

ทานเท่านั้น หากใครอยากทานของอร่อยต้องไปหาทานเองแล้วสมบัติป่า่านางตอนนี้ก็ไม่มีแล้วยกให้ลูกไปหมด แต่ก็ไปอยู่ได้คงจะขออนุญาตลูกได้ไปได้จริง ๆ แต่ไม่มีของอร่อยจริง ๆ มีแต่ของที่มีประโยชน์ถ้าเรากินว่ามันมีประโยชน์กับเรา ก็ให้เพื่อนทานของที่มีประโยชน์ ตั้งความคิดไว้ว่าจะไม่พยายามซื้อขนมมาฝากเพื่อน ขอบคุณค่ะ

กรณีศึกษาที่

7.75 นางจิตรา พรหม โคตร

เพศหญิง



เจริญธรรมค่ะ ที่เราได้ทำมันอย่างนั้นจริง ๆ ค่ะ เพราะว่าสิ่งที่เราคิดว่าสิ่งที่เรามาที่นี่ มันถูกทางแล้ว เราไม่ได้สงสัยก็เดินตามทางท่าน ที่ผ่านมาระบุทุกชุดตลอด 50 กว่าปี แต่ครั้งนี้ถือว่าเราได้มาฟังธรรมะ จากสัตบุรุษ ซึ่งเป็นอาจารย์ของเรา เมื่อเราได้ปฏิบัติจริงแล้วมันได้อย่างนั้นจริง ๆ ความสุขกายสุขใจมันเกิดขึ้นและยังสำคัญ เราสังเกตว่าสิ่งเลวร้ายที่เกิดขึ้นกับเราเมื่อก่อนนี้เรากลับแต่เดี๋ยวนี้ก็สามารถมีจิตที่แข็งแกร่ง ครั้งหนึ่งไม่ว่าจะส่วนใหญ่ว่าจะไปบำเพ็ญบุญจะมีพวกมารคือ กิเลส เราไม่รู้เมื่อก่อนนี้และได้ฟังอาจารย์บอกว่ากฎแห่งกรรม ถ้าใครไม่เข้าใจเรื่องกรรม จะไม่บรรลุธรรม ซึ่งเมื่อได้ฟังธรรมของอาจารย์ครั้งนี้ เป็นจุดเหตุที่ทำให้ฉันยอมทุกอย่างที่จะทำลายกิเลสตนเองสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นตอนนี้กลับไปก็รู้สึกได้ว่า ทุกสิ่งเมื่อก่อนนั้นทำให้เรามีทุกข์ ก็ไปขอบพระคุณเขา คือ เรายอมในความคิดของคนอื่นที่ทำให้เราเกิดเป็นแบบนี้ คือมันเป็นอย่างอะไร คือ จะพูดว่า เรามาถูกทางแล้ว และธรรมะที่ทำนั้นมันมีจริง ทำจริงได้จริง ทำเล่นได้เล่น และมาในครั้งนี้มันก็เกิดจากการที่เรามีมานะพากเพียร เราไม่สงสัย กิเลสเนะมันน่าดูจริง ๆ เมื่อก่อนจะมาค่ายพระไตรปิฎก มา 5 ครั้งแล้ว แต่สิ่งที่เราทำไปแล้วนะ แล้วได้จริงนะคะ วันนี้เราก็จะไปขอยันต์เกาะพิชจากอาจารย์เอาไปสู้กับกิเลส ตอนนี้ปีดประคูดสู้กับกิเลส ฆ่ามันให้ตายนะคะ เมื่อก่อนเราจะลอมลอม เพราะเราไม่ทราบจะทำอย่างไรกับมัน ก็ขอท่านนี้คะ สวัสดิ์ค่ะ

กรณีศึกษาที่

7.76 นางจิรนนท์ ทับเนียม

อายุ 54 ปี เพศหญิง



กราบนมัสการพระคุณท่าน กราบคารวะอาจารย์หมอเขียว เจริญธรรมพี่น้องจิตอาสาทุก ๆ ท่านและกัณท์ศึกษาแพทย์วิถีธรรมค่ะ ชื่อจิระนันท์ ทับเนียม อายุห้าสิบสี่ปี ชื่อทางธรรม ปู่ พริ้วลมบุญ จะใช้ชื่อนี้ในการจัดทำรายการสุขภาพดีกับแพทย์วิถีธรรม เป็นชื่อพ่อท่านตั้งให้ “พริ้ว” ตอนแรกพ่อท่านตั้งให้ ก็มีความรู้สึกแบบเหมือนเรารู้สึกเหมือนเราไม่ตรงไปตรงมา บิดพริ้วนะคะไม่ค่อยจะชอบชื่อนี้เท่าไร ก็ถกเถียงกันกับหมู่กลุ่ม เปลี่ยนไปเปลี่ยนมาก็กลับไปขอพ่อ ขอเหมือนเดิม ส่วนเรื่องสภาวะธรรม ย่นพิธีพุดง่าย ๆ ว่า ย่นพิธีมีผลก็จะเห็นกิเลสของตัวเองหลายอย่าง ก็ถูกตีไปก็ตีมา กิเลสมันก็หลบขึ้นหลบลงก็ถือว่าก็สลดลงไปเยอะ ก็คิดว่าเราไม่น่าจะช้า อาจารย์ก็บอกว่าเราน่าจะทำประโยชน์ตนบ้าง เพราะว่าชีวิตนะคะ ความที่ว่าเราเจ้าของโปรเจก มันแบกมาเยอะ ตั้งใจจะทำอะไรมันขมมาเยอะเพราะฉะนั้น โปรเจกที่เอามาพี่น้องไหนที่มาคุยกับปู่ ถ้าอยากได้งานก็เชิญได้เลย ปู่มีโปรเจกเยอะแยะที่จะแจกจ่าย แต่อาจารย์ว่างานมันไม่ใช่คำตอบ งาน งานสำเร็จ แต่ถ้าใจไม่สำเร็จก็ไม่ใช่ เพราะฉะนั้นสิ่งสำคัญที่เราควรจะทำ คือ ลดอดีตและกิเลส ซึ่งมันเช็ดได้ มันก็สลดลงนะคะอาจารย์ อย่างพี่น้องเราพาดพิงอย่างนี้ปกติมันจะมีตัวไม่ยอมนะคะ ไม่ถูกต้อง มันก็พยายามที่จะแบบเอาให้ใช้จนว่าสิ่งที่คุณเข้าใจมันไม่ใช่ แต่ในที่นี้มันก็เอออะไรยังงี้ก็ยอมไปก่อนแล้วกันนะ ยอมได้ก็ยอม วางได้ก็วาง เพราะว่าในงานของปลุกเสกที่ได้ยินพ่อท่านเทศน์บอกว่า อดตามัน คือสมมติ แล้วเราจะเอาอะไรกันหนักกันหนา ต่างคนต่างที่จะเอาให้ได้อย่างใจตัวเองมันคือ สมมติทั้งนั้น เราจะเอาอะไรทำให้เราพียงมานึกถึงจุดนี้นะคะ ในบางจุดที่บางครั้งพี่น้องเรา ตักเตือนหรือพี่น้องเราบอกกล่าวหรืออาจารย์บอกกล่าวนะคะ บางครั้งเราก็คิดเบรกไม่ค่อยจะอยู่ มันทำให้เรามองย้อนกลับไปคิดว่าสิ่งเหล่านั้นมันทำให้เราแบบไม่เจริญขึ้นนะคะ ก็ตรงนี้ก็คิดว่า ยัญพิธีนี้ และในงานพระไตรปิฎกครั้งนี้ ปู่คิดว่ากิเลสและอดีตปุ้มันน่าจะเบาบางลงได้ ส่วนในเรื่องทำความดีอะไรบ้าง ดีแบบมาเยอะเลยคะอยากทำดี ๆ ทั้งนั้นเลย แต่ที่สำคัญก็คืออาจารย์ท่านบอกว่าอย่ายึดดีและให้วางดี ก็สิ่งนี้ค่ะ ที่ปู่จะต้องเพียรและก็ปฏิบัติเพราะว่าอย่างไรก็ตามมันก็ต้องอยู่ด้วยงานเป็นตัวที่จะต้องทำให้เราเดินไปตราบดีที่ชีวิตเรายังมีลมหายใจและก็มีแรงเราก็จะต้องบำเพ็ญต่อไป ละกิเลสอะไรได้บ้าง ลดกิเลส กิเลสที่ลดได้ให้เห็นชัดก็เรื่องรูปนะคะ รูปที่จากการที่เราจะมาทานมือเดียวในงานนี้นะคะ เราก็เป็นคนที่มีผมงายอยู่แล้ว เราก็จะติด คือทุกคนจะทักว่าเราผม นึกถึงว่าถ้าเรากินแล้วสวขึ้นมันจะเกิดอะไรขึ้นนะคะ แทนที่การปฏิบัติธรรมเรามันจะเจริญขึ้น มันอาจจะทำให้เราถูกทางโลกทางอะไรดึงกลับไปได้นะคะ ปู่ก็เลยคิดว่าสิ่งที่เราปฏิบัติ อาจารย์เคยบอกแล้วว่าผมนี่ละ คือ เจริญแล้ว แต่ถ้ายังอ้วนอยู่นั้นถือว่ายังไม่เจริญนะคะ ก็ขอฝากพี่น้องเราไว้เพียงแค่นี้คะ ขอบคุณค่ะ

## กรณีศึกษาที่

7.77 นางสาวจิราพร ต้นใจเพชร

เพศหญิง



กราบนมัสการพระคุณเจ้า กราบคารวะอาจารย์หมอเขียวค่ะ และก็เจริญธรรมสำนึกดี พี่น้องผู้เจริญในธรรมทุกท่านค่ะ ชื่อจิราพร ต้นใจเพชร นะคะ หรือว่า ชื่อเล่นชื่อ อ้อ มาจากพะเยาค่ะ จบทางด้านอาหาร โภชนาการ และก็พัฒนาผลิตภัณฑ์ และวิทยาศาสตร์อาหารนะคะ ลดตอนนี้ก็คือลดอาหารอยู่มือเดียว และก็ละในเรื่องมีความโกรธ มีการติดติดสเบรคให้กับความโกรธ ส่วนการเลิกก็เลิก เนื้อ นม ไข่ ผลิตภัณฑ์ จากสัตว์หรือน้ำผึ้ง ความดีก็ไม่ค่อยมีอะไรเด่นชัดนะคะ แต่ความชั่วยิ่งเรียนไปหลายวัน รู้เลยว่าชั่ว และก็ช้า ในการล้างกิเลสมาก ๆ ส่วนสภาวะธรรมฟุ้งผ่านมาหยก ๆ ก่อนที่จะมาเข้าค่ายที่นี้ ต่างจังหวัดก็เรียกว่าผีเข้าพีสะไก้ แต่เขาไม่มีใครบอก ผ่านไปเป็นอาทิตย์แล้ว เขาค่อยมาบอก เสร็จแล้วเราก็ไปดูกลับไปดูที่บ้านว่าเป็นยังไง ก็ไปคุยกับเขา คุยไปคุยมา อาการมันครบเซตเหมือนในทีวี คือ คนเวลาผีเข้ามันมีอาการยังไง มันก็คือออกมาแบบนั้น แล้วทุกคนที่อยู่รอบ ๆ ข้าง เขาก็ขนหัว ขนแขน แสตนอ้อพกัน ไปหมดแล้ว เราก็จำเป็นต้องเข้าไปดูพีสะไก้ว่ามันเป็นยังไงบ้าง ก็คุย ก็พยายามฟังดูเขา เขาก็ไม่ยอมมองหน้าเรา เขาก็พยายามหลีกเลี่ยง สักแป๊บหนึ่งพี่ชายเขาก็ไปหาหมอผีที่ไหนก็ไม่รู้มา เขาก็จะทำพิธีอะไรของเขา เราก็ยืนมองอยู่ เราก็งง มันอะไร ทำไมเขาเหมือนกับผีที่สิงพีสะไก้ทำไมเขาชี้หน้าคำอะไรสารพัด เราก็ลองภูมิ มีความรู้สึกอยากทดลองเลยเข้าไปแล้วก็บอกถ้าเน่จริงก็ชี้หน้าคำมาสิ หรืออะไรอย่างนี้ เขาก็ไม่ทำอะไร แต่เขาก็พยายามหลบตาเรามาก ก็ยังไม่ออกอีก เราก็เลยนั่งคุยกับเขาดี ๆ คุยไปคุยมา เป็นคนแก่อายุ 70 เขาอยากได้ชุดขาว เขาอยากจะให้ร่างนี้ ครอบครวนี้เน่ ถือศีลกินเจ มันก็เข้าทางเราพอดี เขาก็พยายามเน้น ๆ ว่าเขาจะต้องถือนศีลกินเจไซ้ใหม่ แล้วคุณถึงจะออกจากร่างนี้ ทีนี้พี่เอ๋ยทุกคนก็พยายามรวมกันแล้วก็บอกโอเค จะถือนศีลกินเจ อะไรกันพอบอกแบบนั้นเสร็จเราก็กลับไป พออีกวันหนึ่งเขาก็ยังไม่ออกอีก เขาก็บอกว่าเขาขอก่อน ขอชุดขาว เขาก็เลยเป็นภาระให้กับพี่ชายเพราะว่าจิตเขาเริ่มตก เขาก็ไปซื้อชุดขาว เป็นคนที่กายห่างวัด ไปซื้อชุดขาวเสร็จจะไปถวายสังฆทาน เขาก็ซื้อชุดเดียวกลัวเขาจะไม่มีเปลี่ยน ก็ซื้อสองชุดไปถวาย ก็ไปเล่าคนอื่นเขาก็บอกที่เขาซื้อกันแค่ชุดเดียวกัน ก็ผ่านตรงนั้นไปอีก ทีนี้เขาก็ไปหาพระที่แบบสักยันต์ เต็มตัวแทบจะไม่มีที่ว่างเลย แล้วก็ลูกปะคำ พระเต็มเลย แล้วก็มาทำพิธีที่บ้านอีก แล้วก็มาชี้ ๆ สารพัดเราก็อยู่ห่าง ๆ ยืนมองอยู่ เขาก็ชี้ ๆ จะต้องมารอหลังคาบ้านทำโน่นทำนี่ อะไรทุกอย่าง อย่าง จะต้องใช้เงิน จากสามพัน สี่พันเป็นห้าพันเป็นหมื่น สุดท้ายพี่สาวของพีสะไก้มาด้วยก็บอกคนนั้นผีเข้าอีกเขาก็มอง เสร็จแล้วพอพระองค์นี้ไปเราก็ก็นึกพี่ชายมาคุย เขาก็บอกว่า เตือนสติเขา ไม่งั้นก็สติตก ตังค์ก็ไปด้วย ต้องดึง ดึงสติสตั้ง เขากลับคืนมา และก็คุย

อีกวันหนึ่ง เขาก็ยังอยากจะหาที่อื่นอีก ก็บอกว่าถ้าฉันก็ขอเป็นคนขับรถก็พาละกัน ก็ไปอีกที่หนึ่ง ก็ไปพระที่แต่งองค์ทรงเครื่องครบอีกเหมือนกันเราก็ไปยืนหลังพีสะโก้ เพราะว่ากลัวเราจะล้ม คือพระแต่ละองค์ที่เราไปยืนใกล้ ๆ เขาก็จะหันมาถามว่า คุณเป็นใคร เหมือนกับไปขวามเขาไรนี่คะเสร็จแล้วสิ่งหนึ่งที่เอา ได้ตรงนี้ พอขากลับมา เราขับรถมาคุยกับพี่กับพีสะโก้ ก็คือ พยายามเล่าเรื่องที่อาจารย์ พูดถึงเรื่องธรรมะให้เขาฟัง เสร็จแล้วก็ นั่งขำอยู่ว่า จริง ๆ แล้วนี่เครื่องประดับที่เขาใส่กัน ที่พระใส่นะ มันไม่ได้ช่วยอะไรเขาเลยนะ จริง ๆ อยู่ที่ตัวเรามากกว่าทำตัวเราให้ขลัง แม้แต่เวลาเราคุยเขาก็ยังยอม แต่พระทำไมต้องขู่นาคันนั้นก็ แล้วพลงคิดว่า เคยมีครูบาอาจารย์เขาเคยพูดว่ามนุษย์เรานี้หรือแม้แต่มหาลัยฮาวาคร์เองก็วิจยมาเป็นวิทยาศาสตร์ ใช้สถิติปัญญาหรือว่าสมองเราแค่ 5 เปอร์เซ็นต์ เอง อีก 95 เปอร์เซ็นต์ เราไม่ใช่ แต่พระพุทธเจ้าใช้เต็มร้อยเปอร์เซ็นต์ ก็มานั่งคิด ถ้าคนเรา หรือมนุษย์เรานี้ ใช้แค่ 51 เปอร์เซ็นต์ เราก็เกินมนุษย์แล้ว แต่การจะทำไอ้ 51 เปอร์เซ็นต์นั้น 1 เปอร์เซ็นต์นั้น มันมีแค่ทางเดียวไม่มีทางอื่นเลยก็คือปฏิบัติธรรมให้ตรงให้ถูกทางเท่านั้นคะ สาธุคะ

#### กรณีศึกษาที่

7.78 นางสาวจริณี กวีวิรัชชัย

อายุ 57 ปี เพศหญิง



กราบนมัสการพระคุณเจ้า และก็กราบอาจารย์หมอเขียวที่เคารพอย่างยิ่งคะ เจริญธรรมพี่น้องทุกคน ๆ ท่านคะ ดิฉัน จารณี กวีวิรัชชัย หรือเอ๋ อยู่ที่คลอง 3 นะคะ เป็นนักศึกษาปี 56 ก็จะขอเสนอในเรื่องของสภาวะธรรมคะ ในด้านของสภาวะธรรมนี้ ถ้าจะเปรียบเทียบกับบรรดาที่ ๆ น้อง ๆ เพื่อน ๆ ส่วนใหญ่ที่พูดคุยกันนะคะ ดิฉันเชื่อว่าในตัวเองยังมีเรื่องของความรู้ด้านสภาวะธรรมไม่สู้ดีนักคงจะต้องมีการฝึกฝนและที่ใฝ่เรียนรู้กันไปตามลำดับอีกทีหนึ่งคราวนี้มีอยู่สิ่งหนึ่งที่รับรู้ได้ชัดเจน คือ เรื่องของความมีอัตตาในตัวเองนะคะมันก็จะติดพันกันมาตั้งแต่ในโลกาชีพ ที่เราอยู่บนในชีวิตโลก ๆ นะคะก็ติดพันจนถึงทุกวันนี้ คือ ในแง่ของความชอบใจไม่ชอบใจ บางสิ่ง บางคน บางกิริยาอาการของบางคนนี่ ซึ่งอาจจะดูแล้วเราอาจรู้สึกที่ไม่ชอบใจ ในสิ่งที่เป็นการพูด คำจา กิริยาอาการก็จะเกิดขึ้นกับในบางคนที่เราได้พบพบ เราก็ฟังจะรู้จะคะ ว่าสิ่งที่เรารวม ๆ กันแล้วมันคือ อัตตาในตัวตน ที่ผ่านมาในเวลาที่เราเจอเหตุการณ์เช่นนี้นะคะ สิ่งที่เราจะทำก็คือ เราจะหลีกเลี่ยงไม่อยากจะปะทะสังสรรค์ เพราะเนื่องจากว่าบางทีนี่ คือพูดกันไปแล้วมันจะมีความรู้สึกที่ไม่ได้อยู่ในคลื่นเดียวกันนะคะ เราก็จะหลีกเลี่ยงกันออกไป เพื่อที่จะไม่ให้เกิดการกระทบกระทั่ง คือ จะพูด

ให้น้อยลง หรือว่าพูดเท่าที่มีความจำเป็นที่จะต้องสื่อสารกัน วิธีการที่ทำจะเป็นแบบนั้นเพียงจะมารู้จากที่ฟังคำบรรยายของอาจารย์ตลอด 2-3 ปี ที่ผ่านมานี้ว่าสิ่งนี้ละก็คือ อัตตาในตัวตน แต่สิ่งต่าง ๆ ที่เราเป็นอยู่นี้ก็ได้บทวนจากบทบทวนธรรมของอาจารย์ ตามที่ท่านบอกว่า ถ้าเรายังไม่เข้าใจคนอื่น แสดงว่าเรายังไม่เข้าใจตนเอง ก็ได้ย้ำเตือนกับตัวเองตลอดเวลาว่า นั่นคือสิ่งที่เราเป็นอยู่หรืออีกสิ่งหนึ่งที่บอกว่า สิ่งที่เราได้รับ คือ สิ่งที่เราทำมา ไม่มีสิ่งใดที่เราได้รับโดยที่เราไม่เคยทำมา ก็พยายามเตือนตัวเองอยู่ตลอดว่า สิ่งที่เราได้พบพบทุกวันนี้ เป็นกระจกสะท้อนภาพของเราซึ่งตัวเราเองเราก็อาจจะไม่รู้ในการกระทำนั้น ๆ ไม่ว่าจะอาจจะเป็น ในปัจจุบันชาติหรืออดีตชาติต่าง ๆ ก็ตามที่พอสรุปได้ว่าเป็นคือ ปิศาจที่อยู่ในตัวเอง ก็ถือว่าเป็น โภทย์อันหนึ่งที่เรจะต้องกำจัดมันให้ได้ ถือว่าเป็นตัวสารเลวที่อยู่ในตัวเอง อายุขุณนี้ ยังไม่เคยค่าตัวเองต่อหน้าสาธารณชน หรือแม้แต่ค่าตัวเองด้วยตัวเองก็ตามที่ว่า เรามีปิศาจหรือเป็นสารเลวในตัวเองนะละ ก็ต้องยอมรับว่าเป็นกระจกสะท้อนภาพตัวเอง แต่ก็มีคามมูมานะว่าเราคงจะต้องหาทางกำจัดสิ่งที่มีอยู่ในตัวเราให้จงได้เพื่อที่จะทำให้เรามีความสุขกาย เบาใจมากขึ้น แต่ถ้าโดยภาพรวมของการใช้ชีวิต (อาจารย์หมอเขียวแทรก) อันนี้คือ ความก้าวหน้าของพวกเรา ผมเห็นพวกเรากล้าที่จะเปิดเผยความจริงของชีวิตตัวเองในส่วนที่ทั้งส่วนที่ทำได้แล้วในส่วนที่ยังทำไม่ได้นะ ส่วนดีแล้วส่วนยังไม่มีดี กล้าที่จะค่ากิเลสตัวเองได้กล้าจะเปิดเผยปิศาจของตัวเองได้นี้คือความเจริญ มันเป็นสัญชาตญาณในคนตรง นี้คือการล้างโลกธรรมเราไม่ได้มา เราไม่ได้มาปิดบังความจริงของเราว่า ฉันทเลิศยอดสวยหรู ยังงั้น ยังงั้นคนเขามองไม่เห็นกับเรา เราจะโกหกยังงั้นก็ได้แต่จริง ๆ แล้วนี่ เราก็ไม่โกหก เราก็พูดความจริงของเราที่เป็น เป็นสัญชาตญาณแห่งคนตรง ถ้าเรายังงั้นเขาจะบันทึกพลังชีวิตเราจะบันทึกเป็นวิบากดีของเรา ทำให้เราบรรลुरुธรรมเร็ว พระพุทธเจ้าตรัสเลย คนที่มีสัญชาตญาณแห่งคนตรงจะบรรลुरुธรรมได้ ผมเห็นความเจริญของพวกเรานะ แต่ละคนเปิดเผยสิ่งจริงในชีวิตตัวเอง ที่มันเป็นความแกล้วกล้าอาจหาญ ถ้าเราไม่มีธรรมะมากพอเราจะไม่กล้าเปิดเผยความจริง ถ้าเราไม่ล้างโลกธรรมได้มากพอมันจะไม่กล้าเปิดเผยความจริงมันจะบังตัวเองให้สวยหรูไปยังงั้นละขอบคุณค่ะอาจารย์ คือ สิ่งเหล่านี้ก็เรียกว่าได้รับบทเรียนจากอาจารย์ ในรอบนี้ก็ต้องเรียนกับอาจารย์ว่า 57 ปี ที่ผ่านมาไม่เคยคิดว่าเราจะมีปิศาจร้ายสิ่งสติดิษฐ์ แล้วมันก็จะค่อย ๆ เติบโตไปตามลำดับจนกระทั่งถึงวันนี้ แต่ก็มีจิตตั้งมั่นว่าเราอาจจะไม่สามารถที่จะกำจัด หรือฆ่ามันได้ภายในระยะเวลาอันสั้นเพราะว่ามันสั่งสมกันมาอย่างยาวนาน แต่ถึงกระนั้นก็ดี ก็มีความตั้งใจว่าเราควรจะต้องกำจัดมันต้องเล็กลง ๆ ตามลำดับและก็จะคอยติดตามผลอีกทีหนึ่งว่าจากนี้ไปนี่สิ่งต่าง ๆ ที่เป็นอยู่จะมีแนวโน้มเป็นอย่างไร นะคะ อีกสิ่งหนึ่งก็คือเรื่องของความดีความชั่วนะละ ในด้านความดีก็คิดว่าสิ่งที่ได้ทำมา 2-3 ปี นี้ ดิฉันเองก็ได้เข้ามาช่วยกิจกรรมการงานของทางคลอง 3 ทุกครั้งที่มีการจัดค่าย ตั้งแต่เริ่มต้น จนถึงหลังการปิดค่ายทุกครั้ง ก็คิดว่าสิ่งนี้น่าที่จะเป็นตัววิบากดี ที่น่าที่จะสามารถที่จะล้างวิบากร้ายบางส่วนให้เจือจางลงไป

ได้ไม่มากก็น้อยนะคะ ในแง่ของความช้ำก็ยังชอบกินของอร่อยอยู่นะคะ ก็อร่อยในที่นี้เช่น อาหารก็ยังอยากจะปรุงให้อร่อย แต่ก็ไม่ได้รสจัด ยังคิดที่จะกินในลักษณะแบบเช่นนั้นอยู่ก็จะพยายามควบคุมให้มันลดลง การลดกิเลส ในปีที่แล้วจำได้ว่ามานั่งตรงนี้ ปีที่แล้วตลอดปียังกินพวกสัตว์ใหญ่คงไปแล้ว ตั้งแต่หลังจากการเข้าค่ายและในการเข้าสู่ปีหนึ่งของนักศึกษา ก็บอกว่าเราดื่มน้ำแล้วจะเหลือแกละใจอย่างเดียวคือภาพเมื่อปีที่แล้ว แต่หลังจากการเข้าค่ายพระไตรปิฎกในปีที่แล้วก็สามารถกินใจอย่างเดียวทำได้ต่อเนื่องมาจนถึง ณ วันนี้ จากตรงนี้ไปก็ให้คำมั่นว่า จากค่ายนี้มีความตั้งใจว่าอย่างน้อยจะกินข้าววันละ 1 มื้อแบบว่าเด็ดขาดเลยะ อย่างน้อยหนึ่งครั้งในหนึ่งเดือน และก็รวมทั้งถือศีล 43 ขึ้นต้นไม้กล้าที่จะผูกมัดว่าจะทำได้มากกว่าเดือนละหนึ่งครั้งนะคะและทำยนี้ก็จะขอเป็นหนึ่งในสี่สี่ตัวน้อย ๆ ที่จะขยับปีกไปพร้อมกับท่านอาจารย์ในการเจริญเติบโตของแพทย์วิถีธรรมต่อไปค่ะสาธุค่ะ

กรณีศึกษาที่

7.79 นางสาวจันทร์ธา วิสุทธิเมธากุล

อายุ 52 ปี เพศหญิง



กราบนมัสการพระคุณเจ้า เจริญธรรม ชื่อหมวย จันทร์ธา วิสุทธิเมธากุล อยู่กรุงเทพฯ อายุ 52 ปี อาชีพพอกจากงานมานานแล้ว เกือบ 10 ปี เรื่องของสภาวะธรรม จุดหักเห สนใจโดยที่ตัวเองไม่ได้เจ็บป่วย เริ่มต้นจากการดูวิดีโอ ลดสัตว์สี่เท้าได้ ด้วยความสงสาร หวงกิเลส เนื้อไก่เริ่มเหม็น ทานไม่ได้เลย ดิออกง่าย ๆ

กรณีศึกษาที่

7.80 เจน หลั่งเจริญ

เพศหญิง



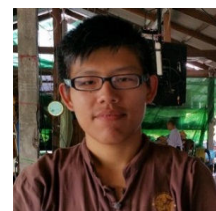
กราบนมัสการพระคุณเจ้าทุกฐานะและขอคารวะอาจารย์หมอเขียว ใจเพชร กล้าจน และเจริญธรรมสำนักจิตอาสาแพทย์วิถีพุทธทุกท่านคะ ดิฉันชื่อเจน หลั่งเจริญ มาจากอุดรดิตถ์ การศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น มีอาชีพเป็นแม่บ้าน อสม ฐานะสภาวะธรรมที่ทำอยู่คือ โกรธเกลียดง่าย มีกิเลสเยอะพอได้มารู้จักอาจารย์ ใจเพชร หมอเขียว กล้าจน จึงมีความรู้สึกลดละกิเลสได้มากกว่าเดิม แต่ก่อนโกรธแต่เดี๋ยวนี้ไม่โกรธวางได้ใครว่าอะไรก็ปล่อยวางได้ไม่โกรธเคยกินอาหารที่เป็นที่เป็น

กิเลสที่ชอบเดี๋ยวนี้ก็ปล่อยวางได้เนื้อสัตว์จะลดละได้เยอะแต่ยังติดอย่างหนึ่ง คือ ความชั่วยังทานไข้อยู่ ความชั่วที่ทำอยู่ก็คือทางบ้านยังไม่ยอมรับเขายังกินเนื้อสัตว์อยู่ก็ต้องทำให้แต่พยายามที่จะซื้อปลาที่เป็น ๆ เมื่อก่อนนี้เคยทำแต่ซื้อปลาตายเขานั่นว่าไม่อร่อยก็พยายามทำให้อร่อยแต่ที่บ้านไม่ใช้หุสรสปรุงปฏิบัติธรรมทุกครั้งก็พยายามไปปฏิบัติธรรมกับพระที่ฉันมังสวิรัตที่วัดที่ไม่ฉันเนื้อนะคะ เพราะมันมีประโยชน์ต่อตัวเราด้วยอันนี้ก็เป็นอาจารย์ใจเพชร กล้าจน (หมอเขียว) ได้สั่งสอนไว้เมื่อยามเรามาปฏิบัติเข้าค่ายอยู่ครั้งแรกที่จังหวัดพิษณุโลกและก็พากเพียรทำมาบำเพ็ญประโยชน์ให้สังคมที่คนมีความเจ็บป่วยเราก็จะช่วยเข้าไปช่วยเหลือทันทีโดยไม่คิดว่าเราจะมีโรคประจำตัวอะไร เพราะเราไม่มีเชื้อโรคที่แพร่เชื้อเขาก็ดำเนินชีวิตเขาเลยส่วนมากถ้าเดินไปในตลาดเราไม่ใช่หมอนะ แต่แม่ค้าในตลาดเขาจะเรียกคุณหมอเราก็จะปฏิเสธเขาว่าเราไม่ใช่หมอนะคะเราเป็นเพียงจิตอาสาแพทย์วิถีพุทธเฉย ๆ แต่เขาไม่ฟังเขาก็จะเรียกว่าคุณหมอก็ดำเนินชีวิตก็ยังเป็นเพียงจิตอาสาเครือข่ายเขาขอความช่วยเหลือมาเราก็จะพยายามไปช่วยเหลือเขาเครือข่ายจะนัดกันเราก็จะไปตามเครือข่ายต่าง ๆ จะมีความพยายามให้มากขึ้นนะคะเพราะทางบ้านเขาไม่ค่อยยอมรับแต่มานี้ก็ภาวนาเลยว่าขอให้ได้มีบุญได้มาค่ายพระไตรปิฎกทุกครั้งเมื่อได้มาแต่ละครั้งก็มีความสุขมากเพราะจิตใจนี้มันจะสบายขึ้นกว่าเก่าเมื่อก่อนนี้จะทุกข์มากเพราะอยู่แต่บ้านไม่ได้ไปไหนเข้าบ้านตลอดแต่วันนี้ได้เดินทางออกมามีการศึกษาได้พบหมู่เพื่อนฝูงพวกเขาบอกว่าจะไปทำไมไปสอบนะก็เรียนมาทุกครั้งที่รู้อยู่แล้วทำอยู่บ้านก็ได้เราก็ยอมรับว่าทำไมได้อยู่ที่บ้านเพราะเราต้องมีหมู่กลุ่มมีพลังช่วยผลักดันให้เราทำเพราะเราอยู่บ้านมันจะมีกิเลสเยอะก็ขอยบไว้แค่นี้

#### กรณีศึกษาที่

7.81 นายฉิมพงษ์ กิจพงษ์เจริญ

อายุ 27 ปี เพศชาย



กราบนมัสการพระคุณเจ้า คารวะท่านอาจารย์หมอเขียว เจริญธรรมสำนักศีลพี่น้องผู้เรียนรู้ สุขภาวะธรรมทุกท่านครับ ผมฉิมพงษ์ กิจพงษ์เจริญ อายุ 27 ปี จังหวัดกรุงเทพฯ วุฒิกศศึกษาจบปริญญาตรีบริหารธุรกิจ สภาวธรรมตั้งแต่ปี พ.ศ. 2554 ที่เข้ามาบำเพ็ญบุญก็ตอนน้ำท่วมจนตอนนี้ก็ 4 ปีแล้ว สภาวธรรมที่ได้ก็จากหมอเขียว และสมณะพ่อครูโพธิ์รักษ์ ก็พยายามดูแลการปรับสมดุลร่างกายเรา ทั้งกายและกจิจิตตอนนี้การปรับสมดุลมันทำให้ผมรู้สึกว่ามีปีนี่ที่เกิดการเรียนรู้สมดุลร้อนเย็น ร้อนเกิน เย็นเกิน ร้อนเย็นพันกัน ร้อนหลอกเย็นหลอก มันทำให้รู้สึกว่ามันง่าย และมันก็พยายามปรับที่กายกับอาหารมากที่สุด กายและกจิจิตใจและอาหารด้วย คือ คว้าแต่ละวันที่เรามาบำเพ็ญบุญนี้มาน้อยแค่ไหน ถ้ามากทรมานมากก็ใช้วัตถุบ้าง ภาวะก็แล้วแต่จะเกิด บางทีก็ทั้ง

สภาพแวดล้อม ฤดูร้อน ฤดูหนาว และก็ปรับใจไปด้วย จิตวิญญาณ ก็เพื่อที่จะเรียนรู้ ผีคนแต่ละสถานะที่มันคุ้นชินก็เข้ามาเรื่อย ๆ จนตอนนี้ก็รู้ว่าสาเหตุหลัก ๆ ก็รู้ว่าร่างกายเราแข็งแรงอย่างไรมันก็ขึ้นอยู่กับความคิดความชั่ว ความชั่วที่คิดว่าที่เรารู้จริง ๆ ว่าชั่วขนาดไหนก็ตอนที่ได้กลับไปอยู่บ้านไม่ได้มาบำเพ็ญบุญมันเกิดความชั่วเร็วเหมือนเขากระตุ้นให้เรามา หันมาบำเพ็ญบุญในค่ายสุขภาพ เพราะว่าหลัก ๆ แล้วความคิดที่เราทำมันอยู่ในค่ายสุขภาพ เหมือนกับว่าเราได้มาช่วยเหลือพี่น้องที่เขาได้มาเข้าค่าย เพื่อให้เขานำกลับไปพึ่งตนเองได้ ให้เขาได้เรียนรู้สุขภาพจะได้ลดละกิเลสตอนนี้ก็ลดมาเรื่อย ๆ พยายามที่จะตัดกิเลสเมื่อเราจะกลับไปบ้านว่าจะกลับไปทำอะไร ถ้าเรากลับไปเสพมันก็เป็นผลร้ายต่อตัวเราเอง ก็พยายามตั้งศีล ตั้งอธิศีลให้มันสูงขึ้น ทั้งนี้ก็ตั้งแต่ท่านเข้ามื่อเดียวก็ทานสิ่งที่ย่อยง่ายทานง่ายและไม่มีโทษก็มาพิจารณาแต่ละอย่างตอนที่มาค่ายพระไตรปิฎกครั้งนี้ อาเล็กก็ถามว่าเห็นผมกินอะไรแปลก ๆ คือ ช่วงนี้ฤดูร้อนการพิจารณาของผมเองเฉพาะตัวผมเองก็จะใส่ข้าวสวย รวดแกงจืดใส่มะละกอดิบ อาเล็กก็ถามกินอะไรแปลก ๆ ก็มันก็เป็นการปรับสมดุลของตัวเอง เพราะว่าทั้งวันก็อยู่แต่ในห้องสี่ก็ไม่ได้ทำอะไร แต่บางคนเข้าไปก็อาจจะทุกข์ร้อนเพราะว่าแก้อ้อ ก็ร้อน โตะก็ร้อน อุปกรณ์ก็ร้อนในช่วงเที่ยง ๆ ก็มากินอย่างนี้ก็ปรับสมดุลเอา พิจารณาเอามันไม่ได้เป็นตลอด ก็ทำอะไรปรับเปลี่ยนก็เป็นการเรียนอย่างหนึ่งเพื่อให้เข้าถึงสภาวะธรรมก็เพื่อที่จะบำเพ็ญบุญให้เต็มที แต่บางครั้งการทำงานเต็มทีมันก็ไม่ได้ตื่นเข้ามาสวดมนต์สามวันแรกก็พอมิแรงอยู่แต่พอวันที่ไปขณปุ๋ยก็นอนจนถึงแปดโมงเก้าโมงก็ไปขณปุ๋ย บางทีมันก็อาจจะอยู่กับการทานอาหารด้วย เพราะบางทีก็ไปหาของเดือนใส่ในครัวบ้างก็เท่านี้ครับ ขอบคุณครับ

กรณีศึกษาที่

7.82 ชนิตา เลิศศิริลักษณ์

อายุ 58 ปี เพศหญิง

กราบเรียนท่านอาจารย์หมอเขียวด้วยความเคารพและศรัทธา เจริญธรรมเพื่อน ๆ พี่ ๆ และน้อง ๆ ค่ะ ชื่อ ชนิตา เลิศศิริลักษณ์ ชื่อเล่น ดา จบการศึกษาวิทยาสาตร์สาขาเคมี ตอนนี้ก็อายุ 58 ปี อาชีพเป็นพนักงานขายเคมีภัณฑ์ แต่ตอนนี้ก็เออร์แล้วคะ เป็นแม่บ้าน สภาวะธรรม ศีลข้อที่ 1 คือ ปาณาติปา คิดว่าได้คะ เพราะว่าตอนนี้ตั้งแต่ป่วย คือ ตัวเองป่วยเป็นมะเร็งเต้านม ระยะ 2 ก็ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2555 แต่ตอนนี้ยังไม่หลุดคะ มันก็ยังอยู่กับเรา แต่มันไม่ลาม ก็ไม่ได้ทานเนื้อสัตว์ ไข่ นม ขนม ก็เลิกมาเลย ของหวาน ไขมัน ก็ไม่ได้กินตั้งแต่ปี พ.ศ. 2555 ก็รู้สึกตัวเองว่าดี อารมณ์ดีขึ้น เมื่อก่อนจะเป็นคนใจร้อน ขี้โมโห ก็ดีขึ้นแล้วตัวเองเป็นนักวิทยาศาสตร์ท่านอาจารย์หมอก็แนะนำ



บอกว่าไหนลองทดสอบกินมือเดียว อย่างมากที่สุด คือ 2 มือ มือเย็นนี้จะไม่ทานเลย ก็มาทดสอบดูว่าถ้าเราทาน 2 มือ กับมือเดียวนี่จะเป็นยังไง ก็รู้สึกว่าการเข้ามาเนี่ย เวลาเรากินถ้ากินมือเดียวเราจะตื่นได้เร็ว แล้วก็ตัวเบา ระบบขับถ่ายก็ดี แต่ถ้าทาน 2 มือนี่ มันเหมือนว่าเวลาเรากินที่ออกซ์ ทำไมเราถึงถ่ายน้อยลง ก็ลองเปรียบเทียบดู ก็แบบนี้ละ แล้วก็คิดเรื่องทำดีส่วนใหญ่ยังติดกับเรื่องงานในครอบครัวอยู่ก็ไม่ค่อยได้ออกไปกับหมู่กลุ่มเท่าไร ก็ดูยังเล็กมากคะ คนโตอายุ 17 คนเล็กก็อายุ 11 ปี เวลาเขาป่วย เราก็ใช้ยา 9 เม็ดทำให้คะ อย่างสมมติว่า ปวดท้องประจำเดือน ก็ใช้ผงถ่าน น้ำสกัดแล้วก็น้ำมันเขียว ท้องเสียก็ใช้แบบนี้คะ แต่ถ้าเป็นหวัดตัวร้อนเจ็บคอก็ใช้ยา 9 เม็ดคะ แล้วเวลาเขาทำไม่ได้ บอกเขาว่าหนูลอง เพราะว่าถ้าเกิดไปโรงเรียน ถ้าเกิดคือกับแม่ ไปโรงเรียนหนูต้องเจอเพื่อนรังแกหนูหรือว่าคุณครูต้องดุหนูแน่เลย แล้วก็เรียนจะไม่เข้าใจ เขาก็จะมาบอกเราว่าวันนี้จะเป็นยังไง ถ้าเกิดเขาดีคือ เขาบอกว่าวันนี้เขาหกล้มเล่นฟุตบอลแล้วหกล้มอย่างนี้คะ ก็รู้สึกว่าเขาเอาวิชาหรือว่าธรรมะที่ท่านอาจารย์สอนตอนมาอยู่ที่นี้ใช้กับครอบครัว โดยเฉพาะลูกของเราคะ ทำชั่วอะไรบ้าง ก็เรื่องความโมโหยังเยอะอยู่แล้วก็อดตากับลูกคะ ถ้าเขาไม่ดูหนังสือเราก็จะชี้โมโหแต่ถ้าถ้าเรามาค่ายแล้วกลับไปรู้สึกว่าจะทำได้ประมาณอาทิตย์หนึ่งคะ ก็ต่อไปก็เหมือนเดิมอีก ก็มาครั้งนี้ท่านอาจารย์ก็พูดว่ากิเลสเนี่ย เราจะต่อสู้กับมันยังไงบ้าง ก็เลยจะลองเอาแนวทางนี้ไปลองดูนะคะ แล้วก็คิดละเลิกกิเลสเนี่ย คิดว่าต่อไปก็จะตั้งเรื่องจิตลึกลับแล้วก็ คิด 43 ข้อคะ จะเป็นผีเสื้อตัวเล็ก ๆ อยู่ภาคกลางช่วยอาจารย์คะ อาจารย์พูดผู้ใดช่วยปฏิบัติจิตลึกลับผู้หนึ่งละได้ช่วยผม ได้ช่วยสังคม ได้ช่วยพระพุทธเจ้า จริง ๆ เราช่วยหมดคนนะ ผู้ใดปฏิบัติจิตลึกลับผู้หนึ่งได้ช่วยเหลือมวลมนุษยชาติทุกคน แล้วพลังของพวกเราทุกคนมีค่ามาก เหมือนที่ที่ท่านหนึ่งเล่าไปเมื่อกี้เนี่ย พลังของพวกเรามีค่ามาก เลย แต่ละคนแต่ละท่านที่เรามีผลพลังของท่าน ชีวิตของท่านมีผลทำให้พี่น้องเราบรรลุนิพพาน องค์ประกอบในชีวิตของท่าน มีผลให้พี่น้องเราบรรลุนิพพาน มีผลเติมกันทั้งหมดเลย พลังของเราก็มีผลต่อเพื่อนพลังของเพื่อนก็มีผลต่อเรา ต่างคนต่างหนุนกันให้บรรลุนิพพาน นี่ก็คือคุณค่าอันล้ำค่าของหมู่มิตรดี สหายดี สังคมดี สิ่งแวดล้อมดี เป็นทั้งหมดทั้งสิ้นของการพ้นทุกข์ เป็นเรื่องมีให้คนพ้นทุกข์ได้ ให้คนปราบปีศาจได้ ไม่เช่นนั้นจะไม่มียอดขลัง จะไม่มีมนต์ขลังที่ปราบปีศาจได้ แต่พลังของหมู่มิตรดีสหายดีจะเป็นพลังมนต์ขลังที่ปราบปีศาจได้ พลังเดียวเลยพระพุทธเจ้ายืนยันพลังเดียวเลยมิตรดีสหายดี สิ่งแวดล้อมดี เป็นทั้งหมดทั้งสิ้นของพรหมจรรย์ คือ การพ้นทุกข์ นี่เป็นคำตรัสของพระพุทธเจ้า อื่นจากนี้ไม่มี เพราะฉะนั้นพลังของทุกชีวิตมีค่า เขาลงทุนทำความชั่วคนเขาก็ลงทุนนะ ลงทุนไปทำความชั่วเสียเงินเสียทองเสียเวลา ลงทุนไปเลี้ยงปีศาจ เขาก็ลงทุนไปสังเวปีศาจไปเลี้ยงปีศาจทำแล้วชาติแล้วชาติเล่าชาติแล้วชาติเล่าวันแล้ววันเล่าลงทุนไปเลี้ยงปีศาจเขาก็ยังลงทุนไปเลี้ยง แล้วเราลงทุนมาทำลายปีศาจทำไมเราจะไม่ทำอะ ไซ้หมชีวิตเราหนะ ลงทุนลงแรงลงเงินลงอะไรก็แล้วแต่ ลงเวลาลงอะไรนี้เราลงทุนลงแรง ทุนรอนของเราทุกอย่าง ชีวิตเราเร็วแรงเวลา

ทั้งหมดนี้ ลงทุนไปทำความชั่วเขายังลงทุนได้มาแล้ว ลงทุนมาทำความดีทำไมจะทำไมไม่ได้ ถึงเวลาที่ เราจะลงทุนมาทำความดีแล้ว มันจะเสียเวลาเท่าไร? มันก็คุ้ม มันเสียเวลาแต่มันได้มากกว่าเวลา เสียเวลาเพื่อไ้เวลา ของเราขอมเสียเวลาเพื่อมาปีศาจ เราจะได้เวลาแห่งความผาสุกตลอดกาลนาน คุ้มไหม เสียเวลาเพื่อมาปีศาจแต่เราได้เวลาที่ เป็นอิสระตลอดกาลนาน เป็นแลกกับเวลาที่ เป็นอิสระ ตลอดกาลนาน มันคุ้มสุดคุ้มนะ ชีวิตมันก็ต้องลงทุน ที่พูดพยายามพูดให้สะคนนะ ให้สะคน บางอย่างให้คิดบางอย่าง คนเขาลงทุนทำชั่วทำได้ไม่เห็นบ่นสักคำ แต่ลงทุนทำดีบ่นนี้มันก็ขาดทุน แล้วชีวิตนี้ละ ลงทุนทำดีแต่บ่นนี้มันก็จะขาดทุนเอานะ มันก็จะเสียหายนะชีวิตนะ ก็ฝากเป็นข้อคิด ที่พูดนี้คือให้กำลังใจพี่น้อง ที่พูดก็ให้กำลังใจว่าทำนมารวมกันทำสิ่งที่ดีนี้มันถูกต้องแล้ว มันเป็น ประโยชน์สูงสุดแล้วต่อชีวิตของท่านต่อชีวิตของหมู่มิตรดี สหายดี และต่อชีวิตของมนุษยชาติ สิ่ง ที่ท่านร่วมกันทำ พี่น้องมารวมกันทำนี้ถูกต้องแล้ว ขอให้มีความสุขในการทำ ไม่ใช่ ๑ ให้กำลังใจด้วยการยกยอปอปั้นอะไร แต่ให้กำลังใจด้วยความจริงแท้แห่งสัจจะ สิ่งที่ถูกไป คือ สิ่งจริงแท้แห่งสัจจะ ที่พระพุทธรเจ้าตรัสรู้ แล้วแต่ละท่านก็ได้พิสูจน์แล้วว่าถ้ามีพลังของหมู่นี้เรามีพลังทำสิ่งที่ดีหลาย อย่างที่อยู่ที่บ้านคนเดียวเราทำไม่ได้ แต่มาอยู่กับหมู่เราทำได้ เราก็ได้พิสูจน์ เราก็ได้พิสูจน์

### กรณีศึกษาที่

7.83 นายชุมพล ยอดสะเทิน

อายุ 41 ปี เพศชาย



กราบนมัสการพระคุณเจ้าทุกรูป กราบคารวะท่านอาจารย์หมอเขียวที่เคารพยิ่ง เจริญ ธรรมพี่น้องที่ใฝ่ความอดทนทุกท่านครับ กระผมนายชุมพล ยอดสะเทิน อายุ 41 ปี บ้านอยู่จังหวัด มหาสารคาม วุฒิการศึกษา ม. 6 งานสภาวะธรรม ณ ช่วงเวลานี้ก็ มาได้ฟังอาจารย์บรรยายในค่ายก็ ชัดเจนว่าเรื่องเนื้อสัตว์เนื้อเรายังไม่ขาด ทั้งที่พยายามทำมาหลายปีแล้ว เข้ามาที่นี้ก็กลางปี พ.ศ. 2554 จากแม่บ้านป่วย พามารักษา แล้วก็มันเป็นเหมือนลักษณะมันกดข่ม มันยังไม่ถึงใจ พอมารู้จริงก็ใน ค่ายนี้ละที่อาจารย์พูดถึง ทางที่เราคิดว่าเราขาดจากเนื้อสัตว์แล้วนี้ เราต้องลองเช้คดู เราหยุดไปได้ เดือน 2-3 เดือน ก็ไปเช้คดูไปกินดู อย่างผมนี้มันก็ไม่ได้กินบ่อย ยังเหลือปลาเล็กปลาน้อย ซึ่งก็นาน ๆ เป็น 2-3 อาทิตย์ ก็ไปกินดู ไปชิมน้ำมันทำให้รู้ว่าเรายังไม่ขาดจริง ๆ เพราะว่ากินมันก็ยังรสอร่อย อยู่ จริง ๆ แล้วเรื่องนี้เรื่องหยาบมาก บุญวุฒิหมายเลขหนึ่งเลขของชาวโศก

## กรณีศึกษาที่

7.84 นายณรงค์ ศรีเมือง

อายุ 36 ปี เพศชาย



ผมชื่อณรงค์ ศรีเมือง อายุ 36 ย่าง 37 ปี อาชีพรับราชการ เป็นนักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลละอุ่นใต้ อำเภอละอุ่น จังหวัดระนองครับ ผมเป็นนักศึกษาปี พ.ศ. 2557 ก็ก่อนจะเป็นนักศึกษานี้ ก็มีความทุกข์นะครับ จริง ๆ อยากมานานแล้ว แต่บุญยังไม่ถึงรอบ คิดในใจว่า สักวันหนึ่งเราจะมาศึกษาเรียนรู้ก็ไม่คิดว่าจะเป็นนักศึกษาคับ ที่แรกก็มาเรียนรู้เรื่องสุขภาพ เพราะว่าเราทำงานด้านสุขภาพ เราต้องไปช่วยเหลือผู้อื่น แต่ว่าเราเองก็ยังทุกข์อยู่จะไปช่วยเหลือผู้อื่นได้อย่างไร ก็เลยมาเข้าค่าย 5 วัน และหลังจากนั้นกลับไปก็คิดว่า จะนำความรู้ความสามารถที่ได้มา 9 เม็ด เพราะรู้สึกแปลกประหลาดตั้งแต่แรกที่มาที่รู้สึกอัศจรรย์ใจในตัวเองนะครับ โดยเฉพาะการกินอาหารมือเดียวนะครับ ก็ผมมาค่ายแรก ก็ลองฝึกกินมือเดียวเลย คิดว่ามันเป็นสิ่งที่น่าลอง ก็เลยลองกินอาหารมือเดียวในวันที่ 3 หรือวันที่ 4 ในค่ายรู้สึกถึงความอัศจรรย์ใจ ไม่น่าเชื่อว่ากินอาหารมือเดียวแล้วจะมีแรง มีเรี่ยวมีแรงมากกว่า ตอนที่เรากินอาหาร 2-3 มือ ก็กลับไปก็ค่อนข้างจะใจร้อน ตะบื้อตะบันทำครับ ปฏิบัติแล้วก็ชวนครอบครัวครับ ภรรยา แล้วก็พ่อแม่ มาเข้าค่าย ในเวลาต่อมา หลังจากนั้นก็กลับไประนองนะ ไปจัดค่ายสุขภาพ ก็พ่อแม่จะช่วยหาคนมาเข้าค่ายด้วยก็คือเราช่วยกันทำมาหากิน ก็คิดว่าประโยชน์ แรก ๆ ไปบอกใคร ก็ไม่มีใครเชื่อแม้แต่ภรรยา

ตัวเองก็ไม่ค่อยอยากเชื่อ เพราะเราก็เคยบอกจะเลิกอบายมุข แต่ก็ไม่เลิกสักครั้ง พอเรามาอบรมแล้วเราเริ่มจะมีการเปลี่ยนแปลง เราสามารถเลิกกินเหล้าเลิกสูบบุหรี่ได้ เลิกอะไรที่ไม่ดีหลาย ๆ อย่าง ก็เขาเห็นการเปลี่ยนแปลง เขาก็ยอมมากับเรา ไปพูดกับ อสม. ไปพูดกับชุมชน แรก ๆ ไม่มีใครเชื่อเรานะ พูดจนคอแห้งหมดนะครับ แต่พอเราปฏิบัติไปสักพักนึง จนรู้สึกว่า เราเริ่มจะมีการเปลี่ยนแปลงในชีวิตและจิตวิญญาณของเราแล้วมันเป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงที่สุดในชีวิตของเราครับ ผมพบหมอเขียวตอนอายุ 35 ปี เริ่มตาสว่างขึ้นครับ ก็คิดว่าเป็นช่วงเวลาที่เหมาะสมแล้วครับ โชคดีว่าได้มาพบอาจารย์มีความเมตตากรุณาพวกเรามาก ๆ ครับ รู้สึกซาบซึ้งมากในการอธิบายธรรมะหมอเขียวจะสอดแทรกนูนนี่นั่นให้พวกเราทุกอย่าง เพื่อที่จะให้พวกเราเข้าใจแต่ด้วยปัญญาอันน้อยนิดของแต่ก็ยังไม่ถึงไหนก็พยายามลดละกิเลสของตนเอง แล้วก็ช่วยคนอื่นไปด้วยมีครั้งนึงบอกว่า จะลองกินมือเดียวในช่วงเข้าพรรษาครับ ต้องขอสารภาพว่าปด้วยว่า ทำไม่ได้เราประมาณผิดเราก็คิดว่าเราน่าจะทำได้แต่พอเอาเข้าจริง ๆ ก็พลาดครับ หลังจากนั้นก็ล้มลุกคลุกคลานครับ จะตั้งตะ 1 วัน บ้าง 3 วัน ติดต่อกัน 15 วัน ก็ล้มลงมา ก็เริ่มใหม่ คือ ให้อภัยตัวเองที่แต่ละครั้ง

ที่ล้มลงไปนี้ เราได้รู้จักมันมากขึ้นนะครับ กิเลสที่มันล้มลงไปในแต่ละครั้งนะครับ ก็ได้รู้ว่ากินแล้วมันก็รู้สึกแบบนี้เอง เราก็ได้เรียนรู้ไปด้วย คล้าย ๆ ว่าได้เรียนรู้หน้าตาของกิเลส ทำทางกิริยาของกิเลสนะครับ จะได้สู้กับมันได้ ก็พยายามปลอบใจตัวเองเรื่อย ๆ ครับ หลังจากที่เล่นกับกิเลสไปมาก ๆ ก็ทำให้เกิดวิบากกับตัวเอง เห็นชัดเจนว่ามันส่งผลต่อสุขภาพร่างกายของเรา เรี่ยวแรงของเราที่เคยมีมาก ๆ มันก็จะลดลงนะครับ ก็จะขอเป็นเมล็ดพันธุ์เมล็ดหนึ่งที่ท่านอาจารย์หมอเขียวหวานไปในพื้นที่ แล้วก็จะช่วยเหลือคนอื่นต่อไปนะครับ ขอท่านี่ครับ ขอขอบคุณครับ

กรณีศึกษาที่

7.85 นางฉัชชา อุ่นวิเศษ

อายุ 42 ปี เพศหญิง



กราบนมัสการพระคุณเจ้า กราบท่านอาจารย์หมอเขียวเจริญธรรมสำนักดีพี่น้องจิตอาสาที่ไฟในธรรมทุกท่านคะชื่อฉัชชา บุญพิเสก อายุ 42 ปี ชื่อเล่น ตืดตืด เพื่อนชอบเรียกฉัชชาปั๊บ ชั่วช้านี้ก็เลยนึกถึงคำของอาจารย์หมอเวลาที่อาจารย์หมอปุดขึ้นมาทำให้เตือนตัวเองว่า ชื่อฉัชชานี้มาจากความชั่วช้านะคะ เพราะว่าเราชั่วช้าจริง ๆ นะคะเพราะกิเลสเรานี้เยอะมาก การที่เราได้มาเจออาจารย์หมอได้มาอยู่ในกลุ่มตรงนี้ ทำให้เราได้พบกับตัวตนจริง ๆ ไม่ทราบหลาย ๆ คนเคยเป็นแบบดิฉันไหมชอบตั้งคำถามกับตัวเองตั้งแต่ ม.3 ตัวเล็ก ๆ ว่าตัวเองเกิดมาทำไมก็พยายามหาคำตอบก็ไม่เคยได้คำตอบจนมาได้เข้าค่ายสุขภาพที่คอนตาสก็ ได้เจอกับคำตอบและถึงได้รู้ว่าชีวิตของตัวเองนี้ได้เกิดมาทำไม เกิดมาเพื่อลดกิเลสเพื่อช่วยเหลือพี่น้องมีคามีความหมายตรงนี้ แล้วก็สภาวะธรรมที่ได้จากการที่เราเข้ามาเข้าค่าย คือ 1. เราได้เห็นตัวตนของเราอย่างชัดเจนคือกิเลสในตัวเราตัวใหญ่มากใหญ่จนขนาดที่ขับรถ รถคันเล็ก ๆ จนอยู่ไม่ได้ต้องเอารถคันใหญ่บนพี่น้องใหม่มัน คือ ความอยากเป็นคนดีนี่คือกิเลส เรามีรถคันเล็ก ๆ มันคับพี่น้องไม่พอพี่หารถคันใหญ่ ๆ เพื่อที่จะได้วิ่งรับพี่น้องเราเยอะ ๆ ยิ่งฟังอาจารย์ยิ่งชัดขึ้นมันเป็นความอยากดีมันคือกิเลสคะ แต่พอเราได้เรียนรู้อยากดีนี้มันไม่ใช่แค่เราอยากดีเราไปกระทบคนข้าง ๆ อยากให้เขาดีเหมือนเรา ตลอดระยะเวลาที่มารู้จักอาจารย์หมอเขียวมาเข้าค่าย มันก็ส่งผลกระทบกับพี่เขาพี่ออกจากงานมาเถอะดีคืออยากเป็นคนดีแต่เขาเฉย ๆ นิ่ง ๆ แล้วก็ตามเราทุกอย่างยังไม่พอใจเราก็อีกก็ความอยากดีของเรา ทำให้เขาต้องลาออกจากงานเราก็ไม่รู้ว่าจะให้เขาทำอะไรคิดข้างบ้านเขาว่าสามีมีงานทำดี ๆ เงินเดือนเป็นหมื่น ๆ ไปเอาเขาออกมาบ้าง ๆ บอ ๆ ตามตัวเองอะไรแบบนี้จะจนมาเจอกัลยาณมิตรจะจ้างช่วยทำขายของที่พัทยาแล้วก็เกิดมีอยู่ช่วงหนึ่งที่เข้ามาที่คลองสามแล้วก็มาทำการบ้านได้ฟังคำหนึ่งของพ่อท่านที่บอกว่าอาชีพ

กับจิตอาสาต้องแบ่งแยกกันให้ดีมันเลื่อมล้ำกันมันใกล้เคียงกันมากอาชีพเรามีโอกาสที่จะสร้างกิเลส เราอยากได้กำไรแต่จิตอาสา คือ เราต้องทุ่มเทจนการที่เราออกมาขายของนี้เราคิดที่จะได้กำไรมาก เกินไปหรือเปล่าเราต้องการช่วยเหลือเขาหรือเปล่า เป็นอะไรที่กำกวมมากในการที่เราจะประกอบ สัมมาอาชีพครั้งนี้ในแต่ละครั้งเราคิดกับเขาเราเป็นจิตอาสาหรือเราเป็นนักค้ามืออาชีพกันแน่จน สุดท้ายเราก็ตรวจสอบกันทุกครั้งที่เราออกไปสัมมาอาชีพ 2 ปี ที่ผ่านมาระหว่างไม่เคยขาดจนเลยที่ออกมา ก็มาช่วยกันทำมาหากินก็มีรถออกมาได้ช่วยเหลือกัน ได้บำเพ็ญได้สบายปรารถนา คือ ตามกิเลสค่ะ แล้วตอนนี้ก็คือได้พยายามลดกิเลสนี้ลงไม่อยากจะแล้วพอไม่อยากจะแล้วเกิดอจินไตยคือที่เขาได้ยอม เข้าเรียนยอมรับแพทย์วิถีธรรมเพราะว่าเราต่อสู้อาชีพ 2 ปี แล้วที่ไม่อยากเรียนกับหนูหรือที่ไม่อยาก เรียนกับหนูหรือต่อมันจนเขาเครียดเกิดอจินไตยขึ้นเพราะที่เขากลัวที่จะเรียนเพื่อจะเรียนรัฐธรรมนูญ เพิ่มเติมและเติบโตไปพร้อม ๆ กันส่วนเรื่องความดีก็จิตใจที่ได้ร่วมงานตลาดวิถีธรรมของคลอง 3 แล้วก็ได้พาคูณแม่มาชวนหลายครั้งแล้วแม่ไม่เคยอยากมาค้าแต่พอใช้กุศโลบายมาขายของแม่ยอม มารู้สึกว่าชีวิตนี้ได้พามาแม่รู้จักหมอเขียวรัฐธรรมนูญหมอเขียวนี้ก็เป็นสุขที่สุดแล้วค่ะ

กรณีศึกษาที่

7.86 นางสาวณัฐนิชา คำปาละ

เพศหญิง



กราบคารวะท่าน อาจารย์หมอเขียวค่ะ เจริญธรรมพี่น้องทุกท่านค่ะ ชื่อณัฐนิชา คำปาละ เป็นอาจารย์พยาบาลนะคะ รอบนี้เป็นอาจารย์ เป็นครูเลยคะ ก็เป็นนักศึกษาแพทย์วิถีธรรม รหัส 56103 จากที่ได้มาเรียน จริง ๆ เป็นลักษณะมาเข้าค่ายอบรมบ่อยแล้ว ก็อยากสมัครเป็นนักศึกษา แพทย์วิถีธรรมก็หลายปี แต่ว่าไม่ผ่านเกณฑ์ขั้นแรกที่ว่า เข้าค่ายปฐมนิเทศ เนื่องจากว่า ภาระงาน ตัวเองก็ไม่สามารถมาได้หลังจากที่เป็นนักศึกษาแพทย์วิถีธรรม ก็พยายามทำตาม กติกา ของสถาบัน นี้คะ คือ เข้าค่ายได้ 3 ครั้ง ปี แรกก็คิดว่า น่าจะผ่านแล้วก็ได้มาสอบตามเกณฑ์ แต่ครั้งนี้ตั้งใจว่าจะ ขออนุญาตดรอป ค่ะอาจารย์ จริง ๆ แล้วมีพี่คนหนึ่งบอกเป็น นักศึกษาแพทย์หรือเป็นจิตอาสาแล้ว อาจารย์ไม่ให้ลาออก เพราะว่าเนื่องจากภาระงานของตัวเอง จริง ๆ ก็พยายามบอกในที่ทีมงานด้วยว่า ขออนุญาตปีนี้ขอหยุดงานได้ไหม อะไรนี้คะ เพราะว่างานและภาระการเรียนของตัวเองนะคะ แต่ เอาจริง ๆ แล้วนี่แค่นั้น จ ถ้าปางเอง ที่เราจัดค่าย แล้วเราก็รับช่วยงานที่ประชาชนที่เขาสนใจ สุดท้าย แล้วก็คือไม่ได้หยุดก็ทำ เพียงแต่ไม่ได้ออกไปพื้นที่ไกลหรือว่ามาที่มุกดาหาร จนอาทิมจำชื่อไม่ได้ แล้วนะคะ ตอนนี้เมื่อก่อนนี้คุ้นเคยนะคะ พยายามในลักษณะที่เรียนและก็นำไปใช้ ส่วนของตัวเอง

นี้ ตั้งใจมากในการที่จะให้ นักศึกษาพยาบาลได้รู้จัก ได้เรียนรู้ นะคะ เพราะนักศึกษาที่วิทยาลัย นครลำปางมีประมาณ 600 คน นะคะ ถ้านักศึกษาได้รู้จักเขาสามารถที่จะนำสิ่งพวกนี้ไปช่วยประชาชนได้คะ และได้บอกนักศึกษาตลอดเลยว่ ถ้าเราเป็นนักเรียนแล้วเราไปสอนเรื่องความรู้เขาเนี่ย ในขณะที่ประชาชนซึ่งส่วนใหญ่ที่เป็นจิตอาสาหลาย ๆ คนนี้ก็เป็นประชาชนทั่วไป หรือเป็น อสม. ก็ สามารถจะเป็นจิตอาสาสอนชาวบ้านได้แล้วแต่นักศึกษายังไม่รู้เรื่อง ก็ให้เขาพิจารณาว่าตัวเองควรจะยังงี้ก็ได้เชิญ กลุ่มแพทย์กลุ่มจิตอาสาเครือข่ายภาคเหนือ ไปให้ความรู้แก่นักศึกษา ซึ่งก็ได้รับความรู้กันเต็มที่นะคะ หลังจากนั้นเราก็ให้นักศึกษาได้ออกหน่วย ในกลุ่มประชาชนที่เขาต้องการตรงนี้ประชาชนชอบมากเลยคะ ในการที่เราออกหน่วยและไปให้คำแนะนำ

กรณีศึกษาที่

7.87 นางสาวทริกาณ์ แคม โลกกรวด

อายุ 37 ปี เพศหญิง



กราบนมัสการท่านสมณะและนักบวชทุกท่านนะคะกราบการวะ อาจารย์หม่อเจียว ใจเพชร กล้าจน และเจริญธรรมสำนักคิพีน้องนักบวชธรรมทุกท่านคะ ชื่อ นางสาวทริกาณ์ แคม โลกกรวด ชื่อทางธรรมว่า ประทับใจ ชื่อเล่น บี เรียนจบการศึกษาวิทยาศาสตร์บัณฑิต สาขาวิทยาการคอมพิวเตอร์ อาชีพเดิมเป็นโปรแกรมเมอร์ ที่เกี่ยวข้องกับการวางระบบคอมพิวเตอร์คะ และเป็นเจ้าของกิจการเล็ก ๆ อายุตอนนี้ 37 ปี ไม่ค่อยได้ขึ้นเวทีก็ปกติจะเป็นนักหลบเหมือนกันแต่ก็เป็นนักรบแห่งธรรมตลอดเวลา สภาวะธรรมปัจจุบันก็ได้เกิดสภาวะที่ได้ปฏิบัติธรรมกับพ่อนะคะ ต้องขอบคุณพ่อที่ป่วย ขอบคุณที่พ่อที่ไม่สบาย เพราะทำให้เราได้เรียนรู้เรื่องอดีตของเรา มาก คิดไปคิดมาเพื่อนก็บอกมาหลายทีแล้วว่าบีนี่เป็นอย่างนี้นะ บีก็บอกว่าบีรู้แล้ว บีรู้ทุกอย่าง แต่บีก็ยังทำอยู่และบีก็ยืนยันไม่ได้ว่าสิ่งที่บีรู้แล้วนั้นเป็นสิ่งที่ใช่ แต่พ่อทำให้บีรู้ว่าสิ่งที่บีรู้อยู่แล้วและเพื่อนก็ช่วยบอกนี่มันยิ่งกว่าใช่ คือ บีดีกว่าพ่อคือดีกว่าใครในโลก บีคือจนขนาดที่ว่าหาทางออกไม่ได้จนมาเจอที่อาจารย์พูดที่ผ่านฟ้าว่าโคตรพ่อโคตรแม่อดตามันเป็นยังงี้ ก็รู้สึกตัวเองมีโคตรพ่อโคตรแม่อดตาอยู่ในนั้นเยอะมาก เป็นคนที่เอาแต่ใจตัวเองต้องได้ดั่งใจและเป็นเจ้าแม่โปรเจกต์ เจ้าแม่เพอร์เฟกอะไรทุกอย่าง พ่อต้องมาดูแลพ่อแล้วรู้สึกว่ ถ้าเรายังไม่ทำที่ตัวเองให้ได้เนี่ย เราก็ช่วยพ่อไม่ได้และเราก็จะทำร้ายตัวเองด้วย ทำบาปทุกวันเลยคะอยู่กับพ่อโดยการที่เบียดเบียนลมหายใจตัวเองและก็เบียดเบียนลมหายใจพ่อด้วยแม่เราจะทำสิ่งที่ดีที่สุดสำหรับเรา แต่ไม่ใช่สิ่งที่ดีที่สุดสำหรับพ่อในขณะนั้น พ่อทำให้เราได้ฝึกคำว่าเมตตาจริง ๆ และเราก็ได้ถูกถิบบมาหาหม่อเจียวด้วยคำว่าเมตตาเนี่ยที่

เราตามหามาตลอดว่าเราจะฝึกคำว่าเมตตาได้จากที่ตรงไหนและจิตอาสาที่ต้องฝึกยัง ไปถึงจะได้คำว่าเมตตาตามทุกวันนี้แค่คำว่าสำนึกดีก็ยังมีไม่มากพอจะเก็บขยะสักชิ้นหนึ่งก็ยังคงคิดเลยว่าดีหรือเปล่า จะช่วยเพื่อนสักหน่อยหนึ่งก็ยังคงคิดเลยว่าฉันว่างไหม ทำมันไม่จิตเรามาฉันคิดทำไมต้องใช้เวลาคิดแค่เสี้ยววินาทีหนึ่งก็ถือว่าต้องคิดแล้ว แต่พอมาทำให้บีมาคิดน้อยลง ลังเลน้อยลงและก็เชื่อมั่นศรัทธาในสิ่งที่เรากำลังทำอยู่ว่าถ้าเราปฏิบัติในสิ่งที่ครูบาอาจารย์แล้วนี้ธรรมของพระพุทธเจ้าสามารถเปลี่ยนคนชั่ว ๆ คนหนึ่งให้เดินเข้าสู่ทางธรรมได้แล้วก็พยายามที่จะสะสมจิตขององค์คุณิณมาร ที่แม่ทำชั่วเป็น 999 ครั้ง ก็ยังสามารถบรรลุธรรมแล้วกลับมาเป็นคนดีได้หรือแม้แต่เทพที่ศน์ที่แม่จะเลวร้ายสุดชั่วยัง ไปถึงยังสามารถบรรลุธรรมได้ ต่อสู้กับพ่อน้ำตานองหน้าทุกวันไม่ร้องเป็นหยดน้ำตาที่ร้องในใจ แต่สิ่งที่ได้มันคุ้มกว่า คือ มันได้มากกว่าหน้าที่ เห็นสภาวะธรรมของตัวเองที่เป็นลูกกตัญญูมากกว่าลูกกตัญญูแม่แค่เสี้ยวหนึ่งแต่ถ้าเราปล่อยไว้มันจะทำให้จิตตัวนั้นพัฒนาไปถึงการทิ้งพ่อทิ้งแม่ได้มันทำให้เข้าใจว่าคนที่มีความทุกข์ทั้งพ่อทั้งแม่ทั้งคนแก่ให้อยู่ทั้ง ๆ ที่คนแก่เป็นคนที่มีคุณค่าจิตตัวนี้แม่เล็กน้อยแม่เสี้ยววินาทีที่เกิดขึ้นถ้าเราปล่อยไว้มันจะพัฒนาไปแต่เรามีโอกาสได้เห็นและเราได้หยุดหยั่งมัน เสียงพ่อคร่ำครวญว่าพ่อแม่แม่ผิดแม่ไม่ใช่อะไรก็ต้องยกให้ท่านเสียงนี้ขึ้นมาทำให้บีรู้สึกว่ามีกับพ่อ ไม่เคยทำอะไรผิดต่อกันทำไมบีถึงถือสาพ่อ ได้ขนาดนั้นเมื่อบีรู้สาเหตุแล้วมันทำให้บีตามหาและบีก็เจอคำตอบแล้วว่ามันไม่ใช่ในชาตินี้แต่มันเป็นเรื่องที่เราทำกันมานะและก็เป็นสิ่งที่เราต้องมาแก้ไขและที่มาล้างกันในปัจจุบันบีก็คิดว่าบีก็ทำไปเรื่อย ๆ จนสุดท้ายมันก็มาทดสอบบีอีกในขั้นสุดท้ายของมันคือขั้นที่ถ้าบีเทียบกับสภาวะแล้วก็จะถึงที่จะนำไปสู่ อนันตนิยกรรมได้ ไม่ได้คิดจะฆ่าพ่อนะคะ แต่การทำร้ายพ่อทางจิตวิญญาณมันยิ่งกว่าฆ่า คิดถึงขนาดที่ว่าแค่แวบเดียวนี้ถ้าพ่อจะไปตอนนี้ทิ้งร่างวางขันธังคงจะไม่เป็นภาระใคร ๆ หรือตัวพ่อเองก็คงไม่ทุกข์ทรมานมากนัก แต่จิตตัวนั้นแค่คิดเดียวที่เราจะจับได้และก็เปลี่ยนมันพ่อมีคุณค่า 77 ปี ที่อยู่มา มีคุณค่ามากสามารถที่จะดูแลลูกและดูแลประเทศเสียสละครอบครัวเพื่อคนอื่นและเพื่อประเทศได้จิตของความเป็นทหารมันยิ่งกว่าเสียสละอดทนและก็รู้สึกว่าเป็นอะไรที่กว่านักกรบแห่งธรรมเราก็เลยคิดว่าการที่เราเห็นคุณค่าของใครทุกคนนี้มันจะทำให้เราคิดว่าเราไม่คิดนะแต่ให้เขาหมดลมหายใจไปจากโลกนี้โดยที่เขายังไม่ได้อะไรเลยแต่เราต้องเริ่มทำที่ตัวเราก่อนมันทำให้บีฝึกที่จะยอมจากที่เคยขอเพื่อน ๆ ว่าบีเป็นคนอึดตายจันจะอย่าเพิ่งมาแตะอึดตายของบีเลยบีขอที่จะยอมใช้วิบากไปก่อนบีคิดว่าในวันนี้บีพร้อมแล้วที่จะให้เพื่อน ๆ หรือหมู่กลุ่มได้มาส่งผัสสะให้บีและก็จะขุมทรัพย์ให้บีแนะนำในสิ่งที่บีเป็นสาระกับบีได้ก็ขอขอบคุณทุกคนคะ

## กรณีศึกษาที่

7.88 นายธรรมพล วรรณคำ

อายุ 43 ปี เพศชาย



นมัสการพระคุณเจ้าทุกฐานะครับ กราบการวะอาจารย์หมอเขียว เจริญธรรมสำนักดีผู้รักสุขภาพและผู้ใฝ่ในธรรมครับ ผมชื่อ นายธรรมพล วรรณคำ ครับ อยู่ จ.ร้อยเอ็ด อายุย่าง 43 ปี 2515 วุฒิการศึกษาก็เรียน มสช. คณะนิติศาสตร์ เรียนมานานแล้วแต่ยังไม่จบเพราะว่าต้องไปทำหลายอย่างในชีวิตก็บกร่องล้มลุกคลุกคลาน พอดีมาเจอค่ายสุขภาพที่ดอนตาลหลังจากนั้นก็มาติดต่อจิตอาสาของเราหลาย ๆ คนก็ให้กำลังใจที่จะศึกษาใฝ่ในธรรมครับ ปกติก็เป็นคนไม่ชอบทานเนื้ออยู่แล้วเป็นคนชอบทานเจมาก่อนครับ เพราะว่าเวลาเราจะไปทานอะไรนี่ทำให้เรารู้สึกไม่สบายก็ทำให้เราไม่ประมาทนะครับ เวลาจะทานก็ลำบากมาก อย่างเช่นผมเป็นคนอีสานก็จะไปทานส้มตำก็จะไม่ให้เขาใส่ปลาร้าไม่ใส่ผงชูรสครับ อันนี้ก็จะดูร้านก่อนนะครับว่าร้านไหนบ้างที่เขาว่างหรือไม่มีลูกค้าประมาณนี้ครับ มองดูก่อนใช้สายตามองดูก่อนจะเข้าไปสั่งเขาก็เกรงใจแม่ค้าเขาเหมือนกัน เพราะบางทีเราไม่ได้ทำกับข้าวที่บ้านก็จะขับรถไปโน้น ไปนี้ ก็จะเจอร้านที่เขาทำส้มตำกับข้าวเหนียว ก็จะไปดูแล้วก็หงว้าง ๆ ก็จะสั่งว่าไม่ต้องใส่ชูรสหรือว่าปลาร้า เพราะว่าไม่ทานก็จะดูแลสุขภาพตัวนี้มา ส่วนเรื่องการปฏิบัติธรรมหรือว่าทำความดีอะไรมาบ้างเมื่อผมออกจากบ้านมาครั้งนี้ตั้งแต่วันที่ 12 ถึงบ้านราชวันที่ 13 ไปดูตลาดอริยะนะครับ ไปช่วยประชาสัมพันธ์เรื่องการดื่มน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นนะครับ ก็จะไปดูตลาดอริยะที่บ้านราชครับ หลังจากนั้นก็ไปทานอาหารมังสวิรัตที่บ้านราช พอดีก็ไปเจอสภาพของคอนทานข้าวเสร็จก็จะมีอาการล้างภาชนะที่ใช้ นะครับ วันนั้นผมก็เห็นแล้วตรงนั้นก็จะมิโคลนเป็นดินที่คนเดินเข้าไปเหยอะ ๆ แล้วมันสกปรกผมก็ช่วยทำความสะอาดตรงนั้นเสร็จเรียบร้อยก็คิดว่าตัวเองนั้นทำให้เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวมตรงนี้ครับ หรือว่างานฐานที่อยู่อาศัยของเรา ผมก็ช่วยอะไรที่ช่วยได้ผมก็จะช่วยทุกอย่างครับ อย่างเช่นขับรถผมก็ช่วยถ้าทำได้และเป็นกำลังใจให้กับหมู่มิตรศิษย์ด้วยที่เรามาได้รู้จักกันมักคุ้นกันแล้ว เกื้อกูลในด้านความคิดอะไรต่าง ๆ บางท่านก็ให้ข้อคิดไว้กับผม ผมก็ได้นำไปใช้ในชีวิตครับก็ไม่มีอะไรมาครับขอเป็นกำลังใจกับทุกท่านในค่ายและใฝ่ในธรรมะขอให้ไปถึงจุดมุ่งหมายเจริญในธรรมทุกท่านครับ

## กรณีศึกษาที่

7.89 นางสาวธนิดา อิงนิวัฒน์

อายุ 46 ปี เพศหญิง





เจริญธรรมสำนึกดีค่ะ กราบเท้าท่านอาจารย์ หมอเขียว ที่เคารพนะค่ะ ชื่อจริง ธนิตา อิงนิวัต อยู่นครราชสีมา เป็นนักศึกษาปี 54 มาที่นี่ตั้งแต่ปี 52 อายุ 46 ปี เต็มค่ะ เพศหญิงค่ะ สภาวธรรมจริง ๆ แล้วเมื่อก่อน ๆ มา ณ ปัจจุบันนี้ แตกต่างกันราวฟ้าดินเหมือนกัน คือ มันทำให้รู้สึกที่เราสามารถที่จะสละเวลาตัวเองจากความเห็นแก่ตัว สละเวลาแล้วก็ทุ่มเทแรงกายแรงใจ จากเมื่อก่อนนี้ทำไม่เป็น แบบสุด ๆ ไปเลยนี่เขาทำกันยังไง มันก็กลัวไม่ออกมาเต็มที่ สะกดคำว่าบำเพ็ญบุญไม่เป็น จนเรารู้สึกว่าเราทำไม่ไปไม่มา เราก็เลยกลับไปตั้งหลักที่บ้าน เลยได้รู้ว่าเรากันหาธรรมะ คือ หน้าที่ที่เราไม่ไปไม่มานี้ สังกัดตัวเอง คือ เราถึงเวลา ถ้าคิดได้ หรือมันใจอะไรก็ตาม พอเราไปเจอที่บ้านเราค่ะ คือ เรามีหน้าที่ดูแลแม่หรืออะไรยังงี้ค่ะ หรือครอบครัว เราก็ไปทำหน้าที่ของเราให้ดีพอเราทำหน้าที่ของเราได้เต็มที่ไปแล้ว จนให้ความรู้สึกของคนแก่คนหนึ่ง ที่เขาไม่เหงา พอมาอยู่ค่ายเราก็มาด้วยไม่ได้นึกถึงที่บ้าน พอเราอยู่บ้านเราจะตัดเรื่องค่ายหมดค่ะ เราจะทุ่มเทอยู่ ณ ตรงนั้นมันทำให้เรามีพลังที่ทำอะไรใครสักคน หลังจากนั้นที่บ้านเห็นว่าเราทำเพื่อเขาได้ เขาก็จะไม่เหงาค่ะ แม้อยู่ไกลก็เหมือนอยู่ใกล้ เขาจะรู้สึกอบอุ่น แต่กว่าจะทำตรงนั้นได้ มันต้องค้นหา พอเราได้กลับมาที่นี่ เปลี่ยนไปเป็นคนหนึ่ง เพื่อน ๆ อาจจะเห็น ปกติเราชอบหลบ เพราะเรารู้สึกว่าเราอยากค้นหา เรามองว่าความดีความชั่วมันอยู่แค่เอื้อม ชีวิตคือการเรียนรู้ค่ะ ขอมเรียนรู้ทั้งดีและไม่ดี อย่างเช่น ชอบคิดนอกกรอบ จนพี่แก้วแซวว่าบีชอบออกนอกกรอบ เราก็ว่าพี่แก้วติดกรอบ คือ เราดูว่า ถ้าเราได้หลักการและทฤษฎีแนวทางการแพทย์วิถีธรรมหรือธรรมะของพระพุทธเจ้าแล้วนี้ เราสามารถจะซิกแซก หรือเราสามารถยืดหยุ่น หรือต่อยอด หรือสามารถค้นหาให้มันเป็นตัวเราแล้วก็เอามาช่วย ไม่งั้นเราก็จะติดกับดักไม่งั้นเราก็จะติดกรอบก็ดูไลน์ตามของคุณหมอ กว่าคุณหมอมะมาคิดค้นได้ไม่ใช่เรื่องง่าย ก็เอาตัวเองเป็นหนูทดลอง ตัวเองก็คิดขังขัง ขอมเป็นหนูทดลองค่ะ จากเมื่อก่อนไม่ได้เจ็บป่วยอะไร แต่พอมาเราได้รู้สึกว่าได้พิสูจน์ เช่น คุณหมอบอกว่าให้กินตามลำดับ ให้เขียวให้ละเอียด ให้นอนเร็ว เราทำตรงกันข้ามหมดเลย แล้วทำไมต้องเป็นขังขัง พี่แก้วบอกว่าละอายใจมัยที่ไม่ได้กินตามลำดับ ที่ไม่อยู่ในกรอบ เราบอกไม่ละอายใจ เรามีสำนึกเราแค่อยากพิสูจน์บางสิ่งบางอย่าง เวลาคนป่วยอะ เราปกติเราไม่ป่วยเราเอาตัวเองเป็นหนูทดลอง ถ้าเราทำแบบนี้แล้วนี้ คือ ถ้าเราม่แต่ สปอยส์ ก็หวังตัวเองเราจะไม่รู้ความจริงเลยว่าเราจะเอาตัวรอดยังไง แล้วเราจะไปช่วยคนอื่นได้ เพราะเราป่วยไม่เป็น แล้วเราก็ไม่รู้จึกว่าเขาน่าสงสารหรือเจ็บปวดเท่าใด พอเรามาเป็นเอง เรารู้หมดเลย ว่าความเจ็บป่วยมันเป็นยังไง แล้วเราก็ทุ่มเทเต็มที่ถ้าเราทำได้ แม้แต่คนที่ บางทีคนที่ป่วยหรือคนที่ชี้แจงหรือคนที่เอาแต่นอนชม เราก็จะไม่มองว่าเขาชี้แจง เรามองว่าบางครั้งพิษมันอยู่ในร่างกายและใจนี้ เขาก็นอนหรือชี้แจง ถ้าเขาเอ่ยปากเราพอมีกำลังช่วยเราก็จะช่วยนะค่ะ เพราะฉะนั้นเราเลยไม่กลัวค่ะ ว่าเราจะออกนอกกรอบเพราะเรามีความสำนึกดีว่า ตัวเองต้องกล้าเป็นหนูทดลอง ถ้าเรากล้าเราจะได้ในสิ่งที่เราค้นหา เราค้นหา

ตลอด บอกคุณหมอม 2-3 ปีที่แล้วเราจะไปค้นหาตามวิธีของเรา แต่เราจะเรียงร้อยเข้ากับแพทย์วิถีธรรมร้อยเรียงไปกับธรรมะของพระพุทธเจ้า แล้วก็มาต่อยอดณะคะ ส่วนการลดละเลิก ก็ยังฟุ่มเฟือยอยู่คะ 8 ปี แล้วที่ยังไม่ได้ทำงาน จากมีเงินใช้ก็ไม่มีเงิน เราก็ต้องขายที่เพื่อนบอกว่าทำไมไม่ทำมาหากิน ทำไมไม่ขายยาหมอม เรามบอกว่า ถ้าเรายังไม่ซัดในตัวเองเราจะไม่ทำแต่ถ้าเราซัด เราไม่มีความโลกแยกแยะออกเราจะทำไมไม่ซื่ออยู่ ๆ ใครมาใหม่ก็มาขายทุกคนก็จะมองเราแล้วระแวง งั้นทุกคนต้องรอบคอบเรื่องนี้ มันต้องมี Sense ต้องมีความรู้สึกกับตัวเองคะ เรายอมหมดตัว หมดทุกสิ่งทุกอย่างเพื่อที่จะพิสูจน์ออกนอกกรอบ ยอมป่วยยอมแลก แล้วสิ่งที่ได้มามันคุ้มค่า ๆ ที่สุด ที่เราจะมีการล้างที่เข้มแข็งกว่าเดิม จากคนป่วยเหนือกว่าคนป่วยแล้วได้ช่วยเพื่อนเรา แค่นี้คะ ขอบคุณคะ

### กรณีศึกษาที่

7.90 นางฐนิตนันท์ บุญเรือนณรงค์

อายุ 47 ปี เพศหญิง



กราบนมัสการนักบวชทุกฐานะคะ กราบคารวะท่านอาจารย์หมอเขียว และเจริญธรรมสำนึกดีเพื่อนผู้เฝ้าธรรมทุกท่านคะ ดิฉัน นางฐนิตนันท์ บุญเรือนณรงค์ จากสิงห์บุรี อายุ 47 ปี อาชีพอิสระทำทุกอย่างทำได้ทุกเรื่อง ส่วนมากจะเป็นงานที่ว่า เรื่องเงินไม่ค่อยเน้นคะขอให้บุญมาก่อน สภาวะธรรมของปีนี่คือ จะไม่ร้อนแรงเหมือนปีก่อน ๆ คะ ปีก่อน ๆ เป็นช่วงซุ่มนุมน สภาวะธรรมจะร้อนแรงมากช่วงนั้น คือ ที่บ้านเรานี่จะเป็นศูนย์ 3 ้วยคะ คือ สามิ ลูก และตัวเอง สามิ 61 ปี ตัวเอง 47 ปี ลูก 6 ขวบครึ่ง คือ บ้านเรามีวัยแตกต่างกันก็จะมีอารมณ์ที่แตกต่างกันอย่างช่วงซุ่มนุมนที่เราก็ยังจะเป็นเหลืองแดง มันจะร้อนแรงมากตอนนั้นก็ยังมีอารมณ์ที่ว่า ยังแบบว่ายังมีอารมณ์ที่ได้ต่อบกัน แต่พอมาปีนี่สามิมี่เกษียณอายุราชการ คือ การที่เคยเป็นครูบาอาจารย์จะจับนมากเลยคะ บ่นเข้าตั้งแต่ตื่นมาบ่น ได้ทุกเรื่องเลยคะแล้วลูกก็จะชนแต่ก่อนเราก็ไม่รู้ก็จะเถียงบ้าง ทีนี้ก็คือจะมีอยู่คำหนึ่งที่จะคิดใจอยู่ว่า เราเคยทำมามากกว่านั้น ๆ อะไรอย่างนี้นี่คะ เราก็ยอมรับสภาพอย่างนี้ได้ จากนั้นมาก็ตั้งเลยคะ ว่าเธอจะบ่นอะไรก็บ่นไป ลูกจะชนใจก็ชนไป บ่น ๆ จนเขาเมื่อปลายกนะคะทุกวันนี้เลิกบ่นเลยคะก็จะแบบไม่ยอมบ่นแล้ว เขาก็ไม่รู้ว่าจะบ่นให้ได้อะไรก็คือว่าตรงนี้เราเย็นลงแล้วเราก็มีความสุขไม่ต้องเครียดแต่ก่อนนี้จะปี้ด! แทบไมเกรนขึ้นเลย หันไปทางโน้นก็เธอ หันไปทางนี้ก็นั่นตัวเล็กตอนนี้ก็คือคำนี้คะ ประโยคที่คิดกองอยู่ในหูนี้ ทำให้เราได้ตรงนี้ ทุกวันนี้จะเป็นคนที่อารมณ์เย็นตามเรื่องความโกรธมีไหม อาจจะมีบ้างแต่ก่อน แต่ตอนนี้ไม่โกรธใครแล้วคะ คือ เราใช้แบบเรามีความเย็นในตัวแล้วเรามีความสุขทุกเวลา แล้วก็เรื่องทำความดีอะไรได้บ้างตั้งแต่มาเรียนเป็นนักศึกษาแพทย์วิถีธรรม ก็ช่วงปีที่แล้วอาจจะไม่ค่อยได้ไปช่วยค่ายเพราะว่ามีภาระเรื่องลูก

เตรียมจะเข้าเรียน ป. 1 แต่ว่าเราก็ได้ทำงานที่บ้าน ให้คำปรึกษาเรื่องสุขภาพกับทุกคนที่มีความเดือดร้อนหรือทุกข์ใจ โดยเฉพาะแม่เคยทานยาโรงพยาบาลความดันต่าง ๆ แต่แม่เห็นว่าเราได้มาอยู่ตรงนี้ได้ทำน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นให้ดื่ม ปรับสมดุลเรื่องอาหาร แม่มาใช้ศาสตร์นี้แล้วไม่ต้องไปโรงพยาบาล ก็ดีใจนะคะ เราเอาไปใช้กับผู้มีพระคุณของเรา พระอรหันต์ของเรา คือ ตอนนี้ถ้าแม่มีอาการป่วยปุ๊บ! แม่จะโทรตามทันทีตอนนี้ลูกอยู่ที่ไหนตอนนี้แม่ป่วยนะ จะกลับบ้านก็โหมงเราก็ได้ บำเพ็ญบุญกับแม่แล้วก็เพื่อน ๆ ที่ป่วยก็มีคนที่เป็นอย่างอกในมดลูกนะค่ะ คุณหมอจะผ่าตัดแต่เราก็ได้ให้คำปรึกษาจนทุกวันนี้อาการดีขึ้น ก่อนเนื้อลดลงแล้วเตรียมจะเข้าค่ายที่คลอง 3 ในวันที่ 8, 9, 10 นี้ค่ะ แล้วก็ความชั่ว เรื่องความชั่วนี้เยอะมากเลยคะ เป็นคนที่แปลกมากเลยคะ เรื่องความชู้กิเลสของตัวเองพอเหยียบย่ำเข้าคอนตาลนะค่ะ สวนป่า 1 เมื่อไหร่ปุ๊บ! ไม่ป่วยก็ง่วงนะค่ะ ป่วยทุกรอบคะ ไม่เคยได้บำเพ็ญบุญเลยมารอบนี้สองวันแรกก็หลับตลอดไม่ว่าจะนั่งหรือนั่งหลังหลับทุกวันแต่ตอนหลับได้ยินอาจารย์นะค่ะ เรื่องคำกิเลสคะเหมือนฝันเลยคะว่า ได้ยินคำว่าคำกิเลส พอวันที่ 3 เริ่มอืดแล้วคะ คราวนี้ตัวกิเลสมันจะตกใจอาจารย์นะค่ะ เราก็รู้สึกที่เรานั่งฟังอาจารย์ได้เยอะขึ้นตั้งแต่วันนั้นมาก็เริ่มฟังธรรมะรู้เรื่องขึ้นคะ เป็นคนที่ฟังธรรมะไม่ค่อยรู้เรื่อง แล้วเรื่องลละกิเลสอะไรได้บ้าง ปีนี้คือสภาวะธรรมคงจะดีขึ้นคะ เรื่องอาหารแต่ก่อนเป็นคนติดอาหารคะเข้าขึ้นเดินเร็วแล้วช้ำเข้าคอนตาลทุกวัน แต่ปีนี้นะค่ะ ทานมือเดียวได้คะ แล้วก็ตื่นนอนตี 3 ตื่นเอง แต่ก่อนขนาดมาค่ายนี้ 6 โมง ยังไม่อยากตื่นเลย ก็คือได้ 2 ข้อนี้ คือ 1.เรื่องอาหาร 2.เรื่องตื่นตี 3. ได้ตื่นเข้าได้ทำให้สุขภาพแข็งแรงคะปีนี้ไม่มีอาการป่วยเลยคะ รู้สึกว่ามาแล้วสดชื่นคะ อยากจะอยู่ต่อแต่ก็มีภาระต้องกลับนะค่ะ ก็มีเท่านี้ละคะ เจริญธรรมคะ

กรณีศึกษาที่

7.91 นายธีระพล มุ่งชมกลาง

อายุ 30 ปี เพศชาย



ผมชื่อ นายธีระพล ชื่อเล่น ปิ อยู่จังหวัดนครราชสีมา กำลังหาความรู้เพิ่มเติม 55086 ส่วนสถานะที่มีในตอนนี้งานได้เป็นช่วงน้ำท่วม ก่อนน้ำท่วมไม่รู้จักแม่กระทั่งชื่ออาจารย์ ไปที่คอนตาลพลาตโอกาสติมาลองศึกษาดู สิงหาคม ปี 2554 ค่ายนั้นไม่รู้เรื่อง ปี 2555 ตัดสินใจสมัคร ตอนนั้นเรื่องเนื้อสัตว์ลละเลิกอบายมุข เมื่อก่อนทานเนื้อสัตว์บ่อยมาก กินเหล้า สูบบุหรี่ การพนัน ชู้ชู้ ๆ ก็ได้ ปี 56-57 เริ่มพัฒนาตัวเองจากเรื่องเนื้อสัตว์ ปี 2556 เจเจีย ดิฉนหม ทำมาจากไข่ จากนม ข้าว

เหนียว สัมตำ ไก่ปิ้ง ก็เลยไม่กล้าพิสูจน์ ผมมีอย่างเดียวแรงกายและแรงใจ ความซื่อที่มีส่วนใหญ่อะไร  
งานมาอย่างมันรู้แต่ปัญหาอ่อนสิ่งที่ลดละเลิกได้ เรื่องสุรา กราบขอบพระคุณ ว่าง ๆ ไปลองชิมดู

กรณีศึกษาที่

7.92 นางสาวธัญญารัตน์ ศรีพิมพ์

อายุ 43 ปี เพศหญิง



กราบนมัสการพระคุณเจ้า ขอน้อมกราบคารวะท่านอาจารย์หม่อเชียว และเพื่อนผู้ใฝ่ธรรม  
ทุกท่านในค่าย ดิฉัน นางสาวธัญญารัตน์ ศรีพิมพ์ เป็นคนจังหวัดนครพนม อายุ 43 ปี จบปริญญาตรี  
การบัญชี ปัจจุบันว่างงานได้ 2 ปี ก็มาเป็นนักศึกษาแพทย์วิถีธรรมชั้นปีที่ 2 สภาธรรมที่ค้นพบกับ  
ตัวเอง คือ พอเราว่างงานนี้เรามีโอกาสได้ไปมาระหว่างบ้านกับวัด เนื่องจากแม่พาปฏิบัติธรรมตั้งแต่  
เด็ก เพราะฉะนั้นแล้วนี่สิ่งนี้เป็นสิ่งที่เราคุ้นเคยคุ้นชิน เมื่อมีโอกาสได้ไปปฏิบัติธรรมที่วัดแห่งหนึ่ง  
ที่เขาใหญ่ แล้วก็ไปช่วงปลายฝนต้นหนาวไม่นานเมื่อปลายปีนี่เอง ก็ได้ใช้วิบากกรรมที่เคยทำมา ก็  
คือโดนยุงมากัดตอนแรกไม่คิดว่าเป็นยุงเพราะลักษณะที่เขากัด จะมีตุ่มขึ้นที่ข้อศอก 2 ตุ่ม ก็ปวด  
บวม ใหญ่มาก ออกร้อนเฉพาะที่แล้วก็ไม่ทราบเพราะอะไร ก็คือดูแลตัวเองรักษาตัวเองด้วย  
วิธีการท้าวชวยู 2 วัน ที่นี้ก่อนมันเคลื่อน ลงมาที่ข้อศอก ก็ยังไม่ทราบ ดูแลด้วยวิธีการดีที่ออกซึกก็  
ยังไม่ดีขึ้น แต่ตอนนั้นพิษกระจายแล้ว มันมีเป็นตุ่ม ๆ ขึ้น จากที่ 2 เม็ด คิดดูจากที่เราโดนยุงกัดแค่ 2  
ตุ่ม ยังคันไช้ไหมคะ แต่นี้รวมอกิมหาความคัน ก็เกาหลังเกาทุกอย่างเป็นแผล แล้วที่นี้พอมานคน  
แถว ๆ นั้น เขาบอกว่าเป็นยุงมาร ก็ฟังเคยได้ยินว่านี่ลักษณะของยุงมาร คือเขานะร้อนเฉพาะที่ แล้ว  
บวมปวดแข็งเป็นปื้นประมาณ 7 วัน ที่นี้เราก็ได้ทราบจากประสบการณ์ว่ายุงหรือสัตว์มีพิษกัดต่อย  
ห้ามท้าวชวยู ต้องทำการรักษาเฉพาะที่จากการดูแลรักษาตามเทคนิค 9 ข้อ ดีที่ออกซึกเข้าเย็น แล้วก็เริ่มดี  
ขึ้น คือ กว่าจะถอนพิษจากยุงได้ประมาณ 2 อาทิตย์ แล้วก็หายเป็นปกติไม่มีแผลเป็นเลย ทำให้  
เห็นชัดว่าตอนนั้นจิตใจมีความกังวลหรือวิตกกังวลในสิ่งที่เราได้รับ เพราะเราเข้าใจในเรื่องของ  
กรรมว่า ตอนเด็ก ๆ เราเคยไปทำเขาไว้ตอนเด็ก ๆ เราเคยไปตบยุงเล่น แล้วก็เอามันบดกองแข่งกัน  
กับพี่ว่าใครได้เยอะกว่ากันนั่นคือเราเริ่มได้คิดว่าเขาแค่มาขอเลือดเพียง 1 หยด เขาไม่ได้หาบ  
ตะกร้ามาเราถึงกับไปประหารเขา เพราะฉะนั้นแล้วสมควรที่เราจะได้รับสิ่งที่เราทำมา แต่เรารู้สึก  
คันนี่ยังไม่พอไป สำหรับที่ต้องทำให้เขาเสียชีวิตเพราะความรู้สึกลึกซึ้งของเรา นี่คือนั่นที่ได้รับ ถ้าเรา  
เรียนสมคูลร้อนเย็น เรียนรู้เรื่องของสภาวธรรม ทำให้ไม่ทุกข์ใจกับสิ่งที่ได้รับ รู้สึกว่าจิตใจเบิกบาน  
แล้วก็ขอบคุณที่เขาได้มีโอกาสให้เราได้ชดใช้ สิ่งที่ทำให้เขาเจ็บปวด แล้วก็ทำให้ถึงแก่ชีวิต แล้ว

ก็มีที่วัดแห่งหนึ่งก็โดนแมงป่องกัดตอนตี 2 ตอนนั้นรู้สึกเจ็บจัด! ที่ซ้อเท้า ก็เลยรีบตัวผ้าห่มแล้วก็เอาไปฟาดยี้ ตอนนั้นมาดูที่จิตตัวเองมันมีความตกใจนิดหนึ่งเสร็จแล้วก็รู้ว่าเป็นแมงป่อง เราก็ตั้งสติเตือนตนเองขึ้นมาตั้งสติแล้วก็รับจัดการแมงป่อง ตอนนั้นไม่กลัวแมงป่อง รู้สึกว่าขอบคุณ แต่ว่าอยู่ที่ใครที่มัน พอกวาดเขาออกไปเสร็จก็เริ่มตั้งสติว่าจะไม่ขอความช่วยเหลือจากใคร ก็นึกถึงน้ำปัสสาวะ ถ้าเอาน้ำปัสสาวะมาทานี่มันต้องใช้เวลา ก็เลยเอาสำลีชุบน้ำปัสสาวะให้จ๋า ๆ แล้วเอามาโปะแล้วก็นอนดู ปรากฏว่าประมาณ 1 ชั่วโมง พอตื่นขึ้นมาไม่มีอาการปวด ไม่มีอาการเจ็บอะไร คือปกติทุกอย่างทำให้เห็นถึงประสิทธิภาพของปัสสาวะ แล้วทำให้มีความมั่นใจมากขึ้นจากประสบการณ์ของตัวเองก็ปฏิบัติอย่างจริงจัง หลังจากนั้นทำให้เราทำความดี โดยที่เราไม่ทำเป็นอัตโนวัติ จากความดีที่เริ่มทำโดยการปฏิบัติตัวเองทำให้คนอื่นมองเห็น มันเหมือนกับว่าเราได้เริ่มตั้งสถานีเล็ก ๆ ก็จะมีคนที่เจ็บป่วยเล็ก ๆ น้อย ๆ มาขอคำปรึกษา บางคนโดนต่อ แตน ต่อย บางคนถ่ายไม่ออก บางคนความดันขึ้นตา จะมีเครสเยอะมากเพราะฉะนั้นแล้วนี่ทำให้เรามีประสบการณ์ของการที่จะช่วยเหลือแล้วก็แบ่งปัน ความชั่วร้ายของตนเองก็คือว่า ในเรื่องของจิตที่มีอคติ มีการเพ่งโทษ แล้วก็ถ้าเอียงเพราะเป็นคนที่ติดดี ทำแล้วต้องทำให้ได้ดีทุกวันนี้ก็ใช้ปัญญาพิจารณา อีกเรื่องหนึ่งก็คือเรื่องของการ ลด ละ เลิก เราใช้สภาวะของการกดข่ม ปัจจุบันนี้ทำให้มองขนมอย่างธรรมดาไม่กระวนกระวายแล้วก็เลิกเขาได้ ขอขอบคุณค่ะ

กรณีศึกษาที่

7.93 นางนิสรา อัสวภาคย์

อายุ 50 ปี เพศหญิง



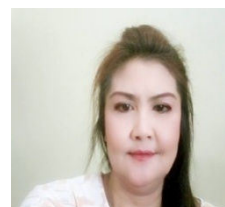
นางนิสรา อัสวภาคย์ อายุ 50 ปี ระดับการศึกษาปริญญาตรี เพศ หญิง อาชีพพยาบาล สภาวะธรรมที่เกิดในตัวเอง ตั้งแต่อดีตย้อนไป 1 ปี นับตั้งแต่วันที่ได้อาเป็นนักเรียนแพทย์วิถีธรรมปี 57 ได้ตั้งจิตไว้ว่า จะรับประทานอาหารวันละ 1 มื้อ ไม่รับประทานเนื้อสัตว์ และงดการดื่มชา กาแฟ หลังจากที่ได้อุดตั้งจิตไว้ ก็ได้ปฏิบัติเพื่อให้เกิด อธิศีล อธิจิต อธิปัญญาขึ้นเรื่อย ๆ หลังจากที่ตั้งจิตไว้ ก็แอบคิดในใจว่า จะทำมากกว่าที่ได้ตั้งใจไว้ โดยเพิ่มจะไม่มีภาวะคนคู่ แต่แอบคิดในใจซึ่งพอเราปฏิบัติไปก็สามารถทำได้ โดยที่สามีก็ให้ความร่วมมือ โดยไม่มาทำให้เรารู้สึกต้องถูกบังคับจิตใจเรา เมื่อเราบอกว่า เราขออยู่ด้วยกันแบบเพื่อนได้ไหม เขาบอกว่าไม่เอาเพื่อนมีเยอะแล้วขยาดให้มาทำหน้าที่ของภรรยา เราก็บอกว่า ก็ได้แต่ขอทำหน้าที่แม่ที่ดีของลูกภรรยาที่ดีของสามี แต่เราไม่ชอบเรื่องนี้ เราขอได้ไหม สามีก็ไม่มาควนรับประทานอาหาร 1 มื้อ จากที่เคยทาน 3 มื้อ

ก่อนที่จะเป็นนักเรียนแพทย์วิถีธรรมท่าน 2 มีเพื่อนแพทย์วิถีธรรมปฏิบัติก็ได้ แต่ยังกินน้ำปานะอยู่ แต่อาหารมือหลักได้ ก็ยอมแพ้กิเลสในเรื่องของกิน แม่ไม่ทานเนื้อสัตว์ก็ยังกินอาหารที่ทำจากสัตว์ เช่น ขนม ที่ทำจากไข่ เนย หรือมีเนื้อสัตว์เล็กน้อย เช่น ลูกชิ้น ไอศกรีม แต่หลังจากได้ฟังอาจารย์หมอเขียวแล้ว เข้าใจว่า มีตัวชักชวนให้เราทำชั่ว ซึ่งถ้าเราอยากพัฒนา อธิศีล อธิจิต อธิปัญญาเราต้องเช็คปัญญาของเรา ในการต่อสู้กับกิเลส ให้มันยอมแพ้ ให้มันตายให้ได้ ก็เลยชัดเจนขึ้นคิดว่าหลังจากนี้ไป 1 ปี ที่จะมาเจอกันการสอบนักเรียนแพทย์วิถีธรรม คงจะพัฒนาขึ้นสำหรับความดีที่ทำเมื่อมาเป็นนักเรียนแพทย์วิถีธรรมแล้ว ก็คิดว่าเราจะทำอย่างไร คงจะตอบแทนพระคุณอาจารย์หมอเขียว ที่ให้ความรู้ในเรื่อง ยา 9 เม็ด ก็เลยคิดว่า เมื่อมีโอกาสทำความดีก็จะทำเต็มที่และสิ่งที่ไม่ดีเราก็มีสติ เราจะเลิกทำทันที เรียกว่า ทุกวินาทีจะพยายามบำเพ็ญให้มีแต่บุญ ส่วนความชั่วที่ทำก็ยังมีคิดไว้ในบางครั้ง คือ คิดข้อยุบาย ๆ เช่น เวลาเป็นแม่บ้าน การทำความสะอาดบ้าน ถ้าพื้นบ้านไม่สะอาดเมื่อถูไปเจอมด เราก็ทำให้มันตาย สัตว์ทั้ง 5 ข้อก็อยู่ในระดับที่ใช้ได้ พอถูกเห็น แมงก็เป็นตัวอย่างที่ดี ในบ้านลูกไม่เคยฆ่าชีวิตสัตว์เลย ไม่ว่าจะเป็น ยุง มด แมลงต่าง ๆ การลดกิเลส เริ่มที่ลด ละ เลิก รับประทานมังสวิรัตแบบบริสุทธิ์ ไม่ทานไข่ นม เนย คิดว่าทำได้ค่ะ

กรณีศึกษาที่

7.94 นางนัยนา เดชเพชร

อายุ 55 ปี เพศหญิง



กราบการวះคุณงามความดี ท่านอาจารย์หมอเขียว ใจเพชร กล้าจน ขอเจริญธรรมสำนึกดีพี่น้องผู้รักสุขภาพและใฝ่ในธรรมทุกคน นัยนา เดชเพชร เรียกพี่เจ๊ียบ ก่อนอื่นต้องขอกราบขอบพระคุณท่านอาจารย์หมอเขียวที่ให้ชีวิตเหมือนชีวิตใหม่ จากคนที่เป็นคนป่วย เข้ามาในสวนป่านานบุญ เป็นคนป่วยมาครั้งแรกที่เดินลงจากรถทัวร์นี้ไม่มีแรงจะลากกระเป๋า ที่เข้ามาที่นี่ แต่ในความรู้สึกว่า คือ เหมือนกับธรรมชาติหนึ่งที่เราชอบ สองเหมือนกับเราได้มาหาหมอพิเศษ ตรงนี้คือทำให้ตัวเองมีแรงขึ้น เมื่อเรียนหลักของยา 9 เม็ด เม็ดที่ 8 นี้เป็นเม็ดที่สำคัญที่สุดที่คิดว่าใช่ เราได้รับเม็ดที่ 8 นี้ค่ะ อยู่ที่ธรรมะและอยู่ที่ใจของเรานี้มีความเบิกบานด้วย ที่จะเข้ามายินดี และเต็มใจจะเข้ามาดูแลสุขภาพ ต้องขอขอบพระคุณท่านอาจารย์มากที่ผसानวิชาแพทย์ธรรม ยา 9 เม็ด ให้ตัวดิฉันเองและก็ญาติพี่น้องค่ะ และข้อสำคัญอีกข้อหนึ่งนะค่ะ ขอขอบพระคุณกัลยาณมิตรที่อยู่ที่นี่เข้ามาสวนป่านานบุญครั้งนี้อาจเป็นครั้งที่ 5 ทุกครั้งที่เข้ามาที่สวนป่านี้ จะมีความสุขมาก มีปีติเบิกบานในการมาพบกัลยาณมิตรที่นี่ ไม่ว่าจะเป็น น้องตื้นน้องนา น้องบี แล้วยังน้องก๊อฟ บี 2 บี เลยกะที่มาที่นี่ ทุก

คนที่เอ่ยถึงนี่อะค่ะ คนอื่น ๆ อีกนะค่ะ ให้ความรักให้คนเอ็นดูเรา แล้วก็เกือบได้สันตนาธรรม ไม่ว่าจะเรื่องต่าง ๆ ในเรื่องการดูแลสุขภาพต่าง ๆ ทุกท่านที่นี้ ทุกคนที่นี้ให้ประโยชน์ให้ความคิด ให้สมองที่เราคิดได้ดีที่สุดมาให้เรา เราพบกัลยาณมิตรที่นี้คะ อายุ 55 ปี แล้วนะค่ะ แต่ฟังจะมาพบ กัลยาณมิตรที่นี้ ยึดอยู่ในสังคมของการชิงดีชิงเด่น เหมือนกับอยู่ในอำเภอที่เขามีการชิงดีชิงเด่น กัน เขาจะมองเราเหมือนคนหนึ่งที่เข้าไปชิงดีชิงเด่นกับเขา แต่ที่สวนป่ามานูญนี่ไม่ใช่ะคะ จุดนี้เป็นจุดที่ได้รับความปิติมาก อ่อนเพลียมาเมื่อเหยียบถึงแผ่นดินสวนป่ามานูญมีกำลังขึ้นมาทันที นี้คะเป็นสิ่งที่ได้จากตรงนี้มากที่สุดเลยนะค่ะ ส่วนที่ถามว่าเข้ามาสมัครเป็นนักศึกษาแพทย์ทำไม ตรงนี้เป็นจุดหนึ่งที่ตนเองเป็นคนป่วย แล้วดูแลสุขภาพมากถึงระดับหนึ่ง ซึ่งคนที่เห็นเรานี่เรารู้สึกว่าเราแข็งแรงขึ้น ก็เลยไปเป็นผู้แนะนำนะค่ะ เป็นผู้แนะนำแพทย์วิถีธรรมด้วยยา 9 เม็ด แนะนำแบบให้ถูกต้องและถูกต้องตรงนะค่ะ ตรงนี้เป็นสิ่งที่ทำอยู่ปัจจุบันนี้นะค่ะ แล้วถามว่าถือศีล 5 ด้วยไหมจะมีข้อหนึ่งที่ยังทำไม่ค่อยได้ คือ ข้อที่ 1. เราจะต้องส่งคนงานเราว่า งดยาฆ่าแมลงหน่อยนะ ได้เวลาแล้ว บางทีเข้าไปในไร่ บางทีต้องเหยียบสัตว์เล็ก ๆ น้อย ๆ เหมือนกัน แล้วก็มดกับยุงยังขอนิดหนึ่งนะค่ะว่า เขายังทำให้เรามีวิบากอยู่คะ แต่ข้ออื่น ๆ ก็ได้ทำด้วยใจที่เป็นสุขคะ แล้วที่สำคัญก็คือพอถึงเวลาวันพระ เราจะไปถืออุโบสถนะค่ะ ถือศีล 8 เราทำได้อยู่มากที่สุด คือ อดอาหารได้ เรากินได้หนึ่งมื้อ แล้วเราก็นอนที่ต่ำ ๆ ได้ ข้อศีล 8 เราทำได้หะค่ะ ส่วนข้อที่ 1 ขอมรับมติหมู่ม้า อันนี้ขอมรับทุกกรณีเลยนะค่ะ กรณีที่มีเสียงข้างมาก เราขอมรับตรงมตินั้นคะ สโลแกนของเจ็บบนะค่ะ เรียกง่าย ใช้คล้อง ยิ้มแย้ม และเบิกบานคะ ขอบคุณคะ

(อาจารย์พูด) ยุงเขาไม่ได้ทำให้เรามีวิบากนะปีศาจทำให้เรามีวิบาก ไปโทษยุงไม่ได้ ไปโทษกิเลสเถอะ

กรณีศึกษาที่

7.95 นางบานเย็น สิงห์นาทอง

อายุ 54 ปี เพศหญิง

ดิฉันชื่อ นางบานเย็น สิงห์นาทอง ค่ะ อายุ 54 ปี อยู่จังหวัดกาฬสินธุ์ มีอาชีพสอนเป็นครูคะ สอนนักเรียนประถมคะ เมื่อมาสมัครเรียนแพทย์วิถีธรรมกับอาจารย์หมอเขียวแล้ว ดิฉันก็ได้นำความรู้ที่ได้ทราบ ได้เรียนรู้มาเกี่ยวกับสมุนไพร ก็นำสมุนไพรต่าง ๆ มาปลูกที่บ้านตัวเองในบริเวณบ้านปลูกย่านาง กล้วยน้ำ อ่อมแซบ ใบเตย และก็อื่น ๆ อีกทีนี้ก็นำมาทำน้ำสมุนไพรเย็นสด สำหรับตัวเองและครอบครัว และหลังจากนั้นก็ทำได้ มีทักษะในการทำมากขึ้นก็ทำเพื่อชุมชน ทำไป

ให้ชุมชนได้ดื่มด้วย ตามงานใหญ่ ๆ งานบุญ งานที่มีผู้คนมาก ๆ งานสงกรานต์ งานบวงสรวง งานที่มีผู้คนชุมนุมเยอะ ๆ ก็จะทำตามสภาพ ตามเวลาที่มีกะ และก็นำให้ผู้คนให้ทำด้วยว่า เมื่อเราดื่มแล้วก็จะเกิดประโยชน์ต่อร่างกาย หลาย ๆ คน ช่วงแรกยังไม่เข้าใจก็ค่อย ๆ อธิบายไปเรื่อย ๆ และก็ฝึกให้ทำด้วย หลังจากนั้นผู้ที่ได้ดื่มสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด ก็มีการตรวจสอบสารเคมีสารพิษในเลือดในชุมชนก็มี การตรวจหาปรากฏว่า ผู้คนที่ดื่มน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดนี้จะมีปริมาณสารพิษสารเคมีนี้น้อยกว่าคนที่ไม่ดื่มเลยล่ะ ก็รู้สึกมีความยินดีในจุดนี้พอสมควรคะ ส่วนเรื่องที่ทำไม่ดึนะพิษเข้าตัวเองอยู่บ่อย ก็ยังมีดื่มกาแฟอยู่ล่ะ ก็พยายามลด ละ พยายามเลิกอยู่ ขอบคุณค่ะ

กรณีศึกษาที่

7.96 นางสาวบุญธรรม พรประสิทธิ์

เพศหญิง



กราบคารวะท่านอาจารย์หมอ ท่านถือว่าเป็นผู้มีพระคุณอย่างสูงของชีวิต เพราะได้ช่วยให้โรคภัยไข้เจ็บ อาการป่วยดีขึ้นค่ะ ดิฉันชื่อ บุญธรรม พรประสิทธิ์ มีอาชีพอยู่ในวัด ปฏิบัติธรรมมีอาชีพ คือ อยู่ในวัดปฏิบัติธรรมด้วยความสุขกาย สบายใจ เป็นสภาวรรณ คือ อาชีพ เป็นแรงงานอุทิศจิตอาสา อยู่ที่ราชธานีอโศก ฐานขยะ ทำความดีอะไรทำความชั่ว ๆ ก็มีเยอะแยะจนจำไม่ได้ค่ะ ก็เลิกก็งดได้ ถ้าเป็นน้ำหนักก็หลายกิโล เมื่อก่อนอ้วนมากถ้าเป็นก็เลิกก็ลดได้หลายอย่างค่ะ

กรณีศึกษาที่

7.97 นางสาวบัณฑิตา สังข์สุวรรณ

เพศหญิง



กราบคารวะอาจารย์หมอเขียว สวัสดิ์พี่น้องจิตอาสาทุกท่านค่ะ ชื่อนะคะ แอน บัณฑิตา สังข์สุวรรณ ชื่อทางธรรมชื่อ เอื้อบุญ บูรพาล้ำจันค่ะ อดีตเคยเป็นแม่ค้ามาก่อนแล้วก็มีเรือประมงคือ ตกหมึกส่งหมึกส่งปลา วิบากคงเข้าล่ะ ก็คือตัวเองเป็นมะเร็งก็เลยสงสัยวิบากมันเข้าเรา ก็เลยเลิกตอนนี้เลิกหมดแล้วตอนนี้หันมาทำงานศูนย์บาทกับกองบุญบูรพาล้ำจันว่าจะมาขอข้าวอาจารย์ทานแล้วก็เลยคิดว่าที่ตัวเองมาเรียนแพทย์วิถีธรรมนี้เพราะว่าตัวเองเคยเป็นผู้ป่วยมาก่อนแล้วตัวเองก็เคยมารักษาที่นี่ แล้วตัวเองรู้สึกตัวดีขึ้น ตัวเองเลยตั้งใจว่าจะอุทิศตน เพื่อเราจะได้บำเพ็ญบุญ



เพื่อเราจะได้รับรู้สักว่าเรามาทำตรงนี้ศูนย์บาทนะ จากที่เราเคยรักษามาในราคาที่แพงมากแล้วเรามาหายไอ้คำว่าศูนย์บาทรักษาทุกโรคนี่ก็เลยตั้งใจว่าตัวเองจะเป็นจิตอาสาของอาจารย์หมอไปเรื่อย ๆ คิด 5 ถามว่าทำได้ไหม ทำได้ในระดับหนึ่งแต่ก็ยังไม่มากเท่าไรหรอกแต่ก็จะพยายามแต่ตัวเองมาเป็นจิตอาสาได้ 2 เดือน ตอนแรกก็ยังทานเนื้อสัตว์อยู่ แต่ว่าเพื่อนมีคนที่มาเข้าค่ายคะ เข้ามาค่ายแล้วก็ถามเราใส่เสื้ออาจารย์หมอแล้วเราก็ไปบอกเขาว่าอย่าทานเนื้อสัตว์นะอย่าทานเนื้อสัตว์ แต่เราเองคะ ยังทานอยู่อะ จิตได้สำนึกของเรา มันพูดได้ไม่เต็มปากอะคะว่าคุณต้องเลิกทานเนื้อสัตว์ แต่พอเราเลิกเนื้อสัตว์ได้จริง ๆ เราสามารถพูดกับคนที่มาเข้าค่ายได้ว่า คุณลดละเนื้อสัตว์ได้นะ มันเป็นเรื่องอะไรที่รู้สึกว่าการเรามีใจว่าเรากล้าพูดได้เต็มปากคะว่าเราไม่ทานเนื้อสัตว์นะถึงเราจะเข้ามาได้แค่สองเดือนที่อยู่กับกองบุญบูรพา แต่เราก็คิดว่าการที่เราไม่โกหกเรา ถึงคนอื่นจะไม่รู้ว่าเราทานแต่เรารู้ด้วยจิตใจของเราเองคะว่า เรายังทานเนื้อสัตว์อยู่ ถ้าเราไปบอกกับคนที่มาเข้าค่ายว่าคุณอย่าทานเนื้อสัตว์นะ คุณต้องรักษา 9 เม็ด คุณต้องรักษาสิล แต่เรายังรักษาสิลของเราเองยังไม่ได้คะ มันก็เลยมันค้างอยู่กับตัวเองอยู่ตลอดเวลาแล้วก็เลย ทำไมเราจะต้องคิดว่า ทำไมเราจะต้องคิดว่าเราต้องทำได้สิ คือตอนนี้ก็ทำได้จริง ๆ เราไม่ทานเนื้อสัตว์แล้วคะถามว่ารับมติดูหมิ่นกลุ่มได้ไหม รับผิดชอบคะ ขอขอบคุณคะ ชื่อทางธรรมชื่อเอื้อบุญ บูรพากล้าจนคะ อดีตเคยเป็นแม่ค้ามาก่อนแล้วก็มีเรือประมง คือ ตกหมึกส่งหมึกส่งปลาอะไรพวกนี้คะ แล้วก็เลย วิบากมันคงเข้าคะ ก็คือตัวเองเป็นมะเร็งก็เลยสงสัยวิบากมันเข้าเรา ก็เลยเลิกตอนนี้เลิกหมดแล้วตอนนี้หันมาทำงานศูนย์บาทกับกองบุญบูรพากล้าจนคะ ก็กะว่าจะมาขอข่าวอาจารย์ทาน (หัวเราะ) แล้วก็เลยคิดว่าที่ตัวเองมาเรียนแพทย์วิถีธรรมนี้เพราะว่าตัวเองเคยเป็นผู้ป่วยมาก่อนแล้วตัวเองก็เคยรักษาที่นี่ แล้วตัวเองรู้สึกตัวเองดีขึ้น ตัวเองเลยตั้งใจว่าจะอุทิศตน เพื่อเราจะได้รับบำเพ็ญบุญเพื่อเราจะได้รับรู้สักว่าเรามาทำตรงนี้ศูนย์บาทนะ จากที่เราเคยรักษามาในราคาแพงมากแล้วเรามาหายไอ้คำว่าศูนย์บาทรักษาทุกโรคนี่ก็เลยตั้งใจว่าตัวเองจะเป็นจิตอาสาของอ หมอไปเรื่อย ๆ คิด 5 ถามว่าทำได้ไหมทำได้ในระดับหนึ่งแต่ก็ยังไม่มากเท่าไรแต่ก็จะพยายามแต่ตัวเองมาเป็นจิตอาสาได้สองเดือนตอนแรกก็ยังทานเนื้อสัตว์อยู่ แต่ว่าเพื่อนมีคนที่มาเข้าค่ายเข้ามาถาม เราใส่เสื้อหมอแล้วเราก็ไปบอกเขาว่าอย่าทานเนื้อสัตว์นะอย่าทานเนื้อสัตว์ แต่เราเองยังทานอยู่ จิตได้สำนึกของเรา มันพูดได้ไม่เต็มปากว่าคุณต้องเลิกทานเนื้อสัตว์นะ แต่พอเราเลิกเนื้อสัตว์ได้จริง ๆ เราสามารถพูดกับคนที่มาเข้าค่ายได้ว่า การที่คุณลดละเนื้อสัตว์ได้นะ มันเป็นเรื่องอะไรที่รู้สึกว่าการเรามีใจว่าเรากล้าพูดได้เต็มปากคะ ว่าเราไม่ทานเนื้อสัตว์นะ ถึงเราจะเข้ามาได้แค่สองเดือนที่อยู่กับกองบุญบูรพา แต่เราก็คิดว่าการที่เราไม่โกหกเรา ถึงคนอื่นจะไม่รู้ว่าเราทานแต่เรารู้ด้วยจิตใจของเราเองคะว่า เรายังทานเนื้อสัตว์อยู่ ถ้าเราไปบอกกับคนที่มาเข้าค่ายว่าคุณอย่าทานเนื้อสัตว์นะคุณต้องรักษา 9 เม็ด นะคุณต้องรักษาสิลนะ แต่เรายังรักษาสิลของเราเองยังไม่ได้คะ มันก็เลยมันค้างอยู่กับตัวเองอยู่ตลอดเวลาแล้วก็เลย ทำไมเราจะต้องคิดว่า ทำไมเราจะต้อง

คิดว่าเราต้องทำได้สิ คือ ตอนนี่ก็ทำได้จริง ๆ เราไม่ทานเนื้อสัตว์แล้วจะถามว่ารับมติดู่มุ่ได้ไหม รับประทานได้ค่ะ ขอบคุณค่ะ

กรณีศึกษาที่

7.98 นายปณชัย คุรุชัช

อายุ 60 ปี เพศชาย



นมัสการพระคุณเจ้ากราบการวะคุณหมอเขียว กราบการวะแม่ไก่ผู้ชี้มุมทรัพย์ คุรุตุ่มเจริญธรรม เพื่อนนักศึกษาแพทย์วิถีธรรมและจิตอาสาทุกท่านครับ ผมชื่อลิป ชื่อจริงปณชัย คุรุชัช วันที่ 20 มิถุนา ก็จะครบอายุ 60 ปี ผมจบการศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ บางเขน เศรษฐศาสตร์ การเกษตร กิเลสอยากของมมีมากมายเพราะฉะนั้นอาจจะขออ่าน โจนคของฝ้ายชั่วตัวเองครับ คือการพูดแทรกบุคคลอื่นในขณะที่บุคคลอื่นยังพูดไม่จบหรือในขณะที่ผู้อื่นกำลังทำงานโดยใช้ความคิดเราไม่เคยขออนุญาตและไม่เคยระบุเวลาอันนี้เป็นกิเลสหยาบตัวที่ 1 ความผิดก็คือผิดศีลข้อที่ 2 ในฐานะที่ทรัพย์ที่เป็นเวลาของเขาเป็นเวลาอันมีค่า เพื่อมาสนองกิเลสของตัวเองและก็การกระทำนี้เปรียบเหมือนกับสำรอกขยะออกจากปากอย่างรวดเร็วเบียดเบียนสัตว์ก็คือสัตว์อื่น หงุดหงิดขุ่นมัว สัตว์ที่ตัวเราก้เป็นที่น่ารังเกียจและก็ขาดมิตรไม่ได้สิ่งที่ดี ๆ จากมิตรอันที่ 2 พูดมัวเมาในสิ่งที่ตนเองให้ผู้อื่นทนฟังตัวนี้โดยไม่ขออนุญาตและไม่ระบุเวลาผิดศีลข้อที่ 2 คือ ขโมยทรัพย์ คือ เอาทรัพย์ที่เป็นเวลาของผู้อื่นมาสนองโลกธรรมของตัวเองนอกจากนี้ก็ยังผิดศีล ข้อที่ 1 ข้อที่ 4 และข้อที่ 5 และก็พูดความไม่ดีของคนอื่น มองคนอื่นในแง่ร้ายพูดให้คนอื่นเกลียดกัน อันนี้ก็ผิดศีลแบบลูกโซ่ ปลายเปิดหรือแบบไคเรกเซลล์ สร้างวิบากแบบไคเรกเซลล์กับตัวเองเบียดเบียนโดยการเบียดเบียนสัตว์อื่นให้ขุ่นมัว และ โกรธเบียดเบียนเราก้คือผู้อื่นอาฆาตมีศัตรูกินจุเคี้ยวเสียงดัง ฯลฯ เพราะมันมีเยอะนะครับ เนื่องจากว่าพิษจากปากมันมีมากหลังทำคอร์สล้างพิษดับ ล้างพิษปากกับคอร์สมหัศจรรย์กับครูแม่ไก่ครับ ในภาคสนามเราล้างพิษปากมาสองเดือนในระหว่างทำวิทยานิพนธ์สรูปกาย สรูปใจทุกวันเก็บความคิดจากกิเลสหยาบ ซ้ำแล้วซ้ำอีกแต่ละข้อซ้ำผิดแล้วผิดอีกเป็นร้อย ๆ ครั้งด้วยความเหนื่อยยากของผู้ชี้มุมทรัพย์และบัดนี้ก็มีความมั่นใจว่า ลดได้ 70% นะครับนี่กิเลสหยาบดังที่กล่าวมาข้อที่ 2 เรื่องของสภาวะความ โกรธเรื่องของการลดสภาวะ คือ ตอนนี่ก็ลดความ โกรธและก็การหาเหตุผลให้ตัวเองชนะผู้อื่น ถ้าแพ้เมื่อไรก็ผูกพยาบาทเมื่อนั้นการแก้โดยสภาวะธรรมที่มีก็คือกับดักของวิบากกรรมตัวนี้ นักศึกษาแพทย์วิถีธรรมท่านหนึ่งชื่อ ป้อมขออนุญาต ท่านแล้วผู้หญิงนะครับ ได้พูดคุยกับผมหลังจากที่ผมได้ถูก ต่อหัวเลือดต่อย 20 กว่าแผล หลังจากที

พักฟื้นได้ประมาณ 3 วัน ป้อมบอกผมว่า เคยได้ยินคุณหมอเขียวพูดว่าสิ่งที่มองเห็น คือ สิ่งที่มี มองเห็นบวกสิ่งที่มองไม่เห็นผมสนใจประโยชน์นี้มากเพราะผมก็ไม่เคยฟังมาก่อนแต่ต้องขอขอบคุณ ป้อมที่ให้ประโยชน์นี้มา ผมบวกกับคำพูดของแม่ไก่ที่นั่งอยู่ข้าง ๆ ผมครับท่านได้ความรู้จากอาจารย์ หมอเขียวที่ประสาทวิชาให้ ท่านบอกผมว่าหาสิ่งดีในทุกจิตวิญญาณและหาสิ่งดีในทุกสถานการณ์ ผมเอาสองประโยชน์ที่ป้อมพูดมาผนวกกันแล้วผมก็เกิดมีความคิดวิเคราะห์ถึงเหตุการณ์ที่ต่อต่อ ยสมัยเด็ก ๆ ผมใช้ฟางใส่ไม้เผาผึ่งเป็น ๆ เพื่อที่จะกินลูกมันกับน้ำหวาน พอมาสมัยตอนที่แก่เจ้าหนี้ คือ ตัวผึ้งยืมร่างกายผมมาเป็นเครื่องมือยืมร่างกายของต่อมาเป็นเครื่องมือเจ้าหนี้ คือ ผึ้งนะครับ แล้ว ยืมร่างกายต่อมาเป็นเครื่องมือแล้วก็สร้างกับดัก คือ ความมองไม่เห็นบนตัวต่อตอนนี้ก็ทำให้เรา เหย็ดตายเรามาคว้าต่อ เขาเสียดสละทิ้งรัง ทั้งแม่ทั้งลูกบ้าน เพื่อที่จะรับเป็นทูตแห่งวิบากเพื่อมาให้ผม ษดใช้หนี้ในเมื่อผึ้งเสียดสละทิ้งครอบครัวพร้อมกับลูกน้อยอย่างนี้ผมจะมีความโกรธเขาได้อย่างไร นะครับ ผมไม่มีความโกรธแถมเขายังทำให้ผมแก่เจ็บ แสบ ร้อนเหมือนที่ผมเผาผึ่งทำให้ผมชัศตา กระตุก หายใจไม่ออก เหมือนสิ่งสำคัญวันประทับใจที่ผมมีโอกาสที่จะได้ใช้ร่างกายจากรอดชีวิตนี้ ตอนนั้นผมใช้ร่างกายให้กับพี่น้องแพทย์วิถีธรรม บำเพ็ญกุศลในตัวผมและผมก็ได้ใช้โอกาสสร้าง กุศล โดยการเผยแพร่เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นนะครับอันนี้เป็นสภาวะความดีก็คือผู้ซึ่งุมทรัพย์ ก็คือทำให้ ผมทำขนมด้วยตัวเองเพื่อไปมอบให้พ่อ อายุ 90 ปี ไปฝากพ่อ ไปเยี่ยมพ่อดีกว่าซื้อขนมหวานไปฝาก ขนมที่ผลิตด้วยหัวใจตอนนี้ก็คือ การกราบพ่อ กอดพ่อ หอมแก้มพ่อ นวดให้พ่อ ทำให้ชีวิตของพ่อ เปลี่ยนแปลงขึ้นแล้วก็มีอาการกระดูกเปราะมากขึ้นขนมแบบนี้ผมก็เพิ่งเคยทำเป็นครั้งแรกในชีวิต และก็ทำให้ชีวิตของพ่อผมเปลี่ยนไป ผมกราบพี่สาวโมทนาที่ดูแลพ่อผมให้ผมได้มีโอกาสมาปฏิบัติ ธรรม มีโอกาสดูแลสมณะในสถานที่ต่าง ๆ และผู้สูงอายุ จากการชี้ทางจากแม่ไก่และด้วยการจัด กระดุกกัวซาให้กับสมณะสิ่งที่ผมปฏิบัติได้อย่าง 100 เปอเซ็นต์ ก็คือการไม่ทานเนื้อสัตว์ไม่ทาน ผลิตภัณฑ์ จากสัตว์ไม่ใช่ของที่ทำจากซากสัตว์ทุกอย่างนะครับและอีกตัวหนึ่ง คือ ไม่หารายได้ที่ เป็นเงินอีกแล้วครับ สองข้อที่ปฏิบัติได้โดยเด็ดขาดครับ ขอบพระคุณมากครับ

กรณีศึกษาที่

7.99 นางสาวปานแก้ว ศรีไกรสิทธิ์

อายุ 52 ปี เพศหญิง



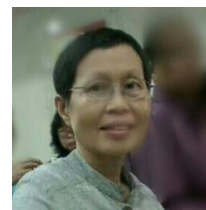
ชื่อ ปานแก้ว ศรีไกรสิทธิ์ ชื่อเล่น แหวง เป็นชาวจังหวัดจันทบุรี อายุ 52 ปี มาอยู่กับ อาจารย์ตั้งแต่ปี 50 มีอยู่ช่วงหนึ่งกลับไปดูแลแม่ แม่ป่วยเป็นเส้นเลือดตีบในสมอง ก็พามารักษา

อยู่ด้วยที่นี่ 2-3 เดือน แม่หกล้มก็พากลับไปดูแลที่บ้านที่อยู่ดูแลประมาณเกือบ 2 ปี แม่มีอาการ คือ ตอนแรกยังเดินได้กลับไปที่เดินไม่ได้สักพักเดินได้ มีอาการที่ท้องเลือดออกในกระเพาะเพราะว่ากิน ยาหมอให้กินยาละลายลิ่มเลือด สักพักหนึ่งรักษาอาการดีขึ้นก็ให้หยุดกินยาละลายลิ่มเลือดและ รักษาด้วยวิธียา 9 เม็ด อาการก็ดีขึ้นตามลำดับ ก็เดินได้ อะไรได้ พอเดินได้ช่วงนั้นก็แข็งแรงขึ้นก็ คอยดูแลก็มีผัสสะ คือ เราก็ได้ดูจิตใจตัวเองช่วงอยู่กับคุณแม่เพราะคุณแม่จะมีอารมณ์โกรธบ้าง บางครั้งเราก็รู้สึกหงุดหงิด แต่บางทีก็มีเถียงกันเป็นความไม่เถียงออกมาบ้าง แต่พอเราได้สติก็จะ หยุดดูจิตใจตัวเองอ้าวเราหลุดอีกแล้ว บางทีคนดูแลคนป่วยถ้าเราไม่ทันกิเลสตนเองมันก็จะ มีอาการ เราเหนื่อย บางทีเราคิดน้อง ๆ ตั้งหลายคนทำไมไม่มาช่วยเราดูบ้างปล่อยให้เราดูแลอยู่คนเดียวก็จะมีตัวคิดน้อยใจอะไรอย่างนี้ ก็จะเรียกร้องให้คนอื่นมาช่วยเราแต่ก็คิดอีกทีเราก็ดูแลคนเดียว ก็ได้เขาก็มีหน้าที่กัน มีครอบครัว เราไม่มีครอบครัวเราก็ดูแลคนเดียวก็ได้ มันเป็นบางจังหวะ บาง ความคิดที่เรา เราเรียกร้อง เราเหนื่อย เราก็เรียกร้อง ถ้าไม่เหนื่อยเราก็คิดว่าเราทำได้คนเดียวก็ไม่ เป็นไร มันเป็นคนกิเลสชนะมันมาเป็นพัก ๆ ถ้าเรารู้ตัวทันทีวิปัสสนาทันมันก็ทำให้เราสบายใจจิตใจเราดี ถ้าเราไม่ทันเราก็เหมือนคิดวน วนอยู่กับตัวเอง วนไปวนมาทำไมต้องเป็นเรา พยายามหาธรรมะ ตรง โน้นตรงนี้ขึ้นมาวิปัสสนาค่ะแล้วก็มีอะไรบางที ทานมังสวิรัตมาประมาณ 20 กว่าปี ตั้งแต่ปี 30 ก็ยังมี ทานไข่บ้าง ในขนม ในอาหารก็มีบ้างบางทีน้องทำอาหารให้เราก็เจี๊ยเป็นบางครั้ง แต่ก็ตั้งใจว่าจาก นี้ไปตั้งใจว่าจะไม่กินไข่ ไม่กินอาหารขนมที่มีไข่คือถ้าสงสัยเราก็จะไม่กินตั้งใจไว้เราจะได้ลดละ เรื่องการติดขนมเพราะว่าที่บ้านทำขนมขายก็เลยค่อนข้างเป็นคนชอบกินขนมค่ะ “อาจารย์หมอบิณฑ พุด ผมถ้าสงสัยว่ามีไข่ ไม่กินเลย ขนมผมสงสัยว่ามีไข่ แค่สงสัยไม่ได้ถามใครผมหยุดกินเล่าให้ฟัง คือ ที่พุดนี้ให้กำลังใจ” ต่อไปนี่ก็คิดว่าจะไม่กินแล้วค่ะ ถ้าสงสัยก็จะไม่กินและไม่กินไข่เป็นลูก ๆ ก็กราบขอบพระคุณค่ะ

กรณีศึกษาที่

7.100 นางสาวปริศนา อีรนพไพบุลย์

อายุ 59 ปี เพศหญิง



นางสาว ปริศนา อีรนพไพบุลย์ อายุ 59 ปีเต็ม ชื่อเล่น กิม เป็นคน จังหวัดเชียงใหม่ อาชีพ จิตอาสาสวนป่านาบุญ 1 ได้ 7 ปี วุฒิการศึกษาปริญญาตรีวิทยาศาสตร์ชีววิทยา จังหวัดเชียงใหม่ รายงานขออนุญาตหยุดย้อนกลับบุญการชำระกิเลส ลด ละเลิก อะไรได้บ้าง จะเอาหัวข้อล่างขึ้นก่อน เพราะมันสั้น มันยาว ได้แค่ไหนก็แค่นั้นนะคะ หัวข้อสุดท้ายจะเป็นเรื่องของบุญนะคะ คือ การชำระ กิเลส ที่เราปฏิบัติมา เรื่องการลด ละ เลิก อะไรได้บ้าง ตอนนี้มีอาชีพเป็นจิตอาสาเต็มตัว ประมาณ 7

ปี ไม่ใช่ลาก แลก ลากโดยรูปธรรม ส่วนเรื่อง จิตวิญญาณ ซึ่งละเอียดมาก ได้รายละเอียดจาก อาจารย์ตอนเช้าต้องไปทบทวนตัวเอง ว่าเรายังมีนามธรรม เรื่องลากแลกแลกแฝงซ่อน ตรวจสอบตัวเอง ให้บริสุทธิ์ยิ่งขึ้น ถือศีลห้า ละอบายมุข ทานมังสวิรัตมา 35 ปี ตอนนี้อัด กาแฟ เต็มขวด หลังจากที่ มันยังมีเชื้อใย คือ น้ำลายกิลเลส พิจารณาเห็น โทษภัย ซึ่งเห็นชัด ตอนที่ไปเรียนต่อ ทำวิทยานิพนธ์ที่ มหาวิทยาลัยสุรินทร์ ก็เลยตัดได้ ไม่มีเชื้อใยที่ทำให้เราเกิดการเจ็บป่วย ฟันทุกซี่ตรงนั้นก็เลิกได้ เต็มขวด เลิกทานขนมที่มีไข่เป็นส่วนผสม เช่น ทองม้วน รังผึ้ง ที่ใส่ เล็ก ๆ น้อย ๆ ถ้าเรารู้นอกจากที่ เราไม่รู้ถ้าสงสัยก็ไม่กิน นอกจากที่รู้ว่าไม่มีจริง ๆ ส่วนที่ลดจากขนมที่มีนมเป็นส่วนผสมยังต้องใช้ การลดอยู่ เช่น ขนมปัง ยังคงกำลังลดอยู่ พยายามจะไม่ให้อร่อย อย่างตอนที่ไปจัดค่ายที่อุบล ไม่มี ใครเตรียมอาหารให้ ได้ทานแต่ขนมปัง 4 แผ่น แรกปรากฏว่า ขอภัยค่ะ ฉ่ำเค็มมาก ๆ เราเห็น โทษ ภัยของมัน คงใส่สารโซเดียมประกอบ ก็ลดลง เหลือทาน แต่สองแผ่นความ โกรธก็ลดลงยึดถือดีก็ ลดลง อาบน้ำไม่เกินวันละ ห้าขัน อาบน้ำด้วยฉี่ ไม่ใช่สบู่ เสื้อผ้า ใช้น้อยลง อาหารวันละมื้อพูดถึง ความชั่ว ถือศีล ละภะตะ ปริมาณ ยังไม่เอาจริงเอาจังกับกิลเลส ศีลข้อ 4 พุดจุกบกร่องของผู้อื่น พยายามอ่านใจตนเองให้ทันแม้แต่คิดก็เป็นวิบากแล้วพูดแต่ความจริงที่เป็นประโยชน์ ซ้ำในสิ่งที่ ควรเร็ว ในสิ่งที่ควรช้าการออกกำลังกายที่ทำให้ตนเองแข็งแรง ยังน้อยไป การทำความดี ให้เวลากับ คนอื่นมากขึ้น ยกตัวอย่างเวลา มีผู้ช่วยมาขอคำแนะนำ ในขณะที่ตนเอง ก็ยังทำงานอยู่ ก็ให้ คำแนะนำ อย่างเต็มใจค่ะ เวลากลับบ้าน ก็ให้เวลากับญาติพี่น้อง เต็มที่ ด้วยใจ ผลตอบรับ ได้กลับมา ด้วยใจเช่นกันค่ะ ให้อภัยผู้อื่นได้ง่ายขึ้น สภาวธรรม เมื่อถูกเข้าใจผิด ซึ่งเกิดขึ้นเมื่อไม่นานมานี้ เมื่อก่อนจะ โกรธ อาจารย์ให้ทบทวนธรรมเรื่อย ๆ จึงไม่มีความโกรธ ซึ่งเป็นวิบากกรรมเขา วิบาก กรรมเราที่แรกจะฝากเพื่อนไปบอกเพื่อนแนะนำให้ลองไม่บอกเพราะคนเราทำผิดในเรื่องการพูด ส่อเสียดมากให้ตั้งหน้าตั้งตาทำความดีไปเรื่อย ๆ วิบากก็จะหายไปเองขอบคุณค่ะ

กรณีศึกษาที่

7.101 นางประภารัตน์ ต้นศิริวัฒนกุล

เพศหญิง



กราบคารวะอาจารย์หมอเขียว เจริญธรรมสำนึกดีพี่น้องแพทย์วิถีธรรมทุกท่านค่ะ ชื่อ ประภารัตน์ ต้นศิริวัฒนกุล อยู่ สุขโขทัย รหัสปี 55 เพศหญิงวุฒิ ปริญญาตรีธรรมศาสตร์สภาวธรรม ช่วงสงกรานต์เพื่อนจัดงานเลี้ยงรุ่นและเลี้ยงที่บ้านอีกต่อหนึ่ง แต่มันก็คิดว่าเราจะไปดีหรือไม่ไป ถ้าเราไปกับเพื่อนก็อาหารรสจัดก็คิดว่าไปดีไม่ไปดีก็ตัดสินใจโทรถามเพื่อนจะไปไหม เพื่อนบอก

ไม่รู้เรื่องเลขก็เลยบอกอยากไปใจหนึ่งก็บอกอยากไปอยากไปสนุกแต่ก็ยังรู้สึกถ้าไปนะอาหารก็กินไม่ค่อยได้เพราะว่าเพื่อนกินเนื้อสัตว์กันเยอะ ก็ถึงเวลานะจะไปดีไม่ไปดีปกติจะทำอาหารที่บ้านไม่มีเนื้อสัตว์ คิดกลับไปกลับมามากก็อยากไปก็อยากมันตัดสินใจไม่ได้พอสุดท้ายเพื่อนก็ไม่โทรมาส่งเสียเขาไม่ไปเราก็ตัดสินใจว่าไม่ไปพอมานานไลน์มีความรู้สึกว่าเขาไปกันเราก็มาตรวจใจดูว่ารู้สึกยังไงที่ไม่ได้ไปแล้วเพื่อนเขาเลี้ยงกันก็รู้สึกไม่ทุกข์และที่เราไม่ไปก็เหมือนกันสบายใจขึ้น ไปรู้สึกว่าจะไม่คิดมากเห็นรูปเพื่อนก็สนุกแต่ไม่เข้าใจตัวเองว่าเราคิดยังไง เห็นไลน์ของเพื่อนเราก็ว่าก็ดีแต่เราก็เฉย ๆ กับมัน ก็ไม่เข้าใจตัวเองเหมือนกันแต่ก็ยังจับสภาวะตัวเองไม่ค่อยได้ว่ามันคืออะไรแต่เราพยายามที่จะถามว่าอย่างนี้มันเป็นอย่างไร ส่วนทำความคืออะไร ฟังฟัง ! ออกที่อาจารย์พูดว่ามงคล 38 คือ อะไรมีอะไรบ้าง ก็มีข้อ 1 คุณแม่พบว่าคุณแม่มาอยู่กับเราแล้วเราได้ดูแลให้ยา 9 เม็ดได้เม็ด สองเม็ดแต่เขาก็รู้สึกดีขึ้นทำชั่วอะไรบ้าง ส่วนใหญ่จะพูดไม่ค่อยเพราะเวลาทักทายก็จะคล้าย ๆ ว่าพูดกันเองกินไปก็จะพยายามปรับให้มันเพราะมากขึ้นลดละเลิก ก็เลยอะไรได้บ้างอยู่ข้างนอกก็รู้สึกเราสมณะ ก็เลยไม่ค่อยเยอะ คือ เราก็อยู่ตามสภาพของเราแต่พอมานั่งฟังนั่งคุยกับเพื่อน ๆ ก็เลยเยอะจังเลยอะไรก็เลยส่วนเกินของชีวิตก็เลยเออเรานี้ก็เลยเยอะ ตั้งใจว่ากลับบ้านก็ปกติกินข้าวสองมือแต่มันก็มีขนมแยม ๆ มาบ้าง ปกติก็สองมืออยู่แล้วแต่จะมีเล็ก ๆ น้อย ๆ กลับไปคราวนี้ว่าจะเหลือมือเดียวจะลองดูว่าจะได้หรือเปล่าอาหารก่อนอย่างอื่นค่อย ๆ ทำ ขอขอบคุณค่ะ

กรณีศึกษาที่

7.102 นางประภาวัลย์ เล็กประสมวงศ์

อายุ 55 ปี เพศหญิง



กราบนมัสการพระคุณเจ้า นักบวชทุกฐานะ กราบคารวะอาจารย์ ใจเพชร กล้าจน เจริญธรรมสำนักศีลพี่น้องทุกท่านค่ะ แหม่ม ประจงใจค่ะ อายุ 55 เพศหญิง มาอยู่คอนตาล 2 ปีกว่าก่อนมานี้ก็มีทั้งวิบากนะคะ แล้วก็รู้ว่าตัวเองนี่เป็นคนที่ไม่ยอมอะไรง่าย ๆ อยู่มาได้สองปี ก็ต้องขอบคุณพี่น้องหมู่กลุ่มทุก ๆ คนที่ช่วยขัดเกลาและสองปีที่ผ่านมาเปลี่ยนแปลงตัวเองหลายอย่าง จากที่เคยเป็นคนที่ไม่ยอมอะไรนะคะตอนมาฟังอาจารย์แรก ๆ นี้อาจารย์บอกว่า “หมู่กลุ่มว่าอะไรว่าตามกัน” นะคะ ถ้าหมู่กลุ่มปฏิเสธ แต่ใจเราอยากทำก็ให้หนึ่งไว้ แต่ในใจก็ค้านว่า เราจะทำได้รึ จะได้ไม่เพราะเราเป็นคนไม่ยอมอะไรง่าย ๆ ถ้าไม่ใช่ก็คือไม่ยอมแต่พออาจารย์บอกว่า “ถึงผิดก็ต้องยอม” เพราะหมู่กลุ่มอนุเมต ก็ทำใจอยู่นะคะว่า นิ่ง ไม่พูด ก็หลาย ๆ คนพี่น้องก็จะเห็นว่า ก็ยังคิดอยู่ว่าตัวเองจะทำได้นานแค่ไหนถ้าคำพูดออกมาในมดแล้วนิ่งแล้วไม่พูดนี่เราจะทำได้ไหม ก็ใช้เวลาวัดใจตัวเองก็

พิจารณาอยู่มา 2 ปี ก็คิดได้โดยการพิจารณาจากการฟังธรรมของอาจารย์มาก ๆ ทบทวนพิจารณาบ่อย ๆ ทบทวนธรรมะ แล้วก็ทำให้ทุกวันนี้อยู่ที่คอนตาลด้วยความผาสุก เพราะว่าจากการพิจารณาธรรมแต่ตามถึงความดีที่ผ่านมาคิดว่าตัวเองทำดีไหมคิดว่าทำไม่ดีความดีไม่มีเลขรู้ตัวเองนะคะ แล้วก็รู้ว่าที่ทำงานนี้ บางครั้งเราฝืนฝืนความดีที่ฝืนฝืนกิเลสกิเลสตัวเองนี่เป็นที่ทำให้เรานี้อยู่ตรงนี้ได้ เพราะว่าอาจารย์นี้บอกให้เรามาขัดเกลากิเลสที่ผ่าน ๆ มาเนี่ยเราก็ปฏิบัติธรรมนะคะ แต่เราก็ไม่รู้ที่จะขัดเกลาเพราะฉะนั้นในที่อื่น ๆ มันก็เลยทำให้เราอยู่ไม่ได้แต่ มาอยู่ที่นี่เราขัดเกลากิเลสได้ เราอยู่กับคนอื่นได้นั้นหมายความว่านี่แหละเหมาะสำหรับเราแล้วก็เรื่องความไม่ดี เหมือนที่อาจารย์บอกเมื่อตอนบ่นละคะว่า “ซัวฮัด โนมตี” มันใช่ คิดปุ๊บ ! กิเลสมา ใช่เลยคือเราเรารู้แต่เดี๋ยวนี้จับได้พอเริ่มจะเก่งขึ้นนะ ครูตุงบอกว่า “พี๋หม่มเก่งขึ้นแล้ว” ต้องขอบคุณคุณตุงนะคะ บอกเดี๋ยวนี้พี๋หม่มเก่งขึ้นนะ รู้จักจับกิเลสได้พอเรารู้ว่ากิเลสจะมาอย่างไร เราจะทำยังไง ทำไมเราถึงรู้ได้ก็เพราะว่ามีครั้งหนึ่ง มีคนป่วยที่เข้ามาเข้าค่าย นอกค่ายนะคะ มาเยี่ยม มาขอพักค้างนะคะแล้วเขาก็มีปัญหากับจิตอาสาคนอื่น แต่กับเรานี้ทำไมเขาไม่มีปัญหา ก็เลยถามเขาว่าเฉลยให้ไหม ว่าทำไมไม่มีปัญหา คุณว่าคุณเป็นคนยังไง เขาบอกเขาเป็นคนดีก็เลยบอกว่าเรานะ คือกว่านั้นหมายความว่าเรานะเหนือกว่าเขา คือเรื่องความดีคือความไม่ดีเพราะฉะนั้นเราชนะสิ่งไม่ดีก็คือกิเลสได้ก็ในเรื่องของความไม่ดีนี้แหละนะคะ ความดีก็อย่างที่บอกก็คือแทบจะหาไม่ได้นะคะ เพราะว่าเรามาแล้วที่ผ่านมาก็คือไม่มีความดีเลย กิเลสตัดได้ ทุกวันนี้อยู่ที่คอนตาลก็ให้หมู่กลุ่มได้ขัดเกลา ทุกอย่างผ่านมาก็ขอบคุณพี่น้องทุก ๆ คนด้วยค่ะ

กรณีศึกษาที่

7.103 นางสาวประภัสสร ชาญชัยชุกิต

เพศหญิง



กราบนมัสการพระคุณเจ้านักบวชทุกสถานนะ กราบคารวะอาจารย์หมอเขียวค่ะ เจริญธรรมสำนึกดีพี่น้องผู้รักสุขภาพและใฝ่ในธรรมทุกท่านคะ สงสัยต้องพูดข้อ 3 ก่อนนะคะ ชื่อ นางสาว ประภัสสรชาญชัยชุกิต ชื่อเล่น จวง อยู่สวนป่านาบุญ 3 ค่ะสภาวะธรรมก็จริง ๆ แล้วก็คิดว่ามันกว้างมากถึงพี๋จะตั้งแต่รหัส 54 แต่พี๋ก็คิดว่ายังไม่ได้ลึกซึ้งมากยังต้องมาเรียนอยู่ที่ตั้งแต่ก่อนเจอท่านอาจารย์หมอเขียวเราก็จะมีอึดใจก่อนข้างเยอะด้วยความที่เราทำงานเก่งเราเป็นคนขยันแล้วเราก็จะคิดว่าคนอื่นน่าจะขยันและเก่งกว่าเราในเวลาจะทำงานใช่ไหม ความเป็นจริงถ้าพี่น้องทำงานอยู่

น่าจะรู้ว่ามันไม่ใช่เลยที่ใคร ก็จะเก่งอย่างเราชัณอย่างเราดี 2 ยังไม่เลิกทำงานอะไรเป็นก่อนที่จะเจอ อาจารย์หมอมะเข็ญหลังจากเจอก็ยังทำอยู่ค่ะ ทำอยู่จนสักพักนึงร่างกายเราจะบอกเราเองว่าอันนี้ไม่ใช่ ทางนอนดี 2 ตื่นดี 5 ทำได้ค่ะ แล้วจะทำเป็นอุปนิสัยจนช่วงหลังเราจะมีความรู้สึกว่าเราพึ่งอาจารย์ หมอมากขึ้นสิ่งเหล่านี้มันจะทำให้เราพิจารณามากขึ้นว่า ฉันทำไปเพื่ออะไรถ้าเราตายไปในวัน พรุ่งนี้คนอื่นก็ทำงานแทนเราได้แต่ทำไมเราจะต้องทำถึงขนาดนั้นก็เลยปรับใหม่ประมาณ 3 ทูม 3 ทูมครึ่ง นอนแล้วแล้วตื่นดี 3 ครั้งค่ะ แล้วก็รู้สึกชีวิตเรดีขึ้นนะคะ จากเดิมที่เราไม่มีความรู้สึกถ้า เราใช้ชีวิตแบบเดิมอยู่ที่นี่เราจะตัดเรียกว่าอะไรนะ เลิก ลด ละ เลิก อะไรได้ยากมากเลยนะคะ แต่พอ เรากับมาเป็นแบบนี้เรามีเวลาดึ้นมาทำงานดี 4 ค่ะ แต่ช่วงเวลาสั้น ๆ เราได้งานเยอะขึ้นนะคะดีใจว่า อย่างน้อยที่สุดการได้ฟังธรรมะจากอาจารย์หมอค่อย ๆ ซึมซับเราให้เราสามารถที่จะเห็นทางสว่าง ได้มากขึ้น ที่นี้ความดีที่ทำถามว่าทำอะไรบ้าง ถ้าตอบแบบเข้าข้างตัวเองก็ทำเยอะคะแต่ว่าที่เราคิดว่า ดีมันจะดีของคนอื่นด้วยรีปาว แต่อย่างหนึ่งที่ใจที่ตัวเองทำความดีก็คือเป็นจิตอาสาที่บำเพ็ญในเรื่อง ของน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดก็ดียังทำในรุ่นแรก ๆ ที่ตอนนั้นจะยังไม่ค่อยมีใครทำอยู่เราก็ได้มี โอกาสทำตรงนั้น อันนี้ก็คิดแบบเข้าข้างตัวเองว่าเป็นความดีของตัวเองส่วนความชั่วที่ทำจากอดีตถึง ปัจจุบันก็เข้าใจว่าทำเยอะมากแต่หลังจากที่เราเจอท่านอาจารย์แล้วนี้ไม่ทราบว่าเป็นเหมือน จวงไหมคะ เราแทบจะไม่กล้าทำอะไรที่ชั่วเลยคะพอจะทำนี่แบบอาจารย์เสียงอาจารย์มาและเริ่มเข้า มาที่สมองเราและว่าอาจารย์พูดขงี้ ๆ เราก็ไม่กล้าทำและก็ลดละอะไรได้บ้างเยอะมากคะ จากเดิมนี้ ไม่เกี่ยวกับน้ำหนัก เพราะว่าเป็นคนที่ค่อนข้างคงที่มาตลอดเรื่องน้ำหนักก็เสยเยอะมากคะอยากทำ โนนอยากทำนี่อยากจะทำให้เสร็จเร็ว ๆ แต่ตอนนี้ไม่แล้วคะอย่างทีบอกปรับเรื่องเวลาปรับเวลา นอนเราพักผ่อนทุกอย่างนี่ลดได้หมดเลยสิ่งหนึ่งที่ที่ท่ามาตลอดก็คือการทานมังสวิรัต แต่เราทานแบบ ทานมังไม่ทานมังแต่หน้าเจเราทานเต็มแต่เราทานแต่เราไม่เข้าใจหลังจากเจออาจารย์แล้วนี้เราก็ เข้าใจว่าเราจะทานยังงั้นจะอยู่ยังงั้นจะทำยังงั้นที่จะให้สุขภาพเราดีสุขภาพเราแข็งแรง แล้วจะได้มี โอกาสที่จะไปช่วยผู้อื่นได้พี่น้องเชื่อเถอะคะถ้าเราทำตัวเราให้ดีนะคะเราไม่ต้องสอนเลยคะ ทุกคน เดินตามเราได้โดยที่เราไม่ต้องไปจี้ว่าทำโน่นทำนี่นะคะก็ขอโอกาสพี่น้องเพียงเท่านี้ขอเกริ่นอีก 1 นาที นะคะ จากการที่ได้เข้าไปบำเพ็ญในครัวนะคะสิ่งหนึ่งที่อยากจะบอกพี่น้องผู้ชายคนนึงนะคะ ว่าถ้าท่านมีเวลาท่านไม่ต้องอายที่จะไปช่วยในครัวบำเพ็ญนะคะ โดยการที่จะช่วยแม่ครัวที่จะล้าง ภาชนะใหญ่ ๆ นะคะขอฝากไว้แค่นี้คะขอบคุณคะ



## กรณีศึกษาที่

7.104 นางสาวปริมปภัตร์ สุภานิดาพิรบูรณ์

อายุ 39 ปี เพศหญิง

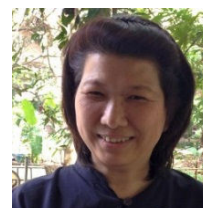


กราบการวะหมอเขียวและพี ๆ ทุกคนนะคะ ชื่อปริมปภัตร์ สุภานิดาพิรบูรณ์อายุ 39 ปี มาจากชุมพร อาชีพทำงานอิสระ การศึกษาปริญญาตรีการบัญชีนะคะ ที่มาสมัครเรียนเพราะอยากดูแลตัวเองเพราะมีประสบการณ์เรื่องสุขภาพเมื่อ 2 ปี ที่แล้วตอนนั้นได้ฟังอาจารย์หมอพูดเรื่องธรรมชาติไม่เกี่ยวกับสุขภาพเลย แต่ก็ไปติดตามข้อมูลจากคุณหมอปราบภูว่ามีค่ายสุขภาพก็เลยไปเรียนรู้เป็นค่ายที่คลองสาม 1 วัน พี่เขาฝึกในเรื่องของยา 9 เม็ด พี่ก็มาปฏิบัติเองที่บ้านอย่างเคร่งครัดอยู่ประมาณ 4 เดือน ก็หายจากการปวดหัวเข่าที่ 2 ปี แล้วที่หาย แต่ว่าเมื่อ 6 เดือน ที่ผ่านมาก็เอาโรคใหม่มา ก็ยังติดตามเรื่องของคุณหมอมาดตลอดก็เลยตัดสินใจมาศึกษาอีกครั้งหนึ่ง แล้วถือศีล 5 ก็ น่าจะได้ ขอมรับมติกกลุ่มได้ค่ะ

## กรณีศึกษาที่

7.105 นางสาวปัทมา ลีละหวงศ์

เพศหญิง



ชื่อปัทมา นามสกุลลีละหวงศ์ ค่ะ ชื่อเล่นหมู ค่ะ เป็นจิตอาสาภาคกลางรหัสนักศึกษาแพทย์วิถีธรรม ปี 54 รหัสตัวหลัง 024 รายงานสภาวะธรรม โดยทั่วไปเป็นคนใจเย็น เป็นคนซ้า ๆ จึงไม่ค่อยมีเรื่องขุ่นเคืองหรือขุ่นข้องอะไรใครซักเท่าไรด้วยความที่บางที่เราผ่านการตายทุกวันนอนป่วยอยู่โรงพยาบาล 3 ปี ก็เลยคิดว่าฝึกตายทุกวันนะ มันก็เลยบางที่เวลาเราจะคิดอะไรเราก็คิดว่า ลมหายใจมันมีค่ามีประโยชน์ ชีวิตเราก็ควรจะทำประโยชน์เมื่อมีลมหายใจ เพราะฉะนั้นเลยไม่ค่อยจะซีเรียสกับเรื่องที่คนมารบกวนหรือเขาจะขุ่นข้องอะไรเราเท่าไรก็เลยเป็นคนเฉื่อย ๆ หน่อยสภาวะ ธรรมเลยไม่ค่อยมีเรื่องมากกระทบเท่าไร ทำความดีอะไรบ้าง มันก็เกี่ยวเนื่องกับเรื่องเดิม ๆ ว่าลมหายใจมันมีประโยชน์เพราะฉะนั้นเราก็เลยคิดว่าทำความดีมากกว่าความชั่วอยู่แล้ว ใจเราไม่ได้คิดอยากจะทำเรื่องชั่วอยู่แล้ว ทำชั่วอะไรบ้าง ชั่วก็ไม่ค่อยทำ แต่ว่าเรื่องเนื้อสัตว์ยังมีอยู่ เพราะว่าบางที่ ในสถานที่บางที่เราเลี้ยงไม่ได้ เราก็ยังทานแต่ที่เราไม่ได้อยากหรือว่าถ้าในบางที่ ไม่มีเราก็ไม่ได้อยากว่าต้องไปหาทาน ลด ละ เลิก ก็เลย ความอยากได้อยากมีก็ไม่ค่อยมี เนื่องจากเวลาเราป่วยพอเราหายออกจาก รพ. เวลาเราเช้คสุขภาพเราก็ใช้ชีวิตเดินป่า อยู่ป่า อะไรอย่างเงี้ย

เพราะฉะนั้นชีวิตมันจะเหมือนแบบปัจจัย 4 เราใช้แต่ของจำเป็น มันก็เลยไม่ค่อยมีความโลภอะไรเท่าไร ถ้าเรื่องกิเลส ความอยากมันไม่ค่อยมีนะคะ

กรณีศึกษาที่

7.106 นางสาวมุสดี เจริญไวยเจตน์

อายุ 40 ปี เพศหญิง



กราบนมัสการพระอาจารย์ สมณะทุกรูปนะคะ คารวะอาจารย์หมอเขียว เจริญธรรมทุกท่านคะ ชื่อมุสดี เจริญไวยเจตน์ ชื่อเล่นเนง เพศ หญิง อายุ 40 ปี อยู่จังหวัดสมุทรปราการ การศึกษา จบบัญชีบัณฑิต ปริญญาโทบริหารธุรกิจที่ธรรมศาสตร์ ปัจจุบันอาชีพหลักคือจิตอาสา อาชีพรองก็เป็นอาจารย์สอนพิเศษบัญชีของมหาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง สภาวะธรรมมันมีหลายเรื่องอยากเล่าแต่เวลามันน้อยเอาเรื่องเดียวก็คิดมานานละเมื่อก่อนเวลาทำงานเนี่ยจะซื้อปีละหนึ่งเครื่อง ปัจจุบันปฏิบัติธรรมซึ่งจริง ๆ มันก็มุ่งมาสู่ความประหยัดเรียบง่ายแต่ก็เหมือนเดิมยังซื้อโทรศัพท์ปีละ 1 เครื่องทั้ง ๆ ที่ตัวเองไม่ชอบโทรศัพท์ไม่ชอบคุยโทรศัพท์ ไม่ชอบเล่นไลน์ ไม่ชอบเล่นเฟส ไม่ค่อยสนใจเรื่องชาวบ้าน ไอ้โปรแกรมที่ฮิตของโทรศัพท์นี่ไม่ชอบเลย แต่สิ่งที่ติดคือเรื่องของเทคโนโลยี จะเป็นคนที่แบบว่าติดเรื่องของเทคโนโลยีจะเป็นคนที่แบบว่า ฉันจะต้องรู้เทคโนโลยีใหม่ ๆ แล้วก็รู้สึกเหมือนได้ชัยชนะว่าอุ๊ยฉันค้นพบแล้วว่ามันคุ้มนะคะ คือจริง ๆ ไม่ต้องซื้อให้ตัวเองก็ได้แต่ซื้อให้เพื่อนมันรู้สึกมีความสุขในการเสพ การค้นหาตรงนี้จะ ซึ่งมันก็รู้แต่พอมานปฏิบัติธรรมมันก็แบบเมื่อก่อนนี่คะคือทุกปีมันจะมีเหตุการณ์ที่ทำให้มือถือนั้นเป็นไป พลังดึงดูดจากข้างในเพราะเราอยากให้มันเสียหาย ถ้ามันไม่เสียก็ไม่รู้ว่าจะซื้อเครื่องใหม่ยังงัย และมันก็มีอันเป็นไปจริง ๆ เสร็จแล้วพอปี 55 ที่เริ่มมาปฏิบัติมาทางนี้มันไม่ยอมเสียปกติงาน โบนัสเอ็กซ์โป ตอนเดือน 6 มันต้องเสียก่อนหน้านั้นมันจะต้องมีอันแบบว่าตกจากที่สูง จมน้ำบ้างอะไรอย่างนี้ มันไม่ยอมเป็นแบบอือหือ และ โบนัสเอ็กซ์โปตอนนั้นมันก็ติดค่าอะไรซักอย่างที่ไม่ได้ไปมันก็แบบอยู่ข้างในมันก็เยอะมาก ก็ต้องคิดพิจารณาเอาว่าจะทำยังไง ก็คิดไปคิดไปมันเปลืองนะก็เสิร์ทหาข้อมูลและมันใช้เวลาแทนที่จะบำเพ็ญบุญก็ต้องมาหาข้อมูลและก็คิดถึงแบบที่หมวยที่จะต้องเล่าเรื่องขยะ ขยะอิเล็กทรอนิกส์หรือนิกส์คิดไปเรื่อยคิดไปเรื่อยครอบจักรวาลมันก็รู้มาได้รู้แบบกดข่มเรื่อย ๆ นะคะเสร็จแล้วพอกคิดถึงข้อไม่ดีของมือถือแต่ละรุ่นที่เราคุ้นเคยไปเรื่อย ๆ เสร็จแล้วตอนนั้นก่อนจะตุลาคม ก่อนมาค่ายแฟนพันธุ์แท้ที่นครพนมไม่ไหวแล้วรู้สึกใช้ชีวิตกับการเสียเวลา กับการค้นหาและพิจารณาตรงนี้เยอะมาก ถ้าฉันซื้อไปฉันก็ไม่ต้องคิดเอาเวลาไปทำอย่างอื่น ก็ซื้อ ซื้อตอนนี้นั้นแบบกึ่งกนะ ก็ของ