

เปลี่ยนตัวเอง ให้เป็นหมอ

ด้วย



ปรับสมดุลร่างกายด้วยตัวเองง่ายๆสบายๆ
SIMPLE WAY TO MAKE LIFE BALANCE

เปลี่ยนตัวเอง ให้เป็นหมอ

ด้วย

มณีนวชา

พท.ภญ. ศรดีรี ประพฤติธรรม

พท.ป. เจริญธรรม อภิจรรยาธรรม

ชื่อกันงสือ	เปลี่ยนตัวเองให้เป็นกมอด้วยมณเวช
ผู้เขียน	ศรตธีร ประพฤตธรรม
	เธียรธรรม อภิจรรยารธรรม
ที่ปรักษา	นภดล นิงสานนบก
ISBN	978-616-629-385-2
พิมพ์ครั้งแรก	ตุลาคม 2568 จํานวน 5,000 เล่ม
พิมพ์ที่	กก.เบสท์ กราฟฟิค อินเทอร์เน็ต
จัดทำโดย	ศรตธีร ประพฤตธรรม

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

ศรตธีร ประพฤตธรรม.

เปลี่ยนตัวเองให้เป็นกมอด้วยมณเวช.-- กรุงเทพฯ : เบสท์ กราฟฟิค อินเทอร์เน็ต, 2568.
40 หน้า.

1. การดูแลสุขภาพด้วยตนเอง . 2. การแพทย์ทางเลือก. I. เธียรธรรม อภิจรรยารธรรม, ผู้แต่ง
ร่วม. II. ชื่อเรื่อง.

615.5

ISBN 978-616-629-385-2

สงวนสิทธิ์ ตาม พ.ร.บ.ลิขสิทธิ์ พ.ศ. 2537

หนังสือเล่มนี้จัดทำขึ้นเพื่อการเผยแพร่ ห้ามจำหน่ายเพื่อประโยชน์ทางการค้า

มณีเวช



เป็นวิชาที่เกี่ยวกับการจัดสมดุลโครงสร้างร่างกาย
ท่านอาจารย์ประสิทธิ์ มณีจิระปรากฏการ เป็นผู้ค้นพบ
โดยผสมผสานจากวิชาแพทย์แผนไทย จีนและอินเดีย

หลักการคือ โครงสร้างร่างกายที่สมดุลจะทำให้ร่างกาย
เคลื่อนไหวได้อย่างเป็นปกติ และช่วยปรับระบบการไหลเวียนของ
เลือด น้ำเหลือง กระแสประสาท รวมถึงพลังงานภายใน ส่งผล
ให้การทำงานของระบบต่างๆในร่างกายทำงานได้อย่างเป็นปกติ

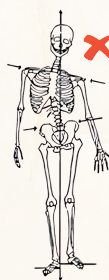
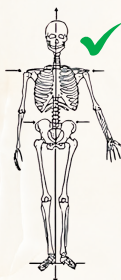
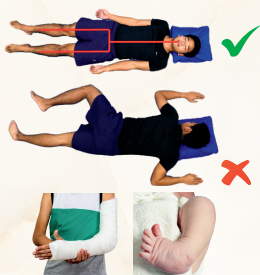
สมดุลดี สุขภาพดี

สมดุลร่างกาย

- อิริยาบถ
- อุบัติเหตุ
- กระดูกหัก

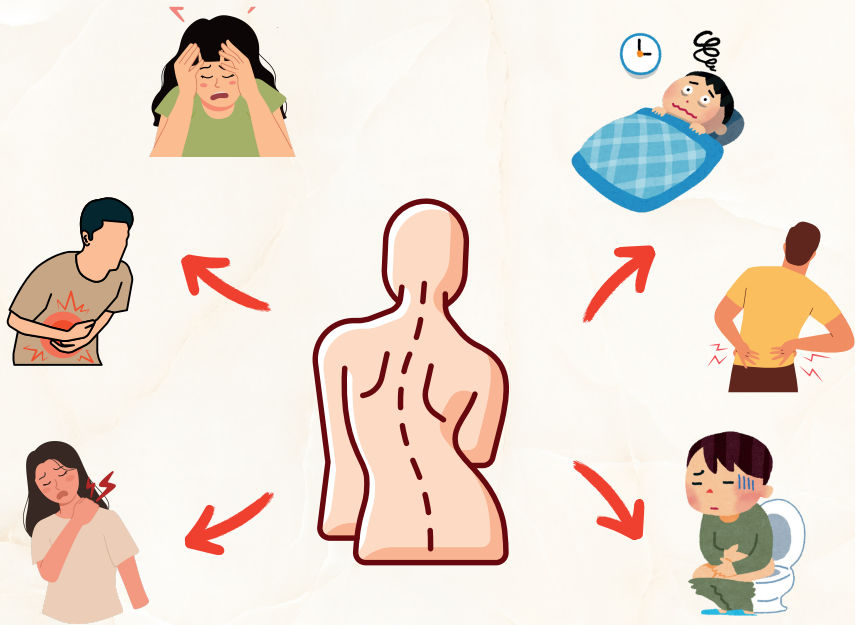
สมดุลร่างกาย

ภาวะสุขภาพ



กระดูกถือเป็นโครงสร้างหลักของร่างกาย ซึ่งกระดูกทุกชิ้นต่อกันทั้งร่างกาย เมื่อใดที่กระดูกชิ้นใดชิ้นหนึ่งเสียระเบียบไปจากความปกติ (เกิดจากอิริยาบถที่ไม่สมดุล อุบัติเหตุ โรคทางพันธุกรรม) ก็จะทำให้กระดูกชิ้นถัดมาและกล่อมเนื้อส่วนนั้น ทำให้มีโอกาสกดทับเส้นเลือด เส้นประสาท ทำให้น้ำเหลืองที่อยู่ข้างๆ ส่งผลต่อการทำงานของระบบต่างๆ ในร่างกาย หากปล่อยทิ้งไว้จะส่งผลทำให้มีภาวะเจ็บป่วยตามมาที่อาจคาดไม่ถึง

เมื่อร่างกายไม่สมดุล



ปวดเมื่อย ตะคริว เสียช

ปัญหาการเคลื่อนไหว
ข้อติด กล้าม บาดเจ็บง่าย

ท้องอืด จุกแน่น
กรดไหลย้อน โรคกระเพาะอาหาร

เวียนหัว ปวดหัว
นอนไม่หลับ เหนื่อยล้า

ปัญหาการหายใจ
ปัญหาอุจจาระปัสสาวะ

ปวดประจำเดือน
ปัญหาระบบสืบพันธุ์ทั้งหญิงและชาย

และอื่นๆอีกมากมาย



4 รู้.. ปรับสมดุลด้วยตนเอง

1

รู้..กาย

ตรวจสอบรูปร่างกายตนเองอยู่เสมอ

2

รู้..ธาตุ

มีอริยาบถที่ทำให้ตัวบิดเบี้ยว

3

รู้..แก้

แก้ที่ต้นเหตุ ..ด้วยการบริหารสติ

4

รู้..ทำ

ปรับสู่สมดุล...ด้วยมณีเวช





รู้..กาย

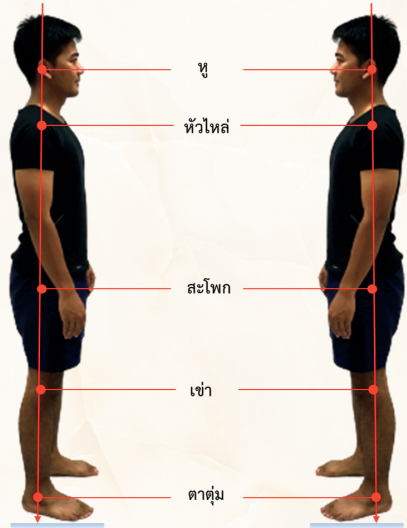
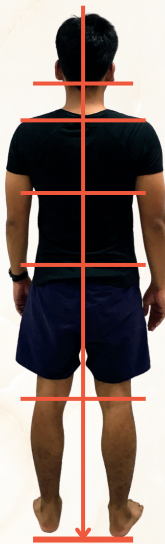
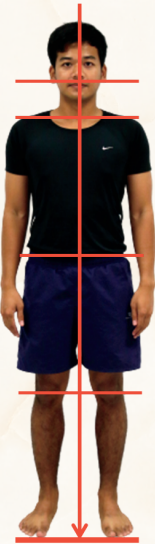




ความปกติของสมดุร่างกาย

วิธีตรวจสอบดุลโครงสร้างร่างกายตนเอง

ยืนเท้าขนานกันเป็นเลขสิบเอ็ด สองกระดูกหรือถ่ายรูป 4 ด้าน
(หน้า หลัง ข้างซ้าย ข้างขวา)



สมดุลหน้า-หลัง

- ข้างขวาสูงเท่ากัน
- ลำตัวไม่เอนซ้ายหรือขวา
- กระดูกสันหลังตรงและอยู่ตรงกลาง



สมดุลด้านข้าง

- 5 จุดตรงกัน (หู ไหล่ สะโพก เข่า ตาตุ่ม)
- ลำตัวซ้ายขวาเหมือนกัน
- หากไม่เหมือนกันแสดงว่าลำตัวบิด



ความปกติของการเคลื่อนไหวร่างกาย

วิธีตรวจสอบดูการเคลื่อนไหวร่างกายตนเอง

บริหารท่ามณิเวช 8 ท่า และสังเกตความปกติขณะร่างกายเคลื่อนไหว



- นิ้วมือทุกนิ้วเหยียดตึงได้
- ข้อมือกระดูกตั้งฉากกับแขนได้
- แขนเหยียดตึงได้ ข้อศอกไม่งอ
- กางแขนเหยียดตึงไปด้านหลังได้
- ชูแขนเหยียดตึงชิดหูได้
- หมุนหัวไหล่ได้ทุกมุม
- หลังแอ่น-เหยียด-โค้งได้



ข้อต่างๆที่ร่างกายเคลื่อนไหวได้สะดวกทุกมุม ไม่รู้สึกติดขัด



ไม่มีอาการที่ผิดปกติ เช่น ปวด ตึง เมื่อยล้า เสียเวลา

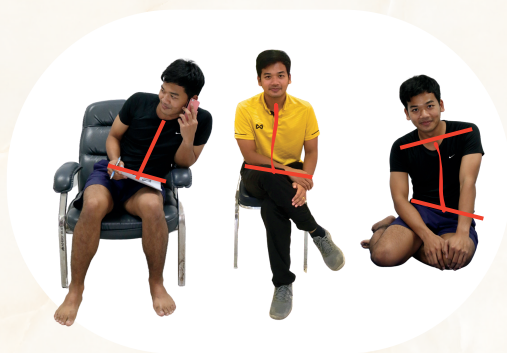


เคลื่อนไหวได้เหมือนกันทั้งสองข้าง...อย่างปกติ



ՏՆԻՔԴ







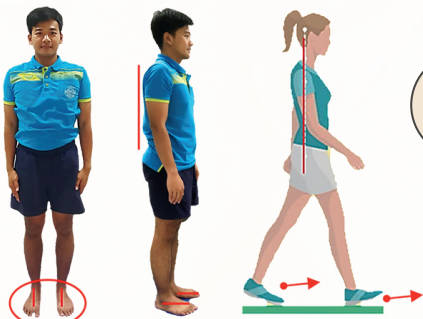
รู้..แก้





บริการสติ

อยู่กับท่าทางที่สมดุล



ทำยืน เดิน วิ่ง

เท้าขนานเลขสิบเอ็ด

เท้าขนานกันเลข 11 (ไม่แบะเท้า)
ลงน้ำหนักเท้าสองข้างเท่ากัน
ลงน้ำหนักเต็มฝ่าเท้า



ทำนั่ง

ลงนั่งเต็มแก้มก้น

หลังตรง
ลงน้ำหนักที่ก้นสองข้างเท่ากัน



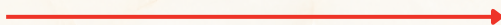
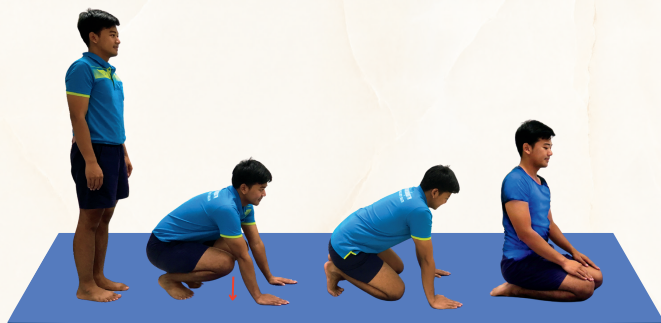
ทำนอน

ลงนอนเต็มแผ่นหลัง

หลังตรง
ลงน้ำหนักร่างกายที่หลังสองข้างเท่ากัน



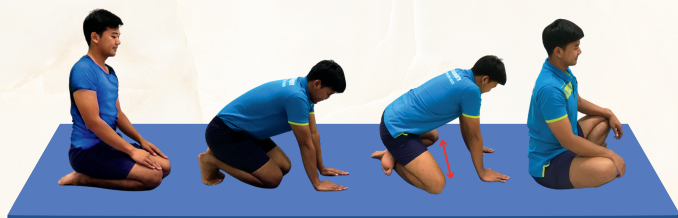
วิธีนั่งกับพื้น



ลงนั่งกับพื้น



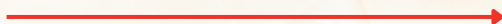
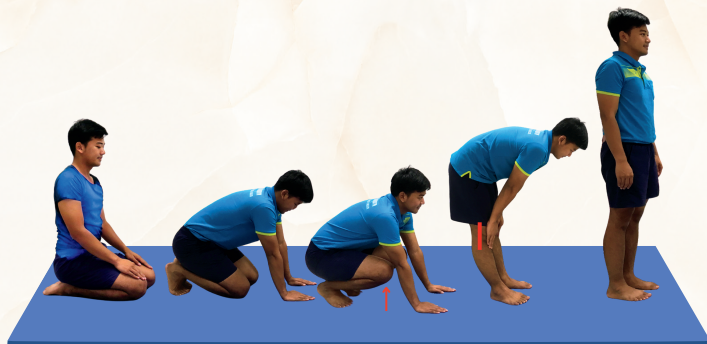
ใช้ฝ่ามือยันลงพื้นก่อน
แล้ววางเข่าตาม



เปลี่ยนท่านั่ง



ใช้ฝ่ามือยันพื้น
เวลาเปลี่ยนท่านั่ง



ลุกจากพื้น



ใช้ฝ่ามือยันพื้น ตั้งเท้า
ยันขึ้นพร้อมพลิกเข้า
ให้เหยียดตึงแล้วเงย



วิธีนั่งกับเก้าอี้



วางเท้าขนานราบพื้น



ถอยชิดเก้าอี้



ประตองเข้า



แล้วนั่งลงตรงๆ

ลงนั่งกับเก้าอี้



วางเท้าขนานราบพื้น



ประตองเข้า



พลิกเข้าเหยียดตึง



แล้วยืน

ลุกจากเก้าอี้



ลุกนั่งอย่างสมดุล...

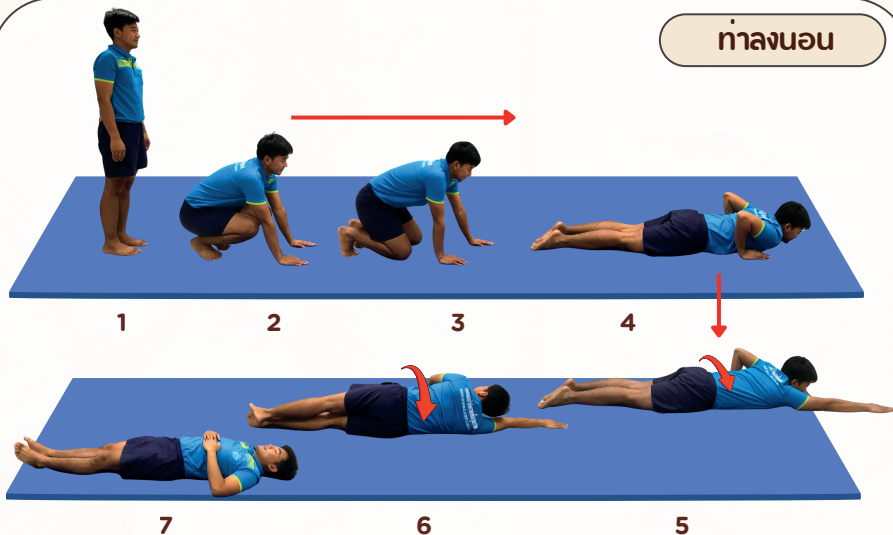
ป้องกันการเคลื่อนไหวของกระดูกสันหลังและข้อต่อร่างกายส่วนล่าง



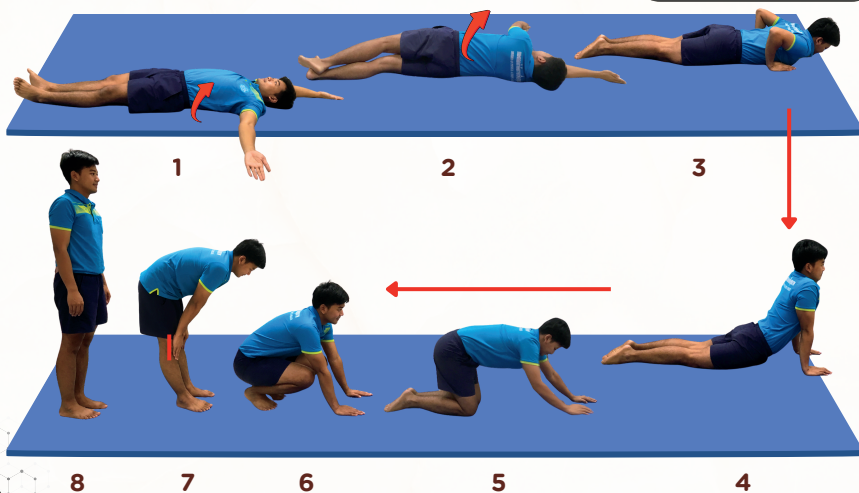
วิธีลงนอน-ลุกจากที่นอน



ทำลงนอน



ทำลุกจากที่นอน





ทำทางการใช้ชีวิตอื่นๆ



ทำงานสลับสองข้าง
อย่าบิดตัวข้างเดียวซ้ำๆ



ขึ้นลงรถขาดู



ระวังอย่าให้ข้อมือหักงอ



รับน้ำหนักสองข้าง



นั่งหลังและก้น
ชิดพนักเก้าอี้





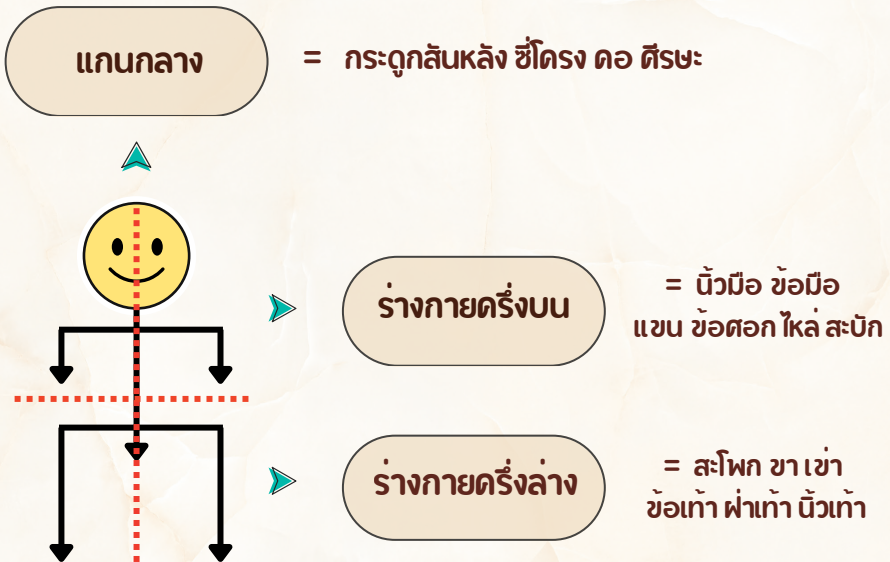
ຮູ້..ທຳ





ปรับสมดุล...ด้วยมณีเวช

สมดุลโครงสร้างร่างกาย แบ่งเป็น 3 ส่วน ได้แก่ โครงบน โครงล่าง แกนกลาง



การปรับสมดุลร่างกายด้วยมณีเวช จะทำการปรับทุกส่วนที่ไม่สมดุลให้เข้าสู่สมดุลไปพร้อมๆกัน เนื่องจากโครงสร้างส่วนต่างๆของร่างกายทำงานสัมพันธ์กัน



วิธีปรับสมดุลร่างกายด้วยตนเอง

1. ปรับสมดุลร่างกายประจำวัน

บริหารมณีเวช ทำพื้นฐาน 8 ท่า
วันละ 2 ครั้ง (เช้า-ก่อนนอน)
ทุกวัน



2. จัดมณีเวชรักษาตนเอง (เพิ่มเติม)

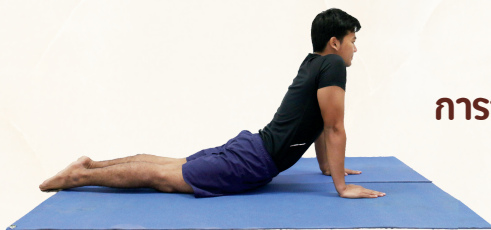
เลือกจัดสมดุล 3 ส่วน
(แกนกลาง - ศรีษะ - คอ)
เพื่อปรับส่วนที่ยังไม่สมดุล
หรือรักษาอาการผิดปกติ



** วิธีกำหนดท่ามณีเวช สามารถแลกเปลี่ยนตัวอาโรติดังกล่าวในส่วนท้ายของหนังสือ **



ท่าบริหารมณีเวช 8 ท่า



เป็นท่าบริหารร่างกายสำหรับ
การจัดกระดูกหรือจัดสมดุลทั้งร่างกาย



ทำยืน 5 ท่า : สำหรับจัดโครงสร้างร่างกายตั้งบน



ทำนอน 3 ท่า (งูแมวเต่า) : สำหรับจัดโครงสร้างร่างกาย
ตั้งล่างและแกนกลางลำตัว

วิธีการบริหารมณีเวช 8 ท่า

- ควรทำมณีเวชทุกวัน วันละ 2 ครั้ง เช้า-เย็นหรือก่อนนอน
- บริหารให้ครบ 8 ท่า ท่าละ 3-5 รอบ
- ขณะยืนบริหาร ให้รักษาเท้าขนานกันเป็นเลขสิบเอ็ด
- ควรดื่มน้ำก่อนและหลังการบริหารทุกครั้ง
- ท่ามณีเวช 5 ท่ายืน สามารถทำได้ทั้งในท่ายืน นั่ง หรือนอน

****หากขณะบริหารมณีเวช มีอาการเป็นเวียนศีรษะ ให้หยุดการบริหารและดื่มน้ำ**

ท่าที่ 1 ไหว้สวัสดี



1



2



3



4



5



6

พนมมือ-ประสานนิ้ว-เหยียดลงด้านล่าง-ชูขึ้นด้านบน-กางแขนออกด้านหลัง

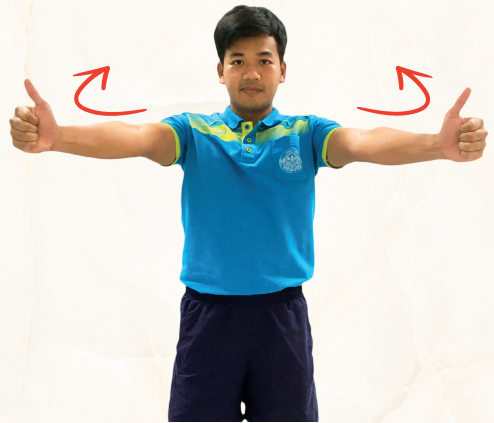
ท่าที่ 2 โหม่แป้ง



1



2



3



4



5

กำมือชูนิ้วโป้งข้างนอก-เหยียดแขนไปข้างหน้า-หมุนแขนไปด้านหลังเหมือนหมุนโม้

ท่าที่ 3 ถอดเสื้อ

แขนสองข้าง
ระดับเดียวกัน



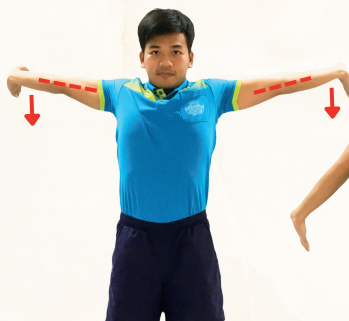
1



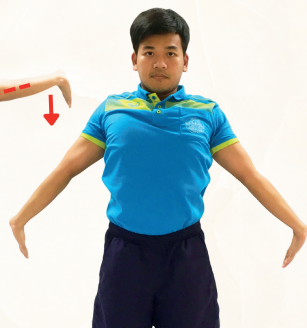
2



3



4



5

กำมือวางแขนไว้ระดับอกกระดูกข้อมือขึ้น - ยกแขนวางบนศีรษะ -
ชูแขนขึ้นหลังมือชนกัน - กางแขนออกด้านหลังปลายนิ้วชี้ลงพื้น (ทำซ้ำโดยสลับแขน)

สลับแขนอีกข้าง
ไว้ด้านนอก



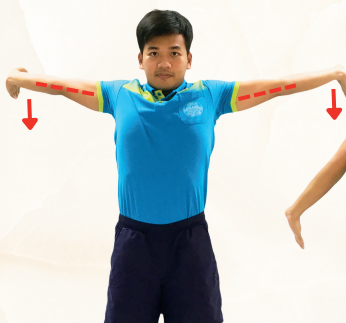
6



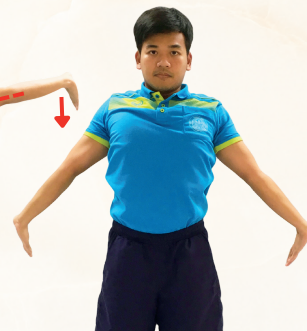
7



8



9



10

ท่าที่ 4 กรรเชียง



1



2



3



4

ชูแขนชิดหู - หมุนแขนตึงไปด้านหลังเป็นวงกลม (ทำซ้ำโดยสลับแขน)



5



6



7



8

ท่าที่ 5 ปลอยพลัง



1



2



3



4



ชูแขนสองข้างชิดหูหันฝ่ามือมาด้านหน้า -
ลากฝ่ามือมาไว้ข้างนอก พลิกข้อศอกไปด้านหลัง - ออกแรงผลักฝ่ามือไปด้านหน้า

ท่าที่ 6-8 จูแมวเต่า



1. ทำเตรียม

นอนคว่ำ หลังเท้าแนบพื้น ขาชิด
วางฝ่ามือสองข้างใต้หัวไหล่



2. ทำงู

ย่นตัวขึ้น แขนงตั้งฉากกับพื้น
ค้างไว้นับ 1-10



3. ทำแมว

ยกสะโพกขึ้นโดยไม่ขยับมือ
กดไหล่ลงต่ำสุด ค้างไว้ 1-10



4. ทำเต่า

เลื่อนมือขยับกันนั่งกับส้นเท้า
เหยียดแขนสุด กดไหล่ลง ค้างไว้ 1-10

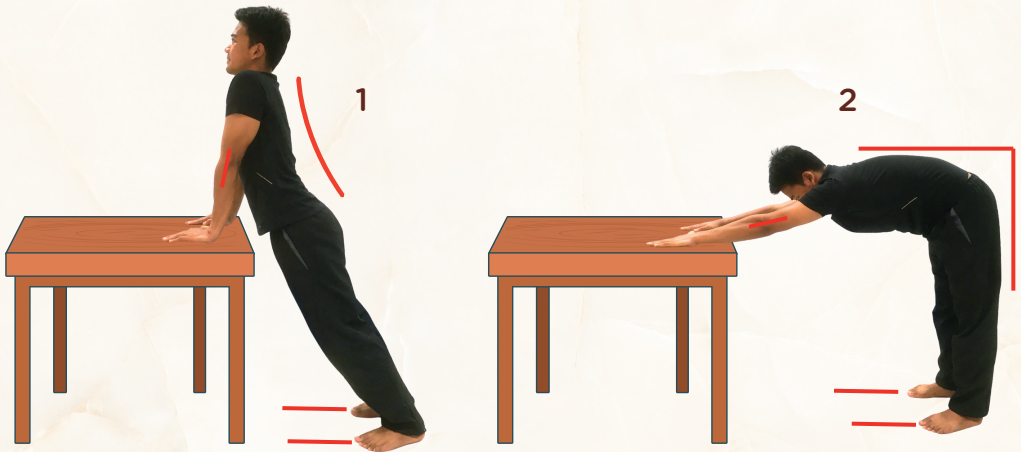


5. ทำพัก/ท่าจบ

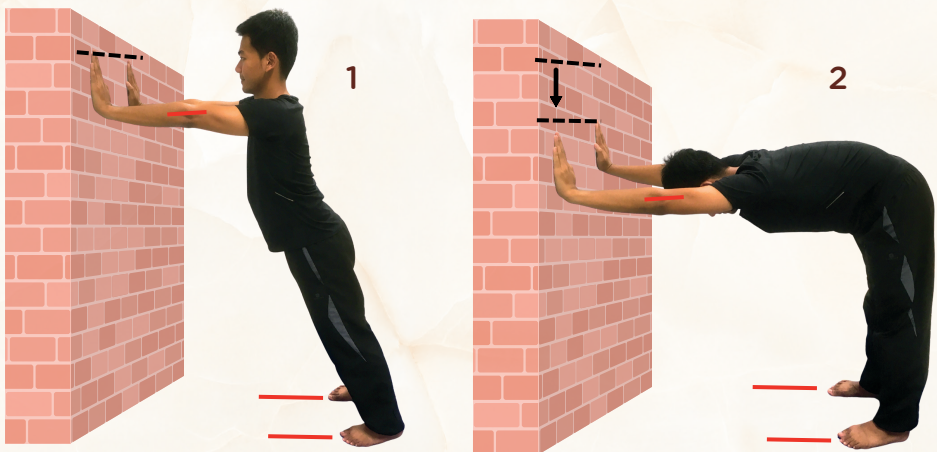
ลุกขึ้นนั่งท่าเทพริดา
นับเป็น จูแมวเต่า 1 รอบ

ท่างูแมว (ยืน)

****ใช้กรณีที่ไม่สามารถทำท่า...งูแมวแต่แบบนอนได้**



เท่าขนานกันเป็นเลขสิบเอ็ด ยืนโต๊ะหรือผนังหรือต้นไม้อีกได้ สันเท้าติดพื้น
ท่า 1 สลับกับท่า 2 นับเป็น 1 รอบ ทำครั้งละ 3-5 รอบ เช่นกัน





การจัดมณิเวชรักษาตนเอง

การจัดมณิเวชรักษาตนเอง จะใช้จัดเพิ่มเติมจากท่ามณิเวชพื้นฐาน 8 ท่า เพื่อปรับความไม่สมดุลที่ยังเหลือ บรรเทาอาการต่างๆในแต่ละส่วน หรือใช้รักษาตนเองในกรณีที่มีอาการเกิดขึ้นแบบฉับพลันก็ได้

บริเวณที่ไม่สมดุลหรือมีอาการ

ท่าที่ใช้จัดเพิ่มเติม

- | | | |
|--------------------------------|---|--------------------------------|
| • หลัง คอ ศีรษะ ใบหน้า | ➤ | จัดแกนกลางของร่างกาย |
| • มือ ข้อมือ ข้อศอก ไหล่ สะบัก | ➤ | จัดร่างกายครึ่งบนทั้งสองข้าง |
| • เท้า ข้อเท้า เข่า ขา สะโพก | ➤ | จัดร่างกายครึ่งล่างทั้งสองข้าง |

หากพบความไม่สมดุลหรือมีอาการบริเวณใดบริเวณหนึ่ง ให้จัดทั้งส่วนนั้นหรือถ้าจะจัดให้ครบทั้งตัวเลยก็ได้ เนื่องจากอาการผิดปกติหรือความไม่สมดุลนั้นอาจถึงรังมาจากส่วนอื่นๆ

ส่วนที่ 1 : การจัดแกนกลางของร่างกาย

1. จัดกระดูกสันหลัง : ทำงูแมวเต่า เป็นท่าหลักในการใช้จัดกระดูกสันหลังให้เข้าสู่สมดุล ส่วนท่าเพิ่มเติมอาจใช้ ทำงูแมวยืน หรือ ท่าก้ม-แอ่นหลัง



1



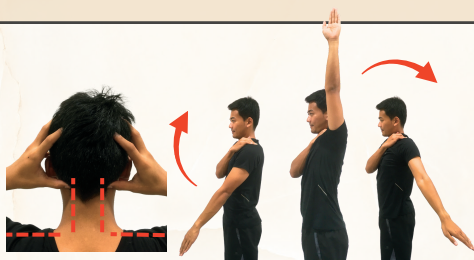
2

ท่าก้ม-แอ่นหลัง : ยืนเท้าขนานกันระยะห่างเท่ากับสะโพก ใช้ฝ่ามือวางไว้ที่ขอบสะโพกหรือบั้นเอว แอ่นหลังสลับกับการก้ม ทำซ้ำ 3-5 รอบต่อครั้ง

จุดข้างหัวตัว : กดเพิ่มเติมนอกเหนือจากการจัดหน้า หากมีอาการน้ำมูกคัดจมูก โพรงจมูกหรือไซนัสอักเสบ

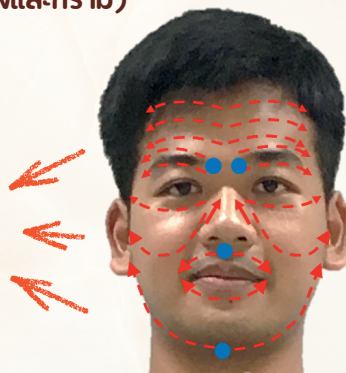
จุดใต้จมูก : กดเวลาเป็นลมหรือรู้สึกวิงเวียน ใช้ปลายนิ้วโป้งกดและคลึงลึกพักแล้วปิดออก 3-5 ครั้ง

จุดใต้ตา : นวดเพิ่มเติมในผู้ที่มีปัญหาเรื่องการดูดกลืนน้ำลายไหล

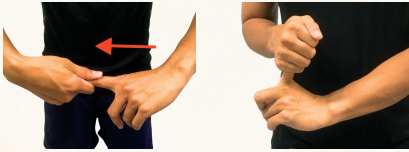


2. จัดคอ : ใช้นิ้วโป้งขนาดแนวเส้นข้างกระดูกคอขึ้นลง และคลำสำรวจว่าคอข้างใดข้างหนึ่งเกร็งกว่าอีกข้างหรือไม่ หรือมีจุดไหนกดแล้วเจ็บ นวดตามแนวเส้นข้างกระดูกคอพร้อมกับกรรเชียงแขนไปด้านหลัง สามารถทำซ้ำได้จนกว่าจะคลาย ดวรทำทั้งสองข้าง

3. จัดหน้า : ใช้ในกรณีรักษาอาการผิดปกติต่างๆที่เกิดขึ้นกับส่วนต่างๆบนใบหน้า โดยใช้นิ้วมือจัดหน้าตามลูกศรใช้น้ำหนักมือปรับส่วนที่เบี้ยวให้สมดุล แต่ละส่วนทำ 3-5 รอบ (หน้าผาก คิ้ว ขอบตา จมูก โหนกแก้ม รอบปาก ตาและกราม)



ส่วนที่ 2 : การจัดร่างกายรีบบน



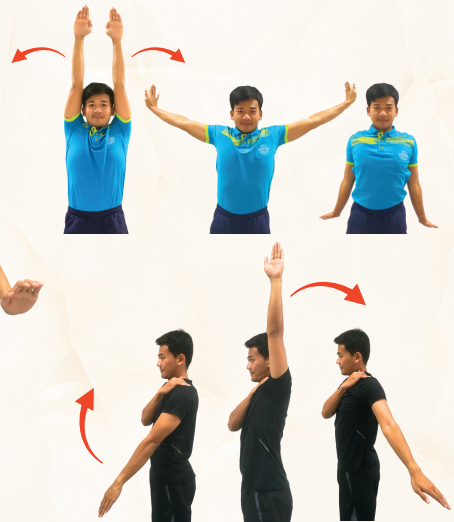
1. จัดนิ้วมือ : ขยับถึงยึดข้อนิ้วมือ
ทีละข้อตรงๆจนถึงโคนนิ้วแล้วยกแอ่น
นิ้วขึ้นตรงๆ



2. จัดข้อมือ : ปรับข้อมือด้วยมืออีก
ข้างโดยยึดข้อมือตรงๆด้วยท่าใดก็ได้และ
หักข้อมือขึ้นตั้งฉากกับแขน



3. จัดข้อศอก : ใช้มืออีกข้างประคอง
ข้อศอก กระดกข้อมือไว้ สะบัดเหยียดแขน
ออกตรงๆ โดยหันปลายนิ้วให้ตรงกับศีรษะ
สามารถทำซ้ำได้ 3-5 รอบ



4. จัดไหล่ สะบัก : หมุนแขน
กรรเชียงทั้งสองข้างพร้อมกันไป
ด้านหลัง 3-5 รอบ หากมีอาการ
ตึงคอ บ่า ไหล่ ให้วนดบริเวณที่ปวด
ตึงบริเวณคอหรือบ่าพร้อมกับ
กรรเชียงแขนไปด้านหลัง

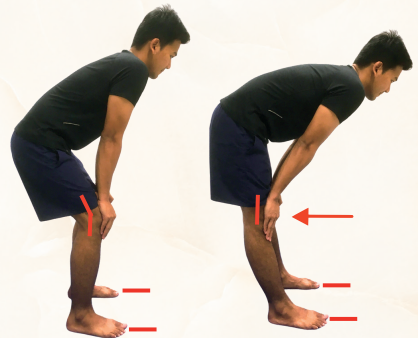
ส่วนที่ 3 : การจัดร่างกายครึ่งล่าง



1. จัดน่อง : ขยี้ดยัดข้อน่องเท้า
ทีละข้อตรงๆ จนถึงโคนน่อง
แล้วยกแอ่นน่องขึ้น

2. จัดข้อเท้า : จับหมอนข้อเท้า 3-5
รอบ หมอนด้านใดก็ได้ที่รู้สึกสบายขึ้นและ
ยัดข้อเท้าด้วยการจับกระดูกข้อเท้าให้
ตั้งฉากกับขาตอนล่าง

3. จัดสะโพก : ด้วยท่าอาเสี้ยหรือผีเสื้อ
- ท่าอาเสี้ย : นวดน่องและแนวข้างกระดูก
หน้าแข้ง แล้วใช้มือกดเข้าที่ละข้างลงให้
ได้มากที่สุดทำทั้ง2ข้าง

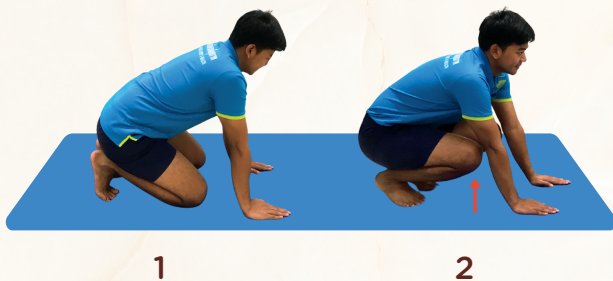


- ท่าผีเสื้อ : นั้งฝ่าเท้าประกบกัน หลังตรง
ดึงฝ่าเท้าเข้าหาลำตัวจัดฝ่าเท้าให้ปลาย
เท้าตรงกันและอยู่แนวกลางลำตัว
กดเข้าลงให้มากที่สุด
ค้างไว้ 1-10
ทำซ้ำ 3-5 รอบ



4. จัดเข้า : ยืนเท้าขนานกันเป็นเลข
สิบเอ็ด ระยะห่างของเท้าเท่ากับสะโพก
ก้มตัวลงจับเข้าทั้งสองข้าง แล้วงอเข้า
(โดยรักษาระยะห่างของเข้าให้เท่ากับ
ข้อเท้า อย่าให้เข้ากางออกหรือหนีบเข้า)
แล้วพลิกเข้ากลับใบฝ่าเข้าเหยียดตึงให้สุด
ทำซ้ำได้ 3-5 รอบ

การจัดร่างกายครึ่งล่าง (เพิ่มเติม)



ทำยืดเท้าและน่อง : ทำนี้ใช้รักษาอาการปวดตึง เท้า น่อง และขาท่อนล่าง รวมถึงกล้ามเนื้อสะโพกและกระดูกสันหลังส่วนล่าง ทำหลังจากบริหารท่าจุมแมแต่ 3-5 รอบเรียบร้อยแล้ว โดยนั่งคุกเข่าท่าเทพบุตร วางฝ่ามือกับพื้น แล้วค่อยๆยกเข้าขึ้นจากพื้นที่ละน้อยจนรู้สึกถึงจุดเจ็บหรือตึงบริเวณใดบริเวณหนึ่งของร่างกายส่วนล่าง เมื่อเจอจุดเจ็บให้ค้างไว้สักครู่แล้วกลับไปนั่งคุกเข่า จากนั้นค่อยๆยกเข้าขึ้นจากพื้นให้สูงขึ้นอีกหาจุดเจ็บถัดไปแล้วทำเช่นเดิมซ้ำได้หลายรอบจนกว่าจะสามารถเอาสันเท้าวางกับพื้นได้โดยไม่พบจุดเจ็บเหลืออีก



ท่าไซน : ทำนี้ใช้ปรับสมดุลระยะช่วงล่างทั้งหมด ตั้งแต่สะโพกถึงเท้า โดยยืนฉีกขาฝ่าเท้าสองข้างฉีกออกจากกันเป็นเส้นตรงเหมือนท่าไซน หลังตรง (หากกลัวล้มให้หาอะไรจับไว้) แล้วโยกตัวซ้ายสลับขวา ทำซ้ำ 3-5 รอบ ใช้รักษาอาการทางระบบสืบพันธุ์ ระบบปัสสาวะ เช่น รักษาขณะมีอาการปวดประจำเดือน



ตัวอย่างการใช้มณิเวชในการดูแลรักษาตนเอง

ชายไทย อายุ 79 ปี

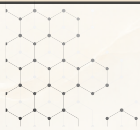
ก่อนใช้มณิเวช



หลังใช้มณิเวช 1 เดือน



ปัญหาก่อนใช้มณิเวช ➤ ปวดขา ปวดคอ ท้องผูก นอนไม่หลับ ไหล่ติด
หลังปรับสมดุลด้วยมณิเวช 1 เดือน ➤ อาการต่างๆดีขึ้น
ปฏิบัติต่อเนื่องเป็นเวลา 8 ปี (อายุ 87 ปี) ➤ สุขภาพแข็งแรงดี





วิถีทัศน์ท่ามณเฑษต่าง ๆ



ท่ามณเฑษ 8 ท่า พัณฐาณ
(รวมท่ามณเฑษแผนยัณ)



จัฒมณเฑษรัฏฐาตณเอง
(ท่าเพัฒเตัฒ)



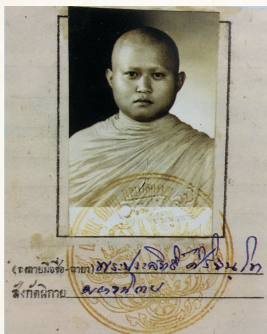
ท่ายัฒเต้าแล่น่ง
(ท่าเพัฒเตัฒ)



ท่าโชน
(ท่าเพัฒเตัฒ)



...กราบขอบพระคุณ...



อาจารย์ประสิทธิ์ มณีจิระปการ
ผู้ถ่ายทอดวิชามณีเวช
และคณาจารย์มณีเวชทุกท่าน

ที่ปรึกษา
นายแบบ

นางแบบ
ผู้ผลิตวัตถุดิบ

นพ.นภดล	นิงสานนท์
จิตรกร	สามัญทิพย์
ชนาธิป	อุดแก้ว
ณัฐสุดา	แก้วเงิน
ภาณุวิช	ขวัญยืน
ชนาธิป	อุดแก้ว

.. ขอน้อมกราบพระคุณครู
บุญกุศลใดๆที่ได้กระทำ
โดยชอบประกอบด้วยธรรม
ขอส่งบุญนี้ให้แด่ครู
ผู้ประสิทธิ์ประสาทวิชาธรรม
วิชาแพทย์ทุกแขนง และวิชามณีเวช
รวมถึงครูผู้ป่วยทุกๆท่าน...

“...ให้มันตีพิจารณา

โหนที่ทุกสถาน โหนกาทูกเพื่อ

ยี่ห เดิม หั่ง หอห
กิน ดั้ม ทวี หุด คัด

กให้มันตีอวมคอมโหนกาลอยู่เสมอ.

ภูไทก๊วก