



ชื่อหนังสือพิมพ์	วันที่	ปีที่	ฉบับที่	หน้า
ไทยนิวส์	25 ธ.ค. 2558	45	16336	5



“อาว” ชื่อดอกไม้ป่าคนล้านนาผญาการนำพืชมาทำอาหาร

ยามหน้าแล้งเราไปเที่ยวป่าดูเหมือน
จะแสงแดดแผดเผาต้นไม้เกรียมแห้ง หล่น
ลงผุอยู่ตามแรงลมดูไปทางไหนในป่าแม้มองที่ก้อน
หินหน้าผาแสงแดดเป็นเปลวระยิบๆ ดังเหมือนว่า
โลกนี้ไม่มีน้ำอยู่เลยแต่พอสายฝนโปรยเม็ดถึงสาย
ลงมาพรมดิน มวลพืชที่ฟักตัวบ่มหัวอยู่ในดินพากัน
แตกผลิดอกออกช่อสวยงามประดับป่า หลากหลาย
สีพริ้งพรุ้งกันออกมารวมทั้งดอกอาวป่าด้วย
หลังจากฝนซาเม็ดก็พากันไปแอ้วปายาม
แสงแดดอ่อนแสง ขณะบรรยากาศในป่าไม้ต่างผลิใบ
เขียวระบัดใบอ่อนชอนยอดกันอย่างงดงาม บนพื้น
ดินบรรดาหญ้าทั้งหลายแหล่แทงยอดใบตั้งเส้นพรม



ผืนใหญ่ปกคลุมป่า ขยอแซมด้วยสีแดงของดอกอาว หรือ
ดอกกระเจียว

ดอกอาวหรือดอกกระเจียวมีหลายหลากสี
ทั้งสีอ่อนหรือชมพู สีแดงอ่อน สีส้มสด หรือสีขาว
บรรดาพืชมอแม่หมอบ้านมักจะไป

ดูดอกอาวกันตอนนี้แหละ หากต้องการห้วมทำยา
ก็ต้องเอาตอนที่ดอกพวกมันออกมาให้เห็นๆนี่เอง
เพราะดอกอาวบางชนิดกินได้แต่เพียงดอกเอามา
ลวกจิ้มน้ำพริก เป็นทั้งอาหารและยารักษาท้องร่วง
หากเป็นดอกอาวสีสดหรือสีส้ม บางท้องถิ่นเรียกกัน
ว่า “ว่านม้า” ตัวนี้แหละพืชมอแม่หมอบริษฐาน
ชูดเอาหัวมาล้างให้สะอาด ซอยหรือหั่นเป็นแว่นตาก
ไว้ให้แห้ง เก็บเอาไว้ต้มดื่มกินน้ำเพิ่มกำลังวังชาดูจ้ะ
พยศ

การเก็บสมุนไพรบางครั้งต้องรอเวลา
อย่างทีกล่ามาแล้ว เพราะสมุนไพรหลายๆอย่างมัก
มีใบคล้ายกันจึงดูไม่ออกว่าเป็นสมุนไพรคุณ
อย่างไร? เมื่อดอกมันออกเท่านี้จึงเป็นอันว่าแน่ใจไม่
ผิดเพี้ยน ดังการเก็บดอกอาวนี้แลเจ้า....

ภาพ ดอกอาวหรือดอกกระเจียว ในแหล่ง
เรียนรู้ผญาล้านนา ต.ดอนแก้ว อ.แม่ริม
จ.เชียงใหม่.

...นิคม พรหมมาเทพย์...