

คุณนภวรรณ: ไข่ค่ะ เปิดใจวันแรกยังไม่ค่อยเปิดใจนะแค่พอวันที่ 2 อะไรอย่างนี้มันค่อย ๆ คลี่คลายไป

จิตอาสา: ก็คือที่คุณหมอแนะนำอะไรหรือว่าจิตอาสาแนะนำอะไรก็ปฏิบัติตาม

คุณนภวรรณ: ไข่ ไข่ค่ะ

จิตอาสา: ก็ฟังดูเหมือนอาการที่บอกเจ็บมาหลายปีไข่ไหมคะ ทรมานไม่ได้หาหมอทานยาแผนปัจจุบันนะคะ ก็คือแค่ได้ทานสมุนไพรมาบ้าง ตอนนี้ก็ต้องผสมสมุนไพรแล้วหรือว่ายังไงคะ

คุณนภวรรณ: ไข่ค่ะ งดตั้งแต่ก่อนมาค่าย 5 วัน

จิตอาสา: งดแล้วนะคะ ก็ได้ปฏิบัติตัวมาดูเหมือนก็ไม่ยากไม่ลำบากไข่ไหมคะ

คุณนภวรรณ: ไม่ลำบากค่ะ ก็ตั้งใจเราต้องมีความตั้งใจ ใส่ความตั้งใจลงไปมุ่งมั่นคือบังเอิญมีประสบการณ์ เคยเมื่อ 2 ปีที่แล้วน้ำหนัก 58 รู้สึกว่าอยากลดความอ้วน แล้วไปอ่านหนังสือเล่มหนึ่งแล้วแบบ เออ มันไม่น่าจะยากที่เราจะทำได้ ไม่ได้อดอาหารนะคะ กินอาหารเพียงแต่ว่าลดปริมาณลงเราก็ทำได้ลดลงมาเหลือ 53 แล้วตรงนั้นนะจะเป็นประสบการณ์ที่แบบเออ บอกตัวเองว่าอย่างนั้นเรายังทำได้เลยแล้วตอนนั้นก็ควบคุมน้ำหนักมาตลอดมา 2 ปีค่ะ

จิตอาสา: ปัจจุบันน้ำหนักเท่าไรคะ

คุณนภวรรณ: ประมาณ 53 แต่มาค่ายนี้เหลือ 50 ครั้ง

จิตอาสา: น้ำหนักในค่ายก็ลดลงไปประมาณเกือบ 3 กิโลกรัม 2 กิโลกรัมกว่านะคะ จาก 53 เหลือ 50 ครั้งนะคะก็แสดงว่าน้ำหนักก็ทรงตัวนะคะ

คุณนภวรรณ: ค่ะ ไข่ ๆ

จิตอาสา: จากมารับประทานอาหาร ก็น่าจะเป็นมังสวิรัตไข่ไหมคะ ไม่ทานเนื้อสัตว์

คุณนภวรรณ: ไม่เชิงค่ะ เป็นเจเจียค่ะ อยู่ที่บ้านคือน้องเขาจะรู้ว่าแบบตัวเองจะลดกินเนื้อสัตว์ เขาก็พยายามศรัทธาอะไรอย่างนี้ แล้วก็แต่ถ้าจำเป็นต้องกินแกงอะไรอย่างนี้ก็จะกินน้ำกับเนื้อนิดหน่อย

จิตอาสา: ค่ะ ก็จริง ๆ แล้วจะบอกว่า ซื่อเลื่อม รุมตอยด์ ตาแห้ง ไม่ยากเลยไข่ไหมคะถ้าเราจะดูแลสุขภาพ

คุณนภวรรณ: ค่ะไข่ค่ะ ไข่ถ้าตั้งใจปฏิบัติตามที่คุณหมอบอก

จิตอาสา: ค่ะ อย่างนั้นท้ายนี้อยากให้พี่ฟ้านะคะฝากอะไรให้กับพี่น้องหรืออยากจะแนะนำเทคนิคอะไรที่จะเป็นข้อมูลที่เป็นประโยชน์ค่ะ

คุณนภวรรณ: คิดว่าทุกคนทำได้นะคะต้องให้กำลังใจตัวเอง แล้วก็อย่าคิดว่ามันยากเกินไปทุกอย่างเราทำได้

จิตอาสา: ค่ะ ก็คือทุกอย่างเราทำได้ ทำให้สุด ๆ ไปเลยไข่ไหมคะ

คุณนภวรรณ: ไข่ค่ะ ไข่

กรณีศึกษาที่

1.33 จรรย์ พันธุ์บุล

ชายไทย อายุ 40 ปี

จังหวัดสุราษฎร์ธานี

โรคมะเร็งลำไส้

คุณจรรย์: ผมนายจรรย์ พันธุ์บุล บ้านเดิมอยู่สงขลา ก็ตอนนี้ก็ไปทำงานอยู่ที่ สุราษฎร์ธานี ส่วนรัฐสภาครับ

จิตอาสา: พี่จรรย์ไปทำงานอยู่ที่สุราษฎร์ธานี ตอนนี้อยู่ที่สุราษฎร์ธานีนะคะ พี่จรรย์คะ พี่จรรย์ มีความเจ็บไข้ได้ป่วย มีปัญหาสุขภาพอะไรอยู่เป็นทุนเดิมคะ

คุณจรรย์: ผมก็มีในร่างกายก็มีอยู่หลายคดี แต่ว่าที่ตัดสินแล้วก็มีมะเร็งลำไส้

จิตอาสา: หลายคดีมันพัวพันกันมาก ตกลงคดีมะเร็งลำไส้ชนะเพื่อนนะคะ

คุณจรรย์: ครับ

จิตอาสา: ตกลงว่าเป็นมะเร็งลำไส้มานานแค่ไหนแล้วคะ

คุณจรรย์: คือที่เจอที่รู้มาครั้งแรกก็ประมาณเดือนกุมภาพันธ์ ปี 2555 ครับ

จิตอาสา: กุมภาพันธ์ ปี 2555 ตอนนั้นที่พี่จรรย์รู้ว่ามีปัญหาเรื่องของมะเร็งลำไส้จะไปตรวจที่ไหนคะถึงได้เจอแล้วหมอบอกว่ายังไงบ้าง

คุณจรรย์: ตอนนั้นที่เจอ 2555 นี้ตอนนั้นผมรู้แต่ไม่ได้ไปตรวจ

จิตอาสา: อ้อ รู้แต่ไม่ได้ไปตรวจ

คุณจรรย์: ที่มาตรวจจริง ๆ ก็มันเริ่มเจ็บ พอกินข้าวอึดแล้วมันเริ่มเจ็บที่ท้อง

จิตอาสา: นี่คืออาการที่เป็นไข้ไหมคะ

คุณจรรย์: ครับ

จิตอาสา: ทานข้าวเสร็จแล้วก็ปวดที่ท้องตอนนี้สำรวจนะคะทานข้าวเสร็จมีไหมปวดท้อง บ้างหรือยังไม่มีนะคะ ค่ะ

คุณจรรย์: พอทานข้าวพออึดแล้วเจ็บ เจ็บด้านซ้าย

จิตอาสา: เจ็บด้านซ้าย

คุณจรรย์: เจ็บด้านซ้าย พอเป็นมาสัก 2 อาทิตย์ก็ไปหาหมอ

จิตอาสา: เป็น 2 อาทิตย์ ตอนที่รู้สึกปวดไข้ไหมคะ

คุณจรรย์: เริ่มปวดมากมา 2 อาทิตย์

จิตอาสา: ค่ะ เริ่มปวดมาก

คุณจรัญ: ก็ไปโรงพยาบาลก็ไปเอกซเรย์ดู ก็เจอลำไส้นี้ครับ ลำไส้มันพองอยู่ข้างหนึ่ง แล้วก็ท้องนี้ก็เริ่มจะบิดเบี้ยวไม่ได้รูป แล้วตอนนั้นก็หมอทางโรงพยาบาลทำโรงซ้างที่สุราษฎร์ ก็ส่งตัวไปที่โรงพยาบาลสุราษฎร์ก็ไป ไปถึงเขาก็ให้ไปส่องกล้องที่ลำไส้ ก็เจอแล้วก็ถ่ายรูปออกมาให้ไปเจอ

จิตอาสา: ก้อนโตไหมคะ

คุณจรัญ: ก็ก้อนโต ก็หลายเซนอยู่ครับ

จิตอาสา: หลายเซนค่ะ

คุณจรัญ: หลายเซนอยู่ แล้วก็ตอนนี้นะ เริ่มท้องผูก ก็ถ่ายมาเหมือนขี้แพะนะก็หมอบอกว่า มันตันไปแล้ว 60 %

จิตอาสา: ตันไปแล้ว 60 % นะคะ หมายความว่าเวลาที่ถ่ายออกมามันจะออกก้อนเล็ก ๆ แล้วมันเหมือนกับไปเบียด ให้อุจจาระของเรานี้เล็กลงใช่ไหมคะ

คุณจรัญ: ครับ

จิตอาสา: เลยออกมาเป็นก้อนเล็ก ๆ แล้วจะตันไปแล้ว 60 % นะคะ

คุณจรัญ: ก็หมอส่องกล้องแล้วตัดชิ้นเนื้อไปตรวจปรากฏว่าก็บอกว่าตอนนี้บอกว่าเป็นมะเร็งระยะที่ 1 แต่พอเข้าไปดูผลอีกครั้งหนึ่งหมอบอกว่าไปเริ่มไปไกลแล้ว ระยะที่ 3

จิตอาสา: โอ้แค่ระยะที่ 1 ทิ้งห่างแค่นั้นคะที่มันไปเลข 3 เลย

คุณจรัญ: ประมาณสัก 2 อาทิตย์

จิตอาสา: 2 อาทิตย์ไประยะ 3

คุณจรัญ: ครับ หมอเขาบอกว่าระยะ 3 แต่ว่าผมก็ไม่ค่อยเชื่อที่เขาไปผลการตรวจสอบนี้ระยะ มัน หมวาระยะมันใกล้เกินไป

จิตอาสา: ระยะที่ 1 นี้ก้อนมันจะโตขึ้นนะคะขนาดประมาณสัก 2 เซนติเมตร พอระยะที่ 2 นี้ก็คือก้อนนี้มันจะโตขึ้นนะคะประมาณ 5 เซนติเมตร พอระยะที่ 3 ก็หมายถึงว่ามะเร็งนี้มันไปถึงต่อมน้ำเหลืองและมีการลุกลามแล้วนะคะ ค่ะอันนี้ในระยะเวลาเพียงแค่นี้ไม่กี่อาทิตย์ก็ไประยะ 3 เราก็เลยคิดว่าหมออาจจะวินิจฉัยตอนแรกผิดเอาเป็นว่าตอนนี้รู้ก็คือว่ามะเร็งนั้นไปลุกลามไปแล้ว ไปยังต่อมน้ำเหลืองนะคะ แล้วหลังจากนั้นล่ะคะ

คุณจรัญ: หลังจากนั้นหมอก็นัดผ่าตัด

จิตอาสา: หมอนัดผ่าตัด

คุณจรัญ: ครับ

จิตอาสา: เวลาผ่าตัดมะเร็ง มะเร็งของลำไส้ใหญ่ค่ะ เวลาที่เขาผ่าตัดนี้ในส่วนที่มันมีปัญหาเรื่องของมะเร็งนี้จะตัดลำไส้ส่วนนั้นออกทิ้งแล้วก็ทำทางเปิดอุจจาระให้ออกทางหน้าท้องชั่วคราว ก็เอาลำไส้ตรงส่วนที่มาจากกระเพาะอาหารนะคะแล้วลงไปทีลำไส้เล็กนะคะ แล้วก็ต่อไป

ลำไส้ใหญ่ส่วนต้นลำไส้ใหญ่ส่วนกลาง แล้วก็ลำไส้ใหญ่ส่วนปลาย ถ้าเรามีปัญหาอะไรตรงไหนนี้ ลำไส้ค่อนข้างจะยาวมาก เพราะฉะนั้นถ้ามีปัญหาเนี่ยหมอก็จะตัดออกทิ้งโดยที่ไม่ได้เสียคายเลยนะคะ เพราะว่ามันยาวมาก ฉะนั้นพอเขาตัดออกทิ้งบีบส่วนที่มันต่อกับลำไส้เล็กจากกระเพาะอาหาร มา ลำไส้เล็กแล้วมาลำไส้ใหญ่ ส่วนนั้นเขาจะเปิดออกทางหน้าท้องแล้วก็อุจจาระที่ออกมาเนี่ยจะออกทาง หน้าท้องแทนแล้วก็จะใช้ถุงรองรับอุจจาระเป็นตัวรองรับไว้ นะคะ นั่นคือการรักษาของหมอแพทย์ ปัจจุบัน ที่นี้ตอนนั้นคุณนัคไซ์ใหม่คะว่าเราจะต้องรับการผ่าตัดแล้วคะคุณจรรยาตัดสินใจยังไงคะ

คุณจรรยา: ก็เขาให้ผ่า

จิตอาสา: ก็ต้องผ่าตัดกับเขาเลย

คุณจรรยา: ครับ

จิตอาสา: ค่ะ แล้วเป็นยังไงคะ หลังจากนั้นหมอฟันตัดไว้นานแค่ไหนคะ แล้วเป็นอย่างไร

คุณจรรยา: ก็ไปผ่าตัดครั้งแรกหมอก็ไม่ได้บอก ผมนึกว่าผ่าตัดแล้วก็ตัดลำไส้ทิ้งแล้วก็เย็บกลับ

จิตอาสา: ค่ะเราไม่ได้นึกเลยว่าลำไส้จะไหลอยู่ทางหน้าท้อง

คุณจรรยา: ไม่ทราบเลยครับ

จิตอาสา: ก็ตรงนี้ขออนุญาตเรียนนิคหนึ่งนะคะว่า ถ้าหากว่าลำไส้ของเราเนี่ยมีปัญหาแบบเจอ อุบัติเหตุลำไส้แตกหรือลำไส้โป่งพองเขาจะตัดแล้วก็ต่อก็คือเปิดมาทางหน้าท้องชั่วคราวแล้วก็เย็บ ดิดกลับเข้าไปใหม่ แต่ถ้าเป็นมะเร็งเนี่ย ถ้าเปิดทางหน้าท้องแล้วก็จะถ่ายทางหน้าท้องแบบถาวรนะคะ มันจะเป็นลักษณะนี้ถ้าหากว่าคนไข้ที่เป็นมะเร็ง ที่นี้คุณจรรยาไม่เคยรู้มาก่อนเลยว่าจะต้องเปิด ออกทางหน้าท้อง แล้วก็ต้องถ่ายทางนี้ไซ์ใหม่คะ คุณหมอไม่ได้ให้ข้อมูลก่อนหน้านั้นหรือคะ

คุณจรรยา: ไม่ได้ให้ข้อมูลครับ

จิตอาสา: โอเคตรงนี้ก็ข้อมูลที่เราจะต้องรู้ด้วยนะคะ เวลาเราเข้าไปรักษาอะไร เรามีสิทธิ์ จะขอข้อมูลได้นะคะ

คุณจรรยา: ตอนหลังก็หมออธิบายว่าเมื่อลำไส้เรานั้นมีปัญหาเขาก็ต้องตัดออก ทีนี้ถ้าจะอยาก ต่อตอนนั้นเลยมันก็เสี่ยง คือต้องรักษาให้หายก่อน ก็เลยเอามาถ่ายทางหน้าท้องแล้วก็รักษาด้านใน ให้หายก่อนถึงปิดได้ ก็ตอนนั้นเดือน ผมเข้าไปผ่าตัดเดือนสิงหา

จิตอาสา: ค่ะเปิดอยู่นานทางหน้าท้อง

คุณจรรยา: ก็สิงหาที่ออกจากโรงพยาบาลเมื่อวันที่ 6 กันยายน หมอบอกว่าวันที่ 13 นี้ก็ต้องให้คีโม

จิตอาสา: ค่ะ ไปเป็นระยะต่อไปของการรักษา หลังจากผ่าตัดแล้วก็จะเป็นการให้คีโมนะคะ เป็นการให้รังสีในการบำบัดคะ จะเป็นการให้ยาเคมีบำบัดนะคะแล้วคุณจรรยารับคีโม ได้รับความคีโมอยู่ นานแค่ไหนคะ

คุณจรรยา: ไม่รับครับ

- จิตอาสา: ไม่รับ
- คุณจรัญ: ไม่รับก็ตอนนั้นเมื่อออกจากโรงพยาบาลวันที่ 6 ทีนี้ผมก็คุยกับเพื่อน
- จิตอาสา: ต้องถามว่าคุณจรัญนะคิดยังไง พอหมอบอกว่าคีโมแล้ว ทำไมถึงได้ปฏิเสธการรับคีโมคะ
- คุณจรัญ: ก็ผมทราบ เคยมีข้อมูลมาก่อนแล้วว่า ถ้าคิดนี้ตายไปเกินครึ่งครึ่ง ก็เลยผมเลยที่ไม่เอาแล้วก็พอดีเพื่อนที่อยู่ทีสุราษฎร์ด้วยกัน คุณสุรวิทย์ คุณจันทร์แล้วก็น้องแอมี่ที่เป็นจิตอาสาที่นี้ก็อธิบายให้ฟัง ก็ตัดสินใจว่าไปหาหมอเขียวที่จังหวัดสงขลา
- จิตอาสา: คุณจรัญรู้จักหมอเขียวมาจากในทีมที่นี้ใช่ไหมคะ
- คุณจรัญ: ครับ รู้จากทีมที่นี้
- จิตอาสา: แล้วทำยังไงต่อคะตอนนั้น
- คุณจรัญ: ก็ไปหาหมอเขียวตอนนั้นคือผมกะว่าไม่รับคีโมแน่นอนแล้ว แต่ว่าที่เขาชวนไปหาหมอเขียวก็ยังไม่รู้วิธีการรักษาที่ยังวังเวงอยู่
- จิตอาสา: ค่ะสำหรับการรักษาของแผนปัจจุบันนะคะเรื่องของการผ่าตัดกับการให้เคมีบำบัดนี้ หมอบางท่านก็จะเลือกว่าผ่าตัดก่อนแล้วค่อยให้คีโมทีหลัง ก็คือว่าพอผ่าตัดเอาส่วนที่เป็นมะเร็งออกแล้ว อาจจะมีชิ้นเล็กชิ้นน้อยที่มันกระจายกระจายอยู่ เขาก็จะให้เคมีบำบัดไปเพื่อว่าจะได้จัดการกับเซลล์เหล่านั้นนะคะ หรือหมอบางท่านก็อาจจะให้คีโมไปก่อน เพื่อว่าจะให้เซลล์นี้มันเกาะกลุ่มกันชัดขึ้นแล้วก็ผ่าตัดทีหลัง ทีนี้เรื่องของการให้คีโมเข้าไปนี่นะคะ มันเป็นการรักษาแผนปัจจุบันที่ว่ามันเป็นสารเคมีที่ใส่เข้าไปในร่างกายแล้วมันไปยับยั้งการเจริญเติบโตของเซลล์ เพราะฉะนั้นไม่ว่าจะเป็นเซลล์ดีหรือเซลล์ร้าย มันก็จะยับยั้งหมดนะคะ แล้วหลังจากนั้น คุณจรัญบอกว่าไม่เอาคีโมแล้ว ก็ตัดสินใจที่จะไปคอนตอล
- คุณจรัญ: ไม่ครับ ไปที่สงขลา
- จิตอาสา: ไปที่สงขลานั้นคะ ไปสงขลาคะ
- คุณจรัญ: ครับก่อนที่จะไปนี่คือหมอทางที่เขาผ่าตัด ท่านก็บอกว่ามีการรักษาด้านสมุนไพรที่ไหนที่เขาบอกว่าอะไรอย่างนี้ เขาบอกอย่าไปเชื่อ
- จิตอาสา: ค่ะ แต่เราก็อยากจะเลือก
- คุณจรัญ: แล้วอีกทีหนึ่งเขาบอกว่าถ้ารักษาแบบสมุนไพรตายทุกราย ก็ตอนนั้นก็กลัว ๆ ก็ตัดสินใจว่าวันที่ 7 นี้ขับรถไปเองเลยไม่กลัวอะไรแล้ว ตายเป็นตาย
- จิตอาสา: ก็คือคำว่าสมุนไพรนี่ เขาอาจจะมองแค่สมุนไพรตัวใดตัวหนึ่ง ซึ่งมันไม่เหมือนกับกรณีของการใช้เทคนิคการดูแลตัวเองแบบที่ของหมอเขียว ซึ่งจะใช้หลาย ๆ ศาสตร์เข้ามาบูรณาการร่วมกันนะคะ เพราะฉะนั้นของเรานี้ก็ไม่ใช่ว่าเป็นสมุนไพร แต่ของเรามีเทคนิคในการบำบัดตัวเอง

เยอะเยอะหลายวิธี ตั้ง 9 เทคนิคนะคะ ตอนนี่ก็เลยคุยกับเพื่อน ๆ แล้วว่าจะลองรักษาโดยวิธีนี้คุณะคะ  
คุณจรรย์ก็เลยเข้าไปที่สงขลาซะใหม่คะ

คุณจรรย์: ไปที่สงขลาถึงไปถึง

จิตอาสา: ทำอะไรก่อนบ้าง พอไปถึงเขาให้ทำอะไรบ้างคะ

คุณจรรย์: ผมไปถึงตอนเย็นแล้วเขาก็อบรมกันแล้ว ผมก็นั่งฟังอยู่ด้านนอก นั่งฟังก็ไม่ได้  
เข้าใจอะไรมา

จิตอาสา: เชื่อใหม่ ฟังแล้วเชื่อใหม่คะ ตอนนั้นคุณหมอไปด้วยใหม่คะคุณหมอได้ลงไป  
ถ่ายด้วยใหม่คะ

คุณจรรย์: คุณหมอก็ไป ไปวันหลังแล้ว

จิตอาสา: คุณหมอไปวันหลัง

คุณจรรย์: แต่ว่าทีนี้ผมได้โทรคุยกับเพื่อน ๆ หลาย ๆ อย่างก็หลายคนก็เริ่มจะเชื่อพอมิ  
ทางที่จะรักษาแล้ว

จิตอาสา: รู้สึกว่ามีทางแล้ว

คุณจรรย์: เริ่มมั่นใจบ้างแล้ว ทีนี้ก็มีอยู่วันหนึ่งคุณหมอตานก็ไปเยี่ยมคนป่วยแล้วก็ไปอธิบาย  
ให้ผมฟังเรื่องการรักษา ตอนนี่ก็เลยมั่นใจที่จะไม่ไปปรับติโม

จิตอาสา: มั่นใจว่าเรามีทางเลือกใหม่แล้ว

คุณจรรย์: มีทางเลือกใหม่ก็มั่นใจวันนั้น ก็คุณหมอตานก็ถามว่าจะไปปรับติโมใหม่ ผมบอกว่า  
ไม่ไปแล้ว ก็อยู่รักษากับหมอเขียวนี้แหละ

จิตอาสา: ใช้เวลาในการดูแลตัวเองอย่างนี้นานแค่ไหนคะ

คุณจรรย์: ก็เริ่ม ผมเริ่มรักษาตามวิธี 9 ข้อนะครับ แต่ว่าก็มีดีที่อกซันนี้ไม่ได้ทำเพราะว่าหน้า  
ท้องมัน

จิตอาสา: ดีที่อกซันไม่ได้ทำนะคะ นี่ขนาดดีที่อกซันไม่ได้ทำ เพราะว่าลำไส้ของท่านนี้ถูกตัด  
เปิดออกทางน้ำท้องซะใหม่คะ

คุณจรรย์: ครับ

จิตอาสา: เพราะฉะนั้นถ้าจะดีที่อกซัน ดีที่อกซันทางลำไส้ต้องผ่านทางหน้าท้อง ดีที่อกซันข้างล่าง  
เพราะข้างล่างนี้มันไม่ได้ มันจะถูกตัดขาดไปแล้วซะใหม่คะ

คุณจรรย์: ก็หลังจากนั้นก็รักษามาเรื่อย ๆ แต่ว่าหนักไปในทางด้านอาหารนะครับ ถึงคเนื้อสัตว์

จิตอาสา: เน้นเรื่องอาหาร งคเนื้อสัตว์ค่ะ

คุณจรรย์: งคเนื้อสัตว์ก็ตามที่คุณหมอตานพูดว่า ถ้าเป็นมะเร็งแล้วไปกินเนื้อปลาเนี่ยโอกาสที่  
จะหาย 30 %

- จิตอาสา: 30 % ถ้ากินเนื้อปลา หาย 30 %
- คุณจริญ: แต่ถ้ากินพวกเนื้อวัวเนื้อควายนี่เนื้อสัตว์ใหญ่ ก็โอกาสที่จะหายก็ 0 %
- จิตอาสา: เนื้อสัตว์ใหญ่ขึ้นมา 0 % คุณหมอบอกไว้อย่างนั้นใช่ไหมคะ
- คุณจริญ: ก็ผมก็กลัวก็เลยไม่กินเลย กินมะเขือต้มพวกผักบุง
- จิตอาสา: ได้มะเขือต้ม ผักบุงลวก
- คุณจริญ: ก็ได้ลูกสาวกับแฟนก็ช่วยดูแลอย่างดีก็
- จิตอาสา: เรื่องหลัก ๆ นี่คือเรื่องของอาหารใช่ไหมคะที่ทำอยู่เยอะ
- คุณจริญ: เรื่องอาหารครับ
- จิตอาสา: น้ำสมุนไพรเย็นสดได้ใช่ไหมคะ
- คุณจริญ: สมุนไพรเย็นสดใช้ครับ
- จิตอาสา: น้ำสมุนไพรเย็นสดดื่มบ่อยแค่ไหน
- คุณจริญ: ทุกวันครับ
- จิตอาสา: ทุกวันค่ะ ทุกมือค่ะ แล้วเทคนิคอื่นล่ะคะ กัวซาใช่ไหมคะ
- คุณจริญ: ใช่ครับ
- จิตอาสา: ใช้เทคนิคกัวซาให้ใครบุคให้คะบุคเองหรือให้ลูกสาวหรือคุณภรรยา
- คุณจริญ: ครับ ก็ช่วยกัน 3 คน
- จิตอาสา: อ่อนะคะผลัดเวรกันบุคเลยนะคะ
- คุณจริญ: ครับ
- จิตอาสา: คะ บุคกัวซาแล้วดูแลตัวเองด้วยวิธีไหนอีกคะ
- คุณจริญ: นอกนั้นก็
- จิตอาสา: แห่มือแห่เท้าได้ทำไหมคะ
- คุณจริญ: แห่มือแห่เท้าก็แฟนเขามา มาฝึกที่ได้มาที่นาโพธิ์
- จิตอาสา: มีแฟนไปเข้าคอร์สที่สวนป่านาโพธิ์ด้วยแสดงว่าแฟนก็เชื่อ และที่เขาหันมากัวซาให้เราเขาก็เชื่อในเรื่องของการดูแลตัวเองแบบนี้
- คุณจริญ: ครับ
- จิตอาสา: คะ
- คุณจริญ: ก็ได้ทาน ดีที่ออกซอร์ไรก็แฟนเขามาฝึกแล้ว ก็ไปรักษาชาวบ้านที่บริเวณใกล้เคียงด้วย
- จิตอาสา: อ้อ สาธุค่ะ
- คุณจริญ: ก็เหมือนกับทางจิตอาสาที่บอกว่า ดีที่ออกซ์เวลามันออกมาเนี่ย มันก็เหมือนเหมือน ส้วมแตกเลย

- จิตอาสา: เหมือนเหมือนส้วมแตก คีที่อกซ์ ไม่รู้ใครส้วมแตกแถวนี้
- คุณจรัญ: ก็มันก็มีเรื่องตลก ๆ ที่นั่นนะ ก็บอกว่า ตำรวจก็บอกว่าแฟนเขาเวลาตกแล้วเหมือนเหมือนเวลาอยู่ในโลง
- จิตอาสา: บอกว่าอย่างนั้นเลยใช่ไหมคะ
- คุณจรัญ: ครับ ก็บอกแฟนเขาก็ยอมรับแต่หลังจากที่ได้คีที่อกซ์แล้วมันหายหมด แล้วตัวเขาจะโล่ง
- จิตอาสา: เปลี่ยนอาหารด้วยไหมคะ นอกจากคีที่อกซ์แล้ว ได้ลดอาหารพวกเนื้อสัตว์ลงไปไหมคะ นี่ขนาดใช้คีที่อกซ์อย่างเดียว
- คุณจรัญ: อย่างเดียวครับ ก็แนะนำไปที่หลายคนเหมือนกัน
- จิตอาสา: ค่ะใช้เวลาในการดูแลด้วยเทคนิคการดูแล 9 ข้อแบบของคุณหมอที่สำคัญนะคะ เรื่องของจิตในด้วยนะ คุณจรัญคิดยังไงตอนที่หมอบอกว่าเป็นมะเร็งคุณจรัญคิดยังไงคะ
- คุณจรัญ: คือผมก็ตอนที่หมอบอกนี่ ตอนแรกหมอไม่กล้าบอก เขาถามว่ารู้ไหมว่าเป็นอะไร ผมบอกมะเร็งถ้าได้ ก็บอกไม่กลัว จะต้องกลัวทำไม
- จิตอาสา: เวลาที่คุณหมอเขาจะบอกความจริงเรื่องใครเป็นมะเร็งเขาเหมือนคำพิพากษานะ เขาก็จะต้องดูดี ๆ ว่าคน ๆ นั้นน่าจะพร้อมที่จะรับข้อมูลนี้หรือยัง พร้อมที่จะรับรู้พร้อมที่จะรู้หรือยังว่าตัวเองนี่เป็นมะเร็งนะคะ เพราะฉะนั้นหมอเขาก็จะไม่กล้าบอกง่าย ๆ เหมือนกันต้องดูสภาพความพร้อมของคนไข้ด้วย แสดงว่าคุณจรัญนี้ทำใจไปแล้วอาจจะใจเรื่องนี้นะคะ คุณหมอก็เลยยอมที่จะบอก พอคุณหมอบอกว่าเป็นมะเร็งตอนนี้นั้นถ้าเป็นแบบนี้ก็กลัวไหม พอรู้ว่าเป็นมะเร็งตอนนี้นั้นกลัวไหมคะ
- คุณจรัญ: ถามว่ากลัวไหม มัน คือตอนผมว่าผมรู้ก่อนแล้วว่าเป็น ก็ทำใจไว้แล้ว
- จิตอาสา: อ้อ ทำใจไว้แล้ว
- คุณจรัญ: ไม่ได้ตกใจอะไรเตรียมที่จะรักษาแล้วก็ไม่ได้กลัวอะไรมาก
- จิตอาสา: นี่เป็นการตั้งรับสถานการณ์ที่ดีนะคะ ไม่ว่าจะโรคระไรมาก็ตามนะคะ ถ้าเราเตรียมใจเอาไว้แล้วนี่เราก็จะไม่กลัวมัน เหมือนคุณหมอบอกเราใช่ไหมคะ อย่างกลัวโรค อย่างกลัวตาย อย่างเร่งหายอันนี้ละคะเรื่องของจิตใจเป็นเรื่องที่สำคัญจริง ๆ ฉะนั้นถ้าหากว่าคุณจรัญกล้าที่จะเผชิญอย่างนี้นะคะ ก็เหมือนพร้อมที่จะดูแลตัวเองให้ดีขึ้น ไม่ได้พร้อมจะตายหรือกนะ พร้อมจะดูแลตัวเองเพื่อที่จะให้ตัวเองดีขึ้นใช่ไหมคะ คุณจรัญใช้เวลาในการดูแลตัวเองนานแค่ไหนนะคะ ตั้งแต่เดือนกันยายนที่ออกมา
- คุณจรัญ: เดือนกันยายนแล้วก็ หลังจากนั้นก็ประมาณเกือบ 3 เดือน
- จิตอาสา: เกือบ 3 เดือนค่ะ



- คุณจรัญ: 3 เดือนก็
- จิตอาสา: คุณหมอนัดหรือเปล่านั้น หรือว่า
- คุณจรัญ: หมอนัดให้ไปตรวจเลือด
- จิตอาสา: หมอนัดให้ไปตรวจเลือด
- คุณจรัญ: ตรวจเลือดปรากฏว่าปกติ
- จิตอาสา: ค่ะ ตรวจเลือดแล้วปรากฏว่าปกติ
- คุณจรัญ: ตรวจเลือดเสร็จ
- จิตอาสา: ตอนนั้นไม่ได้รับคีโมแล้วคุณหมอเขาก็ยังดูแลรักษานะคะ คุณหมอก็ไม่ได้ใจจัดใจคำ ว่าไม่รับคีโมก็ไม่ดูแลต่อ ไม่ใช่อย่างนั้นนะคะ เอาละทีนี้ 3 เดือนค่ะ
- คุณจรัญ: ตรวจเลือดเสร็จก็ไปที่เขาเรียกว่าสแกน ไปเอ็กซเรย์ในอุโมงค์
- จิตอาสา: ค่ะ ทำ MRI
- คุณจรัญ: ก็ฟังผลตรงนั้นแต่ผมนี่ค่อนข้างจะมั่นใจมากเลยว่า
- จิตอาสา: ใช้คลื่นแม่เหล็กไฟฟ้าในการที่จะตรวจดูว่าเรายังมีอะไรผิดปกติในร่างกายบ้างใช่ ไหมคะ ผลการตรวจเป็นยังไงคะ
- คุณจรัญ: ผลการตรวจก็ไม่มี
- จิตอาสา: ไม่มีอะไร
- คุณจรัญ: หมอก็นัดว่าผ่าตัดกลับ เตรียมปิดทวารเตรียม
- จิตอาสา: ปิดทวารเตรียมที่ออกทางหน้าท้อง ภายในเวลาแค่ 3 เดือนใช่ไหมคะ สุขยอดมากเลย
- คุณจรัญ: ไม่ถึง 3 เดือน
- จิตอาสา: ไม่ถึง 3 เดือน
- คุณจรัญ: หมอถึงงอครับ ตอนที่หมอเขาดูฟิล์มเอกซเรย์ผมว่า เขาก็ง
- จิตอาสา: เขาคงงงว่านี่มันฟิล์มของคนเดิมหรือเปล่านั้น ยังดีนะที่เห็นว่าลำไส้ขาดอยู่ ช่วงหนึ่งเพราะไม่อย่างนั้นก็ไม่น่าจะใช่ของคุณจรัญแล้ว ไม่รู้ไปเอาของใครมา ทีนี้หลังจากที่พอว่า รักษาแล้วในช่วง 3 เดือนนั้นพอลกลับไปหาคุณหมอ คุณหมอก็ถามคุณจรัญใหม่ว่าไปทำอะไรยังงั้นมา ตอนนั้นหมอรู้แล้วว่ามาหาหมอเขียว
- จิตอาสา: อ้อ หมอรู้แล้วตั้งแต่ไม่ไปรับคีโมใช่ไหม
- คุณจรัญ: คือทางหมอเขาก็รู้จากทางในข่าวของเขา แต่ว่าเขาก็เวลาไปตรวจไปอะไรเขาก็ ไม่ได้บอกว่าเป็นรูมาจากนั้นก็หลังจากนั้นหมอก็นัดไปผ่าตัด
- จิตอาสา: ค่ะ ผ่าตัดเย็บปิดกลับเข้าเหมือนเดิมภายในเวลาแค่ 2 เดือนกว่า ๆ ขนาดเป็นมะเร็ง ระยะที่ 3 ที่ลุกลามไปที่ต่อมน้ำเหลืองแล้วนะคะ ซึ่งเวลาที่ลุกลามไปที่ต่อมน้ำเหลืองแล้วมันพร้อม

จะแพร่ไปกระจายไปทั่วทุกที่ไปทั่วร่างกาย ถ้าเกิดว่าเขาตัดออก ก็คือเอามะเร็งเฉพาะตรงส่วนที่มีปัญหาออก แต่ส่วนที่มันลุกลามไปที่ต่อมน้ำเหลืองแล้ว มันก็จะไปของมันได้นะคะถ้าเราไม่คีโมนะคะ แต่อันนี้คุณจรัญเขาเลือกที่จะหันมาดูแลสุขภาพโดยแนววิถีธรรมชาติก็เลยทำให้ ทำให้ยาเม็ดนี้มันมีอานุภาพมากกว่าคีโมมากกว่าเคมีอีกหลายเท่า แล้วก็ดีกว่ามากมาย เพราะเราไม่ต้องรับอาการข้างเคียงความทุกข์ทรมานที่เกิดจากการได้รับคีโมเข้าไปในร่างกาย ซึ่งมันจะร้อน มันไปเผาไหม้เซลล์ที่ดี ๆ ด้วยนะคะ เพราะฉะนั้นตรงนี้ละคะที่ทำให้เป็นประสบการณ์ที่ดีที่เกิดขึ้นกับชีวิตคุณจรัญนี้ถือว่าเป็นประสบการณ์ที่ดีที่มีทางออกนะคะ แล้วก็สามารถที่จะดำรงชีวิตอยู่ได้ตอนนี้ ตอนนี้สุขภาพของคุณจรัญเป็นอย่างไรบ้างคะ

คุณจรัญ: ตอนนี้ผมว่าสุขภาพผมก็มันแค่ดี ๆ ที่แผล ส่วนอื่นก็ปกติหมด

จิตอาสา: ค่ะ ดี ๆ ที่แผล

คุณจรัญ: การระบบขับถ่ายก็ปกติทานอาหารก็ปกติ

จิตอาสา: สุขยอดมาก ๆ เลย

คุณจรัญ: ก็ดีใจผมบอกแล้วว่าผมมั่นใจกับคุณหมอตอนที่บอกผมที่นั่นนะครับที่นี้ผมก็ไปบอกกับเพื่อน ๆ ทางที่บ้านที่อยู่บ้างที่อื่นบ้าง บอกว่าถ้าใครไปรักษากับหมอเขียวนี่ต้อง ก็คือขออย่างเดียวคือให้เชื่อที่หมอบอกตรงนี้แล้วปฏิบัติตาม ผมว่าหาย

จิตอาสา: ตอนนี้ก็ได้ทางออกที่ดี สำหรับตัวเองนะคะ

คุณจรัญ: ครับ

จิตอาสา: ค่ะ ก็ต้องขอขอบคุณคุณจรัญมากเลยนะคะที่มาแลกเปลี่ยนประสบการณ์วันนี้ ต้องถามว่าจริง ๆ แล้วนี่ตอนที่เขารับข้อมูลมาคราวแรกปั๊บ แล้วก็ตัดสินใจที่จะมาดูแลกัน ดูแลด้วยการแพทย์วิถีธรรม ตอนนั้นคุณจรัญก็ให้เล่าให้ฟังเมื่อกี้คุณจรัญก็เข้าไปเนื่องจากว่าสมาชิกนี้ได้บอกข่าวบอกต่อกันไปใช่ไหมคะ แต่พอเจอตัวคุณหมอจริง ๆ คุณหมอมายืนยันความมั่นใจมากยิ่งขึ้นก็ทำให้มีความมั่นใจ ตรงนี้แหละคะจิตใจที่มีพลังและมีศรัทธาต่อการดูแลตามแนวการแพทย์วิถีธรรมนี้คะ ที่ทำให้ภูมิด้านทานในร่างกายของคุณจรัญก็ดีขึ้นนะคะ บวกกับว่าปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดูแลตัวเอง มาเป็นแนวของการแพทย์วิถีธรรมก็เลยทำให้สุขภาพดีขึ้นถึงวันนี้ละคะ ค่ะ ขอขอบคุณคุณจรัญมากนะคะตรงนี้คะ ขอเจริญธรรมค่ะ

(จรัญ พันธุ์อุบล. สัมภาษณ์ 2556, กุมภาพันธ์ 5)

กรณีศึกษาที่

1.34 อารีพัฒน์

ชายไทย

โรคมะเร็งตับ

คุณอารีพัฒน์: เจริญธรรมสำนักคดีครับท่านครับขออนุญาตนิดนึงนะครับ ขออนุญาตว่าเวลาผมพูดนี้ผมจะไม่พูดเหมือนคนป่วยสักเท่าไร ผมจะพูดเสียงดังนะครับผมเป็นไวรัสตับเป็นพร้อมกันกับ... เป็นก่อนกับขอดรักครับ เชื่อหรือไม่ว่าหมอที่สถาบันที่กรุงเทพ ไม่ต้องระบุนะที่สถาบันที่กรุงเทพบอกว่าอายุผมจะอยู่ได้อีก 1-6 เดือนไม่เกิน 3 ปี ผมก็โมครั้งแรกปี 2549 ผมจะอยู่ 1-6 เดือน 1-3 ปี ผมก็บอกว่าเกินนั้นไม่ได้หรอก ไม่ได้ไม่มีทาง ไม่มีทางรักษาหรอก เชื้อใหม่ฉบับปี 49 มาถึงปี 55 แล้ว 6 ปี ปีนี้เป็นปีที่ 7 ผมก็ยังไม่ได้ตายเลยครับท่านครับ ผมไม่ใช่เป็นโรคไวรัสบีเฉย ๆ นะครับ ไวรัสซี ดีบีแข็งมะเร็งตับ ผมน่าจะตายตั้งแต่ 3 ปีที่แล้ว เดียวนี้ 6 ปีแล้วครับ (นับนิ้วมือ) 49 50 51 52 53 54 ปีนี้เป็นปีที่ 7 มะเร็งไม่ได้ตายทุกคนด้วยโรคมะเร็งเสมอไปนะครับท่าน จะบอกอย่างนี้เลยนะครับคือ ผมไม่ได้บังคับให้ท่านตั้งใจฟังผม แต่ว่าบอกตรง ๆ นะครับว่า เราเนียไม่เคยรู้จักหมอเขียว บังเอิญนี้มันมีร้านมังสวิรัตินึงอยู่ที่อุดรธานี ตรงสี่แยกบ้านห้วยเขาเรียกสี่แยกบ้านห้วยเพราะผมทำงานที่สำนักงานพาณิชย์จังหวัดที่อุดร ผมก็ไปจับคู่เล่มละร้อยบาท เล่มละร้อยสิบบาท เล่มละร้อยห้าสิบ มีเล่มนี้สิบสองบาท (ชูหนังสือ) เออ มันน่าซื้อสิบสองบาทก็เลยซื้อมาหน้าทีสิบสองไลน์ที่สามจำได้ชื่อแม่ส้มเงิน หรืออะไรยิ้มใส อะไรนี้แหละ ยังไม่เปิดแต่ว่าน่าจะจำแม่นนะครับ เล่มละสิบสองบาท หน้าทีสิบสอง ไลน์ที่สามเป็นมะเร็งตับแล้วไปกินน้ำใบย่านาง แล้วเห็นบอกว่าไปเอกซเรย์แล้ว มันฟ้องผมก็เลยปฏิบัติตามมาว่า เอ๊ะมันน่าจะได้ผลนะ บางทีก็อาย ๆ ฮ้าวพี่แกงหน่อไม้ทุกวันหรือ ไม่กำละ 5 บาทก็ซื้อไปอย่างนั้นแหละ แต่วันนี้อยากจะบอก ผมก็โมมาแล้ว 7 ครั้ง ครั้งนี้ครั้งที่ 8 หมอนัดให้ผมไปศิริโมวันที่ 13 กุมภาพันธ์บั้งเอิญผมขออนุญาตหมอบอกว่า ผมมีธุระสำคัญมาก สำคัญอะไรล่ะ ในเมื่อคุณ Early คุณออกจากราชการแล้ว สำคัญมากเลยครับ คุณต้องรีบมาคำนวณเลยนะ ผลเลือดคุณสูงจังเลย ผมก็เลยตัดสินใจว่าระหว่างไปศิริโมวันที่ 13 กับวันที่ 13 มาเข้าค่ายนี้ผมเลยเลือกเอาเลือกเอา ท่านครับผมเรียนอย่างนี้นะครับว่าท่านไหนเคยศิริโม ไม่ต้องยกมือครับ รู้ว่ามันทรมาณขนาดไหนเวลาเข้าไปในห้องศิริโม เวลาเข้าไปในห้องศิริโมครับเราไปนอนอยู่ในอุโมงค์ เหมือนเข้าไปในเมรุนะเหมือนอยู่ในโลงศพแล้วมีสวิตซ์กดไฟ แล้วก็ตี๊ดขึ้นมา แล้วก็ไหลเข้าไปในช่องอุโมงค์นะครับ ผมคิดว่าวันนึงต้องขึ้นเมรุก็ต้องน่าจะเป็นแบบนี้แหละผมก็คิดในใจว่าเราเป็นรายต่อไปเราน่าจะเป็นรายต่อไปจริง ๆ แล้วท่านครับ ท่านคิดอย่างผมได้ไหมเมื่อก่อนรบกวนครอบครัวมากเลย เราต้องตายเราจะตาย ถ้าเราตายแล้วรูปที่ตั้งหน้าศพไม่ต้องตั้งนะ ธรณี

กรรมแสง ไม่ต้องเปิดนะ โลงศพไม่ต้องมีลายทองลายอะไรนะ เอากล่องมาใส่ แล้วขึ้นเมรุเผาเลยไม่ต้องเอาไว้ศาลาหมอบอกขนาดนั้นครับลูกสาว 2 คนที่เรียนอยู่กรุงเทพร้องไห้ขนาดนั้นเลยนะเอ๊ะ เราอยู่มามันก็ยังไม่วายนี่เลยมาฟังซีดีหมอบอกที่ทางอำเภอสว่างแดนดินกับเจริญศิลป์มันห่างกัน 17 กิโลเมตร เขาเอาซีดีให้ ก็มาฟังคุณหมอบอกว่าคนที่เป็นมะเร็งเนี่ย คุณสมมติก็แล้วกันว่า มันมีบ้านหลังนึงที่มันมีหนูเกิดเราจะฆ่าหนูแล้วคุณเผาทั้งบ้านเลย แมวที่มันจะจับหนูนี้เป็นเม็คเลือดขาวมันฆ่าแมวด้วยฆ่าหนูด้วย แล้วก็เผาบ้านด้วยอ้าว หมอบอกให้ผมตายหรือทำไมจิตใจเข้าไปในตับผมประจำเลยใช่ไหมครับ ผมเลยตัดสินใจว่าถ้ามาถ้าไปหาหมอมอนอนทีโมแล้วครับนี่แต่ผมยังมีพลังเดินอยู่ไม่เคยบอกใครเลยว่าเป็นมะเร็งระยะสุดท้ายตั้งแต่ปี 2552 แล้วผมก็ปฏิบัติตัวเรื่อยมา จากไบย่านางเล่มนี้ เล่มละ 12 บาท เล่มถูก ๆ นี่เอ๊ ผมก็ไล่ดูนะประวัติท่าน ผมรับราชการอยู่ที่จังหวัดมุกดาหารปี 43-44 ดูประวัติท่าน ท่านก็รับราชการอยู่ที่อำเภอหว้านใหญ่ก็น่าจะไปเจอกันเพราะสมัยนั้นออกห้องที่ก็น่าจะเจอกัน เพราะว่ามันมีเขาเรียกว่าบูรณาการงานกันอยู่ ระหว่างกระทรวงสาธารณสุขกับกระทรวงพาณิชย์อะไรนี้ ก็เจอท่านอยู่แต่สมัยนั้นท่านยังไม่ดัง ก็เลยไม่รู้จัก พอมาอ่านดูแล้ว เอ๊ะมันปี พ.ศ. ที่ผมอยู่มุกดาหารนี่ มันจะน่าเชื่อถืออะไรน้อไบย่านางผมก็ไปตลาดมันมีตลาดบ้านห้วยที่อุดรธานี เขาจะกำละ 5 บาท แต่เดี๋ยวนีเขาขึ้น 7 บาทแล้วผมก็แนะนำไปหลายคนแล้วเออ มันขายดีโดยที่ผมไม่บอกเลยนะ เอ้าพี่แกงหน่อไม่ทุกวันหรือ อิมหน่อไม้ผมกินไม่ได้หรือ ผมก็กินผมก็เอาไปทำธุระของผมนี่แหละขนาดน้องที่เขาถามว่าพี่กินแล้วยัง เสียเขียนะ ไม่ ยังไม่กล้าลองเลยที่ไหนได้ตัวเองทำทุกอย่าง ถามว่าเรื่องไบย่านางเนี่ยคิดจริงไหมมันก็ปฏิบัติอยู่เรื่อย ๆ มาผมอยู่ได้เพราะไบย่านางหรือเปล่าไม่ทราบ ไม่ทราบแต่ก็ปฏิบัติถ้าเรามีเวลาเราก็ทาน ไม่มีเวลาเราก็ไม่ทานแต่บังเอิญนี้ผมเพิ่งมารู้สูตรว่า อย่าให้มันเข้มข้นขนาดนั้นเข้มข้นไปมันก็ไม่ดีกินบ่อยมันก็ไม่ดี เราก็แล้วแต่มีเวลานะครับกินอาหารจี๊ดเรื่อยมาท่านครับ มันอยู่ได้เพราะอาหารจี๊ดจริง ๆ มาอยู่ที่นั่นคนอื่นมีปัญหา เขาพูดแซวแม่ครัวที่นี่ไม่มีฝีมือเลย เห็นอาหารไม่อร่อยจริง ๆ เขาแซวเล่น แต่จริง ๆ แล้วผมทานได้สบาย ภรรยาผมก็ทานได้ขออนุญาตเพิ่มเติมนิดนึงไปนอนอยู่ที่โรงพยาบาลที่กรุงเทพห้องมันเป็นห้องพิเศษห้องรวมนะครับ มันจะมีอยู่ 6 เตียง ห้องรวมคือห้องแอร์ ก็คือนอนอยู่ 6 เตียง ทุกครั้งที่ไปนอน 7 ครั้งนี้มีตายทุกวันเลย มันมีรายหนึ่งยกนี้บอกว่าผมจะออกไปเลือก ส.ส. พอเข้ามาหมอบอกเขาก็มาดู พยาบาลก็วิ่งมาดู ญาติเขาก็บอกว่าไม่ไหวแล้วสักพักนึงเขาก็เอาอะไรมาบีบช่วยหายใจ แพ็บ ๆ ผมก็เรียก ลุงคล ลุงคล เลือกตั้งก่อน ไป ๆ มา ๆ ก็เหมือนปลาที่โดนทุบหัวนะผมก็มองดู อ้าว ไปแล้ว ไปแล้วทุกครั้งก็ต้องเห็นคนเสียชีวิตไม่รู้วันไหนจะเป็นรายของเรา ผมก็เลยตัดสินใจว่าถ้าคือโมครั้งที่ 8 นี้ผมจะรอดไหม ไอ้คือโม 2 ครั้งตายแล้ว คือโม ไม่ทราบว่ามีคน 7 ครั้งเหมือนผมมีไหมมะเร็งตับนะ แต่ว่าอย่างอื่นคงไม่อันตรายเพราะว่าเข้าเส้นเลือดใช่ไหม ของผมต้องนอนแล้วมาเจาะตรงขาหนีบแล้วก็สอดสายยางเข้าไปเป็นเหมือนใส่ปากกา ยาวเข้าไปประมาณ

คอกนี้ เจ็บนิดเดียวนะคุณอาร์พัฒนาะ หมอก็พูดเพราะอยู่ เจ็บนิดเดียวนะ มันสะดุ้งเลย ไอ้นิดเดียว  
 ของหมอแต่เจ็บของเรานั้นที่สุดเลยนะ แล้วก็ใส่ชุดอวกาศเหมือนกับจะขึ้นอพลโล 11 ดังควัก ๆ  
 เอ๊ะ ถ้ามันดีแล้วพวกคุณมาป้องกันตัวเองทำไม ไซ้ไหมเสร็จแล้วนี่หายใจเจ็บ เจ็บไปเลย ได้ยินแต่  
 เสียงลำโพงอ้าว หายใจเข้า หยุดหายใจหนึ่ง บีบ แล้วก็ปล่อยมามือขวาใส่น้ำเกลือ เอ็มมือซ้ายใส  
 น้ำเกลือ มือขวามันจะมีตัวที่ เอ่อ อะไรนะหายใจนะ ผมไม่ ซิพจรผมก็เลยเอามือนี้นมาเช็ยตาคว้า ผม  
 จะแอบดูจอคอมพิวเตอร์ พอหายใจเข้า หยุดหายใจหนึ่ง เขาจะปล่อยคีโมมามันเหมือนกับเราหยุด  
 หมึกเข้าไปในแก้วน้ำ บีบ แล้วก็ร้อนทั้งตัวเลยอ๊อ๊ สบายแล้วเราแล้วก็ให้นับอีก ปล่อยอยู่ 3-4 ครั้ง  
 มันจะรอดไหมนี่ พอขึ้นไปบนห้องเขาจะไม่ให้เดินเลยนะครับ ให้นอนยาวไปตลอด แล้วก็จะไปมัด  
 ขาเรา 8 ชั่วโมง ไม่ให้เราทานอะไรเลยไม่ให้เรากระดุกกระดิกเลย 8 ชั่วโมงนะครับ ไม่ได้ทานข้าว  
 ไม่ได้ทำอะไรเลย แล้วอีกอย่างหนึ่งก็คือว่ามันหายใจไม่ได้แล้ว พยายามก็วิ่งมาดึงผ้าล้อมผม ผมก็  
 เจ็บไปแสดงว่าผมตายไปแล้ว ตายไปแล้วสักพักหนึ่งก็เห็นหน้าคุณหมอบอกว่า เอ้าพยายามดูก็แล้ว  
 กันรีบรื้อยแล้ว รีบรื้อยหมายถึงผมยังไม่ตายนะครับ ให้คีโมที่ไรพลังชีวิตตกทันทีเลย ต้องนอน  
 อยู่บนเตียงหนึ่งสัปดาห์ ไปนอนอยู่ที่บ้านอีกหนึ่งสัปดาห์ ถึงถือกระเป๋าผูกเนคไทใส่สูทไปทำงาน  
 ล้อกล่อม ๆ เครื่องหมายกรรมยังอยู่เลย ออกจากราชการมา 4 เดือนกับ 19 วัน ทำไมพลังชีวิตเรตก  
 อย่างนั้น ไซ้ไหม ถ้าเราไม่คีโมโทษที่ผมพูดถึงเรื่องพบหมอเขียว ท่านบอกว่าจะตอบครั้งเดียว ตอบ  
 ครั้งเดียว ท่านก็ตอบไปแล้ววันนั้นแหละตอบว่า ถ้าเป็นผม ผมไม่คีโมหรอก เพราะว่ามันฉีดเข้าไป  
 มันจะฆ่ามะเร็ง มะเร็งตายแน่นอน แต่คุณก็ต้องตายแน่นอนถามว่ามีเลือดขาว มันก็ต้องตายเผา  
 บ้านให้หนูตายแมวก็ต้องตายประเด็นนี้ 50/50 แต่พอมาถึงวันนี้แล้ว 100 % ผมจะไม่ไปคีโมแล้ว  
 เมื่อผมยังเดินได้เรื่องยา 9 เม็ดนะครับผมทำมา ถามว่าครบไหมผมมา เดินมา หลายคนที่เป็นเดินชื่อ  
 เทปนะนะ ผมสะกดเพลงนี้ ที่หมอเขียวบอกว่า เหนือตายนั้นไม่ตาย เหนือจุดหมายนั้นไม่มี เหนือ  
 ทุกข์ไม่ทุกข์กว่า เหนือเงินตราคือความดี ผมคิดใจอยู่เพลงเดียวคิดใจอยู่เพลงเดียว คำร้อง ทำนอง  
 หมอใจเพชร กล้าจน แล้วมาดู อ้อ มันสะกดเดินมานี้ก็สะกด ไปอยู่ในห้องน้ำก็ได้ยินเพลงนี้ มัน  
 เพลงอะไรเราไม่ถามครับมันช่วยเหลือตัวเองครับพึ่งตัวเองจริง ๆ นะครับ แล้วจะฝากครั้งสุดท้ายก็  
 คือว่า เราอย่ารบกวนครอบคร้วมาก เราไปบอกว่าเราจะตาย เราไปบอกว่าลูกพ่อจะตายแล้วนะ  
 วันหนึ่งกินอาหารแล้วมันเรออกมากครับ บังเอิญนี่ก็เลยไปบอกครอบครัวว่า ลูกสาวขึ้นมาจาก  
 กรุงเทพสองคนแล้วภรรยาที่อยู่อยู่ครบกันทุกคนเลย พ่อไม่ได้อยู่แล้วพ่อเห็นเขาอ้วกที่โรงพยาบาล  
 ออกเป็นเลือดอย่างนี้แหละ แล้วเป๊็บเดียวก็เอาผ้ามาล้อมแล้วก็เงินออกไป เขาตาย พ่อที่ลักษณะ  
 อาการเดียวกันเลย พ่อดีลูกสาวคนโตก็เป็นอีก เป็นเหมือนกันเลย พ่อมันไม่ไซ้หรอก ที่พ่ออ้วก  
 ออกมานี้เพราะเรากินอาหารในตู้เย็นแล้ว ไม่อุ่นแล้วไอ้แดง ๆ นี่คือน้ำแดงที่พ่อชงกับหนูนี้แหละ  
 หนูก็เป็นผมก็เลยไม่ตาย ลูกสาวก็ไม่ตาย ผมยังอยู่เลยอย่าไปอุปาทานมากครับ อย่าไปอุปาทานมาก

ผมคิดว่าตัวเองต้องตายวันนั้น แต่ว่าลูกสาวก็เป็นเพราะมันเป็นน้ำเสลดขับอุบอกรับ แต่คนที่อยู่โรงพยาบาลมันเป็นเลือดครับแต่เรา เอ้เราเดินไปเดินมา เราสั่งเสียลูกแล้วเราไม่ตายนะครับ สุดท้าย นะครับอย่างกลัวตายใช้ไหมครับ อย่างกลัวโรคแล้วก็แม่แต่อยู่ตรงนี้ มาตรงนี้ ผมก็ไม่หวังผล ผมไม่ได้ห่มินคุณหมอเขียวแต่ท่านบอกว่า อย่างกลัวตาย อย่างกลัวโรค อย่างหวังผล อย่างกังวล ผมก็เลย เขียนไว้ฝากพิธีกรรมว่าฝากทุกท่านด้วยนะครับ จำง่าย ๆ เอาไปคิดข้างฝาไว้ว่าอย่างกลัวตาย มันทำให้ใจ เสรีโรค อย่างกลัวโรคมันทำให้ใจสับสน อย่างเร่งแม้สุขภาพพึ่งตน อย่างกังวลปล่อยวางไว้หายทุกข์เอง เราปฏิบัติตั้งแต่แรก ตั้งแต่ฟังซีดีคุณหมอเขียว ตั้งแต่ดูใน Google นะครับ เพราะเราไม่รู้สื่อมันจะไปเอาตรงไหน เพราะว่าเราไม่มีซีดีใช้ไหมครับ พอเราไปฟังตรงนั้นแล้ว หมอเขียวบอกว่าถ้าเรา ฆ่ามะเร็ง มะเร็งตายแน่นอน แต่คุณต้องตาย แล้วอย่าไปกลัวตาย ผมก็เลยบอกว่า ได้ยินคุณหมอพูดในซีดีบอกว่าตายไม่กลัวหรอก แต่คนเรากลับตาย เอ๊ะคุณหมอนี่พูดแปลก ตายไม่กลัวหรอกแต่คนเรากลับตาย พอมาฟังตรงนี้แล้ว 4 ข้อนี้มันเข้าเป้าเลยครับ ผมก็เลยแต่งเป็นกลอนไว้ นะครับ ว่าจิตใจมีผลต่อสุขภาพอย่างยิ่ง แล้วเชื่อไหมครับว่าพอผมไปเอ็กซ์เรย์รู้ผลมะเร็ง เมื่อไรผมกลับคืนมา ผมกลับมาบ้านผมไม่ได้นั่งเครื่องมา นั่งรถทัวร์มาผมป่วยทุกทีเลยครับ เพราะอุปาทานจิตใจมีผลต่อสุขภาพอย่างยิ่งครับ จิตใจมีผลต่อสุขภาพอย่างยิ่ง คุณหมอก็ย้ายแล้ว มันตรงกับผมพอนั่งรถทัวร์กลับมาบ้านนะครับ มันก็คงจะกระแทกกระเทือนคนที่ไปอบรมบ่อย ๆ อายุสั้นผมก็ฟังแล้วพอมายังบ้านเจ็บครับ เจ็บตรงนี้ พอตั้งใจจะมามาหาหมอเขียวขับรดยังไม่ถึงมูกอาหารเลย ไอ กระแอม หรือว่าพูดดัง ๆ ไม่เจ็บ มันเป็นเพราะอุปาทานหรือเปล่า เพราะคุณหมอก็มาพูดบอกว่าคนที่มีความสุขที่ ย่ำแย่มานอนอยู่ตรงนี้สบายใจ ไม่มีทุกข์บางทีอาจจะหาย พอคุณหมอออกนอกค่ายเมื่อไรก็อาการเพิ่มขึ้นผมว่าอยู่ที่จิตใจผมกลัวตาย ทุกคนกลัวตายครับ คนที่บอกว่าไม่กลัวตายหรือคนนั้น โทกห ครับ ผมกลัวตายแต่อย่างไปกลัว อย่างไปคิดมาก จิตใจสำคัญที่สุดครับ ครับสวัสดิ์ครับ ขอให้โชคดีทุกท่านครับ สวัสดิ์ครับ

3 ปีที่แล้วผมน่าจะขึ้นเมรุไปแล้วแต่อันนี้เข้าปีที่ 7 แล้วครับยังอยู่ ยังมีชีวิตอยู่ ยังเดินอยู่เพิ่งบอกวันนี้เองว่าตัวเองเป็นมะเร็งระยะสุดท้ายครับขอบคุณครับ สวัสดิ์ครับ

เข้าค่ายครั้งที่ 2

จิตอาสา: ค่ะเจริญธรรมสำนักดินะคะ วันนี้เรามาที่สวนป่านาบุญ อำเภอคอนสาร จังหวัด มุกดาหารนะคะ ซึ่งมีการจัดค่ายสุขภาพแพทยวิถีธรรมขึ้นในวันที่ 12-18 มีนาคมนะคะ วันนี้ก็ตรงกับวันที่ 3 ของค่ายนะคะ คือวันที่ 14 มีนาคมนะคะ เราก็ได้เกียรตินะคะจากท่านผู้ที่มาเข้าค่ายกับเรา ซึ่งคราวนี้เป็นครั้งที่ 2 ของท่านผู้นี้แล้วนะคะเรียนเชิญค่ะ

คุณอารีพัฒน์: สวัสดิ์ครับ ผมชื่อ อารีพัฒน์ สายมาครับ ก็เคยรับราชการมา 26 ปีแต่ตอนนี้เป็นข้าราชการบำนาญครับไม่ทำงานแล้วครับ ออกมาพักผ่อนครับ

จิตอาสา: ค่ะแล้วตอนที่คุณารีพัฒน มาเข้าค่ายกับทางแพทยวิถีธรรมครั้งแรกนะคะ มีอาการป่วยไม่สบายเป็นอะไรมา แล้วก็ผลการเปลี่ยนแปลงจากที่มาเข้าค่ายครั้งแรกกับครั้งนี้มีความแตกต่างกันอย่างไรบ้างคะ

คุณารีพัฒน: มีความแตกต่างก็คือ ไอ้ช่วงที่เดินทางมานะ เราตั้งใจเราไม่ดีก็จะขับรถ จะไอ จะจาม จะพูด จะจุกชายโครงด้านขวา ก็รู้ยู่ว่าตัวเองเป็นอะไร ก็รู้ยู่ แต่หลังจากนั้นมา ก็ลงไปที่กรุงเทพอีกครั้งหนึ่ง ก็สุขภาพก็ดูแล้วมันเหมือนปกติอยู่นะ แต่ว่าหลังจากที่รับผลของเอ็กซเรย์ก็คือ MRI มาจากโรงพยาบาลที่กรุงเทพแล้วนี่ก็หมอนัดไปकिโมกับผ่าตัดแต่ให้รับตัดสินใจ เพราะว่าหมอต้องรีบเดินทางไปอเมริกา ต้องตัดสินใจภายในเดือนมีนาคม แต่บังเอิญมาที่สวนป่านานาชาติ ทางโรงพยาบาลอำนาจเจริญก็มีการเช็คเลือด ผมก็ได้ตั้งไปว่าเช็ค SGOT เช็ค SGPT นี่ แล้วก็ผลการทำงานของตับ แล้วก็ AST ผลมะเร็งก็รู้สึกว่าการผลของมะเร็งนี้ 50,366 ก็ตกใจเหมือนกัน

จิตอาสา: ค่ะ งั้นแสดงว่าก็คือ จากที่จบค่ายครั้งแรกไปก็คือประมาณเดือนกุมภาพันธ์ที่ผ่านมา ก็ระยะเวลามันก็ห่างกันประมาณ 1 เดือน

คุณารีพัฒน: ครับ ประมาณ 1 เดือนได้เองครับ

จิตอาสา: ค่ะแล้วที่นี้พอทางคุณารีพัฒนกลับไป ได้ปฏิบัติในเรื่องของหลัก 9 เม็ด หรือว่าเทคนิค 9 ข้อของคุณหมออย่างไรบ้าง หรือว่ามีตัวไหนที่เราทำเป็นพิเศษไหม แล้วเห็นถึงความแตกต่างอย่างไรบ้างคะ

คุณารีพัฒน: ทำเป็นพิเศษก็คือเรื่องปรับสมดุลทางสมุนไพร ก็คือเราบังเอิญนี้อยู่ข้างบ้านนี้ ก่อนที่จะมานี่ ไปรู้จักหนังสือหมอเขียวในเรื่องของไบยานางอยู่แล้ว ก็เลยไปซื้อมาปลูก ปลูกก็ไม่ได้ทันกินหรอกเพราะว่า 22 ต้นนี้มันก็ไม่ทันหรอก นอกจากว่าเราไปเอาข้างนอกมาปั้นนะครับ หลังจากทีกลับไปก็รู้จักเพิ่มขึ้นก็คือ มีอ่อมแซบ มีนมราชสีห์ มีว่านกาบหอย มีไบยานาง ก็ใช้ในส่วนนี้

จิตอาสา: ค่ะ ผสมผสานกัน

คุณารีพัฒน: เกือบทุกวัน

จิตอาสา: ค่ะ ก็คือเหมือนว่าดื่มแทบจะทุกวันเลย

คุณารีพัฒน: แทบทุกวัน ครับ ไม่เว้นเลย

จิตอาสา: ค่ะ แล้วในเรื่องของน้ำสมุนไพรรวมหรือที่เราเรียกกันว่าน้ำปัสสาวะนี่คะ ได้ใช้บ้างไหมคะ

คุณารีพัฒน: ดื่มครับ

จิตอาสา: ดื่มใช่ไหมคะ แล้วคราวนี้พอเราได้ดื่มสมุนไพรปรับสมดุลมีความเปลี่ยนแปลง หรือว่ารู้สึกว่าจะร่างกายเราเป็นยังไงบ้าง

คุณาริพัฒน์: เปลี่ยนแปลงนี้ไม่ได้ถูกเสียด ไม่มีผลกระทบอะไร เพียงแต่ว่าตกใจตรงที่ผลเลือดของโรงพยาบาลอำนาจเจริญ

จิตอาสา: ค่ะ แล้วไอ้อาการตกใจของเรานี้คือ เพิ่งจะมาเป็นตอนที่อยู่ในค่าย แต่ว่าตอนที่อยู่ที่บ้านนี้ก็ยังใช้ชีวิตปกติ ?

คุณาริพัฒน์: ใช้ชีวิตปกติ ตกใจเมื่อคืนนี้เองครับ รอผลเลือดก็มาหาจิตอาสาที่นี่แหละ

จิตอาสา: ค่ะ แล้วไม่ทราบว่าตอนที่กลับไปหลังจากที่จบค่ายครั้งแรกคือเดือนกุมภาพันธ์ คุณาริพัฒน์ได้ไปตรวจผลแล็บของแพทย์แผนปัจจุบัน แล้วคราวนี้นี้ได้ทานยาหรือว่าเขาได้รักษาอะไรยังไงบ้าง หลังจากที่เราพอเราตัดสินใจว่าพอมาจบค่ายปุ๊บแล้วเราไปลองเช็คผลกับแพทย์แผนปัจจุบันด้วยค่ะ

คุณาริพัฒน์: จบค่ายคือ หมอนัดวันที่ 12 กุมภาพันธ์ แต่บังเอิญโกหกหมอบอกว่าไปธุระก็เลยเลื่อนเป็นวันที่ 23 กุมภาพันธ์ พอถึงวันที่ 22 เดินทาง วันที่ 23 ก็ไป MRI มาผลก็ออกวันนั้นเลยหมอก็นัดคีโมนัดคีโมหมายความว่าให้เราตัดสินใจว่าจะคีโมหรือผ่าตัดในวันที่ 23 แต่ว่าให้หันวันนั้นแต่ยังมีใจผูกพันว่า จะต้องมาปฏิบัติดูแลตนเองทางนี้อยู่ ก็เลยบอกว่าขอตัดสินใจได้ไหมก่อนที่คุณหมอจะเดินทางไปอเมริกาที่เลขมาทางนี้อยู่ เสร็จแล้วมาเห็นผลเลือดนี้แหละว่า มันก็เลย 50/50 ตอนนั้นคิดว่าจะ 100 % แล้วว่าจะไม่คีโมกับผ่าตัด

จิตอาสา: ค่ะ แล้วก็ ตอนนี้ก็ยังตัดสินใจอีกครั้ง

คุณาริพัฒน์: ก็เลยเมื่อก็ สักครู่นี้เองก็ลงเล ที่เห็นโบสีเหลืองของโรงพยาบาล

จิตอาสา: ค่ะ ๆ ก็ไม่เป็นไร แล้วคราวนี้พอสิ่งที่ที่อาริพัฒน์ได้เรียนไปครั้งแรก ก็คือมาเข้าค่ายสุขภาพนะคะ ก็รู้ว่าวิธีการเอาพิษออกทั้งหมด 9 วิธีของคุณหมอเขียวนี้ พอได้ไปดื่มน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด ความแตกต่างที่บอกว่ามันไม่มีอาการจุกเสียดเหมือนเดิมแล้วนะคะ คราวนี้ยาเม็ดตัวอื่น ๆ อย่างเช่น ดีท็อกซ์ หรือว่าในเรื่องของการแช่มือแช่เท้า การพอกทาหรืออย่างนั้นนะคะ ได้มีการทำบ้างไหมคะ

คุณาริพัฒน์: ที่พูดมาทั้งหมดนี้ ทำหมดเลยครับ พอกก็ทำครับ แช่มือแช่เท้าก็ต้องไปหาสมุนไพรมา แล้วน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดก็ทำ อาหารที่เป็นรสไม่จัด

จิตอาสา: ฤทธิ์เย็น รสจืด

คุณาริพัฒน์: รสจืดก็ทำอีกข้อหนึ่ง เมื่อกี้ว่าอะไรนะ ก็ทำ รู้สึกว่าคำถามมานี้จะทำหมดทุกข้อ เพียงแต่เรื่องของการนั่งสมาธิการปฏิบัติธรรม บางทีมันมันไม่ค่อยจะ โอกาสไม่ค่อยเหมาะสมกันเท่าไร ก็พยายามอยู่



จิตอาสา: ค่ะ แล้วตอนช่วงที่กลับไปใช้ชีวิตอยู่ที่บ้าน ไปปฏิบัติตัวเองต่อที่บ้านอะไรอย่างนี้นะคะ ความเปลี่ยนแปลงของร่างกายของเรา ที่เรารู้สึกว่ามันพัฒนาขึ้นใหม่หรือว่ามีความรู้สึกว่าอาการมันยังคงที่อยู่อย่างไรหรือไม่คะ

คุณอารีพัฒน์: พัฒนาขึ้นใหม่ จะดูไม่แตกต่างนอกจากจิตใจเรา จิตใจเราว่าเราจะไม่โกรธ ไม่กังวล อีกอย่างหนึ่งก็คือว่าเราตัดสินใจแล้วว่า เพราะไปเห็นเพื่อนล้มหายตายจากมาหลายคนที่มีมันเป็นห้องพิเศษ 6 คนเนี่ยเข้าไปห้องพิเศษ 6 คนนี้ตายต่อหน้าต่อตา ก็มีโทรศัพท์มา นึกว่าเบอร์ของเขาโทรมา ญาติโทรมาบอกว่าเสียแล้ว ก็มีทำให้เราไม่อยากจะกลับไปอีก แต่มาถึงตอนนี้ก็ ก็บอกตรง ๆ ว่ามันก็ยังคิดอยู่ในใจว่า จะเชื่อหมอเขียวทั้งหมดเลย หรือว่าต้องกลับไปคิดที่บ้านก่อน

จิตอาสา: อืม... ได้ค่ะ ก็ไม่เป็นไร ก็คืออันนี้ก็อาจจะจะเป็นอีกข้อหนึ่งในการประกอบการตัดสินใจในเรื่องของการที่จะทำการดูแล เป็นหมอดูแลตัวเองต่อใหม่ หรือว่าจะใช้ทั้งสองทางควบคู่กันไปหรือยัง ใจ ก็เป็นเรื่องที่ทางคุณอารีพัฒน์กำลังตัดสินใจอยู่

คุณอารีพัฒน์: กำลังตัดสินใจ

จิตอาสา: ค่ะ แล้วที่นี้คิดว่าการที่เข้ามาอยู่ในค่าย ณ ตอนนี้นะคะ ที่พอเราเริ่มค่ายเป็นวันที่ 3 แล้ว พออยู่ในค่ายคุณอารีพัฒน์ได้มีการปฏิบัติตัวยังงัยบ้าง หรือว่าทำแบบเดิมอยู่ หรือว่ามีอะไรเป็นพิเศษใหม่นะคะ ในเรื่องของยา 9 ข้อค่ะ

คุณอารีพัฒน์: ยา 9 ข้อนี้กินน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด แล้วก็ทานอาหารที่ค่ายจัด กัวชาทำ แต่ว่าพอกับดีที่อกซั่มมันไม่สะดวก เราเห็นว่าห้องน้ำไม่สะดวก ไซ้ใหม่ครับ กับพอกันมันต้องไปล้าง คือมันจะทำให้สกปรก เห็นมีผู้หญิงเยอะก็เลยไม่ได้ปฏิบัติถ้าจะลองอีกครั้งหนึ่ง ก็น่าจะเป็นพุงนี้เป็นตัวดันไป

จิตอาสา: ค่ะ ก็คืออันนี้อาจจะเป็นอีกหนึ่งทางเลือกก็ได้ ที่พอเรามีการตรวจไปแล้ว แล้วก็ลองปฏิบัติใหม่อีกทีหนึ่งทำแบบอย่างเข้มข้น ผลอาจจะมีการเปลี่ยนแปลงก็ได้ภายใน 7 วันนี้นะคะ ก็ยังต้องลองดูนะคะถ้าอย่างนั้นท้ายที่สุดนะคะ อาจจะให้พี่อารีพัฒน์นะคะฝากบอกอะไรสำหรับคนที่อาจจะเหมือนเราได้ แล้วก็รู้สึกว่าการเดินทางที่จะมารักษาเส้นทางนี้เป็นอย่างไร หรือว่าอาจจะควบคู่กันไประหว่างแพทย์แผนปัจจุบันกับแพทย์ทางเลือกคะ เชิญบอกได้เลยคะ

คุณอารีพัฒน์: ครับ ความจริงแล้วเนี่ยคนที่ป่วยรุนแรงเดียวกันที่พยาบาลทักเวลาผมลงไปรักษาที่กรุงเทพ พยาบาลก็จะทักว่าเพื่อนคนนั้นไปแล้วนะ เพื่อนคนนั้นไปแล้วนะ นักเรียนร่วมรุ่นเดียวกันเราก็ไม่สบายใจ แต่ว่าพยาบาลเขาอาจจะไม่ได้นึกถึงจิตใจว่าเราเป็นมะเร็งระดับนี้มันอยู่ไม่ได้ไม่นาน ทุกคนที่พูดไม่ว่าจะเป็นวิทยากรหรือว่าจิตอาสาบางท่าน ก็พูดถึงว่ามะเร็งระดับนี้อยู่ไม่ได้ไม่นาน แต่บังเอิญนี่หมอบอกว่าอยู่ได้ 1-6 ปี ผมก็เลยมา พอมาถึงอยู่ได้ 3 ปี ก็ ตอนแรกบอกว่า 1-6 เดือน แต่ไม่เกิน 3 ปีแต่พอเกิน 3 ปีแล้ว อืม ผู้ต่อเถอะ พอ 49 มาถึง 54 มัน 6 ปีแล้ว พอถามหมอเมื่อวันที่ 23 กุมภาพันธ์

ที่ผ่านมา ที่ลงไป MRI หมอก็บอกว่าสู่อีกสักปีเถอะเป็นปีที่ 7 ผมเลยตัดสินใจที่จะมาทางคุณหมอ เขียวมาทางเลือกของคุณแลชีวิตยังจดไว้เลยว่า ปรีนออกมาเลยว่า คุณหมอบอกว่า อย่ากลัวตาย อย่ากลัวโรค อย่าเร่งผล และอย่างกังวล นะครับผมก็จะยึดทางนี้มานะครับ ก็คงจะเป็นผลคืออยู่ข้างในเรื่องของจิตใจ มากี่มากคนเดียวด้วย ขับรถมาเองนะครับ มาคนเดียว แล้วก็คงต้องขับกลับคนเดียวอีกนะ ครับ สิ่งทีอยากจะบอกท่านผู้มีเกียรติที่กำลังดูตอนนี้ก็คือว่าท่านตัดสินใจอันไหนเป็นการดีที่สุด จะตัดสินใจรักษาทางแผนปัจจุบันก็เป็นสิ่งที่ดีที่สุด แต่ว่าถ้าท่านตัดสินใจมาทางหมอทางเลือกวิถีธรรมก็เป็นเรื่องของการตัดสินใจที่ดีที่สุด ผมยังตัดสินใจว่าผมจะไม่กลับไปแล้ว ผมเลยมาตั้งปณิธานกับตัวเองไว้ นะครับ เพื่อมีประโยชน์สำหรับท่านผู้มีเกียรติทุกท่านนะ ครับ พี่น้องทุกท่านผมก็เขียนไว้บอกว่าจะทำตามคุณหมอเขียวแนะนำไว้ จะไม่ให้ความตั้งใจนั้นจางหายจะท่องจำอยู่เสมอว่า ไม่กลัวตาย จะไม่อายแม้เพื่อนเราเขานินทาใคร จะว่าเราโง่งเง่าช่างเขาเถิด ยาดีเลิศสมัยใหม่เล็กแล้วหนาคีโมฉายแสง ผ่าตัดผมขอลาเพราะศรัทธาคุณหมอเขียว ท่านเชี่ยวชาญนะ ครับ ขอบคุณมาก ครับ สวัสดีครับ

(อารีพัฒน์, สัมภาษณ์ 2555, เมษายน 5)

สนทนาปัญหาหัวใจ กับค่าผลตรวจของมะเร็ง

อ.หมอเขียว: ค่าสัมพัทธ์มะเร็งนี้ไม่ใช่ตัวบ่งบอกว่ามะเร็ง 100 % นะ มันไม่ใช่ซะ ต่อให้มันว่าใช่ แล้วมันจะเกี่ยวอะไรก็ในเมื่อชีวิตเราไม่ได้แฟ้น แล้วเราก็เป็นมิตรกับมันบางที่ร่างกายเราเขาจะบอกว่าเขาปรับตัวหรือว่าค่าต่าง ๆ มันคือค่าปกติของเขา ถ้าเขาสภาพร่างกาย วิทยุญาณมาแบบนี้เขาต้องมีธาตุอันนี้เท่านี้ ๆ เขาถึงจะอยู่ได้ เขาต้องมีสารเท่านี้ ๆ แบบนี้ สถานการณ์โลกแบบนี้ สถานการณ์ความร้อนของโลกขนาดนี้เขาก็ต้องมีสารขนาดนี้ ๆ เขาถึงจะอยู่ได้ไม่จั้นเขาก็อยู่ไม่ได้ อะไรอย่างนี้ ร่างกายก็ปรับตัวของเขาจริง ๆ แล้วค่าที่มันมีค่าที่สุดคือค่าของพลังชีวิต ค่าของวิทยุญาณ ค่าของสัญญา ของเวทนาความหมายรู้ ค่าของเวทนาคือความรู้สึกสุขทุกข์ความรู้สึกสบายไม่สบาย

คุณอารีพัฒน์: ผมเรียนคุณหมอตั้งแต่ครั้งแรกแล้วว่ามันโทรมนักเลย

อ.หมอเขียว: ใช่

คุณอารีพัฒน์: โทรมแบบพอล่อยเข้าไปนี่มันจะร้อนทั้งตัว หมอที่คิดจะไม่รู้หรือว่ามันร้อนขนาดไหนเพราะหมอไม่เคยโดนฉีด เจ็บนิดเดียวคุณอารีพัฒน์ เจ็บแค่เหมือนไม่เท่าผู้หญิงคลอดลูกด้วยซ้ำไป เราก็ไม่รู้ว่าคุณผู้หญิงคลอดลูกเขาเจ็บขนาดไหน แต่ว่าพอนิดเข้าไปแล้วนี่เลยครับ ตอนเขามากดแผลก็เจ็บเบาลงแต่ว่าตอนไปมัดขาไว้ 8 ชั่วโมง ไม่ให้งอ ไม่ให้นั่นเลย คือตรงนั้นแหละ ทรมาน มันหลายชั่วโมงกว่าจะเดินได้

อ.หมอเขียว: นั่นก็คือความชัดเจนว่า ถ้าหลักการของพระพุทธเจ้า สิ่งนั้นนะ ทำให้ทุกข์ใช้ใหม่  
สิ่งนั้นทุกข์หรือไม่ทุกข์ละ ที่ให้ลิโมนะ มันทุกข์นะ

คุณอารีพัฒน์: ทุกข์ ธรรมดา

อ.หมอเขียว: ทุกข์ธรรมดา แล้วพระพุทธเจ้าตรัสว่าทุกข์นี้มันจะเพิ่ม โรค ทุกข์นี้คือการ  
เบียดเบียน ความเบียดเบียนคือการเพิ่มโรค ในพระไตรปิฎกเล่มที่ 14 ท่านก็ตรัส วงการแพทย์ก็ไป  
ไม่ถึงไง เขามีวิบากมันอยู่ที่เราจะเดินใช้วิบากตามเขาใหม่ละ นั่นละค่อย ๆ ทบทวนข้อมูลดี ๆ เราจะ  
รู้ ถ้าเราไปเคมีมันก็ทุกข์มากขึ้นทันที

คุณอารีพัฒน์: กว่ามันจะใช้งานปกติได้

อ.หมอเขียว: ใช้พอทุกข์มากขึ้น พระพุทธเจ้าก็ตรัสว่าอะไรที่ทำให้ทุกข์มากขึ้นคือการ  
เบียดเบียน การเบียดเบียนทำให้มีโรครวม มันก็เพิ่ม โรคทันที สติก็มีให้เห็นชัด ๆ อยู่แล้วคนไปทำ  
ที่ทุกข์ธรรมดา ตายเกือบ 100 % อายุสั้นกว่าปกติด้วยซ้ำ

คุณอารีพัฒน์: ตามแขนขานี้ใหม่ไปหมดเลยครับอยู่ห้องเดียวกัน

อ.หมอเขียว: ใหม่ไปหมด ใช้แต่ถ้าเราอะไรที่เราสบาย สบายคือไม่เบียดเบียน

คุณอารีพัฒน์: ตอนนี่ก็สบายครับ

อ.หมอเขียว: ก็สบาย ก็ไม่เบียดเบียน ไม่เบียดเบียนโรคก็ลดลง โรคก็ลดลงทุกครั้งนั่นแหละ อัน  
นี้ไม่ใช่โรคนะ นี่มันเป็นค่าทางวัตถุ

คุณอารีพัฒน์: เอ้า ผมรบกวนคุณหมอ เห็นยอดสูงขนาดนี้ใหม่ครับ AST

อ.หมอเขียว: ผมไม่ได้ตกใจอะไรมันจะล้านึงผมก็ไม่ตกใจมันเลยนะ ผมอยากจะพิสูจน์ให้เห็น  
ว่าผมอยากให้มันค่าเป็นล้านแล้วคนไม่ตาย นี่ทำความเข้าใจกับสัจจะกับธรรมะไปเรื่อย ๆ  
พระพุทธเจ้าตรัสเรื่องอะไร มันเป็นเรื่องลึกซึ้ง

คุณอารีพัฒน์: มันไม่สามารถบอกได้ว่า ถ้าไปแล้วอายุยืน ถ้าอยู่ตรงนี้อายุยืนกว่า มันไม่มีใคร  
บอกได้

อ.หมอเขียว: ไม่มีใครบอกได้

คุณอารีพัฒน์: ครับ

อ.หมอเขียว: มันอยู่ที่ว่าแบบไหนเรามีความสุขกว่า

คุณอารีพัฒน์: ก็อยู่อย่างนี้มีความสุข จะสังเกตตัวเองว่าถ้าไปนอนโรงพยาบาลนี้ มันจะเคียด มัน  
จะไปห้องน้ำต้องลากน้ำเกลือ ลากน้ำเกลือแล้วก็เข้าห้องน้ำ ไม่สามารถที่จะทำปกติได้ จะใส่เสื้อ จะ  
เช็ดตัวมาอย่างนี้มันมีความสุข เดินไปไหน เดินเข้าห้องน้ำก็สบาย ๆ เดินไปแล้วก็นั่งฟังอาจารย์  
ต่อ การที่มาค่ายกับไปโรงพยาบาล ตรงนี้มีความสุขมากกว่า 100 % ครับ

อ.หมอเขียว: ชีวิต อะไรมีค่าที่สุด ก็คือความสุขมีค่าที่สุด อะไรมีค่าที่สุดในชีวิตละ

คุณอารีวัฒน์: ครับ ถ้าไปแล้วนี่ ทрудโทรมกว่าจะทำงานปกติได้ กว่าจะกลับจะปกติได้นี้มันรู้สึกว่าจะเปลี่ยจะเหนื่อยมาก ๆ แต่มาตรงนี้แล้วนี่ผมขับรถมาเองขับไปกลับเอง มาคนเดียวเหมือนคนปกติแต่คนอื่นถามก็ไม่อยากบอก พอออกแล้วก็ ผมบอกว่าเป็นมะเร็งตับระยะสุดท้ายนะ เพราะว่าหมอบอกว่า 3 ไป 4 แล้วไป 4 แล้วก็คือเป็นระยะที่ 4 แต่ในตัวเองยังเชื่อว่าจะไม่ใช่คนทรุดขนาดนั้น เรามีความเชื่ออย่างนั้น คุณหมอดูให้หน่อยว่ามันน่าจะตายภายในปีนี้ไหม (หัวเราะ) เอาตรง ๆ เลย

อ.หมอเขียว: ดูไม่ได้หรอก มันตอบไม่ได้หรอก อย่างนี้มันจะตายหรือไม่ตายนี้ สมมติว่าเรามีความสุขดีแล้วเราตาย สุดท้ายชีวิตมันต้องตายอยู่ดี ฟังให้ชัด ๆ นะ เราไปกิโมเราก็ต้องตาย เราไม่ กิโมเราก็ต้องตาย ป่วยก็ตายไม่ป่วยก็ตาย คนนะมันตายอยู่ดี แต่ก่อนจะตาย จะทำชีวิตให้มันเป็นสุข หรือเป็นทุกข์พอสุดท้ายมันก็ไม่เหลืออะไร

คุณอารีวัฒน์: อยากทำชีวิตให้เป็นสุข

อ.หมอเขียว: เอ้อ เราก็ต้องก็เลือกเอาสิ จะเลือกสุขหรือเลือกทุกข์

คุณอารีวัฒน์: เลือก แต่ว่าเรายังไม่มีความมั่นใจว่าอันไหนจะยืนกว่า

อ.หมอเขียว: อย่าไปสนใจว่าจะอะไรจะยืนกว่าความยั่งยืนของชีวิตไม่ใช่เรื่องสำคัญ สำคัญที่ความสุข ความยั่งยืนของชีวิตไม่ใช่เรื่องสำคัญนะ เพราะสุดท้ายทุกอย่างก็ดับไป แม้แต่พระพุทธเจ้าก็ไม่ได้อะไรนะ สุดท้ายท่านก็ไม่มีความรู้สึกอะไรสุดท้ายก็ไม่มีความรู้สึกอะไร คนเราแค่เดิน ไปสู่ความไม่มีความรู้สึกเท่านั้น เอาให้ชัด ๆ นะ เดินทางไปสู่ความไม่มีความรู้สึกเท่านั้น ในขณะที่เดินไปสู่ความรู้สึกไม่มีความรู้สึกนะ ใจสิ่งที่อยู่ในระหว่างทางนะมันก็แค่ความจำเท่านั้นแหละเราก็แค่จำได้ว่าเราทุกข์หรือสุข ทุกข์หรือสุข ทุกข์หรือสุข แค่นั้นแหละ ทุกอย่างมันก็แค่นั้นนะ สุดท้ายทุกอย่างมันมีแค่สัญญา คือความหมายรู้ จำได้หมายรู้ จำว่ามันคืออะไร สุขหรือทุกข์ สุขหรือทุกข์ สุขหรือทุกข์ สุขหรือทุกข์มันก็เท่านั้นเองนะ มีแค่ความรู้สึกสุขรู้สึกทุกข์แค่นั้นนะ แต่สุดท้ายก็ไม่มีความรู้สึกอะไร

คุณอารีวัฒน์: เมื่อสักครู่นี้ก็บอกร้องจิบอยู่เหมือนกันว่าตอนนั้น 100 % นะร้องจิบที่คิดว่าจะไม่กลับไป พอมาเห็นผลเลือดแล้วขออนุญาตว่ามันยัง 50 อยู่ เพราะว่ามันความคิดยังไม่เปลี่ยนหรอก แต่ว่ามันยังไม่มั่นคงเท่าไร ยังเป๋ ๆ อยู่ เพราะจำได้ว่าเมื่อไปกิโมแล้วนี่ กระทบหลายอย่างเลยครับ ผมไม่เคยหงอกก็หงอก หูอื้อตาไม่เคยใสแวนมันเป็นไปหมดครับ จิตเข้าไปในในตอนนี้มันจะร้อนร้อนเสร็จแล้วนี่ก็จะทำงานปกติได้ต้องนอนพักผ่อนเป็น 2 อาทิตย์ 2 อาทิตย์ก็คือ 14 วัน ก็ครึ่งเดือนนะ อยู่อย่างนี้เดี๋ยวเรากลับไปก็ทำอะไรก็ได้ ก็นั่นสิผมว่าทางเลือกที่เราจะต้องตัดสินใจ

อ.หมอเขียว: ใช่ อยู่ที่เราต้องการความสุขหรือความทุกข์แค่นั้น ก่อนที่จะไม่มีความรู้สึกอะไร

คุณอารีวัฒน์: ต้องการความสุข

อ.หมอเขียว: ก็ต้องไปค้นว่าอะไรคือความสุข ทำพลังชีวิตให้ดี ทำใจให้ดี

คุณอารีพัฒน: ใจดีแล้ว พลังชีวิตก็ดีขึ้น

อ.หมอเขียว: จบทุกอย่างเชื่อมั่นในชีวิตของตัวเอง อย่าไปเอาชีวิตไปแขวนไว้กับความคิดของคนอื่นมาก เชื่อมั่นในชีวิตของตัวเอง ผล (การตรวจ) ก็เป็นการวัดใจว่าแกว่งกับวัตถุใหม่ วัตถุไม่เที่ยงบอกไว้แก่นี้ ตัวเที่ยงคือจิตวิญญาณ จิตวิญญาณที่มันเป็นทุกขันธ์นั่นแหละมันถึงเที่ยง เอาพลังชีวิตนั่นล่ะคือของจริง พระพุทธเจ้าเชื่อพลังชีวิตนะ มันเป็นความรู้สึกจริงแล้วเราต้องอยู่กับความรู้สึกของเรานะ เราควรอยู่กับความรู้สึกที่ดี ๆ ที่เป็นสุข ก่อนที่จะไม่มีความรู้สึก สุดท้ายก็ไม่มีใครมีความรู้สึก มันจะอีก 100 ปีก็ไม่มีใครมีความรู้สึกอะไร เรามีความรู้สึกดี ๆ ไปจนกว่ามันจะไม่มีความรู้สึก มันดีที่สุดในโลก

คุณอารีพัฒน: ครับ ผมจำได้ อยู่ในวิถีชีวิตของเมืองกาญจน์หรือเปล่าไม่รู้ บอกว่า ดายไม่กลัวหรอก แต่คนเรามันกลัวตายหรือยัง นี่แหละผมก็เลยว้า เอ๊ะ มันก็คล้าย ๆ กับว่า ทุกคนมัน ไปอยู่แล้วทำไมเราต้องกลัวด้วย เมื่อเราทำดีที่สุดกับชีวิตเรา เราไม่ได้เฉยกับชีวิตเมื่อคุณทำดีที่สุดแล้ว คุณตัดสินใจเรื่องไหนก็เป็นเรื่องที่ดีที่สุดนะ ตัดสินใจก็โมกี้ดีแล้ว มันต่อมา มันต่อได้ 6 ปี คุณตัดสินใจไม่ก็โมกี้มันต่อได้ 1 วันก็เป็นเรื่องของคุณ เพราะมันดีที่สุดแล้ว

อ.หมอเขียว: ใช่ ก็มันดีที่สุดแล้ว

คุณอารีพัฒน: ถือว่าเราตัดสินใจ

อ.หมอเขียว: ใช่ ถือว่าเราได้เรียนรู้ในสิ่งที่เราตัดสินใจ มันจะออกมายังไงมันก็ดีที่สุดแล้ว ทุกคนตัดสินใจตามบุญของตัวเอง

คุณอารีพัฒน: ครับ ขอบพระคุณคุณหมอครับ

อ.หมอเขียว: ไม่เป็นไรครับ สาธุ

(อารีพัฒน. สัมภาษณ์ 2555, เมษายน 5)

กรณีศึกษาที่

1.35 วิราศิณี มณีโรจน์

หญิงไทย อายุ 42 ปี

จังหวัดกระบี่

โรคไตเสื่อม



คุณอ้อม: ชื่ออ้อมค่ะ วิราศิณี มณีโรจน์ กราบสวัสดิ์ค่ะ

- จิตอาสา: อายุเท่าไรคะ
- คุณอ้อม: 42 ปีค่ะ
- จิตอาสา: บอกไปเลย หนูมาจากไหน
- คุณอ้อม: มาจากจังหวัดกระบี่นะคะ
- จิตอาสา: ค่ะ แล้วก่อนที่หนูจะป่วยนี้ เป็นมาอย่างไร สั้น ๆ นิดนึงค่ะ
- คุณอ้อม: ป่วยตอนแรกเลยเริ่มแรกเลย เป็นไตอักเสบเกิดจากครรภ์เป็นพิษนะค่ะแล้วก็ทานยาจากโรงพยาบาลมาก็ทานเรื่อย ๆ มากลายเป็นไตเสื่อมพอ
- จิตอาสา: ตอนแรกครรภ์เป็นพิษ
- คุณอ้อม: ค่ะ
- จิตอาสา: ทานยาจนไตเสื่อม
- คุณอ้อม: จนไตเสื่อม หมอบอกว่าไตเสื่อม พอทาน ๆ มากลายเป็นว่าไตวายระยะที่ 5 ค่ะ ไตวายระยะที่ 5 แล้ว
- จิตอาสา: ก่อนไตเสื่อมนี้ มีอะไรอีกไหม
- คุณอ้อม: ก่อนไตเสื่อมเมื่อปี 50 นะ ชื่อกลมดศติไป 20 นาทีค่ะ แล้วก็ฟื้นมาแล้วก็หลังจากนั้นก็มาเมื่อเดือนกันยายนี่ ปีนี้อะก็เริ่มอัมพฤกษ์ เกิดจากไตวาย เป็นอัมพฤกษ์เดินไม่ได้ ค่ะ เดินไม่ได้เลย ผมร่วง ผมร่วงเล็บดำ ทุกอย่างเหมือนจะตายแล้ว 11 วันนอนอยู่กับที่กระดูกไม้ได้ ต้องป้อนอาหารคะทานเองไม่ได้ค่ะ แล้วก็เริ่มดีขึ้น ตอนแรกเลยเพื่อนมาเข้าคอร์สแล้วเพื่อนะ กลับไปไปทำน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดให้กิน มันก็เริ่มกระดูกขาเริ่มเดินได้ เริ่มดีขึ้นค่ะ เริ่มเดินได้ เริ่มช่วยเหลือตัวเอง เริ่มเข้าห้องน้ำเองได้ เริ่มอะไรได้ค่ะ
- จิตอาสา: ด้วยอะไรคะที่เดินได้
- คุณอ้อม: ด้วยน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดค่ะ
- จิตอาสา: ค่ะเดี๋ยวก่อนนะ นิดนึงก่อนที่หนูป่วยนะ ก่อนที่จะป่วยหนักนี้ หนูป่วยเป็นโรคไตมานานเท่าไร
- คุณอ้อม: 21 ปีค่ะ
- จิตอาสา: 21 ปี
- คุณอ้อม: 21 ปีค่ะ ทานยาตลอด
- จิตอาสา: ก็ได้ไปทานยาตลอดเลย 21 ปี นะคะ
- คุณอ้อม: ค่ะ
- จิตอาสา: จนทำให้ไตเป็น
- คุณอ้อม: ไตเสื่อม

จิตอาสา: ไตเสื่อมแล้วตอนหลัง

คุณอ้อม: ไตวาย

จิตอาสา: ไตวายเสื่อมและวายนะคะแล้วที่นี้ 21 ปีนั้นน่าจะใช้จ่ายเงินไปสักประมาณเท่าไร ประมาณโดยคร่าว ๆ

คุณอ้อม: อ้อ ประมาณคร่าว ๆ ประมาณคร่าว ๆ นะที่ตอนหลังมันจะมี 30 บาทช่วยด้วยนะคะ ก็มันก็เป็นเกือบเป็นล้านคะ ขนาดมีบัตร 30 บาทแล้วก็ยังมียานอกประตึ้นออกมาอีกทุกอย่าง ก็ต้องที่ประมาณนั้นแหละคะ ค่าเดินทางมากรุงเทพฯอะไรต่ออะไรก็เยอะคะ เยอะมาก

จิตอาสา: ในที่สุดเราก็ยังไม่หายแล้วมาที่นี้มาด้วยอาการอย่างไร

คุณอ้อม: มาด้วยเมื่อเดือนกันยายนี่เป็นอัมพฤกษ์นะคะแล้วก็ได้ทราบข่าวจากเพื่อน เพื่อนมาก่อน เพื่อนมาเข้าคอร์สที่นี้มาก่อน แล้วเพื่อนกลับไปแนะนำสมุนไพรรกฐิ์เย็นสด ครั้งแรกที่ได้รับคือสมุนไพรรกฐิ์เย็นสดอย่างเดียวคะ

จิตอาสา: คะ

คุณอ้อม: คะแล้วก็มันเริ่มดีขึ้น มันเดินได้ช่วยเหลือตัวเองได้ เข้าห้องน้ำเองได้ โดยที่ไม่ต้องเป็นภาระของเพื่อนของญาติพี่น้องคะ

จิตอาสา: คะ

คุณอ้อม: ก็ตัดสินใจมาคะ ตัดสินใจมาเพราะว่าคุณหมอบอกว่าวันที่ 28 ธันวาคม เดือนนี้จะต้องฟอกไตคะ

จิตอาสา: คะแล้วหนูหนีการฟอกไตเลย

คุณอ้อม: คะไม่ฟังแล้วไม่ฟังคุณหมอแล้ว ฟังจนไตวายแล้วไม่ไหวแล้ว

จิตอาสา: อาศัยยามาจนไตวายนะจากเสื่อมจนวาย

คุณอ้อม: คะ

จิตอาสา: แล้วจะฟอกเราก็หนีฟอกเลย

คุณอ้อม: คะจะฟอก เราบอกว่าไม่ไหวแล้ว ตั้งค์ก็หมดลงทุกที่รักษาจนตั้งค์หมดแล้วไม่มีตั้งค์

จิตอาสา: มั่นใจว่าไม่ฟอกแน่หรือเปล่านี่

คุณอ้อม: มั่นใจคะมั่นใจว่าไม่ฟอก

จิตอาสา: ด้วยอะไรถึงมั่นใจเมื่อมาที่นี้ เห็นวันแรกยังเดินกระเผลก ๆ อยู่วันแรกมาถึงทำอย่างไรมันจึงดีขึ้นเชิญคะ

คุณอ้อม: วันแรกมาถึงเหนื่อยมากเลยจากการเดินทางด้วยคะ วันแรกแฟนเอาสมุนไพรรกฐิ์เย็นสดให้ 2 ขวด ขวดน้ำคะขวดอันนั้นคะ เราก็อานจิบไปฟังคุณหมอบรรยายไป จิบไป ฟังไป เรื่อย ๆ

ตื่นนอนมา บอกแฟน ทำไมขาเดินได้ ทำไมมันเดินตรงได้มัน อัจฉริยะ แล้วก็ครั้งที่ 2 อบอุ่น หยอดหูคือทำก่อนเลย

จิตอาสา: วันที่ 2 ไข้ไหมวันที่ 2 ของคอร์ส

คุณอ้อม: ค่ะทำหมดเลยทำก่อนกัวชาด้วยนะวันนั้นทำทุกอย่างเลยวันที่ 3 ทานจีเลยค่ะ ที่บอกว่าทานจีแล้วค่ะ วันที่ 2 ดีที่ออกซ์ ทำทุกอย่างเลยค่ะทำก่อนเลยเพราะว่าเวลาทุกเวลามันมีค่าอย่า รืออย่ารอเวลาเพราะคนเรา ยิ่งอายุมากยิ่งรอไม่ได้เลยมันคือเวลาเราเหลือน้อยค่ะรอไม่ได้

จิตอาสา: อายุหนูเท่าไรนะตอนนี้อายุเท่าไร

คุณอ้อม: 42 ค่ะรอไม่ได้อายุเราก็มามากแล้ว เริ่มคือรอไม่ได้เลยทำก่อนเลย ลัดเลยลัดคิวไป ก่อนเลยล่วงหน้าค่ะ มันก็ได้ผลจริงแล้วก็จากอาการที่ว่าเหมือนคนหมดแรงเหนื่อยอะไรอย่างนี้ แฟนต้องพยุงไม่ต้องพยุงแล้วค่ะ ซักผ้าเองได้ 2 วันแล้วซักผ้าเองตลอด ซักผ้าให้แฟนดูว่ามีแรงแล้ว ก็เมื่อเช้าทานน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดใหม่คะ ฝีมือนะ ทำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดให้ทานนะคะ

จิตอาสา: อ้อขี้มือหนูเองหรือ

คุณอ้อม: ฝีมือนะไม่ใช่ขี้มือ ฝีมือนะคะ ทำขี้ไบบ้านางค่ะ ให้ทุกท่านได้ทานนะคะ ก็รู้สึกมัน อยากรอ อยากรอเวลากลับ ก็ต้องปฏิบัติเลยต้องรีบทำเลย ทำได้ทำเลยคะ ฉะนั้นทานเลยคะสะอาดมาก หอมด้วย หอมมากสะอาดมากไม่ต้องรอ ถ้าคุณรอวันนี้คุณจะเสียใจนะคะคุณจะเสียใจคุณจะไม่มี มันโอกาสมันไม่มีนะ คนเราโอกาสที่จะเจออะไรที่ดี ๆ มันไม่มี คนเราถ้าเราจิตใจดีกรรมดีก็จะมา ทุกอย่างจะมากี่มากเลยคะ

จิตอาสา: ไม่รอ ไม่หวัง แต่เราทำไข้ไหม

คุณอ้อม: ทำค่ะใช่ค่ะ

(วิราศิณี มณีโรจน์, สัมภาษณ์, 2557)

กรณีศึกษาที่

1.36 วรัมพร เลิศวิมลชัยศิริ

หญิงไทย อายุ 17 ปี

จังหวัดระยอง

โรคภูมิแพ้



น้องนุ่นนี่ที่มาก็เพราะว่าตอนแรกพ่อก่อนคะ พ่อมาเข้าค่ายที่นี้เพราะพ่อเจ็บคอตาย 50/50 50 ตาย 50 อยู่อะไรอย่างนี้ไข้ไหมคะ พอเข้ามารักษาปั๊บปั๊บ ๆ หาย แล้วก็ตรงกับข้อหนึ่งที่หมอเขียว



บอกถ้าใครไปถึงบ้านปู่เอาเลย เอาเลย ๆ เอาเลย ๆ

จิตอาสา: ก็คือพรหม 3 หน้า เอาไปใช้กับเราละ

น้องนุ่น: พ่อบอกหนูเลยว่าเอาเลย ๆ กินนี่ ๆ ใช้นี่ ๆ ดีหมดเลย หนูก็เลย เอ๊ย อะไรมาไม่ ไหนนะทุกคนในบ้านก็จะแบบเหมือนกับเฮ้ย พ่อสุด โต่งแล้วก็บอกพ่อ เดือนแล้ว พ่อสุด โต่งไปนะ อย่างไรอย่างนี้แล้วทีนี้พ่อก็เลยใช้มุกเคล็ดลับ นุ่นอยากสวยปะเฮ้ย ป้ามีทางเหรอเพราะอยากสวยสิว มากเลย เพราะว่ารักษามาเป็นหมื่นแล้วก็ไม่หายสักที พ่อเลยบอกว่าใช้นี่ไง ไม่เอา ไม่เอา ๆ ๆ ทีนี้ก็เลยแบบ แล้วพอมันเหมือนกับมีคนบอกว่าเหมือนทุเรียนอร่อยที่หมอบอกอร่อย ๆ พ่อบอกมันดี ๆ กรอกหูทุกวัน วันหนึ่งเรานั่งของนี้อยู่ เราก็รู้สึกว๊ อ๊ะ ก็อยากรู้เหมือนกันมันเป็นอย่างนี้แล้วก็เอาวันนี้แหละแต่ละลงไป พ่อใช้ปู่แต่ละก็ป้ายปาก อ้อหืม เปรี้ยวจัดเลยเพราะว่าเราชอบกินเปรี้ยวมากไง เราก็เลยบอกมันไม่ไหวแล้วทีนี้ก็วันที่สองลองอีกเอาอีก มันต้องได้นำ เพราะว่านี่เป็นคนที่ตั้งใจแล้ว ทำก็ต้องทำให้ได้ ก็เตะอีก พอกินอีก ขมเพราะวันนั้นก็ไปกินอาหารอะไรสักอย่างหนึ่งนี่ละ เพราะว่าหนูก็เป็นคอเนื้อว้าวเหมือนกัน

จิตอาสา: ละ ก็เลยแบบ ลองทดสอบ อันนั้นยังไม่เคยมาเข้าค่ายเลย

น้องนุ่น: ยังไม่เคยละ

จิตอาสา: คุณพ่อพูดกรอกหูจนทำเองเลยหรือคะ

น้องนุ่น: มันก็พ่อเขามีเหมือนกับ เราสื่อกันได้ละ เราแบบพ่อพูดอะไรแล้วมันจะ ริง ๆ เหมือนถูกสะกดจิต แล้วพอลงจากนั้นแล้วก็เลยปรับอาหารให้ พ่อเราบอก เอ๊ย ป้ามันเปรี้ยวไป มันใช้นี่ไปมันไม่ไหว พ่อก็ทำอาหารให้เป็นพ่อครัวเองเลย ปกติไม่ทำอาหารนะให้แม่ทำ แล้วพอลงจากนั้นก็ ใช้นี่มันอร่อยมันชิมแล้วดี สักพักขมบิบไว้ขมบิบไว้ ห่าอะไรมารอง เอามือมารอง ชด (ยกมือขึ้นป้ายหน้า) โอ้โฮ แบบเต็มทีมากเลย พอลงจากนั้นพอรู้ว่าจะเป็นปู่ เราต้องไปหีบแก้วมาแล้วเราก็ แล้วเราก็รองเลยละ หลังจากนั้นก็ชดไปสักครึ่งแก้วพอเหลืออีกนิดหนึ่งเราก็เอามาทาหน้า ทาตัว มันเป็นโลชั่นชั้นดีเลยนะคะ ปกติหนูจะเป็นกลากน้ำนม มันจะเป็นจุด ๆ ใช้นี่ไหมจะเป็นต่าง ๆ บ้างพอมานี้ทุกวัน ๆ ตบ ๆ ตบ มีวิธี (เอามือตบแปะ ๆ ที่แขนซ้าย ขวา) ตบละ แล้วก็แบบยังจิ้งจวดหน้า (เอามือตบ ๆ นวด ๆ ที่หน้า) มันจะเหมือนคาโป๊ะคาโป๊ะที่หนูเคยบอกไว้ละคะมันก็จะนุ่มหน้ามาก ใช้นี่ไหมคะ เพราะอะไรเพราะว่านี่เราอร่อยมากเลย เพราะอะไร เพราะอาหารเราอร่อย เพราะอาหารคืออะไร เพราะอาหารก็คือสูตรหมอเขี้ยวนี้เองละ หนูเป็นคนชอบกินจัดอยู่แล้ว แล้วพ่อทำให้ มันก็เลยเป็นอะไรที่แบบเพอร์เฟ็คมากเลย มันอร่อยมาก ๆ เลยละ

จิตอาสา: แล้วยังไงถึงได้มาค่ายทีนี้คะ

น้องนุ่น: หลังจากนั้นเราก็เลยแบบ พ่อบอกอีกว่า เนี่ยน้ำหนักพ่อลดไปห้าโลแปดโล บ้าปะป้า เราอยากลดน้ำหนักมานานแล้วไง แล้วทีนี้ก็เลย ก็หาวันเวลา มันไม่ตรงสักทีก็จะมิวิบาก

กรรมที่เราเคยกินอะไรไว้ก็เลยไม่ตรงสักที มีวันหนึ่งมันตรงมาก ๆ เลยค่ะ หนูก็เลยมาได้แต่ว่าตรง  
แค่สามวันเพราะว่าก็คือ สุกร์ เสาร์ อาทิตย์ หนูก็เลยมา

จิตอาสา: อันนี้เป็นครั้งแรกหรือเปล่าคะที่มา

น้องนุ่น: นี่ไม่ใช่ค่ะ นี่ครั้งที่สามแล้ว แต่คือสองครั้งแรก มาสามวันสุดท้ายค่ะ

จิตอาสา: ค่ะ แล้วตอนที่มาครั้งแรกนี้ได้เรียนรู้แล้วได้กลับไปใช้เลยหรือเปล่าคะ

น้องนุ่น: ใช่เลยค่ะ ทันทึ

จิตอาสา: ทันทึเลยใช่ไหมคะ

น้องนุ่น: ใช่ แต่ว่าก็ยังมีเนื้อสัตว์บ้าง เพราะว่าเราก็ต้องปาร์ตี้กับเพื่อนใช่ไหมคะ แบบเด็ก  
กรุงเทพเล็กเรียนเสร็จปุ๊บก็เซ็นทรัล เข้าเซ็นทรัลอะไรก็แบบ ร้านอาหารต้องหุเท่ามันมือหนึ่งนี่  
ไม่ต่ำกว่าพันหนึ่ง แบบเดือนหนึ่งหนูใช้สองหมื่น พุดตรง ๆ เลย

จิตอาสา: แล้วตอนนี้ตั้งแต่มาหาสูตรหมอเขี้ยวนี้ ตอนนี้เหลือเดือนละกี่บาทคะ

น้องนุ่น: (หัวเราะ) ของมันแพง อาหารสุขภาพนี่ก็แพงนะ ไอติมก็ถ้วยหนึ่งสองร้อยแล้ว  
หมื่นนึงแล้วกัน ก็เลยเหลือเดือนละหมื่นคะ

จิตอาสา: เหลือเดือนละหมื่นนะคะ อย่างนี้ต้องมาบ่อย ๆ อีกหน่อยจะเหลือศูนย์บาท ดีไหมเอ่ย

น้องนุ่น: คงเป็นไปได้ค่ะ (หัวเราะ)

จิตอาสา: นี่ได้ข่าวว่างวดนี้เนี่ย คุณพ่อปล่อยให้บินเดี่ยวมาเองใช่ไหมคะ

น้องนุ่น: ใช่ค่ะบินเดี่ยว คือแบบว่าตอนแรกก็ต้องเกริ่นนำก่อน อันนี้มันฝังใจ หนูก็อยากไป  
อเมริกาใช่ไหม หนูก็ค่านิยมตะวันตกอยู่นะคะ ก็แบบเห็นครูฝรั่งที่โรงเรียนหล่อค่ะ แล้วก็เลยแบบ  
ฉันจะต้องหาทุนไปอเมริกาให้ได้ ก็เลยไปนั่งศึกษาอ่านแล้วคิด พ่อ คิดแล้วนี่มันต้องใช้สองแสน  
สามแสนนะในการใช้เรียน พ่อบอกว่าคิดดูดี ๆ นะ เราก็จะส่งทางอีเมลล์กัน โอ้โห แบบส่งไปน้ำตา  
ไหลไป แบบพ่อไม่ให้ไป พ่อพูดธรรมะกระหน่ำเลย หนูก็เลยแบบทำใจ

จิตอาสา: จริงไหมคะ

น้องนุ่น: แล้วหลังจากนั้นหนูก็เลย พ่อก็เลยเหมือนกับว่าปล่อยลูกมากขึ้นให้ผจญเดี่ยว ผจญภัยเดี่ยวเลย  
บอกป้าเดี่ยวหนูจะไปในี่นะ จตุจักรคนเดิวนะ เดี่ยวไปนู่นนะสักพักก็จะเริ่มไปไหนได้ไกลมากขึ้น  
ค่ะ แล้วหลังจากนั้นพ่อเลย เอานี้มีค่าย 1-7 นะ มาไหม หนูก็บอกตอนแรกก็ยังลังเล ไม่มา มีเรียน  
พิเศษเป็นเดือนเลย แล้วสักพัก เอ เราอยากมาหมอเขี้ยวมาก ใจมันอยากมา อีจก็อยากเข้า  
มหาวิทยาลัย แต่ทีนี้ก็เลยคิดว่าเราก็มานั่งพิจารณาทีละกรณีใช่ไหมคะ กรณีเรียนพิเศษนี่มันลงเรียน  
เมื่อไรก็ได้ใช่ไหม มีเงินก็ได้เรียนแล้วแต่ถ้าเกิดของหมอเขี้ยวนี้สิ เราจะมีเวลาไหม เราจะมีโอกาส  
ได้มาอีกหรือเปล่านั้นไม่รู้ ก็เลยตัดสินใจมาที่นี่ มาเอาธรรมะเพื่อไปนี่ด้วย

จิตอาสา: แสดงว่าจริง ๆ แล้วเนี่ยไม่ใช่คุณลูกฉลาดนะคะ ต้องบอกว่าคุณพ่อฉลาดนะคะ เขาเรียกว่าพาลูกมาละลายพฤติกรรมที่นี้นะคะ หากใครสนใจจะพาลูกมาละลายพฤติกรรมที่นี้ก็ยินดีนะคะ

น้องนุ่น: ต้องไปปรึกษาพ่อ พ่อกลยุทธการพูดดีมาก

จิตอาสา: ดีมากเลยใช่ไหมคะ

น้องนุ่น: ดีมากเลยคะ

จิตอาสา: แล้วอย่าง..(หัวเราะ)

น้องนุ่น: ยกตัวอย่างว่า สมมติพ่อนั่งทำงานอยู่ นุ่นไปหยิบกระดาษมาสิ ได้ ป้าหาไม่เจอคะ ทำไมซื้อบื้ออย่างงี้ ซื้อหาซื้อบื้อมันเป็นอะไรที่แบบ โอ้โฮ หนูต้องขึ้นไปห้องนอนแล้วไปนั่งร้องไห้กรี๊ดคนเดียวคะ แล้วก็ไม่มีคุยอะไรกับพ่อเลย พ่อชอบพูดอะไรตรง ๆ แต่พอลามป้ารู้ใหม่ ป้าทำร้ายนุ่น เขาก็ตอหนไหนเธอ อะไรเธอที่ป้าบอกซื้อบื้อ อ้าวป้าพูดไปเธอ ไม่มีสติเลยเพราะพ่อทำงานอยู่ไง ใช่คะ

จิตอาสา: เห็นได้ข่าวปกติเดี๋ยวนี้เด็กสมัยนี้เขาต้องเล่นเฟสบุ๊ค แล้วน้องนุ่นนี่เล่นเฟสบุ๊คกับเขาไหมคะ

น้องนุ่น: ตอน ม.4-ม.5 พี่เขาส้มคร เราก็อยากมีบ้าง พี่บอกไม่ต้องเล่นหรอก แกล่นไม่เป็นหรอก คอมพิวเตอร์หรือแปล่าหัวโบราณนะหนู หนูก็ใช้คอมพิวเตอร์ไม่ค่อยเก่งเท่าไรคะ แล้วที่นี้ก็เลยมานั่งศึกษา ก็เล่นก็เล่น แล้วก็แต่ที่เล่นนะ ไม่ได้เล่นอะไรหรอก ก็คือจะหาพวกคำธรรมะว่าเหมือนกับหนูเป็นโรคเครียดชอบเครียดนะ

จิตอาสา: ชอบเครียดหรือคะ

น้องนุ่น: ใช่คะ สมมติว่าสมมติอ่าไม่ยิ้มให้หนูนี้หนูคิดแล้ว หนูทำอะไรให้อานะ หนูไปอะไรจะเก็บเล็กเก็บน้อยทุกอย่างเลย แต่พอมานั่งหมอก็แบบ คือเราไม่ต้องเอาแม่แต่คำขอบคุณหรือรอยยิ้ม ก็เลยแก้ได้ทันทีเลย

จิตอาสา: ได้ชัดเลยนะคะเนี่ย

น้องนุ่น: ใช่ เวลาหมอเขียวพูดอะไร ให้เอาชีวิตตัวเองนะที่เคยผ่านมา เอาใส่เข้าไปในที่หมอเขาสอน

จิตอาสา: ขอโทษนะคะ น้องนุ่นอายุเท่าไรคะ

น้องนุ่น: สิบเจ็ดอีกสองเดือนสิบแปดคะ

จิตอาสา: โอ้โฮ สิบเจ็ดนะคะ เท่ากับอายุลูกสาวเลยนะคะ โห มีไหมคะเด็กรุ่นใหม่คิดได้ขนาดนี้คะ เห็นบอกว่าก่อนมานี้เมื่อก่อนน้องนุ่นนี่มีอาการที่ก่อนที่จะมารับประทานอาหารสูตรคุณหมอเนี่ย มีอาการปวดประจำเดือนใช่ไหม

น้องนุ่น: ใช่แล้ว

จิตอาสา: ไหนเล่าให้ฟังนิดนึง

น้องนุ่น: หนูก็ไม่ได้มีโรคอะไรร้ายแรงแหละนะแต่คือตอนแรกเป็นภูมิแพ้ติดจากพ่อไง ภูมิแพ้เบา ๆ แบบตื่นขึ้นมาทีไรจะ จามฮึดชิว อย่างงี้เลยคะ แล้วก็จะเป็นอย่างอื่นที่แบบ นิดนึง ๆ ก็ จะฮึดชิวตลอดเลย พ่อก็จะบอกกินยา กินยา กินยา กินยิบตายน กินยิบตายน นอนตายอยู่ชมอยู่บนห้อง

จิตอาสา: คืออันนี้คือก่อนที่จะเจอคุณหมอใช่ไหมคะ

น้องนุ่น: ใช่ ก่อนที่จะเจอ และหลังจากนั้น แล้วก็พอเริ่มมีประจำเดือน ตื่นตื่นนึกว่า ซ็อก โกลแลตติด บ้านนะ มันเป็นสิน้ำตาลเราก็ไม่รู้ใช่ไหม ก็ อันนี้อะไรเธอก็ยื่นให้เขาดู แม่บอกนี่ แหละประจำเดือน เราก็เจอครั้งแรกเราก็ไม่รู้ว่ามันคืออะไรนะ หลังจากนั้นเลือดมันก็มาแปดวัน เก้าวันเลยมาแบบก็หนักมาก แล้วพอผลัด ผลัดเดือนต่อไปใช่ไหมคะ หนูก็จะเป็นลมเวลามี ประจำเดือนยิบหนูก็จะเหงื่อตกแล้วก็แบบ คือเหมือนคนจะตายแล้วเหมือนคนเป็นโรคร้ายแรงมาก เลย

จิตอาสา: เรียกว่ามีอาการหมดแรง

น้องนุ่น: หมดแรง เหงื่อตก ใช่

จิตอาสา: หมดแรง เหงื่อตกเหมือนกับมันบีบรัดไปหมดทั้งตัวใช่ไหมคะ

น้องนุ่น: มันเหมือนกับว่า วิ่ง ๆ สติหลุดแล้วบอกแม่กำลังจะตายแล้วพี่ชายก็นั่งเล่นคอมติก ๆ ตึก ๆ พี่ มานี่หน่อย ไม่ ไม่สนใจหนูเลย

จิตอาสา: เป็นอย่างนั้นนานหรือยังคะ

น้องนุ่น: หนูเป็นทุกครั้ง ทุกครั้งที่ เป็น ทุกครั้งที่ เป็น ประจำเดือน

จิตอาสา: แล้วหลังจากที่เจอคุณหมอเขียวล่ะคะ

น้องนุ่น: ก็พอเนี่ยแหละ ก็ยังไม่ได้เจอหรอก แต่ว่าพ่อเขาเอาอาหารไปปรับให้ อยู่ดี ๆ ก็พอ หลังจากปรับใช่ไหมคะเดือนต่อมาก็ อ้าวนี้อ้าวเลือดมาแล้วหรือคือไม่รู้ ไม่รู้เลยว่าแบบมี ประจำเดือนนะ มันเป็นอย่างอื่นที่แบบ การไม่เร่งผลนี้มันดีจริง ๆ เพราะว่าเหมือนกับเราไม่ได้ใส่ใจ มันน่าจะว่ามันจะเกิดอะไรขึ้นนะพอประจำเดือนมายิบก็ไม่ได้รู้เรื่องเลย

จิตอาสา: แสดงว่าคุณพ่อหลอกให้รับประทานอาหารสูตรคุณหมอเขียว

น้องนุ่น: ไม่ใช่..

จิตอาสา: ทานนานหรือเปล่า

น้องนุ่น: คือบ้านหนูเป็นคนทีกินจืดอยู่แล้ว แม่ก็คือเติมน้ำปลาสองเหยาะเวลาทำอะไรอย่าง นี้ก็ใส่ซีอิ๊วซะมากกว่า แล้วพ่อเป็นคนกินจืดด้วยคะ เพราะพ่อเขาแบบรู้จักประยุกต์ใจ เอาเผือกมาทำ ไอ้โน้น ไอ้โน้มนั้นกินแล้วก็แบบดีขึ้น

- จิตอาสา: ก็คือว่าพอเรารับประทานอาหารสุตรนี้แล้วอยู่ ๆ อาการที่เราเคยปวด เหมือนกำลังจะตาย อยู่ ๆ มันก็หายไปโดยไม่รู้ตัวเอง ไซ้ไหมคะ
- น้องนุ่น: ไซ้ ถูกต้องค่ะ แต่น้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดก็กินทุกวันเลย
- จิตอาสา: ก็คือรับประทานน้ำสมุนไพรฤทธิ์เย็นสดเป็นประจำอยู่แล้ว ไซ้ไหมคะ
- น้องนุ่น: ไซ้ แล้วที่หมอพุด กิจกรรมทุกอย่างมัน มันตรง มันตรงหมดเลยเหมือนกับไอ้เหมือนเขารู้แล้วเขาจะเจาะใจเรายัง ใจไม่รู้ แต่คือมันก็เจาะทุกคนแหละนะ
- จิตอาสา: หมายถึงว่าวันที่มาฟังคุณหมอแล้วเหมือนกับว่าคุณหมอพุดกับเรา ไซ้ไหมคะ
- น้องนุ่น: ไซ้ เหมือนกับ รู้ได้ใจเนีย มันตรงหมดเลยคะ
- จิตอาสา: แล้วเห็นบอกว่าก่อนหน้าจะมานี้สิวะเยอะมากเลย ไซ้ไหมคะ
- น้องนุ่น: สิวะ (หัวเราะ)
- จิตอาสา: สิวะเยอะมาก เอ๊ะแล้วสิวะมันหายไหมคะ
- น้องนุ่น: ไซ้ หนูข้ามตอนนั้นไป ตอนไหนก็ไม่รู้นะ หนูเป็นคนพูดเร็ว ฟังหนูให้ทันแล้วกัน พอเป็นสิวะ ไซ้ไหมคะ เราก็จะแบบว่าสิวะเต็มหน้าเลย ตรงนี้ ตรงนี้ (เอามือจิ้มที่หน้า) อ๊ะ ๆ ขึ้นมาอาทิตย์ละครั้ง อักเสบ อักเสบ พอแล้วพอ แล้วก็เอาหัวสิวะออก หนูไอ้เนี่ย เลือดแตกอยู่คากระจกรด ไซ้คะ บอกป้าเนียเป็นนี้พ่อก็เลยบอก ตอนแรกพ่อไม่ให้ไปเพราะพ่อบอกมัน ไร้สาระมาก แต่ว่าพ่อทำกระดาษแล้วมีลูกค้าเป็นเรื่องความสวยความงาม ลองไปดู หมดไปหมื่นเจ็ดก็ไม่เห็นจะหายเลย
- จิตอาสา: หมายถึงว่าไปหาหมอแผนปัจจุบัน รักษาสิวะตามที่วัยรุ่นเขาหา
- น้องนุ่น: ไซ้ เลเซอร์ยิง ใ้เจล โยยราคาถูกรมานจืด ๆ แล้วพอมานี้ก็เลย ไซ้อย่างที่บอกคะ ปรับอาหารด้วย แล้วก็ ไซ้เหมือนมันต้องควบคุมให้ได้
- จิตอาสา: ก็คือ ไซ้เรื่องของการปรับอาหารนะคะ แล้วก็ ไซ้
- น้องนุ่น: ไซ้ แต่หนูบอกตรง ๆ นะ หนูไม่ได้ ไซ้ทุกวันนะมันเหมือนกับวันนึง ถ้าสมมติเราอยากกินส้มย่ำกึ่ง วันนี้อะไรอยาก กินสิวะ อ๊ะโรอย่างนี้คะ มันไม่ต้อง ไซ้ทุกวันก็ได้เพราะว่าเหมือนกับบางคนใจมันยังไม่ไปไง แบบมันจะส่งสัญญาณมาเองถ้าเราได้ลองชิมสิวะแล้วครั้งนึง มันจะมีสัญญาณตอบรับมาเรื่อย ๆ ว่าเฮ้ยเราต้องการสิวะนะแต่ถ้าเกิดบางวันเราไม่ต้องการ มันก็จะไม่ต้องการคะ
- จิตอาสา: อ้อก็คือหมายถึงว่าฟังสัญญาณจากร่างกายของเรา
- น้องนุ่น: ไซ้ แบบวันนี้ ทำไมมันรู้สึกเหมือนมันจะบอกเองมันมีเซ็นส์เอง มันต้องเอามือมารองคะ ไม่งั้นมันจะแบบ
- จิตอาสา: เหมือนขาดอะไรไปหรือเปล่า ?
- น้องนุ่น: ไซ้ มันเหมือนกับถ้าวันนี้ไม่ได้กินสิวะมันจะรู้สึกอะไรยังงี้
- จิตอาสา: แล้วตกลงว่าสิวะมันหายไปตอนไหนคะเนีย

น้องนุ่น: มันหายไปเองอีกแล้วค่ะ

จิตอาสา: มันหายไปเองแบบไม่รู้ตัวใช่ไหม

น้องนุ่น: ใช่ เพียงแต่ว่าหนูควบคุมโดยการใส่ผงถ่านแล้วก็มันจะมีผงไปพลอค่ะ คือใช้สูตรร้อนมาช่วยด้วยค่ะ ที่มีไปพลขมึ้นให้หน้าเนียนนะค่ะ ตอนแรกก็เป็นสิ่วปั๊บบ้างเป็นแผลเป็นอีกใช่ ตอนนั้นก็ยังมีเป็นบ้าง

จิตอาสา: ตอนนี้อยู่แล้วร่องรอยมีไหมคะ เป็นสิ่ว ไม่มีเลยนะ

น้องนุ่น: มีบ้างนิดหนึ่งค่ะ มันปะทุออกมาตรงนี้นะคะ มันพร้อมจะมี

จิตอาสา: อันนี้มามีความกังวลใหม่อีกบอกว่า ทำไมประจำเดือนที่เคยมามันยังไม่มา

น้องนุ่น: นั่นนะสิ หนูก็เลยงงแต่ว่าหนูตั้งจิตมาวันแรกแล้ว เพราะว่าหนูถูกรอบเลยไม่รู้เป็นไร คราวที่แล้วสองครั้งใช่ไหมคะมา เป็นประจำเดือน เวลาไปค่ายไหนต้องเป็นประจำเดือนตลอดเลย พอมานี้ปั๊บบ้างตั้งจิตก่อนมาขอให้ประจำเดือนไม่มาเถอะ

จิตอาสา: มิน่า ตอนนี้อยู่ขอให้ประจำเดือนไม่มา ประจำเดือนไม่มา กังวลอีก

น้องนุ่น: ใช่ ขอให้ไม่มาแต่หนูมหัศจรรย์อย่างนึง วันนั้นหนูไปวิ่งใช่ไหม หนูเดินเร็วค่ะ แล้วฝนมันจะมาตลอดเลยค่ะ หนูก็ตั้งจิต ขอให้คุณงามความดีที่หนูทำนะอย่างเพิ่งมาเลยนะจ๊ะ ก็บอกฝนว่าอย่ามานะ พอวิ่งทุกครั้งก็อย่าเพิ่งมา บอกถ้าถึงสวนป่านาบุญเมื่อไร มาเลยตกเลยพอก้าวปั๊บบตกพริบ ก็เลยบอกนี่มันพลุกหรือเปล่า หรือว่ามันอะไรละคือมันไม่ตกตอนที่หนูเดิน แต่พอลงพอข้ามปั๊บบตกเลย พอก้าวถึงที่นี่

จิตอาสา: จริง ๆ จะบอกว่าครอบครัวน้องนุ่นนี่เขาเป็นจิตอาสาของเราละคะ แล้วก็มาค่ายแล้วมาบำเพ็ญ ต้องบอกว่าเป็นการบำเพ็ญที่ได้มาทั้งครอบครัว ค่ายที่แล้วพี่ชายมา พอค่ายนี้ คุณพ่อเลยส่งลูกสาวมาเองเลยนะ นั่งรถมาเองด้วย ถ้าปกติลูกเราอายุสิบเจ็ดอย่างนี้เราไม่กล้าปล่อยมานะ นี่เขาบอกแสดงว่าเขาค่อนข้างเชื่อในเรื่องของกรรมมากเลยนะคะ ปล่อยให้ลูกมาเองนี่

น้องนุ่น: ใช่ ก็คือพ่อนี้ก็อยู่ที่พ่อแม่ด้วยค่ะ ถ้าเกิดพ่อแม่มั่นใจลูกว่าไม่ไอ้นี้หรือก็คือพ่อเคยบอก ป้าถ้าเกิดหนูโดนข่มขืนทำไงดี ถ้าเกิดป้าให้หนูนั่งกินข้าวอยู่แล้วโจรเข้าบ้านทำไงป้าบอกว่ามามากินข้าวด้วยกันสิ ให้ชวนโจร โจรก็จะแบบเอ๊ะ ๆ (ทำหน้างง) อะไรแบบนี้ค่ะ

จิตอาสา: คิดในมุมมองนะ

น้องนุ่น: ใช่คิดในมุมมองนั่งกินข้าวอยู่ ประตูป้านหนูก็เปิดใจ ถ้าโจรมา หยุดนะ หนูก็บอกมากินข้าวด้วยกันไหมคะ เขาอาจจะแบบเปลี่ยนมุมมอง พอบอกว่าคนดีนะเหมือนกับมีพลังมันจะผลักดันร้ายชั่วร้ายออกไป

จิตอาสา: เชื่อในเรื่องของกรรมนะต้องบอก

น้องนุ่น: ใช่ หนูก็ไม่เคยเจอเหมือนกัน

จิตอาสา: แล้วอย่างน้องนุ่นมาค่ายนี้ น้องนุ่นรู้สึกว่าน้องนุ่นได้มีความประทับใจอะไรในค่ายบ้าง

น้องนุ่น: เยอะมากเลยค่ะ หนูนึกก่อนนะ

จิตอาสา: ไหนลองยกตัวอย่างสักนิดนึง

น้องนุ่น: อ้อ หนูจะเอาเรื่องนี้ไป เรื่องเพื่อนกะปกติหนูจะเป็นคนทุ่มเทเรื่องเพื่อนมาก มาก เสียจนแบบเหมือนเราเป็นผัวเมียกันนะ แต่คือเพื่อนหนูคือผู้หญิงนะ คือผู้หญิงแบบนี้แหละ ผู้หญิงนะ หนูไม่ใช่เลสเบี้ยนนะ แล้วก็หนูก็จะแบบดูแลเขา จะตื่นหรือยังก็จะเอาข้าวไปให้เขา พอเขาฟ้าร้องฝนตกเขา (ทำท่าคุยโทรศัพท์) นุ่นอยู่เป็นเพื่อนหน่อย คุยเป็นเพื่อนหน่อย ออกได้ ๆ เดี่ยวคุย แล้วที่วันนี้หนึ่งเขาก็เหมือนกับว่า แต่หนูก็จะชอบทะเลาะกับเขา สมมติว่า นี้ ๆ สีส้ม แต่ว่าแอบอกสีส้ม แต่หนูบอกมันสีแดง สีส้มสีแดง ทะเลาะกันแค่นี้ย แล้วเขาทะเลาะกันเรื่อย ๆ ตอน ม.4 ม.5 ไม่เคยทะเลาะเลยแล้วพอหลังจากนั้นเพื่อนก็วันหนึ่งอยู่ดี ๆ ก็วันนี้รักกันมากเลยนะ เมื่อวานวันจันทร์ใช้ไหมคะ แล้วก็ รักนะ รักนะ ส่งหัวใจให้ตลอดเลยแล้วพอวันอังคารเพื่อนไม่คุยกับหนูเลยสักคำนึง ไม่ทักหนูเลย หนูก็เลยแบบ เอ๊ยเกิดอะไรขึ้นอะ ไรอย่างงี้ พอเข้าไปถามจะไปถามเขามันก็กระไรอยู่ เพราะตอนนั้นจิตเราก็งัยแบบมันไม่ได้กะต้องชนะอะไรอย่างงี้ แล้วพอหลังจากนั้นก็ พอมาปรึกษา กับพ่อกับแม่ก็บอก มีอะไรต้องคุยกัน ก็เข้าไปคุยกับเขา เขาก็บอกก็ไม่อยากทะเลาะกับแกแล้ว ห่างกันหน่อย อะ ไรงี้ โอ้อโฮ พุดเหมือนแฟนเลยนะ แล้วหนูก็เลย เออ ๆ ก็ได้ ๆ แล้วหลังจากนั้นก็ ไม่ค่อยคุยกับเขาอีกเลย แล้วที่นี้ก็เลยจะปรับว่า หนูก็ไม่คุยกับเขาเลยนะเพราะหนูไม่อยากคุยกับเขาเพราะ เขามาทำร้ายหนู แต่พอตอนนี้ไม่แล้ว ก็คือจะ

จิตอาสา: จะเปิดใจมากขึ้นใช้ไหมคะ

น้องนุ่น: ใช่

จิตอาสา: ซึ่งจริง ๆ แล้วเนี่ย ถ้าเกิดเราได้เรียนรู้นะว่า ถ้ามาค่ายคุณหมอบ่อย ๆ นะ บอกคุณพ่อคุณแม่มาบ่อย ๆ เพราะว่าในเรื่องของความผูกพันนี้มันก็ทำให้เกิดทุกข์นั้นแหละใช่ไหมคะ

น้องนุ่น: ใช่

จิตอาสา: พอเราผูกพันกับใครมาก ๆ ไม่ว่าจะเป็นผู้หญิงผู้ชายนะคะ มันก็จะทำให้เราเกิดความทุกข์ ถ้าเกิดว่าในวันหนึ่งที่เขาไม่สนใจเรา

น้องนุ่น: ถูกต้อง

จิตอาสา: มันทำให้เราได้เรียนรู้ทุกข์นะคะ เห็นไหมคะ แสดงว่าเขาเป็นเด็กมีบุญนะเนี่ย เพราะว่าเราสามารถที่จะเรียนรู้ทุกข์ได้ค่อนข้างเร็วมากนะคะ

น้องนุ่น: ก็คือตั้งแต่อนุบาลหนึ่ง พุดอย่างงี้เลย ปานี้คืออะไรหนึ่ง สอง สาม สี่ ห้า หก เจ็ด แปด ยกตัวอย่างมาเลยให้เราเข้าใจจริง ๆ ค่ะเข้าใจมาตั้งแต่ตัวอย่างแรกแล้วละ คือพ่อเขาจะเป็นคนธรรมะเข้ามาตั้งแต่เด็กก็จะใส่ธรรมะเรา เราก็เลยจะปิ้งได้ง่าย แล้วหมอเขียวยเขาก็พูด ปิ้งอีกค่ะ

- จิตอาสา: แล้วเรามาฟังคุณหมอเขียวเนี่ย เราารู้สึกว่าปีงประโยชน์อะไรของคุณหมอเขียวบ้าง
- น้องนุ่น: เรื่องนี้หนูซึ่งมากมาย หนูนั่งอยู่แล้วร้องไห้เลย แต่แบบ หนูจะมาราบแต่หนูกราบไม่ทัน หนูเสียใจ เดียวค่อย
- จิตอาสา: ออ.. เอ้า ไม่เป็นไร ๆ ไหนลองบอกความในใจสิว่าประโยชน์ไหนที่ทำให้ น้ำตาเราไหลคะ
- น้องนุ่น: เป็นเรื่องนี้คะ สมมติว่าเราทำทุกซ์มาครั้งหนึ่ง ทำข้อสอบผิดหนึ่งข้อ ไซ้ไหมคะ หนูผิดข้อเดียวจะได้เต็ม หนูก็แบบเสียใจแล้วก็ไปนั่งร้องไห้ แยก ทำไมเขาโง่อย่างนั้นะ เขาแค่ใส่เครื่องหมายผิด ชื่อ ๆ แล้วเพื่อนทุกคนก็จะมาปลอบ แยกไม่เป็นไร หนูไม่ค่อยเชื่อใคร โทรไปพูดกับพ่อ พ่อก็บอก นุ่นถ้าเราไปทั้บถมทุกซ์อีก มันจะเป็นทุกซ์นะ เราก็เหมือนกับมันยังไม่ค่อยเข้าหูเท่าไร แต่พ่อหมอเขียวเขายกตัวอย่างแล้วแบบ ปู๊ป ๆ สักพักก็น้ำตาไหล แล้วก็ฮึดไม่อยู่ แล้วฮึด ๆ ก็ออกเลย
- จิตอาสา: ประโยชน์ที่แทงใจไซ้ไหมคะ คือว่าอย่างที่นุ่นบอกก็หมายความว่า เวลาเราทำอะไรผิดไปก็ทำตามนี้ เราก็คือหมั่นให้อภัยตัวเองนั่นแหละที่คุณหมอจะสอน อย่าทำทุกซ์ทั้บถมถน การทำทุกซ์ทั้บถมถนหมายถึงว่า เวลาเรารู้สึกว่าเราทำอะไรผิด โดยที่เราตั้งใจหรือไม่ตั้งใจก็ตาม แล้วเราตีตัวเอง อย่างนั้นหรือเปล่าคะ ตีตัวเองว่าฉันไม่น่าเลย
- น้องนุ่น: ไซ้ ไม่น่าเลย
- จิตอาสา: เหมือนกับว่ากินอาหารอร่อยแล้วฉันป่วย ฉันก็ไม่น่าเลย ไซ้ไหม
- น้องนุ่น: ไซ้หนูเป็น
- จิตอาสา: ซึ่งคุณหมอก็จะบอกว่าในเมื่อเราพลาดไปแล้ว ให้อสิ่งที่มีมันเกิดขึ้นเราก็แก้ไขไม่ได้ เพราะฉะนั้นการให้อภัยตัวเองนั่นแหละจะเป็นสิ่งที่ดีที่สุด ถูกไหมคะ
- น้องนุ่น: ที่ดีที่สุด ไซ้
- จิตอาสา: เรียกว่าเพชรอย่างหนึ่งนะ เรียกว่าธรรมะอย่างหนึ่ง เค็ดเลยที่น้องนุ่นได้ไปนะคะ ที่นี้ในฐานะของน้องนุ่นที่เป็นเด็กรุ่นใหม่ เด็กอายุสิบเจ็ดที่มาค่ายนี้ งวดนี้จะบอกว่าเป็นเด็กมีบุญมากเลยนะคะ เพราะว่าเด็กรุ่นใหม่มากันเยอะเลย อยากจะให้ฝากถึงเพื่อน ๆ หรือว่าจะให้ชักชวนยังไงว่าค่ายนี้ดียังไง สมควรจะมาไหมยังงัฟริสไตล์เลยคะ
- น้องนุ่น: เอาตั้งแต่รุ่นหนึ่งจบจนถึงร้อยเลยแล้วกัน เอาให้ครบเลย หนูว่าหนูน่าจะพูดโอเคอยู่นะ หนูคิดว่านะ เม็ด 1 ถึงเม็ด 9 ไซ้มีัยคะ 1-9 ลองก็จะดีไหม จะเหมาะไหม จะเห็นไหม จะลองหรือไม่ลองก็ได้นะคะ 1-9 แต่หนูคิดว่าถ้าเป็นหนูเองนะ ส่วนตัวหนู หนูจะลองให้หมดเลยอยู่ค่ายคะ เพราะว่าอะไร เพราะถึงวันหนึ่ง เราไม่ได้อยู่ค่ายแล้วไซ้ไหมคะ พอเวลาเราป่วย เราก็จะเหมือนกับ อันนี้เราเคยสัมผัสมาแล้วนะ แสดงว่าครั้งต่อไปถ้าเราป่วยขึ้นมาเราก็ต้องสัมผัส ให้อสิ่งนี้ได้สิ แต่ถ้าเกิดสมมติคุณรังเกียจจิตอนนี้ไซ้ไหมคะ อยู่ที่นี่แล้วแบบรังเกียจ ไม่เอา ไม่เอา พอถึงยาม



วิกฤติป่วย ไม่เอาฉีมันใช้ไม่ได้ พอไปพึ่งพาราบู้บเป็นหนักเลย ถ้าเรามาทางนี้เพราะแม่หนูเคยเป็น มันแบบ พอคิดเหมือนไม่มั่นใจว่ามันจะใช้ได้จริงหรือ พอไปพึ่งพารามันก็แบบหนักเข้าไปใหญ่เลย เพราะฉะนั้นก็เลยให้คิดว่า 1-9 ลองให้หมดเลยละ แล้วก็ให้ลองหรือจะลองใหม่ ลองหรือไม่ลองก็ได้ในสิ่งที่ตัวเองคิดว่าอยู่บ้านไม่เคยทำ

จิตอาสา: คนไหนที่ที่บ้านลูกสาวมีปัญหาหรือว่าลูกชายมีปัญหาอยากปรึกษานะคะ ปรึกษา น้องนุ่นได้นะคะ ดีไหม

น้องนุ่น: ได้ค่ะ คุยได้ (หัวเราะ)

จิตอาสา: ได้ใช้ไหมคะ แล้วอย่างนี้คิดว่าในศาสตร์ของคุณหมอนี้ เราสามารถที่จะเอาไปใช้กับชีวิตประจำวันของเราได้แบบจริง ๆ เลยไหม มันเป็นส่วนหนึ่งของเราเลยไหม

น้องนุ่น: นี่หนูตั้งปณิธานแล้ว หนูจะเลิกเนื้อสัตว์ตลอดชีวิตเลย เอ้อ

จิตอาสา: สาธุหน่อยค่า สาธุหน่อย คุณสิ เห็น ไหมมาบู้บนี้จริง ๆ ก่อนหน้านี้รับประทานเนื้อสัตว์มาก่อนใช้ไหม

น้องนุ่น: ใช่ค่ะ หนูเลิกสัตว์ใหญ่หมดแล้ว แต่อาจมีกึ่งกับปลาบ้างเล็กน้อย ใช่แต่พอมาทาทางนี้แบบ ไม่อยากทำบาปแล้ว

จิตอาสา: อ้อพอมาค่ายนี้ เป็นค่ายที่คุณพ่อถึบมานะคะ

น้องนุ่น: ใช่ (หัวเราะ)

จิตอาสา: พ่อถึบมาเสร็จบู้บได้เลิกเนื้อสัตว์เลยสาธุเลยนะคะนี่

น้องนุ่น: แต่คราวนี้หนูมาด้วยใจนะ

จิตอาสา: โอเคมาด้วยใจนะคะ

น้องนุ่น: ใช่ พ่อหนูไม่ได้ถึบ พ่อบอกจะมาหรือไม่มาก็ได้

จิตอาสา: เพราะคราวที่แล้วนี้สัมผัสกันพี่ชายนะคะ เขาเพิ่งจะรู้ความลับว่าพี่ชายรักเขามาก ซึ่งเลยใช้ไหม

น้องนุ่น: ซึ่งค่ะ ซึ่งมาก ปกติอยู่ห่างใช้ไหมคะ จะต้องเดินห่างกันเมตรนึง เพราะพี่จะคิดว่าเป็นแฟนกัน แบบไม่ได้หรอก เดี่ยวเสียต้องมองสาว ๆ เดี่ยวคนอื่นเห็นเสียแบบมีแฟนแล้ว ไม่ได้ไม่ได้ เสียต้องออกห่าง แล้วเวลาซื้อของอะไรก็จะต่างคนต่างซื้อ แต่พอหลังจากหอมเชียว ก็เขากลับมาตีห้าใช้ไหมคะ เขากลับมาที่บ้านกรุงเทพ มาคราวก่อนเขาก็มาตีหนู เขาก็ เออเนี่ย เออเป็นไง บ้างถามหนู บอกเป็นไง บอกเดี๋ยวเสียก็เลิกสุราเมรัยทุกอย่างแล้ว หนูแบบกรี๊ดแล้วกอดพี่ค่ะ แล้วพอหลังจากนั้นก็บอกไป เดี่ยวไปซื้ออะไรด้วยกันนะ ไปเดินห้าง ก็พี่ก็โอโห ประชิตคู่เลยคะแบบปลื้มคะ ตลอดสิบเจ็ดปีที่ผ่านมาพี่ไม่เคยประชิตคู่หนูเลย แล้วก็เดินบู้บพอนูซื้อของมา เดี่ยวเสียถือให้เสียถือให้ บ้านะพี่กล้าทำอย่างนี้ด้วยหรือ พี่รักหนูมาก หนูรักพี่มากเหมือนกัน

จิตอาสา: นั่นแน่ เดี่ยวต้องเอาเทปไปให้พี่คุณะคะว่าหนูก็รักพี่เหมือนกันใช้ไหม  
 น้องนุ่น: ไม่เคยบอกรักเลย  
 จิตอาสา: นะคะ โอเค อันนี้ต้องบอกว่าเป็นอีกตัวอย่างหนึ่งนะคะในหลาย ๆ ตัวอย่าง วันนี้ก็ขอบคุณน้องนุ่นมาก ที่อุตสาหมาให้ทั้งความรู้และสาระและก็ความสนุกสนานด้วยนะ เจริญธรรมค่ะ  
 (วรัมพร เลิศวิมลชัยศิริ. สัมภาษณ์ 2557, พฤษภาคม 1)

### กรณีศึกษาที่

1.37 จันทวรรณ นัตร์วัชรกุล

หญิงไทย อายุ 49 ปี

จังหวัดชลบุรี

โรคภูมิแพ้



คุณจันทวรรณ: สวัสดิ์ค่ะ

จิตอาสา: ค่ะ

คุณจันทวรรณ: ดิฉันพูดไม่ค่อยเก่งนะคะ แต่ทำให้พิธีกรถามแล้วก็ ดิฉันชื่อ นางจันทวรรณ นัตร์วัชรกุลนะคะ ค่ายมา 3 ครั้งน้ำหนัก 80 กิโลกรัม เดินเหมือนนักเลงค่ะ หุบแขนไม่ลง

จิตอาสา: 3 ครั้งนี่คือครั้งแรกนี้เมื่อไรคะ

คุณจันทวรรณ: ที่ปี 2553 ค่ะ

จิตอาสา: ค่ะ

คุณจันทวรรณ: แล้วก็ไปคอนตาล 2 ครั้งนะคะไปคอนตาลที่ล่าสุดก็คือมิถุนายนเข้าค่ายพระไตรปิฎก ค่ะ

จิตอาสา: เข้าครั้งแรกเมื่อปี 2553

คุณจันทวรรณ: 2553

จิตอาสา: ที่มุกดาหาร

คุณจันทวรรณ: ไม่ค่ะที่นี้แหละค่ะ

จิตอาสา: อ้อที่กาญจนบุรี มิถุนายนหรือว่า

คุณจันทวรรณ: มิถุนายน 2553 ค่ะ

จิตอาสา: มิถุนายน 2553 ตอนนี้อยู่มาถึกันยายน 2555 ก็ 2 ปีนะคะ

คุณจันทวรรณ: ค่ะ 2 ปีค่ะ

จิตอาสา: เป็นครั้งที่ 3

คุณจันทวรรณ: ค่ะ

จิตอาสา: ครั้งที่ 2 ก็คือพระไตรปิฎกที่ผ่านมา

คุณจันทวรรณ: พระไตรปิฎกที่ปีคาบปีด้วยค่ะ แล้วก็ปีที่ผ่านมามีด้วย ปีเท่าไรนะปี 2555 นี้คะ มิถุนายนค่ะ

จิตอาสา: ครั้งพระไตรปิฎกนี้เข้ากี่ครั้งคะ

คุณจันทวรรณ: 2 ค่ะ

จิตอาสา: 2 ครั้งก็คือเปิดเทอมที่ผ่านมาเป็นนักศึกษาแพทยวิถีธรรม

คุณจันทวรรณ: เป็นนักศึกษาปี 1 ด้วยค่ะ

จิตอาสา: อ้อ เป็นนักศึกษาแพทยวิถีธรรมด้วย แสดงว่าก่อนหน้านั้นได้เข้ามา 1 ครั้งเมื่อประมาณสิ้นปีที่แล้วหรือคะ

คุณจันทวรรณ: ค่ะ

จิตอาสา: ตุลาคม 2554 หรือเปล่าคะ

คุณจันทวรรณ: ค่ะ

จิตอาสา: ค่ะ โอเคก็เท่ากับเข้าสู่ภาพครั้งนี้เป็นครั้งที่ 2

คุณจันทวรรณ: ค่ะ คือถ่ายสุขภาพนี้เข้าครั้งเดียว

จิตอาสา: ก็คือครั้งนี้เป็นครั้งที่ 2 ของสุขภาพค่ะ แล้วก็พระไตรปิฎก 2 ครั้งนะคะ

คุณจันทวรรณ: ค่ะ

จิตอาสา: ค่ะ โอเคค่ะแล้วที่นี้คุณจันทวรรณมาด้วยเนื่องจากอะไรคะ

คุณจันทวรรณ: ก็เป็นภูมิแพ้อย่างแรงเลยนะคะก็แพ้มาก เจออะไรก็ถ้าเข้าไปในตลาดนี้ก็จะแพ้ น้ำมูกไหลตลอด แต่ตอนนี้หายไปโดยไม่รู้ตัวเลย ไม่ได้คิดว่ามันจะหายแล้วก็ผลพลอยได้ก็คือลดน้ำหนักได้ แต่ที่ลดได้จริง ๆ ก็คือทานมือเดียวเมื่อมิถุนายนที่ผ่านมาเอง ปกติถ้าเข้าปี 2553 นี้คือจะทานมังสวิรัตินะ แต่ว่ามันก็อ้วน 3 มื้อมันก็อ้วนมาเหมือนเดิมลดไป 4 กิโลกรัม จากถ่ายไปนะคะ แล้วก็ไปทานมังสวิรัตินะ มันก็เป็นแป้งเป็นอะไรอย่างนี้ก็อ้วนเท่าเดิมอีกคะ ก็เลยตั้งใจไว้ว่าถ้าไปเข้าค่ายพระไตรปิฎกนี้ก็จะได้ทานมือเดียวใช่ไหมคะ ตั้งบะครั้งแรกนี้สัมผัสหิวพอมารั้งที่ผ่านมานี้ลดไป 12 กิโลกรัม เอาจริงก็คือลดโดยไม่เพียอะไรเลยคะ เหมือนคุณหมอม่ามีพลัง ไม่เพียแล้วก็ทำงานหนักได้ด้วย จากที่เคยแบบอ้วนแก้งแล้วก็ปวดแข็งปวดขา แล้วก็ปวดง่ายด้วยคะ ก็หายไปหมดเลย ก็ดีขึ้นเยอะเลยคะจากที่เคยปวด ปวดขาปวดแข็งปวดอะไรนี้หายหมดแล้ว ก็เจ็บตรงสะโพกนี่นะคะน้ำหนักมันเยอะใช่ไหมคะ เดินเห็นลำบากมาก ก็เลยตั้งใจไว้ว่าจะทานมือเดียวตลอดไปเลย แล้วก็ทานมังสวิรัตินะ มังสวิรัตินี้ก็ต้องเป็นมังสวิรัติตามสูตรหมอเขียวนะคะ คือจัด

เราก็ทานจัดบ้างแล้วก็ทานอโรยบ้าง อโรยนี่ก็คืออาจจะใส่พวกเค็มชนิดหน่อย พวกเกลือพวกซีอิ๊วอะไรอย่างนี้ แต่ถ้าเกลือจะดีที่สุดล่ะอย่างทานแป้งมาก

จิตอาสา: คือจริง ๆ มาด้วยอาการภูมิแพ้

คุณจันทวรรณ: ภูมิแพ้ค่ะ แล้วก็อ้วนด้วย

จิตอาสา: คืออ้วนน้ำหนักเกิน

คุณจันทวรรณ: ค่ะ น้ำหนักเกินมาก

จิตอาสา: มีไขมัน เบาหวาน ความดันด้วยหรือเปล่าคะ

คุณจันทวรรณ: ยังไม่มีโรค แต่คิดว่าถ้าปล่อยไว้ก็จะโรคจะตามมาแล้วค่ะ เพราะมันเริ่มเหนื่อย

จิตอาสา: อายุเท่าไรนะคะ

คุณจันทวรรณ: 49 ค่ะ

จิตอาสา: 49 ทำอาชีพอะไรคะ

คุณจันทวรรณ: ทำร้านผ้า幔ก็อยู่ว่าง ๆ ก็ทานแหลกจวบจิบ

จิตอาสา: ก็คือแสดงว่าด้วยพฤติกรรมเดิมนี่เป็นคนชอบทานอาหาร

คุณจันทวรรณ: ใช่

จิตอาสา: ทั้งวันหรือเปล่าคะ

คุณจันทวรรณ: ก็ทานเล็ก ๆ น้อย ๆ อย่างกล้วยทอดอะไรพวกนี้ค่ะ

จิตอาสา: ก็คือทานอาหารจวบจิบ ชอบกินขนมกรุบกรอบ

คุณจันทวรรณ: ใช่ค่ะ ชอบกินขนม ใช่ค่ะ

จิตอาสา: อ้อ ก็คือทำไปด้วยอาจจะเครียดนะคะ

คุณจันทวรรณ: ค่ะ ใช่

จิตอาสา: ต้องดีไซน์ทั้งวันหรือเปล่าคะ ทำไปก็เลยพว้างเมื่อไรก็เลยหยิบมาทานอาหารกินเล่นไปเรื่อย ๆ

คุณจันทวรรณ: ใช่ค่ะ

จิตอาสา: ก็เลยทำให้น้ำหนักเกิน

คุณจันทวรรณ: น้ำหนักเกินมาก

จิตอาสา: โดยไม่รู้ตัว

คุณจันทวรรณ: ไม่รู้ตัวเลย ขึ้นมาเรื่อย ๆ จนทำยังไงก็ไม่ลง

จิตอาสา: เคยจากที่ปกติปกตินี้จะอยู่ประมาณเท่าไรคะก็กิโลกรัมคะ

คุณจันทวรรณ: เกือบ 80 ค่ะ

จิตอาสา: ไม่ใช่ ปกติของตัวเองที่เคยเป็นคนสุขภาพดีนี่

- คุณจันทวรรณ: ที่เคยสุขภาพดีก็นี่ล่ะคะ น้ำหนักประมาณสัก 64
- จิตอาสา: คือปัจจุบันนี้เหลือ
- คุณจันทวรรณ: ตอนนี้อยู่เหลือ 61 แล้วคะ
- จิตอาสา: เหลือ 61
- คุณจันทวรรณ: แล้วก็คิดว่าจะลงไปอีกคะให้เหลือตัวบาง ๆ ค่ะ
- จิตอาสา: ค่ะ จาก 80 เหลือ 61 ลดไปเกือบ 20 กิโลกรัม
- คุณจันทวรรณ: ค่ะ
- จิตอาสา: ใช้เวลาประมาณกี่เดือนนะคะ
- คุณจันทวรรณ: ก็จากมิถุนายนมานี้ลงมา 12 แต่ก่อนหน้านั้นก็ลงมาทีละหน่อย เพราะว่าเราทานมังสวิรัตแบบเต็มมือ 3 มื้อครบ แต่ตอนที่มิถุนายนที่ผ่านมานี้ มื้อเดียวแล้วมื้อเดียวแล้วก็ไม่จุกจิกไม่อะไรเลย ทานแบบเคร่งครัดเลยคะ
- จิตอาสา: แล้วว่าแต่ตอนนี้ทานมังสวิรัตใหม่คะ
- คุณจันทวรรณ: ทานคะ ทานมาตั้งแต่ออกจากค่ายปี 2553
- จิตอาสา: ก็คือก่อนหน้านี้ไม่ใช่มังสวิรัต แต่พอเข้าค่ายปุ๊บเป็นมังสวิรัตเลย
- คุณจันทวรรณ: ค่ะเป็นมังเลย ก็ตัดเลย
- จิตอาสา: ทำไม ทำไมถึงตัดได้ขนาดนั้นนะคะ
- คุณจันทวรรณ: ก็ปกติก็ไม่ค่อยทานเนื้อสัตว์อยู่แล้ว แล้วก็เลยคิดว่ามันก็ตัดได้ง่าย ๆ ไม่ยากเท่าไรคะ
- จิตอาสา: ก็ต้องอนุโมทนาด้วยนะคะ สามารถตัดได้โดยหลังจากเข้าค่าย เป็นเพราะจิตวิตร้าให้หรือเปล่าคะ
- คุณจันทวรรณ: ไม่ได้คะ
- จิตอาสา: อ้าว ค่ายนั้นยังไม่มีจิตวิตร้าให้หรือ
- คุณจันทวรรณ: มีคะ มีให้คะแต่ไม่ได้ดูสงสารมัน
- จิตอาสา: ไม่กล้าดูก็อย่างบางท่านในค่ายนะคะเขาบอกดูแล้วไม่กล้าไปทานเลยก็มีนะคะก็ได้
- อานิสงส์จากการดู
- คุณจันทวรรณ: ก็มีผลนะคะ
- จิตอาสา: มีใครเมื่อวานดูแล้วรู้สึกว่าจะไม่ทานเลย มีไหมคะมีไหม มี ๆ ช่วยยกมือหน่อยนะคะปรบมือให้กับท่านผู้นั้นหน่อยนะคะ เพราะว่าเมื่อวานนี้ได้เข้ากลุ่มนะคะ มีคุยกับคุณอาท่านหนึ่งบอกว่านี่ดูแล้วกลับไปจะไม่ทานแล้ว เพราะว่ารู้สึกสงสาร
- คุณจันทวรรณ: ใช่

- จิตอาสา: เหมือนคุณจันทวรรณนะคะ อยากลดน้ำหนักนะคะ ก็คือเปลี่ยนเป็นมังสวิรัตินะคะ
- คุณจันทวรรณ: ได้ผลจริง ๆ
- จิตอาสา: ลดไม่รู้ตัว แล้วเมื่อก่อนที่ผ่านมานี้ได้เคยไปใช้สูตรลดความอ้วน
- คุณจันทวรรณ: อ้อ ไม่ ๆ ไม่เคยใช้ แต่ว่าปกติชอบออกกำลังกาย แล้วที่นี้มันอ้วนเกินนะ วิ่งก็ไม่ได้ จะไปว่ายน้ำก็ใส่ชุดมันก็น่าเกลียด ก็ไม่รู้จะทำยังไง ก็ได้แต่เดิน เดินก็เจ็บขา แต่เราไม่ได้ลดอาหาร ไข่คะ เราไม่ได้ทานจืด พอทานจืดแล้วรู้สึกว่ามัน มันเปลี่ยนไปเลยคะ แล้วเราไม่เพื่อยด้วย แต่ตอนแรก ๆ ก็ต้องอดทนหน่อยนะคะ มันจะมีอะไรที่มันเป็นวิบากกรรมของเรานี้ ให้เราต้องฝึกความอดทน ก็ต้องใช้ธรรมะเข้าช่วยด้วยคะ
- จิตอาสา: ก็คือมาในค่ายปกติทานมาเยอะ
- คุณจันทวรรณ: ค่ะ ก็ใช้ธรรมะช่วยด้วย
- จิตอาสา: ทานมาเยอะเลย ก็คือในค่ายนี้ทานสุขภาพ 3 มื้อ
- คุณจันทวรรณ: ไข่คะ ค่ะ
- จิตอาสา: ครั้งแรกนะคะแล้วก็ค่อย ๆ ลด
- คุณจันทวรรณ: ลด
- จิตอาสา: จนมาเข้าพระไตรปิฎกถึงฝึก
- คุณจันทวรรณ: มือเดียวเลยคะ
- จิตอาสา: ตั้งตบะ โดยทานมือเดียวนะคะ
- คุณจันทวรรณ: ตั้งตบะเลยคะ
- จิตอาสา: จากมีภูษาณมาถึงนี้ 3 เดือนก็ ลดไป 12 กิโลกรัม
- คุณจันทวรรณ: 12 กิโลกรัม
- จิตอาสา: ค่ะ
- คุณจันทวรรณ: แล้วก็ทำงานหนักได้ ตื่นคิดได้โดยที่ไม่เพื่อยเลย แล้วก็ทำอะไรก็ดูแข็งแรง กระฉับกระเฉงด้วยคะ เปลี่ยนไปเยอะเลยคะ แล้วก็มั่นใจในตัวเอง แต่ก่อนจะแบบอ้วนแล้วก็ไม่อยากจะใส่เสื้อผ้าไม่อยากจะออกไปไหน ไม่อยากคุยกับคนด้วยมันไม่มั่นใจในตัวเองด้วยคะ
- จิตอาสา: แล้วที่บอกเป็นภูมิแพ้ก็มีอาการอย่างไรคะ
- คุณจันทวรรณ: คือภูมิแพ้ที่เป็นมานานแล้ว แล้วพ่อแม่นี้เป็นหอบหืดด้วยแล้วตัวเองก็คิดว่าน่าจะเป็นด้วยที่นี้เราไม่ได้ไปคิดว่ามันจะหายแต่ว่ามันเป็นผลพลอยได้จริง ๆ คือหายโดยที่เราไม่ได้คิดว่าโรคภูมิแพ้จะหายแต่มันหายไปโดยไม่รู้ตัวจริง ๆ ค่ะ ไม่ได้เราไม่ได้ไปคิดว่า เออ กินแบบนี้แล้วจะหายจากโรคภูมิแพ้ต้องไม่ไปสนใจมันนะคะ มันหายหายเองจริง ๆ เลย
- จิตอาสา: หายไปโดยไม่รู้เรื่อง

คุณจันทวรรณ: อะ ปกตินี้ถ้าฝนอย่างนี้นะ น้ำมูกมาแล้วอะ มาแบบไม่รู้ตัวเลยหลุดออกมาเลย น้ำมูกใส ๆ อะแต่นี้ไม่เป็นอะ หายจริง ๆ

จิตอาสา: แล้วแต่ก่อนที่จะมารู้จักแพทย์วิถีธรรมคุณเล่าในเรื่องของภูมิแพ้ยังไงอะ มีอาการ คือ มีน้ำมูกไหลใส ๆ เหมอะ อย่างเดียว

คุณจันทวรรณ: อะก็จะไม่ทานยาเลยเป็นคนไม่ทานยา พอมาเจอแพทย์วิถีธรรมนี่คือใช่เลย คือ จะไม่ชอบทานยาอะไรเลย ไม่กินยา

จิตอาสา: อาการที่เด่นชัดนี่คืออะไรคะ น้ำมูกไหลใส

คุณจันทวรรณ: น้ำมูกแล้วก็คัน คันทา คันหมดเลยนี่แถวหน้าแถวอะไรอย่างนี้เหมือนกับเราไปโดนอะไรมาคัน ๆ นะอะ แล้วตานี้จะคันมาก จะขี้จันที่เป็นเนื้อเหมือนเนื้อต่อในตาอะก็เดี๋ยวนี้ไม่คันแล้วไม่เป็นอะไรจุกก็จะมีกลิ่นด้วยแต่เดี๋ยวนี้ก็ไม่เป็นอะ ดี ดีขึ้นเยอะเลยดีมากเลยเกือบ 100 % เลยอะ

จิตอาสา: แล้วทำรายละเอียดในยา 9 เม็ดยังไงอะ เล่าให้ฟังนิดนึงอะ มาครั้งแรก 7 วันนี่พี่เลี้ยงแนะนำยังไง อาจารย์หมอเขียวแนะนำยังไงแล้วปฏิบัติยังไง ทำไมถึงได้ดีขึ้นหายไปได้ด้วยอะไร

คุณจันทวรรณ: อ้อ ยา 9 เม็ด คือที่สำคัญนี้ที่ค่ายนี้เราได้ทำอยู่แล้วใช่ไหมคะ แต่ที่กลับไปบ้านนี้เราจะต้องทำด้วย เราจะต้องเคร่งครัดในตัวเอง จะต้องแต่ดิฉันก็ไม่ได้ทำทุกวันจนก็กระท่อนกระแท่นมาตลอดอะ แต่ช่วงพอเข้าค่ายพระไตรปิฎกตั้งแต่ปีที่แล้วมานี้ก็พยายาม คือพยายามตั้งใจว่าจะทำให้ได้คะแนนมามิถุนายนที่ผ่านมานี้คือ 100 % เลยตั้งใจได้ แล้วก็ทำได้เกือบทุกเม็ด ที่ที่สำคัญก็คือเรื่องน้ำสมุนไพรเราทำได้เองที่บ้าน แล้วก็อาหารสามดิฉันก็ 120 กิโลตอนนี้ก็ลดลงมาเหลือ 115 แล้ว เขาก็ทานมังสวิรัตก็โอแฮชนะ เขาเห็นเราเขาเห็นเราไงคะ เขาก็เลยเชื่อเรา เขาก็สนับสนุนด้วยให้มาช่วยมาเป็นจิตอาสา เพราะได้ผลจริง ๆ เขาเห็นเราทำได้ไงคะ

จิตอาสา: อะ

คุณจันทวรรณ: แล้วก็ก็มีคือ จะมีพอกทาแล้วก็ที่สำคัญคือต้องใช้ธรรมะด้วยนะอะ ต้องเรียนรู้ด้วยนะอะ มันช่วยได้เยอะเลยอะ

จิตอาสา: แล้วครั้งแรกนี่มาด้วยกันกับสามีหรือเปล่าคะ

คุณจันทวรรณ: ไม่ได้มาแต่จะให้เขาเข้ามาเข้าค่าย แต่เรากลับไปทำให้เขาอะ กลับไปทำให้เขา ให้เขาลางานแล้วเราก็ทำให้เขา 5 วันอย่างนี้ ก็ได้ผลแล้วตอนนี้เขาก็ทานมังสวิรัตแล้ว

จิตอาสา: ก็เปลี่ยนตาม

คุณจันทวรรณ: ก็เปลี่ยน

จิตอาสา: นี่อันนี้ก็ป็นตัวอย่างของที่ทำตัวอย่างที่ตนใช้ไหม

คุณจันทวรรณ: อะใช่คะ

จิตอาสา: คือยังไปพูดกับคนใกล้ตัวส่วนใหญ่ที่จะบอกอาจารย์ก็จะบอกบอกว่าพูดกับคนใกล้ตัวนี้พูดยาก

คุณจันทวรรณ: พูดยากมากเราพูดไม่ได้เลย เราไม่ต้องอธิบายอะไรเลยใจ แต่เราต้องทำที่ตัวเราจะทำให้เขาเห็นพอเขาเห็นแบบนี้เขาเชื่อเรา แล้วเขาทำตามเรา ให้เราได้สอน ได้เปิดใจให้เราบอกให้ทำตามอย่างนี้ค่ะ

จิตอาสา: ครั้งแรกกลับไปนี่ไปยึดเหยียดอะไรให้กับพ่อบ้านใหม่คะ

คุณจันทวรรณ: ไม่ ไม่ได้ยึดเหยียดค่ะแต่เขาเห็นเรากลับไปนี่น้ำหนักเราก็ลดลงเขาก็เห็น

จิตอาสา: จากค่ายแรกเลยเห็นถึงการเปลี่ยนแปลงเลย

คุณจันทวรรณ: จากค่ายแรกค่ะ 4 กิโลกรัมค่ะ เห็นชัดอยู่

จิตอาสา: 4 กิโลกรัม นะคะ วันนี้ใครน้ำหนักลดบ้างคะมีไหมคะ

คุณจันทวรรณ: ต้องลดนะค่ะต้องลดเยอะอยู่

จิตอาสา: มีไหมคะ ยกสูง ๆ เลยหลายท่านนะค่ะน้ำหนักลดแล้วใครน้ำหนักเพิ่มคะ มีไหม ก็มีเหมือนกัน แต่คนที่เพิ่มนี้พอม ๆ นะสมควรจะเพิ่มบางที่ยังไม่สมดุลนะค่ะแต่อันนี้อันนี้ลดลงเพราะว่าอันนี้ จำได้ว่าตอนนั้นพี่เขาไปบุรีรัมย์ด้วยใช่ไหม

คุณจันทวรรณ: ใช่คะ

จิตอาสา: น่าจะรู้สึก

คุณจันทวรรณ: ยังอ้วนอยู่ใช่ไหมคะ

จิตอาสา: ยังอ้วนกว่านี้ะวันนี้เห็น

คุณจันทวรรณ: เห็นชัดเลย

จิตอาสา: ใช่ ๆ จำพี่เขาไม่ได้แล้วละ เพราะว่าพี่เขาพอมลง

คุณจันทวรรณ: มีรูปค่ะ เดียววันหลังจะเอารูปมาเปรียบเทียบให้ดู

จิตอาสา: ค่ะแล้วได้ปฏิบัติต่อเนื่องจนถึงปัจจุบันนี้

คุณจันทวรรณ: ต่อเนื่องค่ะ แล้วก็คิดว่าจะตลอดไปด้วยค่ะ

จิตอาสา: ถ้าอย่างนี้อาจจะแนะนำพี่น้องเราอย่างไรบ้างคะในเรื่องของยา 9 เม็ด คือทำไม เมื่อกี้พี่จันทวรรณคิดหนึ่ง รู้สึกตั้งใจมากเลยทำไมถึงบอกอยากกินมือเดียว

คุณจันทวรรณ: อ้อที่อยากกินมือเดียวนะ เราได้สุขภาพเราด้วย แล้วมันพอทำแล้วนี่มันเห็นผลจริง ๆ เห็นผลก็คือตัวเรานี้โล่งโปร่งสบาย คิดอะไรก็เหมือนกับเออ มันไม่มีมันไม่วังไม่วังหวางหวางนอนแต่ก่อนที่อ้วน ๆ นะคะพอกกลางวันนี้ก็ขนาดนอนทั้งคืนแล้วกลางวันยังอดสำหังวังอีกแล้วมันมันเห็นผลจริง ๆ ต้องปฏิบัติค่ะ หวังว่าถ้ากลับไปบ้านแล้วนี่อย่าทิ้งเพราะว่าถ้าทิ้งแล้วนี่ 2-3 วันนะเราก็



จะกลับไปเป็นเหมือนเดิม คือเราทำได้แล้วนี่จากที่ค่ายนั้นะคะ 7 วันนี่ เราไปทำต่ออีกอาทิตย์หนึ่ง แล้ว  
ก็อีกอาทิตย์หนึ่งมันจะ เราจะชนะมันคะ

จิตอาสา: ก็จริง ๆ ต้อง

คุณจันทวรรณ: ต้องอยู่ที่ใจเรา เราต้องเข้มแข็งคะ มันจะมีมารมาผจญเยอะอยู่ อาหารที่เราอบ ๆ  
ตัวเรา เราต้องอย่ากิน ๆ โอเคกินนิดหน่อยแต่เราแต่นี้หักดิบเลยนะคะ ไม่กินเลยเดี๋ยวนี้มองอาหาร  
ทั่ว ๆ ไป ก็ไม่อร่อยแล้วมันเป็นพิษคิดว่าอย่างนั้นมันเป็นพิษ พิษทั้งนั้นเลย มีแต่น้ำมัน มัน ๆ อย่าง  
กล้วยทอดนี่ของโปรดเลยนะคะ ไม่กินเลยที่จริงเรากินได้ไซ้ไหมคะ มังสวิรัต แต่ไม่ ไม่เอาเลยทอด ๆ  
แล้วก็อาหารนี้เวลาทำก็ไม่ใส่น้ำมันเลยคะ

จิตอาสา: ตอนนี่ก็คือใช้วิธีพิจารณาอย่างที่อาจารย์แนะนำ

คุณจันทวรรณ: คะ พิจารณาคะ วิธีพิจารณาคือมองไปเห็นโทษของมันเลย

จิตอาสา: ใช้วิธีพิจารณาประโยชน์แล้วก็โทษ

คุณจันทวรรณ: ไซ้คะ

จิตอาสา: ก็คือเอาสิ่งที่เป็นประโยชน์ให้กับตัวเอง สิ่งที่เป็นโทษก็ไม่เอานะคะ

คุณจันทวรรณ: คะ

จิตอาสา: คะ อันนั้นก็คือจากที่พี่จันทวรรณนะคะได้เข้าค่ายก็อานิงสงฆ์น้ำหนักลด

คุณจันทวรรณ: อานิงสงฆ์จริง ๆ เลยคะ

จิตอาสา: ทานมือเดียวได้นะคะ

คุณจันทวรรณ: คะ

จิตอาสา: แล้ววันนี้ก็มีความสุข พลังชีวิตเต็ม

คุณจันทวรรณ: มีความสุขมากเลยคะ

จิตอาสา: คะแล้วในตอนปฏิบัติ 9 เม็ดในค่ายครั้งแรกนี้ ในเรื่องน้ำก็กับดีที่ออกซ์เป็นยังไง  
คะ อยากให้เล่าเพราะว่าส่วนใหญ่พี่น้องอาจจะยังไม่ค่อยกล้าทำ 2 ข้อนี้ น่าจะเป็นข้อที่ยากที่สุด

คุณจันทวรรณ: น้ำนี่ตอนแรกก็ยังไม่ทานเพราะว่าเราเคยทานเนื้อสัตว์มาไซ้ไหมคะ แต่พอเรา  
มาอยู่ในค่ายนี้ได้ทานมังสวิรัตนี้สัก 2-3 วันนะ เราเลยลอง ลองแล้วก็จืดนะคะ เพราะว่าแต่ก่อน  
หน้านั้นเคยลองแล้วเรายังทานเนื้อสัตว์บ้างมันจะมีรสแบบที่เราไม่ชอบ เราก็ไม่เอาต่อไม่ทานต่อ  
แล้ว พอมาอยู่ค่ายนี้ได้ทานก็เลยทานได้แล้วทุกวันนี้ก็ยังทานอยู่นะคะ เพราะว่าเราทานมังสวิรัตจืดนี้  
มันจะไม่ รสชาติมันจะไม่ลำบากมากทานได้ แล้วก็มันทำให้มีพลังชีวิตด้วยที่สำคัญอย่าลืมนะคะ  
แล้วก็ดีที่ออกซ์ก็ 2 วันบ้าง 3 วันบ้างแล้วแต่ แล้วแต่ที่เราอดอดมากน้อยขนาดไหนจริง ๆ แล้วก็สามาร  
ทำได้ทุกวันแล้วแต่ แล้วแต่ทั่ว ๆ ไปก็สัก 2 วันก็ได้

จิตอาสา: แล้วใช้น้ำอะไรทำคะ

คุณจันทวรรณ: ใช้ส่วนมากใช้น้ำสมุนไพรถ้าไม่มีจริง ๆ หากยังไม่ได้ทำน้ำสมุนไพรก็น้ำกลั่น แล้วก็น้ำนี้ล่ะคะ น้ำนี้ของเราล่ะคะ

จิตอาสา: น้ำปัสสาวะนะคะ

คุณจันทวรรณ: สูดยอดไม่ต้องหาที่ไหน

จิตอาสา: ทำแล้วก็โปรง โลง สบายนะคะ

คุณจันทวรรณ: โปรง โลง สบายจริง ๆ ค่ะ

จิตอาสา: อันนี้ก็เป็นอย่าง 1 ตัวอย่างที่ฟังคนนะคะ แล้วก็ใช้ของที่อยู่กับตัว

คุณจันทวรรณ: ใช่ค่ะ

จิตอาสา: นะคะวันนี้ก็มีความผาสุกน้ำหนักลดอย่างที่เห็นนะคะ 19 กิโลกรัม นะคะ

คุณจันทวรรณ: ค่ะ

จิตอาสา: ใช้เวลาประมาณเกือบ 2 ปีนะคะ

คุณจันทวรรณ: ค่ะ 2 ปี

จิตอาสา: ที่นี้พี่เขาก็จะไปปฏิบัติต่อ ทั้งท้ายที่สุดนี้พี่อยากฝากอะไรให้กับพี่น้อง

คุณจันทวรรณ: ก็อยากให้พี่น้องกลับไปปฏิบัติต่อเนื่องนะคะ แล้วก็ไม่ใช่ทานจี๋อย่างนี้ทุกมื้อก็ได้ อาจจะ ถ้าเราที่ต้องทานมีรสชาติบ้างเพราะทานจี๋อย่างเดียวบางทีอาจจะ เราอาจจะมันไม่สมดุลนะ ค่ะ เราก็ต้องทานที่มันมีรสชาติบ้างแต่อย่าลืม อย่าลืมปฏิบัติต่อเนื่องนะคะ เพราะไม่งั้นถ้าเราทั้งไปนี่เราก็จะกลับมามันยาก เราก็จะต้องกลับมาใหม่ในค่ายใหม่ แต่ยังไงถ้าเกิดว่ามันไปจริง ๆ เราก็กลับมาเข้าค่ายใหม่แล้วเราก็ตั้งตบะใหม่ก็คงไม่พิน น่าจะความพยายามอยู่ที่ไหน ความสำเร็จอยู่ที่นั่นค่ะ

จิตอาสา: ก็คือ เคยใช้วิธีมาสมัครเป็นนักศึกษาแพทย์วิถีธรรมด้วยหรือเปล่าที่จะ

คุณจันทวรรณ: เป็นนักศึกษาแพทย์ด้วย แล้วก็เผื่อจะได้มีโอกาสได้ช่วยผู้อื่นได้บ้างค่ะ ก็ต้องทำตัวอย่างให้คนอื่นได้เห็นด้วยค่ะ

จิตอาสา: ก็เข้าสู่ตรวิถีสีวิตของแพทย์วิถีธรรมแล้วนะคะ

คุณจันทวรรณ: ค่ะ

จิตอาสา: อันนี้ก็จะเป็นนักศึกษาแพทย์วิถีธรรมปี 1 นะคะ

คุณจันทวรรณ: ค่ะ

จิตอาสา: ค่ะก็ต้องขอบพระคุณพี่จันทวรรณมากนะคะ

คุณจันทวรรณ: ค่ะ

จิตอาสา: ถ้าใครเห็นแล้วอยากมาเป็นนักศึกษาก็ลองดูนะคะสอบถามพี่เขาได้้นะคะ

ขอบพระคุณนะคะ

คุณจันทวรรณ: ขอบคุณค่ะ

(จันทวรรณ นัทรวัชรกุล. สัมภาษณ์ 2555, กันยายน 7)

กรณีศึกษาที่

1.38 ตฤณภัท เกตวัลท์

ชายไทย อายุ 55 ปี

จังหวัดกรุงเทพมหานคร

อาการเส้นเลือดแดงใหญ่แตก



คุณตฤณภัท: กราบการะหมอเขียวผู้ใจดีเป็นผู้ที่ต่อชีวิตให้ผมมา คือผมนี้เคยผ่าตัดมา 3 ครั้ง ครั้งแรกก็คือตอนปี 2552 ตอนนั้นนี่หมอที่ผ่าตัดบอกผมว่า บอกคุณนี่รอดมาได้ยังไงคือโอกาสรอดนี่ไม่ถึง 20 % คือเส้นเลือดแดงใหญ่ผมแตก แตกทั้งตัวตั้งแต่ช่วงคอลงมาถึงข้างล่าง เส้นเลือดแดงใหญ่ก็คือเป็นเส้นเลือดที่ส่งเลือดไปเลี้ยงอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกายอันนี้ตอนที่ทำซีทีสแกนนั้นนะ หมอบอกว่ามันไม่น่าจะรอดมาได้ขนาดนี้ หลังจากที่หมอผ่าตัดเรียบร้อย ก็ปะเหมือนกับปะท่อปะอะไรพวกนี้นะครับ ปะตั้งแต่นจนยันด้านล่างนี่ก็โอเค ผมก็หมอบอกว่าต้องพยายามรักษาความดันให้อยู่คงที่ไม่ให้สูง การรักษาความดันก็คือ ของหมอก็คือหมอกี่ให้ยาผมมา 9 เม็ด คือกินทั้งวันนะครับคือตั้งแต่เช้ายันเย็นผมนับได้ประมาณ 9 เม็ดคราวนี้หมอบอกว่า ผมก็ถามหมอบอกว่าผมจะต้องกินยาถึงเท่าไรหมอบอกว่าต้องกินตลอดชีวิต ผมก็รู้สึกว่ายากดีจริง ๆ นี่ทำไมต้องกินตลอดชีวิตแสดงว่ามันไปกดประสาททำให้ผมนี้สามารถมีชีวิตอยู่ได้ แล้วที่นี้พอผมมาเจอพินิดดาที่ทำเรื่องธรรมชาติบำบัดนี่ก็แนะนำผมว่าลองวิธีนี้ใหม่มาเข้าค่ายของหมอเขียว ผมก็ตั้งแต่นั้นมาผมก็ตามพินิดดา มา รวมทั้งหมดก็ 7 ครั้งแล้วครับ คือที่มาบ่อย ๆ นี่เพราะว่าพยายามจะมาต่อชีวิตตัวเองให้อยู่ยาวนานที่สุด แล้วแต่ครั้งนี่ผมมานั่งฟังที่บอกว่า ผมนั่งฟังข้างหลังอยู่ตลอดเวลาที่คือผมพยายามจะเก็บรายละเอียดต่าง ๆ ที่หมอเขียวพูด นี่คือแต่ละครั้งที่หมอเขียวมาพูดนี่ก็จะมีความรู้ใหม่ ๆ มาเพิ่มเติมอยู่เรื่อย ๆ ทำให้ผมรู้สึกว่ามันคือความลับฟ้าที่คุณหมอเขียนขึ้นมาเนี่ยมัน มันมีค่ามากทำให้ผมนี้มีชีวิตมาถึงทุกวันนี้ครับ

จิตอาสา:        ค่ะ คุณอาอ้อคนะคะ เมื่อกี้ยังไม่ได้นแนะนำตัว ชื่อจริงนะคะ คือคุณตฤณภัท

คุณตฤณภัท:     ชื่อจริง ตฤณภัท เกตวัลท์ ครับผม

จิตอาสา:        คุณอาอายุเท่าไรนะคะ

คุณตฤณภัท:     อายุ 55 ปีครับ

จิตอาสา: 55 ปี แล้วปัจจุบันยังทำงานไหมคะ

คุณตฤณภัท: ผมทำงานเกี่ยวกับटकแต่งภายใน ตอนนี้ผมปิดบริษัทटकแต่งภายในไปแล้ว แต่ก็ยังทำงานเป็นโรงงานเฟอร์นิเจอร์อยู่บ้างนิดหน่อย

จิตอาสา: ค่ะ

คุณตฤณภัท: พยายามจะคือยามืดที่ 8 นะครับ ผมบอกว่าใช้ธรรมะแล้วก็พยายามลดความเครียดก็คือไปลดความเครียดบางส่วนลงก็เลยพยายามจะทำงานให้น้อยลงครับ

จิตอาสา: แสดงว่าแต่เดิมนี่เส้นเลือดแดงใหญ่ที่บอกว่าแตกน่าจะมาจากความเครียด จากการ ทำงานเป็นหลักหรือเปล่าคะ

คุณตฤณภัท: ความเครียดจากการทำงานไม่ค่อยมีครับแต่เป็นความเครียดจากการชุมนุมมากกว่า

จิตอาสา: คุณอาเป็นพันธมิตรแล้วก็เลยไปชุมนุม

คุณตฤณภัท: คือตอนอยู่ที่ทำเนียบนะครับเวลาที่ เวลาที่พันธมิตรได้เปรียบเราก็จะรู้สึกว่าคุณ ความดันเราก็ดันขึ้น แต่เวลาโดนฟ้องคดีนี้ความดันมันตกมันขึ้นสูงเลย

จิตอาสา: อันนี้ต้องดูสาเหตุแต่ละคนให้ดีนะคะ

คุณตฤณภัท: อันนี้ผม ผมค้นพบแล้วครับว่าความเครียดผมมาจากส่วนนี้ครับ

จิตอาสา: สาเหตุอันนี้ก็จะต้องบอกว่ายังไงคุณอาหาสาเหตุเจอแล้วตอนนี้คะ

คุณตฤณภัท: เจอแล้วครับ

จิตอาสา: ก็เลยอ้าวแล้วเมื่อก็บอกว่าไม่ใช่มาจากงานแต่ปรากฏว่าปิดบริษัท

คุณตฤณภัท: ปิดบริษัทไปเลยครับเพราะว่ามันมีส่วน ส่วนหนึ่งเพราะว่าผมจะเลือกทำงานได้ เพราะว่าจะเลือกงานที่ไม่ค่อยเครียดมาก เลือกลูกค้ำที่คุยกันรู้เรื่องอันนี้เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ ความเครียดก็น้อยลงนะครับ

จิตอาสา: ค่ะ

คุณตฤณภัท: แต่ตอนที่ผมผ่าตัดครั้งแรกนี้อันนั้นคือหลังจากเสร็จสิ้นภารกิจจากสุวรรณภูมิแล้ว ครับ

จิตอาสา: แสดงว่าผลผ่าตัดนี้มาจากการชุมนุมจริง ๆ 3 ครั้งนะคะ

คุณตฤณภัท: แต่เมื่อเมื่อเดือนที่แล้วก็ยังไม่ไปทานข้าวอยู่หน้าสถานทูตอเมริกาอยู่ที่เอตักนิต หน่อย

จิตอาสา: แล้วที่ได้มาฟังคุณหมอเขียวนี้เริ่มมาตั้งแต่ปีไหนคะ

คุณตฤณภัท: ปี 2552 ครับ

จิตอาสา: ตั้งแต่พินิตดา ปานิตดาจัดที่นี้เลยนะคะ

คุณตฤณภัท: ครับที่นี้เลยครับ

จิตอาสา: ก็คือ ไม่เคยพลาดเลยที่นี้จัดทุกครั้งก็มาทุกครั้งก็นั่งฟังอยู่ข้างหลังทุกครั้ง

คุณตฤณภัท: ครับผม ครับคือคุณนิตดาเนี่ยก็ขังมาฟังอยู่ทุกครั้งเลย คราวนี้ผมก็ต้องคือยา 9 เม็ดนี้ของผมมันอาจจะใช้เวลานานสักหน่อยของบางท่านเขาอาจจะมิบุญเขาอาจจะใช้เวลาไม่นานแต่ผมก็คงใช้เวลานานกว่าเขาหน่อยครับ

จิตอาสา: อะอยากให้คุณอาอ้อดเล่าว่าการใช้ยา 9 เม็ดใช้อะไร อย่างไรเริ่มจากอย่างไร จนครบบริบูรณ์ 9 เม็ดเมื่อไร อะไรอย่างนี้

คุณตฤณภัท: คือทานอาหารนี่คือก็ทานได้บ้างนะครับ คือทุกวันนี้อาหารเช้าของผมก็คือแกงจืด แกงจืดของผมนี่คือก็เหมือน ๆ กับคุณต้มน้ำให้เดือด เสร็จปั๊บแล้วคุณเอาผักที่คุณต้องการทานนะ ไล่ลงไปแล้วก็ไม่มีเกลือไม่มีซีอิ้ว ไม่มีอะไรทั้งสิ้น คุณอยากทานตำลึง คุณอยากทานบวบอยากทานปวยเล้งอะไรคุณก็เอาใส่เข้าไป แล้วผมก็กินอย่างนั้นเป็นมือเข้าผมทานมาเกือบประมาณเป็นปีแล้วครับก็คือหลังจากนั้นที่ผม เมื่อเล่าเมื่อสักครูคือตอนที่หมอให้ยา 9 เม็ดผมมาจากโรงพยาบาลบำรุงราษฎร์นี้ ความดันมันก็ไม่ลดนะครับแต่ผมพอเจอพี้นิดดาที่ชวนมาเข้าค่ายนี้แล้วลองทานสมุนไพรฤทธิ์เย็นสด แล้วก็ทานผักผลไม้แล้วก็ทานคาร์โบไฮเดรตนี้มันลดลง โดยเห็นชัดเจนเลย แล้วก็อีกอย่างหนึ่งก็คือมือกลางวันนี้เป็นสัปดาห์เขาเรียกสัปดาห์หรือเปล่าครับ ที่มีมะละกอสับ ๆ แล้วก็ใส่น้ำมะขาม ผมตอนเข้าค่ายครั้งแรกนี้เดินไปโรงอาหารเขาบอกสัปดาห์ผมก็พยายามจะหาหนีกว่าเขายังไม่เสร็จจะครับ ใส่มะละกอแล้วก็มี

จิตอาสา: ใส่มะเขือเทศกับน้ำมะขามเท่านั้น

คุณตฤณภัท: มะเขือเทศกับน้ำมะขามนี้ว่าเขายังไม่เสร็จจะครับ เขาบอกเสร็จแล้ว นี่แหละ สัปดาห์ละ สัปดาห์โรงเรียนผู้นำนะ

จิตอาสา: สัปดาห์สูตรหมอเขียว อะ แล้วทานแล้วเป็นยังไงคะ

คุณตฤณภัท: ก็คือเวลาทานนะครับ ผมก็มีทริคอยู่อย่างหนึ่งก็คือ ยังไง ๆ ผมก็คิดว่ามันคงไม่อร่อย แต่เราคิดว่าเราทานแล้วเป็นยา เป็นยารักษาเราต่อชีวิตเรา เราก็โอเคทุกวันนี้ก็จะทานด้วยความเอิร์ดอร่อยนะครับ คือจิตมันสั่งครับบอกว่าต้องอร่อย ต้องอร่อย ต้องอร่อยแบบหมอเขียวบอกครับ

จิตอาสา: อะแล้วมือเย็นทาน

คุณตฤณภัท: มือเย็นหรือครับ มือเย็นนี้ภรรยาผมเป็นคนปั่น ปั่นผักให้ทานคือผักก็คือผักนึ่งแล้วก็ผักปลังแล้วก็ใบบัวบกแล้วก็ใส่สับปะรดไปหน่อยเพิ่มรสชาติ บางทีบางวันก็มีแอปเปิ้ลหน่อย แล้วก็บางทีก็ใส่แก้วมังกรไปนิดหนึ่งให้มี แต่ตอนปั่นไม่ต้องปั่นให้ละเอียดนะครับ ให้มันมีการขบเคี้ยวบ้าง แล้วเวลาทานนี่คือมีทริคอยู่อย่างหนึ่งควรจะรีบนอนเร็วเพราะว่าทานแป็บเดียวมันจะหิวเร็วครับถ้าเกิดหิวเร็วนี้มันจะเดินเข้าครัวใหม่ครับ

จิตอาสา: แล้วทานอย่างนี้ทุกวัน

คุณตฤณภัท: ทุกวันครับ

จิตอาสา: เหมือนกันเลยหรือ

คุณตฤณภัท: ทุกวัน เป็นทุกวัน เป็นทุกวันก็คือทำเป็นไม่รู้ไม่ชี้ นะครับ แล้วบางวันเขาก็จะเปลี่ยนบ้างบางทีก็เป็นผลไม้อย่างเดี๋ยวก็น่าจะมีผักมือเย็น นะครับ สรุปลงแล้วก็คือ 3 มือก็เป็นแบบนี้ นะครับ ตอนเช้าแกงจืด ตอนกลางวันเป็นส้มตำส้มตำแปลก ๆ นี่ครับแล้วก็ผักปั่น ผลไม้อยากทาน ผลไม้ฤทธิ์เย็นอะไรก็ได้เข้าไปครับตอนนั้น นะครับ

จิตอาสา: ก็คือทานแต่สูตรฤทธิ์เย็นมีปรับฤทธิ์ร้อนไหมคะ หรือ

คุณตฤณภัท: ฤทธิ์ร้อนก็คือตอนเวลาออกไปด้านข้างนอกครับ เวลาไม่ได้อยู่บ้านต้องออกไปทำงานอะไรพวกนี้ บางทีก็เลือกไม่ได้ก็ติดคิ้วไป 1 หวีบางทีหิวมาก ๆ ก็ทานกล้วยไปก่อนสัก 3-4 ใบพออิ่ม ๆ แล้วมันก็ลืม ๆ ไปครับอันนี้เป็นเป็นสูตรนะครับเป็นสูตร

จิตอาสา: ถ้างั้นก็คือทุกวันนี้คุณเล็กคือใช้ เทคนิคยา 9 เม็ด

คุณตฤณภัท: ยา 9 เม็ดครบแล้วครับผม

จิตอาสา: ทุกข้อ

คุณตฤณภัท: ครบทุกข้อครับ รู้พักรู้เพียรนี้ก็พยายามทำงานน้อยลง แล้วก็ใช้ชีวิตมากขึ้น เพราะว่าถือว่าชีวิตที่เหลือนี่คุ้มแล้วครับ เพราะว่าหลังจากที่คุณหมอบอกว่าผมรอดมาได้ยังไงนี่ ตอนนี่ก็คือใช้ชีวิตก็คือไปช่วยชาติบ้างครับ

จิตอาสา: พอดีเมื่อเช้าคุณหมอน่าจะได้บรรยายให้พี่น้องฟัง เกี่ยวกับเรื่องคนพอเพียงนะคะ

คุณตฤณภัท: ครับ

จิตอาสา: คุณอาอ้อดนั่งฟังอยู่แล้วเป็นยังไงคะ เพราะตอนนี้รู้สึกจะเริ่มเข้ากระแสแล้ว เห็นเริ่มปิดกิจการ คุณหมอบอกว่าไม่ต้องทำให้มากทำแค่พอเหลือ พอกิน พอใช้อันนี้คุณอาว่ายังไงคะ

คุณตฤณภัท: คือผมผมไม่มีลูกครับ ผมอยู่กับภรรยาผม 2 คน ก็มันก็โอเคไม่ต้องทำอะไรแล้วครับ ก็อยู่กัน 2 คนก็มีแล้วทานอย่างนี้ภรรยาผมก็ทานมังสวิรัตตลอดชีวิตอยู่แล้ว ก็มันก็ไม่ได้ใช้เงินมากมายต่อมือต่อวันอะไรอย่างนี้นะครับ ก็ไม่จำเป็นต้องทำมากตอนนี้ก็ยังมีโรงงานเหลือช่างอยู่ประมาณ 6-7 คน อะไรก็ไม่เยอะ ก็ทำนิดหน่อยครับ

จิตอาสา: ค่ะ ตอนนี่ก็คือเข้ากระแสคนพอเพียง เป็นใช้ชีวิตชีวิตแพทย์วิถีธรรมไปแล้วนะคะ

คุณตฤณภัท: ครับผม

จิตอาสา: ค่ะ แล้วอยากจะเสริมอะไรให้กับพี่น้องอีกไหมคะ ในส่วนของยา 9 เม็ดที่คุณอาอ้อด คิดว่าใช้แล้วถูกกับตัวเองแล้วปฏิบัติได้ดีค่ะ

คุณตฤณภัท: ถูกกับผมทุกวันนี้ก็คือ เรื่องอาหารนะครับผม จริง ๆ ตอนแรกผมคิดว่าคงจะทานได้ยาก เพราะว่าชีวิตในกรุงเทพฯ กับต่างจังหวัดก็จะผิดกันนิดหน่อย การเลือกทานอาหาร และการ

ไม่ได้อยู่บ้านทั้งวันนี้มันก็จะค่อนข้างจะลำบากนิดหนึ่ง แต่คราวนี้หมายถึงว่าพอเริ่ม ๆ ทำไปแล้วนี่ ผมมาเข้าค่าย 7 ครั้งนี้ผมก็ได้รับบางสิ่งบางอย่างไปปฏิบัติต่อเนื่อง ก็เลยรู้สึกว่ามันไม่ยาก ผมมาฟัง หมอเขียวพูดนี่ผมก็ได้กำลังใจไปหลายอย่างนะครับ คือก็ปฏิบัติพยายามปฏิบัติไปเรื่อย ๆ แรก ๆ มันจะยากนิดหนึ่งนะครับ มันจะ บางทีคนก็ บางทีเราไปแนะนำใครก็ลำบาก เราต้องทำให้ตัวเอง เป็นตัวอย่างก่อนแล้วก็จะไปบอกคนอื่นได้ครับ แล้วมาที่นี้ผมรู้สึกว่ามีความสุขก็ต้องขอบคุณ จิตอาสาทุกท่านที่เอื้อเพื่อแล้วก็ใจดีมาก ทำงานอย่างไม่รู้เหน็ดเหนื่อยเห็นไป เห็น ไปเปิดค่ายที่อื่น หลาย ๆ ที่แล้วก็ยังมีความมาดูแลก็ต้องขอบพระคุณมากครับ

จิตอาสา: อะ ก็อันนี้จริง ๆ แล้วทุกอย่างก็คือเพื่อเพื่อพี่น้องทุกท่านนะคะ

คุณตฤณภัท: ครับผม

จิตอาสา: อย่างที่คุณหมอบอกก็คือเราทำทุกอย่างเพื่อพองชนสุดท้ายเราก็ไม่ได้มี ไม่ได้เป็นอะไรอยู่แล้วนะคะ

คุณตฤณภัท: ครับผม แล้วก็ผมมีขอเสริมนิดหนึ่ง คือทุกวันนี้เวลาพันธมิตรทุกท่านที่เวลาไป ชุมนุมนะครับ จะเห็นเด่นที่รักคุณเท่าฟ้าที่ชายเสื้อ แวะ ไปได้ครับผมบางที่ผมจะอยู่ บางที่ภรรยาผม จะอยู่ เสือรักคุณเท่าฟ้าไม่แพงนะครับช่วยชาติ ช่วยชาติครับ

จิตอาสา: อันนี้ก็ถ้าใครสนใจก็ติดต่อคุณอาอ้อดข้างหลังเวทีเลยแล้วกันนะคะ ถ้ายังไงคุณอา สรุปลเกี่ยวกับยา 9 เม็ดเลย หรือว่าจะเล่าเกี่ยวกับเรื่องน้ำปัสสาวะก็ได้ เพราะว่ารู้สึกว่ามันจะเป็นเม็ด เต็ด อยากให้คุณอาเล่าว่าตัวเองมีกลวิธีในการที่จะใช้ตัวนี้อย่างไรบ้างคะ

คุณตฤณภัท: ยา 9 เม็ดนี้ท่านคงจะทราบหมดแล้วนะครับ คราวนี้ผมขอคุยเรื่องน้ำปัสสาวะนิด หนึ่ง น้ำปัสสาวะนี้ผมทานมาตีมาประมาณปีนึงแล้วครับ ก็แรก ๆ นี้ของผมจะมีเอฟเฟกต์หนึ่ง คือ เหมือนกับมันระบายพิษออกด้านหลังนี้จะคันมากเลย แล้วก็จะเป็นผื่นเป็นอะไรพวกนี้ แต่มัน อย่านไปตกใจนะครับ สักพักหนึ่งมันก็จะเริ่มหาย ๆ จางไปแล้วก็จะป็นรอยดำ ๆ ก็ไม่ต้องไปตกใจ แล้วมันก็จะค่อย ๆ จางไปเรื่อย ๆ คราวนี้คนที่เพิ่งเริ่มกินน้ำปัสสาวะใหม่ ๆ นี้ก็คืออาจจะหมื่นกลื่น ยูเรียดหนึ่งนะครับ อันนี้ก็มีทริคอยู่อย่างหนึ่งก็คือผมนำไปแช่ตู้เย็นนะครับ ตู้เย็นเสร็จปั๊บแต่ต้อง ทำอย่างหมอบอกนะครับต้องดื่มน้ำด้วยนะครับว่าเป็นอะไรเป็นอะไรนะครับ คราวนี้พอติด ติงไว้สักประมาณสักชั่วโมงหนึ่งกลื่นมันจะหาย พอกลื่นมันจะหายแล้วที่นี้คุณก็จะดื่มได้สบายส่วน ผมนี่ก็คือผสมน้ำย่านางคือต้องการก็คือได้ 2 อย่างเลย 2 in 1 ก็คือน้ำย่านางด้วย ได้ปัสสาวะด้วยแล้ว ก็ ยูโรไคเนส (Urokinase) ที่ไปละลายลิ่มเลือดแทนไอตัวพลาวิก (Plavix) ยาที่คุณยังทานอยู่ทุกวันนี้ พลาวิกที่คุณหมอบอกตามโรงพยาบาลให้มานี้ เม็ดหนึ่งมันแพงมากแต่ของเราเนี่ยมันอยู่กับตัวเรา สามารถ นำมาใช้ได้ ตอนแรก ๆ ก็อาจจะทานประกอกันไป แต่พอทานไปเรื่อย ๆ เนี่ยก็คงไม่ต้องทาน

พลาวิกได้ครับ อันนี้เป็นทริคของการตีมน้ำปัสสาวะ แล้วถ้าเกิดใครชอบให้มันเย็น ๆ มาก ๆ ก็ทิ้งไว้ให้แข็งหน่อยก็กลายเป็นไอติมไอติมปัสสาวะไปเลยครับ

จิตอาสา: ได้ไอศกรีมสูตรใหม่ ถ้าอย่างนี้ทุกวันนี้คุณอาไม่ต้องกินยา 9 เม็ดที่หมอให้แล้วใช่ไหมคะ

คุณตฤณภัท: ยา 9 เม็ดนี้ลด ลดไปบางส่วนครับ เพราะว่าภรรยาผมยังจ้องอยู่ยังกลัวผมตายอยู่ก็เลยอยากจะทำให้ท่านยานั้นไปก่อนบางส่วน ผมลดไปเยอะแล้วครับ

จิตอาสา: ก็ค่อย ๆ ลดจากยา 9 เม็ดมารับเทคนิค 9 ข้อหรือยา 9 เม็ดของแพทย์วิถีธรรมแทนนะคะ

คุณตฤณภัท: ยา 9 เม็ดของแพทย์วิถีธรรม ไข้แล้วครับผม

จิตอาสา: คะ อันนี้ก็เป็นอย่างหนึ่งบทพิสูจน์ หรือบทตัวอย่างนะคะ ที่คุณอาที่รอดชีวิตมาต่อชีวิตด้วยแพทย์วิถีธรรมนะคะ ถ้าพี่น้องท่านใดอยากปรึกษาคุณอาอ้อดก็เชิญได้หลังเวที คุณอาเน้นประจำข้างหลังนี้เลยนะคะ คะขอบพระคุณคุณอาหลายคนนะคะ

คุณตฤณภัท: ขอบพระคุณพันธมิตรทุกท่านครับสวัสดิ์ครับ

(ตฤณภัท เกตวัลย์. สัมภาษณ์ 2555, กันยายน 7)

## กรณีศึกษาที่

1.39 สุชนา ทิวถนอม

หญิงไทย อายุ 44 ปี

จังหวัดระยอง

โรคมะเร็งตับอ่อน



คุณหญิง: ชื่อหญิงนะคะ หญิงจบการศึกษาพยาบาลศาสตร์ที่มหาวิทยาลัยมหิดล คณะพยาบาลศาสตร์ศิริราชนานมาแล้ว จำปีไม่ได้แล้วก็หลังจากเรียนจบนี้จริง ๆ แล้วหญิงควรที่จะต้องอยู่ใช้ทุนที่รัฐบาลให้มาเรียนพยาบาล เราก็ต้องจบไปใช้ทุนอย่างน้อยก็ต้องมี 2 ปี แต่เนื่องจากว่าตอนนั้นที่เรียนจบไปแล้ว ยังสภาวะธรรมยังไม่ได้ก็เกิดอาการว่าเวลาที่ได้มีโอกาสดูแลรักษาคนไข้ นี้ แล้วมีคนไข้ที่ป่วยหนักหรือเจ็บหนักจนกระทั่งเสียชีวิตนี้หญิงยังทำใจไม่ได้ คิดไม่ได้ก็จะเกิดอาการป่วย ป่วยหนักแบบคล้าย ๆ เหมือนคนเป็น โรคจิต แบบดีแตกอะไรประมาณอย่างนี้เลย ทำให้ไม่สามารถทำวิชาชีพนี้ต่อ ได้ก็เลยต้องใช้เป็นเงิน แล้วก็ออกมาหาอาชีพอย่างอื่นทำที่มันไม่เกี่ยวกับทางสายสุขภาพ แต่ปรากฏว่าพอหญิงตัดสินใจที่จะเปลี่ยนสายวิชาชีพจากสุขภาพมาเป็นทาง



สายธุรกิจที่เราคิดว่าเรานั้นก็ได้มีโอกาสนะจะเข้ามาอยู่ในสายธุรกิจมาเรียนต่อทางด้านการเงิน การธนาคาร หญิงจบบริหารธุรกิจจากสหรัฐอเมริกา นะคะ แล้วก็กลับมาทำงานที่บริษัทเงินทุน หลักทรัพย์ในเมืองไทยอีก 3-4 ปี แล้วหลังจากนั้นก็เลยมีโอกาสไปทำงานต่อต่างประเทศ จะใช้ชีวิตอยู่ต่างประเทศค่อนข้างเยอะ ไม่ว่าจะเป็นอเมริกา ลาว หรือว่าสิงคโปร์ นะคะ ก็ใช้ชีวิตทางโลกอย่าง เรียกว่า โชก โชน เลย ละ แล้วตอนนั้นก็มีความสุขกับการทำงานเป็นคนที่ทำงานแบบบ้ำระห่ำ เรียกว่า เวิร์คฮาอลิค คือทำมัน 3 วัน 3 คืน ไม่หลับไม่นอนต่อเนื่องกันแล้วก็ตั้งใจทำงานมากแล้วก็ใช้ชีวิตคือเวลาไม่กินเวลานอนไม่นอน ทำอะไรที่ไม่ได้ดูแลสุขภาพเลย ทั้ง ๆ ที่ตัวเองนี่จบทางสายสุขภาพ มา แต่เราคิดว่าเราได้โอกาสแล้ว ที่หลังจากที่เราจบสายสุขภาพแล้วมีแต่เรื่องเครียด ๆ เรื่องคนตาย คราวนี้เรามาเจอเรื่องอะไรที่เป็นเกี่ยวกับธุรกิจเรื่องเกี่ยวกับการเงิน เรื่องอะไรที่ทำให้เราเหมือนกับ สร้างความภาคภูมิใจในการทำงาน ชื่อเสียง หรือว่าสะสมวัตถุดิบทองที่ตอนนั้นหญิงยังคิดว่ามันเป็นสิ่งที่มนุษย์เราทั่วไปวิ่งหาแล้วได้มาจะมีความสุข ใช้ชีวิตวนเวียนอยู่อย่างนั้นนี่เรียกว่าเป็น 20 กว่าปี ก็มีทั้งสำเร็จบ้างล้มเหลวบ้างนะคะ แต่ก็ต้องยอมรับว่าส่วนใหญ่เนี่ยมันอยู่กับความสำเร็จ จนทำให้เราเหมือนกับหลงไปว่า สิ่งเหล่านี้คือสิ่งที่เราเป็นสุขกับความสำเร็จในงานที่เราทำแล้วปรากฏว่า มันทำให้เราเหมือนกับพอยิ่งสำเร็จยิ่งวิ่งหามันแต่จริง ๆ แล้วสำเร็จแล้วสุขนี้ หญิงถามบอกว่ามันสุขนานไหมมันก็สุขแค่แป๊บเดียวแหละ แล้วเดี๋ยวเราก็ทำอะไรที่ทำท่ายใหม่เข้ามาอีก เข้ามาใส่ตัวเราอีก ที่จะต้องเหมือนแบบทำท่ายในชีวิต มันก็พอกพูนความคิดอย่างนี้มาเรื่อย ๆ แล้วเราก็ลืม ลืมที่จะดูแลสุขภาพของเรา ลืมที่จะใช้เวลาสุขภาพของเราจนกระทั่งมีอยู่ครั้งหนึ่งที่หญิงได้มีโอกาส หลังจากเรียนจบทำงานต่างประเทศอะไรเสร็จ หญิงตัดสินใจในการทำธุรกิจของตัวเองแล้วก็เลยมีโอกาสทำในทั้งเมืองไทยแล้วก็ทำต่างประเทศ แล้วช่วงสุดท้ายที่หญิงไปทำในต่างประเทศนี้ หญิงไปทำธุรกิจทางด้านร้านอาหารที่ประเทศสหรัฐอเมริกา ตอนนั้นต้องบอกเลยว่าเป็นงานที่หนักแล้วก็ทำท่ายมาก แล้วก็ทำต่อสู้อีกเรียกว่า คั้นรน คร่ำเคร่งกับงานเป็นเวลาถึง 3 ปีกว่า แล้วมันก็มีเหตุการณ์ที่พลิกชีวิตหญิงเลยก็คือ หลังจากที่เราคร่ำเคร่ง คร่ำเครียดเกี่ยวกับการทำงาน การทำธุรกิจอะไรต่าง ๆ นี้ พอดีมีญาติก็เป็นคุณแม่บุญธรรมป่วยหนักนะคะ แล้วก็เราก็รักคุณแม่เรามาก เราก็อยากจะทำกลับมาดูแลคุณแม่ แต่ว่าตอนนั้นนี่เนื่องจากยังมีความรู้แต่ทางด้านสายแพทย์แผนปัจจุบัน ก็พยายามจะติดต่อทางแพทย์แผนปัจจุบัน แต่ก็ยังไม่ได้เรียกว่าแพทย์ที่ดูแลแล้วเรียกว่ามีความพิเศษอะไรมาก แต่มันแปลก คือหญิงเอาเรื่องคุณแม่ป่วยนี้ ไปปรึกษาเพื่อนบ้านที่เขาอยู่ที่วัดพระธรรมกายที่สหรัฐอเมริกา ที่แคลิฟอร์เนียเนียปรากฏว่าคุณหมอเขานี้ดังมากเลยในวงการของวัดพระธรรมกายนะคะ เพราะวิธีดีของคุณหมอ ไปถึงแล้วเพื่อนก็เอามาให้เปิดให้ดูหญิงก็ เอ๊ะ โอเคเลยเรื่องการการดูแลรักษาตัวเองที่เป็นแพทย์แผนทางเลือกแนวพุทธนี่เออ มันแปลกดีนะ แล้วคุณหมอก็บูรณาการองค์ความรู้หลาย ๆ อย่างเข้าด้วยกันซึ่งเป็นอะไรที่น่าสนใจ หญิงก็เลยกะว่าจะจองค่าแล้วกลับมาดูแลคุณแม่ มาเรียน

ก่อนแล้วกลับไปดูแลคุณแม่ที่เป็นมะเร็ง ปรากฏว่ามันไม่เป็นอย่างที่คิดคือ คุณแม่เสียก่อนแล้วหญิง  
เองนี่ก็จะทำเรื่องกลับมาด้วยธุรกิจเรื่องอะไรต่าง ๆ ก็กลายเป็นตัวเองเริ่มป่วย คือพอเตรียมตัวจะ  
มาแล้วพอรู้ว่าคุณแม่เสียแล้ว เราก็เกิดอะไรไม่ทราบตอนนั้นคือเราป่วย ลักษณะอาการป่วยของ  
หญิงนี่คือ

จิตอาสา: เตี่ยขณะตอนนั้นที่เกิดเหตุการณ์นี้เมื่อปีไหนคะ

คุณหญิง: อันนั้นในปี 2553 ค่ะ 2553

จิตอาสา: 2553 ก็ 2 ปี แล้วนะคะ

คุณหญิง: ค่ะใช่ค่ะ

จิตอาสา: แล้วตอนนี้โทษนะคะพี่หญิงอายุเท่าไรแล้วคะ

คุณหญิง: ตอนนี้ 42 ค่ะ

จิตอาสา: 42 ก็คือจากที่เมื่อกี้เล่ามาก็คือจบจากพยาบาลแล้วก็ต้องไปใช้ทุน 2 ปี

คุณหญิง: ไม่ได้ใช้ ใช้เป็นเงินไป

จิตอาสา: อ้อไม่ได้ใช้เลยนะคะ

คุณหญิง: ค่ะ

จิตอาสา: ก็คือใช้เงินแล้วก็เลยพลิกชีวิตเลยนะคะ

คุณหญิง: ค่ะ

จิตอาสา: จากพยาบาลไปเป็นธุรกิจ

คุณหญิง: ค่ะ เป็นทางสายธุรกิจมาเรียนต่อโททางค้าธุรกิจ ก็ทำงานในธุรกิจมาโดยตลอด

จิตอาสา: ตรงนี้ทำธุรกิจส่วนตัวมาเกือบ 20 ปีนะคะ งั้นเป็นคนเคร่งเครียดส่วนหนึ่งนะคะ

คุณหญิง: ค่ะใช่ค่ะแล้วเสร็จพอตอนนั้นที่คุณแม่เสียแล้วเราเอง ต้องบอกว่ารู้ในเรื่องของวิชา  
ของคุณหมอเขียวนี่ แล้วเราเองก็เพื่อจะมาเข้าค่ายนี้มันใช้ระยะเวลาช้านานมากก็คุณแม่เสียไปก่อน  
แล้วคิวยังมาไม่ถึง แล้วปรากฏตัวเองก็เริ่มป่วยที่เริ่มป่วยก็ยังไม่ถึงคิวนะคะ ก็ยังไม่ได้คอนเซปต์  
อะไรมากเกี่ยวกับแพทย์วิถีธรรมนี้หรอก ป่วยมันก็มีอาการคือมันจะมีในลักษณะของเป็นคนที  
เหนื่อยง่ายอ่อนเพลียเรียกว่าไม่ต้องไปทำงานแค่เดินก็ไม่มีแรงจะเดินแล้วแหละแล้วก็ตัวเหลืองตาเหลือง

จิตอาสา: ตอนนั้นยังอยู่ที่อเมริกาหรือเปล่านะคะ

คุณหญิง: ใช่ค่ะ ยังอยู่ที่อเมริกาแล้วก็กินอาหารไม่ย่อยแล้วก็ไม่ถ่าย มันก็ยังแบบเรียกว่ารู้สึก  
แยกับตัวเอง แต่ว่าอาการที่ต้องตัดสินใจให้ต้องไปพบแพทย์ก็คือ ระหว่างขับรถอยู่นี่มันวูบมันจะ  
เป็นลมมันแล้วเสร็จคุณแม่เพื่อนที่เขานั่งมาด้วยกันเขาก็บอกว่าเราต้องไปโรงพยาบาลแล้วแหละ ก็  
ตัดสินใจไปเชื่อใหม่คะว่าไปครั้งแรกคุณหมอตรวจร่างกายแล้ว คุณหมอก็ตรวจแบบธรรมดาแล้วก็  
เอ็กซเรย์แล้ว ก็เจาะเลือดแล้วก็ให้ทำซีทีสแกน คุณหมอก็บอกว่ามีความเสี่ยงที่เป็นไปได้ว่าจะเป็น