

แนวทางการบริโภคอาหารตาม “รศ”

การบริโภคอาหารตามธาตุเจ้าเรือนั้น จะคำนึงถึงรศขาในการรักษาที่เหมาะสมกับธาตุเจ้าเรือน รศขาที่นำมาใช้เป็นหลักในการแต่งยารักษาโรคมี่ 9 รศ แต่ปัจจุบันได้เพิ่มรศดีเข้าไปอีก 1 รศ บ้างก็เรียกยา 9+1 รศ หรือรศตามการศึกษาใหม่คือ 10 รศ ซึ่งมีสรรพคุณ ดังนี้

1.รศฝาค มีสรรพคุณในทางสมาน เคลือบแผลในกระเพาะอาหาร ช่วยฆ่าเชื้อโรค ช่วยรักษาอาการท้องเสีย เช่น มะกอกไทย หัวปลี พืชากกล้วย ผักเนืก แสดงกับโรคท้องผูก เป็นพริกโรคลม ทำให้กระหายน้ำ

2.รศพวาน บำรุงผิวพรรณให้สดใส ชุ่มชื้นใจ บำรุงหัวใจ แก้ไอ้มเพ็ลย แก้กระหายน้ำ คลายร้อน เช่น ข้าวโพดอ่อน คอกงร พักข้าว ยอดมะพร้าวอ่อน ผักหวานป่า แสดงกับโรคเบาหวาน เตนหะเพื่อ่ง ทำให้แผลชื้น ฟันฟู อาเจียน

3.รศเมธาเอื้อ มีสรรพคุณแก้พิษ แก้พยาธิ และคุ้มกัน เช่น กำมะถัน กำแพงเจ็ดชั้น ชันทองพยับบาท ทองพันชั่ง ลำไพง แสดงกับโรคหัวใจพิการ

ไอ้
4.รศมัน มีสรรพคุณช่วยบำรุงเส้นเอ็น ลดการเกร็งตัวของกล้ามเนื้อ และเส้นเอ็น บำรุงกระดูก เช่น ถั่วต่างๆ งา ธัญพืช ถั่วพู ถั่วลิสง ผักกระเฉด สะตอ แสดงกับโรคบิด สีซ่าน ทำให้เสมหะพิการ ร้อนในกระหายน้ำ

5.รศเค็ม มีสรรพคุณบำรุงและรักษาผิวหนัง แก้ประคง แก้คัน เช่น เกือบ สาหร่าย แสดงกับโรคอุจจาระพิการ (กระเพาะอาหารพิการ) บิดผูกเกือบ กระหายน้ำ

6.รศเปรี้ยว มีสรรพคุณช่วยละลายเสมหะ แก้อาการระคายคอ เจ็บคอ และลดอาการไอ เป็นยาระบายอ่อนๆ เช่น มะขาม มะม่วง ผักควั มะเขือเทศ มะคัง กระเจียวแดง แสดงกับโรคท้องร่วง โรคน้ำเหลืองเสีย บาดแผล

7.รศเผ็ดร้อน มีสรรพคุณช่วยขับลม แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ จุกเสียด แน่น กระเจียวเล็ดลม ทำให้โลหิตไหลเวียนดีขึ้น เช่น ข่า ขมิ้น กระเทียมหอม กระเพรา แมงลัก โหระพา ตะไคร้ มะกูด พริก พริกไทย แสดงกับโรคไข้หิมพิษร้อน โรคตาเจ็บ

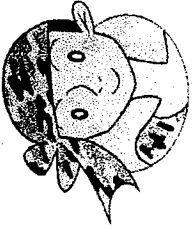
8.รศขม มีสรรพคุณ แก้ไข้ แก้ไอ้มเพ็ลย ช่วยเจริญอาหาร ช่วยให้นอนหลับ บำรุงน้ำดีและเลือด เช่น ขี้เหล็ก แคน มะเขือพวง ตะเคา มะระค่อน้ำ แสดงกับโรคหัวใจพิการ ลมจุกเสียด

9.รศหอมเย็น มีสรรพคุณช่วยทำให้สดชื่น แก้อาการร้อนในกระหายน้ำ ลดความร้อนในร่างกาย แก้ไข้ตัวร้อน เช่น แดงกวา แดงโมอ่อน พักข้าว ผักนึ่งทะเล แสดงกับโรคลมในลำไส้และนอกลำไส้

10.รศฉืด สรรพคุณช่วยขับปัสสาวะ ลดอาการบวม รักษาอาการปัสสาวะขัดหรือกะปริกสะปรอย แสดงกับอาการลมหนามืด

เมนูกินตามธาตุ

ธาตุคิน การรับประทานอาหารรส ผัด หวาน มัน และเค็ม



เมนูอาหาร ผักกูดผัดน้ำมันงา ดอกงิ้วทอดไข่ แกงป่า ก๋วยเตี๋ยวคั่ว
ขนุน สะตอผัดกุ้ง สมอไทย ผัดน้ำมันหอย

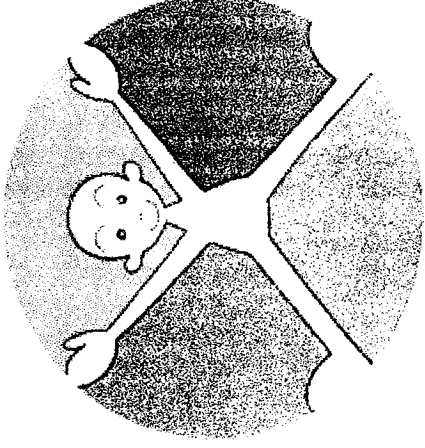
อาหารว่าง เต้าส่วน ฟู่นกะทิ ก๋วยเตี๋ยวชวี เกงบวชผักทอง ตะไคร้
เผือกผัดพริกขี้หนู ผักกระโดน ผักกระเฉด มะม่วงหิมพานต์ ยอดมะขาม
สมอไทย กระถินไทย กระโดนบก กระโดนน้ำ ผักหวาน ขนุนอ่อน สะตอ
ผักโขม โสน ขจร ยอดผักทอง ผักเชียงดา ลูกเหม็นขมก บวบเหลี่ยม บวบงู
บวบหอม

ผลไม้ มังคุด ฝรั่งผักทอง เผือก ถั่วต่างๆ งาหัวมันเทศ



เครื่องดื่ม น้ำอ้อย น้ำมะพร้าว น้ำตาลสด น้ำมะตูม นมถั่วเหลือง
น้ำแคนตาลูป น้ำส้ม น้ำฝรั่ง น้ำลูกเดือย น้ำข้าวโพด น้ำแก้ว น้ำผักทอง

เกร็ดความรู้ ผู้มีธาตุเจ้าเรือนเป็นธาตุคิน มักจะไม่ค่อยเจ็บป่วย
เพราะธาตุคินเป็นที่ตั้งของกองธาตุ



กล่าวได้ว่าคนเราจะไม่มี
เจ็บป่วยเมื่อธาตุทั้ง 4 ตั้งอยู่ใน
ภาวะที่สมดุล ทว่าเมื่อธาตุใด
ธาตุหนึ่งในร่างกายอ่อนแอลงก็
จะแสดงออกด้วยอาการต่างๆ

ผลพวงจากการเสียสมดุลของธาตุ ถ้าไม่ได้รับการดูแล ในที่สุดจะทำให้เกิด
โรคต่างๆ ตามมา นอกจากนี้อิทธิพลที่ส่งผลต่อความเจ็บป่วยที่สำคัญอาจ
ต้องย้อนกลับไปคิดถึงแต่ปฏิกิริยาในกรรมภพที่เราได้ทำไว้ในระหว่างที่อยู่ใน
กรรมภพการคานันผ่านฤดูกาลอะไรบ้าง และต้องคำนึงถึงด้วยว่าภูมิประเทศที่
อยู่อาศัยนั้นจะส่งผลให้เกิดความเจ็บป่วยในธาตุไหนบ้าง

ดังนั้นเพื่อเป็นการป้องกันปัญหาความเจ็บป่วยที่อาจเกิดขึ้นสิ่งที่
สามารถช่วยได้ระดับหนึ่งในเรื่องต้นตอ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของ
แต่ละคนในชีวิตประจำวัน โดยใช้รสของอาหารคุณลักษณะที่เป็นขามาปรับ
สมดุลของร่างกายเพื่อป้องกันความเจ็บป่วย

สภาวะสุขภาพของคนเราจะถูกควบคุมด้วยธาตุทั้ง 4 ดังนี้

1.ธาตุดิน มีสิ่งสำคัญในการควบคุมสุขภาพของคนธาตุดิน คือ ความสมบูรณ์ของหัวใจ อาหารที่รับประทานและกากอาหารในลำไส้ใหญ่ เมื่อเกิดการเสียดุลของตัวควบคุมสุขภาพ จะทำให้คนธาตุดินมักเจ็บป่วยด้วยโรคของอวัยวะโครงสร้างหลักของร่างกาย เช่น โรคหัวใจ เบาหวาน โรคตีความทวาร เป็นต้น

2.ธาตุน้ำ มีการควบคุมสุขภาพของคนธาตุน้ำคือ การควบคุมน้ำภายในร่างกาย เช่น น้ำมูก เสมหะ น้ำย่อยในกระเพาะอาหารและลำไส้ น้ำดี น้ำปัสสาวะ เป็นต้น คนธาตุน้ำมักเจ็บป่วยด้วยโรคระบบทางเดินหายใจ ระบบทางเดินอาหาร และระบบขับถ่ายปัสสาวะ อุจจาระ เป็นต้น

3.ธาตุลม คนธาตุลมมักเจ็บป่วยด้วยการของระบบประสาท การไหลเวียนของโลหิต อารมณ์และจิตใจ เช่น วิงเวียน หน้ามืด อ่อนเพลีย ไม่แข็งแรง เป็นต้น

4.ธาตุไฟ การควบคุมสุขภาพของคนธาตุไฟคือ การทำงานของน้ำดี การควบคุมอุณหภูมิของร่างกาย อากาศเจ็บป่วยที่พบได้ ในคนธาตุไฟ เช่น ท่อน้ำดีอุดตัน ตับอักเสบ ตัวเหลือง ตาเหลือง ท้องอืด มีไข้ เป็นต้น

ธาตุน้ำ ควบคุมประทานอาหารรสเปรี้ยว และขม



เมนูอาหาร แกงขี้เหล็กปลาช่าง แกงส้มคอกแค แกงอ่อนม มะระจีนก ผักมะระใส่ไข่ ห่อหมกใบขมิ้น แกงป่าสะเคาใส่ปลาหมอค แกงป่า สะเคาปิ้ง ต้มโคล้งยอดมะขาม ใบยอผัดน้ำมันหอยใส่เห็ดหูหนู

อาหารว่าง มะยมเชื่อม สับปะรดหวาน กระท่อนลอยแก้ว มะม่วง

น้ำปลาทาน

ผักพวยบ้าน ขี้เหล็ก แคบ้าน ชะมวง ผักคิ้ว ยอดมะกอก ยอดมะขาม

มะฮึก มะเขือเครือ สะเคาบ้าน มะระจีนก มะระจีน มะระจีน ใบยอ

ผลไม้ มะนาว ส้ม สับปะรด มะเขือเทศ มะยม มะกอก มะคัง

เครื่องดื่ม น้ำมะนาว น้ำใบยอบก น้ำมะเขือเทศ น้ำมะขาม

น้ำสับปะรด น้ำกระเจียว น้ำมะเฟือง

เกร็ดความรู้ ผู้ที่มีธาตุเจ้าเรือนเป็น

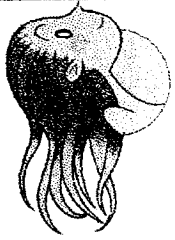
ธาตุน้ำ ในช่วงอายุแรกเกิด - 16 ปี มักจะมี

อาการเป็นหวัดติดงูก ตาแดง ในฤดูหนาว

จะเจ็บป่วยง่ายเพราะ ธาตุน้ำกำเริบ

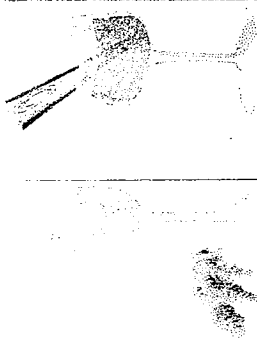


ธาตุลมควรรับประทานอาหารสด เคี้ยวร้อน



เมนูอาหาร แกงปลาตุ๋นไก่กะทือ ต้มข่าไก่ ต้มยำกุ้ง แกงหอยขมใส่ใบชะพลู สมอไทยทุบ ๆ ผัดน้ำมันพืช สมอไทย จิ้ม น้ำพริก
อาหารว่าง บัวลอยน้ำจืด เต้าฮวย เต้าทึง มันต้มน้ำจืด ถั่วเขียวต้มน้ำจืด
เมี่ยงคำ

ผักพื้นบ้าน ขิงข่า ตะไคร้ กระชาย พริกไทย กะทือ ดอกกระเจียว
ขมิ้นชัน ผักคราด ช้าพลู ผักไผ่ พริกขี้หนู สะระแหน่ หนุเสื่อ ผักแขยง ผักชีลาว
ผักชีล้อม ชีหว่า สมอไทย กานพลู
เครื่องต้ม น้ำจืด น้ำตะไคร้ น้ำข่า น้ำกานพลู

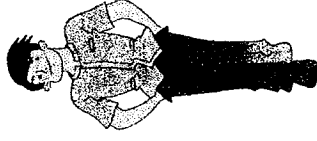


เกร็ดความรู้ ผู้ที่มีธาตุเจ้าเรือนเป็นธาตุลม ในช่วงอายุ 32 ปีขึ้นไป
มักจะมี อากาศเวียนหัว หน้ามืด เป็นลมง่าย ในฤดูฝน จะเจ็บป่วยง่าย เพราะ
ธาตุลมกำเริบ

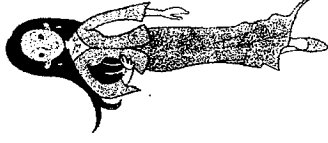
นอนไม่ค่อยหลับ ช่างพูด เสียงต่ำ ออกเสียงไม่ชัด มีลูกไม่ตก (ความรู้สึกลูก
ทางเพศค่อยดี) มักเจ็บป่วยด้วยอาการทางระบบประสาท การไหลเวียนของ
โลหิต อารมณ์และจิตใจ เช่น วิงเวียน หน้าน้ำมูก อ่อนเพลีย ไม่แข็งแรง เป็นต้น

ธาตุไฟเจ้าเรือน

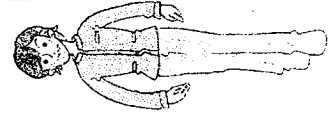
เป็นคนใจร้อน ทรนร้อนไม่ค่อยได้ หิวบ่อย กินเก่ง ผมหงอกเร็ว มี
หัวล้าน ผิวหนังขุ่น ผมหงอกจนก่อนข้านิม ไม่ค่อยอดทน ใจร้อน ช้อ
กระดุกหลวม มีกลิ่นปากและกลิ่นตัวแรง ความต้องการทางเพศปานกลาง
มักเจ็บป่วยเกี่ยวกับโรคตับอักเสบ ท่อน้ำดีอุดตัน ตัวเหลืองตาเหลือง ท้องอืด
มีไข้สูง เป็นต้น



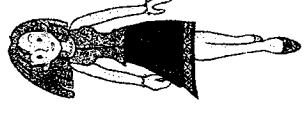
ดิน



น้ำ



ลม



ไฟ

ลักษณะของธาตุเจ้าเรือนดังกล่าว เป็นลักษณะโดยรวมกว้างๆ ทุก
คนจะมีลักษณะเด่นๆ ประปนกันไป สุดแต่จะมีลักษณะเด่นของธาตุใดมาก
หรือน้อย ซึ่งขึ้นอยู่กับอิทธิพลของธาตุเจ้าเรือนเกิด พฤติกรรมการดำรงชีวิต
และอาหารการกิน

ทฤษฎีธาตุเจ้าเรือนคืออะไร

ธาตุเจ้าเรือนคือองค์ประกอบของร่างกายที่เกิดจากธาตุทั้ง 4 ตามความชื่อหลักพุทธศาสนา ได้แก่ ดิน น้ำ ลม ไฟ ธาตุเจ้าเรือนจะแบ่งออกถึงบุคลิกลักษณะนิสัยของบุคคลแต่ละธาตุ ซึ่งแตกต่างกัน ดังนี้

ธาตุคิมเจ้าเรือน

รูปร่างสูงใหญ่ ผิวค่อนข้างคล้ำ ผมคดดำ เสียงดังฟังชัด ข้อกระดูกแข็งแรง กระดูกใหญ่ น้ำหนักตัวมาก อวัยวะสมบูรณ์ เจ็บป่วยจากสาเหตุธาตุคิมชำระค เช่น โรคหัวใจ เบาหวาน ริดสีดวงทวาร เป็นต้น

ธาตุน้ำเจ้าเรือน

เป็นผู้ที่รูปร่างสมบูรณ์ อวัยวะสมบูรณ์สมบูรณ์ ผิวพรรณแดงดังตาหวาน น้ำในตาบวม ทำทางเดินมันคง ผมคดดำงาม กิณช้า ทำอะไรช้าช้า ทนหนาว ทนร้อน ทนเย็นได้ดี เสียใจไปร้อง มีถูกคอกหรือมีความรู้สึกทางเพศคิมตัวเอง แต่มีกแต่เพียง และค่อนข้างเกียจคร้าน มักเจ็บป่วยด้วยโรคระบบทางเดินอาหาร ระบบทางเดินหายใจ ระบบขับถ่าย

ธาตุลมเจ้าเรือน มีคิวนั่งหงายขาแบแข็ง รูปร่างโปร่ง ผอม ผอมบาง ข้อกระดูกคิมเมื่อเคลื่อนไหว ขี้ใจกล้า ขี้จลาจล รักง่ายหน่ายเร็ว ทนหนาวไม่ค่อยได้

ธาตุไฟ ควรรับประทานอาหาร วม เย็น จืด



เมนูอาหาร ผักผักบุ้ง แกงจืดคำถึง ผักตบชวาได้พริก แกงส้มมะรุ่ม แกงจืดมะระ แกงส้มหยวกกล้วย ข้าผัดกะเจด ผักหนามผัดน้ำมัน หอย

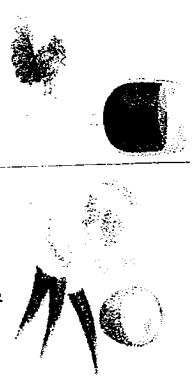
อาหารว่าง ซ่าหริ่ม ไอศกรีม น้ำแข็งใส

ผักพืชม้าน ผักบุ้ง คำถึง ผักกระเจด ผักกระถัง สายบัว ผักกาดจีน

ผักกาดขาว ผักกาดบดขมา มะระ ผักปลัง มะรุ่ม ผักหนาม ยอดมันเทศ

กระเจียวบมอญ ตะเภา ยอดผักทอง หยวกกล้วย หม่อน มะเขือขาว ฤชช่าย

ผอไม้ แดงโม มีนแก้ว พุทรา แอบบีต



เครื่องดื่ม น้ำแดงโมปั่น น้ำใบเตย น้ำเก๊กฮวย น้ำใบบัวบก

เกร็ดความรู้ ผู้ที่มีธาตุเจ้าเรือนเป็นธาตุไฟ ในช่วงอายุ 16-32 มักจะหงุดหงิดง่าย อารมณ์เสียบ่อย เป็นคนเจ้าอารมณ์ ในฤดูร้อนจะเจ็บป่วยง่าย เช่น ไข้หวัดร้อน ร้อนใน อุจจาระแข็ง เกิดภาวะอักเสบ เป็นฝีหนอง เพราะธาตุไฟกำเริบ

แม้ท่านจะเป็นคนมีธาตุเจ้าเรือนแบบไหนก็ตามแต่ ต้องบริโภคน้ำอาหารให้ครบทุกรสชาติ เพราะร่างกายของเรามีองค์ประกอบของธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ ซึ่งร่างกายจำเป็นต้องได้รับสารอาหารครบถ้วน คำแนะนำคือให้เน้นหรือเพิ่มปริมาณของรสชาติอาหารที่เหมาะสมกับธาตุเจ้าเรือนของท่านให้มีปริมาณมากกว่าสารอาหารรสชาติอื่นๆ เพียงเท่านี้ท่านก็มีภูมิคุ้มกันธรรมชาติที่สอดคล้องกับตามธาตุเจ้าเรือน



กาย 1-18	ธาตุเจ้าเรือน/ ฤดูกาล	คำรหัสแถบสี	จุดอ่อน/อาการและการแก้ไข
1	ธาตุไฟ : เจ็บป่วยง่าย ในฤดูร้อน	พัทระปิตตะ:สีชมพู	ปวดท้อง น้ำดีอุดตัน ขับอึกเสป ตัวเหลือง ตาเหลือง อุจจาระ อึกเสป
2		อพัทระปิตตะ : สีส้ม	อุจเสียด อืดเพื่อ อาหาร ไม่ย่อย ตีข่าน
3		กำคา : สีแดง	เป็นไข้ตัวร้อน เป็นหวัด ร้อน ใน เจ็บคอ ภูมิแพ้ อึกเสป
7	ธาตุลม : เจ็บป่วยง่าย ในฤดูฝน	หทัยวาตะ: เหลือง	การเดินของหัวใจ ความ หวั่นไหว ความกังวล เครียด
8		ลิตถกวาตะ : เขียว อ่อน	ภาวะหัวใจขาดเลือด เส้นเลือด ฝอยตีบตัน
9		ตุมนาวาตะ : เขียว เข้ม	การเจ็บปวดหลัง การรัก ความคัน โทหิต
13	ธาตุน้ำ : เจ็บป่วยง่าย ในฤดูหนาว	ศอสมหะ:ฟ้า	ไข้หวัด ไอ มีเสมหะ ไซนัส อึกเสป
14		จระสมหะ : น้ำเงิน	หอบหืด หลอดลมอักเสบ ปอด บวม โรคกระเพาะอาหาร
15		ดูอสมหะ : ม่วง	ท้องเสีย บิดมูกเลือด ริดสีดวง ทวาร บิดสภาวะผิดปกติ

ข้อเสนอในการประมวลผลสาเหตุเงื่อนไข

เมื่อหน่วยงานตนเองได้ค่าหรือรหัสของแถบสีแล้ว บางคนอาจมี 2 แถบสีปรากฏในแต่ละช่องหมายเลข เช่น หมายเลข 1 อาจปรากฏค่าแถบสีแดงและสีเขียว ก็ให้อ่านผลที่ความหมายของสีแดงและสีเขียว ควบคู่กัน รวมถึงค่าความหมายในช่องหมายเลข 2 และหมายเลข 3 ด้วย

การแปลความหมายของคาบหมายเลข 1-18 สัมพันธ์กับรหัสแถบสี

การแปลความหมายของค่าแถบสีและตัวเลขจะสัมพันธ์กัน และมี ความหมายถึงการเกิดจุดอ่อน หรือการเกิดโรคต่างๆ เหล่านี้ ได้ง่าย ดังนี้

ความเป็นมาของวงกลมวิเคราะห์สาเหตุเงื่อนไข

วงกลมวิเคราะห์สาเหตุเงื่อนไขได้รับการพัฒนาขึ้นมาโดยแพทย์หญิง เพ็ญภา ทรัพย์เจริญ ในระหว่างที่ร่วมทำงานกับคุณประสิทธิ์ ชนประกอบ ผู้เขียนและพัฒนาโปรแกรม Pending ซึ่งเป็นโปรแกรมวิเคราะห์วินิจฉัยโรค ตามสาเหตุเงื่อนไข



แพทย์หญิงเพ็ญภา ทรัพย์เจริญ

จุดเริ่มต้นของงานชิ้นนี้เกิดจากความนึกคิดของแพทย์หญิงเพ็ญภา ทรัพย์เจริญที่อยากรวบรวมองค์ความรู้ด้านการแพทย์แผนไทยเพื่อนำมาใช้ทดลองในคอมพิวเตอร์สำหรับใช้สอนนักเรียนนักศึกษา และอยากพัฒนาคัมภีร์สมุฏฐานวินิจฉัยให้สามารถใช้งานได้ง่ายขึ้น คัมภีร์นี้มีเรื่องเกี่ยวกับสาเหตุเงื่อนไข ซึ่งจะดูจากวันเดือนปีเกิดของผู้ป่วย และการรักษาของแพทย์แผนไทย ในสมัยก่อนนั้นจะต้องดูดวงชะตาของผู้ป่วยจะช่วยให้วิเคราะห์โรคได้ ถูกต้อง

จึงเริ่มจากการลงคำถามของตัวเอง โดยใช้วงกลมโหราศาสตร์มาใช้ในการตรวจดวงชะตาและราศีเกิด ก็พบว่าใช้ได้และถูกต้อง แต่ก็ยังไม่พอ เพราะยังต้องปีคปฏิทิน 100 ปี เป็นตัวประกอบด้วย ก็เริ่มเกิดแนวความคิดที่จะแยกวงกลมนี้ออกมาเป็นสมการทางคณิตศาสตร์เพื่อจะได้นำไปลงในคอมพิวเตอร์ ก็เลยช่วยกันออกแบบเพื่อแปลงวงกลมโหราศาสตร์ให้สามารถบันทึกลงในคอมพิวเตอร์ได้

เมื่อทำออกมาได้ระดับหนึ่งจนรู้ราศีเกิด แต่ก็ยังนำไปใช้โดยตรงในการดูเลขภาพไม่ได้ เพราะหลังจากดูดวงแล้วก็ต้องนำไปคำนวณหาธาตุเจ้าเรือนต่อ ซึ่งมีหลักการการคำนวณหาธาตุเจ้าเรือนอยู่หลายตำรา จึงเอาหลักการต่างๆ เหล่านั้น มาลองแปลงเป็นโปรแกรมคอมพิวเตอร์ ในขณะที่พัฒนาโปรแกรมคอมพิวเตอร์อยู่นั้น แพทย์หญิงพญณภา ก็มองว่าวงกลมดวงดวงอันนี้น่าสนใจ มีความสะดวกในการพกพา ถ้าหากจะหาธาตุเจ้าเรือนโดยใช้วงกลมแบบนี้ก็น่าจะใช้ได้เช่นกัน จึงได้ลงมือออกแบบวงกลมไปพร้อมกัน

ในที่สุดการพัฒนาวงกลมก็เป็นผลสำเร็จ จึงลองเอามาตรวจเช็คกับโปรแกรมที่ทำสำเร็จแล้วเช่นกัน และพบว่ามีความถูกต้องตามทฤษฎีการหาธาตุเจ้าเรือน และยังพบว่าวงกลมตรวจวิเคราะห์ธาตุเจ้าเรือนนั้นใช้ง่ายและสะดวกกว่าการใช้คอมพิวเตอร์ เพราะคอมพิวเตอร์ในยุค ค.ศ.1991 ยังมีใช้กันน้อย และสำหรับโปรแกรมที่พัฒนาสำเร็จนี้ก็เกิดขึ้นจากแนวคิดของแพทย์หญิงพญณภา ทรัพย์เจริญ จึงได้ตั้งชื่อว่า โปรแกรม Pending

วิธีการใช้

ยกตัวอย่าง ผู้ที่ต้องการจะตรวจธาตุเจ้าเรือน เมื่อวันที่ 13 เมษายน 2500

1. ให้ผู้ตรวจเทียบวันเดือนปีเกิดของท่านกับตารางปีสุริยคติ ที่บันทึกไว้ด้านหลังแผ่นวงกลม ตรวจดูว่าปี พ.ศ. 2500 นั้นตรงกับวันที่เท่าไร (ผลที่ได้ปี พ.ศ.2500 ตรงกับวันที่ 16 มีนาคม)
2. ให้หมุนวงกลมแผ่นที่ 2 โดยให้ถูกศรชี้ไปที่วันที่ 16 มีนาคม แล้วจับแผ่นวงกลมที่ 1 และ 2 ให้ยึดติดกัน อย่าให้เคลื่อนที่
3. หมุนวงกลมแผ่นที่ 3 โดยให้ถูกศรชี้ขั้วมือหมุนไปหยุดอยู่ที่วันที่ 13 เมษายน (เป็นวันและเดือนเกิดของผู้ตรวจธาตุเจ้าเรือน)
4. เมื่อหมุนถูกศรเสร็จสิ้นจะพบว่า ช่องสามเหลี่ยมด้านหน้าทางขวามือ จะปรากฏผลเป็นสี่เหลี่ยมและสี่แฉก

การประมวลผล

ในช่องหมายเลข 1 นั้นปรากฏสี่เหลี่ยม หมายถึง บุคคลผู้ที่มีธาตุลมเป็นธาตุเจ้าเรือนหลัก

ในช่องหมายเลข 2,3 ปรากฏสี่แฉกและสี่เหลี่ยม แสดงถึงธาตุเจ้าเรือนรอง คือธาตุไฟและธาตุดิน อันจะเป็นตัวแปรหรือสาเหตุของความเจ็บป่วย

ในช่องสุดท้าย ถัดจากช่องหมายเลข 3 หมายถึงจุดสุตมฤฎาน (ฤดูกาล) ตรงกับสี่แฉก คือการเกิดโรคหรือเจ็บป่วยได้ง่ายในฤดูร้อน

2. สีเขียวอ่อน แทน ลัทธิวาทะ หมายถึง ฉันทมเหศวรคัง ศาสตร์ราชู เกี่ยวข้องกับแป๊ะประทาต่างๆ และเห็นเลือดฝอย โรคเกี่ยวกับ เส้นเลือดฝอยแตก ศีรษะ หรือเป็นอัมพาต

3. สีเขียวเข้ม แทน สุนมาวาทะ หมายถึง ฉันทมาหัวใจและหลอด เลือดใหญ่กลางลำตัว ได้แก่ หัวใจ เส้นเลือดแดงใหญ่ เกี่ยวกับเรื่องความดัน โลหิตในร่างกายและโรคหัวใจ เป็นต้น

ธาตุน้ำ

1. สีฟ้า แทน คอสมหะ หมายถึง โรคที่เกี่ยวข้องกับระบบทางเดินหายใจ ส่วนบน เมื่อกินน้ำคอก หลอดลมคอตัน เช่น มีเสมหะ ไช้นัส ใช้หัวค เป็น ต้น

2. สีน้ำเงิน แทน อูระสมหะ หมายถึง โรคเกี่ยวกับทรวงอกและปอด เป็นเสมหะ น้ำย่อยและกระเพาะอาหาร หรือบริเวณช่วงกลางลำตัว ได้แก่ หอบหืด หลอดลมอักเสบ ปอดบวม โรคกระเพาะ เป็นต้น

3. สีม่วง แทน อุกสมหะ หมายถึง โรคที่เกี่ยวข้องกับระบบทางเดิน อาหารส่วนปลาย เมื่อกินน้ำสีน้ำในกระเพาะปัสสาวะ เช่น ห้อยเสียด บิด ผูกเลือด ริดสีดวงทวาร กระเพาะปัสสาวะอักเสบ ปัสสาวะผิดปกติ เป็นต้น

ธาตุดิน

สีดำ เป็นสีที่ใช้แทนธาตุดิน ได้แก่ช่วยต่างๆ เช่น เนื้อ กล้ามเนื้อ มดลูก หัวใจ กระดูก

การคำนวณปฏิทินกับความสัมพันธ์ของวงกลม

หลักในการพัฒนางานและโปรแกรม Pendu นี้จะต้องอาศัย ปฏิทิน 100 ปี ซึ่งจะมีวันข้างขึ้นข้างแรม เรียกว่าปฏิทินจันทรคติ โหราศาสตร์ไทยจะใช้ปฏิทินจันทรคติในการคำนวณ ในตอนนั้นจะอิงของ อาจารย์ทองดี อ่างแก้ว และได้บันทึกข้อมูลของปฏิทิน 100 ปีลงใน โปรแกรม และเริ่มประสบปัญหาที่ว่าปฏิทิน 100 ปีของอาจารย์ทองดี ที่ใช้นั้น จะหมดในปี พ.ศ.2539 ต่อมาก็พิมพ์อีกจนถึงปี พ.ศ.2543 และไม่รู้ว่าจะมีการพิมพ์ขยายจำนวนปีออกมาเมื่อไหร่ ซึ่งจะทำให้การพัฒนา โปรแกรมและวงกลมเริ่มเจอปัญหา นี้ ก็คิดแนวคิดว่าจะต้องมีปฏิทินเป็น ของตัวเองให้ได้ เพื่อนำมาใช้รองรับกับงานทั้งสองนี้

ในการศึกษาและจัดทำปฏิทินขึ้นใหม่นั้นเป็นเรื่องที่ยากมาก ต้องอาศัยการสอบถามผู้ที่มีความรู้ทางโหราศาสตร์และผู้จัดทำปฏิทิน แต่ก็ยังไม่ได้จุดเริ่มต้นสำหรับการใช้คำนวณความต้องการ เพราะไม่มีความรู้ว่าการ คำนวณวันข้างขึ้น หรือข้างแรม นั้นใช้หลักการอะไร

จึงเริ่มต้นด้วยการศึกษาของศาสตร์ที่มุมมองต่าง ๆ กับพื้น โลก จนกระทั่งคำนวณของศาสดาได้ครบทุกดวง แต่ก็ยังไม่สามารถหา วันข้างขึ้นข้างแรม ได้เช่นเดิม ในที่สุดก็ไปตั้งต้นที่ดวงเมืองของกรุงเทพฯ เพราะตอนที่มีพิธีตั้งกรุงเทพระ เป็นเมืองหลวงนั้น จะมีการระบุวัน เดือนปี วันข้างขึ้นข้างแรมอย่างชัดเจนว่าตั้งเมื่อไหร่ และตรงกับปฏิทินทางสุริยคติ ในวันที่เท่าไร จากนั้นก็ใช้วิธีนับบวกวันเดือนปีขึ้นไปเรื่อยๆ จนถึงปัจจุบัน และบวกไปในอนาคตอีกจนถึงปี พ.ศ.9999

กระทั่งในที่สุดก็สามารถทำโปรแกรมคำนวณวันเดือนปีออกมาได้สำเร็จอีกโปรแกรมหนึ่ง พร้อมๆ กับพิมพ์เป็นหนังสือ ชื่อว่า ปฏิทินโหราศาสตร์ 200 ปี หนังสือเล่มนี้พิมพ์เพียง 200 ปี แต่โปรแกรมที่จัดทำขึ้นสามารถคำนวณวันที่ใน โลกอนาคต ได้เป็นหมื่นๆ ปี

เมื่อนำโปรแกรมการคำนวณปฏิทินที่ทำสำเร็จแล้ว มาเทียบกับปฏิทินอื่นๆ และทำการตรวจสอบกับเว็บไซต์ของนาซ่า และเว็บไซต์กองทัพเรืออเมริกา ในเว็บนั้นจะบอกไว้ว่าวันที่ เวลา UT (แบ่งเส้นเวลา) (ในประเทศไทย เส้นแบ่งเวลาจะอยู่ที่ UT +7 ชั่วโมง) ดังนั้นถ้าคำนวณไว้ว่าเวลาที่พระจันทร์จะเต็มดวงเมื่อไหร่และบวกเพิ่ม 7 ชั่วโมง รวมถึงการคำนวณเวลาที่เดือนดับ สุตรที่ใช้คำนวณ ก็จะต้องออกตรงกับของกองทัพเรืออเมริกาและองค์การนาซา ณ เวลาตรงกันด้วย ผลการตรวจสอบก็พบว่าคำนวณออกตรงกันจึงเกิดความมั่นใจว่าสูตรการคำนวณปฏิทินนี้ตรงกัน

โดยเฉพาะในปี พ.ศ. 2548 ปีนั้นวันอาสาฬหบูชาและวันเข้าพรรษาของไทยไม่ตรงกับปฏิทินจันทรคติ ปฏิทินที่เชิดชูทั่วไปจะช้ากว่า 1 วัน ซึ่งไม่มีใครรู้ กระทั่งนักโหราศาสตร์ทั่วถึงขึ้นมา จึงมีการตรวจสอบปฏิทินขึ้นใหม่ ในแง่ประชาชนทั่วไปอาจไม่ได้สังเกตกระทบอะไร แต่ว่าในพระธรรมวินัยได้กล่าวถึงตรงนี้ไว้ว่า วันออกพรรษาที่ต้องออกในวันแรม 1 ค่ำ เพราะถ้าผิด ก็จะมีผิดพระธรรมวินัย และแม้แต่ทางโหราศาสตร์ก็ยอมรับผลกระทบบ้างมีการนำไปคำนวณแล้วเกิดความผิดพลาด และโปรแกรมปฏิทินนี้ก็คำนวณได้ไม่ผิดพลาดเช่นกัน

ความหมายของชุดท้ายที่ไม่มีหมายเลขกำกับหมายถึงฤดูกาล เมื่อหมุนไปจะมีแถบสีปรากฏเพียง 3 สี คือ

- สีแดง หมายถึง ฤดูร้อน
- สีเหลือง หมายถึง ฤดูฝน
- สีฟ้า หมายถึง ฤดูหนาว

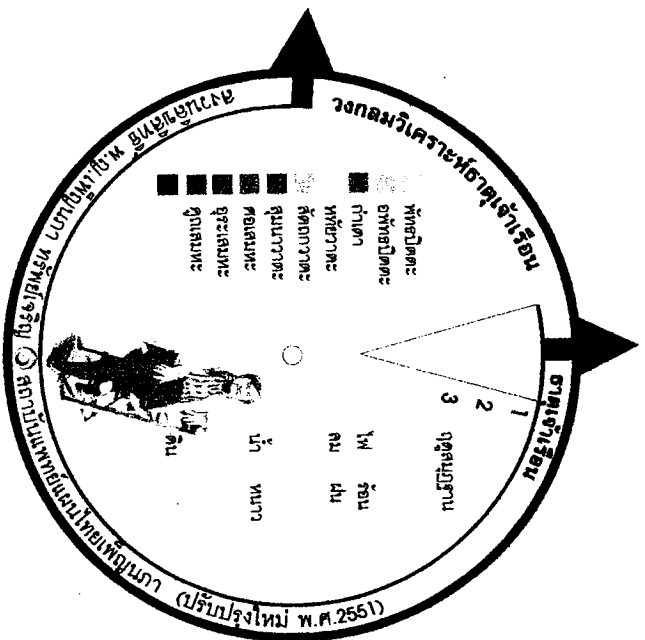
ความหมายแถบสี

ธาตุไฟ

1. สีชมพู แทน พัทธปีตตะ หมายถึง ดินฝัก เป็นโรคที่เกี่ยวกับระบบน้ำคึกภายในถุงน้ำดีและในตับ เช่น ตับอักเสบ ถุงน้ำดีอักเสบ หรือน้ำในถุงน้ำดี เป็นต้น
 2. สีส้ม แทน อพัทฐปีตตะ หมายถึง ดินออกฝัก เป็นโรคเกี่ยวกับน้ำคึกภายในร่างกาย เช่น การทำงานของน้ำดีในระบบย่อยอาหาร ธาตุพิการ อาหารไม่ย่อย ดีซ่าน เป็นต้น
 3. สีแดง แทน กำคา หมายถึง เปลวความร้อน ความร้อนในร่างกาย
- ภาวะที่ทำให้เกิดการใช้และตัวร้อน ภาวะอักเสบ

ธาตุลม

1. สีเหลือง แทน หทัยวาตะ หมายถึง ลมที่เกี่ยวข้องกับการเดินของหัวใจ จิตใจ สภาพารมณณ์ ทำให้เกิดการแปรปรวนของอารมณ์ได้



แผนผัง 3 อยู่ด้านนอกสุด

ความหมายของช่องเลข 1 คือธาตุเจ้าเรือนหลัก บ่งบอก
 นุคลิกลักษณะของบุคคลผู้นั้น เป็นธาตุสมบูรณ์งามที่คิดตัวผู้นั้นมาแต่
 กำเนิด

ความหมายของช่องเลข 2 คือธาตุเจ้าเรือนรอง บ่งบอก
 ความหมายสาเหตุที่ทำให้เกิดโรคต่างๆ

ความหมายของช่องเลข 3 คือที่กีดตมูฐาน บ่งบอกจุดอ่อนของ
 ร่างกาย และโอกาสในการเกิดโรคต่างๆ

บทสรุป

วงกลมตรวจวิเคราะห์ราคาเช่าเรือ ได้ทำการแปลงปีเกิดตามปฏิทิน
 จันทรคติ ให้เป็นปีสุริยคติตามปฏิทินสากลที่เราใช้กันในปัจจุบัน เพื่อให้
 เกิดความสะดวกและรวดเร็ว ซึ่งกำหนดไว้สำหรับหลังของวงกลม โดยแพทย์
 หญิงเพ็ญนภา ทรัพย์เจริญ ได้กำหนดเอาไว้ แรม 1 ค่ำ เดือน 4 เป็น
 ตัวกำหนด ในการคำนวณ เพราะในการหาธาตุเจ้าเรือนจะเกิดมาพร้อมคนๆ
 หนึ่งตอนปฏิสนธิ เขาปฏิสนธิตอนไหนไม่อาจรู้ได้ จึงต้องกำหนดเอาสัก 1
 วัน ในรอบปีนั้น ชัดเจนหลักกำหนดให้วันดังกล่าว ซึ่งจะเป็นอย่างอื่นหรือถึงวันนี้ก็ว่า
 จึงจะคำนวณต่อได้ถูก

ปัญหาที่มักพบอยู่เสมอในการดูวงกลมราคาเช่าเรือ คือ วันเดือนปี
 ตามจันทรคติที่กำหนดไว้สำหรับหลังวงกลมนั้นไม่ตรงกับอื่นๆ ที่ใช้ตาม
 ของตลาดทั่วไป ซึ่งก็เป็นที่ชัดเจนแล้วว่านี่เป็นการใช้สูตรคำนวณหาวัน
 เดือนปีตามปฏิทินของปุระคิมชุกิดคัมวงกลมนี้ขึ้นมา ซึ่งมีที่มาที่ไปในการ
 คำนวณชัดเจนจึงไม่ใช่ความผิดพลาดที่เินตรงกับปฏิทินของผู้อื่น

ข้อมูล : คุณประสิทธิ์ ธนประกอบ

ผู้ร่วมพัฒนาโปรแกรม PenDiag และปฏิทิน โทรศัทศร์ 200 ปี

วินิจฉัยธาตุเจ้าเรือน

- ชื่อ-สกุล.....
วันเดือนปี เกิด.....
ธาตุเจ้าเรือนหลัก.....
ธาตุเจ้าเรือนรอง.....
จุดอ่อนของสุขภาพ

ธาตุไฟ

- ปวดท้อง น้ำดีอุจาด ต้นต้ออักเสบ ตัวเหลือง ตาเหลือง ผนังลำคอ

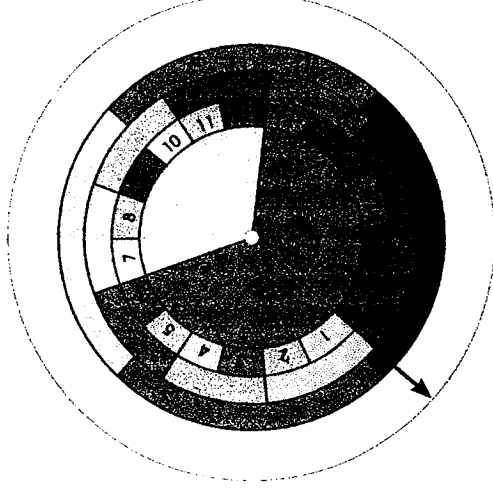
อัมฤช

- จุกเสียด อืดเพื่อ อาหารไม่ย่อย คีซ่าน
 เป็นไข้ตัวร้อน เป็นหวัด ร้อนใน เจ็บคอ ภูมิแพ้

ธาตุดิน

- การเดินของหัวใจ ความหวนไหว ความกังวล เครียด
 ภาวะหัวใจขาดเลือด เส้นเลือดฝอยตีบตัน
 การเจ็บปวดหลัง การชัก ความดันโลหิต
- ### ธาตุน้ำ
- ไข้หวัด ไอ มีเสมหะ ไซนัสอักเสบ
 หอบหืด หลอดลมอักเสบ ปอดบวม โรคกระเพาะอาหาร
 ท้องเสีย บิดมูกเลือด ริดสีดวงทวาร ปัสสาวะผิดปกติ

ในแผ่นที่ 2 นี้จะมีหมายเลขกำกับอยู่ คือ 1-18 ใช้สำหรับการวิเคราะห์โรคและอาการหรือจุดอ่อนของการเกิดโรค



แผ่นที่ 2 แสดงรหัสสี

แผ่นที่ 3 คือแผ่นที่อยู่ด้านหน้าสุดมีจุดศร อยู่ 2 อัน โดยจุดศรซ้ายมือใช้สำหรับชี้กำหนดวันและเดือนเกิดของผู้ต้องการตรวจธาตุเจ้าเรือน ส่วนจุดศรขวามือเป็นตัวรับบอกวันปฎิสนธิ

ในแผ่นที่ 3 นี้จะมีหมายเลข 1,2,3 กำกับตรงช่องว่างสามเหลี่ยมที่มองเห็นไปยังแผ่นวงกลมแผ่นที่ 2 ที่มีแถบสีทั้งหมด 10 แถบสี ซึ่งจะมีคำอธิบายความหมายของแถบสีอยู่ในวงกลมแผ่นนี้ด้วย

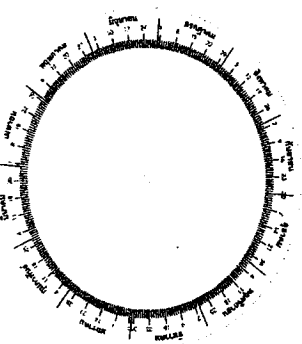
วงกลมตราจิวเคราะห์ธาตุเจ้าเรือน

คำอธิบายส่วนประกอบของแผ่นวงกลม

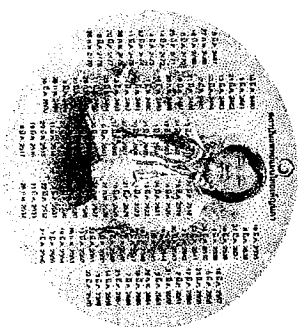
แผ่นวงกลมวิเคราะห์ธาตุเจ้าเรือนแบ่งออกเป็น 3 แผ่น ซึ่งแต่ละแผ่นมีความหมายแตกต่างกันดังนี้

แผ่นที่ 1 คือแผ่นที่อยู่ด้านล่างสุด คำนวณน้ำแสดงข้อมูลวันที่และเดือนในรอบปี

คำนวณน้ำแสดงข้อมูลสำหรับเลือกวันเดือนปีเพื่อใช้วิเคราะห์ข้อมูล



ด้านบน



ด้านล่าง

แผ่นที่ 2 (แผ่นกลาง) แสดงข้อมูลตามหลักทฤษฎีการแพทย์แผนไทย โดยใช้เป็น รหัสสี ซึ่งระบุถึงธาตุเจ้าเรือนหลัก ธาตุเจ้าเรือนรอง และธาตุสมฐาน

ฤดูกาลที่จับย้ายฝั่ง

ฤดูร้อน

ฤดูฝน

ฤดูหนาว

ช่วงเวลาที่ควรระวัง

เวลา 06.00 น. – 10.00 น.

เวลา 10.00 น. – 14.00 น.

เวลา 14.00 น. – 18.00 น.

อาหารที่แนะนำให้รับประทาน

ธาตุคิม รสฝาด หวาน มัน เค็ม

ธาตุน้ำ รสเปรี้ยว ขม

ธาตุลม รสเผ็ดร้อน

ธาตุไฟ รสขม เย็น

ธาตุเจ้าเรือนคืออะไร

ตามทฤษฎีการแพทย์แผนไทย กล่าวว่า คนเรามาในร่างกายประกอบด้วยธาตุทั้งสี่ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ ซึ่งในแต่ละคนจะมีธาตุหลักที่เป็นธาตุประจำตัว เรียกว่า ธาตุเจ้าเรือน ซึ่งเป็นธาตุเจ้าเรือนมาแต่กำเนิด แต่ก็มีธาตุเจ้าเรือนอีกลักษณะหนึ่งซึ่งเรียกว่า ธาตุเจ้าเรือนปัจจุบัน เกิดจากพฤติกรรมการเลี้ยงดู สิ่งแวดล้อม พฤติกรรมการบริโภคอาหารจนทำให้ธาตุเจ้าเรือนแต่กำเนิดนั้นเปลี่ยนไป ซึ่งจะพิจารณาจากบุคลิกลักษณะ อุปนิสัย ภาวะด้านสุขภาพกายและใจที่แสดงออกในปัจจุบัน โดยทั่วไปแล้วธาตุเจ้าเรือนจะไม่เปลี่ยนแปลงในช่วง 6 ปีแรกของชีวิต

เมื่อธาตุทั้งสี่ในร่างกายสมดุล บุคคลจะไม่ค่อยเจ็บป่วย หากขาดความสมดุลก็จะเกิดความเจ็บป่วยด้วยโรคที่เกิดจาก จุดอ่อนด้านสุขภาพของแต่ละคนตามเรือนธาตุที่ขาดความสมดุล

ดังนั้นเพื่อเป็นการป้องกันปัญหาความเจ็บป่วยที่อาจเกิดขึ้นถึงที่สามารถช่วยได้ในเบื้องต้นคือ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของแต่ละคนในชีวิตประจำวัน โดยใช้รสของอาหารคุณลักษณะที่เป็นยาปรับสมดุลของร่างกายเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้กับร่างกาย เพื่อป้องกันความเจ็บป่วย

แล้วท่านมีธาตุเจ้าเรือนอะไร

ค้นหาธาตุเจ้าเรือนด้วยวงกลมตรวจวิเคราะห์ธาตุเจ้าเรือน



บทส่งท้าย

คู่มือประกอบคำอ่านวงกลมนี้ ผู้จัดทำได้พยายามที่จะอธิบายวิธีการใช้และการวิเคราะห์ให้สามารถเข้าใจได้ง่าย เพราะปัจจุบันผู้ที่ใช้วงกลมนี้มิใช่แค่แก่นักเรียนนักศึกษาที่เล่าเรียนแพทย์แผนไทยเท่านั้น แต่ประชาชนทั่วไปยังสามารถวิเคราะห์ธาตุเจ้าเรือนของตนเองและสมาชิกในครอบครัวโดยเบื้องต้นได้ และนำหลักการของธาตุเจ้าเรือน ไปใช้ในการดูแลสุขภาพ ในเรื่องของโภชนาการให้สอดคล้องกับธาตุเจ้าเรือน สอดคล้องกับเวลา และฤดูกาล ซึ่งเมื่อเข้าใจกลไกเหล่านี้ก็สามารถปฏิบัติได้ไม่ยุ่งยาก การกินอาหารที่เหมาะสมกับธาตุเจ้าเรือนจะเป็นการสร้างเสริมภูมิคุ้มกันให้เหมาะสมกับบุคคลผู้นั้น ฉะนั้นโอกาสในการเจ็บป่วยก็จะจางจะน้อยลง

คณะผู้จัดทำหวังว่า วงกลมตรวจวิเคราะห์สุขภาพนี้จะเป็นผู้มีช่วยให้ท่านทั้งหลายได้มีโอกาสในการใช้สร้างสุขภาพเพื่อคุณภาพการดำรงชีวิตที่ดี

สำหรับความผิดพลาดอันได้ทั้งบังเกิดขึ้นคณะผู้จัดทำขออ้อมรับเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขให้ดียิ่งขึ้นต่อไป

คุณงามความดีทั้งหลายที่เกิดขึ้นจากการเล่าเรียน ศึกษาและการนำไปใช้ประโยชน์ทั้งหลายนั้น ขอขอบอุทิศให้กับแพทย์หญิงเพ็ญภาทรัพย์เจริญ และครูบาอาจารย์ทุกๆ ท่าน ไว้ ณ ที่นี้ด้วยเทอญ

คณะบรรณาธิการ

บรรณาธิการ/เรียบเรียง

แพทย์หญิงที่อุณา ทวีพงษ์เจริญ

วัชรินทร์ คงวิลาศ

ประสิทธิ์ วัฒนประกอบ

ราชวาศ ศิริเทพ

จัดพิมพ์โดย สำนักพิมพ์ อัมสเตอร์ เมดิซีน

ปรับปรุงเนื้อหาเพิ่มเติม พ.ศ.2552

สถานที่ติดต่อ

สำนักพิมพ์ อัมสเตอร์ เมดิซีน

36/303 ถนนแจ้งวัฒนะ ซ่งตองห้อง หักสี่

กรุงเทพมหานคร 10400

โทรศัพท์/โทรสาร 02 982 5270 มือถือ 081 582 0115

Email : hubhealth@hotmail.com

