

ชื่อหนังสือพิมพ์ ไทยนิวส์	วันที่ 3 S.A. 2552	ปีที่ 40	ฉบับที่ -	หน้า -
-------------------------------------	------------------------------	--------------------	---------------------	------------------

ข้าวเปลือก ชื่อข้าวคนล้านนา

พระยาการนำมาทำยาสมุนไพร

ในบรรดาสมุนไพรทั้งหลาย ได้มีพ่อหมอแม่หมอพื้นบ้าน ได้กำหนดให้มีตัวยาต่างๆ เข้ามามีส่วนผสมให้เกิดสรรพคุณรักษาโรคได้อย่างหลากหลาย ตัวยาสมุนไพรที่เริ่มหายาก หรือมักจะหาไม่ได้ในพื้นที่บ้านชนบทได้แก่ ข้าวเจ้าเปลือก

ในสมัยก่อน ผู้คนมีอาชีพทำนาจำนวนมาก โดยเฉพาะในถิ่นชนบท แม้ว่าในภาคเหนือ



ล้านนา ชาวนาส่วนมากนิยมปลูกข้าวเหนียวหรือข้าวหนึ่ง แต่ก็ยังมีชาวนาบางคนได้ปลูกข้าวเจ้าเอาไว้กินเอาไว้ขายหรือเก็บไว้กิน เอาไว้ขายหรือเก็บไว้ปรุงยาพื้นบ้าน เป็นสมุนไพรรักษาโรคต่างๆ

มาวันนี้ ข้าวเจ้าเปลือกค่อนข้างหายาก เพราะผืนนาต่างก็กลายเป็นบ้านจัดสรร แม้จะมีนาปลูกข้าวก็ไม่มีชาวนานิยมปลูกข้าวเจ้า ทำให้บรรดาพ่อหมอแม่หมอพื้นบ้านต้องหาซื้อเมล็ดข้าวเจ้าเปลือกมาตาก(ปรุง)ยากันค่อนข้างยาก บางครั้งต้องไปสั่งพ่อค้า แม่ค้าข้าวเอามาขายให้จึงจะได้ข้าวเจ้าเปลือกมาผสมตัวยาได้ครบถ้วนตามตำรากำหนด

การหาตัวอย่างเช่นข้าวเจ้าเปลือกที่เริ่มหายาก ทำให้เกิดข้อคิดแก่บรรดาพ่อหมอแม่หมอพื้นบ้านเราว่า บรรดาหมอพื้นบ้านทั้งหลายจำเป็นต้องมีสวนสมุนไพรเป็นของตนเอง หากว่าจะตาก(ปรุง) ยาด้วยตนเองก็จะทำให้สะดวกและมีตัวยาสำคัญที่ต้องการ

ข้าวเจ้าเปลือก มีตัวยาที่ช่วยให้เสริมตัวยา หรือเสริมสมุนไพรตัวอื่นๆ ให้เกิดความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น หากเราพิจารณาถึงตัวเมล็ดข้าวเปลือกเรา

จะเห็นว่ามีส่วนข้าวเปลือก หรือภาษาทั่วไปเรียกกันว่า "จมูกข้าว" ซึ่งเป็นส่วนที่มีคุณค่าทางโภชนาการ หรือแม้แต่เปลือกข้าว ก็มีสารอาหารที่มีประโยชน์ เสริมสรรพคุณตัวยาให้เกิดความสมบูรณ์ ตามตำรา และป้องกันโรคได้ตามต้องการ

ที่สำคัญเมื่อได้ข้าวเปลือกเจ้ามาแล้ว ต้องหาภาชนะใส่เก็บได้อย่างปลอดภัย หาไม้แล้ว บรรดาหมอปลวก มดแมลงต่างๆก็จะมากินเมล็ดข้าว ให้เหลือแต่เปลือก ไม่มีข้าวเมล็ดสมบูรณ์ให้เราเอามาทำยาได้นอเหนือเขา...

ข้อมูลภาพ ข้าวเจ้าเปลือก ในแหล่งเรียนรู้พระยาล้านนา สวนชาปังหินไฟ บ้านป่ารวก ม.6 ต.ดอนแก้ว อ.แมริม จ.เชียงใหม่ โทร. 053-122636.