

ชีวจิต

177

นิตยสารรายบ็อกซ์ ปีที่ 8
16 กุมภาพันธ์ 2549
ราคา 55 บาท

นิตยสารสุขภาพที่มียอดจำหน่าย

ชมตลาดเช้า
ชาวสวนนครชัยศรี

ตรวจดวงชะตา
พยากรณ์โรค

สังเกตโรค
จากตำแหน่งสี

จับ
น้ำเอ็นไซม์
แก้เบื่ออาหาร

ธรรมโอสภากัโรคยุคใหม่

ล้างผักลดพิษ
ด้วยน้ำชาข้าว

(ชีวจิตฟอรัม)
"ถ้าไม่ต้องแพทย์ทางเลือก"

5 ตอกไม้
ใช้เป็นยา

Peaceful Mind

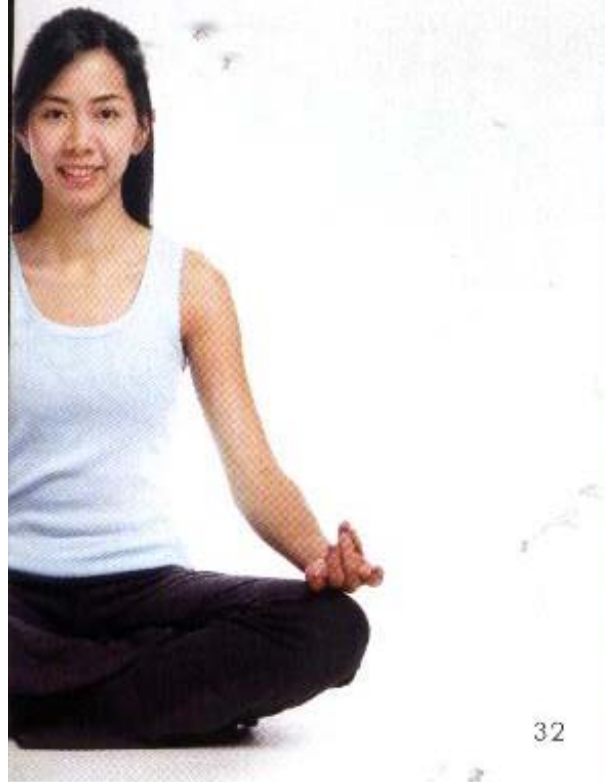
เอ๊ะ - อีสริยา

ชวนกัน
กอดต้นโรค

สยบลมชัก
ด้วยพลังรักของพ่อ

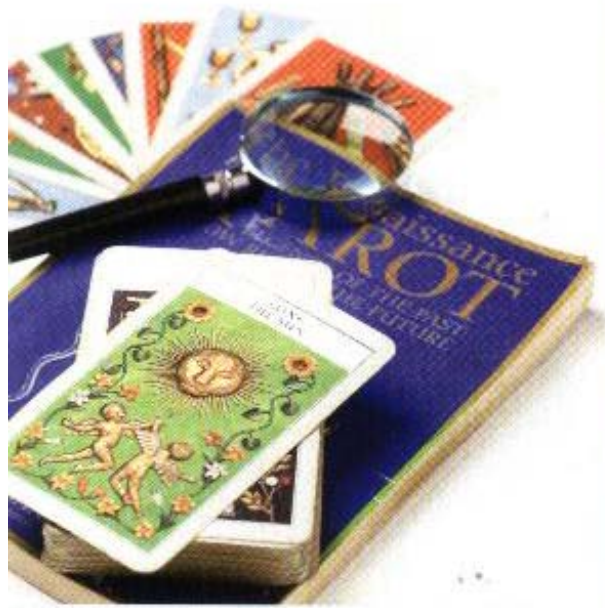


ป่วยก็ต้องอ่าน
ไม่ป่วยก็ต้องอ่าน

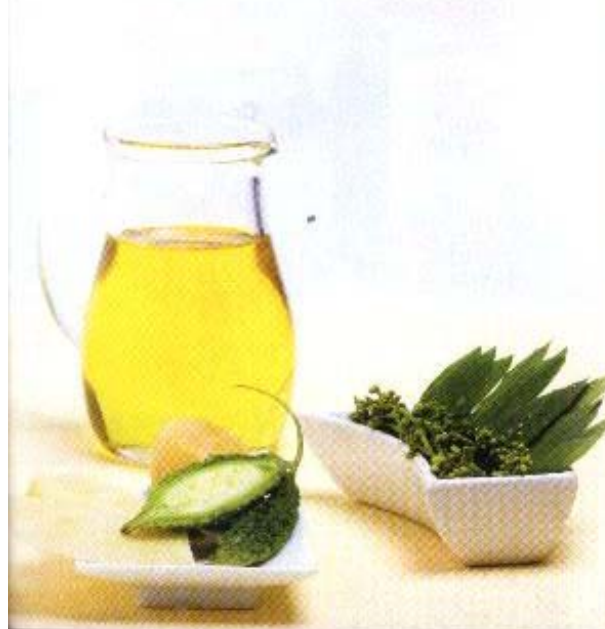


46

32



52



Contents

นิตยสารรายปักษ์ ปีที่ ๘
16 กุมภาพันธ์ 2549

ทางเลือกสุขภาพ

32 เรื่องพิเศษ : ธรรมโอสถช่วยลดความเจ็บป่วย

น้อยคนคงทราบว่ามีสมัยพุทธกาลมีคนเรียกพระพุทธเจ้าว่าเป็นเภสัชครู หรือหมอยา “เรื่องพิเศษ” ฉบับนี้จึงนำหลักการของพระพุทธานามมาอธิบายว่า ธรรมโอสถของพระพุทธองค์ช่วยบำบัดอาการเจ็บป่วยทางกายและใจของเราได้อย่างไร รวมถึงมีวิธีปฏิบัติง่ายๆ สามารถนำมาปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ทุกขณะ

46 รายงาน : ตรวจดวงชะตาพยากรณ์โรคใจ

คุณเชื่อเรื่องดวงมากแค่ไหน บางคนว่าเป็นเรื่องไม่น่าเชื่อถือ แต่บางคนกลับปักใจเชื่ออย่างสิ้นสงสัย “รายงาน” ฉบับนี้จะไขปัญหาเกี่ยวกับสาเหตุที่คนนิยมดูดวง และคุณได้รับประโยชน์อะไรบ้างจากการดูดวง

52 เยียวยาก่อนหาหมอ : จิบน้ำผักกระตุ้นความอยากอาหาร

ใครกำลังมีอาการเบื่ออาหารเพราะเครียดจากหน้าที่การงานและปัญหาส่วนตัว เรามีหลากวิธีในการกระตุ้นความอยากอาหารมาฝากเป็นการประยุกต์เอาผัก ผลไม้ และสมุนไพรใกล้ตัวมาใช้

76 ก้าวออกจากกล่อง :

พระสมคิด จารุธมโม พระปลุกป่าแห่งบ้านโป่งคำ พระหนุ่มรูปหนึ่ง ผู้เชื่อว่าการช่วยเหลือชาวบ้านเป็นหนึ่งในกิจของสงฆ์ ท่านจึงขอปิดนขาบดป่าด้วยการขอร้องให้หยุดการตัดไม้ทำลายป่า และแนะนำให้ทุกคนหันมาใช้ชีวิตอย่างพอเพียงแบบบรรพบุรุษ จนกระทั่ง 13 ปีต่อมา พื้นที่แห่งนี้แล่งกว่า 1 ไร่มีไม้ ไร่กลายเป็นผืนป่ากว้างใหญ่และให้ประโยชน์แก่ชาวบ้านอย่างมหาศาล ติดตามเรื่องราวของภิกษุรูปนี้ได้ในเล่มค่ะ



เรื่องจากปก

- 8 5 ดอกไม้ใช้เป็นยา 32 ธรรมโอสถแก้โรคยุคใหม่
- 46 ตรวจดวงชะตาพยากรณ์โรค 52 จิบน้ำเอนไซม์แก้เบื่ออาหาร
- 54 สังเกตโรคจากตำแหน่งนิ้ว 59 ซอนกันกอดต้านโรค 60 Peaceful Mind เชื้อ-อิสริยา 66 สบายลมชักด้วยพลังรักของพ่อ 80 ชมตลาดเช้าชาวสวนนครชัยศรี 86 ชีวจิตฟอรัม “ทำไมต้องแพทย์ทางเลือก” 94 ด่างผักสดพิษด้วยน้ำชาเขียว

Contents

นิตยสารรายปักษ์ ปีที่ ๘
16 กุมภาพันธ์ 2549

วิถีองค์รวม

- 20 ถาม-ตอบ : วิธีใช้น้ำดำล้างมีรายละเอียดยังไงบ้าง
- 24 บทความอาหารสุขภาพ : สร้างพลังจิตเพื่อนำมาใช้สร้างสุขภาพ (3)
- 26 มุมมองหมอพรทิพย์ : กรรม
- 28 รวมมิตรป้ายุ้ง : ขอหอมสักพอดได้ไหม
- 40 ตีก็อกซ์หัวใจ : งานกับคุณค่าของชีวิต
- 42 ระเบียบโอบสก์ : คนเราติดอะไร (เบญจขันธ์) ตอนจบ
- 50 เปิดห้องหมอสุติ : “เลือดบวก”
- 90 ไม้เท้าหลัง : คิดว่าตัวเองซีก็ยกจิตว่าคิดว่าตัวเองขยัน
- 96 กล้วยเส้น

ข่าวสุขภาพ

- 8 เกร็ดสุขภาพ
- 14 ลสมณสารพัน
- 16 กันโลกสุขภาพ
- 30 ใบนัตสุขภาพ

บุคคล

- 60 สุขภาพดีเกินดัง : เอ๊ะ-อิสริยา...การทำงานคือการปฏิบัติธรรม
- 62 ประสบการณ์สุขภาพ : เรื่องเล่าจากโกตส์ลาว...ฝ่าวิกฤติเนื่องอกในมตล
- 65 บทกวีกฤติ : ฤทธิ์ยาพาหุด้บ
- 66 บันทึกหัวใจแกร่ง : พลังรักสยบลมชัก ตอนที่ 1 พ่อจะสู้เพื่อลูก

สุขภาพแบบพึ่งตัวเอง

- 44 สุวิทย์สมดุส : ลมหายใจบอกอารมณ์... ซ่อมผกา จิรียานนท์
- 56 หัวใจสีขาว : ผลกระทบจากการรับ “สื่อ” โดยขาดวิจารณญาณ
- 58 ประง่าให้รัก : ทำอย่างไรให้พี่น้องรักกัน
- 79 กิลปบ่าบัต : ผมเป็นยักษ์...แล้วคุณล่ะเป็นใคร
- 80 เลือกซื้อเลือกสุขภาพ : ชมตลาดเช้าแบบชาวนครชัยศรี
- 82 บินสวยด้วยมือคุณ : สวยอ่อนวัยด้วยน้ำมันงา (2)

อาหารและปกิณกะ

- 6 จากบรรณาธิการ
- 69 นกสีน้ำ
- 70 ใบสมักรสมานึก
- 72 กรั๋วชีวจิต : ย่าตะไคร้
- 74 ชิวจิตชวนชิม : ร่มรื่น เลิศรส ที่ Cafe De Trang
- 86 รายงาน : ชิวจิตฟอรัม ครั้งที่ 1 “ทำไมต้องแพทย์ทางเลือก”
- 92 จดหมายจากผู้อ่าน
- 94 พักสายชีวจิตโฟน
- 95 อ่านอะไรในฉบับหน้า

42 90

60 62

64 80

58

72

74

82

