

นี่...ใครคิด

ว่าไม่สำคัญ

คำยืนยันจาก

นักดื่มปัสสาวะ

๑  
 ๖ เป็นชาวฮือฮาและโด่งดังไปทั่วโลก เมื่อชาวบ้านร้านถิ่นในมณฑลเจ้อเจียงทางตะวันออกของประเทศจีน พิสมัยรายการอาหารสูตรเด็ดน้ำปัสสาวะเด็กชายผสมกับไข่ ถือเป็นยาบำรุงกำลังชั้นเลิศ ถึงขั้นต้องไปรอนี้สตรๆ จากนักเรียนชายที่โรงเรียน...ชาวนี่ทำเอาบรรดาคนซึ้งเกียจทั้งหลายเกิดอาการพะอืดพะอมอยากจะอาเจียนเป็นแถวๆ ขณะที่พวกมีประสบการณ์ตรงกับการดื่มมีจำนวนไม่น้อยไม่ได้ตื่นเต้นตกใจอะไร กลับเห็นเป็นเรื่องธรรมดาสามัญ เพราะตั้งแต่โบราณคนไทยก็ใช้ประโยชน์จากฉี่ ที่สำคัญพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเราพระองค์ก็ทรงบัญญัติให้ศิษย์ตถาคตดื่ม "ปุตติมุตตเภสัช" คือยาจากน้ำมูตร(ปัสสาวะ)เน่า หรือฉี่นยาตองด้วยน้ำ "ปัสสาวะ" อันเป็น 1 ในหลักปฏิบัติในสัสย 4

หากใครเคยอ่านเรื่องราวของ "หลวงพ่อกษ"

๒  
 "สุภัทโท" พระสายป่าชื่อดัง จะรู้ว่าท่านเคยฉี่นน้ำมูตรเมื่อยามธุดงค์ไปในถิ่นทุรกันดาร ไม่มีน้ำฉี่นน้ำใช้ ท่านพุทธทาสภิกขุก็เป็นอีกรูปหนึ่งที่มีประสบการณ์ฉี่นน้ำมูตรแต่พระเหล่านี้ไม่มีโฆษณาหรือบอกกล่าวให้เอิกเกริกอดีตนายกรัฐมนตรีของอินเดีย "นายโมราจิ"

เดชาฯ" ก็เคยตีมน้ำปัสสาวะเพื่อรักษาโรค

๓) อย่างที่รับรู้กันการตีมน้ำปัสสาวะมีมาแต่โบราณกาล "พระคุณฐิ เมธังกูโร" ลูกศิษย์ท่านพุทธทาส เจ้าอาวาสวัดทุ่งไผ่ อ.เมือง จ.ชุมพร ซึ่งแม้จะไม่ได้ฉันทันมูตร แต่ก็มีความเชื่อที่ตีมน้ำปัสสาวะมาแล้ว ประสบการณ์ให้ฟังมากมาย อย่างที่ท่านบอก "การตีมน้ำปัสสาวะตนเองของญาติโยมและพระ อาตมามองว่าเป็นเรื่องที่ดี เป็นการเอาชนะใจตนเอง ละความรังเกียจและมองผ่านอุปสรรคได้ เป็นการควบคุมพฤติกรรมการกินของตนด้วย เพราะถ้ากินสารพิษหรืออาหารรสจัดเข้าไปก็มีผลต่อปัสสาวะที่จะดื่ม ซึ่งจะมีรสขมขื่นและรสเปรี้ยว ทั้งนี้ จะต้องมีศีลและบำเพ็ญภาวนาด้วยจึงจะได้ผล ไม่ใช่จะดื่ม

๔) ก็ดื่มเลย ต้องมีความระมัดระวังรักษาศีลรักษาใจ และควบคุมพฤติกรรมการกิน"

จากคำบอกเล่าของผู้ที่เคยตีมน้ำปัสสาวะ ต่างยืนยันว่า การตีมน้ำปัสสาวะสามารถรักษาโรคได้หลายอย่าง แม้ในส่วนของแพทย์หรือนักวิทยาศาสตร์ไทยจะไม่ได้ศึกษาวิจัยเรื่องนี้อย่างจริงจัง แต่ผลที่เกิดขึ้นทำให้เชื่อกันว่าน้ำปัสสาวะเป็นของดีมีประโยชน์ถ้ารู้จักใช้รู้จักกิน

พระคุณฐิเล่าว่า "ในน้ำปัสสาวะคงจะมีภูมิคุ้มกัน และมีประโยชน์ เพราะญาติโยมบางคนเมื่อทดลองดื่มไป 2 เดือนก็สามารถแก้ปวดเมื่อยหลังและเอวได้ และยังเกิดผลพลอยได้ช่วยให้ผมตกต่ำนุ่มสลายด้วย การจะตีมน้ำปัสสาวะนั้นต้องมีวิธีการดื่ม คือ ต้องดื่มตอนเช้าหรือตอนตื่นนอน

๕) ของเด็กคนนั้นหาหัว ผมก็จะดกดำ หรือคนแก่บางคนตาฝ้าฟางก็จะนำปัสสาวะของเด็กเล็กมาทาตา เพราะปัสสาวะของเด็กเล็กดีเนื่องจากกินนมแม่ ชาวบ้านใช้ปัสสาวะรักษาโรคมานานแล้ว ซึ่งก็ได้ผลเพราะชาวบ้านอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดี ไม่มีปัญหาเรื่องสารพิษ โดยเฉพาะพวกที่รักษาสิ่วและกินมังสวิรัต พวกนี้ปัสสาวะจะไม่มีสารตกค้างใดๆ ที่จะทำให้มักลิ้นหรือรสชาติขื่นๆ เปรี้ยวๆ ส่วนการนำน้ำปัสสาวะไปผสมกับสิ่งอื่นๆ ด้วยนั้น อาตมามคิดว่าน่าจะสู้ของแท้ๆ จากธรรมชาติไม่แพ้"

อีกผู้หนึ่งที่สนับสนุนการตีมน้ำปัสสาวะเพื่อรักษาโรค คือ "น.พ.บรรจบ ชุณหสวัศกุล"

ครั้งแรก โดยดื่ม ๕

ในช่วงกลางของปัสสาวะ นอกจากนี้ โยมผู้หญิงบางคนเป็นหวัด รักษาหมอนานถึง 2 สัปดาห์ก็ยังไม่หาย เมื่อเห็นลูกสาวตีมน้ำปัสสาวะรักษาอาการปวดเมื่อย

จึงไปตีมน้ำบ้างก็หาย ไม่ต้องกินยาอะไรอีกเลย และยังได้ให้ลูกสาวอีกคนที่ เป็นโรคภูมิแพ้ตีมน้ำปัสสาวะบ้าง ก็หายเช่นกัน ซึ่งเป็นเรื่องน่าแปลกมาก

บางคนก็นำปัสสาวะไปผสมกับขมิ้นกับน้ำมะขามเปียกพอกหน้าก็ทำให้หน้าใสดี แต่อาตมาคิดว่าตัวขมิ้นกับมะขามเปียกก็เป็นสมุนไพรที่ดีอยู่แล้ว

ผลดีอย่างหนึ่งของการตีมน้ำปัสสาวะรักษาโรคคือ ไม่ต้องเสียเงินเสียทองให้ใคร ไม่ต้องไปกินยาฝรั่ง ถ้าไม่ได้ผลก็สามารถเลิกได้ ที่สำคัญพระพุทธเจ้าก็อนุญาตให้พระภิกษุฉันทันมูตรได้เพื่อใช้รักษาโรค ซึ่งถ้ามองในแง่เชื่อมโยงกับหลักธรรม การตีมน้ำปัสสาวะดังกล่าวไม่ใช่ยาวิเศษอะไร

การตีมน้ำปัสสาวะต้องดื่มทันทีเพราะไม่เช่นนั้น อาจจะมีเชื้อแบคทีเรียเข้าไปปลอมปน แต่บางคนก็เอาน้ำปัสสาวะไปแช่เย็น บางคนอยากทดลองแบบอื่นๆ อาตมามากเห็นว่ามี เพราะเป็นการสร้างทัศนคติที่ดี อยากรจะทำเหมือนกันที่ว่าไม่ตีเป็นพิษนั้นก็มีผลทดลองอะไรหรือเปล่า เรื่องนี้ไม่ใช่เรื่องเสียหายจึงไม่ควรจะห้าม เพราะเป็นเรื่องคุณค่าทางจิตใจ แต่บางคนไปกล่าวอ้างว่าปัสสาวะรักษาได้ทุกโรค อย่างเช่นโรคเอดส์ ซึ่งไม่เป็นความจริง ทำให้คนหลงเชื่อมากเกินไป

ในสมัยโบราณคนไทยเราใช้น้ำปัสสาวะอยู่แล้ว เช่น ถ้าเด็กคนไหนผมบางก็จะเอาน้ำปัสสาวะ



## ๗ สารดีมีประโยชน์ใน'ฉี่'

น.พ.บรรจบ ซึ่งศึกษาเรื่องดีมีน้ำปัสสาวะมานาน ระบุว่า ในคนปกติปัสสาวะจะมีสีเหลืองอ่อนๆ จนถึงขาวใส ถ้าปริมาณปัสสาวะน้อยจะข้นและมีสารในนั้นมากกว่าปัสสาวะใส ส่วนผู้ที่เป็นโรคไตขุ่นปัสสาวะจะมีสีเหลืองขมถึงสีน้ำตาล และคนที่ไตโรครุนแรงหรือโรคทางเดินปัสสาวะจะขุ่นหรือเป็นสีแดง มีเลือดปนออกมาด้วย

ส่วนรสของปัสสาวะของคนปกติจะเป็นรสเค็มๆ ถ้าปัสสาวะเข้มข้นมากอาจมีรสขมนิดๆ ซึ่งสิ่งที่กินเข้าไปก็มีผลต่อสีและรสของปัสสาวะด้วย

ดร.ฟารอน นักชีวเคมีได้วิจัยสารต่างๆ ของปัสสาวะ 95% เป็นน้ำ 2.5% เป็น Urea 2.5% เป็นสารอื่นๆ ที่น่าสนใจกว่าก็คือ มีสารอื่นๆ ในปัสสาวะ ได้แก่ เอ็นไซม์ : Amylase (diastase), Lactic dyhydrogenate (LDH), Leucine amino-peptdase (LAP) และ Urokinase มีฮอร์โมน : Catecholamines, 17-Catosteroids, Hydroxy steroids, Erythropoietine, Adenylate cyclase, Prostaglandin, ฮอร์โมนเพศและอินซูลิน เป็นต้น ซึ่งสารเหล่านี้มีผลที่ดีต่อสุขภาพหลายประการ เช่น Urokinase เป็นสารละลายในลิ้มเลือด รักษาเส้นเลือดอุดตัน โรคเลือดจาง

**ฮอร์โมนเพศ และ Insulin :** เป็นฮอร์โมนประเภทเสริมสร้าง (anabolic hormones) ช่วยสร้างความกระชุ่มกระชวย ผิวพรรณดี ลดรอยย่น และความหยอนยาน สร้างสุขภาพจิตที่ดี ลดคอเลสเตอรอลในเลือดป้องกันกระดูกผุ ซึ่งคนที่เป็นน้อยๆ อาจนำมาด้วยอาการปวดตามเนื้อตามตัว คนที่เป็นเบาหวานยังได้อินซูลินเข้าไปเสริมจากน้ำปัสสาวะด้วย และช่วยให้เจริญอาหารอีกด้วย

**Melatonin :** พบในปัสสาวะตอนเช้า สารนี้ช่วยให้จิตใจสงบ ลดความกระวนกระวาย หลับสบาย

**Urea :** เป็นสารขับปัสสาวะ เป็นสารต้านอักเสบ ต้านไวรัส และแบคทีเรีย ผิวหนังอ่อนเยาว์ ช่วยจัดเชื้อแบคทีเรียที่ไม่ดีในทางเดินอาหาร ของผู้ป่วยโรคทางเดินอาหารอีกด้วย

**Uric acid** สารต้านอนุมูลอิสระ ต้านมะเร็ง

๑) ท่านว่า การแพทย์แผนจีนนำเอาเด็กทารกมาใช้เป็นยาอายุวัฒนะนานแล้ว ตั้งแต่สมัยโบราณหรือเวลาที่เด็กโตคนไหนผอมแห้งแรงน้อย กินข้าวไม่ได้ เมื่ออาหาร ก็เอาเด็กเล็ก ๆ มาให้กินหรือเอาเด็กของคณนี่ที่อายุไม่ครบขวบมาให้กิน ปัจจุบันก็มีการเอาเด็กผสมกับอะไรอื่นๆ อีก เป็นเมนูแปลกๆ ซึ่งคิดว่าไม่มีอันตรายอะไร การดื่มน้ำปัสสาวะปฏิบัติกันมาทุกชาติ แต่เป็นการดื่มของตนเอง ยกเว้นของจีนเท่านั้น คนชาติอินเดียก็นิยมดื่มน้ำปัสสาวะเพื่อส่งเสริมสุขภาพ ส่วนการแพทย์แผนไทยใช้น้ำปัสสาวะเป็นยากระสาย ใช้ดองเภสัชสมุนไพร ได้หลายชนิด โดยที่น้ำปัสสาวะที่ดื่มกลับเข้าไปจะเป็นตัวกระตุ้นให้ร่างกายสร้างสารต้านพิษขึ้นมา เหมือนการฉีดวัคซีน หรือพิษต้านพิษ

อย่างไรก็ตาม การดื่มน้ำปัสสาวะใช้ว่าจะดื่มกันได้ทุกคนและรักษาทุกโรคได้อย่างที่บางคนเข้าใจ กระทรวงสาธารณสุขเองก็เคยออกมาเตือนแล้วเตือนอีก เพราะอาจได้รับโรคติดเชื้อที่ปะปนมาจากปัสสาวะได้ เช่น โรคโคโรนารีหรือหนองใน โรคกระเพาะปัสสาวะอักเสบ เป็นต้น หากคนที่เป็นโรคดังกล่าวดื่มเข้าไปอาจเกิดโรคอื่นๆ ตามมาได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัสสาวะนั้นมีเชื้อแบคทีเรียอยู่ ถ้านำไปผสมกับสมุนไพรก็จะยิ่งอันตรายเพิ่มมากขึ้น เพราะสารแต่ละชนิดอาจทำปฏิกิริยากันได้

พระอาจารย์ ดร.สิงห์หน นราสโร พระธรรมทูตที่กำลังปฏิบัติศาสนกิจในต่างประเทศ เป็นอีกผู้หนึ่งที่มิประสบความสำเร็จตรง โดยเล่าว่า เดิมเป็นฆราวาส เป็นอาจารย์สอนวิชาปรัชญาและศาสนาที่มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เมื่อล้มป่วยเป็นโรคมะเร็งลำไส้ใหญ่ จึงลาออกมามอุปสมบท และได้ปฏิบัตินิสัย 4 และฝึกจิต เพื่อรับพลังธรรมชาติ ผลปรากฏว่าหายจากโรค มีชีวิตถึงปัจจุบัน จึงได้ออกเทศนาธรรมและสอนให้ผู้คนปฏิบัตินิสัย 4 มาจนถึงทุกวันนี้

พระรูปนี้ได้แนะนำการดื่มน้ำปัสสาวะว่า "ก่อนนอน ให้ดื่มน้ำปัสสาวะของตัวเองสักครึ่งแก้ว"

๑) เมื่อเข้านอนไปแล้วในระหว่างนั้นน้ำปัสสาวะจะเข้าไปหมักอยู่ในตัวเรา เมื่อกลางดึกหรือใกล้สว่างเวลาลุกขึ้นมาปัสสาวะก็ให้เก็บดื่มอีกครั้ง การดื่มเที่ยวสองนี้มีความสำคัญมาก มีบทบาทในการรักษาโรค เพราะได้ดื่มเข้าไปหมักในร่างกายหลายชั่วโมง เหมือนเอาพิษที่เราถ่ายออกตั้งแรกส่งกลับเข้าไปหมัก กระตุ้นให้ร่างกายสร้างสารพิษออกมา สารต้านพิษเมื่อขับออกมาตอนใกล้รุ่ง เราดื่มเข้าไปอีกครั้งหนึ่งก็คือตัวที่เข้าไปรักษาโรค"

๑๐) นายกิตติคุณ เสารมณี เจ้าของร้านกิตติคุณ ซึ่งเคยป่วยเป็นโรคมะเร็งตับ และเคยได้เข้ารับการรักษาผ่าตัดในปี พ.ศ.2537 แต่ไม่หายกลับลามมาที่ช่องท้อง จึงได้ทดลองดื่มน้ำปัสสาวะมาจนถึงปัจจุบัน เขาเล่าว่า "ยังมีโรคประจำตัวอื่นคือ ไช้สนอักเสบ ซึ่งเมื่อก่อนต้องพินยาเป็นประจำ ใช้นานจนกระทั่งเส้นเลือดฝอยแตกเป็นประจำ เลือดกำเดาจึงไหลออกบ่อยๆ จึงได้ทดลองใช้น้ำปัสสาวะในการรักษาโดยสูดเข้าไปในโพรงจมูกสักพักเดียว แล้วปล่อยออกมา ปรากฏว่า เลือดกำเดาหยุดไหลและอาการไช้สนอักเสบดีขึ้น จึงได้นำวิธีการนี้ไปแนะนำเพื่อนๆ หลายคนที่เป็นไช้สนอักเสบทดลอง และก็ได้ผลน่าที่พอใจ"

ที่ผ่านมามารวมการแพทย์ต่างประเทศศึกษาเรื่องนี้กันมาก เห็นได้จาก World Conference on Urine Therapy ที่จัดกันมาแล้วหลายครั้ง ครั้งแรกจัดขึ้นที่ประเทศอินเดีย ล่าสุดจัดขึ้นที่ประเทศเยอรมนี

๑๑) เมื่อปี 1999 และจะมีการประชุมระดับโลกอีกครั้งในวันที่ 1-4 พฤษภาคมนี้ที่ประเทศบราซิล

นอกจากนี้งานวิจัยของนักวิทยาศาสตร์ชาวออสเตรเลียยังระบุว่า เมื่อดื่มน้ำปัสสาวะจะทำให้มีสมาธิ จิตใจสดชื่น อารมณ์ดีขึ้น เพราะในปัสสาวะมีฮอร์โมนชื่อ "เมลาโนทิน" ซึ่งพบในปัสสาวะตอนเช้า และมีเอ็นไซม์ ยูโรโคเนส ที่ช่วยให้เลือดไม่แข็งตัว ในกรณีคนเป็นโรคหัวใจ

ในงานวิจัยดังกล่าวพบว่าปัสสาวะแต่ละคนมีผลต่อการทำงานในร่างกายของตัวเอง โดยจะทำหน้าที่เป็นวัคซีนธรรมชาติเป็นตัวต่อต้าน

๑๒) แบคทีเรียและไวรัสต่อต้านสารก่อมะเร็ง ทำให้เกิดความสมดุลกับฮอร์โมน และช่วยเรื่องภูมิแพ้ ไข้หวัด โรคกระเพาะ หอบหืด แม้กระทั่งโรคมะเร็งและโรคเอดส์ เป็นต้น

น.พ.ธรรมจักรี รัฐมนตรีสาธารณสุข จากประเทศอินเดีย ยังได้ทดลองให้ผู้ป่วยจำนวน 200 คน ดื่มน้ำปัสสาวะของตน และติดตามผลทางการแพทย์อย่างใกล้ชิด ได้ข้อสรุปคือ 1.เมื่อดื่มน้ำปัสสาวะ เซลล์ร่างกายจะสามารถขับออกซิเจนได้มากขึ้น และอัตราเผาผลาญในร่างกายจะสูงขึ้น 2.ช่วยให้ร่างกายสร้างเม็ดเลือดแดงมากขึ้นในผู้ป่วยทุกราย และปริมาณฮีโมโกลบินในเลือดก็สูงขึ้นด้วย ช่วยให้เกิดการบำบัดโรคและอาการเจ็บป่วยได้หลายกรณี ด้วยกลไกของเอ็นไซม์ฮอร์โมน และเกลือแร่ทั้งช่วยให้ภูมิคุ้มกันต้านเชื้อโรคอีกด้วย

เหล่านี้ล้วนบ่งบอกถึงคุณประโยชน์สารพัดของปัสสาวะ แต่ใช้ทุกคนที่ดื่มแล้วโรคทุกโรคจะหายขาด เพราะในร่างกายและในดีของแต่ละคนยังมีตัวแปรและมีองค์ประกอบอื่นอีกมากมาย ฉะนั้นทั้งหมดนี้ย่อมไม่ใช่คำตอบสุดท้ายที่จะเชื่อเชิญให้หันมาดื่มน้ำปัสสาวะกัน เป็นเพียงการส่งผ่านบางแง่บางมุมของสิ่งที่หลายคนอาจจะนึกไม่ถึง หรือไม่รูมาก่อน

-ภาวิณีเยี เจริญยิ่ง-