



ธรรมะบำบัด

ผู้แต่ง: พระมหาประดิษฐ์ จิตต์สวัสดิ์

สำนักพิมพ์: ชีเอ็คดิจิทัล

ปีที่พิมพ์: 2552

รองศาสตราจารย์เอมอร์ ชิตตะโสภณ*

“ธรรมะบำบัด” เป็นหนังสือที่ประกอบด้วยข้อเขียนธรรมะสั้น ๆ 30 หัวข้อ ที่พระมหาประดิษฐ์ จิตต์สวัสดิ์ ได้แต่งไว้เพื่อประโยชน์แก่ผู้อ่านทุกเพศทุกวัย จะสามารถนำไปปรับประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เป็นประโยชน์อีกด้วย ที่จะช่วยเยียวยาโรคทางใจให้หายขาดได้อย่างแท้จริง

เริ่มต้น 11 หัวข้อแรก ด้วย “ยา” หรือ “วิธีรักษา” ได้แก่ ยาจะบัสระพโคร วิตามินบำรุงใจ ธรรมะบำบัด คานา DIET วัคซีน 7 ขานาน จัดการความเครียด ต้อนรับความตายอย่างมีคุณค่า น้อมใจ ICU...พุทธวิธีให้คนไข้ไปดี ดูแลคนไข้ให้ระยะสุดท้าย โรคเรื้อรังทำอย่างไรดี ผู้อ่านจะรู้สึกสบายใจและได้ประโยชน์ยิ่งในขณะเดียวกัน เพราะมีตัวอย่างประกอบจากสมัยพุทธกาลบ้าง คำสอนของหลวงพ่อพุทธทาสบ้าง บัญชาคำตาม/ตัวอย่างจากญาติโยมบ้าง

อีกส่วนหนึ่งเป็นธรรมะบรรยายของท่านอง เช่น ธรรมะคลายร้อน ธรรมะประจำบ้าน มนต์อีสต์ พลังแห่งรัก รักแท้อยู่ที่ไหน นอกจาคนี้ยังมี “ข้อกำหนด” หรือ “สูตรสำเร็จ” เช่น สุขสำเร็จ 7 ย บัญญัติ 7 ประการ เสริมสุขภาพจิต พัฒนาจิต เสริมสร้างใจ วางใจให้เป็นสุข (2 บทความ) Health Code ถอดรหัสสุขภาพ 1 - 5 สมารีพื้นฐานเพื่อการดูแลสุขภาพ สุขภาพดีแบบอายุรเวท อาหารภายใน อาหารใจ และเสริมสร้างด้วยพุทธวิธี

นำเสียด้วยที่มิอาจเลือกหยิบยกตัวอย่างจากบทความลงไว้ ณ ที่นี่ เพราะได้มีข้อห้ามไว้ว่า “ห้ามลอกเลียน ไม่ว่าส่วนหนึ่งส่วนใดของหนังสือเล่มนี้ นอกจักจะได้รับอนุญาต” แต่ที่จริงก็เป็นการดีสำหรับผู้อ่านที่จะเลือกอ่าน และพินิจเคราะห์ด้วยภูมิปัญญาของตนเอง โดยไม่ต้องพึ่งหรืออิงอาศัยความคิดเห็นหรือการวิจารณ์ของผู้อื่นได้

“ธรรมะบำบัด” เล่มนี้จึงเป็นหนังสือธรรมะที่น่าสนใจเล่มหนึ่ง ในโอกาสปีเฉลิมฉลอง “พุทธชัยันตี: 2600 ปีแห่งการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า”

* ข้าราชการบำนาญ คณบดีมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
E-mail: emon1942@windowslive.com