาคองคืหนึ่งโดยการนั่งสมาธิติดต่อโดยตรง ซึ่งต่อมาได้ทำการศึกษา ค้นคว้า ทดลอง และได้ใช้วิชาพลังจักรวาลบำบัดเยียวยาผู้ป่วยที่มารับการบำบัดเยียวยาที่นครนคคลินิก กรุงเทพมหานคร โดยไม่คิดค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น และจัดฝึกอบรมให้กับผู้ที่สนใจโดยพัฒนาเป็นหลักสูตรอบรมใช้เวลา 3 วัน (ประกิจ, 2544)

สายที่สองผู้นำพลังจักรวาลเข้ามาคือ ศาสตราจารย์ ดร.เซอร์ เหลือง มินห์ ดัง ชาวเวียดนาม ซึ่งเคยเป็นทหารอเมริกันในสมัยสงครามเวียดนาม ได้อพยพไปอยู่สหรัฐอเมริกาจนได้รับสัญชาติเป็นชาวอเมริกัน และได้ตั้งถิ่นฐานอยู่ที่เมืองเซนหลุยส์ ขณะนั้นได้ใช้ชีวิตส่วนใหญ่ปฏิบัติกิจด้านศาสนา จนได้มีโอกาสได้รับการถ่ายทอดวิชาพลังจักรวาลจากพระภิกษุชาวอินเดียคือ ดาสิรา นาราดาคองคืที่สอง จากนั้นได้เผยแพร่วิชาพลังจักรวาลไปยังประเทศต่างๆ กว่า 60 ประเทศทั่วโลก รวมทั้งประเทศไทย ซึ่งได้มาเผยแพร่เมื่อวันที่ 19-21 ตุลาคม พ.ศ. 2538 โดยมีพลเอกเกษม นนทาสวัสดิ์ เป็นศิษย์รุ่นแรกในการเรียนวิชาพลังจักรวาล ต่อมาได้เป็นผู้ริเริ่มก่อตั้งมูลนิธิเพื่อฝึก

พลังจักรวาลในประเทศไทย (Foundation for Training in Universal Energy) โดยมีสาขาอยู่ทั้งในกรุงเทพมหานครและต่างจังหวัด เช่นวัดเขมาภิรตาราม วัดหลักสี่ มูลนิธิ Spiritual Human Yoga และมูลนิธิวิทยาศาสตร์ทางจิตเพื่อการพัฒนา (Spiritual Science for Development Foundation) ซึ่งตั้งอยู่ที่จังหวัดเชียงใหม่ (มูลนิธิเพื่อฝึกพลังจักรวาล, 2545; วิจิตร, ม.ป.ป. 2) ส่วนการฝึกอบรมมี 7 ระดับ เริ่มจากระดับที่ 1 ถึงระดับที่ 7 ซึ่งประกาศนียบัตรจากการอบรมของแต่ละระดับสามารถนำไปใช้เพื่อรับรองและใช้ในการเข้าสัมมนาในต่างประเทศเมื่อมีการอบรมในระดับสูงขึ้นต่อไป (เพ็ญพร, 2544)

จากการทบทวนเอกสารและบทความที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งจากการสอบถามผู้บำบัดเยียวยาและผู้มารับการบำบัดเยียวยาพบว่าทั้งพลังจักรวาลและพลังกายทิพย์มีแหล่งที่มาเดียวกัน ซึ่งภาษาอังกฤษใช้คำว่า universal life energy ส่วนในภาษาไทยนั้นมูลนิธิเพื่อฝึกพลังจักรวาลและพลตรีนายแพทย์ ประกิจ ปัญจมาลา ใช้คำว่า พลังจักรวาล (universal energy) ส่วนคุณยาเยาวเรศ บุนนาค ใช้คำว่า พลังกายทิพย์, พลังกายทิพย์เพื่อสุขภาพ (etheric body, etheric body for health)

### *แนวคิด/ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพลังจักรวาล*

เนื่องจากพลังจักรวาลเป็นพลังที่เกิดมาพร้อมกับการกำเนิดของจักรวาล ทุกสิ่งทุกอย่างที่อยู่บนพื้นโลกและในห้วงจักรวาลล้วนเกี่ยวข้องกับพลังจักรวาลทั้งสิ้น การนำพลังจักรวาลมาใช้ในการดูแลสุขภาพนั้นจึงประกอบด้วยแนวคิดและทฤษฎีมากมาย จากการทบทวนเอกสารและบทความที่เกี่ยวข้องพบว่าพลังจักรวาลประกอบด้วย พลังแม่เหล็กโลก พลังคอสมิค และพลังปราณ ส่วนพลังอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับการบำบัดเยียวยาด้วยพลังจักรวาลนั้นประกอบด้วย พลังสมาธิ และพลังกรรม ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

### *พลังจักรวาล ประกอบด้วย*

#### *1. พลังแม่เหล็กโลก*

พลังแม่เหล็กโลกได้ถูกค้นพบมาประมาณ 4,600 ล้านปีตั้งแต่สมัยกรีกโบราณ (ทวาย, 2527; ประเสริฐ, 2540) โดยยูริปิเดส (Euripides) ได้กล่าวถึงการพบหินสีดำแถบภูเขาไฟในเมืองแมกเนเซีย (Magnesia) โดยหินนี้มีคุณสมบัติสามารถดูดเศษเหล็กได้ และต่อมาได้มีการค้นพบว่าใจกลางของโลกมีแม่เหล็กขนาดใหญ่ฝังอยู่ โดยปรากฏมีขั้วเหนืออยู่แถบบริเวณใกล้เคียงกับขั้วโลกใต้ และมีขั้วใต้อยู่แถบบริเวณใกล้เคียงกับขั้วโลกเหนือทางภูมิศาสตร์ ซึ่งจะปล่อยสนาม

แม่เหล็กออกมาตลอดเวลา ดังนั้นจึงมีสนามแม่เหล็กกระจายไปทั่วโลกและบรรยากาศ (ทวาย, 2527; วิจิตร, ม.ป.ป. 2) จากการค้นพบในครั้งนี้นำไปสู่การค้นพบทฤษฎีแม่เหล็ก และกฎของแม่เหล็ก ซึ่งมีกฎอยู่ว่าแม่เหล็กที่มีขั้วเหมือนกันจะผลักกัน ส่วนขั้วต่างกันจะดูดกัน นอกจากนี้การเกิดสนามแม่เหล็กจะทำให้เกิดสนามไฟฟ้าพร้อมด้วยซึ่งเรียกว่าสนามแม่เหล็กไฟฟ้า และพบว่าสนามแม่เหล็กไฟฟ้าจะส่งผ่านในลักษณะคลื่น ซึ่งความเร็วจะเท่ากับความเร็วของแสง (ณรงค์, 2538)

มนุษย์ได้ใช้พลังแม่เหล็กโลกมาใช้ในการดูแลสุขภาพและใช้ในการบำบัดเยียวยาโรคมานานกว่า 1,000 ปีก่อนคริสตกาล เริ่มตั้งแต่สมัยอริสโตเติล (Aristotle) บิดาแห่งการแพทย์ได้กล่าวถึงการใช้แม่เหล็กรักษาโรคโดยกาเดิน (Garden) แพทย์ชาวกรีกได้นำผงแม่เหล็กมาต้มน้ำให้ผู้ป่วยใช้ดื่มเพื่อรักษาโรคโดยเรียกชื่อว่า หินของเฮอร์คิวลิส ซึ่งชาวโรมันเรียกว่า “แมกนิเซียม” ตามชื่อแหล่งกำเนิด ซึ่งต่อมากลายเป็นชื่อแมกเน็ต (magnet) รวมทั้งในสมัยพระนางเจ้าอลิซาเบธแห่งราชอาณาจักรอังกฤษได้ใช้แท่งแม่เหล็กที่เรียกว่าร็อกสโตน (rock stone) ใช้รักษาโรคจนแพร่หลายไปทั่วประเทศอังกฤษ ส่วนในอเมริกา นายแพทย์วินเซอร์ (Winsere) ได้ใช้แม่เหล็กที่เรียกว่า “ปลอกคอแม่เหล็ก” ซึ่งมีลักษณะคล้ายสายสร้อย ใช้รักษาโรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง อาการปวดศีรษะ และใช้ประสานกระดูกหักให้หายเร็วขึ้น (วิจิตร, ม.ป.ป. 2)

สำหรับบุคคลสำคัญที่ได้นำวิธีการบำบัดเยียวยาโรคด้วยแม่เหล็กมาเผยแพร่จนรู้จักทั่วทวีปยุโรปนั้น โดยในปี ค.ศ. 1734 ฟรานซ์ เมสเมอร์ (Franz Mesmer) ชาวสวิส เมสเมอร์มีแนวคิดว่าคลื่นแม่เหล็กจากจักรวาลจะถูกส่งมายังมนุษย์และกระตุ้นการทำงานของอวัยวะต่างๆ ของร่างกายให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพได้ หากปราศจากพลังงานนี้สุขภาพของคนเราก็เสื่อมโทรมทำให้เกิดโรคได้ เมสเมอร์เรียกทฤษฎีนี้ว่าทฤษฎีอ็เธอร์ และต่อมาเมสเมอร์ได้ประกาศทฤษฎีการบำบัดเยียวยาโรคด้วยพลังแม่เหล็กไฟฟ้าโดยไม่ต้องใช้แม่เหล็ก แต่ใช้มือของตนเองสัมผัสผู้ป่วยและส่งพลังเข้าสู่ตัวผู้ป่วยร่วมกับการนวดรักษาโรค และเรียกพลังนี้ว่า “พลังจักรวาล” หรือ “พลังงานแม่เหล็กของสัตว์” (animal magnetism) (กมลทิพย์, 2542; ปริญญาพร, 2542; วิจิตร, ม.ป.ป. 2) ต่อมาในปี ค.ศ. 1827 หลังจากเมสเมอร์ได้เสียชีวิต ได้มีนักฟิสิกส์สองท่าน ได้ทำการทดลองศึกษาการบำบัดเยียวยาโรคตามทฤษฎีแม่เหล็กของเมสเมอร์ และได้ปฏิเสธการบำบัดเยียวยาโรคด้วยแม่เหล็กอย่างสิ้นเชิง โดยสรุปว่าสนามแม่เหล็กไม่มีผลใดๆ ต่อร่างกายของมนุษย์เลย ซึ่งหลังจากการประกาศผลการทดลองไปแล้ว ทำให้การบำบัดเยียวยาและการวิจัยทางด้านแม่เหล็กลดลง (กมลทิพย์, 2542; วิจิตร, ม.ป.ป. 2) จนกระทั่งในปี ค.ศ. 1935 ได้มีการค้นพบว่าสนามแม่เหล็กโลกมีผลต่อความดันโลหิตและมีความสัมพันธ์กับอัตราการตายของมนุษย์ ในช่วงนั้นจึงได้มี

การศึกษาวิจัยเรื่องแม่เหล็กอย่างจริงจังโดยในประเทศญี่ปุ่นได้มีการศึกษาผลของแม่เหล็กที่มีผลต่อพืชและสัตว์ต่างๆ อย่างกว้างขวางมากยิ่งขึ้น (วิจิตร, ม.ป.ป. 2)

ดังนั้นพลังแม่เหล็กโลกจึงเป็นพลังจักรวาลรูปหนึ่งซึ่งมีคุณสมบัติเป็นแม่เหล็กและได้มีการนำมาใช้ในการดูแลสุขภาพมาตั้งแต่สมัยโบราณ จากการศึกษาค้นคว้าในปัจจุบันเป็นที่ยอมรับแล้วว่าร่างกายของมนุษย์ประกอบด้วยเซลล์นับล้านๆ เซลล์ และมีคุณสมบัติเป็นเซลล์ไฟฟ้าจึงมีสนามแม่เหล็กไฟฟ้ากระจายทั่วร่างกาย (bioelectromagnetics) จึงสามารถรับพลังแม่เหล็กเข้าสู่ร่างกายได้ตามกฎของแม่เหล็ก (วิจิตร, ม.ป.ป. 1) แต่จากการทบทวนเอกสารและบทความที่เกี่ยวข้องพบว่า ปัจจุบันไม่ได้กล่าวถึงการนำพลังแม่เหล็กมาใช้ในการรักษาโรคด้วยพลังจักรวาล

## 2. พลังคอสมิก

พลังคอสมิกเป็นพลังจักรวาลรูปแบบหนึ่งที่ได้จากรังสีคอสมิก ซึ่งเกิดจากการเปล่งแสงของดวงอาทิตย์ในแต่ละกาแลคซี สะสมอยู่ในโลกเป็นเวลานานนับล้านๆ ปี จนถึงดวงอาทิตย์ในปัจจุบัน และพื้นโลกได้เก็บสะสมพลังคอสมิกไว้และอยู่ในบรรยากาศของสนามแม่เหล็กโลกซึ่งพลังคอสมิกพบได้ 2 รูปแบบคือ (ประกิจ, 2544)

1. พลังงานสะสม หรือ primary cosmic เป็นพลังงานคอสมิกที่เกิดจากการสะสมแสงจากดวงอาทิตย์ไว้ในห้วงอวกาศ ซึ่งจะส่งพลังงานสะท้อนลงมายังโลกเป็นลักษณะของพลังงานที่ส่องตรงมาตั้งฉากกับศีรษะและสะสมอยู่ในโลก ในหิน ในต้นไม้ใหญ่ๆ ร่างกายสามารถดูดซับได้ตลอดเวลาแม้ในช่วงเวลากลางคืน โดยการใช้พลังสมาธิกำหนดจิตดึงพลังงานชนิดนี้จากห้วงอวกาศ ลงสู่ร่างกาย

2. พลังงานตรง หรือ secondary cosmic เป็นพลังงานคอสมิกจากดวงอาทิตย์ดวงปัจจุบันที่ส่องตรงมายังโลกซึ่งถ้ามองด้วยตาเปล่าจะเห็นเพียงแสงสว่าง แต่ถ้ารวมแสงด้วยเลนส์นูนและส่องลำแสงที่เกิดขึ้นไปยังวัตถุจะเกิดความร้อนสูงและเกิดเปลวไฟได้ และถ้าแยกด้วยปริซึมให้เกิดการหักเหของแสงจะพบเป็นแสง 7 สีหรือสีรุ้ง พลังสีเหล่านี้มีอำนาจการสั่นสะเทือนไม่เท่ากันทำให้สามารถเลือกใช้สีต่างๆ ให้เหมาะสมกับการนำมาบำบัดเยียวยาโรคได้

เนื่องจากพลังงานตรงเป็นพลังที่ได้มาจากดวงอาทิตย์ที่ส่องลงมายังโลกจึงมีเฉพาะในเวลากลางวันและลำแสงจะเอนเอียงไปตามตำแหน่งของดวงอาทิตย์ ฉะนั้นความเข้มของแสงจึงไม่เท่ากัน ความเข้มของแสงในเวลาเที่ยงวันจะมากกว่าความเข้มของแสงในเวลาเช้าหรือเย็น ด้วยเหตุนี้ลำแสงคอสมิกที่นำมาใช้รักษาโรคจึงนิยมรักษาในเวลากลางวันมากกว่าเวลากลางคืน เพราะในเวลากลางวันจะได้แสงทั้งสองอย่างแต่ในเวลากลางคืนจะได้เฉพาะแสงแบบ primary

cosmic เท่านั้น แต่ถ้าจำเป็นต้องรักษาเวลากลางคืนสามารถดึงพลังจากอีกฟากหนึ่งของโลกมาใช้ได้เช่นกัน หรือสามารถดึงพลังงาน primary cosmic ในห้วงอวกาศลงมาใช้ได้

ดังนั้นพลังคอสมิก จึงเป็นพลังจักรวาลอีกรูปแบบหนึ่งซึ่งอยู่ในรูปของรังสีคอสมิก ซึ่งเกิดจากการเปล่งแสงของดวงอาทิตย์อยู่ตลอดเวลาทั้งกลางวันและกลางคืน เป็นพลังงานความร้อนที่สัมผัสได้ และมีสีต่างๆ สามารถนำมาใช้ในการดูแลสุขภาพได้

### 3. พลังปราณ

พลังปราณ (prana) เป็นพลังจักรวาลที่รู้จักมานานตั้งแต่โบราณเช่นกัน ซึ่งมีความหมายตรงกันในภาษาต่างๆ คือ ภาษากรีกเรียกว่า นิพมา (pneuma) ภาษาโปลิเซียน เรียกว่า มานะ (mana) ภาษาฮีบรู เรียกว่า รูฮา (ruah) ซึ่งหมายถึงลมหายใจแห่งชีวิต พลังปราณจึงเป็นพลังอำนาจของลมที่ช่วยหล่อเลี้ยงชีวิตให้กับสิ่งมีชีวิตบนพื้นโลก ซึ่งมีแหล่งที่มา 3 แหล่งด้วยกัน คือ (จ้าว ก๊อก สู้ย, 2544; นพพนธ์, 2540; วิจิตร, ม.ป.ป. 2)

1. สุริยะปราณ (solar prana) คือปราณที่เกิดจากแสงอาทิตย์ซึ่งทำหน้าที่ช่วยเสริมความแข็งแรงให้แก่ทุกส่วนของร่างกาย และส่งเสริมให้มีสุขภาพอนามัยที่ดี ร่างกายสามารถรับสุริยะปราณได้จากแสงแดดหรือการอาบแดด และจากการดื่มน้ำที่มีอยู่ในที่ที่ดวงอาทิตย์ส่องถึง

2. อากาศปราณ (air prana or ozone prana) คือปราณที่มีอยู่ในอากาศและปราณที่อยู่ในร่างกาย โดยปอดจะทำหน้าที่ดูดซับเอาอากาศปราณเข้าไปโดยการหายใจ และศูนย์พลังภายในร่างกายที่เรียกว่าจักระจะดูดซับอากาศปราณเข้าไปโดยตรง การหายใจช้าๆ ลึกๆ จะสามารถดูดซับเอาอากาศปราณเข้าปอดได้มากกว่าการหายใจเร็วๆ หรือตื้นๆ นอกจากนี้อากาศปราณยังสามารถดูดซับได้โดยอวัยวะรูขุมขนที่ผิวหนังของคนที่ได้รับการฝึกหรือการออกกำลังกาย

3. ปฐพีปราณ (ground prana) คือปราณที่อยู่ในพื้นดิน และร่างกายสามารถดูดซับโดยอัตโนมัติด้วยการเดินด้วยเท้าเปล่า

นอกจากนี้ น้ำจะดูดซับเอาปราณจากแสงแดด อากาศ และพื้นดินที่น้ำมีส่วนเกี่ยวข้องสัมพันธ์ด้วย พืชและต้นไม้จะดูดซับเอาปราณจากแสงแดด อากาศ น้ำ และพื้นดิน ต้นไม้ใหญ่จะคายปราณที่เป็นส่วนเกินออกมาจากลำต้นและใบ มนุษย์ได้รับพลังปราณจากแสงแดด อากาศ พื้นดิน น้ำและอาหาร และพลังปราณยังสามารถถ่ายทอดจากบุคคลหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่ง โดยบุคคลที่มีพลังปราณมากจะทำให้คนใกล้เคียงมีชีวิตชีวาและกระปรี้กระเปร่าขึ้น ส่วนบุคคลที่มีพลังปราณน้อยจะดูดซับพลังปราณจากผู้อื่นหรือหลายๆ คนไว้โดยไม่ตั้งใจทำให้คนใกล้เคียงรู้สึกอ่อนเพลีย ต้นไม้ใหญ่ที่มีอายุมากๆ จะคายพลังปราณให้ผู้ที่อยู่รอบๆ ทำให้รู้สึกสดชื่น ซึ่งมนุษย์



สามารถดูดซับพลังปรมาณจากต้นไม้อื่นๆได้โดยผ่านทางฝ่ามือและฝ่าเท้า และมนุษย์ยังนำเอาพลังปรมาณมาจากอากาศที่เราหายใจเข้าไปอีกด้วย (ประภิจ, 2544; วิจิตร, ม.ป.ป. 2)

ดังนั้นพลังปรมาณจึงเป็นพลังจักรวาลที่สะสมอยู่ในลักษณะของสุริยะปรมาณ อากาศปรมาณ และปฐพีปรมาณ ซึ่งพลังปรมาณเกี่ยวข้องกับพลังจักรวาลคือ การนำพลังจักรวาลมาใช้ให้ได้ผลดีต้องมีการฝึกพลังปรมาณโดยการฝึกการหายใจแบบปรมาณ โดยการหายใจเข้าช้าๆ ลึกๆ เพื่อดึงพลังปรมาณเข้าสู่ร่างกาย กลั้นหายใจไว้ประมาณ 1 นาที จากนั้นค่อยๆ ผ่อนลมหายใจออกช้าๆ เพื่อขับของเสียออกจากร่างกาย ในการฝึกพลังปรมาณจิตต้องมีสมาธิจดจ่ออยู่กับการหายใจเข้าออก การเคลื่อนไหวตัวของลมภายในร่างกายจะทำให้มีพลังขับเคลื่อนขึ้น เมื่อใช้พลังจักรวาลในการบำบัดเยียวยาจะทำให้มีอำนาจในการขับเคลื่อนพลังจักรวาลไปยังทิศทางที่ต้องการได้

*พลังอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับการบำบัดเยียวยาพลังจักรวาล*

### 1. พลังสมาธิ

สมาธิ ตามความหมายของพจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลศัพท์ให้ความหมายว่าสมาธิ หมายถึง ความมีใจตั้งมั่น, ความตั้งมั่นแห่งจิต, การทำให้ใจสงบแน่วแน่ ไม่ฟุ้งซ่าน หรือการมีจิตกำหนดแน่วแน่อยู่ในสิ่งหนึ่งสิ่งใดโดยเฉพาะ (พระราชวรณฺณี, 2528) ซึ่งภาษาอังกฤษใช้คำว่า meditation หรือ intensive thinking หรือ condensed thought แปลว่า “จ่อจิต” หรือ focus (เจก, 2539) ซึ่งการตั้งมั่นแห่งจิตจะทำให้จิตเกิดพลัง ซึ่งเรียกว่า พลังสมาธิ

การทำสมาธิตามหลักพุทธศาสนามี 3 ระดับคือ (พระธรรมปิฎก, 2544)

1. ระดับขณิกสมาธิ คือสมาธิชั่วคราว จิตตั้งมั่นได้เพียงชั่วคราว แล้วมาเริ่มต้นใหม่อีกไม่สามารถทำติดต่อกันได้เป็นเวลานาน

2. ระดับอุปจารสมาธิ คือสมาธิที่ได้จากการฝึกขณิกสมาธิจนเกิดความชำนาญ จิตเริ่มมีอารมณ์ตั้งมั่นอยู่ได้หลายนาทีหรือนานเป็นชั่วโมงแต่ยังไม่ได้ทั้งวัน

3. ระดับอัปปนาสมาธิ คือสมาธิที่ตั้งมั่นสนิทแน่วแน่ได้เป็นเวลานานทั้งวัน ซึ่งต้องอาศัยการฝึกฝนต่อเนื่องกันสม่ำเสมอ

เมื่อจิตได้รับการฝึกกำหนดแน่วแน่อยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งโดยเฉพาะ จะทำให้จิตเป็นจิตที่มีคุณภาพและมีสมรรถภาพสูงสุดเกิดพลังอำนาจขึ้นมาเรียกว่า พลังสมาธิ มีลักษณะแข็งแรง ราบเรียบสงบซึ่ง ไสกระจ่าง นุ่มนวล มีพลังมาก ควรแก่งาน สามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้ดังนี้ (พระธรรมปิฎก, 2544)

1. ประโยชน์ที่เป็นจุดหมายหรืออุดมคติทางศาสนา คือเป็นส่วนสำคัญแห่งการปฏิบัติ เพื่อบรรลุจุดหมายสูงสุดอันได้แก่ ความหลุดพ้นจากกิเลสและทุกข์ทั้งปวง

2. ประโยชน์ในด้าน การสร้างความสามารถพิเศษเหนือสามัญวิสัยที่เป็นผลสำเร็จขั้นสูงทางจิต หรือที่เรียกว่าประโยชน์อภิญญา ทำให้เกิดฤทธิ์และอภิญญาชั้นโลกียอื่นๆ คือ ฤทธิ์พยากรณ์ ทายใจคนอื่นได้ ระลึกชาติได้ เป็นต้น

3. ประโยชน์ในด้านสุขภาพจิตและการพัฒนาบุคลิกภาพ คือทำให้เป็นคนมีจิตใจและมีบุคลิกที่เข้มแข็ง หนักแน่น มั่นคง สงบ เยือกเย็น สุขภาพ นิ่มนวล ผ่องใส กระฉับกระเฉง กระปรี้กระเปร่า เบิกบาน งามสง่า มีเมตตากรุณา มองดูรู้จักตนเองและผู้อื่นตามความเป็นจริง

4. ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้แก่ ช่วยทำให้จิตใจผ่อนคลาย ช่วยลดความเครียด เกิดความสงบ หายกระวนกระวาย เป็นเครื่องเสริมประสิทธิภาพในการทำงาน เพราะจิตที่เป็นสมาธิ แน่วแน่อยู่กับสิ่งที่กำลังกระทำ ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่วอกแวก ไม่เลื่อนลอย มีสติอยู่กับปัจจุบัน ย่อมทำให้เป็นคนรอบคอบ ไม่ประมาท ช่วยเสริมสุขภาพกายและใช้รักษาโรคได้ เนื่องจากร่างกายกับจิตใจอาศัยกันและมีอิทธิพลต่อกัน เมื่อกายไม่สบาย จิตใจก็ไม่อ่อนแอเศร้าหมองขุ่นมัว เมื่อเสียใจ ไม่มีกำลังใจ ก็ยิ่งทำให้โรคทรุดหนักลงไปอีก ส่วนผู้ที่มีจิตใจเข้มแข็งสมบูรณ์ โดยเฉพาะผู้ที่จิตหลุดพ้น เมื่อเจ็บป่วยก็อยู่เฉพาะกายเท่านั้น ส่วนจิตใจมีกำลังเข้มแข็งส่งผลให้อาการป่วยผ่อนคลายหายจากโรคได้ง่ายขึ้น หรือใช้พลังสมาธิระงับทุกข์เวทนาทางกายได้ ทำให้จิตใจผ่องใส เบิกบาน ช่วยให้ผิวพรรณผ่องใส สุขภาพดี ช่วยสร้างภูมิคุ้มกันต้านทานโรค

สำหรับงานวิจัยที่เกี่ยวกับพลังสมาธิที่ศึกษาถึงการนำไปใช้ในผู้ป่วยเรื้อรังเช่นจากการศึกษาของสเปกาและคณะ (Specia et al., 2000) ศึกษาถึงผลของการปฏิบัติสมาธิในผู้ป่วยมะเร็ง ซึ่งพบว่าผู้ป่วยมะเร็งที่ฝึกสมาธิจะมีระดับอารมณ์ ภาวะซึมเศร้า ความวิตกกังวล ความโกรธ และความสับสนลดลงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้ฝึกสมาธิ ในผู้ป่วยกลุ่มที่มีอาการระคายเคืองของลำไส้เมื่อมีการฝึกสมาธิทำอาการท้องอืดลดลง และเมื่อได้มีการฝึกสมาธิอย่างสม่ำเสมอจะช่วยลดอาการปวดและอาการแน่นท้องรวมทั้งทำให้เกิดการผ่อนคลายได้อีกด้วย (Keefer & Blanchard, 2001) นอกจากนี้การทดลองการปฏิบัติสมาธิแบบที.เอ็ม. (Transcendental Meditation, T.M.) ในแนวของมหาฤษี (Maharishi Ayurveda) พบว่าทำให้เซลล์มะเร็งลดลง (Sharma & Alexander อ้างตามสมพร, 2542) และพบว่าผู้ที่มีการปฏิบัติสมาธิอย่างสม่ำเสมอทำให้ปริมาณของเมลาโทนินเพิ่มขึ้น ซึ่งเมลาโทนินนี้เองมีหน้าที่ในบำบัดเยียวสุขภาพและการป้องกันโรค และในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดหัวใจหลังจากได้รับการปฏิบัติสมาธิแบบที.เอ็ม. ทำให้มีความทนในการทำกิจกรรมเพิ่มขึ้น (Zamarra et al., 1996) นอกจากนี้การฝึกสมาธิยังมีผลต่อการลดความเครียด ซึ่งแอสติน

(Astin, 1997) ได้ศึกษาถึงการลดความเครียดด้วยการฝึกสมาธิโดยการกำหนดสติ ซึ่งพบว่ากลุ่มที่ฝึกสมาธิแบบกำหนดสติมีอาการเครียดลดลง

ดังนั้นในการนำพลังจักรวาลมาใช้ในการดูแลสุขภาพนั้น พลังสมาธิเป็นสิ่งสำคัญในการดึงพลังจักรวาลให้เข้าสู่ร่างกายทางช่องทางเดินของพลังในร่างกายหรือที่เรียกว่าจักระ เมื่อกำหนดจิตแน่วแน่ในการดึงพลังจักรวาลเข้าสู่ร่างกาย จึงสามารถดึงดูดพลังจักรวาลให้เข้าสู่ร่างกายนำมาใช้ในการบำรุงเซลล์ต่างๆ ภายในร่างกาย (Luong Minh Dang, 2001) ซึ่งในการนำพลังจักรวาลมาใช้ให้ได้ผลอย่างเต็มที่นั้น มีพลังที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งที่เกี่ยวข้อง คือพลังกรรม โดยรายละเอียดจะได้กล่าวต่อไป

## 2. พลังกรรม

ตามหลักคำสอนของพุทธศาสนา กรรม เป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการปฏิบัติสมุปบาท หรืออิทัปปัจจยตา และมีการให้ผลของกรรมที่เรียกว่า กฎแห่งกรรม ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้ (พระธรรมปิฎก, 2544)

### 2.1 กระบวนการปฏิบัติสมุปบาท หรือ อิทัปปัจจยตา

ปฏิบัติสมุปบาทมีชื่อเรียกอีกอย่างหนึ่งว่าอิทัปปัจจยตา ตามพจนานุกรมพุทธศาสนานับประมวลศัพท์ได้ให้ความหมายไว้ว่า "สภาพอาศัยปัจจัยเกิดขึ้น, การที่สิ่งทั้งหลายอาศัยกันจึงเกิดขึ้น, การที่ทุกข์เกิดขึ้นเพราะอาศัยปัจจัยต่อเนื่องกันมา" (พระราชาวงมุนี, 2528) ซึ่งหมายถึงขบวนการอธิบายการเกิดขึ้นและดับไปแห่งความทุกข์ หรือเป็นขบวนการอธิบายการเกิดขึ้นและสลายหรือดับไปของโลก หรืออาจจะเรียกว่าเป็นกระบวนการเกิดกระแสของกิเลส (คมกฤช, 2541)

ดังนั้นกระบวนการปฏิบัติสมุปบาท หรืออิทัปปัจจยตา จึงเป็นกฎธรรมชาติที่พึงพึงอาศัยซึ่งกันและกัน มองถึงความเป็นจริงที่เกิดขึ้น คือเมื่อสิ่งนี้เกิดขึ้น จึงมีสิ่งนี้ตามมา โดยมีองค์ประกอบที่สำคัญ 12 ข้อ คือ (พระธรรมปิฎก, 2544)

1. อวิชชา คือ ความไม่รู้ ไม่รู้ตามเป็นจริง การไม่ใช้ปัญญา ไม่มีสติ สัมปชัญญะ
2. สังขาร คือ ความคิดปรุงแต่ง เจตน์จำนง จิตนิสัย และทุกสิ่งที่เกิดได้สังสมอบรมไว้
3. วิญญาณ คือ ความรู้ต่อโลกภายนอก ต่อเรื่องราวในจิตใจ
4. นามรูป คือ องค์ประกอบของชีวิตทั้งกายและใจ
5. สฬายตนะ สื่อแห่งการรับรู้ คือ หู ตา จมูก ลิ้น กาย ใจ
6. ผัสสะ คือ การรับรู้ การติดต่อกับโลกภายนอก การประสบอารมณ์

7. เวทนา คือ ความรู้สึก สุข ทุกข์ สบาย ไม่สบาย หรือเฉยๆ
8. ตัณหา คือ ความอยาก อยากได้ อยากมี อยากเป็น อยากคงอยู่ตลอดไป
9. อุปาทาน คือ ความยึดติดถือมั่น ความผูกพันถือค้ำไว้ในใจ ใฝ่นิยมเทิดค่า การถือรวมเข้ากับตัว
10. ภพ คือ ภาวะชีวิตที่เป็นอยู่ เป็นบุคลิกภาพ กระบวนการเกิดพฤติกรรมทั้งหมดของบุคคล
11. ชาติ คือ การเกิดมีตัวที่คอยออกรู้ออกรับ เป็นผู้อยู่ในภาวะชีวิตนั้น เป็นเจ้าของบทบาทความเป็นอยู่เป็นไปนั้นๆ
12. ชรามรณะ คือ การประสบความเสื่อมความไม่มั่นคง ความสูญเสียบสิ้นแห่งการที่ตัวได้อยู่ครอบครองภาวะชีวิตนั้นๆ โสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส อุปายาส คือ อาการหรือรูปต่างๆ ของความทุกข์ที่ค้ำค้ำงหมักหมม กัดดันอันอยู่ภายในซึ่งคอยระบายออกมา เป็นทั้งปัญหาและปมก่อปัญหาต่อไป

ซึ่งองค์ประกอบทั้ง 12 อย่าง มีความสัมพันธ์กันคือ

1. อวิชชาเป็นปัจจัยของสังขาร เพราะความไม่รู้จริง ไม่เข้าใจชัดเจน หรือไม่ใช้ปัญญาพินิจ พิจารณาในขณะที่ประสบเหตุการณ์นั้นๆ จึงคิดปรุงแต่งไปเองต่างๆ นานา ตามที่คิดมุ่งมั่นตั้งใจตามความเชื่อ ตามนิสัยของตนที่สั่งสมไว้
2. สังขารเป็นปัจจัยแก่วิญญาณ เมื่อเจตนาคิดมุ่งหมายตั้งใจ จึงเกิดมีวิญญาณ คือ เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น รู้รส รู้สัมผัส รู้คิด และปรุงแต่งไม่รู้จักจบสิ้น
3. วิญญาณเป็นปัจจัยแก่นามรูป เมื่อวิญญาณได้รู้เห็นได้ยินก็ต้องมีรูปธรรม และนามธรรมที่ถูกรู้ถูกเห็นอยู่พร้อมกัน วิญญาณขณะนั้นถูกปรุงแต่งอย่างไร นามธรรมและรูปธรรมทั้งหลายก็จะแสดงออกมาเป็นทำนองนั้น เช่น เมื่อวิญญาณประกอบด้วยสังขารจำพวกโกรธเป็นตัวปรุงแต่ง สัญญาที่ออกมาเกี่ยวกับถ้อยคำที่หยาบคายรุนแรง รูปธรรมหน้าตาจะบูดเบี้ยว เวทนามก็ความรู้สึกบีบคั้นเป็นทุกข์เป็นต้น เมื่อวิญญาณเป็นไปในสภาพใดซ้ำบ่อยๆ นามธรรมและรูปธรรมที่เกิดดับ ก็เกิดการสืบต่อเป็นลักษณะภายในเฉพาะตัวบุคคลที่เรียกว่าบุคลิกภาพอย่างนั้น
4. นามรูปเป็นปัจจัยแก่สฬายตนะ เมื่อนามรูปตื่นตัว ทำงานพร้อมอยู่ในรูปแบบลักษณะหรือท่าทางอย่างใดอย่างหนึ่งนั้น จำต้องอาศัยอายตนะต่างๆ เป็นสื่อหรือเป็นช่องทางดำเนินพฤติกรรม อายตนะนั้นก็จะถูกปลุกเร้าให้ทำหน้าที่
5. สฬายตนะเป็นปัจจัยแก่ผัสสะ เมื่ออายตนะต่างๆ มีผัสสะ การรับรู้อารมณ์ด้านต่างๆ เหล่านั้นจึงมีได้ เมื่ออายตนะใดทำหน้าที่ ก็มีผัสสะคือรับรู้อารมณ์โดยอาศัยอายตนะนั้นได้

6. ผัสสะเป็นปัจจัยแก่เวทนา เมื่อมีการรับรู้อารมณ์แล้ว ก็ต้องมีความรู้สึกที่เป็นเวทนาอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น ไม่สุขสบายก็ทุกข์ไม่สบาย หรือไม่ก็เฉยๆ

7. เวทนาเป็นปัจจัยแก่ตัณหา เมื่อรับรู้อารมณ์ใดๆ ได้รับความสุขสบายก็ติดใจอยากได้อารมณ์นั้น เกิดเป็นกายตัณหาอยากคงอยู่เข้าไปครอบครอง เวทนาจากอารมณ์นั้นเกิดเป็นภวตัณหา ถ้ารับรู้อารมณ์ใดเกิดความทุกข์บีบคั้นไม่สบายก็เกลียดชัง อยากกำจัดให้สูญหาย เกิดเป็นวิภวตัณหา ถ้ารู้สึกเฉยๆ เรื่อยๆ เพลินๆ อยู่ในโมหะและติดได้อย่างเป็นสุขเวทนาอ่อนๆ พร้อมทั้งจะขยายออกเป็นความอยากได้สุขเวทนาต่อไป

8. ตัณหาเป็นปัจจัยแก่อุปทาน เมื่อความอยากนั้นแรงขึ้น ก็กลายเป็นยึดติด เอาตัวไปผูกติดเหมือนเป็นสิ่งเดียวกับมัน เมื่อมีสิ่งใดมากระทบตัวมันก็กระทบถึงเราด้วย

9. อุปทานเป็นปัจจัยแก่ภพ เมื่อมีความยึดมั่นมีท่าทีต่อสิ่ง บุคคล หรือภาวะใด ภาวะหนึ่ง คนก็จะสร้างภพหรือภาวะชีวิตของเขาขึ้นตามความยึดถือหรือท่าทีนั้น ทั้งในด้านกระบวนการพฤติกรรมทั้งหมด (กรรมภพ) เริ่มตั้งแต่ความคิดหรือนิสัยของความคิดออกมา และในด้านบุคลิกภาพทั้งรูปธรรมและนามธรรมที่เป็นลักษณะหรือภาวะแห่งชีวิตของเขาในเวลานั้น (อุปบัติภพ)

10. ภพเป็นปัจจัยแก่ชาติ เมื่อเกิดมีภพที่จะเข้าอยู่เข้าครอบครองเฉพาะตัวแล้วก็ปรากฏตัวตนเป็นความรู้สึก ตระหนักชัดเจนที่จะเข้าไปครอบครอง โดยอาการถือหรือออกรับว่าเป็นเจ้าของภพ เป็นผู้แสวงผล เป็นผู้กระทำ เป็นผู้รับการกระทบกระแทก

11. ชาติเป็นปัจจัยแก่ชรามรณะ เมื่อเกิดมีตัวตนเข้าอยู่ครอบครองภพหรือภาวะชีวิตนั้นแล้ว การที่จะได้ประสบความเป็นไปทั้งในทางเสื่อมและทางเจริญในภพนั้น ก็ย่อมต้องมีขึ้นเป็นธรรมดา ทั้งนี้รวมไปถึงการที่จะเสื่อมถอยด้อยลงในภพนั้น การถูกกระทบกระเทือนและการสูญเสียหลุดหล่นออกจากภพนั้นด้วยโดยเฉพาะการที่ต้องคุกคามห่วงกังวลเกี่ยวกับการเสื่อมสูญจากภพนั้น และการที่ต้องคอยรักษาภพนั้นอยู่ตลอดเวลา ซึ่งนำมาซึ่ง โสกะ ปริเทวะ คือมีความทุกข์มาให้ตลอดเวลา

ตามที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า ปฏิจจสมุปบาทเป็นอำนาจสูงสุดของธรรมชาติที่คุ้มครองการเปลี่ยนแปลงทั้งสิ่งที่มีชีวิตและสิ่งที่ไม่มีชีวิต สรรพสิ่งทั้งปวงต้องแปรเปลี่ยนไปตามกระบวนการอิงอาศัยของเหตุปัจจัยตามกฎธรรมชาติ ซึ่งพระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้และประกาศสัจธรรมว่า กระบวนการอิงอาศัยเหตุปัจจัยจากองค์ประกอบ 12 ข้อ 11 อาการ ก็คือทุกข์สังขที่มนุษย์กำลังเผชิญอยู่ทุกคน (สิริวิณ, 2547) ซึ่งเน้นกระบวนการดับทุกข์ โดยผ่านการดับของปัจจัยทั้ง 12

ปัจจัย เป็นการดับทุกข์ที่สวนกับกระบวนการเกิดทุกข์ (spontaneous reaction) (พระธรรมปิฎก, 2544; สิริวิฑูณ, 2547)

ดังนั้นปัจจัยสมุปปาท จึงเป็นแก่นแท้ของกฎธรรมชาติ อันได้แก่ "ความมีสิ่งนี้เป็นปัจจัย สิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น" "ทุกสิ่งเป็นปัจจัยของการเกิดและการดับทุกข์ เมื่อปัจจัยการเกิดและการดับทุกข์มีต่อสิ่งใด สิ่งนั้นก็เกิดขึ้นหรือมีอยู่ เมื่อไม่มีปัจจัยแก่สิ่งใด สิ่งนั้นก็ไม่มีอยู่หรือดับ" (พระธรรมปิฎก, 2544) เมื่อผู้ป่วยเรื้อรังได้เข้าใจในการเกิดขึ้นและดับไปของธรรมชาติ เข้าใจเหตุและปัจจัยของการเกิดทุกข์ และการขจัดเหตุแห่งทุกข์ ผลที่ตามมาคือทำให้ผู้ป่วยหลุดพ้นจากความทุกข์ทรมานจากการเป็นโรค ได้นำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตรประจำวัน และเข้าใจในกระบวนการธรรมชาติของการเจ็บป่วย ก็จะทำให้ผู้ป่วยเรื้อรังสามารถดำรงชีวิตได้อย่างปกติสุข

## 2.2 กฎแห่งกรรม

กรรม เป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการแห่งปัจจัยสมุปปาท ซึ่งแสดงถึงกระบวนการทำกรรมและการให้ผลของกรรมทั้งหมด ตั้งต้นจากกิเลสที่เป็นเหตุให้ทำกรรม จนถึงวิบากอันเป็นผลที่จะได้รับ คำว่า "กรรม" แปลตามศัพท์ว่า การงาน หรือการกระทำ ในทางธรรมหมายถึงการกระทำที่ประกอบด้วยเจตนา หรือการกระทำที่เป็นไปตามความตั้งใจ ถ้าเป็นการกระทำที่ไม่มีเจตนาก็ไม่เรียกว่าเป็นกรรม (พระธรรมปิฎก, 2542)

### ประเภทของกรรมตามกระบวนการแห่งปัจจัยสมุปปาท

กรรม 2 จำแนกตามคุณภาพหรือตามธรรมชาติที่เป็นมูลเหตุ แบ่งได้เป็น 2 อย่าง คือ (พระราชาธรรมุนี, 2528)

1. อกุศลกรรม กรรมที่เป็นอกุศล การกระทำที่ไม่ดี กรรมชั่ว หมายถึงการกระทำที่เกิดจากอกุศลคือ โสกะ โทสะ หรือ โมหะ

2. กุศลกรรม กรรมที่เป็นกุศล การกระทำที่ดีหรือกรรมดี หมายถึงการกระทำที่เกิดจากกุศลมูล คือ อโลภะ อโทสะ หรืออโมหะ

กรรม 3 จำแนกตามทวาร คือทางที่ทำกรรมหรือทางแสดงออกของกรรม จัดเป็น 3 อย่างคือ

1. กายกรรม กรรมทำด้วยกาย หรือการกระทำทางกาย
2. วจีกรรม กรรมทำด้วยวาจา หรือกระทำทางวาจา
3. มโนกรรม กรรมทำด้วยใจ หรือกระทำทางใจ

กรรม 12 จำแนกตามสภาพที่สัมพันธ์กับวิบากหรือการให้ผล จัดเป็น 3 หมวด 12 อย่างคือ

หมวดที่ 1 ว่าด้วยกิจ คือจำแนกตามหน้าที่ได้แก่

1. ชนกกรรม เป็นกรรมที่ก่อให้เกิด หรือกรรมที่เป็นตัวนำให้เกิด
2. อุบัติกัมภกกรรม เป็นกรรมสนับสนุน คือ เข้าสนับสนุนหรือซ้ำเติมต่อจาก

ชนกกรรม

3. อุปปีฬกกรรม เป็นกรรมบีบคั้น คือเข้ามาบีบคั้นผลแห่งชนกกรรมและอุบัติกัมภกกรรมนั้นให้แปรเปลี่ยนทุเลา เบาลง หรือสิ้นเข้า

4. อุปฆาตกกรรม เป็นกรรมตัดรอน คือกรรมแรงฝ่ายตรงข้ามที่เข้าตัดรอนการให้ผลของกรรม 2 นั้นให้ขาดหรือหยุดไปที่เดียว

หมวดที่ 2 ว่าโดยปากทานปริยาย คือจำแนกตามลำดับความแรงในการให้ผล

1. ครุกกรรม เป็นกรรมหนักให้ผลก่อน
2. พหุลกรรม หรืออาจิณณกรรม เป็นกรรมที่ทำจนเคยชิน หรือเป็นกรรมที่ทำมากทำสม่ำเสมอ กรรมนี้จะให้ผลยั่งยืนมาก

3. อาสันนกรรม เป็นกรรมที่บุคคลทำเมื่อจวนสิ้นชีวิต มีอานุภาพให้บุคคลไปสู่สุคติหรือทุคติได้ ถ้าเขาหวังเอากรรมนั้นเป็นอารมณ์เมื่อจวนตาย และถ้าไม่มีกรรมทั้งสองข้อที่กล่าวมาก็จะให้ผลก่อน

4. กตัตตากรม หรือ กตัตตาวาปนกรรม เป็นกรรมสักแต่ว่าทำ คือทำโดยไม่เจตนา ให้ผลต่อเมื่อไม่มีกรรมอื่นให้ผล

หมวดที่ 3 ว่าโดยปากกาล (กรรมจัดตามเวลาที่ให้ผล)

1. ทิฏฐธรรมเวทนียกรรม เป็นกรรมที่ให้ผลในปัจจุบัน
2. อุปัชชเวทนียกรรม เป็นกรรมที่ให้ผลในชาติต่อไปที่จะไปเกิดถัดจากชาติปัจจุบัน

3. อปรာปริยเวทนียกรรม เป็นกรรมที่ให้ผลหลังจากอุปัชชเวทนียกรรม คือให้ผลเรื่อยไป สบโอกาสเมื่อใดให้ผลเมื่อนั้น หรือกรรมให้ผลในชาติต่อไป

4. อโหสิกรรม เป็นกรรมที่ไม่ให้ผล เลิกแล้วต่อกัน

ประเภทของกรรมนอกจากแบ่งตามกระบวนการแห่งปฏิจัสมุพบาทแล้วยังมีประเภทของกรรมตามนัยแห่งจุฬามิวังคสูตร และประเภทของกรรมตามนัยแห่งมหากัมมิวังคสูตร ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

*ประเภทของกรรมตามนัยแห่งจุฬามณีวิงคสูตร*

ในจุฬามณีวิงคสูตรมีขณิกาย อุประิปัญญาสกี พระพุทธเจ้าทรงแสดง ปสุกมานพถึงเหตุที่บุคคลและสัตว์ทั้งหลายแตกต่างกันเพราะกรรมของตนดังนี้ (พระธรรมปิฎก, 2544)

1. บุคคลบางคน มีปกติฆ่าสัตว์ มีใจทารุณโหดร้าย เมื่อสิ้นชีพย่อมตกนรก เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ก็เป็นผู้มีอายุสั้น
2. บุคคลบางคน มีปกติเว้นจากการฆ่าสัตว์ มีใจเอ็นดูกรุณาต่อสัตว์ เมื่อสิ้นชีพย่อมไปสวรรค์ เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ก็เป็นผู้มีอายุยืน
3. บุคคลบางคน ชอบเบียดเบียนสัตว์ให้เดือดร้อนลำบากเมื่อสิ้นชีพย่อมตกนรก เมื่อเกิดมาเป็นมนุษย์ก็เป็นผู้มีโรคมาก
4. บุคคลบางคน ไม่ชอบเบียดเบียนสัตว์ เมื่อสิ้นชีพย่อมไปสวรรค์ เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ก็เป็นผู้มีโรคน้อย
5. บุคคลบางคน มักโกรธ มากไปด้วยความแค้นใจ เมื่อสิ้นชีพย่อมไปนรก เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ย่อมเป็นผู้มีผิวพรรณทราม คือผิวไม่สวย
6. บุคคลบางคน มักไม่โกรธ ไม่มากไปด้วยความแค้นใจ ไม่ด่าตอบ ไม่โกรธ ไม่พยายาม มีใจอ่อนโยน ไม่กระด้าง เมื่อสิ้นชีพย่อมไปสวรรค์ เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ ก็เป็นผู้มีรูปร่าง ผิวพรรณงาม น่าดู น่าเลื่อมใส
7. บุคคลบางคน มีใจมักริษยาเขา มีใจคิดประทุษร้ายเขา อยากให้สมบัติของเขาพินาศ เมื่อสิ้นชีพย่อมตกนรก เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ ก็เป็นผู้มีศักดิ์น้อย วาสนาน้อย
8. บุคคลบางคน ไม่ริษยาเขาในลาภ สักการะ ความนับถือ ไม่คิดประทุษร้ายเขา ไม่อยากให้สมบัติเขาพินาศ เมื่อสิ้นชีพย่อมไปสวรรค์ เมื่อเกิดมาเป็นมนุษย์ก็เป็นผู้มีศักดิ์สูง
9. บุคคลบางคน ตระหนี่เหนียวแน่น ไม่ให้ทานไม่สงเคราะห์คนที่ควรสงเคราะห์ เมื่อสิ้นชีพย่อมตกนรก เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ ย่อมเป็นผู้ยากจน มีโรคะน้อย มีสมบัติน้อย
10. บุคคลบางคน เป็นผู้มใจเสียสละ ชอบให้ทานสงเคราะห์ เมื่อสิ้นชีพย่อมไปสวรรค์ เมื่อเกิดเป็นมนุษย์ ก็เป็นผู้มั่งคั่งพร้อมไปด้วยโภคสมบัติ
11. บุคคลบางคน ถือตัวจัด กระด้าง ไม่เคารพผู้ควรเคารพ เมื่อสิ้นชีพ ย่อมตกนรก เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ก็เกิดในตระกูลต่ำ
12. บุคคลบางคน ไม่กระด้าง ไม่ถือตัวจัด เคารพคนที่ควรเคารพ เมื่อสิ้นชีพย่อมไปสวรรค์ เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ก็เกิดในตระกูลสูง



13. บุคคลบางคน ไม่ชอบสอบถามความสงสัยของตนกับท่านผู้รู้ ผู้ฉลาด ไม่ได้ถามว่าอะไรเป็นกุศล อกุศล อะไรควรประพฤติ อะไรไม่ควรประพฤติ อะไรมีโทษ อะไรไม่มีโทษ เมื่อสิ้นชีพ ย่อมตกนรก เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ก็เป็นผู้โง่เขลา

14. บุคคลบางคน มีนิสัยชอบถามท่านผู้รู้ หมั่นเข้าหาท่านผู้รู้ เมื่อสิ้นชีพย่อมไปสวรรค์ เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ก็เป็นผู้ฉลาดรอบรู้แหลมคม มีปัญญามาก

ตามนัยแห่งพระสูตรนี้แสดงให้เห็นว่า บุคคลสั่งสมกรรมอย่างไร ย่อมได้รับผลแห่งกรรมนั้นของตน ประกอบกรรมอันนำไปสู่ความเป็นอย่างไร ย่อมได้รับความเป็นอย่างไรนั้น สรุปลงในหลัก สั้น ๆ ที่ว่า “ทำดี ได้ผลตอบแทนดี ทำชั่ว ได้รับผลชั่ว”

*ประเภทของกรรมตามนัยแห่งมหากัมมวิภังคสูตร*

พระพุทธเจ้าทรงจำแนกบุคคลเป็น 4 ประเภท โดยสัมพันธ์กับการให้ผลของกรรม คือ (พระธรรมปิฎก, 2542)

1. ผู้ทำชั่วทั้งทางกาย วาจา ใจ ตายไปแล้วไปตกนรกก็มี ทั้งนี้เพราะบุคคลพวกนี้ ได้ทำกรรมชั่วต่อเนื่องกันมาตั้งแต่อดีตชาติจนถึงปัจจุบัน

2. ผู้ทำชั่วทั้งทางกาย วาจา ใจ ตายแล้วไปสวรรค์ก็มี เพราะบุคคลพวกนี้ทำกุศลกรรมไว้มากในชาติก่อน ๆ กุศลกรรมนั้นยังมีแรงให้ผลอยู่ ส่วนกรรมชั่วที่เขาทำใหม่ ยังไม่ทันให้ผล

3. ผู้ทำสุจริตทั้งทางกาย วาจา ใจ เมื่อสิ้นชีพแล้วไปสวรรค์ก็มี เพราะคนพวกนี้ทำความดีติดต่อกันตั้งแต่อดีตชาติจนถึงปัจจุบัน

4. ผู้ทำความดีทางกาย วาจา ใจ ตายแล้วไปนรกก็มี เพราะคนพวกนี้ได้ทำความชั่วไว้มากในชาติก่อน ๆ อกุศลกรรมนั้นยังมีแรงให้ผลอยู่ กุศลกรรมที่เขาทำใหม่ยังไม่มีโอกาสให้ผล

นอกจากนี้ขณะจิตที่จวนตายยังมีส่วนประกอบอีก คือในขณะที่จวนจะตายถ้าจิตของผู้ใดยึดมั่นอยู่ในกุศลกรรมผู้นั้นย่อมไปสู่สุคติสวรรค์ก่อน ขณะเดียวกันจิตของผู้ใดยึดมั่นอยู่ในอกุศลกรรม ผู้นั้นย่อมไปนรกก่อนตามอิทธิพลของอสังขนกรรม

*การหยุดให้ผลของกรรม*

กรรมจะหยุดให้ผลด้วยเหตุ 3 ประการ คือ (พระธรรมปิฎก, 2542)

1. หหมดแรง คือให้ผลจนสมควรแก่เหตุแล้ว คือ โดยปกติธรรมดากรรมจะให้ผลจนหมดแรง นอกจากเวลาที่กำลังให้ผลอยู่นั้นบุคคลนั้นทำความชั่วเพิ่มมากขึ้น กรรมก็จะให้ผลรุนแรงมากขึ้น ถ้าเขาทำความดีมากขึ้นผลชั่วก็จะเปลือง ในขณะที่ยังกรรมดีกำลังให้ผลถ้าเขาทำความดีมากขึ้นผลดีก็จะมีกำลังมากขึ้น ถ้าเขาทำกรรมชั่วในขณะที่นั้นผลของกรรมดีก็จะเปลือง

2. กรรมจะหยุดให้ผลเมื่อกรรมอื่นเข้ามาแทรกแซงเป็นครั้งคราว คือ กรรมดีจะหยุดให้ผลชั่วคราวเมื่อบุคคลนั้นทำกรรมชั่วแรงๆ เพื่อเปิดโอกาสให้กรรมชั่วอันมีกำลังเชี่ยวชาญกว่านั้นให้ผลก่อน ถ้าขณะที่กรรมชั่วกำลังให้ผลอยู่มันจะหยุดให้ผลชั่วคราว เมื่อบุคคลนั้นทำกรรมดีแรงๆ เพื่อเปิดโอกาสให้กรรมดีให้ผลก่อน

3. บุคคลผู้ทำกรรมได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ ตัดวิภวัญจะคือการเวียนว่าย ตาย เกิด ได้มีชีวิตอยู่เป็นชาติสุดท้ายไม่เกิดในภพใหม่อีก กรรมย่อมหมดโอกาสให้ผลอีกต่อไป

ดังนั้นจะเห็นได้ว่ามนุษย์เกิดมาด้วยพลังกรรมซึ่งพลังกรรมจำแนกบทบาทที่มีต่อชีวิตมนุษย์ได้ดังนี้ คือ (พระธรรมปิฎก, 2542; ศิยะ, ม.ป.ป.)

1. กรรมที่ทำให้เราเกิด หรือวิบากกรรม ผลกรรมต่างกันทำให้เกิดต่างกัน เช่น กรรมมักโกรธทำให้เกิดเป็นสัตว์นรก กรรมตระหนี่ทำให้เกิดเป็นเปรต กรรมขี้หวงโดยไม่มีสิทธิ์ทำให้เกิดเป็นสุนัข กรรมขี้เซาทำให้เกิดเป็นแมว กรรมขี้ขโมยทำให้เกิดเป็นหนู กรรมบ้าอำนาจทำให้เกิดเป็นสิงโต กรรมทำดีเอาหน้าทำให้เกิดเป็นช้าง กรรมชอบขัดแย้งอย่างไรจรรยาทำให้เกิดเป็นแรด กรรมข่มขี้ทำให้เกิดเป็นม้า กรรมหลอกเขากินทำให้เกิดเป็นวัวควาย กรรมพูดมากชอบตบตีฉินินทาทำให้เกิดเป็นนก กรรมรักสวยรักงามทรมานตนให้หุ่นดีทำให้เกิดเป็นกิ้งกวาง กรรมใช้ศีลพรตไปในทางที่ผิดทำให้เกิดเป็นงู กรรมเคร่งครัดในศีลทำให้เกิดเป็นคน กรรมที่มีใจหิโรตตปะทำให้เกิดเป็นเทวดา กรรมช่วยเหลือสังคมทำให้เกิดเป็นเทวดาชั้นสูง กรรมเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขาทำให้เกิดเป็นพรหม กรรมที่เจริญศีล สมาธิ ปัญญาและวิมุติสมบูรณ์ทำให้เป็นพระอริยะผู้ก้าวสู่ความไม่เกิดอีก เป็นต้น

2. กรรมตบแต่งขั้นห้า คือรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ซึ่งหมายถึงมนุษย์จะเกิดมามีรูปร่างหน้าตาบุคลิกภาพอย่างไร กรรมได้ก่อตัวเป็นโครงร่างแล้วเช่น กรรมฆ่าสัตว์ทำให้เป็นคนอายุสั้นและมีโรคมาก กรรมเล่นคาถาอาคมคุณไสยทำร้ายผู้อื่นทำให้มีจิตใจบ้าใ้ กรรมให้ทานอาหารจะทำให้มีร่างกายสมบูรณ์ระบบย่อยอาหารหรือการดูดซึมสารอาหารดี กรรมแกล้งให้อาหารไม่ดีหรือให้อย่างไม่เต็มใจจะทำให้ร่างกายไม่สมบูรณ์ระบบย่อยอาหารหรือดูดซับไม่ดี กรรมเสพกามมากทำให้ร่างกายอ่อนแอภูมิคุ้มกันต่ำ กรรมให้ทานดอกไม้จะทำให้ผิวพรรณงามมีกลิ่นตัวหอม กรรมเมตตาจะทำให้มีผิวพรรณผ่องใส จิตใจอิมเอิบ กรรมยินดีในการทำผิดของผู้อื่นทำให้ปวดศีรษะ เป็นต้น

3. กรรมในสิ่งแวดล้อมที่ประสบซึ่งมีบ่วงกรรมผูกพันอยู่ เช่น ในครอบครัวที่ทำงานภาวะบ้านเมือง สถานการณ์โลก ซึ่งคนที่เกิดมาร่วมภาวะการณ์เดียวกันในโลกยุคเดียวกัน

ส่วนใหญ่ล้วนเป็นผู้เคยมีกรรมร่วมกันมาในอดีตทั้งสิ้น จึงต้องมาเผชิญชะตากรรมเดียวกันแต่ในวิฤตเดียวกันแต่ละคนรับผลได้ไม่เหมือนกัน แต่ที่เหมือนกันก็ไม่เท่ากันตามแต่กรรมของใครของมัน

4. กรรมในปรากฏการณ์ชีวิตที่ต้องพบเมื่อถึงวาระหรือกรรมสนองตามวาระ ซึ่งมีทั้งที่ดีและไม่ดีตามที่เราได้ทำไว้ กรรมสนองตามวาระนั้นเรียกว่าเวรกรรม เช่น การดูหมิ่นผู้อื่นทำให้โง่เขลาไปบางขณะ ยามเจอคู่กรรมดีก็จะถูกชะตอยากเกือบคู่กัน ยามเจอคู่กรรมเลวก็เขม่นกัน เป็นต้น

เมื่อบุคคลกระทำการอย่างใดอย่างหนึ่งโดยมีเจตนาอย่างใดอย่างหนึ่งเป็นแรงขับเคลื่อนการกระทำนั้นๆ ที่เรียกว่า กรรม ทันทันทีที่มีกรรมใดกรรมหนึ่งเกิดขึ้นจะมีพลังดีพลังเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องทันทีคือ (ไชย, ม.ป.ป.)

1. พลังความตั้งใจ (deliberation) กรรมทั้งหลายนั้นมีเจตนาหรือความตั้งใจเป็นฐาน ความตั้งใจหรือเจตนาเป็นแรงขับเคลื่อนให้เกิดกรรม ทันทันทีที่ตั้งใจอย่างใดอย่างหนึ่งย่อมก่อให้เกิดสุขหรือทุกข์ได้ เช่นตั้งใจดีจะมีความสุขปรากฏ ตั้งใจชั่วร้ายจะมีความทุกข์ปรากฏ เป็นต้น

2. พลังของผลทันที (sudden result) เมื่อกระทำการตามความตั้งใจแล้วผลทันทีย่อมเกิดขึ้นทั้งผลที่เกิดขึ้นต่อผู้กระทำและผู้ถูกกระทำ เช่น เมื่อโกรธและหวังร้ายตั้งใจว่าทำให้ผู้อื่นเจ็บปวด ทันทันทีที่พูดไปผู้กระทำก็ทุกข์ตรมผู้ถูกกระทำก็เจ็บปวด หรือเมื่อเมตตาหวังดี และพูดจาให้กำลังใจ ทันทันทีที่กระทำออกไปผู้กระทำก็เป็นสุข ผู้ถูกกระทำก็ชื่นใจ เป็นต้น

3. พลังของผลต่อเนื่อง (consequent & side effect) ธรรมชาติของสิ่งต่างๆ มีอิทธิพลต่อเนื่องกันไม่สิ้นสุด ดังนั้นการกระทำใดการกระทำหนึ่งสามารถให้ผลที่ปรากฏทันทีแล้วยังสามารถให้ผลต่อเนื่องตามมาอีก เช่นเมื่อมีคนเมตตาและให้กำลังใจ คนผู้นั้นจะมีพลังใจ มีความสดชื่นเบิกบานเพิ่มขึ้น คนที่อยู่ใกล้ซิดก็จะได้ดูดซับพลังนั้นและแผ่ไปให้ผู้อื่นต่อเนื่องอีกเรื่อยๆ จนกว่าจะเจอเหตุอันเป็นอุปสรรค

4. พลังของผลสะท้อนกลับ (feedback) เมื่อผลการกระทำทั้งที่เกิดขึ้นโดยทันทีและที่ต่อเนื่องนั้นแพร่กระจายไปกระทบสิ่งใดก็ดี หรือไม่กระทบสิ่งใดก็ดี ในที่สุดย่อมวนหรือสะท้อนกลับมาหาผู้กระทำเสมอ

นอกจากนี้พลังกรรมเมื่อจำแนกตามพลังผลสะท้อนกลับ สามารถจำแนกได้ 4 ระดับด้วยกันคือ (ไชย, ม.ป.ป.)

1. กรรมที่สะท้อนผลทันทีและต่อเนื่องยาวนานถึงอนันต์ คือกรรมที่ทำต่อพระพุทธรูป เจ้า พระอรหันต์ พ่อแม่ และสังคัม กรรมที่ถูกดูดซับและสะท้อนผลออกมาเรื่อยๆ แต่ไม่ถึงอนันต์ถึงเพียงแค่เปลี่ยนโครงสร้างกรรมและชำระผลตกค้างหมดกรรมก็หมดผล ได้แก่กรรมที่ทำเป็นนิสัย

2. กรรมที่ถูกดูซ้ำไว้มากสั่งสมและสะท้อนออกมาตามศักยภาพของผู้สะท้อนคือ กรรมที่ทำตามหน้าที่แต่ทำด้วยวิธีที่ผิดเช่น พ่อแม่ ครูบาอาจารย์ เจ้านายที่ดูค่าลูกศิษย์หรือลูกน้อง

3. กรรมที่ทำเพราะความประมาทไม่ได้ตั้งใจ เช่นอุบัติเหตุทั้งหลาย กรรมเช่นนี้จะสะท้อนผลกลับเมื่อผู้กระทำตกอยู่ในภาวะประมาท

ในเรื่องของกรรมมีความสัมพันธ์กับการบำบัดเยียวยาด้วยพลังจักรวาลคือ กรรมที่เกิดจากการทำดีเป็นพลังบุญ กรรมที่เกิดจากการกระทำที่ไม่ดี เป็นพลังบาป กรรมจะส่งผลให้ได้ รับผลตามการกระทำของบุคคล อาจจะมาในรูปพลังบุญซึ่งช่วยหนุนนำให้เจอแต่สิ่งที่ดีในชีวิต (พระธรรมปิฎก, 2542) หรือมาในลักษณะเจ้ากรรมนายเวรหรือพลังแฝงที่จะมาบั่นทอนสุขภาพให้ เกิดโรคต่างๆ (สมศักดิ์, 2544) ดังนั้นการบำบัดเยียวยาด้วยพลังจักรวาล ผู้รับการบำบัดเยียวยาจำเป็นต้องทำกรรมดีโดยการหมั่นสร้างบุญกุศล รักษาศีลโดยการทำสมาธิ ภาวนา ทำจิตให้บริสุทธิ์ อุดมคติส่วนกุศลให้กับเจ้ากรรมนายเวรและขอขมาเจ้ากรรมนายเวรด้วย

จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่าพลังจักรวาลมีประโยชน์มากมายในการนำไปใช้ในการดูแลสุขภาพ ซึ่งนอกจากจะทำให้ร่างกายแข็งแรงและช่วยสร้างเสริมภูมิคุ้มกันแล้ว ยังช่วยในการบำบัดเยียวยาผู้ที่มีอาการเจ็บป่วยเรื้อรังได้อีกด้วย โดยกลไกการทำงานของพลังจักรวาลมีแนวคิด/ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องมากมายตั้งแต่พลังแม่เหล็กโลก พลังคอสมิค พลังปรมาณ พลังสมาธิ และเนื่องจากทุกสิ่งในจักรวาลอยู่ในกฎของธรรมชาติ ผลของการกระทำทุกอย่างที่มนุษย์ได้กระทำไปย่อมส่งผลย้อนกลับมายังผู้กระทำในรูปของพลังกรรม ในการนำพลังจักรวาลไปใช้ในการดูแลสุขภาพจึงต้องคำนึงถึงสิ่งที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น

#### *การดูแลสุขภาพแบบองค์รวมโดยใช้พลังจักรวาล*

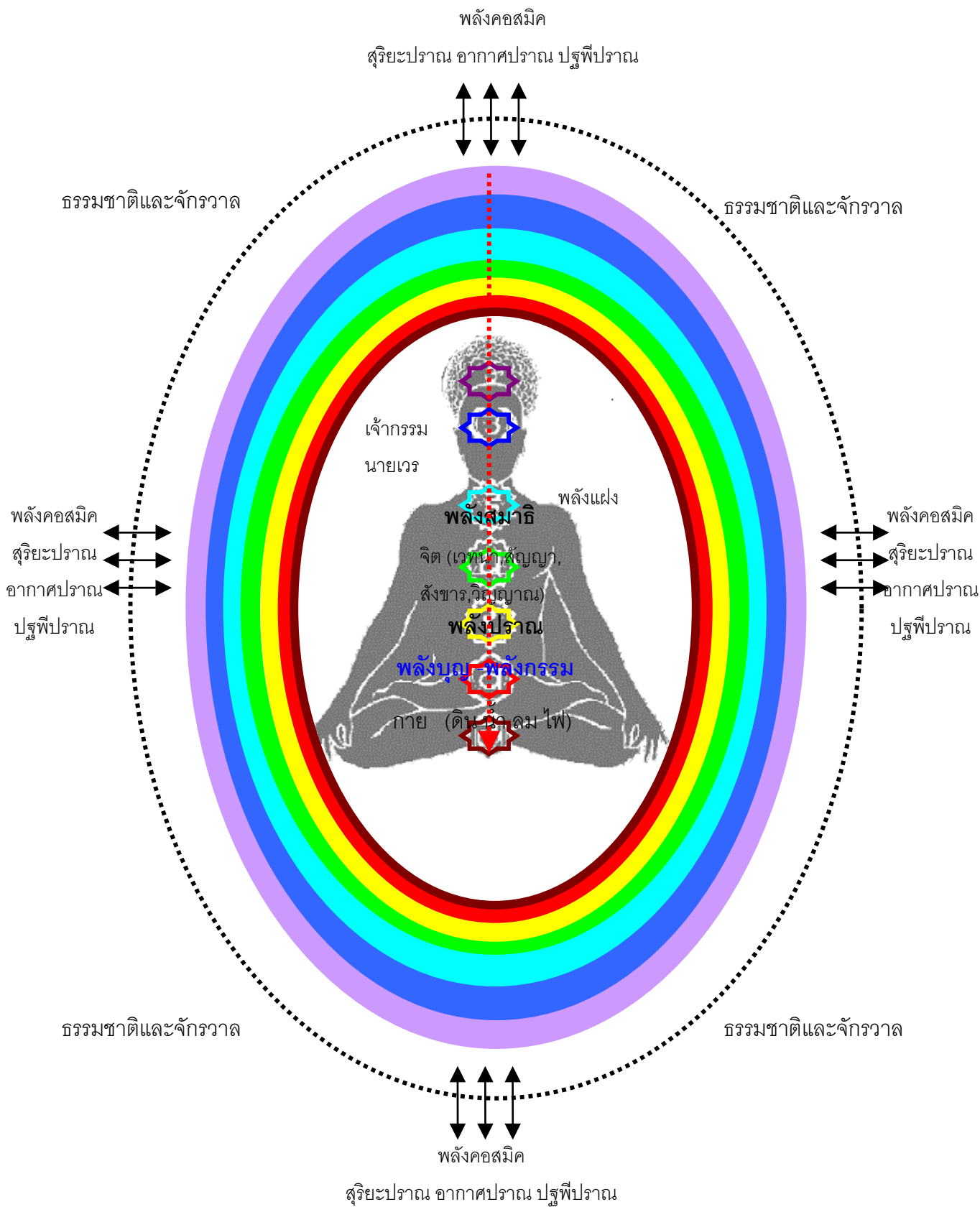
การดูแลสุขภาพแบบองค์รวมเกิดขึ้นมานานนับตั้งแต่สมัยอียิปต์โบราณ โดยนักปรัชญาและนักการแพทย์ที่มีชื่อเสียงสมัยนั้นคือ ฮิปโปเครติส (Hippocrates) ได้มีแนวคิดเกี่ยวกับการเจ็บป่วยว่า สิ่งแวดล้อมตามธรรมชาติเป็นสาเหตุของการเจ็บป่วย และเป็นสิ่งที่ใช้ในการบำบัดรักษาอาการเจ็บป่วยได้ (Griffin, 1993) มนุษย์จึงต้องมีการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมอยู่ตลอดเวลาเพื่อให้อยู่ในภาวะสมดุล (Blattner, 1981) และถ้าหากไม่สามารถปรับตัวได้ ก็จะทำให้เกิดภาวะเสียสมดุลทำให้เกิดการเจ็บป่วยได้ ส่วนคำว่า องค์รวม หรือ หน่วยรวม (holism) มาจากรากศัพท์ภาษากรีกว่า holos มีความหมายตรงกับภาษาอังกฤษว่า holism หรือ wholism ซึ่งตามรากศัพท์แล้วหมายถึง ครอบคลุม สมบูรณ์ ไม่สามารถแบ่งแยกได้ (Griffin, 1993) การดูแลสุขภาพแบบองค์รวม (Holistic Health) จึงหมายถึง การดูแลสุขภาพของคนทั้งคนที่ครอบคลุมทั้งด้านกาย จิต สังคม และจิต

วิญญาณ ไม่แยกออกจากกัน โดยมีจุดเน้นอยู่ที่การเยียวยา (Healing) ร่างกาย และจิตวิญญาณ (สมพร, 2542) เพื่อให้เชื่อมโยง สัมพันธ์ เป็นสิ่งเดียวกับธรรมชาติและจักรวาล

พลังจักรวาลเป็นการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมที่ใช้ปรัชญาการดูแลสุขภาพแบบภูมิปัญญาตะวันออก ซึ่งเน้นการดูแลความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อมหรือจักรวาล โดยตามหลักปรัชญาพุทธมองมนุษย์ประกอบด้วยชั้น 5 คือ กาย (รูป) และจิต (นาม) ไม่สามารถแยกออกจากกันได้ ซึ่งกาย (รูป) ประกอบด้วยธาตุ 4 หรือปฐธาตุ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม และธาตุไฟ ส่วนจิต (นาม) ประกอบด้วย เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ (พระธรรมปิฎก, 2542) โดยมีพลังในร่างกายในรูปของ พลังปราณ พลังบุญ พลังกรรม และพลังสมาธิ

การที่มนุษย์จะมีสุขภาพดีได้นั้น ต้องมีความสมดุลระหว่างกายกับจิตและเป็นหนึ่งเดียวกับธรรมชาติและจักรวาล และจะต้องมีความสมดุลกันของพลังภายในร่างกาย (วิจิต และ วิทวัส, 2539; อภรณ์, 2544) ไม่มีการอุดตันของช่องทางเดินของพลังภายในร่างกายที่เรียกว่า จักรวะ (ประกิจ, ม.ป.ป.; เยาวเรศ, 2544 ก) การดูแลสุขภาพแบบองค์รวมโดยใช้พลังจักรวาลจึงต้องดูแลให้ครอบคลุมทั้งหมด โดยกายต้องได้รับการดูแลธาตุ 4 คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม และธาตุไฟ ให้ได้รับอาหาร น้ำ อากาศ และความอบอุ่นอย่างเพียงพอ (วิจิตร, ม.ป.ป. 1; ศิยะ, ม.ป.ป.) ส่วนจิตต้องได้รับการพัฒนาจิตเพื่อให้เกิดศีล สมาธิ ปัญญา เกิดความสงบเย็น สดชื่น เบิกบาน ผ่องใส ไม่เศร้าหมอง คล่องแคล่วว่องไว มีสติอยู่กับปัจจุบัน (พระธรรมปิฎก, 2544) และสามารถดำรงชีวิตให้สอดคล้องกับธรรมชาติและจักรวาล เมื่อจิตได้รับการพัฒนาให้บริสุทธิ์ ปราศจากความโลภ โกรธ หลง จิตจะเป็นหนึ่งเดียวกับกาย ธรรมชาติ และจักรวาล

การที่ร่างกายจะดึงพลังจักรวาลมาใช้ในการดูแลสุขภาพได้นั้น ต้องทำให้ร่างกายอยู่ในภาวะสมดุลกับธรรมชาติโดยการกำหนดจิตให้มีความสงบนิ่งเป็นหนึ่งเดียวกับธรรมชาติทำให้จิตมีพลังที่เรียกว่าพลังสมาธิ (ไชย, ม.ป.ป.) สามารถดึงพลังจักรวาลในรูปของพลังคอสมิค พลังปราณ ซึ่งอยู่ในธรรมชาติและจักรวาล ให้ไหลเข้าสู่จักรวะซึ่งเป็นช่องทางเดินของพลังในร่างกาย ทำให้เกิดการไหลเวียนของพลังในร่างกายได้สะดวก ไม่มีการอุดตัน พลังจักรวาลจะเข้าไปบำบัดเยียวยา อวัยวะต่างๆ ภายในร่างกาย ทำให้ร่างกายมีพลังชีวิต และมีสุขภาพที่แข็งแรง ซึ่งการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมโดยใช้พลังจักรวาล ดังแสดงในภาพ 2



ภาพ 2 การดูแลสุขภาพแบบองค์รวมโดยใช้พลังจักรวาล

### การประยุกต์ใช้พลังจักรวาลในการดูแลสุขภาพ

เนื่องจากพลังจักรวาลเป็นสิ่งที่ไม่มีตัวตนไม่สามารถจับต้องได้ การนำพลังจักรวาลมาใช้ในการดูแลสุขภาพนั้น ผู้นำมาใช้ต้องมีคุณสมบัติและข้อควรปฏิบัติเพื่อให้สามารถนำพลังจักรวาลมาใช้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมีข้อจำกัดในการนำมาใช้ดังนี้

คุณสมบัติของผู้ที่ใช้พลังจักรวาลในการดูแลสุขภาพ (ประภิจ, 2544; เยาวเรศ, 2545 ข)

1. ต้องมีความศรัทธาในพลังจักรวาล ต้องเชื่อว่าพลังจักรวาลสามารถรักษาอาการเจ็บป่วยให้หายหรือทุเลาลงได้

2. ต้องมีความเพียร หมั่นฝึกปฏิบัติเพื่อให้ศูนย์พลังภายในร่างกาย (จักระ) มีการหมุนอย่างมีประสิทธิภาพโดยการฝึกโยคะ อัดจักระอย่างสม่ำเสมอ

3. ต้องหมั่นสังเกตว่าเมื่อทำการบำบัดเยียวยาหรือได้รับการบำบัดเยียวยาไปแล้ว มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นกับร่างกายอย่างไร

4. ต้องทำการพิจารณาหาข้อเท็จจริงว่า เมื่อใช้ไปแล้วได้ผลหรือไม่ มีปัจจัยอะไรที่ทำให้การบำบัดเยียวยานั้นได้ผล หรือไม่ได้ผล

5. ต้องเป็นผู้ที่ประพฤติตนอยู่ในศีลธรรม ลดละกิเลส ความโลภ ความอิจฉา อาฆาตพยาบาทของแค้น ต้องใส่ใจในบุญกุศล มีความเชื่อในเรื่องกฎแห่งกรรม

6. ต้องได้รับการกระตุ้นจักระจากผู้ที่มีพลังสมาธิ เพื่อให้จักระในร่างกายหมุนและรับพลังจักรวาลเข้าสู่ร่างกายได้ และรู้วิธีขับพลังจักรวาลจากร่างกายออกไปสู่ผู้ป่วยหรือไปยังอวัยวะที่เจ็บป่วยได้อย่างถูกต้องแม่นยำ

ข้อควรปฏิบัติสำหรับผู้ที่ใช้พลังจักรวาลในการดูแลสุขภาพ (ประภิจ, 2544; เยาวเรศ, 2545 ข)

1. ผู้บำบัดเยียวยาต้องประพฤติตนอยู่ในศีล รักษาศีล 5 เป็นอย่างน้อย ถ้ารักษาศีลมากข้อ ทำให้การบำบัดเยียวยาได้ผลดียิ่งขึ้น และถ้ามีผู้รับการบำบัดเยียวยาประพฤติตนอยู่ในศีลด้วยยิ่งทำให้การบำบัดเยียวยาได้ผลดียิ่งขึ้น

2. ต้องหมั่นสวดมนต์ทำสมาธิ

3. ต้องหมั่นทำบุญให้ทาน มีความเมตตากรุณาต่อเพื่อนมนุษย์และสัตว์

4. ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใส ไม่เครียด

5. ลดละกิเลส

6. ขณะทำการบำบัดเยียวยา ให้ผู้รับการบำบัดเยียวยาหลับตาทำสมาธิให้แน่วแน่อย่าต่อต้านการบำบัดเยียวยา

ข้อจำกัดของการใช้พลังจักรวาลในการดูแลสุขภาพ (ประกิจ, 2544)

1. เสียเวลาเนื่องจากต้องมาพบผู้บำบัดเยียวยาทุกวัน
2. ผู้บำบัดเยียวยาต้องมีพลังสมาธิสูง มีอำนาจจิตสูง มิฉะนั้นจะเกิดอันตรายจากพลังแฝง หรือทำให้การบำบัดเยียวยาไม่ได้ผลตามต้องการ
3. ถ้าพลังสมาธิไม่พอ ผู้บำบัดเยียวยาจะไม่สามารถมองเห็นแสง สี ที่ใช้ในการบำบัดเยียวยาได้ ทำให้การบำบัดเยียวยาไม่ได้ผล
4. สิ่งแวดล้อมไม่ดี เช่น มีเสียงรบกวน แสงสว่างไม่เพียงพอ ทำให้พลังในการบำบัดเยียวยาอ่อนลง

ข้อควรระวังในการใช้พลังจักรวาลในการดูแลสุขภาพ (ประกิจ, 2544)

1. สำหรับผู้ที่นำวิชานี้ไปใช้ในทางหาผลประโยชน์ หวังลาภสักการะ มีจิตไม่บริสุทธิ์ต่อการใช้วิชานี้ เมื่อทำการบำบัดเยียวยาไปได้ระยะหนึ่ง วิชาจะเสื่อมและโรคจะเข้าตัว โดยสังเกตได้ว่าบุคคลใดทำดี เมื่อรักษาผู้ป่วยแล้วหน้าตาผ่องใสแสดงว่าทำด้วยความบริสุทธิ์ใจ บุคคลใดทำไม่ดี เมื่อรักษาผู้ป่วยแล้วก็มีหน้าตาหมองมัว
2. ห้ามนำพลังจักรวาลบำบัดเยียวยาผู้ป่วยขณะนอนรักษาในโรงพยาบาล เนื่องจากสถานที่นี้มีลัมภเวสีอาศัยอยู่ อาจเป็นอันตรายต่อผู้ให้การบำบัดเยียวยาได้
3. ห้ามบุคคลที่มีอายุต่ำกว่า 12 ปี เรียนวิชาพลังจักรวาล เนื่องจากจะทำให้เป็นหนุ่มเป็นสาวเร็วกว่าปกติ
4. ขณะทำการบำบัดเยียวยาไม่ควรนั่งให้ศีรษะตรงแสงไฟนีออน เนื่องจากจะทำให้ศีรษะมีความร้อนมากกว่าปกติ อาจทำให้ปวดศีรษะได้
5. ห้ามรักษาเกินห้านาที เพราะจะทำให้ร่างกายรับพลังมากกว่าปกติ อาจทำให้มีอันตรายต่อร่างกายได้

#### จักระภายในร่างกาย

การบำบัดเยียวยาด้วยพลังจักรวาล เป็นการส่งพลังจักรวาลไปตามตำแหน่งของจักระ ซึ่งเป็นศูนย์รวมของพลังและเป็นช่องทางเดินของพลังจักรวาลเข้าสู่ร่างกาย ทำหน้าที่ควบคุมอวัยวะแต่ละส่วนของร่างกาย จักระมีลักษณะเป็นวงล้อคล้ายดอกบัวมีขนาดแตกต่างกัน จักระที่สำคัญมีอยู่ 7 จักระ คือ (จ้าว ก๊อก สุธ, 2544; ธารธรรมแก้ว, 2541; นพพนธ์, 2540; ประกิจ, 2544; เยาวเรศ, 2545 ข; วิจิตร, ม.ป.ป. 1)



จักระ 1 มีชื่อว่า มุลลัดดา ลักษณะมีเส้นแสง 4 เส้น เป็นจักระที่มีสีแดง จักระนี้มีความสำคัญถือว่าเป็นรากของจักระทั้งหมด เป็นพื้นฐานของพลังชีวิตที่จะทำให้ชีวิตอยู่ได้ ตั้งอยู่บริเวณผิเย็บระหว่างทวารหนักกับอวัยวะสืบพันธุ์ ควบคุมกระดูกสันหลังและไต เชื่อว่าเป็นที่อยู่ของพลังงูไฟหรือพลังกุนดาลินี (kundalini) งูไฟจะขดเป็นวงกลม 3 รอบอยู่ที่ตั้งของจักระ 1 ส่งพลังขึ้นสู่จักระ 7 โดยผ่านจักระ 2 จักระ 3 จักระ 4 จักระ 5 และจักระ 6 เป็นระบบบกลไกที่ทำให้ร่างกายควบคุมชีวิตอยู่ได้ นอกจากนี้ยังเกี่ยวข้องกับอารมณ์ ซึ่งมีผลทำให้บุคคลผู้นั้นเกิดการเจ็บป่วยหรือมีสุขภาพที่ดีได้ หน้าทีของงูไฟคือเป็นตัวที่จะผลิตสารพิษเมื่อมีอารมณ์เครียด โกรธ โลก พยาบาท อาฆาต ริษยา สารพิษที่ปล่อยออกมาจะมีผลลบต่อร่างกายทำให้จักระเศร้าหมองเป็นโรคต่างๆ ในขณะเดียวกันก็ผลิตน้ำมันทอง (golden oil) ขึ้นมาบำรุงร่างกายเมื่อร่างกายอยู่ในภาวะผ่อนคลาย

จักระ 2 มีชื่อว่า สวัสตีธนา ลักษณะมีเส้นแสง 6 เส้น จักระนี้มีสีส้ม อยู่บริเวณก้นกบ มีขนาด 3 นิ้ว มีหน้าที่เป็นจุดศูนย์กลางของพลังงานที่ดูดซับพลังจักรวาล เป็นคลังเก็บพลังงานของร่างกาย ควบคุมต่อมทางเพศ (gonade gland) เป็นศูนย์กลางเกี่ยวกับพลังงานทางเพศ ควบคุมเกี่ยวกับอวัยวะสืบพันธุ์ ในผู้ชายใช้รักษาเกี่ยวกับอวัยวะ ระบบปัสสาวะ ระบบสืบพันธุ์ ริดสีดวงทวาร ในผู้หญิงใช้รักษาเกี่ยวกับรังไข่ ช่องคลอด ระบบปัสสาวะ ระบบสืบพันธุ์และริดสีดวงทวาร

จักระ 3 มีชื่อว่า มณีปุระ ลักษณะมีเส้นแสง 10 เส้น เป็นจักระที่มีสีเหลือง ตั้งอยู่ที่บั้นเอว ห่างจากก้นกบประมาณหนึ่งคืบมีขนาด 3 นิ้ว มีหน้าที่ควบคุมต่อมหมวกไต (pancreas gland) กระเพาะอาหาร ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก ตับ ช่องท้อง ถุงน้ำดี ตับอ่อน ม้าม กระเพาะปัสสาวะ มดลูก ไข่ตึง โรคที่ใช้รักษาคือ โรคเกี่ยวกับตับอ่อน โรคตับแข็ง โรคกระเพาะอาหาร โรคเบาหวาน เป็นต้น

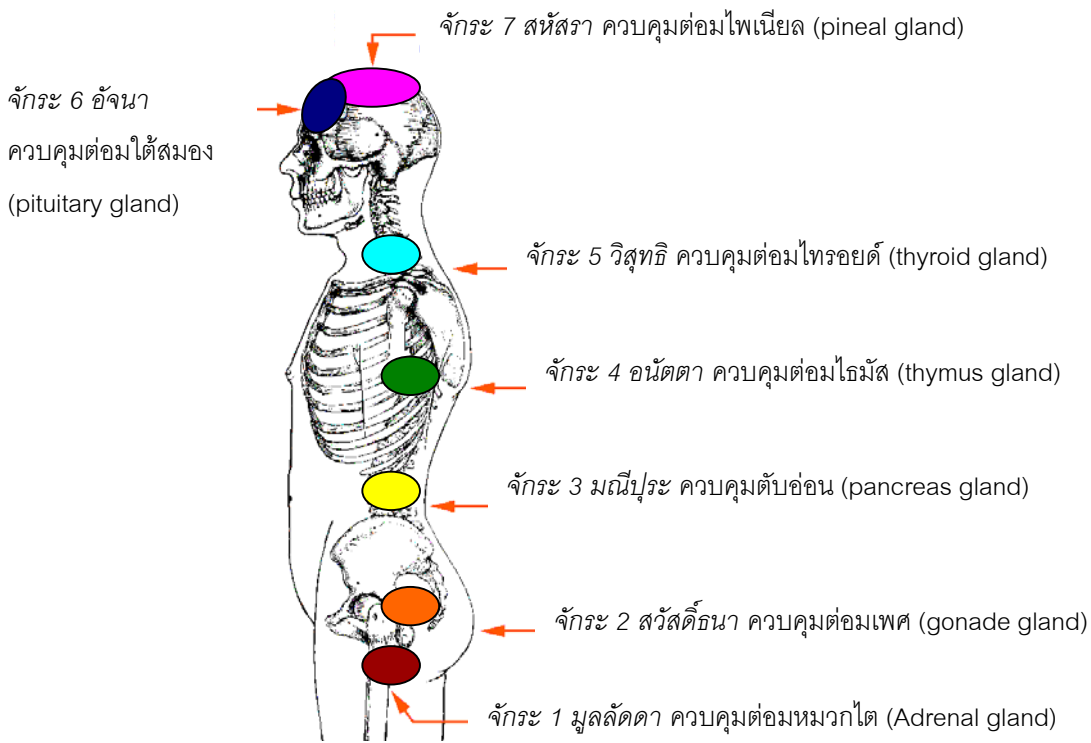
จักระ 4 มีชื่อว่า อนัตตา ลักษณะมีเส้นแสง 12 เส้นแสง เป็นจักระที่มีสีเขียว ขนาด 3 นิ้ว อยู่บริเวณเส้นหัวใจตัดกับแนวอนของระดับหัวใจ มีหน้าที่ควบคุมต่อมไทมัส (thymus gland) ควบคุมการทำงานของหัวใจและหลอดเลือด โรคที่ใช้รักษาคือ โรคหัวใจ โรคความดันโลหิต เป็นต้น

จักระ 5 มีชื่อว่า วิสุทติ ลักษณะมีเส้นแสง 16 เส้น เป็นจักระที่มีสีฟ้า ตั้งอยู่บริเวณเส้นตัดของกระดูกสันหลังกับไหล่บริเวณลำคอ มีขนาด 3 นิ้ว มีหน้าที่ควบคุมต่อมไร้ท่อเช่น ต่อมไทรอยด์ (thyroid gland) ต่อมพาราไทรอยด์ (parathyroid gland) ควบคุมอวัยวะเกี่ยวกับการหายใจเช่น ปอด หลอดลม ช่องปาก โพรงจมูก ตา ผิวหนัง หู และทางเดินอาหารส่วนบนได้แก่ หลอดคอ จักระนี้จึงใช้รักษาโรคเกี่ยวกับปอด หลอดลมอักเสบ ภูมิแพ้ หอบหืด โรคในช่องปาก โรคฟัน โรคผิวหนัง ผื่นคัน ตาอักเสบ หูอักเสบ เป็นต้น

จักระ 6 มีชื่อว่า อัจนา ลักษณะมีเส้นแสง 96 เส้น เป็นจักระที่มีสีน้ำเงิน ตั้งอยู่บริเวณตรงหน้าผากเหนือคิ้วไป 2 นิ้ว เป็นศูนย์กลางของปัญญาและฉานสำหรับติดต่อกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์

เบื้องบน จักรวรรนี้หมุนตัวเองในแนวตั้ง มีหน้าที่ควบคุมการทำงานของต่อมใต้สมอง (pituitary gland) ควบคุมสมองส่วนล่าง ซึ่งเกี่ยวกับสติปัญญา ความนึกคิด ความเฉลียวฉลาด และระบบประสาท การเจริญเติบโต การเผาผลาญ การให้พลังงานแก่ร่างกาย

จักระ 7 มีชื่อว่า สหัสรา ลักษณะมีเส้นสายกระจายออก 972 เส้นแสงตั้งอยู่ที่กระหม่อม เป็นจักระที่ใหญ่และสำคัญที่สุดในบรรดาจักระทั้งหลาย มีขนาด 6 นิ้ว มีสีม่วงตรงกลาง มีจักระสีทองขนาด 3 นิ้วซ้อนอยู่ด้านบน และจักระสีเงินขนาด 3 นิ้วซ้อนอยู่ด้านล่าง เป็นจักระที่ทำหน้าที่ดูดซับพลังแสงและสีลงมาและกระจายไปยังจักระอื่นๆ เนื่องจากเป็นจักระที่มีขนาดใหญ่จึงมีแรงดูดซับพลังได้อย่างมหาศาล มีหน้าที่เป็นศูนย์กลางของการควบคุมจักระทั้งหมดภายในร่างกาย เป็นศูนย์รวบรวมพลังจากจักรวาลดูดซับและส่งกระจายไปทั่วร่างกาย สามารถรักษาโรคได้โดยตรง เป็นจักระที่ควบคุมการทำงานของต่อมไพเนียล (pineal gland) ซึ่งเป็นต่อมที่มีความสำคัญของร่างกาย จักรวรรนี้ควบคุมสมองส่วนบนและระบบประสาททั้งหมดของร่างกาย ใช้ในการบำบัดเยียวยาโรคที่เกี่ยวข้องกับระบบประสาท ข้อต่อและกระดูกต่างๆ เส้นเอ็นและกล้ามเนื้อ รวมถึงโรคที่นอกเหนือการควบคุมของจักระอื่นๆ (ธารธรรมแก้ว, 2541; นพนนท์, 2540; ประกิจ, 2544; เยาวเรศ, 2545 ข; วิจิตร, ม.ป.ป. 1) ซึ่งตำแหน่งของจักระทั้ง 7 จักระในร่างกาย ดังแสดงในภาพ 3



ภาพ 3 ตำแหน่งจักระ (chakras) ในร่างกาย

### การบำบัดเหยี่ยวาด้วยพลังจักรวาล

สำหรับวิธีการบำบัดเหยี่ยวาด้วยพลังจักรวาลนั้น จากการทบทวนบทความและเอกสารที่เกี่ยวข้องพบว่ามี 5 วิธีด้วยกัน คือ การบำบัดเหยี่ยวาโดยการจับจักระ การฟอกเลือด การส่งทางไกล การขับพลังแผ่ รวมทั้งการขอขมาเจ้ากรรมนายเวร ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

#### 1. การบำบัดเหยี่ยวาโดยการจับจักระ ซึ่งมี 2 ลักษณะคือ

1.1 การบำบัดเหยี่ยวาผู้อื่น โดยผู้ทำการบำบัดเหยี่ยวาส่งพลังจักรวาลโดยใช้มือแตะสัมผัสตัวผู้ป่วยขณะทำการบำบัดเหยี่ยวา ซึ่งมีหลักปฏิบัติดังนี้ (ประกิจ, 2544)

1.1.1 วางมือข้างหนึ่งบนจักระ 7 ของผู้ป่วย อีกมือหนึ่งวางบนบริเวณจักระที่ควบคุมอวัยวะที่เจ็บป่วย

1.1.2 ผู้ทำการบำบัดเหยี่ยวากำหนดจิตที่จักระ 7 หายใจเข้าดึงพลังจักรวาลเข้าสู่จักระ 7 ของผู้บำบัดเหยี่ยวา

1.1.3 หายใจออกส่งพลังจักรวาลออกไปตามมือทั้งสองข้างเข้าสู่ตัวผู้ป่วย กำหนดไปที่บริเวณอวัยวะที่เจ็บป่วยและกำหนดให้โรคหายจากอวัยวะนั้นๆ ซึ่งวิธีการบำบัดเหยี่ยวาผู้อื่น ดังแสดงในภาพ 4



ภาพ 4 วิธีการบำบัดเหยี่ยวาผู้อื่น (ได้รับอนุญาตให้เผยแพร่)

1.2 การบำบัดเยียวยาตนเอง ให้ปฏิบัติเช่นเดียวกันกับการบำบัดเยียวยาผู้อื่น ยกเว้นการจับจักระ 4 เนื่องจากไม่สามารถจับจากด้านหลังตนเองได้ จึงให้จับจักระ 4 ทางด้านหน้าในแนวเดียวกัน (ประกิจ, 2544) ดังแสดงในภาพ 5



ภาพ 5 วิธีการบำบัดเยียวยาตนเอง (ได้รับอนุญาตให้เผยแพร่)

การบำบัดเยียวยาผู้ป่วยที่มีโรคหลายโรครวมกัน ทำได้โดยมือข้างหนึ่งของผู้ทำการบำบัดเยียวยาจับจักระ 7 ไว้ อีกมือหนึ่งเลื่อนไปจับจักระต่างๆ ที่ควบคุมอวัยวะที่เจ็บป่วยรักษาวันละครั้ง ยกเว้นโรคมะเร็งรักษารวันละ 2 ครั้ง และจักระ 7 จับได้วันละครั้ง ถ้าในวันเดียวกันต้องรักษาโรคหลายโรคให้จับจักระที่ควบคุมอวัยวะที่เจ็บป่วยได้เลย (ประกิจ, 2544)

2. การฟอกเลือด การบำบัดเยียวยานอกจากใช้วิธีการส่งพลังจักรวาลผ่านจักระ 7 แล้ว อาจใช้วิธีการบำบัดเยียวยาโดยวิธีฟอกเลือด คือการส่งพลังจักรวาลเข้าไปทำความสะอาดเลือดภายในร่างกายให้ปราศจากสารพิษ กลายเป็นเลือดที่มีประสิทธิภาพ โดยมีหลักการปฏิบัติดังนี้

2.1 ผู้ทำการบำบัดเยียวยาใช้ 3 นิ้วมือ (นิ้วชี้ นิ้วกลาง นิ้วนาง) วางบนบริเวณข้อมือของผู้ป่วยตรงตำแหน่งของชีพจรของมือข้างใดข้างหนึ่ง

2.2 จากนั้นผู้ทำการบำบัดเยียวยากำหนดจิตที่จักระ 7 หายใจเข้าดึงพลังจักรวาลเข้าสู่จักระ 7

2.3 หายใจออกส่งพลังไปยังมือที่พอกเลือด กำหนดจิตส่งพลังจักรวาลไปทำความสะอาดเลือดภายในร่างกายผู้ป่วย (นพนนท์, 2540) ซึ่งวิธีการพอกเลือดดังแสดงในภาพ 6



ภาพ 6 วิธีการพอกเลือด (ได้รับอนุญาตให้เผยแพร่)

การบำบัดเยียวยาโรคโดยการใชพลังจักรวาล ผู้ทำการบำบัดเยียวยายังสามารถบำบัดเยียวยาผู้ป่วยพร้อมๆ กันหลายคนได้ในเวลาเดียวกันแต่ไม่เกิน 50 คน โดยต้องเป็นผู้ป่วยโรคเดียวกัน ซึ่งมีวิธีการบำบัดเยียวยาคือให้ผู้ป่วยนั่งจับมือกันต่อเป็นแถวยาว ผู้ป่วยคนที่ 1 จับมือผู้ป่วยคนที่ 2 ผู้ป่วยคนที่ 2 จับมือผู้ป่วยคนที่ 3 ผู้ป่วยคนที่ 3 จับมือผู้ป่วยคนที่ 4 ต่อไปเรื่อยๆ จนถึงผู้ป่วยคนสุดท้าย ผู้ทำการบำบัดเยียวยาจะจับจักระบำบัดเยียวยาโรคคนที่ 1 พลังจักรวาลจะถ่ายเทจากผู้ป่วยคนที่ 1 ไปยังผู้ป่วยคนที่ 2 ผ่านไปยังผู้ป่วยคนที่ 3 จนกระทั่งถึงผู้ป่วยคนสุดท้าย ผู้ป่วยทุกคนจะได้รับพลังจักรวาลในการบำบัดเยียวยาโรคเท่าเทียมกัน (นพนนท์, 2540)

นอกจากนี้การบำบัดเยียวยาโดยตรงสามารถทำได้โดยไม่ต้องแตะตัวผู้ป่วย โดยให้ผู้ป่วยนั่งอยู่ตรงหน้า ผู้ทำการบำบัดเยียวยาใช้จักระ 6 เพื่อตรวจดูว่าผู้ป่วยป่วยเป็นโรคอะไร ต้องรักษาที่จักระใด จากนั้นผู้ทำการบำบัดเยียวยาทำสมาธิเพ่งมองไปที่ใบหน้าของผู้ป่วย กำหนดจิตไปยังจักระที่ควบคุมอวัยวะที่เจ็บป่วย และกำหนดจิตหมุนจักระนั้นส่งพลังจักรวาลผ่านจักระ 6 ให้พุ่งออกไปที่ตัวผู้ป่วยไปยังจักระที่ควบคุมอวัยวะที่เจ็บป่วยของผู้ป่วย ประโยชน์ในการบำบัดเยียวยาด้วยวิธีนี้ใช้ในกรณีรักษาเพศตรงข้ามไม่ต้องการให้สัมผัสกันเช่น พระภิกษุที่ถูกตัวผู้หญิง

ไม่ได้ ในผู้ป่วยหนัก และใช้ในกรณีที่ผู้ป่วยไม่ยินยอม แต่ผู้ทำการบำบัดเยียวอยากช่วยให้ผู้ป่วย  
ทุเลาจากอาการป่วย (นพพนธ์, 2540)

3. การส่งทางไกล เป็นการบำบัดเยียวยาในกรณีที่ผู้ทำการบำบัดเยียวยาและผู้ป่วย  
อยู่ห่างกันชนิดมองไม่เห็นหน้ากัน อาจอยู่คนละสถานที่ จังหวัด หรืออยู่ห่างกันคนละประเทศ ซึ่งมี  
หลักการปฏิบัติดังนี้ (นพพนธ์, 2540; ประกิจ, 2544)

3.1 ผู้บำบัดเยียวยาอาจมีสื่อถึงกันเล็กน้อย เช่น รูปภาพของผู้ป่วย

3.2 นัดแนะเวลาให้ตรงกันขณะที่ส่งพลังจักรวาลออกไป จะสามารถรับพลังได้  
ง่ายขึ้นเพราะมีพลังสมาธิจิตตรงกัน

3.3 ผู้ทำการบำบัดเยียวยานั่งหันหน้าไปทางทิศที่ผู้ป่วยอาศัยอยู่

3.4 ทำสมาธิกำหนดจิตตั้งพลังจักรวาลมาที่จักระที่ 4 และดึงสีทองมาปกคลุมร่าง  
กายเพื่อป้องกันพลังแฝงรบกวน

3.5 กำหนดจิตส่งพลังจักรวาลไปยังผู้ป่วยตรงอวัยวะที่เจ็บป่วย

การบำบัดเยียวยาด้วยพลังจักรวาลสามารถทำได้ทั้งในเวลากลางวันและกลางคืน  
แต่ส่วนใหญ่นิยมรักษาในเวลากลางวัน เนื่องจากพลังจักรวาลเป็นการดึงพลังคอสมิคจากดวง  
อาทิตย์ซึ่งมีมากในช่วงกลางวัน แต่ถ้าจำเป็นต้องรักษาในเวลากลางคืนร่างกายของผู้ทำการบำบัด  
เยียวยาจะอ่อนเพลียและหมดแรงได้ ดังนั้นการบำบัดเยียวยาผู้ป่วยในเวลากลางคืนจึงจำเป็นต้อง  
ใช้พลังภายนอกมาทำการบำบัดเยียวยาโดยมีจิตเป็นตัวกำหนด โดยดึงพลังจากแหล่งต่างๆ มาใช้  
คือ 1) พลังงานสะสมหรือ primary cosmic จากห้วงอวกาศ 2) พลังงานตรงหรือ secondary  
cosmic จากอีกฟากหนึ่งของโลก 3) พลังปรุพีปรานจากใจกลางโลก ซึ่งวิธีการดึงพลังโดยหายใจ  
เข้าให้เต็มที่กำหนดจิตไปที่ใจกลางโลกซึ่งมีเปลวไฟสีแดงลุกโชนอยู่ หายใจออกพุ่งปรานลงไป  
กำหนดจิตดึงสีแดงเพลิงขึ้นมาสู่จักระ 1 โดยให้ผ่านฝ่าเท้าขึ้นมาตามขาทั้งสองข้าง ผ่านร่างกายผู้  
บำบัดเยียวยาตรงไปตามมือหรืออวัยวะที่ต้องการ ซึ่งมีข้อควรระวังคือพลังปรุพีปรานเป็นพลังที่มี  
ความร้อนมาก อาจทำให้ผู้บำบัดเยียวยานอนไม่หลับเป็นเวลานานถ้าไม่จำเป็นไม่ควรใช้  
(ประกิจ, 2544)

4. การขับพลังแฝง พลังแฝงเป็นพลังงานชนิดหนึ่งที่แอบแฝงอยู่ในร่างกายของผู้ป่วย  
หรืออาจเรียกพลังงานชนิดนี้ว่าเป็นพลังของภูติผีปีศาจ (ธรรมแก้ว, 2541) หรือเป็นวิญญาณของ  
เจ้ากรรมนายเวร ผีสิง เจ้าที่เจ้าทาง เทพ เทวดา พลังแฝงบางตัวมีกรรมหนัก แม้ญาติจะทำบุญไป  
ให้ก็รับส่วนบุญนั้นไม่ได้ ผู้มีบุญส่งไปให้เท่านั้นจึงจะรับส่วนบุญนั้นได้ พลังแฝงจึงชอบอยู่ใกล้คนมี  
บุญเพราะจะได้อาศัยบุญกุศลแผ่เมตตาไปให้ การบำบัดเยียวยาผู้ป่วยด้วยพลังจักรวาลผู้บำบัด

เยียวยาต้องขับพลังแฝงที่อาศัยอยู่ในร่างกายของผู้ป่วยออกเสียก่อนจึงทำการบำบัดเยียวยาได้ มิฉะนั้นอาการ เจ็บป่วยจะไม่ทุเลาและกลับมีอาการมากขึ้น ซึ่งการขับพลังแฝงมีวิธีตรวจสอบและวิธีขับพลังแฝงดังต่อไปนี้ (ธารธรรมแก้ว, 2541; นพนนท์, 2540; ประกิจ, 2544)

#### 4.1 วิธีตรวจสอบพลังแฝง

ในระหว่างการบำบัดเยียวยา หากมีความรู้สึกผิดปกติบริเวณกระดูกสันหลัง ใกล้กับจักระ 2 และจักระ 3 หรือในระหว่างตรวจวินิจฉัยพบว่ามีอาการเหมือนกับมีกระแสไฟฟ้าวิ่ง หรือรู้สึกชู่ซ่าเหมือนเข็มแทง แสดงว่าผู้ป่วยมีพลังแฝงอยู่ในร่างกาย ต้องทำการปลดปล่อยพลังแฝงนั้นออกไป แต่หากปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นอยู่ระหว่างจักระ 5 จักระ 6 และจักระ 7 แสดงว่าพลังแฝงที่เกิดขึ้นนั้นเป็นเทพที่มากุมครองเป็นวิญญาณที่ดี ซึ่งไม่จำเป็นต้องปลดปล่อยเพราะไม่มีโทษต่อร่างกาย แต่อย่างไร (ธารธรรมแก้ว, 2541) ในการป้องกันพลังแฝงเข้าสู่ร่างกาย ทำได้โดยให้ตั้งพลังจักรวาลสีทองมาคลุมร่างกายให้ทั่วและทำการล็อกข้อมือข้อเท้าด้วยสีทอง ทำทุกเช้าก่อนออกจากบ้าน ก่อนเข้าบ้านและหลังกลับจากงานศพ (ประกิจ, 2544)

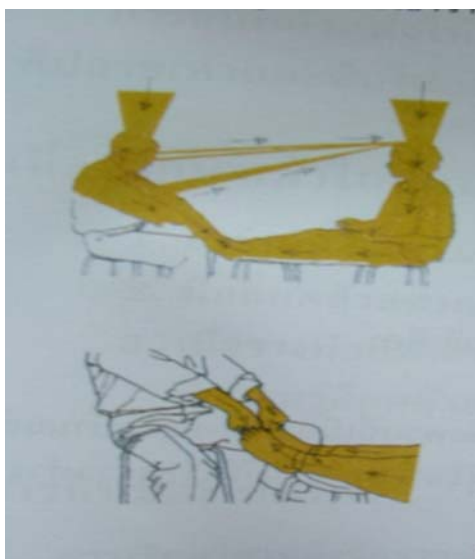
สำหรับอาการของผู้ที่มีพลังแฝงเข้าสู่ร่างกายนั้นคือ เมื่อร่างกายรับพลังแฝงเข้าไปจะมีอาการหงุดหงิด อ่อนเพลีย จักระหมุนช้าลง เหนงางอยโดยไม่ทราบสาเหตุ มีอาการเหมือนคนเพิ่งฟื้นไข้ เมื่อบำบัดเยียวยาผู้ป่วยแล้วมีพลังแฝงเข้าด้วยจะรู้สึกแขนอ่อนล้า ชัดตามข้อต่อ ปวดตามตัวและใจสั้น คลื่นไส้ อาเจียน วิงเวียน เป็นต้น และเมื่อผู้บำบัดเยียวยาเข้าใกล้ผู้ป่วยที่มีพลังแฝงจะรู้สึกเหมือนมีกระแสคลื่นมากระทบตัว ได้กลิ่นคล้ายซากศพลักษณะกลิ่นคนตาย หรือซากสัตว์เน่า และเมื่อบางมือที่ตำแหน่งที่ต้องการบำบัดเยียวยาจะรู้สึกเจ็บมือเหมือนมีอะไรมาทิ่ม รู้สึกร้อน คัน และมีความรู้สึกเหมือนคลื่นไฟฟ้าพุ่งเข้ามือ

4.2. วิธีขับพลังแฝง การขับพลังแฝงทำได้โดยการใช้พลังสีทองและพลังสีเงิน ซึ่งใช้เวลา 2 วันคือ

วันที่หนึ่ง ให้ผู้ป่วยนั่งหันหน้าไปทางทิศตะวันตก จับจักระ 7 และจักระ 5 นาน 5 นาที และใช้พลังสีทองขับออก ซึ่งการบำบัดเยียวยาวันนี้เป็นการสะกดพลังแฝงให้สงบนิ่ง ถ้าพลังไม่แรงพอจะไม่สามารถสะกดพลังแฝงได้ พลังแฝงจะเกิดอาการร้อนรนทำให้ผู้ป่วยไม่สบาย ถ้าพลังผู้บำบัดเยียวยาดีพลังแฝงก็จะออกจากร่างในวันแรก จึงมีข้อห้ามว่าหลังจากบำบัดเยียวยาวันแรกห้ามผู้ป่วยนอนร่วมกับสามีหรือภรรยาหรือผู้อื่น และห้ามออกจากบ้านเพราะเชื่อว่าพลังแฝงอาจจะออกจากร่างที่แฝงอยู่เดิมไปเข้าร่างใหม่ได้โดยเฉพาะคนข้างเคียง

วันที่สอง เป็นการนำพลังแฝงออกจากร่างถ้าไม่ยอมออกในวันแรก วิธีการโดยให้ผู้ป่วยนั่งเหยียดเท้า ส่วนผู้บำบัดเยียวยาใช้มือทั้งสองข้างจับหัวแม่เท้าของผู้ป่วยให้แน่น

ตั้งจิตเจริญสิ่งที่อยู่ภายในร่างกายผู้ป่วยให้ไปสุดไปเกิดใหม่และอุทิศบุญกุศลไปให้ จากนั้นกำหนดจิตเพ่งสีทองลงที่ จักระ 7 จักระ 6 จักระ 5 จักระ 4 จักระ 3 และจักระ 2 ไล่พลังสีทองให้วิ่งลงมาที่ขาผู้ป่วยและมาอยู่ในมือผู้บำบัดเยียวยา ทำวนอยู่อย่างนี้ 5 นาที จนมีความรู้สึกที่น้ำหนักมือเหมือนมีอะไรมากระตุ้นมือ ให้ดึงมือออกจากหัวแม่เท้าและกำมือไว้ รีบไปล้างมือให้พลังแฝงไปตามน้ำ ในกรณีที่ใช้สีทองสยบพลังแฝงไม่อยู่ให้ใช้สีเงินขับออก พลังแฝงจะอ่อนแรงไปไม่ไหวและนิ่งอยู่กับที่ ผู้ป่วยที่มีอาการสั้น ศีรษะคลอน ไม่สามารถจับจักระได้ถนัด ควรเป่าสีเงินวงที่จักระ 7 ก่อน เพื่อให้ผู้ป่วยสงบ แล้วจึงเป่าสีทองอีกครั้งหนึ่ง (ถาวรธรรมแก้ว, 2541; นพพนธ์, 2540) ซึ่งวิธีการขับพลังแฝง ดังแสดงในภาพ 7



ภาพ 7 วิธีการขับพลังแฝง

หมายเหตุ จาก คู่มือวิชาพลังจักรวาล เรียนด้วยตนเอง (หน้า 63), โดย คณะพลังจักรวาล, 2546, กรุงเทพมหานคร: กรกฎ.

การขับพลังแฝงอาจใช้เวลาภายในวันเดียว โดยใช้ผู้บำบัดเยียวยา 2 คน โดยผู้บำบัดเยียวยาคนหนึ่งจับจักระ 7 และจักระ 5 ส่วนผู้บำบัดเยียวยาอีกคนหนึ่งใช้มือทั้งสองข้างจับหัวแม่เท้าของผู้ป่วย จากนั้นใช้วิธีการและขั้นตอนเดียวกันกับที่กล่าวมา (ประกิจ, 2544)

ส่วนการขับพลังแฝงให้ตัวเอง ให้กำหนดสีทองไล่พลังแฝงออกจากศีรษะลงไปที่ปลายเท้าและปล่อยออกทางเท้า



พลังแฝงนอกจากจะเข้าสู่ร่างกายผู้ป่วยแล้ว เชื่อว่าพลังแฝงยังสามารถเข้าไปสิ่งสู่ในบ้านได้ ซึ่งมี 2 กรณีคือ ตามเจ้าของบ้านมา และพลังแฝงมีอำนาจมากกว่าผู้ดูแลบ้าน ซึ่งพลังแฝงพวกนี้เมื่อเข้ามาอยู่ในบ้านแล้วมักสร้างความเดือดร้อนให้คนที่อาศัยอยู่ในบ้าน ทำให้มีเรื่องมีราวต่างๆ ทะเลาะเบาะแว้งหาความสุขสงบไม่ได้ (ประกิจ, 2544)

วิธีการแก้ไข ให้จุดธูป 3 ดอก ตั้งจิตระลึกถึงหลวงปู่ ดาสิรา นาราดา ขอพลังจักรวาลที่บริสุทธิ์จากท่าน เพื่อขับไล่พลังแฝงและสิ่งอัปมงคลต่างๆ ให้ออกไปจากบ้าน จากนั้นให้เปิดหน้าต่างห้อง จุดธูปหัวโต 13 ดอก ซึ่งมีลักษณะเป็นรูปธรรมดา มีความยาวประมาณ 1 ศอก เดินเวียนทางขวาตามเข็มนาฬิกาเดินทุกห้องในบ้านโดยทำในเวลากลางวัน เสร็จแล้วนำธูปออกไปปักไว้นอกบ้านเป็นเสร็จพิธี (ประกิจ, 2544)

ข้อควรระวังในการขับพลังแฝงคือ ต้องมีสมาธิ มีสติมั่นคง เพราะขณะขับไล่พลังแฝงนั้นถ้าพลังสมาธิอ่อนพลังแฝงจะมีการต่อสู้ดิ้นรน การที่จะชนะพลังแฝงได้ต้องมีพลังที่เหนือกว่า และต้องใช้พลังปรารถนาขับดันไล่ไปพร้อม ๆ กัน

จะเห็นได้ว่าการขับไล่พลังแฝงเป็นสิ่งสำคัญอีกอย่างหนึ่งในการบำบัดเยียวยาด้วยพลังจักรวาล ซึ่งบางครั้งไม่สามารถพิสูจน์ได้ด้วยกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ แต่เชื่อว่ามีผลต่อการบำบัดเยียวยาด้วยพลังจักรวาล

##### 5. การขอขมาเจ้ากรรมนายเวร

เจ้ากรรมนายเวร หมายถึงวิญญาณที่เกี่ยวข้องในวิบากกรรมของมนุษย์ผู้นั้น ซึ่งได้ติดตามดวงผลการกระทำที่มนุษย์ผู้นั้นได้กระทำมาตั้งแต่อดีตชาติ (สมศักดิ์, 2544) เนื่องจากมนุษย์เป็นส่วนหนึ่งของจักรวาลอยู่ในแรงดึงดูดของพลังแม่เหล็กโลก เส้นทางการเดินทางของชีวิตจึงเดินทางเหมือนการโคจรของระบบสุริยจักรวาล ถ้าเส้นทางชีวิตและเจ้ากรรมนายเวรโคจรไม่ตรงกัน เจ้ากรรมนายเวรก็จะตามไม่เจอกรรมนั้นจึงไม่ส่งผล แต่ถ้าบังเอิญโคจรมาเจอกันกรรมนั้นก็ส่งผลเร็วมากและส่งผลรุนแรง ในการบำบัดเยียวยาด้วยพลังจักรวาลบางครั้งพบว่าผู้ป่วยที่เริ่มมีอาการดีขึ้นกลับทรุดหนักโดยไม่มีสาเหตุ ซึ่งเชื่อว่าเป็นการกระทำของเจ้ากรรมนายเวรที่ติดตามมาทวงหนี้กรรมที่ผู้ป่วยได้กระทำมาตั้งแต่อดีตชาติ (พระสิงห์ทน, 2543) โดยเจ้ากรรมนายเวรจะคอยขัดขวางคอยก่อกวนแก้งให้ได้รับความทุกข์ทรมานไม่มีที่สิ้นสุด หรือให้ขาดใช้กรรมด้วยชีวิต เมื่อผู้ป่วยได้ทำการขอขมาเพื่อให้เจ้ากรรมนายเวรยกโทษให้อาการเจ็บป่วยก็จะทุเลาลง

##### วิธีการขอขมาเจ้ากรรมนายเวร

เนื่องจากตามหลักพุทธศาสนาสอนให้เชื่อในเรื่องกฎแห่งกรรม การขอขมาเจ้ากรรมนายเวรนั้นจึงเป็นการขอโทษ ขออภัย ขอขมาในสิ่งที่เคยกระทำล่วงเกินกันมาทั้งชาติปัจจุบันและ

อดีตชาติ เพื่อให้เจ้ากรรมนายเวรเกิดความสงสาร เห็นใจ และให้อภัยในสิ่งที่กระทำ ไม่มีเวรต่อกัน และกัน ทำให้เกิดความสบายใจ และไม่รู้สึกผิด ซึ่งคำกล่าวเพื่อขอขมาเจ้ากรรมนายเวรมีดังนี้ (อาภรณ์, 2547)

"กรรมใดที่ข้าพเจ้าได้กระทำด้วย กายก็ตาม วาจาก็ตาม ใจก็ตาม ทั้งในอดีตชาติและปัจจุบันชาติ จะโดยตั้งใจก็ตาม ไม่ตั้งใจก็ตาม ข้าพเจ้าขออโหสิกรรม ขออย่าได้มีกรรมต่อกันและกันเลย"

ซึ่งในการขอขมาเจ้ากรรมนายเวรต้องปฏิบัติให้ครบทั้ง 4 ข้อ คือ 1) ต้องกระทำด้วยความจริงจัง 2) ต้องกระทำด้วยความจริงใจ 3) ต้องกระทำด้วยความอ่อนน้อม และ 4) ต้องกระทำด้วยความสำนึกอย่างแท้จริง (พระธรรมปิฎก, 2542) จากนั้นทำบุญอุทิศส่วนบุญกุศลไปให้เจ้ากรรมนายเวร เช่น ทำบุญ ตักบาตร ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เป็นต้น

นอกจากนี้ผู้ปวยยังต้องสร้างบุญ โดยการสร้างอริยทรัพย์ด้วยบุญกิริยาวัตถุ 10 ซึ่งเป็นที่ตั้งแห่งการทำบุญหรือทางแห่งความดี 10 ประการดังนี้ คือ (พระราชาวรมุณี, 2528)

- 1) ทานมัย (ทำบุญด้วยการแบ่งปันสิ่งของ)
- 2) สีลมัย (ทำบุญด้วยการรักษาศีล หรือการทำความดี)
- 3) ภาวนามัย (ทำบุญด้วยการภาวนา คือฝึกอบรมจิตใจ)
- 4) อปจายนมัย (ทำบุญด้วยการประพุดิอ่อนน้อม)
- 5) เวยยาวัจจมัย (ทำบุญด้วยการช่วยชนชวยรับใช้)
- 6) ปัตติทานมัย (ทำบุญด้วยการเฉลี่ยส่วนแห่งความดีให้ผู้อื่น)
- 7) ปัตตานุโมทนามัย (ทำบุญด้วยการยินดีในความดีของผู้อื่น)
- 8) ธัมมัสสวนมัย (ทำบุญด้วยการฟังธรรมศึกษาหาความรู้)
- 9) ธัมมัสเทศนามัย (ทำบุญด้วยการสั่งสอนธรรมให้ความรู้)
- 10) ทิฐุชุกัมม (ทำบุญด้วยการทำความเห็นให้ตรง)









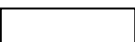





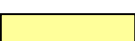



โดยสร้างบุญกิริยาทั้ง 10 อย่างนั้นไม่ขึ้นกับจำนวน ปริมาณทรัพย์สมบัติที่ทำ แต่ขึ้นกับใจ คือ ก่อนทำบุญต้องตั้งใจทำ ขณะทำบุญต้องเต็มใจทำ และทำบุญแล้วต้องสบายใจ ซึ่งการทำบุญนั้นต้องทำให้ครบทั้ง 3 อย่างที่กล่าวมา จากนั้นอุทิศส่วนบุญส่วนกุศลให้กับเจ้ากรรมนายเวร (ประกิจ, 2544)

นอกจากนี้การบำบัดเยียวยาอาจใช้วิธีการส่งพลังจักรวาลโดยการแผ่รังสีเป็นการแผ่พลังออรัล การส่งพลังโดยการถ่ายพลังลงไปในตัวกลางเช่นเดียวกับการที่พระถ่ายทอดพลังสวดพุทธคุณลงไปบนขันน้ำที่เรียกว่า "น้ำมนต์" หรือการพุทธานิષะกพระเครื่องและเครื่องรางต่างๆ ได้อีก

ด้วย (ประกิจ, 2544) และในการกำหนดจัดส่งพลังจักรวาลไปบำบัดเยียวยาผู้ป่วยนั้น ยังสามารถใช้สีช่วยในการบำบัดเยียวยาได้อีกด้วยซึ่งจะทำให้ผู้ป่วยหายเร็วขึ้น ดังรายละเอียดที่จะกล่าวต่อไป

#### การใช้สีในการบำบัดเยียวยา

เนื่องจากพลังจักรวาลเป็นพลังจากรังสีคอสมิก นำมาใช้ในการบำบัดเยียวยาในรูปแบบของแสงอาทิตย์ ซึ่งประกอบด้วยพลังแสงที่มีสี 7 สี หรือสีรุ้ง หรือสีของจักรวาลทั้ง 7 ในการบำบัดเยียวยาด้วยพลังจักรวาลใช้คุณสมบัติของแสงซึ่งทำให้เกิดความถี่ และใช้คุณสมบัติของสีซึ่งทำให้เกิดแรงสั่นสะเทือน หลักการโดยใช้แสงและสีเหล่านี้ไปทำให้เกิดความถี่และเกิดแรงสั่นสะเทือนในบริเวณที่เป็นโรค ซึ่งความถี่และแรงสั่นสะเทือนของแสงจะเป็นตัวปรับสมดุลให้กับร่างกาย (คณะพลังจักรวาล, 2546) โดยสีที่นำมาใช้ในการบำบัดเยียวยาด้วยพลังจักรวาล ดังแสดงในภาพ 8

	สีแดง		สีฟ้า		สีชมพู
	สีส้ม		สีฟ้าอ่อน		สีทอง
	สีเหลือง		สีน้ำเงิน		สีขาวเจดจ้า
	สีเขียวเข้ม		สีม่วงเข้ม		สีขาวแพดตินัม
	สีเขียว		สีม่วงเจดจ้า		สีเหลืองอำพัน
	สีเขียวตองอ่อน		สีม่วงอ่อน		สีทองอำพัน

ภาพ 8 สีที่นำมาใช้ในการบำบัดเยียวยาด้วยพลังจักรวาล

หมายเหตุ จาก คู่มือวิชาพลังจักรวาล เรียนด้วยตนเอง (หน้า 74), โดย คณะพลังจักรวาล, 2546, กรุงเทพมหานคร: กรกฎ.

#### 1. หลักในการใช้สีรักษาโรค มีหลักการดังนี้ (ธารธรรมแก้ว, 2541)

1.1 สีที่มีความรุนแรงหรือสีอันตรายได้แก่ สีแดง สีส้ม สีเหลือง ซึ่งเป็นพวกกระตุ้นและทำลายอย่างรุนแรงเป็นสีอันตราย ไม่ควรใช้กับอวัยวะที่บอบบาง เช่น สมอง ตา และหัวใจ

1.2 สีสี่ที่มีความรุนแรงปานกลางได้แก่ สีเขียว สีน้ำเงิน สีชมพู สีทอง เป็นสีที่ใช้กระตุ้นเซลล์เบาๆ กระตุ้นอารมณ์อ่อนๆ สีชมพูจะใช้น้ำมันทำให้คนยอมอ่อนข้อให้โดยเป่าลงที่จักระ 4 หรือจักระ 7

1.3 สีอ่อน เป็นสีที่ไม่มีอันตรายช่วยทำนุบำรุงอวัยวะได้แก่ สีฟ้าอ่อน สีเขียวอ่อน สีแดงอ่อน สีส้มอ่อน สีม่วง

1.4 สีหลักที่ใช้ในการบำบัดเยียวยา คือสีน้ำเงินและสีแดง เพราะคุณสมบัติที่โดดเด่นของสีทั้งสองคือ สีน้ำเงินเป็นสีในโทนเย็นจะทำให้เกิดความรู้สึกผ่อนคลายและทำให้ทุกอย่างมีการเคลื่อนไหวช้าลง ส่วนสีแดงเป็นสีในโทนร้อนจะทำให้เกิดการกระตุ้นและเร่งเร้าและทำให้มีการเคลื่อนไหวมากขึ้น

1.5 ในการใช้สีบำบัดเยียวยาจะใช้สีน้ำเงินหรือแดงเป็นหลักและอาจจะตามด้วยสีชนิดอื่นๆ เพื่อเป็นการเพิ่มประสิทธิภาพในการบำบัดเยียวยาให้ดียิ่งขึ้น

1.6 เมื่อใช้สีในโทนร้อนเป็นสีที่ใช้ในการบำบัดเยียวยาแล้ว ก่อนที่จะจบการบำบัดเยียวยาจะต้องให้สีในโทนเย็นตามไปด้วยเพื่อให้เกิดความสมดุลของสีภายในร่างกาย

1.7 ระยะเวลาในการให้สีจะใช้ประมาณ 2-5 นาที ตามแต่อาการและชนิดของโรคที่รักษา

1.8 การบำบัดเยียวยาให้ทำการบำบัดเยียวยาในที่โล่งแจ้ง เพราะผนังห้องอาจจะมีการดูดซับสีเอาไว้หรือถ้าบริเวณเป็นกระจกก็อาจจะมีการสะท้อนคลื่นออกไปได้

1.9 สีบริสุทธิ์คือสีไม่มีสีอื่นผสมอยู่มักจะสามารถผ่านเข้าสู่ร่างกายได้อย่างรวดเร็ว การให้สีในตำแหน่งใดตำแหน่งหนึ่งของร่างกายจะส่งผลไปทั่วร่างกายได้

## 2. คุณสมบัติของสี สีแต่ละสีจะมีคุณสมบัติแตกต่างกัน ดังนี้ (ประกิจ, 2544)

2.1 สีแดง เป็นสีที่ช่วยกระตุ้นให้มีการไหลเวียนของโลหิต ช่วยซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอของกระดูกและกล้ามเนื้อ ช่วยให้การกระตุกแข็งแรง ใช้กระตุ้นประสาท กระตุ้นการสร้างเม็ดเลือด ห้ามใช้ในกรณีที่มีการอักเสบหรือใช้รักษาแผลสดเพราะทำให้มีการอักเสบหรือทำให้มีเลือดออกเพิ่มมากขึ้น ส่วนผลทางด้านจิตใจทำให้เกิดความจริงใจ ให้เกิดความเห็นใจ ถ้าใช้ในทางลบจะเกิดความดุร้าย

2.2 สีส้ม ช่วยในการทำลายพิษ ขับของเสีย กำจัดเชื้อโรค ละลายสิ่งแปลกปลอม เช่น นิ้ว มะเร็ง ยาฆ่าแมลง แก๊ตอะคริว กล้ามเนื้อชักเกร็ง หอบหืด แพ้อากาศอย่างรุนแรง ส่วนผลทางด้านจิตใจทำให้มีความร่าเริงแจ่มใส



ร้อยละ 60 รวมกับสีส้มร้อยละ 40 เพื่อใช้รักษาแผลสด หรือสีเขียวยร้อยละ 50 รวมกับสีน้ำเงินร้อยละ 50 เป็นสีเขียวขี้ม้า รักษาการติดเชื้ออย่างรุนแรง เป็นต้น

3. ข้อควรระวังในการใช้สี ในการใช้สีรักษาโรคมีข้อควรระวังดังนี้ (ประกิจ, 2544)

3.1 สีโทนร้อน เช่นสีแดง สีส้ม และสีเหลือง จะทำให้เกิดความอ่อนล้าได้ง่าย ดังนั้นจะต้องใช้ความระมัดระวังในการบำบัดเยียวยาให้มาก

3.2 การให้สีนานเกินไป อาจจะทำให้ผู้ป่วยเกิดอาการผิปกติขึ้นได้ เนื่องจากสีจะถูกดูดซับผ่านจักษะและผิวหนัง จึงสามารถส่งผลต่ออวัยวะต่างๆ ได้

3.3 สีของเสื้อผ้าและสารเคมีในร่างกายล้วนแต่ส่งผลกระทบต่อร่างกาย ดังนั้นในการบำบัดเยียวยาจึงจำเป็นต้องให้คำแนะนำและความรู้เหล่านี้แก่ผู้ที่มารับการบำบัดเยียวยาด้วย

3.4 ตาและหูเป็นจุดที่ไวต่อการรับสีมาก จะต้องระมัดระวังเป็นพิเศษ ดังนั้นการบำบัดเยียวยาด้วยพลังจักรวาลโดยการใช้คุณสมบัติของสีนั้นสามารถทำให้การบำบัดเยียวยาด้วยพลังจักรวาลมีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้น โดยการใช้ต้องทราบการวินิจฉัยโรคอย่างถูกต้อง เพื่อจะได้ใช้สีให้เหมาะสมกับโรค และที่สำคัญผู้บำบัดเยียวยาต้องมีพลังสมาธิสามารถกำหนดจิตในการใช้สีได้ถูกต้อง

*การใช้อัญมณีในการบำบัดเยียวยา (เยาวเรศ, 2542)*

อัญมณี ได้ถูกนำมาใช้ในการบำบัดเยียวยามาตั้งแต่สมัยโบราณ ซึ่งอัญมณีแต่ละชนิดจะมีสีและแสงเฉพาะ การนำอัญมณีมาใช้ในการบำบัดเยียวยาด้วยพลังจักรวาลต้องเลือกให้เหมาะสมกับโรคนั้นๆ วิธีการโดยให้ผู้ป่วยกำอัญมณีไว้ในมือหรือวางลงบนจักษะที่มีปัญหาหรือตรงอวัยวะที่เจ็บป่วย ซึ่งอัญมณีที่นำมาใช้มีด้วยกันดังนี้

ชนิดของอัญมณีที่ใช้ในการบำบัดเยียวยา

1. อัญมณีสีแดง เช่น ออฟริกันรูบี้ หรือทับทิม ใช้ฆ่าเชื้อมะเร็ง เชื้อเอดส์ ไวรัสตับอักเสบบี และใช้สร้างเม็ดเลือดแดง

2. อัญมณีสีส้ม เช่น พลอยคามิเลียน ใช้ละลายก้อนเนื้องอกหรือก้อนเลือดในเนื้อสมอง

3. อัญมณีสีเหลือง เช่น พลอยซิทรินหรือโทปาส ช่วยเพิ่มเม็ดเลือดแดง เกิดเลือดเพิ่มเยื่อกระดูก ช่วยในการย่อยอาหาร กระตุ้นการหลั่งน้ำดี และช่วยฆ่าพยาธิ

4. อัญมณีสีเขียว เช่น คริสโตเฟรส ช่วยสร้างความสุข ทำลายเชื้อโรค ลดความดันโลหิต ให้ความเย็น กระตุ้นต่อมใต้สมอง ช่วยให้หลอดเลือดขยายตัว ช่วยให้นอนหลับ เป็นต้น

5. อัญมณีสีฟ้า เช่น พลอยเทอคอยส์ ใช้ลดความร้อน ลดไข้ ใช้เป็นยาชาเฉพาะที่ ใช้ห้ามเลือด ลดการบวม ลดความโกรธ รักษาตา ผิวน้ำนม ลมพิษ ภูมิแพ้ เป็นต้น

6. อัญมณีสีโพลิน ใช้กวาดล้างสิ่งสกปรก เชื้อโรค พลังความชั่วร้ายให้ออกจากร่างกาย เพิ่มปัญญา เป่าให้แผลหายเร็วช่วยลดปวด ช่วยให้คนหมดสติฟื้นอย่างรวดเร็ว คลายเครียด

7. อัญมณีสีม่วงเข้ม ใช้ขจัดความปวด ช่วยในการฟอกเลือด สร้างเม็ดเลือดขาว ระงับการตกเลือด ถ้าใช้ร่วมกับสีโพลินช่วยแก้อาการหุนหวก หูอื้อ ไทรอยด์ มะเร็งโพรงจมูก อัมพาตเฉียบพลัน เป็นต้น

ตามที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า การบำบัดเยียวยาด้วยอัญมณี เป็นการบำบัดเยียวยาโดยการใช้อนุและแสงของอัญมณี ที่มีคุณสมบัติเหมือนกับการใช้สีบำบัดเยียวยาจากที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น โดยสีและแสงจะมีคุณสมบัติในการสัมผัสเพื่อน สามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้หลายๆ ด้าน และนอกจากนี้สีและแสงของอัญมณีสามารถใช้ในการนึ่งน้ำวให้เกิดการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพ อารมณ์ สภาวะจิต และการจัดส่งพลังจักรวาลให้เข้าสู่จักรวาลในร่างกายได้อย่างเต็มที่

จากแนวคิดเกี่ยวกับพลังจักรวาลที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า พลังจักรวาลมีประโยชน์มากมาย ในการนำมาใช้ในการดูแลสุขภาพ นอกจากนำมาใช้ได้ง่าย สะดวก และไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายแล้วยังสามารถบำบัดเยียวยาโรคได้ทุกโรคโดยไม่จำกัดเวลาและสถานที่ แต่เนื่องจากมีข้อจำกัดค่อนข้างมากในเรื่องการปฏิบัติตนโดยเฉพาะการปฏิบัติธรรมและการฝึกจิตให้มีพลัง พลังจักรวาลจึงมีการนำมาใช้เฉพาะกลุ่มบุคคล และใช้เมื่อเป็นโรคที่รักษาไม่หายจากการแพทย์แผนปัจจุบันเท่านั้น และในการที่นำพลังจักรวาลมาใช้ในการดูแลสุขภาพให้มีประสิทธิภาพนั้นต้องมีการนำมาใช้ให้ครอบคลุมทั้งด้านกาย จิตสังคัม จิตวิญญาณ และสิ่งแวดล้อมคือธรรมชาติหรือจักรวาลให้มีความสมดุลกันให้ครอบคลุมแบบองค์รวม

#### แนวคิดเกี่ยวกับการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา

การวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา (phenomenology research) เป็นรูปแบบหนึ่งของการวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative research) ซึ่งมีแนวคิดคือเป็นการแสวงหาความรู้อย่างเป็นระบบ (อาภรณ์, 2536) เป็นการศึกษารูปแบบการแปลความหมายของประสบการณ์ตามสถานการณ์ที่เป็นจริง และการรับรู้ของผู้อาศัยอยู่ในสถานการณ์นั้นๆ เน้นธรรมชาติ (nature) และความจริง (truth) ของปรากฏการณ์ (ประณีต, วิภาวี และเพลินพิศ, 2543) คำว่าปรากฏการณ์วิทยามาจากคำว่า phenomenon เป็นภาษากรีก หมายถึง ปรากฏ (appearance) และ logos ซึ่งหมายถึง เหตุผล (Walters, 1995) วิธีการศึกษาโดยการศึกษานักคิดซึ่งผ่านประสบการณ์นั้นๆ จะได้รับการ

สัมภาษณ์ให้บรรยายประสบการณ์ความรู้สึกในภาวะการณ์นั้นๆ จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาแปลความหมายค้นหาข้อสรุปที่น่าจะสามารถอธิบายปรากฏการณ์นั้นๆ ได้ดีที่สุด ดังนั้นกระบวนการศึกษาวิจัยผู้วิจัยจำเป็นต้องซักถามอย่างละเอียด เจาะลึกหาข้อเท็จจริงเพื่อให้ผู้ให้ข้อมูลสามารถอธิบายประสบการณ์ของตนเองอย่างชัดเจน การเก็บข้อมูลกระทำจนกระทั่งผู้วิจัยรู้สึกอิ่มตัว และไม่มีแก่นความคิดใหม่ปรากฏขึ้นมาจึงหยุดการเก็บข้อมูล เมื่อผ่านการวิเคราะห์แล้วผู้วิจัยจึงนำผลการวิเคราะห์เรียบเรียงเป็นการสร้างคำจำกัดความเชิงโครงสร้าง (structural definition) (ดารุณี, 2545; อภรณ์, 2536)

ดังนั้นการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา จึงเป็นการศึกษาที่มีจุดมุ่งหมายเพื่ออธิบายปรากฏการณ์และให้ความสำคัญกับประสบการณ์ชีวิตของบุคคล มุ่งเน้นการค้นหาสาระของปรากฏการณ์ตามธรรมชาติ และให้ความหมายในทุกๆ ประเด็นในปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้น ให้ความสำคัญกับการรับรู้ของบุคคล รวมทั้งการมีสติสะท้อนคิดพิจารณาการเกิดขึ้นของเหตุการณ์ตามธรรมชาติ โดยมีข้อตกลงเบื้องต้นว่าบุคคลเป็นผู้ที่รู้และสามารถบอกเล่าความหมายของประสบการณ์ที่เกิดขึ้นได้ (Streubert & Carpenter, 1995)

#### *ประวัติความเป็นมาของการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา*

การวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาได้มีการพัฒนาขึ้นครั้งแรกที่ประเทศเยอรมันในช่วงศตวรรษที่ 20 ซึ่งโคเฮน (Cohen, 1987) ได้แบ่งการพัฒนาเป็น 3 ยุคคือ

1. ยุคเตรียมการ (Preparatory phase) เป็นยุคแรกของการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา ผู้ที่มีบทบาทในยุคนี้คือ เบรันทาโน (Brentano) และ คาล สตรัฟ (Carl Stumpf) โดยใช้แนวคิดการโต้ตอบอย่างตั้งใจ (discuss intentionality) ซึ่งมีความเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างที่ปรากฏเราสามารถพิจารณาได้ถึงจิตใจของคนคนนั้น

2. ยุคเยอรมัน (German phase) เป็นยุคที่สองของการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา ผู้ที่มีบทบาทในยุคนี้คือ เอดมาน ฮัสเซอร์ (Edmund Husserl) และไฮดิกเกอร์ (Heidegger) ซึ่งเป็นบุคคลที่ได้รับการยกย่องว่าเป็นบิดาของปรัชญาแนวปรากฏการณ์วิทยา (Omery, 1983)

ฮัสเซอร์ เป็นชาวเยอรมัน ได้ให้ความหมายของการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาว่าเป็นการศึกษาความหมายของประสบการณ์ที่เกิดจากการรู้สึกตัว เป็นการค้นหาประสบการณ์ชีวิตของมนุษย์โดยธรรมชาติ (Koch, 1994) โดยฮัสเซอร์เชื่อว่าการระลึกรู้ของประสบการณ์เป็นความหมายของความรู้ และเชื่อว่า สิ่งที่รู้ หมายถึง สิ่งที่เห็น (to know mean to see) (Kohak, 1978 cited by Koch, 1994) โดยเขาได้กล่าวถึงแนวคิดเกี่ยวกับชีวิตกับโลก (life-world) หรือประสบการณ์การมีชีวิต (lived experience) ซึ่งการเข้าใจการมีชีวิตบนโลกนั้นไม่สามารถเข้าใจได้โดยง่าย เพราะไม่ใช่



ความรู้สึกโดยทั่วไป และเขาเชื่อว่ากายกับจิตของมนุษย์มีการแยกออกจากกัน แนวคิดของฮัสเซอร์ เป็นการศึกษาปรากฏการณ์วิทยาที่เน้นการทำความเข้าใจ (intentionality) การเน้นสาระสำคัญ (essences) และการทอนประสบการณ์ (reduction) หรือการแบคเก็ตติ้ง (bracketing) คือการเอาตัวเองออกจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริง

ดังนั้นการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาตามแนวคิดของฮัสเซอร์จึงเป็นการค้นหาความเป็นจริงที่ปรากฏของวิธีการและกระบวนการเกิดขึ้นของปรากฏการณ์นั้น เป็นปรากฏการณ์วิทยาแบบนามธรรม (transcendental) โดยในการศึกษาผู้วิจัยต้องไม่นำความเชื่อหรือประสบการณ์ที่ตนเองเคยประสบมาให้ความหมายของประสบการณ์ที่ต้องการศึกษา และไม่มีความคิดล่วงหน้าหรือถ้ามีผู้วิจัยจะต้องแยกออกจากสิ่งที่กำลังศึกษาโดยใช้วิธีการที่เรียกว่า แบคเก็ตติ้ง (bracketing)

ต่อมาไฮดิกเกอร์ (Heidegger) ซึ่งเป็นศิษย์เอกและผู้ร่วมงานของฮัสเซอร์ ได้พัฒนาแนวคิดของการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาโดยเขาไม่เห็นด้วยกับฮัสเซอร์ที่เชื่อว่า กายกับจิตของมนุษย์มีการแยกออกจากกัน (Koch, 1996) เขามองชีวิตของมนุษย์เป็นองค์รวม การวิจัยเชิงปรากฏการณ์ของไฮดิกเกอร์จึงเป็นการศึกษาปรากฏการณ์วิทยาเพื่อทำความเข้าใจหรือการศึกษาการแปลความหมายของปรากฏการณ์ (hermeneutic phenomenology or interpretive phenomenology) โดยเน้นว่าเป็นการค้นหาเพื่อแปลความหมายของการมีชีวิตหรือการเป็นอยู่ในปรากฏการณ์นั้นๆ ของบุคคลที่มีความหมายต่อบุคคลนั้นอย่างไร การวิจัยเชิงปรากฏการณ์แบบการแปลความหมายของประสบการณ์ จึงเป็นการที่ผู้วิจัยต้องทำความเข้าใจปรากฏการณ์นั้นล่วงหน้า (pre-understanding) เพื่อที่จะได้นำมาใช้ในการแปลความหมายร่วมกับผู้ให้ข้อมูลในบริบทของการศึกษาปรากฏการณ์นั้นๆ โดยผู้วิจัยจะแปลความหมายของปรากฏการณ์นั้นตามความจริงที่เกิดขึ้นซึ่งรายละเอียดจะกล่าวต่อไป

3. ยุคฝรั่งเศส (French phase) เป็นการพัฒนามาจากยุคที่สอง บุคคลที่มีความสำคัญในขณะนี้คือ กาบิล มาเคิล (Gabriel Marcel) ยีน พอนส์ ซาร์ตรี (Jean Paul Sartre) และมัวส์ไรส์ เมอเลอร์-พอนตี (Maurice Merleau-Ponty) โดยมีจุดเน้นในการให้ความสำคัญต่อการรับรู้ความคิดของบุคคล โดยเชื่อว่าบุคคลเป็นผู้ที่รู้เรื่องราวของตัวเองมากที่สุด (Streubert & Carpenter, 1995)

#### ลักษณะการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา

การวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยามีหลายลักษณะด้วยกัน ซึ่งโอเมอรี (Omery, 1983) ได้กล่าวถึงลักษณะการศึกษาเชิงปรากฏการณ์วิทยาไว้ 6 อย่างด้วยกัน คือ

1. การวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาเชิงบรรยาย (descriptive phenomenology) เป็นการศึกษาเพื่อบรรยายปรากฏการณ์นั้น ๆ ในหลาย ๆ รูปแบบ

2. การวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาเชิงสาระแก่นแท้ (essential phenomenology) ซึ่งศึกษาเกี่ยวกับการรับรู้ (perception) การสืบสวน (probing) เกี่ยวกับการปรากฏการณ์เพื่อหาโครงสร้างและความสัมพันธ์ในปรากฏการณ์นั้นๆ

3. การวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาตามปรากฏการณ์ที่ปรากฏให้เห็น (appearances phenomenology) เป็นการศึกษาให้ความสนใจหรือเฝ้ามองเพื่อให้เห็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นแตกต่างกันหลายวิธี ให้เห็นอย่างชัดเจนในสิ่งที่คลุมเครือ

4. การวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาแบบโครงสร้าง (constitutive phenomenology) เป็นการศึกษารายละเอียดที่เกิดขึ้น เพื่อให้ทราบถึงปรากฏการณ์นั้น ๆ

5. การวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาแบบส่วนย่อย (reductive phenomenology) เป็นการศึกษาโดยการแยกความเชื่อในเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริง และทำการตรวจสอบโดยการเอาตัวเองออกจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริง (bracketing)

6. การวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาแบบเฮร์แมนนิวติก หรือการศึกษาการแปลความหมายของปรากฏการณ์ (hermeneutic phenomenology or interpretive phenomenology) เป็นการศึกษาตีความหรือการแปลความหมายในปรากฏการณ์ที่อาจไม่เคยพบมาก่อน โดยการสำรวจโดยตรง วิเคราะห์และบรรยาย

*การวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาแบบเฮร์แมนนิวติก หรือการศึกษาการแปลความหมายของปรากฏการณ์*

การวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาแบบเฮร์แมนนิวติกหรือการศึกษาการแปลความหมายของปรากฏการณ์ (hermeneutic phenomenology or interpretive phenomenology) ได้เริ่มขึ้นเมื่อประมาณศตวรรษที่ 20 จากการศึกษาวิเคราะห์ของไฮดิกเกอร์ ซึ่งได้วิเคราะห์เกี่ยวกับประสบการณ์การดำรงชีวิตของมนุษย์ ทำให้เขาได้ให้ข้อเสนอแนะว่า การแปลความหมายหรือการให้ความหมายเป็นพื้นฐานที่สำคัญของการมีชีวิต การดำรงชีวิตและห้วงของกาลเวลา (Being and Time) ซึ่งหมายถึงการพยายามตีความผ่านการให้ความหมายของการดำเนินชีวิต (hermeneutic of design) (Plager, 1994) ดังนั้นการศึกษาค้นคว้าเชิงปรากฏการณ์วิทยาแบบเฮร์แมนนิวติกในศาสตร์ของความเป็นมนุษย์ จึงมาจากงานเขียนของไฮดิกเกอร์เป็นส่วนใหญ่

จุดมุ่งหมายของการศึกษาการแปลความหมายของปรากฏการณ์ ในการศึกษาการแปลความหมายของปรากฏการณ์มีจุดมุ่งหมายดังนี้ (Plager, 1994)

1. เพื่อที่จะทำความเข้าใจทักษะ การปฏิบัติ และประสบการณ์ในการดำรงชีวิต
2. เพื่อที่จะค้นหาความคล้ายคลึงกันของความหมาย ทักษะ การปฏิบัติ และประสบการณ์ที่ฝังอยู่ในตัวบุคคล
3. เพื่อที่จะค้นหาตัวอย่างหรือกรณีศึกษาที่สังสมประสบการณ์ใดประสบการณ์หนึ่งในชีวิตประจำวัน ซึ่งจะเป็นผู้ที่ให้ความหมายของประสบการณ์นั้นๆ ได้เป็นอย่างดี

ซึ่งการศึกษาการแปลความหมายของประสบการณ์นั้น ต้องมีการแปลความหมายของการมีชีวิตหรือการเป็นอยู่ในปรากฏการณ์นั้นๆ ของบุคคลที่มีความหมายต่อบุคคลนั้นอย่างไร ดังนั้นการเข้าใจแนวคิดของความเป็นบุคคลจึงมีความสำคัญเพราะจะนำไปสู่แนวคิดในการเลือกใช้ปรัชญานี้เป็นระเบียบวิธีวิจัย ซึ่งไฮดิกเกอร์ได้ให้แนวคิดเกี่ยวกับบุคคลไว้ 5 ประการดังนี้ (ประณีตและคณะ, 2543; Leonard, 1989)

บุคคล (person) เป็นผู้ให้ความหมายต่อปรากฏการณ์ตามความคิดความรู้สึกของตนเอง ซึ่งอาจแตกต่างจากความหมายของคนอื่นๆ นั่นคือประสบการณ์ของใครก็เป็นของคนๆ นั้น ซึ่งเป็นประสบการณ์เฉพาะและเป็นความจริงของบุคคลนั้นโดยเชื่อว่าบุคคลมีคุณลักษณะสำคัญ ดังนี้

1. บุคคลเป็นผู้ที่มีโลกทัศน์ส่วนตัว (the person as having a world) หมายถึงบุคคลมีความสัมพันธ์ โยงใย กับสิ่งแวดล้อมที่ติดตัวเขามาตั้งแต่กำเนิดไม่สามารถแยกจากกันได้ สิ่งแวดล้อมในที่นี้หมายถึง ภาษา ภูมิหลัง หรือวัฒนธรรมที่สืบทอดและติดตัวบุคคลนั้นมาตั้งแต่กำเนิดไม่ใช่เป็นสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ดังนั้นการศึกษาถึงบุคคลจะต้องศึกษาให้เข้าใจในบริบทที่เป็นสิ่งแวดล้อมของบุคคลนั้นว่าเป็นอย่างไร

2. บุคคลเป็นผู้ให้คุณค่า (the person as a being for whom things have significance and value) หมายถึงบุคคลให้คุณค่าหรือความหมายแต่ละเรื่องไม่เหมือนกัน ขึ้นอยู่กับวัฒนธรรม ภาษาและภูมิหลังของแต่ละบุคคล ดังนั้นการทำความเข้าใจในการแสดงออกหรือความรู้สึกของบุคคล จึงต้องศึกษาบุคคลในบริบทของคนๆ นั้น

3. บุคคลเป็นผู้แปลความหมาย (the person as self - interpreting) หมายถึงบุคคลให้ความหมายของประสบการณ์ตามความคิด ความรู้สึกของตนเอง ซึ่งแตกต่างจากความหมายของบุคคลอื่นหรือจากความจริงจากทฤษฎี ทั้งนี้การให้ความหมายขึ้นอยู่กับภูมิหลัง ภาษา และวัฒนธรรมที่สืบทอดกันมา

4. บุคคลเป็นหน่วยรวม (the person as embodied) นั่นคือ รวมการให้ความหมาย ความคาดหวัง ความรู้สึกนึกคิด นิสัย แบบแผนการดำเนินชีวิตไว้ด้วยกันเป็นหนึ่งเดียวไม่สามารถ แยกคนออกเป็นส่วนๆ โดยเชื่อว่าคนประกอบด้วย กาย จิต สังคม และต้องมีปฏิสัมพันธ์กับ สิ่งแวดล้อม ดังนั้นประสบการณ์ของบุคคลจึงเป็นประสบการณ์โดยรวมที่มีความสัมพันธ์เชื่อมโยง ของทุกสิ่งในตัวบุคคลนั้น

5. บุคคลเป็นผู้อยู่ในห้วงเวลา (the person in time) หมายถึง ประสบการณ์ชีวิตของ บุคคลจะเป็นอยู่ตามห้วงของเวลา โดยความคิดในปัจจุบันของบุคคลจะได้รับอิทธิพลมาจากอดีต และส่งผลถึงอนาคตได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสิ่งที่บุคคลตระหนักและให้ความสนใจ ในการที่จะเข้าใจ ประสบการณ์ของบุคคลได้นั้นจะต้องเข้าใจว่าบุคคลนั้นได้ผ่านเหตุการณ์ในอดีตมาอย่างไร และ บุคคลได้คาดหวังถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตว่าเป็นอย่างไร

นอกจากความคิดเกี่ยวกับบุคคลแล้ว ยังมีแนวคิดเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม (world) ซึ่งเป็น กลุ่มของความสัมพันธ์ที่บุคคลมีประสบการณ์อยู่ในปัจจุบันรวมถึงภูมิหลัง อายุ การศึกษา ภาษา ซึ่งภาษาเป็นสื่อที่จำเป็นและต้องทำความเข้าใจทั้งในรูปแบบและความหมายของภาษา ซึ่งอาจ เป็นคำเฉพาะที่เข้าใจเฉพาะในกลุ่มหรือสังคมที่ผู้ให้ข้อมูลใช้ ดังนั้นผู้ศึกษาจึงต้องให้การสนทนา หรือการสื่อสารโดยทำความเข้าใจกับคำหรือภาษาที่ผู้ให้ข้อมูลต้องการสื่อความหมาย ตลอดจน วัฒนธรรมและค่านิยมทางสังคมซึ่งซึมซับอยู่ในตัวบุคคลที่เรียนรู้มาตั้งแต่เกิด และเชื่อว่าบุคคลไม่ สามารถแยกจากสิ่งแวดล้อมได้ (ประณีตและคณะ, 2543)

กาดาเมอร์ (Gadamer) ซึ่งเป็นศิษย์เอกและเพื่อนร่วมงานของไฮเดกเกอร์ ได้ให้แนวคิด เพิ่มเติมในการวิจัยเชิงปรากฏการณ์เพื่อให้เข้าใจถึงประสบการณ์ของบุคคลที่ลึกซึ้งที่สำคัญอีก 3 ประการคือ (Gadamer, 1976 cited by Allen, 1995)

1. การเชื่อมโยงประสบการณ์ (hermeneutic circle) ซึ่งเป็นการเชื่อมโยงประสบการณ์ใน อดีตที่บุคคลเคยได้รับหรือเข้าใจมาก่อนเข้ากับประสบการณ์ครั้งใหม่ เพื่อที่จะรับรู้และแปลความ หมายเกี่ยวกับประสบการณ์ครั้งใหม่เป็นลูกโซ่ นั่นคือบุคคลเข้าใจบางสิ่งบางอย่างได้โดยการ เปรียบเทียบกับอีกสิ่งหนึ่งที่บุคคลนั้นรู้จักหรือเคยมีประสบการณ์มาก่อนเป็นสื่อกลางที่สำคัญที่จะ สื่อความหมายให้เข้าใจปรากฏการณ์นั้นๆ

2. การหลอมรวมความเข้าใจในสิ่งที่ศึกษา (the fusion of horizons) เป็นการเชื่อมมุมมอง ของนักวิจัยซึ่งรวมถึงความรู้และสิ่งต่างๆ จากการศึกษาที่ศึกษานั้นกับผู้ให้ข้อมูล แต่ความเข้าใจถูกต้อง และลึกซึ้งจะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อมีการทำความเข้าใจ เชื่อมโยง แลกเปลี่ยนและขยายความคิดเห็นต่อกัน เพื่อช่วยลบลอคติหรือความคิดที่เกิดขึ้นก่อนการศึกษา เพราะในการศึกษาถึงเรื่องใดเรื่องหนึ่ง

ผู้ศึกษาย่อมต้องมีความรู้หรือการคิดที่เกิดจากการอ่านหรือทบทวนวรรณกรรมมาก่อนแล้วทำให้เกิดข้อสงสัยหรือคำถาม อย่างไรก็ตามคำถามที่ต้องการคำตอบของผู้ให้ข้อมูลไม่ได้ใช้เป็นกรอบที่จำกัดการตอบหรือข้อมูลที่ต้องการศึกษา แต่ควรเป็นในลักษณะของการเชื่อมโยงเพื่อให้สิ่งที่ศึกษาหรือข้อมูลที่ค้นพบนั้นเกิดความหมายและความเข้าใจที่ตรงกันระหว่างผู้ศึกษา และผู้ให้ข้อมูลโดยไม่เกิดความลำเอียง

3. บทสัมภาษณ์ที่ได้จากการเก็บรวบรวมข้อมูล (dialogue) ซึ่งเป็นข้อมูลที่ผู้วิจัยได้มาจากการศึกษาตามบริบทที่ได้เข้าไปศึกษา

นอกจากนี้กาดาเมอร์ยังได้อธิบายคำว่าประสบการณ์ชีวิต (lived experience) ไว้ว่าชีวิตมีความเป็นหน่วยเดียวกันเป็นองค์รวมและมีการเกิดขึ้นใหม่ตลอดเวลา เป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับชีวิตและเป็นการทำความเข้าใจและการตัดสินใจในความหมายที่กำลังศึกษา

จากที่ได้กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่าการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาได้มีการพัฒนาเป็นระยะๆ โดยเฉพาะจากแนวคิดของฮัสเซอร์และไฮเดกเกอร์ซึ่งมีความเหมือนและความแตกต่างกัน โดยคอกซ์ (Koch, 1994) ได้สรุปความเหมือนและความแตกต่างของการศึกษาเชิงปรากฏการณ์วิทยาของฮัสเซอร์และไฮเดกเกอร์ไว้ดังนี้

1. ลักษณะของปรากฏการณ์ ซึ่งฮัสเซอร์ศึกษาปรากฏการณ์วิทยาแบบนามธรรม (transcendental) ในขณะที่ไฮเดกเกอร์ศึกษาปรากฏการณ์วิทยาแบบการศึกษาการแปลความหมายของประสบการณ์ (hermeneutic phenomenology or interpretive phenomenology)

2. ลักษณะสำคัญ ฮัสเซอร์เน้นวิธีการและกระบวนการได้มาซึ่งปรากฏการณ์ (epistemology) ส่วนไฮเดกเกอร์เน้นความจริงแท้แน่นอนของการมีชีวิตอยู่ (existential-ontological) เน้นการแปลความหมายของปรากฏการณ์ตามความจริงที่เกิดขึ้น

3. คำถาม ฮัสเซอร์ถามวิธีการได้มาซึ่งองค์ความรู้ โดยคำถามต้องการรู้ว่าทำอย่างไรให้เรารู้ว่าเรารู้อะไร ส่วนไฮเดกเกอร์ถามถึงประสบการณ์และการศึกษาการแปลความหมายของประสบการณ์ โดยคำถามต้องการรู้ว่าอะไรเป็นสิ่งที่ให้ความหมายแก่บุคคล

4. ความเชื่อ ฮัสเซอร์เชื่อว่ามนุษย์มีการแยกส่วนระหว่างกายและจิต ส่วนไฮเดกเกอร์เชื่อเรื่องมนุษย์เป็นองค์รวม ไม่สามารถแยกออกจากกันได้

5. ความสนใจ ฮัสเซอร์ไม่สนใจประวัติในอดีตของบุคคล ในขณะที่ไฮเดกเกอร์ให้ความสนใจเกี่ยวกับประวัติในอดีตของบุคคล

6. การวิเคราะห์ การวิเคราะห์ของฮัสเซอร์เป็นการให้ความหมายของผู้วิจัยโดยใช้บรรทัดฐานของผู้วิจัย และเชื่อการใช้เทคนิคแบคเก็ตติ้ง (bracketing) โดยผู้วิจัยไม่นำความเชื่อหรือ

ประสบการณ์ที่ตนเองเคยประสบมาให้ความหมายของประสบการณ์ที่ต้องการศึกษา และไม่มีความคิดล่วงหน้าหรือถ้ามีผู้ศึกษาจะต้องแยกออกจากสิ่งที่กำลังศึกษาเพื่อให้ได้ความหมายของสิ่งที่ต้องการศึกษาอย่างแท้จริง เป็นการป้องกันความเป็นจริงของข้อมูล ส่วนการวิเคราะห์ของไฮเดกเกอร์เน้นการวิเคราะห์ที่ได้มาจากผู้ให้ข้อมูลเป็นผู้แปลความหมาย โดยมีการเชื่อมโยงประสบการณ์ ภูมิหลัง การมีส่วนร่วมในการแปลความหมายของประสบการณ์และการทำความเข้าใจล่วงหน้า

### *ความน่าเชื่อถือได้ของข้อมูล*

การวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาแบบเฮอร์แมนนิติกหรือการศึกษาการแปลความหมายของประสบการณ์ เป็นการศึกษาที่ให้ความสำคัญของข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ในช่วงระยะเวลาที่ทำการศึกษา แต่เนื่องจากข้อมูลที่ได้ไม่มีการใช้วิธีการทางสถิติหรือตัวเลขมายืนยันถึงผลการวิจัย ดังนั้นอาจทำให้เกิดความสงสัยในความตรงและความน่าเชื่อถือได้ของข้อมูล โดยปัญหาที่พบคือการบรรยายประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูลและการใช้ภาษามีความไม่ชัดเจน (Leonard, 1989) ดังนั้นในการตรวจสอบข้อมูลเพื่อให้มีความตรงและความน่าเชื่อถือได้นั้น (trustworthiness) ลินคอนและกูปา (Lincoln & Guba, 1985) ได้เสนอเกณฑ์ในการพิจารณาความน่าเชื่อถือของข้อมูลไว้ 4 ข้อคือ

1. ข้อมูลที่ได้เป็นข้อมูลที่เป็นจริง (truth value) รวมถึงเป็นข้อมูลที่น่าเชื่อถือได้ (credibility) และมีความตรงภายใน (internal validity) การวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาแบบฮิวแมนนิติกซ์ หรือการศึกษาการแปลความหมายของประสบการณ์เป็นการศึกษาที่ต้องมีการบรรยายและอธิบายประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูลที่ต้องเป็นจริง แต่เนื่องจากการศึกษาในช่วงเวลาที่ต่างกันอาจทำให้ผลที่ได้แตกต่างกันไปตามบริบทที่ศึกษา การได้มาซึ่งข้อมูลที่ต้องเป็นจริงจะทำให้การศึกษาเชิงปรากฏการณ์วิทยามีความน่าเชื่อถือมากขึ้นโดยวิธีที่จะได้มาซึ่งข้อมูลที่เป็นจริงนั้น ผู้วิจัยจะต้องมีเทคนิควิธีการในการที่จะให้ได้มาซึ่งข้อมูลที่เป็นจริงคือ

- 1.1 การให้เวลาในการเข้าไปอยู่กับผู้ให้ข้อมูลนานขึ้น (prolong engagement) เพื่อเพิ่มความสนิทสนม และสร้างความไว้วางใจซึ่งกันและกัน พร้อมทั้งมีการสังเกตอย่างต่อเนื่อง (persistent observation) เพื่อที่ผู้วิจัยจะได้อธิบายลักษณะและส่วนประกอบของสถานการณ์ได้ตรงกับประเด็นหรือปัญหาที่น่าสนใจน่าติดตามในการวิจัยครั้งนี้

- 1.2 ให้ผู้ที่ให้ข้อมูลกลุ่มเดียวกันเป็นผู้ที่อธิบายข้อมูลที่ได้ (peer debriefing)

- 1.3 การวิจัยมีการวิเคราะห์ข้อมูลที่มีความแตกต่างกัน (negative cases)

1.4 มีการอ้างอิงอย่างเพียงพอ (referential adequacy)

1.5 มีการให้ผู้ให้ข้อมูลตรวจสอบข้อมูลที่ได้อีกครั้ง (member check)

2. ข้อมูลที่ได้มีประโยชน์สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ (applicability or transferability)

การวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาแบบฮิวแมนนิติกส์หรือการศึกษาการแปลความหมายของประสบการณ์เป็นการศึกษาที่ใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวนน้อยไม่เหมือนกับการศึกษาเชิงปริมาณ ผู้วิจัยจึงต้องมีการบรรยายและพรรณนาข้อมูลอย่างละเอียด อธิบายให้เห็นชัดเจนถึงปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้น เพื่อให้ผลการศึกษานำไปประยุกต์ได้ในบริบทที่มีความคล้ายคลึงกัน

3. ข้อมูลมีความคงเส้นคงวาไม่เปลี่ยนแปลง (consistency or dependability) เป็นความสม่ำเสมอของระเบียบวิธีวิจัยและผลการวิจัยเมื่อนำไปศึกษาในกลุ่มเดิมหรือในกลุ่มที่มีความคล้ายคลึงกัน ผลที่ได้จากการศึกษาเป็นข้อมูลที่ได้ในลักษณะเดียวกัน

4. ผลการวิจัยที่ได้มีความเป็นกลางไม่ลำเอียง (neutrality or confirmability) นั่นคือผลการวิจัยครั้งนี้เป็นการได้มาซึ่งข้อมูลที่มีความเป็นจริงสามารถตรวจสอบได้

#### *การวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาทางการพยาบาล*

ปัจจุบันการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาแบบเฮอริแมนนิติกหรือการศึกษาการแปลความหมายของปรากฏการณ์กำลังได้รับความนิยมแพร่หลายโดยเฉพาะการวิจัยด้านการพยาบาล ซึ่งได้นำมาใช้ในการศึกษาในผู้ป่วยเรื้อรัง เช่น ผู้ป่วยโรคความดันโลหิต ผู้ป่วยโรคเบาหวาน ผู้ป่วยมะเร็ง และผู้ป่วยเอดส์ เป็นต้น จากการทบทวนงานวิจัยในประเทศไทยพบว่ามีการศึกษาดังนี้

ชวนพิศ (2541) ศึกษาเรื่องประสบการณ์การเจ็บป่วยของผู้ป่วยโรคหลอดเลือดหัวใจตีบ ผลการศึกษาครั้งนี้ชี้แนะถึงความจำเป็นที่พยาบาลต้องมีความเข้าใจถึงการรับรู้การให้ความหมายและการจัดการต่อการเจ็บป่วยของผู้ป่วยโรคหลอดเลือดหัวใจตีบ และการให้การพยาบาลอย่างต่อเนื่องที่คำนึงถึงประสบการณ์การเจ็บป่วยของผู้ป่วยในแต่ละระยะของการเจ็บป่วยจะช่วยให้ผู้ป่วยอยู่ในระยะโรคสงบได้ยาวนาน

จิตตินันท์ (2541) ศึกษาเรื่องประสบการณ์การควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน การศึกษาครั้งนี้สามารถได้องค์ความรู้ที่สำคัญคือการดูแลผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน ควรส่งเสริมให้ผู้ป่วยสามารถเรียนรู้ทำความเข้าใจกับภาวะความเจ็บป่วย และผลกระทบที่เกิดขึ้นกับตน เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถค้นหาและเรียนรู้วิธีการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดที่เหมาะสม และสอดคล้องกับวิถีการดำเนินชีวิตของตนเอง รวมทั้งได้แนวทางในการชี้แนะ

การบริหาร บริการพยาบาล การศึกษา และการวิจัยทางการพยาบาล เพื่อส่งเสริมผู้ป่วยให้สอดคล้องกับวิถีชีวิต และมีแนวโน้มที่จะควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้อย่างต่อเนื่อง

ทิพมาศ (2541) ศึกษาการรับรู้และการเผชิญปัญหาต่อการได้รับเคมีบำบัดของผู้ป่วยมะเร็งปอด การศึกษาครั้งนี้ทำให้ได้องค์ความรู้เกี่ยวกับวิชาชีพการพยาบาลคือ การให้การดูแลผู้ป่วย ต้องคำนึงถึงปรากฏการณ์การดูแลเยียวยาตนเองของผู้ป่วยตั้งแต่เริ่มเจ็บป่วยจนกระทั่งเสียชีวิต เกิดความเข้าใจถึงการรับรู้และการเผชิญปัญหาของผู้ป่วยมะเร็งปอดที่ได้รับเคมีบำบัด และได้แนวทางในการชี้แนะนโยบายการจัดการระบบบริการพยาบาลในหอผู้ป่วยที่รักษาพยาบาลผู้ป่วยมะเร็ง เพื่อส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีการเผชิญปัญหาที่สอดคล้องกับความต้องการของผู้ป่วยได้อย่างแท้จริง

มนัสวี (2542) ศึกษาเรื่องประสบการณ์การดูแลของผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง ผลการศึกษาครั้งนี้ทำให้เกิดความเข้าใจการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังมากขึ้น สามารถเป็นแนวทางในการพัฒนา และส่งเสริมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่สอดคล้องกับบริบทของผู้ป่วยอย่างแท้จริง

อรสา (2542) ศึกษาเรื่องกระบวนการดูแลตนเองของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงชนิดไม่ทราบสาเหตุ ผลการศึกษาครั้งนี้ชี้แนะให้พยาบาลควรมีความเข้าใจถึงการให้ความหมายความดันโลหิตสูงตามการรับรู้ของผู้ป่วย และการจัดการการดูแลในแต่ละระยะของการเจ็บป่วย เพื่อจะได้ให้การพยาบาลที่สนับสนุนช่วยเหลือให้ผู้ป่วยสามารถเปลี่ยนแปลงระดับการจัดการดูแลตนเองเข้าสู่ระดับสูงได้เร็วขึ้น

มาลี (2542) ศึกษาเรื่องประสบการณ์การให้การดูแลของพยาบาลและการได้รับการดูแลของผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์ การศึกษาครั้งนี้สามารถให้แนวทางในการพัฒนาการพยาบาลผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์ และเป็นแนวทางสำหรับการบริหารการพยาบาล การศึกษาการพยาบาลและการวิจัยของการพยาบาล

จันจิรา (2543) ศึกษาการรับรู้สุขภาพและการดูแลตนเองตามทางเลือกในการบำบัดเยียวยาของผู้ป่วยมะเร็งเม็ดเลือดขาว ผลการศึกษาครั้งนี้ได้ข้อมูลที่ดีซึ่งเกี่ยวกับการรับรู้สุขภาพตนเองตามทางเลือกในการบำบัดเยียวยาของผู้ป่วยมะเร็งเม็ดเลือดขาว สามารถนำมากำหนดแนวทางในการดูแลผู้ป่วยมะเร็งเม็ดเลือดขาวที่มีการดูแลสุขภาพแบบผสมผสาน เพื่อให้สอดคล้องกับปัญหาและความต้องการของผู้ป่วยอย่างแท้จริง

จามจุรี (2543) ศึกษาเรื่องการรับรู้สุขภาพและการดูแลตนเองของผู้ติดเชื้อเอชไอวี/ผู้ป่วยเอดส์ที่ดำรงชีวิตอยู่ได้มากกว่า 5 ปี ผลการศึกษาครั้งนี้ สามารถนำมากำหนดแนวทางสำหรับ



พยาบาลในการดูแลผู้ติดเชื้อเอชไอวี/ผู้ป่วยเอดส์ ให้สามารถเข้าสู่ระยะชีวิตที่สมดุลได้เร็วขึ้น มีชีวิตอยู่กับการติดเชื้อได้ยาวนานขึ้น และดำเนินชีวิตต่อไปด้วยความสบายใจ

ผกากรอง (2545) ศึกษาเรื่องประสบการณ์ของผู้สูงอายุในการบำบัดอาการข้อเข่าเสื่อม ด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้าน การศึกษาค้นคว้านี้ชี้ให้เห็นคุณค่าและประสิทธิภาพของภูมิปัญญาพื้นบ้านในการนำมาบำบัดอาการปวดของผู้สูงอายุโรคข้อเข่าเสื่อม ซึ่งสามารถนำไปสู่การผสมผสานแนวคิดในการบำบัดอาการปวดข้อเข่าเสื่อมด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้านกับการแพทย์แผนปัจจุบัน และแก้ไขสุขภาพของผู้สูงอายุให้เหมาะสมกับแต่ละท้องถิ่นต่อไป

ทัศนีย์ (2545) ศึกษาเรื่องประสบการณ์การให้การดูแลของพยาบาลและการได้รับการดูแลของผู้ป่วยเอดส์ที่บ้านในจังหวัดสงขลา การศึกษาค้นคว้านี้ทำให้เห็นภาพรวมประสบการณ์การให้การดูแลของพยาบาลและการได้รับการดูแลของผู้ป่วยเอดส์ที่บ้าน ซึ่งสามารถใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาคุณภาพการพยาบาลและระบบการดูแลผู้ป่วยเอดส์ที่บ้านเพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการการดูแลของผู้ป่วย

สำหรับงานวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาเรื่องพลังจักรวาลในผู้ป่วยเรื้อรังในประเทศไทยจากการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมา พบเพียงการศึกษาของปริญญาพร (2541) ซึ่งศึกษาถึงปัจจัยที่ทำให้คนมารักษาโรคด้วยพลังจักรวาล การศึกษามีจุดประสงค์เพื่อศึกษาสาเหตุที่ทำให้คนเกิดพฤติกรรมมารักษาโรคด้วยพลังจักรวาล โดยได้แบ่งแยกปัจจัยที่ทำให้คนมารักษาโรคด้วยพลังจักรวาลเป็น 7 ประเภท คือ 1) ความต้องการความจำเป็นพื้นฐาน 2) ครอบครัวและเครือญาติ 3) เพื่อน 4) การสื่อสารมวลชน 5) การเป็นโรคร้ายแรง 6) ความต้องการด้านความมั่นคงทางจิตใจ และ 7) ความศรัทธาในองค์กร ผลการวิจัยพบว่าเป็นไปตามสมมุติฐานทุกข้อ ยกเว้นการสื่อสารมวลชนไม่ใช่ปัจจัยที่ทำให้คนมารักษาโรคด้วยพลังจักรวาล นอกจากนี้ยังเปรียบเทียบบทบาทการให้การบำบัดเยียวยาพยาบาลผู้ป่วยด้วยพลังจักรวาลที่มูลนิธิเพื่อฝึกพลังจักรวาล เทคนิควิจัยที่ใช้ในการศึกษาคือ การสังเกตโดยทั่วไป การสังเกตอย่างมีส่วนร่วม การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก การสัมภาษณ์ผู้ให้ข่าวสำคัญ การสัมภาษณ์อย่างเป็นทางการและไม่เป็นทางการ เป็นต้น

จากที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่าการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาแบบเฮอริแมนนิติกหรือการศึกษาการแปลความหมายของปรากฏการณ์นั้น เป็นการศึกษาเพื่อทำความเข้าใจทักษะ การปฏิบัติและประสบการณ์การมีชีวิตอยู่ และเป็นการศึกษาเพื่อค้นหาความหมายความคล้อยคลึงกันของความหมาย ทักษะ การปฏิบัติ และประสบการณ์การมีชีวิตที่ฝังอยู่ในตัวบุคคล รวมทั้งเป็นการศึกษาเพื่อค้นหาตัวอย่างหรือกรณีศึกษาที่มีการสังสมประสบการณ์การมีชีวิตซึ่งบุคคลที่อยู่ในประสบการณ์

นั้นๆ จะเป็นผู้ที่ให้ความหมายของประสบการณ์นั้นได้เป็นอย่างดี การศึกษาปรากฏการณ์วิทยาชนิดนี้ จึงเป็นการศึกษาที่สามารถใช้เป็นกรอบแนวคิดในการศึกษาประสบการณ์ที่เกิดขึ้นทางการพยาบาลเนื่องจากวิชาชีพพยาบาลเป็นวิชาชีพที่อยู่กับปรากฏการณ์การเจ็บป่วยและการดูแล

จากการทบทวนแนวคิดเกี่ยวกับผู้ป่วยเรื้อรัง การดูแลสุขภาพโดยการใช้พลังจักรวาล และแนวคิดเกี่ยวกับการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา ทำให้ผู้วิจัยเกิดความสนใจในที่จะศึกษาถึง ประสบการณ์ของผู้ป่วยเรื้อรังที่ใช้พลังจักรวาลในการดูแลสุขภาพว่าเป็นอย่างไร ทำไมผู้ป่วยเรื้อรังจึง ตัดสินใจนำพลังจักรวาลมาใช้ในการดูแลสุขภาพ มีการรับรู้และให้ความหมายเกี่ยวกับพลัง จักรวาลอย่างไร มีแนวทางการปฏิบัติโดยใช้พลังจักรวาลในการดูแลสุขภาพอย่างไร ผลของการใช้ พลังจักรวาลในการดูแลสุขภาพเป็นอย่างไร ตลอดจนเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องในการนำพลังจักรวาล มาใช้ในการดูแลสุขภาพมีอะไรบ้าง โดยใช้ระเบียบวิธีการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาแบบเฮอรั แมนนิวติกหรือการศึกษาการแปลความหมายของปรากฏการณ์มาใช้ในการวิจัยครั้งนี้