

สปา - สัปปาย

สปาเพื่อสุขภาพกำลังได้รับความนิยมมากขึ้น หมอชาวบ้านจึงนำมาเป็น เรื่องขึ้นปกฉบับนี้ ขอเชิญหาความหมายว่ามันคืออะไร ในทางธรรมะมีคำว่า **สัปปายะ** หมายถึงสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการเจริญธรรม เช่น สถานที่ที่สงบสบาย ไม่ร้อนจัด ไม่หนาวจัด อาหารการกินไม่ลำบากเกิน ที่จริงคำว่า **สัปปายะ** ก็คือสบายนั้นแหละ แต่ไม่ใช่สบายเพื่อชู้เกียจ หรือสบายเพื่อให้เกิดกิเลส แต่สบายเพื่อเจริญธรรมให้รู้दหน้า คุณหมอเพ็ญภา ทรัพย์เจริญ ผู้เชี่ยวชาญการแพทย์แผนไทยเคยกล่าวว่า คนสมัยใหม่เขากำลังคลั่งเรื่อง**สปากัน** เราก็น่าจะทำ**สัปปาย**บ้าง อันหมายถึงสัปปายะ เพื่อการบังเกิดขึ้นแห่งธรรมและสุขภาพ

ที่จริงสุขภาพกับธรรมเป็นเรื่อง ที่ทับซ้อนกันอย่างมาก หรือทั้งหมด

เพราะสุขภาพเกิดจากความถูกต้อง ความถูกต้องก็คือธรรม

การสร้างเสริมสุขภาพก็คือการสร้างเสริมธรรม

สัปปายะ อาจจะเป็นที่บ้าน ที่ทำงาน วัด หรือสถานส่งเสริมสุขภาพ ที่ทำให้มนุษย์ได้สัมผัสธรรมชาติ อากาศบริสุทธิ์ สายลม แสงแดด สายน้ำ ป่าเขา ท้องฟ้า ได้กินอาหารที่ปลอดสารพิษ ได้ออกกำลังกาย ได้อ่านหนังสือธรรมและเจริญสติ ได้อยู่ในหมู่คนที่เอื้ออาทรต่อกัน และมีการนวดไทยสำหรับผู้ชอบ

ในขณะที่เมืองกำลังเป็นที่ที่ไม่เป็นไปเพื่อสุขภาพมากขึ้น ๆ ผู้คนจึงแสวงหาสภาพที่จะสร้างเสริมสุขภาพกันมากขึ้น ธุรกิจเล็ก ๆ หรือธุรกิจชุมชน เพื่อสร้างเสริมสุขภาพจึงเป็นบริการที่สร้างสรรค์ ขอให้นึกถึงสัปปายสถานเพื่อการเจริญธรรมและเจริญสุขภาพกันมาก ๆ

ประเวศ วะสี