

บทที่ 6

สุขภาวะของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ

การวิจัยเรื่อง “จิตอาสาแพทย์วิถีพุทธเพื่อมวลมนุษยชาติ” นี้เป็นการศึกษาโดยใช้กระบวนการวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Methods Research) ระหว่างการวิจัยเชิงชาติพันธุ์วรรณา (Ethnography Research) และการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) ซึ่งมีวัตถุประสงค์การวิจัยคือ 1) ศึกษาประวัติศาสตร์การแพทย์วิถีพุทธ จากจดหมายเหตุและสื่อต่าง ๆ ระหว่าง พ.ศ. 2538-2558 ของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ สถาบันบุญนิยม 2) ศึกษารูปแบบจิตอาสาแพทย์วิถีพุทธนานาชาติพันธุ์เพื่อมวลมนุษยชาติ และ 3) วิเคราะห์องค์ประกอบการพัฒนาการแพทย์วิถีพุทธ และสร้างยุทธศาสตร์การขยายผลชุมชนจิตอาสาแพทย์วิถีพุทธเพื่อมวลมนุษยชาติ

จากการศึกษาประวัติศาสตร์การแพทย์วิถีพุทธ จากจดหมายเหตุและสื่อต่าง ๆ ระหว่าง พ.ศ. 2538-2558 ของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ สถาบันบุญนิยม ในประเด็น “สุขภาวะของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ” มีขอบเขตด้านพื้นที่การศึกษาจากจดหมายเหตุ คือ เอกสารบันทึกแบบต่าง ๆ อันได้แก่ 1) หนังสือและแผ่นพับต่าง ๆ ที่เผยแพร่เกี่ยวกับความรู้และหลักการแพทย์วิถีพุทธ 2) งานวิจัยเกี่ยวกับการแพทย์วิถีพุทธ สถาบันบุญนิยม 3) แบบบันทึกแลกเปลี่ยนประสบการณ์การใช้การแพทย์วิถีพุทธ 4) แบบบันทึกข้อมูลจิตอาสาแพทย์วิถีพุทธ 5) การสัมภาษณ์เชิงลึกจากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์การใช้การแพทย์วิถีพุทธ ที่บันทึกไว้ในรูปของเอกสาร เอ็มพีสามและวิดีโอ 6) ใบสมัครและใบประเมินผลการอบรมค่ายสุขภาพการแพทย์วิถีพุทธ 7) การสัมภาษณ์แลกเปลี่ยนประสบการณ์และข้อมูลการดูแลสุขภาพผ่านสื่อออนไลน์ทางเว็บไซต์ ยูทูป เฟสบุ๊ก ไลน์ และสื่ออิเล็กทรอนิกส์แบบต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการแพทย์วิถีพุทธ ระหว่าง พ.ศ. 2538-2558

ฐานข้อมูลสุขภาวะของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ

การรวบรวมข้อมูลสุขภาวะของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ จากจดหมายเหตุเอกสารและสื่อต่าง ๆ ระหว่าง พ.ศ. 2538-2558 ที่เกี่ยวข้องกับการแพทย์วิถีพุทธ สถาบันบุญนิยม ได้รวบรวมและจัดแยกตามประเภทของฐานข้อมูลประเภทต่าง ๆ ดังแสดงในตารางที่ 8 “ฐานข้อมูลบันทึกสุขภาวะของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ (เชิงปริมาณและคุณภาพ)” จากนั้นนำข้อมูลผลการใช้การแพทย์วิถีพุทธที่ได้บันทึกไว้ในลักษณะรูปแบบบันทึกของ “กรณีศึกษาประสบการณ์การใช้การแพทย์วิถีพุทธ ของทั้งผู้ป่วยและผู้ไม่ป่วยที่ใช้การแพทย์วิถีพุทธ” มาวิเคราะห์สังเคราะห์เนื้อหาด้วยแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการสร้างสุขภาวะตามหลักพุทธศาสนา การสร้างสุขภาวะตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง หลักการพัฒนาสุขภาวะตามหลักวิทยาศาสตร์สุขภาพแผนปัจจุบัน การแพทย์

แผนไทย การแพทย์ทางเลือก และการแพทย์พื้นบ้าน แนวคิดสุขภาพบุญนิยม แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับสสารกับพลังงาน ทฤษฎีสุขภาวะแบบชั่วตรงกันข้าม รวมทั้งแนวคิดความสัมพันธ์กันเป็นองค์รวม โดยใช้การพรรณนาอย่างคุ่มลึก (Thick Description) และสถิติร้อยละในบางช่วงดังนี้

ตารางที่ 8 ฐานข้อมูลบันทึกสุขภาวะของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ (เชิงปริมาณและคุณภาพ)

ประเภทฐานข้อมูลบันทึกประวัติศาสตร์ สุขภาวะของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ	จำนวนข้อมูล (ราย)			เดือน/ปี ที่บันทึก
	ประชากรที่ ลงทะเบียน	ประชากรที่ได้		
		บันทึกข้อมูลสุขภาวะ ปริมาณ	คุณภาพ	
1. หนังสือ “ถอดรหัส สุขภาพ เล่ม 1 ร้อน-เย็น ไม่สมดุล” (ภาคผนวก จ)	29	29	29	2550
2. หนังสือ “ถอดรหัส สุขภาพ เล่ม 2 ความลับฟ้า” (ภาคผนวก ฉ)	87	87	87	2551
3. หนังสือ “งานวิจัยวิทยานิพนธ์ ความเจ็บป่วย กับการดูแลสุขภาพแนวเศรษฐกิจพอเพียง ตามหลักการแพทย์ทางเลือกวิถีพุทธ ของ ศูนย์เรียนรู้สุขภาพพึ่งตนตามแนวเศรษฐกิจ พอเพียง สวนป่าอนุญ อำเภอดอนตาล จังหวัดมุกดาหาร”				
- ผลการศึกษาวิจัยข้อมูลทางสถิติของผู้ เข้ารับการอบรม	12,203	1,397	-	2538-2551
- ผลการศึกษาวิจัยข้อมูลทางสถิติชุดที่ 2	2,152	1,359	-	2552
- การวิเคราะห์ทางสถิติของข้อมูลชุดที่ 3	1,897	499	-	1-6 / 2553
- ผลการศึกษาวิจัยข้อมูลชุดที่ 4 สัมภาษณ์	16,252	104	39	2538-2553
4. หนังสือผลการวิจัย “แพทย์วิถีธรรมกับการ สร้างสุขภาวะในเรือนจำ” จังหวัดนครพนม	200	104	48	2557
5. หนังสือผลการวิจัย “แพทย์วิถีธรรมกับการ สร้างสุขภาวะในเรือนจำ” จังหวัดภูเก็ต	341	250	91	2558

ตารางที่ 8 (ต่อ)

ประเภทฐานข้อมูลบันทึกประวัติศาสตร์ สุขภาพของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ	จำนวนข้อมูล (ราย)			เดือน/ปี ที่บันทึก
	ประชากรที่ ลงทะเบียน	ประชากรที่ได้		
		บันทึกข้อมูลสุขภาพ ปริมาณ	คุณภาพ	
6. การวิจัยผลของโปรแกรมการกำกับตนเองที่ ประยุกต์การแพทย์วิถีพุทธต่อพฤติกรรม ดูแลตนเองและระดับความดันโลหิตในผู้ที่ เสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง	-	30	-	2557
7. การแลกเปลี่ยนประสบการณ์การใช้แพทย์วิถี พุทธ ผ่านสื่อออนไลน์-ยูทูป	121	121	121	2553-2558
8. สื่อออนไลน์-ถามตอบปัญหาและแนะนำการ ดูแลสุขภาพผ่านเฟสบุ๊คแพทย์วิถีธรรม และ หมอเขียวแฟนคลับ	146	146	146	2553-2558
รวมรายการบันทึกที่เผยแพร่สู่สาธารณชน	33,428	4,126	561	
9. แบบบันทึกสัมภาษณ์แลกเปลี่ยนประสบการณ์ การใช้การแพทย์วิถีพุทธของผู้เข้าอบรมค่าย สุขภาพการแพทย์วิถีพุทธ	132	38	38	2552 - 2558
10. แบบบันทึกกรณีศึกษาที่ได้แนะนำโดยจิต อาสาและนักศึกษาแพทย์วิถีพุทธ	417	417	417	2555 - 2558
11. แบบบันทึกกรณีศึกษาของผู้ใช้การแพทย์ วิถีพุทธ	382	382	382	2553 - 2558
12. แบบสอบถามประสบการณ์การใช้การแพทย์ วิถีพุทธเทคนิค 9 ข้อ (รวมผู้เป็นจิตอาสา)	197	130	130	2557
13. ใบสมัครผู้เข้ารับการอบรมและใบประเมินผล ค่าสุขภาพของสวนป่าบุญ 1	27,800	78	-	2538 - 2557
14. แบบบันทึกประสบการณ์ของเครือข่ายแพทย์ วิถีพุทธ-ธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์ การเกษตร (ธ.ก.ส.)	9	9	9	2551-2557

ตารางที่ 8 (ต่อ)

ประเภทฐานข้อมูลบันทึกประวัติศาสตร์ สุขภาพของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ	จำนวนข้อมูล (ราย)			เดือน/ปี ที่บันทึก
	ประชากรที่ ลงทะเบียน	ประชากรที่ได้		
		บันทึกข้อมูลสุขภาพ ปริมาณ	คุณภาพ	
15. สรุปผลการเปลี่ยนแปลงสุขภาพจากการจัด ค่ายแพทย์วิถีธรรมภาคเหนือ ณ โรงเรียน แจ้ซ้อนวิทยา อำเภอเมืองปาน จังหวัดลำปาง	584	138	-	2557
16. แบบบันทึกประสบการณ์ของเครือข่าย แพทย์วิถีพุทธ - หน่วยงานแพทย์วิถีธรรม โรงพยาบาลโพธาราม อ.โพธาราม จ.ราชบุรี	25	25	5	- 2558
17. ผลการตรวจสารเคมีในเลือดในค่ายสุขภาพ แพทย์วิถีธรรม ณ สวนป่านาบุญ 1 อำเภอ ดอนตาล จังหวัดมุกดาหาร	200	200	-	2555
18. นวัตกรรม “การลดสารเคมีโดยน้ำสมุนไพร ฤทธิ์เย็นสดจากธรรมชาติ” โรงพยาบาล ส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าไคร้ ตำบลบึงวิชัย อำเภอเมือง จังหวัดกาฬสินธุ์	225	225	-	2557
รวมรายการบันทึกที่ไม่ได้เผยแพร่สู่สาธารณชน	29,971	1,642	981	2553-2558
รวมรายการทั้งหมด	63,399	5,768	1,542	

จากตารางที่ 8 พบว่าข้อมูล “สุขภาพของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ” ที่ได้บันทึกไว้และได้รับการตีพิมพ์เผยแพร่สู่สังคมสาธารณชน ในปีระหว่างปี พ.ศ. 2538-2558 มีประชากรจำนวน 33,428 รายการ เป็นรายการในเชิงปริมาณมีจำนวน 4,126 รายการ และเชิงคุณภาพมีจำนวน 561 รายการ และบันทึกในส่วนที่ยังไม่ได้มีการตีพิมพ์เผยแพร่สู่สังคมสาธารณชนในวงกว้างในระหว่างปี พ.ศ. 2538-2558 แต่เป็นที่รับรู้กันอยู่ในกลุ่มผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธหลัก ๆ คือ ผู้วิจัยจิตอาสาแพทย์วิถีพุทธ ผู้ใช้หลักการแพทย์วิถีพุทธ ในการดูแลสุขภาพทั้งที่เป็นเครือข่ายแพทย์วิถีพุทธในประเทศและต่าง ประเทศและประชาชนทั่วไปที่ใช้การแพทย์วิถีพุทธ มีประชากรจำนวน 29,971 รายการ เป็นรายการในเชิงปริมาณมีจำนวน 1,642 รายการ และเชิงคุณภาพมีจำนวน 981 รายการ

รวมข้อมูล “สุขภาพของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ สถาบันบุญนิยม” ทั้งสิ้น 63,399 รายการ ในเชิงปริมาณมีจำนวน 5,768 รายการ และเชิงคุณภาพมีจำนวน 1,542 รายการ โดยกรณีศึกษาของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ ที่ได้รวบรวมและบันทึกเป็นบางส่วนในงานคุณฐิณีพันธ์ “จิตอาสาแพทย์วิถีพุทธเพื่อมวลมนุษยชาติ” นี้ ในภาคผนวก ก มีทั้งสิ้น 1,481 กรณีศึกษา

ผลการศึกษาข้อมูลเชิงสถิติของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ

ผลการศึกษาสุขภาพของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ จากการรวบรวมวิเคราะห์ข้อมูลความเจ็บป่วยและผลการรักษา ตามบันทึกผลงานวิจัยและเอกสารสำคัญและสื่อต่าง ๆ ที่ทางศูนย์เรียนรู้สุขภาพพึ่งตนตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง สอนป่านาบุญทั้ง 5 ศูนย์เรียนรู้ฯ สอนป่านาบุญ และเครือข่ายแพทย์วิถีพุทธทั่วประเทศและต่างประเทศ ที่ผู้วิจัยได้นำปฏิบัติโดยนำองค์ความรู้การแพทย์วิถีพุทธที่ได้ค้นพบและบูรณาการตามที่ได้นำเสนอในบทที่ 5 นั้นมาดำเนินกิจกรรมการเผยแพร่ช่วยเหลือเกื้อกูลมนุษยชาติ พร้อมกับทำการสื่อสารในกลุ่มเครือข่ายแพทย์วิถีพุทธทั้งในและต่างประเทศและต่อสาธารณะทุกรูปแบบเช่น การจัดค่ายอบรมสุขภาพ การแนะนำแบบปากต่อปาก หนังสือ วารสาร แผ่นพับ ดีวีดี วีซีดี เอ็มพี 3 โทรทัศน์ อินเทอร์เน็ต ยูทูบ เฟสบุ๊ก ไลน์ เป็นต้นแบบไม่มีการคิดค่าใช้จ่ายใด ๆ (“ศูนย์บาทรักษาทุกโรค”) ต่อประชาชนทั่วไป ตลอดระยะเวลา 20 ปี ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2538-2558 ซึ่งในบางกิจกรรมนั้น ผู้วิจัยและหรือจิตอาสาแพทย์วิถีพุทธและหรือเครือข่ายแพทย์วิถีพุทธทั้งในประเทศและต่างประเทศ ได้มีการจัดทำกรวิจัยและเก็บบันทึกผลสุขภาพจากการใช้แพทย์วิถีพุทธในเชิงปริมาณและคุณภาพด้วยเป็นระยะ ๆ ที่เห็นผลการเปลี่ยนแปลงของสุขภาพไปในทางที่ดีขึ้นที่เกิดขึ้นได้จริง ที่สามารถนำมาสรุปผลเสนอได้ ดังที่ได้เก็บรวบรวมไว้ ตั้งแต่ ปี พ.ศ. 2538-2558 ซึ่งรวมข้อมูล “สุขภาพของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ สถาบันบุญนิยม” ทั้งสิ้น 63,399 รายการ โดยเลือกสุ่มอย่างง่าย กรณีศึกษาของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธที่ได้รวบรวมในงานคุณฐิณีพันธ์ “จิตอาสาแพทย์วิถีพุทธเพื่อมวลมนุษยชาติ” นี้ มีทั้งสิ้น 1,542 กรณีศึกษา ซึ่งจากการรวบรวมวิเคราะห์ข้อมูลเชิงระบบและเชิงปริมาณ พบว่ากรณีศึกษาส่วนใหญ่มีมากกว่า 1 โรคอาการ และอาการแสดง รวมทั้งหมดเป็น 2,316 โรคอาการและอาการแสดงซึ่งสามารถจำแนกตามปัญหาความเจ็บป่วยด้านร่างกายแยกตามโรคอาการและอาการแสดง (ICD 10) เป็นจำนวนและร้อยละของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ ระหว่างปี พ.ศ 2538-2558 ดังตารางที่ 9 จำนวนและร้อยละของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ ระหว่างปี พ.ศ. 2538-2558 จำแนกตามปัญหาความเจ็บป่วยด้านร่างกายแยกตามโรคอาการและอาการแสดงตาม ICD 10 ตารางที่ 10 ผลการใช้การแพทย์วิถีพุทธ มีการเปลี่ยนแปลงในทิศทางที่ดีขึ้นได้ และตารางที่ 11 และผลการศึกษาสุขภาพของผู้ใช้การแพทย์

วิธีพุทธตามปัญหาความเจ็บป่วยด้านร่างกายแยกตามโรคอาการและอาการแสดง (ICD 10) เป็นจำนวนและร้อยละระหว่างปี พ.ศ. 2538-2558 ดังนี้

ตารางที่ 9 จำนวนและร้อยละของผู้ใช้การแพทย์วิธีพุทธ ระหว่างปี พ.ศ. 2538-2558 จำแนกตามปัญหาความเจ็บป่วยด้านร่างกายแยกตามโรคอาการและอาการแสดงตาม ICD 10

กลุ่มโรคหรือ อาการเจ็บป่วย	ชาย		หญิง		ไม่ระบุ		รวมทั้งหมด	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. โรคติดเชื้อและ โรคปรสิตบางโรค	24	3.80	41	2.55	3	3.95	68	2.94
2. มะเร็งและ เนื้องอก	37	5.86	117	7.27	4	5.26	158	6.82
3. โรคของเลือด และอวัยวะสร้าง เลือดและความ ผิดปกติบางอย่าง ของกลไก ภูมิคุ้มกัน	2	0.32	14	0.87	-	0.00	16	0.69
4. โรคของต่อม- ไทรอยด์ โภชนาการ และเมตาบอลิซึม	64	10.14	137	8.51	4	5.26	205	8.85
5. ความผิดปกติ ทางจิตและ พฤติกรรม	1	0.16	5	0.31	-	0.00	6	0.26
6. โรคของระบบ ประสาท	22	3.49	107	6.65	5	6.58	134	5.79
7. โรคของตาและ อวัยวะเคียงลูกตา	6	0.95	42	2.61	2	2.63	50	2.16
8. โรคของหูและ ปุ่มกระดูกกกหู	2	0.32	6	0.37	-	0.00	8	0.35

ตารางที่ 9 (ต่อ)

กลุ่มโรคหรือ อาการเจ็บป่วย	ชาย		หญิง		ไม่ระบุ		รวมทั้งหมด	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
9. โรคของระบบ ไหลเวียนโลหิต	57	9.03	115	7.15	9	11.84	181	7.82
10. โรคของระบบ หายใจ	33	5.23	79	4.91	2	2.63	114	4.92
11. โรคของระบบ ย่อยอาหาร	49	7.77	114	7.09	3	3.95	166	7.17
12. โรคของผิวหนัง และเนื้อเยื่อใต้ ผิวหนัง	42	6.66	88	5.47	3	3.95	133	5.74
13. โรคของระบบ กล้ามเนื้อโครงร่าง และเนื้อเยื่อเกี่ยวพัน	65	10.30	187	11.62	11	14.47	263	11.36
14. โรคของระบบ สืบพันธุ์และ ระบบปีสสาวะ	26	4.12	89	5.53	1	1.32	116	5.00
15. อาการแสดง และความผิดปกติ ที่พบจากการตรวจ ทางคลินิกและทาง ห้องปฏิบัติการมิได้ จำแนกไว้ที่ใด	153	24.25	359	22.31	20	26.32	532	22.96
16. การบาดเจ็บ การเป็นพิษ และ ผลสืบเนื่อง บางอย่างจาก สาเหตุภายนอก	31	4.91	60	3.73	-	0.00	91	3.93

ตารางที่ 9 (ต่อ)

กลุ่มโรคหรือ อาการเจ็บป่วย	ชาย		หญิง		ไม่ระบุ		รวมทั้งหมด	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
รวมผู้มีโรคหรือ อาการไม่สบาย	614	97.31	1,560	96.95	67	88.16	2,241	96.76
17. ผู้ที่มาดูแล รักษาสุขภาพ (แข็งแรง)	17	2.69	49	3.05	9	11.84	75	3.24
รวมทั้งหมด	631	100.00	1,609	100.00	76	100.00	2,316	100.00

ตารางที่ 10 ผลการใช้การแพทย์วิถีพุทธ มีการเปลี่ยนแปลงในทิศทางที่ดีขึ้นได้ ดังนี้

ผลการใช้แพทย์วิถีพุทธ	จำนวนโรคหรืออาการแสดง	ร้อยละ
หาย	712	30.74
ดีขึ้น	1,382	59.67
เท่าเดิม	3	0.13
แย่ลง	2	0.09
ไม่มีผล	217	9.37
รวม	2,316	100.00

จากกรณีศึกษาผลสุขภาพของการใช้การแพทย์วิถีพุทธที่ผู้วิจัยและจิตอาสาแพทย์วิถีพุทธ หรือผู้ช่วยวิจัย ได้รวบรวมจากบันทึกประวัติศาสตร์จำนวน 1,542 กรณีศึกษาหรือราย มีจำนวนโรคหรืออาการแสดงรวมจำนวน 2,316 โรคหรืออาการแสดง พบว่า ผลสุขภาพของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธที่ได้มาปรับภาวะร้อนเย็นที่ไม่สมดุลตามหลักการแพทย์วิถีพุทธ ด้วยเทคนิคการปรับสมดุล 9 ข้อ (ยา 9 เม็ด) พบว่ามีสุขภาพที่เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นในแต่ละบุคคล ได้เห็นผลสุขภาพที่เปลี่ยนแปลงได้ในแต่ละด้าน และหรือทั้ง 4 ด้าน คือ 1) ร่างกาย 2) จิตใจ 3) มิตรสหายและสังคม สิ่งแวดล้อม (สังคม) 4) มีจิตใจที่ผาสุก (ปัญญา (จิตวิญญาณ) ที่เจริญขึ้น) และมีการเปลี่ยนแปลง

ทางด้านร่างกายในทางที่ดีขึ้น คือ หายจากโรคหรืออาการแสดงจำนวนร้อยละ 30.74 หรือมีจำนวนเท่ากับ 712 โรคหรืออาการแสดง จากจำนวนทั้งสิ้น 2,316 โรคหรืออาการแสดง มีการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นร้อยละ 59.67 หรือมีจำนวนเท่ากับ 1,382 โรคหรืออาการแสดง จากจำนวนทั้งสิ้น 2,316 โรคหรืออาการแสดง ไม่มีการเปลี่ยนแปลง (หรือเท่าเดิม) ร้อยละ 0.13 เปลี่ยนแปลงแบบแยกลงร้อยละ 0.09 และไม่มีผลร้อยละ 9.37 หรือมีจำนวนเท่ากับ 217 โรคหรืออาการแสดง ซึ่งส่วนใหญ่เป็นผู้ที่ไม่มีอาการป่วยไม่สบายแต่มาดูแลสุขภาพ ดังแสดงในตารางที่ 10 ข้างต้น และสามารถแยกเป็นตามกลุ่มโรคหลัก 24 กลุ่มอาการ ได้ดังตารางที่ 11 ต่อไปนี้

ตารางที่ 11 ผลการศึกษาสุขภาพของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธตามปัญหาความเจ็บป่วยด้านร่างกาย แยกตามโรคอาการและอาการแสดง (ICD 10) เป็นจำนวนและร้อยละ ระหว่างปี พ.ศ. 2538-2558

โรคหรืออาการแสดง	หาย	ดีขึ้น	เท่าเดิม	แยกลง	ไม่มีผล	รวม	ร้อยละ
1. มะเร็งชนิดต่าง ๆ (C00-D09) และเนื้องอกที่พฤติกรรมไม่ ชัดเจน ณ จุดต่าง ๆ (D10-D48)	36 22.78	114 71.15	-	-	8 5.06	158	6.82
2. ความดันโลหิตสูงไม่ทราบ สาเหตุ (ปฐมภูมิ) (I10)	30 23.44	83 64.84	1 0.78	-	14 10.94	128	5.53
3. ปวดไมเกรน เวียนศีรษะ และกลุ่มอาการปวดศีรษะ แบบอื่น (G43, G44, R42, R51)	52 43.70	60 50.42	-	-	7 5.88	119	5.14
4. โรคเกี่ยวกับระบบทางเดิน อาหาร (K20-K31, K21, K25, K29.6, K29.7, K40-K46, K50, K50-K52, K59)	53 46.09	56 48.70	-	-	6 5.22	115	4.97
5. โรคเกี่ยวกับระบบทางเดิน หายใจ (J00, J10, J11, J30.1, J30.4, J30-J39, J32, J35, J39, J39.3, J40)	37 32.46	73 64.04	-	-	4 3.51	114	4.92

ตารางที่ 11 (ต่อ)

โรคหรืออาการแสดง	หาย	ดีขึ้น	เท่าเดิม	แย่ลง	ไม่มีผล	รวม	ร้อยละ
6. ปวด มิได้จำแนกไว้ที่ใด (R52)	33 29.46	73 65.18	-	-	6 5.36	112	4.84
7. โรคเกี่ยวกับผิวหนัง (เช่น L00-L08, L20-L30, L80-L99 เป็นต้น)	36 35.29	61 59.80	-	-	5 4.90	102	4.40
8. โรคเกี่ยวกับหลังและ กระดูกสันหลัง (M40-M54, M41, M46.9, M50, M51, M51.9, M54)	25 25.25	68 68.69	-	-	6 6.06	99	4.27
9. โรคเกี่ยวกับข้อ (M00-M25, M05.3, M06, M10, M15, M17, M19, M24, M25, M25.2)	22 22.22	69 69.70	-	-	8 8.08	99	4.27
10. เบาหวานที่ไม่ระบุ รายละเอียด(E14)	25 28.41	49 55.68	-	-	14 15.91	88	3.80
11. ไข้จากสาเหตุอื่นและ ไม่ทราบสาเหตุ (R50)	27 43.55	33 53.85	-	-	2 3.23	62	2.68
12. ความผิดปกติของเมตาบอลิซึมของไลโปโปรตีนและ ภาวะไขมันในเลือดอื่น (E78)	15 26.32	35 61.40	-	-	7 12.28	57	2.46
13. อาการและอาการแสดงที่ เกี่ยวกับระบบไหลเวียน โลหิตและระบบหายใจ (R00-R09, R04, R05, R06, R07, R09)	16 30.77	36 69.23	-	-	-	52	2.24
14. ไตอักเสบ กลุ่มอาการ ของไตพิการและไตพิการ (N00-N29)	12 24.49	34 69.39	-	-	3 6.12	49	2.12

ตารางที่ 11 (ต่อ)

โรคหรืออาการแสดง	หาย	ดีขึ้น	เท่าเดิม	แย่ลง	ไม่มีผล	รวม	ร้อยละ
15. อาการและอาการแสดงที่เกี่ยวกับระบบย่อยอาหารและท้อง (R10-R19, R14, R19)	21 47.73	22 50.00	-	-	1 2.27	44	1.90
16. ภูมิแพ้ไม่ระบุรายละเอียด (T78.4)	14 35.00	23 57.50	-	-	3 7.50	40	1.73
17. ปวดท้องและปวดอุ้งเชิงกราน (R10)	12 37.50	18 56.25	-	-	2 6.25	32	1.38
18. โรคอ้วนและภาวะโภชนาการเกิน (E65-E68, E66, E66.9)	4 12.90	26 83.87	-	-	1 3.23	31	1.34
19. โรคภูมิคุ้มกันบกพร่องเนื่องจากไวรัส (B20-B24)	-	21 91.30	-	2 8.70	-	23	0.99
20. โรคเกี่ยวกับตับและตับอ่อน (K70-K87)	6 27.27	15 68.18	-	-	1 4.55	22	0.95
21. ริดสีดวงทวาร (I84)	8 36.36	14 63.64	-	-	-	22	0.95
22. อาการและโรคเกี่ยวกับหัวใจ (I20, I25, I32, I42, I49.9, I51, I51.7, I47)	3 15.79	13 68.42	-	-	3 15.79	19	0.82
23. กลุ่มอาการอัมพาตแบบอื่น (G83)	2 18.18	7 63.64	1 9.09	-	1 9.09	11	0.47
24. วันโรคทุกชนิด (A15 - A19)	-	2 100	-	-	-	2	0.09
25. อาการและโรคอื่นๆ	223 34.68	377 58.81	1 0.16	-	40 6.22	641	27.68
26. คุณแลสุขภาพ	-	-	-	-	75 100	75	3.24
รวมจำนวน	712	1,382	3	2	217	2,316	100
รวมร้อยละ (%)	30.74	59.67	0.13	0.09	9.37	100	

จากตารางที่ 11 พบว่า จากการศึกษาผลสุขภาพของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธเชิงปริมาณดัง ตารางข้างต้น จำนวน 2,316 โรคหรืออาการแสดง พบว่ามีสุขภาพที่เปลี่ยนแปลงไปด้านร่างกาย ในทางที่เป็นประโยชน์ คือ หายจากโรคหรืออาการแสดง เป็นจำนวนร้อยละ 30.74 หรือจำนวน 712 โรคหรืออาการแสดง และมีการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นร้อยละ 59.67 หรือจำนวน 1,382 โรค หรืออาการแสดง จากจำนวนทั้งสิ้น 2,316 โรคหรืออาการแสดง ตามลำดับ โดยมีโรคหรืออาการ แสดงที่ไม่แสดงผลการเปลี่ยนแปลง (เท่าเดิม) และแย่ลง ร้อยละ 0.13 และ 0.09 ตามลำดับ และเมื่อ วิเคราะห์โดยแยกตามโรคอาการและอาการแสดง (ICD 10) พบว่า จากกรณีศึกษาทั้งสิ้นจำนวน 2,316 โรคหรืออาการแสดง พบเป็นมะเร็งชนิดต่าง ๆ (C00-D09) และเนื้องอกที่พฤติกรรมไม่ชัดเจน ณ จุดต่าง ๆ (D10-D48) เป็นจำนวนมากที่สุดอันดับแรก รองลงมาเป็นความดันโลหิตสูงไม่ทราบสาเหตุ (ปฐมภูมิ) (I10) เป็นอันดับสอง ปวดไมเกรน เวียนศีรษะและกลุ่มอาการปวดศีรษะแบบอื่น (G43, G44, R42, R51) เป็นอันดับสาม และโรคเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร (K20-K31, K21, K25, K29.6, K29.7, K40-K46, K50, K50-K52, K59) เป็นจำนวนในลำดับถัดมา รวมร้อยละ 6.82, 5.53, 5.14 และ 4.97 ตามลำดับ

ในส่วนของผลสุขภาพจากการใช้แพทย์วิถีพุทธจากงานการวิจัยแพทย์วิถีพุทธต่าง ๆ ที่มี ผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการเปรียบเทียบก่อนและหลังการใช้การแพทย์วิถีพุทธ ดังแสดง รายละเอียดของผลของสุขภาพในภาคผนวก ข โดยสามารถนำผลการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น ตามบทคัดย่อมาสรุปในภาพรวมในแต่ละงานวิจัย ดังนี้

1. ผลของโปรแกรมสร้างเสริมสุขภาพด้วยการแพทย์วิถีธรรมเพื่อการพึ่งตน ตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงต่อพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพและภาวะสุขภาพของผู้ต้องขังหญิง เรือนจำจังหวัดภูเก็ต โดยใจเพชร กล้าจน (นักศึกษาระดับปริญญาเอก ยุทธศาสตร์การพัฒนากุมารเวชศาสตร์ สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์) นิตยาภรณ์ สุระสาย (นักศึกษาระดับปริญญาโท สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการสร้างเสริมสุขภาพ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี)

ผลการศึกษา พบว่าหลังได้รับ โปรแกรม กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพในด้านกายบริหาร การปรับสมดุลร่างกายด้วยอาหารและสมุนไพร การเอาพิษออกจากร่างกาย ด้านจิตใจ สังคม และการพัฒนาจิตวิญญาณ ดีวก่อนได้รับ โปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $< .001$ ภาวะสุขภาพ ได้แก่ ค่าดัชนีมวลกาย ระดับความดันโลหิตตัวบน ระดับความดันโลหิตตัวล่าง ระดับน้ำตาลในเลือด ระดับโคเลสเตอรอลระดับไขมันชนิดไม่ดี (แอลดีแอล) และระดับไขมันชนิดดี (เอชดีแอล) มีค่าเฉลี่ยลดลงวก่อนได้รับ โปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $< .05$ ส่วนค่าระดับไตรกลีเซอไรด์ลดลงอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ความรู้เรื่อง

การสร้างเสริมสุขภาพ และการรับรู้ความสามารถตนเองในการปฏิบัติสร้างเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .256$ และ $r = .502$, $p < .001$) ปัจจัยที่ทำนายพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพได้แก่ การรับรู้ความสามารถตนเองด้านสังคม และการรับรู้ความสามารถตนเองในการปฏิบัติสร้างเสริมสุขภาพสามารถร่วมทำนายได้ร้อยละ 36 ประสพการณ์และการเรียนรู้จากโปรแกรมทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ

2. ผลของโปรแกรมสร้างเสริมสุขภาพด้วยการแพทย์วิถีธรรมชาติเพื่อการพึ่งตน ตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง ต่อพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพและภาวะสุขภาพของผู้ต้องขังหญิง เรือนจำกลางนครพนม โดยนิตยาภรณ์ สุระสาย (Nittayaporn Surasai) พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลอำนาจเจริญ

ผลการศึกษา พบว่าหลังได้รับโปรแกรม กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ การรับรู้ความสามารถตนเอง และพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพในด้านกายบริหาร การปรับสมดุลร่างกาย ด้วยอาหารและสมุนไพร การเอาพิษออกจากร่างกาย ด้านจิตใจ สังคม และการพัฒนาจิตวิญญาณดีกว่าก่อนได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $< .001$ ภาวะสุขภาพ ได้แก่ ค่าดัชนีมวลกาย ระดับความดันโลหิตตัวบน ระดับความดันโลหิตตัวล่าง ระดับน้ำตาลในเลือด ระดับโคเลสเตอรอล ระดับไตรกลีเซอไรด์ มีค่าเฉลี่ยลดลงกว่าก่อนได้รับ โปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $< .05$ ระดับไขมันชนิดไม่ดี (แอลดีแอล) มีค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้นอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติระดับไขมันชนิดดี (เอชดีแอล) มีค่าเฉลี่ยลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในระดับ $.003$ ความรู้เรื่องการสร้างเสริมสุขภาพ และการรับรู้ความสามารถตนเองในการปฏิบัติสร้างเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .295$ และ $r = .635$, $p < .001$) ปัจจัยที่ทำนายพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพได้แก่ การรับรู้ความสามารถตนเองด้านสังคม และการรับรู้ความสามารถตนเองในการปฏิบัติสร้างเสริมสุขภาพสามารถร่วมทำนายได้ร้อยละ 48 ประสพการณ์และการเรียนรู้จากโปรแกรมทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ

3. ผลการศึกษาข้อมูลเชิงสถิติของผู้รับการอบรมค่ายสุขภาพแพทย์วิถีธรรม ที่มีผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการที่เปลี่ยนแปลงเข้าหาปกติ จากงานวิจัยวิทยานิพนธ์ของผู้วิจัยในระดับปริญญาโท ที่ศึกษาเรื่อง “ความเจ็บป่วยกับการดูแลสุขภาพแนวเศรษฐกิจพอเพียง ตามหลักแพทย์ทางเลือกวิถีพุทธ ของศูนย์เรียนรู้สุขภาพพึ่งตน ตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงสวนป่านาบุญอำเภอคอนสาร จังหวัดมุกดาหาร” ของผู้วิจัยในปี พ.ศ. 2553

ผลการวิจัยสามารถสังเคราะห์องค์ความรู้ด้านสุขภาพ 4 เรื่องหลักได้แก่ 1) สาเหตุของความเจ็บป่วยตามหลักแพทย์ทางเลือกวิถีพุทธ 4 สาเหตุหลัก 9 สาเหตุย่อย 2) กลไกการเกิดและการหายของโรคหรืออาการเจ็บป่วย ตามหลักแพทย์ทางเลือกวิถีพุทธ 3) กลุ่มอาการเจ็บป่วยตามหลักแพทย์ทางเลือกวิถีพุทธ 5 กลุ่มอาการ 4) การปรับสมดุลเพื่อแก้ไขปัญหาสุขภาพ ตามหลักแพทย์ทางเลือกวิถีพุทธในแนวทาง “3 สูตรปรับสมดุล 4 กลวิธีหลัก 9 เทคนิค” การวิเคราะห์ทางสถิติจากข้อมูลชุดที่ 1 ประชากร พ.ศ. 2538-2551 จำนวน 12,203 คน สุ่มตัวอย่างแบบง่าย จำนวน 1,397 คน พบว่าผู้ป่วยมีอาการของความเจ็บป่วยลดน้อยลง จำนวน 1,291 คน คิดเป็นร้อยละ 92.41 และการวิเคราะห์ข้อมูลชุดที่ 2 จากประชากร พ.ศ. 2552 จำนวน 2,152 คน สุ่มตัวอย่างแบบง่าย จำนวน 1,359 คน พบอาการเจ็บป่วยรวม 1,803 อาการ ภายใน 7 วัน อาการเจ็บป่วยทุเลาลง 1,704 อาการ คิดเป็น ร้อยละ 94.51 และพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีน้ำตาลในเลือดไขมันคอเลสเตอรอล และไขมันไตรกลีเซอไรด์สูงผิดปกติ ผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการเปลี่ยนแปลงลดลง ภายใน 5 วัน ร้อยละ 66.94, 85.71 และ 82.14 ตามลำดับระดับความดันโลหิตลดลง ภายใน 5 วัน ร้อยละ 76.53 และน้ำหนักตัวลดลงร้อยละ 81.22 การวิเคราะห์ข้อมูลชุดที่ 3 เก็บรวบรวมวิเคราะห์ข้อมูลปัญหาความเจ็บป่วยทุกด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย จิตใจ เศรษฐกิจและสังคม จากประชากรระหว่างวันที่ 1 มกราคม - 30 มิถุนายน 2553 จำนวน 1,897 คน ที่สุ่มตัวอย่างแบบง่าย จำนวน 499 คน พบอาการเจ็บป่วยรวม 886 อาการ ซึ่งอาการเจ็บป่วยทุเลาลง ภายใน 7 วัน 691 อาการ คิดเป็นร้อยละ 77.99 และพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีค่าที่มากผิดปกติของการทำงานของตับ SGOT, SGPT ไขมันคอเลสเตอรอล ไขมันไตรกลีเซอไรด์ และไขมันเลว (แอลดีแอล) ค่าผลการตรวจทางห้องปฏิบัติ การลดลง ภายใน 5 วัน ร้อยละ 83.33, 100, 89.87, 81.94 และ 78.69 ตามลำดับ กลุ่มตัวอย่างมีไขมันดี (เอชดีแอล) เพิ่มขึ้น ร้อยละ 78.69 ส่วนใหญ่มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพไปในทางบวกมากขึ้น และปัญหาความเจ็บป่วยด้านจิตใจ เศรษฐกิจและสังคมลดน้อยลง และจากการสัมภาษณ์เชิงลึก ตัวอย่างผู้เข้าค่าย จำนวน 39 คน พบว่า ผู้ป่วยด้วยโรคที่แพทย์แผนปัจจุบันพยากรณ์โรคว่าไม่หายหรืออาการเจ็บป่วยธรรมดาที่ไม่ร้ายแรง ก็สามารถหายหรือทุเลาได้ด้วยการใช้วิธีการตามหลักแพทย์ทางเลือกวิถีพุทธ แม้ผู้ป่วยระยะสุดท้าย วิธีการนี้ก็ช่วยลดความทุกข์ทรมานและเสียชีวิตด้วยความสงบ

4. ผลของโปรแกรมการกำกับตนเองที่ประยุกต์การแพทย์วิถีพุทธต่อพฤติกรรม การดูแลตนเองและระดับความดันโลหิตในผู้ที่เสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง (EFFECTS OF SELF-REGULATION WITH APPLIED BUDDHIST MEDICINE ON HEALTH BEHAVIOR AND BLOOD PRESSURE FOR PEOPLE WITH PRE-HYPERTENSION) คณะกรรมการ

ควบคุมวิทยานิพนธ์: พรนภา หอมสินธุ์, Ph. D., รุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์, Ph. D., 82 หน้า. ปี พ.ศ. 2557. โดย สิริญา ชาติสถาน

ผลการศึกษาพบว่า ในระยะหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรม การดูแลตนเองสูงขึ้นกว่าก่อนทดลอง และระดับความดันโลหิตช่วงบน และช่วงล่างลดลงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t = 14.818$, $p\text{-value} = < .001$, $t = -7.167$, $p\text{-value} = < .001$ และ $t = -8.601$, $p\text{-value} = < .001$ ตามลำดับ) และกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรม การดูแลตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม ระดับความดันโลหิตช่วงบนและช่วงล่างลดลงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t = 14.901$, $p\text{-value} = < .001$, $t = -4.719$, $p\text{-value} = < .001$ และ $t = -7.151$, $p\text{-value} = < .001$ ตามลำดับ)

5. สรุปการจัดค่ายแพทย์วิถีธรรมภาคเหนือ ณ โรงเรียนแจ้ซ้อนวิทยา อำเภอเมืองปาน จังหวัดลำปาง วันที่ 9-13 สิงหาคม 2557 โดยสำนักงานสาธารณสุขอำเภอเมืองปาน ร่วมกับมูลนิธิแพทย์วิถีธรรมแห่งประเทศไทย

ตารางที่ 12 ผลการตรวจสุขภาพก่อนและหลังรับการอบรมค่ายแพทย์วิถีธรรมของผู้เข้ารับการอบรม

ผลการตรวจวัดน้ำหนัก (กิโลกรัม, กก.)

ผลน้ำหนัก	เท่าเดิม	เพิ่มขึ้น	ลดลง	รวม
จำนวน (คน)	15	13	110	138
ร้อยละ	10.87	9.42	79.71	100

น้ำหนักผู้เข้ารับการอบรมที่เก็บได้ครบ 138 คน ลดลงเฉลี่ย 1.24 กก. สูงสุด 9.7 กก.

ผลการตรวจวัดรอบเอว (เซนติเมตร, ซม.)

รอบเอว	เท่าเดิม	เพิ่มขึ้น	ลดลง	รวม
จำนวน (คน)	30	11	96	137
ร้อยละ	21.90	8.03	70.07	100

รอบเอวผู้เข้ารับการอบรมที่เก็บได้ครบ 137 คน ลดลงเฉลี่ย 3.34 ซม. สูงสุด 8 ซม.

ตารางที่ 12 (ต่อ)

ผลการตรวจวัดระดับน้ำตาลในเลือด

ระดับน้ำตาลในเลือด	เท่าเดิม	เพิ่มขึ้น	ลดลง	รวม
จำนวน (คน)	1	10	26	37
ร้อยละ	2.70	27.03	70.27	100

ระดับน้ำตาลในเลือดผู้เข้ารับการอบรมที่เก็บได้ครบ 37 คน ลดลงเฉลี่ย 28 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร สูงสุด 92 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร

ผลการตรวจหาสารเคมีในเลือด ติดตามข้อมูลครบ 2 ครั้ง จำนวน 63 คน

ผลการตรวจสารเคมีในเลือด	วันที่ 10 สิงหาคม 2557		วันที่ 13 สิงหาคม 2557	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ปกติ	5	7.94	1	1.59
ปลอดภัย	6	9.52	28	44.44
เสี่ยง	34	53.97	32	50.79
ไม่ปลอดภัย	18	28.57	2	3.17
รวม (คน)	63	100.00	63	100.00

ผลการประเมินอาการเจ็บป่วย (จำนวนคน)

ผลการประเมิน อาการ	ไม่หาย		คงเดิม		ทุเลา		ดีขึ้น		รวม
	จำนวน	%	จำนวน	%	จำนวน	%	จำนวน	%	
วันที่ 10 ส.ค.									
57 (1 วัน)	3	7.32	14	34.15	19	46.34	5	12.20	41
วันที่ 13 ส.ค.									
57 (4 วัน)	-	-	5	12.20	13	31.71	23	56.10	41

ตารางที่ 12 (ต่อ)

ความรู้สึกก่อนเข้าค่ายเทียบกับวันสุดท้าย

ความรู้สึก	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
เบากาย	39	43.82
สบาย	30	33.71
มีกำลัง	19	21.35
เหมือนเดิม	1	1.12
รวม	89	100.00

6. ผลการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ที่ดำเนินโครงการแพทย์วิถีพุทธดูแลสุขภาพตามหลักการแพทย์วิถีธรรม โดยเครือข่ายจิตอาสาแพทย์วิถีธรรม โรงพยาบาลโพธาราม จังหวัดราชบุรี

สำนักงานแพทย์วิถีธรรม ได้ดำเนินการติดตามผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน 25 ราย โดยความสนใจ โดยเริ่มติดตามในช่วงเดือนเมษายน 2556 ถึงเดือนสิงหาคม 2557 มีการนัดติดตาม 12 ครั้ง โดยเก็บข้อมูลส่วนบุคคล ดังนี้

1. น้ำหนัก และส่วนสูง
2. BMI
3. รอบเอว
4. DTX
5. Blood pressure / Pulse
6. HbA1c
7. GFR
8. Cr
9. K
10. PH urine
11. Co morbidity
12. Complication

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

• ข้อมูลการตรวจสุขภาพ

1. ผู้ป่วยที่ติดตาม จำนวน 25 ราย มีอายุเฉลี่ย 62.68 ปี (min=46, max=77)
2. ผู้ป่วยที่ติดตาม จำนวน 25 ราย มาตามนัด 12 ครั้ง 100%
3. ผู้ป่วยที่ติดตามน้ำหนัก จำนวน 25 ราย
 - มีน้ำหนัก ลดลง 14 ราย (X=3.07, min=0.4, max=9.9)
 - มีน้ำหนัก เพิ่มขึ้น 9 ราย (X=2.27, min=0.3, max=6.0)
 - มีน้ำหนัก เท่าเดิม 2 ราย
4. ผู้ป่วยที่ติดตาม BMI จำนวน 25 ราย
 - มี BMI ลดลง 14 ราย
 - มี BMI เพิ่มขึ้น 9 ราย
 - มี BMI เท่าเดิม 2 ราย
5. ผู้ป่วยที่ติดตามรอบเอว จำนวน 25 ราย
 - มีรอบเอว ลดลง 12 ราย (X=3.83, min=1.0, max=8.0)
 - มีรอบเอว เพิ่มขึ้น 4 ราย
 - มีรอบเอว เท่าเดิม 9 ราย
6. ผู้ป่วยที่ติดตาม DTX จำนวน 25 ราย
 - มี DTX ลดลง 19 ราย (X=48.36, min=6.0, max=190)
 - มี DTX เพิ่มขึ้น 6 ราย (X=64.66, min=24, max=194)
 - มี DTX เท่าเดิม 0 ราย
7. ผู้ป่วยที่ติดตาม Blood Pressure จำนวน 25 ราย
 - มี BP ลดลง 9 ราย
 - มี BP เพิ่มขึ้น 12 ราย
 - มี BP เท่าเดิม 3 ราย
8. ผู้ป่วยที่ติดตาม Pulse จำนวน 25 ราย
 - มี Pulse ลดลง 20 ราย
 - มี Pulse เพิ่มขึ้น 5 ราย
 - มี Pulse เท่าเดิม 0 ราย
9. ผู้ป่วยที่ติดตาม HbA1c จำนวน 25 ราย
 - มี HbA1c ลดลง 14 ราย (X=0.84, min=0.3, max=1.7)

- มี HbA1c เพิ่มขึ้น 10 ราย ($X=0.91$, $\min=0.2$, $\max=2.2$)
- มี HbA1c เท่าเดิม 1 ราย

10. ผู้ป่วยที่ติดตาม GFR จำนวน 25 ราย

- มี GFR ลดลง 7 ราย ($X=9.27$, $\min=1.0$, $\max=21.92$)
- มี GFR เพิ่มขึ้น 18 ราย ($X=14.50$, $\min=0.78$, $\max=48.13$)
- มี GFR เท่าเดิม 0 ราย

11. ผู้ป่วยที่ติดตาม Cr จำนวน 25 ราย

- มี Cr ลดลง 16 ราย ($X=0.17$, $\min=0.06$, $\max=0.32$)
- มี Cr เพิ่มขึ้น 7 ราย ($X=0.41$, $\min=0.04$, $\max=1.15$)
- มี Cr เท่าเดิม 2 ราย

12. ผู้ป่วยที่ติดตาม K จำนวน 25 ราย

- มี K ลดลง 8 ราย ($X=0.60$, $\min=0.3$, $\max=1.1$)
- มี K เพิ่มขึ้น 16 ราย ($X=0.59$, $\min=0.1$, $\max=2.0$)
- มี K เท่าเดิม 1 ราย

13. ผู้ป่วยที่ติดตาม PH urine จำนวน 25 ราย

- มี PH urine ลดลง 0 ราย
- มี PH urine เพิ่มขึ้น 21 ราย ($X=1.23$, $\min=0.5$, $\max=3.0$)
- มี PH urine เท่าเดิม 4 ราย

ข้อมูลการใช้ยา

14. ผู้ป่วยที่ติดตาม การใช้ยา DM จำนวน 25 ราย

- การใช้ยา DM ลดลง 8 ราย
- การใช้ยา DM เพิ่มขึ้น 12 ราย
- การใช้ยา DM เท่าเดิม 5 ราย
- หยุดการใช้ยา DM 1 ราย

15. ผู้ป่วยที่ติดตาม การใช้ยา HT จำนวน 23 ราย

- การใช้ยา HT ลดลง 11 ราย
- การใช้ยา HT เพิ่มขึ้น 3 ราย
- การใช้ยา HT เท่าเดิม 9 ราย
- หยุดการใช้ยา HT 1 ราย

ข้อมูลการเกิดภาวะโรค

16. ผู้ป่วยที่ติดตาม Co morbidity จำนวน 25 ราย

- มี HT 21 ราย
- มี DLP 15 ราย
- มี Parkinson 1 ราย

17. ผู้ป่วยที่ติดตาม Complication จำนวน 25 ราย

- มี CKD 18 ราย
- มี CHF 2 ราย
- มี unstable angina 2 ราย
- มี stable CAD 7 ราย
- มี Retino 3 ราย
- มี DM foot 1 ราย
- มี NPDR 3 ราย
- มี UTI 2 ราย
- มี per.neu. 3 ราย

7. ผลการตรวจสารเคมีในเลือดในค่ายสุขภาพแพทย์วิถีธรรม ณ สวนป่านาบุญ 1 อำเภอ
ดอนตาล จังหวัดมุกดาหารตรวจโดย โรงพยาบาลอำนาจเจริญอำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ

ปี 2555 ตรวจ 200 คน พบสารเคมีในเลือด 190 คน คิดเป็น ร้อยละ 95 หลังจากปฏิบัติตัว
ในค่ายสุขภาพแพทย์วิถีธรรมได้ 6 วัน สารเคมีในเลือดลดลง 150 คน ร้อยละ 78.95 จากจำนวนที่
พบสารเคมีในเลือด 190 คน

8. นวัตกรรม “การลดสารเคมีโดยน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดจากธรรมชาติ” โรงพยาบาล
ส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าไคร้ ตำบลบึงวิชัย อำเภอเมือง จังหวัดกาฬสินธุ์

วิธีดำเนินงาน

1. กลุ่มตัวอย่างคั้นน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดเวลา 1 เดือน
2. กลุ่มตัวอย่างแช่มือแช่เท้า (แช่ 3 ยก 1 ทำ 3 รอบ) โดยทำวันละ 1 ครั้ง หรือสัปดาห์
ละ 1-2 ครั้ง
3. ติดตามการคั้นน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดแช่มือแช่เท้าในระยะเวลา 1 เดือน
4. เเจาะเลือดหาระดับสารเคมีในเลือดหลังการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

5. ประเมินระดับสารเคมีหลังดำเนินการ
6. สรุปผลการดำเนินงาน

ตารางที่ 13 ผลการลดสารเคมีโดยน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดจากธรรมชาติ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าไคร้ ตำบลบึงวิชัย อำเภอเมือง จังหวัดกาฬสินธุ์

ผลการตรวจ	ก่อนดำเนินการ		หลังดำเนินการ	
	คน	%	คน	%
ปกติ (33)	33	14.67	92	40.89
ปลอดภัย (59)	59	26.22	40	17.78
มีความเสี่ยง (62)	62	27.55	60	26.67
ไม่ปลอดภัย (71)	71	33.56	33	14.66

ผลสุขภาพของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ

องค์การอนามัยโลกได้นิยามคำ “สุขภาพ” ว่าหมายถึง สุขภาวะที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย จิตใจ สังคม และปัญญามิใช่เพียงการปราศจากโรคหรือความพิการเท่านั้น (องค์การอนามัยโลก และพระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ.2550) หรือสุขภาวะที่สมบูรณ์ทุก ๆ ทางเชื่อมโยงกัน สะท้อนถึงความเป็นองค์รวมอย่างแท้จริงของสุขภาพที่เกื้อหนุนและเชื่อมโยงกันทั้ง 4 มิติ นำมาสู่ วิสัยทัศน์ของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) คือคนไทยมีสุขภาวะยั่งยืน หมายถึง คนไทยมีสุขภาพดีครบทั้งสี่ด้าน ได้แก่ กาย จิตสังคม และปัญญา อันได้แก่

(1) สุขภาวะทางกาย หมายถึง การมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง มีเศรษฐกิจพอเพียง มีสิ่งแวดล้อมดี ไม่มีอุบัติเหตุ เป็นต้น

(2) สุขภาวะทางจิต หมายถึง จิตใจที่เป็นสุข ผ่อนคลาย ไม่เครียดคล่องแคล่ว มีความเมตตา กรุณา มีสติ มีสมาธิ เป็นต้น

(3) สุขภาวะทางสังคม หมายถึง การอยู่ร่วมกันด้วยดี ในครอบครัว ในชุมชน ในที่ทำงาน ในสังคม ในโลกซึ่งรวมถึงการมีบริการทางสังคมที่ดี และมีสันติภาพ เป็นต้น

(4) สุขภาวะทางปัญญา (จิตวิญญาณ) หมายถึง สุขุอันประเสริฐที่เกิดจากมีจิตใจสูง เข้าถึงความจริงทั้งหมด ลดละความเห็นแก่ตัว มุ่งเข้าถึงสิ่งสูงสุดซึ่งหมายถึงพระนิพพาน

หรือพระผู้เป็นเจ้าของเจ้าหรือความดีสูงสุดแล้วแต่ความเชื่อที่แตกต่างกันของแต่ละคน (นับวรรณ เอมานุกลกิจ. 2552)

หลักการแพทย์วิถีพุทธ เป็นการแพทย์ที่นำเอาจุดดีของวิทยาศาสตร์การดูแลสุขภาพทั้ง 4 แผน คือ แผนปัจจุบัน แผนไทย แผนทางเลือกและแผนพื้นบ้าน รวมกับหลัก 8 อ. เพื่อสุขภาพที่ดีของ สถาบันบุญนิยม มาจัดการองค์ความรู้ ประยุกต์ผสมผสานบูรณาการด้วยหลักธรรมขององค์พระ สัมมาสัมพุทธเจ้า และปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช ประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับสภาพสังคมสิ่งแวดล้อมในปัจจุบัน เน้นการแก้ไขหรือลดปัญหาสุขภาพ ที่ต้นเหตุ โดยใช้สิ่งที่ประหยัดที่สุด แต่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด ด้วยวิธีที่เรียบง่าย ได้ผลรวดเร็ว สามารถพึ่งพาตนเองได้ ใช้ทรัพยากรในท้องถิ่นเป็นหลัก ประยุกต์เข้ากับวิถีชีวิตได้อย่างยั่งยืน โดยสามารถสร้างความเป็นพุทธะในคนไปพร้อม ๆ กับการแก้ปัญหามวลมนุษยชาติ ด้วยการสานพลัง กับหมूमิตรดีในสังคมและสิ่งแวดล้อมที่ดีด้วยการปรับสมดุลร้อนเย็น ใช้เทคนิค 9 ข้อ (ยา 9 เม็ด) ตามหลักแพทย์วิถีพุทธ ดังนี้ 1) การรับประทานสมุนไพรปรับสมดุลร้อนเย็น 2) การกัวชาหรือดูดซา หรือดูดพิษหรือดูดลม (การดูดระบายพิษทางผิวหนัง) 3) การสวนล้างพิษออกจากลำไส้ใหญ่ด้วย สมุนไพรที่ถูกกัน (ดีที่ออกซ์) 4) การแช่มือแช่เท้าหรือส่วนที่ไม่สบายในน้ำสมุนไพร ตามภาวะร้อน เย็นของร่างกาย 5) การพอก ทา หยอด ประคบ อบ อาบ เช็ด ด้วยสมุนไพร ตามภาวะร้อนเย็นของ ร่างกาย 6) การออกกำลังกาย กดจุดลมปราณ โยคะ กายบริหาร ที่ถูกต้อง 7) การรับประทานอาหาร ปรับสมดุล ตามภาวะร้อนเย็นของร่างกาย 8) ใช้ธรรมชาติบำบัด บำเพ็ญบุญกุศล ทำจิตใจให้ผ่องใส คบมิตรดีสร้างสังคมและสิ่งแวดล้อมที่ดี 9) รู้เพียร รู้พักให้พอดี

สุขภาพของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ จำนวนทั้งสิ้น 1,542 ราย ที่ได้บันทึกในระหว่างปี พ.ศ. 2538-2558 เป็นการรวบรวมและเลือกตัวอย่างแบบง่ายและเจาะจงจากประชากรจำนวน 63,399 ราย ดังแสดงในตารางที่ 8 ผลการศึกษาพบว่า เมื่อปรับสมดุลร้อนเย็นกายใจตามหลักการ แพทย์วิถีพุทธ ทำให้แต่ละชาติพันธุ์สามารถสร้างสุขภาพด้วยตนเองได้ และสามารถถ่ายทอดความรู้ แก่บุคคลอื่นให้ได้เรียนรู้การปฏิบัติเพื่อสุขภาพที่ดีได้ ดังข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกของ ผู้ให้ข้อมูลหลักจำนวน 25 รายที่ได้เลือกมาเพียงบางส่วนดังนี้ (กรณีศึกษาออกเหนือจากที่นำเสนอ ในบทที่ 6 ได้แสดงในภาคผนวก ก บันทึกผลสุขภาพของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ)



ภาพที่ 34 ชุมพล ยอดสะเทิน ประครองภรรยา เตือนใจ จันทะ มาให้สัมภาษณ์ หลังออกจากโรงพยาบาลมาพักพื้นที่ “ศูนย์เรียนรู้สุขภาพพึ่งตนตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง สวนป่านาบุญ อำเภอคอนสาร จังหวัดมุกดาหาร” เมื่อวันที่ 5 กรกฎาคม 2556
ที่มา (แก้วใจเพชร กล้าจน, ภาพถ่าย. 2556, กรกฎาคม 5)

“ตั้งแต่ต้นปี 2554 ภรรยาผมก็ป่วย เป็นโรค SLE หรือโรคพุ่มพวง เทียบรักษากับแพทย์แผนปัจจุบันเรื่อยมา กินยาพวกกลุ่มยาสเตียรอยด์ ยาพวกนี้จะมีผลไปทำให้ตับไตไส้พุงอวัยวะต่าง ๆ พังไปด้วย สุดท้ายไตวายช่วงก่อนหน้านี้ 2-3 เดือน ภรรยาผมเขามีอาการหนักมาก ขาเขาบวม ท้องโตเหมือนคนท้อง 9 เดือนเลย เขาใจจะขาดหายใจไม่ออก เราก็ต้องไปโรงพยาบาลเข้าไอซียู (ICU) ใช้เครื่องช่วยหายใจครบอยู่ในห้องไอซียู (ICU) 2 เดือนเต็ม ๆ คุณหมอใหญ่ในโรงพยาบาลบอกว่าหนักอยู่มาก บอกว่ายังไม่รอดนะ ทั้งปอดติดเชื้อรุนแรง ทั้งไตวายระยะสุดท้าย แล้วจิตอาสาแนะนำมาให้ใช้น้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดสด เขาก็อยู่ในห้องไอซียูมาได้ตั้ง 50 วัน เขาไม่ตายหรือ แสดงว่าเขารอดพ้นตัว พี่พลทำอะไรอยู่ เห็นไหมมอกุศลนะมันคลให้ผมคิดไม่ถึงว่าเราก็เรียนรู้เรื่องนี้มา น้ำย่านางสดทำไม่ไม่ให้เขากินนะ ผมก็ให้ ให้เป็นน้ำสกัดฤทธิ์เย็น ได้มาจากจิตอาสาซึ่งเขาทำมาจากรากหญ้าคา ก็ช่วยบำรุงไต อันนั้นก็ช่วยได้ส่วนหนึ่ง แต่ว่ามันไม่มีพลังชีวิตเหมือนน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด แล้วก็ได้รับความเมตตาจากแม่ครั้งช่วยเหลือ ผมก็มาจดดู มีใบอ่อมแซบ ใบมะยม ใบเตย หญ้าม้า มีอะไรเยอะแยะ 16 ชนิด และคั้นน้ำเสร็จ ผมก็รีบเอาไปให้เขากิน 1 แก้ว หลังจากกินไปไม่นาน ถ่ายออกมา 3 ครั้งรวดเลย คล้าย ๆ กับว่ามันขับของเสียออกมาครับ แล้วที่นี้ปีสสาวะออกมาเป็นกิโหลเลยครับ ณ วันที่สัมภาษณ์นี้ ภรรยาผมพักฟื้นอยู่ข้างหลังนี้ครับ ตอนนี้อยู่ไม่ต้องฟอกไตแล้วครับ ตอนนี้อย่างหายบวมแล้ว ยุบลงหมดเลยตอนนี้ เป็นปกติ สามารถจับถ่ายได้ปกติด้วยภรรยาของผมที่หายได้ ก็วิธีปรับสมดุลร้อนเย็นนี้แหละครับ”

(ชุมพล ยอดสะเทิน, สัมภาษณ์. 2556, กรกฎาคม 5. กรณีศึกษา 1.15 ภาคผนวก ก.)



ภาพที่ 35 เตือนใจ จันทะ สุขภาพแข็งแรงดี หลังจากปฏิบัติต่อเนื่องมาประมาณ 1 ปีครึ่ง หายดีแล้ว มาเข้าค่าย ณ “ศูนย์เรียนรู้สุขภาพพึ่งตนตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง สวนป่านานบุญ อำเภอดอนตาล จังหวัดมุกดาหาร” เมื่อวันที่ 21 ธันวาคม 2557 หน้าตายิ้มแย้มแจ่มใสมีความสุข

ที่มา (แก้วใจเพชร กล้าจน, ภาพถ่าย. 2557, ธันวาคม 21)

“ตลอดเวลาที่เป็น เอสแอลอี กับไต ก็ได้มาทำยา 9 เม็ดกับอาจารย์หมอเขียวกับแม่ครั้ง แม่ครั้งคือผู้ให้ชีวิตใหม่ของหนู และสิ่งที่ภูมิใจคือตอนนี้ได้ปฏิบัติธรรม นี่คือชีวิตใหม่ที่เราได้ทำ ความดีได้ทำกุศลอยู่ที่นี้ ตอนที่หนูป่วยเขาก็ได้เกิดมาช่วยหนู เป็นเอสแอลอี ระยะสุดท้ายเป็นไตวายด้วย ตอนที่ป็นก็มีน้ำองอยู่ในท้องด้วย ตัวเองเป็นอะไรไม่รู้ไม่กล้าบอกสามีค่ะ เมื่อรู้ว่าท้อง ได้ไปตรวจ กับนายแพทย์ที่อำเภอพยัคฆ์ เขาก็บอกว่า ปกติคนเป็นเอสแอลอี เขาไม่ให้ท้อง และบอกให้คุณไป ทำแท้งให้เอาเด็กออก หนูก็กลับมาบ้านก็มานอนร้องไห้ ไม่กล้าปรึกษาสามีว่าจะทำอะไร ก็บอกพ่อ ว่าท้องได้ 3 เดือน เราไปโรงพยาบาลแห่งหนึ่งซึ่งเขาจะดูแลเราเป็นพิเศษ ให้ยาเรากิน ยาสเตอรอยด์ ยาอะไร เราไม่กิน เพราะว่ามันจะทำร้ายเด็ก และก็แอบไป แอบไปเพื่อจะไปฝากครรภ์เพื่อให้เขา ดูแลทางการแพทย์ แต่เรากลับมาใช้ยา 9 เม็ดค่ะ ยาทุกอย่างเกี่ยวกับ เอสแอลอี ไม่ยอมกินเพื่อลูก แต่ก็อยู่ได้ค่ะ คือจะปฏิบัติยา 9 เม็ดและก็ได้ดื่มน้ำพระพุทธเจ้า ปัสสาวะก็ครั้งหนูก็จะกิน ปัสสาวะ 10 ครั้งก็จะกิน คือว่าสิ่งที่เราฝันคือลูก เราจะทำให้เขาออกมาให้แบบสมบูรณ์ให้ได้ ซึ่งอาจารย์ หมอเขียวบอกมาว่า ยาอะไรที่มันจะทำร้ายลูก หนูก็ไม่ยอมกิน คือหนูจะกินแต่ผักและผลไม้ นมก็ กินบ้างก็เพื่อว่า พวกป้าญาติเขาจะดูเราไม่แข็งแรง แล้วลูกออกมาจะไม่ปกตินะ เราต้องกิน เราก็แอบ กินบ้างไม่กินบ้างค่ะ น้ำที่สุขยอดก็คือน้ำย่านางและน้ำพระพุทธเจ้าก็จะกินไม่ยอมทิ้งเลยค่ะ ปัสสาวะ ที่โระจะกินให้หมดเลย คือยาทุกอย่างเราทั้งหมด แต่หมอนัดเราไปเราไปตามนัด นัดทุกครั้ง นัดเวลา ไหนเราไปหมดไปตามนัดหมดค่ะ”

“แล้วท้องได้ 7 เดือน หนูรู้สึกว่าการมันคั้น ท้องน่องคั้นแรงมากเจ็บ ก็เลยไปหาหมอที่โรงพยาบาลแห่งหนึ่งหมอก็พยายามฉีดยาเพื่อจะไม่ให้เด็กออกก่อนกำหนด พยายามฉีด 4 ชั่วโมง มาฉีด ๆ ตลอดเจ็บที่นี้เจ็บครรภ์ แสบร้อนไปหมดเลยคะ ทรมาณมากเป็นคนเดียวในโรงพยาบาลที่ทนยาคุณหมอได้คะ คุณหมอก็ถามคุณแม่ดิฉันว่า จะเอาเด็กหรือจะเอาแม่ คุณแม่ก็ตอบว่า “โอ๊ยจะให้ยายเลือกเด็กแล้วแม่หละ แล้วให้ยายเลือกแม่แล้วเด็กหละ โอ๊ยคุณหมอย่าเพิ่งถามยายนะ” พอดีวันนั้นพ่อบ้านกลับบ้าน มาธุระที่พัยค์ “โอ๊ย ยายตัดสินใจไม่ได้หอรอกคะ คุณหมอ” “ถ้าอย่างนั้นก็ให้เซ็นต์ชื่อไปก่อนนะ” พยาบาลบอก ยายก็ไม่รู้จะทำยังไง ไม่มีใครอยู่ด้วยไม่มีว่าจะปรึกษาใครคะ ยายก็เซ็นต์ เขาไม่ให้ญาติไปเยี่ยม แม่ก็โผล่หน้าดู เป็นอะไรลูก เจ็บไหม บอกแม่ว่า “เจ็บแม่ เจ็บ ๆ ทรมาณเหลือเกิน ท้องคนแรกไม่เห็นทรมาณอย่างนี้เลยแม่ ยามันแรงมาก” แม่ก็ว่า “อดทนนะลูก อดทน ๆ” อดไม่ไหวแล้วคะ คุณหมอหนูดทนไม่ไหวแล้วเหมือนเด็กจะออก คุณหมอเลยมาตรวจดู จริงด้วยเห็นหัวเด็ก จะออกได้ไงเด็ก กำลัง 7 เดือน วันนั้นเหลือคนสุดท้ายในห้องคลอดคะ ก็เลยเซ็นเข้าห้องคลอดคะ ยังไม่เตรียมเครื่องมืออะไรเลยคะคุณหมอ ยังไม่ทำอะไรสักอย่าง คุณหมอบอกว่าอย่าเพิ่งเบ่ง หนูไม่ได้เบ่งคะ มันจะออกเอง ทั้งแพทย์ทั้งพยาบาลวิ่งกันวุ่นเลยคะ เกือบ ตัวเล็กนี่เกือบตกใส่ถุงดำ เกือบตก ขาดออกซิเจนไป 20 วินาทีคะ แม่กับลูกก็อยู่คนละทาง หมอ พยาบาลก็ดูแลลูก แม่ก็ไปอีกทางไม่ได้ดูแลกันเลยคะ พอดีบังเอิญนึกถึงอาจารย์หมอเขียวนึกถึงคุณงามความดี นึกถึงพ่อครู นึกถึงคุณแม่ครั้ง และจิตอาสาทุกคนที่ดูแลเรา ก็เลยมีวันนี้ก็เป็นบุญของลูกบุญชนวาคะ เกิดวันที่ 5 ธันวาคม โทรมหาอาจารย์หมอเขียว อาจารย์หมอก็ตั้งชื่อให้ “บุญชนวา”คะ พอมาพักฟื้นอยู่ที่บ้านก็ไม่มีเวลาดูแลตัวเอง กลับมาก็เลี้ยงลูก ลูกตัวเล็กมากคะ ออกมาได้ 1,200 กรัม คะตัวเล็กมาก เลี้ยงในตู้ได้ 2 เดือนคะ คุณหมอก็ให้ออกมาเลี้ยงที่บ้าน ตัวเล็กมาก กลับมาบ้านก็เป็นการดูแลอย่างถนุถนอมมากคะ ท้องก็ผูก อาหารไม่ย่อย แล้วก็ไม่รู้จะทำอะไร ก็เลยโทรปรึกษาอาจารย์หมอ อาจารย์หมอก็บอกว่า ดีที่ออกซ์ เลย ญาติเขาก็บอกว่า จะทำหเรอดีที่ออกซ์ให้เด็ก เด็กตัวเท่านี้ เด็กเท่าแขนนี้จะดีที่ออกซ์ เป็นไขแล้วจะไปดีที่ออกซ์ ตัดสินใจ แม่ก็หายนะ แม่ก็ดูแลสุขภาพในด้านนี้ด้วย เอาเลขขวดดีที่ออกซ์ ใส่ น้ำปัสสาวะด้วยปัสสาวะของพ่อ นิดเดียว พอดีที่ออกซ์เสร็จน้องเขาก็รู้สึกสบายเลยคะ ตอนนี้ก็ยังทำอยู่ และก็คั้นน้ำพระพุทธรเจ้าด้วย”

“ตอนที่ป่วยหนัก ตอนอยู่ที่มหาสารคาม เป็นไต บวมมากเลยคะ ที่นี้ พ่อบ้านเขานั่งฟังจิต อาจารย์ ก็นึกถึงอาจารย์ ได้ยินเขาบ่นว่า ภรรยาบ่นคิดถึงอาจารย์ว่าอยากไปหาอาจารย์ ที่นี้ตอนนั้นเดินไม่ได้ณะคะ ตอนนั้นบวมมากเลยคะ เขาทำเสาบ้านนี้เดินไม่ได้ เขาก็มาพูดว่า “คุณ จะพาไปหาอาจารย์หมอเขียวไปไหม อาจารย์กำลังจะจัดค่าย” ดิฉันก็ตอบว่าไปทั้งที่ลูกไม่ได้ณะคะพอได้ยินชื่อของอาจารย์หมอเขียวคะ ลูกขึ้นเปลี่ยนเสื้อชุดของโรงพยาบาลออกมาเลย เดินออกมาได้เป็นปฏิหาริย์มากเลยคะ เดินทางมาประมาณ 3 ทุ่ม 3 - 4 ทุ่มนี้ มานอนรออาจารย์ ยังไงก็ไม่ไปปลุก

แม่ครั้งละ เรามาเห็นสถานที่เราก็เป็นบุญแล้ว ก็นอนรออยู่ รอจนสว่าง ก็มาดูแลด้วยยา 9 เม็ด แต่อาการมันก็โหม่มากแล้วอาจารย์หมอก็มาดูแล บวมมากชนิดว่านอนไม่ได้เลยล่ะ จะนอนลง ง่วงนอนก็นอนไม่ได้ คือหายใจเข้ามันจะหยุดเลย มันจะหยุดซ็อคเลย เราต้องนั่ง ที่นี้ไม่ไหวแล้ว อาจารย์หมอก็มาดูแล อาจารย์ว่าไม่ไหวแล้ว เราก็ไปหาทางแพทย์ก็เลยพากันไปมุกดาหาร โรงพยาบาล มุกดาหาร ไปเกือบไม่ถึงทางล่ะ รถดันมาดับเครื่อง ไม่มีบ้านไม่มีรถใครวิ่งผ่านสักคันเลยล่ะ ที่นี้เมีย ก็จะซ็อคตาย โอ้ยจะทำยังไง ยกมือไหว้เลย บุญบารมีอะไรที่ทำให้ส่งผลมาให้ สตาร์ทติดเลยล่ะ จริงนะค่ะ เป็นปาฏิหาริย์มากเลยล่ะ นึกถึงคุณงามความดีของอาจารย์หมอเขียว และพ่อครูสมณะ โพธิ์รักษ์ กับจิตอาสาที่ทำให้กำลังใจเราล่ะ รถติดขึ้นมาวิ่งไปเลย โรงพยาบาลมุกดาหาร ตอนนั้นสติก็ไม่ค่อยมีหรอก พ่อบ้านเขามาเล่าพูดให้ฟังล่ะ ที่นี้ไป ๆ นอนห้องไอซียู 2 เดือน ตอนบวมมาก ๆ ได้ไม่ถึงอาทิตย์ พ่อบ้านกับแม่ก็เลยมาหาแม่ครั้ง แม่ครั้งก็เลยทำสมุนไพรรักษา 16 ตัว หมอโรงพยาบาลไม่ให้กินสมุนไพรรักษาอะไร แต่พ่อบ้านก็แอบ แม่ก็เอาแอบเข้าไป ๆ กรอกใส่ปากและน้ำพระพุทธเจ้าด้วย อาทิตย์เดียวล่ะ บวมยุบลงเลย จนนายแพทย์ที่โรงพยาบาลรักษาเขาบอกว่า คุณไปทำบุญอะไรมา ภรรยาคุณถึงหาย เพราะ โรคไตต้องฟอกตลอดชีวิต คุณจะมีเงินสักกี่ล้าน คุณมีปัญหาไหม คุณจะมีเงินไหม หรือว่าจะเอาอย่างไร”

(เดือนใจ จันทะ, สัมภาษณ์.2557, ธันวาคม 21. กรณีศึกษา 1.15 ภาคผนวก ก.)



ภาพที่ 36 ภาพถ่ายเดือนใจ จันทะ กับครอบครัว ขณะที่ป่วยพักฟื้นเมื่อกลางปี 2556 และหลังจากหายแล้วสุขภาพแข็งแรงดี เมื่อเดือนธันวาคม 2557

ที่มา (ชุมพล ยอดสะเทิน และแก้วใจเพชร กล้าจน, ภาพถ่าย.2556, กรกฎาคม 5 และ 2557, ธันวาคม 21)

“ก็เหมือนเขาได้ชีวิตใหม่ครับ เพราะว่า ผมเชื่อว่า คนที่เป็นโรคไต โอกาสที่จะกลับมา ถ้าไปรักษาตามวิธีที่ว่า ที่เขาเชื่อถือกันอยู่ในสมัยนี้ ในปัจจุบันที่ว่าดีที่สุดนี้ ก็คือจะต้องฟอกไปเรื่อย ๆ แล้วหมอบอกเองในห้องฟอกอยู่มุกดาหาร ฟอกแบบนี้ใช้ว่าฟอกแล้วจะหาย ฟอกเพื่อรอวันตาย

เจ้าหน้าที่ในนั้นเขาบอกเอง เขาสงสาร ๆ คนนี้ เขาว่าวิบากกรรมเขาหนัก เขาหนักกว่าเพื่อนก็คนที่ไปฟอกเป็น 40-50 คนในห้องฟอกไตที่ในมุกดาหารนี่ เออเขาก็ไปดี ๆ นะ เดินนั่งรถสองแถว นั่งรถเครื่อง เขาไปแล้วก็เขาเดินไปกินขนม กินนอนฟอก แต่ของเรานี้มันทุกข์ทรมานเหลือเกิน เพราะว่าห้องไอซียู มันอีกห้องหนึ่ง ฟอกไตมันอยู่อีกห้องหนึ่ง เวลาจะไปฟอกแต่ละทีนี่ ขอโทษนะ ไอ้เครื่องที่ไปเจาะคอนี้ เวลาใช้อากาศออกซิเจนสอดเข้าไปในปากนี้ มันได้เดือนกว่าเขาบอกว่า มันจะติดเชื่อ มันจะต้องเจาะคอเออ พอเจาะแล้วต้องใช้เครื่องอากาศ ออกซิเจนใส่เข้าไป เวลาจะไปฟอก คน 6-7 คน ห้องมันคับแคบต้องลาก ๆ ไปห้องฟอกไต ระหว่างที่ลากก็ต้องถอดเครื่องออกซิเจนออก แล้วก็ใช้บันลุ่มที่บีบนั่น เด็กที่มาฝึกหัดก็เป็นเด็กพยาบาลเขาก็เป็นเด็ก เขาก็ไม่ชำนาญ คนป่วยก็กลัว บีบบีบเขาก็หายใจไม่ทัน และตัวเขาเองเป็นคนเส้นเลือดน้อย หมายความว่ามันเจาะแม้กระทั่งเดี๋ยวนี้มันก็ยังเจาะยาก คือว่าเจาะหาเส้นเลือดเวลาจะให้ยาทางเส้นเลือด ให้น้ำเกลือ มันเจาะยากครับ แล้วที่น้ำมันให้ทางลำคอ มันลำบากกว่าเขาไปหมด บางทีมันใส่เข้าไปแล้ว มัน ๆ ฟอกไม่ได้ เลือดมันดันกลับคืนมาท่วมคอ โอ๊ย คุณไม่จัดเลยมันทำไมทุกข์ทรมานอย่างนี้ชีวิตนี้ มีอยู่ครั้งหนึ่งที่ว่าเขาฟอกไม่ทัน ที่แท้มันเป็นอาการอย่างนี้ คือของเสีย พอมันขับออกไม่ทัน ไปฟอกไม่ทันคนที่ เป็นโรคไตวายระยะสุดท้ายนี้เขาจะพันเพื่อน จิตเขาจะจำอะไรไม่ได้ เขาจะจำอะไรไม่ได้ ผมเข้าไปเยี่ยมกับลูกสาวกับแม่ยายเขาก็พูดไม่ได้นะ เขาก็เขียนใส่กระดาษ เขียนใส่กระดาษ คุณเป็นใครสามีเข้าไปเยี่ยม คุณเป็นใครหรือคุณมาอะไร คุณสภาพตอนนั้นเหอ เจ็บปวดอย่างนั้น แต่ว่าความเจ็บปวดมันก็มีแนวคิดขึ้นมาแว็บหนึ่งว่า เออ เขาเป็นบ้าไปเลยก็ดึนะ เพราะว่าอะไร เพราะว่าคนบ้านี้เขาจะไม่ทุกข์นะ แต่ถ้าเขายังมีสติสัมปชัญญะอยู่เนี่ยเขาจะทุกข์มาก จะทุกข์มาก ประสาทไปเลยก็ดึนะ ผมเห็นนะแถวบ้านผม พ่อบ้านป่วย ไม่ต้องว่า 3-4 ปีเหมือนผมหรอก ครั้งเดือน เดือนเดียวทิ้งเลย แม่บ้านทิ้งเลย หรือว่าแม่บ้านป่วย สามีทิ้งเลย เออ ผมก็ได้ตำหนิเขาทำไม จิตใจคนนี้เวลามีความสุขด้วยกัน ผมก็คิดถึงผมเป็นคนชอบป่า พาไปเที่ยว เขาใหญ่ ภูกระดึง น้ำหนาว อะไรผมไปหมด เออเราก็พอมีรายได้นะ เปิดร้านตัดผมอยู่ในอำเภอรายได้ก็พอฐานะก็ปานกลาง แล้วทีเวลาเจ็บป่วยมาทำไมทั้งกันอย่างจัง ทำไมไม่ส่งสารกันบ้าง ก็คงเป็นกุศลส่วนนี้ ทำให้ผมได้มาเจอธรรมะที่สูงขึ้น ให้มาเจออาจารย์หมอเขียว ผมก็เออคงจะไปทำอย่างนั้นไม่ได้ ยังไงก็ต้องรักษาให้มันตายคากัน ในแว็บหนึ่งที่ว่า มันเกิดสภาวะธรรม ตอนหนึ่งว่าในช่วงที่หมอ (โรงพยาบาล) บอกว่าคุณมีเงินถึงล้านไหมนี้ ในการรักษา ตอนนั้นผมคิดว่าบ้านเราอยู่ในตลาดราคา 5-6 ล้าน เราก็จะขาย ที่นาเราก็จะขายถ้ามันได้เปลี่ยนไตจริง ๆ ถ้ามันจะไม่หายยังไงเราก็จะขาย ในแว็บหนึ่งที่ว่าเราจะสละเพื่อเขา จิตวิญญาณมันรู้มันเบาโล่งยังงี้ไม่รู้ละ”

(ชุมพล ยอดสะเทิน, สัมภาษณ์. 2556, กรกฎาคม 5. กรณีศึกษา 1.15 ภาคผนวก ก.)



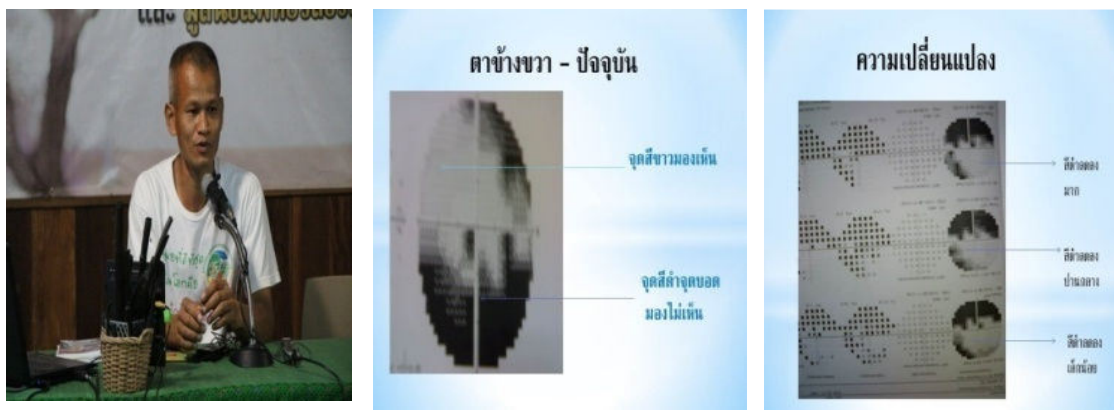
ภาพที่ 37 ผู้วิจัยถ่ายภาพกับนายแพทย์ชัยพร กันกา อดีตผู้อำนวยการศูนย์มะเร็งลพบุรี เมื่อผู้วิจัยได้ไปบรรยายค่าสุขภาพแพทย์วิถีธรรมที่จัดโดยเครือข่ายจิตอาสาในจังหวัดลพบุรีเมื่อเดือนมิถุนายน พ.ศ. 2555

ที่มา (จิรนนท์ ทับเนียม, ภาพถ่าย.2555, มิถุนายน 21)

“ผมเป็นศัลยแพทย์ ตอนนี้อายุ 61 ปีแล้ว ผมติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบีจากการผ่าตัดในช่วงก่อนจะเกษียณราชการ การรักษานั้นใช้การฉีดยาอินเตอร์เฟอรอน แล้วก็กินยาไรบาวิริน ฉีดไปได้จริง ๆ แล้วต้องกินทั้งหมด 24 สัปดาห์ กินเม็ดละ 400 บาท วันละ 2 เม็ดเช้าเย็น และฉีดเข็มละ 12,000 บาททุกสัปดาห์ ฉีดได้แค่เข็มที่ 5 หรือเข็มที่ 6 เริ่มมีอาการแพ้แล้วทุกอย่าง ก็คือมีทั้งคันมีทั้งผื่นร่วนเหมือนให้เคมี หน้าหน้าเหมือนหนังหมู อาเจียนตั้งแต่ 5 ทุ่มจนกระทั่งถึงตี 2 ไม่ได้นอนเลย กินข้าวไม่ได้เลย จนกระทั่งถึงเข็มที่ 17 จึงหยุดยา เพราะมันรู้สึกไม่ไหวแล้ว ผิวหนังเป็นจุดดำมากเป็นวง ๆ ตามขา คันมากเนื้อตัวนี้แข็งไปหมดเลย ใบหน้าก็ดำไปหมดเลย คิดว่าเราต้องตายแน่แล้วก็เลยไปจงวัดจนกระทั่งมีคนไปอบรมในเรื่องของแพทย์ทางเลือกที่อาจารย์หมอเขียวเขาทำอยู่ที่ดอนตาล เขาก็คงไปบอกว่าอาจารย์หมอชัยพรป่วยหนัก อาจารย์หมอเขียวก็โทรศัพท์เข้ามา บอกว่ามีศิษย์อยู่ที่ลพบุรี วันรุ่งขึ้นก็มาเลย เตรียมน้ำยำนางมาให้ 1 แก้วใหญ่และถ่านไม้ไฟ 1 แก้ว พอดีมน้ำยำนางไป 1 แก้วใหญ่ มันมีความรู้สึกว่ามันเย็นวาบไปทั้งตัวเลย แล้วก็กินถ่านเข้าไปอีกก็มีความรู้สึกว่ามันเย็น จากนั้นก็ทำกัวซา เมื่อเริ่มปฏิบัติได้ประมาณ 10 วัน คนที่เห็นเขาพูดกับผมว่าทำไมผิวมันดีขึ้น ทำไมจุดดำ ๆ นี้มันหายไป เมื่อปฏิบัติต่อเนื่องทำให้ผมฟื้นจากเดือนกุมภาพันธ์ที่ผมนอนตลอดตั้งแต่เกษียณ เดือนตุลาคมจนถึงเดือนมกราคม ผมไม่ได้มีความสุขสนานเลย มีแต่ความทุกข์ทวนาจะต้องนอนอยู่แหวอยู่แล้วก็อาเจียนตลอดเวลา ทุกวันนี้ผมก็กินผักเย็นแทบจะไม่กินเนื้อสัตว์เลย พยายามกินถั่วเขียวกินอะไรที่มีฤทธิ์เย็น พยายามที่จะกินจิตใจให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ กินน้ำสมุนไพรปรับสมดุลฤทธิ์เย็นสดและทำกัวซาด้วยมาตลอดนี้ หน้าตาจากที่เคยเป็นฝ้าดำไปหมดหน้าดำนี้มันขาวขึ้น มีคนทักว่าไปทำอะไรมา หน้าตาดีขึ้นนะ เหมือนไม่แก่ทั้ง ๆ ที่ผม

อายุ 61 ปีแล้ว หนักทำไมไม่เหี่ยว ทุกวันนี้ก็รู้สึกที่เราดีขึ้น มีแรงขึ้น อาการดับแข็งหายไป สามารถทำงานตรวจรักษาคนไข้ได้ตามปกติ”

(ชัยพร กันกา, สัมภาษณ์. 2555, มิถุนายน 22. กรณีศึกษา17 ภาคผนวก ก.)



ภาพที่ 38 คุณทรงกลดคนาคอร่วมให้สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 กันยายน 2557 พร้อมแสดงข้อมูลเกี่ยวกับผลสุขภาพตาจากโรงพยาบาลแห่งหนึ่ง

ที่มา (แก้วใจเพชร กล้าจน, ภาพถ่าย. 2557, กันยายน 10)

“เริ่มต้นด้วยประมาณปี 2544 ประสบอุบัติเหตุรถชนกันปรากฏว่าหน้าของเราตรงบริเวณดั้งจมูกได้ไปฟาดกับรถอีกคันหนึ่ง ทำให้ดั้งจมูกหักยุบเข้าไปด้านใน หมอกก็ผ่าตัดแล้วก็ยกจมูกขึ้นมาให้เท่าเดิมนะครับ หลังจากนั้นเป็นต้นมาเราก็จะกลายเป็นคนที่เบ๊นๆ เป็นหวัดเพ้ออากาศได้ง่ายมากนะครับ ตอนนั้นรักษาอยู่ที่โรงพยาบาลใหญ่ที่จังหวัด เราก็ทำตามที่หมอบอกทุกอย่าง ถึงเดือนก็ไปพบหมอรับยาทำไปทำมา 3-4 เดือนต่อมาเรากลายเป็นคนที่มึนๆ ปวดหัวบ่อย ปรากฏว่า ความดันโลหิต 200 มิลลิเมตรปรอทหมอกก็เลยให้ทานยา ทานยาไปก็ดีเฉพาะตอนที่มิถุนายนอยู่ พอหมดฤดูที่เราก็เป็นอีก ตรวจเลือดดูก็ปรากฏว่าไขมันเยอะ หมอกก็ให้ยาลดไขมัน กินอยู่เรื่อย เป็นประมาณ 5-6 ปีครับ จนเราไม่รู้ว่าเราได้ก่อโรคใหม่ขึ้นมาอย่างเงียบ ๆ โดยไม่รู้ตัว นั่นก็คือเป็นโรคหัวใจแบบไม่รู้เนื้อรู้ตัว รู้สึกใจเจ็บแปล็บ ๆ แต่เราก็ไม่ได้บอกหมอ หมอบอกเราเป็นไขมันพอกตับจากที่เรากินยาลดไขมันครับ แล้วก็ป็นเนื้องอกที่ถุงน้ำดี พร้อมกับมีนิ่วในถุงน้ำดี ขนาดใหญ่กว่าเม็ดถั่วเหลือง 3 เม็ดอยู่ในนั้นครับ

ต่อมาเมื่อประมาณเดือนเมษายนปี 2553 ในขณะที่ทำงานอยู่หน้าคอมพิวเตอร์ ปรากฏว่าอยู่ ๆ มันมีเหมือนคล้าย ๆ เราเอาวาสลินไปป้ายไว้ที่ดวงตาเราด้านซ้ายผ่านไปประมาณ 3 สัปดาห์ ปรากฏว่ามันไปเป็นที่ตาขวาอีกข้าง เหมือนวาสลินบาง ๆ ที่ตาขวาอีกข้างหนึ่ง ขณะเดียวกันตาเราก็เริ่มมองได้แคบลงเดินก็ตะนุ่นชนนี่ เข้าโรงพยาบาลจังหวัดอยู่ 6 เดือน หมอแนะนำว่าคุณควรที่จะ

ไปหาโรงพยาบาลที่มันใหญ่ ๆ นะ ผมก็เลยไปทำการตรวจที่โรงพยาบาลใหญ่ในกรุงเทพ หมอก็ทำการตรวจทุกอย่าง ส่งกล้องส่องเข้าไปในลูกตาเราตลอด พร้อมกับให้ยามาด้วย เราก็ทานยาตามที่หมอบอกนะครับ แล้วสุดท้ายก็ได้รับคำตอบจากคุณหมอว่า คุณรอวันตาบอดนะ คุณไม่มีสิทธิ์หาย ถ้าคุณดวงดีคุณก็ได้อยู่แค่ตรงนี้ คือมันได้อยู่แค่นี้จะไม่ดีไปกว่านี้นะ แต่ว่าประมาณ 80% นี้คุณรอวันตาบอดนะ ฟังคำตอบจากหมอนี้เราก็ใจฝ่อเลยนะ แต่ทำใจดีสู้ครับ

ผมได้เดินทางไปที่สถานี่สวนป่านาบุญแห่งนี้ครับ เข้ามาหมอบรรยายบอกว่า ควรจะกัวษา ควรจะดีที่ออกซ์ ดื่มน้ำสมุนไพรปรับสมดุล กินอาหารของค่าย เราก็ปฏิบัติตามทุกอย่าง ความอึดจรรยาเกิดขึ้นในวันที่ 4 ของค่าย ขณะกัวษาไปเอ๊ะ.ตามันสว่างขึ้นมาทันที มันเป็นไปได้ยังไงเรางแต่ก็ดีใจที่ตามันสว่างขึ้น แล้วเราก็บอกหมอบอกว่าตามันสว่างขึ้นแบบนี้ หมอก็ประทับใจว่า สิ่งที่หมอบอกไว้มันทำได้ผลจริง ๆ นะ เราก็ดีใจว่า นี่เราทำได้เรามาถูกทางแล้ว ตอนแรกที่เรว่าอย่างนั้นมันจะรักษาเราหายไหม กลับกลายเป็นว่าด้วยวิธีแบบนี้ที่รักษาเราหาย ซึ่งเป็นเรื่องแปลก ผมก็ไม่คิดว่ามันจะหาย

หลังจากเข้าค่ายทุกค่ายที่ออกไปนับตั้งแต่วันที่ 10 มิถุนายน 2553 เป็นต้นมา คือวันแรกที่เข้ามาที่นี้ครับ นับจากวันนั้นเป็นต้นมาจนถึงปัจจุบันนี้ ก็ได้ใช้ชีวิตในแนวทางแห่งค่ายหมอเขียวมาตลอด อาหารมังสวิรัติจะตลอดนะครับ มีแต่ผัก ไม่มีเนื้อสัตว์นะ มีแต่ผักกับเกลือครับ ทานไปเรื่อย ๆ ทานไปเรื่อย ๆ ไม่ต้องกลัว เทคนิค 9 ข้อใช้ทั้งหมด โดยเฉพาะหัวข้อธรรมะ ที่สำคัญก็คือ อย่ากลัวตาย อย่ากลัวโรค อย่าเร่งผล แล้วก็อย่ากังวล ตัดออกให้หมดความกังวลทุกเรื่อง ความกังวลทุกเรื่องตัดมันไปบ้าง ถ้าเราตัดไม่ได้มันก็จะมาฆ่าเรา ทุกสิ่งทุกอย่างอยู่ที่ใจของเราจิตใจของเรา ถ้าตั้งมั่นอยู่ที่นี่เราสามารถที่จะดำเนินต่อไปได้ ผมแหกค่ายมาเป็นแบบหมอเขียวทั้งหมด จนทุกวันนี้ก็อยู่อย่างนี้ ใครจะชวนกินอะไรก็กินไป แต่เราก็บอกตัวเองเสมอว่า เราสบายเบากาย เป็นอยู่ผุสูก นั่นคือคำตอบที่ดีที่สุด อย่างที่หมอเขียวท่านบอก”

(ทรงกลด นาคอร่าม, สัมภาษณ์. 2557, กันยายน 10. กรณีศึกษา 1.18 ภาคผนวก ก.)



ภาพที่ 39 คุณคทาวุฒิ เอกตาแสงให้สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 19 กันยายน 2555
ที่มา (แก้วใจเพชร กล้าจน, ภาพถ่าย.2555, กันยายน 19)

“คทาวุฒิ เอกตาแสงศรีบ มาจากอำเภอภูนิหารายณ์ จังหวัดกาฬสินธุ์ สาเหตุที่มา คือ มะเร็งลำไส้ระยะที่ 4 ระยะสุดท้าย ก่อนที่ผมจะเข้าผ่าตัดมะเร็งลำไส้ระยะที่ 4 นี้ ผมคิดในใจเสมอว่า คนที่เป็นมะเร็งนี้ไม่ว่าจะเป็นมะเร็งอะไรก็ตามคือรอวันตายสถานเดียว พอผมเข้าผ่าตัด หมอวินิจฉัยตอนแรกว่าผมเป็นไส้ติ่งอักเสบ แต่ผ่าเข้าไปแล้วไส้ติ่งไม่เป็นอะไรเลยปกติทุกอย่าง แต่บังเอิญคุณหมอไปพบลำไส้ผมนั้นแตกกระจายในท้องครับ ไส้แตกอุจจาระเต็มท้อง คุณหมอเลยทำการตัดทิ้งแล้วส่งชิ้นเนื้อไปวินิจฉัยที่ศูนย์มะเร็งจังหวัดขอนแก่น พบว่าเป็นมะเร็งลำไส้ระยะที่ 4 กระจายเข้าต่อมน้ำเหลืองหมดแล้ว

มีพยาบาลท่านหนึ่งจากอำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด ที่รู้จักกันนำหนังสือเล่มหนึ่งมาให้ ผมบอกว่าหนังสือเล่มนี้เขาได้จากไปเข้าค่ายสุขภาพของคุณหมอเจียวมา แต่ผมยังไม่รู้ครับว่า ตอนนั้นหมอเจียวนี้เป็นใคร ทำอะไร และมีจุดประสงค์อะไร ผมก็เลยรับหนังสือเล่มนั้นมาศึกษา แล้วปฏิบัติตามหนังสือเล่มนั้น หนังสือเล่มนี้ก็คือ “มาเป็นหมอดูแลตัวเองกันเถอะ” หน้าปกหนังสือจะมีรูปหม้อต้มยา แล้วก็รูปลูกประคบอยู่ข้าง ๆ หนังสือเล่มนั้นเล่มละ 150 บาท แต่ผมไม่ได้ซื้อสักบาทเดียว เพราะว่าเขาเอามาให้ ผมก็ทำตามในหนังสือหมดแทบจะทุกอย่าง ถ้าอันไหนที่ทำไม่ได้จริง ๆ เราพยายามทำให้ได้เสียก่อนถึงบอกว่าทำไม่ได้ “ถ้าไม่พยายามอย่าบอกว่าทำไม่ได้ ต้องพยายามทำเสียก่อน ถ้าทำไม่ได้จริง ๆ คุณถึงบอกว่าคุณทำไม่ได้” หลัง จากผ่าตัดเสร็จ คุณหมอก็ส่งผมไปเข้าคีโม ทั้งหมด 6 เดือน เดือนละ 5 วัน รวมทั้งหมด 30 วัน 30 เข็ม แล้วก็มีคนแนะนำผมบอกว่าทำดีที่อกซ์ด้วยนะ กัวชาด้วยนะอะไรด้วยนะ ผมก็พยายามทำทุกข้อ ยาทั้ง 9 เม็ดของคุณหมอ แต่ตอนนั้นผมยังไม่กล้าทำอยู่ก็คือดีที่อกซ์เพราะว่าผลการผ่าตัดนี้ยังไม่หายดี แล้วผมไม่มั่นใจว่ามันจะติดเชื่อหรือไม่ จนกระทั่งผ่านไป 6 เดือน ผมก็ยังไม่กล้าทำก็เลยบอกว่าให้รออีกหน่อย ให้แผลมันหายอีกหน่อยให้มันมั่นใจกว่านี้ก่อน ถ้าเราทำไปด้วยเราทุกข์ไปด้วยเราเครียดไปด้วย มันยิ่งจะเป็นผลเสียต่อเรา ผมก็เลยรอมาจนครบ 1 ปี หมอก็ได้ส่งผมไปเอ็กซเรย์แป้ง ปรากฏว่าโชคดีมากเชื่อในลำไส้ไม่มีแล้ว นี่คือมะเร็งระยะสุดท้ายนะครับ มะเร็งลำไส้ระยะที่ 4 ไม่มีแล้ว แต่ผมก็ไม่มั่นใจว่า ต่อมน้ำเหลืองผมที่มันไปหมดแล้ว ผมจะทำยังไง อันนี้ผมคิดในใจ ผมก็ปฏิบัติตัวมาตลอด อาหารกับข้าวแบบนี้ บางคนบอกว่ามาวันแรกกลืนแทบไม่ลงเลย ผมบอกว่า “ผมสบายมากเพราะผมกินมาแล้ว 1 ปี กับ 4 เดือน กินตั้งแต่วันที่ผมออกจากโรงพยาบาล ที่ผมกินข้าวได้กินอาหารถึงจะไม่ได้ถึงขนาดเหมือนในค่ายนี้ 100% แต่ขอให้ใกล้เคียงให้มากที่สุดทำให้ดีที่สุดแล้วเราจะได้ผลดีที่สุดเข้าสู่ชีวิตเรา”

ตอนที่ผมออกจากห้องผ่าตัดมาสะลึมสะลือยาสลบยังไม่ฟื้นอะไรมา ผมมองหน้าไปเจอ ลูกชายผมคนเดียวนั่งอยู่ข้างเตียงคนอื่นยังไม่ถึง หมอให้เซ็นใบรับรองการผ่าตัด ผมจัดการเองหมด คุณหมอเดินมาตบบ่าลูกชายผมบอกเธอเป็นลูกชายของเขานะลูกชายผมบอกใช่ครับ หมอก็เลย

บอกลูกชายผมว่าพ่อเธอไม่ได้เป็นไส้ติ่งอักเสบนะ พ่อเธอเป็นมะเร็งลำไส้ระยะสุดท้าย ลูกชายผมร้องไห้ทันทีแต่ผมนึกในใจว่า “จะร้องให้ทำไม พ่อคุณยังไม่ตาย ก็แค่มะเร็งระยะสุดท้ายนะคุณจะไปกลัวทำไม กระจอก” ผมว่าอย่างนี้

ผมคิดตลอดเวลาก่อนที่จะผ่าตัดว่า มะเร็งนี้ต้องตายอย่างเดียว แต่ตอนนั้นผมนึกขึ้นมาได้ ยังไงว่ามันกระจอกมาก สุดท้ายที่ผมนึกได้ก็คือว่าผมหายด้วยประการใด ทำไมผมถึงว่าผมหาย ผลการตรวจเลือดออกมาค่าสัมพันธ์มะเร็งในลำไส้ใหญ่และกระเพาะเลือด วันที่โรงพยาบาลอำนาจเจริญมาตรวจให้หะ ผลปรากฏว่าไม่มีเชื้อมะเร็งแล้ว ค่าสัมพันธ์มะเร็งในเลือดอยู่ในขั้นปกติทุกอย่างไม่มีอะไรผิดปกติ ผมถึงอยากจะบอกว่า “การที่เราปฏิบัติ การที่เราทำอะไรนี่ให้เราทำจริง พยายามทำเสียก่อน อย่าเพิ่งบอกว่า โอ๊ย อันนี้ฉันทำไม่ได้ โอ๊ย อันนี้ฉันไม่กล้าทำ คุณลงมือทำหรือยังคุณถึงบอกว่าคุณทำไม่ได้” กับข้าวก็เหมือนกันครับ อย่างนี้จะกินได้หรือ คุณลองกินดูหรือยังครับคุณถึงจะบอกว่าคุณกินไม่ได้

ตอนที่ผมผ่าตัดออกมาแล้ว เพื่อน ๆ ญาติ ๆ พี่น้องหรือคนรู้จักไปเยี่ยมผมที่โรงพยาบาลที่บ้าน เขาบอกได้เลยว่าเตรียมตัวเผาได้เลยไม่รอด สภาพร่างกายตอนนั้นแย่มาก ๆ จากน้ำหนักเกือบ 80 กิโลกรัม เป็นคนตัวใหญ่ เหลือน้ำหนักแค่ 54 กิโลกรัม ลงมา 20 กว่ากิโลกรัม แล้วเขาไปดูคนตัวใหญ่ ๆ ผอม ๆ เหลือแค่ 54 มันเหมือนกับซาก เขาเลยบอกว่าเตรียมตัวเผาได้เลย อย่างว่าแต่ 2 ปีเลย เขาบอก 2 เดือนให้มันผ่านเถอะ ไม่มีทาง ผมก็เลยนึกในใจ เดี่ยวจะทำให้ดู เขาเลยเอาหนังสือเล่มนั้นมาให้ผมอ่าน เล่มที่ผมเคยกล่าวไปข้างต้น แล้วผมก็ศึกษามาเรื่อย ๆ ทุกอย่าง ๆ เขาบอกว่ามันดีนะ แต่ตอนนั้นก็ยังไม่รู้มาก ว่าอาหารฤทธิ์เย็นฤทธิ์ร้อนมันเป็นอะไรก็ศึกษาตามหนังสือคุณหมอไป

น้ำสมุนไพรปรับสมดุล หรือน้ำยานางผมกินมาได้เป็นปีแล้ว ไม่ใช่แค่เพิ่งมากินที่นี้ แต่ดีที่ออกซ์เพิ่งมาทำที่นี้เพราะว่าให้มันใจเสียก่อนว่าแผลผ่าตัดของเรานั้นหายดี ประสบการณ์ชีวิตผมก็ไม่มีอะไรมากก็ขอฝากให้ทุกท่านนะครับ “สิ่งสำคัญที่สุดคือรักษาสุขภาพของตัวเอง ตัวเราเองทำตัวเราเองได้ครับ ตัวเราเองไม่ทำ ตัวเราเองไม่ได้รับ โรคภัยไข้เจ็บทุกอย่างที่เกิดกับตัวเรา ตัวเราหาใส่ตัวเราทั้งนั้นไม่มีใครมายัดเยียดให้เราได้” อย่างโรคมะเร็งที่ผมเป็นนี้ ไม่มีใครจาม แล้วโรคมะเร็งกระเด็นมาใส่ผม ไม่ใช่ครับ ผมขี้ดเข้าไปปากผมเองทั้งนั้น เพราะฉะนั้น “เราทำอะไรเราได้ อย่างนั้นอย่างที่คุณหมอเขี้ยวพูดนะครับ” ขอฝากสั้น ๆ นะครับกับผู้รักสุขภาพทุกท่านครับ ทำจริงได้จริง ทำเล่นได้เล่นครับ สวัสดีครับ เจริญธรรมสำนึกดีครับผม”

(คฑาวุฒิ เอกตาแสง, สัมภาษณ์. 2555, กันยายน 19. กรณีศึกษา 1.8 ภาคผนวก ก.)



ภาพที่ 40 คุณป้าปาน กาญจน์ภรรยา รุ่งสวัสดิ์ให้สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 15 กันยายน 2555
ที่มา (แก้วใจเพชร กล้าจน, ภาพถ่าย. 2555, กันยายน 15)

“ป้า อายุ 76 ปี ป่วยด้วย 9 โรค ผ่าตัด 11 ครั้ง อาการเจ็บป่วยเริ่มจาก พ.ศ.2510 เริ่มมีอาการปวดหลังเนื่องจากว่าคลอดลูกคนแรกอุ้มท้องนานเกินควรจาก 9 เดือนเป็น 10 เดือน 20 วัน กระจกสันหลังก็เลยแอ่น ก็มีอาการปวดหลัง หลังจากที่คลอดลูกแล้ว เริ่มทำการผ่าตัดจากแพทย์ปี พ.ศ. 2517 ผ่าตัดแก้หวะทะลุ พ.ศ. 2519 ผ่าตัดมดลูก เยื่อบุมดลูกงอกนอกโพรงมดลูก มดลูกโต พ.ศ. 2530 ผ่าตัดไขมัน อักเสบหนองคั่งที่ฐานสมอง พ.ศ. 2535 ผ่าตัดกระจกสันหลัง หมอนรองกระดูกเคลื่อนทับเส้นประสาท ผ่าไปแล้วดี แต่อาการเจ็บก็ยังเหลืออยู่ อาการปวด แล้วหลังจากที่กินยาโรคกระดูกพร้อมทั้งที่กินมาเรื่อย ๆ จาก พ.ศ. 2510 เพราะว่ากินยาแก้ปวดหลังมาเรื่อยมาตลอด ก็ได้โรคแถมอีกโรคหนึ่งคือมีเลือดออกในกระเพาะอาหาร กระเพาะเกือบจะทะลุก็รักษา พ.ศ.2540 ผ่าตัดหลังได้ 5 ปี พังผืดไปรัดรากประสาทกับกระดูกเกือบขาดแล้วทั้งสองอย่าง หมอตัดสันใจผ่าตัด

พอหลังจากที่ผ่าตัดมดลูก 2 ครั้ง ปี 2549 ผ่าตัดนิ้วล็อก มือข้างซ้ายป้านี้มีจุดผ่าอยู่ 4 จุด แต่ ผ่า 3 ครั้ง แล้วปลายปี 2549 ก็ได้โรคหัวใจโตเนื่องจากพักผ่อนไม่เพียงพออยู่กับอาชีพขายอาหารปี 2553 ผ่าตัดชิสต์ที่หน้าอกข้างขวา ปี 2554 ได้ดวงตาใหม่ ตุลาคม 2554 สลายต่อกระดูกเปลี่ยนเลนส์ ข้างขวา อีก 3-4 เดือน 11 กรกฎาคม ก็เข้าไปทำตาข้างซ้าย วันที่ 13 กรกฎาคม ขอตรวจร่างกาย ผลปรากฏว่าเบาออก ไตรกลีเซอไรด์สูง 212 mg% อัลตราซาวด์ตับ ผลปรากฏออกมาก็คือไขมัน พอกดตับแปลคิลลิเมตร

มาค่ายพอวันที่ 3 ป้าเริ่มปฏิบัติตัวเองก็คือตัดสันใจเลย เพราะเจ็บหลังมากอันนี้เป็น การทรมาณปีมานานนับ ที่เรียกว่ากินยามาทั้งหมดตั้งแต่ปี 2510 ปัจจุบันนี้ 45 ปี ทั้งตัวป้านี้มันแข็งไปหมด ปวด ตึง ที่ผ่านมาอาหารที่ป้ากินคือสมุนไพรฤทธิ์ร้อนทั้งนั้นเลย ป้าก็ร้อน ร้อน โดยไม่รู้ตัว ก็ได้โรคมารวมที่ป้าปรับสภาพพอวันที่ 3 ป้าพอสมุนไพรพบความอัศจรรย์เกิดขึ้นกับป้าภายในครึ่งชั่วโมง ป้ากินน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดมา 3 วัน แขน่มือแฉะเท้า พอหลัง พอท้องเลยครึ่งชั่วโมงนะ ป้าทุนทุรายกับการที่พิษมันปะทะกัน ตัวป้าร้อนแล้วสมุนไพรที่เราทำเนี่ยมันเย็น

มันเกิดความอศจรรย์ก็คือว่าหลังป่าเหมือนกับป่าบิวดฟ้า บิดจนแข็งเลยละ บิดแห้งนะ มันแข็งนะ แล้วสักพักหนึ่งนะ มันเหมือนเราคลายผ้าออกคือมันค่อย ๆ ผ่อน อาการปวดมันค่อย ๆ ลดลง แล้วจากนั้นป่านอนอยู่ชั่วโมงเดียวแต่มันเกิดกับป่านี้ภายในครึ่งชั่วโมง ป่าก็ไปอาบน้ำ มันเบาขึ้น พอวันที่ 5 ป่าพอก ความอศจรรย์เหมือนเดิมคือเกิดกับข้างขวา มันก็บิดเหมือนกันอย่างนั้นนะ ป่าปวดแทบขาดใจ ผ้าตัดยังไม่ปวดเท่ากับที่มันคลายเกลียวนะ พืชที่มันออกมาเนี่ยมันรุนแรงกว่าที่ ป่านอนผ้าตัดอีก ผ้าตัดไม่เจ็บ แต่ที่นี้เจ็บปวด ผลปรากฏว่าพอไปอาบน้ำแล้วป่าเดินกลับมาจะ ทำไมมัน ตัวมันเหมือนลอย มันเบา ความตึงจากที่เอี้ยวหลังไม่ได้ ก้มไม่ได้เลย เงยไม่ได้เนี่ย ก็ยังไม่ได้ลอง พออาบน้ำมาเสร็จ วันรุ่งขึ้นเขาให้ไปทำแปลงผัก รื้อแปลงผักบุง เชื่อไหมว่าป่าก็ม ถอนผักบุงไปตั้ง ไม่รู้ก็แปลงนี้มัน ไม่มีอาการที่ป่ามาเลย ผลปรากฏว่ามาตรงนี้นี่ป่าได้ชีวิตใหม่ แค่ 3 วัน เริ่มดีจาก 3 วัน แล้ววันที่ 6 นี้ป่าทดลองร่างกายป่าเลย ผลปรากฏว่าก้มได้ เงยได้ เอี้ยวได้ ตอนที่น้ำหนัก 80 กิโลกรัม พุงโตมาก แต่ตอนนี้พอไปปฏิบัติไม่ถึงเดือน น้ำหนักป่าลดไป 8 กิโลกรัม พุงยุบ ป่าทิ้งยาหมดเลยนะ”

(กาญจน์นภรัฐ รุ่งสวัสดิ์, สัมภาษณ์.2555, กันยายน 15. กรณีศึกษา 1.16 ภาคผนวก ก.)



ภาพที่ 41 คุณยุวดี นโมชัยยากร ให้สัมภาษณ์ ณ ค่ายสุขภาพยูเอสเอ เมื่อวันที่ 26 กันยายน 2557 ที่มา (แก้วใจเพชร กล้าจน, ภาพถ่าย. 2557, กันยายน 26)

“ยุวดีคะ มาจาก เท็กซัส (Texas) ก่อนที่จะมาเจอหมอเจียวนี่ ป่วยเป็นมะเร็งใน ต่อม้ำเหลือง แล้วก็ต้องโดนผ่าตัดกระเพาะทั้งหมด ผ่าตัดม้ามทั้งหมด แล้วก็กลายเป็นคนที่มี ปัญหาทรมาณมากในการกิน เพราะว่าเวลากินทุกครั้งนี่จะปวดทรมาณ ดิ้นแบบพลาด ๆ เลยคะ แล้ว ก็กินไม่ได้มา 30 ปีเพราะก่อนหน้านี้จะพอม ไปไหนนี่จะพอมตอบ (พอมมาก)นะคะ แล้วก็พอเริ่ม เข้าค่ายวันแรกที่เราเริ่มกินข้าวต้ม เป็นครั้งแรกในชีวิตที่กินอาหารได้หมดชาม ซึ่งกินไม่ได้มา 30 กว่าปี ทำให้เห็นว่า โอ้.เรามาถูกทาง แต่เราไม่มีม้าม แล้วเวลากลับมาเมืองไทย ไปเจอส้วมซึมที่เราต้อง อ้าขาปัสสาวะ แคนั้น นะ คือมันติดเชื่อ่ง่ายขนาดนั้น ก็เลยรู้ตัวมาตั้งแต่นั้นนะคะว่าติดเชื่อ่ง่ายมาก

เพราะไม่มีม้ามอะไร ต้องระวังมากมาย แล้วก็ต้องไปผ่าตัดหัวใจเมื่อปี 2555 ไปผ่าตัดหัวใจเพราะว่าเป็นวาล์วลิ้นหัวใจรั่ว แต่มันรั่วเยอะมาก จนกระทั่งมันบีบทำให้หัวใจโต พอเสร็จเขาก็ให้กินยา ยังโชคดีค่ะ เพราะตอนแรกนี่เขาจะให้รีเฟรช (refresh) ด้วยแมชชีน (machine) ด้วยเครื่อง เสร็จแล้วมดขอร้องคุณหมอว่า ขอลองให้คุณหมอช้อมก่อน ได้มั๊ย ถ้าช้อมได้ ปรากฏว่าช้อมได้ แต่ก็มีปัญหาว่าเราจะ เป็น AF (atrialfibrillation) ก็คือหัวใจจะเต้นไม่ปกติ เขาจะให้ยาก็คือยา วอล์ฟาริน (wafarin ยาละลายลิ่มเลือด) ยาพอมันมีปัญหา ก็คือ พอเวลาทานนี่เราจะต้องไปเจาะเลือดตรวจตลอดเลยนะ คราวนี้โดนเจาะตลอดเลย ตรวจก็เจาะไปเรื่อย ๆ ตามที่หมอแพทย์ปัจจุบันเขาแนะนำ พอดี โชคดีเป็นบุญนะ บุญของมดจริง ๆ ก็มีค่ายหมอเขียวที่ USA แต่ค่ายแรกที่หมอเขียวมา มดไม่ได้ร่วม เพราะว่าตอนนั้นพึ่งผ่าตัด

แต่พอคุณหมอเขียวกลับไปสักพักทางดัลลาส (Dallas) เขาก็ยังไฟแรงนะค่ะ ก็มีผู้นำทีมและอีกหลาย ๆ ท่านจัดค่ายขึ้นมา มดก็เข้าค่ายด้วย พอดีเข้าห้องน้ำปัสสาวะ แล้วเลือดมันไหลออกมากับปัสสาวะ แต่ไม่ได้ไหลสีฉิ่งนะ มันสีเลือดแบบขุ่นคลั๊ก ๆ เลย เลือดข้นดำ แล้วก็มดไม่ค่อยเชื่อคนนะค่ะ มดเป็นนักทดลองค่ะ มดก็ฉีแล้วก็กรอกใส่ขวดเอาไว้ มดเรียงขวดไว้เต็มเลยแล้วมดก็ถ่ายรูปไว้ จดไว้ว่าขวดแรกนี่อันนี้ เกิดจากอะไรเวลาไหนอย่างไร คราวนี้มดก็ไม่ได้รู้ตัวหรอก ตอนแรกก็ตกใจนึกว่า เราผ่าตัด ฮิสเทอรัคโทมี (Hysterectomy ตัดมดลูก) ไปแล้วนี่ แล้วเราจะมามีเมน (Mens) อะไรตอนนี้ ลืมบอกผ่าตัดฮิสเทอรัคโทมี คือ มดลูก ปีกมดลูก ก็คือยกเครื่องไปหมดเลยค่ะ คราวนี้พอเลือดไหล แต่มันไม่หยุด มันไหลเรื่อย ๆ พอออกมาจากห้องน้ำสิ ตอนจะเดิน มันไม่มีแรง เพราะเลือดมันออกเยอะก็เกาะอยู่ สามีกี่พาไปแผนกฉุกเฉิน (Emergency) ที่โรงพยาบาลที่ผ่าตัดหัวใจพอดี ก็ไปเจอคุณหมอ หมอก็เห็นสีปัสสาวะเรา ก็ติดขวดไปด้วย พอเค้าเห็นสีขวดเลือดนางพยาบาลเตรียมเลยว่าจะต้องให้เลือด แล้วก็คุณหมอบอกหยุดไม่ให้กิน wafarin จนกว่าเดี๋ยวคุณก่อน ก็ไม่ได้ทำอะไร ให้น้ำเกลือ แล้วก็ตกลงก็ไม่ได้ให้เลือด แล้วก็ปล่อยกลับบ้าน พอปล่อยกลับบ้านบ้านเสร็จลองนึกภาพทุกครั้งที่ฉี เลือดมันยังออกเยอะมาก เอะแล้วจะทำยังไง มันทรมาณรู้สึกอึดอัด มันขัดข้องใจ มันไม่มีคำตอบ ณ วันนั้นเรามีบุญพอที่จะเอาความป่วยของเรา ยกให้เป็นเครื่องพลีที่จะมาศึกษาเรา ก็จัดการกันเลยนะค่ะทุกคน ก้าวหาทำอะไรก็ทำไป แต่ยังไม่หาย มันก็ยังฉี ก็เลยได้คุยกับคุณหมอเขียวทาง skype ค่ะ คุณหมอเขียวบอกอันดับแรกเลยนะพื้มด ทำยังไงก็ได้ให้เลือดมันหยุดก่อน แล้วจะทำยังไงคะ บอกแซ่ ๆ สิ่งที่มาทำก็คือน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดที่เราทาน มันจะมีกาก เอากากนี้ใส่ในน้ำอุ่น ๆ ก็วิ่งไปซื้อกะละมังใหญ่ ๆ มาพอที่จะให้ตัวมดทั้งตัวลงไปแช่แล้วแต่ไม่ใช่เท่านั้น เพราะว่าร่างกายมันยังปรับสมดุลไม่ดี แล้วทำอย่างไรต่อ เอาที่เราดีม อันนี้ค่ะ เข้าช่องแข็งเป็น 10 ๆ ขวดเลย ขณะที่แช่เราเองจะเป็นหมอจริง ๆ คือพอเราแช่ปั๊บ เราจะรู้สึกว่ามันร้อนไป เย็นไป เราก็อ่านน้ำขวดน้ำแข็งนี้ค่ะ น้องเขาจะใส่ลง 10-20 ขวดเลย พอใส่ 20 ขวดปั๊บ เราจะ

เป็นคนบอกว่า อันนี้มันเกินไป เราก็จะหยิบออก หยิบขวดออกแล้วก็จะอยู่ที่ เอ่อ รู้สึกว่ากำลังสบาย พอสักพักก็หยิบกลับเข้าอย่างนี้ หยิบเข้าหยิบออก เราจะปรับที่ตัวเราณะคะ ด้วยกาณีนะคะ กากออย่า ทั้งนะคะมีประโยชน์เลย บ้านมดไม่เคยทิ้งเลย ทำได้ทุกอย่าง อันนี้ก็ไปแชนมือแชนทำได้ด้วยคะ และก็พอทำตรงนั้นเสร็จก็เริ่มรู้สึกดีขึ้น ๆ แต่ต้องหยุดกินอาหารฤทธิ์ร้อนเด็ดขาดเลยนะ เพราะว่ามดทดลอง ก็คือทดลองอยู่ 3 จังหวะ มดไม่เชื่อ มดต้องพิสูจน์ด้วยตนเองแล้วมันจะศรัทธาด้วยความ คลายสงสัย เรียกว่าศรัทธาครั้งนี้สัมมาศรัทธา ไม่ใช่มีจนาศรัทธา เพราะว่ามันผ่านการทดลองของตัวเองไม่ใช่แค่สักแต่ฟังแล้วหลงเชื่อ เพราะฉะนั้นมดก็เลยเชื่อมั่นในตรงนี้ว่าเข้าใจละ ถ้าเราไม่เป็นอะไรมากโอเค เรากินชีสได้บ้างใส่อะไรได้บ้างตามใจโอเค แต่ถ้าเมื่อไหร่เราเป็นโรค ต้องเค็ดเค็ดแว และเด็ดขาด ถ้าไม่เค็ดเค็ดแวเด็ดขาดเราณะจะตาย เราจะตายเพราะนี่ทดลอง 3 ครั้งเลยนะคะ ก็หวังว่าการทดลองของมดจะเป็นประโยชน์กับพี่ ๆ น้อง ๆ ตรงนี้จริง ๆ ว่า เป็นอย่างนั้นจริง ๆ คะ เป็นอย่างนั้นจริง ๆ

พอหลังจากนั้นหนที่ 3 ก็บอกว่าไม่เอาแล้ว งวดนี้เชื่ออย่างเดียวเลยฤทธิ์เย็น ๆ อย่างเดียว เราคิดว่าเราจะทำได้ ก็เปลี่ยนยาไปเรื่อยคะ มดก็วันนี้เราจะสัมผัสถึงซึ่งในคำว่าเรามาเป็นหมอรักษาตัวเองกันเถอะ เพราะว่าจะไม่มีการบอกเราได้เลยว่า ตอนนี้ความรู้สึกของเราเป็นยังไง เราจะรู้เลยว่าตอนนี้ประคบแล้วนี่ (เส้นเอ็นที่ข้อมือขวาอักเสบ) มดประคบแล้วนี่มดจะรู้สึกเย็น แต่บางวันนี้มดประคบแล้วมดไม่เย็น มดก็จะเอาน้ำมันเจียวนี้ช่วยนะคะ ก็คือเหาะไปก็คือแกะออกแล้วก็เหาะแล้วก็พันง่าย ๆ ลูกทุ่ง ๆ วิชานี้ลูกทุ่งแต่หายจริงนะ หายจริงและหายแล้วด้วยแล้วก็จบ

กรณีสามีดิฉัน มีปัญหาโรคฟันจะผ่าตัดก็ต้องเสียเงินมาก เราบอกนี้ผงถ่าน 12 คอลล์ไปแปรงฟันสักเดือนหนึ่งแล้วกลับมาใหม่ ก็ไม่ต้องจ่ายเงินเลย โอ้คะ โอ้โหแจ้วเลย แล้วก็ก็มีเทคนิคอีกอันหนึ่ง แม่ชีอะไรนะ แม่ชีที่เมืองไทยนะคะ ท่านมีกรณีที่ฟันท่านมีปัญหาเหมือนกัน แล้วลูกศิษย์ท่านมาเรียนวิชาค่ายหมอเขียวเข้าค่ายพร้อมกับมดนี้แหละ แม่ชีท่านบอกว่า เรียนอะไรมา ๆ บอกแม่บ้าง ปรากฏว่าพอดีท่านปวดฟัน แล้วก็มีปัญหา เป็นหนองในฟันอะไรประมาณนี้คะ แล้วก็นัดกับคุณหมอฟัน แต่ว่าหมอยังไม่ว่างให้เจอกันอีกอาทิตย์ไป ท่านก็บอกย่านางที่เราต้ม ๆ กันนี่ ท่านก่อนจะต้ม ท่านใช้ประโยชน์สุดฤทธิ์เลยนะ ท่านอม ท่านบอกแม่อม เพราะเหงือกมันร้อน ไซ้มัย หนองมันถึงประตูออกมา ท่านอม ๆ ไปเรื่อย ๆ อย่างนี้คะ พอจะถึงวันที่หมอนัดหมอบอกมาหาทำไมไม่ได้เป็นอะไร ท่านก็เอามาเล่าบอก พวกเราบางทีก็ตื่นตื่นไปเฉย ๆ โดยไม่ได้ผ่านการอมนะ ผ่านการอมก่อนนะคะ ประโยชน์อันสูงสุด”

(ยูวดี นโมชัชยากร, สัมภาษณ์. 2557, กันยายน 26. กรณีศึกษา 1.6 ภาคผนวก ก.)



ภาพที่ 42 คุณอรรณวรรณ หงอสุวรรณ ให้สัมภาษณ์ ณ ค่ายสุขภาพยูเอสเอ เมื่อวันที่ 25 กันยายน 2557
 ที่มา (แก้วใจเพชร กล้าจน, ภาพถ่าย. 2557, กันยายน 25)

“อยู่ที่นิวยอร์กค่ะ ป่วยมากเลยนะค่ะ ตั้งแต่ก่อนท้องนะค่ะ จนกระทั่งไปตรวจว่าตั้งท้อง หมอก็แนะนำให้ทำแท้ง เพราะว่ามีทิวเมอร์ (tumor) อยู่ในมดลูกใหญ่มากประมาณ 16.5 เซ็นติเมตร แล้วก็ท้องที่เจ็บปวดมามาก ๆ ก็จะมีที่กระดูกเต้านม เต้านมจะมีชีสต์ 22-23 เม็ด แล้วก็ที่รักแร้ กับขาหนีบนี้ก็จะบวม เท่าลูกมะนาวค่ะ มะนาวบางทีก็มะนาวเขียวบางทีก็มะนาวเหลือง และมีก้อนเนื้องอกที่ตับด้วย แต่ด้วยกรรมมังคะ ทำให้หมอวินิจฉัยวิเคราะห์โรคนี้อยู่หลายปี ก็ดีไม่ออกว่าเป็นโรคอะไร ทานยาจนป่วยจะตายอยู่แล้ว จนกระทั่งเขาก็ให้หมอจิตวิทยาคุยกับเรา ทำนองว่าเราต้องทำใจนะ เราก็บอกว่าทำใจเรื่องอะไร เราเป็นมะเร็งใช่ไหม ไม่เห็นจะยากเลยง่าย ๆ เอง แค่มะเร็งเอง เขาก็บอกว่าเราเป็นโรคประสาทไปแล้ว ก็ให้หมอโรคทาง Nerve นะมาคุยกับเราอีก หมอจิตวิทยาไปแล้วก็หมอประสาทมาอีก เหมือนกับว่าเราปวดเราเป็นจนเราประสาทไปแล้วอะไร อย่างนี้ เสร็จแล้วก็จะให้รักษาทางนี้ ก็คือให้ไปเอาชิ้นเนื้อออกมาแล้วถ้าไม่งั้นก็คือผ่าตัดตรงนั้น ตรงนี้แบบนี้ ก็บอกว่าไม่เอาไม่ทำ ไม่ทำสักอย่างเลย ก็มานอนอยู่บ้าน ก็นอนป่วยลุกขึ้นมา แล้วก็ป่วยลุกขึ้นมาอย่างนั้นนะ เป็นปี ๆ ค่ะ

เราไม่เชื่อว่าทำไมทำให้คนหายเพราะถ้าหายคนคงไม่ตายมากขนาดนี้ แล้วเราก็ไม่อยากทรมาน เพราะเราเห็นคนที่เป็นมะเร็งแล้วรักษาทางนี้ทรมานมากเลย แคเขาเอากล้องส่องไปที่ก้นที่ปากเรานี้ เราก็ทรมาน ทรมานมาก ซึ่งเขาก็ช่วยเราเต็มที เอายาเบลอ ๆ มาให้เราดมแต่เราก็รู้สึกอยู่ว่า มันทรมาน เราก็บอกไม่เอา ไม่เอาที่มานอนอยู่บ้าน เสร็จแล้วปรากฏว่าป่วยมากจนไม่รู้จะทำยังไง จนต้องอดข้าว อดข้าวแล้วก็อดข้าว 2-3 วันก็ลุกขึ้นมาได้ เราก็สงสัยมันคืออะไรกันแน่ แต่เราต้องมีวิธี แต่ใจลึก ๆ นี้รู้เลยว่าใน โลกใบนี้จะต้องมีหมอกคนหนึ่งที่เก่งที่สุดแล้วพาเราไปรักษาทางที่มัน ถูกต้องคือทางธรรมชาติแล้วจะต้องมีแต่ไม่รู้ว่าเป็นใคร นึกอยู่อย่างนั้นมาหลายปี แล้วเสร็จ

จนกระทั่งคลอดลูกออกมา หมอดีใจมากเลย เพราะว่าสงสัยเขากินทูเมอร์ซะเรียบ ฉลาดแล้วก็สมบูรณ์หมดเลย

หลังจากนั้น มีหลวงลุงโทรมาบอกว่าได้ยื่นข่าวว่ามีหมอกคนหนึ่งชื่อหมอเขียว อยู่ที่มุกดาหาร รักษาโดยธรรมชาติ ก็มาบอกสามีให้พาไป ก็ห้ามกัน ไปนะคะ ที่นี้ท้องมันก็ไปบวมบนเครื่องบิน คือเรียกว่าซีสต์ ตอนลงต้องหิวลง เพราะว่ามันบวมมาก ลงไปก็ไปนอนพัก นอนพักแล้วก็รีบขึ้นเครื่อง ไปลงอุดรธานี เพื่อนก็เอารถมารับ ไปถึงก็สะโหรสะเหรหามาไปเลยคะ ห้ามไปแล้วก็ไปนอนอยู่ ก็เห็นคนเต็มเลย ไปนั่งนั้งดู นั้งก็ไม่ไหวก็นอน นอนดู นอนดูเสร็จแล้วก็ฟัง ฟังไปเรื่อย ๆ ฟังธรรมชาติหมอเขื่อนี้คะ ฟังไปแล้วก็พิจารณาตามไปเรื่อย ๆ จนเข้าใจเลย จนเข้าใจแล้วก็เริ่มทำเพื่อน ๆ ที่ไปเขาก็ช่วยกั๊วซ่า ลงมือพอกท้อง ทำอะไรกันใหญ่เลยทั้ง 9 อย่างนี้ ทำกันทั้งวันเลย ทำจนเราสบายไปเลย เดียวก็หลับ หลับไปเสร็จเขาก็ทำอยู่นั่นนะ พอเราตื่นมาเขาก็ยังทำอีก ทำอยู่อย่างนั้นนะ 2 วัน พอวันที่ 3 เช้านั้นเราเริ่มเดินบนหญ้าได้ เราก้ไปเดินบนหญ้าไปพักที่รีสอร์ททใกล้ ๆ คะ เดินที่รีสอร์ทเขาจะมีสนามหญ้า ก็ไปเดินตั้งแต่ตี 5 เดินเสร็จก็มาทำการสวนล้างลำไส้ใหญ่ (ดีท็อกซ์) ด้วยปัสสาวะกับน้ำย่านาง 2 ครั้ง วันหนึ่งจะดีท็อกซ์ประมาณ 3 ครั้ง 6 ขวด เช้า กลางวัน เย็น ครั้งละ 2 ขวดเสร็จแล้วก็ไปเดิน เดินเสร็จมีความรู้สึกว๊ โอ้โห มันสดชื่นมากเลย

เสร็จแล้วก็ไปกดจุดคะไปกดจุด ในขณะที่กดเนี่ยกดไปด้วยแล้วก็ฟังไปด้วย ในขณะที่กดแล้วก็ฟังไปด้วย มันเหมือนกับว่าตัวเรา มีอะไรบางอย่าง พลังอะไรไม่รู้มหาศาลเลย มหาศาลมากเลย แบบเป็นคลื่นสว่างไสวใส ๆ สว่าง ๆ วิ่งเข้ามาที่ตัวเรานี้ แล้วเหงื่อก็ออก เหงื่อเม็ดเท่านี้โว้ยนี่ออกเต็มตัวเราจนเปียกไปหมดเลยสักพัก สัก 2 ชั่วโมง พอกกดจุดเสร็จหายเลย หายเหมือนเราไม่เคยเป็นอะไรมาก่อนอย่างนั้นนะคะ มันโล่งไปทั้งตัวเลยอย่างนั้นนะ เข้าใจหมดทุกอย่างที่หมอเขียวพูดมา สองสามวันนี้คะ เข้าใจหมดเลย แล้วก็มีความรู้สึกว๊ถ้าหากว่าใจเราได้เข้าใจธรรมชาติอย่างถ่องแท้ นะคะ หมายถึงเข้าใจร่างกายของเราอย่างถ่องแท้ เราก็จะสามารถที่จะทำตาม 9 เม็ด โดยที่ไม่มีอะไรติดขัดเลย ทำไปเรื่อย ๆ เลยอย่างนั้นนะ ทั้งการพอกการอะไรนี้ คุณพิษคุณอะไรมันคุณจริง ๆ พอพอกไปนี้ มันก็คุณพิษคุณออกจริง ๆ ความรู้สึกมันสัมผัสได้เลยว่ามันคุณตบ ๆ ตบ ๆ ออกอย่างนี้ คุณ ๆ ออกเลย แล้วก็การกดจุดก็เหมือนกัน มันออกมาตามปลายนิ้วตามอะไรคะ มันออกจริง ๆ เลยนะคะกดจุดก็กดเข้าไปในต่อมน้ำเหลืองนี้ก็ขยับไปเลยคะ

วิธีที่ตัวเองได้รู้ว๊ ยา 9 เม็ดนี้จะทำให้เราหาย แล้วเราก้หายจริง ๆ เชื่อมั่นอย่างนั้นจริง ๆ เราก้ตั้งใจว๊ถ้ามีโอกาสจะบอกกับใครก็ได้ที่เป็น กลับมาถึงนิวยอร์กก็บอกคนเลยคะ”

(อรรณวรรณ หงอสุวรรณ, สัมภาษณ์. 2557, กันยายน 25. กรณีศึกษา 1.14 ภาคผนวก ก.)



ภาพที่ 43 คุณนิตยา สิทธิประเสริฐ ให้สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 24 สิงหาคม 2557
ที่มา (แก้วใจเพชร กล้าจน, ภาพถ่าย. 2557, สิงหาคม 24)

“ดิฉันป่วยเป็นโรคสะเก็ดเงินค่ะ เป็นมาประมาณ 30 ปีแล้วค่ะ ซึ่งแพทย์ที่สถาบันโรคผิวหนังบอกว่าไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ ต้องทานยาตลอดชีวิต เสียค่าใช้จ่ายในการรักษาไปนับล้านบาทแล้วค่ะ จากโรคที่เป็นทำให้ดิฉันมีแผลตามลำตัว โดยเฉพาะที่หน้าผาก แขน ท้องและหลังค่ะ พอดีลูกสาวช่วยค้นหาข้อมูลวิธีการรักษาจนพบแนวทางการดูแลสุขภาพของคุณหมอเขียว จึงได้แนะนำให้ดิฉันมาลองรักษาคุณค่ะ

ช่วงที่มาเข้าค่าย 2-3 วันแรก ๆ คิดตลอดค่ะว่าเราจะปฏิบัติตามได้หรือไม่ อาหารก็คิดว่าไม่น่าจะทานได้ เพราะปกติอยากทานอะไรก็ทาน และเป็นคนชอบทานอาหารรสจัด เลยเกิดความกังวลว่าจะอยู่ไหวหรือไม่ แต่ก็สามารถอยู่ได้จนครบ 5 วันในค่ายแรกเมื่อวันที่ 20-24 เมษายน 2557 แล้วได้พี่ ๆ จิตอาสาแนะนำหลายอย่างค่ะ ทั้งเรื่องการทำดีที่ออกซ์กัวซา ส่วนอาหารสุขภาพ พอลองทานก็ทานได้ค่ะ เลยทำได้ทุกเม็ดที่เป็นยา 9 เม็ดค่ะ เมื่อกลับไปบ้านแล้วก็ยังปฏิบัติต่อมารเรื่อย ๆ ค่ะ

อาการของโรคสะเก็ดเงินหรือที่เรียกว่าโรคเรื้อนกวางนี้ ตอนแรก ๆ จะเริ่มจากเป็นจุดเล็ก ๆ แล้วค่อยขยายโตขึ้น จะแดง ๆ ขุย ๆ ลอก ๆ ขณะที่รักษากับหมอแผนปัจจุบัน อาการจะเป็น ๆ หาย ๆ การทานยาแผนปัจจุบันเป็นเพียงการกดอาการไว้ พอเราหยุดยาอาการก็จะแสดงออกมาอีกค่ะ ทำให้ไม่สามารถใส่เสื้อแขนสั้นได้ ต้องใส่แต่เสื้อแขนยาวตลอด เนื่องจากกลัวคนที่ไม่รู้จักจะรังเกียจ เป็นช่วงที่ทุกข์ทรมานจิตใจมากเลยค่ะ

โรคนี้เป็นโรคเกี่ยวกับระบบภูมิคุ้มกันด้านทานด้วยค่ะ หากเม็ดเลือดแดงหรือเม็ดเลือดขาวของเราไม่แข็งแรง ก็จะมีอาการค่ะ จะสังเกตได้ว่าหากพอเราพักผ่อนไม่เพียงพอหรืออ่อนเพลีย มีภาวะเครียด อาการที่หายไปแล้วก็จะป็นขึ้นมาซ้ำอีกค่ะ ซึ่งที่ผ่านมาก็จะเป็น ๆ หาย ๆ แบบนี้ตลอดค่ะ เพราะคุณหมอแผนปัจจุบันเองก็ไม่ได้ให้คำแนะนำที่ละเอียดค่ะ คุณหมอบอกแต่เพียงว่า ให้พักผ่อนให้เยอะ ๆ อย่าทานอาหารรสจัดและของหมักดองแค่นี้ค่ะ แต่พอเป็น ๆ หาย ๆ เราก็มีภาวะเครียด

อาการเลวณเวียนอยู่แบบนี้ละตอนที่เป็ยเอะ ๆ ก็มีถ่ายภาพเก็บไว้เะคะ แต่ไม่ค่อยได้เปิดให้ใครดูกลัวเขาจะรังเกียจเรอะคะ

แต่พอมาเข้าค่ายสุขภาพของคุณหมอเขียวครั้งแรก เมื่อทานอาหารแล้วรู้สึกเบาสบาย จึงนำกลับไปปฏิบัติที่บ้านคะ แต่ว่าในบางครั้งก็มีอยากทานเนื้อปลาบ้างคะ ซึ่งก็ไม่บ่อยครั้งนัก มีจดบันทึกไว้เะว่าเราทานไปกี่ครั้ง เพื่อใช้ตรวจสอบว่ามีผลต่อร่างกายอย่างไรบ้าง ที่ร่างกายของเราเป็นแบบนี้ก็เพราะว่าเราทานอาหารที่รสจัด ของผัด ของทอด ซึ่งการทานอาหารที่ผัดไปนิดเดียว เราจะรู้ตัวเลยเะคะ จะมีผื่นขึ้นทันที ส่วนยาเม็ดอื่น ๆ ก็ทำร่วมด้วยเะคะ ทั้ง 9 เม็ดเลยเะคะ เช่น แซ่มือแซ่เท้า ดีทีออกซ์ กัวซา ซึ่งกัวซานี้ก็แอบทานออกกฎของคุณหมอเขียวไปบ้าง ก็เะจะกัวซาหมดทั้งตัว บริเวณแผลก็กัวซาเพียงแต่ไม่ลงหนัก เอะแค่พอสบายตัว เพราะมันคันเะคะในส่วนของยาเม็ดที่ใช้ ธรรมชาติจะเปิดเทปของคุณหมอเขียวฟังตลอดเะคะ ฟังทั้งเทปที่บรรยายค่ายสุขภาพ และเทปบรรยายค่ายพระไตรปิฎก ฟังตั้งแต่เข้าค่ายจนถึงทุกวันนี้เลยเะคะ เหมือนยังนั่งฟังอยู่ในค่าย แม้กระทั่งในรถก็เปิดเทปเพลงของคุณหมอเขียวเะคะ รู้สึกได้เลยว่ามีพลังขึ้น แผลตามเะต่าง ๆ ดีขึ้นมาก สีผิวก็เะจะเป็นสีเดียวกันแล้ว เป็นเรื่องเะที่อัศจรรย์มากรู้สึกได้เลยเะคะว่า จิตใจเะเป็นเรื่องเะที่สำคัญมาก ต้องมีกำลังใจอย่าเะท้อเะ กำลังใจเะเป็นสิ่งเะที่ดีที่สุด มันคือพลัง และเะที่มาในวันนี้เะจะมาราบการเะขอขอบคุณคุณหมอและเะยมพี ๆ จิตอาสาทุกเะท่านเะคะ รู้สึกสำนึกในบุญคุณเะอย่างหาเะที่สุดมิได้ เพราะเะท่าน ได้ให้เะทั้งความรู้ และเะคำแนะนำเะพร้อมไปปฏิบัติได้เะเลยเะคะ

เป็นบทพิสูจน์เลยเะคะว่าสุขภาพดีไม่มีขาย ต้องทำเะเอง หากรู้แต่ไม่ทำ ก็ไม่หายเะคะ และเะจะต้องเลือกปฏิบัติเะในทางเะที่ถูกต้องด้วยเะคะ ท้ายสุดนี้ขอฝากบอกเะพี่น้องผู้รักสุขภาพทุก ๆ เะท่านเะคะว่า ขอให้มีกำลังใจเะในการดูแลตัวเองให้มาก ๆ เะจะทานเะอะไรก็เะต้องพิจารณาถึงประโยชน์และโทษให้ถี่ถ้วน มิเะเช่นนั้น โรคต่าง ๆ เะที่บอกว่ารักษาไม่หายก็เะจะมารุมเร้าเะเรา ไม่มีใครรักเะเราเท่าเะกับเระรักตัวของเระเอง กำลังใจเะเป็นสิ่งเะที่สำคัญมาก พอเะเราเะได้ใช้วิชากรรมเะที่เราเคยทำมาตั้งแต่อดีตแล้ว เะเราก็เหมือนเะได้อยู่เะโลกใหม่ โะโลกใหม่เะของคิดเะนเะที่สัมผัสได้เะในตอนนี้ ทำให้เะมีความสุขสบาย เะเบากาย มีกำลังใจ มีพลังเหมือนเะที่เะคุณหมอเขียวเะเรียกว่า “พลังชีวิต”

ลักษณะแผล จากแผลเะที่แะ ๆ ทั่วตัวนั้น เะที่แะนและขา กลับแะงและสะเะอาด สีของแผลลดความเะเข้มลง และหายปวดภายในเะกระดูก”



ภาพที่ 44 แผลที่หน้า แขนและขา ที่เคยแฉะ ๆ กลับแห้งและสะอาด สีของแผลลดความเข้มลง
(นิตยา สิทธิประเสริฐ, สัมภาษณ์. 2557, สิงหาคม 24. กรณีศึกษา 1.2 ภาคผนวก ก.)



ภาพที่ 45 คุณรักบุญ อโศกตระกูล ให้สัมภาษณ์ เมื่อวันที่ 15 กันยายน 2555
ที่มา (แก้วใจเพชร กล้าจน, ภาพถ่าย. 2555, กันยายน 15)

“โรคที่เป็นพระเอกที่เป็นหนัก ๆ ก็คือโรคหนังแข็ง รู้สึกว่าเขาจะเป็นหัวหน้าคณะแล้วเขาก็จะพาเพื่อนเข้ามาอีกตั้ง 15 โรค เป็นผลพลอยได้ฟุ้งมากะ เคยเป็นอาจารย์ เป็นครูสอนโรงเรียนมัธยมมา 28 ปี หลังจากนั้นก็ศึกษาธรรมะ มาอยู่ในช่วงรู้จักธรรมะของชาวอโศกตั้งแต่ปี พ.ศ. 2528 แล้วก็พอปี พ.ศ. 2540 ก็ลาออก ลาออกแล้วก็ไปปฏิบัติธรรมจนปัจจุบันนี้ การรับราชการเป็นครูก็เป็นสาเหตุหนึ่งที่มีส่วนทำให้เกิดโรคต่าง ๆ พวกนี้ โรคหนังแข็ง โรคภูมิแพ้ แพ้ภูมิตัวเอง

เหมือนกับที่พุ่มพวงเป็น แต่มันคนละอาการ ของพุ่มพวงเขาจะเป็น SLE แต่อันนี้เขาเป็นภูมิเป็น พันธุกรรมค่ะ หมอที่โรงพยาบาลเขากริตหนังไปพิสูจน์ผิวหนัง เขาบอกว่าคือโรคสเคลอโรเดอร์มา (Scleroderma) แปลว่าผิวหนังแข็ง เกิดจากสาเหตุที่ว่าเป็นโรคเกี่ยวกับพันธุกรรมถ่ายทอดมาจาก พ่อแม่ แต่พ่อแม่ตายายปู่ย่า ญาติพี่น้องหลายตระกูลไม่มีใครเคยเป็นแบบนี้ ก็แล้วทำไมถึงเป็น หมอเขาก็ถามว่าในที่เรามองเห็นรู้นี้นี้อาจจะไม่มี แต่วามันอาจจะข้ามรุ่นมาหลายรุ่นว่าหนึ่งในล้าน ถึงจะมีสักคนหนึ่ง บังเอิญเราเป็นคนโชคดีคนนั้น (หัวเราะ) โชคดีที่เป็นโรคนี้นี้ หนึ่งในล้านก็คือเรา กลายเป็นโรคหนังแข็ง อาการจะเกิดจากพังผืดใต้ผิวหนังเยอะ เป็นหมดทั้งตัว ไปทุกอณูทุกเซลล์ ของผิวหนังในตัวเรา เพราะมันเกิดมาจากเลือดจากยีนตั้งแต่แรกเกิดมาเลย และมันจะเจริญเติบโต เต็มที่ตอนอายุ 35 ปี มันจะส่งอาการคือ ผิวหนังมันจะแข็งเพราะว่าพังผืดมันจะสานไปรัด หลอดเลือด เลือดไปเลี้ยงปลายนิ้วก็ไม่ได้ แล้วหนังก็จะแข็งเข้ามันจะเป็นสีดำ ค้ำเหมือนปีกแมลงภู่ ค้ำมันเลย หยิบก็ไม่ติดไม่ขึ้นเลย แข็งมาก แล้วหน้าตา ก็จะตบผอมเข้า ริมฝีปากก็เหลือนิดหนึ่ง มันหด แล้วตาก็จะลึก โป้เหมือนผีปอบเลย เด็ก ๆ ผ่านไปเด็กบอก อ้าย ผีปอบ ตัวเองก็กลัวตัวเอง เหมือนกันค่ะ เป็นขนาดนั้นเลยนะ ก็เป็นจุดอ่อนเป็นปมด้วยตัวเองเหมือนกัน อาการที่ตามมาก็คือ เมื่อมันสานไปรัด หมอเขาบอกว่ามันไปรัดที่หลอดอาหาร มันไปอยู่ในเนื้อเยื่อกระเพาะ ทำให้ กระเพาะย่อยอาหารไม่ได้ดี จะเกิดกรดค้างเพราะว่ามันระบายไม่ได้ จะยึดหดไม่ได้เต็มที่ ย่อยก็ ไม่ได้ อะไรก็ไม่ได้ ดูดซึมไปเลี้ยงร่างกายก็ไม่ได้ จะเกิดอาหารตกค้าง จะมีพิษตกค้างทั้งตัว ก็เลย กลายเป็นกรดไหลย้อนขึ้นมา แสบ เป็นลมร้อนคอขึ้นมา บางทีก็กินข้าวไป หลังกินข้าว 3 ชั่วโมง จะมีอาการอ้อขึ้นมา จะเป็นรสเปรี้ยว ๆ เค็ม ๆ เผ็ด ๆ หวาน ๆ คืออาการกรดไหลย้อนที่เป็นต่อจาก โรคหนังแข็ง บางทีกลืนข้าว ไม่ลงมันจะติดอยู่ตรงนี้ (เอามือจับที่คอหอย) จะอ้วกก็ไม่อ้วก จะลงก็ไม่ลง โอ้โฮ ทรมาณมากเลย ที่นี้เวลาไปหาหมอเขาก็รักษาตามอาการ ถ้าอาหารไม่ย่อยเขาก็ให้ยา พวกกลามิลล์ พวกที่เป็นแบบเหมือนยาธาตุน้ำขาว เขาเอามาให้ช่วยย่อย กินมากไปมันก็เลี่ยน เบื่อมากเลยกินยาพวกนี้ แล้วที่นี้อาการที่เส้นเลือดตีบที่มันไปรัด เขาก็ให้ยาขยายหลอดเลือด ให้ยา มาตั้งเกือบสิบเม็ดสิบตัว เราก็กินยาอยู่ประมาณ 7 ปี 7 ปีนี้กินทุกวัน วันละเกือบสิบเม็ด ที่นี้อาการที่ ตามมา คือตาก็จะบอด ตาพร่ามัว ประสาทก็จะเริ่มเสื่อม เพราะว่าเขาบอกว่ามันจะเกิดจากกลามิลล์นี้ มันจะมีตัวหนึ่งที่ไปทำลายสมอง คนที่กินยาธาตุน้ำขาว ธาตุน้ำแดงนี้มันจะมีส่วนเลยนะคะ มันจะ ทำลายสมอง ยาแอสไพรินขยายหลอดเลือดมันจะไปกัดกระเพาะ แสบ ดื่นเข้ามา ก็แสบท้อง นี่ก็คือ อาการที่ตามมาจากการกินยาของหมอ

หมอบอกต้องกินตลอดชีวิต แล้วมันจะตายไหมเนี่ยจะกินตลอดชีวิตได้ยังไง ปลายนิ้ว เลือดไปเลี้ยงไม่ได้ มันก็จะมีอาการหุด อาการหุดแล้วเล็บก็จะงอ แล้วดูเหมือนคนเป็น โรคเรื้อน เหมือนคนเป็น โรคอะไรที่สังกรรมถึงแต่ที่จริงก็ไม่ใช่ค่ะ ถามหมอแล้วหมอบอกว่า ไม่ได้เป็นหรอก

มันเป็นอาการของโรคหนังแข็ง เขาก็รักษาตามอาการ ทีนี้ก็รักษามาตั้ง 7 ปี มันก็ไม่หาย คุณกลืนข้าวไม่ลงก็หาวิธีการให้ระบายคลายให้ แก่ลดกรดลดอะไรไปเรื่อย ๆ ไม่มีใครหายเลย เหมอหมอ หาย แต่หายไปจากโลกนี้ อ้าว อย่างนี้แล้วจะกินไปทำไม ไม่เอาดีกว่า อย่างนั้นแสดงว่า ตายซะใหม่ถ้าไม่กิน มันต้องกินนะป้า กินไปตลอดเลยนะ ก็เลย เอาไว้ในใจว่าเออฉันไม่กิน แล้วหละ ตัดสินตั้งแต่นั้นนั่น ตัดสินใจแล้วไม่กินแน่ ๆ กลับมาบ้านพอรู้มันไม่หายก็ทิ้งยาไปหมดเลย ที่จริงตอนนั้นก็กินมังสวิรัตแล้วนะ ปฏิบัติธรรมแล้ว หลายคนก็วิเคราะห์ว่าเห็นใหม่ละอาจารย์กิน เจ็ดเดียวก็ตายหรือ เห็นใหม่ก็เป็น โรคอย่างนั้นอย่างนี้ เดียวก็กลายเป็นผีไปจริง ๆ หรือ ตอนนี้อยู่กับผีเดินได้ ต่อไปจะกลายเป็นผีจริง ๆ นะ คอยดู ไอ้เราก็มั่นใจว่า เออ กินมังสวิรัตินี้แหละ แต่ก่อนที่จะเลิกจริง ๆ ก็บอกหม้ออีกคนหนึ่งนะ วันหลังมา คราวต่อไปก็มีหม้อใหม่ ๆ ละ มา ก็เลยถามว่า คุณหม้อจะกินมังสวิรัตินี้ไปเรื่อย ๆ นี่มันจะเป็นยังไงใหม่ โอ๊ย มันก็ดีละสิ คุณป้าฉันก็กินหม้อเองก็กินอยู่ละ กินไปเลย มันจะช่วยโรคนี้ได้เยอะ คนที่กินเนื้ออยู่นี่มันจะเป็นอาหารของฟังคีด คนที่กินเนื้ออยู่นี่มันจะทำให้ฟังคีดขยายพริบพริบพริบเร็วขึ้น เมื่อมีอาการเป็นหนังแข็ง หน้าพอม ตัวตอไปหมดแล้วนี่ประมาณ 4 เดือน มันก็จะตายเลย ตายจากอะไร ตายจากที่ฟังคีดไป รัดมดลูก รัดหลอดอาหาร รัดหัวใจ รัดตับ รัดปอด รัดไป รัดไป หายใจไม่ออก นั่นก็คือตาย ที่คิดฉันไม่เป็นอย่างนั้น ไม่ตายไวเหมือนพวกนั้นก็เพราะทานอาหารมังสวิรัตินี้แล้วก็ปฏิบัติธรรมส่วนหนึ่งก็จิตใจก็อ่อนคลาย มันไม่ยึด เส้นมันก็ไม่ยึดมาก อันนี้ก็มีส่วนนะคะ แล้วทีนี้ก็เลยมั่นใจว่า เออ ไม่ต้องกินยาหม้อละ กลับมากินมังสวิรัตินี้คือ ไม่กินเนื้อสัตว์ละ หมายถึงว่ากินอันนี้มาเรื่อย ๆ จนมาหลายปี ก็กลับไปตรวจใหม่ หมอนัด บอกหม้อว่าที่หายเพราะทานมังสวิรัตินี้ เขาก็เลยสนใจเขาก็บอกว่า เออ วันหลังจะให้มาเป็นวิทยากรบ้าง

ที่บอกว่ามันหลายโรค ดิฉันมีเป็นภูมิแพ้ น้ำเหลืองเสีย ฝิหนองพุงอง เวียนหัวหน้ามืด ความดันต่ำขึ้น ๆ ลง ๆ ตัวต่ำจะประมาณ 40-45 ต่ำมากเลยนะคะ แต่ปัจจุบันนี้ 110-90 แล้วคะ มดลูกหย่อน เป็นขี้กลากก็เกลื่อน ดิฉันเชื่อง่าย ไปเหยียบที่เฉอะแฉะนี้ไม่ถึง 2-3 ชั่วโมง จะเปียกเป็นน้ำกั๊ดเท้า เป็นแผลแดง ๆ ลึกลงไปเลยคะ ทุกง่ามนี่ เป็นง่ายมากเลย สายตายาว สายตาทั้งสั้นทั้งยาว หูตึง ฟันผุ โลหิตจาง มันก็เป็นไปเรื่อย เพราะไปหาหมอ เงินหมดไปไม่รู้กี่แสน แล้วก็โรคซึมเศร้า โรคเครียด สุดท้าย โรคหัวใจ หมอตรวจพบว่าเป็นกล้ามเนื้อหัวใจตาย เป็นแผลเป็น หัวใจเต้นไม่ค่อยปกติเลยคะ จนถึงปัจจุบันนี้ แต่ก็ดีขึ้นเกือบจะหายเป็นปกติแล้ว

ແສບตั้งแต่วัยเลขนะ เจ็บเวียนหัว มันจะหน้ามืดแล้วก็มันจะแสบจืด ๆ ไปที่หัว แสบหู แสบตา แสบปาก ปากพอง ร้อนใน แสบคอ เห็นใหม่ มันจะโล่มาเรื่อย ๆ เลย แสบหน้าอก จุก แน่น กลืนข้าวไม่ลง แสบท้อง แสบเป็นเริ่มเป็น โรคนิวสวัดได้สะคือ ได้ลงไปจากตรงนั้นก็ป็นคะ เป็นคัน จนไม่กล้าจะเกาเลยคะมันน่าอายมากเลย คันแถวช่องคลอดแถวตรงนั้นคะ มันจะคันมากเลย

มันแพะอะไรก็ไม่รู้ มันแพ้มาก ๆ เลย คันแล้วก็เจ็บไปตามน่อง เจ็บตามหัวเข่า เห็นไหมมัน ไล่มาหมดเลย แสบมากเลย ไปจนถึงปลายนิ้ว เหมือนกับมีเข็มแทง จี๊ด ๆ แล้วก็มืออยู่ปีหนึ่งที่มันเป็นฝีที่นิ้วมือ เป็นฝีมันจะปวด ปวดมากเลย นอนร้องไห้เลยนะ คนแก่อายุ 40-50 มาร้องไห้เพราะปวดนี้มันไม่ค่อยมีนะ แต่มัน มันปวดมากมันก็จะอย่างนั้นล่ะ มันต้องร้องต้องโอดโอย เป็นฝีร้อยหัว อีสานเขาเรียกว่าเป็นฝีค้ำะ เป็นฝีนี้ปวดมากกว่าฝีธรรมดา มันจะปวดที่ปลายนิ้วและมันจะเป็นหนอง เป็นหนองออกมา เขาจะเอาต้นกวาวเครือหรืออะไรนี่แหละมาตำพอก บางทีก็ใช้ใบมะลิ ดอกมะลิกับข้าวสาร มาตำแล้วก็มาพอก แล้วก็หาอะไรมาพัน ๆ เข้า มันก็ช่วยได้บ้างแต่มันก็คงจะวิบากเรา มันหนักหนาล่ะ มันก็แค่นี้มันก็คงไม่ระคายเคือง เพราะว่าเขาเป็นตัวแสบมาก เขาก็เลยร้ายบทยต่อไป เป็นต่อไปอีก นิ้วสองสามนิ้วที่เห็นกุด ๆ อยู่ตรงนี้มันคือเกิดจากฝีพุพอง ข้างในมันร้อนมาก นิ้วเท้าก็เหมือนกันล่ะ เป็นอยู่แต่ว่าไม่มากเท่านิ้วมือ นิ้วมือนี้มันจะเป็นจนเล็บหลุด เล็บหลุดเกิดจากฝี เป็นหนองแล้วก็มันจะหลุดไป อันนี้ เหตุการณ์ทั้งหลายทั้งหมดนี้มันจะเป็นอยู่เกือบ 25 ปี แล้วเริ่มรักษาอย่างไรนะ มาดูประเด็นต่อไป

เรารักษามาเรื่อย ๆ ตามวิธีการของหมอ อันนั้นก็ตัดรอบไปว่าเลิกแล้ว 7 ปี ก็เลิกรักษาตามวิธีการของหมอ ก็มาทานมังสวิรัต เลิกเนื้อสัตว์ทุกประเภท เราจะกินเจกินมังสวิรัตประมาณ 28 ปีแล้วล่ะ หลังจากได้พบอาจารย์หมอเขียวนะ ตอนหลัง ๆ มากก็ไปรู้จักท่าน ก็ไปปฏิบัติธรรมด้วยกัน แล้วก็ทำตามขั้นตอนที่ท่านแนะนำล่ะ ทำมา 5 ปี ก่อนที่จะมาอยู่ที่นี่ล่ะ ก็อยู่วัด ก็ปฏิบัติธรรมไปเรื่อย ๆ ก็ทานอาหารตามลำดับแบบที่อาจารย์หมอบอก คือ จะเริ่มที่ผลไม้ ผัก กินอาหารจี๊ด ๆ อะไรพวกนี้ ทำมา 5 ปีแล้วล่ะ อาการต่าง ๆ จาก 15 โรคก็ค่อย ๆ ดีขึ้น ดีขึ้นจริง ๆ เลยนะ จากสายตาที่มันไม่ค่อยปกติ มันก็อ่านหนังสือได้กลางคืนภูมิแพ้ที่มันเป็นน้ำกัดเท้าก็ไม่ค่อยเป็นแล้วล่ะตอนนี้ที่ลุกขึ้นแล้วเวียนหัว หน้ามืด แสบตามหัวตามอะไรนี่ ไม่มี ตื่นขึ้นก็สดชื่นโรคความดันต่ำ ปรากฏว่าปีที่แล้วตรวจล่าสุด ก็เป็น 90 กับ 85 ประมาณนี้ล่ะ มันจะดีขึ้นอย่างมากเลยมดลูกก็กระชับขึ้น มันจะไม่หย่อน เพราะว่าทำทำฝึกลี้อขยับปีก สายตาก็ดีขึ้น หูก็ดีขึ้นไม่ถึง จากการหยอดหูด้วยยาน้ำสกัดย่านาง พันผูกที่ใช้ยาสีพันผงถ่านกับดินสอพอง ที่เราทำนี่ เดียวนี้พันดีขึ้นแล้วล่ะ เคี้ยวอาหารได้สบาย ๆ

โลหิตจางก็กลับขึ้นมาเป็นสภาพปกติ ค่าของเลือดก็ดีขึ้นแล้ว เกร็ดเลือดก็สูงขึ้น ไปอยู่ที่ไหนก็ทำงานศูนย์บาทเดี๋ยวนี้ก็ไม่ต้องใช้จ่ายเงินอะไรมาก ก็เก็บผักเก็บอะไรกิน ปลูกกันกินแล้วนี่ล่ะ อยู่วัดก็กินกับส่วนกลางแล้วปฏิบัติธรรม ก็ไม่ต้องใช้จ่ายเงิน ภูมิใจมากกับความจนที่เงินเดือนศูนย์บาท จากเงินเดือนครั้งสุดท้ายสองหมื่นแปดพันกว่าบาท ไม่ได้เสียตายนเลย ไม่เสียใจเลยที่ลาออก เพราะว่าข้างนอกนั้นเป็นชีวิตที่มันศูนย์เปล่า เสียเวลา หลงทางเสียเวลา หลงคิดยาเสียอนาคต แต่อันนี้เรามาถูกทางแล้วคิดว่าอันนี้คือแค่ประเด็นแรกคือปัญหาเรื่องพันธุกรรม แต่ที่เป็น

หลาย ๆ โรคนี้ มันมีสาเหตุมากกว่านั้นอีกค่ะ ขอเล่าต่ออีกนิดหนึ่งนะคะ สาเหตุจริง ๆ มันจะมีอยู่ 3 อย่าง คือหนึ่งพันธุกรรม เราก็ยอมรับล่ะว่าพ่อแม่เราพาเป็นอย่างนั้น แล้วเราก็เป็นคนโชคดีของหนึ่งล้านนั้น ก็รับมา เราไม่ถือว่าโชคร้าย เราไม่น้อยใจเลย **ทีนี้สาเหตุอันที่สองเกิดจากพฤติกรรมนิสัยที่ไม่ค่อยดีของเรา** ค่ะมันน้ำน้อย ท้องผูก ถ่ายไม่ค่อยออก นอนดึก นอนดึกนี่เป็นปัญหา มาก ๆ เลย ชอบทำงาน อะไรไม่เสร็จไม่ยอม แก้ปัญหาไม่ได้ก็ไม่นอน เป็นคนรักหน้า รักดี นี่ละ โรคหนึ่งของคนมันจะตายเอา รักหน้ารักดีนี่คือโลกธรรมอันหนึ่งที่ดิฉันอยากจะบอกพวกเรา ไม่นึกถึงตัวเองเลย แล้วอีกอย่างหนึ่งก็คือ เป็นคนที่ทำอะไรก็ต้องดีแบบนี้นั่นมันก็เลย ยึดดี ยึดมากเลย พฤติกรรมที่สามที่ทำให้เป็นโรคอย่างนี้ทำให้เล็บกุดมือคั่วอย่างนี้เพราะว่า **เหตุการณ์ก็คือเป็นวิบากกรรม** พุดในเชิงธรรมะนะคะ อันนี้คือสาเหตุที่เป็นโรคทั้งหลายทั้งสิบห้าโรคนี้เพราะวิบากกรรม ดิฉันจำได้พอเล็บมันจะกุดอย่างนี้ก็เลยนึกถึงทันทีเลย ว่า เป็นคนที่ทำบาปขึ้นเหมือนอาจารย์หมอค่ะ เป็นเด็ก ๆ นี้ขยัน เป็นคนที่อยู่ในบ้านแล้วชอบทำมาหากิน เวลาว่างก็ไปชุดหอย ไปช้อนกุ้ง ไปช้อนตักแตน ไปหาเขียดหากบก็เก่ง ปกติจะเป็นคนใจดีชอบรับใช้ เป็นครูก็ใจดีกับเด็ก ๆ ค่ะ แล้วตรงนี้นั่นก็ช้อนเหมือนกัน เพราะว่ามันมี **เค้าเรียกว่าเป็นโลกธรรมค่ะ** ตีตลกลยศสรรเสริญ ไม่ชอบให้ใครมาตำหนิใครที่ว่าเป็นอย่างนั้นอย่างนี้จะไม่รับ **รับไม่ได้** ฉันท้องดีฉันต้องสวย แต่ก่อนนี่ตอนเป็นสาว เป็นนักเรียนก็ไม่ได้มือแบบนี้ะคะ เป็นนักเรียนก็เป็นนักเรียน เป็นสาวสวยเสียงดีนะคะ ไม่ใช่ธรรมดาเนี่ย แต่เดี๋ยวนี้มันหมดสภาพไปแล้วเพราะว่าโรคอันนี้มันรุมล้อม อาการล่าสุดนี้ก็คือก็ยังมีการร้อนเย็นพันกันอยู่ รู้จักกับอาจารย์หมอเขียวที่รักษาโดยวิธีตามนี้ละคะ คือ ค่ะน้ำสมุนไพรเย็นสด แต่ว่าจากที่ตัวเองเป็นโรคร้อนกินแล้วหมอมว่ามันร้อนเย็นพันกัน มันตีกลับเป็นเย็น ร้อนตีกลับเป็นเย็น เย็นตีกลับเป็นร้อน ทำไมมันต้องตีกลับด้วยล่ะ ร้อนก็ว่าร้อน ไปสิทำไมต้องเป็นอย่างนี้ด้วย ไม่เข้าใจ วนอยู่ตั้ง 4-5 ปี ดิ้นเข้าขึ้นมาอากาศเย็นแล้วมือมันจะเขียว เพราะว่าหลอดเลือดมันจะตีมันจะไปรัด พังฝืดมันก็ยังมืออยู่นะ พุดไปแล้วมันทรงตัวอยู่ได้เพราะว่าเรากินอาหารแบบนี้ จริง ๆ แล้วมันจะยึดหยุ่นมากขึ้นเลย มันก็ไม่แข็งแล้ว ถ้ามีใครเป็นแบบนี้ก็แนะนำอย่างนี้ได้เลย เพราะว่าบอกเขาเลยว่าให้ทานแบบนี้แล้วก็ไม่ต้องทานเนื้อสัตว์ ถ้าทานเนื้อสัตว์นี้ไม่ถึง 5-6 เดือน เคยมีหลักฐานยืนยันเพราะว่าหลายคนมาทัก คนปฏิบัติธรรมด้วยกันอยู่กลุ่มเดียวกันนี้เขาบอกว่า อยู่บ้านฉันเป็น 4 เดือน เขาตายไปหมดแล้วเด้อ ผู้นั้นก็ตาย ผู้นี้ก็ตาย ผู้นี้ก็ตาย เอ้า อาจารย์สืบตาย อยากให้ฉันตายหรือไง ทำไมต้องถามอย่างนี้บ่แม่นทำไมถึงอยู่ได้ ทำไมถึงไม่ตาย ก็เล่าให้เขาฟังว่าเพราะว่าฉันไม่กินเนื้อสัตว์ ฉันถือศีล ฉันปฏิบัติธรรม ที่สำคัญคือข้อหนึ่ง จำไว้ นะคะ ข้อหนึ่งนี่คือเราจะต้องไม่เบียดเบียนใคร ไม่เบียดเบียนสัตว์ ไม่เบียดเบียนแม้กระทั่งคนข้างเคียง เป็นแม่บ้านก็อย่าเบียดเบียนน้ำใจสามี เขาออกไปนอกบ้านก็อย่าไป สุ่มไปหากคนนั้นละมั้งนี้ ต้องนัดกันแน่ ๆ เลย แน่ ๆ เลย ต้องตามไปดูชะแล้ว คิดไปคิดมาพลังบาป

พลังที่เราคิดกับเขาไม่ดึ้นัน มันจะผลักให้เขาเป็นจริง ๆ นะ อย่าไปคิดไม่ดีกับเขาอย่างนั้น เขาไปหาเงิน คิดอย่างนี้ เขาไปทำมาหากิน เขาไปช่วยหาเงินมาให้เรา ต้องคิดในแง่ที่ดี กลับมาก็ไม่ต้องไปทะเลาะเบาะแว้ง ยิ้มรับไปเลย อย่างนี้แล้วครอบครัวก็จะเป็นสุข นี่คือการปฏิบัติธรรมมีส่วนช่วยในการรักษาโรคได้อย่างดี จากคำพูดที่อาจารย์หมอบอกว่า ปฏิบัติธรรมถือศีล ศีลก็จะนำสุขมาให้ เพราะฉะนั้นมาในนี้แล้วก็ได้ทั้งอาหารกายอาหารใจรีบทำดีให้ต่อเนื่อง แล้วความสุขนั้นจะพาให้ท่านหายโรค สุขจากการได้กินอาหารแบบนี้ สุขทั้งกายทั้งใจ ศีลนั้นแหละจะคุ้มครองท่าน ศีลก็คือตั้งข้อห้ามสำหรับตัวเองก็ทำตามให้ได้ก็แล้วฉะนั้นอยากจะขอฝากสุดท้ายว่า การฟังตนค้ะเป็นคำตอบ เป็นอะไรก็ตามไม่ต้องหาหมอรอก หมอไม่สำคัญสำหรับฉันเสียแล้ว เพราะฉันเป็นหมอให้ตัวเอง หมอที่เก่งที่สุดอยู่ที่นี่ ฉันที้”

(รักษาญ อโศกตระกูล, สัมภาษณ์. 2555, กันยายน 15. กรณีศึกษา 1.3 ภาคผนวก ก.)



ภาพที่ 46 คุณสุนันทา เพ็ชรไพบูลย์ ให้สัมภาษณ์ เมื่อวันที่ 9 มีนาคม 2555
ที่มา (แก้วใจเพชร กล้าจน, ภาพถ่าย. 2555, มีนาคม 9)

“ดิฉันชื่อ นางสาวสุนันทา เพ็ชรไพบูลย์ มีอาชีพค้าขายค้ะ ทำให้เวลาทานหรือเวลานอนไม่ค่อยตรงเวลา และยังมีค้ะหมากแผลเป็นหลักแทนข้าวเลยค้ะ ซึ่งในบางครั้งขายดีจนไม่ได้กินข้าวเช้ารวมมาทานเป็นมือเที่ยงและมือเย็นทีเดียวก้ะ และการค้าขายมีเรื่องให้เครียดเป็นประจำ เครียดทั้งวันทั้งเดือนและทั้งปีจนกลายเป็นความเครียดสะสม พอเหนื่อยจากงานก็ค้ะหมากแผลช่วย ปวดหัวเป็นไข้ก็ทานยาแก้ปวด ทำแบบนี้ตลอดเวลาที่ผ่านมาอยู่หลายปี ถึงได้รู้ว่าเรากินกาแผลกับยาแก้ปวดกดอาการไว้ตลอด เพื่อไม่ให้ตัวเองป่วยเพราะมีงานเยอะ จนเริ่มป่วยค้ะ ซึ่งเริ่มจากมีอาการคันตรงขาบริเวณหน้าแข้ง เกาได้หน่อยเดี๋ยวมีเลือดออกชิบ ๆ แล้วก็ปิดพลาสติกไว้ดีกว่าจะหาย พอตกเย็นแกะเปิดดูแผล แผลได้ขยายใหญ่ขึ้นท่าแผ่นพลาสติก เป็นแผลเปื่อย ๆ ก็เลยไปพบคุณหมอ คุณหมอกคนที่ 1 ไม่หาย ก็ไปพบคุณหมอกคนที่ 2 พอไม่หาย ก็เปลี่ยน ตระเวนรักษากับคุณหมอตตามคลินิกเป็นอยู่เวลา 3 เดือน จนพ้ที่รู้จักกันมาเห็นแผลเข้า ก็บอกว้าไม่ไหวแล้วน้อ้ง ไม่น่าจะรักษา

กับคุณหมอตามคลินิกต่อ บอกให้เราไปรักษากับคุณหมอเขียวแทน คุณหมอเขียวต้องช่วยได้ ซึ่งตอนนั้นก็บอกพี่ท่านนี้ไปว่าจะไปดีหรือ เสียขายเงินเพราะงานกำลังเยอะ พี่ท่านนี้ก็ถามขึ้นมา เออ “น้องจะเอาเงินหรือเอาชีวิต” เพราะพี่เขากลัวว่าแผลเราจะเน่าแล้วต้องตัดขาทิ้ง เลยตัดสินใจ ไปก็ไป

พอเข้าค่ายได้ฟังคุณหมอเขียวบรรยายก็ทำตามทุกอย่างทั้ง 9 เม็ดที่คุณหมอสอน พอถึงก่อนวันสุดท้ายของค่าย (วันที่ 6 ของการเข้าค่าย) ได้ทำกัวซา พอเช้าวันรุ่งขึ้นมีตุ่มเม็ดขึ้นเต็มตัว และหน้าก็บวม พี่แหงว (พีจิตอาสา) ก็เลยพาไปพบคุณหมอเขียว คุณหมอเขียวเห็นแล้วก็ยิ้ม แล้วบอกกับพี่ว่า

“คุณโชคดี” “มันปะทุออกมาข้างนอกให้เราเห็นนี้จะรักษาง่าย ไม่เป็นไรหรอก”

“คุณนะมีบุญนะ ถ้ามันไม่ปะทุออกมาให้เราเห็น หลบอยู่แต่ข้างใน มันจะเอาคุณตายเลย”

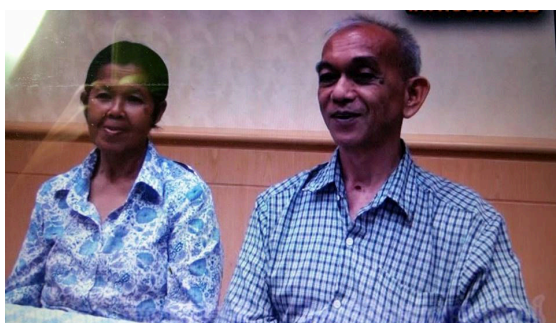
พอได้ยินคุณหมอพูดอย่างนี้ พี่หายกลัวเลยนะ ที่นี้พอกลับไปถึงบ้านตุ่มเม็ดก็ยิ่งขึ้นขึ้นจน ทุกรูบุมขนทั้งตัวมีแต่ผื่นเต็มไปหมด ถึงจะตกใจนิด ๆ แต่พี่ก็ฟังคำที่คุณหมอเขียวบอกกับพี่ ก็เชื่อมั่น และศรัทธาด้วย ก็เลยบอกกับตัวเองว่า เราต้องไม่เป็นอะไร แต่น้อง ๆ ที่บ้าน ทนเห็นอาการที่แบบนี้ ไม่ได้ พยายามจะพาพี่ไปโรงพยาบาล จนต้องหาอายุบายที่จะบอกกับน้อง ๆ เพื่อไม่ให้พวกเขาเสียใจ เพราะว่าเขาก็ห่วงเรา พี่บอกกับน้อง ๆ ว่า ขอเวลา 5 วัน ที่จะรักษาด้วยสูตรของคุณหมอเขียว ถ้าไม่ยุบหรือไม่เบาลง ก็จะไปหาคุณหมอที่โรงพยาบาล แล้วพี่ก็ทำยา 9 เม็ดเต็มทีเลย ทั้งแช่ตัว อบ เช็ด และใช้น้ำปัสสาวะทาตัวด้วย ที่หัวใช้ผ้าชุบน้ำย้านางโปกไว้ พอแห้งก็ชุบน้ำมาโปกใหม่ จน 5 วัน ยุบจริง ๆ จนน้องชายบอกว่า “ไม่น่าเชื่อว่าไม่ได้กินยาสักเม็ดแล้วจะยุบได้” เพราะอาการของพี่เหมือนธาตุแตก เป็นเหมือนศพเดินได้เลยคะเขาจึงคิดไม่ออกว่าจะหายได้ยังไงหากไม่ไปรักษากับคุณหมอที่โรงพยาบาล ตัวพี่เองจิตวิญญาณก็วันไหนบ้างเหมือนกันนะคะ เพียงแต่ได้ธรรมะ ซึ่งเป็นยาเม็ดที่ 8 ของคุณหมอเขียว จนต้องรวบรวมตั้งสติ รวมจิตวิญญาณทั้งหมด บอกกับตัวเองว่า เราต้องกล้า เราจะไม่กลัวตาย แล้วช่วงที่รักษาตัวพี่จะอยู่คนเดียวนะ เพราะน้อง ๆ งานยุ่งกัน พอได้เวลาน้องถึงจะเอาอาหารมาให้ นอกนั้นก็จะทำตามยา 9 เม็ด ช่วงไหนจะแช่เท้า ช่วงไหนจะแช่ทั้งตัว พี่แหงวเห็นพี่เป็นเยอะ เลยแนะนำให้พี่แช่ทั้งตัว ซึ่งพี่ก็ใช้ย้านาง โบบัวบก ใบเตย หรืออะไรที่หาได้เอามาให้น้องช่วยปั่นผสมกับน้ำ แล้วใส่ในอ่างเพื่อแช่ แช่เย็นแบบนี้อยู่ 2 วัน อาการก็ไม่ได้ขึ้น ที่พี่ไม่ได้ต้ม เพราะพี่กลัวว่าความร้อนของน้ำจะมากกระทบกับความร้อนในตัวพี่ แต่พอแช่เย็นแล้วไม่ดีขึ้น เลยลองเอาไปต้มดู ซึ่งน้องอีกคนก็หาเปลือกแค เปลือกหว่า หรือเปลือกไม้ฤทธิ์เย็นที่มีสรรพคุณฝาดมาให้ มีใส่เอาไปย้านางลงไปต้มด้วยคะ ส่วนใบก็เอาไปทำน้ำสมุนไพรรุฤทธิ์เย็นพี่ก็ต้มเองให้น้ำพออุ่น แคว้นแรกที่ได้แช่ รู้สึกได้เลยคะว่าดี น้ำอุ่นพอกระทบถูกตัวเรา ก็เริ่มรู้สึกสบาย ร่างกายสบายขึ้น แผลก็เริ่มแห้งลง พี่เลยต้มน้ำแช่ทุกวัน ต้มเอง รักษาเอง แล้วก็พิจารณา

ดูตัวเองไป แค่ 5 วันเท่านั้นแผลยุบ แห้ง เหมือนปาฏิหาริย์เลย พอแผลหายก็หยุดแช่แต่ยังดื่มน้ำสมุนไพรไว้อาบอยู่ อาบน้ำสมุนไพรมาจนถึงปัจจุบันนี้เลยคะ

พี่คิดว่าการที่พี่รอดตายมาได้ เพราะใจสั่งคะ ใจสั่งว่าเราตายไม่ได้ เพราะมีภาระเยอะ และก็เชื่อเรื่องบุญกรรมว่าบุญกรรมมีจริง นึกถึงตอนที่มืออาการเยอะ ๆ ว่า ถ้าหากเรากลัวเราคงไม่รอดแน่ ๆ ก็จะบอกกับตัวเองว่า ถ้าบุญกรรมมีจริงเราก็จะไม่ตาย หรือถ้าความตายมาอยู่ตรงหน้าเราก็จะไม่กลัว ถ้ามันถึงเวลาตายก็ให้ตายไปเลย พี่มีขอกับน้องชายไว้ด้วยว่า หากไม่หายพี่จะขอตายแบบนี้ดีกว่าไปตายกับคุณหมอที่โรงพยาบาล แล้วก่อนนอนพี่จะนึกถึงพ่อ นึกถึงพ่อท่าน นึกถึงคุณหมอเขียว ขอบารมีขอความดีที่ท่านมีช่วยให้เราใช้ชีวิตอยู่ แล้วเราจะสร้างความดีเพิ่มขึ้นจะไม่ประมาท จะดูแลสุขภาพ แล้วก็เข้านอน พอตื่นเช้าขึ้นมา ไม่รู้พลังมาจากไหน ทำให้เราดีขึ้น ลูกเดินออกกำลังกายเหมือนไม่ได้เป็นอะไรเลย ทั้ง ๆ ที่ยังมีแผลเต็มตัวนะ เหมือนมีใครเอาพลังมาเพิ่มให้ จากเมื่อวานที่ยังป่วยหนัก มาวันนี้เราไม่เหมือนคนป่วยแบบเมื่อวานนี้เลย ก็ตอนที่พี่ฟังคุณหมอเขียวสอน พี่เข้าใจทุกอย่างเลย เข้าใจว่าบุญกับกรรมนี้จะทำให้เรามีชีวิตรอดได้ 5 อาทิตย์นี้ทำให้พี่เปลี่ยนไปเลย

สุดท้ายนี้ อยากจะฝากถึงทุก ๆ คนว่า คนทุกคนรักเงินแล้วก็หลงงาน แต่ต้องไม่ลืมดูแลสุขภาพตัวเอง สุขภาพสำคัญที่สุด สำคัญกว่าเงินนะคะ บุญกรรมก็มีจริง ขอให้ทุกคนอย่าประมาท ต้องทำบุญ ทำจิตใจให้ดีคะ”

(สุนันทา เพ็ญไพบุลย์, สัมภาษณ์. 2555, มีนาคม 9. กรณีศึกษา 1.4 ภาคผนวก ก.)



ภาพที่ 47 พ่อแดงและแม่อุ๋ ให้สัมภาษณ์เมื่อปี 2556

ที่มา (เครือข่ายจิตอาสาแพทย์วิถีธรรม, ภาพถ่าย. 2556)

“สาเหตุที่มาแพทย์ทางเลือก เพราะว่าไม่แน่ใจว่าพ่อแดงเขาจะมีชีวิตอยู่นานไหม โดยตัวดิฉันเองก็ชวนขวายที่จะหาความรู้ตรงนี้ที่จะมาดูแลพ่อแดง แต่จุดที่สำคัญที่สุดก็คือเศรษฐกิจ เพราะว่าถ้าการรักษาเกี่ยวกับแพทย์แผนปัจจุบันค่าใช้จ่ายมันสูงมาก อาทิตย์หนึ่งอย่างน้อยก็ 3,500 บาท

ที่นี้เมื่อมาศึกษาเรื่องเกี่ยวกับแพทย์ทางเลือกแล้ว ก็รู้ว่าสิ่งที่พ่อแดงเป็นจริง ๆ นั้น ก็คือ การใช้ร่างกายที่ว่าทำงานมากเกินไปจนลืมนดูแลตัวเอง แล้วตัวดิฉันเองก็คิดว่าแพทย์ทางเลือกก็เป็น ทางออกทางหนึ่ง เมื่อมาศึกษาจริง ๆ ก็พบว่าพ่อแดงก็เป็นอย่างที่ว่านั่นคือเรื่องการบริหารโภชนาการ ซึ่งเมื่อเราศึกษาในแพทย์แผนปัจจุบันจะพบว่าเขาจะให้กินเนื้อนุ่มไข แต่ว่าแพทย์ทางเลือกนั้นไม่ใช่ เพราะแพทย์ทางเลือกจะให้กินอาหารที่ร่างกายต้องการเพียงพอ แล้วก็ไม่ต้องสมพิษ อาการก็คือ เส้นเลือดแตกที่ก้านสมอง คุณหมอแผนปัจจุบันระบุว่า จะมีอายุอยู่ได้แค่ 3 วัน ถ้าไม่ผ่าตัดก็คนไขก็จะ เสียชีวิต แล้วดิฉันก็กำลังลังเลใจอยู่ หมอเขาบอกว่าลองยานี้ใหม่ที่จะละลายลิ่มเลือด แต่ก็ไม่แน่ใจเพราะว่าเป็นยาตัวใหม่ เมื่อปี 2549 ดิฉันก็เลือกอย่างหลัง ไม่ผ่า แต่ใช้วิธีกระตุ้นความรู้สึกของพ่อแดงโดยใช้ดนตรีบำบัดทำให้ชีวิตที่ว่า 3 วันนั้นก็ยืดมาได้ตั้งแต่ 49 ถึง 50 วัน อาจารย์ผู้ได้ไป เข้าค่ายที่ดอนตาลเมื่อตุลาคม 2550 แล้วนำเรื่องอาหารค่ะ อันดับแรกก็คือปรับเรื่องอาหารก่อน เพราะว่าอาหารของคุณหมอเขยวนั้นเป็นอาหารธรรมชาติที่อยู่ใกล้ที่สุด มีประโยชน์สูงสุดแล้วก็ ประหยัดสุด เอามาใช้ ก็ปรับอาหารของพ่อแดงแล้วก็ใช้น้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด ใช้การโยคะ ใช้การดีที่ออกซ์ การกดจุด การแช่ การพอก ระยะเวลาการประคบนั้นเราใช้เยอะ แล้วก็ที่สำคัญคือ ใช้ธรรมชาติ ธรรมชาติไม่ใช่ใช้กับตัวพ่อแดง แต่ว่าใช้กับตัวดิฉันเองที่ทำได้ ที่ทำใจไม่ได้ เพราะว่า จะต้องดูแลพ่อแดงแล้วก็ต้องใช้เงินมาก จนกระทั่งดิฉันท้อแท้มาก โทรไปบอกลูกสาวว่าคุณแม่นี้ ตัดสินใจว่าจะไม่มีชีวิตอยู่แล้วนะ ลูกสาวดิฉันจึงบอกดิฉันว่า อนาคตของลูกอยู่ที่คุณแม่คนเดียว ประโยชน์นี้เองทำให้ดิฉันนั้นสู้ค่ะ ก่อนที่จะพบค่ายหมอเขยวนี่ ดิฉันท้อแท้มากค่ะ คุณหมอพูด ประโยชน์หนึ่งที่ดิฉันถือว่าเป็นประโยชน์ทองของดิฉันตอนนี้ คือ “อย่าหวังเกินกว่าฤทธิ์แรงที่เราทำได้จริง” เวลาดิฉันจะทำอะไรดิฉันคิดถึงตรงนี้แล้วก็คิดถึงที่คุณหมอบอกว่า “โรคจะหายหรือไม่หายนั้นอยู่ที่ วิบากกรรม” ดิฉันเอามาปรับใจตัวเองไม่ได้ปรับใจคนไข้เลย เพราะว่าไม่อย่างนั้นคือตัวเองจะ ไม่มีแรงสู้ตรงนี้ ก็เริ่มใช้ธรรมชาติมาปฏิบัติแล้วก็มาบอกต่อ แต่ของพ่อแดงนี้เขาวางแล้ว แต่ว่าคนที่ไม่วางนี่คือตัวดิฉันก็พยายามทำให้ดีที่สุด ในข้อรู้พักรู้เพียรเราก็ทำ เมื่อก่อนคือดิฉันจะทำงานตลอดเลย คือหวังว่าทุกสิ่งจะต้องหายจะต้องหายแต่ว่าจริง ๆ มันไม่ใช่ แล้วก็ศึกษาข้อมูลนี้เจาะลึกเลยละ แต่ว่าสิ่งที่ได้ประโยชน์ของหมอเขยวนี่ก็คือการโยคะ กดจุด กายบริหาร ตรงนี้จะช่วยตัวดิฉันเองกับ พ่อแดงได้มาก เราจะกดจุดแล้วก็นวด นวดให้แล้วก็ใช้กายภาพบำบัดด้วยค่ะ ตอนนี้เรายังใช้แต่ว่า ตอนเช้าจะเป็นการฝึกให้พ่อแดงได้เดินค่ะ แล้วก็ที่สำคัญก็คือลูกสาวส่งเทพธรรมะมาให้ ทุกครั้งที่นั่ง อยู่ด้วยกัน เราก็จะเปิดเทพธรรมะแล้วก็ทำให้รู้สึกได้ว่า ใจที่เราโลภมาก ๆ นั้นเราวางเรื่อย ๆ วางเรื่อย ๆ วางเรื่อย ๆ แล้วทำให้เห็นสังขารที่ว่าชีวิตเราแค่นี้เอง เราไม่ต้องการอะไรมาก แต่ในบั้นปลายของ ตัวดิฉันคิดว่าก่อนที่จะตาย ก่อนที่จะวางร่าง จะทำประโยชน์ให้แผ่นดินเหมือนกับที่พ่อหลวงให้ค่ะ

ที่สำคัญคือทำตัวอย่างให้เห็น แต่บางคนเขาก็มองว่าเรานี้เพื่อนค่ะ เขาก็มองว่าเพื่อน เขาว่าอะไรบ้างที่กินแต่ผักอย่างเดียวอย่างดีก็มีปลา พวกหมูไก่พวกนี้ไม่ได้ทานตั้งแต่ปี 2550 เห็นพัฒนาการของพ่อแดงจากเดิมคือ จากที่นอน แล้วก็ลุกนั่งไม่ได้ ฝึกนั่งให้ได้ แล้วก็ฝึกยืนให้ได้ ฝึกเดิน อาศัยการพยุง ต้องอาศัยการจับด้านหลัง เพราะว่าในลักษณะของคนไขที่เป็นเส้นเลือดในสมองแตกแล้ว มันจะมีการซึม เมื่อก่อนพ่อแดงเดินได้ตลอด แต่ว่าพอช่วงระยะเวลาหนึ่งก็คือมันมีการซึมที่จุดเดิม ทำให้กล้ามเนื้ออ่อนแรง แต่ว่าดิฉันก็เริ่มต้นใหม่ไม่เคยท้อ ก็รู้ว่าสาเหตุโรคนี้เป็นแบบนี้ แต่ว่าคิดว่าที่เราไม่พยายามเลย สิ่งที่พัฒนามากก็คือการพูดฝึกร้องเพลง เพลงดนตรีไทย ก็เลยรู้สึกว่ามันจะเป็นตัวที่ทำให้เรามีความสดชื่น ความจำเริ่มดีขึ้น แล้วก็ที่สำคัญก็คือจากที่บอก อาจารย์ว่า เรามีการโยคะ แขนมือแช่เท้า ขาที่ขาเคยเกร็ง กล้ามเนื้อขาที่เข้าสู่ภาวะปกติ มือที่เคยเกร็งก็ดีขึ้น โยคะมีส่วนช่วยได้มาก แปรงฟัน โคนหนด แล้วก็แต่งตัวเอง พับผ้าช่วยเช็ดโต๊ะ ช่วยไปเอาอาหารมาแล้วก็ช่วยเปลี่ยนวาล์วถังแก๊สให้ค่ะ แล้วอย่างก็อกน้ำ พวกก็อกน้ำที่ใส่วงแหวนนี้ พ่อแดงจะช่วยทำให้ เพราะว่าให้เขารู้ว่าเขามีศักยภาพ รับโทรศัพท์ คอยเฝ้าบ้านบอกว่าใครมาหา

การเจ็บป่วยครั้งนี้เป็นประสบการณ์ที่จะให้เราได้รู้ว่า พวกเราละเลย เรามัวทำแต่งงาน เราไม่เพียงพอกับชีวิตค่ะ ก็เลยทำให้เราถมเท่าไรก็ไม่รู้จักเต็ม พอหลังจากที่ดิฉันพบหมอเขียว ดิฉันรู้เลยว่า เรากินเท่านี้ให้พอดีให้พอเพียง อย่างของในหลวงใช้หลักตรงนี้ แล้วก็จากที่ดิฉันพลิกพลิกผ่านชีวิตมาได้มากก็คือ ค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ที่เราใช้จ่ายเยอะ เราลดลงค่ะ ลดลงอย่างมากเลยคะ แล้วก็ที่สำคัญก็คือ นำข้อมูลที่พ่อแดงป่วยแล้วแก้ไข ได้ด้วยการแพทย์วิถีพุทธนี้เอาไปเผยแพร่ให้ผู้อื่นได้มีความรู้ในการดูแลตัวเอง ที่สำคัญคือ เราต้องทำตัวอย่างให้เห็น และได้เก็บสมุนไพรนำไปแจกเพื่อน ไม่ได้ขาย การช่วยเหลือผู้อื่นทำให้เรามีความสุข

จิตวิญญาณของการให้ไม่ใช่จิตวิญญาณของการเป็นผู้รับ เราให้มากเราก็รับมาก เราวางหลาย ๆ อย่าง ในชีวิตเราจะไม่ได้อะไรเลย นอกจากความดีความชั่ว แผ่นดินนี้เราก็เอาไปไม่ได้ ไม่มีใครที่ฆ่าตายไปแล้วก็กำมือมีแต่แบ่ทั้งสิ้น เราวาง เราวาง เราวาง ในที่สุดเราก็จะสงบ อย่างที่บอกอาจารย์ค่ะ ถ้าเราไม่เพียรพยายามทำ เราก็จะไม่ได้อะไรเลยคะ ดิฉันก็อยากจะบอกว่า เพราะว่าพบจิตอาสา พบหมอเขียว ถึงพลิกผันชีวิตของดิฉันเป็นแบบนี้ ก่อนที่เราจะถูกความล้มเหลวของชีวิตการอุปถัมภ์ค่ะ ตอนนี้ทำให้เรารู้สึกว่าเรามีความสุขนะ”

(พ่อแดงและแม่ฮู, สัมภาษณ์. 2556, กุมภาพันธ์ 8. กรณีศึกษา 1.28 ภาคผนวก ก.)



ภาพที่ 48 ภิกษุสมบุรณ์ สมาจาโร ร่วมกิจกรรมการสวดมนต์ในค่ายสุขภาพแพทย์วิถีธรรม เมื่อวันที่ 20 เมษายน 2558

ที่มา (แก้วใจเพชร กล้าจน, ภาพถ่าย. 2558, เมษายน 20)

“เป็นพระภิกษุ อยู่วัดโยธินประดิษฐ์ ตำบลลำโรง จังหวัดสมุทรปราการ มาบวชในปี พ.ศ. 2554 ก่อนหน้านี้เป็นผู้รับเหมาเฟอร์นิเจอร์ ตกแต่งภายใน นิยส์ส่วนตัวไม่ดื่มสุราและไม่สูบบุหรี่ ดูแลตัวเองอยู่แต่รับประทานเนื้อสัตว์ต่าง ๆ เมื่อก่อนไม่รู้เรื่องกรรมใด ๆ มารู้ตัวว่าป่วยตอนปี พ.ศ. 2550 ตอนนั้นมีอายุ 36 ปี ปัจจุบันอายุ 44 ปี คือนอนอยู่คลำไปพบก้อนเนื้อ ตรงกลางด้านซ้าย หมอได้นำตรวจตามขั้นตอนหลักการแพทย์แผนปัจจุบัน

อาตมาได้คลำไปพบก้อน ตรงเชิงกรานด้านซ้าย ซึ่งขยายตัวขึ้นเรื่อย ๆ หมอได้นำตรวจตามขั้นตอนได้เอาผลชิ้นเนื้อไปเข้าห้องแล็บ ทราบว่าเป็นเซลล์มะเร็งตัวหนึ่งเข้าไปในกระดูก เป็นเซลล์มะเร็งที่พบไม่บ่อยน้อยคนจะเป็น เมื่อผ่าตัดได้ใช้ชีวิตปกติ ต่อมาอีก 6 เดือนก็ขึ้นมาอีก ตรงเชิงกรานส่วนกลาง คือมันต่อเนื่องมาและค่อย ๆ ใหญ่ขึ้น มีความวิตกอยู่บ้าง ได้ทำการรักษา โดยพึ่งพาหมอแพทย์ปัจจุบัน ซึ่งก่อนที่ 2 นี้ ใหญ่มาก แข็งด้วย ซึ่งหมอไม่รับผ่าตัดให้ จึงได้ถูกส่งตัวมาที่โรงพยาบาลแห่งที่หนึ่ง หมอบอกว่าเป็นมะเร็งที่กระดูกเชิงกรานที่ซึ่งก้อนใหญ่มาก หมอบอกมีเคสแบบนี้ที่ทำการผ่าตัดเอากระดูกเชิงกรานออกที่ต่างประเทศ แต่ไม่ได้บอกว่าผลเป็นอย่างไร ตอนนั้นหมอก็ไม่พร้อมจึงส่งมาที่โรงพยาบาลแห่งที่สอง หมอที่โรงพยาบาลแห่งที่สอง บอกว่า “ห้าสิบ ห้าสิบ” เพราะอยู่ในตำแหน่งที่สำคัญมาก จึงตัดสินใจไม่ผ่าตัด และทิ้งช่วงเวลามา 1 ปี ก้อนยิ่งโตขึ้นเรื่อย ๆ และลำบากมากขึ้น กินอาหารน้อยลง มันใหญ่ค้ำตัว ไปเบียดที่ท่อปัสสาวะ ทำให้ปัสสาวะบ่อย ปัสสาวะราดไหลตลอดทาง อันไม่อยู่ ลำบากมาก คิดว่าทำไมไม่ตายสักทีนะ และลามไปกระเพาะปัสสาวะ จึงได้ตัดสินใจผ่าตัดเมื่อปี พ.ศ. 2553 เอากระเพาะปัสสาวะออก เอาออกไปหมดเลยแล้วเอาลำไส้เล็กมาต่อเป็นท่อปัสสาวะแทน และเอาปลายลำไส้เล็กมาออกหน้าท้อง โดยมีถุงรองรับปัสสาวะอยู่ที่หน้าท้อง ซึ่งต่อมาได้ตัดสินใจบวชเป็นพระภิกษุเมื่อปี พ.ศ. 2554 ก็ดูแลรักษามาเรื่อย ๆ แต่เซลล์มะเร็งยังคงลุกลามมาเกิดที่กระดูกเชิงกรานส่วนล่างด้านขวา

ใกล้กับระบบขับถ่ายตรงลำไส้ใหญ่บริเวณใกล้ทวารหนัก ก่อนไม่ใหญ่ประมาณ 3-5 เซนต์ จึงทำการผ่าตัดอีกครั้งเป็นครั้งที่ 3 ที่โรงพยาบาลแห่งที่สาม โดยตัดเชิงกรานด้านขวายาวไปถึงสะดือ เหลือต้นขาปกติมีหมวกหุ้มตรงข้อสะโพก แต่ของอาตมาจะถูกเกาะเหลือแค่กระดูกชนก้นนิกเดียว และทำให้เสียระบบขับถ่าย ต้องมาขับถ่ายหน้าห้อง คือหมอตัดก่อนนั้นออกไปพร้อมกับกระดูกเชิงกรานส่วนขวาด้านล่างจนถึงข้อสะโพกออก ตอนนีเหลือแค่ต้นขาต่อกับข้อสะโพก ซึ่งข้างซ้ายโดนนิคหน้อยจากการผ่าตัดครั้งนี้

สภาพจิตใจตอนนั้น เมื่ออาตมาคิดถึงตอนก่อนการผ่าตัดมันทรมาณมาก คิดแล้วอย่างนี้ สะดวกกว่าถึงแม้จะไม่มีอวัยวะสำหรับขับถ่ายเลยทั้งอุจจาระและปัสสาวะ และไม่คอยรู้ตัวด้วยว่าจะออกมาเมื่อไร อีกทั้งอื่นไม่อยู่อีกด้วย จึงสะดวกสำหรับการขับถ่ายที่ไม่ปกตินี้ คิดแต่เพียงว่าทำอย่างไรจะไม่ให้มันหนักไปกว่านี้ก็พอใจแล้ว

การขับถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะบ่อย อาตมาว่าก็ปกติดี แต่จะดูที่อาหารที่กินเข้าไป ถ้าเป็นอาหารย่อยง่ายก็ขับถ่ายออกมาเร็ว ได้มีอาจารย์ท่านหนึ่งได้แนะนำ “คุณเป็นมะเร็งอย่างนี้อันดับแรกคุณต้องหยุดเรื่องการรับประทานเนื้อสัตว์ และให้มามุ่งหาทางธรรมชาติศึกษาให้เข้าใจ”

การรับประทานอาหารแพทย์พยายามให้กินไข่ แต่ตนเองพยายามเอาออก จะหลีกเลี่ยงญาติโยมมาเยี่ยมก็จะทำอาหารเจมาให้รับประทาน ซึ่งเริ่มกินเจมาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2553 แล้ว แรก ๆ คุณหมอมองคิดว่าหลังผ่าตัดจะเดินไม่ได้เลยแต่อาตมาเดินได้ หลังที่ผ่าตัดก้อนที่ 3 ที่เป็นก้อนที่เล็กลงเหลือประมาณ 5 เซนต์ ซึ่งก้อนที่ 2 นั้นใหญ่ถึง 4.6 กิโลกรัม แต่ต้องเสียระบบขับถ่ายอุจจาระไป และกระดูกเหลือน้อยมาก คุณหมอบอกว่า “ต้องหาอะไรเสริมคิดว่าจะเดินไม่ไหว” แต่เราก็เดินได้ และต่อมามีการผ่าตัดก้อนที่ 4 และก้อนที่ 5 ที่นั่งมาเกือบ 2 ปี ที่เล็กลงประมาณ 2 เซนต์ ตามลำดับ ซึ่งในเดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2557 ได้มีปัญหาเลือดออกในไตอย่างมาก เพื่อนได้ศึกษาการแพทย์ของคุณหมอเขียว ได้แนะนำเรื่องอาหารปรับสมดุล การทำน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด ระหว่างอยู่โรงพยาบาลรักษาไต มีญาติโยมทำอาหารแบบแพทย์วิถีพุทธมาให้ทาน แต่ไม่เต็มร้อย เพราะยังไม่เข้าใจนัก แต่ก็ลดเรื่องความเค็มและสารปรุงแต่งต่าง ๆ จึกคิดว่าที่เคยรับประทานมา เมื่อก่อนไม่รู้เรื่องการปรับสมดุล เวลาร้อนก็เอายาพวกน้ำเต้า แก้วร้อนใน ไม่รู้ว่าสมุนไพรเย็นเป็นอย่างไร ระหว่างอยู่ในค่าย ปกติจะนั่งนาน ๆ ไม่ได้ มันจะบวม เพราะระบบน้ำเหลืองในร่างกายเสียหายไปมาก จากผลการผ่าตัดโดยเฉพาะท่อนขาด้านบน จะบวมอยู่ตลอดเพราะไปนั่งกดทับกระดูก และเราเหลือกระดูกอยู่ข้างเดียว อีกข้างไม่ทับจะบวม ทางข้างขวาไม่มีรับมีแต่กระดูกข้างซ้ายอย่างเดียว นั่งเดินนานจะบวม คิดว่ามาจากอาหารและน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นที่ดื่มทุกวัน มันจึงไม่บวม เหมือนปกติหรือนั่งกินข้าวนาน ๆ ก็จะบวม ต้นขาจะแข็ง นั่งมานี้ไม่บวมเลย มันน่าจะดีขึ้นนะ

ตั้งแต่ผ่าตัดมาอดมาไม่พึ่งใครทำอะไรได้เองทุกอย่าง ทั้งถุงปัสสาวะและอุจจาระถ้ามันเต็มก็ไปเททิ้ง ปกติถุงปัสสาวะและอุจจาระจะมีปลายเปิดได้เพื่อทำความสะอาดและนำมาใช้ได้อีก แต่อดมานำถุงอุจจาระมาตัดแปลงเอาถุงพลาสติกอย่างหนาแต่เหนียวนุ่ม ขนาด 6 คูณ 14 ราคาไม่ถึง 10 บาท มาสวมแทนถุงอุจจาระที่แพทย์แนะนำ เพราะราคาใบละ 60-70 บาทต่อใบ แต่ถุงพลาสติกนี้แค่ ใบละไม่ถึงสตางค์ เพื่อขยับถ่ายแล้วก็ทิ้งไปได้เลย ปกติขับถ่ายวันละ 3-4 ครั้งต่อวัน ทำให้ประหยัดได้เยอะ หมอโรงพยาบาลแห่งที่สามยังเห็นด้วยไม่ได้คัดค้านแต่อย่างใด

อดมาได้กั้วชาตรงที่บวมครั้งหนึ่ง และเมื่อวานมีอาการท้องอืด ปวดท้อง อึดอัดมาก มีโยมท่านหนึ่งได้นำขวดดีท็อกซ์มาถวายอดมา ตอนแรกก็เกรงอยู่ว่าจะทำได้ไหม หวังว่าสายดีท็อกซ์จะระคายเคืองไหม แต่จากที่จับดูสายมันนิ่ม ปกติระวังทวารเทียมไม่ให้โดนกระแทก ต้องทำเบา ๆ มือ ได้ลองค่อย ๆ ใส่สายดีท็อกซ์เข้าไปช้า ๆ ไม่รู้สึกเจ็บหรือผิดปกติอย่างไร ไม่ระคายเคือง ค่อย ๆ เข้าไปประมาณ 5-7 เซนต์ ใช้น้ำสมุนไพรประมาณ ครั้งละ 100 ซีซี เข้าไปในลำไส้ใหญ่ น้ำสมุนไพรเข้าไปและระบายพิษร้อนออกมาเลย จะกลั้นไว้ไม่ได้ ทำประมาณ 5 ครั้ง อุจจาระได้ออกมาบางส่วน เมื่อทำเสร็จไม่มีอาการปวด หรืออึดอัด ทำให้รู้สึกเบาโล่งสบายท้องขึ้น ต้องลองทำดูสายมันนิ่มสวมใส่ง่ายจะช่วยให้ดีขึ้น

ซึ่งระหว่างที่ป่วยอดมาเข้าใจเรื่องกรรมนะ เรื่องของการให้ผลของกรรม มันต้องมีเหตุที่มา และได้ศึกษามาระยะหนึ่งก่อนผ่าตัดก้อนใหญ่ (ก้อนที่ 2) มีการทำความเข้าใจในสภาพที่เราเป็นอยู่ มีการนั่งสมาธิ ไม่ให้วิตกเกี่ยวกับโรค อดมาเชื่อเรื่องวิบากกรรม ในอดีตไม่ดื่มเหล้า ไม่สูบบุหรี่แต่มีกิจกรรมตกปลากับเพื่อน ๆ ตามเขื่อน ตามบ่อได้ปลามา ก็ให้คนอื่นทำหรือบางครั้งก็ทำเอง ทูบหัว ผ่าท้อง เป็นวิบากของเรา เป็นเหตุให้เราต้องมาโดนผ่าตัด 5 ครั้ง ทำให้มีทวารเทียม ทั้ง 2 ข้าง”

(ภิกษุสมบุญ สุมจาโร, สัมภาษณ์. 2558, มีนาคม 9. กรณีศึกษา 1.56 ภาคผนวก ก.)



ภาพที่ 49 คุณสุนทร เอี่ยมพินิจ ให้สัมภาษณ์ เมื่อวันที่ 17 มิถุนายน 2556

ที่มา (แก้วใจเพชร กล้าน, ภาพถ่าย. 2556, มิถุนายน 17)

“ทำงานในโรงกลั่นของบริษัทแห่งหนึ่ง ซึ่งต้องคลุกคลีกับสารเคมีมา 30 ปี ในห้องแล็บ เป็นโรคปวดข้อ ปวดหลัง ปวดเข่าและ มีสารเคมีในเลือด รวมทั้งสารก่อมะเร็ง เคยไปรักษามา ทุกแผน ค่าใช้จ่ายสูงมาก โดยเฉพาะไคโรแพ็คติค แต่บริษัทดูแลอย่างดีจ่ายไม่อั้น เคยไปทำ MRI หมอลงความเห็นว่าจะผ่าตัดเปลี่ยนข้อที่ 7 ใช้ไททาเนียม เฉพาะค่าผ่าตัด 3 แสนบาท ค่ารักษา 4 แสนบาท โชคดีที่ได้ใช้น้ำยาล้างบำบัด ใช้เวลา 6 เดือนร่างกายดีขึ้นมาก เมื่อไปตรวจที่มหิดล ผลปรากฏว่าสารเคมีต่าง ๆ ที่ตกค้างในร่างกายสูญสิ้นไปไม่มีเหลืออยู่เลย จึงเป็นอันว่า ไม่ต้องผ่าตัดและ ใช้จ่ายเงินถึง 7 แสนบาท มาเข้าค่ายในครั้งนี้จึงพาเพื่อน ๆ และครอบครัวมาด้วยกันถึง 12 ชีวิต ทุกคนแฮปปี้มาก ได้เห็นประสิทธิภาพของน้ำปีสสาวะ เมื่อก่อนมา ไปนวดโดยใช้ลูกประคบที่ร้อนมาก จนหลังไหม้ จึงใช้น้ำปีสสาวะทา ไม่กี่วันก็หายเป็นปกติ แผลไม่ติดเชื้อและไม่มีร่องรอยเลย”

(สุนทร เอี่ยมพินิจ, สัมภาษณ์. 2556, มิถุนายน 17. กรณีศึกษา 1.111 ภาคผนวก ก.)



ภาพที่ 50 คุณกิ่งแก้ว ฉัตรมณีวัฒนา จิตอาสาแพทย์วิถีพุทธ ร่วมบำเพ็ญกิจกรรมค่ายสุขภาพ ณ ศูนย์เรียนรู้สุขภาพพึ่งตนตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง สวนป่านาบุญ 3 อำเภอคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี

ที่มา (เครือข่ายจิตอาสาแพทย์วิถีพุทธ, ภาพถ่าย. 2558, เมษายน 2)

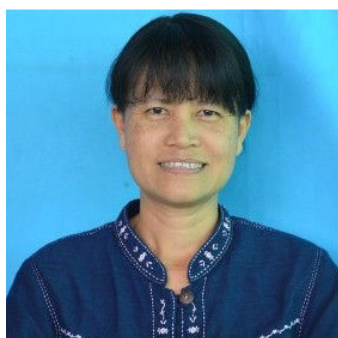
“ชื่อ กิ่งแก้ว ฉัตรมณีวัฒนา ค่ะ ก็เป็นผู้ป่วยที่เคยเข้ารับการอบรมเหมือนทุกท่านสัก 6 ปี ที่แล้วที่จังหวัดตรังค่ะ สาเหตุที่ต้องไปเข้าค่ายสุขภาพที่ตรังเพราะว่าปวดข้อปวดกระดูก เราก็ต้องรักษาหมอโรคกระดูก โรงพยาบาลก็ต้องเป็น โรงพยาบาลดัง ๆ หน่อย เชี่ยวชาญด้านกระดูก พอต่อมาเราก็ได้อีกโรคหนึ่ง โรคตา เราต้องรักษาโรงพยาบาลดังอีกเหมือนกันนะค่ะ เพราะว่าชีวิตคนกรุงเทพฯ มีหมอเฉพาะทางในทุกด้าน เราก็รักษาอยู่ 2 โรคนี้ แล้วคุณหมอก็มาบอกข่าวดีกับเรา ว่า ค่าไตคุณได้อีกโรคแล้ว คือ โรค SLE ก็เป็นโรคพุ่มพวง เป็นโรคแพ้ภูมิคุ้มกันของตัวเอง เราจะเป็นคนสะอาดมากเลย คือเวลาเราจะกินอะไรนี้ ถ้าไม่ช้อนกลางฉันก็ไม่กิน แล้วช้อนของเราที่ต้อง ลวกน้ำร้อนก่อน ก็ต้องมีอุปกรณ์ส่วนตัวนะค่ะ ก็รักษามา SLE เราก็โอเคก็ต้องยอมรับแต่ก็เศร้า

ในใจลึก ๆ ก็หาหมอตรงไหนมีหมอดีที่ไหนเราก็ไป ค่าใช้จ่ายก็บานเข้ามาเรื่อย ๆ แต่เราก็ ก็เราเป็นคน
คนที่หาเงินเก่ง ก็จ่ายไป ๆ ทีนี้ มันคล้าย ๆ ว่างานเริ่มทำไม่ค่อยได้เดินไม่ค่อยได้ ร่างกายก็
ไม่เห็นมันจะดีขึ้นเลย แล้วก็หมอก็มาพูดอีกว่า ไตคุณเริ่มไม่ดีแล้วนะ คุณต้องหาหมอโรคไตอีก
เราก็โหแค่นี้แบบมันเหมือนมันรับไม่ไหว แค่นี้ก็แย่อยู่แล้วฉันเป็น โรคแล้ว กระจุก ตา SLE แกรม
โรคไตคะ แล้วหมอกระดุกก็มาคุยให้ฟังอีกว่า “คุณต้องหาหมอ โรคตับแล้วนะ” มันไม่ไหว จำได้ว่า
ค่ายาอย่างเดียวนี้เดือนละ 20,000 บาท ไม่รวมค่าใช้จ่ายแล้ว ไม่รวมที่พี่น้องบอกยาสมุนไพรนี่ดี
เซ็ทละ 10,000 บาท ยังไม่รวมฝังเข็มเราก็รู้สึกเหนื่อยแล้วก็ท้อแท้มาก แล้วก็ตอนนั้นก็มียูกสาว
ยังเล็ก เราก็คิดว่า โหชีวิตเรานี้ถ้าเรารักษาไปอย่างนี้ แล้วถ้าเวลาเราก่อนจะ เราก็ไม่รู้จะตายเมื่อไรนะ
รู้แหละคงต้องตายเพราะว่ามันคงไม่เห็นมีใครหายเลย พุ่มพวงก็ตายขนาดเขามีเงินตั้งเยอะแยะ
กว่าเรา เรามีเงินแค่นี้เอง แล้วก็เราก็คงไม่ ก็คงรักษาไปแต่วันหนึ่งก็คงต้องตายใช่ รักษาอย่างไรก็ต้อง
ตายอยู่ดี ตั้งสติรักษาดีกว่า ก็เลยไปหาหมอกคนหนึ่ง ชื่ออาจารย์สมบัติ อาจารย์เป็นที่ปรึกษาให้หนู
ได้ใหม่ หนูจะตั้งสติรักษาแล้ว อาจารย์หมอก็บอกได้ เขาก็รู้สึกที่เราคงจะท้อแท้แน่ เพราะว่าเวลาที่
เราท้อแท้ โรคมันจะรุนแรงเราเลยนะคะมันจะมาที่ ที่พูดมา 4-5 โรคนี้ในระยะเวลา 2 เดือน
ในระยะเวลา 2 เดือนชีวิตมันไม่มีพลังไม่มีแรง นั่งตรงไหนมันก็จะหลับจะหลับตรงนั้น มันเพลีย
มันเหนื่อย มันไม่มีแรง แม้แต่ทำอะไรก็เหนื่อย อาจารย์พูดมาคำหนึ่งว่า คุณจำไว้เถอะพุ่มพวง
เขาไม่ได้เป็น SLE ตายหรืออ้าว แล้วเขาเป็นอะไรตาย ตับกับไตเขารับยาต่อไปไม่ไหวอีกแล้ว
เขาพูดแบบนี้คุณจำเอาไว้ เมย์ก็จำไว้ แต่ผมว่านะธรรมชาติบำบัดนะได้ผลสุด ก็บังเอิญเดชะบุญ
เหมือนฟ้าถล่มมา หมอเขียว 0 บาท เขารักษากันเป็นหมื่น มันยังไม่หายเลย ตอนนั้นเข้าใจว่ามัน
ไม่หายหรืออ้าวเดี๋ยวมันก็ต้องไปตายวัดใดวัดหนึ่ง เดี่ยววัดนั่นดังวัดนี้ดัง เดี่ยวไปหาที่ตายสักวัดหนึ่ง
เมย์ก็คิดอย่างนั้นเมย์ก็ร้องไห้ไปตลอดทางเลย เสรี จิตใจเสรี กระเป๋าก็แบกไปใบก็ไม่ค่อยใหญ่มาก
เดินทางขึ้นรถไฟก็เดินทางเข้าไปทะเลธรรม

ค่อย ๆ ดีขึ้นภายใน 5 วันทำครบหมด 9 เม็ดเขาให้ทำอะไรก็ทำ ๆ ไปเถอะ ไม่รู้หรือกว่า
มันจะหายหรือเปล่า กัวซา แซ่มีอแซ่เท้าก็แซ่มันก็ค่อย ๆ ดีขึ้นแล้วเราก็ไม่รู้ ใจชีวิตชีวา มันก็กลับมา
เพราะว่าความเจ็บปวดมันค่อย ๆ หายไปอะไรอย่างนี้ กระเป๋าที่ลากมาด้วยความหนักฉันมาคนเดียว
ฉันเป็นคนป่วยใกล้ตาย มันหนักแสนหนัก แต่จบการเข้าค่ายนี้มันเบา ความรู้สึกมันเหมือน ฉันแค่
เป็นสิวนี่อะไรอย่างนี้ชีวิต แล้วเราก็กลับบ้านด้วยความเบิกบานแจ่มใสเลย แล้วก็ไปต่อที่ค่าย
มุกดาหาร แล้วรู้สึกว่าสูตรนี้มันจะตายเย็นตายธรรมชาติด้วย ไม่ต้องเอาอะไรมาเสียบเรา ไข้ไหมคะ
เราก็บอกคุยกับครอบครัว ครอบครัวเขาก็เอาอย่างนั้นหรือ เราก็บอกเอาอย่างนี้แหละ แต่เขาก็เห็น
เราดีขึ้น เข้าค่ายนี้หมอก็จะแบบว่าค่ายหมอก็เป็นค่าย 0 บาทอย่างนี้ แล้วแต่ที่ว่าคนนี่ที่จะมีจิตที่ว่า
ช่วยอย่างนี้ละ ก็เราก็คิดว่าเราได้อะไร ๆ มากมาย มันทำให้ชีวิตเราก็เลยคิดว่า **ตรงนี้แหละที่มัน**

เป็นสิ่งที่เรากันหาตลอดชีวิต คือตัวเองเคยคิดว่าถ้าฉันรวยถ้าฉันมีเงินฉันจะช่วยเหลือคน แต่เราก็พอมีเป็นฐานะชั้นกลาง หมออยู่กระทัดรัดเลย หมอช่วยคนได้ตั้งเยอะแยะ แล้วเราเป็นคนชั้นกลาง แล้วที่ที่คิดว่าเป็นคนมีอุดมการณ์ที่อยากจะทำอะไรเพื่อสังคม ตรงนี้ที่พอหมอประกาศว่าอยากจะช่วยคน แล้วก็หาคนมาช่วย เราจึงได้มีความคิดว่าสมัครใจอยากจะมาเป็นจิตอาสาเพราะว่าวันนั้น ถ้าวันนั้นไม่มีจิตอาสาที่เสียสละ มาทำค่ายให้เราแต่พอมาวันนี้จากการที่เราได้บำเพ็ญก็ขอบคุณ ขอบคุณท่านอาจารย์หมอเขียว ขอบคุณเพื่อน ๆ จิตอาสาที่ให้เมย์เป็นส่วนหนึ่งของการได้ร่วมบำเพ็ญ คือขอบคุณที่ได้เป็นส่วนหนึ่งของการร่วมบำเพ็ญ เพราะว่าชีวิตนี้ตั้งแต่เจอหมอเขียวมา ชีวิตมันเจอแต่สิ่งดี ๆ ใจ แบบเมย์หาเงินน้อยไป 80% แต่มันไม่มีค่าเลย กับเงินที่เราจะหาได้กับสิ่งที่เรามีอยู่เพราะว่าพอถึงวันนี้ ถ้าให้เมย์ตายวันนี้เมย์ก็พร้อมที่จะตาย เพราะคิดว่าได้ทำหน้าที่ของได้สมกับที่เกิดมาเป็นคนแล้ว”

(กิ่งแก้ว ฉัตรธณิวัฒนา, สัมภาษณ์. 2556, มิถุนายน 15. กรณีศึกษา 2.22 ภาคผนวก ก.)



ภาพที่ 51 คุณตะวันเดือน วรรณวงษ์ จิตอาสาแพทย์วิถีพุทธ ได้ร่วมบันทึกภาพในค่ายจิตอาสา
แพนพันธุ์แท้ - พระไตรปิฎก เดือนตุลาคม 2557

ที่มา (สมศักดิ์ ทับเนียม, ภาพถ่าย. 2557, ตุลาคม 24)

“อาการที่ป่วย ไฟไหม้ตามผิวหนังบริเวณมือเท้าสองข้างสาเหตุของโรค เกิดอุบัติเหตุไฟลุกไหม้จากการผลิตซีฟู้ดเพราะได้เปลี่ยนวิธีจากเดิม ที่ใช้การตุ๋น แต่มาเป็นการตั้งพาราฟินละลายในหม้อใบเดียวตั้งตรงบนเตา เนื่องจากความร้อนจัด ที่ระอุในหม้อ ส่วนผสมน้ำมันสกัดสมุนไพรเดือดระวังโดยยกหม้อลงจากเตา เพราะถ้าเทเอซิลแอลกอฮอล์ ความร้อนจะล้นหม้อแน่ จึงยกหม้อออกจากเตาด่าน ก็คิดว่าน่าจะปลอดภัยแล้ว เพราะหม้อที่เดือดได้ห่างจากเตาไกลแล้ว จึงเทส่วนผสมของสมุนไพรที่สกัดด้วยเอซิลแอลกอฮอล์ เทครั้งแรกเดือดแรง พอเทครั้งที่สอง เดือดมากกว่าเดิมท่วมปากหม้อนิดหน่อย พอเทครั้งที่สาม ไอระเหย ของส่วนผสมได้วิ่งไปที่เตาด่านเปลวไฟ ที่ลามมาเป็นสาย ถึงกะละมังที่ถืออยู่ ไฟลามที่ผ้ากันเปื้อน ไหม้ที่เสื้อผ้า โดยเฉพาะรองเท้าที่สวม

เป็นรองเท่านั้นที่ดูดซับน้ำมันไว้ จึงเป็นเชื้อเพลิงไฟลุกท่วมหลังเท้า ผ่ากันเปื้อน ดึงออกไม่ได้ เนื่องจากเป็นเข็มขัด เนื่องจากตนเองมีสติระหว่างไฟลุกไหม้ไม่โยนน้ำสมุนไพรมีส่วนผสมแอลกอฮอล์ทิ้ง แต่พยายามถือการม่งยา ไปไว้อีกจุด ซึ่งห่างไกลจากเตา จากนั้นจึงวิ่งออกจากหลังบ้าน มาที่หน้าบ้าน มีคนจะลิดน้ำใส่แต่ได้ห้ามเพราะเกรงแผลจะพอง

สภาวะจิตตอนที่ไฟลุกไหม้ ความตายเพียงเสี้ยววินาที เห็นความกดดันที่เราคาดไม่ถึง ทำให้เราหมดอนาคต จบชีวิตได้ หากไฟไหม้บ้านทรัพย์สินเสียหายหมดไป เราจะทำอย่างไรดี แต่ก็มิจิตแวบมาว่ายาที่ผลิตได้ช่วยเหลือผู้คน เป็นประโยชน์ต่อผู้คน จึงไม่เกิดความทุกข์ ความยึดติดหมดก็หมด ด้วยเดชบุญ เหตุการณ์น่าจะเลวร้ายมากกว่านี้ เพราะมีเชื้อเพลิง เคมี ส่วนผสมของแอลกอฮอล์ แต่ความเสียหายเกิดไม่มาก และได้รับบาดเจ็บเพียงคนเดียว ไม่ต้องพาคนอื่นเดือดร้อนไปด้วย แต่อย่างบุญเมื่อถึงคราวเดือดร้อนก็มีคนมาช่วยทันเวลา มาดับเพลิง เมื่อบาดเจ็บก็มีจิตอาสาหลายคนช่วยกันดูแลจึงหาความต้องการความช่วยเหลือ เพราะช่วงแรกสามารถไม่สามารถช่วยตนเองได้ ทั้งมือและเท้า

กลไกการเกิดโรคและการหายของโรคเกิดจากภาวะร้อนเกินไม่สมดุล ระบายผิว สัญญาของชีวิตก็จะส่งน้ำไปดับความร้อน จึงเกิดอุ้งน้ำเพื่อขับพิษร้อนเย็นไม่สมดุล ดังนั้นถ้าเรามีวิธีระบายพิษร้อนเย็นไม่สมดุลเข้าไปสัญญาของชีวิตก็ไม่ต้องส่งน้ำไปดับความร้อนจะหายเบื้องต้น วิธีดูแลและปฏิบัติ ใช้น้ำ 9 เม็ดของแพทย์วิถีพุทธ คือ 1. การรับประทานสมุนไพรรักษาสมดุล 2. กัวซาหรือดูดพิษขูดลม ระบายพิษ 3. การสวนล้างลำไส้ใหญ่ (ดีที่ออกซ์) ด้วยสมุนไพรรักษาสมดุล 4. การแช่มือแช่เท้าในสมุนไพรรักษาสมดุล 5. พอก ทา หยอด ประคบ อบอบ เช็ดสมุนไพรรักษาสมดุล 6. การออกกำลังกาย กวดจุดลมปราณ โยคะ กายบริหารที่ถูกต้อง 7. การรับประทานอาหารปรับสมดุลร่างกาย 8. ใช้ธรรมชาติบำบัด บำเพ็ญบุญกุศล เพิ่มพูนใจไร้กังวล (หยุดชั่วทำดี ทำจิตใจให้ผ่องใส) ใจเป็นประธานของสิ่งทั้งปวง ที่สำคัญไม่ทุกข์กับร่างกาย ทำใจให้เป็นสุข แล้วค่อยแก้ไขทีละขั้น ไม่คิดอะไรที่ทำให้ตนเองไม่สบายใจ 9. รู้เพียร รู้พักให้พอดี

สิ่งปฏิบัติเพิ่มเติม ดื่มน้ำปัสสาวะ ดีที่ออกซ์ ในเวลาที่ไม่สบาย และหยอดหู หยอดตาเพิ่มสติให้บริสุทธิ์ ทานอาหารวันละมื้อ เน้นผักผลไม้จิ้มเกลือ รับประทานอย่างมีความสุข เห็นถึงประโยชน์ และคิดว่าเคราะห์ดีมีโอกาสปฏิบัติธรรมอย่างเคร่งครัดกว่าปกติ อีกทั้งเข้าใจอารมณ์ของคนป่วยว่ารู้สึกอย่างไร และจะปรับอารมณ์อย่างไร เมื่ออยู่ในภาวะไม่สามารถใช้มือ เท้าอย่างปกติ โคนน้ำไม่ได้ เข้าห้องน้ำลำบาก และอยู่กับสิ่งนี้ได้อย่างไร จะต้องพึ่งตนเองให้ได้ ก็ต้องใช้ปัญญาช่วยตนเองให้ได้เพราะผู้อื่นไม่ได้ช่วยด้วยตลอด บางสิ่งก็ไม่สามารถทำแทนเราได้ส่วนแผลภายนอกใช้น้ำสกัดเช็ดล้างแผลจากนั้นใช้ผงถ่าน เปลือกมังคุดน้ำปัสสาวะ ผสมน้ำมันเขียว แล้วเอาผ้าก๊อชวางบนแผล จากนั้นใส่สมุนไพรรักษาสมดุลพอกบริเวณบนผ้า ไม่ต้องการให้สมุนไพรรักษาสมดุล ติดแผล โดยตรง

และฉีดน้ำสกัดย่านางบนผ้ากลอสเรื่อย ๆ ไม่ให้แห้ง อีกวิธี คือเปลือกมังคุดสดใช้แต่เปลือกแดง ๆ ไล่ขาวแล้วแช่ปัสสาวะ ให้ใช้สำหรับน้ำนั้นวางบนแผล ถ้าเข้าใจเรื่องวิบากเราจะไม่ทุกข์ จะหายเมื่อไรเป็นหน้าที่ของร่างกาย จิตใจที่สมบูรณ์แบบด้านอารมณ์ย่อมอยู่เหนือโรคภัยไข้เจ็บ

ผลหลังการดูแล ประมาณ 2 เดือนผ่านไป แผลแห้งสนิท อาการหายเป็นปกติ กำลังแรงใจ จากอาจารย์คุณหมอเขียว และจิตอาสา ทุก ๆ ท่าน เป็นแรงบันดาลใจที่ซาบซึ้ง ไม่มีวันลืมเดือนประทับใจไว้ในความทรงจำ”

(ตะวันเดือน วรณวงษ์, สัมภาษณ์. 2558, มีนาคม 22 กรณีศึกษา 2.46 ภาคผนวก ก.)



ภาพที่ 52 คุณสุชญา ทิวถนอม จิตอาสาแพทย์วิถีพุทธ ได้ร่วมบันทึกภาพในค่ายจิตอาสาแฟนพันธุ์แท้ พระไตรปิฎก เดือนตุลาคม 2557
ที่มา (สมศักดิ์ ทับเนียม, ภาพถ่าย. 2557, ตุลาคม 24)

“ชื่อหญิงกะ หญิงจบการศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิตที่มหาวิทยาลัยมหิดล คณะพยาบาล ศาสตร์ศิริราช หลังจากเรียนจบนี้จริง ๆ แล้วก็ต้องจบไปใช้ทุนอย่างน้อยก็ 2 ปี แต่เนื่องจากว่า ตอนนั้นที่เรียนจบไปแล้ว เกิดอาการว่าเวลาที่ได้มีโอกาสดูแลรักษาคนไข้เนี่ยป่วยหนักหรือเจ็บหนัก จนกระทั่งเสียชีวิต หญิงทำใจไม่ได้ก็จะเกิดอาการป่วย ทำให้ไม่สามารถทำวิชาชีพนี้ได้ จึงมาเรียนต่อทางด้านการเงินการธนาคาร หญิงจบบริหารธุรกิจจากสหรัฐอเมริกา ก็ใช้ชีวิตทางโลกอย่าง เรียกว่าโชคโชนเลยละ แล้วตอนนั้นก็มีความสุขกับการทำงาน เป็นคนที่ทำงานแบบบ้าระห่ำ ไม่หลับ ไม่นอนต่อเนื่องกัน แล้วก็ตั้งใจทำงานมาก ทั้ง ๆ ที่ตัวเองนี่จบทางสายสุขภาพ เราจบสายสุขภาพ แล้วมีแต่เรื่องเครียด ๆ เรื่องคนตาย คราวนี้เรามาเจอเรื่องอะไรที่เป็นเกี่ยวกับธุรกิจ เรื่องเกี่ยวกับการเงิน ทำกิจการร้านอาหารทั้งในและต่างประเทศก็กลายเป็นตัวเองเริ่มป่วย เป็นคนที่เหนื่อยง่าย อ่อนเพลีย เรียกว่าไม่ต้องไปทำงานแค่เดินก็ไม่มีแรงจะเดินแล้ว ตัวเหลืองตาเหลือง กินอาหารไม่ย่อย แล้วก็ถ่าย แต่มีอาการที่ต้องตัดสินใจให้ต้องไปพบแพทย์ คือระหว่างช่วงเวลานี้มันวูบ มันจะเป็นลม คุณแม่เพื่อนที่เขานั่งมาด้วยกันเขาก็บอกว่าเราต้องไปโรงพยาบาลแล้ว ก็ตัดสินใจไป เชื้อไหม

ว่าไปครั้งแรกคุณหมอตรวจร่างกาย ตรวจแบบธรรมดาแล้วก็เอ็กซเรย์ เจาะเลือด ให้ทำซีทีสแกน คุณหมอบอกว่า มีความเสี่ยงที่เป็นไปได้ว่าจะเป็มะเร็งตับอ่อน ก็ช็อกนะ จิตตกไปวันหนึ่งเต็ม ๆ ร้องไห้แล้วก็ตั้งสติยังไม่ได้ หมึงเพิ่งรู้สถานะนะว่าพอกคนที่หมอวินิจฉัยอย่างนี้ อะไรที่มันจะเข้ามา มันคือความวิตกกังวล ร้องไห้อยู่พักหนึ่งก็มาได้สติมันไม่มีประโยชน์ เราก็มาเตรียมตัวว่าจะทำ ยังไงกับเรื่องสุขภาพของเราเองและเรื่องธุรกิจ ก็ต้องมาทำตัดสินใจเนื่อตัดอะไรดูให้มันแน่ชัดว่ามันใช่ มะเร็งจริงนี้แน่หรือไม่ว่ ที่นี้ถ้าเกิดตัดสินใจเนื่อนี้ ต้องใช้เวลาอยู่ในโรงพยาบาลนาน จึงตัดสินใจว่า ต้องกลับเมืองไทย ชีวิตเราเป็นมะเร็งตับอ่อนนี้สั้นขนาดนี้เชียวหรอ เราก็ตัดสินใจทำไปก่อนทำให้ ดีที่สุดแต่ต้องยอมรับว่าโชคที่ระหว่างที่อยู่อเมริกาแล้วมีเวลาอีกเดือนหนึ่งที่จะเคลียร์งาน ได้เพื่อนบ้าน ที่ดี พอดีเขาให้วีซีดีคุณหมอเชียว แล้วนี่เขายังปลูกสมุนไพรเป็นต้นหญ้า มีชื่อว่าแดนดิไลออน (Dandelion) อันนี้เอามาต้มเป็นชา แล้วโชคดีมันเป็นสมุนไพรที่กินแล้วดูแลทางด้านตับ ตับอ่อน ถูงน้ำดีอะไรพวกนี้ กินแล้วมันถูกกับเราอาการเราก็ดีขึ้นมามันไม่มีความอยากกินเนื้อสัตว์ มันอืด แต่แปลกกว่าที่เราได้รับได้นี้ก็จะเป็น้ำต้มผัก น้ำต้มผัก เราก็จะกินแค่นี้ อยู่เดือนหนึ่ง หมึงกินแค่น้ำ ต้มผักน้ำต้มผักแล้วน้ำต้มแดนดิไลออนนี้ แล้วได้กินน้ำย่านาง แบบ frozen ด้วยคะ เหมือนกับ เป็นน้ำย่านางเอาไปแช่แข็งแล้วเป็เหมือนเกร็ดหิมะ นอกจากเรื่องของย่านาง มีอีกเรื่องที่เป็นความ มหัศจรรย์ที่หมึงก็รู้สึกกว่าตัวเอง โชคดีมากคือ ไปทำบุญให้คุณแม่ที่วัดไทยในอเมริกา ซึ่งมีหลวงพ่อ เจฟฟรี่คะ หลวงพ่อให้วีซีดีกับหนังสือธรรมะเรามา 2 อย่าง บอกว่าให้เอาไปอ่านก่อนก็เลยเอาวีซีดี ของหลวงพ่อมาเปิดฟัง ปรากฏว่าเป็นเรื่องของการใช้ลมหายใจในการรักษาโรค โดยการใช้สมาธิ แล้วก็สังเกตดูแลลมหายใจของเรา แล้วเอาลมหายใจไปเลี้ยงในตำแหน่งที่มีอาการเจ็บปวดต่าง ๆ ใน ร่างกาย พอใช้วิธี 2 อย่างนี้ หมึงบอกได้เลย 2 อย่างนี้เป็นแกนในเรื่องของการกินสมุนไพร อาหาร ฤทธิ์เย็นแล้วก็เรื่องของการใช้ลมหายใจในการบำบัดโรค

ในที่สุคนธ์ผ่านไปเดือนหนึ่งกลับมาเมืองไทยก็อาการหนัก โรงพยาบาลก็เต็มไม่มีเตียงก็ ไปเอกซนคะ เอกซน 2 คินหมดไป 70,000 กว่าบาทนะคะ ก็ได้มาอีกโรคหนึ่ง แผลในกระเพาะ หมอบอกว่ายังตรวจหาความผิดปกติไม่เจอคงเป็นที่เราเครียด ก็ต้องยอมรับว่าความเครียดสูง ก็ป่วย ขนาดนี้หมอยังบอกหาไม่เจอ แล้วยังไม่สามารถบำบัดให้เรากลายเครียดได้ หมอดีก 70,000 ไปแล้ว แล้วได้อีกโรคหนึ่งมาด้วย ก็กลับมาทรมาณอยู่ที่บ้าน ประมาณ 2 อาทิตย์ ที่นี้ล่ะคะมาแล้วคะ คุณหมอเชียว คือเพื่อนนี้เป็นลูกของคุณแม่บุญธรรมที่เสียไปเขาเอาหนังสือ เขาบอกว่าได้ตำราของ คุณหมอ 1 เดือนก่อนคุณแม่เสีย ได้มาปั๊บหมึงเปิดเลย หนังสือถอดรหัสสุขภาพเล่ม 1 อ่าน อาการ ของเราทั้งหมดนี้มันร้อนกินนี่นา อาการแบบนี้ต้องกินสมุนไพรฤทธิ์เย็น อาหารฤทธิ์เย็น อะไรบ้าง หมึงก็มาดูหนังไล่ ย่านางก็มี หญ้าปักกิ่งก็มี ใบเตยก็มี กล้วยน้ำว้าก็มี ณ ประมาณ ครั้งชั่วโง่งนั้นนะ หมึงทำทุกอย่างที่หมึงว่านี่กิน เชื่อไหมคะว่าอาการทุกอย่างที่นั้งทรมาณมาตอน

นั่นก็เรียกว่าเดือนกว่า มันดีขึ้นอย่างทันตาเห็น ที่วัน ๆ ทรมาณอยู่นี้ ตั้งแต่อเมริกาจนถึงตอนนั้นนะ ประมาณเดือนกว่าเกือบสองเดือนแล้วมาเจอทางออกอันนี้ กัวชา ดิทีอกซ์ น้ำนี้ยังไม่กล้าทำ ยังไม่รู้ จนกระทั่งประคับประคองด้วยแค้สมุนไพรรุทธีเย็นสดกับอาหารนี้มาก่อน ผ่านไปเกือบ 4-5 เดือน มกราคม ปี 2554 จากที่ป่วย มาตั้งแต่กลางปี 2553 ที่น้ำมันก็มีหลายเม็ดที่หญิงไม่ได้ใช้ หญิงก็มาเริ่มจากการดิทีอกซ์ ดิทีอกซ์ดีตรงที่ว่า ที่เราถ่ายเองไม่ได้มันก็ช่วยระบาย แต่ก็ยังถ่ายเองไม่ได้นานสุด 7 วัน กินเซโนคอตไม่รู้ 8 หรือ 10 เม็ดมันก็ยังไม่ถ่าย เออ แล้วก่อนหน้านี้ หญิงมีไปเสียเงินค่าทำ ดิทีอกซ์ที่โรงพยาบาลเอกชนด้วยค่ะ ไม่ใช่โรงพยาบาลเอกชน เขาเรียกเป็น เมดิคอล เซ็นเตอร์ ค่ะ ครั้งหนึ่ง 2,400 ค่ะ ซื้อเป็นโปรแกรม 30,000 บาท แล้วมาเจอในค่ายค่ะ ค่าขวดดิทีอกซ์ 35 บาท เรื่องของกัวชาช่วยในส่วนองเส้นทางลมปราณที่มันกำลังลือคอยู่ใจคะ พอมันหลุดปุ๊บมันมาเลย โอ้โฮ เบา มูฟเม้นท์ (bowel movement) ในลำไส้เคลื่อนไหวเอง อะไรถ่ายเองออกมาเลย ตั้งแต่วันนั้นมา ถ่ายเองได้โดยตลอด ไม่มีปัญหาอะไร หญิงเริ่มเรียนรู้แล้วว่า เราประมาทกับชีวิตของเรามากาน เราเอาชีวิตเราเองนี้ไปยึดติดอยู่กับลภษศสรรเสริญ ชื่อเสียงเงินทองอะไรต่าง ๆ มานาน นี่เราได้ โอกาสที่ 2 ของชีวิตมานี้โชคดีมากแล้ว เพราะฉะนั้นหญิงโชคดีแล้วที่มีโอกาสที่ 2 นี้ ทำโอกาสที่ เหลือวันเวลาที่เหลือให้คุ้มค่ายังไงน้อ จะทำยังไงดี แค่ชีวิตเราชีวิตเดียว ถ้าเราเข้าไปเดินทางเดิม คือกลับไปหา หลังจากหายแล้วกลับไปหาเงินหาวัตถุอะไรอย่างเดิม มันก็แค่ตัวเราหรือแค่คนใน ครอบครัวเพียงไม่กี่คน แต่ถ้าเราเอาชีวิตเราตอนนี้ ซึ่งที่เหลือนี้ มันเป็นกำไรแล้วนี่ เอามาเดินตาม คุณหมอเขียว มาช่วยเหลือคนที่ศรัทธา ตามรอยของที่คุณหมอเขียวทำ เราจะช่วยคนได้อีกเท่าไร จริง ๆ หญิงบอกว่า ต้องขอบคุณพี่น้องทุกท่านนะคะ ที่หญิงช่วยท่านไปนะ หญิงได้รับเยอะมาก สิ่งที่ หญิงได้รับเยอะมาก ด้วยความบังเอิญ ซึ่งหญิงก็ไม่รู้ตัวก็คือ การที่เราได้มาให้ความรู้ให้คำแนะนำหรือ ดูแลรักษาคอนไซน์มันเกิดพลังค่ะ พลังชีวิตพลังบุญต่าง ๆ นี้มันย้อนกลับเข้ามาหาหญิงอย่างมหัศจรรย์ จิตที่บริสุทธิ์ด้วยพรหมวิหาร 4 เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา เพราะฉะนั้นความยาวหรือความสั้น ของชีวิต มันไม่ได้เป็นสาระแก่นแท้อะไรเลย เพียงแต่ถ้าเราเข้าใจความหมายคำตอบของสิ่งสำคัญ ในการดำเนินชีวิต แค่นี้ความสุขในชีวิตมันก็มาหาเราได้ง่าย ๆ แล้วค่ะ”

(สุचना ทิวถนอม, สัมภาษณ์. 2555, กันยายน 4. กรณีศึกษา 1.39 ภาคผนวก ก.)



ภาพที่ 53 คุณอิทธิชัย จันทชาติ จิตอาสาแพทย์วิถีพุทธ ภาพถ่ายเมื่อร่วมกิจกรรมงาน “วิชาลัย
บรรดาบัณฑิตบุญนิยม ครั้งที่ 3” ณ พุทธสถานราชธานีโสภณ อำเภวารินชำราบ จังหวัด
อุบลราชธานี ระหว่างวันที่ 28 ธันวาคม 2557-3 มกราคม 2558
ที่มา (อิทธิชัย จันทชาติ, ภาพถ่าย. 2557, ธันวาคม 31)

“กระผม นายอิทธิชัย จันทชาติ จิตอาสาแพทย์วิถีพุทธ ได้รับอุบัติเหตุขับรถตู้ชนเสาไฟฟ้า
เมื่อวันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2558 ติดอยู่ในรถประมาณ 1 ชั่วโมงเศษ ๆ จึงได้รับการช่วยเหลือจาก
หน่วยกู้ภัยและรถแอมบูแลนซ์จากโรงพยาบาล ได้รับการบาดเจ็บที่แขนท่อนปลายได้ทำการ x-ray
พบว่ากระดูกแขนทั้งสองท่อนหัก (Radius, Ulna fracture) ได้รับการรักษาผ่าตัดและใส่เหล็กไว้
และได้รับการรักษาแบบผสมผสานด้วยเทคนิคยาแก้เม็ดแพทย์วิถีพุทธ

วันที่ 18 กุมภาพันธ์ 2558 ปัสสาวะสีเหลืองค่อนข้างเข้มไม่มีสีเลือดปนแล้ว (ใส่สายสวน
ท่อปัสสาวะต่อสายลงถุงอยู่) แต่ที่แผลที่ข้อเท้าขวามีเลือดออกเป็นอัมพาตแผลด้านล่างเล็กน้อยหลัง
เปลี่ยนผ้า ปิดแผลประมาณ 4 ชั่วโมง เพื่อนจิตอาสาได้แอบให้สมุนไพรรักษาเสื่อน้ำหยวกกล้วยและ
น้ำปัสสาวะเพื่อช่วยในเรื่องขบวนการแข็งตัวของเลือด (แพทย์สั่งดื่มน้ำและอาหาร) ให้น้ำเกลือทาง
หลอดเลือด 80 ซีซีต่อชั่วโมง มือซ้ายบริเวณหลังมือบวมล่าสุดก่อนเข้ามาที่พัก อาการ ณ ขณะนั้น
ยังรู้ว่าตัวเองมีความรู้สึกตัวดี ความจำดี หายใจสะดวก แขนซ้ายหลังผ่าตัดเพื่อจัดกระดูกให้เข้าที่
ใส่ท่อระบายเลือดต่อลงขวดสุญญากาศไว้ เลือดที่คั่งค้างไม่ค่อยออกแล้ว ปลายมือซึ่งบวมอาการ
บวมลดลงหลังจากประคบ กดจุดลมปราณและยกแขนสูง ผู้ป่วยขาปลายมือปลายเท้าอยู่บ้าง
อาจเนื่องจากเส้นเลือดเส้นประสาทของแขนนั้นชอกช้ำ ขาขวาหลังได้รับการผ่าตัดเมื่อวานตอนค่ำ
มีผ้าพันแผลตั้งแต่บริเวณเหนือข้อเท้าจนกระทั่งถึงปลายเท้า ตอนเย็นได้ทราบจากพยาบาล
ผู้แต่งแผลว่ามีเลือดออกซึมบนผ้าปิดแผลบ้างไม่มาก จากการตรวจเช็คปลายเท้าอุ่น ไม่ซีดคล้ำ
ทุกนิ้วเท้ารับความรู้สึกได้ ขณะกดจุดลมปราณจุดชานหลี่และหยางหลิงเขียน รู้สึกได้ถึงปลายเท้า
พันปัสสาวะนาโนบริเวณเหนือผ้าพันแผลบ่อย ๆ พรุ้งนี้แพทย์วางแผนตกแต่งแผลอีกครั้งหนึ่ง
ใส่สายปัสสาวะต่อสายลงถุงปัสสาวะมีเลือดปนเล็กน้อย อาจเนื่องจากอวัยวะภายในได้รับความ
กระทบกระเทือน ยังคงให้น้ำเกลือเพื่อเลี้ยงเส้นเลือด

ดื่มน้ำผักปั่นได้ประมาณ 200 ซีซี และได้รับคำแนะนำจาก อาจารย์หมอเขียวและพี่น้องจิตอาสา ให้ดื่มน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด น้ำหยวกกล้วย+น้ำปัสสาวะนาโน+น้ำคั้นใบสาบเสือ เป็นระยะ ๆ ต่อไป

วันที่ 28 กุมภาพันธ์ 2558 ผมได้รายงานสภาวะให้พี่น้องทราบ ว่า สุขภาพทั่วไปแข็งแรงดี แผลก็ดีขึ้น แต่แพทย์บอกว่าการติดเชื้อที่คือน้ำ ชื่อ Mdr จากการเพาะเชื้อ ซึ่งหมอบอกจะให้ยาฆ่าเชื้อเพิ่ม ส่วนแขนซ้ายหมอนัดวันจันทร์ จะเช็คระบบประสาทว่ามีอะไร มีปัญหาบ้าง

วันที่ 2 มีนาคม 2558 รายงานอาการมือซ้ายยังใช้งานไม่ได้ กระจกนิ้วมือยังไม่ได้หยิกแล้วมีอาการ ชา แผลดีขึ้นมาก

การดูแลรักษาด้วยวิธีการกัวซาสมุนไพรที่ร่างกายและแขนส่วนที่ทำได้ อาหารสุขภาพ เช่น ดื่มน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดทุกวัน อาหารประเภทข้าวต้มกับผักสด ผักลวก ทำการสวนล้างลำไส้และเช็ดตัวบ่อย ๆ สภาวะร่างกาย เจ็บแผลบ้าง ตอนล้างแผลและตอนเปลี่ยนอิริยาบถ

สภาวะจิตใจ ถึงทุกวันนี้ รู้สึกว่าเข้มแข็งมากครับ เพราะผมเองได้ทบทวนธรรมที่เป็นสุดยอดธรรมที่อาจารย์ให้ไว้ ผมเชื่อมั่นในเรื่องของ กรรมชัคมาก เมื่อยอมรับ ว่ามันเป็นกรรมของเราชดใช้แล้วก็จะหมดไป ด้วยความยินดี เต็มใจ โดยไม่สร้างกรรมใหม่ขึ้นมา โทษสิ่งนั้นสิ่งนี้ โลกนี้ยุคธรรมเสมอ เมื่อได้พิจารณาซ้ำ ๆ ความเบิกบานใจความผาสุกก็เกิดขึ้นครับ ไม่มีความกังวลใจ เพราะพิจารณาเรื่องผลของกรรม มันได้เวลาเขา ไม่มีทางหลีกเลี่ยงหนีพ้นได้ ก็อาศัย พิจารณากรรมซ้ำ ๆ นี้แหละครับ

ตอนนี้ก็พักฟื้นจากการผ่าตัดแต่งแผล ครั้งที่ 4 หมอเสริมเหล็กยึดกระดูกที่ข้างเส้นเอ็นร้อยหวายเคลื่อน การรักษาที่ล้างแผลทุกวัน พร้อมนวดยาฆ่าเชื้อ อีกสองสัปดาห์ ส่วนเหล็กอีก 2 เดือนก็ เอาออก ผมยังแข็งแรงดีครับ กินข้าวอร่อยได้เยอะ การขับถ่ายดีมากบางทียังไม่อึต้องเอาออกก่อน วันนี้ก็สู้กับความเจ็บปวด แผลใหม่ ก็รู้สึกต้องปล่อยวางครับ นักรบธรรมยังต้องยอมแพ้ ยังไหว ยังมีเรื่องให้และยากลำบากกว่านี้รออยู่ แต่ไม่ใช่ปัญหา ขออนุโมทนากับพี่น้องทุก ๆ ท่านแรงใจ แรงบุญที่อาจารย์หมอเขียว และพี่น้องทุกท่านที่ส่งมาก็ทำให้ผมแข็งแรง ภายปวยแต่ใจไม่ป่วยครับ

ครับยังสู้ไม่ถอยครับป่วยได้ก็หายได้อาจจะช้าหรือเร็วอยู่ที่วิบากดีวิบากร้ายผมยินดีรับกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างยินดีเต็มใจครับ รับแล้วก็หมดไป ๆ ก็เห็นเลยครับความทุกข์ลดลงมีความสุขมากขึ้นครับ ขอขอบคุณอีกครั้งสำหรับกำลังใจจากพี่น้องทุก ๆ ท่านครับ

วันที่ 7 มีนาคม 2558 ผิดฝนซุ่มรับทุกเหตุการณ์ ถือว่าได้กำไร มีโอกาสฝึกจริงรู้สึกมีความสุขอดทนมากขึ้น เอาประโยชน์ได้ทุก ๆ เหตุการณ์ ยิ่งได้ “ทบทวนธรรม” พิมพ์เขียวของการสร้างจิตวิญญาณที่ผาสุกที่ในโลกซ้ำ ๆ ซ้ำ ๆ ยิ่งเข้าใจชัดว่าถ้าเราเข้าใจและเชื่อเรื่องกรรม ยอมรับ

อย่างเบิกบานยินดี เต็มใจผาสุกก็เกิดขึ้นเลย ความทุกข์ลดลงอยู่ได้ทุก ๆ ที่เลยครับ **วันนี้ผมก็ยังป่วย** **แค່กาย แต่ใจไม่ป่วยครับ ยังสู้ไม่ถอยครับ** ใส่เกียร์แปดตลอดครับ พยายามเอาประโยชน์ให้ได้มากที่สุด ทุกวินาทีครับ ผมขอให้กำลังใจพี่น้องทุก ๆ ท่านที่ร่วมกันบำเพ็ญบุญในทุก ๆ ที่ด้วยครับ สาธุ

ตอนสามโมงเช้าของวันที่ 7 หมอมาตรวจเยี่ยม เปิดแผลดูว่า แผลดีขึ้นมากครับ ให้อาษาปฏิบัติวนะ ครบ 1 สัปดาห์ อาจจะกลับบ้านได้ วันจันทร์และวันอังคารฝึกเดิน อีกไม่นานก็กลับบ้านได้เลย ก็เหลือแขนซ้ายที่หัก ยังคงต้องใช้เวลา วันที่ 23 มีนาคม 2558 หมอนัดตรวจเช็คระบบเส้นประสาทด้วยระบบไฟฟ้า อีกครั้ง ซึ่งก็คงได้กลับบ้านก่อนวันที่ 23 มีนาคม นี้

วันที่ 8 มีนาคม 2558 แข็งแรงดีทั้งกายใจครับ อาหารทานได้ร่อย เยอะทุกวันครับ การขับถ่ายก็ดีดีมากครับ เน้นผักสดผลไม้ฤทธิ์เย็น คั้นน้ำสมุนไพรรูฤทธิ์เย็นสดตลอด นิดพรมด้วยน้ำสกัดบอย ๆ กดจุลลมลปราน กัวซาแก้อาการปวดแผลได้ผลดีอาการทุเลาทันทีครับ

อาการต่อเนื่อง วันที่ 12 มีนาคม แขนซ้ายยังไม่มีแรงใด ๆ กำมือหรือขยับนิ้วไม่ได้เลย แต่รับรู้รู้สึกชา ๆ หยิกก็ไม่เจ็บ หมอบอกว่าสันประสาทช้ำมาก ต้องให้เวลานาน ๆ หน่อยจะฟื้นตัวทำขาแผลไม่เปื่อยแล้ว มีเนื้อเกือบเต็ม เนื้อสีแดงสด สวยมาก (พยายามลอก) แต่ยังมีบางจุดที่มีเนื้อเป็นหลุม ๆ อยู่ คือข้างกระดูก ข้อเท้าทั้งสองข้างบริเวณนี้จะมึนน้อยด้วย เวลาล้างแผลก็ไม่เจ็บมากนัก แผลแห้งไม่มีน้ำเหลือง หรืออาจมีบ้างบริเวณฝ่าเท้าแต่ไม่เน่า แค่อันนี้

รับประทานอาหารได้ดี เข้าข้าวต้ม ผลไม้ บางวันก็ผลไม้ผักปั่น มีโอใหญ่ ก็มีข้าว กับข้าวผลไม้ ส้มตำแบบคลุก ๆ เอาเอง เดิมเอาเอง มีโยเกิร์ตผลไม้อย่างเด็ว ที่ทำให้จากพี่น้องที่มาช่วยกันดูแลผมครับ ระบบขับถ่ายอุจจาระดีมาก กลิ่นไม่แรงนัก ปริมาณมากพอควร ปัสสาวะเกือบทุก 2 ชั่วโมง ไส กลิ่นไม่แรง สรุปโดยรวมดี มีความก้าวหน้าดีมาก หมอให้ออกจากโรงพยาบาลได้ในวันศุกร์ที่ 13 มีนาคม ครับ

การดูแลด้วยเทคนิค 9 ข้อผสมผสานไปด้วยกับแผนปัจจุบันอยู่ มีการนวดแขนขากระตุ้นการไหลเวียนของเลือดและกล้ามเนื้อเส้นประสาทผ่อนคลายร่วมด้วย

กระผมยินดีรับใช้วิบากกรรมที่เกิดขึ้น โดยไม่มีเงื่อนไขใด ๆ เพราะเราเคยทำมา เมื่อรับแล้วก็หมดไป เมื่อป่วยได้เราก็อายป่วยได้ ยังสู้ไม่ถอยครับ ผมเองก็ขออนุโมทนาบุญกับพี่น้องทุก ๆ ท่านด้วยที่ได้บำเพ็ญ บำเพ็ญธรรมตามสถานที่ต่าง ๆ ขอเป็นกำลังใจให้ทุกท่านครับ สาธุ และขอขอบคุณ บันทึกข้อมูลการดูแลรักษาสุขภาพของผมทั้งหมดจากเพื่อนพี่น้องจิตอาสาที่ช่วยกันรวบรวมครับ”



ภาพที่ 54 ภาพถ่าย x-ray แขนข้างขวาของ จิตอาสา อธิรัชย์ จันทชาติ
ที่มา (เครือข่ายจิตอาสาแพทย์วิถีพุทธ, ภาพถ่าย. 2558, กุมภาพันธ์ 16)



ภาพที่ 55 ขาข้างขวาเมื่อไปถึงโรงพยาบาลได้รับการทำแผลและเข้าเฝือกไว้แต่ยังมีเลือดยังไหลไม่หยุด
ที่มา (เครือข่ายจิตอาสาแพทย์วิถีพุทธ, ภาพถ่าย. 2558, กุมภาพันธ์ 18-28)



ภาพที่ 56 ผู้วิจัยแวะเยี่ยมจิตอาสาอธิรัชย์ เมื่อวันที่ 18 กุมภาพันธ์ 2558
ที่มา (เครือข่ายจิตอาสาแพทย์วิถีพุทธ, ภาพถ่าย. 2558, กุมภาพันธ์ 18-28)



ภาพที่ 57 แม่ครั้ง มีทรัพย์ และพี่น้องจิตอาสาจากศูนย์เรียนรู้สุขภาพพึ่งตนตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง สวนป่าบุญ 1 อำเภอคอนตาด จังหวัดมุกดาหาร มาเยี่ยมจิตอาสาที่รักษาที่โรงพยาบาล ที่มา (เครือข่ายจิตอาสาแพทย์วิถีพุทธ, ภาพถ่าย. 2558, กุมภาพันธ์ 28)



ภาพที่ 58 นักกายภาพบำบัดพาฝึกเดิน และแผลเนื้อแดงหลังเท้าด้านขวา ก่อนแพทย์อนุญาตให้กลับบ้านได้
ที่มา (เครือข่ายจิตอาสาแพทย์วิถีพุทธ, ภาพถ่าย. 2558, มีนาคม 10)

“สิ่งที่ยากที่สุด คือ วิชาการแพทย์ เพราะมันมีสิ่งที่มองไม่เห็นเข้ามาเกี่ยวข้องและไม่มีวิธีการที่ตายตัว **ตัวแปลสำคัญ คือ วิชากรรม**” (ใจเพชร กล้าจน, 6 มีนาคม 2558)

(อิทธิชัย จันทชาติ, สัมภาษณ์. 2558, มีนาคม 22. กรณีศึกษา 2.50 ภาคผนวก ก.)

“ฉันเป็นมะเร็งปากมดลูก ระยะที่ 3 ไทรอยด์ กรดไหลย้อน ภูมิแพ้ เส้นเลือดดำในมดลูก อักเสบ ทำให้เลือดไหลตลอดเวลา เริ่มรักษาตามแนวแพทย์วิถีพุทธ ตั้งแต่เข้าค่ายคุณหมอเขียว เมื่อสิงหาคม 2554 โดยนำความรู้เรื่องสมุนไพรฤทธิ์ร้อน-เย็นปรับสมดุลเพื่อสุขภาพ มีภาวะร้อนเกินจึงเลือกสมุนไพรฤทธิ์เย็น มาใช้ในการดื่มขับพิษจากภายใน ใช้สวนล้างพิษออกจากลำไส้ใหญ่ พอกทา แห้มือแช่เท้า ดื่มน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด อีกครั้งชั่วโมงทานกล้วยน้ำว้า 2 ผล กินอาหารตามแนวทางแพทย์วิถีพุทธ ปฏิบัติอย่างนี้ประมาณ 4 เดือน อาการต่าง ๆ ทุเลาลง สังเกต

จากเลือดไหลน้อยลง อาการปวดลดลง เป็นต้น พอ 8 เดือนเศษ เลือดหยุดสนิท ผลตรวจสุขภาพ ผลเลือดดี เชื้อมะเร็งเหลือประมาณ 3% เมื่อเดือนเมษายน 2556 ไปตรวจกับแพทย์แผนปัจจุบัน ผลมะเร็งเป็นลบ ผลเลือดดีมาก”

(มาฆะรส สุขจำลอง, สัมภาษณ์. 2556, พฤศจิกายน 29. กรณีศึกษา 1.10 ภาคผนวก ก.)



ภาพที่ 59 มิสเตอร์เราโน ไลทาไลเนน เมื่อมาดูแลสุขภาพสุขภาพและเข้าค่ายสุขภาพแพทย์วิถีธรรม ณ ศูนย์เรียนรู้สุขภาพพึ่งตนตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง สวนป่านาบุญ 1 อำเภอคอนตาด จังหวัดมุกดาหาร เมื่อเดือนกุมภาพันธ์และเมษายน พ.ศ. 2556 และผลการตรวจสุขภาพ จากแพทย์ศูนย์สุขภาพเมืองเฮลซิงกิ ประเทศฟินแลนด์

ที่มา (แก้วใจเพชร กล้าจน และสิริมา ศรสวรรณ, ภาพถ่าย. 2556, กุมภาพันธ์ 16-พฤษภาคม 30)

“ดิฉัน อายุ 61 ปี ได้นำองค์ความรู้การแพทย์วิถีพุทธมาใช้ดูแลตนเอง ตั้งแต่ พ.ศ. 2554 จนถึงปัจจุบัน อาการตบอักเสบที่เกิดขึ้นก่อนที่เข้ามาศึกษาแนวทางนี้หายไปหลังจากใช้การแพทย์วิถีพุทธภายใน 1 ปี มิสเตอร์เราโน ไลทาไลเนน (Rauno Laitalainen) อายุ 67 ปี สามีมของดิฉัน มีอาการลุกไม่ขึ้น ขยับตัวลำบาก จากโรคข้อกระดูกเสื่อม (Degenerative disc disease) เมื่อเดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. 2556 ดิฉันได้ใช้การแพทย์วิถีพุทธดูแลอย่างต่อเนื่องจนลุกขึ้นเดินได้ และอาการทุเลาจนหายเป็นปกติ ภายในเวลา 71 วัน อีกทั้งสามารถปรับพฤติกรรมสุขภาพ ด้วยการลดการบริโภคเนื้อสัตว์ลงได้มาก เพิ่มการรับประทานผักผลไม้ มีจิตสาธารณะมากขึ้น และลดการดื่มแอลกอฮอล์ เมื่อทำได้ 1 ปี ส่งผลให้น้ำหนักลดลงจาก 115 กก. เหลือ 90 กก. เมื่อกลางเดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2556 แพทย์ศูนย์สุขภาพเมืองเฮลซิงกิ ประเทศฟินแลนด์ รายงานว่า มิสเตอร์เราโน มีสุขภาพแข็งแรงและมีผลค่าสุขภาพของตับแบบน่าประหลาดใจ คือตับมีสภาพเหมือนกับเด็กวัยรุ่นที่ไม่เคยดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งปกติเป็นคนดื่มแอลกอฮอล์เป็นประจำต่อเนื่องเป็นเวลา 48 ปี ส่งผลให้ปัจจุบันไม่ต้องใช้ยาควบคุมโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง ซึ่งเคยรับประทานต่อเนื่องมาเป็นเวลา 3 ปีและมากกว่า 20 ปี ตามลำดับ มิสเตอร์เราโนยังได้เผยแพร่ข้อมูลการแพทย์วิถีพุทธไปให้

นางแวร่า เราดิโอ (VeeraRautio) ลูกสาวคนโต ในประเทศฟินแลนด์ด้วยสำหรับในประเทศไทย มีสเตอร์เรานอได้แนะนำเพื่อนของเขา คือ คุณเอนก นาคะบุตร นักพัฒนาสังคมอาวุโส ซึ่งป่วยเป็นอัมพฤกษ์ในระดับขยับขาเดินลำบากมาก ได้เข้าอบรมค่ายสุขภาพแพทย์วิถีธรรม เพียง 4 วันก็สามารถวิ่งได้ ปัจจุบัน คุณเอนก มีสุขภาพแข็งแรง เดินทางไปปฏิบัติงานทั้งในและต่างประเทศได้ตามปกติ และได้แนะนำญาติมิตรให้มาดูแลสุขภาพในแนวทางนี้ พร้อมกับได้ปวารณาตนรับใช้พุทธศาสนาและประชาชนอย่างเต็มกำลัง นอกจากนั้น มีสเตอร์เรานอ ให้ข้อมูลการปฏิบัติตนตามแนวแพทย์วิถีพุทธ แก่รองศาสตราจารย์ ดร.วิระ สังกุล อธิการบดีสถาบันอาศรมศิลป์ ซึ่งเป็นมะเร็งลำไส้ ระยะที่ 3 มาเข้าค่ายสุขภาพแพทย์วิถีธรรม ครบ 7 วัน ได้ให้ข้อมูลว่ามีสุขภาพดีขึ้นทั้งร่างกายและจิตใจ ทั้งได้ตั้งปณิธานว่าชีวิตที่เหลืออยู่จะบำเพ็ญประโยชน์แก่แผ่นดินไทย ดิฉันเห็นว่าข้อมูลนี้เป็นตัวอย่างที่เป็นรูปธรรมของการแพทย์วิถีพุทธที่ยังประโยชน์แก่มวลมนุษยชาติ ทั้งด้านสุขภาพกายและจิตวิญญาณ”

(สิริมา ศรสวรรณ, สัมภาษณ์. 2556, พฤศจิกายน 29. กรณีศึกษา 2.26 ภาคผนวก ก.)



ภาพที่ 60 คุณบรรณรัตน์ เอื้อจิตรญาณ ให้สัมภาษณ์ เมื่อวันที่ 12 ธันวาคม 2555
ที่มา (แก้วใจเพชร กล้าจน, ภาพถ่าย. 2555, ธันวาคม 12)

“ไม่ได้เป็นผู้ป่วยที่รักษาตัว หากแต่เป็นนายแพทย์ผู้ที่มาด้วยคำถามที่ต้องการคำตอบ สิ่งที่เป็นปริศนาในใจตลอดชีวิตของการเป็นหมอนับสิบปี เช่นว่าทำไมคนป่วยจึงไม่หายเสียที เวียนกลับไปกลับมาหาหมอ เช่น ผู้ป่วยหอบหืด ผู้ป่วยเบาหวาน ผู้ป่วยความดันโลหิต ผู้ป่วยโรคหัวใจ และผู้ป่วยโรคมะเร็ง รักษาจนจนตายกันไปข้างหนึ่ง ไม่หมอก็คนไข้

ตอนหลังได้อยู่โรงพยาบาลแห่งหนึ่ง 16 ปี จนเป็นผู้อำนวยการที่นั่น ต้องดูแลนักเรียนให้สุขภาพดี และอยู่ในส่วนของขบวนการวางแผนพัฒนาสุขภาพอนามัยนักเรียนเหล่านี้ ส่วนตัวนั้นคิดว่าโรคต่าง ๆ เหล่านี้น่าจะมาจากพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้อง เช่น การรับประทานอาหาร

การพักผ่อนและออกกำลังกายที่ไม่ถูกต้อง สังเกตว่าคนในเมืองจะป่วยมากกว่าคนต่างจังหวัดที่มีโอกาสออกกำลังกายได้มากกว่า ยามีผลข้างเคียงมากจากประสบการณ์การดูแลผู้ป่วยยาไม่น่าจะใช้ทางออกที่ดีสำหรับการรักษาที่แท้จริง

หลังจากเป็นแพทย์มาได้ 40-50 ปี แล้วก็ได้ข้อสรุปว่า การแพทย์แผนปัจจุบันนั้น รักษาที่อาการหรือปลายทาง แต่ว่าต้นเหตุไม่ได้รับการรักษา

ตนเองมีความสนใจศึกษา เรื่องของจิตวิญญาณ การเวียนว่ายตายเกิด และกฎแห่งกรรม รวมทั้งศึกษาพระไตรปิฎกมาด้วย จึงเข้าใจที่อาจารย์หมอเขียวบรรยายเป็นอย่างดี ได้เรียนฝังเข็มมาเพื่อช่วยคนปวดข้อที่จะต้องกินยาที่เป็นอันตรายต่อตับหรือไต ก็ช่วยได้เยอะ แต่การเรียนต้องเรียนผ่านล่าม เนื้อหาจึงอาจจะไม่สมบูรณ์ เนื้อหาที่เรียนจะมีการพูดถึงสมดุสร้อนเย็น ซึ่งตรงกับวิชาที่ อ.หมอเขียวสอนทั้งหมด พูดถึงลมฟ้าอากาศที่มีผลต่อร่างกาย เรื่องของความร้อนภายในที่เกิดจากอาหาร การหมุนเวียนของเลือดไม่สะดวก ในศาสตร์ของจินโบราณจะพูดถึงสิ่งเหล่านี้ ตอนเรียนก็ยังไม่เชื่อโดยเฉพาะเรื่องเส้นลมปราณว่ามันจะลึกเข้าไปถึงอวัยวะต่าง ๆ ได้อย่างไร ถามผู้สอนก็ได้รับคำตอบที่กำกวมไม่ชัดเจน จึงไม่ศรัทธา แต่เมื่อเราไปลงมือฝังเข็มจริง มันกลับได้ผลถึง 95% มันก็เวิร์คดี ที่ไม่เวิร์คเพราะเราไม่เก่ง คนไข้ดีขึ้นมาก ก็เชื่อว่าวิชานี้ดีมาก แต่ความเข้าใจของเรา นั้นไม่กระจ่าง ก็อยากศึกษาให้มากกว่านี้จะไปศึกษาได้ที่ไหน อีกประการหนึ่ง การฝังเข็มก็ไม่ใช้การแก้ปัญหาที่ต้นเหตุ จะไม่หายขาด สักพักคนไข้ก็จะกลับมาหาอีก นี่ก็เป็นทางตันสำหรับตัวเอง

ในเวลาต่อมาก็มาพบตรงนี้สวนป่านาบุญ 1 แพทย์วิถีพุทธ ผมต้องขอบคุณคนไข้ของผมคนหนึ่ง อายุ 60 ปี ที่เป็นคนรักสุขภาพมาก เขามีเครื่องออกกำลังกายครบครัน รักษาสุขภาพดี แต่ค่าตับค่าไตไม่ค่อยดี ผมก็เตือนให้งดอาหาร หวาน มัน เค็ม เมื่อ 3-4 เดือนที่แล้วมาตรวจ ปรากฏว่าผลเลือดของเขาเปลี่ยนไปมาก เข้าเกณฑ์ปกติ จึงถามว่าไปทำอะไรมา ท่านตอบว่า ไปที่สวนป่านาบุญมา ควบคุมการรับประทานอาหาร ถ้าชิมน้ำปัสสาวะจะรู้อย่างคร่าว ๆ ว่าสุขภาพดีหรือเสียอย่างไร และได้รับประทานอาหารจิตใจไม่อร่อย แต่กลับทำให้สุขภาพดีขึ้นอย่างน่าประหลาด ผมจึงเกิดความอยากรู้อยากเห็นอยากศึกษาวิธีการที่ผู้ป่วยท่านนี้ได้ไปเรียนมา

และเมื่อผมได้มาถึงที่นี่ ได้ปฏิบัติทดลองวิธีการต่าง ๆ ด้วยตนเองเป็นครั้งแรก ผมยินดีมากที่ได้รู้จักแนวทางการรักษาสุขภาพแบบพึ่งตนเองแบบนี้ มีหลักการที่ดีและเครื่องมือที่ทำได้ด้วยตัวเอง และยังมีหัวใจที่สามารถระบายพิษร้อนออกได้ ได้ทำดีที่อกซ์ และดื่ม น้ำปัสสาวะที่นี่เป็นครั้งแรก ด้วยรสเค็มปะแล่ม ๆ

ไม่ว่าจะวิธีการระบายพิษร้อนออก การออกแบบการนวดกดจุดเส้นลมปราณ ฝึกฝน ทำได้เอง ผมเชื่อว่าท่านอัจฉริยะมาก ผสมผสานกับความรู้ในตัวท่านหลาย ๆ อย่างเข้าหากันจนสามารถทำได้เองและแก้อาการไม่สบายต่าง ๆ ได้

วิธีฝึกลมหายใจแบบกบาลบาติ ใครที่เคยฝึกสมาธิหรือฝึกลมหายใจอยู่ จะได้รับความรู้สึกมีสภาวะที่เป็นหมดเลย ตามที่อาจารย์หมอเขียวสอน ไม่ว่าจะเพิ่มความร้อนหรือทำให้ร่างกายเย็นลงหรือสมองโปร่งสบาย หรือเดินความโล่งโปร่งไปทั่วตัวนี้สุดยอด มันเกิดได้จริงและมีประสิทธิภาพมาก และยังวิธีสุดท้ายที่สอนให้ทั้งลมหายใจนั้น ให้เบาสบายอยู่กับลมหายใจ ผมว่าครูบาอาจารย์ที่มีความสามารถขนาดนี้หายาก แม้จะหาในหมู่พระสงฆ์ก็แทบจะพลิกแผ่นดินหา และที่น่าแปลกใจเมื่อได้คุยกับท่านตรง ๆ และถามท่านว่าวิชาเหล่านี้ท่านได้มาจากไหน ท่านบอกว่าท่านได้บูรณาการมาเองจากการปฏิบัติธรรม เป็นที่น่าอัศจรรย์มาก เรื่องของโยคะก็ไม่ยากและมีประสิทธิภาพมาก

อย่างผมเป็นแพทย์แผนปัจจุบันที่รู้ถึงข้อบกพร่องของแผนปัจจุบัน ตลอดจนทุนนิยมที่เข้ามาครอบงำประเทศด้อยพัฒนา ซึ่งมันน่าจะไปไม่รอด เมื่อปีที่แล้วเราเจอกับพืชน้ำท่วมตามโรงพยาบาลต่าง ๆ มีปัญหาขาดยากันในทันที วันข้างหน้ามันมีแต่จะมากขึ้นรุนแรงขึ้นเรื่อย ๆ มันรุนแรงอย่างที่ไม่เคยเป็นมาก่อน หลังน้ำท่วมก็จะแล้งหนัก แล้งกับท่วมหนัก แล้วพืชพรรณธัญญาหารของเราจะอยู่ตรงไหน มันจะเกิดทุกข์ภัย ภัยพิบัติต่าง ๆ เราน่าจะให้เห็นกันในชั่วชีวิตนี้ ถ้าเราเป็นกลุ่มคนที่หนีรอดได้ ภัยพิบัติครั้งใหญ่ สีนามิสูงถึงตึกสิบชั้นเพราะรอยแยกแผ่นดินมันจะเคลื่อน อันหนึ่งจะเคลื่อนทับอีกอันหนึ่ง ในอดีตเมื่อแสนปีก่อน สิ่งมีชีวิตตายหมด ทวีปต่าง ๆ จะเปลี่ยนไป คลื่นในน้ำจำนวนมหาศาล ค่าของแผ่นดินไหวที่นักวิทยาศาสตร์ไม่เคยรู้มาก่อน ที่เคยเกิดทั้งเมืองเหมือนโคนนิวเคลียร์อย่างประเทศปากีสถาน สัตว์ทั้งหมดจะตาย ภูเขาไฟระเบิดมาอาบคลุมพื้นที่ตายทั้งเป็นถูกอบด้วยความร้อนสูง สารอินทรีย์ต่าง ๆ จะกลายเป็นน้ำมัน คนที่รอดจะไม่มีอาหารกิน ไม่มียารักษาโรค จะเกิดโรคระบาดทั่ว ๆ ไป คนที่อยู่รอดจะอยู่ได้ต้องไม่มียารักษาโรคเลย ยาหมอทำอะไรไม่ได้ คนที่อยู่ได้จะต้องเป็นคนที่มีจักรการดูแลสุขภาพตัวเองได้ โดยใช้สิ่งของใกล้ตัว กินน้อยกินอะไรก็ได้ กินพอประมาณ รู้จักของที่เป็นพิษไม่เป็นพิษต่อร่างกาย และรู้วิธีการถอนพิษโดยใช้สิ่งของง่าย ๆ รอบตัว ซึ่งกลายเป็นน้ำปัสสาวะ อุจจาระซึ่งพระพุทธเจ้าเรียกว่าอาหารเก่า ทั้งหมดที่พระพุทธเจ้าสอนไม่มีอะไรผิด แล้วเราก็ได้ทดลอง

ผมก็ภูมิใจที่ได้มาสัมผัสที่นี้ ได้เห็นการผสมผสานศาสตร์ต่าง ๆ เข้ามาแบบลงตัว พิสูจน์ได้จากผลที่ปรากฏและผลการพิสูจน์ก็เป็นผลที่น่าอัศจรรย์ ซึ่งแพทย์แผนปัจจุบันทำไม่ได้ ผลการรักษาดีวันดีคืน ผมเองมีความเชื่อโดยไม่มีข้อสงสัยทั้ง ๆ ที่ไม่เคยรู้จักสวนปานานบุญ หรือ อ.หมอเขียวมาก่อนเลย เพียงได้เปิดดูข้อมูลในเน็ตนิดหน่อยดูแนวว่าเป็นอย่างไร หมอเขียวคือใคร แล้วผมก็มาสัมผัสด้วยตัวเอง ตอนนี้จิตผมพัฒนาขึ้นแล้ว นี่เหลืออย่างเดียวที่ยังไม่ได้ชิม (หิ ๆ)

แต่ก็ได้พูดคุยกับน้องคนหนึ่งที่เป็นมะเร็งในโพรงจมูกกระจายมาที่ต่อมน้ำเหลืองที่คอทั้งสองข้าง เขาหนีการฉายแสงมาที่นี่ซึ่งผลการรักษาไม่ค่อยดี มาอยู่ที่นี้ระยะหนึ่งก็ดีขึ้น แต่ออกไปอยู่ข้างนอกก็กลับเป็นอีกเพราะไปกินอาหารร้านอาหารที่มีการปรุงและใช้ยาจากระบบการขยายแบบโคเร็กซ์เซลล์ ในที่สุดเขาก็ตัดสินใจจะใช้ชุดในการรักษา แล้วเขาก็ได้ลองทำดู วันต่อมาเขาก็สะกิดให้ผมดูว่า “มันยุบแล้วที่ข้างคอ” ผมดูมันก็ยุบจริง ผมก็บอกให้เขาทำบุญมาก ๆ

ผมถือว่าผมได้ในสิ่งที่เกินคาด จะยืนอยู่บนจุดที่ อ.หมอเขียวสอน ท่านจัดทุกอย่างให้เป๊ะหมดแล้ว เหลือแต่เราจะลงมือปฏิบัติพิสูจน์ให้เห็นจริงด้วยตัวของเราเอง”

(บวรรัตน์ เอื้อจิตรญาณ, สัมภาษณ์. 2555, ธันวาคม 12. กรณีศึกษา 1.102 ภาคผนวก ก.)



ภาพที่ 61 คุณเกริกศักดิ์ คุณเกษม ให้สัมภาษณ์ เมื่อวันที่ 25 กันยายน 2557
ที่มา (แก้วใจเพชร กล้าจน, ภาพถ่าย. 2557, กันยายน 25)

“ผมมาจาก Clear Water แถว ๆ Tampa ฟลอริดาครับผมจบแพทยศาสตรบัณฑิตจาก University of Florida เมื่อปี พ.ศ. 2548 และเป็นแพทย์ฝึกหัดทางด้านเวชศาสตร์ครอบครัวที่ University of South Florida ในเมือง Tampa หลังจากนั้นก็เรียนเกี่ยวกับการฝังเข็ม และไปเป็นแพทย์ฝึกหัดด้านการแพทย์แบบบูรณาการ (Integrative Medicine) กับ Dr. Andrew Weil ผู้ริเริ่มการแพทย์แบบบูรณาการในสหรัฐอเมริกา ปัจจุบันผมทำงานเป็นแพทย์ดูแลผู้ป่วยหนักเรื้อรังระยะสุดท้าย โดยทั่วไปเราให้ยาทุกชนิดรวมถึงการบำบัดเยียวยาทางธรรมชาติเพื่อช่วยให้ผู้ป่วยทุกข์ทรมานน้อยลง ผมใช้การรักษาแบบบูรณาการผสมผสาน ใช้การฝังเข็ม ใช้พลังงานบำบัด ใช้การหายใจบำบัด เพื่อช่วยเหลือผู้ป่วย เพราะความเจ็บป่วยนี้ไม่ใช่ป่วยเพราะโรคร้ายเท่านั้น เราต้องดูแลทั้งทางด้านร่างกาย สภาพจิตใจ และจิตวิญญาณด้วย เราจะไม่สามารถประสบความสำเร็จในการรักษาได้หากขาดสิ่งหนึ่งสิ่งใดในสามองค์ประกอบนี้ ถ้าเราดูแลผู้ป่วยเฉพาะแต่เรื่องโรคหรือร่างกาย เราจะไม่สามารถก้าวไปถึงการรักษาที่ให้เกิดสุขภาพที่สมดุลทั้งกายและจิตใจ (wellness) ได้ ดังนั้น ฟังคุณหมอเขียวสอน คุณหมอเขียวสอนดีมาก

สิ่งที่สำคัญที่สุดที่คุณหมอเขียวได้บอก คือการให้ความสำคัญกับเรื่องอาหาร ซึ่งมีผลอย่างมากต่อสุขภาพ ห้าปีหลังมานี้ ในการทำงานที่โรงพยาบาล ทำให้ผมได้พบเห็นระยะสุดท้ายของผู้ป่วยโรคต่าง ๆ เช่น มะเร็ง เบาหวาน หัวใจ ภาวะสมองเสื่อม อัลไซเมอร์ ผู้ป่วย MS (Multiple Sclerosis) สิ่งที่ผมเห็นอย่างหนึ่งคือหลาย ๆ โรคเหล่านี้ เราสามารถช่วยฟื้นฟูหรือป้องกันได้โดยใช้อาหารและการปรับพฤติกรรมในการใช้ชีวิต และเริ่มตั้งแต่เดือนมกราคมที่ผ่านมา ผมจึงต้องเริ่มที่ปฏิบัติที่ตัวเองก่อน และได้นำสิ่งเหล่านี้มาใช้ช่วยเหลือผู้ป่วยในที่สุด ดังนั้น เรื่องลักษณะของโภชนาการจึงเป็นเรื่องที่สำคัญมาก ในสหรัฐอเมริกาสิ่งที่ขาด คือเรามีร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดเต็มไปหมด เรามีอาหารทอด เราไม่ทานผักผลไม้ เรามีร้านของชำที่เต็มไปด้วยอาหารแปรรูป ซึ่งมันไม่ใช่อาหารจริง ๆ ที่ร่างกายต้องการ เปรียบร่างกายเราเหมือนรถ ถ้าเติมน้ำมันคุณภาพต่ำรถก็วิ่งได้ไม่ดี การกินอาหารที่ไม่ดีไม่ถูกโภชนาการก็ทำให้ร่างกายเสื่อม ดังนั้น เรื่องโภชนาการจึงสำคัญมากซึ่งผมได้พิสูจน์ด้วยตนเองตั้งแต่เดือนมกราคมที่ผ่านมา ผมรับประทานแต่ผักและอาหารสุขภาพ 90 เปอร์เซ็นต์ (%) ของอาหารที่ผมทานเป็นอาหารมังสวิรัต ทำให้น้ำหนักผมลดไป 15.9 กิโลกรัม ผมรู้สึกดีขึ้น เมื่อกลับไปมองที่ผู้ป่วยที่ผมใช้วิธีการรักษาแบบผสมผสาน ผมบอกผู้ป่วยเรื่องความสำคัญของอาหาร แต่ปัญหาคือ เราไม่ได้เรียนเรื่องอาหารและโภชนาการที่ถูกต้องในโรงเรียนแพทย์ เราได้เรียนแค่การให้อาหารทางสายยางเท่านั้น เราได้เรียนรู้จากหมอคนอื่น ๆ แต่เพียงว่าเราต้องมีสุขภาพที่ดี แต่มันยาก และเราก็ไม่รู้ว่าจะทำอย่างไรเพื่อให้มีสุขภาพดี เมื่อมีใครสักคนมาบอกว่า อะไรที่เราควรรับประทานเพื่อช่วยให้มีสุขภาพที่ดีขึ้นได้ เราจึงอยากฟัง

ผมว่า 80-85% ของคนที่ เป็นโรคเรื้อรังในประเทศนี้ จะเสียชีวิตจากการกินและจากพฤติกรรมการใช้ชีวิต ซึ่งเป็นตัวเลขที่สูงมาก ลองมาดูโรคเบาหวาน ผมได้ทดลองกับตัวเองเมื่อ 3 ปีที่แล้ว โดยการตรวจน้ำตาลในเลือด และหลังจากนั้นผมก็ทานอาหารมังสวิรัตและอาหารสุขภาพที่มีผักเป็นส่วน ประกอบหลัก ติดต่อกันเป็นเวลา 6 สัปดาห์ น้ำหนักลดไป 6.8 กิโลกรัม ก่อนหน้านั้น ค่าระดับน้ำตาลสะสม หรือ ฮีโมโกลบินเอวันซี (HbA1C) เป็นค่าเฉลี่ยความเข้มข้นของน้ำตาลในเม็ดเลือดแดง 5.7 ซึ่งเป็นค่าที่มีแนวโน้มจะเป็นโรคเบาหวาน มันน่ากลัวมาก แต่หลังจากหกสัปดาห์ที่ได้ทานมังสวิรัตและอาหารสุขภาพ ตรวจพบว่าค่าน้ำตาลสะสมกลับลงมาเป็น 5.4 ซึ่งเป็นค่าปกติ ดังนั้นเราสามารถกำจัดโรคเบาหวานแบบที่สอง (type 2 diabetes) ได้ง่าย ๆ ด้วยการกินที่ถูกต้องเท่านั้นเอง

อาหารเป็นเรื่องสำคัญจริง ๆ เรื่องเกี่ยวกับอาหารที่เราได้คุยกันมาแล้ว ว่ามีส่วนช่วยให้เกิดสมดุลร้อน-เย็น หากเราทานอาหารจนเกิดภาวะร้อนเกิน เช่น การทานพริกไทยมาก มันจะส่งผลทันที ย้อนไปเมื่อสองปีที่แล้วตอนเดินทางไปเข้าค่ายหมอเขียวที่ Los Angeles ผม น้องสาวและคุณแม่แวะที่ร้านอาหาร ผมทานเต้าหู้ทอด ผมสั่งอันที่ไม่เผ็ด แต่มันก็ยังเผ็ดมาก แม่ยืนยันว่ามันเผ็ดมาก

ผมทานไม่ได้หรอก แต่ผมก็ทานจนหมด เชื้อใหม่ครับคืนนั้นผมท้องเสีย เป็นไข้ รู้สึกแยจนถึงเช้า ซึ่งเป็นเช้าที่เราต้องเข้าค่าย ผมรู้สึกไม่สบายมาก ๆ ทั้งคืน ตอนเช้าคุณแม่มาลงทะเลเบียนเพื่อเข้าค่าย เลยขอความช่วยเหลือ นั่นเป็นครั้งแรกที่ผมทำดีที่ออกซ์ มีคนกัวซาให้ครั้งแรก หยอดหูด้วยน้ำสกัด ย่านาง ขูดศีรษะ มันช่วยได้ ผมรู้สึกดีขึ้น ๆ พอตกเย็นก็มานั่งฟังการบรรยายได้

อีกสิ่งหนึ่งที่สำคัญต้องจำไว้คือ จิตใจ ร่างกาย จิตวิญญาณ เพราะถ้าคุณไม่มีความเชื่อในสิ่งเหล่านี้ แต่จะเชื่อหรือไม่ก็ตามในความเป็นจริงก็คือ จิตใจ ร่างกายและจิตวิญญาณคือส่วนประกอบของความเป็นมนุษย์ จิตใจเป็นส่วนประกอบที่ใหญ่และสำคัญที่จะส่งผลต่อความผาสุก การทำสมาธิ ไท้ชี ชิงก โยคะ การฝึกลมหายใจ ในแต่ละวันจึงสำคัญด้วย จะเห็นว่ามีหลายคนไปออกกำลังกาย ยกน้ำหนักกันก็ดูแข็งแรงดี แต่สิ่งที่จะช่วยได้จริง ๆ คือ โยคะ ไท้ชี ชิงก การฝึกลมหายใจและการทำสมาธิจะช่วยให้มีสุขภาพที่ดีได้มากกว่า ผมโตมากับการเรียนรู้ในการฝึกสมาธิหลาย ๆ แบบ เรามักทำสมาธิกันทั้งเช้าและเย็น ครั้งละหนึ่งชั่วโมง ซึ่งช่วยได้มาก และผมได้ไปนั่งวิปัสสนาเป็นเวลา 3 วัน ซึ่งดีมาก ทำให้เราได้รู้จักภายในของตัวเอง การทำสมาธิเป็นสิ่งที่จำเป็น พอเริ่มทำงานจะยุ่ง ไม่มีเวลา ตอนนี้อย่างผมพยายามนั่งสมาธิให้ได้ 15-20 นาทีในตอนเช้า

สิ่งที่สำคัญคือคุณต้องพยายามใช้ชีวิตให้ช้าลงบ้าง เหมือนที่ผมบอกว่าคุณเครียดมีผลต่อสุขภาพมากเช่นกัน ถ้าคุณเครียด ร่างกายก็ทำงานได้ไม่เต็มที่ อย่างแรกที่จะเป็น คือความเครียดมีผลต่อระบบการย่อยอาหารไม่ย่อย อาเจียรหรือปวดท้อง ขอให้นึกไว้เสมอว่าอาหารเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญแต่ไม่ใช่ทั้งหมด ต่อให้เราทานอาหารสะอาดหรือดีเพียงใด แต่ไม่หล่อเลี้ยง (ปรับ) จิตใจ ก็จะไม่สามารถมีสุขภาพที่ดีได้ จิตใจมีบทบาทที่สำคัญมาก ผมเห็นการศึกษานี้เมื่อไม่กี่เดือนมานี้ เขาเอาเครื่องดื่มน้ำผสม (Shake) มาให้คนสามกลุ่มดื่มน้ำ กลุ่มแรกให้ดื่มน้ำที่มีพลังงาน 600 แคลอรี กลุ่มสอง 100 แคลอรี กลุ่มสาม 300 แคลอรี โดยกลุ่มผู้ทดลองดื่มน้ำทั้งหมด ไม่ทราบว่าคุณกลุ่มใดได้รับเครื่องดื่มที่มีพลังงาน 300 แคลอรีเท่ากัน ผลปรากฏว่า กลุ่มที่ถูกบอกว่าเป็นเครื่องดื่ม 600 แคลอรีน้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น กลุ่มที่ถูกบอกว่าเป็นเครื่องดื่ม 100 แคลอรี น้ำหนักลดลง แสดงว่าจิตใจมีผลอย่างมาก

ผมสนใจสิ่งอื่นนอกเหนือจากการแพทย์แผนปัจจุบันเป็นทุนเดิมอยู่ด้วย ผมได้เรียนการนวดบำบัด เรียนการแพทย์ฉุกเฉินและได้รับใบอนุญาตจากรัฐฟลอริดา ผมไปเรียนนวดที่วัดโพธิ์หลาย ๆ อย่างผลักดันผมให้มาทางนี้ หลังจากรักษาคณโฆมาช่วงหนึ่งผมคิดว่าการรักษาด้วยแพทย์แผนปัจจุบัน ช่วยได้ในระดับหนึ่ง แต่การให้ยาไปเรื่อย ๆ คือปัญหา ไม่เกิดผลดีต่อสุขภาพในระยะยาว สิ่งที่เราได้เรียนรู้ในค่ายหมอเขียวตลอดสัปดาห์ที่ผ่านมา คือสิ่งที่จะช่วยให้เราได้รู้วิธีการที่ถูกต้องในการดูแลสุขภาพ นี่คือนวัตกรรมที่ใช้การรักษาแบบแพทย์ทางเลือกบูรณาการ ใช้การรักษาแบบแผนปัจจุบัน และวิธีการอื่น ๆ ของแพทย์ทางเลือกผสมผสานกัน เพราะทุก ๆ วิธีการจะเป็น

ประโยชน์ต่อคนไข้ ไม่สามารถดีทิ้งหรือละเลยวิธีการใดได้เลย แต่สำหรับโรคเรื้อรังเราต้องกลับมาให้ความสำคัญกับเรื่องอาหาร เพราะเรากำลังไปแล้วว่า อาหารเป็นยา

สิ่งที่ผมได้เห็นและหวัง ในสิ่งที่ Dr. Andrew Weil ได้พยายามทำในการผสมผสาน แพทย์ทางเลือกกับแผนปัจจุบัน เรื่องโภชนาการจะสำคัญขึ้นเรื่อย ๆ ในหลักสูตรการแพทย์และหลักสูตรพยาธิวิทยาต่อไป เราคงจะได้เห็นผู้คนใส่ใจและเข้าใจในเรื่องโภชนาการที่ถูกต้องมากขึ้น มันอาจจะช้าหน่อย แต่ก็ได้เริ่มต้นแล้ว ผมหวังเป็นอย่างยิ่งว่าเราจะสามารถสื่อสารข้อมูลที่ดีเหล่านี้ออกไปได้ เพราะนี่คือสิ่งที่ถูกต้อง”

(เกริกศักดิ์ คุณเกษม, สัมภาษณ์. 2557, กันยายน 25. กรณีศึกษา 1.27 ภาคผนวก ก.)



ภาพที่ 62 คุณภูมิพงศ์ หลังจากได้ทำกัวซาที่หน้า ศีรษะ คอ บ่า ไหล่และหลัง จากสีที่เห็นบนผิวหนัง แปลผลได้ว่ามีพิษสะสมในระดับที่มาก ซึ่งได้ให้ข้อมูลไว้ เมื่อวันที่ 31 พฤษภาคม 2555

ที่มา (จงกช สุทธิโอสถ, ภาพถ่าย. 2555, พฤษภาคม 26)

ช่างเทคนิคแผนกซ่อมบำรุง อาคารภูมิแพ้ วันที่เข้าค่าย 25-31 พฤษภาคม 2555 (ครั้งที่ 1) ณ สวนป่านาบุญ 1 อำเภอคอนตาด จังหวัดมุกดาหาร

“คุณภูมิพงศ์มาเข้าค่ายจากการแนะนำของสมาชิกไทยออยล์ ซึ่งเคยมาเข้าค่ายที่คอนตาดมาก่อน เดิมรู้แต่ว่าตัวเองเป็นโรคภูมิแพ้ เนื่องจากเป็นพนักงานอยู่ที่โรงกลั่นน้ำมันไทยออยล์ที่อำเภอศรีราชา จังหวัดชลบุรี ซึ่งมีตำแหน่งเป็นช่างเทคนิค ฝ่ายซ่อมบำรุงของโรงกลั่นมาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2543 ทำงานอยู่ในภาวะสิ่งแวดล้อมที่มีมลพิษอยู่ประมาณ 12 ปี ทำให้ต้องสัมผัสกับ Hydro carbon ก๊าซ Hydrogen ก๊าซ Sulfur ก๊าซไอน้ำ และอื่น ๆ อยู่เรื่อย ๆ ถึงแม้จะมีระบบการป้องกันพอสมควร แต่ก็ไม่ได้ใส่เครื่องป้องกันทุกครั้ง อีกทั้งเป็นคนที่ชอบทานอาหารมัน อาหารหวาน คีโมคาแฟ คีโมนม ทานเนื้อสัตว์และอาหารทะเลมาก ประกอบกับมีนิสัยชอบนอนดึก ไม่ออกกำลังกาย เมื่อไม่นานมานี้ รู้สึกหายใจไม่ค่อยสะดวก เหมือนจุกตัน โดยหายใจได้ที่ละข้าง ในบางครั้ง

มีเสมหะบ่อย ร่างกายไม่สดชื่น ตึงและปวดศีรษะมาประมาณ 1-2 ปี หามอื่ก็บอกว่าเป็น โรคภูมิแพ้ ให้ยามารับประทาน มาระยะหลังรู้สึกเหมือนมีก้อนบวม ๆ อยู่ในปากช่วง โคนลิ้นในคอด้านซ้าย ปกติเป็นคนไม่สูบบุหรี่และไม่ดื่มเหล้า ชอบดื่มน้ำมาก แต่ก็มีปัญหาเรื่องการขบถ่าย มีกลิ่นปาก พอมีพนักงานมาเข้าค่ายก็สมัครมาด้วย

จากการเข้าค่ายใน 7 วันที่ผ่านมา มีพัฒนาการที่ดีขึ้นคือ อาการปวดหัวดีขึ้นประมาณ 60% อาการคันในรูจมูกดีขึ้น 50% เสมหะลดลงมาก อาการโดยทั่วไปดีขึ้น และผลจากการกั้วชา คุณภูมิพงศ์ ก็ได้รู้ว่ามีส่วนอย่างผิดปกติในร่างกายนอกเหนือจาก โรคภูมิแพ้ ซึ่งก็ได้แนะนำเรื่องการไม่กังวล และหลักในการปฏิบัติตามยา 9 เม็ดไปให้และดูเหมือนว่าคุณภูมิพงศ์จะเริ่มให้ความสำคัญกับการเรียนรู้ในการปฏิบัติตัวเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวันนับต่อแต่นี้ไป

เมื่อต้นเดือนมิถุนายน ได้โทรคุยกับคุณโอ ก็ได้ความว่าตอนนี้ได้เลิกทานเนื้อวัว หมู ไก่แล้ว ทานเพียงปลาและไข่เท่านั้น ดื่มน้ำสมุนไพรปรับสมดุลหรือน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดทุกวัน ก็ได้ขำ เรื่องการทำกั้วชา ดิทอกซ์ ดื่มน้ำปัสสาวะ หยอดตา หู จมูก ให้เป็นการทบทวน

(จงกช สุทธิ โอสถ, แนะนำและบันทึกกรณีศึกษาของคุณภูมิพงศ์. 2555, กรณีศึกษา 3.51 ภาคผนวก ก.)



ภาพที่ 63 คุณอดุงวิทย์ ภาพเปรียบเทียบก่อนเข้าค่ายสุขภาพแพทย์วิถีพุทธ เมื่อ พ.ศ. 2551 และหลังจากได้ดูแลรักษาตัวเองตามหลักการแพทย์วิถีพุทธมา 6 ปี อาการบวมต่อน้ำเหลืองที่คอหายได้

ที่มา (บุญญพร วรกิตต์เดชา, ภาพถ่าย. 2551 และ 2557)

“ผู้ป่วยมะเร็งต่อมน้ำเหลือง คุณอดุงวิทย์ มีต่อมน้ำเหลืองที่คอมีอาการบวม 6 เซ็นติเมตร เป็นมาประมาณ 4-5 ปี หมอสันนิษฐานว่าเป็นอาการคล้ายมะเร็งระยะที่ 1-2 ไม่รับการรักษาที่โรงพยาบาล ขอรักษาตนเองด้วยการปฏิบัติตามแนวทางค่ายสุขภาพแพทย์ทางเลือก โดยการ

รับประทานอาหารฤทธิ์เย็น ดื่มน้ำยาบาง ปรากฏว่าเดือนตุลาคม 2551 อาการบวมที่คอบุบลงเหลือ 4 เซนติเมตร และในวันที่ 19 มกราคม 2552 อาการบวมยุบลงหมดแล้ว หมอแผนปัจจุบัน โรงพยาบาลศรีนครินทร์ จังหวัดขอนแก่น แปลกใจมาก จึงขอให้คุณอดุงวิทย์ บันทึกรายละเอียดทุกอย่างให้ด้วย เพื่อเอาไปเป็นกรณีศึกษา”

(บุญญพร วรกิตต์เดชา, แบบบันทึกประสบการณ์ของเครือข่ายแพทย์วิถีพุทธ (ช.ก.ส.). 2552, กรณีศึกษา 3.418 ภาคผนวก ก.)

“ความเจ็บป่วยของดิฉันเริ่มเป็นหัวใจเต้นผิดจังหวะแบบเต้นเร็วประมาณ 150-220 ครั้ง ต่อนาที (จับการเต้นของหัวใจได้ในปี 2553) เป็นมาตั้งแต่ปี 2545 อาการคือหัวใจเต้นเร็วมากจนตัวเองรู้สึกถึงความเร็ว (ปกติหัวใจคนเราเต้นเราจะไม่รู้สึกรู้ถึงจังหวะการเต้น) ทุกครั้งที่เป็นต้องรีบนอนราบ จึงรู้สึกสบายขึ้นแล้วจึงไปหาหมอได้ แต่พอไปถึงคุณหม้ออาการนี้ก็หาย หมอจึงวินิจฉัยอะไรไม่ได้ แต่ก็สันนิษฐานว่าเป็นหัวใจเต้นผิดจังหวะแบบเต้นเร็ว ประมาณปี 2553 ขณะหลับอยู่รู้สึกถึงการเต้นของหัวใจ ด้วยความแปลกใจจึงได้ลุกขึ้นมา ปรากฏว่าหน้ามืดหายหลังลงทุกอย่าง ในตัวหยุดหมด รู้แต่การเต้นของหัวใจที่เร็วมากขยับส่วนต่าง ๆ ของร่างกายไม่ได้ ได้แต่สวดมนต์ เพราะเข้าใจว่าตัวเองกำลังจะตายสักพักใหญ่ ๆ จึงพอขยับมือเรียกให้สามีส่งโรงพยาบาล (ลุกไม่ได้ ต้องเรียกรถพยาบาลมารับ) (คุณหม้อว่าไฟฟ้าลัดวงจรในหัวใจทำให้เต้นเร็วผิดจังหวะ ไม่มีอาการ ไทรอยด์) จับการเต้นของหัวใจได้ 150-220 ครั้งตลอด ในขณะที่คุณหม้อก็คยาบล็อคหัวใจ หลังจากนั้นจึงได้ทำการรักษาโดยวิธีสวนหัวใจ ค่าใช้จ่ายในการสวนหัวใจ ประมาณ 150,000 บาท ค่ะ (ใช้เวลาชั่วโมงเศษ) บางท่านใช้เวลาในการสวนหัวใจถึง 8 ชั่วโมง ค่ารักษาที่เปลี่ยนค่าเฉลี่ยมาจากท่านอื่น 2-3 แสนแล้วแต่ระยะเวลาในการสวนค่ะ แต่ดิฉันโชคดีได้พบหมอเก่งและเป็นคนรุ่นใหม่จึงใช้เวลาไม่นาน (คิดว่ายิ่งนานเราก็อยิ่งแย่หัวใจคงบอบซ้ำ ความคิดส่วนตัวนะคะ) อาการนั้นหายไปได้ประมาณ 1 ปีก็กลับมาเป็นอีกแต่คราวนี้คุณหม้อว่าเป็นแบบเต้นผิดจังหวะเต้น 150 แล้วก็ลงมา 80 สวิตอยู่ในระดับนี้ไม่สม่ำเสมอ ตรวจเลือดแล้วปรากฏว่าเป็นไทรอยด์ด้วย จึงสันนิษฐานว่าเกิดจากไทรอยด์ทำให้หัวใจเต้นเร็ว จึงจ่ายยาไทรอยด์มาให้ทานอยู่ 6 เดือน อาการไม่ดีขึ้นหัวใจสวิตอยู่บ่อยครั้ง

ต่อมาเริ่มรู้จักคุณหม้อเขียว เพื่อนให้ซีดีมา จึงเริ่มทดลองทำเริ่มจากดื่มน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด กัวชา โยคะก็ได้ผลบ้าง แต่ยังไม่หยุดยา เพราะอาการยังมีอยู่ต่อมาตั้งใจเรียนรู้อย่างจริงจัง มีการทำดีท็อกซ์ ทานอาหารตามลำดับ ทานรสจืด งดพริก พักผ่อนเพียงพอ อาการต่าง ๆ ดีขึ้นมาก จากยา 9 เม็ดนี้ ทำแล้วเห็นผลมากที่สุดสำหรับอาการที่ว่านี้ คือดีท็อกซ์ ทานจืด โยคะ พักผ่อนเพียงพอ ไม่เครียด อาการที่ว่าดีขึ้นจนหยุดยาได้ค่ะ ผลเลือดเมื่อ 6 เดือนที่แล้ว ไทรอยด์ปกติ หัวใจ

ปกติไม่เคยรู้สึกถึงการเต้นของหัวใจอีกเลย และเมื่อ 1 เดือนนี้ เริ่มทานอาหารมื้อเดียวได้ (ฝึกลดจาก 3 มื้อมาจนเหลือ 1 มื้อค่ะ ทานจัด เคี้ยวละเอียด) ขอบอกว่าดิฉันได้พบกับสิ่งพิเศษอย่างมากค่ะ คุณจะรู้ว่าเบากายมีกำลังเป็นอย่างไร หลังจากที่ไม่เคยรับรู้ถึงความรู้สึกนี้มานานมาก คุณจะนึกออกว่าครั้งหนึ่งคุณเคยมีความรู้สึกนี้ แต่มันได้หายไป เนื่องจากเราปฏิบัติตัวผิดพลาดไป โดยรู้เท่าไม่ถึงกาล จนกระทั่งเจ็บป่วย ดิฉันสัมผัสได้ถึงคำว่าหายใจทั่วท้องเป็นอย่างไรได้ใหม่แล้วค่ะ และรู้ว่าเบากายมีกำลังเป็นอย่างไรก็เมื่อ 1 เดือนนี้เองค่ะ เพิ่มเติมค่ะหัวใจเต้นผิดจังหวะ (ไฟฟ้าลัดวงจรในหัวใจ) เวลาหัวใจเต้นเร็วจะแน่นหน้าอก หัวใจเหมือนถูกจับบิด หัวคือเพราะเลือดไปเลี้ยงไม่ถึงศีรษะ เย็นยะเยือกไปทั้งตัว เหมือนระบบหมุนเวียนของเลือดในตัวจะไปไม่ครบวงจรการไหลเวียน (ตามความรู้สึกนะค่ะ) แรก ๆ จะเป็นช่วงสั้น ๆ นาน ๆ เป็นที จนล้มอาการไปแล้ว ถึงกลับมาเป็นอีกครั้ง ถ้าไปหาหมอ ๆ ก็จะไม่สามารถรักษาได้เพราะอาการไม่ชัดเจน แต่ถ้าปล่อยไปนานอาการจะเป็นมากขึ้น ระยะเต้นเร็วจะนานขึ้นเรื่อย ๆ เป็นถี่ขึ้น ถ้าเป็นแล้วคุมสติไม่ได้ก็อาจเป็นอันตราย หมอแผนปัจจุบันก็รักษาให้ไม่ได้ ถ้าจัดการเต้นของหัวใจขณะที่เป็นไม่ได้ (ดิฉันรักษาอาการนี้ได้จากการสวนหัวใจ แต่ก็เฉียดตายค่ะ เพราะก่อนหน้านี้หมอก็ทำอะไรไม่ได้ คุณหมอต้องการเห็นกราฟการเต้นของหัวใจ จึงประเมินได้ว่าต้องรักษาอย่างไร ซึ่งทำได้ยากมาก เพราะอาการจะเกิดเมื่อไหร่เราไม่รู้ แล้วเราไม่มีเครื่องมือจับ นอกจากต้องไปโรงพยาบาลขณะเกิดอาการ ซึ่งไม่พอดีกัน) (เสียค่ายมากที่ดิฉันรู้จักยา 9 เม็ด ซ้ำไป) อาการหัวใจเต้นเร็วแบบที่เกิดจากไทรอยด์จะเต้นเร็วเฉย ๆ หัวใจไม่ถูกจับบิด หัวไม่ถึงกับตื้อมาก มีน ๆ หน้อย อาการโดยรวมดีกว่าแบบไฟฟ้าลัดวงจรในหัวใจ ดิฉันยืนยันค่ะว่า อาการไทรอยด์ที่ทำให้หัวใจเต้นเร็วนี้ สามารถหายจากการปฏิบัติตามยา 9 เม็ดนี้ค่ะ ที่ใช้แก้ตัวเองบ่อย ๆ คือดีที่ออกซ์ช่วยได้มาก ดื่มน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด ทานรสจัด ทานตามลำดับ โยคะ ไม่เครียด พักผ่อนเพียงพอ เคี้ยวอาหารละเอียด คือสิ่งที่ดิฉันทำเป็นประจำแรก ๆ อาจจะฝืนความเคยชินเดิม ๆ ถ้าทำได้แล้วคุณจะเห็นความเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น ดิฉันทำตามคำแนะนำในยา 9 เม็ด และทานมังสวิรัต ทำให้หยุดยามาได้ 8 เดือนแล้ว (เคยเป็นหัวใจเต้นผิดจังหวะ) ปัจจุบันได้พัฒนาตัวเองมาจนสามารถทานอาหารไม่ปรุงแต่งรสชาติ ทานวันละมื้อ และเคี้ยวอาหารละเอียด (เคี้ยวจนเป็นน้ำ แล้วกลืนส่วนที่เป็นน้ำ ทำซ้ำหลาย ๆ ครั้ง จนเหลือกากน้อยมากเท่าที่จะทำได้ แล้วจึงกลืน) ทานวันละมื้อมาได้ประมาณ 1 เดือนค่ะ ใช้สูตรคุณหมอเขียวมาได้ 1 ปี 7 เดือนแรกขยับถ่ายดีได้ทุกวัน แต่ใน 1 เดือนมานี้ ทานมื้อเดียวและเคี้ยวละเอียดรู้สึกปกติดีทุกอย่าง เบากายดี แนะนำหาซีดีถ่ายทอดพระไตรปิฎกของคุณหมอเขียวมาฟังด้วย จะช่วยได้หลายเรื่อง (ดิฉันซื้อจากร้านอาหารมังสวิรัตตลาด อ.ต.ก. ดิฉันต้องขอขอบคุณหมอเขียวและทีมงานทุกท่านค่ะดิฉันติดตามซีดีถ่ายทอดพระไตรปิฎกมาตลอดค่ะ พลิตส์อดี ๆ ออกมาเรื่อย ๆ นะคะ ดิฉันติดตามอยู่ตลอดค่ะ (ไม่เคยได้เข้าค่ายค่ะ แต่ก็พยายามปฏิบัติตามจากซีดีค่ะ) ขอบคุณค่ะ”

ที่มา : <http://www.morkeaw.net/support/AdminEditBoard.php?idwbtp=453>คอลัมภ์
ถามมา-ตอบไปวันที่ 27 สิงหาคม 2555

<http://www.facebook.com/photo.php?fbid=513091102036093&set=a.498146633530540.118832.451999981478539&type=3&theater>

(ดา. บันทึก Facebook 2555 : สิงหาคม 27. กรณีศึกษา F036 จากสื่อออนไลน์-ถามตอบ
ปัญหาและแนะนำการดูแลสุขภาพผ่านเฟซบุ๊กแพทยวิถีธรรม หมอเขียวแฟนคลับ ภาคผนวก ก.)

สุขภาพของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ จากฐานข้อมูลที่ได้มีการรวบรวมบันทึกไว้ตามตาราง
ที่ 8 จำนวนรวมทั้งสิ้น 1,542 กรณีศึกษา ได้นำมาเลือกตัวอย่างแบบเจาะจง จำนวน 170 ราย วิเคราะห์
ข้อมูลเชิงเนื้อหา (Content analysis) ของผลสุขภาพของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ เป็นสี่ด้าน คือ
สุขภาพทางกาย สุขภาพทางจิต สุขภาพทางสังคม และสุขภาพทางปัญญา ตามคำนิยาม
“สุขภาพ” ขององค์การอนามัยโลก ได้ผลการวิเคราะห์เนื้อหา ดังนี้

1. สุขภาพทางกาย

สุขภาพทางกายของผู้ป่วยที่ใช้การแพทย์วิถีพุทธ มีการเปลี่ยนแปลงเข้าสู่ภาวะปกติมากขึ้น
อาการเจ็บป่วยทุเลา มีความรู้สึกสบาย มีกำลัง โปร่ง เบากายมากกว่าเดิม และเมื่อเจ็บป่วยสามารถ
พึ่งตนและดูแลตนเองได้ด้วยหลักการแพทย์วิถีพุทธ เพื่อการพึ่งตนตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง
ไม่ต้องไปพบแพทย์ ลดปริมาณการใช้ยาลงได้ หรือสามารถเลิกทานยาได้ในบางท่าน ลดหรืองดการทาน
เนื้อสัตว์ได้ ทานอาหารรสจืดลงได้ และพยายามทานอาหารผักผลไม้มากขึ้น ดังข้อมูลต่อไปนี้

“แต่มานี่มันหายไปนะ ก็ใช้น้ำยาหยอดตาละ แต่ก็ไม่ได้ใช้ทุกวันนะ ไม่ได้ใช้ทุกวัน
ก็ไม่ได้สังเกต พอคืนที่สามมีมาด้วยเขาก็บอก ทำไมไม่มีน้ำตาไหล เราก็ใช่ ๆ เราไม่มีน้ำตาไหล
ใช้ทุกวันนี้ไม่มีน้ำตาไหล คงไม่ต้องไปให้หมอผ่าแล้ว

น้ำปัสสาวะได้ทานไปแล้วละ รสชาติเปรี้ยว ๆ ฝาด ๆ เค็ม ๆ บ้างนะในบางวัน แรก ๆ
พอหลายวันเข้า ก็เริ่มจืดลงจืดลง ๆ ตอนนี่ก็อบบ้าง ล้างหน้าบ้าง กินบ้างหมดละ”

(โสภา บริสุทธิ์, สัมภาษณ์. 2557, สิงหาคม 9. กรณีศึกษาที่ 1.1 ภาคผนวก ก.)

“แต่พอมาเข้าค่ายสุขภาพของคุณหมอเขียวครั้งแรก เมื่อทานอาหารแล้ว รู้สึกเบา สบาย
จึงนำกลับไปปฏิบัติที่บ้านละ แผลสะเก็ดเงินตามที่ต่าง ๆ ดีขึ้นมาก สีผิวเกือบจะเป็นสีเดียวกันแล้ว”

(นิตยา สิทธิประเสริฐ, สัมภาษณ์. 2557, สิงหาคม 24. กรณีศึกษาที่ 1.2 ภาคผนวก ก.)

“การไต่ยีนของหนูที่ดีขึ้น เพราะการหยอดหนูด้วยยาน้ำสกัดย่านาง พันธุ์ที่ใช้ยาสีฟันผงถ่าน กับดินสอพอง ที่เราทำนี้ เดียวนี้ฟันดีขึ้นแล้วละ เกี่ยวกับอาหารได้สบาย ๆ ไม่ตายไวเหมือนพวกนั้นก็เพราะทานอาหารมังสวิรัตแล้วก็ปฏิบัติธรรม ส่วนหนึ่งจิตใจก็ผ่อนคลาย มันไม่ยึด เส้นมันก็ไม่ยึดมาก อันนี้ก็มีส่วนนะ ละ แล้วที่นี้ก็เลยมั่นใจว่า เออ ไม่ต้องกินยาหมอละ กลับมากินมังสวิรัตคือไม่กินเนื้อสัตว์ละ หมายถึงว่ากินมังสวิรัตแบบนี้มาเรื่อย ๆ จนมาหลายปี ก็กลับไปตรวจใหม่ ปีหนึ่งหมอจะนัดครั้งหนึ่ง เขาก็ว่า โอ้ ดีจังเลย ดีขึ้น ทำมา 5 ปีแล้วละ อาการต่าง ๆ จาก 15 โรคก็ค่อย ๆ ดีขึ้น ดีขึ้นจริง ๆ เลยนะ จากสาขาคาที่มันไม่ค่อยปกติ มันก็อ่านหนังสือกลางคืนได้ รับประทานอาหารให้ต่อเนื่อง แล้วความสุขนั้นจะพาให้ท่านหายโรค”

(รักษาบุญ อุโศกตระกูล, สัมภาษณ์ 2555, กันยายน 15. กรณีศึกษาที่ 1.3 ภาคผนวก ก.)

“ทำยา 9 เม็ดเต็มทีเลย ทั้งแช่ตัว อบ เช็ด และใช้น้ำปัสสาวะทาตัวด้วย ที่หัวใช้ผ้าชุบน้ำย่านางโพลไว้ พอแห้งก็ชุบน้ำมาโพลใหม่ จน 5 วัน แผลน้ำเหลืองเสีย ยุบจริง ๆ จนน้องชายบอกว่า “ไม่น่าเชื่อว่าไม่ได้กินยาสักเม็ดแล้วแผลน้ำเหลืองเสีย จะยุบได้”

“พี่เลยดื่มน้ำแช่ทุกวัน ดื่มเอง รักษาเอง แล้วก็พิจารณาตัวเองไป แค่ 5 วันเท่านั้นแผลยุบแห้ง เหมือนปาฏิหาริย์เลย”

(สุนันทา เทียวไปบุญลย์, สัมภาษณ์. 2555, มีนาคม 9. กรณีศึกษาที่ 1.4 ภาคผนวก ก.)

“หลังจากผ่าตัดแล้ว แผลที่ผ่าจะปวดมาก ต้องให้ลูกช่วยซูดกัวซาให้ตามแขน หลัง และตามตัว ซูดแล้วรู้สึกดีมาก แม้แต่คุณหมอที่โรงพยาบาลยังบอกว่าจะร่างกายเราดีมาก พอรู้สึกมีอาการไม่สบายอะไรเกิดขึ้นกับตัวเอง ก็จะใช้วิธีการสวนล้างลำไส้ใหญ่ (ดีท็อกซ์) แล้วก็ทานอาหารสูตรคุณหมอเขียว พบว่าทำให้อาการทุเลาได้ดี”

(จรรยา, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 20. กรณีศึกษาที่ 1.5 ภาคผนวก ก.)

“เป็นมะเร็งในต่อมน้ำเหลือง แล้วก็ต้องโดนผ่าตัดกระเพาะทั้งหมด ผ่าตัดม้ามทั้งหมด แล้วก็กลายเป็นคนที่มีปัญหาทรมานมากในการกิน เพราะว่าเวลากินทุกครั้งนี่จะปวดทรมานดันแบบพลาด ๆ เลยละ แล้วก็กินไม่ได้มา 30 ปี พอเริ่มเข้าค่ายวันแรกที่เราเริ่มกินข้าวต้ม เป็นครั้งแรกในชีวิตที่กินอาหารได้หมดชาม ต่อมาปัสสาวะเป็นเลือด รักษาที่โรงพยาบาลไม่หาย คุณหมอเขียวบอกอันดับแรกเลยนะพี่มด ทำยังไงก็ได้ให้เลือดมันหยุดก่อน แล้วจะทำยังไงละ บอกแซ่ ๆ เพราะงั้นก็เอาสิ่งที่มาทำ ก็คือน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดที่เราทานนี่ มันจะมีกากไข่ไหมละ เอากากนี่ใส่ในน้ำอุ่น ๆ แช่มือแช่เท้าได้ด้วยละ แล้วก็พอทำตรงนั้นเสร็จ ก็เริ่มรู้สึกดีขึ้น ๆ แต่ต้องหยุดกินอาหาร

ฤทธิ์ร้อนเค็ดขาดเลย ทดลองอยู่ 3 จังหวะ จังหวะหนึ่ง พอหยุดอาหารฤทธิ์ร้อน กินอาหารฤทธิ์เย็น แล้วก็มาแช่ทั้งตัวด้วยน้ำสมุนไพรปรับสมดุล เลือดก็หยุดไหล ฉีก็ ได้เปลี่ยนสีดีขึ้นจนเป็นปกติ มดกินสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดไม่รู้สึกรู้สิดี แต่กินน้ำสกัดเย็นแล้วรู้สึกรู้สิดี”

(ยูดี น โมชัยยากร, สัมภาษณ์. 2557, กันยายน 26. กรณีศึกษาที่ 1.6 ภาคผนวก ก.)

“สามีดิฉันมีปัญหาหาค่าเงิน จะผ่าตัดก็ต้องเสียเงินมาก บอกเขาให้ นำผงบาน 12 ดอก ไปแปรงฟันสักเดือนหนึ่ง ปรากฏว่าหมดปัญหาหาค่าเงิน ก็ไม่ต้องจ่ายเงินเลย ส่วนของแม่ชีท่านหนึ่ง ที่เมืองไทย ท่านมีกรณีที่ฟันท่านมีปัญหาเหมือนกัน แล้วลูกศิษย์ท่านมาเรียนวิชาค่ายหมอเขียว เข้าค่ายพร้อมกับฉัน แม่ชีท่านบอกว่า ยานางนี้ท่านใช้นี้มีประโยชน์สุดฤทธิ์เลยนะ ท่านอม เพราะเหงือกมันร้อนไหม้ หนองมันถึงประทุออกมา ท่านอม ๆ ไปเรื่อย ๆ อย่างนี้ล่ะ พอจะถึงวันที่ หมอนัด หมอบอกมาหาทำไม ไม่มีปัญหาของเหงือกฟันแล้ว”

(ยูดี น โมชัยยากร, สัมภาษณ์. 2557, กันยายน 26. กรณีศึกษาที่ 1.7 ภาคผนวก ก.)

“ทำสวนล้างลำไส้ใหญ่ (ดีท็อกซ์) กัวซา ผมก็พยายามทำทุกข้อ ยาทั้ง 9 เม็ดของคุณหมอเขียว แต่ตอนนั้นผมยังไม่กล้าทำอยู่ก็คือดีท็อกซ์ เพราะว่าผลการผ่าตัดนี้ยังไม่หายดี จนครบ 1 ปี หมอก็ได้ส่งผมไปเอ็กซเรย์แย่งที่โรงพยาบาลจุรีเวช ร้อยเอ็ด ปรากฏว่าโชคดีมากเชื่อมะเร็งในลำไส้ไม่มีแล้ว นี่คือมะเร็งระยะสุดท้ายนะครับ มะเร็งลำไส้ระยะที่ 4 ไม่มีแล้ว อาหารกับข้าวแบบนี้ บางคนบอกว่ามาวันแรกกลิ่นแทบไม่ลงเลย ผมบอกว่า “ผมสบายมากเพราะผมกินมาแล้ว 1 ปี กับ 4 เดือน กินตั้งแต่วันที่ผมออกจากโรงพยาบาล ที่ผมกินข้าวได้ กินอาหารถึงจะไม่ได้ถึงขนาดเหมือนในค่ายนี้ 100% แต่ขอให้ใกล้เคียงให้มากที่สุด ทำให้ดีที่สุดแล้วเราจะได้ผลดีที่สุดเข้าสู่ชีวิตเรา น้ำสมุนไพรปรับสมดุลหรือน้ำยานาง ผมกินมาได้เป็นปีแล้วไม่รู้ว่าเพิ่งมากินที่นี้ แต่ดีท็อกซ์เพิ่งมาทำที่นี้ เพราะว่าให้มั่นใจเสียก่อนว่าผลการผ่าตัดของเรานั้นหายดี”

(คชาวุฒิ เอกตาแสง, สัมภาษณ์. 2555, กันยายน 19. กรณีศึกษาที่ 1.8 ภาคผนวก ก.)

“เป็นมะเร็งต่อมน้ำเหลืองระยะ 4 ทำตามแนวทางของคุณหมอเขียว คือยา 9 เม็ด อย่างเคร่งครัดเลย ประมาณ 4-5 เดือนแล้วก็ไปตรวจด้วยวิธีเพทสแกน ผลออกมาดีโอเค ไม่ได้เป็นซ้ำ อีกรอบ กัวซาด้วยล่ะ ก็ประมาณ ถ้าตอนนั้นก็อาทิตย์ละครั้ง หรือ 2 อาทิตย์ครั้งก็แล้วแต่ คนที่ฉายแสงคือเจอหลาย ๆ คน เขาก็จะมีเอฟเฟกกันเยอะมาก แต่ว่าโชคดีที่เราแบบยังได้ถอนพิษตลอดเราก็สดชื่นมีพลังกลับมาด้วยความรวดเร็ว ใช้น้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด น้ำค้างหรือน้ำปัสสาวะ ในการสวนล้างลำไส้ใหญ่ (ดีท็อกซ์) บางวันก็ผสมกันล่ะ ทำทุกวันล่ะ มีช่วงแรกอาจจะทำเข้าเย็น

ช่วงหลังเรารู้สึกเริ่มสบายขึ้น ก็เลยทำแค่ตอนเช้าทุกวัน ออกกำลังกายก็ใช้อาศัยเดินเร็ว แบบที่คุณหมอแนะนำ เดินเร็ว กดจุด โยคะ ลมปราณ แล้วคือทำอยู่บ่อย ๆ ก็ทำ ก็ถือว่าร่างกายก็แข็งแรงขึ้นค่ะ สามารถอยู่ได้โดยไม่ทรมาณอะไร ปกติ”

(ชนพร นพภาลี, สัมภาษณ์. 2557, มิถุนายน 8. กรณีศึกษาที่ 1.9 ภาคผนวก ก.)

“ดิฉันเป็นมะเร็งปากมดลูก ระยะที่ 3 ไทรอยด์ กรดไหลย้อน ภูมิแพ้ เส้นเลือดดำในมดลูก อักเสบ ทำให้เลือดไหลตลอดเวลา เริ่มรักษาตามแนวแพทย์วิถีธรรมตั้งแต่เข้าค่ายคุณหมอเขียวเมื่อ สิงหาคม 2554 โดยนำความรู้เรื่องสมุนไพรฤทธิ์ร้อน-เย็นปรับสมดุลเพื่อสุขภาพมาใช้ ดิฉันมีภาวะร้อนเกินจึงเลือกสมุนไพรฤทธิ์เย็น มาใช้ในการดื่มน้ำขมิ้นจากภายใน ใช้สวนล้างพิษออกจากลำไส้ใหญ่ พอกทา แชมพูแช่เท้า ดื่มน้ำขมิ้นน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด อีกครึ่งชั่วโมงทานกล้วยน้ำว้า 2 ผล กินอาหารตามแนวทางแพทย์วิถีพุทธ ปฏิบัติอย่างนี้ประมาณ 4 เดือน อาการต่าง ๆ ทุเลาลง พอ 8 เดือนเศษ เลือดหยุดสนิท ผลตรวจสุขภาพ ผลเลือดดี เชื้อมะเร็งเหลือประมาณ 3% เมื่อเมษายน 2556 ไปตรวจกับแพทย์แผนปัจจุบัน ผลมะเร็งเป็นลบ ผลเลือดดีมาก”

(มาฆะรส สุขจำลอง, สัมภาษณ์. 2556, พฤศจิกายน 29. กรณีศึกษาที่ 1.10 ภาคผนวก ก.)

“ดื่มน้ำสมุนไพรปรับสมดุลฤทธิ์เย็นสด ขาที่บวมหายเลย ทำโยคะ 1 ชั่วโมง ตอนเช้า เกือบทุกเช้า ขณะนี้ร่างกายแข็งแรงมากกล้ามเนื้อและเส้นเอ็นยืดหยุ่นดีขึ้น รู้สึกคล่องแคล่ว ทานอาหารรสจืด แล้วก็สบายดีทำให้รู้สึกแข็งแรงขึ้น มีพลัง สุขภาพดีขึ้น น้ำหนักลดลง เดินได้คล่องแคล่ว จะลุกนั่งไม่มีเจ็บไม่เพลีย อ่อนเยาว์ขึ้น”

(เดือนใจ ศรีรัตนกร, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 29. กรณีศึกษาที่ 1.11 ภาคผนวก ก.)

“อาการของโรคทั้งหลายเบาบางลง มีดื่มน้ำสมุนไพรปรับสมดุล กัวซา แชมพูแช่เท้า แต่พอกทานี้ไม่ค่อยได้ทำพอได้ออกกำลังกาย ปรากฏว่าอาการที่เคยเป็นหทัยวันดีคืน นอนหลับได้ดีขึ้น ตะคริวที่เคยเป็นเวลาที่เปิ่นมาก ๆ แล้วเจออากาศเย็นจัด ๆ ก็หาย ริมฝีปากที่แห้ง แดงเป็นขุย ผลตรวจออกมาแล้วว่ามะเร็งที่ไตฝ่อลงเดิม ขนาดของมะเร็งที่ไตจะวัดเป็นปริมาตรครึ่ง วัดได้กว้าง 6 ซม. ยาว 6.8 ซม. และหนา 5.3 ซม. ผมเทียบดูได้เท่ากับบุหรี่ยาสูบ 2 ซอง ขนาดประมาณครึ่งฝ่ามือ งอกติดอยู่ที่ไตด้านขวา ส่วนตอนนี้บวกกลบคุณหาแล้วลดลงไป 3.72 ซม. โรคไวรัสบีก็ยังไม่หายไ้จากร่างกาย ทั้ง ๆ ที่เป็น จนเป็นพาหะของโรคนี้ และยังสร้างภูมิต้านทาน เกินกว่าที่เขาหนดไว้ ร่างกายผมแข็งแรงดีมาก เดินได้คล่องเลย นอนหลับได้ดีขึ้น”

(อุทิศ บุญฟอง, สัมภาษณ์. 2555, สิงหาคม 20. กรณีศึกษาที่ 1.12 ภาคผนวก ก.)

“ดิฉันเป็นเนื้องอกที่มดลูก ได้ทำการสวนล้างลำไส้ใหญ่ (ดีท็อกซ์) ด้วยปัสสาวะกับ น้ำยาล้าง วันละประมาณ 3 ครั้ง เช้า กลางวัน เย็น ครั้งละ 2 ขวด เสร็จแล้วก็ไปเดิน เดินเสร็จมีความรู้สึกสดชื่นมาก กอดลูกแล้วมีพลัง ต่อมาน้ำเหลืองพอกไปนี่มันก็ดูพิษ ดูออกจริง ๆ ความรู้สึก มันสัมผัสได้เลยว่ามันดูออก”

(อรรณวรรณ หงอสุวรรณ, สัมภาษณ์. 2557, กันยายน 25. กรณีศึกษาที่ 1.14 ภาคผนวก ก.)

“กินน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดและน้ำพระพุทธเจ้าด้วย อาทิตย์เดียว บวมยุบลงดีที่ออกซ์เสร็จ น้องเขาก็รู้สึกสบาย”

(เดือนใจ จันทะ, สัมภาษณ์. 2557, ธันวาคม 21. กรณีศึกษาที่ 1.15 ภาคผนวก ก.)

“ใช้การพอก สามารถบรรเทาอาการปวดหลัง ได้ภายในครึ่งชั่วโมง มีอาการลดลง น้ำหนักลด คุณแลปฏิบัติไม่ถึงเดือน น้ำหนักลด 8 กิโลกรัม และพุงยุบ”

(กาญจน์นภรัฐ รุ่งสวัสดิ์, สัมภาษณ์. 2555, กันยายน 15. กรณีศึกษาที่ 1.16 ภาคผนวก ก.)

“ผิวดีขึ้น จุดดำหายไป ดื่มน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด ทำกัวซา รู้สึกว่าเราดีขึ้น ฝ้าดำที่ ใบหน้าขาวขึ้น ไม่แคะ หน้าไม่เหี่ยว สุขภาพดีขึ้น มีแรงขึ้น” .

(ชัยพร กันกา, สัมภาษณ์. 2555, มิถุนายน 22. กรณีศึกษาที่ 1.17 ภาคผนวก ก.)

“เดิมสายตาเกือบมองไม่เห็น มีคมมากคือไปไหนเดินไม่เห็น เตะไปทั่ว ไม่รู้ใครเป็นใคร เตะไปทั่ว เกิดอาการช็อค หัวใจเต้นถี่ ตาสว่างขึ้นทันที อาการจุกแน่นในกระเพาะอาหาร ใช้วิธีน้ำมันเขียว 1 หยด น้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด น้ำนี้ และผงถ่านประมาณช้อนชาเขย่าแล้วดื่ม ไม่ถึง 1 นาที อาการ ดังกล่าวก็หายไป”

(ทรงกลด นาคอร่าม, สัมภาษณ์. 2557, กันยายน 10. กรณีศึกษาที่ 1.18 ภาคผนวก ก.)

“ทำกัวซา ไปประมาณสัก 10-15 นาทีได้ ปรากฏผลว่า ลืมตาได้ เลี้ยวอาหารได้ น้ำตาล เบาหวาน ลดลง”

(พรทิพย์ โพธิ์คามบำรุง, บันทึกประสบการณ์การใช้การแพทย์วิถีพุทธ. 2556, มกราคม 28.

กรณีศึกษาที่ 1.19 ภาคผนวก ก.)

“สวนล้างลำไส้ใหญ่ (ดีท็อกซ์) เสร็จแล้ว รู้สึกว่าร่างกายมันโปร่ง มันโล่ง อาการสั้น ๆ ช่างในหายไป ไม่มีอาการท้องเสีย ฉี่รอบเดียว นอนหลับ ตื่นที่เดียวตอนเช้า อาการปวดเกร็งหายไป”

(สุเมธ คุณามาตย์, สัมภาษณ์.2557, พฤศจิกายน 5. กรณีศึกษาที่ 1.20 ภาคผนวก ก.)

“ระหว่างอยู่โรงพยาบาล วันที่ 5 คุณแม่แอบผสมฉีให้ผมดื่ม เช้ารุ่งขึ้นหมอเอ็กซ์เรย์ อีกรอบพบว่า จากสมองยุบลง อาการดีขึ้น จึงกลับมาปรับสมดุลดูแลตัวเองที่บ้าน ดื่มน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด ทานอาหารปรับสมดุลร้อนเย็น เมื่อมีอาการไม่สบาย มีไข้หนัก ๆ ก็จะดื่มฉี พบว่าทำให้อาการทุเลาขึ้น”

(โกมินทร์ วงศ์สาตสาย, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 16. กรณีศึกษาที่ 1.21 ภาคผนวก ก.)

“ผมเป็นสิ่ว หลังปรับสมดุลด้วยเทคนิค 9 ข้อ สิ่วหาย ผิวหน้าก็ดีขึ้น ซึ่งแต่ก่อนดูแลไม่ได้เลย ครบมีสิ่วเต็มหน้าไปหมด และ โรคที่เคยพบ 2 ครั้ง ก็คือ เคยเป็นริดสีดวงทวารครับ ริดสีดวงทวารนี้ มันเจ็บนะครับ กินสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด ปรับเรื่องอาหารด้วย และที่ถอนพิษได้ดีก็คือสวนล้างลำไส้ใหญ่ครับ ไม่เกิน 3 วันยุบเลย แล้วก็หายสนิทใน 7 วัน แล้วมีอีกครั้งหนึ่ง เป็นเลือดออกที่ทวารตอนที่เรากลับไปอุจจาระครับ เคยฟังหมอเขี้ยวว่า อะไรที่ฝาด ๆ สามารถหยุดเลือดได้ ก็ดื่มเปลือกมังคุดกับใบฝรั่ง แล้วอามผสมน้ำปัสสาวะสดและน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดให้อุ่น ใช้สวนล้างลำไส้ใหญ่ วันเดียวครับหายเลือดไม่ออกเลยครับ ตัวนี้ดีจริง ๆ ครับ”

(ทศพล จันทพันธ์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 16. กรณีศึกษาที่ 1.22 ภาคผนวก ก.)

“เวลาป่วย จะมีสัญญาณมาแล้ว สัญญาณว่ามันจะป่วยนะ เราก็ต้องรีบแก้ ถ้าแก้ไม่ทันก็ป่วยป่วยเสร็จก็ต้องแก้ เวลาไม่สบายก็วันครึ่งครับ มันก็ฟื้นมาแบบคนละเรื่องเลย ทำให้มั่นใจว่าเราสามารถที่จะดูแลตัวเองได้”

(ยศพล เลิศวิมลชัยศิริ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 16. กรณีศึกษาที่ 1.23 ภาคผนวก ก.)

“เป็นโรคเยอะมากหลาย ๆ โรค เป็นโรคเลือด เป็นลำไส้เป็นไชนัส แล้วก็ผ่าตัดหู ผ่าตัดคอ แล้วก็ปวดหัวหาสาเหตุไม่ได้เป็นก้อนที่รักแร้ ไปรักษาหลาย ๆ โรงพยาบาลแล้ว รักษานานมากแล้ว บางโรคก็บอกหาสาเหตุไม่ได้แต่ก็ต้องจ่ายยา แล้วก็ต้องใช้ยาไปตลอดโดยที่ไม่รู้ว่าเราจะหายเมื่อไร ทีนี้ทีนี้ทีนี้เลยมีความรู้สึกที่ไม่อยาก ไม่อยากกินยาเคมีแล้ว ก็เลยอยากหาวิธีอื่น มาเข้าค่ายสุขภาพ หลังจากปฏิบัติด้วยเทคนิค 9 ข้อ อาการต่าง ๆ ดีขึ้น จึงนำกลับไปใช้ต่อเนื่อง ไปทำอยู่ 6 เดือน อาการที่เป็นอยู่ดีขึ้นบางอย่างก็หายเลย แล้วก็คิดว่าตัวเองหายแล้ว พอหายแล้วก็หยุดทำอะ ทีนี้อาการที่

เป็นอยู่มันก็กลับมาแล้วก็รุนแรงกว่าเดิมด้วย แอมยังพอไปตรวจใหม่ ก็มีอาการของโรคชนิดใหม่ เพิ่มขึ้นอีกค่ะ มีอาการปวดหัวและเป็นไข้ อาการมันก็ทุเลาลงหายลงไปได้ด้วยกดยุค กัวซา ตอนนี่คือไม่หนาวไม่ไข้แล้ว แต่ว่าเหลือแต่อาการร้อน ไข้เบาลง เพราะฉะนั้นแสดงว่า 9 ข้อ ของ คุณหมอนะคะ ถ้าใครเข้าใจหรือว่าเอาไปใช้แล้วก็ปรับให้เข้ากับตัวเองก็จะ ได้ผลมากเลย”

(ปาน, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 16. กรณีศึกษาที่ 1.24 ภาคผนวก ก.)

“มีอาการไม่สบายมาตลอดเลย อาการไข้หวัดใหญ่ (Flu Symptoms) จะมีไข้ Low-Grade fever ปวดตามข้อ ปวดหัว เป็นมา 3 อาทิตย์ พอได้ดื่มฉี 2 โดส หายเลย เป็นตลอดชีวิตตั้งแต่จำความ ได้เลย 4-5 วัน จะถ่ายที แล้วก็ป็นเม็คซี่แพะ ดื่มน้ำเกือบ 2 อาทิตย์ ตั้งแต่นั้นมา สามารถถ่ายเองได้ทุกวัน”

(รวมพร คุณเกษม, สัมภาษณ์. 2557, กันยายน 25. กรณีศึกษาที่ 1.26 ภาคผนวก ก.)

“ผมรับประทานแต่ผักและอาหารสุขภาพ 90 เปอร์เซ็นต์ (%) ของอาหารที่ผมทานเป็น อาหารมังสวิรัต ทำให้น้ำหนักผมลดไป 15.9 กิโลกรัม หลังจากนั้น ก็ทานมังสวิรัตติดต่อกันเป็น เวลา 6 สัปดาห์ น้ำหนักลดไป 6.8 กิโลกรัม ค่าน้ำตาลสะสมในเลือดกลับลงมาเป็น 5.4 ซึ่งเป็นค่า ปกติ ก่อนหน้านั้นค่าน้ำตาลสะสมในเลือด 5.7 อีกอาการ ก็ท้องเสีย เป็นไข้ รู้สึกแยจนถึงเข้า ซึ่งเป็นเข้าที่เราต้องเข้าค่ายสุขภาพแพทย์วิถีพุทธ ผมรู้สึกไม่สบายมาก ๆ ทั้งคืน ตอนเช้าคุณแม่มา ลงทะเบียนเพื่อเข้าค่ายเลยขอความช่วยเหลือ นั่นเป็นครั้งแรกที่ผมทำสวนล้างลำไส้ใหญ่ (ดีท็อกซ์) มีคนกัวซาให้ครั้งแรก หยอดหูด้วยน้ำสกัดย่านาง ชูตศิระษะ มันช่วยได้ ผมรู้สึกดีขึ้น ๆ ”

(เกริกศักดิ์ คุณเกษม, สัมภาษณ์. 2557, กันยายน 25. กรณีศึกษาที่ 1.27 ภาคผนวก ก.)

“ได้ปรับอาหารของพ่อแดง แล้วก็ใช้น้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด โยคะ ใช้การสวนล้างลำไส้ ใหญ่ (ดีท็อกซ์) การกดจุด การแช่ การพอก ระยะแรกนี่การประคบนั้นเราใช้มาก ร่างกายที่เคยเกร็งก็ ดีขึ้น ที่บอกว่าโยคะมีส่วนช่วยได้มาก เริ่มลุกนั่ง ยืน เดินได้ แปร่งฟัน โคนหมวด แล้วก็แต่งตัวเอง”

(พ่อแดงและอู๋, สัมภาษณ์. 2556, กุมภาพันธ์ 8. กรณีศึกษาที่ 1.28 ภาคผนวก ก.)

“อาการปวด ปวดที่ไหล่ ปวดสะบักปวดไหล่ปวดคอ 2 ข้าง ไปปีศาจแล้วก็ตีหมดเลย มันยุบแล้วมันก็เอี้ยวคอได้นี้ มันเอี้ยวคอได้ มันหายปวดไปเยอะมากเลย อาการเจ็บป่วยก็ดีขึ้น ที่เคย เป็นเคยปวดตามเส้นนะคะ ปวดหลังปวดเอ็นดีขึ้นแข็งแรงขึ้น กินอาหารตามของโครงการแพทย์วิถีพุทธ แล้วก็แช่มือแช่เท้า จากที่เท้าเป็นเหน็บชากับปวดฝ่าเท้ามันไม่เจ็บแล้วมันดีขึ้น หลังจากที่ได้อา

ปีศาจเวลานี้ล้างตาด้วยล้างหน้าด้วยนะคะ คือตอนเข้ามาปุ๊บนี่ก็จะเซ็ดตาเลย ล้างตาตลอด ตอนนี้อย่างไม่ต้องใช้น้ำตาเทียม สุขภาพดีขึ้น เบาตัว”

(ชนัญญา แซ่ก๊วย, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 7. กรณีศึกษาที่ 1.29 ภาคผนวก ก.)

“ได้กินฉีตัวเองครั้งแรกที่ถ่ายสุขภาพแพทย์วิถีพุทธ ตอนนั้นก็กินมาได้ 3 เดือนกว่าแล้ว ก็รู้สึกว่าสุขภาพดี แต่ว่าไม่ได้เจ็บไข้ ได้ปฏิบัติ 1.ดื่มปีศาจ 2.หยอดตา 3.หยอดหู 4.กัวซา 5.กดจุดลมปราณ 6.ดื่มน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด 7.รับประทานอาหารที่สมดุล ที่ไม่มีเนื้อสัตว์ ก็เลิกมานี้ได้ 3 เดือนแล้ว รู้สึกว่าสุขภาพดีขึ้น”

(จิตรา รัก, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 7. กรณีศึกษาที่ 1.30 ภาคผนวก ก.)

“ดื่มน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด ทานอาหาร ออกกำลังกาย เลิกกินยาเคมี ทำให้ไขมันคลอเลสเตอรอลลดลง น้ำหนักลดลง แข็งแรงขึ้น ผิวหนังก็ดีขึ้น”

(ธรรมศักดิ์ ศรีรัตนกร, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 8. กรณีศึกษาที่ 1.31 ภาคผนวก ก.)

“ดีที่ออกซ์ สบายนะ แบบเรารู้สึกเบา ตาก็ใช้ฉีหยอดนะคะ มันก็จะอุ่น ๆ ก็ไม่แสบนะคะ แต่ถ้าใช้น้ำสกัดสมุนไพร น้ำสกัดเย็น จะรู้สึกเย็น ๆ ปฏิบัติตัวด้วยเทคนิค 9 ข้อ ในค่าย น้ำหนักตัวก็ลดลง”

(นภวรรณ, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.32 ภาคผนวก ก.)

“เน้นเรื่องอาหาร งดเนื้อสัตว์ ดื่มน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดทุกวันทุกมื้อ ทำกัวซา เข็มเมื่อเช้า ร่างกายดีขึ้น ระบบขับถ่ายก็ปกติ ทานอาหารก็ปกติ”

(จัญญ์ พันธุ์อุบล, สัมภาษณ์. 2556, กุมภาพันธ์ 5. กรณีศึกษาที่ 1.33 ภาคผนวก ก.)

“เรื่องปรับสมดุลทางสมุนไพร ดื่มแทบทุกวัน ไม่มีอาการจุกเสียด ใช้วิธีการพอกแช่เมื่อเช้า”

(อารีพัฒน์, สัมภาษณ์. 2555, เมษายน 5. กรณีศึกษาที่ 1.34 ภาคผนวก ก.)

“เป็นอัมพฤกษ์ เกิดจากไตวาย เดินไม่ได้เลย หมอร่วง เล็บดำ ทุกอย่างเหมือนจะตายแล้วค่ะ 11 วัน ที่นอนอยู่กับที่ กระดิกไม่ได้ ต้องป้อนอาหาร ทานเองไม่ได้ เพื่อนมาเข้าคอร์สแล้วเพื่อนกลับไปไปทำน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดให้กิน ดิฉันก็เริ่มกระดิกขาได้ เริ่มเดินได้ เริ่มดีขึ้นค่ะ เริ่มช่วยเหลือตัวเอง เริ่มเข้าห้องน้ำเองได้ เริ่มทำอะไร ๆ ได้เอง”

(วิราศิณี มณีโรจน์, สัมภาษณ์. 2557, กรณีศึกษาที่ 1.35 ภาคผนวก ก.)

“ตั้งใจได้ แล้วก็ทำได้เกือบทุกข้อ ในเทคนิคการปฏิบัติดูแลสุขภาพ ทั้ง 9 ข้อ ตามหลักการแพทย์วิถีธรรม ที่สำคัญก็คือเรื่องน้ำสมุนไพรปรับสมดุลหรือน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด เราทำได้เองที่บ้าน แล้วก็อาหาร ทานมังสวิรัตมือเดียว แล้วก็ไม่จุกจิก ไม่อะไรเลย ทานแบบเคร่งครัดเลย อาการภูมิแพ้หายไปโดยไม่รู้ตัว กินมือเดียว เราได้สุขภาพเราด้วย แล้วพอเราทำแล้วนี่ มันเห็นผลจริง ๆ เห็นผลก็คือตัวเรานี้โล่งโปร่งสบาย คิดอะไรก็เหมือนกับ มันไม่มีมัน ไม่ม่วงหงาวหวานอน แต่ก่อนที่อ้วน ๆ นะคะพอกกลางวันนี้ ขนาดนอนทั้งคืนแล้วกลางวันยังอืดส่ำห้วงอีก ที่สำคัญคือต้องใช้ธรรมะ”

(จันทวรรณ นัตรวรรณกุล, สัมภาษณ์. 2555, กันยายน 7. กรณีศึกษาที่ 1.37 ภาคผนวก ก.)

“ตอนที่หมอให้ยามา 9 เม็ด คือกินทั้งวันตั้งแต่เช้ายันเย็น ผมนับได้ประมาณ 9 เม็ด ผมก็ถามหมอว่าผมจะต้องกินยาถึงเท่าไร บอกว่าต้องกินตลอดชีวิต ผมก็รู้สึกว่ายากจริงๆ นี่ ทำไมต้องกินตลอดชีวิต แสดงว่ามันไปกดประสาททำให้ผมไม่สามารถมีชีวิตอยู่ได้ ผมมาจากโรงพยาบาลนี้ความดันโลหิต มันก็ไม่ลดนะครับ แต่ผมพอเจอพินิดดาที่ชวนมาเข้าค่ายสุขภาพแพทย์วิถีธรรมนี้ แล้วลองทานสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด แล้วก็ทานผักผลไม้ ทานคาร์โบไฮเดรตนี้ เป็นการทานอาหารตามลำดับ มันลดลงโดยเห็นชัดเจนเลย ถูกกับผมทุกวันนี้ ก็คือเรื่องอาหารนะครับผม”

(ตฤณภัท เกตวัลย์, สัมภาษณ์. 2555, กันยายน 7. กรณีศึกษาที่ 1.38 ภาคผนวก ก.)

“อาการของเราทั้งหมดนี้มันร้อนเกิน อาการแบบนี้ต้องกินสมุนไพรฤทธิ์เย็น อาหารฤทธิ์เย็นอะไรบ้าง ก็มาใส่ดู ย่านางก็มี หนุ่ยปักกิ่งก็มี ใบเตยก็มี กล้วยน้ำว้าก็มี ประมาณครึ่งชั่วโมงนั้นนะ ทำทุกอย่างที่ว่านี้กิน เชื่อกันไหมคะว่าอาการทุกอย่างที่นั่งทรมาณมาตอนนั้นก็ประมาณเดือนกว่ามันดีขึ้นอย่างทันตาเห็น ประคับประคองด้วยแค่สมุนไพรฤทธิ์เย็นกับอาหารนี้มาก่อน ผ่านไปเกือบ 4-5 เดือน มกราคม ปี 2554 จากที่ป่วย มาตั้งแต่กลางปี 2553 ที่นี้ก็มีหลายเม็ดยังไม่ได้ใช้ ก็มาเริ่มจากการทำสวนล้างลำไส้ใหญ่ (ดีท็อกซ์) ดีท็อกซ์มันดีตรงที่ว่าที่เราถ่ายเองไม่ได้นี่ มันก็ช่วยระบายพอกว๊านแล้วลมปราณที่ลือคัมหมุดปั๊บ นี่มันเบาเลย เบา มูฟเม้นท์ (bowel movement) ในลำไส้เคลื่อนไหวได้ ถ่ายเอง ตั้งแต่วันนั้นมาถ่ายเองได้โดยตลอด ไม่มีปัญหาอะไร”

(สุชนา ทิวถนอม, สัมภาษณ์. 2555, กันยายน 4. กรณีศึกษาที่ 1.39 ภาคผนวก ก.)

“อาหารบำบัดก็ดีค่ะ เพราะว่าเราทานแล้วเรารู้สึกว่าที่ไหล่ยุบนะคะ เพราะตอนที่มาที่ค่ายสุขภาพแพทย์วิถีธรรมนี้ คือ มีที่ไหล่ นะคะบวม แล้วก็ที่เท้าคะบวม ก็พอก มาพอกตรงศีรษะ มาพอกท้องนะคะ ก็เบาสบายคะ แล้วก็มีการกว๊านหลังคะ”

(กฤษณิศา, สัมภาษณ์. 2555, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.40 ภาคผนวก ก.)

“นอนไม่หลับ เดิน ๆ แล้วมันจะมาแปล๊บตรงนั้นตรงนี้ ปวดบ่า ผิวแห้งมีตุ่มใส ๆ เกิดที่
ง่ามขา ตัวยุบยิบ ๆ เหมือนคนเป็นวัยทอง พอมาย้ายถิ่นนอนหลับ สีนํ้าปัสสาวะดีขึ้น พอก้าวขาอาการ
ปวดบ่าก็ดีขึ้น ส่วนผิวแห้งก็สดชื่นขึ้น เล็บก็มีสีขึ้น”

(โอ, สัมภาษณ์. 2555, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.41 ภาคผนวก ก.)

“วันไหนทานยาไม่ครบ มือเท้าและขาบวมแล้วกดยุบ ใต้ท้องน้อยมีเม็ดถั่วเขียวขึ้น 1 เม็ด
แต่ไม่ใช่สิ่ว มันจะเหมือนมีเลือดนิ่ม ๆ พอมาย้ายแพทยวิถีธรรม ปัสสาวะใสไม่มีกลิ่นเหม็น ฝึกลด
ออกไปเลย นอนหลับเย็นสบาย”

(วทันยา, สัมภาษณ์. 2555, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.42 ภาคผนวก ก.)

“แบบนํ้าสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดนี้เวลาถ้าวันไหนมันแรงมันไม่เต็ม มันเพ็ชี่ ๆ พอดื่มนํ้า
สมุนไพรฤทธิ์เย็นสด ยิ่งถ้าปัสสาวะจะดีมากเลย แรงจะกลับมาเร็ว”

(นัฐรณพงษ์ ทองไพบูลย์, สัมภาษณ์. 2555, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.43 ภาคผนวก ก.)

“เลิกสูบบุหรี่ และปรับสมดุลโดยการปฏิบัติดูแลสุขภาพด้วยยา 9 เม็ด (เทคนิค 9 ข้อ)
ตามหลักแพทยวิถีธรรม โรคสะเก็ดเงินที่ศีรษะรักษาหายได้โดยการใช้ที่ กลางคืนที่ต้องลุกตื่นบ่อยมาก
เกือบตลอดทั้งคืน ก็ลดลง เหลือตื่นในช่วงของนาฬิกาชีวิตที่ร่างกายจะระบายความร้อนออกมาก ก็คือ
ช่วงเวลา 4 ทุ่ม-ตี 2”

(สิทธิชัย อรัญบุญการ, สัมภาษณ์. 2555, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.44 ภาคผนวก ก.)

“ตัวร้อนแต่หนาวสั่น มีไข้ พอดื่มนํ้าปัสสาวะใสลดลงเร็วกว่าทานยาลดไข้ กดจุดทำให้
อาการหนาวสั่นลดลง ชูดกัวซาแล้วสบายตัวขึ้น”

(น้องนัฐเมศและคุณแม่, สัมภาษณ์. 2555, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.45 ภาคผนวก ก.)

“อยู่บ้านนี้ ปฏิบัติตามหลักแพทยวิถีธรรมด้วยยา 9 เม็ด นี้ ปฏิบัติเข้มข้นกันมาก ทำทั้งการ
ดื่มนํ้าสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด ทำสวนล้างลำไส้ใหญ่ (ดีที่ออกซ์) นํ้าที่อะไร เราใช้ทุกอย่าง จัดกระดูก
โดยใช้การทำโยคะ กดจุด ทุกสิ่งทุกอย่างเราทำหมด อาการเขาก็ดีขึ้น”

(วรรณธนา สุวรรณศรีสาคร, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.46 ภาคผนวก ก.)

“ทานฉีก่อนเลย และก็ดีที่ออกซ์ ทำกัวซา ทำอะไรทำทุกอย่าง หน้ายุบบวม”

(สิริวีร์ ลำสกุล, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.47 ภาคผนวก ก.)

“เขาบอกว่าดูตัวอย่างที่ดีแล้วเอามาปรับปรุงใช้ใหม่คะ ให้ดูตัวอย่างไม่ต้องไปคิดเองให้เหนื่อย เราก็ดูของเขา เราก็ไปเข้าค่ายของเขาก่อน ดูว่าเป็นอย่างไร ทำตามของเขาเลยก็สัปดาห์ 9 เม็ดเป็นคนติดกาแฟ พยายามเข้าขึ้นเวรกล้างล้าง เวรย้ายเวรตีกินกาแฟ แต่หนูดื่มแก้วเดียว เขาบอกกินแล้วมันกระปรี้กระเปร่า เขาบอกว่าอันดับแรกต้องอดกาแฟให้ได้ วันแรกมีอาการที่เขาเรียกว่าลงแดง เหมือนยาเสพติดนะคะ ลงแดงทำยังไงดีนะ พิจิตอาสาบอกว่าต้องอดให้ได้ อดให้ได้ผ่านวันแรกแล้วมันจะหาย พิจิตอาสาเขาจะคอยช่วยกันใหญ่เลย ชูชชา ชูช ๆ โอ้โห จนแดงไปหมดแล้ว แต่ไม่เจ็บนะคะ ชูชกัวซาให้ ปรากฏว่า “หายค่ะ” จริง ๆ เจอมากับตัว รุ่งขึ้นไม่ปวดแล้วเราก็ อ้อ มันได้ผลจริง ๆ ปวดตรงไหนชูชตรงนั้นทำตรงนั้น แล้วอยู่ที่ใจ ถ้าใจเราว่าไม่ดื่มก็คือไม่ดื่มก็อดได้ อดกาแฟได้”

(จุฑพร อารีฤกษ์, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.48 ภาคผนวก ก.)

“ใช้ยาแผนปัจจุบันจากคุณหมอรักษาภูมิแพ้ผื่นคันของภรรยาผมต่อเนื่อง 3 ปี ผลคือเป็น ๆ หาย ๆ ไม่หายขาดนะคะ ขึ้นมาใหม่คือขึ้นมาก็แยกว่าเก่า แต่วิถีพุทธเรารักษาคุณแลเพียง 7 วัน จากข้อ 1 ถึงข้อ 5 ที่พูดไปเมื่อสักครู่คะ 2 สัปดาห์ หายเกือบ 100% นะคะ ไม่ต้องทานยาแผนปัจจุบันแล้ว ซึ่งเราหมดค่ารักษาไปเป็นหมื่นกับการรักษาแผนปัจจุบัน แต่โรคไม่หาย แต่ของแผนวิถีพุทธหมดค่ารักษาไปก็แค่ซื้อพวกสมุนไพรฤทธิ์เย็นไม่ถึงพันบาท แพทย์วิถีพุทธ ผมเป็นสามี ผมรักษาเขาหายภายใน 7 วัน สุขยอดไหมคะ แผนวิถีพุทธไม่ต้องลงทุนอะไรมากมายเลย ฉะนั้นผมจึงสรุปว่าทุกคนที่มานี่คะ 7 วัน ขอให้ตั้งใจศึกษานะคะ และ ไม่เพียงแต่ตั้งใจศึกษา ก็ให้ปฏิบัติอย่างเคร่งครัดด้วย ไม่เพียงแต่ 7 วันที่เราต้องศึกษาปฏิบัติอย่างเคร่งครัด ต้องนำกลับไปปฏิบัติที่บ้านต่อคะ พยายามคะ แค่ 7 วันไม่เพียงพอ 7 วัน แค่เป็นแนวทางบอกเรา การปฏิบัติอยู่ที่ตัวเรานะคะ แล้วก็ถ้าปฏิบัติดีแล้วคะ ก็บอกต่อ รักษาคนใกล้ชิดแล้วบอกต่อญาติสนิทมิตรสหายให้ขยายวงกว้างต่อไป ใครไม่เข้าใจก็มาศึกษาที่นี่ได้คะ ซึ่งเป็นบุญกุศลอย่างยิ่งของผู้ที่ได้เข้ามาถึงตรงนี้”

(สุรศักดิ์ ตั้งสถิตพร, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.49 ภาคผนวก ก.)

“ทานปัสสาวะแล้วก็ทำดีที่อกซ์ เดินไม่ต้องใช้ไม้เท้าแล้ว นอนหลับธรรมดา มันนอนไม่หลับ”

(ภิรมย์, สัมภาษณ์. 2556, มิถุนายน 15. กรณีศึกษาที่ 1.50 ภาคผนวก ก.)

“ได้กัวซาที่หน้า ปรากฏว่าไอ้ที่มันตั้งอยู่นะมันหย่อน ลองดื่มน้ำปัสสาวะ สิ่งหนึ่งที่พบคือว่าตัวเองเป็นคนปวดกระเพาะบ่อย ๆ ชอบแสบท้องตอนเช้า พอทานปัสสาวะเข้าไป 3 อีก เท่านั้น

ແລະ ຄະ ອາການທີ່ແສບ ໆ ນະ ພາຍໄປເລຍ ຄະ ກິນອາຫານເຄື່ອນກະເພາະ ຍາທີ່ເປັນແມກນີເຊີມສັດເພດຕ່າງ ໆ ມັນກໍ່ບໍ່ເໝືອນກັນນະ ຄະ ອັນນີ້ຄືສັດຂອງຕົວເອງ ແລະ ອັນທີ່ 2 ຄືຄືສະຣະພູມ ເພາະມັນໃຊ້ກັບຂ້າງນອກ ມັນສະດວກໃຈ ສະຣະພູມແລ້ວວັນນັ້ນ ເພື່ອນກໍ່ຮັບບອກວ່າ ວັນນີ້ທ່ານໄດ້ມາເຮັດເຮັດແນວນັ້ນຈັ່ງ”

(ກິງກມລ, ສັມພາຍຸດ. 2556, ມິຖຸນາຍນ 15. ກຣຸນິສິກຊາທີ່ 1.51 ກຸກຜນວກ ຄ.)

“ຕໍ່ມາເລື່ອງບຣິເວນລັງຫູແລ້ວກໍ່ຄອແລ້ວກໍ່ບານີຄະ ທອຣຸ່ມກັນ 3 ທີ່ເລຍ ໄປຫາພອແຜນ ປັຈຸບັນຄະ ແລ້ວພອແຜນປັຈຸບັນກໍ່ບອກວ່າໃຫ້ເຮົາທານອາແກ້ອັກແສບ ຄ້າ 1 ອາທິດຢື່ມພາຍນີ້ພອເຈກໍ່ຈະ ນັດເຈາະຊັ້ນເນື້ອ ເນື້ອອກທີ່ມັນໂຕອອກມາໄປຕຽວຄະ ທານໄປ 1 ອາທິດຢື່ມພາຍນີ້ພອເຈກໍ່ ແລ້ວມັນກໍ່ໂຕ ເພີ່ມຊັ້ນເປັນຈຸດທີ່ 4 ພອແຜນປັຈຸບັນຮັກຊາເຮົາໄດ້ແລ້ວ ເຮົາເຮັດປຣິຣຸນາໂທ ສາຂາສັງຄມສາສະ ຕຣ໌ ການແພທ໌ ກໍ່ເລຍເລືອກທີ່ຈະທ່ານວິຈັຍທີ່ຄ່າຍຸກພອເຊີຍນີ້ຄະ ຈິງມາສິກຊາຍາ 9 ເມັດແບບເຕັມຮູບແບບ ເມື່ອປຣິບັດຕໍ່ເນື້ອກໍ່ຍຸບລຽ ເພື່ອນຊວນໄປກິນອາຫານທະເລຄະເປັນບຸຟເຟັດ ເຮົາກໍ່ຄິດວ່າເຮົາພາຍແລ້ວ ກໍ່ກິນເຂົ້າໄປ ກຸ້ງ ປລາເມັກ ຈັດເຕັມເລຍ ພອເສັຣັຈແລ້ວຄັບບ້ານມາ ຮູ້ສິກວ່າຕໍ່ມາທີ່ມັນເຄຍ ໂຕມັນອັກແສບຄະ ມັນຮູ້ສິກມັນໂຕຊັ້ນມາເນັດເນັດເຮົາກໍ່ ເອັ້ ທ່ານຢັງໃຈດີ ເຮົາກໍ່ເລຍໄປກິນນ້ຳສມຸນໄປຣຸກຊັ້ນເຮັດ ພອກິນ ນ້ຳສມຸນໄປຣຸກຊັ້ນເຮັດເສັຣັຈ ໄດ້ນ້ຳເຮັດເລຍຄະ ຄື 2 ວັນ ມັນຍຸບແບບຍຸບພາຍໄປເລຍ

ທຸກທ່ານໄດ້ອຳນາຈການເປັນພອດ້ວຍຕົວເອງ ເມື່ອສິກຊາແລະປຣິບັດການແພທ໌ວິຖີພຸທຣ”

(ພຣປຣິວິ ຈັນທຣຸ່ວຸໄຣ, ສັມພາຍຸດ. 2556, ກຸມພາພັນ 15. ກຣຸນິສິກຊາທີ່ 1.52 ກຸກຜນວກ ຄ.)

“ດີຈັ້ນເປັນໂຣຄມະເຮັດລ່າໄດ້ໃຫຍ່ຮະຍະທີ່ 3 ສມັຍກ່ອນຊອບທານຝຣັ່ງມາກ ເວລາອຸຈາຣະອອກມາ ເຫນີຍວມາກ ຕ້ອງເອົາໄມ້ຊ່ວຍເຊີຍອອກ ຝຣັ່ງກິນມາກທ້ອງຊຸກ ແລະຕອນນັ້ນຕົວເອງມີພາຍາດດ້ວຍ ຮິງເກີຍຈພາຍາດ ເລຍໄມ້ຄ່ອຍອາຍາດ ອາຍາດເຮັດພາຍາດ ສ່ວນຜົນໄມ້ອື່ນ ໆ ໄມ້ຄ່ອຍໄດ້ທານ ສມັຍກ່ອນຜົນໄມ້ສຸກທີ່ຍ່ອຍຢ່າງ ໄມ້ຄ່ອຍທານ ແລະນ້ຳກໍ່ໄມ້ຄ່ອຍດີ ຈະດີມນ້ຳຕອນກິນຂ້າວເທ່ານັ້ນ ແຕ່ຕອນນີ້ດີມນ້ຳສມຸນໄປຣປຣັບສມຸດ ເປັນປຣະຈຳ ເຊັ່ນ ໂບຍ່ານາງ ໂບເຕຍ ຄ້າໄມ້ທ່ານເອງກໍ່ໄປຊື້ ແຕ່ໄມ້ໃຫ້ໄສນ້ຳຕາລ ໄມ້ຊອບດີມນ້ຳອັດລມ ຊາ ກາແຟ ຈະໄມ້ກິນອາຫານຮັຈັດ ເນື້ອສັດກໍ່ໄມ້ຄ່ອຍໄດ້ຮັບປຣະທານ ແຕ່ຈະຄມີປລາ ກຸ້ງ ບ້າງເນັດ ໆ ນ້ອຍ ໆ ແລະເປັນຄົນຮັບປຣະທານອາຫານເຮັດ ເຊີຍຂ້າວໄມ້ລະເອີຍ ຈະຮັບຄືນອາຫານ ຈິງພາຍາດຈະເຊີຍໃຫ້ຊ້າລຽ ຈິງປຣະຈຳວັນຕ້ອງຄູແລຫລານ ແຕ່ມີເວລາໄດ້ມາເດີນອອກກຳລັງກາຍຮອບ ໆ ບ້ານ ເດີນແກວ່ງແຂນ ຫືຣ ຈິງຈັກຮາຍໄປຕລາດ ເມື່ອປຣິບັດຕໍ່ເນື້ອ ສຸກພາດດີຊັ້ນ”

(ກຣະທ້ອນ ນາມສມມດີ, ກຣຸນິສິກຊາທີ່ 1.53 ກຸກຜນວກ ຄ.)

“ທ່ານໂຍຄະຄຸດລມປຣາຊ ທ່ານທຸກວັນເພາະເມື່ອທ່ານແລ້ວຈະນອນລັບສາຍ ດີນມາສດຊັ້ນ ທ່ານກັບຂ້າວກິນເອງ ບາງທີທ່ານໃຫ້ຮັບປຣະທານ ຈະເລືອກອາຫານທີ່ຮັບໄດ້ ໄມ້ຮັບປຣະທານເຮັດ ຈະມີ

ผักผลไม้และอาหารเสริมที่ทำจากผักผลไม้อีกด้วย ทำให้อุจจาระไม่เหลวเกิน นิ่มพอดี ทำความสะอาดง่าย”

(กล้วย นามสมมติ, กรณีศึกษาที่ 1.54 ภาคผนวก ก.)

“ไปตรวจน้ำตาล มั่นคงเหลือแค่ 100 จะมีจิตใจดีขึ้น วันหนึ่ง ๆ ตื่นเช้ามาก็ออกไปเดินแกว่งแขน 500 - 2,000 ครั้ง และเดินไปรอบ ๆ บ้านคล้ายเดินจงกรม เข้าค่ายอบรม 7 วัน ระหว่างอบรมตัวเองก็หยุดการกินยาเบาหวานด้วย ซึ่งมีน้ำตาลสูงถึง 500 ในตอนนั้น หลังจากนั้นจะกินอาหารสุขภาพของคุณหมอเขียวไปเกือบปี พอไปตรวจน้ำตาล มั่นคงเหลือแค่ 100”

(กระเจียบ นามสมมติ, กรณีศึกษาที่ 1.55 ภาคผนวก ก.)

“ทำดีที่ออกซ์ ใส่น้ำสมุนไพรปรับสมดุลฤทธิ์เย็นเข้าไป และระบายพิษร้อนออกมาเลย จะกลืนไว้ไม่ได้ ทำประมาณ 5 ครั้ง อุจจาระได้ออกมาบางส่วน เมื่อทำเสร็จไม่มีอาการปวด หรืออึดอัด ทำให้รู้สึกเบาโล่งสบายท้องขึ้น”

(ภิกษุสมบุรณ์ สมาชิก, สัมภาษณ์. 2558, มีนาคม 9. กรณีศึกษาที่ 1.56 ภาคผนวก ก.)

“ในช่วงแรกที่เข้าไปในค่าย มีอาการเมื่อยหลังและปัสสาวะสีเข้ม มีฟอง เมื่อกินอาหารปรับสมดุล ทำดีที่ออกซ์ ชูดักวชา โยคะ อาการเมื่อยหลังยังมีอยู่ แต่ก็รู้สึกเบาตัวขึ้น ปัสสาวะมีรสจืด”

(บุญยวีร์ ศักดิ์ศิริวานิช, สัมภาษณ์. 2557, กุมภาพันธ์ 2. กรณีศึกษาที่ 1.57 ภาคผนวก ก.)

“มีก้อนไขมันที่มะนาวตรงต้นคอด้านหลัง เป็นมาประมาณ 1 ปี เริ่มโตทีละนิดแพทย์บอกว่าเป็นความผิดปกติของต่อมไทรอยด์เป็นก้อนไขมัน แพทย์แนะนำให้ผ่าตัดออกมาได้เข้าค่ายสุขภาพสวนป่านานาชาติ 4 วันที่ 27 กรกฎาคม 2557 ก็กลับไปปฏิบัติตนที่บ้าน ได้เข้าค่ายสุขภาพที่สวนป่านานาชาติ 4 วันที่ 27 กรกฎาคม 2557 ก็กลับไปปฏิบัติตนที่บ้านปรับอาหาร รับประทานอาหารปรับสมดุล รสจืด แซ่มีอแซ่เท่า วันละ 1 ครั้ง ตอนเย็นทุกวัน สมุนไพรปรับสมดุลที่ใช้ คือ โใบมะขาม โใบเตย ว่านกาบหอย ย่านาง คีมน์น้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด ทั้งวันแทนน้ำเปล่า และชูดักวชา เป็นบางวัน วันที่ 20 สิงหาคม 2557 คลำดู พบว่าก้อนไขมันดังกล่าวหายไป”

(อมร พนมศักดิ์, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 27. กรณีศึกษาที่ 1.58 ภาคผนวก ก.)

“พอเข้าค่ายครบ 7 วันก็โล่งเลยคะ แล้วหนอกที่ขึ้นข้างหลังตรงคอคะ ที่เกิดจากยาเพนนิซิลิน และก็คางที่ย้อย ๆ หน้าที่ยวม ๆ มันก็เริ่มยุบเริ่มหาย เพื่อนที่มาเข้าค่ายด้วยกันเขาก็

บอกว่าหน้ายุบลงนะ ทีนี้ก็น้ำปัสสาวะคะ เป็นยารักษาโรคที่ดีที่สุด คือมันไม่มีอาการเจ็บอาการปวด มันสบายมันโล่ง ข้าวก็กินอร่อยขึ้น กลับไปถึงบ้านก็ปฏิบัติตัวศาสตร์นี้ตลอดมา ที่เข้ามาหา ไม่ต้องใช้เลย ทั้งเลย ยานางก็จะปั่นแบบเข้มข้นจะขาดไม่ได้ เราจะใช้กินแทนน้ำเลยคะ เพราะรู้สึกกินแล้วมันสบาย”

(จิตาภา พันนารักษ์, สัมภาษณ์. 2556, กรกฎาคม 24. กรณีศึกษาที่ 1.59 ภาคผนวก ก.)

“มาเข้าครั้งนี้ก็ดีขึ้น อยู่พอถึงวันสุดท้ายก็รู้สึกว่าจะแข็งแรงขึ้น ค่าระดับน้ำตาลในเลือดที่เป็นโรคเบาหวาน ตอนผมเข้ามามัน 220 แต่ตอนที่ออก (ค่าย) มัน 180 แต่น้ำตาลจาก 300 เหลือ 200 โรคไตนี้ ผมจำได้ว่าตอนสมัครครั้งแรกกับครั้งหลังไม่มีอาการเขียวเป็นฟองแล้ว ดีขึ้นแล้ว”

(ชนกร ชิ่งตระกูล, สัมภาษณ์. 2556, กรกฎาคม 30. กรณีศึกษาที่ 1.60 ภาคผนวก ก.)

“ทำอาหารเป็นหลัก ทำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดดื่มประจำ ดีที่ออกซ์ด้วยน้ำปัสสาวะ น้ำเปล่า การกัวชาูรู้สึกไม่สบายตรงไหนก็จุดตรงนั้นจะช่วยได้”

(สวาง จันทรย์แย้ม, สัมภาษณ์. 2556, กรกฎาคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.61 ภาคผนวก ก.)

“ได้กินน้ำสมุนไพรปรับสมดุล กินอาหารปรับสมดุล ออกกำลังกายโยคะกวดจุดลมปราณบวกกับเทคนิคยาเม็ดอื่น ๆ ก็มีความรู้สึกสบายตัวขึ้น”

(อุดมศักดิ์ ชูจีน, สัมภาษณ์. 2557, มกราคม 28. กรณีศึกษาที่ 1.62 ภาคผนวก ก.)

“โรคมะเร็งกระเพาะอาหาร เอน้ำยานางแช่ท้องก็ทำ แล้วประคบท้อง ประคบเย็น ดีที่ออกซ์ 2 วัน ได้กินอาหารปรับสมดุล คิมจิของเรา รู้สึกสบายขึ้น”

(กระเทือ นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, พฤศจิกายน 6. กรณีศึกษาที่ 1.63 ภาคผนวก ก.)

“เป็นโรคมะเร็งปอด ทำคีโม 4 เข็มแล้ว ซีดมาก อ่อนเพลีย ให้เลือด 2 กระปุก ต่อมาได้ใช้ยา 9 เม็ดตามหลักแพทย์วิถีธรรม อาการมีแนวโน้มดีขึ้น”

(กระเทียม นามสมมติ, กรณีศึกษาที่ 1.64 ภาคผนวก ก.)

“เริ่มปี 2551 เป็นไวรัสตับอักเสบบี คุณหมอแผนปัจจุบันระบุว่า ตรวจพบมีไวรัส 39 ล้านตัว รักษาที่คุณหมอแผนปัจจุบันเสียค่าใช้จ่ายกว่าล้านบาทแต่ก็ไม่หาย ปี 2549 เริ่มปฏิบัติตัวในการใช้

ยา 9 เม็ด ตามหลักแพทย์วิถีพุทธ ปฏิบัติต่อเนื่องจนถึงต้นปี 2557 ไปรับการตรวจคุณหมอแผนปัจจุบันบอกว่า ดีใจด้วยนะมันหมดแล้วเหลือศูนย์ตัวเลยอะ”

(ศุภพร ชินศิริ, สัมภาษณ์. 2558, กุมภาพันธ์ 21. กรณีศึกษาที่ 1.65 ภาคผนวก ก.)

“ดูแลสุขภาพด้วยเทคนิคยา 9 เม็ด ปฏิบัติไป 1.5 เดือน อาการดีขึ้น มีแรงขึ้น กินข้าวได้ มีกำลังใจขึ้น จากเดิมที่เหนื่อยง่าย กินแล้วอาเจียน”

(โชคชัย, สัมภาษณ์. 2558, กุมภาพันธ์ 22. กรณีศึกษาที่ 1.66 ภาคผนวก ก.)

“ปฏิบัติตัวด้วยแพทย์วิถีพุทธ ทำน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด และออกกำลังกาย ทำดีที่อกซ์ และกินน้ำสมุนไพรปรับสมดุล ร่วมกับการออกกำลังกาย กินอาหารแบบหมอเขียว หลังจากปรับสมดุลร่างกายได้ 1 เดือน ประจำเดือนก็มาเป็นปกติ หลังจากไม่มา 3 ปี”

(รุจิรา แสนสุข, กรณีศึกษาที่ 1.67 ภาคผนวก ก.)

“SLE ปวดเมื่อยตามเนื้อตามตัว มีไข้ เป็นซิสต์ในมดลูกประจำเดือนผิดปกติ มาเดือนละ 2 ครั้ง ซีสต์ปวดข้อ สาเหตุโดนสารเคมีจากขนม รักษาด้วยแพทย์แผนปัจจุบัน กินสเตียรอยด์กินนาน 15 ปี จนเกิดอาการแพ้สเตียรอยด์ ปฏิบัติตัวด้วยแพทย์วิถีพุทธ กินดี ปรับอาหาร โยคะ กินอาหารที่ดีขึ้นและออกกำลังกายกินอาหารที่ดีขึ้น และออกกำลังกาย ดีที่อกซ์สวนลำไส้ใหญ่เข้าเย็น งดยาเคมี พังกรรม สนทนากับมิตรดี สหายดี ผลจากการใช้แพทย์วิถีพุทธ มีกำลังใจมากขึ้น ความเครียดวิตกกังวลลดลง”

(วาสนา เค้นอุดม, กรณีศึกษาที่ 1.68 ภาคผนวก ก.)

“เริ่มปฏิบัติตัวแบบหมอเขียวกินน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นน้ำย่านาง-ใบเตย เข้มข้นวันละ 2 ลิตร คอยุบ (จากที่บวม) กินดีเปลี่ยนมากินผัก แต่ยังกินปลาไม่กี่ครั้งในช่วงแรกแล้วคัน จึงเลิกกินเนื้อทุกชนิด กินต้มผักไม่ปรุงรส 45 วัน ทำให้ก้อนเนื้อมยุบ ผลจากการใช้แพทย์วิถีพุทธ อาการทุเลาลง”

(อำนาจ งามวงศ์รักษ์, กรณีศึกษาที่ 1.69 ภาคผนวก ก.)

“ดื่มน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด กินอาหารปรับสมดุล กินผัก ผลไม้ ไปตรวจเลือดทุก 2 สัปดาห์ ผลการตรวจ ผลเลือดดีขึ้น อาการหายไป ผลตรวจมีค่าปกติ มีกำลังใจมากขึ้น”

(วัชชัย รอยเรืองพาณิชย์, กรณีศึกษาที่ 1.70 ภาคผนวก ก.)

“คั้นน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดจากสมุนไพรคั้น ทำคิตีที่อกซ์ อูจาาระตักข้างออกมาเยอะมาก คั้นน้ำปัสสาวะในค้ำย ลืมตาในน้ำปัสสาวะ ปรับอาหารทานผักมากขึ้น สายตาดำขึ้น (เดิมสายตาสั้น) มีกำลัง อารมณ์ของโรคทุเลา ความเครียดลดลง”

(ปณิศา แสงประเสริฐ, กรณีศึกษาที่ 1.76 ภาคผนวก ก.)

“กินน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็น (ผสมน้ำอุ่น) ใช้ฉี่ กินฉี่ ทานี่ หมักผม ทำโยคะและกดจุด ตามที่มีบันทึกใน YouTube กินผักมากขึ้น ฟังธรรมะ ทำให้อาการปวดประจำเดือนหายไป ผมมีมากขึ้น อาการหาย มีกำลัง”

(วิสา โหตระ, กรณีศึกษาที่ 1.77 ภาคผนวก ก.)

“ปฏิบัติตัวด้วยแพทย์วิถีพุทธ สอนล้างช่องคลอดโดยใช้ฉี่ หยอดหูหยอดตาด้วยฉี่ กินอาหารปรับสมดุล กินผักปรับสมดุล ผลจากการใช้แพทย์วิถีพุทธ ตกขาวหาย ร่างกายแข็งแรงขึ้น ขับพิษได้ดีจริง”

(คุณหมื่น นามสมมติ, กรณีศึกษาที่ 1.79 ภาคผนวก ก.)

“คั้นน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด ใช้ยานาง ใบเตย อัญชัน ดิที่อกซ์ ชูดกัวซาเอง แห้มือเท้าและตัวด้วยสมุนไพร น้ำปัสสาวะ พอกด้วยผงถ่าน ดินสอพอง โยคะ กดจุด ปรับอาหารฤทธิ์เย็น เปิดฟังธรรมจากซีดี หาพืชผักรสฝาดมาพอกแปะไว้ อาการดีขึ้นหลังจากใช้ได้ 3 วัน”

(อรัญญา พรหมเนรมิต, กรณีศึกษาที่ 1.80 ภาคผนวก ก.)

“กินน้ำยานางกินน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดตั้งแต่ตั้งครรภ์จนถึงปัจจุบัน สอนล้างลำไส้ใหญ่หรือทำคิตีที่อกซ์ให้ลูกขณะลูกอายุ 2 เดือน เพราะเด็กป่วยเกิดมาน้ำหนักน้อย ตัวเล็ก กินฉี่ทุกครั้งที้ออกมาตลอดระยะเวลาของการรักษา ตอนที่ท้องน้องกินผักตลอดระยะเวลาตั้งครรภ์”

(ครอบครัวคุณหมูปล ยอดสะเทิน, กรณีศึกษาที่ 1.81 ภาคผนวก ก.)

“คั้นน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด ชูดกัวซาแผ่นหลัง ทำคิตีที่อกซ์ แห้มือแห้เท้า ตามที่ทางค่ายแพทย์วิถีธรรมจัดให้ คั้นปัสสาวะ ฝีกโยคะตามกิจกรรมช่วงเช้า กินอาหารปรับสมดุลมากขึ้น 70% ในเวลา 3 วัน เมื่อปรับอาหารทำให้รสชาติน้ำปัสสาวะดีขึ้นเหมือนน้ำชาอร่อย ไม่หิว ไม่กินอาหารที่นอกจากที่ทางค่ายจัดให้ ทำ 3 ครั้ง ครั้งละ 3000 cc ดีขึ้น เห็นทันตาหลับสบาย”

(นวลพรรณ, กรณีศึกษาที่ 1.82 ภาคผนวก ก.)

“ปฏิบัติตัวอย่างเคร่งครัด ต่อเนื่อง 6 เดือน ไปตรวจไม่พบเชื้อมะเร็ง หรือสารที่จะก่อมะเร็งใด ๆ ก่อนยุบลงออกกำลังกายมากขึ้น และจะใช้วิธีนี้รักษาตัวเองจนกว่าจะหายขาด”

(บัลชลี, กรณีศึกษาที่ 1.84 ภาคผนวก ก.)

“ทำยา 9 เม็ดทุกข้อ ใช้น้ำปัสสาวะตลอด ตั้งใจฟังคุณหมอเขียวบรรยาย อาการที่ไม่สบายทั้งหลายนั้นทุเลาเบาบางเป็นอย่างมาก เบาเนื้อเบาตัว แม้ว่าตรงผลฉายแสงจะยังแข็งและปวดมาก เป็นมานานถึง 11-12 ปี”

(จูติรัตน์, กรณีศึกษาที่ 1.85 ภาคผนวก ก.)

“สามีเป็น โรคเก๊าต์ เราก็ควบคุมอาหาร และถ้ามีอาการเจ็บที่รับกัวซา อาการก็จะดีขึ้น ไม่ไปหาหมออีกเลย วิธีของอาจารย์หมอเขียว ทำทันที หายทันที”

(ราตรี ห่านตระกูล, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.9 ภาคผนวก ก.)

“ข้อกระดูกสันหลังเริ่มคลายตัวจากการถูกลี้อไไว้เป็นเวลานาน กระดูกเชิงกรานเริ่มขยับตัวได้ อาการตึงเกร็งค้างขณะนอนราบคลายตัวได้เร็วขึ้นกว่าแต่ก่อน เคลื่อนไหวตัวได้คล่องขึ้น”

(ชัยวิวัฒน์ ชูรวพันธ์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.10 ภาคผนวก ก.)

“9 เดือนน้ำหนักลดกว่า 20 กิโลกรัม โดยไม่ต้องเสียเงินสักบาท และภูมิใจมากเพราะเราเป็นคนทำให้เกิดความมหัศจรรย์นี้ด้วยตนเอง”

(ณัฐชยาน์ นาคบำรุง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.11 ภาคผนวก ก.)

“ตัวเบาสบาย หายจากโรคความดันโลหิตสูง มีจิตปลอดโปร่ง และอยากช่วยเหลือผู้อื่น ขยันขึ้น พักผ่อนได้ลึก แต่ใช้เวลาสั้นลง”

(ไพโรจน์ โกสุมขจรเกียรติ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.71 ภาคผนวก ก.)

“เมื่อร่างกายเบาสบายมากขึ้น จิตใจก็สงบขึ้น อารมณ์ไม่แปรปรวนมากเหมือนช่วงที่มีอาการไทรอยด์เป็นพิษ”

(บุษกร กุลมาตย์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.83 ภาคผนวก ก.)

“ประโยชน์จากการดูแลสุขภาพตนเองได้ ทำให้เพื่อน ๆ ที่ป่วยไม่สบายจะมากถามดิฉันบ่อยมาก ดิฉันก็จะแนะนำทุกคน ถ้าเราปฏิบัติตัวตามแนวทางนี้ เราประหยัดเงินได้เยอะมาก ที่สำคัญไม่ต้องเสียต๋อยาสารเคมีต่าง ๆ ดีมากค่ะ”

(นวลจันทร์ กาดทอง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.91 ภาคผนวก ก.)

“มะเร็งปอด ได้รับคำแนะนำจากพี่น้อง ได้พลังจากหมู่กลุ่ม ทำให้ไม่ต้องใช้ยาเคมีหรือหมอแผนปัจจุบันใด ๆ เลย ใช้เวลาตั้งแต่เริ่มมีอาการจนถึงวันที่ไม่ต้องตื่นตอนกลางคืน แค่ 2 เดือนก็เห็นผล”

(พวงเพชร ช่างซอ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.92 ภาคผนวก ก.)

“มาเข้าค่ายหมอเขียว จึงได้ข้อมูลเพิ่มมากขึ้น ทำให้มั่นใจว่าสุขภาพที่ดีสามารถสร้างได้ถ้าวิบากไม่ขัดขวางจนเกินไป”

(ศิริพร กาดทอง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.93 ภาคผนวก ก.)

“แม้ความดันโลหิตยังไม่ปกติ แต่รู้สึกได้ว่าสภาพร่างกายดีขึ้น รู้สึกสบายมากกว่าเก่า”

(สงกรานต์ มาประสบ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.95 ภาคผนวก ก.)

“ส่วนใหญ่คนรอบข้างยอมรับและให้กำลังใจ แต่ก็มีบ้างส่วนที่จะงงกับเรา จากการแต่งตัว การกิน เราจะไม่ทานเนื้อสัตว์ ญาติ ๆ ก็จะหวังว่าขาดสารอาหาร เราคอมลงแต่ก็บอกเขาว่าเราสบายนะ ทุกวันนี้ไม่ต้องทานยา ทุกคนก็ดูจะยอมรับมากขึ้น”

(ศิริวรรณ รูปโถม, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.96 ภาคผนวก ก.)

“เน้นการสวนล้างลำไส้ใหญ่ (ดีที่ออกซ์) ทานอาหารปรับสมดุลปฏิบัติตัวแบบสบาย ๆ ไม่เครียดไม่เร่งผล อาการป่วยที่เคยเป็น ได้หายไปตั้งหลายอย่าง เช่น เวียนศีรษะ เดินเซ ปวดหัว ไมเกรน ริดสีดวงทวาร ไอตอนเช้า (ริดสีดวงเป็นมาเกือบ 20 ปี ก็พลอยหายไปด้วย) กรณีของดิฉันที่หายเร็วอาจจะเพราะพื้นเพเดิม เป็นคนไม่ชอบทานเนื้อสัตว์ใหญ่อยู่แล้ว ทานปลาเป็นหลัก”

(สุภาพร สุวรรณวุฒิชัย, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.97 ภาคผนวก ก.)

“เมื่อใช้การแพทย์วิถีพุทธ ทำให้เจ็บป่วยน้อย นาน ๆ ครั้ง จึงจะป่วยค่ะ”

(จันทร์พิมพ์ สิริรักษ์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.98 ภาคผนวก ก.)

“เมื่อปฏิบัติตามเทคนิค 9 ข้อ ของแพทย์วิถีพุทธแล้ว ไม่ต้องหยุดงานไปหาหมอ แต่หยุดงานไปช่วยคน (ที่ถ่ายสุขภาพแพทย์วิถีพุทธ) แทนการไปหาหมอ”

(วิชัย จตุภัทร์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.99 ภาคผนวก ก.)

“ปัจจุบันไม่กังวลกับ โรคต่าง ๆ ที่ป่วย ไม่กังวลว่าจะมีใครดูแล เพราะสามารถเป็นหมอวิถีพุทธ ดูแลตัวเองได้”

(อุบลิกาทัศนีย์ เลียดทอง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.101 ภาคผนวก ก.)

“ได้ใช้เทคนิค 9 ข้อ ของการแพทย์วิถีพุทธ ทำให้มีกำลัง กระฉับกระเฉง แข็งแรง คล่องตัว เคลื่อนไหวได้ดี”

(ประภาวัลย์ เล็กประสมวงศ์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.102 ภาคผนวก ก.)

“ถ้ามีอาการเจ็บป่วยเล็กน้อย เมื่อปฏิบัติตามแพทย์วิถีพุทธ สามารถหายได้ภายใน 1 วัน ถ้ามีอาการเจ็บป่วยมาก อาจต้องใช้เวลาหลายวัน การเชื่อในกฎแห่งกรรม ไม่กลัวตาย ไม่กลัวโรค ไม่เร่งผล ไม่กังวล ทำให้หายโรคเร็ว”

(พัชรีย์ พรหมทอง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.103 ภาคผนวก ก.)

“จบค่ายกลับบ้านกินอาหารที่มีฤทธิ์ร้อนทำให้เกิดอาการไข้ตัวร้อน จึงฉีดยาที่เพิ่งไปเรียนมา ทำทุกอย่าง รวมทั้งดื่มน้ำปัสสาวะและสวนล้างลำไส้ใหญ่ (ดื่มน้ำออกซ์) อาการไข้ตัวร้อนหายไปเลย ไม่ต้องไปหาหมอหรือกินยาใด ๆ”

(น้องโอ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 3.63 ภาคผนวก ก.)

“งดทานเนื้อสัตว์ รสชาติของอาหารจืดลงกว่าเดิม พยายามทานผัก ผลไม้ฤทธิ์เย็น ทำให้สุขภาพดีขึ้น”

(รมลทิพย์ บวรวิชัยพรธนา, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 3.251 ภาคผนวก ก.)

“ขอยืนยันผลการดูแลสุขภาพด้วยเทคนิค 9 เม็ด โดยไม่ใช้ยา มีก้อนหินปูนอยู่ที่เต้านมข้างซ้ายจำนวน 2 เม็ด ขนาด 1 ซม. พบตั้งแต่เมื่อ 5 ปีที่แล้ว ปฏิบัติตัวตามแนวแพทย์วิถีพุทธมา 3 ปี ตอนนี้อยู่ไม่พบแล้ว ขอบคุมหอมเขียวและจิตอาสาที่กระตุ้นเตือนใจให้มีกำลังใจปฏิบัติตัวจนสามารถรักษาตัวเองได้ผล น่าพอใจค่ะ”

(Tiprat Hiriwattanawong, กรณีศึกษาที่ 4.13 ภาคผนวก ก.)

“เมื่อก่อนกินยาทุกวัน ตัวร้อน และเกร็งไปทั้งตัว พอได้เข้าร่วมโครงการแพทย์วิถีพุทธได้ออกกำลังกาย ได้กินอาหารปรับสมดุล ดื่มน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด ได้ฟังธรรมะ ตอนนี้ไม่ได้กินยาแล้ว”

(อโวกาโต นามสมมติ, บันทึก. 2557, กรณีศึกษาที่ 5.4 ภาคผนวก ก.)

“ก่อนเข้าร่วมโครงการแพทย์วิถีพุทธมีอาการปวดเข่า เดินไม่สะดวก น้ำหนัก 80 กิโลกรัม ตอนนี้เหลือ 63 กิโลกรัม น้ำหนักลดลง 17 กิโลกรัม ไม่ปวดเข่า ร่างกายเบาสบาย เดินคล่องขึ้น

จะไม่กินเนื้อสัตว์ จะทำอาหารปรับสมดุลร้อนเย็นแบบนี้ เพราะกินแบบนี้แล้วเรื่องของการปวดเข่า อาการดีขึ้น”

(พลับพลึง นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.6 ภาคผนวก ก.)

“เคยท้องผูกปวดมดลูก แก้ด้วยการกินน้ำสมุนไพร + น้ำถ่าน + น้ำมันเจียว และสวนล้างลำไส้ใหญ่ (ดีทีออกซ์) ตอนนี้ถ่ายสะดวก อาการปวดมดลูกก็ดีขึ้น ไม่ค่อยเจ็บแล้วแต่ก่อนกินยาทุกเดือน ตั้งแต่มากินอาหารรสจืด ตอนนี้ไม่ได้กินยา การแพทย์วิถีพุทธ ทำให้ช่วยเหลือตนเองในการดูแลสุขภาพ ได้เป็นหมอดูแลตนเอง”

(การะเวก นามสมมติ, บันทึก. 2557, กรณีศึกษาที่ 5.7 ภาคผนวก ก.)

“เป็นโรคหัวใจ เวลาเป็นจะชัก ปากจะเขียว กินอาหารในโครงการแพทย์วิถีพุทธ ทำให้ตัวเบา จิตใจสงบ ตอนนี้โรคหัวใจที่เต้นเร็วก็ดีขึ้น ไม่เป็นเหมือนเมื่อก่อน ไม่ชัก”

(จำปูน นามสมมติ, บันทึก. 2557, กรณีศึกษาที่ 5.8 ภาคผนวก ก.)

“ถ้าทำตามที่โครงการแพทย์วิถีพุทธ สอนกินอาหารของโครงการแพทย์วิถีพุทธจะดีมาก ตอนนี้โรคหอบหืดหายไป ไม่รู้ว่าหายไปได้อย่างไร เมื่อก่อนกินยา ตอนนี้ไม่กินยาเลย ดื่มน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดและน้ำปัสสาวะ วันละ 2 ครั้ง โรคหอบหืดหายไป 6 เดือนแล้ว ที่ไม่เป็น ไม่มีอาการหอบเลย อาการของโรคกระเพาะก็ไม่เป็นแล้ว”

(ลำดวน นามสมมติ, บันทึก. 2557, กรณีศึกษาที่ 5.10 ภาคผนวก ก.)

“สุขภาพดีขึ้น ได้ฝึกตนเองในการรับประทานอาหารปรับสมดุล ได้รู้จักพืชผักสมุนไพรที่ไม่เคยรู้จักมาก่อน และไม่เคยรู้เลยว่ามันคือสมุนไพร ได้รู้จักวิธีปรุงอาหาร วิธีทำน้ำเพื่อสุขภาพทาน ได้รู้จักวิธีแก้อาการในร่างกายตัวเอง โดยที่ไม่ต้องอาศัยยา ได้รู้จักจุดลมปราณต่าง ๆ ได้ฝึกจิตใจตัวเอง และรู้วิธีที่จะดำรงชีวิตของตัวเองอย่างไรให้พอเพียงผาสุก”

(ชามะนาด นามสมมติ, บันทึก. 2557, กรณีศึกษาที่ 5.14 ภาคผนวก ก.)

“อ่านเจอ น้ำปัสสาวะ เป็นยาดี ก็ลองดื่ม แล้วบ้วนปาก ตามด้วยล้างหน้าทุกวัน ความรู้สึกเหมือนผิวหนังของเราตึงขึ้น และก็ดื่มสมุนไพรรุขจีเย็นสดทุกวัน อาการที่ปวดท้องเริ่มหายดีขึ้น จากหน้าอกที่เป็นก้อน **รู้สึกก่อนจะเล็กลง แล้วก็เจ็บน้อยลง**”

(ชมนาด นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.15 ภาคผนวก ก.)

“ก่อนเข้าโครงการแพทย์วิถีพุทธ เป็นโรคเบาหวานกับความดันโลหิตสูง กินยวันละ 7-8 เม็ด เข้าร่วมโครงการแพทย์วิถีพุทธกินยาลดลง 3 เม็ด ใช้วิธีดื่มน้ำสมุนไพรรุขจีเย็นสด สวนล้างลำไส้ใหญ่ (ดีท็อกซ์) ทุกวัน **สุขภาพดีขึ้น** จากเบาหวานที่วัดน้ำตาลได้ 185 เหลือ 115 แต่ถ้ากินผลไม้หวานก็ตรวจวัดน้ำตาลได้เพิ่มตามช่วงที่เบาหวานขึ้น **เรียนรู้จากคุณหมอเขียว ก็ปรับซื้อผลไม้เป็นมะม่วงดิบแทน น้ำตาลก็ลด น้ำหนักตัวจาก 62 กิโลกรัม เหลือ 60 กิโลกรัม กินสูตรนี้น้ำหนักปัจจุบันก็คงที่ไม่ขึ้นไม่ลง**”

(พุดป่า นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.22 ภาคผนวก ก.)

“ผิวเป็นตุ่ม หนาเตอะ หน้าตาดูไม่ได้ น่าเกลียดทั้งเนื้อทั้งตัว จิตใจฟุ้งซ่าน อายุไม่กล้า ออกสังคม กลัวไปสารพัด ปวด คัน แสบ เจ็บ สรุปลแล้วเกือบตาย หรือตายทั้งเป็นก็ว่าได้ หลังจากใช้การแพทย์วิถีพุทธ ประมาณ 1 ปี 7 เดือนโดยประมาณ (เพราะต้องทำงานหนักกับภาระประจำวันไปด้วย) เริ่มมีผิวหนังที่เข้าที่เข้าทาง ไม่ปวดตึงกล้ามเนื้อ มีพลังชีวิตที่ดีขึ้น”

(จิราภา ปาตีคำ, บันทึก. 2557, ธันวาคม 12. กรณีศึกษาที่ 1.100 ภาคผนวก ก.)

“เมื่อก่อนเคยตาอักเสบบ่อยมาก เป็นทุกเดือน แต่พอได้กินอาหารปรับสมดุลร้อนเย็นเท่านั้น **ตาที่เคยบวมอักเสบก็ไม่อักเสบอีกเลย นี่แค่ปรับสมดุลเรื่องอาหารอย่างเดียว** ก็มีความรู้สึกอาการดีขึ้นแล้วค่ะ”

(ชำมะนาด นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.14 ภาคผนวก ก.)

“เมื่อเข้าร่วมโครงการของการแพทย์วิถีพุทธนี้ **ลดการกินยาลงได้มาก ตอนนี้ร่างกายสบายดี จิตใจสงบ**”

(อรุณ นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.1 ภาคผนวก ก.)

“ดื่มน้ำปัสสาวะ ทำให้ตอนนี้ริดสีดวงหายแล้ว ในแต่ละเดือนที่หมอเขียวและจิตอาสาสาธอนได้นั่งสมาธิ เคยเป็นโรครวดไหลย้อนก็หายแล้ว ใช้ปัสสาวะทาหน้า มีคนชมว่าหน้าตาดีขึ้น สวยขึ้น

หน้าใสและขาขึ้น ได้ออกกำลังกาย ปรุงอาหารใช้แต่เกลือ ดีต่อร่างกายได้สวนล้างลำไส้ (Detox) ยิ่งดีขึ้น”

(แอปเปิ้ล นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.3 ภาคผนวก ก.)

“มีปัญหาปวดมดลูก หลังจากได้ดื่มบีสสาวะ ดื่มน้ำสมุนไพรปรับสมดุลฤทธิ์เย็นสวนล้างลำไส้ (Detox) อาการดีขึ้น ปวดมดลูกน้อยลง เมื่อปวดหลังทำกัวซา ก็ดีขึ้น ไม่ต้องกินยา ก่อนนี้ตอนมีประจำเดือนจะกินยา ตอนนี้ไม่ต้องกินแล้ว”

(ช่อนกลิ่น นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.1 ภาคผนวก ก.)

“เมื่อก่อนกินยาทุกวัน ตัวร้อน และเกร็งไปทั้งตัว พอได้เข้าร่วมโครงการฯ ได้ออกกำลังกาย ได้กินอาหารปรับสมดุล ได้ฟังธรรมะ เพื่อนอ่านธรรมะให้ฟัง ตอนนี้ไม่ได้กินยาแล้ว วิธีปฏิบัติ กินอาหารปรับสมดุล ดื่มน้ำสมุนไพรปรับสมดุลฤทธิ์เย็น โยคะกดจุด เวลาปวดเมื่อยไม่กินยา เวลาเพื่อนปวดหัวก็จะกัวซาให้ ได้ช่วยเพื่อน เพื่อนท้องอืด เอาผงถ่านและยาน้ำมันเขียวให้กิน หลังจากนั้น 10-15 นาที ถ่ายออก ขานี้ดีจริง ๆ ทุกวันนี้ไม่ได้กินยาแก้แพ้เลย”

(อาโวกาโด นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.4 ภาคผนวก ก.)

“ดีใจว่าทุกวันนี้ช่วยเหลือตนเองได้ ฟังตนเองได้ และยังดูแลเพื่อนได้ เขาไม่สบาย เกิดอาการท้องเสีย อาหารเป็นพิษก็รู้จักใช้การถอนพิษด้วยผงถ่านผสมสมุนไพรฤทธิ์เย็น ผสมน้ำมันเขียว ก็ทำให้อาการดีขึ้น ไม่สบายตรงไหนก็จุดกัวซาตรงนั้น รักษาถูกที่ถูกจุดแล้ว อาการก็ดีขึ้นจริง ปฏิบัติได้จริง”

(เอเฮช นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.32 ภาคผนวก ก.)

“ปวดกระดูกทุกวัน ทำโยคะทุกวัน อาการดีขึ้น คิดว่าโยคะช่วยทำให้อาการเราดีขึ้นโดยตรง ปวดไหล่ เคยจ้างคนนวดก็ไม่หาย หมดเงินมาก ตอนนี้กัวซาตนเอง หายปวด”

(ลั่นทม นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.29 ภาคผนวก ก.)

“แต่ก่อนเข้าโครงการแพทย์วิถีพุทธ ไม่แข็งแรง จะยกน้ำหิ้วน้ำก็ไม่ไหว ต้องจ้างเพื่อน แต่เดี๋ยวนี้พอมากินอาหารแบบนี้ยกน้ำ 2 ถังได้เลย แข็งแรงขึ้น เบบากาย มีกำลังเหมือนที่หมอเขียว พูดจริง ๆ”

(เอแอล นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.34 ภาคผนวก ก.)

ด้านเศรษฐกิจ

สุขภาพทางกายในด้านเศรษฐกิจของผู้ป่วยที่ใช้การแพทย์วิถีพุทธ มีการเปลี่ยนแปลงอย่างเห็นได้ชัด สามารถประหยัดค่าใช้จ่ายในปัจจุบันที่เป็นสิ่งจำเป็นในการดำรงชีวิตประจำวันได้ โดยเฉพาะค่าใช้จ่ายการรักษาพยาบาล ลดหรืองดการใช้ยา สามารถหลีกเลี่ยงการนำยาเคมีเข้าร่างกายได้ นอกจากนี้ ยังช่วยลดค่าใช้จ่ายด้านอาหาร และเครื่องนุ่งห่มได้ ส่งผลต่อสุขภาพกายที่มีพลังมากขึ้น ทำกิจกรรมการงานได้มากขึ้น สุขภาพใจที่เป็นสุขมากขึ้น ต่อยอดพัฒนาสู่การเป็นจิตอาสา

“เป็นบทพิสูจน์เลยล่ะ ว่าสุขภาพดีไม่มีขายต้องทำเอง หากรู้แต่ไม่ทำ ก็ไม่หายล่ะและจะต้องเลือกปฏิบัติในทางที่ถูกด้วยนะละ เป็นวิธีที่ประหยัดมากเลยล่ะ”

(นิตยา สิทธิประเสริฐ, สัมภาษณ์. 2557, สิงหาคม 24. กรณีศึกษาที่ 1.2 ภาคผนวก ก.)

“เดี๋ยวนี้ก็ไม่ต้องใช้เงินอะไรมาก ก็เก็บผักต่าง ๆ หลากหลายชนิดกิน ปูผักกันกินแฉะนี้ละ อยู่วัดก็กินกับส่วนกลางแล้วปฏิบัติธรรม ไม่ต้องใช้เงินก็สุขภาพดีได้ ภูมิใจมากกับความจนที่เงินเดือนศูนย์บาท”

(รักษบุญ อโศกตระกูล, สัมภาษณ์. 2555, กันยายน 15. กรณีศึกษาที่ 1.3 ภาคผนวก ก.)

“วิชานี้ถูกทุ่ง ประหยัด ฟังตนเองได้ แต่หายป่วยได้จริง หายโรคแล้ว ก็จบ”

(ยุวดี นโมชัยากร, สัมภาษณ์. 2557, กันยายน 26. กรณีศึกษาที่ 1.6 ภาคผนวก ก.)

“ฉีดยาเข็มละ 12,000 บาท ทุกอาทิตย์ ฉีดได้แค่เข็มที่ 5 ปัจจุบันไม่ได้ฉีดยาดังกล่าวแล้ว”

(ชัยพร กันกา, สัมภาษณ์. 2555, มิถุนายน 22. กรณีศึกษาที่ 1.17 ภาคผนวก ก.)

“ข้อพิสูจน์ ก็คือเพื่อน ๆ ก็เห็น ผลงานบ่่อยช่วงหลัง เห็นความเครียดเห็นอะไรหลายอย่าง แล้วก็ช่วงหลังนี้ก็คือหยุดงานไป 2 เดือนนะครับ ก็เห็นสภาพเห็นการกินยาเห็นทุกอย่าง ก็คือตัวเรานี่แหละ จะเป็นข้อพิสูจน์ว่าที่เราไปค่ายสุขภาพแพทย์วิถีธรรมมานี้ มันผ่าน มันเรียบร้อย อาการของไทรอยด์ และอาการไม่สบายต่าง ๆ มันหายหมดแล้ว ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายหรือเสียเวลากับความเจ็บป่วยอีกต่อไป”

(สุเมธ คุณามาตย์, สัมภาษณ์. 2557, พฤศจิกายน 5. กรณีศึกษาที่ 1.20 ภาคผนวก ก.)

“ใช้สูตรของคุณหมอเขียว สมองที่บวมยุบลง สุขภาพดีขึ้น ไม่มีการเสียหาย ไม่มีการเสียประโยชน์ ไม่ว่าเราหรือผู้อื่น ไม่ได้เบียดเบียนใคร”

(โกมินทร์ วงศ์สาตสาย, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 16. กรณีศึกษาที่ 1.21 ภาคผนวก ก.)

“แต่ก่อนรักษาโดยหาหมอแล้ว จะเห็นความแตกต่างในเรื่องของค่าใช้จ่าย คอร์สหนึ่งก็ 7,000-8,000 บาท แต่ก็หมดไปประมาณ 4-5 คอร์สนะครับ 3 ปี ก็เยอะครับ ก็ส่งสารพ่อแม่ด้วยหาเงินให้เรา หลังจากมาดูแลตัวเองตามแพทย์วิถีธรรม ค่าใช้จ่ายที่เคยจ่ายทุกวันนี้ก็ไม่มี ใช้เงินวันหนึ่งไม่เกินวันละ 70 บาท ด้วยซ้ำ เพราะว่าทำอาหารและน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดทานเอง (ทำเองมาได้ 7-8 เดือน) สมุนไพรที่ใช้เท่าที่หาได้”

(ทศพล จันทพันธ์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 16. กรณีศึกษาที่ 1.22 ภาคผนวก ก.)

“พลิกผ่านชีวิตมาได้มาก ก็คือค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ที่เราใช้จ่ายเยอะ ค่าใช้จ่ายเหล่านั้นลดลงจะลดลงอย่างมากเลย”

(พ่อแดงและอู๋, สัมภาษณ์. 2556, กุมภาพันธ์ 8. กรณีศึกษาที่ 1.28 ภาคผนวก ก.)

“ยาที่เราใช้ ไม่ต้องเสียด่างค์ ไม่ต้องเสียเงิน แต่มันเห็นผลจริง ๆ”

(ชนัญญา แซ่ก๊วย, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 7. กรณีศึกษาที่ 1.29 ภาคผนวก ก.)

“ก่อนหน้านี้มีไปเสียเงินค่าทำดีที่ออกซ์ที่เมดิคอล เซ็นเตอร์ ครั้งหนึ่ง 2,400 บาทจะซื้อเป็น โปรแกรม 30,000 บาท แล้วมาเจอในค่ายแพทย์วิถีธรรม ชุดการทำดีที่ออกซ์แค่ 35 บาท”

(สุชนา ทิวถนอม, สัมภาษณ์. 2555, กันยายน 4. กรณีศึกษาที่ 1.39 ภาคผนวก ก.)

“เฉพาะค่าดูแลรักษาโรคหัวใจ ปีละประมาณ 6,000 บาท รักษาтонซิลอักเสบอีก 13,000 บาท แต่ไม่หาย ปัจจุบันเมื่อมาใช้วิธีดูแลสุขภาพด้วยการปรับสมดุลร้อนเย็น ตามหลักแพทย์วิถีธรรม ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย”

(สิทธิชัย อธิบุญญการ, สัมภาษณ์. 2555, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.44 ภาคผนวก ก.)

“เริ่มปฏิบัติมา 7 วันเท่านั้นเอง รักษา 3 ปี เสียเงินไปเป็นแสน ไม่หาย ใช้วิธีการของอาจารย์หมอเขียวที่สอนให้เราทำ 7 วันนะครับ หาย 90% ส่วนอีก 10% ที่ยังไม่หายก็คือแค่เป็นที่ผิวต้องค่อย ๆ รอเวลาให้มันเงาไป”

(สุรศักดิ์และสุชาดา, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.49 ภาคผนวก ก.)

“ถ้าเปรียบเทียบก่อนป่วยกับหลังป่วย จะชอบหลังป่วยมากกว่า ไม่ต้องดิ้นรนทำงานเอา
ยอด หรือเอาเงิน ปวดอุจจาระก็ไม่ต้องวิ่งหาห้องน้ำ แต่ง่ายก็ง่าย ๆ สบายดี ใส่โสร่งมันไม่รัดไม่อึด
อึด ราคาถูก ส่วนภรรยาจะทำกับข้าวให้รับประทาน จะไปไหนก็นั่งรถเมล์ฟรี หรือรถไฟฟรีหรือจะ
ไปที่ใดก็จะเดินไปกับภรรยา เช่น ไปรับประทานอาหารนอกบ้านก็จะเดินออกกำลังกายไปด้วย เดิน
ไปช้า ๆ ไปรับประทานอาหารกันแต่จะไม่มีเนื้อสัตว์ จึงไม่มีอะไรจะเครียด”

(กระเจียบ นามสมมติ, กรณีศึกษาที่ 1.55 ภาคผนวก ก.)

“ที่บ้านใช้ทั้ง 3 คนเลยคะ ใช้ศาสตร์ของอาจารย์หมอเขียว ก็อาจมีค่าใช้จ่ายที่เพิ่มขึ้นมาบ้าง
ก็ไม่มาก ถือว่าถูกคะ อย่างมากปีละไม่ถึงพันบาท ก็ไม่น่าจะเกินกำลังที่เราใช้จ่าย จากที่เราใช้รักษา
ตัวเองทางแพทย์แผนปัจจุบันนี้ ประมาณแสนสองแสนมาอยู่ที่ระดับสองถึงสามพันบาท นี่ก็ถือว่าเป็น
ที่น่าพอใจมากแล้ว ก็ไม่เคียดร้อนในการดำรงชีวิตของตนเอง”

(จิตภา พันนารักษ์, สัมภาษณ์. 2556, กรกฎาคม 24. กรณีศึกษาที่ 1.59 ภาคผนวก ก.)

“จากที่เคยจ่าย ประมาณ 1,200,000 บาท พอมาใช้ศาสตร์ของคุณหมอเขียวก็ราว 1,000 บาท
เช่น เป็นค่าขวดดีท็อกซ์ ซิดี และหนังสือด้วย เป็นต้น”

(สุสิทธิ์ ชินศิริ, สัมภาษณ์. 2558, กุมภาพันธ์ 21. กรณีศึกษาที่ 1.65 ภาคผนวก ก.)

“ใช้แพทย์วิถีธรรมดูแลสุขภาพ ทำให้ค่าใช้จ่ายลดลง”

(ปณิดา แสงประเสริฐ, วิสา โหตระ และครอบครัวคุณชุมพล ยอดสะเทิน, กรณีศึกษาที่ 1.76,
กรณีศึกษาที่ 1.77 และกรณีศึกษาที่ 1.81 ภาคผนวก ก.)

“ประหยัดค่าไปโรงพยาบาลคิดว่าน่าจะมาก ยังคิดกันอยู่ว่าถ้าเราไม่พบวิธีนี้ไม่รู้เราจะไป
หาหมอกี่ครั้ง ด้วยอาการก็โรค เพราะที่เคยเป็นสามเป็นโรคเก๊าต์ ต่อมาก็เป็นนิ้ว ยังคิดว่าเราคงต้อง
ไปสลายนิ้วอีก แล้วก็คงเป็นโรคอื่นตามมามาก แต่เนื่องจากไม่ได้ไปหาหมอเลยก็เลยไม่รู้ว่าจะ
ประหยัดไปเท่าไร”

(ราตรี ห่านตระกูล, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.9 ภาคผนวก ก.)

“เมื่อกินจืดก็ลดการกินของปรุงแต่งอาหาร เมื่อกินน้อยมีอลงก็ซื้ออาหารน้อยลง
เมื่อไม่แต่งตัวก็ลดการซื้อของมาแต่งร่างกาย มีสโลแกนว่า “ซุนอนซุนตเทียวซุนตเดียวกัน”

(ชัยวัฒน์ ชูนวนพันธ์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.10 ภาคผนวก ก.)

“เป็นจิตอาสาแพทย์วิถีพุทธ ไม่มีรายได้ส่วนตัวเลย แต่สามารถที่จะทำประโยชน์ได้มาก ช่วยเหลือผู้อื่นได้มาก เพราะเราอิสระจากภาระทั้งปวง”

(ณัฐชยานันท์ นาคบำรุง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.11 ภาคผนวก ก.)

“นอกจากกายจะมีประสิทธิภาพแล้ว ที่สำคัญกว่าคือ ใจมีความสุขและลูกขึ้นพัฒนาเป็นจิตอาสาต่อไปด้วย หลุดออกจากระบบบริโภคนิยมส่วนบุคคล”

(ไพโรจน์ โกสุมขจรเกียรติ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.71 ภาคผนวก ก.)

“มีผลต่อค่าใช้จ่ายอย่างมากเพราะอยู่ต่างจังหวัด เมื่อก่อนต้องมาหาหมอที่ศิริราช มีค่ายาค่าอาหาร ค่าเดินทาง ครั้งละไม่น้อยกว่า 2,000 บาท ปัจจุบันตัดรายจ่ายเหล่านี้ออกไปได้หมดเลย”

(บุญกร กุลมาตย์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.83 ภาคผนวก ก.)

“หลังปฏิบัติตามเทคนิคของหมอเขียวแล้ว ตั้งแต่เดือนสิงหาคม 2557 ประหยัดค่าใช้จ่ายทุกเรื่อง ทั้งอาหารการกิน ไม่หาหมอ ค่ายาไม่ต้องพูดถึง ประสิทธิภาพการทำงานก็ดีขึ้น ไม่เหนื่อยง่าย ไม่ได้ไปทำงานเสริมรายได้ เป็นคนประหยัดมาก่อนเลย ไม่มีปัญหาปัจจัยใช้จ่าย มีน้อยใช้น้อยพอเพียง มีความสุขกายสุขใจดี”

(สมปรารถนา แสงแก้วพะเนา, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.89 ภาคผนวก ก.)

“ประหยัดเงินมาก ใช้เฉพาะชื่อของที่มีประโยชน์มาใช้ ไม่มีค่ายา มีแต่ค่าอาหารเท่านั้น ใช้จ่ายสิ้นผงถ่านขจัดเศษอาหารและยางจากพืชผัก เช่น กลัวยห้าม ผักบั้ง คราบหินปูนน้อยลง กลิ่นปากสะอาดขึ้น ฟันขาวขึ้น”

(วิไล เลิศวิมลชัยศิริ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.90 ภาคผนวก ก.)

“ประหยัดมาก เพราะงดยามา 2 ปี เมื่อก่อนพอไม่สบายต่าง ๆ ต้องนอนโรงพยาบาลอย่างน้อย 3 วัน ต้องใช้จ่ายมาซื้อต่อเนื่อง แต่พอมานำปฏิบัติเทคนิค 9 ข้อแล้ว ไม่ต้องใช้ยาและหายเร็ว ไม่เกิน 2 วัน”

(สงกรานต์ มาประสบ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.91 ภาคผนวก ก.)

“หากไปหาหมอแผนปัจจุบันจะต้องเสียเวลา เสียเงิน รวมทั้งอาจจะกวดอาการเอาไว้ ทำให้เกิดการเรื้อรัง เป็น ๆ หาย ๆ ต่อเนื่องยาวนานไปเรื่อย ๆ สำหรับมะเร็งปอดหากรักษาตัวที่กรุงเทพฯ ฯ

ทั้งค่าเดินทาง ค่ายา ค่าอาหาร รวมทั้งการเดินทางที่ใช้เวลานาน อาจทำให้เกิดความเครียดทั้งทางร่างกายและจิตใจ ผลที่ได้อาจเป็นทางตรงกันข้าม”

(พวงเพชร ช่างซอ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.92 ภาคผนวก ก.)

“ประหยัดมากในทุกเรื่อง ยกเว้นเรื่องหนังสือเพราะชอบอ่านมาก นอกนั้นก็ประหยัดหมด ไม่เดินห้างอย่างเคยแล้ว ยาก็เลิกกินทุกชนิด”

(ศิริพร กาดทอง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.93 ภาคผนวก ก.)

“เดิมเมื่อยเนื้อตัวบอ่ย ต้องจ้างคนนวดขา ข้างละ 20 บาท เดี่ยวนี้ไม่ต้องจ้างแล้ว กินแบบพอเพียงตามสูตรหมอ ลดค่าใช้จ่ายได้เยอะมาก จากที่เคยใช้ 2,000 - 3,000 บาทต่อเดือนลดเหลือแค่ 600-700 บาทต่อเดือน”

(ต้นพูน นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.94 ภาคผนวก ก.)

“ตอนนี้รู้สึกว่าได้พักกับความเครียดเรื่องงานลง เพราะถ้าเราปฏิบัติตัวตามแนวทางนี้ เราประหยัดเงินได้เยอะมาก ที่สำคัญไม่ต้องเสี่ยงต่อยาสารเคมีต่าง ๆ ดีมากค่ะ”

(นวลจันทร์ กาดทอง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.95 ภาคผนวก ก.)

“ลดค่าใช้จ่ายมาก ประหยัดได้มาก เข้าเซเว่นน้อยลงสุด ๆ เดินเข้าไปไม่อยากจะอะไรเลย น้ำขวด เป๊ปซี่ นมเปรี้ยว เลย์ ขนมหักมากมาที่เราเคยซื้อ หายไปจากชีวิตประจำวัน เพราะเมื่อพิจารณาประโยชน์แล้วน้อยเกินจนไม่มีประโยชน์อะไร”

(ศิริวรรณ รูปโถม, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.96 ภาคผนวก ก.)

“ทำให้ประหยัดค่าอาหาร ค่ายาบางอย่างได้มาก เช่น ก่อนที่จะเรียนรู้แพทย์วิถีพุทธ จะมีอาการเลือดออกเวลาถ่ายหนัก ต้องนำยามาเหน็บทวารหนักจากอาการริดสีดวงทวาร ประหยัดค่าอาหารเสริมที่กินเพื่อให้สุขภาพดี ขวดละ 1,300 บาท เดือนละ 1 ขวด ทำให้นอนหลับสบายหายจากอาการปวดศีรษะได้”

(สุภาพร สุวรรณวุฒิชัย, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.97 ภาคผนวก ก.)

“ประหยัดได้มากทีเดียว ร่างกายมีพลัง ทำงานอย่างเต็มที่ สมองก็ใช้งานได้ดีเกือบเท่าเดิม”

(จันทร์พิมพ์ สิริรักษ์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.98 ภาคผนวก ก.)

“ค่าใช้จ่ายลดลง ลดการใช้ยาเคมี และลดการเดินทางไปหาหมอ”

(วิชัย จตุภัทร์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.99 ภาคผนวก ก.)

“เชื่อในกฎแห่งกรรมและผลของกรรม ไม่กลัวตาย ไม่กลัวโรค ไม่เร่งผล ไม่กังวล เคยตรวจสุขภาพทุกปี และเคยจ่ายยาเป็นแสนบาท ปัจจุบัน เหลือเพียงไม่กี่พันบาท”

(อุบาสิกาทศนีย์ เลียดทอง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.101 ภาคผนวก ก.)

“ปกติเมื่อก่อนเบิกค่ารักษาพยาบาลได้ แต่เมื่อมาดูแลรักษาสุขภาพแบบแพทย์วิถีพุทธ อยู่อย่างเรียบง่ายและมีประโยชน์สูงสุด รักษาได้ตรงจุด รู้เหตุแห่งทุกข์ ทำให้งบประมาณสามารถนำไปช่วยเหลือผู้อื่นที่เดือนร้อนมากกว่า”

(ประภาวัลย์ เล็กประสมวงศ์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.102 ภาคผนวก ก.)

“ไม่มีค่าใช้จ่าย สามารถหลีกเลี่ยง ที่จะไปน่ายาเคมีมาเข้าร่างกายตนได้”

(พัชรีย์ พรหมทอง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.103 ภาคผนวก ก.)

“ตอนนี้มีความสุขกับการไม่ได้ใช้เงินมากที่สุด ไม่ต้องไปสแกนนิ้วมือซื้อของ ของใช้ก็ใช้แต่ของที่แจก เป็นสมัยก่อนไม่ใช้ของที่แจก มันไม่ขาว ไม่หอม ตอนนี้ใช้แต่ของที่แจก แม้กระทั่งตะกร้าหนูไม่ซื้อใหม่ หนูให้สะอาดแล้วก็ใช้ตะกร้าอันเดิม พบความเปลี่ยนแปลงของตนเองชัดเจน เสื้อผ้าก็ใส่น้อยลง เสื้อผ้าที่เหลือก็แบ่งปันให้กับคนอื่น ใช้เสื้อผ้าไม่กี่ตัว ซักแล้วก็ใสใหม่ ยิงแบ่งให้เพื่อนไป เรายังเขา ไม่เป็นภาระในการเก็บ สมัยก่อนมีคนให้เสื้อผ้าเยอะ ให้มาก็เอาไปแบ่งปัน ไม่เก็บไว้แล้ว เก็บไว้มากก็เป็นทุกข์ เป็นภาระ เหมือนที่หมอเขียว่าจริง ๆ”

(พุดซ้อน นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.2 ภาคผนวก ก.)

“ไม่มีเงินก็อยู่ได้ แต่ก่อนถ้าไม่เอาเงินมาให้ใช้ จะโกรธพี่สาวมาก ตอนนี้ใจเย็นมาก ปลงได้ สามารถอยู่ได้โดยไม่ใช้เงิน ให้อภัยคนอื่นได้ พุดเสียดสีเพื่อนน้อยลง”

(อโวกาโด นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.4 ภาคผนวก ก.)

“แต่ก่อนซื้ออาหารกิน เวลาไม่มีเงินจะไปยืมเงินเพื่อน พี่สาวก็ขายของเอาเงินมาให้หนี้ให้ ตอนนี้ยังเป็นหนี้อยู่อีก 1,000 บาท มาร่วมโครงการแพทย์วิถีพุทธ ไม่ได้ใช้เงินเลย ไม่มีค่าใช้จ่ายเป็นเวลา 2 เดือนแล้วที่ไม่ได้ใช้เงินเลย”

(จำปูน นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.8 ภาคผนวก ก.)

“ลดค่าใช้จ่าย ตอนนีความดันโลหิตลดลง เป็นเพราะกินอาหารรสจัดไม่กินอาหารรสหวานมันเค็ม”

(หอมหวล นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.11 ภาคผนวก ก.)

“ค่าใช้จ่ายลดลงมาก ใช้แบบพอเพียง เมื่อสมัยก่อนใช้เงินมาก โภกัญญาดีให้หาเงินมาให้มาก ๆ โภทกว่าอยู่ลำบาก หมอเขียวให้ข้อคิดมากมายหลายอย่าง เดียวนี้ไม่โภทกลัวจะเลวที่ทำชั่ว ค่าใช้จ่ายเดือนละ 4,000 บาท ตอนนี 700 บาทต่อเดือน ไม่ซื้อกับข้าวกินเลย กินของโครงการแพทย์วิถีพุทธ จะใช้เงินซื้อของที่จำเป็น ซื้อพวกผลไม้ เช่น มะละกอ เมื่อก่อนใช้เงินเก่งมาก ซื้อทุกอย่าง เดียวนี้รู้จักประหยัด เราก้มีเงินเหลืออยู่”

(ข้ามะนาด นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.14 ภาคผนวก ก.)

“แพทย์วิถีธรรม สอนให้เราใช้ชีวิตแบบประหยัดเรียบง่ายถึงเราจะกินแค่ผัก ผลไม้ เราก้ยังดำเนินชีวิตได้ตามปกติ”

(ชมขนาด นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.15 ภาคผนวก ก.)

“ได้ปฏิบัติมา กินเนื้อสัตว์น้อยลง ลองไม่กินเนื้อสัตว์แล้วรู้สึกโล่งไปหมด พอมาลองกินก็รู้สึกหายใจไม่สะดวก ก็เลยเลิกกิน ใช้จ่ายน้อยลง”

(อ้มสาย นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.17 ภาคผนวก ก.)

“ตอนนีไม่กินข้าวเย็น ไม่กินเนื้อสัตว์ ถือศีล 8 เดือนละ 15 วัน เวลาญาติมาเยี่ยม ไม่ให้เอาเนื้อสัตว์มาให้ ให้เอาผลไม้มาแทน นาน ๆ ถึงจะกินเนื้อสัตว์พวกปลา พอกินเนื้อสัตว์ก็มีการเหมือนจะอาเจียน คิดว่ากินข้าวกับเกลือก็อร่อยแล้ว ช่วยทางบ้านลดค่าใช้จ่าย”

(บานบุรี นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.18 ภาคผนวก ก.)

“ก่อนเข้าโครงการแพทย์วิถีพุทธ เป็นโรคเบาหวานกับความดันโลหิตสูง กินยาวันละ 7-8 เม็ด เข้าร่วมโครงการ กินยาลดลง 3 เม็ด ใช้วิธีดื่มน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด สวนล้างลำไส้ใหญ่ (ดีท็อกซ์) ทุกวัน สุขภาพดีขึ้น จากเบาหวานที่วัดน้ำตาลได้ 185 เหลือ 115 แต่ถ้ากินผลไม้หวานก็ตรวจวัดน้ำตาลได้เพิ่มตามช่วงที่เบาหวานขึ้น เรียนรู้จากคุณหมอเขียว ก็ปรับซื้อผลไม้เป็นมะม่วงดิบแทน น้ำตาลก็ลด น้ำหนักตัวจาก 62 กิโลกรัม เหลือ 60 กิโลกรัม กินสูตรนี้ น้ำหนักปัจจุบันก็คงที่ไม่ขึ้นไม่ลง ค่าใช้จ่ายลดลง”

(พุดป่า นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.21 ภาคผนวก ก.)

“เข้าโครงการแพทย์วิถีพุทธ 6 เดือน กินเนื้อสัตว์ 5 ครั้ง ซื่ออาหารมากิน ถ้าไม่มีใครมาเยี่ยมก็กินอาหารของ โครงการแพทย์วิถีพุทธตลอด ประหยัดได้เยอะมาก”

(พุดจีบ นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.19 ภาคผนวก ก.)

“ออกไปก็จะไปทำอาหารสูตรหมอเขียว เว้นการกินเนื้อสัตว์ การกินแบบนี้ต่อชีวิตให้กับฉัน ทำให้สุขภาพดีและประหยัด”

(พุดฝรั่ง นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.24 ภาคผนวก ก.)

“เป็นคนพอมน้ำหนัก 43 กิโลกรัม พอเข้าโครงการแพทย์วิถีพุทธก็กลัวว่าจะพอมลง แต่ก็ตัดสินใจเข้าโครงการแพทย์วิถีพุทธ ทำความดีไม่กินเนื้อสัตว์ จะพอมเหลือแต่กระดูกที่ข้างมัน เริ่มแรกลดลง 1 กิโลกรัม แต่พอกินไปเรื่อย ๆ น้ำหนักก็เท่าเดิมคือ 43 กิโลกรัม ก็ไม่กังวลแล้ว ประหยัดค่าใช้จ่าย”

(เอแอล นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.34 ภาคผนวก ก.)

“ตอนนี้เลิกกินเนื้อสัตว์ ไม่อยากได้อะไร พอประมาณพอเพียง”

(เอไอ นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.37 ภาคผนวก ก.)

“ก่อนเข้าโครงการแพทย์วิถีพุทธ ใช้เงินเดือนละ 6,000 บาท พอเข้าโครงการแพทย์วิถีพุทธ หมอเขียวมา ไม่ได้ซื้ออะไรเลย”

(เอไอ นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.37 ภาคผนวก ก.)

“เมื่อเข้าโครงการแพทย์วิถีพุทธ มันทำให้เราได้ฝึกกินน้อยใช้น้อย มันลดภาระต่าง ๆ ในการกินได้เยอะ ที่ลดได้อีกอย่างคือเครื่องสำอางค์ 2 เดือนแรกที่เข้าโครงการแพทย์วิถีพุทธยังใช้อยู่ แต่พอรู้จักน้ำปัสสาวะก็ลองเอามาดื่มมาทา ฝ้าจางลงมาก ไม่ต้องใช้เครื่องสำอางค์ ที่ใช้ทาทุกเช้า และเย็น ค่าใช้จ่ายตรงนี้ก็ถูกตัดออกไป”

(เอเฮช นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.32 ภาคผนวก ก.)

“เมื่อก่อนใช้เดือนละ 3-4 พันบาท ตอนนี้ใช้เดือนละไม่ถึงพันบาท ซื้อเพียงผลไม้มาทาน เครื่องสำอางค์ใช้เท่าที่มีในตะกร้า จะไม่ซื้อมาเพิ่มอีกแล้ว น้ำหอมก็ไม่ซื้อแล้ว”

(เอแอล นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.34 ภาคผนวก ก.)

“ไม่ได้ซื้อขนมมากินแล้ว จะไม่กินจุบจิบ เดือนนี้ยังไม่ได้ใช้เงินสักบาท ตอนนี้นอกจากอาหารในโครงการก็ไม่ได้ใช้จ่ายอะไรแล้ว แต่ก่อนจ่ายประมาณ 2 พันบาทต่อเดือน (รวมเครื่องสำอางค์ของใช้ส่วนตัว) ครีมทาผิว แต่ตอนนี้หมดแล้ว ไม่คิดกังวลแล้วว่ามันจะไม่สวยไม่งาม”

(เอเอ็ม นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.35 ภาคผนวก ก.)

2. สุขภาวะทางจิต

สุขภาวะทางจิตของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น บอกเล่าได้ถึงความสุขที่ลดลงความสุขที่เพิ่มขึ้น ความโปร่งโล่งเบาสบายใจมีความเข้าใจและวิธีการคิดพิจารณาจัดการความกลัวและความเครียดที่เหมาะสมได้ (ไม่กลัวโรค ไม่กลัวตาย ไม่เร่งผล ไม่กังวล) พิจารณาวางใจและยกจิตได้สูงขึ้น มีจิตที่อยากช่วยเหลือผู้อื่นมีความเชื่อมั่นและศรัทธาในแนวทางการแพทย์วิถีพุทธ มีความเชื่อและเข้าใจในกฎแห่งกรรมและผลของกรรมที่ชัดเจนมากขึ้น มั่นใจในการมีและการใช้ชีวิตที่เรียบง่ายและพอเพียง และการนำแนวทางการแพทย์วิถีพุทธ ไปปฏิบัติต่อได้อย่างต่อเนื่อง ดังข้อมูลต่อไปนี้

“ฟังทั้งเทปที่บรรยายค่ายสุขภาพ และเทปบรรยายค่ายพระไตรปิฎก ฟังตั้งแต่เข้าค่ายจนถึงทุกวันนี้เลยคะ เหมือนยังนั่งฟังอยู่ในค่าย แม้กระทั่งในรถก็เปิดเทปเพลงของคุณหมอเขียวคะ รู้สึกได้เลยว่าพลังขึ้น ผลตามทีต่าง ๆ ดีขึ้นมาก สีผิวเกือบจะเป็นสีเดียวกันแล้ว เป็นเรื่องที่อัศจรรย์มาก รู้สึกได้เลยว่าจิตใจเป็นเรื่องที่สำคัญมาก ต้องมีกำลังใจ อย่าท้อแท้ กำลังใจเป็นสิ่งที่ดีที่สุด มันคือพลัง”

(นิตยา สิทธิประเสริฐ, สัมภาษณ์. 2557, สิงหาคม 24. กรณีศึกษาที่ 1.2 ภาคผนวก ก.)

“นี่คือการปฏิบัติธรรม มีส่วนช่วยในการรักษาโรคได้อย่างดี จากคำพูดที่อาจารย์หมอเขียวบอกว่า ปฏิบัติธรรมถือศีล ศีลก็จะนำสุขมาให้ เพราะฉะนั้น มาในนี้แล้วก็ได้ทั้งอาหารกายอาหารใจ”

(รักษบุญ อโศกตระกูล, สัมภาษณ์. 2555, กันยายน 15. กรณีศึกษาที่ 1.3 ภาคผนวก ก.)

“ที่คิดว่าการที่พี่รอดตายมาได้ เพราะใจสั่งคะ ใจสั่งว่าเราตายไม่ได้ เพราะมีภาระเยอะ และก็เชื่อเรื่องบุญกรรมว่าบุญกรรมมีจริง นึกถึงตอนที่ม่อาการเยอะ ๆ ว่า ถ้าหากเรากลัวเราคงไม่รอดแน่ ๆ ก็จะบอกกับตัวเองว่า ถ้าบุญกรรมมีจริงเราก็จะไม่ตาย หรือถ้าความตายมาอยู่ตรงหน้าเราก็จะไม่กลัว ถ้ามันถึงเวลาตายก็ให้ตายไปเลย”

(สุนันทา เพ็ญไพบูลย์, สัมภาษณ์. 2555, มีนาคม 9. กรณีศึกษาที่ 1.4 ภาคผนวก ก.)

“ตอนรู้สึกครั้งแรกนี้ มีความกังวลมากมากนะคะ วางความกังวล ถ้าเราเข้าใจระบบของกรรมนี้ มันก็ทำให้ใจเราสบายขึ้นมากค่ะ”

(ชนพร นพภาลี, สัมภาษณ์. 2557, มิถุนายน 8. กรณีศึกษาที่ 1.9 ภาคผนวก ก.)

“ทำให้มีกำลังใจขึ้นเยอะ”

(พิชญ์ สมพอง, สัมภาษณ์. 2555, สิงหาคม 20. กรณีศึกษาที่ 1.13 ภาคผนวก ก.)

“มันซาบซึ้งคือ ที่กลุ่มแพทย์วิถีธรรมนี้ ทำให้ชีวิตได้เกิดใหม่เป็นชีวิตใหม่ และมีครอบครัวที่อบอุ่นด้วยธรรมะ”

(เดือนใจ จันทะ, สัมภาษณ์. 2557, ธันวาคม 21. กรณีศึกษาที่ 1.15 ภาคผนวก ก.)

“ความเข้มแข็งของจิตใจสำคัญที่สุด เป็นผู้ป่วยมะเร็งต้องจิตใจเข้มแข็ง”

(ชัยพร กันกา, สัมภาษณ์. 2555, มิถุนายน 22. กรณีศึกษาที่ 1.17 ภาคผนวก ก.)

“อย่ากลัวตาย อย่ากลัวโรค อย่าเร่งผล แล้วก็อย่ากังวล ตัดออกให้หมด ความกังวลทุกเรื่อง ความกังวลทุกเรื่องตัดมันไป ทุกสิ่งทุกอย่างอยู่ที่ใจ”

(ทรงกลด นาคอร่าม, สัมภาษณ์. 2557, นายน 10. กรณีศึกษาที่ 1.18 ภาคผนวก ก.)

“มีกำลังใจดี มีความตั้งใจศึกษาและปฏิบัติตน”

(โกมินทร์ วงศ์สาตสาข, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 16. กรณีศึกษาที่ 1.21 ภาคผนวก ก.)

“รู้สึกดีใจมากที่ตนเองพ้นภาวะของคนที่มีโรคประจำตัว สบายใจมากที่เลิกกินยาได้เสียที”

(ยศพล เลิศวิมลชัยศิริ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 16. กรณีศึกษาที่ 1.23 ภาคผนวก ก.)

“มีความตั้งใจที่จะเอาประสบการณ์ แล้วก็เก็บความรู้ที่นี้ ไปปรับใช้กับชีวิตของตัวเอง คิดว่าตัวเองหายแล้วประมาทก็เลยหยุด แต่จริง ๆ แล้วหยุดไม่ได้ ต้องทำต่อ แต่ถ้าไม่หยุด ก็ไม่รู้ก็ไม่กลับมา ณ วันนี้”

(ปาน, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 16. กรณีศึกษาที่ 1.24 ภาคผนวก ก.)

“มีการใส่ใจสุขภาพมากขึ้น เน้นเรื่องธรรมชาติ ใช้ศาสตร์คุณหมอเขียวเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตมากขึ้น สามารถประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้”

(ภัทรานิชฐ์ หงส์โสภา, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 16. กรณีศึกษาที่ 1.25 ภาคผนวก ก.)

“ความทุกข์จากการรู้ว่า คนผู้ที่เป็นที่รัก มีอาการป่วยหนักลดลง นี้ประมาณสัก 80 % อีก 20 % ก็ยังหวังว่าจะพยายาม ตอนนี้ทำให้เรารู้สึกว่าเรามีความสุขนะ”

(พ่อแดงและอู๋, สัมภาษณ์. 2556, กุมภาพันธ์ 8. กรณีศึกษาที่ 1.28 ภาคผนวก ก.)

“มาแล้วก็สบายใจ”

(ชนัญญา แซ่ก้วย, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 7. กรณีศึกษาที่ 1.29 ภาคผนวก ก.)

“เปิดใจ ใสความตั้งใจลงไป มุ่งมั่น”

(นภวรรณ, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.32 ภาคผนวก ก.)

“มีความมั่นใจ”

(จรัญ พันธุ์อุบล, สัมภาษณ์. 2556, กุมภาพันธ์ 5. กรณีศึกษาที่ 1.33 ภาคผนวก ก.)

“เราจะไม่โกรธไม่กังวลใจดีแล้ว พลังชีวิตก็ดีขึ้น”

(อารีพัฒน์, สัมภาษณ์. 2555, เมษายน 5. กรณีศึกษาที่ 1.34 ภาคผนวก ก.)

“มาที่นี่ผมรู้สึกมีความสุข”

(ตฤณภัท เกตวัลย์, สัมภาษณ์. 2555, กันยายน 7. กรณีศึกษาที่ 1.38 ภาคผนวก ก.)

“มีความเครียดความกังวลสูง ไม่มีสติเลย เพราะไม่รู้ว่า ตัวเองจะจัดการกับตัวเองยังไง พอมาอ่านหนังสือป้านิดดา จึงเกิดความเชื่อมั่นว่าเราจะรู้วิธีการที่จะรักษาตัวเอง มีความสุขมากขึ้น”

(โอ, สัมภาษณ์. 2555, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.41 ภาคผนวก ก.)

“รู้เพียรรู้พักมากขึ้น”

(สิทธิชัย อรัญบุญการ, สัมภาษณ์. 2555, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.44 ภาคผนวก ก.)

“เครียดกันทั้งบ้าน (น้องเป็นมะเร็งกะ) ปัจจุบันก้าวข้ามมาได้ เราคิดว่าถ้าเราทำดีที่สุดแล้ว
หาหนทางที่ดีที่สุดให้เขาแล้ว”

(น้องรัฐเมศและคุณแม่, สัมภาษณ์. 2555, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.45 ภาคผนวก ก.)

“สบายใจ เชื่อกันว่าหาย”

(สิริวีร์ ลำสกุล, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.47 ภาคผนวก ก.)

“มีความประทับใจและเป็นสังขาร เพราะการบรรยายของท่านหมอเจียวมีความที่
ตั้งใจในสังขาร และก็ความจริงที่ท่านอาจารย์พยายามถ่ายทอดช่วยเหลือพวกเรา ให้ความเคารพ
ในธรรมะที่ท่านอาจารย์หมอเจียวให้ รู้สึกว่าชีวิตเราโล่งแล้วครับ มีความหวัง”

(สุรศักดิ์และสุชาดา, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.49 ภาคผนวก ก.)

“การเป็นนักวิทยาศาสตร์ต้องทดลองทำ อย่าไปเชื่อใคร”

(กิงกมล, สัมภาษณ์. 2556, มิถุนายน 15. กรณีศึกษาที่ 1.51 ภาคผนวก ก.)

“ปัญหาเกิดมาแล้วก็ให้ผ่านไป เชื่อว่าเป็นกรรมที่มาทดสอบจิตใจ คิดคุณจากสระบุรี
เดินทางมาถึงนี้ มาทำร้าย ได้หมดทุกข์ไปพร้อม ๆ กัน รับกรรมไปแล้วและถือโศกกรรมให้
ไม่ต้องมารับผิดชอบอะไร ทำใจให้เป็นสุขได้ ปกติชอบสวดมนต์ประจำ และตนเองเป็นคนเปิดเผย
มีปัญหาส่วนตัวก็จะเล่า อย่างเรื่องลูกสาวจะบอกความจริง ตอนนี้นี่ลูกสาวเรียนจบ เพื่อนก็ให้กำลังใจ
ลูกเราเป็นคนคิดดีไม่เคยคิดเอาลูกออก”

(กระท้อน นามสมมติ, กรณีศึกษาที่ 1.53 ภาคผนวก ก.)

“เราจะทำแต่สิ่งที่ดี ๆ และจะหวังใยผู้อื่น บางครั้งไปอยู่ที่วัดจะมีเรื่องจิตใจบ้างนิด ๆ
หน่อย ๆ ก็เป็นธรรมดา ไม่ถือสาถกกัน จะปฏิบัติธรรมถือศีล สวดมนต์ ไหว้พระนิกถึงพระพุทธเจ้า”

(กล้วย นามสมมติ, กรณีศึกษาที่ 1.54 ภาคผนวก ก.)

“เลิกนิสัยที่ไม่ดี เช่น เลิกเล่นหวย ชีวิตมีความสุข จะไม่เครียดอะไร เพราะจะพูดคุย
สนทนาธรรมกันกับภรรยาหรือคนรู้จักทั่ว ๆ ไป”

(กระเจียบ นามสมมติ, กรณีศึกษาที่ 1.55 ภาคผนวก ก.)

“ลูกสาวก็บอกแม่ ๆ หน້ายุบลงนะ หนออกที่คอแม่มันก็หายนะ เราก็ยังมีกำลังใจ ไซ่แล้ว
เรามาถูกทางแล้ว”

(จิตภา พันนารักษ์, สัมภาษณ์. 2556, กรกฎาคม 24. กรณีศึกษาที่ 1.59 ภาคผนวก ก.)

“แต่ที่สำคัญ รู้สึกสบายใจ และประทับใจมาก จากการได้พูดคุย และให้คำปรึกษาจาก
อาจารย์หมอเขียว และจิตอาสา”

(อุดมศักดิ์ ชูจีน, สัมภาษณ์. 2557, มกราคม 28. กรณีศึกษาที่ 1.62 ภาคผนวก ก.)

“ตอนแรกสิ้นหวัง ตกใจ หลังจากใช้แพทย์วิถีธรรมแล้วก็ดีขึ้น”

(กระเทียม นามสมมติ, กรณีศึกษาที่ 1.64 ภาคผนวก ก.)

“มีกำลังใจขึ้น จากเดิมที่เหนื่อยง่าย กินแล้วอาเจียน”

(โชคชัย, สัมภาษณ์. 2558, กุมภาพันธ์ 22. กรณีศึกษาที่ 1.66 ภาคผนวก ก.)

“มีกำลังใจมากขึ้น ความเครียด วิตกกังวลลดลง”

(รุจิรา แสนสุข, กรณีศึกษาที่ 1.67 ภาคผนวก ก.)

“มีกำลังใจมากขึ้น ความเครียด วิตกกังวลลดลง”

(วาสนา เค้นอุดม, กรณีศึกษาที่ 1.68 ภาคผนวก ก.)

“ได้ฟังธรรมปรับจิตใจปล่อยวาง ไม่เครียด อารมณ์ความเครียดมีผลกับโรคจริง (เวลา
เครียด ก้อนเนื้อจะโตขึ้น)”

(อำนาจ งามวงศ์รักษ์, กรณีศึกษาที่ 1.69 ภาคผนวก ก.)

“ความเครียดลดลง มีความสุขมากขึ้น”

(วัชชัย รอยเรืองพาณิชย์, กรณีศึกษาที่ 1.70 ภาคผนวก ก.)

“สดชื่น ความเครียดลดลง”

(ปณิดา แสงประเสริฐ, กรณีศึกษาที่ 1.77 ภาคผนวก ก.)

“จิตใจสบาย”

(วิสา โหตระ, กรณีศึกษาที่ 1.78 ภาคผนวก ก.)

“มีกำลังใจดี สดชื่นแจ่มใส อารมณ์ดี มั่นใจ”

(จิตร์รัตน์, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 1.86 ภาคผนวก ก.)

“ถ้าเราทำดีที่สุดแล้ว หาหนทางที่ดีที่สุดให้เขาแล้ว ผลจะเป็นอย่างไรเราก็ยอมรับ”

(นัฐเมศ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 1.101 ภาคผนวก ก.)

“ครอบครัวเรามั่นใจ เป็นสุขที่พบทางออกของชีวิต เราไม่เคยนึกว่าจะเจอองค์ความรู้แบบนี้ แต่ครอบครัวของเราสนใจเรื่องแพทย์ทางเลือกมานานแล้ว ถ้าไม่พบอาจารย์หมอเขียวเราก็จะไปหาเรียนวิธีอื่น ๆ ซึ่งโชคดีมาก ของอาจารย์หมอเขียวครบหมด”

(ราตรี ห่านตระกูล, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.9 ภาคผนวก ก.)

“เมื่อร่างกายสบายขึ้นจิตใจก็คลายความกังวลลง ก่อนใช้ยา 9 เม็ด อายุเริ่มใกล้ 60 จะมีความกังวลว่า ถ้าอายุมากขึ้น อาการไม่สบายจะต้องเพิ่มขึ้นหรือเปล่า เมื่อใช้ยา 9 เม็ด ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2554-2557 ปัจจุบัน คลายความกังวลใจได้ 100%”

(ชัยวิวัฒน์ ชูนวนพันธ์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.10 ภาคผนวก ก.)

“มั่นใจในการใช้ชีวิตเรียบง่าย สงบ สบาย ไม่โลภไม่โกรธไม่หลง ทนต่อการไม่ได้ตอบแบบแรง ๆ แบบมีอึดตาได้ระดับหนึ่ง”

(ณัฐชยาน์ นาคบำรุง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.11 ภาคผนวก ก.)

“การวางใจ การไม่เร่งผล ช่วยให้หายโรคเร็ว”

(บุญเกื้อ ชุมสังข์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.69 ภาคผนวก ก.)

“ตัวเบาสบาย หาย มีจิตปลอดโปร่ง และอยากช่วยเหลือผู้อื่น ขยันขึ้น พักผ่อนได้ลึก แต่ใช้เวลาสั้นลง มิตรดี สหายดี สังคม สิ่งแวดล้อมดี คือทั้งหมดทั้งสิ้นของการฟื้นฟู พบธรรมะ”

(ไพโรจน์ โกสุมขจรเกียรติ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.71 ภาคผนวก ก.)

“รู้สึกดีใจมากที่ตนเองฟื้นภาวะของคนที่มีโรคประจำตัว สบายใจมากที่เลิกกินยาได้เสียที”

(บุษกร กุลมาตย์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.83 ภาคผนวก ก.)

“ผลจากจิตใจมีมากถึงมากที่สุด จิตใจเมื่อปฏิบัติธรรมแล้ว ลดลง ปล่อยวางปัญหา หรือ
สิ่งมากระทบได้เร็ว อย่างมีความสุข ตามเหตุปัจจัยที่เราทำได้ และจะปฏิบัติแนวทางนี้ตลอดไป”

(สมปรารถนา แสงแก่งพะเนา, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.89 ภาคผนวก ก.)

“เมื่อเจอปัญหาต้องกล้าเผชิญหน้า จิตใจต้องนิ่งสงบก่อน แล้วจะเจอทางออก และเริ่มต้น
ทำที่ตัวเราก่อน”

(วิไล เลิศวิมลชัยศิริ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.90 ภาคผนวก ก.)

“ฟังการพูดคุยขยายธรรมะของคุณหมอเขียว ยิ่งเข้าใจได้ง่าย สิ่งที่ไม่เคยเข้าใจก็เข้าใจอย่าง
ลึกซึ้ง”

(นวลจันทร์ กาดทอง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.91 ภาคผนวก ก.)

“จิตใจมั่นคงแข็งแรงอย่างที่ไม่เคยเป็นมาก่อนในชีวิต เชื่อมั่นในศักยภาพของตัวเองอย่าง
เต็มที่ที่จะดูแลแก้ปัญหาสุขภาพของตัวเอง กับทั้งมีความมั่นใจที่จะแนะนำผู้อื่นได้อย่างเต็มที่
เป็นบทเรียนอันมีค่า เป็นประสบการณ์ของชีวิตที่น่าประทับใจ นำตื่นเต้น ได้ใช้ความรู้ที่เรียนมา
คำแนะนำจากพี่น้อง ได้พลังจากหมู่มุข ทำให้ไม่ต้องใช้ยาเคมี หรือหมอแผนปัจจุบันใด ๆ เลย
ใช้เวลาตั้งแต่เริ่มมีอาการจนถึงวันที่ไม่ต้องตื่นตอนกลางคืนแค่ 2 เดือน ก็เห็นผล”

(พวงเพชร ช่างซอ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.92 ภาคผนวก ก.)

“แพทย์วิถีพุทธ มีผลทำให้มีความเชื่อมั่นว่า ตัวเราเองจะสามารถเป็นหมอที่ดีที่สุดให้กับ
ตัวเราเองได้ เพราะยา 9 เม็ด แต่ละข้อของแพทย์วิถีพุทธ มีเหตุผลที่เชื่อถือได้ และเมื่อผ่านการ
พิสูจน์แล้วก็ยังมั่นใจ จึงมีกำลังใจมุ่งมั่นทำให้สม่ำเสมอมากกว่านี้”

(ศิริพร กาดทอง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.93 ภาคผนวก ก.)

“ใจเย็นลงมาก ทะเลาะเบาะแว้งกันน้อยลง สมัยก่อนหงุดหงิดง่าย เดียวนี้โมโหน้อยลง”

(ต้นพูน นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.94 ภาคผนวก ก.)

“เชื่อและศรัทธาแนวทางแพทย์วิถีพุทธ จึงใช้มาตลอด แม้มีความกังวลกับค่าความดันโลหิตที่ไม่ปกติอยู่บ้าง แต่ก็สามารถปรับไปสู่สภาพจิตใจที่ไม่หวั่นไหวได้”

(สงกรานต์ มาประสพ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.95 ภาคผนวก ก.)

“ใช้ธรรมะพิจารณาบาป บุญก็จะยอมรับได้ทุกอย่าง ตลอดเวลาที่ใช้แพทย์วิถีพุทธ จิตใจเบิกบานสดใสมาก เหมือนเกิดใหม่ ได้เรียนรู้ความเพียร ความไม่พร้อม ความพอดี และยอมรับวิบากกรรมด้วย หากทำทุกข้อเต็มที่แล้วยังดีไม่พอหรือยังไม่ดีเท่าที่ใจต้องการ ให้ยอมรับเรื่องวิบากกรรมด้วยค่ะ”

(ศิริวรรณ รูปโถม, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.96 ภาคผนวก ก.)

“มีความสุข เบิกบานใจ ความเป็นอยู่ผาสุก ประหยัดเรียบง่าย ทุกสิ่งทุกอย่างแก้ปัญหาได้โดยง่าย โดยการคิดพิจารณาและวาง”

(สุภาพร สุวรรณวุฒิชัย, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.97 ภาคผนวก ก.)

“ก่อนจะมารักษาตามแบบแพทย์วิถีพุทธ จะเป็นคนเครียด จี้นั่น เอาใจใส่คนทั้งมวล รอบตัว เมื่อเวลาผ่านไป 2 ปี 7 เดือน สามารถกอบกู้จิตใจหรือยกระดับจิตใจของตัวเองได้ดีมากใจเริ่มเบาขึ้น”

(จันทร์พิมพ์ สิริรักษ์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.98 ภาคผนวก ก.)

“จิตใจแจ่มใสขึ้นเรื่อย ๆ รวมทั้งคนในครอบครัว”

(วิชัย จตุภัทร์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.99 ภาคผนวก ก.)

“จิตโปร่งโล่งสบายใจ ไม่เร่งผล หายก็ได้ ไม่หายก็ได้”

(นิรมล เอื้อเศรษฐกานต์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.100 ภาคผนวก ก.)

“เชื่อในกฎแห่งกรรมและผลของกรรม ไม่กลัวตาย ไม่กลัวโรค ไม่เร่งผล ไม่กังวล”

(อุภาสิกาทัศนีย์ เลียดทอง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.101 ภาคผนวก ก.)

“จิตใจโล่งโปร่ง เบาสบาย คลายกังวล เบิกบานไม่หดหู่”

(ประภาวัลย์ เล็กประสมวงศ์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.102 ภาคผนวก ก.)

“เชื่อในกฎแห่งกรรม ไม่กลัวตาย ไม่กลัวโรค ไม่เร่งผล ไม่กังวล”

(พัชรีย์ พรหมทอง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.103 ภาคผนวก ก.)

“ทำงานไม่มากเกินไป พอเหนื่อยก็พัก”

(รมลทิพย์ บวรวิชญ์พรธนา, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 3.251 ภาคผนวก ก.)

“เรื่องฆ่าตัวตายไม่คิดแล้ว เพราะได้ยินหมอเชี่ยวชาญพูดธรรมะให้ฟัง จึงเลิกคิดฆ่าตัวตาย จะฆ่าตัวตายไปเพื่ออะไร สักวันเราก็ได้ออกไป เพราะเราหมดกรรม ทุกครั้งที่หมอเชี่ยวชาญมาบรรยาย รู้สึกดีใจมาก ถ้าออกไปจากที่นี่ จะออกไปหาหมอเชี่ยวชาญ จะไปฟังธรรมะ”

(จำปูน นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.8 ภาคผนวก ก.)

“ร่างกายเบาดีขึ้น จากที่ปวดหัวเข่ามากและที่ปวดหลังมาก ทำตามคำแนะนำของ แพทย์วิถีพุทธแล้ว ชีวิตของดิฉันดีขึ้นเยอะ สภาพจิตใจก็ดีขึ้นและก็มีความคิดดี ๆ เกิดขึ้นในหัวใจ ของดิฉันหลายอย่าง”

(หอมนวน นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.11 ภาคผนวก ก.)

“การฟังธรรมะได้ประโยชน์กับตัวเรา ความเครียดลดลง ฟังธรรมะทำให้จิตใจเย็นลง”

(อัมส่าย นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.17 ภาคผนวก ก.)

“ครั้งแรกที่ได้ปฏิบัติก็ยังไม่มีความกังวลใจไม่น้อย หลังจากตัดออกจากเหตุ หรือพิจารณา เหตุunan ๆ ไปก็เข้าใจและต้องทำความเข้าใจไปเรื่อย ๆ ใช้เวลานานอยู่เหมือนกันก็จะเข้าใจที่เข้าทาง ผลที่เกิด สามารถยกระดับจิตใจดีขึ้นกว่าเดิมมาก”

(จิราภา ปาตีคำ, บันทึก. 2557, ธันวาคม 12. กรณีศึกษาที่ 1.142 ภาคผนวก ก.)

“ด้านจิตใจนั้น แต่ก่อนเป็นคนอารมณ์ร้อนไม่เคยกลัวใคร ชี้น้ำคำได้หมด ไม่เคารพผู้ใหญ่ ไม่ยอมใคร แม้เจ้าหน้าที่ก็ไม่ยอม เมื่อได้มาเข้าร่วมโครงการ จิตใจดีขึ้น ไม่ก้าวร้าว เปลี่ยนแปลง เป็นคนใจเย็นขึ้น เพื่อน ๆ ก็ลงความเห็นว่าเป็นไปทางดีขึ้น รู้จักขอโทษ และให้อภัยคนอื่น คิดว่าชีวิตที่เป็นแบบนี้เกิดจากวิบากกรรมที่สร้างมา คือคำยาเสพติด”

(แอล นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.35 ภาคผนวก ก.)

“เมื่อก่อนถ้าถามว่าเสียใจไหมที่ได้มาอยู่ในนี้ เมื่อก่อนจะตอบว่าเสียใจมากและสะเทือนใจมาก ตั้งแต่มาเจอโครงการแพทย์วิถีพุทธนี้ ตอนนี้ตอบได้เลยว่าไม่เสียใจเลย ถ้าอยู่ข้างนอกข้าพเจ้า ก็ไม่รู้ว่าจะมีโอกาสได้เจอคุณหมอเขียวไหม จะมีโอกาสได้ฟังธรรมแบบนี้ไหม”

(เอเชช นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.42 ภาคผนวก ก.)

“รู้สึกดีใจมากที่มีโครงการแพทย์วิถีพุทธนี้ เราโชคดีมากที่ได้มาอยู่เรือนจำนครพนมนี้ ที่มีโครงการแพทย์วิถีพุทธ พระองค์ภาเข้ามารู้สึกโชคดีที่สุดค่ะ คิดลูกก็ไม่เสียใจค่ะ”

(เอเค นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.44 ภาคผนวก ก.)

“ก่อนเข้าโครงการแพทย์วิถีพุทธ หุดหู่อาฆาตโกรธสามี มาเยี่ยมไม่ตรงเวลาก็โกรธ ก้อยากตีอยากฆ่าเขา แต่พอมาเข้าโครงการแพทย์วิถีพุทธ ตอนนี้ก็ไม่คิดอะไรแล้ว เขาจะเป็นอะไรก็เป็นไป ก่อนหน้าอาฆาตเพื่อนคิดไว้ว่า ถ้าได้ออกไปจะไปแก้แค้นคืน แต่หลังจากได้ฟังคุณหมอเขียว สอนธรรมะ ก็รู้สึกโล่งสบายตอนนี้ก็ไม่คิดแล้ว เพราะเข้าใจแล้วว่าสักวันเขาก็จะได้รับกรรมที่เขา ก่อเอง ได้ยกภูเขาออกจากอก ความทุกข์ความรู้สึกลับตบตบไม่มีเลยตอนนี้”

(เอเอ็ม นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.46 ภาคผนวก ก.)

3. สุขภาวะทางสังคม

สุขภาวะทางสังคม เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น เชื่อมมั่นในการเป็นหมอดูแลรักษาดนได้ โดยให้คำแนะนำบอกต่อผู้ที่สนใจอย่างเข้าใจสภาพจิตของผู้ที่ได้รับการแนะนำ มีจิตใจเอื้อเฟื้อ เกื้อกูลผู้อื่น สามารถจัดสรรเวลาช่วยเหลือผู้อื่นได้มากขึ้นอย่างมีความสุข สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขและเป็นประโยชน์ต่อผู้อื่นดังข้อมูลต่อไปนี้

“ตั้งใจว่า เรากลับไปเราก็จะเอาไปทำ ไปรวมกลุ่มกัน เพราะว่าขอลบบุรีก็มาหลายค่ะ ตอนนี้เราก็ตั้งกลุ่มไลน์กันไป”

(โสภา บริสุทธิ, สัมภาษณ์. 2557, สิงหาคม 9. กรณีศึกษาที่ 1.1 ภาคผนวก ก.)

“พูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์กันกับเพื่อนได้ ยินดีพร้อมให้ความช่วยเหลือเต็มความสามารถ”

(เดือนใจ ศรีรัตนกร, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 29. กรณีศึกษาที่ 1.11 ภาคผนวก ก.)

“ตั้งใจว่าถ้ามีโอกาสจะบอกกับใครก็ได้ที่เป็นโรค”

(อรรถวราภรณ์ หงอสุวรรณ, สัมภาษณ์. 2557, กันยายน 25. กรณีศึกษาที่ 1.14 ภาคผนวก ก.)

ทำให้มีความสัมพันธ์ที่ดีกับครอบครัวมากขึ้น จากอดีตที่คุณแม่ได้เข้ามาเรียนรู้ศาสตร์คุณหมอเขียว แล้วนำกลับไปแนะนำให้ทำตาม ซึ่งตอนแรกกระผมก็ไม่ยอมทำตาม เพราะไม่เชื่อ แต่พอตัดสินใจทำ ร่างกายก็ดีขึ้น จึงทำไปเรื่อย ๆ คือหลังจากที่เราใช้น้ำปัสสาวะ ผลที่ได้ก็คือได้สุขภาพที่แข็งแรงขึ้น คราวนี้ไม่ได้ไปหาหมอเลยครับ”

(โกมินทร์ วงศ์สาครสาย, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 16. กรณีศึกษาที่ 1.21 ภาคผนวก ก.)

“ได้อะไรมากมาย ได้เจอเพื่อนใหม่ พี่ ๆ มากมายครับ”

(ทศพล จันทพันธ์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 16. กรณีศึกษาที่ 1.22 ภาคผนวก ก.)

“จากที่มาเรียนรู้ เริ่มเป็นหมอดูแลตัวเองได้ ก็มีกร ไปแนะนำเพื่อนต่อไป”

(ยศพล เลิศวิมลชัยศิริ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 16. กรณีศึกษาที่ 1.23 ภาคผนวก ก.)

“แนะนำเพื่อนและคนในครอบครัว”

(รวมพร คุณเกษม, สัมภาษณ์. 2557, กันยายน 25. กรณีศึกษาที่ 1.26 ภาคผนวก ก.)

“มีคนกัวซาให้ครั้งแรก”

(เกริกศักดิ์ คุณเกษม, สัมภาษณ์. 2557, กันยายน 25. กรณีศึกษาที่ 1.27 ภาคผนวก ก.)

“ที่สำคัญก็คือ นำข้อมูลที่พ่อแดงป่วย แล้วแก้ไขได้ด้วยการแพทย์วิถีพุทธนี้เอาไปเผยแพร่ให้ผู้อื่นได้มีความรู้ในการดูแลตัวเอง ที่สำคัญคือเราต้องทำตัวอย่างให้เห็น และได้เก็บสมุนไพรนำไปแจกเพื่อน ไม่ได้ขาย การช่วยเหลือผู้อื่นทำให้เรามีความสุขใจ”

(พ่อแดงและอู๋, สัมภาษณ์. 2556, กุมภาพันธ์ 8. กรณีศึกษาที่ 1.28 ภาคผนวก ก.)

“ทุก ๆ คนที่นี้ยิ้มแย้มแจ่มใสทุกคน”

(ชนัญญา แซ่ก๊วย, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 7. กรณีศึกษาที่ 1.29 ภาคผนวก ก.)

“ดิฉันไม่ได้ป่วยเป็นโรคอะไร แต่ที่มาที่นี่ ก็เพื่อจะเอาความรู้ไปช่วยเหลือดูแลสุขภาพสามี เพราะสามีป่วยหลายโรค อยากเล่าประสบการณ์ให้ทุกท่านที่ยังไม่เคยมาค่ายนี้ ถ้าเห็นในยูทูปหรือสื่อต่าง ๆ ก็อยากจะขอให้ทุกคนได้มาเรียนรู้การเป็นหมอรักษาตัวเองค่ะ”

(จิตรา รัก, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 7. กรณีศึกษาที่ 1.30 ภาคผนวก ก.)

“ได้ฟังและปฏิบัติยาแก้เม็ดตามภรรยา ก่อนที่จะมาเข้าค่ายหมอเขียว”

(ธรรมศักดิ์ ศรีรัตนากร, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 8. กรณีศึกษาที่ 1.31 ภาคผนวก ก.)

“เพื่อนไม่สบายเลยไปช่วยปฐมพยาบาล ช่วยเขาก้าวชาหลัง”

(นภวรรณ, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.32 ภาคผนวก ก.)

“ผมก็ไปบอกกับเพื่อน ๆ ทางที่บ้านที่อยู่ข้าง ที่อื่นบ้าง”

(จรัญ พันธุ์บุล, สัมภาษณ์. 2556, กุมภาพันธ์ 5. กรณีศึกษาที่ 1.33 ภาคผนวก ก.)

“พ่อแนะนำและทำอาหารปรับสมดุลให้ทาน”

(วรัมพร เลิศวิมลชัยศิริ, สัมภาษณ์. 2557, พฤษภาคม 1. กรณีศึกษาที่ 1.36 ภาคผนวก ก.)

“เขาเห็นเรากลับไปแล้ว น้ำหนักเราลดลง เขาก็เห็น กลับไปแนะนำให้เราทำ โดยให้เราทำงาน แล้วเราก็เป็นพี่เลี้ยงช่วยเหลือให้เขาทำ 5 วัน อย่างนี้ก็ได้อะไรแล้วตอนนี้เขาก็ทานมังสวิรัต แล้วเราพูดไม่ได้เลย เราไม่ต้องอธิบายอะไรเลย แต่เราต้องทำที่ตัวเราจะให้เขาเห็น พอเขาเห็นแบบนี้เขาเชื่อเรา แล้วเขาทำตามเรา ให้เราได้สอน เขาได้เปิดใจให้เราบอกให้ทำตามอย่างนี้ ดิฉันเป็นนักศึกษาแพทยวิถีธรรมด้วย ก็เพื่อจะได้มีโอกาสได้ช่วยผู้อื่น ได้บ้าง ก็ต้องทำตัวอย่างให้คนอื่นได้เห็นค่ะ”

(จันทวรรณ นัตถวิชรกุล, สัมภาษณ์. 2555, กันยายน 7. กรณีศึกษาที่ 1.37 ภาคผนวก ก.)

“จริง ๆ บอกว่าต้องขอบคุณพี่น้องทุกท่านนะคะ ที่หญิงช่วยท่านไปนะหญิงได้รับเยอะมาก”

(สุชนา ทิวถนอม, สัมภาษณ์. 2555, กันยายน 4. กรณีศึกษาที่ 1.39 ภาคผนวก ก.)

“ได้องค์ความรู้ที่จะไปเผยแพร่ต่อ ช่วยเหลือคนต่อ ที่ที่เราจะพอช่วยเขาได้”

(นัฐชนพงษ์ ทองไพบุลย์, สัมภาษณ์. 2555, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.43 ภาคผนวก ก.)

“ทุกคนควรที่จะกลับไปเริ่มจากที่บ้านก่อน สร้างองค์ความรู้จากที่บ้านขยายไปญาติพี่น้อง เพื่อนฝูง ค่อย ๆ ขยายไป เมื่อเราขยายได้เต็มพื้นที่ต่อไปมากเท่าไร มันก็จะทำให้เราได้ทำกุศลกรรมดี”

(สิทธิชัย อรัญบุญการ, สัมภาษณ์. 2555, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.44 ภาคผนวก ก.)

“คนใกล้ ๆ ตัวเราเนี่ย เราก็สามารถที่จะช่วยเหลือเขาได้ แล้วในทางเดียวกันนี้ เราก็สามารถที่จะไปเกื้อกูลแล้วก็ช่วยคนอื่นได้ โดยที่คนอื่นเขาก็ทำให้เรามีความรู้ ก็ช่วยกันไปช่วยกันมา”

(วรรณธนา สุวรรณศรีสาคร, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.46 ภาคผนวก ก.)

“อาการออกเลย เหมือนปวดหัวตัวร้อน ท้องเสีย แบบตัวร้อนแบบเหมือนไข้ขึ้นเลย หนักหัวหนักเนื้อหนักตัว แบบเดี่ยวร้อนเดี่ยวหนาวตลอดเลย ก็คือได้เพื่อน ๆ ที่ห้อง แล้วก็ยังมีพี่จิตอาสาไปช่วย”

(สิริวีร์ ลำสกุล, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.47 ภาคผนวก ก.)

“พี่ ๆ ระดมชุดกั๊วซ่าแก้อาการ”

(จตุพร อารีภักดิ์, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.48 ภาคผนวก ก.)

“ใช้ยา 9 เม็ดกับบุคคลสุขภาพสตรีสุดสวยท่านหนึ่งนะครับ ก็ได้ช่วยสุขภาพสตรีท่านหนึ่ง นะครับคือเป็นผู้ใกล้ชิดชิด หมอ โรงพยาบาลซึ่งแผนปัจจุบันนี้ผู้รักษานี้เป็นหมอรักษาไม่หาย แต่ใช้แพทย์วิถีพุทธ ผมเป็นสามี ผมรักษาเขาหายภายใน 7 วัน”

(สุรศักดิ์และสุชาดา, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.49 ภาคผนวก ก.)

“ช่วงที่ไม่สบายเป็นโรคเกิดวิกฤติ ลูกสาวท้องได้ 5 เดือน ไม่รู้จักว่าผู้ชายคนนั้นเป็นใคร เหมือนโดนหลอก โดนยา ลูกไม่กล้าบอกแม่ เพราะเห็นแม่ไม่สบาย ได้ถามลูกว่าเอาสามีไหม ถ้าไม่เราจะเลี้ยงหลานเอง ตอนนี้อยู่หลานอายุ 2 ขวบแล้ว ในตอนนั้นทั้งลูกและสามีเสียใจร้องไห้ เราเห็นคนอื่นแซแล้ว เราจะเชือกคนที่จับกัน”

(กระท้อน นามสมมติ, กรณีศึกษาที่ 1.53 ภาคผนวก ก.)

“มีญาติช่วยดูแล จะช่วยเหลือกัน เราจะทำแต่สิ่งที่ดี ๆ และจะห่วงใยผู้อื่น บางครั้งไปอยู่ที่วัด จะมีเรื่องเข้าใจบ้างนิด ๆ หน่อย ๆ ก็เป็นธรรมดา ไม่ถือสากัน”

(กล้วย นามสมมติ, กรณีศึกษาที่ 1.54 ภาคผนวก ก.)

“ทุกวันเสาร์สิ้นเดือน จะมีญาติ ๆ มากันที่บ้าน มาพูดคุย ให้กำลังใจ แนะนำสิ่งดี ๆ ให้ บางครั้งก็พาไปที่ต่างจังหวัด และในบางครั้งมีญาติเป็นอัมพฤต แต่มีจิตใจดีเคยช่วยขับรถพาไปหาหมอ ขนาดเขาป่วยยังมีน้ำใจทำให้เราชาวซึ่งอยากจะทำสิ่งดี ๆ อย่างนั้นบ้าง ทำให้เราเห็นถึงผู้อื่นมากกว่าเห็นแก่ตัวเอง เลิกนิสัยที่ไม่ดี เช่น เลิกเล่นหวย ชีวิตมีความสุข จะไม่เครียดอะไร เพราะจะพูดคุย สนทนาธรรมกันกับภรรยาหรือคนรู้จักทั่ว ๆ ไป”

(กระเจียบ นามสมมติ, กรณีศึกษาที่ 1.55 ภาคผนวก ก.)

“ปีศาจวะมันซัด ๆ มา 2 อาทิตย์แล้ว ถ้าไม่กัวซาตรงหัวหน้าวเนี่ยมันจะไม่ออกเลยล่ะ ปวดมากทรมานมาก ก็คิดถึงแต่ว่าวิบากเรานั้นคงเยอะ ทีนี้อาจารย์ทางทีมงานพี่ ๆ น้อง ๆ ทางนี้เขาก็เลยช่วยเหลือศาสตร์ที่สามารถดูแลตนเอง สามีกี่เป็นคนทำให้พี่น้อง ก็เป็นคนบอกตรงนั้นตรงนี้ ก็เลยปีศาจวะนี้ออกได้เองตามปกติตั้งแต่เมื่อคืนเลยล่ะ ก็ถือว่าสบายตัวขึ้นเยอะเลย”

(จิตภา พันนารักษ์, สัมภาษณ์. 2556, กรกฎาคม 24. กรณีศึกษาที่ 1.59 ภาคผนวก ก.)

“จะพาญาติมาทุกคนเลย”

(นวลพรรณ, กรณีศึกษาที่ 1.82 ภาคผนวก ก.)

“เห็นใจคนอื่นที่เป็นมากกว่า”

(บัลชลี, กรณีศึกษาที่ 1.84 ภาคผนวก ก.)

“ไม่นาน เมื่อเกิดผลดีกับเรา เราก็เริ่มเผยแพร่ แต่อาจจะเป็นเพราะเราเคยเป็นครู และก็ไม่เคยทำตัวเหลวไหล คนค่อนข้างจะเชื่อถืออยู่แล้ว แต่เราก็ไม่ได้ทำแบบรุกเหมือนคนรื้อนวิชา ค่อย ๆ ทำ ดูท่าทีคู่สนทนา ถ้าสนใจเราจะแนะนำ ถ้าไม่สนใจก็ไม่แนะนำ และใช้วิธีตั้งรับแล้วประชาสัมพันธ์ออกไป โดยใช้แผ่นพับและแจกและจำหน่ายน้ำสมุนไพรเย็นสด”

(ราตรี ห่านตระกูล, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.9 ภาคผนวก ก.)

“สังครรอบตัวผมยังไม่ยอมรับ มีการตั้งข้อสังเกตอย่างมากมาย ผมก็เข้าใจและใช้หลักพรหมวิหาร 4 คอยกำกับจิตใจเอาไว้ ผมจะพูดและโต้ตอบกับคนที่สนใจและตั้งคำถามมาเท่านั้น”

(ชัยวิวัฒน์ ชูนวพันธ์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.10 ภาคผนวก ก.)

“เมื่อรูปและนามเปลี่ยนไป ไม่โกรธแค้น ๆ หยาบ ๆ ไปได้แล้ว เราก็มีแต่พลังความเย็นในจิต ก็ทำให้คนอื่นสัมผัสได้จริง สามารถช่วยเหลือเขาได้มากขึ้น”

(ณัฐชยาน์ นาคบำรุง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.11 ภาคผนวก ก.)

“การรักษาแผนปัจจุบันถึงทางตันแล้ว แต่ยา 9 เม็ด ทำให้ท่านเป็นหมอดีที่สุดของตนเองได้ง่าย ถ่ายทอดได้ ช่วยเหลือดี ประหยัดสูง เกิดมิตรดี สหายดี สังคม สิ่งแวดล้อมดี โดยเฉพาะข้อ 8 มีผลทางจิตใจมาก เกิดจิตอาสาขึ้นในใจ จึงไม่แปลกว่า จะเกิดการขยายตัวของความรู้ 9 เม็ดนี้ อย่างต่อเนื่องทั้งในประเทศและต่างประเทศ”

(ไพโรจน์ โกสุมขจรเกียรติ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.71 ภาคผนวก ก.)

“ใช้กับตัวเองจนมั่นใจในศาสตร์แห่งการพึ่งตนเอง จึงบอกคนในครอบครัว เพื่อน และช่วยผลักดันและสนับสนุนให้มีการจัดค่ายสุขภาพหมอเขียวในชุมชน”

(บุษกร กุลมาตย์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.83 ภาคผนวก ก.)

“เมื่อมีผู้สนใจมาสอบถาม ก็ได้แนะนำตามที่อบรมมา บางท่านก็ปฏิบัติตาม บางท่านก็ยังมีส่วนผู้ที่มาฟังหมอเขียวแต่มีกิเลสความหลง คิดพรหม 3 หน้า ก็พูดขัดขวางบ้าง แต่ก็ช่างเขา เราก็ปฏิบัติตามหลักของหมอเขียวต่อไป”

(สมปรารถนา แสงแก่งพะเนา, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.89 ภาคผนวก ก.)

“ดีมาก ไม่ต้องไปงานเลี้ยงอย่างเมื่อก่อน เพราะไม่มีใครเชิญ เนื่องจากการปฏิบัติตัวแบบนี้ มีเวลาช่วยเหลือผู้ที่ไม่สบายได้มาก”

(วิไล เลิศวิมลชัยศิริ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.90 ภาคผนวก ก.)

“เพื่อน ๆ ป่วยไม่สบาย จะถามดิฉันบ่อยมาก ดิฉันก็จะแนะนำทุกคน จากหนังสือและ CD ของหมอเขียวบ้าง ทุกคนก็ดีขึ้น แล้วก็กลับมาป่วยใหม่ คงเป็นเพราะกรรมเก่าของเขา เพราะเขาจะสนใจหมอเขียวเฉพาะตอนป่วย”

(นวลจันทร์ กาดทอง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.91 ภาคผนวก ก.)

“มีผล โดยเฉพาะผู้ป่วยมะเร็งปอดที่ตัวเองดูแลและญาติ ๆ ได้รู้เห็นการปฏิบัติตัวในการดูแลตัวเอง เมื่อเจ็บป่วยด้วยหลักเทคนิค 9 ข้อ ทำให้ผู้ป่วยเชื่อมั่นว่าตัวเองก็ทำได้ เนื่องจากได้ปฏิบัติตัวและเห็นผลข้างเคียงน้อยมาก แม้จะเลือกวิธีการรักษาทั้ง 2 แบบคือ แผนปัจจุบันและทางเลือกวิถีพุทธ และในที่สุดหมอได้บอกกับผู้ป่วยว่าหายแล้ว ผู้ป่วยได้ให้คำแนะนำวิธีการต่าง ๆ ไปยังคนอื่น ๆ ในหมู่บ้าน ทำให้มีคนทำตาม ก็ช่วยให้ขยายวงกว้างต่อไปเรื่อย ๆ ”

(พวงเพชร ช่างซอ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.92 ภาคผนวก ก.)

“เพื่อน ๆ หรือญาติ ๆ แม้จะไม่ค่อยสนใจแต่ก็เริ่มรับรู้มากขึ้น ส่วนคนใกล้ชิดที่สุดคือ พ่อบ้านนั้น ตอนนี้เขาเข้าใจ ไม่ต่อต้านแล้ว เพราะเขาเห็นเราทำงานจีน แต่ก็ยังไม่คิดจะทำตามแต่อย่างใด เพราะยังแข็งแรงคืออยู่ (น่าจะเร็ว ๆ นี้) “

(ศิริพร กาดทอง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.93 ภาคผนวก ก.)

“ช่วยเหลือกันมากขึ้นระหว่างเพื่อนนักโทษ”

(ต้นพูน นามสมมติ, บันทึก. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.94 ภาคผนวก ก.)

“เพื่อนต้องการให้ทานยาต่อ โดยเฉพาะตอนที่ เป็นไข้ ความดันจะสูงมาก แต่ไม่ยอมทาน ใช้แนวแพทย์วิถีพุทธจนอาการใช้หาย ความดันโลหิต ค่อย ๆ ลงภายใน 2 วัน”

(สงกรานต์ มาประสพ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.95 ภาคผนวก ก.)

“ส่วนใหญ่คนรอบข้างยอมรับและให้กำลังใจ แต่ก็มีบ้างส่วนที่จะงงกับเรา จากการแต่งตัว การกิน เราจะไม่ทานเนื้อสัตว์ ญาติ ๆ ก็จะห่วงว่าขาดสารอาหาร เราอมลง แต่ก็บอกเขาว่าเราสบายนะ ทุกวันนี้ไม่ต้องทานยา ทุกคนก็ดูจะยอมรับมากขึ้น”

(ศิริวรรณ รูปโลม, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.96 ภาคผนวก ก.)

“แนะนำผู้อื่นโดยการทำให้เป็นตัวอย่าง และบอกเล่าให้ฟังโดยไม่คาดหวังว่าเขาจะปฏิบัติตาม แต่เมื่อเขาเห็นการเปลี่ยนแปลงด้านสุขภาพในทางที่ดีขึ้น ผู้อื่นก็ถามเอง อยากรู้เรื่องแพทย์วิถีพุทธ และได้แนะนำไปโดยไม่ต้องบังคับ”

(สุภาพร สุวรรณวุฒิชัย, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.97 ภาคผนวก ก.)

“ครั้งแรกจะแนะนำให้คนอื่นก่อน เมื่อมีคนสนใจจะอธิบายต่อ ถ้าไม่มีคนสนใจจะไม่พูด แนะนำการแพทย์วิถีพุทธ บอกต่อให้คนอื่นมากกว่าจะทำรายได้”

(จันทร์พิมพ์ สิริรักษ์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.98 ภาคผนวก ก.)

“ช่วยเหลือสังคมแนะนำการดูแลสุขภาพ”

(วิชัย จตุภัทร์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.99 ภาคผนวก ก.)

“ญาติพี่น้องครอบครัวแม่กระทั่งพระสงฆ์ได้รับความรู้ไปด้วย”

(นิรมล เอื้อเศรษฐกานต์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.100 ภาคผนวก ก.)

“สังคครอบข้างยอมรับและเห็นว่ามีความสุขที่ดีขึ้นจริง”

(อุบาสิกาทัศนีย์ เลียดทอง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.101 ภาคผนวก ก.)

“คนในครอบครัวมีแต่ความรักความเข้าใจ ตลอดจนคนรอบข้างอื่นก็มีทัศนคติที่ดี ยอมรับมากขึ้น”

(ประภาวัลย์ เล็กประสมวงศ์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.102 ภาคผนวก ก.)

“สามารถช่วยญาติพี่น้องและผู้อื่นให้รู้จักฟังตนและปฏิบัติธรรมไปด้วย”

(พัชรีย์ พรหมทอง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.103 ภาคผนวก ก.)

“ตอนนี้รู้ว่าครอบครัวรักเราจริง ๆ เราจะทำความดีให้กับท่านคืน”

(อัมสาย นามสมมติ, บันทึก.2557. กรณีศึกษาที่ 5.17 ภาคผนวก ก.)

“เมื่อได้ออกไปจะปรับปรุงตัวเอง เมื่อก่อนไม่เคยคิดเห็นใจแม่ ไม่เคยกราบ แม่มาเยี่ยม จะกราบแม่ ออกไปจะทำเพื่อแม่”

(บานบุรี นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.18 ภาคผนวก ก.)

“พี่สาวไม่มั่นใจว่าจะหายด้วยวิธีแบบนี้ อยากให้เราไปหาหมอ แต่เรายืนยันว่าไม่ไป และเราก็หายโรคแล้วจริง ๆ”

(น้องโอ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 3.63 ภาคผนวก ก.)

“อยากกลับไปเป็นคนดีของสังคม เป็นแม่ที่ดีของลูก เป็นภรรยาที่ดีของสามีในอนาคต บอจากใจจริง ๆ จะไม่ทำผิดอีกแล้ว”

(อินทผาลัม นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.2 ภาคผนวก ก.)

“ได้แนะนำให้คนทางบ้านกินน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดโดยเอาใบย่านางมาปั่นกิน แต่ไม่ทราบว่าเขาทำตามหรือเปล่า ถ้าได้ออกไปก็จะไปทำให้ดู จะทำกัวซาให้เขาก่อน โครงการแพทย์วิถีพุทธ “กำลังใจ” ทำให้ได้รับความรู้ในการดูแลสุขภาพแบบพึ่งตนเอง”

(อรุณ นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.1 ภาคผนวก ก.)

“ความคาดหวังว่า ถ้าฟันโทษออกไป จะไปแนะนำเพื่อนบ้าน ก่อนอื่นจะไปทำน้ำสมุนไพร
ฤทธิ์เย็นสดแจกให้เขากินตามบ้านก่อน และจะพยายามชักชวนให้เขากินอาหารแบบที่ดิฉันทำ
ให้เพื่อน ๆ กินที่นี่ จะพูดถึงคุณสมบัติหรือประโยชน์ของอาหาร และจะไปทำอาหารให้เขาทานกัน”

(แอปเปิ้ล นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.3 ภาคผนวก ก.)

“จะไม่กินเนื้อสัตว์ จะทำอาหารกินแบบนี้ ถ้าลูกอยากกินด้วยก็จะทำให้กิน เพราะกินแบบนี้
แล้วเรื่องของการปวดเข่า อาการทุเลา”

(พลับพลึง นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.6 ภาคผนวก ก.)

“จะนำเรื่องทุกเรื่องที่ได้ความรู้ไปปฏิบัติให้เกิดประโยชน์ต่อผู้อื่น และตนเอง
ได้เรียนรู้เรื่องการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอและได้ปฏิบัติอย่างเข้าใจ ได้เรียนรู้ทุกอย่างเกี่ยวกับ
การดูแลสุขภาพให้ปลอดภัยและแข็งแรง ได้มีโอกาสช่วยเหลือเพื่อนด้วยกันด้วยการกัวชา เวลาปวด
ตอนนี้ทั้งเพื่อนและเราจะผลัดกันทำกัวชาให้กัน เพื่อนฝูงมีน้ำใจให้กัน เป็นเพราะตัวเองเป็นคนคิดดี
เลยไม่ค่อยมีปัญหากับใคร โครงการแพทย์วิถีพุทธนี้ ช่วยให้พวกเราได้ช่วยเหลือตัวเองได้ในเรื่อง
ของสุขภาพให้เป็นหมอดูแลสุขภาพตนเอง”

(การะเวก นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.7 ภาคผนวก ก.)

“ครั้งแรกสังกรรมรอบข้างไม่ยอมรับ เมื่อผลดีแสดงออกมาทั้งร่างกาย (ผิวหนังและจิตใจ)
หน้าตาเบิกบาน เริ่มยอมรับมากขึ้นเรื่อย ๆ เมื่อเวลาผ่านไป 2 ปี 7 เดือนโดยประมาณ ก็สามารถบอก
ให้คนรอบข้างหรือผู้ที่สนใจการแพทย์วิถีพุทธ ได้อย่างเต็มที่เป็นการรักษา คือ เป็นหมอรักษา
ตัวเองได้”

(จิราภา ปาตีคำ, บันทึก. 2557, ธันวาคม 12. กรณีศึกษาที่ 1.100 ภาคผนวก ก.)

“ได้แต่ตั้งจิตอธิษฐานว่าจะเป็นคนดีของสังคม และจะพยายามถ่ายทอดสิ่งที่รู้สิ่งที่เป็นประโยชน์
ให้กับคนอื่นเพื่อให้เขาได้รู้ตาม และจะไม่ขอกลับไปเข้าสู่วงจรการค้าเสพติดอีกแล้ว และจะพยายาม
ลดละเลิกกิเลสต่าง ๆ ที่เป็นพิษเป็นภัยให้ได้มากที่สุด トラบเท่าที่เหตุปัจจัยต่าง ๆ จะมีจะพยายามทำ
ดียิ่ง ๆ ขึ้นไป จะไม่ให้พระองค์ภา คุณหมอเขียวและจิตอาสาทุกท่านผิดหวังค่ะ

ได้เข้าช่วยทำกิจกรรมทุกเช้า (ช่วยตั้งแต่เดือนเมษายนที่ผ่านมา) เริ่มจากการช่วยรดน้ำต้นไม้
ต่อมาก็ช่วยปลูก พอทำไป ๆ มันก็เลยเริ่มรัก ปลูกอ่อมแซบ หนุ่ยปักกิ่ง หนุ่ยม้า และอื่น ๆ อยากให้
ปลูกได้เยอะ ๆ จะได้มีผักมาทำน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดอย่างเพียงพอ ตอนทำกิจกรรมก็เหนื่อยแต่ก็

“สุขใจที่มีโอกาสได้ทำ เห็นเพื่อนดื่มน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดแล้วมีความสุขภาพดี เราก็คิดว่ามันเป็นบุญกุศลแล้วที่เราได้ทำ”

(เอเชช นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1, กรณีศึกษาที่ 5.32 ภาคผนวก ก.)

“กดจุด กัวซาให้เพื่อนที่ไม่สบาย มาช่วยทำกิจกรรมได้ 3-4 เดือน ช่วยเก็บผักมาทำน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด ที่มาช่วยเพราะอยากทำความดี ละบาป บำเพ็ญบุญ เพิ่มพูนใจไว้กังวล ใจอยากทำ ทำแล้วสบายใจ ทำไปเรื่อย ๆ มีเพื่อนมาช่วย ทำน้อยบ้างมากบ้างก็ไม่ว่าสักทีก็แนะนำให้อาหารที่เป็นมะเร็งในเม็ดเลือดให้ดื่มน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด ปรับสมดุลร้อนเย็น และให้ไปเข้าค่ายสุขภาพหมอเขียว”

(เอโอ นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1, กรณีศึกษาที่ 5.37 ภาคผนวก ก.)

4. สุขภาวะทางปัญญา (จิตวิญญาณ)

เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น ได้ศึกษาและเข้าใจวิธีการลดกิเลส ที่สามารถปฏิบัติได้จริง และเห็นผลจากการปฏิบัติว่ากิเลสลดได้จริง มีพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความสามารถในการพัฒนา ด้านศักยภาพทางด้านจิตวิญญาณอย่างเต็มที่ มีความเข้าใจชีวิต และชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปในทางที่เจริญขึ้น สามารถเห็นและลดความโลภ โกรธ หลงของตนได้อย่างชัดเจนมีความเชื่อมั่นในเรื่องของกรรมและผลของกรรม มีความเชื่อมั่นในการกระทำ การสร้างแต่คุณงามความดี การให้อภัย มีความเมตตาต่อตนเองและผู้อื่น ด้วยการทำประโยชน์ให้ผู้อื่นได้อย่างเป็นสุขดังข้อมูลต่อไปนี้

“ถ้าเราอยากอยู่ถึง 220 ปี เขาบอกว่าอายุของมนุษย์นี่จริง ๆ 220 ปีนะ แต่ทุกวันนี้พอ 60 - 70 ก็ตายกันไปหมด เนื่องจากว่าเราเอาชีวิตอนาคตมาใช้ก่อน ตอนนี่เราก็ใช้ไปตามอายุจริง ๆ เอะ ตามอายุจริง ๆ จะได้อยู่ 220 ปี เป็นเพื่อนกันนะค่ะ แต่ถ้าจะเป็นเพื่อนกันอย่างนั้นได้ มันก็จะต้องเอาหลักสูตรนี้ไปปรับใช้นะค่ะ คิดว่าอีก 10 ปีข้างหน้า 20 ปีข้างหน้า เราจะได้มาเจอกันในค่ายที่จะช่วยเหลือผู้อื่นนะ”

(โสภา บริสุทธิ์, สัมภาษณ์. 2557, สิงหาคม 9, กรณีศึกษาที่ 1.1 ภาคผนวก ก.)

“จะทานอะไรก็ต้องพิจารณาถึงประโยชน์และโทษให้ถี่ถ้วน มิเช่นนั้นโรคต่าง ๆ ที่บอกว่ารักษาไม่หายก็จะมารุมเร้าเรา ไม่มีใครรักเราเท่ากับเรารักตัวของเราเอง กำลังใจเป็นสิ่งที่สำคัญมาก พอเราได้ใช้วิชากรรมที่เราเคยทำมาตั้งแต่อดีตแล้ว เราก็เหมือนได้อยู่โลกใหม่ โลกใหม่ของดิฉันที่สัมผัสได้ในตอนนี้ ทำให้มีความสุขสบาย เบากาย มีกำลัง มีพลังเหมือนที่คุณหมอเขียวเรียกว่า “พลังชีวิต”

(นิตยา สิทธิประเสริฐ, สัมภาษณ์. 2557, สิงหาคม 24, กรณีศึกษาที่ 1.2 ภาคผนวก ก.)

“การพึ่งตนจะเป็นคำตอบ เป็นอะไรก็ตามไม่ต้องหาหมอรอก หมอไม่สำคัญสำหรับฉัน เสียแล้ว เพราะฉันเป็นหมอให้ตัวเอง หมอที่เก่งที่สุดอยู่ที่นี่ เหตุการณ์ก็คือเป็นวิบากกรรมพูดในเชิงธรรมะนะคะ อันนี้คือสาเหตุที่เป็นโรคทั้งหลายทั้งสิบห้าโรคนี้ เพราะวิบากกรรม”

(รักษบุญ อโศกตระกูล, สัมภาษณ์. 2555, กันยายน 15. กรณีศึกษาที่ 1.3 ภาคผนวก ก.)

“ตัวพี่เองจิตวิญญาณก็หวั่นไหวบ้างเหมือนกันนะคะ เพียงแต่ได้ธรรมะ ซึ่งเป็นยาเม็ดที่ 8 ของคุณหมอเขียว จนต้องรวบรวมตั้งสติ รวมจิตวิญญาณทั้งหมด บอกกับตัวเองว่า เราต้องกล้า เราจะไม่กลัวตาย ตอนที่พี่ฟังคุณหมอเขียวสอน พี่เข้าใจทุกอย่างเลย เข้าใจว่าบุญกุศลซึ่งเป็นกรรมดีนี้จะทำให้เรามีชีวิตรอดได้ 5 สัปดาห์นี้ ทำให้พี่เปลี่ยนไปเลย สุขภาพดีขึ้น หายจากอาการผิวน้ำหนัก อักเสบ น้ำเหลืองเสียทั้งตัวคะ”

(สุนันทา เพ็ญไพบูลย์, สัมภาษณ์. 2555, มีนาคม 9. กรณีศึกษาที่ 1.4 ภาคผนวก ก.)

“ดิฉันก็เป็นคนเชื่อเรื่องบุญเรื่องกรรม ดิฉันเคยสร้างกรรมกับบุญและคางคก เลยต้องโดน ผ่าท้องเหมือนกับที่เราเคยไปผ่าท้องคางคก ก็รู้เลยว่าต้องรับผลกรรมอันนี้”

(จรรยา, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 20. กรณีศึกษาที่ 1.5 ภาคผนวก ก.)

“วันนี้เราจะสัมผัสถึงซึ่งในคำว่าเรามาเป็นหมอรักษาตัวเองกันเถอะ เพราะว่าจะไม่มีใครบอกเราได้เลยว่า ตอนนี้ความรู้สึกของเราเป็นยังไง”

(ยุวดี นโมชัยากร, สัมภาษณ์. 2557, กันยายน 26. กรณีศึกษาที่ 1.6 ภาคผนวก ก.)

“ถ้ายังไม่ได้พยายามทำ อย่าพึ่งบอกว่าทำไม่ได้ ต้องพยายามทำเสียก่อน ถ้าทำไม่ได้จริง ๆ คุณถึงบอกว่าคุณทำไม่ได้” การที่เราปฏิบัติ การที่เราทำอะไรนี้ ให้เราทำจริงพยายามทำเสียก่อน อย่าพึ่งบอกว่า อันนี้ฉันทำไม่ได้ โอ๊ย อันนี้ฉันไม่กล้าทำ คุณลงมือทำหรือยัง คุณถึงบอกว่า คุณทำไม่ได้” หมอบอกลูกชายของผมว่า พ่อเธอไม่ได้เป็นไส้ติ่งอักเสบนะ แต่พ่อเธอเป็นมะเร็ง ถ้าไส้ติ่งอักเสบสุดท้าย ลูกชายผมร้องให้ทันที แต่ผมนี่ในใจว่า “จะร้องให้ทำไม พ่อคุณยังไม่ตาย ก็แค่ มะเร็งระยะสุดท้าย คุณจะไปกลัวทำไม กระจก” ผมว่าอย่างนี้ “สิ่งสำคัญที่สุดคือรักษาสุขภาพของตัวเอง ตัวเราทำเอง ตัวเราได้รับเอง ตัวเราเองไม่ทำ ตัวเราเองไม่ได้รับ โรคภัยไข้เจ็บทุกอย่างที่เกิดกับตัวเรา เป็นเพราะตัวเราหาใส่ตัวเราทั้งนั้น ไม่มีใครมายัดเยียดให้เราได้” “เราทำอะไรเราก็ได้อย่างนั้น อย่างที่คุณหมอเขียวพูดนะครับ” ทำจริงได้จริง ทำเล่นได้เล่นครับ ผมใช้การแพทย์วิถีพุทธดูแล สุขภาพต่อเนื่องเป็นเวลา 1 ปี จึงไปตรวจ คุณหมอได้บอกว่า “ผมไม่มีมะเร็งไส้แล้วครับ”

(คชาวุฒิ เอกตาแสง, สัมภาษณ์. 2555, กันยายน 19. กรณีศึกษาที่ 1.8 ภาคผนวก ก.)

“ได้แง่คิดอะไรจากเหตุการณ์ที่ผ่านมาบ้าง ก็ทำให้เราไม่ประมาทในชีวิตคะ คาดหวังที่จะหาย แต่เราอย่าไปยึดมั่นในสิ่งที่คาดหวังว่ามันจะต้องหายนะ คือจะหายก็ได้ ไม่หายก็ได้ เหมือนกับที่เรา มุ่งทำตามเหตุ คืออันนี้เหตุทำให้เกิดผลนี้ ถ้าเราทำตามเหตุแล้ว มันก็จะได้ผลอย่างนั้น แต่ว่าเราก็ อย่าไปคาดหวังผลว่า จะได้หรือไม่ได้ เพราะว่ามันก็แล้วแต่วิบากของแต่ละคน”

(ชนพร นพภาลี, สัมภาษณ์. 2557, มิถุนายน 8. กรณีศึกษาที่ 1.9 ภาคผนวก ก.)

“เราจะไม่ทานอะไรที่เป็นยาอีกแล้ว และก็ไม่ได้ทานอีกเลย ตั้งใจเลยว่า จะกินอาหาร เป็นยา ถ้าจะต้องตายเพราะ โรครักพร้อมตาย ถือว่ามีกรรมเก่าก็ไม่ชักชวนหรือ โน้มน้าวแต่ปฏิบัติ ให้เห็น จะสอนใครจะต้องทำให้เขาดู หากเขาเห็นผลดีที่เราปฏิบัติเขาจะทำตามเอง เคี้ยวนี้ไม่รู้สึก อยากรอกออกไปทานอาหารข้างนอกแล้วคิดว่าเราควรจะสานต่อ เพื่อช่วยให้คนพ้นทุกข์จากการเจ็บไข้ ได้ป่วย เป็นการทำบุญอีกด้วย”

(เตือนใจ ศรีรัตนกร, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 29. กรณีศึกษาที่ 1.11 ภาคผนวก ก.)

“หลังจากเข้าค่ายปฏิบัติต่อเนื่อง อย่านไปเร่งผล อย่านกังวล อย่านกลัวโรค อย่านกลัวตาย”

(อุทิศ บุญฟอง, สัมภาษณ์. 2555, สิงหาคม 20. กรณีศึกษาที่ 1.12 ภาคผนวก ก.)

“อย่านกลัวตาย ต้องทำใจ อย่านกลัวโรค อย่านเร่งผล อย่านคิดว่าที่ค่ายแพทย์วิถีธรรมนี้เป็น สถานทีรักษา ไม่ใช่ แต่เป็นสถานที่ชี้ทางให้เราพึ่งตนเองเราต้องทำใจ เราต้องปลงนะ”

(พิชญ์ สมพอง, สัมภาษณ์. 2555, สิงหาคม 20. กรณีศึกษาที่ 1.13 ภาคผนวก ก.)

“ฟังธรรมะหอมเชียวนี้ แล้วก็พิจารณาตามไปเรื่อย ๆ จนเข้าใจเลย จนเข้าใจแล้วก็เริ่มทำ มีความรู้สึกได้ว่าถ้าเราได้เข้าใจธรรมะอย่างถ่องแท้ หมายถึงเข้าใจร่างกายของเราอย่างถ่องแท้ เราก็จะ สามารถที่จะทำตามเทคนิค 9 ข้อ หรือ ยา 9 เม็ด โดยที่ไม่มียะไรติดขัดเลย”

(อรรฉวรรณ หงอสุวรรณ, สัมภาษณ์. 2557, กันยายน 25. กรณีศึกษาที่ 1.14 ภาคผนวก ก.)

“ป่าก็วางเลยเรานี้เดินทางถูก โดยที่ไม่รู้ตัว มันก็เป็นกุศลดีที่เกิดกับเรา”

(กาญจน์ภรรษ รุ่งสวัสดิ์, สัมภาษณ์. 2555, กันยายน 15. กรณีศึกษาที่ 1.16 ภาคผนวก ก.)

“เกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นของธรรมดา อนิจจัง เป็นของไม่เที่ยง เพราะฉะนั้นถ้าปรับสมดุล ร่างกายได้ก็ฟื้นได้”

(ชัยพร กันกา, สัมภาษณ์. 2555, มิถุนายน 22. กรณีศึกษาที่ 1.17 ภาคผนวก ก.)

“เห็นทุกขจึงเห็นธรรม เมื่อเราทุกข์มาก เราก็พยายามหันทางหันหน้าพึ่งธรรมะ จนสบาย
เบากาย เป็นอยู่ผาสุก นั่นคือคำตอบที่ดีที่สุด”

(ทรงกลด นาคอร่าม, สัมภาษณ์. 2557, กันยายน 10. กรณีศึกษาที่ 1.18 ภาคผนวก ก.)

“ไม่ทานเนื้อสัตว์ ทานแต่ผัก”

(คิมเบอลี่ ออง, บันทึกโดยพรทิพย์ โพธิคามบำรุง. 2556, มกราคม 28. กรณีศึกษาที่ 1.19 ภาคผนวก ก.)

“การปิดโอกาสตัวเอง มันเป็นความประมาทอย่างหนึ่ง”

(สุเมธ คุณามาตย์, สัมภาษณ์. 2557, พฤศจิกายน 5. กรณีศึกษาที่ 1.20 ภาคผนวก ก.)

“ทุกอย่างจะเกิดขึ้นได้ก็ต้องลงมือปฏิบัติด้วยตัวเอง อย่าเพิ่งเชื่อจนกว่าจะได้พิสูจน์
ทดลองด้วยตัวเองครับ แม้นั้นจะเป็นอาจารย์ของเรา หรือแม้กระทั่งตัวจิตอาสาของเราเอง ถ้าเรายัง
ไม่ได้ลงมือปฏิบัติด้วยตัวเอง”

(โกมินทร์ วงศ์สาตสาข, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 16. กรณีศึกษาที่ 1.21 ภาคผนวก ก.)

“การจะตัดกิเลสได้ก็ต้องพิจารณาประโยชน์พิจารณาโทษของมัน พิจารณาซ้ำ ๆ ซ้ำ ๆ
เข้าไป มันจะหลุดได้เอง”

(ทศพล จันทพันธ์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 16. กรณีศึกษาที่ 1.22 ภาคผนวก ก.)

“เรื่องยากที่สุดคือการตัดกิเลส มันสู้ยากจริง ๆ หากใครตัดได้นับว่าสุดยอดและเป็นบุญ
การที่เรากลับมาในค่ายแพทย์วิถีธรรมนี้ เหมือนมาเติมพลัง เพราะข้างนอกมีแต่สิ่งล่อตาล่อใจ มันก็
เยอะแยะไปหมด ในการเข้าค่ายได้ไปบำเพ็ญฐานโน้นฐานนี้ ซึ่งจริง ๆ ในเรื่องของการทำกุศลการ
ทำงานนี้ คุณหมอเขียวเอง ก็บอกว่ามันเป็นตัวที่จะทำให้เราบรรลุธรรมเร็ว แล้วก็ก็เป็นฐานที่จะช่วย
ทำให้เราหายป่วยด้วย ในความรู้สึกที่เราได้ไปทำนั่นทำนี่อะไรอย่างนี้ แล้วที่นี้ผมว่ามันตรงกับจิตใจ
ผมหลาย ๆ อย่างด้วย มันเป็นข้อดีของที่นี่ คือช่วยทำที่กำลังเรามี ทำเท่าที่เรารู้สึกสบายครับ”

(ยศพล เลิศวิมลชัยศิริ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 16. กรณีศึกษาที่ 1.23 ภาคผนวก ก.)

“มันไม่เที่ยง ห้ามยึดมั่นถือมั่น เรามีทั้งบุญแล้วก็บาปนะ วิบากเขาจะบอกเราเอง เราจะ
ได้เรียนรู้เองนะคะ อันนี้ก็เป็นถือว่าเป็นทั้งวิบากบุญแล้วก็วิบากบาป นี่เป็นความรู้ที่ได้เรียนรู้ในค่าย
แพทย์วิถีธรรมนะ”

(ปาน, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 16. กรณีศึกษาที่ 1.24 ภาคผนวก ก.)

“เราสามารถกำจัดโรคเบาหวานแบบที่สอง (Type 2 diabetes) ได้ง่าย ๆ ด้วยการกินที่ถูกต้องเท่านั้นเอง อาหารเป็นเรื่องสำคัญจริง ๆ แต่อีกสิ่งหนึ่งที่สำคัญต้องจำไว้คือ จิตใจ ร่างกาย จิตวิญญาณ”

(เกริกศักดิ์ คุณเกษม, สัมภาษณ์. 2557, กันยายน 25. กรณีศึกษาที่ 1.27 ภาคผนวก ก.)

“ก่อนที่จะพบค่ายหมอเขียวนี้ ดิฉันท้อแท้มากค่ะ คุณหมอพูดประโยคหนึ่งคือ อย่าหวังเกินกว่าฤทธิ์แรงที่เราทำได้จริง โรคจะหายหรือไม่หายนั้นอยู่ที่วิบากกรรม แล้วก็เริ่มใช้ธรรมะมาปฏิบัติ เห็นสังขรณ์ที่ว่าชีวิตเราแค่นี้เอง เราไม่ต้องการอะไรมาก แต่ในบั้นปลายก่อนที่จะวางวางจะทำประโยชน์ให้แผ่นดินเหมือนกับที่พ่อหลวงให้ การเจ็บป่วยครั้งนี้เป็นประสบการณ์ที่จะให้เราได้ว่าพวกเราละเลย เรามัวทำแต่งงาน เราไม่เพียงพอกับชีวิต ก็เลยทำให้เรามته่าไรก็ไม่รู้จักเต็มพอหลังจากที่พบหมอเขียวรู้เลยว่า เรากินเท่านี้ให้พอดีให้พอเพียง อย่างของในหลวง เราสามารถดูแลสุขภาพด้วยตัวเอง แล้วก็อย่างยั่งยืน แล้วก็พึ่งตัวเองได้ สำคัญคือให้จิตวิญญาณ จิตวิญญาณของการให้ ไม่ใช่จิตวิญญาณของการเป็นผู้รับ เราให้มาก เราก็รับมาก เราวางหลาย ๆ อย่าง ในชีวิตเราจะได้ทำอะไรเลยนอกจากความดีความชั่ว แผ่นดินนี้เราก็เอาไปไม่ได้ เราไม่เพียรพยายามทำ เราก็จะไม่ได้อะไรเลย ว่าการไม่สบายของพ่อแดงนั้น ไม่ใช่ว่าเป็นจุดวิกฤติเลยแต่ว่าเป็นจุดดีที่ทำให้เรารู้ว่าเราพบสังขรณ์ในชีวิต ชีวิตของคนเราไม่แน่นอน อย่าหลงทำงานจนลืมดูแลตัวเอง”

(พ่อแดงและอู๋, สัมภาษณ์. 2556, กุมภาพันธ์ 8. กรณีศึกษาที่ 1.28 ภาคผนวก ก.)

“เอาธรรมะเข้าช่วย เราต้องมีพลัง พลังใจ พลังใจนั้นสำคัญ เราต้องต่อสู้”

(ชนัญญา แซ่ก๊วย, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 7. กรณีศึกษาที่ 1.29 ภาคผนวก ก.)

“ไม่ได้เป็นโรคอะไรแต่ที่ว่ามีความดี ที่ได้เดินทางมาปฏิบัติทางนี้ ก็ถือว่ามิบุญผู้หนึ่งแล้ว ก็จิตใจก็ได้มาทางนี้”

(จิตรา รัก, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 7. กรณีศึกษาที่ 1.30 ภาคผนวก ก.)

“เราก็เชื่อว่า อาหารร้อนกับเย็นนี่มันเป็นผลอันหนึ่ง ที่ทำให้เราเกิดเจ็บ ไข้ขึ้นมา ยาที่ฝรั่งให้เรากินส่วนใหญ่มันเป็นยากรด มันเป็นพิษแต่เขาไม่กล้าบอกเพราะอะไร บริษัทยากับหมอบางคนเขาพยายามหลอกเราให้กิน โน่นกินนี่ กินความจำเป็น บางคนบอกกินพวกแคลเซียมนี้มันก็เป็นอันตราย ผมเลิกยาลิปิตอร์ (Lipitor) นี้ครับ คือป้องกันความดัน ลดความดันก็โดยให้กินยาตัวนี้ ผมเลิกหมดแล้วแต่แค่คลอเลสเทอรอล เลิกกินนะครับ ปฏิบัติอาหารปรับสมดุล แล้วออกกำลังกาย ผมออกกำลังกายทำงานตลอดเวลาที่เลยว่าคุณความดันผมนี้ปกติ หัวใจมันเต้นช้าลง แล้วคลอเลสเทอรอลซึ่งเคยสูงนะครับ

มันต่ำกว่าที่เรากินยาอีก แล้วผลข้างเคียงที่เรากินยานี้โดนฝรั่งหลอกนะครับ มันทำให้ตับเราเสีย อันที่ 2 นี่มันปวดที่กล้ามเนื้อขา เราเป็นหมอแผนปัจจุบันนะ โดนฝรั่งหลอกนี้ แล้วปฏิบัติของ อาจารย์หมอเขียว มันเปลี่ยนความคิดเราถูกฝรั่งหลอก แล้วคนที่มาเข้าอาจารย์ หมอเขียว กลายเป็นพวกที่มีความรู้มาฟังอาจารย์หมอเขียว แล้วปฏิบัติทำให้พวกเรานี้แข็งแรงขึ้น ผมเป็นหมอ แผนปัจจุบันแต่เดี๋ยวนี้ผมเลิกกินยา ยาที่ไม่ทานเลยทุกอย่าง แม้แต่ความดันที่บอกไว้ ผมไปตรวจใหม่ เช็กใหม่นะ ปรากฏว่าทุกอย่างมันปกติ แล้วเรื่องอะไรผมจะไปกินยา แล้วตัวเองนี่ก็มีความรู้ลึกว่า ธรรมชาติของอาจารย์หมอเขียวที่พูดมานี้ถูกต้องก็เลยปฏิบัติธรรม”

(ธรรมศักดิ์ ศรีรัตนกร, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 8. กรณีศึกษาที่ 1.31 ภาคผนวก ก.)

“ต้องให้กำลังใจตัวเอง แล้วก็อย่าคิดว่ามันยากเกินไป ทุกอย่างเราทำได้”

(นภวรรณ, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.32 ภาคผนวก ก.)

“ทำใจ อย่ากลัวตาย อย่ากลัวโรค อย่าหวังผลและอย่ากังวล ไม่อายแม่เพื่อนเราเขานินทา”

(อารีพัฒน์, สัมภาษณ์. 2555, เมษายน 5. กรณีศึกษาที่ 1.34 ภาคผนวก ก.)

“เวลาทุกเวลามันมีค่า อย่ารอ อย่ารอเวลา ต้องปฏิบัติเลยต้องรีบทำ ถ้าเราจิตใจดี กรรมดีก็ จะมา ทุกอย่างจะมาดีมาก”

(วิราศิณี มณี โรจน์, สัมภาษณ์. 2557, กรณีศึกษาที่ 1.35 ภาคผนวก ก.)

“อย่าเอาทุกข์ไปซ้ำเติม ทับถมตนเอง”

(วรัมพร เลิศวิมลชัยศิริ, สัมภาษณ์. 2557, พฤษภาคม 1. กรณีศึกษาที่ 1.36 ภาคผนวก ก.)

“มองอาหารทั่ว ๆ ไป ก็ไม่อร่อยแล้วมันเป็นพิษคิดอย่างนั้น มันเป็นพิษ พิษทั้งนั้นเลย มีแต่น้ำมัน มัน ๆ วิธีพิจารณาคือ มองไปเห็นโทษของมันเลย เอาสิ่งที่เป็นประโยชน์ให้กับตัวเอง สิ่งที่เป็นโทษก็ไม่เอา”

(จันทวรรณ ฉัตรวัชรกุล, สัมภาษณ์. 2555, กันยายน 7. กรณีศึกษาที่ 1.37 ภาคผนวก ก.)

“พอเริ่ม ๆ ทำไปแล้วนี้ ผมมาเข้าค่าย 7 ครั้งนี้ ผมก็ได้รับบางสิ่งบางอย่างไปปฏิบัติ ต่อเนื่อง ก็เลยรู้สึกว่ามันไม่ยาก ผมมาฟังหมอเขียวพูดนี้ผมก็ได้กำลังใจไปหลายอย่างนะครับ คือ

ก็ปฏิบัติ พยายามปฏิบัติไปเรื่อย ๆ แรก ๆ มันจะยากนิดหนึ่งนะครับ มันจะบางที่เราไปแนะนำใครก็ลำบาก เราต้องทำให้ตัวเองเป็นตัวอย่างก่อนแล้วก็จะไปบอกคนอื่นได้ครับ”

(ตฤณภัท เกตวัลย์, สัมภาษณ์. 2555, กันยายน 7. กรณีศึกษาที่ 1.38 ภาคผนวก ก.)

“เริ่มเรียนรู้แล้วว่า เราประมาทกับชีวิตของเรามาก เราเอาชีวิตเราเองนี้ไปยึดติดอยู่กับลาภยศสรรเสริญ ชื่อเสียงเงินทองอะไรต่าง ๆ มานาน นี่เราได้โอกาสที่ 2 ของชีวิตมานี้ โชคดีมากแล้ว แต่ถ้าเราเอาชีวิตเราตอนนี้ ซึ่งที่เหลือนี่มันเป็นกำไรแล้วนี่ เอามาเดินตามคุณหมอเขียว มาช่วยเหลือคนที่ศรัทธาอย่างตามรอยของที่คุณหมอเขียวทำ เราจะช่วยคนได้อีกเท่าไร การที่เราได้มาให้ความรู้ให้คำแนะนำหรือดูแลรักษาคนไข้ นี่มันเกิดพลังค่ะ พลังชีวิตพลังบุญต่าง ๆ นี่มันย้อนกลับเข้ามาหาฉันอย่างมหัศจรรย์ จิตที่บริสุทธิ์ด้วยพรหมวิหาร 4 เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา”

(สุชญา ทิวถนอม, สัมภาษณ์. 2555, กันยายน 4. กรณีศึกษาที่ 1.39 ภาคผนวก ก.)

“มีกรรมเป็นของของตน สาเหตุที่เกิดจากกรรมนี้ ถ้าวิเคราะห์ในชาติปัจจุบันนี้ที่เราอยู่นะ ก็คือว่าเราพาคนไปทำแท้งค่ะ โดยที่คิดว่าเราแค่เอาศพเขาไปเท่านั้นเองนะค่ะ”

(กฤษณิศา, สัมภาษณ์. 2555, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.40 ภาคผนวก ก.)

“เราต้องเข้มแข็งด้วย จิตใจเป็นอันดับแรกเลย ทุกคนต้องแบบเป็นกำลังใจให้ตัวเอง จิตใจเข้มแข็ง”

(วทันยา, สัมภาษณ์. 2555, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.42 ภาคผนวก ก.)

“ตั้งใจมาทานมือเดียว วันแรกยัง 3 มืออยู่ วันที่ 2 วันที่ 3 ลดลงมาเหลือ 2 มือก่อน ลองว่าตอนเย็นจะไหวไหม วันที่ 4 วันที่ 5 รวมถึงวันนี้ก็เหลือมือเดียว กำลังก็ยังมีเต็มอยู่ เราพิจารณาทุกข์จากเนื้อสัตว์ อาหารรสจัด เวลาเรากินเข้าไปมันจะไม่สบายตัว จะแน่นท้อง ขับถ่ายยาก ก็ใช้พิจารณาทุกข์ตรงนั้น พอเราเห็นทุกข์ ความอยากมันก็ลดลงไป ทำให้กิเลสทางด้านความอยากลดลง ต้องมาเจอกระทบบ่อย ๆ เรื่อย ๆ ทบทวนไปเรื่อย ๆ ”

(นัฐชนพงษ์ ทองไพบูลย์, สัมภาษณ์. 2555, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.43 ภาคผนวก ก.)

“เราได้ทำกุศลกรรมดี”

(สิทธิชัย อธิบุญญการ, สัมภาษณ์. 2555, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.44 ภาคผนวก ก.)

“เราจะพัฒนาการถอนพิษของเราแบบไหนอะไรอย่างนี้ เราก็วางแผนกันอยู่ทุกวัน การที่เราเรียนรู้ยา 9 เม็ดนี้ จนเราสามารถนำไปใช้งานได้ระดับหนึ่ง ถ้ามานี้พอมันจะเกิดวิกฤตินี้เรามั่นใจตัวเองว่าเราทำที่ตรงนี้ เราเรียนรู้มาเราใช้ได้จริง แต่พอมันถึงจริง ๆ อันนั้นนะเรารู้แล้วอย่างน้อย ๆ เรามีสติที่เราไม่กลัว แต่ตอนนี้เนี่ย เราอยากจะมีสติที่มากกว่านั้น เลยมาเป็นจิตอาสา แล้วก็ตั้งใจว่าจะไปลงแพทย์วิถีพุทธเพิ่มด้วย เราก็ไม่ต้องไปพึ่งคนอื่นแล้ว อุตตาหิอิตตโนนาโถ อยู่ทีตัวเราเราสามารถช่วยคนอื่นหรืออย่างน้อย ๆ นี้เราสามารถที่จะประคองคนอื่นเขาไปกับเราได้ ซึ่งคิดว่ามันเป็นการทำความดีซึ่งอยู่ในวิสัยที่เราทำได้”

(วรรณธนา สุวรรณศรีสาคร, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.46 ภาคผนวก ก.)

“ทานของบางทีถ้าเราเยอะเกินเนี่ย เราจะรู้เลยว่าอันไหนไม่ดี ก็ก็ต้องไม่ต้องทาน”

(สิริวีร์ ลำสกุล, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.47 ภาคผนวก ก.)

“ทราบใดที่เราไม่ได้ทำความผาสุกด้วยตนเอง เราก็ไม่สามารถที่จะไปบอกคนอื่นได้ สิ่งที่เราจะต้องทำก็คือว่า ทำให้เกิดผลกับตัวเองแล้ว ปัจฉัตตัง คือพิสูจน์ด้วยตัวเอง”

(จตุพร อารีภักดิ์, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.48 ภาคผนวก ก.)

“ผมบอกอาจารย์หมอเขียวว่า ผมเข้าไปปฏิบัติธรรมนี้ ผมรู้สึกว่ายากมีความสุขเฉพาะตน แต่ผมไม่สามารถที่จะมีความสุขตลอดไปได้ ท่านอาจารย์หมอเขียวเลยแนะนำ เลยให้เมตตาแนะนำผมว่าการปฏิบัติธรรมเพื่อให้บรรลุธรรมนี้ไม่ใช่ไปนั่งสงบอยู่เพียงคนเดียว การปฏิบัติธรรมต้องปฏิบัติตามมรรคมีองค์ 8 เท่านั้นเองครับ ผมตื่นเลย อยากจะเป็นจิตอาสา แล้วก็รับใช้ท่านอาจารย์หมอเขียวเพื่อแบ่งเบาภาระตามความสามารถและภูมิปัญญาที่มีอยู่ ทุกคนที่มาที่นี้ 7 วัน ขอให้ตั้งใจศึกษา นะครับ ขอให้ตั้งใจศึกษาแล้วก็ไม่เพียงแต่ ขอให้ตั้งใจศึกษาปฏิบัติอย่างเคร่งครัด”

(สุรศักดิ์ ตั้งสติดพร, สัมภาษณ์. 2556, มกราคม 31. กรณีศึกษาที่ 1.49 ภาคผนวก ก.)

“นี่ถึงวิบากกรรมของตัวเอง เราก็เห็นว่า บาปกรรมไม่ต้องรอชาติไหน ชาตินี้เลยล่ะ เราเจอนะคะ”

(กิ่งกมล, สัมภาษณ์. 2556, มิถุนายน 15. กรณีศึกษาที่ 1.51 ภาคผนวก ก.)

“สิ่งที่มีคุณค่ามากกว่าสุขภาพที่ดี ก็คือองค์ความรู้ที่ทุกท่านได้ไปค่ะ ทุกท่านนี้ได้อำนาจในการเป็นหมอมด้วยตัวเองด้วย”

(พรปวีร์ จันทร์อุไร, สัมภาษณ์. 2556, กุมภาพันธ์ 15. กรณีศึกษาที่ 1.52 ภาคผนวก ก.)

“เชื่อว่าเป็นกรรมที่มากทดสอบจิตใจ เราเชื่อในสิ่งที่เกิดขึ้น อะไรที่เกิดขึ้นต้องยอมรับจะ ปฏิเสธไม่จริงไม่ได้ พอใจในสิ่งที่ตนมี ยอมรับความจริง ตัวเองปฏิบัติธรรม ทำให้สบายใจ เป็นสุข เชื่อพระพุทธเจ้า ทำดีจะทำให้ทุกข์ลดน้อยลง”

(กระท้อน นามสมมติ, กรณีศึกษาที่ 1.53 ภาคผนวก ก.)

“เชื่อว่าเราขี้มึน ทำดีต้องได้ดี ขี้มึนในพระพุทธศาสนา เหมือนเราปลูกข้าว เราจะเลือก ที่มันอุดมสมบูรณ์ เราหว่านข้าวไปก็จะได้รับผลที่ดีนั้น ตนเองจะชอบทำบุญกับพระที่ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ คือเราทำใจได้ ก็เป็นเช่นนั้นเองเพราะเราทำมาแบบนี้ได้เท่านี้ จะไปฝันไม่ได้ เกิดแก่เจ็บ ตายทุกคน ยอมรับความจริง”

(กล้วย นามสมมติ, กรณีศึกษาที่ 1.54 ภาคผนวก ก.)

“สาเหตุหลักอย่างหนึ่งของโรคต่าง ๆ ของตัวเองคือ อารมณ์เครียด เร่งรีบ ขี้โมโห แก้ได้ โดยการฟังธรรมบ่อย ๆ อ่านหนังสือธรรมะ พิจารณาโทษภัยของความโกรธ ความใจร้อน ความเอาแต่ใจ ความที่จะเอาให้ได้ให้ดีตั้งใจ ฝึกตัวเองให้ช้าลง ไม่เร่งรีบเร่งรัดหรือมุ่งเอาแต่งาน มีจิตใจดีขึ้น คุณหมอเขิวสอนว่า “จงอย่ากลัวตาย อย่ากลัวโรค อย่าเร่งผล อย่ากังวล”

(กระเจียบ นามสมมติ, กรณีศึกษาที่ 1.55 ภาคผนวก ก.)

“เข้าใจเรื่องกรรม เรื่องของการให้ผลของกรรม มันต้องมีเหตุที่มา และได้ศึกษามาระยะหนึ่ง ก่อนผ่าตัดก้อนใหญ่ (ก้อนที่ 2) มีการทำความเข้าใจในสภาพที่เราเป็นอยู่ มีการนั่งสมาธิ ไม่ให้วิตก เกี่ยวกับโรค อาตมาเชื่อเรื่องวิบากกรรม ในอดีตไม่ดื่มเหล้า ไม่สูบบุหรี่ แต่มีกิจกรรมตกปลา กับเพื่อน ๆ ตามเขื่อน ตามบ่อได้ปลา มา ก็ให้คนอื่นทำหรือบางครั้งก็ทำเอง ทูบหัว ผ่าท้อง เป็นวิบากของเรา เป็นเหตุให้เราต้องมาโดนผ่าตัด 5 ครั้ง ทำให้มีทวารเทียม ทั้ง 2 ข้าง”

(ภิกษุสมบุรณ์ สมาจาโร, สัมภาษณ์. 2558, มีนาคม 9. กรณีศึกษาที่ 1.56 ภาคผนวก ก.)

“สุดท้ายที่ได้มาวันนี้ ก็ทำให้เราได้เรียนรู้ว่า ถ้ายังขึ้นเป็นแบบนี้เราก็คงไม่รอดแน่ แล้วเราจะปล่อยให้เค้าเป็นเหรอ ให้มันทำร้ายเราเหรอ พอขึ้นได้ตรงนี้ ก็พูดกับแฟนที่ห้องน้ำเมื่อคืน จะวาง จะปลง จะปล่อย ปลดทุกอย่าง มันเป็นไปตามครรลองของเขา ขนาดใจเรายังบังคับไม่ได้เลย แล้วจะไปบังคับคนอื่นได้ยังไง ก็เลยบอกกับตัวเองว่า ต่อไปนี้จะไม่ให้ตัวนี้มาทำร้ายเราอีกแล้ว เพราะวาระรอบที่ 2 แล้วเราเกือบตาย ก็เลยหลุด ที่นี้มันก็เลยหายปวด ๆ บ้าง คล้าย ๆ เค้าไม่เกร็งแล้ว”

(จิตตภา พันนารักษ์, สัมภาษณ์. 2556, กรกฎาคม 24. กรณีศึกษาที่ 1.59 ภาคผนวก ก.)

“เจอมิตรดี สหายดีระหว่างอยู่ค่ายเห็นโทษก่อน จึงจะเห็นธรรม”

(วาสนา เดือนอุดม, กรณีศึกษาที่ 1.68 ภาคผนวก ก.)

“ธรรมของ อาจารย์หมอมะเข็ญ จี้ใจ กลัวบาปมาก”

(วิสา โหตระ, กรณีศึกษาที่ 1.78 ภาคผนวก ก.)

“ละกิเลส ละอวดตา ทำจิตให้เป็นสมาธิได้ดีขึ้น ลดกิเลส ลดอวดตา ใจมีสมาธิดีขึ้น”

(นवलพรรณ, กรณีศึกษาที่ 1.82 ภาคผนวก ก.)

“ชะล่าใจ ประมาท กลับไปทำพฤติกรรมแบบเดิม ๆ รับประทานเนื้อสัตว์ จนเกิดเป็นก้อนซีสต์ขึ้นอีกครั้ง เห็นชัดว่าหลักการของแพทย์วิถีพุทธทำได้ผลจริง อารมณ์ที่เครียด และพักผ่อนไม่พอ จึงกลับมาเข้าค่ายพระไตรปิฎก เพื่อยกระดับจิตวิญญาณและฝึกการปล่อยวาง”

(บัลชลี, กรณีศึกษาที่ 1.84 ภาคผนวก ก.)

“เคยกังวลกับคนในครอบครัว แต่ใช้การพิจารณากรรม จึงได้ผ่อนคลายไป”

(ราตรี ห่านตระกูล, สัมภาษณ์, 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.9 ภาคผนวก ก.)

“ประกอบอาหารด้วยพืช ผัก ถั่ว โดยไม่ต้องมีเนื้อสัตว์เลยก็สามารถทำอาหารให้อร่อยชวนกิน เป็นประโยชน์ต่อร่างกายของเราที่สุด ข้อสำคัญคือละเว้นการฆ่า”

(ชัยวิวัฒน์ ชูวนพันธ์, สัมภาษณ์, 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.10 ภาคผนวก ก.)

“บางครั้งไม่บอกก็ไม่รู้ว่ามีใครรู้ว่า เรามีอาการโกรธเบา ๆ เพราะเป็นอาการที่เกิดเฉพาะในมโนกรรม เราก็ยิ้มไว้ก่อน เมื่อเราจับอาการได้ก็พิจารณาโทษประโยชน์แค่แวบเดียว อาการในจิตก็สงบลงแล้ว เราก็ยังยิ้มอยู่แต่ความโกรธหายไปแล้ว”

(ณัฐชยาน์ นาคบำรุง, สัมภาษณ์, 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.11 ภาคผนวก ก.)

“หลังจากปฏิบัติยา 9 เม็ด ไม่มีอาการรุนแรงของจิตแล้ว”

(ไพโรจน์ โกสุมขจรเกียรติ, สัมภาษณ์, 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.71 ภาคผนวก ก.)

“สาเหตุหลักอย่างหนึ่งของโรคต่าง ๆ ของตัวเองคือ อารมณ์เครียด เร่งรีบ ขี้โมโห แก้ไม่ได้ โดยการพึ่งธรรมชาติบ่อ ๆ อ่านหนังสือธรรมะ พิจารณาโทษภัยของความโกรธ ความใจร้อน ความเอาแต่ใจ ความที่จะเอาให้ได้ให้ดีตั้งใจ ฝึกตัวเองให้ช้าลง ไม่เร่งรีบเร่งรัดหรือมุ่งเอาแต่งาน”

(บุญกร กุลมาตย์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.83 ภาคผนวก ก.)

“วางใจได้เมื่อถูกคนทั่วไปมองว่าพอมมากเกินไป สุดโต่งเกินไป โดยใช้ธรรมชาติการเข้าใจ และรู้จักวาง”

(วิไล เลิศวิมลชัยศิริ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.90 ภาคผนวก ก.)

“ลึกซึ้ง ตอนนี้ความสบายใจทำให้ดิฉันกลายเป็นคนสดใส น่ารักขึ้นกว่าแต่ก่อนที่เป็นคนเครียด การดำเนินชีวิตก็ง่ายขึ้นมาก ปล่อยวางลงเกือบทุกอย่าง และจะพยายามต่อไป”

(นวลจันทร์ กาดทอง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.91 ภาคผนวก ก.)

“จิตที่คิดจะให้ประเสริฐกว่าจิตที่คิดจะเอา” ได้เลิกจากการทำงานแบบโลก ๆ มาทำงาน ศูนย์บาท เป็นจิตอาสาเต็มตัวเต็มเวลา ชีวิตนี้ตั้งใจว่าจะทำความผาสุกที่ตน และสอนคนที่ศรัทธา ตามที่อาจารย์หมอเขียวได้สอนไว้ จึงมีความสบายกาย สบายใจ เข้าสู่สมดุลได้ดีที่สุดเท่าที่เคยทำมา ในชีวิต”

(พวงเพชร ช่างซอ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.92 ภาคผนวก ก.)

“หลังจากที่เรียนรู้การลดกิเลสแล้ว ทำให้อาหารรสชาติกินง่ายมากขึ้น รู้สึกชีวิตเรียบง่ายมากขึ้น สิ่งดี ๆ ก็ตามมา พบกัลยาณมิตรมากมายที่หวังดีและจริงใจ”

(ศิริพร กาดทอง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.93 ภาคผนวก ก.)

“ลดเนื้อสัตว์ลงได้มาก”

(ต้นพูน นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.94 ภาคผนวก ก.)

“วางใจไม่เอางานเป็นใหญ่ คลายกังวล แม้มี่งานคั่งค้างอยู่เสมอ”

(สงกรานต์ มาประสบ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.95 ภาคผนวก ก.)

“ต้องฝึกให้แกร่ง และดีกว่านี้ เพียรให้มากยิ่งขึ้น ทำดีแล้วแต่ยังไม่ดี พิจารณาโทษหรือ ประโยชน์ให้มาก ๆ คงต้องเรียนรู้ไปอีกเยอะค่ะ”

(ศิริวรรณ รูปโฉม, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.96 ภาคผนวก ก.)

“ถูกโงกกลายเป็นคนจนภายใน 3-4 เดือน ชีวิตเปลี่ยนไปหมดทุกอย่าง โขคดีที่ได้รู้จัก ธรรมะ ได้ฟังท่านอาจารย์หอมเขียวบรรยาย ช่วยให้ความทุกข์ใจค่อย ๆ คลายออก และคิดได้แล้วว่า เราเคยทำมามากกว่านั้น เชื่อเรื่องกรรมค่ะชาตินี้ ชาติหน้าเมื่อคิดว่าเราเคยทำมา ทำให้จิตใจได้ คลายความคิดแค่นั่นต่อคนที่เคยโงก ก็ลดลงเรื่อย ๆ จนไม่เหลือฐานะความเป็นอยู่ ก็ไม่ลำบากอะไร”

(สุภาพร สุวรรณวุฒิชัย, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.97 ภาคผนวก ก.)

“พิจารณาข้อดี ข้อเสียแม้จะมีโอกาสเอื้อให้เราทำอะไรได้หรือผลิต แต่เราก็ไม่ทำ ทำให้เรา เป็นสุขมากกว่าแต่ก่อน”

(วิชัย จตุภัทร์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.99 ภาคผนวก ก.)

“กิเลสมักจะชนะ โดยเฉพาะกาม กิณของอรรอย รสจัด”

(นิรมล เอื้อเศรษฐกานต์, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.100 ภาคผนวก ก.)

“จะลดกิเลสใช้ธรรมะช่วยขัดเกลาจิตใจ ไม่ติดยึด พิจารณาความไม่เที่ยง”

(อุบาสิกาทัศนีย์ เลียดทอง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.101 ภาคผนวก ก.)

“จะลดกิเลสใช้ธรรมะช่วยขัดเกลาจิตใจ รู้จักบาปบุญคุณโทษและมีความกตัญญู”

(ประภาวัลย์ เล็กประสมวงศ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.102 ภาคผนวก ก.)

“ไม่ยึดติด พิจารณาประโยชน์ของการไม่เสพ ไม่ติด พิจารณากรรมมีจริงและความ ไม่เที่ยง”

(พัชรีย์ พรหมทอง, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 2.103 ภาคผนวก ก.)

“เข้าค่ายมาแล้วแต่ไม่ได้ทำสวนล้างลำไส้ใหญ่ ไม่กล้าดื่มปัสสาวะ แต่เมื่อป่วยกลับ มีความกล้าที่จะทำจริง และทำได้ผลจริง”

(น้องโอ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 3.63 ภาคผนวก ก.)

“ถ้าเราทำผิด เราจะต้องมาติดคุกอีก จะต้องมาชดใช้วิบากกรรมอีก เมื่อออกไปแล้ว จะอยู่แบบพอเพียงปลูกผักกิน เหลือจะขาย ลาพักการลงโทษจะได้กลับบ้าน ความอยากกลับบ้านก็ยังมีอยู่ แต่ก็ไม่ทุกข์แล้ว ทนอยู่ได้ ต้องชดใช้กรรมจะได้หมดไป”

(ช่อนกลิ่น นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.5 ภาคผนวก ก.)

“ฟังธรรมะ ทำให้จิตใจเย็นลง จะไม่ทำผิดอีกแล้ว”

(พลับพลึง นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.6 ภาคผนวก ก.)

“ลดความอยากได้ อยากเป็น อยากดัง เดิมมัวแต่ทำงาน หาเงิน กังวลใจหลาย ๆ เรื่อง ปัจจุบันไม่ยึดติดอะไรเลย เวลาพักก็พักผ่อนที่ นาน ๆ ครั้ง จะมีความหวัง ยึด ติด มาเยี่ยมสักครั้ง เราก็ใช้ชีวิตพิจารณาความจริงและลมหายใจ”

(จิราภา ปาตีคำ, บันทึก. 2557, ธันวาคม 12. กรณีศึกษาที่ 1.142 ภาคผนวก ก.)

“คิดว่าใครทำกรรมอันใดไว้ก็ต้องได้รับผลกรรมอันนั้น ตอนแรกคิดเคียดแค้น ตอนนี้อยู่ไม่คิดแล้ว ก็คิดว่าเป็นเวรกรรมของเรา แต่ก็มีผู้อื่นที่ทำให้เราต้องเข้ามาอยู่ในนี้ ก็อาฆาตแค้นตอนนี้อยู่ไม่คิดแล้ว ความโกรธเบาบางลง ทำให้เราปลงได้ หมอสอนเรื่องเวรกรรม ๆ ทำให้เราเข้าใจมากขึ้นก็ทำให้สบายใจขึ้น ไม่ต้องไปคิดอะไร ถึงวันที่ได้กลับก็จะได้กลับเอง ก็ให้กำลังใจตัวเองว่าเดี๋ยวก็จะมีอะไรดี ๆ เข้ามา”

(เอเอ้น นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.36 ภาคผนวก ก.)

“เชื่อว่าทำดีก็ได้ดี ทำชั่วก็ได้ชั่วจริง ๆ ก็ตรงกับของตัวเองว่า เคยไปเก็บเขียดมาห้กษาเขียดวันนี้เจ้าของก็จับด้วย พอมาได้ยินที่คนหมอบเขียด บอกว่าทำอะไรก็ได้อันนั้น ก็จริงด้วย ตอนนี้อยู่จับขาปวดหัวเข่า ก็ระลึกถึงสิ่งที่ตนทำมาเป็นบาปตรงนั้น ก็ภาวนาขอโหสิกรรม ตอนนี้อยู่ก็ไม่ค่อยปวดแล้ว ก่อนเข้าโครงการแพทย์วิถีพุทธ หุ่นุ้อาฆาตโกรธสามี มาเยี่ยมไม่ตรงเวลาก็โกรธก็อยากตีอยากฆ่าเขา แต่พอมาเข้าโครงการแพทย์วิถีพุทธ ตอนนี้อยู่ก็ไม่คิดอะไรแล้ว เขาจะเป็นอะไรก็เป็นไป เรื่องลูกเต้าก็ปล่อยวางไปหมดแล้ว มันจะเกิดอะไรก็ให้มันเกิด ถือว่าเป็นกรรมถึงได้เข้ามาในนี้ เพราะไม่ได้ทำจริง ๆ เพื่อนเอายามาให้ถือตำราวจมาจับเรา ก่อนหน้าอาฆาตเพื่อน คิดไว้ว่าถ้าได้ออกไปจะไปแก้แค้นคืน แต่หลังจากได้ฟังคุณหมอบสอนธรรมะ ก็รู้สึกโล่งสบาย ตอนนี้อยู่ก็ไม่คิดแล้ว เพราะเข้าใจแล้วว่าสักวันเขาก็จะได้รับกรรมที่เขาทำเอง ได้ยกภูเขาออกจากอก ความทุกข์ความรู้อึดบากหมดไปไม่มีเลยตอนนี้”

(เอเอเอ็ม นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.36 ภาคผนวก ก.)

“ทุกข์ใจ โคนข้อหาเกินจริง คือเป็นผู้เสพ แต่ถูกข้อหาครอบครองเพื่อจำหน่าย ทำให้ไม่ถึง
ไม่ยุติธรรม แล้วเงินที่ซื้อมาเสพก็เป็นเงินของตน ไม่ได้เบียดเบียนใคร ก็คิดเพียงเท่านี้ ก่อนเข้า
โครงการแพทย์วิถีพุทธหมอเขียว พอเข้าโครงการแพทย์วิถีพุทธหมอเขียว ก็รู้ว่าความคิดนี้มันไม่ใช่
เพราะจากที่เราเป็นตัวต้องการจะเสพ เราก็ต้องไปหาคนขาย แล้วมันก็จะตีแผ่มีอาชญากรรมอะไร
เกิดขึ้นหลายอย่าง ที่แรกคิดว่าตัวเองไม่ผิด เพราะว่าเงินที่ซื้อก็เงินของเรา ก็ไม่ได้เบียดเบียนใคร
แต่จริง ๆ แล้วเราเป็นจุดเริ่มต้นเลย ถ้าสมมุติไม่มีเรา ไม่มีผู้เสพ มันก็จะไม่มีคนค้า มันก็จะไม่มีการ
จับฉ้อ ก็จะไม่มีทุกสิ่งทุกอย่าง ถ้าสมมุติไม่มีตัวหนูก็คือว่าไม่มีผู้เสพ ถ้าหนูไม่ต้องการเสพ หนูก็จะ
ไม่คืบหน้า ถ้าหนูไม่คืบหน้า พวกคนขายคนผลิตก็ไม่คืบหน้าผลิตมา เพราะว่ามันไม่มีคนซื้อ
ตอนนี้เรารู้แล้วว่ามันผิดศีล ตามที่หมอเขียวพูดว่า มันเป็นกรรมต่อเนื่อง เราเป็นผู้กระทำเราก็
ต้องรับ ถึงไม่ได้ทำขาคินี้ก็เป็นขาคินี้แล้ว ไม่ว่าเราจะทำอะไรกรรมก็ส่งผลต่อเนื่อง”

(เอที นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.38 ภาคผนวก ก.)

“ทุกวันนี้เมื่อได้ฟังธรรม ทำให้รู้ว่าความตายมันก็แค่เปลี่ยนร่างใหม่ เปลี่ยนบ้านใหม่
ไม่ว่าคุณจะทำที่ไหน สิ่งที่คุณเอาไปได้ก็คือบาปกับบุญเท่านั้น”

(เอเชช นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.32 ภาคผนวก ก.)

“หลังเข้าโครงการประมาณหนึ่งเดือนเราก็ปลงทุกอย่างได้ ที่แรกก็ยังกังวลเรื่องลูก สามิ
บ้าน กลัวว่าสามิจะมีเมียใหม่ แต่ตอนนี้ไม่กังวลแล้ว พี่จะไปมีเมียใหม่ก็ให้เขาไป ลูกก็ถือว่าเรา
ทำบุญมากับเขาเพียงเท่านี้ ก็เลยไม่ค่อยกังวลอะไร ปล่อยทุกอย่างแล้ว”

(เอเอ็ม นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 5.46 ภาคผนวก ก.)

ลดความโลภ

“การฟังธรรมะได้ประโยชน์กับตัวเรา ความเครียดลดลง ฟังธรรมะทำให้จิตใจเย็นลง
เดี๋ยวนี้ไม่อยากรวยแล้ว”

(ช่อนกลิ่น นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.5 ภาคผนวก ก.)

“เงินที่ท่านคิดว่าซื้อความสุขได้ทุกอย่าง และอยากได้ไม่มีที่สิ้นสุดนั้น สุดท้ายไม่สามารถซื้อ
อิสรภาพและความสุขใจได้เลย หากสักวันหนึ่งท่านต้องเข้ามาอยู่จุดนี้ ไม่รู้ว่าจิตใจของท่านจะ
เข้มแข็งพอที่จะรับความสูญเสียได้หรือไม่ อย่าได้ตกเป็นทาสของความโลภแล้วต้องจบแบบข้าพเจ้าเลย”

(เอ นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 5.30 ภาคผนวก ก.)

“เมื่อข้าพเจ้าพ้นโทษไป ข้าพเจ้าจะหลีกเลี่ยงสิ่งที่ทำให้ตัวเองต้องเป็นทุกข์ และเริ่มชีวิตที่สงบสุขอย่างแรกที่ทำคือ อยู่กับครอบครัว หลังจากนี้ จากมา 2 ปี ที่ผ่านมาสอนให้เราใช้ชีวิตแบบเรียบง่ายถึงเราจะกินแค่ผัก ผลไม้ เราก็ยังดำเนินชีวิตได้ตามปกติ บางทีขายกับข้าว อาจจะลองทำน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด ให้ทุกคนทานฟรีก่อน ค่อยขยายไปที่ละนิด จะเอาความรู้ที่เรียนรู้ในจุดนี้ไปใช้ในวันข้างหน้า”

(ชมขนาด นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, ตุลาคม 28. กรณีศึกษาที่ 5.15 ภาคผนวก ก.)

ความโกรธ

ผู้ให้ข้อมูลหลักเข้าใจถึงการรู้จักให้อภัย รู้จักการปล่อยวาง ความไม่โกรธ ไม่ก้าวร้าว ไม่อาฆาตแค้น มีความใจเย็นขึ้น รู้จักการทำใจได้มากขึ้น เพราะได้เข้าใจถึงเรื่องของกรรมอย่างชัดเจนขึ้น

“แพทย์วิถีพุทธมาช่วยให้เรารักตัวเอง ทำให้เรารู้จักให้อภัย ไม่แค้นใคร ไม่โกรธเคืองใคร มีการช่วยเหลือผู้อื่น แต่ก่อนเป็นคนอารมณ์ร้อนไม่เคยกลัวใคร ชี้น้ำดำได้หมด ไม่เคารพผู้ใหญ่ ไม่ยอมใคร แม้เจ้าหน้าที่ก็ไม่ยอม เมื่อได้มาเข้าร่วมโครงการ จิตใจดีขึ้น ไม่ก้าวร้าว เปลี่ยนแปลงเป็นคนใจเย็นขึ้น เพื่อน ๆ ก็ลงความเห็นว่าเป็นไปในทางดีขึ้น รู้จักขอโทษ และให้อภัยคนอื่น”

(อินทพาลัม นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.2 ภาคผนวก ก.)

“ตอนนี้ใจเย็นให้อภัยคนอื่นได้ เมื่อก่อนคำทุกคนไม่เว้นแม้แต่คนแก่ เดี่ยวนี้เวลาคนว่าก็ไม่ได้ตอบ คิดว่าถ้าเราได้ตอบเราจะมีวิบาก เคยคิดจะแหกคุกออกไป ตอนนี้ไม่คิดแล้ว ฟังหมอเขียว บรรยายธรรมะ ได้อ่านหนังสือหมอเขียว ปลูกได้แล้ว”

(จำปูน นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.8 ภาคผนวก ก.)

“โครงการนี้เปลี่ยนความคิด เมื่อก่อนเป็นคนใจร้อน ขี้หงุดหงิด ใครมาพูดกระแทกไม่ได้เลย พอมาได้ร่วมโครงการ ได้สวดมนต์ จิตใจเย็นลง ใครพูดอะไรก็เฉย ๆ ไม่รู้สึกอะไร มีคนมาด่าก็เฉย ๆ คนที่เราไม่ชอบกันมาพูดกระแทกก็เฉย ๆ ถ้าเป็นสมัยก่อนต๋อยไปแล้ว ฝ่ายตรงข้ามเห็นหนูเฉย ๆ ก็ยิ่งโมโหใหญ่ ได้สวดมนต์ภาวนา อยากให้เค้าได้ใจเย็นเหมือนเรา ไม่อยากเห็นเค้าทุกข์ใจ อยากให้เค้ารู้สึกดีเหมือนกับเรา แต่เราก็ไม่สามารถพูดให้เขาเข้าใจได้”

(อัมส้าย นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.17 ภาคผนวก ก.)

“เคยคิดอาฆาตแค้นมา 2 ปีก่อน เพราะตัวเองไม่ได้ทำผิด แต่ถูกใส่ร้ายจนต้องติดคุก คิดจะเอาคืน แต่เมื่อได้ฟังธรรมจากหมอเขียว ตอนนี้ไม่คิดจะเอาคืนแล้ว อารมณ์รุนแรงก็ลดลง ใจเย็นขึ้น ยอมรับฟังคนอื่น คิดว่ายิ่งเราโกรธมาก เราก็ยิ่งทุกข์มาก ตอนนี้ใจสบายขึ้น 80-90 %”

(พุดสา นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.23 ภาคผนวก ก.)

“เมื่อก่อน โกรธแค้นหลานที่เอายามาซุกทำให้ตัวเองถูกจับ ทุกวันนี้ก็ไม่โกรธแล้ว ไม่เครียดแล้ว เราทำได้แล้ว ลดโทษก็จะได้ออกเอง”

(พุดฝรั่ง นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.24 ภาคผนวก ก.)

“โดนเพื่อนหลอกมาเป็นแพะ ก็โกรธเพื่อนเป็นทุกข์มาก คิดไว้ว่าถ้ามีโอกาสออกไปจะซื้อน้ำมันไปเผาบ้านเขาเลย โกรธมาก อาฆาตแค้น หลังเข้าโครงการแพทย์วิถีพุทธ ก็คิดว่ามันเป็นกรรมของเรา ก็ปล่อยวางอโหสิกรรมให้เขา คิดว่าเขาทำแบบไหนเขาก็จะได้รับกรรมแบบนั้น ก็ทำให้เรารู้สึกดีขึ้น ตอนนี้เราก็ให้อภัยเขาแล้วให้อโหสิกรรมเขาแล้ว ก็ใช้เวลา 2-3 เดือนในการคิดพิจารณา”

(เอแอล นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.34 ภาคผนวก ก.)

ลดความหลง

ผู้ให้ข้อมูลมีความเข้าใจในเรื่องของ “ศีล” ได้ชัดเจนมากขึ้น รู้ว่าชีวิตที่พลาดพลั้งผิดพลาด มีสาเหตุมาจากการหลงเมาเมี้ยว เมาชีวิตเมากิเลสเมาความโลภเมาความหลง สามารถเรียนรู้และปฏิบัติการปล่อยวาง การลดกิเลส การมีสติได้มากขึ้น ลดละเลิกกิเลสสิ่งที่จะเป็นพิษเป็นภัยต่อชีวิต ได้รู้จักการแยกแยะว่าสิ่งใดดีสิ่งใดไม่ดี สิ่งใดควรกระทำ สิ่งใดไม่ควรกระทำ เพื่อปฏิบัติสู่ความพ้นทุกข์

“ไม่คิดอะไรมากแต่ก่อนคิดมากทุกวัน เดี่ยวนี้ปลงได้บ้างแล้ว ธรรมะเข้ามาทำให้จิตใจสบายขึ้น สดชื่นขึ้น ตอนเช้าก็ร้องเพลงของหมอเขียว ตอนเย็นจะฟังวิธีดีทำให้อารมณ์ดี เวลาหมอเขียวมาจะมานั่งฟังอยู่ข้างหน้า นั่งฟังทั้งวันก็ฟังได้ คิดว่าถ้าเราได้กลับออกไป เราจะไม่มีไปทำผิดอีกแล้ว”

(องุ่น นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.1 กรกฎาคม 1. ภาคผนวก ก.)

“ตอนนี้เลิกคิดแล้วปล่อยวางได้ ตั้งใจว่าออกไป จะไปถือศีล 8 ทำใจให้ปล่อยวางได้ วิธีทำใจปล่อยวางก็เห็นว่าทุกอย่างเกิดขึ้นตั้งอยู่ดับไป สามารถวางใจได้ คบกันวันนี้ พลัดพรากได้ในวันนี้ พักจิตใจให้มากิเลสได้ อยู่ในคุก ลดกิเลสได้มาก ฆ่ากิเลสเป็นเรื่องสำคัญ”

(ลำดวน นามสมมติ, บันทึก. 2557. กรณีศึกษาที่ 5.10 ภาคผนวก ก.)

“มีความเข้าใจในศีล 5 ได้ชัดเจนและลึกซึ้งขึ้น (อธิศีล) ที่ได้เข้ามาอยู่ในนี้เพราะศีลข้อนี้ ตอนแรกคิดว่าสุราแปลว่าเหล้า เขาห้ามดื่มเหล้าอย่างเดียว สุรา ที่นี้ก็ได้รู้ว่าข้อ 5 นี้ สุรามันไม่ได้แปลว่าเหล้า แต่มันแปลว่าเมา เมาทุกอย่างก็เลยทำให้รู้ว่าศีลข้อ 5 เป็นรากเหง้าของการนำไปสู่การผิดศีล ข้ออื่น ๆ ทุกข้อ ที่นี้ก็รู้แล้วว่ามันจริง พอข้าพเจ้ามาผิดศีลข้อ 5 ข้อเดียว ชีวิตพังหมดเลยจากการเมา เมาชีวิต เมากิเลส เมาความโลภ เมาความหลง ทำให้ตัวเองต้องเข้ามาอยู่ในนี้”

(เอ นามสมมติ, บันทึก. 2557, กรณีศึกษาที่ 5.30 ภาคผนวก ก.)

“เพื่อนขอร้องให้ดิฉันถือยาบ้าให้ วันนั้นด้วยความที่ดิฉันไม่รู้ ว่า ความผิดที่น่าयाข้าม ราชอาณาจักรเป็นอย่างไร ดิฉันเลยปิดเขาตั้งแต่วันที่โดนจับ แต่เขาก็ไม่เคยมาดูแลหรือส่งเสียดิฉันเลย เมื่อก่อนดิฉันยอมรับนะว่า ถ้าดิฉัน ได้ออกจากคุกนี้แล้วดิฉันเคยอาฆาตเขาไว้ แต่พอดิฉันได้ฟังหมอ เขียวมาพูดให้ฟังแล้ว ดิฉันรู้สึกว่าคุณตัวเองได้อโหสิกรรมให้เขาไป ดิฉันจะไม่จองเวรจองกรรมเขา ตอนศาลได้ตัดสินมา 28 ปี จำมาแล้ว 1 ปี 9 เดือน เหลือโทษตอนนี้ 26 ปี 3 เดือน”

(เจเจ นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.31 ภาคผนวก ก.)

“มันรู้ซึ่งว่าที่จริงแล้ว ธรรมชาติของคุณหมอเขียว ก็คือให้นำมาปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้จริง โดยการลดละเลิกกิเลสทุกอย่างที่เป็นพิษเป็นภัย ให้รู้จักแยกแยะว่าสิ่งใดดี สิ่งใดไม่ดี เลือกใช้ ตัวที่เป็นผลดีต่อตัวเรา ไม่เบียดเบียนตัวเองและไม่เบียดเบียนผู้อื่น รู้สึกว่าเหมือนตัวเองได้ตื่นจาก ที่มืด จิตใจมันสว่างขึ้นกว่าเดิมจากใจที่มันสงบอยู่แล้ว ทุกวันนี้มันเย็นยิ่งกว่าเดิม มันไม่ใช่เย็น ธรรมดา แต่มันเย็นถึงขั้นว่าทำยังไง เราถึงจัดการกับกิเลสตัวนี้ไม่ให้มันขึ้นมา เมื่อมันอยากเราจะทำ อย่างไม่เราถึงจะไม่ให้มันอยากได้”

(เอเฮช นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.32 ภาคผนวก ก.)

“คุณหมอเขียวสอนว่าตัวเราก็เป็นเหมือนแม่เหล็ก ทำดีก็จะดูดสิ่งดี ๆ เข้ามา ถ้าเราทำ ไม่ดีก็ดูดสิ่งไม่ดีเข้ามา ทำดีต้องได้ดี เมื่อก่อนเป็นทุกข์ ไม่ได้อะไรก็ทุกข์ เครียด นอนไม่หลับ จิตใจ เราดีขึ้น ไม่ทุกข์ไม่กังวล นอนหลับ”

(เอแอล นามสมมติ, สัมภาษณ์. 2557, กรกฎาคม 1. กรณีศึกษาที่ 5.34 ภาคผนวก ก.)

สรุปผลสุขภาพของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธแบบองค์รวม

จากผลการใช้การแพทย์วิถีพุทธ ดังรายละเอียดข้างต้น สามารถวิเคราะห์สังเคราะห์เนื้อหาข้อมูลสุขภาพของผู้ป่วยที่ใช้การแพทย์วิถีธรรมสู่การแพทย์วิถีพุทธ ด้วยแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการสร้างสุขภาพตามหลักพุทธศาสนา การสร้างสุขภาพตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง หลักการพัฒนาสุขภาพตามหลักวิทยาศาสตร์สุขภาพแผนปัจจุบัน การแพทย์แผนไทย การแพทย์ทางเลือก และการแพทย์พื้นบ้าน ทฤษฎีสุขภาพแบบชีวตรงกันข้ามรวมทั้งแนวคิดความสัมพันธ์กันเป็นองค์รวมร่วมกับข้อมูลประสบการณ์ในการจัดทำค่ายสุขภาพการแพทย์วิถีพุทธ และการแนะนำผู้ป่วยและประชาชนทั่วไปของผู้วิจัยตลอดระยะเวลา 20 ปี ซึ่ง ณ ปัจจุบัน ได้มีผู้ที่ได้รู้จักการแพทย์วิถีพุทธ 1) ไม่ต่ำกว่า 1 ล้านคน ผ่านจากยอดการจำหน่ายหนังสือที่เกี่ยวกับแพทย์วิถีพุทธ 2) ไม่ต่ำกว่า 11 ล้านรายการในปี 2554 ผ่านจากการเข้าไปดูและศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการแพทย์วิถีพุทธ ในสื่อออนไลน์ทางอินเทอร์เน็ต เช่น เวปหมอเขียวดอกเทศ www.morkeaw.net ยูทูป เฟสบุ๊คและเฟสเพท ที่เกี่ยวข้องกับการแพทย์วิถีพุทธ (หรือหมอเขียว) 3) ไม่ต่ำกว่า 1.6 แสนคน ผ่านจากการมาอบรมเข้าค่ายสุขภาพแพทย์วิถีธรรม และจากการวิเคราะห์ผลข้อมูลการใช้การแพทย์วิถีพุทธ ดึงนำเสนอข้างต้น จำนวน 170 กรณีศึกษา สามารถวิเคราะห์สังเคราะห์ประเด็นที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพได้เป็น 3 ประเด็นหลักคือ

1. สาเหตุหลักที่ทำให้เกิดโรคหรืออาการเจ็บป่วย ตามหลักแพทย์วิถีพุทธ

ตามหลักการแพทย์วิถีพุทธ สาเหตุหลักที่ทำให้เกิดโรคหรืออาการเจ็บป่วยต่าง ๆ เกิดจาก 5 สาเหตุใหญ่ ๆ ได้แก่ 1) ความร้อนเย็นไม่สมดุลด้านวัตถุ 2) ทำบาปหรืออกุศลกรรม เบียดเบียนสัตว์ (ม.อ.14/580-585) คือ การทำให้ตนเอง คนอื่น หรือสัตว์อื่น ได้รับความทุกข์ทรมาน เดือดร้อน ไม่สบาย บาดเจ็บ หรือล้มตาย อันเกิดจากอุปกิเลส 16 (ม.ม.12/93) เหตุแห่งทุกข์อันทำให้เกิดความเศร้าหมอง ซึ่งเป็นเชื้อโรคและโซคร้าย 16 ประการ 3) การไม่บำเพ็ญบุญกุศล 4) ความกลัว ความใจร้อน ความวิตกกังวล และความเศร้าหมอง และ 5) การคบมิตรสหายที่ไม่ดี การอยู่ในสังคมสิ่งแวดล้อมไม่ดี

2. การแก้ไขปัญหาสุขภาพตามหลักการแพทย์วิถีพุทธ

การแก้ไขปัญหาสุขภาพ ตามหลักการแพทย์วิถีพุทธ แก้ไขได้ด้วยการปรับสมดุลร้อนเย็น ใช้เทคนิค 9 ข้อ (ยา 9 เม็ด) ตามหลักแพทย์วิถีพุทธ ดังนี้ 1) การรับประทานสมุนไพรปรับสมดุลร้อนเย็น 2) การกัวชาหรือชูดชาหรือชูดพิษหรือชูดลม (การชูดระบายพิษทางผิวหนัง) 3) การสวนล้างพิษออกจากลำไส้ใหญ่ด้วยสมุนไพรที่ถูกกัน (ดีท็อกซ์) 4) การแช่มือแช่เท้าหรือส่วนที่ไม่สบาย ในน้ำสมุนไพร ตามภาวะร้อนเย็นของร่างกาย 5) การพอก ทา หยอด ประคบ อบ อาบ เช็ด ด้วยสมุนไพร ตามภาวะร้อนเย็นของร่างกาย 6) การออกกำลังกาย กคจุดลมปราณ โยคะ กายบริหาร

ที่ถูกต้อง 7) การรับประทานอาหารปรับสมดุล ตามภาวะร้อนเย็นของร่างกาย 8) ใช้ธรรมชาติบำบัดบำบัดบำบัด ทำจิตใจให้ผ่อนคลาย คบมิตรดีสร้างสังคมและสิ่งแวดล้อมที่ดี 9) รู้เพียงรู้พักให้พอดี

3. ผลสุภาพที่เปลี่ยนแปลงตามหลักการแพทย์วิถีพุทธ

ผลสุภาพที่เปลี่ยนแปลงของผู้ใช้หลักการแพทย์วิถีพุทธ ส่วนใหญ่จะพบว่า มีการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น ตั้งแต่ในระดับเบื้องต้น คือ โรคและหรืออาการเจ็บป่วยไม่สบายต่าง ๆ ทุเลา ดีขึ้น สบาย เบากาย มีกำลัง ระดับเบื้องต้น คือ สัมผัสได้ถึงพลังชีวิตที่สมดุลหรือดีขึ้น มีความสุขมากขึ้น สามารถรู้จัก เข้าใจ และลดละเลิกสิ่งที่เป็นพิษเป็นภัยให้กับชีวิตของตนเองลงได้ รู้จักการให้และการเสียสละแบ่งปันช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่น ทำประโยชน์ตนเองพร้อมกับช่วยเหลือผู้อื่น และสังคมที่ได้มีพัฒนาตนเองออกมาเป็นจิตอาสาแพทย์วิถีพุทธ จนถึงความสุขในระดับสูงสุด ที่ได้เสียสละอย่างเต็มที่ร้อยเปอร์เซ็นต์ เพื่อฝึกฝนความเป็นพุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ในตน พร้อมทำประโยชน์ช่วยเหลือมวลมนุษยชาติ ด้วยการมี “ชีวิตที่พอเพียง เรียบง่าย ร่างกายที่แข็งแรง” (สุภาพทางด้านร่างกาย) และ “จิตใจที่ดีงาม จิตใจที่เป็นสุข” (สุภาพด้านจิตใจ มิตรสหายและสังคมสิ่งแวดล้อม (สังคม) และปัญญา (จิตวิญญาณ))

ซึ่งผู้วิจัยได้บูรณาการและพัฒนางานความรู้การแพทย์วิถีพุทธ เพื่อให้ประชาชนได้นำไปใช้เพื่อสุขภาพที่ดี ดังรายละเอียดที่ได้นำเสนอในบทที่ 5 ของคู่มือฉบับนี้

สรุปสุภาพของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธ ทั้ง 4 ด้านจากการวิเคราะห์สังเคราะห์ข้อมูลจากฐานข้อมูลต่าง ๆ สรุปได้ดังนี้

1. ด้านร่างกาย

สุภาพทางกาย มีการเปลี่ยนแปลงเข้าสู่ภาวะปกติมากขึ้น อาการเจ็บป่วยทุเลา ลดลง มีความรู้สึกสบาย มีกำลัง โปร่ง เบากายมากกว่าเดิม และเมื่อเจ็บป่วยสามารถพึ่งตนเองได้ด้วยหลักการแพทย์วิถีพุทธ เพื่อการพึ่งตนเองตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง ไม่ต้องไปพบแพทย์ลดปริมาณการใช้ยาลงได้ หรือถึงระดับที่เลิกการใช้ยาได้เด็ดขาด ลดหรืองดการทานเนื้อสัตว์ได้ ทานอาหารรสจัดลงได้ และพยายามทานอาหารผักผลไม้มากขึ้น

สุภาพทางกายในด้านเศรษฐกิจ มีการเปลี่ยนแปลงอย่างเห็นได้ชัด สามารถประหยัดค่าใช้จ่ายในปัจจัยสี่ที่เป็นสิ่งจำเป็นในการดำรงชีวิตประจำวันได้ โดยเฉพาะค่าใช้จ่ายการรักษาพยาบาล ลดหรืองดการใช้ยา สามารถหลีกเลี่ยงการนำยาเคมีเข้าร่างกายได้ นอกจากนั้น ยังช่วยลดค่าใช้จ่ายด้านอาหาร และเครื่องนุ่งห่มได้ ส่งผลต่อสุภาพกายที่มีพลังมากขึ้น ทำกิจกรรมการงานได้มากขึ้น สุขภาพใจที่เป็นสุขมากขึ้น ต่อยอดพัฒนาสู่การเป็นจิตอาสา

2. ด้านจิตใจ

สุขภาพทางจิตเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น บอกเล่าได้ถึงความทุกข์ที่ลดลง ความสุขที่เพิ่มขึ้น ความโปร่งโล่งเบาสบายใจ มีความเข้าใจและวิธีการคิดพิจารณาจัดการความกลัวและความเครียดที่เหมาะสมได้ (ไม่กลัวโรค ไม่กลัวตาย ไม่เร่งผล ไม่กังวล) พิจารณาวางใจและยกจิตได้สูงขึ้น มีจิตที่อยากช่วยเหลือผู้อื่น มีความเชื่อมั่นและศรัทธาในแนวทางการแพทย์วิถีพุทธ มีความเชื่อและเข้าใจในกฎแห่งกรรมและผลของกรรมที่ชัดเจนมากขึ้น มั่นใจในการมีและการใช้ชีวิตที่เรียบง่ายและพอเพียง และการนำแนวทางการแพทย์วิถีพุทธ ไปปฏิบัติต่อได้อย่างต่อเนื่อง

3. มิตรสหายและสังคมสิ่งแวดล้อม

สุขภาพทางสังคมเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น มีจิตใจเอื้อเพื่อเกื้อกูลผู้อื่น ใช้ชีวิตประหยัดพอเพียง ได้รับการสนับสนุนทางสังคม บอกเล่าถึงความรู้สึกว่าสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

สุขภาพทางสังคม เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น เชื่อมมั่นในการเป็นหมอดูแลรักษาดูแลคนได้ มีทักษะการดูแลแก้ไขปัญหาสุขภาพตนเอง ค่าใช้จ่ายส่วนตัวและครอบครัวลดลงได้ ใช้ชีวิตที่ประหยัดพอเพียงและเรียบง่ายขึ้น มีจิตใจเอื้อเพื่อเกื้อกูลผู้อื่น ให้คำแนะนำบอกต่อผู้ที่สนใจหลักการแพทย์วิถีพุทธ อย่างเข้าใจสภาพจิตของผู้ที่อยากหรือต้องการได้รับการแนะนำช่วยเหลือ สามารถจัดสรรเวลาช่วยเหลือผู้อื่นได้มากขึ้นอย่างมีความสุข สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขและเป็นประโยชน์ต่อผู้อื่นมากขึ้น

4. จิตใจที่ดีงาม

สุขภาพทางปัญญา (จิตวิญญาณ) เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น ประเมินจากการบอกเล่าและพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความสามารถในการเข้าใจชีวิต มีความเชื่อมั่นในคุณงามความดี การให้อภัยมีความหวังมีความรักต่อตนเองและผู้อื่น

สุขภาพทางปัญญา (จิตวิญญาณ) เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น ได้ศึกษาและเข้าใจวิธีการลดละเลิกกิเลส ที่สามารถปฏิบัติได้จริง และเห็นผลจากการปฏิบัติว่ากิเลสลดละเลิกได้จริง มีพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความสามารถในการพัฒนาด้านศักยภาพทางด้านจิตวิญญาณอย่างเต็มที่ มีความเข้าใจชีวิต และชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปในทางที่เจริญขึ้น สามารถเห็นและลดความโลภ โกรธ หลงของตนได้อย่างชัดเจน มีความเข้าใจได้ชัดเจนขึ้นและเชื่อมั่นในเรื่องของกรรมและผลของกรรม (วิบาก) มีความเชื่อมั่นในการกระทำและผลของการกระทำเท่านั้นที่จะส่งผลอยู่ตลอดเวลา การสร้างแต่คุณงามความดี การให้อภัย มีความเมตตาต่อตนเองและผู้อื่น ด้วยการทำประโยชน์ให้ผู้อื่นได้อย่างมีความสุขให้ความสำคัญกับพัฒนาศักยภาพทางด้านจิตวิญญาณอย่างเต็มที่ โดยมาพัฒนาตนเป็นจิตอาสาแพทย์วิถีพุทธ เพื่อฝึกฝนความเป็นพุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ในตน พร้อมทำประโยชน์ช่วยเหลือมวลมนุษยชาติ

จากการศึกษาประวัติศาสตร์การแพทย์วิถีพุทธ จากจดหมายเหตุและสื่อต่าง ๆ ระหว่าง พ.ศ. 2538-2558 ของผู้ให้การแพทย์วิถีพุทธ สถาบันบุญนิยม ในประเด็น “สุขภาพของผู้ใช้ การแพทย์วิถีพุทธ” ที่ได้บันทึกไว้จำนวน 1,542 กรณีศึกษา พบว่าผู้ใช้หลักการแพทย์วิถีพุทธ มีสุขภาพเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น ด้วยองค์ประกอบที่แตกต่างกัน ซึ่งสามารถสรุปเป็นหลักปัจจัย องค์ประกอบการใช้หลักการแพทย์วิถีพุทธ หรือ องค์ประกอบการใช้เทคนิค 9 ข้อ ได้ดังนี้

1. การปรับสมดุลร้อนเย็น ละบาป บำเพ็ญบุญ การทำจิตใจให้ผ่องใส (หยุดชั่ว ทำดี ละบาป บำเพ็ญบุญ คบมิตรดีสร้างสังคมและสิ่งแวดล้อมที่ดี (มีศีล สมာธิ ปัญญา) ด้วยการปฏิบัติ อธิศีล อธิจิต อธิปัญญา

2. การรักษาโรคหรืออาการไม่สบาย เป็นการรักษาที่ต้นเหตุของโรคหรืออาการไม่สบาย (ละเหตุทุกข์ได้เป็นสุขในที่ทั้งปวง (ขุ.ธ.25/59) ละทุกข์ทั้งปวงได้ เป็นความสุข (ขุ.ธ.25/33) หรือถือ การดับทุกข์ ให้ดับที่เหตุแห่งทุกข์ เมื่อทุกข์ดับ โรคก็จะดับ)

3. ใช้สิ่งที่ประหยัดเรียบง่าย ใกล้เคียง ปลอดภัย และใช้ทรัพยากรในท้องถิ่น

4. หมอที่ดีที่สุดในโลก คือ ตัวคุณเอง เมื่อนำไปปฏิบัติได้จริง สามารถหายได้จริง และ ไม่มีโทษหรือผลข้างเคียงและพิษภัย (side effects)

5. เห็นผลได้เร็ว ทำเอาเองได้ในการรักษาโรคได้ทุกโรค คือ เห็นผลได้ทันที ในขณะที่ทำ หรือขณะที่รอส่งผล (หลังการกระทำแล้ว) โดยใช้เวลาน้อยทั้งในขณะที่ทำและขณะที่รอ ส่งผล

6. ความศรัทธา ผู้ใช้มีศรัทธา ต่อตนเองว่าตนสามารถปฏิบัติได้ ต่อผู้วิจัย (ผู้บูรณาการ หลักการวิถีพุทธ) และหม่กลุ่มจิตอาสาแพทย์วิถีพุทธ (มิตรสหายสังคมสิ่งแวดล้อมดี) และต่อหลัก ปฏิบัติ เทคนิค 9 ข้อ (ยา 9 เม็ด) ความศรัทธานี้ที่จะช่วยทำให้หายโรคได้เร็ว

7. มีเทคนิคการทำใจให้หายโรคเร็ว คือ อย่างกลัวโรค อย่างกลัวตาย อย่างเร่งผล และ อย่างกังวล

8. ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้มีแต่กรรมและวิบากเท่านั้น ที่ส่งผลตลอดเวลา จึงต้องเรียนรู้ เรื่องกรรมและวิบากให้แจ่มแจ้ง

9. การลดกิเลส (กามและอัตตา) ช่วยรักษาโรคได้ หรือ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมจาก พฤติกรรมที่เป็นโทษ มาสู่พฤติกรรมที่เป็นประโยชน์ จะทำให้โรคหรืออาการไม่สบายต่าง ๆ ลดลง ทุเลาได้

10. โรคทุกโรคสามารถรักษาให้หายได้ด้วยเทคนิคการปรับสมดุลตามหลักการ แพทย์วิถีพุทธ 9 ข้อ (ยา 9 เม็ด) เนื่องจากการรักษาที่ต้นเหตุของโรคหรืออาการไม่สบาย แต่

ไม่ใช่จะใช้ได้เหมือนกันทุกคน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัยองค์ประกอบที่สังเคราะห์เป็นต้นเหตุขึ้นมาของแต่ละคน สรุปเป็นตารางดังนี้

ตารางที่ 14 แสดงความเหมือนและแตกต่างของสาเหตุของโรคและวิธีการรักษา

สาเหตุ โรค	เหมือนกัน	แตกต่างกัน
เหมือนกัน	1. ใช้วิธีการรักษาเหมือนกัน	2. ใช้วิธีการรักษาแตกต่างกัน
แตกต่างกัน	3. ใช้วิธีการรักษาเหมือนกัน	4. ใช้วิธีการรักษาแตกต่างกัน

1. โรคเดียวกัน รักษาเหมือนกัน เนื่องจากสาเหตุเหมือนกัน
2. โรคเดียวกัน รักษาต่างกัน เนื่องจากสาเหตุต่างกัน
3. โรคต่างกัน รักษาเหมือนกัน เนื่องจากสาเหตุเหมือนกัน
4. โรคต่างกัน รักษาต่างกัน เนื่องจากสาเหตุต่างกัน

11. ผู้วิจัย ได้ปฏิบัติให้เห็นว่าเป็น “ตัวอย่างของผู้ที่ปฏิบัติได้จริง” ในองค์ประกอบทุกข้อข้างต้นที่ตรงกับสำนวนของหลักการแพทย์วิถีพุทธ คือ “ฟังคนและทำตัวอย่างที่ตน ช่วยคนที่ศรัทธา”

สรุป

การศึกษาประวัติศาสตร์การแพทย์วิถีพุทธ จากจดหมายเหตุและสื่อต่าง ๆ ระหว่าง พ.ศ. 2538-2558 ของผู้ให้การแพทย์วิถีพุทธสถาบันบุญนิยม ในประเด็น “สุขภาพของผู้ให้การแพทย์วิถีพุทธ” มีขอบเขตด้านพื้นที่การศึกษาจากจดหมายเหตุ คือ เอกสารบันทึกแบบต่าง ๆ อันได้แก่ หนังสือและแผ่นพับที่เผยแพร่เกี่ยวกับความรู้และหลักการแพทย์วิถีพุทธ งานวิจัยเกี่ยวกับหลักการแพทย์วิถีพุทธ แบบบันทึกแลกเปลี่ยนประสบการณ์การใช้การแพทย์วิถีพุทธ แบบบันทึกข้อมูลจิตอาสาแพทย์วิถีพุทธหรือผู้ที่ให้การแพทย์วิถีพุทธ การสัมภาษณ์เชิงลึกจากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์การใช้การแพทย์วิถีพุทธ ใบสมัครและใบประเมินผลการอบรมค่ายสุขภาพแพทย์วิถีพุทธ การแลกเปลี่ยนประสบการณ์และข้อมูลการดูแลสุขภาพผ่านสื่อออนไลน์ ทางเว็บไซต์ ยูทูป เฟสบุ๊ค ไลน์ และสื่ออิเล็กทรอนิกส์แบบต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการแพทย์วิถีพุทธ ระหว่าง พ.ศ. 2538-2558

พบว่าข้อมูล “สุขภาพของผู้ให้การแพทย์วิถีพุทธ” ที่ได้รวบรวมจากบันทึกประวัติศาสตร์ไว้ในปีระหว่างปี พ.ศ. 2538-2558 มีจำนวนทั้งสิ้น 63,399 รายการ และที่ได้นำมารวบรวมในงานวิจัยคุณฉันทน์ “จิตอาสาแพทย์วิถีพุทธเพื่อมวลมนุษยชาติ” นี้ มีจำนวน 1,542 กรณีศึกษา มีจำนวนโรคหรืออาการแสดงรวมจำนวน 2,316 โรคหรืออาการแสดง

ผลสุภาพะของผู้ใช้การแพทย์วิถีพุทธที่ได้มาปรับภาวะร้อนเย็นที่ไม่สมดุลตามหลักการแพทย์วิถีพุทธ ด้วยเทคนิคการปรับสมดุล 9 ข้อ (ยา 9 เม็ด) พบว่าสาเหตุหลักที่ทำให้เกิดโรคหรืออาการเจ็บป่วย ตามหลักแพทย์วิถีพุทธเกิดจาก 5 ประการใหญ่ ๆ ได้แก่ 1) ความร้อนเย็นไม่สมดุลด้านวัตถุ 2) ทำบาปหรืออกุศลกรรม 3) การไม่บำเพ็ญบุญกุศล 4) ความกลัว ความใจร้อน ความวิตกกังวล และความเศร้าหมอง และ 5) การคบมิตรสหายที่ไม่ดี การอยู่ในสังคมสิ่งแวดล้อมไม่ดี โดยสามารถแก้ไขโรคทุกโรคและอาการทุกอาการด้วยหลักการแพทย์วิถีพุทธ ได้เห็นผลสุภาพะที่เปลี่ยนแปลงได้ในทางที่ดีขึ้นในแต่ละบุคคลในทั้ง 4 ด้าน คือ 1) ร่างกาย 2) จิตใจ 3) มิตรสหายและสังคมสิ่งแวดล้อม (สังคม) 4) มีจิตใจที่ผาสุก (ปัญญา (จิตวิญญาณ) ที่เจริญขึ้น) โดยมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายในทางที่ดีขึ้น คือ หายจากโรคหรืออาการแสดงจำนวนร้อยละ 30.74 มีการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นร้อยละ 59.67 ไม่มีการเปลี่ยนแปลง (หรือเท่าเดิม) ร้อยละ 0.13 เปลี่ยนแปลงแบบแย่ลงร้อยละ 0.09 และไม่มีผลร้อยละ 9.37 ซึ่งถ้าบุคคลนั้น ๆ ได้ปฏิบัติตามหลักการแพทย์วิถีพุทธ ได้อย่างเชื่อมั่นได้จริง และเมื่อนำไปปฏิบัติได้อย่างต่อเนื่องจนเข้าใจถึงเรื่องของกรรมและวิบาก (ผลของการกระทำอย่างแจ่มแจ้ง) ก็จะสามารถพบกับความสุขกายใจ เบาสบาย และมีกำลังได้อย่างผาสุก อิ่มเอิบเบิกบานแจ่มใส

