

การแกว่งแขนกับการเปลี่ยนแปลงของชีพจร

กำรจับชีพจรเพื่อวินิจฉัยโรคต่าง ๆ ซึ่งชาวจีนเรียกว่า “เมะ” นั้นเป็นการค้นพบที่สำคัญอย่างยิ่งของแพทย์จีนแผนโบราณ แพทย์จีนในสมัยโบราณได้ศึกษาเกี่ยวกับหลักการเต้นของชีพจรไว้อย่างละเอียดถี่ถ้วน และมีผลงานเป็นเกียรติประวัติเป็นที่แพร่หลายกว้างขวางจากการเฝ้าสังเกตการเปลี่ยนแปลงของชีพจร ทำให้สามารถรู้ถึงสภาพของร่างกายว่าแข็งแรง หรืออ่อนแอ ประการใด เหตุที่การแกว่งแขนสามารถรักษาโรคได้ก็เพราะการแกว่งแขน สามารถเปลี่ยนแปลงแก้ไขสภาพของร่างกายเมื่อแก้ไขสภาพของร่างกายได้ ผลสะท้อนก็จะแสดงออกไปยังชีพจรด้วย

ตัวอย่างเกี่ยวกับการจับชีพจรเพื่อวินิจฉัยโรค

๑. โรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง โดยทั่วไปชีพจรจะลอยสูงเต้นเร็วเกินไป ความดันโลหิตยิ่งสูง ชีพจรก็จะยิ่งเต้นเร็วเป็นเงาตามตัว ดังนั้นโรคหัวใจกับความดันโลหิตสูง จึงเกี่ยวพันกันอย่างใกล้ชิด ชีพจรของคนปกติจะเต้นอยู่ระหว่าง ๖๐-๘๐ ครั้งต่อนาที มีการเต้นเป็นจังหวะสม่ำเสมอเต้นอย่างลึก ๆ และอย่างมีแรง ส่วนผู้ที่ป่วยเป็นโรคหัวใจผู้สูงอายุ และผู้ที่

มีร่างกายอ่อนแอ การเต้นของชีพจรจะอยู่ในระหว่าง ๖๐ ครั้งต่อนาที แต่เต้นอ่อน และผู้ป่วยที่เป็นโรคความดันโลหิตต่ำ การเต้นของชีพจรก็จะมีกำลังอ่อนเช่นกัน

๒. โรคประสาท โรคจิต โรคไต ชีพจรจะเต้นเร็วบ้างช้าบ้างไม่สม่ำเสมอ

๓. โรคเกี่ยวกับโลหิต เกี่ยวกับน้ำเหลือง ชีพจรเต้นช้า มีแรงอ่อนมาก จนกระทั่งบางรายคลำดูไม่รู้สึกว่าเต้น บางรายชีพจรทางซ้ายกับขวาเต้นไม่เหมือนกัน เมื่อชีพจรทางซ้ายและขวาขัดกันเช่นนี้ การหมุนเวียนของโลหิตก็จึงติดขัด

๔. โรคอัมพาต คนที่เป็นลม มักมีชีพจรทั้ง ๒ ข้างต่างกัน บางราย การเต้นของชีพจรแต่ละข้างต่างกันถึง ๒๐ ครั้งต่อนาที ซึ่งเกี่ยวข้องกับโรคไขข้ออักเสบเหมือนกัน เมื่อข้างหนึ่งทางเดินของเลือดติดขัดไม่สะดวก อีกข้างหนึ่งก็จะมีกำลังกดดันมากขึ้น

โรคดังกล่าวเหล่านี้ล้วนสามารถรักษาให้หายได้โดยการบริหารแกว่งแขนทั้งสิ้น

กายบริหารแกว่งแขนสามารถควบคุมการเดินของชีพจรให้เป็นปกติได้อย่างไร?

โรคชีพจรเต้นเร็ว การที่ชีพจรเต้นเร็วก็เพราะโลหิตในร่างกายของเราไม่สามารถบังคับการไหลของโลหิตให้เป็นปกติเมื่อบังคับและควบคุมไม่ได้ ลมก็เสีย สาเหตุเนื่องจากปริมาณโลหิตไม่เพียงพอ เมื่อทำกายบริหารแกว่งแขนจะทำให้สามารถเสริมสร้างบำรุงโลหิต และยังบังเกิดผลในการบังคับควบคุมได้ด้วย

การออกกำลังกายด้วยการบริหารแบบนี้ สามารถบำรุงและเสริมสร้างโลหิตได้ก็เพราะเมื่อกระเพาะและลำไส้ได้รับการออกกำลังกายจึงเสมือนกับได้รับการนวดเฟ้น ก็จะเริ่มเคลื่อนไหวได้มากขึ้น ทำให้กระเพาะอาหารและลำไส้สามารถรับเอาอาหารไปบำรุงร่างกายได้อย่างเต็มที่ สำหรับผู้ที่มีชีพจรเต้นช้ากว่าปกติ ก็เพราะการหมุนเวียนของโลหิตติดขัด และปริมาณของโลหิตไม่เพียงพอ การบริหารแกว่งแขนจะทำให้มือและเท้าได้รับการบริหาร และหลังของเราก็พลอยได้รับการเคลื่อนไหวด้วย สิ่งกีดขวางทางเดินของเลือดลมในทรวงอกและช่องท้องจะถูกขจัดไปโลหิตที่คั่งก็จะกระจายหายคั่ง เมื่อนั้นชีพจรจึงจะเดินเป็นปกติ

การแก้ไขชีพจรให้ดีได้ ก็โดยถือหลักของแพทย์จีนแผนโบราณที่ได้กล่าวไว้แล้วข้างต้นว่า "ชีพจรขึ้นมาจากสันเท้า" เวลาทำกายบริหารแกว่งแขน หน้าหนักการทรงตัวทั้งหมดอยู่ที่เท้า เมื่อเท้าได้รับการออกแรงก็เปรียบเหมือนต้นไม้ที่ใช้รากยึดเกาะอยู่ถึงพื้นดิน และคล้ายกับการดอกเส้าเข็มซึ่งดอกกลิ้งลงไปทำให้เกิดมีอาการบับนวดเลือดลมที่บริเวณเท้า แล้วส่งกระจายออกไปทั่วร่างกาย เมื่อเป็นเช่นนี้ กล้ามเนื้อ ผิวน้ำหนัง กระดูกไขข้อ ก็จึงไม่ยากที่จะแก้ไขได้

ดังนั้นกายบริหารแกว่งแขน จึงมีประสิทธิภาพในการบำบัดโรคภัยเรื้อรังและร้ายแรงต่างๆได้อย่างเกินความคาดฝันทีเดียว

การบริหารแกว่งแขน เพื่อรักษาโรคอัมพาต

โรคอัมพาตหรืออาการที่ตายไปครึ่งตัว เป็นลม ความดันโลหิตสูง ไซซ้ออักเสบ ส่วนมากโรคเหล่านี้มักจะเกี่ยวเนื่องกัน เกิดขึ้นเพราะเลือดลมภายในร่างกายขาดความสมดุลย์ ซึ่งกระทบกระเทือนการไหลเวียนแจกจ่ายของเลือดลม และทำให้ซีพจรกล้ามเนื้อ และกระดูกไขข้อ เกิดการแปรปรวนขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อปรากฏว่า ซีพจรทั้งสองข้างเดินไม่เท่ากัน คือข้างหนึ่งเดินเร็วอีกข้างหนึ่งเดินช้า การเดินของซีพจรบางครั้งต่างกัน ๑๐-๒๐ ครั้ง เมื่อเป็นเช่นนี้ ก็จะเกิดปฏิกิริยาโดยมือเท้าข้างใดข้างหนึ่ง มีอาการรู้สึกปวดเมื่อย หรือชา ขาดความรู้สึก ที่จริงส่วนบนกับส่วนล่าง ก็มักมีปัญหาเช่นกัน ได้แก่ ส่วนบนเลือดคั่ง แต่ส่วนล่างเลือดกลับเดินไม่ถึงเช่นนี้

เหตุใดการออกกำลังกายโดยการแกว่งแขนจึงสามารถรักษาโรคเหล่านี้ได้อย่างชะงัด

การออกกำลังกายแบบนี้ มีเพียงสามารถรักษาโรคเหล่านี้ได้ แต่ยังสามารถป้องกันการเป็นลมอีกด้วย การที่คนเราเกิดเป็นลมขึ้นมา ก็เพราะการไหลเวียนของโลหิตทั้งสองด้านของร่างกายขัดแย้งกัน ดังนั้นซีพจรจึงแสดงการไม่สมดุลย์กันออกมาให้ปรากฏ

แพทย์จีนแผนโบราณให้คำอธิบายไว้ว่า "ซีพจรนั้นได้เริ่มจากสันเท้า" การทำกายบริหารแกว่งแขนมีประโยชน์ก็เพราะหลังจากแกว่งแขนแล้ว ซีพจรจะเกิดการเปลี่ยนแปลงกลับคืนสู่สภาพปกติ ซีพจรเป็นเสมือนตัวแทนของอวัยวะภายในร่างกายของคนเรา สาเหตุของโรคอัมพาต ก็คือ คีระหนัก เท้าเบา ซึ่งเท่ากับส่วนบนหนัก ส่วนล่างว่าง กรณีเช่นนี้จึงเป็นความผิดปกติอย่างยิ่ง เพราะที่ถูกต้องร่างกายของคนเรา ส่วนบนต้องเบา และส่วนล่างต้องหนัก

กายบริหารแกว่งแขนเพื่อพิชิตโรคมะเร็ง สมุฏฐานของโรคมะเร็งคืออะไร ?

ตามหลักการแพทย์จีนโบราณ มะเร็งและเนื้องอกเป็นผลจากการรวมตัวเกาะกันเป็นก้อนของเลือดลม และเส้นชีพจรติดขัด ระบบการขับถ่ายของเสียไม่ทำงาน! การหมุนเวียนของโลหิตไม่สะดวกและโลหิตไหลช้าลง น้ำเหลือง น้ำดี น้ำเมือก เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ผิดปกติ เมื่อการหมุนเวียนของโลหิตขาดประสิทธิภาพ และทำงานไม่เต็มที่ พลังงานหรือความร้อนก็ไม่เพียงพอจึงทำให้ระบบขับถ่ายและระบบย่อยอาหารไม่ทำงาน แต่เมื่อทำกายบริหารแกว่งแขนแล้วจะช่วยให้เจริญอาหาร เม็ดเลือดจะเพิ่มมากขึ้น กล้ามเนื้อที่ไหลทั้ง ๒ ข้างได้รับการออกกำลังกายเกร็งซึ่งแบกรับน้ำหนักอยู่ตลอดเวลา ก็จะหายไป เยื่อบุช่องท้องจะได้รับการบริหารชั้นๆ ลงๆ ดิ้นตัวอยู่เสมอ ซึ่งจะทำให้บังเกิดลมเคลื่อนไหว ระหว่างกระเพาะและลำไส้ ทำให้มีปฏิกิริยากระตุ้นและบีบบังคับลมเคลื่อนไหวระหว่างไต เมื่อโลหิตสามารถผลิตความร้อน ก็จะเกิดพลังในการรับของใหม่ แล้วถ่ายของเก่าออกเช่นนี้แล้วจึงมีประโยชน์ทางบำรุงเลือดลมด้วย

เนื่องจากการศึกษาพบว่า ผู้ป่วยทั้งดบริโรคเนื้อสัตว์ หันมารับประทานอาหารพืชผัก อาหารมังสวิรัต อาหารเจ ซึ่งมี

ปริมาณเส้นใยมาก จะช่วยให้เลือดในกายสะอาด สามารถขับพิษออกจากร่างกายได้เร็ว และส่งผลให้การแกว่งแขนบำบัดโรคประสบผลเร็วยิ่งขึ้น

ตัวอย่างผู้ป่วยที่ทำกายบริหารแกว่งแขน

รายที่ ๑. เป็นคนใช้ชาย แซ่ จู อายุ ๗๖ ปี ได้ป่วยเป็นโรคเนื้องอกในสมองและมะเร็งที่ปอด เขาจึงตัดสินใจอย่างแน่วแน่ว่าจะทำกายบริหารแกว่งแขนเพื่อบำบัดโรคร้ายนี้ โดยทำกายบริหารแกว่งแขนตอนเช้า ๒,๐๐๐ ครั้ง และเย็นหรือกลางคืนอีก ๒,๐๐๐ ครั้ง เป็นเวลาติดต่อกันอยู่ ๕ เดือน โรคร้ายก็หายขาด

รายที่ ๒. คนใช้เป็นช่างไม้อยู่ในโรงงานแห่งหนึ่ง อายุ ๔๘ ปี ป่วยเป็นโรคไขข้ออักเสบและอุจจาระเป็นเลือดอยู่ประมาณ ๑ ปี ขณะเดียวกันก็เป็นมะเร็งที่กระเพาะอาหาร เมื่อทำกายบริหารแกว่งแขน โรคทั้งสองก็หายขาด ส่วนอาการโรคมะเร็งก็ค่อยๆทุเลาลง และมีสุขภาพดีขึ้นโดยลำดับ

กายบริหารแกว่งแขนกับการรักษาโรคตา

การทำกายบริหารแกว่งแขน มีคุณประโยชน์ต่อผู้ป่วยที่เป็นโรคตา มีบางท่านใช้แว่นสายตาหนามาก แต่เมื่อได้ทำกายบริหารแกว่งแขนระยะหนึ่งกลับไม่ต้องใช้แว่นอีกเลย มีบางคนอ่านหนังสือหรือหนังสือพิมพ์รู้สึกลำบากมองไม่ค่อยจะเห็น อ่านแต่ละตัวต้องเพ่งแล้วเพ่งอีก หนังสือ (เน่ย์จ้ง) คัมภีร์แพทย์เล่มแรกของจีนกล่าวไว้ว่า "ตาเมื่อได้รับเลือดหล่อเลี้ยงจึงสามารถมองเห็น" แสดงว่าปัจจัยสำคัญอยู่ที่เลือด เมื่อเลือดเดินไปไม่ทั่วถึง ทุกส่วนของร่างกายก็จะเกิดโรคต่าง ๆ อย่างแน่นอน ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายทั่วร่างกาย มีส่วนสัมพันธ์กันทั้งหมด ไม่ว่าจะป็นชีพจร เส้นเลือด ทางลม หากเลือดหมุนเวียนทั่วทุกส่วน เราก็จะรู้สึกสบาย ไม่เจ็บป่วย ถ้าใครคิดว่าดวงตานั้นมีระบบอยู่อย่างเอกเทศตัดขาดจากกล้ามเนื้อส่วนอื่น ๆ ของร่างกายนั้น จึงเป็นความเข้าใจที่ไม่ถูกต้อง นอกจากนี้เมื่อเราได้ทำกายบริหารแกว่งแขนทั่ว ๆ ไป จะรู้สึกเจริญอาหาร เดินกระฉับกระเฉง นอนหลับสบาย ท้องก็ไม่ผูก ซึ่งเป็นข้อบ่งชี้ว่า ระบบการเผาผลาญอาหารในร่างกาย (METABOLISM) นั้นทำงานดี

เมื่อดับเกิดอาการแข็ง ส่วนที่แข็งคือส่วนที่ต้องตายไป อาการแข็งเป็นเรื่องของวัตถุซึ่งเป็นเครื่องบงบอกถึงสมรรถภาพที่เสื่อมถอย ไม่มีชีวิตชีวา นอกจากนี้ยังมีสิ่งขัดแย้งเป็นปัญหาอีกก็คือ เลือดที่เสียคั่งค้างไม่เดิน เพราะแรงขับดันเคลื่อนไหวไม่พอ เมื่อทำกายบริหารแกว่งแขน ก็จะกระตุ้นให้เลือดลมตื่นตัวหมุนเวียนเร็วขึ้น และจะทำให้เจริญอาหาร ช่วยเพิ่มเม็ดเลือด เปิดทวารทั้งเก้าและรูขุม ดับที่อยู่ในสภาพเกาะติดจนแข็ง ก็จะเริ่มฟื้นตัวมีชีวิตใหม่เพิ่มขึ้นตามลำดับ ดับที่แข็งก็จะกลายเป็นอ่อน นั่นเป็นการเปลี่ยนสภาพอย่างหนึ่ง

เมื่อเรากล่าวถึงสภาพการแข็งตัวก็คือการต่อสู้ระหว่างพลังใหม่กับพลังเก่า จากผลของการต่อสู้ หากพลังเก่าได้ชัยชนะโรคก็จะกำเริบหนักขึ้น ในทางตรงกันข้าม หากพลังใหม่มีอำนาจเหนือพลังเก่า สิ่งที่อยู่ในสภาพแข็งตัวก็จะค่อย ๆ อ่อนลง การแกว่งแขนนั้นให้คุณประโยชน์ทางเสริมสร้างพลังใหม่ ให้สามารถต่อสู้กับสภาพแข็งตัวของดับได้ ความรู้ที่ค้นพบนี้นับว่าเป็นอัจฉริยะชั้นโบว์แดงในวงการแพทย์จีนโบราณทีเดียว

ตัวอย่างคนไข้โดยสังเขป

๑. คนไข้ชาย แซ่กู่ ๕๒ ปี ทำงานอยู่ในบริษัทขนส่ง เมื่อสิบปีก่อนเริ่มเป็นโรคตับอักเสบ ต่อมาอาการของโรคเริ่มกำเริบเป็นครั้งที่สอง แพทย์ได้ตรวจวินิจฉัยแล้วปรากฏว่าเป็นโรคตับแข็ง แต่เขาก็ตัดสินใจอย่างแน่วแน่ที่จะต้องทำกายบริหารแกว่งแขนโดยไม่แตะต้องยา เขาได้ทำอย่างสม่ำเสมอ และถูกต้องตามกฎเกณฑ์ ปรากฏว่าหลังจากการทำกายบริหารแกว่งแขนผ่านไปหนึ่งเดือน เมื่อกลับไปตรวจเช็คร่างกาย นายแพทย์ถึงกลับงงต่อเหตุการณ์ที่ไม่น่าเชื่อ หลังจากนั้นอีกสองเดือนนายแพทย์เองก็พบว่าทุกสิ่งทุกอย่างเป็นปกติ ต่อมาภายหลังตัวนายแพทย์เองก็เริ่มทำกายบริหารแกว่งแขนบ้าง เพราะเขาก็เป็นโรคหัวใจเหมือนกัน

กายบริหารแกว่งแขนรักษาโรคตับ

กายบริหารแกว่งแขนสามารถรักษาโรคตับแข็ง และโรคท้องมานให้หายขาดได้ ถ้าเป็นตับบวมหรือตับอักเสบ การแกว่งแขนก็จะยิ่งรักษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพราะว่าตัวการที่ทำให้เกิดโรคประเภทนี้ก็คือ เลือดลมเช่นกัน การที่เลือดลมผิดปกติกจะทำให้ตับเกิดปฏิกิริยา เกิดมีน้ำขังและไม่สามารถขับถ่ายออกได้ เมื่อเป็นเช่นนี้ท่านจะรู้สึกจุกแน่น อึดอัดจนกระทั่งกระเทือนไปถึงกระเพาะ ม้าม และ ถุงน้ำดีด้วย เมื่อเราทำกายบริหารแกว่งแขน ก็จะขจัดปัญหาเหล่านี้ไปได้ เป็นต้นว่า เมื่อลงมือทำการแกว่งแขนจะมีอาการเรอ สะอึก ผายลม อาการเหล่านี้เป็นสิ่งดีอันเนื่องจากผลทางการรักษาโรค ทั้งนี้ก็เพราะเข้ากฎเกณฑ์ตามตำราจีนแผนโบราณที่ว่า “เลือดลมผ่านตลอดทั้งสามจุด”

“จุดสามจุด” ตามตำราแพทย์จีนโบราณหมายถึง ๑. ทางซ้าย ๒. ทางน้ำ ๓. เนินที่เริ่มต้น และจุดที่สิ้นสุดของลม ได้แก่ จุดบนอยู่ที่ปากกระเพาะด้านบน มีหน้าที่รับเข้าไม่รับออก จุดล่างคือภายในส่วนกลางของกระเพาะ มีระดับไม่สูงไม่ต่ำ มีหน้าที่ช่อยข้าวน้ำ จุดต่ำ อยู่เหนือกระเพาะปัสสาวะ มีหน้าที่แบ่งแยกสิ่งสะอาดและสิ่งสกปรกออกจากกัน และมีหน้าที่ขับถ่าย

ตัวอย่างของผู้ป่วยโรคตา

รายที่ ๑ ผู้ป่วยชายแซ่แต้ อายุ ๗๕ ปี เป็นกรรมกรที่ปลดเกษียณของบริษัทธรวงเชียงไฮ้เคยเป็นโรคความดันโลหิตสูงมานานถึง ๔๐ ปี และต้องใส่แว่นตลอดมา แต่ปัจจุบันเขาไม่ต้องใส่แว่นตา และความดันโลหิตเป็นปกติ เพราะได้ออกกำลังกายบริหารร่างกายด้วยการแกว่งแขนเป็นประจำ

รายที่ ๒ เป็นผู้ป่วยหญิง อายุ ๖๔ ปี ตาเป็นต้อหินมองเห็นเป็นเงากลางๆ แต่แรกผู้ป่วยคิดว่าเมื่อเป็นมานานหลายปีเช่นนี้ คงจะหายขาดได้ยาก ต่อมาเธอได้เริ่มทดลองฝึกกายบริหารแกว่งแขนตอนเช้า ๒,๐๐๐ ครั้ง ตอนเย็น ๑,๐๐๐ ครั้ง ทำอยู่ประมาณหนึ่งเดือนเศษ ตาก็สามารถมองเห็นอย่างเต็ม

รายที่ ๓ ผู้ป่วยเป็นชาย ตามองไม่ค่อยเห็น เป็นริดสีดวงตาและตาบอดสี บนหนังตามีตุ่มเล็กๆ สองตุ่ม หลังจากได้ทำกายบริหารแกว่งแขน ตุ่มเล็กๆ ก็หายไป ริดสีดวงตาก็หายไปเช่นกันร่างกายแข็งแรงและน้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น เบ้าตาที่ดูลึกดำเพราะเลือดลมไม่ดี ก็ค่อย ๆ หายไปจนเป็นปกติ

จดหมายแจ้งผลจากผู้ฝึก "กายบริหารแกว่งแขนบำบัดโรค"

ข้าพเจ้าอายุ ๔๘ ปี มีโรคประจำตัวคือ ปวดท้องและท้องเสียเป็นประจำ มักเป็นลมเสมอด้วย ครั้งแรกที่ข้าพเจ้าทำกายบริหารแกว่งแขนเพื่อบำบัดโรคนี้ ขอรับจากใจจริงว่าทำเล่น ๆ ไม่คิดว่าจะได้ผล ทำแค่ร้อยครั้งต่อวัน แต่พอทำได้ 3 วัน ก็ได้ผลคือ หายปวดท้อง ตั้งแต่วันนั้นจนถึงวันนี้ข้าพเจ้าทำประมาณ 3,๐๐๐ ครั้งต่อวัน เมื่อทำกายบริหารแกว่งแขนได้ 3 เดือน อาการเป็นลม ปวดท้อง ท้องเสียเป็นประจำ ก็หายขาดไปเลย ปัจจุบันข้าพเจ้ารู้สึกร่างกายแข็งแรงดี โดยไม่ต้องพึ่งยาเลย ฉะนั้นขอส่งกุศลจิตมายังท่านเจ้าของตำราที่ช่วยให้มนุษย์พ้นจากโรคภัย

นางสาวพยงค์ศรี เลขาวิพัฒน์

160 ถ. ประสพสุข อ. เมือง จ. เชียงราย

ขอเชิญท่านที่ฝึกปฏิบัติ "กายบริหารแกว่งแขน" ส่งจดหมายแจ้งผลกลับมาให้ทางมูลนิธิทราบ เพื่อใช้เป็นแนวทางศึกษาต่อไป

ขอขอบคุณ

คณะกรรมการ มูลนิธิวีรกรรม

๖๕ ม. ๕ ต. ปทุมใหญ่ อ. เมือง จ. นครราชสีมา ๓๐๐๐๐

๑๖ พฤศจิกายน ๒๕๔๒

ด้วยความระลึกถึง คณะผู้จัดทำมูลนิธิธรรมิกธรรมโดยเคารพ
กระผมป่วยเป็นโรคอัมพฤกษ์ ๖ ปี กินยาหลายขนานทั้งยา
ไทย แผนโบราณ และνωदन้ำมันและยาจีนขวดละ ๑,๓๐๐กว่า
บาท และยาจีนได้วันชนิดเป็นผง กระปุกละ ๒,๐๐๐ บาท กิน
ตั้ง ๔ กระปุก ก็ไม่เห็นดีขึ้น เลงดยาทั้งหมด จนมาถึงปี ๒๕๔๒
ลูกสาวซึ่งเรียนอยู่ราชภัฏนครราชสีมาไปห้องสมุด เอาหนังสือ
แก๊งแซนบ่บัตโรคมมาให้ ซึ่งอาจารย์ปราณี วงษ์ชวริตกุล
อธิการบดีมหาวิทยาลัยวงษ์ชวลิตกุล พิมพ์แจกเป็นธรรมทาน
ผมก็ลองปฏิบัติดู ทำอยู่ ๓ เดือน ตอนเช้า ๒,๐๐๐ ครั้ง
เดี๋ยวนี้ผมหายจากการเป็นโรคร้าย นำอัศจรรย์แท้จริง ขอกราบ
ทำนออาจารย์โพธิธรรมผู้คิดตำรานี้เพื่อโปรดสัตว์ทั่วโลก และ
ขอขอบพระคุณ คณะผู้จัดทำของมูลนิธิธรรมิกธรรมที่จัดพิมพ์
เผยแพร่ให้ประชาชนได้อ่านขณะนี้อายุผม ๖๕ ปี

สุดท้ายนี้ ขออำนาจคุณพระศรีรัตนไตร จงปกป้อง
คุ้มครองให้มูลนิธิธรรมิกธรรม และ คณะ จงประสบความสำเร็จ
ความเจริญยิ่งยืนนานคิดสิ่งใดจงสมประสงค์ทุกประการเทอญ

ด้วยความนับถือ
ประพัฒน์ อิมนาคพันธ์