

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาค้นหาความเป็นมาและเหตุผลของการนำสมุนไพรมาใช้ตามวิถีชีวิตแบบไทยด้านวัฒนธรรม ประเพณีและพิธีกรรม และเพื่อรวบรวมภูมิปัญญาไทยในเรื่องการนำสมุนไพรมาใช้ตามวิถีชีวิตแบบไทยด้านวัฒนธรรม ประเพณีและพิธีกรรม นำมาจัดทำให้เป็นลายลักษณ์อักษรไว้ใช้ในการสืบค้นอ้างอิงต่อไป และจัดทำฐานข้อมูลภูมิปัญญาไทยในเรื่องการนำสมุนไพรมาใช้ตามวิถีชีวิตแบบไทยด้านวัฒนธรรม ประเพณีและพิธีกรรม ตลอดจนเพื่อคืนข้อมูลสู่ชุมชนด้วยการแนะนำให้ชมรมแพทย์แผนไทย/หมอสมุนไพรและผู้สนใจได้ใช้ประโยชน์จากฐานข้อมูล โดยใช้วิธีการวิจัยเชิงประยุกต์ด้วยการเก็บรวบรวมข้อมูลจากเอกสาร บทความทางวิชาการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และดำเนินการสนทนากลุ่มแบบเจาะลึกกับกลุ่มบุคคล 2 กลุ่มคือ 1) ผู้มีความรู้ด้านสมุนไพรในท้องถิ่น 2) ประชาชนทั่วไปสามช่วงวัย คือวัยรุ่น วัยทำงาน และผู้สูงอายุ ใน 5 จังหวัดซึ่งเป็นตัวแทนจากภาคเหนือ ภาคกลาง ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคตะวันออก และภาคใต้ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครอบคลุมวัตถุประสงค์ เมื่อรวบรวมข้อมูลได้ครบถ้วนแล้วนำมาวิเคราะห์แยกหมวดหมู่ และจะนำมาจัดทำฐานข้อมูลเพื่อให้ผู้สนใจได้ศึกษา ผู้วิจัยขอเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

ตอนที่ 4.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่ม

ตอนที่ 4.2 ปัญหาอุปสรรค และข้อเสนอแนะ

4.2.1 ปัญหาอุปสรรค

4.2.2 ข้อเสนอแนะจากกลุ่มผู้มีภูมิรู้ทางสมุนไพรและกลุ่มประชาชนทั่วไป

ตอนที่ 4.3 ภูมิปัญญาไทยในการนำพืชสมุนไพรมาใช้

4.3.1 ภูมิปัญญาไทยกับการนำพืชสมุนไพรมาใช้ตามวิถีไทย

4.3.2 ภูมิปัญญาไทยในการบริโภคพืชผักสมุนไพร

4.3.3 ภูมิปัญญาไทยในการนำสมุนไพรมาใช้ตามวิถีไทยในด้านความเชื่อ ประเพณี พิธีกรรม

4.3.4 ภูมิปัญญาไทยในการนำพืชสมุนไพรมาใช้ด้านการส่งเสริมสุขภาพ และการรักษาโรค

4.3.5 ภูมิปัญญาไทยในการนำสมุนไพรมาใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน

ตอนที่ 4.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่ม

การศึกษาภูมิปัญญาไทย ค้นหาความเป็นมาและเหตุผลในการนำสมุนไพรมาใช้ตามวิถีชีวิตแบบไทยด้านวัฒนธรรม ประเพณีและพิธีกรรม ผู้วิจัยดำเนินการ โดยใช้วิธีการสนทนากลุ่มแบบเจาะลึก โดยดำเนินการกับกลุ่มบุคคล 2 กลุ่มคือ 1) ผู้มีความรู้ด้านสมุนไพรในท้องถิ่น 2) ประชาชนทั่วไปสามช่วงวัย คือวัยรุ่น วัยทำงาน และผู้สูงอายุ ใน 5 จังหวัดซึ่งเป็นตัวแทนจากภาคเหนือ ภาคกลาง ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคตะวันออก และภาคใต้ ผู้วิจัยขอสรุปเป็นตาราง ตามตารางที่ 1-5

ตารางที่ 1 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคกลางจังหวัดนครปฐม

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
ภาคกลาง จังหวัดนครปฐม กลุ่มที่ 1 ผู้มีภูมิความรู้ด้านสมุนไพร 1. นายสุคนธ์รัตน์ ตระกูลโอสถ 2. นายสุพิน หนูน้ำชา 3. นายอรุณ พรหมแสง 4. นายสมชาย ลาวัณบริสุทธิ์ 5. นายล้วน หนูดี 6. นายอภิชาติ อัมพันธ์ กลุ่มที่ 2 ประชาชนทั่วไป 1. สุคนธ์รัตน์ ตระกูลโอสถ	1. การบริโภคพืชผักสมุนไพร ประเภทบัวหลวง เช่น บัวหลวงแดง บัวหลวงขาว ใช้ต้มน้ำดื่ม บำรุงกำลัง บำรุงหัวใจ บำรุงครรภ์ เชื่อว่าถ้านำ ดอกบัวที่ไหว้พระในงานบวช มา ต้มน้ำดื่ม จะทำให้คลอดบุตรง่าย พืชผักสมุนไพรสวนครัว เช่น กระ เพรา พริก มะนาว กระเทียม ใ้ ป้องกันหวัดในหน้าฝน และหน้า หนาว กินดอกแคแก้ไข้หัวลม ข้อห้ามและข้อแนะนำในการบริโภค ควรบริโภคผักตามฤดูกาล ห้ามกิน	1. การบริโภคพืชผักสมุนไพร ได้แก่ ยอดตำลึง มะรุม ผักปลัง บัวบก ขี้เหล็ก ข้อห้ามและข้อแนะนำในการ บริโภคสมุนไพรบางชนิดต้อง ทำให้สุกก่อนจึงจะรับประทาน ได้ เช่น ดอกขี้เหล็ก มัน สำปะหลัง สมุนไพรพื้นบ้าน บางชนิดต้องรับประทานให้ ถูกชนิด ถูกส่วน ถูกขนาด และ ทำความสะอาด ให้ ปลอดสารพิษก่อนบริโภค

ตารางที่ 1 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคกลางจังหวัดนครปฐม (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
<p>2. นายสุพิน หนูน้ำชา 3. นายอรุณ พรหมแสง 4. นายสมชาย ลาวัณบริสุทธิ์ 5. นายล้วน หนูดี 6. นายอภิชาติ อัมพันธ์</p> <p>ประเด็นหลักในการสนทนา ได้กำหนดหัวข้อการสนทนาของทั้ง 2 กลุ่ม ให้เชื่อมโยงกับวัตถุประสงค์การวิจัยใน 6 ประเด็น ดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. การบริโภคพืชผักสมุนไพร 2. การนำสมุนไพรมาใช้ในด้านความเชื่อ ประเพณี พิธีกรรม 3. การนำพืชผักสมุนไพรมาใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน 4. ความภาคภูมิใจในการนำสมุนไพรมาใช้ 5. การสืบทอด/เผยแพร่การใช้สมุนไพร 6. การใช้สมุนไพรในปัจจุบัน 	<p>ของแสดงเพราะพืชสมุนไพรบางชนิดกินเข้าไปแล้วทำให้ยาหรืออาการของโรคที่เป็นอยู่อาจถึงตายได้ สมุนไพรที่ห้ามรับประทานติดต่อกันนานเกิน 7 วัน ได้แก่ กระเทียม ใบรางจืด มะเขือพวง ใบย่านาง ใบโหระพา ใบมะขาม กระเพราทั้ง 5 กระเจี๊ยบแดง กระถิน การบูรขาว-ดำ</p> <p>2. การนำสมุนไพรมาใช้ในด้านความเชื่อ ประเพณี พิธีกรรม พืชสมุนไพรที่ใช้ มีดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) ประเพณีเกี่ยวกับชีวิต ได้แก่ การเกิด ใช้สมุนไพรทำยาให้มารดาหลังคลอดบุตร เช่น โพล ขมิ้น ใบนาค มะขาม ใบส้มป่อย ใบเขลา ใบหนาด ใช้หว่าปติ จิง เพิ่มน้ำนมมารดา ใช้ขมิ้นใบกระเพรา ผสมปูน น้ำมะกรูดทาท้อง แก้อืดท้อง ท้องเฟ้อ ในเด็กแรกเกิด การบวช ใช้ดอกบัวหลวง ประกอบพิธีแต่งงาน ใช้ขมิ้นและมะขามเปียกขัดตัวเจ้าสาวให้สะอาด ผุดผ่อง ใช้หมากพลู ถั่ว งา ใบเงิน ใบทอง ใส่ขันหมาก ต้นกล้วย ต้นอ้อย ให้ครอบครัวสมบูรณ์มีลูกหลาน สืบสกุลดี งานศพ ใช้ดอกไม้ใส่มีดศพ มัดตราสัง หมายถึง สัญญาสงบสุข การสืบทอด ใช้ต้นทองพันชั่งประกอบพิธี การสะเดาะเคราะห์/ 	<p>2. การนำสมุนไพรมาใช้ในด้านความเชื่อ ประเพณี พิธีกรรม พืชสมุนไพรที่ใช้ มีดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) ประเพณีเกี่ยวกับชีวิต ได้แก่ การเกิด มหาหิงคุ์ ใบนาค หนามพุทรา การบวช ดอกบัว ใบบัว ขมิ้น แต่งงาน มะพร้าวอ่อน ต้นกล้วย ต้นอ้อย ส้มโอ ถั่ว งา ใบเงิน ใบทอง ใบนาค ข้าวเหนียวแดง กะละแม ขนมะเขือ ขนมะขามอบ งานศพ ใช้ น้ำมะพร้าวล้างล้างหน้าศพ การสืบทอด ใช้ดอกไม้ตามภูมิลำเนา การสะเดาะเคราะห์ ป่า เทศน์มหาชาติ ดอกไม้ที่มีอยู่ในพื้นที่รวมทั้ง กล้วย อ้อย มะพร้าว ลอยกระทง ใช้วัสดุจากต้นกล้วยและดอกไม้ วันตรุษจีน ใช้กล้วย ส้ม สำหรับไหว้เจ้า วันสารทไทย ใช้กล้วยไข่ การทำน้ำมนต์ในพิธีกรรมมงคล ใช้หญ้าคา การทำน้ำมนต์ในพิธีกรรมอวมงคล ใช้ใบมะยม ขึ้นบ้านใหม่ ใช้กล้วย อ้อย มะพร้าว การขอฝน (แห่ นางแมว) ใช้ดอกไม้ตามท้องถิ่น

ตารางที่ 1 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคกลางจังหวัดนครปฐม (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
	<p>ต่ออายุ ใช้ดอกบัวหลวงในการทำพิธี</p> <p>2) ประเพณีพิธีกรรมส่วนรวม ได้แก่ วันขึ้นปีใหม่ ใช้ดอกไม้ทั่วไปที่มีกลิ่นหอม วันสงกรานต์ ใช้ กล้วย อ้อย มะพร้าว วันมาฆบูชา ใช้ดอกบัว วันวิสาขบูชา ใช้ดอกบัว วันอาสาฬหบูชา ใช้ดอกบัว วันเข้าพรรษา ใช้ กล้วย อ้อย มะพร้าว วันออกพรรษา ใช้ อ้อย กล้วย มะพร้าว ทอดกฐิน ใช้ กล้วย อ้อย มะพร้าว ดอกบัว ทอดผ้าป่า ใช้ กล้วย อ้อย กิ่งมะขาม เทศน์มหาชาติ ใช้ กล้วย อ้อย มะพร้าว ลอยกระทง ใช้ต้นกล้วยประดิษฐ์กระทง โดยใช้ ลำต้น ใบ และดอกไม้ วันตรุษจีน ใช้ ส้มกล้วย มะพร้าว วันสารทไทย ใช้ กล้วยไข่ มะพร้าว การทำน้มนต์ในพิธีกรรมมงคล ใช้ดอกมะลิ ส้มป่อย มะกรูด ใบมะยม หญ้าคา การทำน้มนต์ในพิธีกรรมอวมงคล ใช้ใบหนาด ต้นข่า กระเทียมข้าวสารเสก ขึ้นบ้านใหม่ ใช้ข้าว สารประกอบกับ ถ่าน เกลือ ดอก ไม้รูปเทียน การขอฝน (ขอ ให้ฝนตก) ผู้เข้าร่วมสนทนา ไม่ทราบข้อมูล การขอไม่ให้ฝนตก บนบาน โดยใช้ดอกไม้ประกอบกับรูปเทียน</p> <p>3) ประเพณีพิธีกรรมในท้องถิ่น ผู้ร่วมสนทนากลุ่มไม่ทราบข้อมูล แต่แสดง</p>	<p>3. การนำพืชสมุนไพรมาใช้ในชีวิตประจำวัน การนำสมุนไพรมาใช้ด้านสุขภาพ</p> <p>การส่งเสริมสุขภาพ - โสม กระชายดำ กวาวเครือ มะระ มะแว้ง มะขาม</p> <p>การป้องกันโรค - ขมิ้น มะนาว มะกรูด มะขาม ดอกแค</p> <p>การรักษาโรคพื้นฐาน - ชุมเห็ดเทศ หอมแดง กระเทียม ขมิ้น ใบบะจูด กระชาย โหระพา สารระเหย พริกไทยอ่อน</p> <p>การฟื้นฟูสุขภาพ - ใบบัวบก ตะไคร้ ดอกอัญชัน</p> <p>การใช้ประโยชน์ทั่วไป</p> <p>ใช้ห่อ ริด มัด ร้อย เครื่องจักสาน และมุงหลังคา - หญ้าคา หญ้าแฝก ใบลาน ใบจาก ใบตอง หวาย ไม้ไผ่ ใบมะพร้าว</p> <p>ยาสมุนไพรเส้นผม - มะกรูด อัญชัน มะคำดีควาย</p> <p>ยามาแมลง/ยาปราบศัตรูพืช - พริกขี้หนู จำ สะเดา เสือหมอบ เครื่องสำอาง - สะเดา โลชั่น หนอนตายยาก สาบเสือ เสือหมอบ</p> <p>ผลิตภัณฑ์และย้อมผ้า - ขมิ้น ว่านหางจระเข้</p>

ตารางที่ 1 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคกลางจังหวัดนครปฐม (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
	<p>ความคิดเห็นว่าน่าจะใช้พืชสมุนไพรที่มีอยู่ประจำท้องถิ่น</p> <p>3. การนำพืชสมุนไพรมาใช้ในชีวิตประจำวัน</p> <p>การนำสมุนไพรมาใช้ด้านสุขภาพ</p> <p>การป้องกันโรค - กระเจี๊ยบ หัวหอม</p> <p>การรักษาโรคพื้นฐาน - ขมิ้น ไพล</p> <p>กระเทียม หอมแดง น้ำมันาว ตะไคร้</p> <p>พริกขี้หนู</p> <p>การฟื้นฟูสุขภาพ - กระเทียม ไพลสด</p> <p>ว่านนางคำ ว่านชักมดลูก ใบพลับพลึง</p> <p>เป็นประกอบการทำหม้อเกลือหลัง</p> <p>คลอดบุตร</p> <p>การใช้ประโยชน์ทั่วไป</p> <p>ใช้ห่อ ริด มัด ร้อย เครื่องจักสาน และ</p> <p>มุงหลังคา - ไม้ไผ่ ทำคอก ใบจาก</p> <p>หญ้าคา เชือกจากหยวกกล้วย ต้นกก</p> <p>เถาหญ้านาง ปอ</p> <p>ยาสระบำรุงเส้นผม - มะกรูด ว่านหาง</p> <p>จรเข้ ประคำดีควาย อัญชัน ทองพัน</p> <p>ช่าง ดอกชบา มะขามเปียก</p> <p>ยาฆ่าแมลง/ยาปราบศัตรูพืช - พริก</p> <p>ขี้หนู ข่า สะเดา เลือหมอบ</p> <p>เครื่องสำอาง - แดงกวา ขมิ้น มังคุด</p> <p>ว่านหางจรเข้ มะขาม ประคำดีควาย</p> <p>สีผสมอาหารและย้อมผ้า - ขมิ้น แก่น</p> <p>ขนุน อัญชัน มะพลับ มะเกลือ</p>	<p>4. ความภาคภูมิใจในการนำสมุนไพรมาใช้</p> <p>ผู้เข้าร่วมสนทนา ตอบ</p> <p>ตรงกันว่า รู้สึกภูมิใจมาก ใน</p> <p>การนำพืชสมุนไพรมาใช้</p> <p>ประโยชน์ในประเพณี และ</p> <p>พิธีกรรมต่าง ๆ เพราะเป็นการ</p> <p>ฟื้นฟูสมุนไพรกลับมาใช้ใน</p> <p>ชีวิตประจำวัน จากการ</p> <p>ถ่ายทอดของ ปู่ ย่า ตา ยาย ให้</p> <p>สืบต่อมาจนถึงคนรุ่นหลัง</p> <p>5. การสืบทอด/เผยแพร่การใช้สมุนไพร</p> <p>ผู้เข้าร่วมสนทนาส่วนใหญ่</p> <p>กล่าวว่า ได้สืบทอดการใช้สมุนไพร</p> <p>มาจากบรรพบุรุษ ปู่ ย่า ตา</p> <p>ยาย สืบทอด ถ่ายทอดกันต่อ ๆ</p> <p>มาเป็นขนบธรรมเนียมความ</p> <p>เชื่อ และได้ความรู้มาจากคู่มือ</p> <p>ประชาชนในการดูแลสุขภาพ</p> <p>การแพทย์แผนไทยด้วยส่วน</p> <p>หนึ่ง และจากการค้นคว้าจาก</p> <p>หนังสือความรู้ทั่วไป และ</p> <p>จากการสอบถามผู้อื่น และได้</p> <p>ถ่ายทอดความรู้ให้แก่เพื่อนร่วม</p> <p>สมาชิกในครอบครัว และยังได้</p> <p>เคยนำพืชสมุนไพร มาทำเป็น</p> <p>ผลิตภัณฑ์ยาหม่อง ไพลแจกจ่าย</p>

ตารางที่ 1 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคกลางจังหวัดนครปฐม (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
	<p>4. ความภาคภูมิใจในการนำสมุนไพรมาใช้</p> <p>ผู้เข้าร่วมสนทนาส่วนใหญ่มีความเห็นตรงกันว่า การใช้ประโยชน์จากสมุนไพรเป็นสิ่งที่ดี เพราะสามารถหาได้ง่าย ใกล้เคียงและยังไม่สิ้นเปลืองเงินซื้อยาฝรั่ง รู้สึกภูมิใจมากในการนำสมุนไพรมาใช้ในชีวิตประจำวัน เพราะเป็น เป็นภูมิปัญญาไทยที่สืบทอดกันมาและต้องการให้หน่วยงานของรัฐ ที่เกี่ยวข้องกับสมุนไพรไทย และการแพทย์แผนไทย ควบคุมดูแลไม่ให้ภูมิปัญญาของไทยรั่วไหลไปต่างประเทศรวมทั้งส่งเสริมการสืบทอด และพัฒนาองค์ความรู้เกี่ยวกับภูมิปัญญาไทย</p> <p>5. การสืบทอด/เผยแพร่การใช้สมุนไพร</p> <p>ผู้สนทนาส่วนใหญ่ให้ความเห็นว่าสืบทอดการใช้พืชสมุนไพรมาจากบรรพบุรุษ ปู่ย่า ตายาย บิดามารดา บางอย่างก็เป็นไปตามความเชื่อ เช่น ใช้หญ้าคามัดเป็นเถาแล้วนำไปติดไว้เหนือประตูบ้านตอนทำบุญบ้านหรือเป็นตามหลักวิทยาศาสตร์ เช่น เด็กทารกเป็นหวัดคัดจมูกจะใช้หอมแดง ทูบใส่ น้ำอุ่น ๆ กลิ่นหอมแดง จะระเหยปนในน้ำเป็นไอทางการสูดดมทำให้หายใจได้สะดวก และยังได้ความรู้จากภูมิปัญญาประชาชน</p>	<p>ให้ใช้เป็นยาสามัญประจำบ้าน การสืบทอดหรือเผยแพร่การใช้สมุนไพรทำได้โดยการอ่านหนังสือ เรียนรู้จากผู้ให้ความรู้บอกเล่าและนำมาใช้ได้ผล วิธีบอกต่อเพื่อดูแลสุขภาพเบื้องต้นก่อนที่จะใช้ยาแผนปัจจุบัน สืบสานต่อ ๆ ไปยังคนรุ่นหลัง</p> <p>6. การใช้สมุนไพรในปัจจุบัน</p> <p>การใช้สมุนไพรในปัจจุบันกับในอดีตไม่มีความแตกต่างกันในแง่ชนิดของสมุนไพร แต่ในปัจจุบันให้ความสำคัญลดลงในด้านพิธีกรรม</p> <p>ข้อคิดเห็นของกลุ่ม คนรุ่นหลังจะไม่ค่อยรู้จักพืชสมุนไพร ต้องรื้อฟื้นกันใหม่และควรนำมาเผยแพร่ และให้ข้อมูลความรู้อย่างเป็นทางการแก่คนรุ่นใหม่ รวมถึงการให้ความรู้ด้านสรรพคุณของสมุนไพรที่ใช้มาแต่โบราณให้คงอยู่ต่อไป แม้จะได้ไม่เต็มที่เพราะมีการนำเทคโนโลยีสมัยใหม่เข้ามาใช้กันเป็นมาก ปัจจุบัน ชาวต่างชาติเห็นความสำคัญของสมุนไพรไทยหลายชนิด ประเทศไทยควรเร่งขึ้นทะเบียนอนุรักษ์ไว้ ไม่เช่นนั้น</p>

ตารางที่ 1 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคกลางจังหวัดนครปฐม (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
	<p>ในการดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทย และจากหนังสือความรู้ทั่วไป สอบถามจากผู้อื่นและถ่ายทอดความรู้ระหว่างเพื่อนร่วมงาน และสมาชิกในครอบครัว ผู้ร่วมสนทนาเคยนำความรู้ด้านภูมิปัญญาไปทำผลิตภัณฑ์แชมพู แต่ไม่เคยทำเป็นการค้าวิธีการสืบทอดหรือเผยแพร่สมุนไพรทำโดยการจัดตั้งชมรมเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้านสมุนไพร</p> <p>6. การใช้สมุนไพรในปัจจุบัน</p> <p>การใช้สมุนไพรในปัจจุบันแตกต่างจากอดีตหรือไม่ขึ้นอยู่กับว่าได้รับการถ่ายทอดมาอย่างไร เพราะปัจจุบันวิถีชีวิตคนไทยเปลี่ยนไปมาก ส่งผลให้ค่านิยมเปลี่ยนไปด้วย สมุนไพรที่นำมาใช้ก็ถูกแปรรูป และมีราคาแพง ประเพณีและพิธีกรรมต่าง ๆ ก็ถูกกลืนไปกับค่านิยมสมัยใหม่ ทำให้การใช้สมุนไพรในสังคมเมืองเปลี่ยนแปลงไปจากอดีตเป็นอย่างมาก แต่สำหรับคนชนบทที่อยู่ห่างไกล ความเจริญยัง คงใช้สมุนไพรเช่นเดียวกันกับในอดีต</p> <p>ข้อคิดเห็นของกลุ่ม คนรุ่นหลังมีการนำสมุนไพรมาใช้แตกต่างไปจากอดีต เพราะสมุนไพรในปัจจุบันผ่านกระบวนการผลิตและแปรรูปแล้วไม่ได้ใช้</p>	ต่างประเทศจะนำไปหมด

ตารางที่ 1 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคกลางจังหวัดนครปฐม (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
	<p>แบบสด ๆ เหมือนอดีต การนำ สมุนไพรมานำใช้ในประเพณีและ พิธีกรรมก็มีเพียงกลุ่มน้อย เช่น ประเพณีการบวชแต่งงาน งานศพ ที่ อาจไม่ได้ใช้สมุนไพรมากนัก ขึ้นอยู่กับความยากง่าย ในการหา สมุนไพรร หรือขั้นตอนการจัดงาน เป็นแบบรวบรัด ผู้สนทนากลุ่มรู้สึก ยินดีที่ภาครัฐให้ การยอมรับการใช้ ประโยชน์จากพืชสมุนไพรมากขึ้น แต่ยังไม่เต็มทีควรมีการศึกษาการใช้ ประโยชน์จากพืชสมุนไพรโดยหน่วย งานของรัฐบาลโดยตรงและควบคุม ให้อยู่คู่กับคนไทยไปตลอด ไม่ให้ ต่างประเทศ มาฉกฉวยเอาไปเป็น ลิขสิทธิ์ของประเทศนั้น ๆ เพราะทำ ให้คนไทยเสียเปรียบในภายหลัง ทำ ให้ต้องซื้อของแพง ๆ มาใช้ทั้งที่ ประเทศของเราก็มีเองอยู่แล้ว</p>	

ตารางที่ 2 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
<p>ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จังหวัดจันทบุรี กลุ่มที่ 1 ผู้มีภูมิความรู้ด้านสมุนไพร</p> <p>1. นายรัก ถัดเงิน 2. นางมัญญาดี แจงเชื้อ</p>	<p>1. การบริโภคพืชผักสมุนไพร ชมรมแพทย์แผนไทย โรงพยาบาล เขา คิชฌกูฏ ทำการสำรวจพืช สมุนไพรพื้นบ้านที่นำมาบริโภค เมื่อปี 2550 พบจำนวนทั้งสิ้น 107 ชนิด โดยกลุ่มแม่บ้านนำมา ประกอบอาหารพื้นบ้าน ข้อห้ามและข้อแนะนำในการบริโภค ไม่ควรบริโภคสมุนไพรติดต่อกัน นานเกินไปเพราะจะทำให้เป็นพิษต่อ ร่างกาย</p> <p>2. การนำสมุนไพรมาใช้ในด้าน ความเชื่อประเพณี พิธีกรรม พืช สมุนไพรที่ใช่ มีดังนี้</p> <p>1) ประเพณีเกี่ยวกับชีวิต ได้แก่ การ เกิด ใช้ต้นหนาด ป้องกันผีกระสือ การบวช ใช้ขมิ้นทาสิริษะหลังโกน ผม ทาตัวหลังอาบน้ำน่านาค ใช้ใบบัว รองรับผมที่โกน แต่งงาน ใช้ต้น กล้วย 1 คู่ ต้นอ้อย 1 คู่ ใบเงิน ใบทอง งา มะพร้าวอ่อน กล้วย ดอกกรัก ดอกบานไม่รู้โรย ดาวเรือง กุหลาบ งานศพ ใช้ใบฝรั่ง ใบชา ต้นกล้วย ไม้ไผ่ การสืบชะตา ใช้ต้นธรณีสาร เพื่อ ป้องกันสิ่งชั่วร้าย ว่านหางจิ้ง</p>	<p>1. การบริโภคพืชผักสมุนไพร ที่มีอยู่ในท้องถิ่น ได้แก่ ใบตะ เสริม หัวเปาะ จิงแห้ง สลัดไค หัวกระทือ กระจวาน ใบขลุ หนุ้าหนวดแมว ข้อห้ามและข้อแนะนำในการ บริโภค ผู้เข้าร่วมสนทนาไม่ทราบข้อ มูลเกี่ยวกับการบริโภคพืชผัก สมุนไพรตามธาตุเจ้าเรือน แต่ ไม่ควรกินสมุนไพรติดต่อกัน ยาวนาน เพราะจะมีผลกับไต หากกินเพื่อรักษาโรคหากหาย แล้วก็ควรหยุดกิน</p> <p>2. การนำสมุนไพรมาใช้ใน ด้านความเชื่อ ประเพณี พิธีกรรม พืชสมุนไพรที่ใช่ มี ดังนี้</p> <p>1) ประเพณีเกี่ยวกับชีวิต ได้แก่ การเกิด มหาหิงส์ สาระแหน่ กะเพรา จิง กระจวาน ใบพลับ พลึง ผู้ร่วม สนทนากลุ่มเข้าใจว่าใช้เป็นตัว ยาสำหรับเด็ก การบวช ใช้ กล้วย ดอกบัว ใบเงินทอง นาค ใบตอง สำหรับใช้</p>

ตารางที่ 2 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
<p>3. นายวินัย บุญโยประการ 4. นายตี๋ ยอมนาว 5. นายชัยฤทธิ วรรณภักดิ์ 6. นางสาวทิพนภา อภิรักษ์ - ตระกูล</p> <p>กลุ่มที่ 2 ประชาชนทั่วไป</p> <p>1. นางสาวอภิญญา อยู่คงมี 2. นายวัฒนา พยัค 3. นางสาวจินตนา ลั่นออ 4. นางปราณี รักษาวงศ์ 5. นางสมศรี เหลือดำรงชัย 6. นางจันทร์เพ็ญ วิทยานุกรณ์</p> <p>ประเด็นหลักในการสนทนา ได้กำหนดหัวข้อการสนทนา ของทั้ง 2 กลุ่ม ให้เชื่อมโยง กับวัตถุประสงค์การวิจัยใน 6 ประเด็น ดังนี้</p> <p>1. การบริโภคพืชผักสมุนไพร 2. การนำสมุนไพรมาใช้ใน ด้านความเชื่อ ประเพณี พิธี กรรม 3. การนำพืชผักสมุนไพรมา ใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน 4. ความภาคภูมิใจในการนำ สมุนไพรมาใช้ 5. การสืบทอด/เผยแพร่การใช้ สมุนไพร</p>	<p>การสะเดาะเคราะห์/ต่ออายุ สัมป่อย เพื่อขจัดและปลดปล่อยความโชคร้าย 2) ประเพณีพิธีกรรมส่วนรวม ได้แก่ วันขึ้นปีใหม่ ใช้มะลิ ดาวเรือง ดอก บัว วันสงกรานต์ ใช้มะลิ ดาวเรือง กุหลาบ ดอกบัว เพื่อโรยในขันน้ำรด ขอพรผู้ใหญ่ วันอาสาฬหบูชา ใช้ต้น กล้วย ใบตอง ดาวเรือง มะลิ ดอกบัว ถวายพระ วันเข้าพรรษา ใช้ดาวเรือง มะลิ ดอกบัว ถวายพระวันออกพรรษา ใช้ดาวเรือง มะลิ ดอกบัว ถวายพระ ทอดกฐิน ใช้ต้นกล้วย อ้อย มะพร้าว ประกอบพิธีการแห่เทียน ทอดผ้าป่า ใช้กิ่งมะขาม เพื่อนำเครื่องอัฐบริวาร มาประดับหรือแขวนก่อนนำผ้าป่าไป ทอด เทศน์มหาชาติ ใช้ส้ม กล้วย มะพร้าว ขนุน ลอยกระทงใช้ต้นกล้วย ใบตอง ดอกบัว พลับพลึง ประดับ กระทง วันตรุษจีน ใช้ส้ม กล้วย ถวายเจ้า วันสารทไทย ใช้กล้วยไข่แต่ ไม่ทราบเหตุผล การทำน้มนต์ในพิธี มงคล ใช้ใบเงิน ใบทอง ใบหญ้าคา การทำน้มนต์ในพิธีอวมงคล (ไล่ผี เสนียดจัญไร) ใช้ใบหนาด ว่านน้ำ ว่านหางช้าง ขึ้นบ้านใหม่ ใช้ข้าวสาร ดอกไม้ตามสภาพพื้นที่ ประกอบกับ ถ่านเกลือ</p>	<p>กับนาคผู้บวช แต่งงาน ใช้อ้อย มะพร้าว กล้วย ใบเงิน ทอง นาค ครั่ง ใบเตย งา ครั่งกับ ใบเตย ใช้ใส่ขนมชั้นแต่งงาน งา ใส่ข้าวเหนียวแดง ในการ แต่งงาน งานศพ ใช้มะพร้าว ใบชา ใบฝรั่ง ใช้ล้างหน้าศพ การสืบชะตา ใช้ใบเงิน ใบทอง การสะเดาะเคราะห์/ต่ออายุ ใช้ บัว ดาวเรือง บานไม่รู้โรย (ดอกไม้ 7 สี) 2) ประเพณีพิธีกรรมส่วนรวม ได้แก่ วันขึ้นปีใหม่ ผู้ร่วม สนทนากลุ่มไม่ทราบข้อมูล วันสงกรานต์ ใช้มะลิ กุหลาบ ปีป ดาวเรือง ดอกพุด วัน มาฆบูชา วิสาขบูชา เข้าพรรษา อาสาฬหบูชา และออกพรรษา ใช้ดอกบัว ทอดกฐิน ใช้ต้น กล้วย ต้นมะขาม ทอดผ้าป่า ใช้ต้นกล้วย ต้นมะขาม เทศน์ มหาชาติ ใช้ต้นกล้วย อ้อย ฟักทอง มันเทศ ลอยกระทงใช้ ต้นกล้วย ใบตอง ใบพลับพลึง บานไม่รู้โรย ดาวเรือง วัน ตรุษจีน ใช้ส้ม กล้วย เช่น ไหว้ เจ้า วันสารทไทย ใช้ งา ถั่ว</p>

ตารางที่ 2 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
6. การใช้สมุนไพรในปัจจุบัน	<p>การขอฝน (ขอให้ฝนตก) ใช้ต้นกล้วย ลูกมะพร้าว แหนางแมว การขอไม่ให้ฝนตก ผู้เข้าร่วมสนทนา กลุ่มไม่ทราบข้อมูล</p> <p>3) ประเพณี พิธีกรรมในท้องถิ่น ได้แก่ การทำบุญส่งทุ่ง เป็นการทำบุญ อุทิศส่วนกุศลไปให้บรรพบุรุษที่ล่วง ลับไปแล้ว</p> <p>3. <u>การใช้ประโยชน์จากสมุนไพรด้าน สุขภาพ</u> การส่งเสริมสุขภาพ - มะรุม ช้าพลู ว่านขันหมาก การป้องกันโรค - มะรุม ขมิ้นขาว มะนาว การรักษาโรคพื้นฐาน - ฟ้าทะลายโจร ชุมเห็ดเทศ จิง กะเพรา ข่า ตะไคร้ ลูก ได้ใบ แก้ไข้ถอนพิษ การฟื้นฟูสุขภาพ - โพล หอมแดง ตะไคร้ ใบส้มป่อย ใบมะขาม เถาเอ็น อ่อน เถาวัลย์ ชาเปรียง มะกรูด ใบ หนาด ใบส้มโอ ใช้เป็นส่วนประกอบ ในการต้มเอาไปอบตัว</p>	<p>ฟักทอง ชาวตอก ชาวเหนียว นำมาประกอบเป็นธนู การทำ น้ำมันต้นโพธิ์มงคล ใช้ใบเงิน ทอง นาค ใบทับทิม ใบมะยม การทำน้ำมันต้นโพธิ์อมงคล (ไล่ผี ไล่เสนียดจัญไร) กล้วยาคา ใบหนาด จันทน์บ้านใหม่ ใช้ ดอกไม้ทุกชนิด การขอฝน (ขอให้ฝนตก) เมืองจันทบุรีฝน ตกชุกชุมไม่ต้องขอฝนจึงไม่มี พิธีนี้ การขอฝนไม่ให้ตก ผู้ร่วม สนทนากลุ่มไม่ทราบข้อมูล</p> <p>3) ประเพณี พิธีกรรมใน ท้องถิ่น ผู้ร่วม สนทนากลุ่มไม่ ทราบข้อมูล</p> <p>3. <u>การใช้ประโยชน์จากสมุนไพรด้านสุขภาพ</u> การส่งเสริมสุขภาพ - ใบมะรุม ใบขลุ ลูกหม่อน ลูกหว้า ใช้ใน การรักษาโรค การป้องกันโรค - กระเทียม ฟ้าทะลายโจร ป้องกันโรค ไขมันในเส้นเลือดและป้องกัน หัวใจ การรักษาโรคพื้นฐาน - จิง กระเทียม ฟ้าทะลายโจร ชุมเห็ด ใบน้อยหน้า</p>

ตารางที่ 2 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
	<p>การใช้ประโยชน์ทั่วไป ใช้หอ ริด มัด ร้อย เครื่องจักสาน และ มุงหลังคา - คลุ้ม คล้ำ ระกำ ต้นทรง หญ้าคา กระจับปี่ ใบทอง ไม้ไผ่ จิก สระผมบำรุงเส้นผม - มะกรูด อัญชัน น้ำมันมะพร้าว</p> <p>ยาฆ่าแมลง/ยาปราบศัตรูพืช - ตะไคร้ ข่า สะเดา กลอย บอระเพ็ด ขมิ้นชัน พริกขี้หนู หางไหล ว่านน้ำ เปลือก มังคุด</p> <p>เครื่องสำอาง - มะขาม ขมิ้นชัน มะนาว มะกรูด ส้มป่อย สีผสมอาหารและย้อมผ้า - ขมิ้นชัน อัญชัน แก่นขนุน ใบเตย</p> <p>4. ความภาคภูมิใจในการนำสมุนไพร มาใช้ ผู้เข้าร่วมสนทนาส่วนใหญ่มีความเห็น ตรงกันว่า รู้สึกภูมิใจในภูมิปัญญาท้องถิ่น ในการนำพืชสมุนไพรมาใช้ใน ประเพณี พิธีกรรม ตามวิถีไทย เพราะ เป็นการประหยัดและพึ่งพาตนเอง</p> <p>5. การสืบทอด/เผยแพร่การใช้ สมุนไพร ผู้เข้าร่วมสนทนาส่วนใหญ่ให้ ความเห็นว่าเป็นการปฏิบัติสืบต่อกัน มาจากรุ่นปู่ย่า ตายาย พ่อแม่ การนำ พืช</p>	<p>การฟื้นฟูสุขภาพ - ใบปลับปลึง ใบเปกล้า ใบหนาด ใช้รมควัน แก้ขัดยอก อักเสบ บวม</p> <p>การใช้ประโยชน์ทั่วไป ใช้หอ ริด มัด ร้อย เครื่องจัก สาน และมุงหลังคา - ใช้หญ้า คา ใบทอง ใบเตย ใบกระจับปี่ ใ หวาย</p> <p>สระผมบำรุงเส้นผม - อัญชัน บอระเพ็ด ว่านหางจระเข้ มะกรูด ประคำดีควาย</p> <p>ยาฆ่าแมลง/ยาปราบศัตรูพืช - ใช้ขี้เหล็ก สะเดา ตะไคร้หอม ไต้ยุง เปลือกผลไม้แห้ง เช่น ทุเรียน ส้ม มังคุด เผาไต้ยุงใบ กระเพรา ทำให้ละเอียด ผสมกับ น้ำ ฉีดไล่แมลง</p> <p>เครื่องสำอาง - นิยมใช้ขมิ้น มังคุด มะขาม อัญชัน มะกรูด หางจระเข้</p> <p>สีผสมอาหารและย้อมผ้า - อัญชัน ตะโก ใบเตย ขมิ้นชัน</p> <p>4. ความภาคภูมิใจในการนำ สมุนไพรมาใช้ ผู้เข้าร่วมสนทนาส่วนใหญ่ มี ความเห็นตรงกันว่าภูมิใจมาก เพราะถือว่าเป็นพืชที่อยู่ใน</p>

ตารางที่ 2 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วม สนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
	<p>สมุนไพรมาใช้ได้มาจากหมอฟันบ้าน เอกสารตำรา Internet ถ่ายทอดให้กลุ่ม เพื่อนฝูง เพื่อนบ้าน โดยการบอกเล่า เขียนเป็นเอกสารเผยแพร่ จัดบอร์ดความรู้ นิเทศศาสตร์ ผู้ร่วมสนทนา</p> <p>เคยนำความรู้ / ภูมิปัญญาที่ท่านใช้ประโยชน์จากพืชสมุนไพร ในชีวิตประจำวันและอื่นๆ ทำโดยสร้างกลุ่มเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในชุมชน สนับสนุนการจัดตั้งศูนย์เรียนรู้ ด้านการ แพทย์พื้นบ้านในชุมชน</p> <p>6. การใช้สมุนไพรในปัจจุบัน</p> <p>การใช้ประโยชน์จากสมุนไพรลดน้อยลง แต่มีการประยุกต์วิธีการนำไปใช้ได้ง่าย สะดวกขึ้นและพัฒนาในรูปการค้ามากขึ้น</p> <p>ข้อคิดเห็นของกลุ่ม คนรุ่นหลังมีการนำสมุนไพรมาใช้ในประเพณี พิธีกรรมลดน้อยลง ในแง่ความหลากหลายของสมุนไพร แต่จะใช้ตามกระแสมากขึ้น เช่น นิยมใช้กาวเครือ บุก มะรุม น้ำมิ่งคุด ซึ่งรู้สึกว่าเป็นเรื่องที่น่ายินดีที่ภาครัฐให้การยอมรับการใช้ประโยชน์จากพืชสมุนไพรมากขึ้น แต่ควรมีการควบคุมคุณภาพการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ ส่งเสริมการปลูก</p>	<p>ท้องถิ่นไทยในเชิงเศรษฐกิจไม่จำเป็นต้องพึ่งพาการนำเข้าจากต่างประเทศ ในเชิงสังคมเป็นการสืบทอดการใช้สมุนไพรและรู้สึกดีใจ ที่ในปัจจุบันสมุนไพรเป็นที่รู้จักและได้รับการยอมรับทั้งจากภาครัฐและภาคเอกชน รวมทั้งต่างประเทศก็ให้ความสนใจอย่างแพร่หลาย</p> <p>5. การสืบทอด/เผยแพร่การใช้สมุนไพร</p> <p>ส่วนใหญ่ให้ความเห็นว่า สืบทอดการใช้มาจากพ่อแม่ครูอาจารย์ พระ ญาติ คนสนิท คนรู้จัก และแนะนำว่าวิธีการสืบทอดหรือเผยแพร่การใช้สมุนไพรในประเพณีพิธีกรรมและประโยชน์ในชีวิตประจำวัน ทำโดยแนะนำให้กับคนรู้จักที่เหมาะสมกับการใช้พืชสมุนไพร ซึ่งผู้สนทนากลุ่มไม่เคยนำความรู้ดังกล่าวไปทำเป็นผลิตภัณฑ์ เพื่อการค้า</p>

ตารางที่ 2 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
	<p>ทดแทน หรือใช้ประโยชน์เชิงการค้า ผู้ร่วมสนทนา รู้สึกเป็นห่วง หรือคุ้มครองสิทธิ</p>	<p>6. การใช้สมุนไพรในปัจจุบัน การใช้ประโยชน์ในปัจจุบันจะ แตกต่างจากอดีตพบว่า มีการใช้ น้อยลง เพราะบางครั้งไม่ทราบ คุณประโยชน์และวิธีการนำไป ใช้ และรู้สึกดีใจที่ภาครัฐให้การ ยอมรับ ควรมีการศึกษาให้ กว้างขวางมากยิ่งขึ้น โดยต้อง การให้หน่วยงานของรัฐควบคุม และคุ้มครองให้สมุนไพรไทยอยู่ คู่กับคนไทยไปตลอด ไม่ให้ ต่างประเทศมาฉวยเอาไปเป็น ลิขสิทธิ์ของประเทศนั้น เพราะ ทำให้คนไทยเสียเปรียบ ทั้ง ๆ ที่ ในประเทศไทยก็มีวัตถุดิบ สามารถผลิตใช้เองได้</p>

ตารางที่ 3 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคตะวันออกเฉียงเหนือจังหวัดสุรินทร์

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
<p>ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จังหวัดสุรินทร์</p> <p>กลุ่มที่ 1 ผู้มีภูมิความรู้ด้านสมุนไพร</p> <p>1. นางสาวเจี๊ยบ อุดมา 2. ขนางบุญมี ใต้ดี 3. นายโกศล ชูวา 4. นางอัมพร ชูวา 5. นางสาวจิราภรณ์ โชติช่วง 6. นางเม็ก ร่องน้อย</p> <p>กลุ่มที่ 2 ประชาชนทั่วไป</p> <p>1. นางสาวเจี๊ยบ อุดมา 2. ขนางบุญมี ใต้ดี 3. นายโกศล ชูวา 4. นางอัมพร ชูวา 5. นางสาวจิราภรณ์ โชติช่วง 6. นางเม็ก ร่องน้อย</p> <p>ประเด็นหลักในการสนทนา ได้กำหนดหัวข้อการสนทนา ของทั้ง 2 กลุ่ม ให้เชื่อมโยง กับวัตถุประสงค์การวิจัยใน 6 ประเด็น ดังนี้</p> <p>1. การบริโภคพืชผักสมุนไพร 2. การนำสมุนไพรมาใช้ใน ด้านความเชื่อ ประเพณี พิธี กรรม 3. การนำพืชผักสมุนไพรมา</p>	<p>1. การบริโภคพืชผักสมุนไพร มีการบริโภค จิง ข่าตะไคร้ ใบมะกรูด คิปลิ เร่วหอม มีความรู้เรื่องการ รับประทานอาหารตามธาตุเจ้าเรือน บ้าง แต่ก็รับประทานไปตามวิถีชีวิต ที่สามารถหามาได้ ไม่ได้ยึดถือว่าต้อง รับประทานอาหารตามธาตุเจ้าเรือน ข้อห้ามและข้อแนะนำในการบริโภค ข้อห้ามสำหรับคนมีครรภ์ - แนะนำ ให้รับประทานผักปลัง จะทำให้คลอด ง่าย ห้ามเดินทานข้าว ห้ามทานยอทั้ง ลูกและใบ เพราะจะทำให้ร้อน ทูเรียน และลำไย อาจทำให้เด็กตายในครรภ์ หัวปลี มะเขือทุกชนิด เวลาครรภ์แก่ ใกล้คลอด จะใช้ใบหนาด ส้มป่อย โมก มาต้มอาบกันเสนียดจัญไร แต่ ไพลต้องมีติดตัวตลอดเวลาตั้งแต่เริ่ม ท้องจนคลอด</p> <p>2. การนำสมุนไพรมาใช้ในด้านความ เชื่อ ประเพณี พิธีกรรม พืชสมุนไพรที่ ใช้ มีดังนี้</p> <p>1) ประเพณีเกี่ยวกับชีวิต ได้แก่ งานบวช ทำน้ำมันดีใช้ขมิ้น ส้มป่อย ผิวมะกรูด เล็บครุฑ และใบบัวได้ เส้นผมที่ปร่ง ขมิ้นใช้ทาศีรษะ งานศพ ใช้กล้วยดิบแกงกับไก่ ตาม ประเพณี ดันกล้วยใช้แต่งเชิงตะกอน แกงขี้เหล็กใช้เฉพาะในงาน</p>	<p>1. การบริโภคพืชผักสมุนไพร มีการบริโภค จิง ข่าตะไคร้ ใบ มะกรูด คิปลิ เร่วหอม รับประทานอาหารตามธาตุเจ้า เรือนบ้าง แต่ก็รับประทานไป ตามวิถีชีวิต ที่สามารถหามาได้ ไม่ได้ยึดถือ ว่าต้องรับประทานอาหารตาม ธาตุเจ้าเรือน ข้อห้ามและข้อแนะนำในการ บริโภค - ให้รับประทานผัก ปลัง จะทำให้คลอดง่าย ห้าม เดินทานข้าว ห้ามทานยอทั้ง ลูกและใบ เพราะจะทำให้ร้อน ทูเรียน และลำไย อาจทำให้ เด็กตายในครรภ์ หัวปลี มะเขือ ทุกชนิดเวลาครรภ์แก่ใกล้คลอด จะใช้ ใบหนาด ส้มป่อย โมก มาต้มอาบกันเสนียดจัญไร แต่ ไพล ต้องมีติดตัวตลอดเวลา ตั้งแต่เริ่มท้องจนคลอด จนแม้ กระทั่งไปโรงพยาบาล โดยเชื่อ กันว่า ช่วยกันผีสาว เด็กที่เกิด มาแล้ว ก็ให้ใช้ไพลนำไปปิดหัว (กะหม่อม) ทำให้กะหม่อมเด็ก ปิดเร็ว</p> <p>2. การนำสมุนไพรมาใช้ในด้าน ความเชื่อ ประเพณี พิธีกรรม พืช</p>

ตารางที่ 3 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคตะวันออกเฉียงเหนือจังหวัดสุรินทร์ (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
<p>ใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน</p> <p>4. ความภาคภูมิใจในการนำสมุนไพรมาใช้</p> <p>5. การสืบทอด/เผยแพร่การใช้สมุนไพรร</p> <p>6. การใช้สมุนไพรรในปัจจุบัน</p>	<p>ศพ ห้ามใช้ในงานแต่งงาน มะพร้าวใช้ล้างหน้าศพเชื่อกันว่าเป็นน้ำที่สะอาดหรือ เด็กที่ขอบนอนกัดฟันกรอด ๆ ก็ให้กินมะพร้าวก็จะหาย</p> <p>พิธีสะเดาะเคราะห์ ให้นำกากกล้วยต้มนกล้วยมาทำเปดเพื่อสะเดาะเคราะห์ นำข้าวมาคั่วเป็นข้าวตอก แล้วนำไปใช้เป็นขันธุ์ 5 ซึ่งขันธุ์ 5 นั้นก็มีหมากพลู และใบทางมะพร้าวมาห่อ</p> <p>2) ประเพณีพิธีกรรมส่วนรวม ได้แก่ ปลุกบ้านยกเสาเอก จะใช้ต้มนกล้วยต้มน้อย ใบบัว แก่นขนุน ทองกลาง ใบมะตูม</p> <p>3. การนำพืชผักสมุนไพรรมาใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน</p> <p>ส่วนใหญ่ชาวบ้านนิยมรับประทานยาสมุนไพรรกันสำหรับคนที่ป่วยเป็นโรคพรรักษาได้ การเดินทางไปรักษาที่โรงพยาบาลเป็นทางเลือกสุดท้าย</p> <p>4. ความภาคภูมิใจในการนำสมุนไพรรมาใช้</p> <p>ผู้ร่วมสนทนาารู้สึกภูมิใจที่สมุนไพรรมีความสำคัญมากขึ้นและภูมิใจที่ได้นำความรู้มาช่วยชีวิตผู้คนได้ เช่น ว่านคุณพิษง ผสมน้ำมะนาวแล้วละลายให้ผูู้กูกัดดื่ม จะสามารถถอนพิษงได้ การใช้สมุนไพรรจะช่วย</p>	<p>สมุนไพรรที่ใช้ มีดังนี้</p> <p>1) ประเพณีเกี่ยวกับชีวิต ได้แก่ การเกิด - น้ำมะพร้าวทานตอนตั้งท้อง เชื่อว่าเด็กจะไม่เป็นไขและช่วยบำรุงเด็ก</p> <p>การบวช - ทำน้ำมนต์ใช้ขมิ้น ส้มป่อย ผิวมะกรูด เล็บครุฑ และใบบัวไล่เส้นผมที่ปรงขมิ้นใช้ทาศีรษะ</p> <p>งานศพ ใช้กล้วยคิบแคงกับไก่ตามประเพณี ต้มนกล้วยใช้แต่งเชิงตะกอนแคงขี้เหล็กใช้เฉพาะในงานศพ ห้ามใช้ในงานแต่งงาน มะพร้าวใช้ล้างหน้าศพเชื่อกันว่าเป็นน้ำที่สะอาด</p> <p>พิธีสะเดาะเคราะห์ ให้นำกากกล้วยต้มนกล้วยมาทำเปด เพื่อสะเดาะเคราะห์ นำข้าวมาคั่วเป็นข้าวตอก แล้วนำไปใช้เป็นขันธุ์ 5 ซึ่งขันธุ์ 5 นั้นก็มีหมากพลู และใบทางมะพร้าวมาห่อ</p> <p>2) ประเพณีพิธีกรรมส่วนรวม ได้แก่ ปลุกบ้านยกเสาเอก - จะใช้ต้มนกล้วย ต้มน้อย ใบบัว แก่นขนุน ทองกลาง ใบมะตูม ทุกคนพอดึงดูการทำนาก็จะช่วยกันทำนา พอหมดหน้านาก็</p>

ตารางที่ 3 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคตะวันออกเฉียงเหนือจังหวัดสุรินทร์ (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
	<p>การลดสารพิษในต้นตอค้าง และยังเป็นยาอายุวัฒนะ ผู้ป่วยจะรู้สึกมั่นใจที่จะให้หอมสมุนไพรรักษาและเกิดกำลังใจจากการที่หอมสมุนไพรทองคำกับการรักษา ทำให้ผู้ป่วยรู้สึกถึงความศักดิ์ เมื่อมีกำลังใจก็จะหายป่วยเร็ว</p> <p>5. การสืบทอด/เผยแพร่การใช้สมุนไพร</p> <p>ในการสืบทอดสมุนไพรไม่ค่อยมีผู้สนใจเพราะเป็นเรื่องยาก ผู้เรียนต้องอดทนและทุ่มเทเวลากับชีวิตอย่างจริงจัง ต้องเข้าไปในป่าลึกเพื่อเรียนรู้จักชนิดของพืชสมุนไพร วิธีหาพืชสมุนไพรแหล่งที่ขึ้นของสมุนไพร สาเหตุที่ต้องเข้าป่าลึกเพราะสภาพป่าถูกทำลายประกอบกับต้องใช้เวลาในการเรียนรู้เวลานานกว่าจะสามารถรักษาผู้ป่วยได้ นอกจากการเรียนรู้พืชสมุนไพรแล้วยังต้องเรียนคาถาอาคม กำกับการใช้พืชสมุนไพรในการรักษา คนรุ่นใหม่จึงมองว่าเป็นเรื่องไม่เข้าตา สัมัย มีบ้างเป็นส่วนน้อยที่คนรุ่นใหม่สนใจ เพราะเป็นลูกหลานหอมสมุนไพรโดยตรง ก็พอมีความรู้จากการเห็นปฏิบัติสืบต่อกันมา แต่ไม่มีผู้สืบทอดมากเท่าในสมัยก่อน</p> <p>6. การใช้สมุนไพรในปัจจุบัน</p>	<p>จะไปปรับข้างที่ต่างถิ่น ส่วนใหญ่ชาวบ้านเมื่อมีอาการเจ็บป่วยพอรักษาได้ก็จะทานยาสมุนไพร หากยังไม่หายก็จะไปรักษาที่โรงพยาบาล ผู้ร่วมสนทนาส่วนใหญ่รู้สึกภูมิใจที่สมุนไพรมีความสำคัญมากขึ้น</p>

ตารางที่ 3 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคตะวันออกเฉียงเหนือจังหวัดสุรินทร์ (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
	ปัจจุบันในพื้นที่ห่างไกลยังนิยมใช้ สมุนไพรในการรักษาเพราะสามารถ หาได้ง่ายในป่า แต่ถ้าอยู่ในเมืองก็จะ สนใจสมุนไพรที่ได้มีการประยุกต์ใช้ ในรูปแบบสมัยใหม่ตามสมัย อย่างไรก็ตาม ยาแผนปัจจุบันหรือที่เรียกว่า ยาฝรั่ง จะมีสารพิษตกค้างในตับ เป็น ผลข้างเคียงที่เกิดจากการใช้ยา	

ตารางที่ 4 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคตะวันออกเฉียงเหนือจังหวัดอุบลราชธานี

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จังหวัดอุบลราชธานี กลุ่มที่ 1 ผู้มีภูมิความรู้ด้านสมุนไพร 1. คุณพ่อปี วงศ์สุนา 2. หลวงปู่ประสงค์ สุขโน (ชุมพล) 3. นายสุรเดช ติลภัทร 4. นายบัลลังก์ มูลศิริ ประเด็นหลักในการสนทนา ได้กำหนดหัวข้อการสนทนา ของทั้ง 2 กลุ่ม ให้เชื่อมโยง กับวัตถุประสงค์การวิจัยใน 6 ประเด็น ดังนี้ 1. การบริโภคพืชผักสมุนไพร	1. การบริโภคพืชผักสมุนไพร ผู้สนทนากลุ่มไม่ค่อยทราบเรื่องเกี่ยว กับการรับประทานอาหารตามธาตุเจ้า เรือน ส่วนใหญ่ยาสมุนไพรที่ทำไว้ นั้นไม่ได้มีสูตรสำเร็จไว้ เมื่อมีผู้ป่วย มาขอการรักษาก็ต้องให้ผู้ป่วยบอก อาการของโรค จึงจะจัดยาสมุนไพร ให้ได้ทุกโรค เช่น โรคมะเร็ง ด้วยาก็ มีจำนวนมาก เพราะโรคนี้มีอิทธิฤทธิ์ สูง และมีมะเร็งหลายชนิด ต้องเห็น คนไข้ก่อนแล้วให้คนไข้เล่าอาการให้ ฟัง จึงจะรู้ว่าเป็นโรคอะไร สามารถ บอกได้ทุกโรคและจัดยาสมุนไพรได้ บางครั้งคนเป็นโรคนิดเดียวกันจัดยา ให้เหมือนกันชุดเดียวกัน คนหนึ่ง	ไม่ได้กำหนดไว้ในกลุ่มเป้าหมาย การวิจัย

ตารางที่ 4 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคตะวันออกเฉียงเหนือจังหวัดอุบล ๑ (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
<p>2. การนำสมุนไพรมาใช้ในด้านความเชื่อ ประเพณี พิธีกรรม</p> <p>3. การนำพืชผักสมุนไพรมาใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน</p> <p>4. ความภาคภูมิใจในการนำสมุนไพรมาใช้</p> <p>5. การสืบทอด/เผยแพร่การใช้สมุนไพร</p> <p>6. การใช้สมุนไพรในปัจจุบัน</p>	<p>อาจจะหาย แต่อีกคนอาจจะไม่หายก็ได้ สาเหตุที่เป็นเช่นนี้เพราะเกี่ยวกับเลือดในร่างกายของคนป่วย เลือดในร่างกายของคนป่วยแต่ละคนไม่เหมือนกัน โดยดูจากปลายนิ้วนางของคนไข้ ด้วยวิธีการกดที่ปลายนิ้วนางใช้ความแรงพอประมาณสักครู่จึงปล่อย แล้วสามารถดูเกรดเลือดได้ว่าเลือดดีหรือไม่ใช้อย่างไร นำมาประกอบกับอาการป่วยก็สามารถรู้ได้ เช่น คนไข้บอกว่าปวดหลังถึงเอว ก็อาจจะเป็นโรคไต</p> <p>ข้อห้ามและข้อแนะนำในการบริโภคอาหารสมุนไพรสำหรับหญิงมีครรภ์ ได้แก่ เถาเผิง เถาคงจู้ย จันท์หอม ฝนกับน้ำมะพร้าว รสหอมเย็นบำรุงหัวใจ</p> <p>2. การนำสมุนไพรมาใช้ในด้านความเชื่อประเพณี พิธีกรรม พืชสมุนไพรที่ใช้ มีดังนี้</p> <p>1) ประเพณีเกี่ยวกับชีวิต ได้แก่ การเกิด - จะใช้ผิวไม้ลูกเฒ่ามาตัดสายสะดือ ซึ่งมีความคมเหมือนมีด แล้วเอาใบพลูมาลงสายสะดือ</p> <p>งานศพ - หมาก พลุ ดอกบัว มะพร้าว อ่อนล้างหน้าศพก่อนจะขึ้นเมรุเผาศพ เพราะถือว่าเป็นน้ำบริสุทธิ์ สำหรับศพที่ตายนานแล้วก็จะทำเหมือนกัน ทำ</p>	

ตารางที่ 4 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคตะวันออกเฉียงเหนือจังหวัดอุบล ๗ (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
	<p>แบบเอาเคล็ด ทำน้ำมันเพื่อความแข็งแรง – มีส้มป่อย ว่านหอม (หัวปง) เป็นตัวสมุนไพหลัก ส่วนอย่างอื่นที่ใส่ก็จะเป็นตัวยาเสริม ว่านหอมนั้นเป็นที่รวมความยิ่งใหญ่ของน้ำมัน มีมหาการุณ น้ำมันเพื่อไล่เสนียดจัญไร - ใช้ส้มป่อย แต่ไม่ต้องใส่ว่านหอม เพราะความเสนียดจัญไรมันจะหนี เพราะมันกลัวส้มป่อย ส้มป่อยมี สัพพะสุขะ สัพพะพญา สัพพะโรคา รวมอยู่ด้วยกันในส้มป่อย และใช้คู่กับพระยาเท้าเอวกายสิทธิ์และคาถายันต์ทูน 3 บท จะช่วยไล่ผี</p> <p>พิธีสะเดาะเคราะห์ต่ออายุ – พิธีทางพระก็ใช้ขันซ์ 5 ดอกไม้รูปเทียนมา และเขียนอายุลงไป ถึงเวลาพระก็สวดให้ สวดไพโรน้อย ไพโรใหญ่ด้วย</p> <p>2) ประเพณีพิธีกรรมส่วนรวม ได้แก่ การปลุกบ้าน - นิยมใส่ยอดคุณ ขอด ขอบ ไบคุณ ไบขอ มัดรวมกันใส่ลงในเสาเอกเลย ไล่สี่สุกนั้นจะใส่หรือไม่ใส่ก็ได้ แล้วแต่ความนิยม คุณ เป็นชื่อมงคล ให้เพิ่มพูนทวีคุณ ขอ หมายถึง ทำให้คนสรรเสริญเอ็นขอ</p> <p>การขอฝน - จะมีพิธีแห่นางแมว โดยนำแมวใส่ชะลอม มีขันซ์ 5 คือ ดอกไม้ 5 คู่ พร้อมรูปเทียน 5 ชุด ถ้ำ 8 ชุด</p>	

ตารางที่ 4 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคตะวันออกเฉียงเหนือจังหวัดอุบล ๗ (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
	<p>เรียกว่า ชั้น 8 ดันไม้พิเศษที่นำมาขอ ฝน คือ ว่าชนิดหนึ่ง ชื่อว่าพัดของ พระพุทธเจ้า (พัดแม่ชี ยี่ปลาเจ้า) สรรพคุณเป็นยาแก้ปวดได้ ดอกสีขาว ให้ความเป็นมงคล</p> <p>จีนบ้านใหม่ - แห่ลูกท้อ (แห) ม้อง ลูกแก้ว เรียกให้มีบุญโง่ ให้มีสิริมงคล มากขึ้น มีค้อน ตะปู มีเครื่องเรือน เครื่องใช้ในครัวเรือนให้ครบทุก อย่างเช่น พริก หอม กระเทียม เกลือ โองน้ำคุ่มน้ำ โดยใส่น้ำให้เต็ม เพราะ น้ำเป็นตัวแทนของความร่มเย็น น้ำ หมายถึง แม่น้ำทั้ง 5 มาตั้งอยู่กลาง เรือน ก่อนจีนบ้านใหม่ต้องมีข้าวสาร เต็มถึง ต้องมีทุกอย่างให้ครบ จะได้ บริบูรณ์ (จีนบ้านใหม่ ใสให้เต็ม น้ำ เต็มเต้า ข้าวเต็มกล่อง) แล้วก็มีการ ประกอบ</p> <p>ห้ามไม่ให้ฝนตก - นำตะไคร้มาปัก เอาขอลดดิน แล้วเขาก็บอกหรือขอ แม่พระธรณีไม่ให้ฝนตก โดยใช้ชั้น 5 พร้อมคาถา ตอนบอกก็บอกแล้วแต่ เราปรารถนาทุกวัน เมื่อเสร็จแล้วก็ต้อง ถอนออกด้วย ไม่เช่นนั้นฝนจะแล้ง</p> <p>3. การใช้ประโยชน์จากสมุนไพรด้าน สุขภาพ</p> <p>ส่วนใหญ่ชาวบ้านที่เจ็บป่วยพอรักษา ได้ก็จะทานยาสมุนไพร หากไม่หาย</p>	

ตารางที่ 4 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคตะวันออกเฉียงเหนือจังหวัดอุบล ๗ (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
	<p>จึงจะไปรักษาที่โรงพยาบาล ผู้ สนทนากลุ่มมีความรู้สึกภูมิใจ ที่ สมุนไพรมีความสำคัญมากขึ้น สมุนไพรที่ใช้</p> <p>ว่านหัวตุบมวบ (เปาะหอม) - ขับลม บำรุงธาตุ</p> <p>มะรุ้ม – แก้เบาหวาน ความดัน ด้าน อนุมูลอิสระ ลดกรดยูริก ขอดมะรุ้ม ตากแห้งนำมาบดใส่แคปซูล แก้โรค เก๊าต์ได้ดี เวลาตลอดบุตร ให้ใช้ใบ มะขาม ใบหนาด ใบเปล้าหอม ว่า หอม (เปาะหอม) ต้มให้อาบจะช่วย พื้นทำให้กระชับร่างกาย มดลูกเข้าอู่ เร็ว แก้มันมาได้ด้วย สมุนไพรที่ใช้ รับประทาน คือ ว่านชักมดลูก หรือ ว่านทรหด</p> <p>ประดงเดือด - เวลาจะนำมารักษาต้อง มีวิธีการนำมาใช้อย่างถูกวิธี คือ ต้อง ใช้คาถา ต้องมีครูถ้าไปตัดมาไม่ถูก วิธีก็ไม่มีประโยชน์ เช่น บอกแม่พระ ธรณีเป็นไหม บอกวิธีเอายาเป็นไหม ตำรายาไทย จะละเอียดพิถีพิถันทุก ขั้นตอน ต้องมีคาถาทิ้งสั้น เพื่อความ ศักดิ์สิทธิ์ ต้องมีเวลาเก็บ เช่น เช้า สาย บ้าน เย็น วันอะไร ซึ่งแต่ละวันจะ ได้สรรพคุณไม่เหมือนกันด้วย</p> <p>การใช้ประโยชน์ทั่วไป</p> <p>สมุนไพรที่ใช้ได้แก่ ขมิ้น ตะไคร้</p>	

ตารางที่ 4 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคตะวันออกเฉียงเหนือจังหวัดอุบล ๗ (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
	<p>มะนาว มะกรูด หอมกระเทียม</p> <p>ข้อคิดเห็น สมุนไพรต้องรักษาคน ไทยได้ ถ้าใช้ถูกวิธี ซึ่งระบบใน ร่างกายมี 10 ระบบ ได้แก่ หัวใจ ลำไส้เล็ก ม้าม ตับ กระเพาะ ปอด ลำไส้ใหญ่ กระเพาะปัสสาวะ ไต แต่ยังมี 9 รส 9 อย่าง คือ</p> <p>รสฝาด - ใช้สมานแผล รสหวาน - ชิมซับตามผิวหนัง รสเมา - เบื่อแก้พิษ รสขม - บำรุงโลหิตได้ดี รสเผ็ดร้อน - แก้โรคลม รสหอมเย็น - บำรุงหัวใจ รสเค็ม - ชิมซาบตามผิวหนัง รสเปรี้ยว - ขับเสมหะและ ฟอกโลหิต รสมัน - แก้เส้น แก้เอ็น ต้นไม้ที่มีรสมันก็มี - เช่น ต้นมันป่า</p>	

ตารางที่ 5 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคเหนือจังหวัดเชียงใหม่

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
ภาคเหนือ จังหวัดเชียงใหม่ กลุ่มที่ 1 ผู้มีภูมิความรู้ด้านสมุนไพร 1. นายสมศักดิ์ กันตีมูล 2. นายปรุพท์ภรณ์ บัณเฑียร	<p>1. การบริโภคพืชผักสมุนไพร พืชผักสมุนไพรที่รับประทานได้แก่ ผักเชียงดา นำมาลวกทานกับตำส้ม บักฮ้วนหมู (กระทู้หมาป่า) นำดอก ไปแกง หรือลวก ผักแปบ นำมาดอง</p>	<p>1. การบริโภคพืชผักสมุนไพร พืชผักสมุนไพรที่รับประทาน ได้แก่ น้ำเต้า กระถิน คีปลี จิง ข่า ขมิ้น มะรุม ใบชะพลู โหระพา สะระแหน่ ขนุน</p>

ตารางที่ 5 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคเหนือจังหวัดเชียงใหม่ (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
<p>3. นายวิโรจน์ กันหาสุข</p> <p>4. นายบุญเลิศ อุศริษะ</p> <p>5. นายบุญ อุปนันท์</p> <p>6. นางจันทร์ฉาย เขตสิทธิ์</p> <p>กลุ่มที่ 2</p> <p>ประชาชนทั่วไป</p> <p>1. นายสุรนาท ปัลลิว</p> <p>2. นายพรชัย ไชยยา</p> <p>3. นางเบญจรัตน์ แก้วคำพล</p> <p>4. นางสาวรวงคณา บุญศรี</p> <p>5. นางสาวนาคยา สุวรรณ</p> <p>6. นางสาวปริยานุช บุญตะ เลิศ</p> <p>ประเด็นหลักในการสนทนา</p> <p>ได้กำหนดหัวข้อการสนทนา ของทั้ง 2 กลุ่ม ให้เชื่อมโยง กับวัตถุประสงค์การวิจัยใน 6 ประเด็น ดังนี้</p> <p>1. การบริโภคพืชผักสมุนไพร</p> <p>2. การนำสมุนไพรมาใช้ใน ด้านความเชื่อ ประเพณี พิธี กรรม</p> <p>3. การนำพืชผักสมุนไพรมาใช้ ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน</p> <p>4. ความภาคภูมิใจในการนำ สมุนไพรมาใช้</p> <p>5. การสืบทอด/เผยแพร่การใช้ สมุนไพร</p>	<p>หรือยา ผักไคร้ขี้มด ทานกับน้ำพริก ดอกครั้ง ทานกับไข่มดแดง ดอกก้าน ลวกกินกับน้ำพริก พ้อคำดีเมีย แกงไล่ ผักกูด ผักจ๋อยนาง ดอกข่า ผักแว่น ส้มเสี้ยน ใบจิง ใบขมิ้น ยอดมันแกว ยอดมันสำปะหลัง ผักอีหลิ่ง เป็นต้น</p> <p>ข้อห้ามและข้อแนะนำในการบริโภค</p> <p>ตามความเชื่อสำหรับผู้เรียนคาถา อาคม หรือเพื่อความเป็นสิริมงคล ที่ เป็นความหมายต่อการดำรงชีวิต ห้าม บริโภค ผักบั้ง ผักบุง บอน ดูน (ทูน) ผักหม่นหรือเขียว (ผักแพง) เพราะมี ความเชื่อว่ามีพิษร้ายไปแล้วจะ ทำให้ฤทธิคาถาอาคมเสื่อม หรือมี ความหมายว่า เป็นของต่ำขึ้นตามที่ สกปรก ความเชื่อที่ไม่รับประทาน พืชผักสมุนไพรที่เป็นไม้เลื้อย เพราะ จะทำให้ชีวิตพึ่งพาแต่ผู้อื่น ห้ามหญิง มีครรภ์รับประทานสมุนไพรที่มีรส ร้อน เช่น เจตมูลเพลิง แก่นฝาง เพราะจะทำให้มีอันตรายต่อลูกหรือ แท้งลูกได้ หญิงหลังคลอดควรรับ ประทานสมุนไพรที่มีรสเย็น หรือมี รสจัด เช่น แดงกวา ผักเหือน สมุนไพร ที่มีประโยชน์ เช่น น้ำต้มหัวปลี (ไพร) ปลีกกล้วย เป็นต้น</p> <p>2. การนำสมุนไพรมาใช้ในด้านความ เชื่อ ประเพณี พิธีกรรม พืชสมุนไพรที่</p>	<p>มะกรูด มะนาว สะเดา</p> <p>ข้อห้ามและข้อแนะนำในการ บริโภค</p> <p>คนที่มีความเชื่อห้ามกินขนุนเพราะ จะทำให้คลอดลูกยาก</p> <p>2. การนำสมุนไพรมาใช้ในด้าน ความเชื่อ ประเพณี พิธีกรรม</p> <p>พืชสมุนไพรที่ใช้ มีดังนี้</p> <p>1) ประเพณีเกี่ยวกับชีวิต ได้แก่</p> <p>การเกิด - ใช้สมุนไพรอัญชัน ใบพลู</p> <p>การบวช - ใช้กล้วย มะพร้าว อ้อย ขมิ้น</p> <p>พิธีแต่งงาน - อ้อย กล้วย ขนุน งานศพ - มะพร้าว ใช้ล้างหน้า ศพ</p> <p>พิธีการสืบชะตา - ตะไคร้ อ้อย กล้วย มะพร้าว</p> <p>การสะเดาะเคราะห์/ต่ออายุ - ใบตอง ทำบายศรีสู่ขวัญ</p> <p>2) ประเพณีพิธีกรรมส่วนรวม ได้แก่</p> <p>ผู้เข้าร่วมสนทนากลุ่มไม่ทราบ ข้อมูลเกี่ยวกับการนำพืชสมุนไพร มาใช้ในวัน ดังต่อไปนี้ วันขึ้นปีใหม่ วันสงกรานต์ วัน ตรุษจีน วันสารทไทย และวัน</p>

ตารางที่ 5 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคเหนือจังหวัดเชียงใหม่ (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
6. การใช้สมุนไพรในปัจจุบัน	<p>ใช้ มีดังนี้</p> <p>1) ประเพณีเกี่ยวกับชีวิต ได้แก่ การเกิด – ใช้สมุนไพรล้านฝ้าย เชื่อว่าป้องกันมิให้ผีกระสือมาเข้าใกล้แม่และเด็ก หรือนำข้าวสารหว่ารอบบ้านที่มีการคลอดบุตรเพื่อป้องกันภูตผีปีศาจ</p> <p>งานบวช – ใช้หมากกลุ่ม หมากเพ็ง หมากใบพลู หมากใหม่ ดอกบัว หน่อกล้วย ใส่รวมไว้ในอัฐบริวารใช้ใบบวรับเส้นผมที่ตัด โคนจากศีรษะ นาค ใช้ดอกบัวสำหรับให้นาคพนมมือไหว้และน้ำส้มป่อยใช้อาบหน้านาค ตอนโคนศีรษะ</p> <p>พิธีแต่งงาน - ใช้ขมิ้นส้มป่อยข้าวตอก ดอกไม้ หมากพลู กล้วย มะพร้าว อ้อย ประกอบขบวนแห่ขันหมาก</p> <p>งานศพ - ใช้ข้าวตอกดอกไม้ ขอบมาขันธุ์แก้วทั้ง 3 (พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์) ถือเป็นวาระสุดท้ายของชีวิตแล้วต้องขอขมาลาโทษ ประกอบด้วยพิธีศพสมุนไพร ดังนี้ พิธีเขยวสับเป็นท่อนๆ ใส่ในโลงกลบกลืน ใบชา ใบฝรั่งรองศพสำหรับดูคลิ่น วิธีการรักษาศพไม่ให้เน่า จะใช้วิธีการกรอกน้ำผึ้งประมาณ 2 ขวด ลงไปในปากศพ น้ำมะพร้าว ล้างหน้าศพ ถือว่าล้างด้วยน้ำบริสุทธิ์ก่อนเผา สำหรับ</p>	<p>สำคัญทางพุทธศาสนา เช่น วันมาฆบูชา วันวิสาขบูชา วน อาสาฬหบูชา วันเข้าพรรษา วันออกพรรษา</p> <p>ทอดกฐิน - มีต้นกล้วยขอให้ได้ทรัพย์สิ้นเหมือนผลกล้วยหมาก พลู</p> <p>ทอดผ้าป่า - มีต้นกล้วยขอให้ได้ทรัพย์สิ้นเหมือนผลกล้วยหมาก พลู</p> <p>การนํานํามนต์พิธิมงคล - ใบหญ้าคา เพื่อสะเดาะเคราะห์ให้ปลอดภัย</p> <p>การนํานํามนต์พิธิอวมงคล - ใช้ใบหนาด</p> <p>การขอฝน (ขอให้ฝนตก) ผู้สนทนากลุ่ม ผู้สนทนากลุ่มไม่ทราบข้อมูล เกี่ยวกับการใช้สมุนไพรในประเพณีดังกล่าว</p> <p>การขอไม่ให้ฝนตก ผู้สนทนากลุ่มไม่ทราบข้อมูล เกี่ยวกับการใช้สมุนไพรในประเพณีนี้</p> <p>3) ประเพณีพิธีกรรมนท้องถิ่น</p> <p>ผู้สนทนากลุ่มไม่ทราบข้อมูล เกี่ยวกับการใช้สมุนไพรในประเพณีนี้</p> <p>3. การนำพืชผักสมุนไพรมา</p>

ตารางที่ 5 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคเหนือจังหวัดเชียงใหม่ (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
	<p>ผู้ตายบางรายที่มีคาถาอาคม เผาแล้วไม่ไหม้ จะใช้ส้อมปอกกับผักบึงดิบโยนใส่ลงไปใบกองไฟ ถือเป็นการแก้อาถรรพ์</p> <p>พิธีการสืบชะตา - ผู้ร่วมสนทนากลุ่มทั้งหมดไม่มีข้อมูล</p> <p>พิธีการสะเดาะเคราะห์/ต่ออายุ - ใช้เครื่อง 12 ประกอบด้วย กล้วย 12 อ้อย 12 มะพร้าว 12 พลุ 12 หมาก 12 ขนมน 12 แกงหวาน 12 (ทุกอย่างหั่นหรือทำเป็น 12 ชิ้น 12 ถ้วย) ปัจจุบันถือเพียงเครื่อง 4 ถือเป็นความสมบูรณ์ของเครื่องสักการะ</p> <p>2) ประเพณีพิธีกรรมส่วนรวม ได้แก่ วันสงกรานต์ - เป็นปีใหม่เมืองล้านนา จะทำแกงขนุนกิน ผลส้อมปอก ดอกมะลิ เกสรดอกสารภี วันมาฆบูชา ดอกไม้บูชาแม่พระธรณี ดอกมะลิ ดอกโกศด ดอกบัว เป็นต้น วันวิสาขบูชา วันอาสาฬหบูชา วันอาสาฬหบูชา วันเข้าพรรษา วันออกพรรษา ทอดกฐิน ทอดผ้าป่า เทศน์มหาชาติ ไช้กล้วย อ้อย มะพร้าว ดอกบัว มะลิ ดอกดาวเรือง ใบเตย เรือง ใบเตย สำหรับบูชาพระลอยกระทง ประดับวัด ด้วยต้นกล้วย อ้อย ทางมะพร้าว สำหรับกระทง ไช้หยวกกล้วย ใบกล้วย ดอกไม้</p>	<p><u>ใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน</u></p> <p>การนำสมุนไพรมาใช้ด้านสุขภาพ - จิง แก้วร้อนใน ตะไคร้ ช่วยขับลม จี่เหล็กช่วยลดการปวดท้องประจำเดือน กล้วย ช่วยสมานแผลในกระเพาะอาหาร มะนาวช่วยป้องกันโรคลัดกปิดลัดกเปิด</p> <p>การป้องกันโรค - มะขามป้อมฝรั่ง ป้องกันโรคหวัด</p> <p>การรักษาโรคพื้นฐาน - มะขามป้อม ฝรั่ง ป้องกันโรคหวัด ตะไคร้ ช่วยขับลมแก้ ท้องอืด</p> <p>การฟื้นฟูสุขภาพ- ตะไคร้ ขมิ้น จิง ใช้ทำลูกประคบ</p> <p>การใช้ประโยชน์ทั่วไป ใช้ห่อรีด มัด ร้อย เครื่องจักสาน และมุงหลังคา - ใบตอง ใบจิง หญ้าคา ต้นไผ่ กาบกล้วย ใบตอง</p> <p>สระและบำรุงเส้นผม - มะกรูด ดอกอัญชัน</p> <p>ยาฆ่าแมลง/ยาปราบศัตรูพืช - ใบน้อยหน้า สะเดา ข่า</p> <p>เครื่องสำอาง แต่งกวาง มะนาว มะขาม ขมิ้น</p> <p>สีผสมอาหารและย้อมผ้า ได้แก่ แก่นขนุน สักลัดก อัญชัน</p>

ตารางที่ 5 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคเหนือจังหวัดเชียงใหม่ (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
	<p>รูปเทียนประดับกระทง วันตรุษจีน มี กล้วย ส้ม ดอกไม้ วันสารทไทย มี กล้วยไข่ มะพร้าว การทำน้ำมันตี่พืชมงคล - ผลส้มป่อย การทำน้ำมันตี่พิธีวมงคล - ใ้ไบ ขนาดเขวนที่บ้าน ไล่อาถรรพ์ จีนบ้านใหม่ ไ้บมะห้ายอดอ่อน ไ้ บนหิ้งพระ นำข้าวสาร ถ่าน เกลือ เข้าบ้าน จะมีข้าวกินมีถ่าน มีเกลือใ้ การขอฝน (ขอใ้ฝนตก) ผู้สนทนา กลุ่ม ใ้ข้อมูลว่าไม่มีประเพณีนี้ การขอใ้ฝนตก ใ้ต้นตะไคร้ ปลูกกลับหัว หมอที่ใ้พิธีกรรมจะ ต้องไม่อาบน้ำในช่วงทำพิธีในระยะ เวลาที่ขอใ้ฝนตก</p> <p>3. การนำพืชผักสมุนไพรมาใช้ ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน การนำสมุนไพรมาใช้ด้านสุขภาพ ส้มป่อย ขับไล่สิ่งไม่ดีงามออกจาก ร่างกายและที่อยู่อาศัย ใ้สระผม ยอด ใ้แกงส้มระบายท้อง ต้นหนาด ป้องกันขับไล่ผี ใ้ไบสคอปปอน้ำ มะขาม ยอดมะขาม ใ้ยำ แกงส้ม ระบายท้อง ใ้เข้าตำรับสมุนไพรลูก ประคบ การส่งเสริมสุขภาพ - กล้วยน้ำว่า มะขาม มะขามหวาน มะขามเปรี้ยว เครื่องนวมแน่ (รางจืด) ผักจอนาง</p>	<p>ตะไคร้ (ใ้เงิน ม่วง) ขมิ้น(ใ้ เหลือง) ไ้เบต (ใ้เขียว) กระเจี๊ยบ (ใ้แดง)</p> <p>4. ความภาคภูมิใจในการนำ สมุนไพรมาใช้ ผู้ร่วมสนทนา ส่วนใหญ่มีความเห็นตรงกันว่า ภาคภูมิใจ ในการนำพืชสมุนไพร ใ้ใช้ในประเพณี พิธีกรรม ตามวิถีไทย เพราะเป็นที่นิยมใน ท้องถิ่น ง่าย ประหยัด และมี สรรพคุณหลากหลาย การใ้ ใ้สมุนไพรในการทำยา เพื่อ รักษาโรค และพิธีกรรมต่าง ๆ ซึ่งเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจของ คนเราได้เป็นอย่างดี</p> <p>5. การสืบทอด/เผยแพร่การใช้ สมุนไพร การใ้พืชสมุนไพรในประเพณี พิธีกรรมส่วนใหญ่ใ้ความเห็น ว่า สืบทอดการใช้โดยการใ้ รับความรู้มาจาก ปู่ ย่า ตา ยาย พ่อแม่ และจากผู้รู้ในชุมชนคิด ว่าเป็นอุบายใ้คนมาบริโภค สมุนไพร ส่วนการนำพืชสมุนไพร ใ้ใช้ในชีวิตประจำวัน ก็ ใ้รับความรู้จาก พ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย ผู้รู้ ถ้ายทอดโดยการพูดคุย กับเพื่อน ๆ วิธีการสืบ</p>

ตารางที่ 5 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคเหนือจังหวัดเชียงใหม่ (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
	<p>(ย่านาง)</p> <p>การป้องกันโรค - มะรุม ชิง ขับลม หัวปูลุย (ไพล) ใบรางจืด</p> <p>การรักษาโรคพื้นฐานใบเสลดพังพอน ตัวเมีย ใบหัลบมินหลวงใช้ต้มอาบ หัวกล้วยเน่า (โคนต้นกล้วยเน่า) ประคบกลากเกลื้อน หัวดอกปูลุย ชิง หัวดอกหมอกไก่ ดอกหัลบมินหลวง หอมแดง ชิง ฮ่างคว (ว่านน้ำ) ฟ้า ทะลายโจร มะรุม ดอก ใบ ผลลูกใต้ ใบ หนุมานประสานกาย</p> <p>การฟื้นฟูสุขภาพ กล้วยคองน้ำผึ้ง บอ ระเพ็ดคองน้ำผึ้ง แกงยอดมะระจีนก แกงผักเชียงดา</p> <p>การใช้ประโยชน์ทั่วไป</p> <p>ใช้ห่อ รีด มัด ร้อย เครื่องจักสาน และ มุงหลังคา - ใบกล้วย ปอ ใบกล้วยเน่า ตองตึง ตองก้อ ใบตาล ใบลาน ราก ตาล ลาน</p> <p>สระผมบำรุงเส้นผม - ผักส้มป่อย ผัก ฉลามฉา (ต้นกำมปู) ผลมะกรูด ใบ กล้วยแห้งเผาทำขี้เถ้ากรองเป็นน้ำล้าง สระผม น้ำชาข้าว</p> <p>ยาฆ่าแมลง/ยาปราบศัตรูพืช - หางไ แดง ใบมะเขือเทศ ใบและเมล็ดสะเรียม หัวข่า พริก ใบและผลน้อยหน่า ยา ดอกรัก ขางพญาไร่ใบ ดอกลำโพ เครื่องสำอาง - สะนาคา (กระเจาะ</p>	<p>ทอด หรือเผยแพร่การใช้สมุนไพร ทำได้โดยการคุยกับเพื่อน และทดลองทำที่บ้าน นำมาใช้ เอง และบอกต่อไปยังบุคคลอื่น ผู้ให้ข้อมูลไม่เคยนำความรู้และ ภูมิปัญญาในการใช้ประโยชน์ จากพืชสมุนไพรมาทำเป็นผลิต ภัณฑ์ทั้งเพื่อใช้เอง และเพื่อการ ค้า</p> <p>6. การใช้สมุนไพรในปัจจุบัน</p> <p>การใช้สมุนไพรในปัจจุบันมี ความแตกต่างจากอดีตอยู่บ้าง เพราะปัจจุบัน อาจจะใช้ไม่ ครบถ้วนเหมือนในอดีต มีการ ใช้น้อยกว่าเพราะสมุนไพรบาง ชนิดหายาก ไม่มีเหลืออยู่ใน ปัจจุบัน เนื่องจากสภาพป่าที่ถูก บุกรุกทำลาย ทำให้พืชสมุนไพร สูญหายไป และคาดว่าคน รุ่นหลังจะนำสมุนไพรมาใช้ใน ประเพณี พิธีกรรม และชีวิต ประจำวันลดน้อยลง โดยใช้สิ่ง ที่หาได้ง่ายกว่า หรือแม้จะมีการ นำมาใช้ ก็อาจจะไม่ครบชนิด ตามประเพณีดั้งเดิม</p> <p>ข้อคิดเห็นของกลุ่ม</p> <p>ผู้ร่วมสนทนารู้สึกภูมิใจที่ใน ปัจจุบัน ภาครัฐให้การยอมรับ</p>

ตารางที่ 5 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคเหนือจังหวัดเชียงใหม่ (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วม สนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนา กลุ่มที่ 2
	<p>จันทร์) ขมิ้น ตำลึง แดง น้ำผึ้ง</p> <p>ตีผสมอาหารและย้อมผ้า – ฮ่อม คราม ดอกอัญชัน ดอกคำฝอย</p> <p>กระเจียบแดง ว่านข้าวหอม (ใบเตย)</p> <p>4. ความภาคภูมิใจในการนำสมุนไพร</p> <p>มาใช้ ผู้เข้าร่วมสนทนามีความเห็นว่าเป็นพืชสมุนไพร เป็นทั้งอาหาร ยาใจ ยากาย ที่อยู่อาศัย ทำวัสดุต่าง ๆ ได้สารพัด รู้สึกภาคภูมิใจในภูมิปัญญาท้องถิ่น ที่สืบทอดภูมิปัญญาเรื่องการใช้สมุนไพร เป็นการประหยัดรายจ่ายและพึ่งพาตนเอง</p> <p>พืชผักสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ ผักมะขาม มะขาม นอกจากเป็นอาหารและยาแล้วยังใช้ทำเป็นเครื่องใช้ เช่น ทำเจียง ค้ำมมิด ค้ำมขวาน จอบ เส้า รื้อสร้างบ้าน</p> <p>กล้วย ดอกหว่าปติ เป็นต้น</p> <p>5. การสืบทอด/เผยแพร่การใช้</p> <p>สมุนไพร ได้รับการสืบทอดมาจากพ่อแม่ ผู้รู้ ผู้มีประสบการณ์ หมอเมืองเพื่อนบอกกล่าว รวมทั้งคนที่เจ็บป่วยและญาติคนป่วย แต่ไม่เคยนำความรู้มาทำผลิตภัณฑ์ใช้วิธีการสืบทอดหรือเผยแพร่ความรู้ในการใช้สมุนไพรในประเพณีพิธีกรรมทำ โดยวิทยากรร่วมกับหมอเมือง โดยการจัดเวทีวิชาการ นิทรรศการ มหกรรมกับเครือข่ายองค์กร สถาบันการศึกษา สาธารณสุข</p>	<p>การใช้ประโยชน์จากพืชสมุนไพรมากขึ้น และอยากจะศึกษาและสืบทอดต่อไป รู้สึกว่าปัจจุบันได้นำสมุนไพรมาใช้ในด้านการแพทย์มากกว่าอดีต เพราะปัจจุบันมีเทคโนโลยีทันสมัยและก้าวหน้ากว่าอดีต และมีการค้นคว้าวิจัยเพิ่มมากขึ้น</p>

ตารางที่ 5 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคเหนือจังหวัดเชียงใหม่ (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
	<p>องค์กรต่าง ๆ นักเรียน นักศึกษาในโรงเรียน บัณฑิตที่ฝึกงานทั้งในและต่างประเทศ องค์กรสนับสนุนทุน</p> <p>6. การใช้สมุนไพรในปัจจุบัน</p>	

	<p>ปัจจุบันคนในเมืองส่วนใหญ่ไม่เข้าใจ ไม่รู้ ไม่เห็น ความสำคัญของการใช้ประโยชน์จากพืชสมุนไพร แต่ในชุมชนที่ไม่ได้ส่งลูกหลานเข้าสู่ระบบวงจรเพื่อการตลาดและการศึกษาแบบใหม่ยังคงมีการใช้สมุนไพรในชีวิตประจำวัน</p> <p>ข้อคิดเห็นของกลุ่ม ปัจจุบันสมุนไพรเป็นที่รู้จักและได้รับการยอมรับในรูปแบบของการค้ามากเกินไป ไม่ให้ความสำคัญกับเจ้าของความรู้ที่เป็นปัจเจกบุคคล</p>	
--	---	--

ตารางที่ 6 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคใต้จังหวัดนครศรีธรรมราช

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
<p>ภาคใต้ จังหวัดนครศรีธรรมราช กลุ่มที่ 1 ผู้มีภูมิความรู้ด้านสมุนไพร</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. นายกิตา วิมลเมธี 2. นางสาวประณีต โภชนา 3. นายทองใบ ดวงพร <p>2</p>	<p>1. การบริโภคพืชผักสมุนไพร</p> <p>กลุ่มผู้สนทนาได้ให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์เกี่ยวกับการใช้พืชผักสมุนไพรในท้องถิ่น ได้แก่ ยอดกระถิน สะตอ ยอดมะม่วงหิมพานต์ ลูกเนียง ลูกเหลียง ยอดหมูยอ พืชเหล่านี้มีสารป้องกันโรคหลายชนิด ใช้ประกอบอาหารทำให้อาหารมี</p>	<p>1. การบริโภคพืชผักสมุนไพร</p> <p>การบริโภคพืชผักสมุนไพรในท้องถิ่น ได้แก่ พริกขี้หนู ขิง ข่า พริกไทย ขมิ้น กระชาย มะกรูด มะนาว หอม กระเทียมกระเพรา กระวาน ชะพลู ตะไคร้ ใช้เป็นส่วนผสมของเครื่องปรุงตามรสชาติของสมุนไพร</p>

ตารางที่ 6 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคใต้จังหวัดนครศรีธรรมราช (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
<p>กลุ่มที่ ประชาชนทั่วไป(ศาสนาพุทธ)</p> <ol style="list-style-type: none"> นายสุวรรณ ปรามแก้ว นายสมพร หนูนารถ นายวิภาส ชูเกิด นายกิตติศักดิ์ ช่วยพิทักษ์ นายวิทยา นิ่มนวล นางสาวเพ็ญลัดดา หนูสมแก้ว นายภานุพงศ์ อนุรักษ์เลิศ <p>ประเด็นหลักในการสนทนา ได้กำหนดหัวข้อการสนทนาของ ทั้ง 2 กลุ่ม ให้เชื่อมโยงกับ วัตถุประสงค์การวิจัยใน 6 ประเด็น ดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> การบริโภคพืชผักสมุนไพร การนำสมุนไพรมาใช้ใน ด้านความเชื่อ ประเพณี พิธีกรรม 	<p>รสชาติ</p> <p>ข้อห้ามและข้อแนะนำในการบริโภค ห้ามรับประทานพืชประเภทที่มีฤทธิ์ แรงหรือมีพิษเช่น ลูกสลอด ไหลเผือก โลดื่น กลอย อุดพิษ ควรหาความรู้ เกี่ยวกับพืชที่มีพิษหรือถามผู้รู้ก่อน บริโภค</p> <p>2. การนำสมุนไพรมาใช้ในด้านความ เชื่อ ประเพณี พิธีกรรม พืชสมุนไพรที่ ใช้ มีดังนี้</p> <p>1) ประเพณีเกี่ยวกับชีวิต ได้แก่ การเกิด - ใช้ไพล หัวกะทือ ว่านชัก มดลูก แก่นมะขาม เพื่อรักษาแผลและ ป้องกันกลิ่นคาว งานบวช - ใช้ดอกมะลิขอขมาผู้ใหญ่ ใบบัวหลวงเพื่อไว้ร่องหรือห่อผมนาค พิธีแต่งงาน - ใช้ดอกไม้บูชาพระบูชา พระภูมิเจ้าที่ ใบเงิน ใบทอง ใบนาค ใบมะตูม ส้มป่อย การทำน้มนต์พิธีมงคล - ใช้หญ้าคา ใบมะยม ใบมะกรูด ส้มป่อย การทำน้มนต์พิธีอวมงคล - ใช้หญ้า คา ใบมะยม ใบหนาด ใบมะกรูด ขึ้นบ้านใหม่นิยมใช้ - ข้าวเปลือก ไม้ ไผ่สีสุก ทองพันชั่ง หวานลิบแสน ใบ มะยม หญ้าคา ฟักทอง แพง ถั่ว งา เพื่อให้บ้านมีความสมบูรณ์พร้อม การขอฝน (ขอให้ฝนตก) - ดอกพุทธร</p>	<p>การบริโภคตามธาตุเจ้าเรือน ธาตุดิน - ดอกดีปลี ธาตุน้ำ - รากชะพลู ธาตุลม - เถาสะค้าน ธาตุไฟ - รากเจตมูลเพลิง</p> <p>ข้อห้ามและข้อแนะนำในการ บริโภค</p> <p>หัวกลอยห้ามกินสด ๆ ต้องลอม น้ำก่อนจึงจะบริโภคได้ หัวคอง ดึก ห้ามรับประทานสด ๆ ต้อง ผสมพืชตัวอื่น เป็นยาแก้ มะเร็ง เม็ดสลอด ยางตาตุ่ม ยางสลัดได</p> <p>2. การนำสมุนไพรมาใช้ในด้าน ความเชื่อ ประเพณี พิธีกรรม</p> <p>1) ประเพณีเกี่ยวกับชีวิต การเกิด - ใช้ใบข่อย มะเขือขึ้น พริกไทย กับการปวดท้อง เพื่อความสดชื่นเจริญรุ่งเรือง วันวิสาขบูชา - ดอกบัวดาวเรือง ดอกบานไม่รู้โรย ใบทองสด วันอาสาฬหบูชา - ดอกบัว ดอกบานไม่รู้โรย ใบทองสด วันเข้าพรรษา - ข้าวดอก ดอก ไม้ชนิดต่าง ๆ วันออกพรรษา - ข้าวเหนียว ใบ กะพ้อ มะพร้าว ทอดกรฐิน - หน่อกล้วย ไม้ไผ่</p>

ตารางที่ 6 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคใต้จังหวัดนครศรีธรรมราช (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
	<p>รักษา สังฆรักษา ดอกไม้กลิ่นหอม</p> <p>การขอไม่ให้ฝนตก – ข้าวเหนียวเปียก ต้มแล้วแต่จะกำหนดใช้ก็หาบ (ใส่ภาชนะเล็กแล้วใช้คน 2 คน หาบ ตัว)</p> <p>ข้อคิดเห็นของกลุ่ม</p> <p>ในภาพรวมถ้าเป็นประเพณี พิธีกรรมที่มีศาสนาเข้ามาเกี่ยวข้องมักใช้ดอกไม้สำหรับบูชาพระ และผลไม้ที่รับประทานได้ เช่น กล้วย อ้อย มะพร้าว เพื่อถวายภัตตาหาร</p> <p>3. การนำพืชผักสมุนไพรมาใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน</p> <p>การใช้ประโยชน์ด้านสุขภาพ พืชสมุนไพรที่ใช้ในการส่งเสริมสุขภาพ ผู้เข้าร่วมสนทนากลุ่มไม่ทราบข้อมูล</p> <p>การป้องกันโรค – ฟ้าทะลายโจร หนุ้าไต้ใบ ใบจีเหล็ก มะระจีนก มะเขือพวง มะรุม ผักคะน้า ผักบั้ง ฟักทอง</p> <p>การรักษาโรคพื้นฐาน ขมิ้น กระเทียม หอมแดง ชุมเห็ดเทศ ทองพันชั่ง หัวข่าแก่ ใบพลู เปลือกข่อย เปลือกอินทนิล ใบกระเพรา ใบน้อยหน้า เม็ดกระเบา ผักบั้งแดง พริกไทย</p> <p>การฟื้นฟูสุขภาพ ฟักทองและธัญพืชต่าง ๆ หนุ้าฝรัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย</p> <p>การใช้ประโยชน์ทั่วไป</p> <p>ใช้ห่อ รีด มัด ร้อย เครื่องจักสาน และ</p> <p>มุงหลังคา - ใบกล้วย ตองตึง อ้อย</p>	<p>ก้านมะพร้าว ดอกไม้</p> <p>ทอดผ้าป่า - ใช้ต้นไม้ กิ่งไม้ ใช้เป็นที่ทอดผ้าป่า พืชที่มีกิ่งก้านชนิดใดก็ได้</p> <p>เทศน์มหาชาติ - หมาก พลู ภูเขา กัณฑ์เทศ</p> <p>ลอยกระทง - ต้นกล้วย ใบเตย ใบตอง ดอกไม้ ดอกดาวเรือง ดอกบานไม่รู้รุ่ย</p> <p>วันตรุษจีน - ใช้ต้นกวนอิม</p> <p>วันสารทไทย - ใช้ข้าวเหนียว หมาก พลู ไม้ไผ่</p> <p>การทำน้มนต์พิธีมงคล - ดอกไม้ เฌียงพร้า ใบเงินใบทอง</p> <p>การทำน้มนต์พิธีอวมงคล - ใช้ เฌียงพร้า หมากผู้ หนุ้าคา</p> <p>ขึ้นบ้านใหม่ - ใช้หนุ้าคา</p> <p>การขอฝน (ขอให้ฝนตก) - ผู้เข้าร่วมสนทนาให้ข้อมูลว่าที่ภาคใต้ไม่มีพิธีกรรมขอฝน</p> <p>การขอไม่ให้ฝนตก - ผู้เข้าร่วมสนทนาให้ข้อมูลว่าไม่มีความรู้ในเรื่องนี้</p> <p>ประเพณี พิธีกรรมในท้องถิ่น</p> <p>พิธีไหว้เจ้าที่ไร่ ที่บ้าน ที่นา ตั้งศาลพระภูมิ ตั้งหิ้งตายายบรรพบุรุษ ได้รับการถ่ายทอดจากบรรพบุรุษ ส่วนใหญ่ใช้</p>


ตารางที่ 6 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคใต้จังหวัดนครศรีธรรมราช (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
	<p>หวาย เถาหญ้านาง ไม้ไผ่ ย่านลิเภา หญ้าคา หญ้าแฝก ใบจาก ใบมะพร้าว สระผมบำรุงเส้นผม - ลูกประคำดี ควาย ดอกอัญชัน น้ำชาข้าว ว่าน หางจรเข้ ใบหมี ใบหญ้านาง ยาฆ่าแมลง/ยาปราบศัตรูพืช - ใบ/ เมล็ดสะเดา ใบควินิน โลชั่น ไหล เฟือก ใบยาสูบ(ยาสูบ) เครื่องสำอาง - มะขาม มะเฟือง ขมิ้น น้ำผึ้ง นมผึ้ง ลูกประคำดีควาย น้ำมัน มะพร้าว สีผสมอาหารและย้อมผ้า - ขมิ้นใบเตย ถ่านกะลามะพร้าว ดอกอัญชัน ย้อม ผ้า เช่น แก่นขนุน ลูกมะเกลือ แก้ว นมะหนด เปลือกลูกมังคุด</p> <p>ข้อคิดเห็นของกลุ่ม พืชทุกชนิดมีทั้งคุณและโทษ ถ้าจะให้ เกิดประโยชน์ต้องรู้จักใช้ให้ถูกกรรม ชาติของพืชแต่ละชนิด โดยศึกษาค้น คว้าถามผู้รู้ที่แท้จริง และข้อสำคัญ ต้องเป็นคนดีมีคุณธรรมมองเห็นความ ทุกข์ยากของผู้อื่นเหมือนของตัวเอง</p> <p>4. ความภาคภูมิใจในการนำสมุนไพร มาใช้ ผู้เข้าร่วมสนทนาส่วนใหญ่มีความเห็น ตรงกันว่า มีความภาคภูมิใจในการนำ สมุนไพรมาใช้และจะพยายามสืบสาน ภูมิปัญญาที่สืบทอดมาจากบรรพบุรุษ</p>	<p>ดอกไม้ท้องถิ่น ประกอบด้วย กล้วย อ้อย มะพร้าว และรูป เทียน</p> <p>3. การนำพืชผักสมุนไพรมาใช้ ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน การใช้ประโยชน์ด้านสุขภาพ พืชสมุนไพรที่ใช้ส่งเสริมสุขภาพ ภาพ ได้แก่ กล้วย กระชาย โศไม่รู้อุ้ม กำลั้งวัวเถลิง การป้องกันโรค - มะกรูด มะนาว พริก ค่ะไคร้ ขมิ้น บอระเพ็ด กระเทียม หอม พืชแต่ ละอย่างจะป้องกันโรคไม่ เหมือนกัน</p> <p>การรักษาโรคพื้นฐาน ทองพัน ชั่ง ฝรั่ง ขมิ้น กระชายกระเพรา มะขาม เสาทรส บอระเพ็ด เจตมูลเพลิง กระเทียม หอม ฟ้า ทะเลยาโจร</p> <p>การฟื้นฟูสุขภาพ กระชาย โศไม่รู้อุ้ม เหงือกปลาหมอกำลั้ง หนุমান ในการใช้สมุนไพร สาเหตุที่ใช้เพราะปฏิบัติตามพ่อ แม่ที่ปฏิบัติตามกันมาแต่บรรพ บุรุษ</p> <p>การใช้ประโยชน์ทั่วไป ใช้ห่อ รีด มัด ร้อย เครื่องจักสาน และมุงหลังคา - กล้วย กะพ้อ</p>

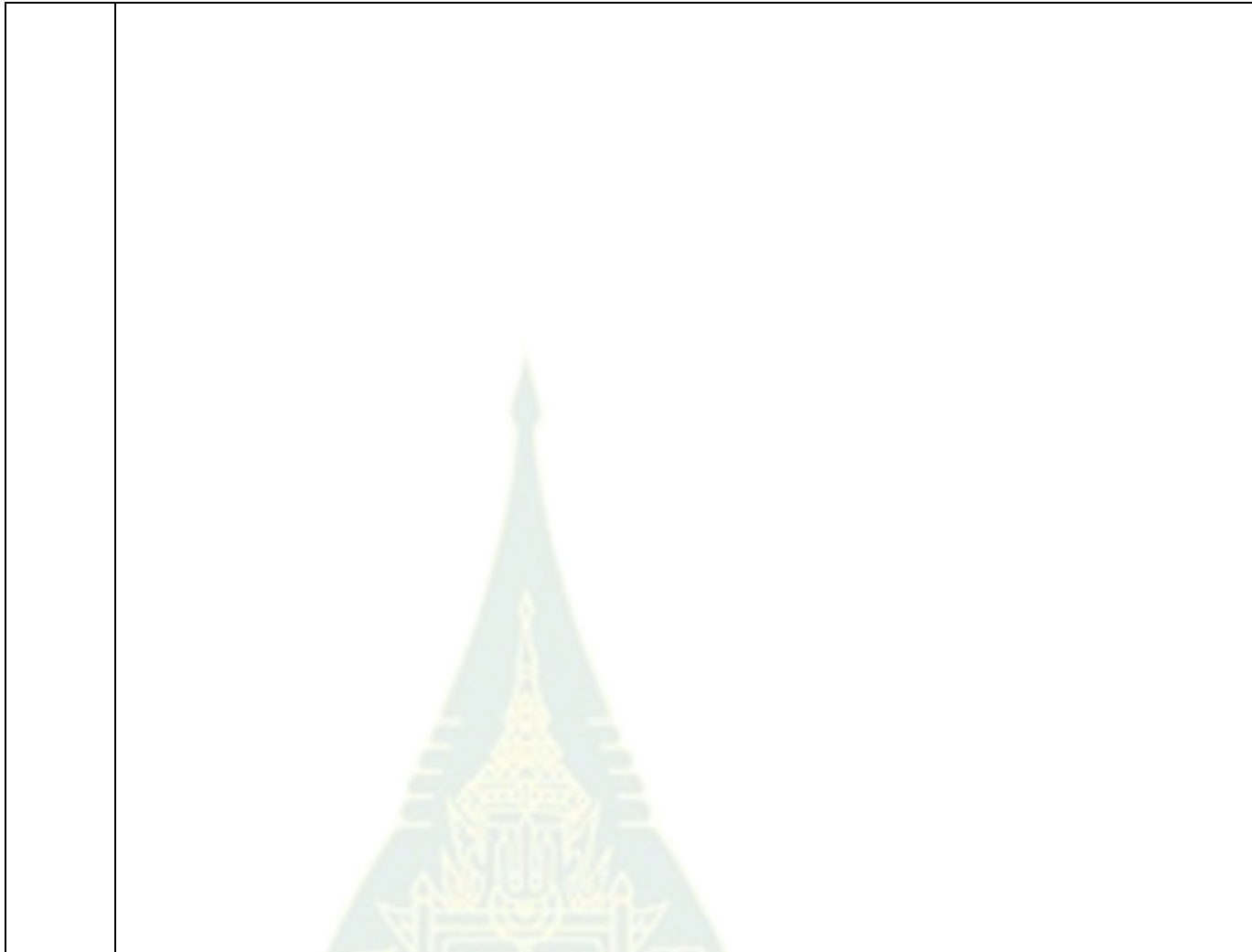
ตารางที่ 6 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคใต้จังหวัดนครศรีธรรมราช (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
	<p>ต่อไป แต่บางครั้งรู้สึกน้อยใจบ้างเนื่องจากภาครัฐ และผู้เกี่ยวข้องที่รับ ผิดชอบปล่อยปละละเลยให้ต่างชาติฉวยโอกาส นำไปเป็นประโยชน์โดยจัดสิทธิบัตรเป็นคน</p> <p>5. การสืบทอด/เผยแพร่การใช้สมุนไพร การใช้พืชสมุนไพรในประเพณี พิธีกรรมและใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน ส่วนใหญ่ให้ความเห็นว่า ได้รับการถ่ายทอดจากบิดาญาติผู้ใหญ่ ผู้รู้ในหมู่บ้านท้องถิ่น ครูทางแพทย์แผนไทย หนังสือ เอกสาร แหล่งเรียนรู้ที่มีอยู่ และสมควรสืบทอดภูมิปัญญาดังกล่าวไปสู่คนรุ่นหลังโดยการพูดให้ฟัง ทำให้ดู (สาธิต) อยู่ให้เห็น คือ นำเอามาใช้ในชีวิตประจำวันจริง ๆ รวมทั้งการปฏิบัติตัวให้ขยันเป็นแบบอย่างด้วย และถ้ามีผู้สนใจก็จะพาไปเรียนรู้จากแหล่งประกอบการด้วย ผู้สนทนากลุ่มนี้ ได้นำความรู้จากพืชสมุนไพรไปทำเป็นผลิตภัณฑ์จากธรรมชาติเพื่อใช้เอง และจำหน่ายให้ผู้สนใจด้านสุขภาพทั่วไป</p> <p>6. การใช้สมุนไพรในปัจจุบัน การใช้สมุนไพรในปัจจุบัน แตกต่างจากอดีต เพราะมีปัจจัยหลายอย่าง ปัจจุบันจะเน้นแต่พิธีการ และในเชิง</p>	<p>จุด ถลุ่ม คล้า สะก่า จาก สาธุหญ้าคา</p> <p>สรรพมบ่ารุงเส้นผม – ผลมะกรูด ยานสะบ้าน มะเฟือง ยามาแมลง/ยาปราบศัตรูพืช – ต้นยาสูบ หนอนตายยาก ใบสะเดา บอระเพ็ด เท้าพันรอก ใบตัด เถาสาวดำ เถาโลดิน เครื่องสำอาง - ขมิ้นชัน ขมิ้น อ้อย อัญชัน แดงกวา</p> <p>ดีผสมอาหารและย้อมผ้า – ขมิ้น อัญชัน ไม้พลับ</p> <p>4. ความภาคภูมิใจในการนำสมุนไพรมาใช้ ผู้เข้าร่วมสนทนาส่วนใหญ่มีความเห็นตรงกันว่า มีความเชื่อมั่น มีความภาคภูมิใจ มีความเชื่อตามบรรพบุรุษ เมื่อประกอบพิธีกรรมแล้วใจจะมีความสุขไม่กังวล</p> <p>5. การสืบทอด/เผยแพร่การใช้สมุนไพร ผู้สนทนากลุ่มให้ความเห็นว่าการใช้พืชสมุนไพรในประเพณี พิธีกรรมได้รับการถ่ายทอดจากหมู่บ้านผู้เฒ่าในท้องถิ่น การใช้ การทำตามติดต่อกันมาเป็นค่านิยมประจำถิ่น ไม่ทราบที่มา</p>

ตารางที่ 6 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคใต้จังหวัดนครศรีธรรมราช (ต่อ)

รายชื่อ ผู้ร่วม สนทนา กลุ่ม จังหวัด/ ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1
	<p>พาณิชย์ เข้าไม่ถึงแก่นของพิธีกรรม และนำสาระไปใช้ได้น้อยลง</p> <p>ความคิดเห็นของกลุ่ม</p> <p>คนรุ่นใหม่นำเสนอไพร่ไปใช้ในด้านความสวยงาม มากกว่าด้านสุขภาพถึงแม้ว่าจะได้รับการยอมรับ ก็รู้สึก หมายที่ดี แต่การนำเสนอไพร่ไปใช้ในปัจจุบัน ควรศึกษาวิจัยให้เกิดประโยชน์จริง ๆ ไม่ควรโอ้อวดหรือโฆษณา จริง เพราะจะมีผลเสียมากกว่าผลดี</p> 





ตารางที่ 6 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มภาคใต้จังหวัดนครศรีธรรมราช (ต่อ)

รายชื่อผู้ร่วมสนทนากลุ่ม จังหวัด/ภาค	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 1	ข้อมูลที่ได้ จากการสนทนากลุ่มที่ 2
		<p>ในประเพณี พิธีกรรม ในชีวิตประจำวันจะลดน้อยลง เนื่องจากความสะดวกสบายจากการใช้สมุนไพรรูปมากกว่า</p> <p>ความคิดเห็นของกลุ่ม</p> <p>รู้สึกภูมิใจที่ภาครัฐให้การยอมรับมากขึ้น คิดว่าได้ประโยชน์จากการพึ่งพาตนเองในการใช้พืชสมุนไพรที่มีอยู่ แต่ควรมีการควบคุมคุณภาพการอนุรักษ์</p>

		ทรัพยากรธรรมชาติ มีการส่งเสริมการปลูกทดแทน หรือใช้ประโยชน์เชิงการค้า มีความห่วงใย เรื่องการคุ้มครองสิทธิของภูมิปัญญาไทย ด้านพืชผักสมุนไพร
--	--	---

ตอนที่ 4.2 ปัญหาอุปสรรค และข้อเสนอแนะ

4.2.1 ปัญหาอุปสรรค

จากการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลทั้งในกลุ่มผู้มีภูมิรู้ทางสมุนไพรและประชาชนทั่วไปพบว่า ปัญหาอุปสรรคของการใช้ประโยชน์จากพืชสมุนไพรมีหลายประการ ดังนี้

4.2.1.1 ปัญหาอุปสรรคตามความคิดเห็นของกลุ่มผู้มีภูมิรู้ทางสมุนไพร

- 1) รัฐยังไม่สนับสนุนให้มีโรงพยาบาลของรัฐทุกแห่งใช้สมุนไพรไทยในการรักษาควบคู่ไปกับการรักษาโดยใช้ยาแผนปัจจุบัน ทำให้สมุนไพรไทยไม่ได้รับการยอมรับเท่าที่ควร
- 2) รัฐบาลยังไม่ได้สนับสนุนอย่างจริงจังเท่าที่ควร ยังไม่เปิดโอกาสให้ทำยาขายได้ ขั้นตอนของการขอสิทธิบัตรยุ่งยากมาก อยากให้มีเจ้าหน้าที่มาช่วยเหลือ แนะนำในเรื่องเหล่านี้
- 3) รัฐบาลและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องยังสนับสนุนไม่เต็มที่ ทำให้การสืบทอดภูมิปัญญาแบบดั้งเดิมลดลง จนองค์ความรู้บางส่วนได้สูญหายไป

4) ปัจจุบันการเผยแพร่องค์ความรู้เกี่ยวกับการใช้ประโยชน์จากพืชสมุนไพรผ่านสื่อกระจายไปอย่างรวดเร็ว ซึ่งก็เป็นข้อดีที่ประชาชนจะได้รับทราบ แต่ข้อเสียคือความคลุมเครือ และบางอย่างเป็นความรู้ที่ไม่ถูกต้อง ซึ่งหากนำไปใช้อาจเกิดอันตรายถึงชีวิตได้

5) การสืบทอดภูมิปัญญาไทยต้องทำอย่างเข้าใจ ต้องให้ความเคารพคน เคารพสถานที่ และใช้วัตถุดิบอย่างสมดุลและเกื้อกูลกัน ปัจจุบันการตลาดเรื่องการใช้ประโยชน์จากสมุนไพรเป็นไปอย่างรุนแรงมาก ซึ่งน่าเป็นห่วง

6) ปัญหาอุปสรรคด้านบุคคล นโยบายมหากาจักรรัฐ ข้อกฎหมายเช่น กฎกระทรวงสาธารณสุขบางตอนเกี่ยวกับวาระแพทย์แผนไทย พ.ร.บ. คู่คุ้มครองและส่งเสริมภูมิปัญญาคนแพทย์แผนไทย พ.ศ. 2542 บางมาตรา

4.2.1.2 ปัญหาอุปสรรคตามความคิดเห็นของกลุ่มประชาชนทั่วไป

1) ประชาชนยังไม่ค่อยมีความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของพืชสมุนไพรกว่าที่ควร และไม่เชื่อในสรรพคุณสมุนไพร

2) ในการนำสมุนไพรมาใช้ บางชนิดยังไม่รู้จักสรรพคุณที่แน่นอน ถ้านำมาใช้ผิดประเภทอาจเกิดอันตรายได้

3) ผลิตภัณฑ์สมุนไพรที่ชุมชนผลิตขึ้นคนยังไม่นิยมใช้ เพราะมีความเชื่อว่าเป็นผลิตภัณฑ์ที่ได้มาตรฐาน ขาดคุณภาพ ส่วนใหญ่จะใช้ผลิตภัณฑ์ที่มียี่ห้อมากกว่า

4) รูปแบบของการปรุงยาสมุนไพรค่อนข้างยุ่งยากซับซ้อน

5) ผู้ที่มีความรู้ทางด้านสมุนไพรยังมีน้อย ไม่ค่อยมีผู้สนใจจะสืบทอดภูมิปัญญา

6) การใช้ยาสมุนไพรไม่สะดวกในการใช้ ไม่เหมือนยาเคมีที่มักจะทำเป็นแคปซูล เป็นเม็ดบริโกละสะดวก และสมุนไพรบางชนิดมีกลิ่นเหม็น รสขม

7) คนรุ่นใหม่ไม่รู้จัก ไม่มีความรู้ และไม่สนใจที่จะสืบทอดความรู้เกี่ยวกับการใช้พืชสมุนไพร

4.2.2 ข้อเสนอแนะจากกลุ่มผู้มีภูมิรู้ทางสมุนไพรและกลุ่มประชาชนทั่วไป

1) รัฐบาลควรส่งเสริมให้ประชาชนใช้สมุนไพรมาก ๆ ทั้งการป้องกันและรักษาโรค

2) รัฐควรสนับสนุนการวิจัยสมุนไพรชนิดต่าง ๆ ของไทย

3) ควรมีการเผยแพร่ความรู้ให้แก่ประชาชนว่าสมุนไพรแต่ละชนิดมีประโยชน์อย่างไร รักษาโรคอะไรได้บ้าง

4) ควรมีการสืบทอดความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรในรูปแบบของการศึกษาทั้งในระบบและนอกระบบการศึกษา

5) ควรมีการพัฒนาระบบการผลิต บรรจุด้วยยาให้ทันสมัย ได้มาตรฐาน

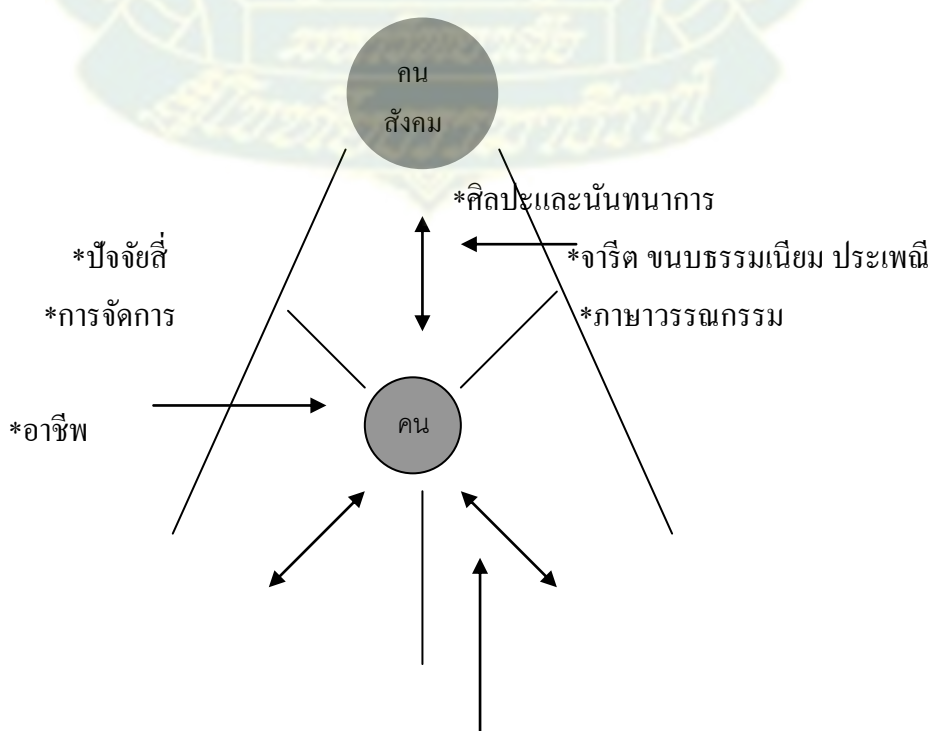
6) ควรมีการถ่ายทอดความรู้เรื่องสมุนไพรไทยให้กว้างขวาง

- 7) ควรจัดตั้งกลุ่มสมุนไพรมานำเสนอ เพื่อรวบรวมความรู้ ภูมิปัญญาไทยเกี่ยวกับสมุนไพรมานำเสนอ
- 8) ควรมีการรับรองมาตรฐานของผลิตภัณฑ์จากสมุนไพรมานำเสนอ โดยหน่วยงานราชการ
- 9) ภาครัฐต้องมึนโยบายที่ชัดเจนเกี่ยวกับแพทย์แผนไทย มีกฎระเบียบเชิงคุ้มครองและส่งเสริม ไม่ใช่กีดกัน ควรเปิดสอนในระบบการศึกษาให้มากขึ้นเพื่อเยาวชนที่สนใจจะได้มีโอกาสศึกษาและสืบสานรวมพลังให้เกิดประสิทธิภาพอย่างแท้จริง
- 10) ควรแจกจ่ายพันธุ์สมุนไพรมานำเสนอให้กับพื้นที่ที่ยังไม่ค่อยมีสมุนไพรมานำเสนอ และควรแจกเอกสารเกี่ยวกับสมุนไพรมานำเสนอ
- 11) ควรเผยแพร่ข้อมูลการใช้สมุนไพรมานำเสนอในชีวิตประจำวัน ในแง่ของการใช้ประกอบประเพณีและพิธีกรรมของบรรพบุรุษไทยทุกภาค
- 12) กระทรวงสาธารณสุขควรตั้งสถาบันการศึกษาที่เรียนรู้เกี่ยวกับสมุนไพรมานำเสนอ โดยตรงรวมทั้งทำหน้าที่เผยแพร่ประชาสัมพันธ์ให้ชาวไทยและต่างประเทศ ได้รับทราบข้อมูลเกี่ยวกับสมุนไพรมานำเสนอ

ตอนที่ 4.3 ภูมิปัญญาไทยในการนำพืชสมุนไพรมานำเสนอมาใช้

4.3.1 ภูมิปัญญาไทยกับการนำพืชสมุนไพรมานำเสนอมาใช้ตามวิถีไทย

ภูมิปัญญาไทยมีลักษณะเป็นความรู้ ความเชื่อ และพฤติกรรมซึ่งแสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างคนกับคน คนกับธรรมชาติสิ่งแวดล้อม และคนกับสิ่งเหนือธรรมชาติ ซึ่งสามารถสะท้อนออกมาใน 3 ลักษณะที่สัมพันธ์ใกล้ชิดกัน คือ 1) ความสัมพันธ์ระหว่างคนกับคนอื่นในสังคม จะแสดงออกมาในลักษณะขนบธรรมเนียมประเพณี ศิลปะ วัฒนธรรม 2) ความสัมพันธ์ระหว่างคนกับธรรมชาติสิ่งแวดล้อม จะแสดงออกมาในลักษณะการดำเนินวิถีชีวิตขึ้นพื้นฐานด้านปัจจัยสี่ ตลอดจนการประกอบอาชีพต่าง ๆ และ 3) ความสัมพันธ์ระหว่างคนกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์ สิ่งเหนือธรรมชาติจะแสดงออกมาในลักษณะของสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ศาสนา ความเชื่อต่าง ๆ ดังแสดงในแผนภาพดังนี้





*สิ่งศักดิ์สิทธิ์

*ศาสนา

*ความเชื่อ

จากแผนภาพข้างต้นพบว่า “พืชสมุนไพร” เข้าไปเป็นส่วนประกอบของความสัมพันธ์ของภูมิปัญญาทั้ง 3 ด้าน ทั้งนี้เนื่องจากประเทศไทยอุดมสมบูรณ์ไปด้วยพืชสมุนไพรหลากหลายชนิด เนื่องจากสภาพภูมิประเทศและภูมิอากาศที่เอื้ออำนวย บรรพบุรุษไทยได้นำพืชสมุนไพรเหล่านั้นมาใช้เป็นปัจจัย 4 ในการดำเนินชีวิต คือ นำมาใช้บริโภคเป็นอาหาร ใช้ทำที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และเป็นยารักษาโรค นอกจากนี้ ยังมีความเชื่อเกี่ยวกับพันธุ์พืชต่างๆ ที่สะท้อนออกมาในเรื่องไม้มงคล ไม้อัปมงคล ข้อห้ามและข้อแนะนำในการใช้พืชสมุนไพรบางชนิด อีกทั้งยังได้นำพืชสมุนไพรมาใช้ในประเพณี พิธีกรรมต่างๆ ด้วย

จากการที่คนรุ่นปู่ย่าตายายได้สังเกตธรรมชาติ อาศัยธรรมชาติเป็นแหล่งในการดำเนินชีวิต จำแนกว่าพืชสมุนไพรชนิดใดสามารถนำมาใช้เป็นอาหารได้ ชนิดใดเป็นพืช พืชสมุนไพรที่บริโภคได้นั้นมีสรรพคุณใช้ในการส่งเสริมสุขภาพ หรือเป็นยารักษาโรคหรืออาการใดได้บ้าง พืชสมุนไพรใดที่เหมาะสมในการนำมาใช้สร้างที่อยู่อาศัย ใช้เป็นเครื่องนุ่งห่ม และนำมาใช้ประโยชน์ในการดำเนินชีวิต การเรียนรู้การใช้ประโยชน์จากพืชสมุนไพรจากการสังเกต ลองผิดลองถูก จนกระทั่งรวบรวมและจัดเป็นความรู้ที่กลมกลืนกับวิถีชีวิต สั่งสอน สืบทอดความรู้ ความเชื่อจากคนรุ่นหนึ่งสู่คนรุ่นต่อไปถึงภูมิปัญญาไทยในการนำพืชสมุนไพรมาใช้ในวิถีไทย ทั้งในด้านภูมิปัญญาไทยในการบริโภคพืชผักสมุนไพร ภูมิปัญญาไทยในการนำพืชผักสมุนไพรมาใช้ด้านความเชื่อ ประเพณี พิธีกรรม ภูมิปัญญาไทยในการนำพืชผักสมุนไพรมาใช้ด้านสุขภาพ และภูมิปัญญาไทยในการนำพืชผักสมุนไพรมาใช้ในชีวิตประจำวัน (ภทรพร ยุทธาภรณ์พินิจ และคณะ, 2546)

การนำพืชผักสมุนไพรมาใช้ตามวิถีไทยเป็นความชาญฉลาดและแยบยลของบรรพบุรุษไทย ในการนำคุณสมบัติหรือสรรพคุณของพืชสมุนไพร มาใช้ร่วมกันเพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุด ตัวอย่างที่เห็นได้ชัดคือ การบริโภคอาหารของคนไทย ที่แม้จะมีความแตกต่างกันไปในแต่ละท้องถิ่นตามลักษณะภูมิประเทศและภูมิอากาศ หากแต่มีวัฒนธรรมการบริโภคร่วมกันคือ การบริโภคผักและน้ำพริก ซึ่งนอกจากทำให้ได้ประโยชน์ในเชิงคุณค่าทางโภชนาการแล้ว พืชสมุนไพรที่มีอยู่ในอาหารประเภทนี้ยังมีคุณสมบัติในการช่วยย่อยอาหารและขับลม รวมถึงการบริโภคอาหารตามธาตุ การบริโภคอาหารตามฤดูกาลเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ

นอกจากนี้ยังมีการนำความหมายจากชื่อพืชสมุนไพรมาสร้างเป็นความเชื่อ ด้วยเหตุที่ชื่อแสดงถึงความดี ความเป็นมงคล ก่อให้เกิดความมั่นคงทางจิตใจ ต่อการที่จะกระทำกิจกรรมต่างๆ เช่น น้ำมันต์ ซึ่งถือว่าเป็นน้ำศักดิ์สิทธิ์ เป็นสิริมงคล ใช้ปิดป่าอภัยมงคลและอันตรายต่างๆ นิยมใส่พืชสมุนไพร เช่น ใบเงิน ใบทอง ใบนาก ตามความเชื่อว่าจะช่วยให้มีโชคลาภ สัมปอวย เพราะเชื่อว่าช่วยปลดปล่อยสิ่งชั่วร้าย และผิวมะกรูด เพื่อมีกลิ่นหอมชื่นใจ และใช้ก้านมะยมในการประพรมเนื่องจากมีชื่อเป็นมงคลนาม อีกทั้งก้านมะยมมีความเหนียว ยืดหยุ่นดี เหมาะสำหรับการประพรม หรือการปลุกต้นมะขามหน้าบ้าน ถือกันเป็นเคล็ดว่าเพื่อให้เป็นที่เกรงขามของผู้คน การนำไม้มะขามมาทำเป็นกลองเพื่อให้เกิดเสียงดัง

การที่ชาวบ้านสมัยก่อนนิยมเอามะกรูด มะนาว มาป้ายจมูกไว้ควายในการเดินผ่านป่า เพื่อป้องกันสัตว์เหล่านี้ตื่นเตลิดเพราะได้กลิ่นสาบเสื่อ เนื่องจากผิวมะกรูด มะนาวมีน้ำมันหอมระเหยดับกลิ่นสาบได้ (สถาบันการแพทย์แผนไทย, 2540)

ที่ยกตัวอย่างมาเหล่านี้ล้วนแสดงให้เห็นถึงพืชสมุนไพรที่ล้วนมีประโยชน์และถูกนำมาใช้ในการดำเนินชีวิตของคนไทยที่สืบทอดมาเป็นภูมิปัญญาไทย

4.3.2 ภูมิปัญญาไทยในการบริโภคพืชผักสมุนไพร

4.3.2.1 วัฒนธรรมการบริโภคและคุณค่าทางโภชนาการของพืชผักสมุนไพร

“อาหารไทย” นับเป็นภูมิปัญญาไทยที่บรรพบุรุษได้รังสรรค์มายาวนานอย่างสอดคล้องกลมกลืนกับวิถีชีวิตความเป็นอยู่ที่เกิดจากการเรียนรู้และประสบการณ์ ที่ถ่ายทอดสืบต่อกันมาจากรุ่นสู่รุ่น คนไทยในอดีตมักใช้เวลาในการจัดหาและปรุงอาหาร เพราะต้องไปหาพืชผักจากในป่าซึ่งลำบาก ต่อมาจึงได้นำพันธุ์พืชผักมาปลูกไว้รอบรั้วบ้าน จึงเกิดวัฒนธรรมการปลูกต้นไม้รอบๆ รั้วบ้าน ดังคำเปรียบเปรยว่า “คืบก็ยา สอกก็ยาและอาหาร” เพราะไม้รอบรั้วบ้านจึงเป็นสมุนไพรที่เป็นทั้งอาหารและยา เช่น ผักเครื่องจิ้มทั้งหลาย เครื่องแกง จิง ข่า ตะไคร้ ใบมะกรูด มะนาว โหระพา กะเพรา ยี่หระ ผักชี ปลูกไว้รอบรั้วบ้าน เมื่อจะใช้ปรุงอาหารก็เก็บมาปรุงได้ตลอดเวลา โดยไม่ต้องไปหาในป่าอีกต่อไป พืชผักสมุนไพรที่ปลูกไว้รอบรั้วบ้านส่วนใหญ่จะเป็นพืชผักพื้นเมืองที่ผลิดอกออกผลตามฤดูกาล นำมาปรุงรสเป็นอาหารรสชาติต่างๆ ได้อย่างหลากหลาย อาหารไทยจึงมีหลากหลายรส

พืชผักสมุนไพรของไทยล้วนอุดมด้วยคุณค่าทางโภชนาการ เช่น ผักกูด ใบจี่เหล็ก ใบชะพลู ผักแว่น กระถินมีโปรตีนสูง ยอดตำลึง ใบชะพลู ใบยอ ใบย่านาง ยอดมะระ โหระพา ผักโขม ผักทอง ผักบุ้ง พริกชี้ฟ้า มีวิตามินเอสูง ผักตั่ว ใบมะรุม ดอกจี่เหล็ก ใบทองหลาง ยอดกระถิน ยอดแค ยอดมะม่วง ยอดมะขาม มีวิตามินซีสูง ดอกงั่วแดง ผักโขม ถั่วพู ผักเบ็ย ใบชะพลู ใบยอ สะเดา ผักแพว หรือผักไผ่ มีแคลเซียมสูง ถั่วลันเตา ผักชีฝรั่ง บวบเหลี่ยม มีธาตุเหล็กสูง (นิพนธ์ วีระธรรมานนท์, 2552)

นอกจากคุณค่าทางด้านสารอาหารแล้ว พืชผักสมุนไพรหลายชนิดถูกนำมาใช้ในการปรุงแต่งกลิ่น รสอาหาร ดังนี้ (วีระสิงห์ เมืองมัน และคณะ, 2548 ; จิตระพี บัวผัน, 2548)

พืชผักสมุนไพรที่ให้รสเปรี้ยว เช่น มะขาม มะขามเทศ ขอดมะขาม ขอดส้มป่อย บอนส้ม

พืชผักสมุนไพรที่ให้รสเผ็ดร้อน เช่น โหระพา ดีปลี ผักแพวหรือผักไผ่

พืชผักสมุนไพรที่ให้รสหวาน เช่น มะเขือเทศลูกเล็กๆ ของทางเหนือ ใบย่านาง

พืชผักสมุนไพรที่ให้รสขม เช่น สะเลโด(กะเหรี่ยง) เพี้ยพาน(เหนือ)

พืชผักสมุนไพรที่ให้กลิ่นหอม เช่น ผักไผ่ โหระพา ใบจิง

พืชผักสมุนไพรที่ช่วยดับกลิ่นคาว เช่น ตะไคร้ ข่า ขมิ้น ใบและผิวมะกรูด

คุณค่าที่สำคัญอีกประการหนึ่งของพืชผักสมุนไพร คือ การมีเส้นใยอาหาร (Fiber) ซึ่งเส้นใยอาหารนี้เป็นโครงสร้างของผัก มีมากที่เปลือก ใบและก้าน ร่างกายไม่สามารถย่อยได้ เมื่อรับประทานเข้าไปแล้วจึงเหลือเป็นกากช่วยกระตุ้นให้ลำไส้ใหญ่บีบตัวขับถ่ายของเสียออกมา จึงทำให้ช่วยป้องกันการท้องผูกได้ นอกจากนี้ ใยอาหารยังมีคุณสมบัติในการที่จะจับคอเลสเตอรอลไว้ แล้วขับถ่ายออกมาพร้อมกัน จึงทำให้ลดคอเลสเตอรอลในเส้นเลือดได้ด้วย และจากการที่เส้นใยอาหารทำให้อาหารผ่านจากปากถึงทวารหนักในอัตราที่เร็วขึ้น จึงทำให้เวลาในการที่เชื้อบูดได้เล็กจะสัมผัสกับสารพิษ และสารที่ก่อให้เกิดมะเร็งที่มีอยู่ในอาหารลดลง ร่างการจึงได้รับสารพิษน้อยลงไปด้วย พืชผักที่มีใยอาหารสูง ได้แก่ ผักไผ่(ผักแพว : ใบจันทร์หอม) ขอดสะเดา ขอดมะม่วงหิมพานต์ ขอดมะกอก ใบยี่ห่วย ขอดผักเหียง ขนุนอ่อน ขอดขี้เหล็ก และขอดดอกแค (เพ็ญนภา ทรัพย์เจริญ, 2545)

4.3.2.2 วัฒนธรรมการบริโภคพืชผักสมุนไพรในแต่ละท้องถิ่น

การบริโภคอาหารในแต่ละท้องถิ่นเป็นวัฒนธรรมที่มีความแตกต่างกันในแต่ละภาค ขึ้นอยู่กับวิถีการดำเนินชีวิต แนวปฏิบัติที่สืบทอดกันมา ความเชื่อ ค่านิยมของประชาชน และความยากง่ายในการหาอาหารในแต่ละภูมิภาค โดยธรรมชาติพืชผักสมุนไพรแต่ละชนิดจะเจริญงอกงามได้ตามสภาพแวดล้อมภูมิประเทศ ดินฟ้าอากาศที่เหมาะสมของพืชผักสมุนไพรชนิดนั้นๆ สำหรับประเทศไทยเนื่องจากสภาพแวดล้อม ภูมิประเทศ และสภาพดินของแต่ละภาคค่อนข้างใกล้เคียงกัน เราจึงมีพืชผักสมุนไพรที่สามารถปลูกและให้ผลผลิตได้เหมือนกันในทุกภาค เช่น พืชผักสวนครัวชนิดต่างๆ แต่ในขณะเดียวกัน สภาพอากาศที่แตกต่างกันในบางฤดู เช่น ในฤดูหนาว อากาศทางภาคเหนือและภาคตะวันออกเฉียงเหนือซึ่งอยู่บนที่ราบสูง จะมีอุณหภูมิค่อนข้างต่ำกว่าทางภาคกลางและภาคใต้ ในขณะที่ภาคใต้จะมีฝนตกชุกในหน้ามรสุม สภาพอากาศเป็นแบบร้อนชื้น จากปัจจัยดังกล่าว ภาคต่างๆ ก็จะมีพืชผักสมุนไพรที่มีความแตกต่างกันเป็นลักษณะเฉพาะตามภาคด้วย (กระทรวงสาธารณสุข, 2540 ; เพ็ญนภา ทรัพย์เจริญ, 2542)

อาหารแต่ละท้องถิ่นเป็นเอกลักษณ์ของแต่ละวัฒนธรรม อาหารจะถูกปรุงแต่งและถ่ายทอดสูตรตำรับกันมาแบบรุ่นต่อรุ่น โดยมีลักษณะที่คล้ายคลึงกันคือจะอาศัยธรรมชาติรอบตัวและการปรุงแต่งที่เรียบง่าย มีความหลากหลาย มีเอกลักษณ์และมีรสชาติที่ชวนลิ้มลอง ตำรับอาหารพื้นบ้านแต่

ละท้องถิ่นเป็นความผสมผสานที่ลงตัวระหว่างชนิดของอาหาร ปริมาณ และชนิดของพืชผักพื้นบ้าน เนื้อสัตว์และเครื่องปรุง ถูกบอกเล่าและถ่ายทอดว่า อะไรและอะไร “ควรจะต้องไปด้วยกัน”(Go together) เทคนิคการปรุงอาหาร ตัวอย่างเช่น ชาวเหนือเวลาแกงแค จะไม่ใช้ผักสด เช่น ผักเชียงดา สะเดา เพราะจะทำให้แกงแคไม่อร่อยและก็ถือเป็นที่รู้กันว่า ผักเชียงดา ผักชะอม ผักเสี้ยว จะต้องแกงร่วมกันจึงจะอร่อย ชาวภาคกลาง เวลารับประทานผักเสี้ยนคอง ต้องทานกับน้ำพริกกะปิ ยอดสะเดาลวกต้องทานกับน้ำปลาหวาน ชาวอีสานเวลาตำกล้วยดิบ จะใส่ลูกมะเฟืองเข้าไปตำรวมกัน จะทำให้ตำกล้วยรสอร่อย ไม่ฝาด หรือส้มตำใส่มะกอกสุก เป็นต้น ความพึงพอใจในรสชาติของอาหารหรือความอร่อยของอาหารพื้นบ้าน เหล่านี้ไม่มีหลักเกณฑ์ตายตัว เป็นวัฒนธรรมที่คุ้นเคยแต่ด้วยเด็ก ผู้คนแต่ละท้องถิ่นจะได้รับการให้เรียนรู้ ตั้งแต่วัยเด็ก ว่าอะไรควรรับประทานกับอะไร นับเป็นสิ่งสะท้อนประสบการณ์และภูมิปัญญาภายใต้บรรยากาศของท้องถิ่น พืชผักที่รู้จักกันดีและนำมารับประทานกันเป็นประจำในแต่ละภาค มีดังนี้ (เพ็ญญา ทรัพย์เจริญ, 2542 ; ปภาณี ฐิติวัฒนา, 2542 ; จลาตชาย รมิตานนท์ และคณะ, 2543)

อาหารพื้นบ้านภาคเหนือ มีรสอ่อน มีรสเผ็ดบ้าง เค็ม เปรี้ยว แต่ไม่หวานจัด อาหารหลักคือข้าวเหนียว การปรุงอาหารพื้นบ้านมีหลายวิธี คือ การแกง การจ่อ การล้า การเจียว การปั้น การคั่ว หรือการผัด การหลู้(ลาบ) การตำ การปรุงอาหารที่มีผักพื้นบ้านเป็นส่วนประกอบสำคัญ คือ วิธีการเจียว ตัวอย่างเช่น จอผักกูด จอผักหนาม แกงแค ล้าผักแพะ ยำเตา ยำผักเสียด เจียวผักเชียงดา เจียวผักปลัง ตำขมอ่อน เป็นต้น

อาหารพื้นบ้านภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีรสเผ็ด รสเค็ม รสเปรี้ยว นิยมรับประทานข้าวเหนียวกับอาหารพื้นบ้านที่มีรสจัดและน้ำน้อย การปรุงอาหารพื้นบ้านมีหลายวิธี คือ ลาบ ก้อย จ้าจู้ หมก อุ้ เอ๊ะ อ่อม แกง ต้ม ซุป เผา กี่ ปิ้ง ย่าง ร่ม คอง คั่ว ลาก นึ่ง ตำ แจ่ว ปั่น เมี่ยง การปรุงอาหารที่มีผักพื้นบ้านเป็นส่วนประกอบสำคัญ เช่น ก้อย ใต้แก่ ก้อยผักเม็ก ก้อยผักพาย ซุป ใต้แก่ ซุปเห็ด ซุปมะเขือ ซุปหน่อไม้ ตำ ใต้แก่ ตำแดง ตำกล้วย ตำลั่ว เป็นต้น และการปรุงแบบอื่นก็มีผักพื้นบ้านแทรกอยู่เสมอ

อาหารพื้นบ้านภาคกลาง มีรสชาติผสมระหว่างรสเปรี้ยว หวาน เค็ม และเผ็ด อาหารหลักคือข้าวเจ้าจะถูกบริโภคกับน้ำพริกหลายหลากรูปแบบ ผักพื้นบ้านส่วนใหญ่เป็นพืชน้ำ เช่น ผักสันตะวา บัวสาย ตับเต่า กบูน ผักกุ่ม แพงพวย ผักข่าเจียด ผักตบ มะกอก กระถิน ผักกะโหลก ผักเบ็ญ ผักข้าว เป็นผักที่ทานกับน้ำพริก การปรุงอาหารที่มีผักพื้นบ้านเป็นส่วนประกอบสำคัญ ใต้แก่ แกงซึ่งมีหลายชนิด เช่น แกงส้มดอกแค แกงส้มดอกโสน เป็นต้น แกงเลียงก็ปรุงรสจากผักนานาชนิด และยังมีแกงเจียวหวาน และยำหลายชนิดที่ปรุงจากพืชผักสมุนไพร เช่น ยำเกสรดอกชมพู ยำผักแพงพวยน้ำ ยำดอกพะยอม เป็นต้น

อาหารพื้นบ้านภาคใต้ จะมีรสเผ็ด รสเค็ม รสเปรี้ยว และมีกลิ่นฉุนของเครื่องเทศ ภาคใต้มีลักษณะอากาศชุ่มชื้น ฝนตกตลอดปี เนื่องจากอากาศร้อนชื้นทำให้เป็นหวัดง่าย คนใต้จึงนิยมรับประทานอาหารที่มีรสชาติ เผ็ดร้อน ช่วยทำให้ร่างกายอบอุ่น ช่วยป้องกันความเจ็บป่วยได้อย่างดี

อาหารหลักคือข้าวเจ้า ซึ่งนิยมทานกับกับแกงเหลือง แกงส้ม ยำ และน้ำพริก โดยมี “ผักเหนาะ” งานใหญ่ตั้งเคียงข้างน้ำพริก ผักเหนาะอาจเป็นผักดิบ ผักลวกหรือผักต้ม และผักดอง ที่ได้จากพืชผักพื้นบ้านเกือบทุกอย่างในท้องถิ่น นอกจากนี้ยังมีน้ำบูดู กะปิ เป็นอาหารหลักด้วย

อาหารในแต่ละท้องถิ่นถูกปรุงขึ้นจากพืชผักพื้นบ้าน จึงมีรสชาติและความอร่อยที่เป็นเอกลักษณ์ ยกที่คนภาคอื่นจะเข้าใจถึงรสชาตินั้น หลายครั้งที่ชาวเหนือบอกว่า “ร้าแต่ๆ” ชาวอีสานว่า “แซบอีหลี” ชาวภาคกลางว่า “อร่อยมาก” และชาวใต้ว่า “ห่อยังงู”

พืชผักสมุนไพรพื้นบ้านบ้านที่ใช้เป็นส่วนประกอบของอาหารประจำภาคต่างๆ ล้วนมีประโยชน์ทางด้านสรรพคุณทางยา ซึ่ง ผศ.ศิริสมร คงพันธุ์ (2542) ผู้เชี่ยวชาญทางด้านกรปรุงอาหารไทย ได้จำแนกรายละเอียดตัวอย่างอาหารพื้นบ้านในแต่ละภาคที่มีสรรพคุณทางยาและบำรุงร่างกาย (จำแนกตามประเภทของเครื่องปรุง) เป็นตัวอย่างของแต่ละภาค ไว้ดังนี้

อาหารประจำภาคเหนือ : แกงแคไก่

1. ซะอม ช่วยลดความร้อนของร่างกาย
2. ใบชะพลู แก้ธาตุพิการ
3. ตำลึง คับพิษร้อน
4. บวบ คับพิษร้อน
5. มะเขือพวง แก้ไอ ขับเสมหะ
6. มะเขือเปราะ กระตุ้นการทำงานของลำไส้ ช่วยบำรุงธาตุ
7. หน่อไม้ ขับปัสสาวะ แก้ไตพิการ ชักฟอกล้างโลหิต ชาติที่เสีย

อาหารประจำภาคตะวันออกเฉียงเหนือ : ลาบปลาตาก

1. ข้าวสาร บำรุงร่างกาย แก้ตาฟาง แก้เหน็บชา
2. พริกขี้หนู ทำให้ระบบย่อยอาหารดีขึ้น ขับลม
3. ข่า ช่วยย่อยอาหาร แก้ปวดท้อง ท้องอืดเฟ้อ แก้คลื่นเหียนอาเจียน
4. ใบมะกรูด แก้โรคลักปิดลักเปิด ขับลมในลำไส้ แก้ลมจุกเสียด
5. หอม แก้หวัดคัดจมูก น้ำมูกไหล แก้โรคตา
6. สะระแหน่ ขับเหงื่อ แก้ปวดท้อง ขับลม แก้จุกเสียดแน่นเฟ้อ
7. มะนาว แก้เสมหะ แก้ไอ แก้เลือดออกตามไรฟัน ฟอกโลหิต
8. กะหล่ำปลี กระตุ้นการทำงานของกระเพาะ ลำไส้ บำรุงธาตุไฟ
9. ถั่วฝักยาว กระตุ้นการทำงานของกระเพาะ ลำไส้ บำรุงธาตุดิน
10. โหระพา แก้ท้องขึ้น อืดเฟ้อ แก้ลมวิงเวียน ช่วยย่อยอาหาร ขับลมในลำไส้ ขับเสมหะ

อาหารประจำภาคกลาง : น้ำพริกมะขามสด

1. มะขามสด ช่วยระบาย แก้ท้องอืด บรรเทาอาการไอ ทำให้ชุ่มคอ ละลาย

เสมหะ

2. กระเทียม ช่วยลดไขมันในเลือด กระตุ้นการดูดซึมของวิตามินบี 1 แก้ไอ ขับเสมหะ มาเชื่อในปากและลำคอ
3. พริกชี้หนู ขับลม บำรุงธาตุ
4. ผักแดงกวา บำรุงผิว ช่วยระบาย
5. มะเขือเปราะ กระตุ้นการทำงานของกระเพาะ ลำไส้ บำรุงธาตุไฟ
6. ถั่วฝักยาว กระตุ้นการทำงานของกระเพาะ ลำไส้ บำรุงธาตุดิน
7. กะหล่ำปลี กระตุ้นการทำงานของกระเพาะ ลำไส้ บำรุงธาตุไฟ
8. ผักกาดขาว กระตุ้นการทำงานของกระเพาะ ลำไส้ ขับปัสสาวะ บำรุงธาตุน้ำ

อาหารประจำภาคใต้ : แกงเหลืองมะละกอ

1. ลูกมะละกอ ช่วยย่อยอาหาร ขับถ่ายอุจจาระ แก้ท้องผูก
2. กุ้งสด บำรุงร่างกาย
3. ตะไคร้ ขับลม ขับปัสสาวะ
4. ขมิ้นชัน ขับลมในกระเพาะอาหาร
5. หัวหอม ขับลม แก้หวัดคัดจมูก
6. พริกชี้หนูสด ขับเหงื่อ ชูรสอาหาร
8. เนื้อในมะขาม แก้เสมหะ ระบายอุจจาระธาตุ

4.3.2.3 สรรพคุณของพืชผักสมุนไพร

ภูมิปัญญาไทยให้ความสำคัญกับ “รส” ของอาหารเป็นอย่างยิ่ง รสของอาหารจะสะท้อนถึงคุณลักษณะเฉพาะหรือสรรพคุณของอาหารที่มีต่อร่างกาย แต่เดิมจำแนกรสของพืชผักสมุนไพรออกเป็น 9 รส แต่ปัจจุบันได้เพิ่มรสจืดเข้าไปอีก 1 รส พืชผักสมุนไพรแต่ละชนิดจะมีลักษณะ รสชาติ กลิ่นที่เฉพาะ ส่วนใหญ่มีรสชาติโดดเด่น รสชาติหนึ่งและมีรสอื่นแทรกมา มักจะไม่มีรสเดียว ดังนั้นการจำแนกจึงสามารถบอกได้ในแง่รสชาติหลักของพืชผักสมุนไพร ซึ่งแต่ละรสมีคุณลักษณะเฉพาะหรือสรรพคุณ ดังนี้ (มานิช วามานนท์ และเพ็ญนภา ทรัพย์เจริญ, 2540)

1) **รสฝาด** มีสรรพคุณในการสมาน เคลือบแผลในกระเพาะอาหาร ช่วยฆ่าเชื้อโรค รักษาอาการท้องเสีย หากรับประทานมากเกินไปทำให้มีอาการผัดผ้อ ท้องอืด ท้องผูก พืชผักสมุนไพรที่มีรสนี้ได้แก่ เนียงอ่อน ยอดจิก ยอดมะม่วงหิมพานต์ ผักเม็ก ผักกระโดน ยอดฝรั่ง กล้วยดิบ ผลมะตูมอ่อน มะเดื่ออุทุมพร มะกอกไทย หัวปลี หยวกกล้วย

2) **รสหวาน** มีสรรพคุณบำรุงผิวพรรณ ทำให้ชุ่มชื้น บำรุงกำลัง แก้อ่อนเพลีย กระจายน้ำ คลายร้อน หากรับประทานมากเกินไปทำให้ลมกำเริบ ง่วงนอน เกียจคร้าน พืชผักสมุนไพรที่มีรสนี้ได้แก่

ยอดพรวัว ยอดเต้าร้าง ผักหวานป่า ผักเหมียง ผักหวานบ้าน กะหล่ำปลี ผักกาด ยอดโกศล มะเขือเครือ ผักพาย ผักปลั่ง บวบ แดง แคน เห็ด ย่านาง จิง ข้าวโพดอ่อน ยอดมะพร้าวอ่อน ดอกขจร พักข้าว

3) **รสขม** มีสรรพคุณแก้ไข้ ช่วยเจริญอาหาร ทำให้นอนหลับ ช่วยบำรุงน้ำดีและเลือด หากรับประทานมากไปทำให้ร้อนเพื่อย พืชผักสมุนไพรที่มีรสนี้ ได้แก่ ผักเพกา กุ่ม สะเดา มะระจีนก ยอดหวาย (อมหวาน) ยอดกะพ้อ ดอกขี้เหล็ก ผักเพ็ญฝาน ยอดมะเฟือง ยอดทับทิม ยอดพักข้าว มะแว้งเครือ ผักแปมผักฮ้วนหมู มะเขือจีน มะเขือพวง ใบขมิ้น ผักโสม ผักคะนองม้า แคน

4) **รสเมาเบื่อ** มีสรรพคุณแก้พิษ ฆ่าพยาธิ รักษาโรคผิวหนัง พืชผักสมุนไพรที่มีรสนี้ ได้แก่ กำแพงเจ็ดชั้น ขันทองพยาบาท ทองพันชั่ง

5) **รสเผ็ดร้อน** มีสรรพคุณขับลม แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ จุกเสียดแน่นท้อง ช่วยการไหลเวียนเลือด หากรับประทานมากไปทำให้เกิดอาการร้อนเพื่อย พืชผักสมุนไพรที่มีรสนี้ ได้แก่ พริก พริกไทย ดีปลี โหระพา ยี่หระ กระเทียม หอม แมงลัก กะเพรา สะระแหน่ มะกรูด ตะไคร้ หูเสือ ผักไผ่ ผักชีฝรั่ง พลุควา ใบจันทร์ จิง ข่า ใพล กระจาย ขมิ้น กระพังโหม ผักคราดหัวแหวน กระตือ กระเจียว ชะพลู ผักแพรว ผักแขยง เอื้อง

6) **รสมัน** มีสรรพคุณบำรุงกระดูก ลดอาการเร็งของกล้ามเนื้อและเส้นเอ็น แก้เอ็นพิการ ปวดเสียว ขัดขอก กระตุก พืชผักสมุนไพรที่มีรสนี้ ได้แก่ สะตอ เนียง หมุย ท้มมัง กระพังโหม ผักกาดนกเขา บัวบก อมร เหริยง ยอดกุหลาบ ขนุนอ่อน ถั่วพู ถั่วลันเตา ถั่วพื้นเมือง งา แครอท พักทอง ผักกระเฉด หัวปลี ผักต้ว ไข่ผ่า มัน กระถิน กลอย ผักลีมซู้จิก(อมฝาด) มันปู รากบัวหลวง ชะอม

7) **รสหอมเย็น** มีสรรพคุณช่วยให้สดชื่น แก้อาการเป็นลมมีดหน้าตาลาย แก้ไข้ตัวร้อน บำรุงหัวใจ พืชผักสมุนไพรที่มีรสนี้ ได้แก่ เตยหอม บัว โศกเทียน แดงกวา แดงโมอ่อน พักข้าว ผักบู่

8) **รสเค็ม** มีสรรพคุณบำรุงรักษาผิวหนัง แก้ประดง แก้คัน หากรับประทานมากไปทำให้มีอาการกระหายน้ำ ร้อนใน พืชผักสมุนไพรที่มีรสนี้ ได้แก่ สาหร่ายทะเล

9) **รสเปรี้ยว** มีสรรพคุณละลายเสมหะ แก้เจ็บคอ ลดไอ หากรับประทานมากไปทำให้ท้องอืด แผลงแผล ร้อนใน พืชผักสมุนไพรที่มีรสนี้ ได้แก่ ส้มกบ ยอดแต้ว ส้มมุด(ดิบ) ส้มกุ่ม ส้มลม ออบแอบ สมอ(อมฝาด) ส้มเปรี้ยว ยอดมะกอก(อมฝาด) ผักเสี้ยนดอง ผักหนามดอง ผักต้ว ยอดส้มป่อย มะเขือส้ม ยอดมะขาม มะขามอ่อน มะกรูด มะนาว มะเฟือง มะม่วง ยอดกระเจี๊ยบแดง ผักเหือด ลูกมะยม ยอดชะมวง มะดัน มะอึก

10) **รสจืด** มีสรรพคุณช่วยขับปัสสาวะ ลดอาการบวม รักษาอาการปัสสาวะขัดหรือกะปริดกะปรอย พืชผักสมุนไพรที่มีรสนี้ ได้แก่ เล็บครุฑหลวง เกียงพายี แดง แดงโมอ่อน น้ำเต้า พัก ผักถูด(อมฝาด) ผักหนาม ผักบู่ ตำลึง มะละกอ ผักแว่น ผักอีอิน แพงพวยน้ำ แหนเทา ผักตบ ผักโสมแฮบ ผักปลั่ง

4.3.2.4 พืชผักสมุนไพรที่ใช้เป็นอาหาร

พืชผักสมุนไพรถือเป็นทรัพยากรทางธรรมชาติที่มีคุณค่ายิ่งของชาวไทย คนไทยผูกพันกับวงจรอาหารธรรมชาติ สะสมบทเรียนการบริโภคที่สอดคล้องกับธรรมชาติ มีคุณค่าทางโภชนาการ และให้คุณประโยชน์แก่ร่างกาย นับเป็นภูมิปัญญาไทยของบรรพชนที่สืบเนื่องถึงปัจจุบันสมัย พืชผักสมุนไพรที่ใช้เป็นอาหารมีมากมายดังที่รวบรวมไว้ ดังนี้ (สมพร หิรัญรามเดช, 2524 ; มาโนช วามานนท์ และเพ็ญภา ทรรศเจริญ, 2540 ; ประชิต วามานนท์ และคณะ, 2548)

กระถิน ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- ยอดอ่อนและใบอ่อน นำมารับประทานกับน้ำพริก
- เมล็ดอ่อน ผสมในส้มตำหรือกินร่วมกับส้มตำ

กระเจี๊ยบ ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- ลูกอ่อน รสจืดเย็น นำมาต้มรับประทานเป็นผักแกล้มกับน้ำพริก
- ยอดอ่อนและใบอ่อน นำมาลวกรับประทานกับน้ำพริก หรือนำไปปรุงเป็นแกงส้มได้
- กลีบเลี้ยง มีรสเปรี้ยว นำมาต้มกับน้ำและเติมน้ำตาลทราย ปรุงเป็น“น้ำกระเจี๊ยบ” มี

สารแต่งสีที่ให้สีแดงสวย นำมาทำเป็นขนม แยม เยลลี่

กระเจี๊ยบมอญ ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ผลอ่อน รสจืด นำมาต้มให้สุก รับประทานเป็นผักจิ้มน้ำพริก ในบางท้องถิ่นนำผลกระเจี๊ยบอ่อนมาปรุงเป็นแกง เช่น แกงส้มปลาหมอกับลูกกระเจี๊ยบมอญ นำมาเป็นผักในแกงป่าและแกงคั่วโดยผ่าเอาเม็ดออก

กระชาย ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

เหง้าและราก รสเผ็ดร้อน ใช้เป็นเครื่องเทศ ช่วยดับกลิ่นคาว แต่งสี กลิ่น และรสอาหาร นำมาใช้เป็นส่วนประกอบของเครื่องแกงต่าง ๆ เช่น แกงปลาชุก แกงปลาไหล แกงป่า ห่อหมก กะปิคั่ว ผักเผ็ดปลาชุก ปลาร้าหลน น้ำยาที่ใส่ขนมจีน เป็นต้น

กระดอม ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- ผลอ่อน รสขม นำมาลวกรับประทานเป็นผักแกล้มกับน้ำพริก หรือนำมาเป็นผักในแกงป่า และแกงคั่วโดยผ่าเอาเม็ดออก

กระพังโหมท้าวผู้ ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- ใบอ่อน ยอด ดอก และผล รับประทานเป็นผักสดแกล้มกับน้ำพริก ลาบก้อย หรือหั่นฝอยรับประทานกับข้าวต้ม

- เถาและใบ คนโบราณนำมากั้นน้ำผสมปรุงเป็นขนมจีบหมู

กระเทียม ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- หัว รสร้อน มักนำมาตากแห้งเพื่อให้เก็บไว้ใช้ปรุงแต่งอาหารให้มีรสและกลิ่นหอม นำรับประทาน ทั้งยังสามารถนำไปดองให้มีรสอร่อย

- **ใบ** นำมารับประทานได้ทั้งสดหรืออาจนำไปดองให้มีรสเปรี้ยว รับประทานเป็นผักแกล้มน้ำพริก

กะทกรก ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- **ยอด** รสขมเล็กน้อย รับประทานเป็นผักสด หรือลวกแกล้มกับน้ำพริก และใช้เป็นผักในแกงเลียง

- **ผล** รับประทานเมล็ดและเชื้อหุ้ม

กะทือ ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

หน่ออ่อน เนื้ออ่อนในลำต้น และช่อดอกอ่อน นำมาปรุงเป็นแกงเผ็ด แกงไตปลา ผัดหรือต้มให้สุกรับประทานแกล้มกับน้ำพริก เนื้ออ่อนในลำต้นมีรสขมและขื่นเล็กน้อย ก่อนนำมาใช้จึงมักจะนำไปขยำกับน้ำเกลือนาน ๆ เป็นอาหารของภาคใต้

กะเพรา ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ใบ ใช้ปรุงอาหารเพื่อช่วยแต่งกลิ่นและกลบคาว เช่น แกงป่าเนื้อหรือปลา รวมทั้งผัดเผ็ด และอื่น ๆ คนไทยสมัยก่อนนิยมรับประทาน แกงเลียงใบกะเพราหลังคลอดบุตร เพื่อขับลมและบำรุงธาตุให้เป็นปกติ

กล้วย ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- **หยวก** รับประทานเป็นผักสดแกล้มกับน้ำพริก หรือปรุงเป็นอาหารสุก เช่น แกงหยวกกล้วยกับไก่ แกงกะทิกับปลา เป็นต้น

- **ปลี** รับประทานเป็นผักสดแกล้มกับน้ำพริก เช่น เต้าเจี้ยวหลน กะทิคั้น หรือรับประทานกับผัดไท ขนมจีนน้ำยา หรือนำมาผัด ปรุงเป็นแกงเลียงก็ได้ ภาคใต้นิยมเอาหัวปลีมาเผาให้สุกหลังคลอดรับประทานเพื่อบำรุงน้ำนม

- **ผลดิบ** ชาวอีสานนำมาปรุงเป็นตำกล้วย

- **ผล** ตัดแปลงเป็นขนมหวานได้หลายรูปแบบ เช่น กล้วยทอด กล้วยฉาบ กล้วยปิ้ง กล้วยกวน กล้วยเชื่อม

- **ผลสุก** มีรสหวาน รับประทานเป็นผลไม้ เหมาะสำหรับทุกเพศทุกวัย มีคุณค่าทางโภชนาการสูง รับประทานเป็นประจำจะช่วยให้การทำงานของระบบขับถ่ายเป็นปกติดี

กะหล่ำปลี ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ใบอ่อน ใช้รับประทานได้ทั้งสดและนำมาลวกให้สุก หรือผัดน้ำมันรับประทานแกล้มกับน้ำพริกต่าง ๆ ลาบ น้ำตก ส้มตำ หรือนำมาผัดกับหมู ไก่ กุ้ง หรือปรุงเป็นแกงจืดกะหล่ำปลียัดไส้หมู

ขจร ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ยอด ใบอ่อน และดอก รสหวาน นำมาลวกรับประทานเป็นผักแกล้มกับน้ำพริกหนุ่ม น้ำพริกตาแดง หรือแกงกับปลาแห้ง ชุบแป้งทอด นำมายำ ใช้เป็นผักในแกงส้ม แกงจืด

ขมิ้นชัน ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

หัว รสฝาดหวาน ใช้แต่งสีและกลิ่นอาหาร เช่น แกงเหลือง แกงกะหรี่ ข้าวหมกไก่

ข่า ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- เหง้าแก่ และเหง้าอ่อน รสเผ็ด ใช้เป็นเครื่องปรุงรส และแต่งกลิ่นสำหรับน้ำพริกแกงหลายชนิดและเป็นเครื่องปรุงสำคัญของต้มยำทุกชนิดและแกงบางชนิด ช่วยดับกลิ่นคาวอาหารได้ดี

- เหง้าอ่อน ต้นอ่อน และดอกตูม รสหวาน รับประทานสดๆ หรือลวกให้สุก รับประทานกับน้ำพริก

ขิง ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- เหง้าอ่อน รสเผ็ดร้อน แต่ไม่เผ็ดจัดเท่าขิงแก่ ใช้เป็นเครื่องเทศปรุงอาหาร นิยมนำมาประกอบอาหาร เช่น ไก่ผัดขิง ขิงยำ หมูผัดพริกขิง เป็นต้น ส่วนอาหารประเภทเมี่ยงชนิดต่าง ๆ ของไทยก็มักจะมีขิงเป็นส่วนผสม หรือจะนำมาดองรับประทานเป็นผักแกล้มที่ออกรสเผ็ดปนเปรี้ยวชนิด ๆ

- เหง้าแก่ รสเผ็ดจัด นิยมนำมาขิงเป็นเครื่องต้มทั้งร้อนและเย็น เรียกว่า “น้ำขิง” ต้มกับน้ำตาลใส่เต้าฮวย หรือใส่ในมันต้มน้ำตาล ให้มีรสเผ็ดและกลิ่นหอมรับประทาน

ขี้เหล็ก ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- ยอดอ่อนและดอกอ่อน มีรสขม ก่อนนำมาปรุงอาหารมักจะนำมาต้มน้ำทิ้งก่อน 2-3 ครั้ง เพื่อลดรสขมลง ชาวอีสานมีเคล็ดลับในการต้มให้ใบขี้เหล็กจืดเร็วด้วยการใส่ลูกบักแ้งพา(มะแว้งต้น) ลงไป ด้วย จากนั้นจึงนำมาปรุงเป็นแกง เช่น แกงบวน แกงขี้เหล็ก

แค ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- ยอดอ่อนและใบอ่อน รสหวาน นำมาลวกรับประทานเป็นผักแกล้มกับน้ำพริก

- ดอกอ่อนและฝักอ่อน รสหวานอมขมเล็กน้อย นำมาลวกรับประทานเป็นผักแกล้มกับน้ำพริก หรือนำมาเป็นผักในแกงส้ม

ชะพลู ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ยอดอ่อน ใบอ่อน รสเผ็ดเล็กน้อย รับประทานเป็นผักจิ้มน้ำพริก โดยจะรับประทานเป็นผักสดหรือลวกให้สุก ภาคกลางใช้ใบอ่อนห่อเป็นเมี่ยงคำ โดยใส่เครื่องปรุงคือ มะพร้าวคั่ว ถั่วลิสง หัวหอม กุ้งแห้ง มะนาว พริกสดที่หั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ แล้วราดหน้าด้วยน้ำตาลมะพร้าวเคี้ยวห่อเป็นคำรับประทาน เชื่อว่าเป็นอาหารที่ให้คุณค่าทางอาหารสูงและยังเป็นยาบำรุงธาตุทั้ง 4 ภาคได้นิยมนำใบอ่อนมาแกงกะทิกุ้ง แกงกะทิปลาหรือหอยบางชนิด เช่น หอยแครง

ขุมเห็ดเทศ ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ดอกอ่อน รสเอียน ภาคใต้บางท้องถิ่นนำมาลวกให้สุก รับประทานแกล้มกับน้ำพริก

ติปลี ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- **ผลสุก** รสเผ็ดร้อน ทางใต้ใช้เป็นเครื่องเทศแต่งกลิ่นอาหาร เช่น แกงคั่ว แกงเผ็ด เป็น การดับกลิ่นคาว บางท้องถิ่นใช้แต่งกลิ่นผักดอง และช่วยถนอมอาหารมิให้เกิดการบูดเน่า

- **ผลอ่อน** รับประทานเป็นผักสด

ตะไคร้ ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ลำต้น รสปร่า มีกลิ่นหอม ใช้เป็นเครื่องเทศปรุงรสและแต่งกลิ่นอาหาร ช่วยดับกลิ่น คาวเนื้อสัตว์ใช้เป็นส่วผสมของเครื่องแกง เช่น น้ำพริกแกงทุกชนิด ต้มยำ ต้มเนื้อ ยำ ต้มโคล้ง แกงไต ปลา ข้าวยาปักยี่ได้ เป็นต้น

ตะลิงปลิง ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- **ผลอ่อน** รสเปรี้ยวจัด ใช้เป็นเครื่องปรุงรสในแกงคั่ว ต้ม ต้มยำ แกงส้ม ทำน้ำพริก ต้มหมู ต้มเนื้อ ยำต่าง ๆ อาจนำมาดองหรือหั่นเป็นฝอยรับประทานกับขนมจีน ใสน้ำบูดู

- **ยอดอ่อนและก้านดอก** นำมาต้มจิ้ม น้ำพริกรับประทาน

เตยหอม ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ใบ รสหวานหอมเย็น ใช้แต่งกลิ่นอาหารและขนม ใช้ห่อไก่และนำไปอบให้มีกลิ่น หอมชวนรับประทาน หรือนำไปใช้แต่งกลิ่นข้าวมัน ใช้รองก้นหวดเวลานึ่งข้าวเหนียว นอกจากนี้ยังใช้ แต่งสีเขียวในขนมเช่น ขนมจีบ ลอดช่อง ซ่าหริ่ม วุ้น ขนมชั้น เป็นต้น นำมาต้มเป็นน้ำใบเตย

ตำลึง ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- **ยอดอ่อนและใบอ่อน** รสเย็น นำไปลวกหรือนึ่งเป็นผักจิ้มกับน้ำพริกและนำไปปรุง เป็นอาหาร เช่น แกงจืด แกงเลียง ผัด หรือใส่ก๋วยเตี๋ยวแทนถั่วงอกได้

- **ผลอ่อน** นำไปดองสำหรับรับประทานกับน้ำพริกหรือปรุงเป็นแกง

ถั่วฝักยาว ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ฝักอ่อน รสมัน นำมาผัดกับหมู กุ้งหรือไก่ อาจใส่เครื่องแกงลงไปผัดด้วยก็ได้ นำไป ปรุงเป็นแกงส้มร่วมกับผักอื่น ๆ หรือนำไปทอดน้ำมัน ชุบแป้งทอดกรอบ ลวกหรือนึ่งให้สุกแล้วราด น้ำกะทิข้น ๆ รับประทานแก้มกับน้ำพริกสดจัด หรือจะรับประทานสด ๆ แก้มกับน้ำพริก ลาบ ก้อย ส้มตำ ยำต่างๆ

ถั่วพู ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- **ฝักอ่อน** รสมัน รับประทานเป็นผักสดจะเป็นผักที่กรอบ มัน หรือจะนำมอลวกราดนำ กะทิรับประทานแก้มกับน้ำพริกต่างๆ หรือผัดกับน้ำมัน อาจใส่เครื่องแกงลงไปผัดด้วยก็ได้ หรือนำมา หั่นใส่ในทอดมัน แกงเผ็ด

- **ฝักอ่อน ยอดอ่อน ดอกอ่อน** รสมัน รับประทานเป็นผักสด หรือนำไปต้ม ผัดใส่แกง ส้ม แกงไตปลา

ถั่วเหลือง ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

เมล็ด นำมาตัดแปลงเป็นส่วนประกอบของอาหารหลายชนิด เช่น เต้าหู้ ฟองเต้าหู้ ซอสถั่วเหลือง น้ำมันถั่วเหลือง ซีอิ้ว หรือนำมาปรุงเป็นเครื่องดื่มน้ำเรียก “น้ำเต้าหู้” และปรุงเป็นขนมหวานได้อีกหลายชนิด

ทับทิม

เนื้อหุ้มเมล็ด รสหวานอมเปรี้ยว รับประทานเป็นผลไม้และปรุงเป็นเครื่องดื่มนำไปหมักเพื่อทำไวน์

บวบกลม ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ผลอ่อน รสหวาน นำมาลวกให้สุกรับประทานแกลั้มกับน้ำพริก นำไปผัดกับไข่ ใส่ กุ้ง ปลาหมึก หมู ไก่ หรือนำมาปรุงเป็นแกงเลียง

บวบเหลี่ยม ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ผลอ่อน รสหวาน นำมาลวกให้สุกจิ้ม น้ำพริกรับประทาน นำไปปรุงเป็นแกงเลียง หรือผัดกับไข่ ใส่ กุ้ง

บูก ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ต้นอ่อน ใบอ่อน ภาคใต้นำมาใส่แกงส้ม ห่อหมก แกงเลียง ซุบแป้งทอด ก่อนที่จะนำ บูกมาปรุงอาหารต้องนำมาต้มหรือลวกน้ำก่อน และในการปรุงให้ใส่บูกในขณะที่น้ำเดือด และห้ามเติมน้ำ ลงไปอีก หรือจะนำไปเผาไฟก่อนก็ได้ มิฉะนั้น เมื่อรับประทานแล้วจะเกิดอาการคัน

บัวบก ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ใบและเถา รสกรอบมัน รับประทานเป็นผักสดจิ้ม น้ำพริก และแกลั้มได้หลายอย่าง เช่น หมี่กรอบ ผัดไท แกงเผ็ด ลาบ ก้อย ซุบหน่อไม้ กะปิคั่ว เป็นต้น หรือใช้เป็นผักแกลั้มกับแกงเผ็ด ของทางใต้ ส่วนน้ำคั้นจากใบสดใสน้ำตาลปรุงเป็นเครื่องดื่มน้ำ แก้วกระหายน้ำ และบำรุงกำลัง

เปราะหอม

หัว มีกลิ่นหอม ภาคใต้นิยมนำมาใสน้ำพริกเพื่อให้มีกลิ่นหอม

ผักโขม ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ยอดอ่อนและใบอ่อน รสจืด นำมาปรุงเป็นอาหาร โดยการต้มหรือลวกให้สุก รับประทานเป็นผักจิ้ม น้ำพริก หรือนำไปปรุงเป็นแกงเลียง แกงจืด หรือผัดน้ำมัน

ผักคราดหัวแหวน ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ยอดอ่อน ใบอ่อน และดอกอ่อน รสเผ็ดร้อน รับประทานเป็นผักสดแกลั้มกับน้ำพริก ลาบ ก้อย แกง หรือนำไปปรุงเป็นอาหาร เช่น ภาคเหนือนำไปแกงแค ภาคอีสานนำไปใส่กับอ่อมปลา อ่อมกบ ภาคใต้นำไปแกงร่วมกับแกงหอย และปลา ทำให้ได้รสชาติและกลิ่นของอาหารชวนรับประทาน มากขึ้น

ผักชี ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- **ใบ และต้น** รสหอมเย็น รับประทานเป็นผักสดแก้มกับน้ำพริก หรือทานกับสาหร่ายหุ้ม และใช้โรยหน้าอาหาร เพื่อแต่งกลิ่นและตกแต่งอาหารให้ดูมีสีสันน่ารับประทาน

- **ราก** รสฝาดหอม ตำพอแหลกใช้เป็นเครื่องเทศแต่งกลิ่นอาหารประเภทแกง หรืออย่างให้มีกลิ่นหอมน่ารับประทาน

- **ลูกผักชี** ใช้เป็นเครื่องเทศผสมในเครื่องแกง ผักคอง ใส้กรอก

ผักชีฝรั่ง ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ใบ และช่อดอก มีรสจืด กลิ่นฉุน ใช้ดับกลิ่นคาว รับประทานเป็นผักสด หรือหั่นเพื่อปรุงแต่งรสชาติอาหาร เช่น ใส้ต้มยำ ซุบหน่อไม้ ลาบ ส้มตำ (สุรินทร์)

ผักบุ้ง ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ยอดอ่อน ใบอ่อน รสเย็น รับประทานเป็นผักสดแก้มกับน้ำพริก ส้มตำ ลาบ ก้อย ยำ หรือนำไปลวก นึ่ง และราดน้ำกะทิข้น ๆ แก้มกับน้ำพริก หรือนำไปปรุงเป็นแกงส้ม แกงคั่ว แกงเทโพ หรือผัดจืดใส่หมู ปลาไก่ หรือผัดกับน้ำพริก หรือนำไปคองถ้าชอบรสเปรี้ยว

ผักปลัง ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- **ยอดอ่อนและดอกอ่อน** รสเย็นจืด นำไปต้ม ลวก หรือนึ่งให้สุกรับประทานแก้มกับน้ำพริก ภาคเหนือและอีสานนำไปแกงแค แกงส้ม แกงปลา ผัดกับแฮม หรือใส่แกงอ่อมหอย

- **ผลสุก** มีสีม่วงดำ นำมาใช้ผสมกับขนม เช่น ขนมบัวลอย ขนมเปียกปูน ขนม น้ำดอกไม้วุ้น เป็นต้น เพื่อให้ขนมมีสีสวยน่ารับประทาน

ผักเปกม ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ยอดอ่อน มีรสขม ฝาดเล็กน้อย ช่วยดับกลิ่นคาว และช่วยให้รสชาติกลมกล่อมยิ่งขึ้น ภาคเหนือรับประทานเป็นผักสดแก้มกับลาบต่างๆ เช่น ลาบหมู ลาบเนื้อ ลาบควาย หรือนำมาใส่ในแกงอ่อม

ผักเสี้ยนไทย ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ลำต้น ยอด ใบ และดอกอ่อน ใช้ดองรับประทานเป็นผักจิ้ม หรือต้มกับปลา หมู กระดุกหมู เป็นต้น

ผักหวานบ้าน ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ยอดอ่อน ใบอ่อน ลูกอ่อน รสเย็น นำมาต้ม ลวก นึ่งหรือผัดน้ำมันให้สุก รับประทานแก้มกับน้ำพริก รสจืด หรืออาจนำมาปรุงเป็นอาหารเช่น แกงกับหมู แกงกับปลา แกงเลียง แกงอ่อม มีรสหวานอร่อยน่ารับประทาน

ผักหวานป่า ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ยอดอ่อน ใบอ่อน ดอกอ่อน รสหวาน นำมาต้ม ลวกหรือนึ่งให้สุกรับประทานร่วมกับ น้ำพริก ลาบ หรือนำมาประกอบอาหาร เช่น ผัดกับน้ำมัน แกงเลียง แกงอ่อม แกงกับ ไข่ผัดแดง แกงกับ ปลา แกงกะทิสด เป็นต้น

พริกขี้หนู ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- ยอดอ่อน รสเผ็ด รับประทานโดยลวกเป็นผักแกล้มกับน้ำพริก หรือนำไปปรุงเป็น อาหารประเภทแกงจืด แกงเลียง

- ผล รสเผ็ดร้อน ใช้เป็นเครื่องปรุงรสและแต่งสีแต่งกลิ่น เพื่อให้มีสีส้มสวยน่า รับประทานและมีรสชาติอร่อยขึ้น เช่น แกงเผ็ดต่าง ๆ แกงเขียวหวาน เป็นต้น

พริกไทย ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ผล และเมล็ด รสเผ็ดร้อน ร้อนเป็นผงละเอียด แต่งกลิ่นอาหาร โดยโรยลงไป ในอาหารที่ปรุงเสร็จแล้ว

พลูดาว ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ยอดอ่อน ใบอ่อน รสคาว ภาคเหนือและอีสานนิยมรับประทานเป็นผักสดใช้แกล้ม กับน้ำพริก ปลาร้า ลาบหมู ลาบเนื้อ ก้อย เพื่อช่วยดับกลิ่นคาว แต่ทางภาคกลางไม่ค่อยมีคนรู้จักมากนัก

เพกา

- ยอดอ่อนและฝักอ่อน รสขมร้อน รับประทานเป็นผักสด หรือลวกให้สุก แกล้มกับ น้ำพริก ก้อย ยำ หรือนำไปหั่นฝอยตามขวางเป็นชิ้นเล็กๆ นำไปปรุงเป็นแกง ผัด หรือยำ ก่อนนำมาปรุง อาหาร ต้องเผาให้สุกก่อนเพื่อลดรสขม

- ดอกอ่อน รสขมหวาน รับประทานเป็นผักสด หรือลวกให้สุก แกล้มกับน้ำพริก

- เมล็ด ปรุงเป็นเครื่องคั่ว

พื้ทอง ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- ยอดอ่อน ใบอ่อน และดอกตูม รสจืดอมหวาน รับประทานเป็นผักจิ้ม น้ำพริก โดย นำไปลวกให้สุกเสียก่อน หรือนำไปใส่ในแกงเลียงหรือแกงส้ม

- เนื้อของผลแก่ รสมัน นำไปปรุงเป็นอาหารได้หลายชนิด เช่น แกงเลียง ผัดพื้ทอง หรืออาจจะนำไปทำเป็นขนมหวาน เช่น พื้ทองเชื่อม พื้ทองสังขยา พื้ทองแกงบวช และยังใช้แต่งสีแต่ง รส ขนมที่ต้องการสีเหลืองสวยดูน่ารับประทาน เช่น ขนมบัวลอย ไอศกรีม เป็นต้น

- เมล็ด นำมาคั่วทำขนมขบเคี้ยวได้ เช่น เมล็ดกวยจี๊

มะรุ้ม ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- ยอดอ่อน ดอกอ่อน รสขมหวานมันเล็กน้อย นำไปลวกให้สุก รับประทานเป็นผัก แกล้มกับน้ำพริก แจ่ว ลาบ ก้อย หรือนำไปปรุงเป็นแกงอ่อม

- **ผักอ่อน** รสหวาน นำไปปรุงเป็นแกงส้ม หรือแกงลาว บางท้องถิ่นรับประทานเป็นผักแกล้มกับส้มตำ

มะระ ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- **ยอดอ่อนและใบอ่อน** รสขมเย็น นำไปลวกให้สุกแล้วนำมาเป็นผักจิ้มร่วมกับน้ำพริก หรือนำไปผัด

- **ผลอ่อน** รสขมจัด นำไปนึ่งหรือลวกให้สุกแล้วรับประทานเป็นผักจิ้มร่วมกับน้ำพริก หรือแกล้มกับขนมจีนน้ำยา น้ำพริก หรือนำไปแกงจืดมะระยัดไส้หมู หรือนำไปผัดร่วมกับผักอื่นๆ

มะระจืด ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- **ผล** รสขม นำมาลวกรับประทานแกล้มกับน้ำพริก

มะระกอ ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- **ยอดอ่อน** รสหวาน นำมาดองและรับประทานเป็นผักได้

- **ผลดิบ** ปรุงเป็นอาหารหลายชนิด หั่นเป็นชิ้น นึ่งหรือต้มให้สุกรับประทานเป็นผักจิ้ม น้ำพริก หรืออาจปรุงเป็นผัดมะระกอ โดยนำผลห่ามหั่นฝอย เป็นชิ้นยาว ๆ ผัดกับไข่และหมูได้ หรือนำมาทำส้มตำ แกงส้ม แกงอ่อมได้

- **เนื้อในบริเวณโคนต้น** นำมาหั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ นวดกับเกลือตากแดดทำแบบหัวผักกาดเค็ม (ใช้โป้ว)

- **ผลสุก** รสหวานจัด รับประทานเป็นผลไม้ ช่วยระบายท้อง

มะแว้งเครือ ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ผลอ่อน รสขมจัดอมฝาดเล็กน้อย นำมารับประทานเป็นผัก ทั้งสดและลวกหรือเผาไฟอ่อนๆ แกล้มกับน้ำพริก

มะแว้งต้น ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ผลอ่อน รสขมจัดอมฝาดเล็กน้อย รับประทานได้ทั้งสดและทำให้สุกโดยการลวกหรือการเผาไฟอ่อนๆ แกล้มกับน้ำพริก

มะอึก ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- **ผลอ่อน** รสเปรี้ยวเฝื่อนอมรสขื่นเล็กน้อย นำมารับประทานสด ๆ แกล้มกับน้ำพริก

- **ผลแก่** รสเปรี้ยวจัด นำมารับประทานสด ๆ แกล้มกับน้ำพริก หรือนำมาใส่ในน้ำพริก โดยนำผลมะอึกที่มีสีเหลืองมาขูดขมอ่อนๆ ให้หมด ล้างน้ำให้สะอาดและฝานเป็นแว่นบาง ๆ โขลกรวมกับน้ำพริก ภาคเหนือและอีสานจะนำผลมะอึกไปปรุงกับอาหารประเภทแกงส้ม ส้มตำ ส่วนภาคใต้นิยมนำผลมะอึกมาใส่ในแกงเนื้อ แกงปลาอย่าง

แมงลัก

- **ใบ รสหอม** ใช้แต่งกลิ่นอาหารที่หุงต้มแล้ว เช่น แกงเลียง หรือรับประทานสดๆ แกล้มกับขนมจีนน้ำยา น้ำพริก

- **เมล็ด** นำมาแช่น้ำจนพองตัวเต็มที่ เดิมน้ำแข็งใส่น้ำหวาน เป็นเครื่องดื่มรสหวานเย็น ชื่นใจ

มะเขือเทศ ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ผลสุก ใช้รับประทานเป็นผลไม้ หรือนำมาปรุงเป็นอาหาร ใช้แต่งสีอาหารให้มีสีแดง นำรับประทาน เช่น ทำซอสมะเขือเทศ ใส่ข้าวผัด เย็นตาโฟ หรืออาจจะปรุงเป็นเครื่องดื่ม ก็จะได้เครื่องดื่มที่มีประโยชน์ต่อร่างกายสูง

มะเขือพวง ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ผลอ่อน รสขื่น รับประทานเป็นผักสด หรือนำไปลวก รับประทานแกล้มกับน้ำพริก นอกจากนี้ยังใช้ใส่อาหารหลายชนิด เช่น แกงเผ็ด น้ำพริกกะปิ แกงเขียวหวาน

ย่านาง ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- **ยอดอ่อน** รสจืด ภาคใต้นำมาปรุงเป็นแกงเลียง แกงหวาน จะได้รสชาติหวานอร่อย กลมกล่อม

- **เถาและใบ** ต้มคั้นเอาน้ำสีเขียว และนำไปต้มกับหน่อไม้ปรุงเป็นแกงหน่อไม้ หรือซุพหน่อไม้ ช่วยลดความขื่นขมของหน่อไม้ได้ดี นอกจากนี้ยังนำไปใส่ในแกงขนุน แกงอีลอก อ่อม และหมก

เร็ว ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- **หน่ออ่อน** นำมาลวกให้สุก รับประทานแกล้มกับน้ำพริก

- **เมล็ดใน** รสเผ็ดเล็กน้อย ใช้เป็นเครื่องเทศผสมเครื่องแกง เช่น พะโล้ ขาหมู

ว่านหางจระเข้ ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ก้าน นำมาปอกเปลือก เอากระดาษมารองซับยางสีเหลืองออกให้หมด ล้างให้สะอาด นำมาหั่นเป็นลูกเต๋า รับประทานกับน้ำเชื่อม หรือนำไปปั่นเป็นน้ำว่านหางจระเข้

ส้มกุ่ม ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ยอดอ่อน และใบอ่อน มีรสเปรี้ยวรับประทานเป็นผัก ภาคใต้นิยมปรุงเป็นแกงส้ม

ส้มป่อย ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ใบอ่อน ใช้เป็นเครื่องปรุงชูรส ใส่แกงหรืออาหารอื่นเพื่อให้รสเปรี้ยวขึ้น

สระระแห่ ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ใบอ่อน ยอดอ่อน รับประทานเป็นผักสดแกล้มกับน้ำพริก ปลา ยำ ช่วยดับกลิ่นคาว แต่งกลิ่นให้หอม นำรับประทาน อาหารอิสลามมักจะนำใบสระระแห่มาทอด เพื่อปรุงแต่งกลิ่น และรส ให้อร่อยนำรับประทาน เช่น ข้าวหมกไก่ ข้าวหมกแพะ

ตับปะรด ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ผล รสเปรี้ยวหวาน รับประทานเป็นผลไม้ หรือนำมาปรุงอาหาร เช่น แกงสับประค ไล่หอย หรือผัดเปรี้ยวหวาน

หอม ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

- หัวและใบ รสเผ็ดร้อน ใช้รับประทานเป็นผักสด หรือนำมาใช้ปรุงเป็นอาหารได้ เช่น ไล่ในลาบ ยำต่าง ๆ ไล่ไข่เถี่ยว หรืออาจจะนำมาดองเปรี้ยวรับประทานเป็นผักจิ้ม

- ช่อดอกอ่อน รสหวานเผ็ด นำมาผัดกับหมู กุ้ง ไก่ ดับ ช่วยบำรุงธาตุลม

หอมใหญ่

หัว รสร้อนฉุน นำมาปรุงเป็นอาหารโดยผัดกับหมู ไก่ หรือผานเป็นแวนบางๆ ชุบแป้ง แล้วนำไปทอดให้เหลือง หรือใช้แต่งกลิ่นอาหารที่ปรุงเสร็จแล้ว ไล่น้ำซุปรวมทั้งเครื่องคั้นที่มีแอลกอฮอล์ อาหารแซ่แข็ง ขนมหวาน ขนมหึง เยลลี่ เนื้อและผลิตภัณฑ์จากเนื้อ

โหระพา ส่วนที่ใช้เป็นอาหารและวิธีการปรุง

ยอดอ่อนและใบอ่อน รสเผ็ดปร่าหอม ใช้แต่งกลิ่น เพื่อกลบกลิ่นคาวอาหาร เช่น แกงเผ็ด ผัดเผ็ด ผัดเนื้อ ผัดหอย ช่วยขับลม แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ ได้เป็นอย่างดี

4.3.2.5 การบริโภคพืชผักสมุนไพรตามธาตุเจ้าเรือน

ธาตุเจ้าเรือน คือ องค์ประกอบของร่างกายที่เกิดจากธาตุทั้ง 4 ตามความเชื่อในหลัก พุทธศาสนา คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ ซึ่งบุคลิกลักษณะของคนในแต่ละธาตุจะแตกต่างกันไปดังนี้ (เพ็ญภา ทรัพย์เจริญ, 2542)

ธาตุดินเจ้าเรือน รูปร่างสูงใหญ่ กระดูกและกล้ามเนื้อแข็งแรง น้ำหนักมาก อวัยวะ สมบูรณ์ ผิวค่อนข้างคล้ำ ผมหดดำ เสียงดัง

ธาตุน้ำเจ้าเรือน รูปร่างสมบูรณ์ สมส่วน อวัยวะสมบูรณ์ ผิวพรรณสดใส ตาหวาน ท่าทางเดินมั่นคง ผมหดดำ ทำอะไรเชื่องช้า มีความอดทนต่อความหิว ความร้อน ความเย็น มีลูกคดหรือ มีความรู้สึกทางเพศดี แต่มักเฉื่อยและค่อนข้างเกียจคร้าน

ธาตุลมเจ้าเรือน รูปร่างโปร่ง ผิวหนังหยาบ แห้ง ขี้จุก ขี้จลัด รังง่ายหน่ายเร็ว ทนหนาวไม่ค่อยได้ นอนไม่ค่อยหลับ มีลูกไม่คดหรือมีความรู้สึกทางเพศไม่ค่อยดี

ธาตุไฟเจ้าเรือน รูปร่างผอม ผิวคล้ำ ตกกระกล้ามเนื้อกระดูกหลวม ขี้ร้อน กินเก่ง ผมหงอกเร็ว ใจร้อน ไม่อดทน มีกลิ่นปากและกลิ่นตัวแรง ความต้องการทางเพศปานกลาง

การแพทย์แผนไทยซึ่งเป็นภูมิปัญญาที่สั่งสมสืบทอดมาของไทยเชื่อว่า ความเจ็บป่วยของ บุคคลมีสาเหตุมาจากธาตุ 4 ในภาวะปกติธาตุทั้ง 4 คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ จะอยู่ในภาวะสมดุล แต่ หากการเสียสมดุลของธาตุ 4 เช่น ธาตุดินมาก ธาตุน้ำมาก ธาตุลมมาก หรือธาตุไฟมาก ก็จะก่อให้เกิด ความเจ็บป่วยจากธาตุนั้นๆ เรียกว่าอิทธิพลของธาตุเจ้าเรือนเป็นเหตุ เช่น ธาตุลมมากมักโผล่ ธาตุดิน มากมักลุ่มหลงมัวเมา ธาตุไฟมากมักโกรธ โมโหง่าย เป็นต้น

ทฤษฎีการแพทย์แผนไทยให้ความสำคัญกับการบริโภคอาหารที่สอดคล้องกับธาตุเจ้าเรือนเพราะจะช่วยให้เกิดความสมดุลทางร่างกาย และเป็นการส่งเสริมสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงสมบูรณ์ ดังนี้

ธาตุดิน ควรรับประทานพืชผักสมุนไพรรสฝาด รสหวาน รสมัน รสเค็ม เช่น ฝรั่ง ดิบ หัวปลี กล่ำย มะละกอ เผือก มัน ถั่วพู กะหล่ำปลี ผักกะเฉด เป็นต้น

ธาตุน้ำ ควรรับประทานพืชผักสมุนไพรรสเปรี้ยว เช่น มะเขือเทศ ส้มโอ สับปะรด มะนาว ส้มเขียวหวาน ผักคั่ว ผักแต้ว ยอดมะขาม ยอดมะม่วง เป็นต้น

ธาตุลม ควรรับประทานพืชผักสมุนไพรรสเผ็ดร้อน เช่น พริก กะเพรา โหระพา ตะไคร้ ข่า กระเทียม ขึ้นฉ่าย ขิง ยี่หระ เป็นต้น

ธาตุไฟ ควรรับประทานพืชผักสมุนไพรรสเย็น รสจืด เช่น มะระ สะเดา แดงโม หัวผักกาด พักเขียว แดงกวา คื่นฉ่าย บวบ มะเขือ เป็นต้น

“**เมี่ยงคำ**” คือ ภูมิปัญญาของคนไทยในการจัดทำอาหารเพื่อการปรับธาตุได้อย่างสมบูรณ์ เพราะเมี่ยงคำประกอบไปด้วยพืชผักสมุนไพรที่สอดคล้องกับธาตุเจ้าเรือนทั้ง 4 ได้แก่ ใบชะพลู บำรุงธาตุดิน ส่วนประกอบในเมี่ยงคำ เช่น พริก ขิง บำรุงธาตุลม มะนาว บำรุงธาตุน้ำ เปลือกมะนาวรสขม บำรุงธาตุไฟ รวมทั้งเป็นสมุนไพรเพื่อปรับปรุงธาตุ (เพ็ญญา ทรัพย์เจริญ, 2542)

จากการสังสมทางภูมิปัญญาพบว่าการเปลี่ยนแปลงของสภาพภูมิอากาศหรือฤดูกาลมีผลต่อสุขภาพ คือจะเกิดการเสียสมดุลของธาตุเจ้าเรือน เรียกว่า อุดสมภูฐาน คือ ฤดูร้อนจะเจ็บป่วยด้วยธาตุไฟ ฤดูฝนจะเจ็บป่วยด้วยธาตุลม และฤดูหนาวจะเจ็บป่วยด้วยธาตุน้ำ ดังนั้นจึงต้องรับประทานอาหารเพื่อรักษาและปรับธาตุเข้าสู่สมดุล หรือที่เรียกว่า “ยาประจำฤดู” โดยการเลือกปรุงอาหารที่เหมาะสมกับฤดูกาล เช่น ตรีผลา มีสมอไทย สมอพิเภก มะขามป้อม ปรับธาตุไฟ และธาตุน้ำ ทำให้ปรับธาตุน้ำกับไฟให้เกิดสมดุลในฤดูร้อน แกงส้มดอกแคแก้ไข้หัวลม ในช่วงเปลี่ยนฤดูฝนต่อฤดูหนาว เพราะแกงส้มมีรสเปรี้ยว ดอกแคมีรสขม ก็จะได้ปรับธาตุน้ำกับธาตุไฟ

นอกจากนี้ยังมีการกินอาหารเพื่อปรับสมดุลของธาตุทั้ง 4 โดยการรับประทานพืชผักสมุนไพรที่ถูกกับเวลา เช่น ตอนเช้า ธาตุน้ำก็จะมีการกำเริบง่าย จะไอ มีเสมหะ น้ำมูกไหล ควรรับประทานอาหารรสเปรี้ยว บำรุงธาตุน้ำ ตอนสาย ธาตุไฟกำเริบ ง่ายต้องกินอาหารรสขม ป่าย กินรสเปรี้ยว เผ็ด มะม่วงจิ้มพริกเกลือปรับธาตุน้ำและธาตุลม

4.3.2.6 ความเชื่อเกี่ยวกับข้อห้ามและข้อแนะนำในการบริโภคพืชผักสมุนไพร

ความเชื่อเป็นพฤติกรรมที่ปฏิบัติหรือไม่ปฏิบัติตามสิ่งที่รับรู้ และถ่ายทอดต่อกันมา ความเชื่ออาจแบ่งออกได้เป็น 2 ประเภท คือ ความเชื่อที่มโนายไร้เหตุผลคือยังไม่ทราบเจตนา และความเชื่อที่มีเจตนาแฝงอยู่ เพื่ออบรมสั่งสอนให้คนประพฤติดี อยู่ร่วมกับสังคมอย่างถูกต้อง และเกิดสุขแก่ตนเอง

พืชผักบางชนิดถูกห้ามบริโภคในกลุ่มคนบางกลุ่ม ในขณะที่เดียวกันกลับถูกแนะนำให้บริโภคพืชผักอีกชนิดหนึ่ง โดยเชื่อว่า พืชผักบางอย่างรับประทานเข้าไปแล้วจะเกิดโทษ ในขณะที่พืชผักบางอย่างรับประทานเข้าไปจะเกิดผลดี ข้อห้าม ข้อแนะนำเหล่านี้มักจะนำไปใช้กับกลุ่มบุคคลที่มีลักษณะพิเศษ (กระทรวงสาธารณสุข, 2540)

1) หญิงตั้งครรภ์

ข้อห้ามในการบริโภคของหญิงตั้งครรภ์โดยทั่วไป ได้แก่ ห้ามกินบอน เพราะจะทำให้สายรกเปื่อย ห้ามกินผักแว่นจะทำให้รกพันคอเด็ก ปวดท้องนาน ห้ามกินกล้วยจีจะทำให้รกติด ข้อห้ามเหล่านี้จะอ้างว่าจะมีผลกระทบต่อเด็กในครรภ์ แต่หากจะพิจารณาถึงผลกระทบโดยตรงต่อเด็กแล้ว อาจจะเป็นไปไม่ได้ ผลที่จริงแล้วเกิดกับแม่ คือ บอนหากทำไม่ถูกวิธีจะทำให้คันปาก ผักแว่นหากทำไม่สะอาดอาจเกิดอาการท้องเสีย เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีข้อห้ามที่เป็นความเชื่อในแต่ละท้องถิ่น เช่น ภาคกลาง ห้ามคนท้องรับประทานอาหารรสจัด โดยเฉพาะรสเผ็ดร้อนระคนขม เพราะจะทำให้ลูกอึดอัดเผ็ดร้อน เน้นให้ รับประทานแต่อาหารที่ย่อยง่ายและรสไม่จัด ภาคเหนือ ห้ามรับประทานฝรั่ง เพราะจะทำให้ปวดท้องนานขณะคลอด ถ้ารับประทานกล้วย ห้ามไม่ให้กินหมดลูก และห้ามรับประทานกล้วยแปด หากรับประทานข้าวต้มมัด ให้กินเพียงซีกเดียว ห้ามกินแกงปลี หอยขม ห้ามสูบบุหรี่ ห้ามชดน้ำแกงร้อน ๆ เพราะอาจทำให้เด็กหัวล้าน ให้รับประทานน้ำมะพร้าวมาก ๆ เพื่อเด็กจะได้คล่องง่าย ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ห้ามรับประทานอาหารรสจัด และอาหารมัน ๆ เช่น ไข่ และมะพร้าว ส่วนภาคใต้ ห้ามกินของเผ็ด ควรรับประทานกล้วยน้ำว้า และน้ำผึ้ง

ถ้ารับข้อปฏิบัตินั้นได้แก่ ให้กินปลีกล้วย ขนุนอ่อน เพราะจะทำให้ช่วยบำรุงนม จุดนี้ชาวบ้านเองคงจะสังเกตเห็นว่า ผักทั้ง 2 อย่างมียางขาวๆ คล้ายนมจึงคาดหวังว่าคงช่วยได้ และจากการปฏิบัติจริงก็พบว่าได้ผลจริงด้วย ฉะนั้น จึงได้ตั้งเป็นข้อปฏิบัติตลอดมา

2. หญิงหลังคลอด

ข้อห้ามในการบริโภคของหญิงหลังคลอดโดยทั่วไป ได้แก่ ห้ามกินผักเย็น เช่น แตงทุกชนิด ห้ามกินผักหวาน ผักกาด ชะอม หน่อไม้ ผักเลียบ พริก ด้วยผักพวกนี้ จะทำให้เกิดอาการเจ็บท้องทั้งแม่และลูก ผักที่แนะนำให้กินได้แก่ ปลีกล้วย ผักตำลึง ขนุนอ่อน บัวบก ไพล เพราะจะช่วยให้น้ำนมมาก และไพลช่วยให้เลือดไหลเวียนดี ข้อปฏิบัตินี้ได้มีการปฏิบัติสืบต่อกันมานาน และถ่ายทอดมาให้ลูกหลาน แต่การที่จะปฏิบัติต่ออย่างไรหรือไม่นั้น อาจจะพบได้น้อยลงไปบ้างแล้ว เพราะปัจจุบันการผ่านระบบการคลอดจากสถานบริการของรัฐที่มุ่งใช้ยาบำรุงและอาหารหลัก 5 หมู่จะแข่งโถงผักพื้นบ้านเดิมๆ ไปไกล แต่อย่างไรก็ตาม ชนบทไกลๆ ก็ยังมีภาพเหล่านี้อยู่และคนเมือง ในขณะที่ก็พยายามหันเข้าหาบ้างเช่นกัน เมื่อพบว่าสิ่งที่ตนปฏิบัตินั้นบางครั้งมันก็ไม่ได้เรื่อง แงงเลียง จึงเป็นอาหารขอดิตสำหรับคนหลังคลอด เพราะประกอบด้วยพืชผักที่แนะนำมาเกือบครบถ้วน

3. ผู้มีคาถาอาคม

กลุ่มผู้มีคาถาอาคมจะมีข้อปฏิบัติเกี่ยวกับการกินอาหาร ซึ่งส่วนใหญ่มักจะเป็นข้อห้าม โดยจะมีเหตุผลอยู่เบื้องหลังว่าพืชผักเหล่านี้จะทำให้คาถาเสื่อมลง พืชผักที่ห้ามกินคือ มะขามป้อม อันเป็นพืชที่อยู่ในตำนานเรื่อง ทรพี ทรพา ควายพ่อลูกที่ทะเลาะวิวาทกัน ทรพีซึ่งเป็นลูกสู้อ้างพ่อไม่ไหว ลูกไล่ขวิดไปชนต้นส้มป่อยกลับมีกำลังเพิ่มขึ้นมาใหม่ จึงไล่ทรพาผู้เป็นพ่อจนชนต้นมะขามป้อม และปรากฏว่าผละกำลังพ่อได้อ่อนลงจนต้องพ่ายแพ้แก่ลูกไป จากตำนานนี้ถูกนำมาเป็นข้อห้ามของคนที่มีความเชื่อว่าจะไม่กินมะขามป้อม สำหรับผักที่ห้ามกินนั้น ได้แก่ น้ำเต้า พักเขียว และโหระพา โดยถือว่าผักเหล่านี้กินแล้วทำให้อ่อนแรงลง คาถาอาคมเสื่อม นอกจากนี้จะเป็นเวลาหลังจากเผาศพเสร็จแล้วถึงกินได้ โดยถือว่ากินของผี ผีจะข่มเอาได้ ความเชื่อนี้ยังมีอยู่เพราะกลุ่มหมอพื้นบ้านต่างๆ ยังคงยึดมั่นกับความเชื่อเหล่านี้ (สมทรง ณ นคร (ศุภศิลป์) และคณะ, 2529)

4.3.3 ภูมิปัญญาไทยในการนำสมุนไพรมาใช้ในด้านความเชื่อ ประเพณี พิธีกรรม

ความเชื่อ ประเพณี พิธีกรรม เป็นเรื่องของการปฏิบัติสืบต่อกันมาตั้งแต่รุ่นปู่ตายาย ซึ่งได้สั่งสมผ่านการเรียนรู้ และปฏิบัติตามบรรพบุรุษเป็นทอดๆ ตามช่วงอายุของตน การทำตามดังกล่าวเกิดจากการได้รู้ได้เห็นวิธีการทำ หรืออาจเกิดจากการศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากสิ่งพิมพ์หรือหนังสือซึ่งได้ถ่ายทอดเป็นลายลักษณ์อักษร และปฏิบัติตามต่อกันมา ดังนั้น พืชสมุนไพรที่ใช้ประกอบในประเพณี พิธีกรรม หรือความเชื่อจึงมีเหตุมีผลในการใช้ ทั้งในเชิงคุณสมบัติ/สรรพคุณของพืชสมุนไพรนั้นๆ และความเชื่อที่เกี่ยวข้องกับความเป็นมงคล อันจะเป็นการเสริมสร้างขวัญ กำลังใจในการทำกิจกรรมต่างๆ ความเชื่อ ประเพณี พิธีกรรม ในที่นี้จะแบ่งเป็น 2 ส่วนหลักๆ คือ ความเชื่อเกี่ยวกับการส่งเสริมความเป็นมงคล และการนำสมุนไพรมาใช้ในประเพณี พิธีกรรม (ประมวลสาระชุดวิชาไทยคดีศึกษา . สาขาศิลปศาสตร หน้าที่ 8 – 15, 2546)

4.3.3.1 ภูมิปัญญาไทยในการนำสมุนไพรมาใช้เกี่ยวกับการส่งเสริมความเป็นมงคล

ธรรมชาติ และต้นไม้ มีความผูกพันกับชีวิตมนุษย์มาตั้งแต่สมัยโบราณกาล การปลูกต้นไม้ นอกจากจะช่วยตกแต่งกระแสดม บังแดด ให้ความร่มเย็น สดชื่นแล้ว ส่วนต่างๆ ของต้นไม้ยังสามารถนำมาใช้ในการบริโภค เป็นยารักษาโรคพื้นฐาน นำมาทำเครื่องใช้ในชีวิตประจำวัน รวมถึงให้ความสวยงาม ให้กลิ่นหอม เจริญตาเจริญใจแก่เจ้าของบ้านและผู้พบเห็น ต่อมา การปลูกต้นไม้ได้พัฒนาเป็นความเชื่อเกี่ยวกับมงคลที่เกิดจากต้นไม้ ซึ่งเป็นความเชื่อที่สืบต่อกันมาช้านาน

ไม้มงคล หมายถึง ไม้ที่เป็นขวัญเป็นศรีเพื่อความเจริญ ครอบคลุมทั้ง ไม้ยืนต้น ไม้ล้มลุก ตลอดจนพืชพันธุ์ธัญญาหาร โดยจำแนกความเป็นมงคลได้ดังนี้ (บุษบา จังพานิชย์กุล, 2549 ; เดิมลีปพิโรดม, 2552)

- มีชื่อหรือมีเสียงพ้องเป็นมงคล เช่น ไบเงิน ไบทอง ไบนาก
- มีความหมายหรือมีเสียงพ้องกับคำที่มีความหมายเป็นมงคล เช่น มะยม ยอ พยุง (พะยุง) ตัก(พ้องกับศักดิ์) ลีสุก (พ้องกับ ศรีสุข) เป็นต้น

- มีประวัติอันเป็นมงคล เช่น ต้นไม้ในพุทธประวัติ ได้แก่ ต้นสาละ ต้นโพธิ์ ดอกบัว ต้นไม้ที่เกี่ยวกับเทพเจ้าในศาสนาพราหมณ์ ได้แก่ มะเดื่อ กล้วย แพรก
- มีคุณสมบัติแสดงสรรพคุณ 4 ประการ คือ
 - เป็นรัญพืชหรืออาหาร ได้แก่ ถั่ว งา ผลไม้ต่างๆ เช่น กล้วย อ้อย เป็นต้น
 - มีคุณสมบัติทางการรักษาเป็นยา เช่น สะเดา ส้มป่อย
 - มีกลิ่นหอม นำไปประกอบน้ำหอม น้ำปรุง เช่น ดอกกุหลาบ ดอกมะลิ
 - มีสีเป็นมงคล คือ ไม้ดอกที่มีสีถูกโฉลกตามวันประกอบพิธี

1) ไม้มงคลที่นิยมปลูกในบ้าน

ตั้งแต่สมัยโบราณ กษัตริย์หรือผู้ปกครองเมืองจะพิจารณาการสร้างบ้านสร้างเมืองจาก ชัยภูมิที่มีชื่อต้นไม้ที่เป็นมงคล เช่น ไม้ยางทวายเป็นไม้ศรีเมืองของเมืองศรีอยุธยา ต้นหมันเป็นไม้ศรีเมืองของกรุงศรีอยุธยา ไม้ข่อยเป็นไม้ศรีเมืองของเมืองนางรอง ไม้ลำควนเป็นไม้ของเมืองศรีสะเกษ การเลือกต้นไม้ในบ้านเมืองที่ผู้ปกครองสร้างขึ้นมานิยมใช้ไม้ที่มีลักษณะใหญ่โต ด้วยความเชื่อว่าจะมีเทพดาสิงสถิตอยู่คอยปกปักรักษาเมือง ไม้มงคลที่ถือเป็นพญาไม้ เป็นไม้สำคัญในการประกอบ พิธีกรรม ทั้งในฝ่ายบ้านเมือง ศาสนา และชุมชนชาวบ้านทั่วไป เป็นไม้ดอกเข็มฤกษ์ 9 ชนิด โดยมีความเชื่อว่าจะทำให้เกิดความเจริญรุ่งเรือง เป็นศรีสง่าแก่อาคาร ผู้อยู่อาศัย และความก้าวหน้าในกิจการที่ กระทำ ไม้มงคล 9 ชนิด ได้แก่ ชัยพฤกษ์ ราชพฤกษ์ ทองหลาง ใฝ่สีสุก กันเกรา ทรงบันดาล สัก พยุง และขนุน ไม้แต่ละชนิดเป็นมงคลนามเป็นขวัญเป็นศรี มีความหมาย ความเชื่อ ดังนี้ (บุญบา จังพานิชย์กุล, 2549 ; เศรษฐมณฑล กาญจนกุล, 2551 ; เดิม สิปปพิโรดม, 2552 ; www.paisarn.com/tree/maintree.html)

ชัยพฤกษ์ คือ ความมีชัย อุดมโชคลาภ มีความเชื่อว่า ส่งเสริมอำนาจวาสนา บารมี

ราชพฤกษ์ คือ ความนิยม ชื่อเสียง เกียรติยศ มีความเชื่อว่า ส่งเสริมสิริมงคลด้าน เกียรติยศและศักดิ์ศรีให้กับเจ้าของสถานที่

ทองหลาง คือ ฐานะ ความร่ำรวย มีทรัพย์สินเงินทอง มีความเชื่อว่า จะให้คุณทางฐานะ ความร่ำรวยเงินทองจะไหลหลากเข้าสู่บ้านเรือน

ใฝ่สีสุก คือ ความร่มเย็นผาสุก มีความเชื่อว่า จะทำให้คนในบ้านมีความซื่อตรง อ่อนโยน จิตใจบริสุทธิ์ งดงามในฆราวาสธรรม

กันเกรา คือ ช่วยปกป้อง สกัดกั้นภัยอันตราย บัดเป่าให้พ้นภัย มีความเชื่อว่า ให้คุณ ทางการป้องกันอันตรายต่างๆ และช่วยขจัดเป่าป้องกันโรคภัยไข้เจ็บได้

ทรงบันดาล คือ บันดาลให้ประสบความสำเร็จสมบูรณ์พูนสุข ปราศจากโรคภัยเบียดเบียน มีความเชื่อว่า ทรงบาดาล หมายถึง บารมีอันยิ่งใหญ่ของนาคแห่งพิภพบาดาล บางตำราหมายถึง บันดาล ให้เกิดโชคลาภ สะพรั่งคั่งทองตามสีเหลืองของดอกทรงบาดาล

สัก คือ ความมีเกียรติ มีศักดิ์ศรี มีสิ่งศักดิ์สิทธิ์ปกปักรักษา มีความเชื่อว่า จะนำความศักดิ์สิทธิ์แก่บ้านเรือนและส่งเสริมเกียรติยศฐานันดรศักดิ์ แก่ผู้อยู่อาศัยในบ้าน

พะยุง คือ การพยุงฐานะ จนถึงให้ความเจริญรุ่งเรืองก้าวหน้าในการทำงาน การเงิน มีความเชื่อว่า จะเสริมสร้างอำนาจและอิทธิพลให้กับเจ้าของบ้านและผู้อยู่อาศัย และส่งเสริมมงคลทางด้านค้า จุนฐานะการเงินของครอบครัวไม่ให้ตกยาก

ขนุน คือ การเกื้อหนุน ยกฐานะฐานะการงานและการเงิน มีความเชื่อว่า ช่วยเหลือเกื้อหนุนให้กับเจ้าบ้านและผู้อยู่อาศัย ไม่ว่าจะทำกิจการงานใดย่อมประสบผลสำเร็จอยู่เสมอ ทำให้มีบุญหนุนนำชีวิตให้เจริญรุ่งเรือง มีเงินทองใช้อย่างไม่ขาดมือ

การปลูกต้นไม้ในบ้าน

นอกจากพญาไม้ทั้ง 9 แล้ว ยังมีไม้มงคลที่นิยมนำมาปลูกในบ้านด้วยความเชื่อว่าจะนำสิ่งที่ดีมาสู่ผู้ที่พักอาศัยในบ้าน ดังนี้ (108 สุมณไพรไทยฉบับพิเศษเสริมดวงความร่ำรวยกับไม้มงคล ; บุญบารุง พานิชย์กุล, 2549 ; เศรษฐมณฑล กาญจนกุล, 2551 ; เดิม สิปปพิโรดม, 2552 ;

www.paisarn.com/tree/maintree.html)

กล้วยไม้ เชื่อกันว่าการปลูกกล้วยไม้ไว้ในบริเวณบ้านจะทำให้เกิดความประทับใจแก่บุคคลทั่วไปเพราะลักษณะดอกของกล้วยไม้แสดงถึงความงดงาม เป็นที่ประทับใจแก่ผู้ที่ได้พบเห็น นอกจากนี้ยังมีความเชื่ออีกว่าการปลูกกล้วยไม้จะช่วยทำให้คนในบ้านเป็นผู้มีจริยธรรม เพราะการดูแลกล้วยไม้ให้เกิดดอกที่สวยงาม ต้องเป็นผู้มีจิตใจและอุปนิสัยเยือกเย็น มีความปราณีตและละเอียดละออ

กระดังงา เป็นต้นไม้ที่มีชื่อเป็นสิริมงคล เชื่อกันว่าการปลูกกระดังงาไว้ในบริเวณบ้านจะทำให้สมาชิกในบ้าน รวมทั้งวงศ์ตระกูล มีชื่อเสียงโด่งดัง เพราะ “กระดังงา” คือการทำให้เกิดเสียงดังไปไกลเหมือนกับนกการเวกในสมัยพุทธกาล คือมีเสียงดังไพเราะมาก ก้องไกลทั่วสวรรค์ ดังนั้นบางคนจึงเรียกกระดังงาว่าการเวก นอกจากนั้น กระดังงายังเสริมมงคลในทางเสน่ห์ คือ จะเสริมให้มีเสน่ห์เป็นที่รักใคร่ของคนทั่วไปและมีชีวิตที่งดงามหอมมนวลตลอดไป เหมาะที่จะนำมาปลูกทางทิศตะวันออกเฉียงใต้ เพราะจะช่วยเพิ่มสิริมงคล ให้แก่ บ้านเรือน ชื่อเสียง จะขจรขจาย ไปทั่วทุกทิศทางราวกับแสงอาทิตย์ที่สาดส่องไปทั่วพื้นดิน

กระถิน ตำราพรหมชาติฉบับหลวงกล่าวไว้ว่า กระถินเป็นไม้มงคลที่ควรปลูกไว้ทางทิศตะวันออกเฉียงใต้ (อาคนย์) โดยปลูกร่วมกับต้นสารภี จะช่วยป้องกันความเลวร้าย (เสนียดจัญไร) ได้

กระบองเพชร เชื่อกันว่าการปลูกกระบองเพชรตามแนวรั้วบ้าน หรือปลูกเป็นแนวยาวเป็นรั้วบ้านจะช่วยป้องกันอันตราย คอยคุ้มครองสมาชิกทุกคนภายในบ้าน ไม่ให้ได้รับอันตรายร้ายแรงจากศัตรู หรือทำให้ผู้ประสกร์ร้าย เกิดความเกรงกลัว ไม่มีใครกล้ามาคิดร้ายกรายกล้าคนในบ้าน เนื่องจากกระบองเพชรมีหนามแหลมคม ที่จะคอยคุ้มแทงผู้ที่จ้องทำร้ายหรือขโมยทรัพย์สิน นอกจากนั้นคนโบราณยังถือว่ากระบองเพชรเป็นไม้มงคลทางโชคลาภหนึ่ง โดยเชื่อว่าบ้านใดปลูกต้นกระบองเพชรให้เกิดดอกได้มากและสวยงาม บ้านนั้นจะมีโชคลาภ

กวนอิมเงินและกวนอิมทอง ถือเป็นต้นไม้ศักดิ์สิทธิ์ คนโบราณมักจะใช้ต้นไม้ทั้งสองชนิดนี้ มาประกอบในพิธีมงคลทางศาสนาอยู่เสมอ เชื่อกันว่าครอบครัวใดที่ปลูกต้นกวนอิมเงิน กวนอิมทองเอาไว้ภายในบริเวณบ้าน จะช่วยเรียกทรัพย์สินเงินทองเข้ามาภายในบ้าน ช่วยให้มิโชคลากเพิ่มพูนทรัพย์สินเงินทอง มีฐานะร่ำรวยยิ่งขึ้นกว่าเดิม หากทำมาค้าขายก็จะได้กำไรมั่งคั่ง เหมาะที่จะปลูกทางทิศตะวันออกเฉียงของตัวบ้าน เพราะต้นไม้จะมีพลังในการเรียกความร่ำรวย เมื่อได้รับแสงแดดยามเช้าอย่างเต็มที่ และควรปลูกในวันอังคาร จะช่วยเสริมสิริมงคลให้กับผู้เป็นเจ้าของ รวมทั้งครอบครัวได้เป็นอย่างดี

กุ่มบกและกุ่มน้ำ เป็นต้นไม้ที่มีชื่อเป็นสิริมงคล ใช้เป็นอาหารและยารักษาโรค เชื่อกันว่าการปลูกต้นกุ่มจะทำให้ครอบครัวมีฐานะเป็นกลุ่มเป็นก้อนดังชื่อของต้นไม้

กุหลาบ ได้รับการขนานนามให้เป็น “ราชินีแห่งดอกไม้” เพราะมีรูปลักษณ์ และสีสันทที่สวยงามจับตาของผู้พบเห็น คนโบราณเชื่อว่าหากครอบครัวใดปลูกกุหลาบเอาไว้ภายในบริเวณบ้าน จะช่วยเพิ่มความสวยงามของบ้านได้เป็นอย่างดี เพราะดอกกุหลาบที่ชูช่อบานจะสวยงามโดดเด่น เป็นที่ชื่นชม นอกจากนี้ยังเชื่ออีกว่าจะช่วยให้สมาชิกในบ้านมีโชคลาก มีชีวิตที่ดี มีความฉลาดปราดเปรื่อง มีคุณภาพชีวิตที่ดียิ่งขึ้น ควรปลูกกุหลาบไว้ทางทิศตะวันออกเฉียง เพราะจะเจริญงอกงามให้ดอกที่มีสีสันสดใส เมื่อได้รับแสงแดดอ่อนๆ ยามเช้า และปลูกในวันพุธ ผู้ที่ปลูกควรจะเป็นสุภาพสตรี เพราะมีความอ่อนโยน และงดงามเหมือนดอกกุหลาบจะเป็นการเพิ่มสิริมงคลให้แก่ครอบครัว

แก้ว เป็นไม้มงคลชนิดหนึ่งที่นิยมปลูกกันมาก เพราะดอกแก้วจะส่งกลิ่นหอมเย็น มักจะนำดอกแก้วไปบูชาพระ และนำไปประกอบพิธีทางศาสนา จึงถือว่าเป็นดอกไม้ที่บริสุทธิ์ เหมาะสำหรับนำไปบูชาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ คนโบราณเชื่อว่า ครอบครัวที่ปลูกต้นแก้วไว้ภายในบริเวณบ้าน สมาชิกทุกคนจะมีจิตใจบริสุทธิ์สะอาด เบิกบานแจ่มใสราวกับความใสของแก้ว และยังเชื่ออีกว่า การปลูกต้นแก้วจะช่วยเพิ่มความเป็นสิริมงคลให้กับบ้าน คนในบ้านจะได้รับแต่สิ่งที่ดีงาม ประพศุบัติและได้รับการยกย่องจากคนทั่วไปบูชาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เพิ่มความมงคลของจิตใจได้อีกด้วย

โกสน เป็นต้นไม้เก่าแก่ตั้งแต่สมัยรัชกาลที่ 5 ที่นิยมปลูกกันในพระราชวัง และวัด เพื่อให้เกิดความร่มเย็นเป็นสุข คำว่าโกสนนั้น มีความใกล้เคียงกับคำว่า กุศล ซึ่งหมายถึง การสร้างบุญ การสร้างแต่สิ่งที่ดีงามเป็นบุญเป็นกุศล ดังนั้น จึงเชื่อว่า การปลูกต้นโกสนไว้ประจำบ้านจะช่วยเพิ่มบุญบารมีให้แก่ครอบครัว สมาชิกทุกคนจะเป็นคนดี ชื่อสัตย์สุจริต ทั้งครอบครัวก็จะมีแต่ความร่มเย็นเป็นสุข โดยปราศจากความขัดแย้งใดๆ

ขจร เป็นไม้อเลื้อยประดับรั้ว เชื่อกันว่า หากบ้านใดปลูกต้นขจรจะทำให้คนในบ้านเรือนนั้นมีชื่อเสียงโด่งดังขจรไปทั่ว เป็นที่รู้จักแก่คนทั่วไป นอกจากนี้ดอกขจรยังมีกลิ่นหอม เป็นที่ประทับใจแก่ผู้ที่มาเยือน นอกจากความเป็นมงคลแล้วดอกขจรสามารถนำมาทำเครื่องหอมหรือนำมาประกอบอาหารได้อีกด้วย

ข่อย เชื่อว่าบ้านโคปลูกต้นข่อยไว้ในบริเวณบ้านจะคลาดแคล้วจากภยันตรายต่างๆ และใบข่อยสามารถขับไล่สิ่งชั่วร้ายให้ออกไปจากบ้านได้ นอกจากนี้ยังมีความเชื่อกันว่าบ้านโคที่ปลูกต้นข่อยจะทำให้คนในบ้านมีความแข็งแรง อุดทน ซึ่งความเชื่อนี้ก็เกิดขึ้นเพราะข่อยเป็นต้นไม้ที่แข็งแรงทนทาน มีอายุยืนหลายชั่วอายุคน

เข็มขาว เชื่อว่าบ้านโคปลูกต้นเข็มไว้ในบริเวณบ้าน จะช่วยให้สติปัญญาของสมาชิกในครอบครัวดีเลิศ มีความเฉลียวฉลาดหลักแหลม เพราะเข็มคือสิ่งที่มีความแหลมคม ดังนั้นคนโบราณจึงใช้ดอกเข็มในพิธีไหว้ครูเพื่อจะได้เป็นนักปราชญ์ที่มีสติปัญญาฉลาดเฉียบแหลม นอกจากนี้ยังใช้ดอกเข็มเป็นเครื่องบูชาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เช่น นำไปถวายพระ หรือนำมาใช้ในพิธีทางศาสนาก็จะเพิ่มความเป็นสิริมงคลของพิธียิ่งขึ้น

คล้า เชื่อว่าบ้านโคปลูกต้นคล้าไว้ประจำบ้านจะช่วยคุ้มครองรักษาให้มีความสงบสุข รอดพ้นจากเรื่องราวร้ายๆ เพราะ คล้า หรือคลุ้ม คือ การคุ้มครอง ปกป้องรักษา และมีหลายคนที่เชื่อว่า คล้า หรือ คล้าคลาด คือการคลาดแคล้วพิษภัยศัตรูทั้งปวง นอกจากนี้คนโบราณยังเรียกคล้าว่า พุทธรักษาน้ำ จึงถือว่าคล้าเป็นไม้มงคลนาม คือ มีพระพุทธเจ้าคอยปกป้องรักษา

เงินไหลมา เป็นต้นไม้ที่มีชื่อเป็นสิริมงคล เชื่อกันว่า หากบ้านโคปลูกต้นเงินไหลมาไว้ในบริเวณบ้าน ก็จะมีเงินทองไหลมาเทมา ทำให้มีเงินมีรายเป็นเศรษฐีเช่นเดียวกับชื่อของต้นไม้

ข้อสุวรรณ เป็นต้นไม้ที่มีชื่อเป็นสิริมงคล ดังเช่นคำว่า “คาบช้อนทองมาเกิด” ซึ่งก็หมายความว่า เกิดมาพร้อมทุกอย่างไม่ต้องดิ้นรน ขวนขวาย มีคนทำให้ทุกอย่าง อยากรู้จะได้สมดังปรารถนา

ตะโก เชื่อว่าบ้านโคปลูกตะโกไว้ประจำบ้านจะช่วยให้ผู้อยู่อาศัยในบ้านมีความอดทน ต่อสิ่งแฉดล้อมและอายุยืนยาว เหมือนดังต้นตะโกซึ่งเป็นไม้อายุยืน ทนทานต่อความแห้งแล้งของดินฟ้าอากาศได้ดี

ทองกวาว เป็นต้นไม้ที่มีชื่อเป็นสิริมงคล คือมีทองมากมาย นอกจากนี้ดอกยังมีความสวยเรื่องร้องดังทองธรรมชาติ จึงเชื่อกันว่า หากบ้านโคปลูกต้นไม้นชนิดนี้เอาไว้ภายในบริเวณบ้าน ครอบครัวนั้นจะประสบกับความเจริญรุ่งเรืองมีโชคลาภ ทรัพย์สินเงินทองมากมาย

ทุเรียน เชื่อกันว่า หากบ้านโคปลูกต้นไม้นชนิดนี้จะส่งผลให้คนในบ้านมีความฉลาดหลักแหลมเหมือนดังหนามทุเรียน เป็นคนคนแก่เรียน นอกจากนั้นยังช่วยป้องกันภยันตรายต่างๆ ด้วย

บอนสี เป็นพรรณไม้เก่าแก่ คู่บ้านคู่เมืองของไทย เชื่อกันว่าบ้านโคปลูกบอนสีไว้ ต้นบอนสีก็จะช่วยคุ้มครองสถานที่นั้น ให้สงบสุข ร่มเย็น ทุกคนต่างก็มีความสุข ไม่มีเรื่องเดือดเนื้อร้อนใจ

บัว ที่นิยมปลูกไว้ภายในบ้านเพื่อความเป็นสิริมงคล คือ บัวหลวง บัวผัน บัวฝรั่ง บัวสาย และบัวกระดัง มีความเชื่อตามแนวพุทธศาสนาที่ลึกซึ้งและเป็นมงคลว่า ดอกบัวเปรียบเหมือนกับคนเรา ดอกบัวที่ชูดอกพ้นจากผิวน้ำขึ้นมารับแสงสว่างได้ ก็เหมือนกับผู้ที่หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง กลายเป็นผู้รู้ ผู้ตื่น จึงนำดอกบัวไปบูชาพระ และประกอบพิธีทางศาสนา ถือว่าเป็นดอกไม้ที่บริสุทธิ์

เหมาะสำหรับนำไปบูชาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ คนโบราณเชื่อว่า ครอบครวไคที่ปลูกบัวเอาไว้ประจำบ้าน ก็จะช่วยให้สมาชิกในบ้านมีจิตใจที่บริสุทธิ์ สะอาด และเบิกบานแจ่มใส เช่นเดียวกับดอกบัว นอกจากนี้ยังเชื่ออีกว่า สายใยของบัวที่ยืดยาวนั้น คือสายสัมพันธ์ของครอบครว จะทำให้ทุกคนมีความห่วงใย รักใคร่ และผูกพันต่อกันอย่างแนบแน่น ครอบครวจะมีแต่ความสุข เพราะความรักใคร่ปรองดองของสมาชิกทุกคนครอบครว

ใบเงิน ใบทอง และใบนาค เป็นต้นไม้ที่มีชื่อเป็นสิริมงคล คนโบราณมักจะนำไปไม้ทั้งสามชนิดมาประกอบพิธีสำคัญทางศาสนา ใช้ทำน้ำพุทธมนต์หรือการขึ้นบ้านใหม่ เชื่อบ้างกันว่าหากบ้านใดปลูก ใบเงิน ใบทอง ใบนาค เอาไว้ภายในบ้าน ก็จะช่วยให้มีโชคลาภได้รับเงินทอง และทรัพย์สินต่างๆ อยู่เสมอ มีฐานะร่ำรวยขึ้น เพราะมีเงินทองมากเหมือนใบไม้ นั่นเอง นอกจากนี้ยังเชื่อว่าการปลูกต้นใบเงิน ใบทอง ใบนาคนั้น จะช่วยปกป้องคุ้มครองผู้คนในบ้าน ให้มีแต่ความสุข เพราะต้นไม้อะไรเหล่านี้ เป็นต้นไม้ศักดิ์สิทธิ์ที่จะช่วยขับไล่สิ่งร้ายๆ ให้พ้นจากบ้านได้

ใบระบาท เชื่อกันว่า บ้านใดปลูกต้นใบระบาทไว้ภายในบริเวณบ้าน ก็จะมีแต่ความร่ำรวยเงินทอง มีโชคลาภหลังไหลมาไม่ขาดสาย นอกจากนี้คนโบราณยังถือว่าต้นใบระบาทเป็นไม้เสี่ยงทายชนิดหนึ่ง โดยเชื่อว่าหากผู้ใดปลูกต้นใบระบาทให้มีใบที่สวยงามและมีจำนวนใบมากขึ้นจะทำให้มีเงินเพิ่มมากขึ้นด้วย เนื่องจากการแตกใบ 1 ใบก็มีค่าเท่ากับ 1 บาท ดังนั้นถ้า หากแตกใบหลายใบก็จะมีจำนวนเงินเพิ่มขึ้นหลายบาทตามไปด้วย

ประดู่ เชื่อกันว่า การปลูกต้นประดู่จะกระตุ้นให้สมาชิกทุกคนในบ้าน มีความรักใคร่สามัคคี ไม่ทะเลาะเบาะแว้งกัน ตามความหมายของประดู่ซึ่งหมายถึง ความสามัคคีเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน และความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน

ประยงค์ เชื่อว่า บ้านใดปลูกต้นประยงค์ไว้ประจำบ้านจะมีความยั่งยืนความมั่นคง เพราะ ประยงค์ หรือ กระยง คือความขี้นยง ความมั่นคงหรือความอยู่ยงคงกระพัน

ปีบ เชื่อว่า บ้านใดปลูกต้นปีบจะทำให้เก็บเงินเก็บทองได้มาก เพราะ ปีบคือ ภาชนะที่ใช้ในการบรรจุของ คนไทยโบราณเรียกภาชนะใส่ของที่มีคำว่า ปีบเงิน ปีบทอง นอกจากนี้ยังเชื่ออีกว่าช่วยให้ให้มีชื่อเสียงโด่งดัง เพราะปีบมีลักษณะแข็งและโปร่ง เวลาเคาะหรือตีจะเกิดเสียงดังไปไกล

โป๊ยเซียน เชื่อกันว่า บ้านใดที่ปลูกต้นโป๊ยเซียนไว้ภายในบริเวณบ้าน จะช่วยชักนำโชคลาภมาให้สมาชิกทุกคนและยังเชื่ออีกว่า ต้นโป๊ยเซียนสามารถปกป้องคุ้มครองผู้เป็นเจ้าของ และครอบครวให้มีแต่ความสงบสุข เพราะต้นโป๊ยเซียนเป็นตัวแทนของเทพเจ้า 8องค์ ที่คอยคุ้มครองมนุษย์ให้สงบสุข และมีแต่ความเจริญรุ่งเรือง นอกจากนี้คนโบราณยังถือว่าต้นโป๊ยเซียนเป็นไม้เสี่ยงทายชนิดหนึ่ง โดยเชื่อว่าหากผู้ใดปลูกต้นโป๊ยเซียนออกดอกได้ 8 ดอก ก็จะมีโชคลาภ หรือได้เลื่อนยศเลื่อนตำแหน่งให้สูงขึ้น

พุทธรักษา เป็นต้นไม้ที่มีชื่อเป็นสิริมงคล หมายความว่า การมีพระพุทธรักษาอยู่คุ้มครองรักษาให้อยู่เย็นเป็นสุข ดังนั้น จึงเชื่อว่า หากครอบครวใดปลูกต้นพุทธรักษาเอาไว้จะช่วย

ปกป้องคุ้มครอง มิให้มีภัยอันตรายกับสมาชิกทุกคนภายในบ้าน รวมทั้งคอยปกป้องดูแลบ้านเรือน ให้ร่มเย็นปลอดภัย

ธรรมรักษา เป็นต้นไม้ที่มีชื่อเป็นสิริมงคล มีความหมายที่ดี เพราะธรรมรักษาหรือธรรมะนั้น คือการรักษาในสิ่งที่ดีงาม หรือ ผู้ที่มีคุณธรรมซึ่งควรแก่การเคารพบูชา นิยมนำมาใช้บูชาพระ เชื่อกันว่า หากครอบครัวใดปลูกต้นธรรมรักษาเอาไว้ในบริเวณบ้าน สมาชิกทุกคนภายในบ้านจะได้รับการปกป้องคุ้มครองแคล้วคลาดจากอันตรายทั้งปวง และคนในบ้านจะมีคุณธรรมอันดีงาม

พะยอม เชื่อว่า บ้านใดปลูกต้นพะยอมจะทำให้คนในบ้านมีอุปนิสัยอ่อนน้อม เพราะพะยอม คือ การยินยอม ตกลง ผ่อนผันประเพณีประนอม นอกจากนี้ยังเชื่อว่าจะไม่ขัดสนเพราะบุคคลทั่วไปมีความเห็นใจและยอมให้ในสิ่งที่ดีงาม ทำให้ไม่ขัดสนเงินทอง ตามลักษณะของดอกยังมีสีเหลืองทองและมีกลิ่นหอมหวานชวนใจ

พญาสัตบรรณ เป็นไม้มงคลนาม เพราะพญาสัตบรรณหรือฉัตรบรรณคือเครื่องสูงที่ใช้ในขบวนแห่เป็นเกียรติยศ และ พญา ก็คือ ผู้เป็นใหญ่ที่ควรยกย่อง เคารพนับถือ นอกจากนี้พญาสัตบรรณเป็นไม้มุมมีลักษณะคล้ายกับฉัตรคือเป็นชั้นๆ เชื่อกันว่าบ้านใดปลูกต้นพญาสัตบรรณจะได้รับการยกย่องและความนับถือจากบุคคลทั่วไป

พิกุลทอง เชื่อกันว่า หากปลูกต้นพิกุลทองไว้ภายในบริเวณบ้าน จะทำให้คนในบ้านมีอายุยืน มีสุขภาพที่ดี และแข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ และมีความทรหดอดทน เหมือนกับลักษณะของต้นพิกุลทองที่มีความแข็งแรง ทนทาน และอายุยืนยาว และยังเชื่อกันอีกว่า ต้นพิกุลทองเป็นต้นไม้ศักดิ์สิทธิ์ เป็นที่สิงสถิตย์ของเทพเจ้า ดังนั้น หากนำเนื้อไม้ มาทำเป็นข้าวของต่างๆ ก็จะช่วยเพิ่มความหลัง และเพิ่มความศักดิ์สิทธิ์ให้พนักภัยอันตรายต่างๆ ไม่สามารถจะเข้ามาทำร้ายได้

เพชรสายรุ้ง เป็นไม้มงคลนาม เชื่อกันว่า บ้านใดปลูกต้นเพชรสายรุ้งจะทำให้เกิดคุณค่าที่สูง เพราะเพชรคืออัญมณีที่มีค่าสูง ดังนั้นเพชรสายรุ้งจึงเป็นของสูงที่มีความสวยงามเหมือนสายรุ้ง นอกจากนี้ยังมีความเชื่ออีกว่า ทำให้เกิดความอยู่เย็นเป็นสุข เพราะเพชรสายรุ้งเป็นพรรณไม้เดียวกับหมากผู้หมากเมียซึ่งคนไทยโบราณนิยมปลูกไว้ประจำบ้านมาตั้งแต่สมัยโบราณ

พุทรา เชื่อกันว่าบ้านใดปลูกต้นพุทราจะได้รับความนิยมนิมนต์ไม่สร้างซา ซึ่งพ้องกับเสียงพุทรา ส่วนใหญ่นิยมปลูกคู่กับมะขม

เฟื่องฟ้า เชื่อกันว่า บ้านใดปลูกต้นเฟื่องฟ้าจะสามารถสร้างคุณค่าของชีวิตให้สูงขึ้น เพราะเฟื่องฟ้าเป็นพรรณไม้ที่ได้รับสมญาว่าเป็นราชินีแห่งไม้ประดับ นอกจากนี้ยังเชื่ออีกว่าเฟื่องฟ้าเป็นไม้มงคลที่สำคัญของเทศกาลตรุษจีน เพราะต้นเฟื่องฟ้าจะออกดอกสะพรั่งในช่วงเทศกาลตรุษจีน จึงทำให้บางคนเรียกต้นเฟื่องฟ้าว่าต้นตรุษจีน ดังนั้นจึงเชื่อว่า เมื่อช่วงดอกเฟื่องฟ้าบานแสดงถึงความเบิกบาน สว่างไสว ความรุ่งเรืองแห่งชีวิต

มะกรูด เชื่อกันว่า บ้านใดปลูกต้นมะกรูดจะช่วยปิดเป่าและบรรเทาเคราะห์ โสกลงไปได้ บางตำราว่าเป็นความเชื่อของคนบ้านป่า ที่เดินทางด้วยเกวียนเทียม โคหรือกระบือเมื่อได้กลิ่นสาบเสื่อ

จะหยุดเดิน เจ้าของจะต้องขูดผิวมะนาวหรือมะกรูด ป้ายจมูกให้ดับกลิ่นสาบเสียก่อน โคน กระบือจึงจะเดินต่อไป ดังนั้นการเดินทางสมัยก่อนผ่านป่า ผู้เดินทางจึงมักจะพกพามะนาว และมะกรูดติดตัวไปด้วยเสมอ ในพิธีกรรมการทำน้ำมันต์เพื่อสะเดาะเคราะห์สำหรับพรหมหรืออาบผู้ป่วยก็ใช้ใบมะกรูดเป็นส่วนประกอบสำคัญที่จะขาดไม่ได้ โดยใช้ร่วมกับใบส้มป่อย ใบเงินใบทอง ใบมะตูม หญ้าแพรก หมากรูด ผู้หมากเม็ย ใบราชพฤกษ์

มะขาม เป็นต้นไม้ที่มีชื่อเป็นมงคลนาม ถือกันเป็นเคล็ดว่าจะทำให้มีคนเกรงขาม ยำเกรง ไม่กล้ามาคิดร้าย ควรปลูกไว้ทางทิศตะวันตกของบ้าน เพื่อป้องกันสิ่งไม่ดีและผีร้ายมิให้มากล้ำกลาย

มะเดื่ออุทุมพร เป็นไม้ดั้งเดิมที่ศักดิ์สิทธิ์สัมพันธ์กับความเชื่อและประเพณีของคนไทย มีการบันทึกไว้ในประวัติศาสตร์กรุงศรีอยุธยาและกรุงศรีรัตนโกสินทร์ว่า มีการนำไม้มะเดื่ออุทุมพรมาทำเป็นพระที่นั่ง ระบายตักน้ำมันเจิมถวาย และหมอน้ำที่กษัตริย์ใช้ถวายน้ำทำด้วยไม้อุทุมพร ในพระราชพิธีราชาภิเษกของกษัตริย์ เชื่อกันว่า บ้านใดปลูกมะเดื่ออุทุมพรทางทิศเหนือจะส่งเสริมความเจริญรุ่งเรือง

มะตูม เป็นต้นไม้ที่มีชื่อเป็นมงคลนาม เชื่อกันว่าบ้านใดปลูกต้นมะตูมจะทำให้เกิดกำลังใจ เกิดความมานะพยายามที่จะต่อสู้ฟันฝ่าอุปสรรคต่างๆ ในชีวิต แนะนำให้ปลูกร่วมกับไผ่รวก และทุเรียน นอกจากนี้มะตูมยังเกี่ยวข้องกับพิธีกรรมและพิธีมงคลของไทยการทำน้ำมันต์เพื่อสะเดาะเคราะห์ ครอบครัวจะใช้ใบมะตูมเป็นองค์ประกอบในพิธี และพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ใช้ใบมะตูมทักทายให้แก่ทูตที่เข้าเฝ้าเพื่อกราบบังคมลาไปรับราชการต่างประเทศ เพราะเชื่อว่าใบมะตูมเป็นใบไม้ที่ป้องกันเสนียดจัญไร และขับภูตผีปีศาจได้

มะพลับ เชื่อกันว่าการปลูกต้นมะพลับในบริเวณบ้านจะทำให้ร่ำรวยยิ่งขึ้น

มะพร้าว เชื่อว่าเมื่อปลูกไว้บริเวณบ้าน จะทำให้ไม่มีการเจ็บไข้ และอยู่เย็นเป็นสุข

มะพูด เชื่อว่าเมื่อปลูกไว้บริเวณบ้าน จะเอาเคล็ดเพื่อหวังให้ลูกหลานเป็นคนช่างพูดช่างเจรจาในสิ่งที่ดีงาม เพราะคนที่พูดจาไพเราะก็จะมีคนชื่นชอบกันมาก

มะนาว เชื่อว่าเมื่อปลูกไว้บริเวณบ้านจะทำให้ผู้ที่อยู่อาศัยในบ้านมีความสวัสดีกันถ้วนทั่ว บางตำราก็ว่าเป็นความเชื่อของคนบ้านป่า ที่เดินทางด้วยเกวียนเทียม โคนหรือกระบือเมื่อได้กลิ่นสาบเสียจะหยุดเดินถึงจะเขี่ยนตืออย่างไรก็ไม่ยอมเดิน เจ้าของเกวียนจะต้องขูดผิวมะนาวหรือมะกรูดป้ายจมูกให้ดับกลิ่นสาบเสียก่อน โคน กระบือจึงจะเดินต่อไป ดังนั้นการเดินทางสมัยก่อนผ่านป่าละเมาะผ่านดง ผู้เดินทางจึงมักจะพกพามะนาวหรือมะกรูดติดตัวไปด้วยเสมอ

มะม่วง เชื่อว่าหากนำมาปลูกไว้ในบริเวณบ้านทางทิศใต้ (ทักษิณ) จะทำให้เจ้าของบ้านและผู้อยู่อาศัยมีความร่ำรวยยิ่งขึ้น

มะยม เป็นต้นไม้ที่มีชื่อเป็นมงคลนาม เชื่อว่าเมื่อปลูกไว้บริเวณบ้านจะได้รับความนิยมนช่วยป้องกันสิ่งชั่วร้ายและผีร้ายมิให้มากล้ำกลาย

มะลิ การปลูกต้นมะลิไว้ประจำบ้านจะทำให้คนในบ้านมีความบริสุทธิ์ มีความสุขสงบ ตั้งอยู่ในศีลในธรรมอันดี มะลิให้มลกลิ่นในทางความรัก ความเสน่หา เป็นที่ประทับใจแก่ผู้คนรอบข้าง และยังเกื้อหนุนให้เกิดความกตัญญู เพราะดอกมะลิเป็นดอกไม้ประจำวันแม่แห่งชาติ มีสีขาว ซึ่งคนไทย นิยมใช้เป็นเครื่องสักการบูชาพระ

โมก เชื่อว่าบ้านใดปลูกต้นโมกไว้ประจำบ้านจะทำให้เกิดความสุขความบริสุทธิ์เพราะ โมกหรือโมกขหมายถึงผู้ที่หลุดพ้นด้วยทุกข์ทั้งปวง สำหรับส่วนของดอกก็มีลักษณะ สีขาว สะอาด มีกลิ่นหอมสดชื่นตลอดวัน นอกจากนี้ยังช่วยคุ้มครองปกป้องภัยอันตรายเพราะต้นโมกบางคนเรียกว่าต้น พุทธรักษาดังนั้นเชื่อว่าต้นโมกสามารถคุ้มกันรักษาความปลอดภัยทั้งปวงจากภายนอกได้เช่นกัน และยังเชื่ออีกว่าส่วนของเปลือกต้นโมกสามารถใช้ป้องกันอิทธิฤทธิ์ของพิษสัตว์ต่างๆ ได้

ยอ นิยมปลูกยอไว้ในบริเวณบ้าน เชื่อว่าจะป้องกันภัยอะไรก็ได้ อีกทั้งชื่อยอยังเป็นมงคลนาม ถือเป็นเคล็ดลึกลับกันว่า จะได้รับการสรรเสริญยอ หรือ ยกยอปอปั้นในสิ่งที่ดีงาม

เทียน เชื่อว่า บ้านใดปลูกต้นเทียนไว้ประจำบ้าน จะทำให้เกิดความสวยงาม ความสะอาด ความเรียบร้อย เพราะ เทียน คือ เทียนเตียน เรียบราบ ปลอดภัย โปร่ง สดใส และดอกยังออกเป็นช่อบานพร้อมกันดูสวยงามลานตา นอกจากนี้ยังเชื่อว่าช่วยให้เกิดความสามัคคี เพราะเทียน คือ การผสมกลมกลืนเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

ลำดวน เชื่อว่า บ้านใดปลูกต้นลำดวนไว้ประจำบ้านจะทำให้เกิดความคิดถึง ความสดชื่น เพราะ ลำดวนคือความกลมกลืน ความชื่นน้ำ

สุพรรณนิการ์ เป็นไม้มงคลนาม เชื่อว่า บ้านใดปลูกต้นสุพรรณนิการ์ไว้ประจำบ้าน จะทำให้มีความศักดิ์สิทธิ์ เพราะต้นสุพรรณนิการ์โบราณเรียกว่า ต้นปาริชาติ คือ ดอกไม้ศักดิ์สิทธิ์ นอกจากนี้ยังเชื่ออีกว่า เป็นต้นไม้ที่มีค่าสูงเปรียบเสมือนทองคำ เพราะดอกมีสีเหลืองทองคำ ชูช่อสู่ฟ้า

สนฉัตร เชื่อว่า บ้านใดปลูกต้นสนฉัตรไว้ประจำบ้านช่วยให้สมาชิกในครอบครัวได้รับการยกย่องเป็นที่สนใจ ได้รับคำชมเชย และได้รับความรักจากผู้คนทั่วไปอยู่เสมอ เพราะ สน คือการสนใจ และลักษณะลำต้นเป็นทรงพุ่มลักษณะคล้ายเครื่องสูงที่ใช้ในพิธีแห่งเกียรติยศ จึงเสริมโชคชะตาให้เกิดมงคล ในด้านเกียรติ และมีศักดิ์ศรีให้สูงส่ง

สร้อยทอง เป็นต้นไม้ที่มีชื่อเป็นมงคลนาม เชื่อว่าจะเสริมโชคชะตาของผู้ปลูก ให้มีความเจริญรุ่งเรือง มีเงินทองร่ำรวยมั่งคั่ง นอกจากนี้ยังเสริมวาสนาบารมีให้แก่ผู้ปลูกด้วย

ส้มป่อย เชื่อกันว่า จะช่วยขับไล่ภูตผีปีศาจและขจัดสิ่งชั่วร้ายทั้งปวงไม่ให้มารบกวน โดยเฉพาะพิธีกรรมต่างๆ ทางภาคเหนือจะมีส้มป่อยมาเกี่ยวข้องกับเสมอ การทำน้ำมนต์สะเดาะเคราะห์จะใช้ส้มป่อยร่วมกับใบเงิน ใบทอง ใบมะกรูด หญ้าแพรก ไบราชพฤกษ์ ใบมะตูมและใบหมากผู้หมากเมีย เมื่อนำมาปะพรมหรืออาบจะทำให้เคราะห์ต่างๆ บรรเทา

ส้มซ่า เชื่อกันว่าจะช่วยให้ลูกหลานมีชื่อเสียง ควรปลูกร่วมกับส้มป่อยและมะเดื่อ

สารภี หนึ่ง เชื่อกันว่า ถ้าบ้านใดปลูกต้นสารภีจะทำให้มีอายุยืนยาว เนื่องจากต้นสารภีนั้นเป็นไม้ที่มีความทนทาน แข็งแรงและอายุยืนหลายปี

สะเดา เชื่อกันว่าจะป้องกันโรคร้ายต่างๆ ได้ในบางท้องถิ่นเชื่อกันว่าใบและกิ่งของต้นสะเดาจะป้องกันภูติผีปีศาจได้ (108 สุมณไพรไทยฉบับพิเศษเสริมดวงความร่ำรวยกับไม้มงคล ;บุษบา จังพานิชย์กุล, 2549 ; เดิม สิปปพิโรดม, 2552)

2) ไม้ต้องห้าม/ไม้อัปมงคลที่ไม่นิยมปลูกในบ้าน

ความเชื่อของคนไทยโบราณนอกจากต้นไม้ที่ถือว่าเป็นไม้มงคล เหมาะสมกับการปลูกแล้ว ยังมี “ไม้ต้องห้าม” ที่เชื่อว่าไม่เหมาะสมสำหรับการนำมาปลูกในบ้านเรือน ไม้ต้องห้ามนี้ส่วนหนึ่งเป็นเรื่องของความเชื่อ เนื่องมาจากชื่อของต้นไม้มีความหมายไปในทางไม่ดี เป็นอัปมงคล หรือเป็นต้นไม้ที่อาจมีพิษ หรืออาจก่อให้เกิดอันตรายได้ มีคำพังเพยโบราณว่า อย่าให้กิ่งไม้เสียดสีกับหลังคา เพราะจะทำให้เกิดโชคร้าย (เป็นความเชื่อของทั้งไทยและจีน) คติคิดที่แอบอิงอยู่ในคำพังเพยดังกล่าวมีสองประเด็น **ประเด็นแรก** ก็คือ หลังคาบ้านอาจมีปัญหาได้ โดยเฉพาะเวลาที่ฝนตกหนักและมีพายุ กิ่งไม้ใบไม้ที่ระอู่อยู่กับแผ่นหลังคา อาจทำให้แผ่นหลังคาเปิด และเกิดน้ำรั่วเข้าบ้านได้ หรือแผ่นกระเบื้องหลังคาที่ถูกเสียดสีตอนที่เกิดพายุ ก็อาจจะหล่นลงมาทำอันตรายได้ **ประเด็นที่สอง** ของการห้ามปลูกต้นไม้ให้ระชาชคา ก็คือ ตัวลำต้นและกิ่งไม้ เพราะต้นไม้ที่ปลูกจนระหลังคาได้ ก็จะต้องมีกิ่งก้านสาขาแผ่ออกใกล้ตัวบ้าน จะเป็นทางเดินของขโมย หรือหากเป็นรั้วบ้าน ผู้ที่ประสังค์ร้าย จะถือเป็นช่องทางปีนเข้าสู่บ้านเราได้ (บุษบา จังพานิชย์กุล, 2549)

ต้นไม้ที่ห้ามปลูกในบริเวณบ้านที่คนโบราณห้ามมิให้นำเข้ามาปลูกในบ้าน หากนำมาปลูกก็จะมีโทษ ดังนี้

กระท่อม เป็นอัปมงคลนาม มีความหมายถึงทุ่ม หรือขว้างปา

กล้วยตานี ถือว่ามีนางตานี ปีศาจร้ายอาศัยอยู่ คอยหลอกล่อชายหนุ่มให้ไปสมสู่ในภพของตนไม่นิยมปลูกในบ้าน

จิว เป็นต้นไม้ที่เปรียบสัญลักษณ์แห่งการมีชู้ ดังนั้นคนไทยโบราณ จึงไม่นิยมปลูกต้นจิวไว้ในอาณาบริเวณบ้าน

ชบา ไม่นิยมปลูกเอาไว้ในบริเวณบ้าน เพราะดอกชบามักจะถูกนำไปใช้เมื่อเกิดเรื่องร้ายๆ ขึ้นเช่น นำดอกชบามาร้อยเป็นพวงแล้วนำไปสวมคอหญิง-ชายที่เป็นชู้ จึงเชื่อกันว่า ดอกชบา เป็นสัญลักษณ์การเล่นชู้ หรือลักลอบได้เสียกัน รวมทั้งนำพวงมาลัยดอกชบาไปสวมคอกันโทษ ที่กำลังจะถูกประหาร หากจะปลูกก็ควรไว้นอกรั้วบ้าน

ชวนชม มีความหมาย 2 นัย ในทางที่ไม่ดีมีความหมายไปในทางชักชวนให้มาเซซม จึงไม่เหมาะที่จะนำมาปลูกภายในบ้านที่มีลูกสาววัยแรกรุ่น เพราะอาจจะเป็นการชักนำหนุ่มๆ ให้เข้ามาหาลูกสาวได้ จึงจะเป็นทางให้เกิดเรื่องเสื่อมเสียแก่ครอบครัวได้

ช่อนกลืน มีอีกชื่อว่า **ต้นช่อนชู** ซึ่งเป็นชื่อที่ไม่มงคล หากนำมาปลูกในบ้าน จะทำให้ความรักความสัมพันธ์กับคนในครอบครัวเกิดปัญหาเกิดขึ้น

ตาล เป็นไม้ใหญ่ ไม่นิยมปลูกใกล้บ้านหรือในรั้วบ้าน อาจเป็นอันตรายแก่เด็กที่ปีนป่าย
ตะเคียน เป็นไม้ยืนต้นที่เชื่อกันว่า มีวิญญาณ ผีนางไม้สิงอยู่

เต่าร้าง เป็นไม้ที่ถือว่าเป็นอัปมงคลนาม เพราะชื่อแสดงความหมายของการเลิกร้าง-ร้าง รา หรือหย่าร้าง เชื่อกันว่าหากสามีภรรยาคู่ใด ปลูกต้นเต่าร้างเอาไว้ในบ้าน จะต้องเลิกร้างกันไป

ปรัง ภาคกลางไม่นิยมปลูกในบ้าน เพราะเชื่อกันว่า ใบของมันมักถูกนำมาใช้ประกอบหีบศพหรือทำพวงหรีด แสดงถึงความปรังตก ไม่มีความสุข

นางแย้มป่า คนโบราณเชื่อว่าเป็นต้นไม้ที่มีภูตผีปิศาจสิงอยู่ ซึ่งถ้าหากปลูกไว้ภายในบ้าน วันดีคืนดี ต้นนางแย้มป่า ก็จะสำแดงอิทธิฤทธิ์ ทำร้ายรังแกผู้คนในบ้าน ให้หวาดผวาเสียชีวิต หรือเจ็บไข้ได้ป่วยกันไปเสียเป็นต้นไม้ผีสิง วันดีคืนดีจะกลายเป็นผีเอาก้อนอิฐขว้างปาบ้าน

น้ำเต้า รูปร่างคล้ายนมสตรี คนมีวิชาคาถาอาคม ห้ามรับประทานและห้ามลอดร่านน้ำเต้าเพราะเชื่อว่าจะทำให้วิชาเสื่อม

ไผ่ เชื่อกันว่า เมื่อไผ่ออกดอกจะเป็นลงร้ายเพราะธรรมชาติของไผ่ไม่ค่อยมีใครเห็นดอก เมื่อมีดอกและดอกแห้งแล้วต้นจะตายเรียกว่า “ไผ่ตายขุย” จึงถือว่าไผ่ออกดอกที่บ้านใครมักจะเกิดผลร้ายกับครอบครัวนั้น ต้องทำบุญบ้านเพื่อถอนโชคร้ายเสียบางท้องถิ่นถือว่า นอกจากนั้นคนหนุ่มสาวห้ามปลูกเพราะถือว่าลำต้นไผ่ใช้เป็นคานสำหรับหามโลงใส่ศพไปเผาหรือฝังลงป่าช้า หากคนอ่อนอายุปลูกอายุจะสั้นด้วยพอไม้ไผ่โตได้ขนาดจะเป็นเหตุให้คนปลูกตาย และไม้ไผ่นั้นจะถูกตัดมาเป็นไม้หามโลงของคนปลูกพอดี

พุดตาน เนื่องจากดอกพุดตานเปลี่ยนสีได้ตลอดวัน จากขาวเป็นชมพูอ่อน และเข้มขึ้นในตอนบ่าย ทำให้เจ้าของเป็นคนสลับปลับ

เพกา เป็นของต้องห้าม ผักมีปลายแหลมเหมือนคมหอก ดาบ ดริศูลหรือคนพศุลนพศุลที่อยู่บนยอดปรางค์ ผู้มีวิชาอาคมห้ามรับประทาน เพราะเชื่อว่าจะทำให้วิชาเสื่อม

โพธิ์ เป็นไม้ใหญ่ ไม่นิยมปลูกใกล้บ้านเพราะถือเป็นต้นไม้ศักดิ์สิทธิ์ เหมาะที่จะปลูกตามวัด หรือสถานที่ศักดิ์สิทธิ์มากกว่า

ไทร เป็นไม้ใหญ่ ไม่นิยมปลูกใกล้บ้านหรือในรั้วบ้านเนื่องจากมีรากชอนไชไปในบริเวณกว้าง และเชื่อว่าวิญญาณอาศัยอยู่

มะกอก เป็นต้นไม้กิ่งเปราะ ถ้าปลูกไว้ในบ้านเด็กๆ จะปีนป่ายและตกลงมาเป็นอันตรายได้ โบราณเชื่อว่ามะกอกตรงกับกิ่งกลอก หรือมะกอกสามตะกร้า ปาไม่ถูก จะทำให้เจ้าของบ้านกลายเป็นคนกัลบกกลอก เชื่อถือไม่ได้

มะขาม เป็นไม้ใหญ่ ไม่นิยมปลูกใกล้บ้านหรือในรั้วบ้าน เชื่อว่ามีวิญญาณอาศัยอยู่

มะขามเทศ เป็นไม้ที่มีหนาม เชื่อกันว่าจะทำให้เกิดอุปสรรคต่างๆ ในการทำงาน

มะตูม ปลูกในรั้วบ้านอาจเกิดอุบัติเหตุ เกิดอัคคีไฟตามแน

มะเฟือง มีรูปร่างคล้ายเครื่องเพศสตรี ผู้มีวิชาอาคม หรือถูกลงยันต์ห้ามลอดกิ่งมะเฟือง และห้ามรับประทาน เพราะเชื่อว่าจะทำให้วิชาเสื่อม

มะรุม เป็นไม้ที่มีความหมายไม่ดี เพราะคล้องจองกับคำว่า “มะรุมมะตุ้ม” ที่หมายถึง กลุ่มรุมทำให้เกิดความเดือดร้อนวุ่นวาย ดังนั้น หากบ้านไหน ปลูกต้นมะรุมเอาไว้ ก็อาจจะโดนเรื่องร้ายๆ โหมกระหน่ำรุมล้อม จนสมาชิกทั้งหลายในบ้าน หมดความสุขไปเลยก็เป็นได้

มะละกอ เป็นพืชล้มลุกซึ่งมีชื่อที่ส่งไปในทางที่ไม่ค่อยจะดี บางคนเชื่อว่ามะละกอ เหมือนกับการแตกออกเป็นกอ หรือ “ละ” จากเผ่าจากกอ หากบ้านไหนปลูกมะละกอ เอาไว้ในบริเวณบ้านก็ จะทำให้ไม่มีความสุข เพราะลูกหลานจะแตกแยกออกเป็นกลุ่มๆ มีความคิดที่ขัดแย้งกัน ต่างก็คอยจะทะเลาะเบาะแว้งจนหาความสุขไม่ได้ นอกจากนั้นยังมีความเชื่อว่ามะละกอ ชื่อคล้าย มร หรือ มะระ แปลว่า ตาย หากมาปลูกไว้ในรั้วบ้าน จะทำให้ฉิบหายวายวอด แต่ก็มีได้ห้ามปลูกโดยสิ้นเชิง หากจะปลูกไว้เพื่อเก็บรับประทาน ก็ควรปลูกไว้ริมรั้วนอกบ้าน

มะระ เป็นไม้เลื้อยไม่ปลูกในบ้าน เพราะแสดงถึงนิสัยไม่ซื่อตรงของเจ้าของบ้าน นอกจากนี้ชื่อคล้าย มร หรือ มะระ แปลว่า ตาย

ยาง คนโบราณใช้ต้นยางทำโลงศพ การปลูกต้นยางในบ้านจึงเปรียบเสมือนการเร่งความตายให้มาเยือนเร็วขึ้น

รัก เชื่อว่า จะทำให้ความรักยุ่งยากขึ้นและกลายเป็นคนมารัก นอกจากนี้ ยางของต้นรัก ยังเป็นอันตรายต่อผิวหนังด้วย

รักเร่ เชื่อว่า ใครปลูกจะเป็นคนหลายใจ เร่ขายรัก

ระกำ ชื่อของระกำไม่เป็นมงคล เป็นต้นไม้ที่มีความหมายถึงความไม่มั่นคง ไม่ควรเอามาปลูกหน้าบ้านหรือในบ้านเพราะจะทำให้มีแต่ความทุกข์ระกำซ้ำ

รู่ย เป็นต้นไม้ที่มีความหมายถึงความไม่มั่นคง ไม่ควรเอามาปลูกหน้าบ้านหรือในบ้าน

ลั่นทม ไม่นิยมปลูกในบ้าน เพราะเชื่อกันว่า ชื่อไม่เป็นมงคล เพราะออกเสียงคล้ายระทม อันแปลว่าความทุกข์ ปลูกไว้ในบ้านไม่ดี จะมีแต่ความทุกข์ ความ โศกเศร้านานาประการ คู่ครองจะห่างเหิน จึงมักพบเห็นต้นลั่นทม ในเขตของโบสถ์และวัดวาอาราม หรือตามหลุมฝังศพ และสถานที่ราชการเท่านั้น

โศก เป็นต้นไม้ที่ไม่นิยมนำมาปลูกไว้ในเขตรั้วบ้าน เพราะคำว่าโศก จะชวนให้นึกถึงความโศกเศร้าอยู่เสมอ จนมีความเชื่อสืบต่อกันว่า หากปลูกต้นโศกไว้ในบ้านจะทำให้คนในบ้านมีแต่ความทุกข์เศร้า หม่นหมอง อมทุกข์อมโศกกันไปหมด โดยที่ไม่ทราบเลยว่า แท้จริงแล้ว ชื่อเดิมของโศกคือ “อโศก” ที่หมายถึงไม่มีความโศกเศร้าโบราณว่าหมายถึงความโศกเศร้า

สน เชื่อว่าถ้าปลูกแล้วจะขัดสนไปตลอดชีวิต

สลัดได ชื่อไม่เป็นมงคล เพราะหมายถึง การสลัดโชคลาภออกไปจากบ้านจึงไม่นิยมปลูกในรั้วบ้าน

หลิว คนจีนไม่นิยมปลูกในบ้านเพราะเป็นต้นไม้ที่ใบตกหรือลู่ย้อย หลบลง เห็นเข้าทำให้อารมณ์เศร้าซึม เชื่อว่าเป็นสัญลักษณ์คล้ายคนโศกเศร้า บ้านใดมีลูกสาวและปลูกต้นหลิวไว้ในบ้านด้วย ลูกสาวบ้านนั้นจะไม่มีใครมา คู่ขอและต้องเป็นสาวแก่ที่หนักไปจนตาย

หลู่ ต้นไม้ประเภทนี้มีฝัก มักขึ้นในดินแดนใกล้ทะเล เอามาปลูกในบ้าน จะทำให้หลู่ลู่ บ้านจะเป็นความ ต้องรื้อถอน ต้องขายโยกย้ายกระจายไป

หวาย เป็นไม้มีหนาม เชื่อกันว่าจะทำให้เกิดอุปสรรคต่างๆ ในการทำงาน

ตามความเชื่อของโบราณ นอกจากพรรณไม้มงคลแล้ว ไม้ต้องห้ามก็ยังมีอีกหลายชนิด เช่น ต้นโพธิ์ ต้นไทร ต้นตาล ต้นยาง ต้นมะกอก ต้นแค ต้นหว้า ต้นสลัดได ต้นมะงั่ว ต้นหวาย และต้นลำโรง แม้บางต้น จะมีได้เป็นอัปมงคล แต่ก็ไม่นิยมปลูกไว้ภายในบริเวณบ้านเรือนของเรา

3) หลักการในการปลูกไม้มงคล

คนโบราณเชื่อว่าต้นไม้แต่ละชนิดต่างมีสิ่งดีและสิ่งร้ายแฝงอยู่ การปลูกต้นไม้หรือการนำมาใช้ประโยชน์จึงมีกฎเกณฑ์กำหนดไว้ซึ่งเป็นที่ยึดถือสืบกันมาเพื่อให้ได้รับมงคลและหลีกเลี่ยงสิ่งที่เป็นอวมงคล จึงได้กำหนดเงื่อนไขในการปลูกต้นไม้หลายประการ นับตั้งแต่วันปลูก ตำแหน่งหรือทิศที่ปลูก เวลาในการปลูก (บุษบา จังพานิชย์กุล, 2549)

3.1) การเลือกวันปลูกไม้มงคล

วันอาทิตย์ ควรปลูกพืชที่ให้หัวหรือเหง้า ได้แก่ ขิง ข่า ตะไคร้ ว่าน เฟือก มัน

วันจันทร์ ควรปลูกพืชที่ให้ต้นและใบ ได้แก่ อ้อย

วันอังคาร ควรปลูกพืชที่ให้ใบและเถาไม้เลื้อยซึ่งเป็นไม้ที่ให้คุณ ได้แก่ แมงลัก ผักกาด โหระพา ตำลึง แตงโม น้ำเต้า แตงร้าน เงินไหลมา กวนอิมเงิน-กวนอิมทอง โกสน บอน สี่ ใบเงิน ใบทอง ใบนาก ใบระบาท

วันพุธ ควรปลูกพืชที่ให้ดอกบูชาพระ หรือไม้ดอกนานาชนิด ดอกไม้จึงจะเบ่งบานเต็มต้น เป็นที่เจริญตาเจริญใจ ได้แก่ กุหลาบ มะลิ กล้ายไม้ กระดังงา บัว

วันพฤหัสบดี ควรปลูกพืชที่ให้ฝักและรวง ได้แก่ ข้าว ถั่วต่างๆ

วันศุกร์ ควรปลูกพืชที่ให้ผล ได้แก่ มะม่วง ส้ม มังคุด

วันเสาร์ ควรปลูกต้นไม้ยืนต้นที่ให้ร่มทั่วไป ได้แก่ พญาไม้ 9 ชนิด คือ ชัยพฤกษ์ ราชพฤกษ์ ทองหลวง ใฝ่สีสุก กันกรา ทรงบาดาล สัก พยุง และขนุน นอกจากนี้ต้นไม้อื่นๆ ที่ควรปลูกในวันนี้ ได้แก่ กระจับปี่เพชร ข่อย คล้า ประคู้

3.2) เวลาปลูกต้นไม้ที่ให้คุณ

เมื่อกำหนดวันที่เหมาะสมสำหรับการปลูกต้นไม้แล้ว หากยึดถือให้เคร่งครัดลงไป
อีกต้องเลือกเวลาปลูกด้วย เพื่อให้ไม้มงคลให้คุณอย่างเต็มที่ โดยกำหนดดังนี้

ถ้าต้องการเอาผลให้ปลูกตอนเช้า

ถ้าต้องการเอาลำต้นให้ปลูกตอนสาย

ถ้าต้องการเอาใบให้ปลูกตอนบ่ายแก่

ถ้าต้องการเอาเหง้าและหัวให้ปลูกตอนเย็น

3.3) การปลูกไม้มงคลตามทิศทั้ง 8

การปลูกต้นไม้ตามทิศทั้ง 8 ไม่ได้เป็นเพียงประเพณีความเชื่อเท่านั้น แต่ยังมีคุณค่า
ในการเสริมสร้างขวัญกำลังใจ เช่น การปลูกต้นมะยมไว้หน้าบ้าน เชื่อว่าจะทำให้คนยกย่อง ปลูกต้น
ยอเชื่อว่าจะทำให้อยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข มีเกียรติมีศักดิ์ศรี มีคนเชิดหน้าชูตา ปลูกต้นมะขามเชื่อ
ว่าจะทำให้คนเกรงขาม อยู่ได้อย่างสงบ ซึ่งต้นไม้ต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนมีประโยชน์ ไม่ว่าจะนำมาใช้
เป็นอาหาร เป็นยา หรือให้ร่มเงา นับว่าการปลูกต้นไม้ตามความเชื่อก็เป็นกุศโลบายที่น่านับถือว่าเป็น
เรื่องที่ดี ประกอบความเชื่อตามศาสนาพราหมณ์/ฮินดู และการปลูกไม้มงคลถือเป็นการเสริมดวง ถือ
กันว่าจะต้องปลูกตามทิศ ตำราพราหมณาจารย์กล่าวถึงทิศที่ปลูกไม้มงคล ทั้งไม้ออก ไม้ผล ไม้ประดับ โดย
ถือตำแหน่งบ้านเป็นศูนย์กลาง ไว้หลากหลาย ซึ่งผู้วิจัยได้รวบรวมไว้ ดังนี้ (สถาบันการแพทย์แผน
ไทย กระทรวงสาธารณสุข, 2540)

ทิศเหนือหรือทิศอุดร นิยมปลูกไม้เพื่อความเป็นมงคล ได้แก่ มะเดื่ออุทุมพร
พญาสัตบรรณ ส้มป่อย ส้มซ่า สร้อยทอง มะเดื่อ สิริมงคลที่ได้รับคือป้องกันเวทย์มนต์ คุ้มไสย คน
ปองร้ายทั้งตนเองและผู้อยู่อาศัย

ทิศตะวันออกเฉียงเหนือหรือทิศอีสาน นิยมปลูกไม้เพื่อความเป็นมงคล ได้แก่
ทุเรียน ใฝ่รวก มะตูม สิริมงคลที่ได้รับคือทำให้มีกำลังใจ มีมานะในการต่อสู้อุปสรรค ขับไล่ภูตผี
ปีศาจ

ทิศตะวันออกหรือทิศบูรพา นิยมปลูกไม้เพื่อความเป็นมงคล ได้แก่ กุ่มบกและ กุ่ม
น้ำ ใฝ่สีสุก มะพร้าว เฟื่องฟ้า กล้วยไม้ สิริมงคลที่ได้รับคือ เสริมสร้างมงคลให้แก่ผู้อยู่อาศัย ให้มี
ความสุขสบาย ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ

ทิศตะวันออกเฉียงใต้หรือทิศอาคเนย์ นิยมปลูกไม้เพื่อความเป็นมงคล ได้แก่ สารภี
ยอ กระถิน สิริมงคลที่ได้รับคือป้องกันเสนียดจัญไร เสริมมงคลผู้อาศัย ได้รับการสรรเสริญ

ทิศใต้หรือทิศทักษิณ นิยมปลูกไม้เพื่อความเป็นมงคล ได้แก่ มะพลับ ตะโก
มะม่วง สุพรรณนิการ์ สิริมงคลที่ได้รับคือทำให้ร่ำรวย ป้องกันคนคิดร้าย อายุยืน มีความอดทน

ทิศตะวันตกเฉียงใต้หรือทิศหริดี นิยมปลูกไม้เพื่อความเป็นมงคล ได้แก่ พิกุล
ขนุน สะเดา ราชพฤกษ์ สิริมงคลที่ได้รับคือป้องกันการใส่ร้ายป้ายสี มีผู้สนับสนุน มีบารมี

ทิศตะวันตกหรือทิศประจิม นิยมปลูกไม้เพื่อความป็นมงคล ได้แก่ พุทรา มะยม มะขาม ประดู่ ประยงค์ ป๊อบ พุทธรักษา สิริมงคลที่ได้รับคือให้ได้รับความเมตตา ความนิยบ ความเกรงขามจากผู้อื่น

ทิศตะวันตกเฉียงเหนือหรือทิศพายัพ นิยมปลูกไม้เพื่อความป็นมงคล ได้แก่ มะพูด มะนาว มะกรูด มะลิ โหมก เลี่ยน เพชรสายรุ้ง พะยอม สิริมงคลที่ได้รับคือป้องกันศัตรู มีความปลอดภัย

3.4) ไม้มงคลประจำราศีเกิด

ราศีมังกร : ไม้มงคล คือ แก้ว วาสนา โป๊ยเซียน และกุหลาบ เพื่อเสริมความร่ำรวย รุ่งเรือง ทำให้เกิดโชคลาภ วาสนา นอกจากนี้ยังมี ไม้ ที่แสดงถึงความอดทนและความเป็นนักสู้ ราชพฤกษ์ ที่มีดอกสีเหลืองเปรียบได้กับความรุ่งเรืองดังทอง

ราศีกุมภ์ : ไม้มงคล คือ เข็ม เพื่อเสริมความฉลาดเฉียบแหลม เฟื่องฟ้า เพื่อเสริมสร้างคุณค่าของชีวิตให้สูงขึ้น บอนไซ เพื่อความแข็งแกร่ง อดทน

ราศีมีน : ไม้มงคล คือ กล้ายไม้ เพราะจะทำให้เกิดความประทับใจแก่บุคคลทั่วไป เฟื่องฟ้า ช่วยเสริมสร้างชีวิตให้รุ่งเรือง วาสนา ทำให้ผู้ปลูกมีโชควาสนา นอกจากนี้ยังมี ไม้ที่ให้พลังอำนาจแก่ชาวราศีมีน เช่น โหมก กล้าย มะม่วง

ราศีเมษ : ไม้มงคล คือ มะยม ช่วยทำให้มีคนนิยบชมชอบ มะขาม ช่วยทำให้มีแต่ผู้คนเกรงขาม ให้ความนับถือ เฟื่องฟ้า ช่วยทำให้ชีวิตที่รุ่งเรือง

ราศีพฤษภ : ไม้มงคล คือ โหมก ซึ่งจะช่วยให้เกิดความสุข ความบริสุทธิ์สดใส แก้ว (ควรปลูกทางทิศ ตะวันออกและควรปลูกในวันพุธ) จะทำให้มีโชคมีลาภคน สัมโถ ปลูกเพื่อความอุดมสมบูรณ์

ราศีเมถุน : ไม้มงคล คือ โหมก เพราะจะทำให้เกิดความสุข ความบริสุทธิ์ เข็ม (ควรปลูกเป็นร่องตรงประตูบ้านหรือสองฝากทางเข้าบ้าน) จะทำให้ชะตารุ่งเรือง อุปสรรคไม่กล้ากลาย ทับทิม เพื่อให้เกิดความสงบร่มเย็นของชีวิต โป๊ยเซียน ช่วยคุ้มครองให้อยู่เย็นเป็นสุข กุหลาบ เพื่อความสง่าภาคภูมิ

ราศีกรกฎ : ไม้มงคล คือ กล้ายไม้ เพราะจะทำให้เกิดความประทับใจแก่ผู้พบเห็น และจะทำให้คนในบ้านมีจริยธรรมและมีโชคลาภ ชมพู ช่วยให้อุดมทรัพย์สิน วาสนา ทำให้ผู้ปลูกมีโชควาสนา พลูด่าง เพื่อความร่มเย็น เป็นสุข เฟื่องฟ้า เพื่อช่วยเสริมให้ชีวิตสดใสเบิกบาน

ราศีสิงห์ : ไม้มงคล คือ ขนุน เพื่อหนุนบุญบารมี เงินทอง และให้มีคนเกื้อหนุนจนเจือ จำปี เพื่อช่วยให้ชีวิตสดใส โป๊ยเซียน ช่วยเสริมความร่ำรวยรุ่งเรือง กล้ายไม้ เพื่อประทับใจแก่ผู้พบเห็น

ราศีกันย์ : ไม้มงคล คือ สนฉัตร(ควรปลูกทางทิศเหนือและปลูกในวันเสาร์) เพื่อความสง่าและมีเกียรติ ราชพฤกษ์ เพื่อช่วยเสริมให้มีศักดิ์ศรีและบารมี เฟื่องฟ้า เพื่อความสดใสเบิกบาน มีชีวิตที่เฟื่องฟู โป๊ยเซียน จะนำมาซึ่งโชคลาภ ขนุน เพื่อให้คนเกื้อหนุนจนเจือ มะยม เพื่อให้คนนิยมชมชอบ

ราศีตุลย์ : ไม้มงคล คือ หมากแดง ปาล์ม พลูต่าง โกสน เพื่อช่วยเสริมให้มีบุญบารมี ช่วยคุ้มครองให้อยู่เย็นเป็นสุข จำปี เพื่อความสดชื่นในที่ทำงาน จำปา เพื่อให้มีแต่คนรัก เฟอร์นข้าหลวง ช่วยส่งเสริมชื่อเสียงเกียรติยศ

ราศีพิจิก : ไม้มงคล คือ พวงแสด ปาล์ม เฟื่องฟ้า เพื่อชีวิตที่สว่างไสวรุ่งเรือง เบญจมาศ ช่วยให้รุ่งเรืองมั่นคง ขนุน ช่วยให้คนเกื้อหนุนจนเจือ ว่านสี่ทิศ เพื่อแคล้วคลาด ปลอดภัย ไม่ว่าจะเดินทางไปทีใด

ราศีธนู : ไม้มงคล คือ บัว เพื่อให้เกิดความบริสุทธิ์เบิกบาน เฟอร์นข้าหลวง เพื่อจะนำมาซึ่งชื่อเสียงเกียรติยศแก่ผู้ปลูก แก้ว ช่วยกระจายอุปสรรคปัญหาออกไปจากชีวิต พลูต่าง และ โป๊ยเซียน จะช่วยเสริมโชคลาภ

3.5) ไม้มงคลประจำวันเกิด (บุษบา จังพานิชย์กุล, 2549)

ผู้เกิดวันอาทิตย์ ไม้มงคลจะเป็นพวกไม้ดอกสีเหลือง หรือสีส้ม เนื่องจากสีเหลือง และสีส้มเป็นสีที่ถูกโฉลก และเป็นต้นไม้อสิริมงคลของคนที่เกิดวันนี้โดยเฉพาะ ไม้มงคลของคนเกิดวันอาทิตย์ที่น่าสนใจได้แก่ ราชพฤกษ์หรือคูณ โป๊ยเซียน(สีเหลืองหรือส้ม) โกสน (เน้นที่ใบมีสีเหลืองแซมเยอะๆ) ชบา(สีเหลืองและส้ม) จำปา (สีเหลือง) พวงแสด พุทธรักษา ธรรมรักษา และเยอรมัน ราชินีที่มีดอกสีส้ม ส่วนดอกไม้ประจำวันเกิดเป็นดอกกุหลาบสีส้ม จะถูกโฉลกกับคนที่เกิดวันอาทิตย์ผู้มีนิสัยทะเยอทะยานและกระตือรือร้น ผู้เกิดและดอกไม้มีความหมายถึงความฝันอันยิ่งใหญ่ ดอกไม้อีกชนิดสำหรับผู้เกิดวันนี้คือ ดอกทานตะวัน อันเป็นสัญลักษณ์คู่กับพระอาทิตย์เสมอ บอกถึงตัวผู้เกิดที่เชื่อมั่น หัวสูง ถือตัว และหยิ่งในศักดิ์ศรีด้วย

ผู้เกิดวันจันทร์ ไม้มงคลควรเป็นไม้ที่มีดอกสีขาวหรือเหลืองจะถูกโฉลกมาก คนเกิดวันจันทร์จะมีต้นไม้มงคลให้เลือกปลูก ดังนี้ วาสนา โกสน (ชื่อพ้องกับคำว่า กุศล) ราตรี มะลิ มะม่วง กวนอิม โป๊ยเซียน แก้ว จำปี พลูต่าง กระจิน มะยม ชะพลู พุด ยิ่งถ้าปลูกแล้วออกดอกหอม ก็จะมีโชคลาภ ดอกไม้ประจำวันเกิดคือดอกมะลิขาวสะอาด หมายถึงผู้เกิดที่มีความนุ่มนวลอ่อนโยน เรียบร้อย ส่วนดอกไม้ชนิดอื่นคือ ดอกกุหลาบขาว หมายถึงความรักที่อ่อนโยนและไม่ต้องการสิ่งใดตอบแทน เพราะคนเกิดวันจันทร์มักอ่อนไหวง่าย โรแมนติก

ผู้เกิดวันอังคาร ไม้มงคลควรเป็นไม้ที่มีดอกสีแดง หรือชมพู คนเกิดวันอังคารจะมีต้นไม้มงคลให้เลือกปลูก ดังนี้ กุหลาบ(แดงหรือชมพู) อัญชัน โกสน โป๊ยเซียน เข็ม ชบา พญาขอชัยพฤกษ์ ชมพูพันธุ์ทิพย์ ยี่โถดอกสีชมพู เข็มดอกสีชมพู ถ้าต้นไม้มงคลของผู้เกิดออกดอกมาก ๆ บอกได้ว่า

กำลังมีความสุข และดอกไม้ประจำวันเกิดคือ ดอกกล้วยไม้ โดยเฉพาะที่ออกดอกสีชมพู เพราะมีความหมายถึงความรักที่รุ่มร่าม หวีอหวา วาบวบบตามอารมณ์ของคนที่เกิดวันนี้

ผู้เกิดวันพุธ ไม้มงคลควรเป็นไม้ใบเขียว คนเกิดวันพุธจะมีต้นไม้มงคลให้เลือกปลูก ดังนี้ กระจ่างา สนฉัตร กวนอิม วาสนา พุดต่าง โป๊ยเซียน กัลยาราชพฤกษ์หรือคุณ กุหลาบ โกสน ขบา ต้นไม้เหล่านั้นจะช่วยปกป้องคุ้มครองผู้เกิดได้ คือ ดอกบัว ดอกไม้ประจำวันเกิด คือดอกบัว หมายถึงจิตใจอันสงบ เพราะคนที่เกิดวันพุธมักชอบเป็นนักการทูตและรักสันติภาพ

ผู้เกิดวันพฤหัสบดี โชตาชีวิตของคนเกิดวันนี้จะได้ดีมีเกียรติ มีทรัพย์ แต่จะมีทุกข์เรื่องเพื่อนฝูงหรือคู่ครอง เพราะเป็นคนเจ้าชู้ บริวารไม่ค่อยเชื่อฟัง โชตาชีวิตต้องคอยค้าชูอยู่รอบข้างเสมอ ไม้มงคลควรเป็นไม้ที่มีดอกสีขาวเพื่อเสริมโชตาและให้ต้องโฉลก ไม้มงคลของคนเกิดวันพฤหัสบดี ได้แก่ มะลิ จำปี ราตรี พุด กุหลาบ(ขาว) แก้ว โสน ราชพฤกษ์ และบานบุรี ดอกไม้ประจำวันเกิดคือ ดอกกุหลาบสีเหลือง หมายถึงการเปลี่ยนแปลงในเรื่องความรัก รักซ้อนซ่อนใจ เพราะคนที่เกิดวันนี้เป็นคนรักง่ายหน่ายเร็ว เจ้าชู้เล็ก ๆ ดอกไม้อีกหนึ่งชนิดหนึ่งคือ ดอกคาร์เนชั่นสีชมพู หมายถึงรักที่อ่อนโยนและอ่อนหวาน ผู้ที่เกิดวันพฤหัสบดีเป็นคนสุภาพอ่อนโยนและมีอารมณ์ขัน

ผู้เกิดวันศุกร์ คนเกิดวันนี้มีบุคลิกดี พุดจาหวาน ช่างยกยอเอาอกเอาใจ ปลอดภัย ปลอดภัยคนเก่ง เป็นคนรักสวยรักงาม ไม้มงคลควรเป็นไม้ที่มีดอกทุกสี ไม้มงคลของคนเกิดวันศุกร์ ได้แก่ กุหลาบ อัญชัน เข็ม ขบา โกสน โป๊ยเซียน (ดอกสีแดงหรือชมพู) พยับหมอก แส ดอกไม้ประจำวันเกิดคือ กุหลาบทุกสี เพราะคนที่เกิดวันศุกร์มักเป็นนักรักที่ยิ่งใหญ่ หรือจะเป็นดอกไม้เจ้าเสน่ห์ที่มีความหมายหวานแบบ ดอกไวโอลิน คนที่เกิดวันศุกร์บางอารมณ์ก็โหด จึงได้ ดอกลาเวนเดอร์ที่มีความหมายถึงรักที่สับสน ไม่แน่นอน

ผู้เกิดวันเสาร์ คนเกิดวันนี้เป็นคนกล้าแกร่งห้าวหาญ โชตาชีวิตชอบอยู่อย่างเรียบง่าย ชอบงานที่ไม่ต้องเคร่งเครียด ไม้มงคลของคนเกิดวันเสาร์ ได้แก่ วาสนา มะลิ ไม่ว่าจะเป็นมะละซ้อนหรือมะลิลา กวนอิม จำปี จำปา กัลปิงหา นพวงคราม อินทนิล หรือพวกไม้ผลได้แก่ มะม่วง ชมพู ฝรั่ง ที่นอกจากจะเก็บผลกินได้แล้ว ยังเชื่อว่าจะทำให้ผู้ปลูกร่ำรวยยิ่งขึ้นอีกด้วย ดอกไม้ประจำวันเกิดคือ ดอกลิลลี่ อันหมายถึงรักครั้งแรก รักที่บริสุทธิ์

4.3.3.2 ภูมิปัญญาไทยในการนำสมุนไพรมาใช้ในประเพณี พิธีกรรม

ประเพณีไทยมีองค์ประกอบสำคัญ 4 ประการ คือ แนวคิด พิธีกรรม สมาชิก และการเฉลิมฉลอง ซึ่งขึ้นอยู่กับความคิด ค่านิยม และความเชื่อของคนที่อยู่ร่วมกันในสังคม ประเพณี จึงเป็นวัฒนธรรมของสังคมมีการปฏิบัติสืบทอดกันมาตามความคิด ความรู้ ความรู้สึก ตลอดจนค่านิยมที่เห็นว่าเป็นสิ่งที่ดี ควรกระทำ เพื่อเสริมสร้างให้จิตใจมั่นคงและมีความสุขสบายใจ โดยเชื่อว่าจิตใจ มีอิทธิพลและความสัมพันธ์กับร่างกาย พิธีกรรมยังสะท้อนแนวคิดที่แสดงออกด้วยสัญลักษณ์

ประกอบด้วยอุปกรณ์ วัสดุต่าง ๆ ที่ใช้ในพิธีกรรม กริยาท่าทางของเจ้าพิธีหรือผู้ร่วมพิธีและถ้อยคำ ภาษาที่ใช้ในพิธีกรรม เช่น การอธิษฐาน การร่ายคาถาเวทย์มนต์ การสวด เป็นต้น การประพฤติปฏิบัติตามประเพณี พิธีกรรม แบ่งประเภทตามแนวคิดในการกระทำ เช่น พิธีกรรมในเทศกาลต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นและหมุนเวียนเป็นประจำ หรือพิธีกรรมที่เกี่ยวข้องกับการรักษาโรค การขจัดปัดเป่าสิ่งชั่วร้าย เป็นต้น พิธีกรรมก่อให้เกิดความสมานฉันท์ ทำให้สังคมไทยมีความเป็นปึกแผ่น มั่นคง สามารถดำรงความเป็นเอกลักษณ์และสืบสานขนบธรรมเนียม วัฒนธรรม ประเพณีให้ยั่งยืนสืบไป (กระทรวงสาธารณสุข, 2540)

1) สมุนไพรที่นำมาใช้ในประเพณี พิธีกรรมของไทย

ประเพณี พิธีกรรมต่างๆ ของคนไทย ไม่ว่าจะเป็นประเพณีทางพุทธศาสนา และประเพณีท้องถิ่น เช่น วันวิสาขบูชา วันเข้าพรรษา มาฆบูชา ออกพรรษา อาสาฬหบูชา ประเพณีลอยกระทง สงกรานต์ งานศพ งานแต่งงาน งานปอย งานสารท งานแห่เทียนพรรษา บุญบั้งไฟ ประเพณีไหลเรือไฟ ประเพณีชักพระ ตักบาตรเทโว หากดูองค์ประกอบของประเพณี พิธีกรรม เหล่านี้จะพบว่ามีพืชผัก ต้นไม้ ดอกไม้ เข้ามาเกี่ยวข้องมากมาย

พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ประกอบในประเพณี พิธีกรรมของไทยส่วนใหญ่จะเป็นไม้มงคล หรือพืชผักพื้นบ้านที่ปลูกในบ้านเรือนหรือในชุมชน ความหมายที่ได้มาจากชื่อพืชผักเหล่านี้ถูกนำมาสร้างเป็นความเชื่อ ด้วยเหตุผลที่ชื่อหรือความพ้องของเสียงเป็นคำที่แสดงถึงความดี ก่อให้เกิดความมั่นคงทางจิตใจ ต่อการที่จะทำกิจกรรมต่างๆ ซึ่งจะยกตัวอย่างที่ใช้กันโดยทั่วไป ดังนี้

มะขาม ตำราพรหมชาติฉบับหลวงถือว่ามะขามเป็นไม้มงคลชนิดหนึ่งที่ควรปลูกไว้เพื่อป้องกันความถ้อยถ้อยความและผีร้ายมิให้มากล้ำกราย อีกทั้งมะขามยังเป็นต้นไม้ที่มีชื่อเป็นมงคลนาม ถือกันว่าเป็นเคล็ดจะทำให้คนมีแต่เกรงขาม ยำเกรง จึงนำยอดมะขามมาใช้ในการสะเดาะเคราะห์ เป็นพิธีที่ทำพร้อมกับการสืบทอดหรือแยกทำ มักทำกับคนป่วยเพื่อขจัดปัดเป่าความเจ็บป่วยให้หมดไป ในพิธีจะมีการทำสะดวง (นำกากกล้วยมาทำเป็นกรอบสี่เหลี่ยมใช้ไม้ไผ่แหลมยาวสอดสลักทำให้เป็นตารางรูด้วยใบตอง บรรจุอาหารคาวหวาน ปั่นตัวสัตว์ต่าง ๆ ซึ่งถือเป็นการอุทิศส่วนกุศลให้กับสิ่งที่มีมารบกวนผู้ป่วย) โดยจะนำไปใส่มาใส่ด้วย คือ ยอดส้มป่อย ยอดมะขาม ซึ่งยอดมะขามก่อให้เกิดความเกรงขาม ขามกล้วย และยอดส้มป่อย คือ การปลดปล่อย ความเชื่อต่าง ๆ เหล่านี้มีการปฏิบัติสืบทอดกันมานาน และถ่ายทอดไปสู่ลูกหลาน จากรุ่นหนึ่งไปสู่รุ่นหนึ่ง กลายเป็นความเชื่อสืบต่อกันมา

พริก ใช้ในพิธีกรรมเชิงลบ ได้แก่ การสาปแช่งคนที่เป็ศัตรูหรือมาทำร้าย โดยจะเผาพริก เผาเกลือ บางครั้งก็มีส่วนผสมของหอมแดง กระเทียมไปด้วย แล้วใส่ชื่อคนที่แช่งลงไป เชื่อว่าจะทำให้คน ๆ นั้นเร่าร้อน เจ็บแสบ ไม่มีความสุข โดยอาจจะจุดธูปเทียนกล่าวแช่งด้วย ปัจจุบันก็ยังคงมีใช้อยู่และมีเกร็ดอีกว่า หากทำตอนเดือนดับข้างแรมจะได้ผลมาก หรือใส่ในน้ำสาบานเพื่อสาบานให้เพื่อนไม่ทรยศต่อกัน โดยมีส่วนผสมระหว่างเกลือ พริกและเกลือ นอกจากนี้ในสมัยโบราณพรานป่าหรือคนเข้าป่าให้เอา พริก เกลือ กระเทียม หอมแดง ใบไม้สุ่มแล้วเผาไล่ผีป่า เมื่ออยู่ในป่าให้

สุ่มทุกเย็นจะช่วยป้องกันไข้ป่า เช่นเดียวกันหากเกิดลมหมุน ซึ่งเชื่อว่ามาจากผีป่าให้สุ่มไล่แล้วลมจะหยุดหมุน ผีป่าจะไม่อยู่ หรือใช้พริกในการลงคาถาอาคมไล่ผี ซึ่งภูมิปัญญานี้แสดงถึงความลึกซึ้ง เฉลียวฉลาด การสุ่มเผาพริก หอมแดง กระเทียม กลิ่นจะฉุนมากและอยู่นาน สัตว์ป่า ยุง และแมลงจะไม่เข้ามาใกล้ ทำให้ปลอดภัยจากไข้ป่าและสัตว์ร้ายด้วย หรือใช้ในถังสังฆทาน หรือวางให้เจ้าที่เจ้าทางในบ้าน โดยใส่ข้าว พริก เกลือ หรือวางตรงธรณีประตูบ้านในพิธีขึ้นบ้านใหม่ เพื่อป้องกันเหตุร้ายให้อยู่ร่มเย็นเป็นสุข

ขมิ้น ใช้ในพิธีการบวชนาคและพิธีกรรมอื่นๆ โดยมีความเชื่อมาแต่ครั้งโบราณกาลว่า ขมิ้นเป็นตัวแทนของพระพุทธรูป การใช้ขมิ้นทาหน้าผาก ทาศีรษะหลัง โคนผมแล้ว หรือขโลมตัวนาคให้เหมือนทองทาและทาทำให้พระใหม่ เป็นการฉลองพระใหม่ให้ดูมีราศี เป็นการรักษาและสมานผิวไปในตัว ทั้งยังมีส่วนประกอบในการทำเครื่องรางของขลัง หรือใช้ทาให้เด็กทารกแรกเกิดให้เป็นมงคล และรักษาสมานผิวไปในตัว นอกจากนี้ยังมีการนำขมิ้นมาต้มน้ำอาบแล้วลงยันต์เชื่อว่าจะทำให้คงกระพันชาตรี หรือใช้ร่วมกับน้ำดอกคำฝอย ส้มป่อย เพื่อลดน้ำคำหัวผู้ใหญ่ ขอบมาลาโทษ ทางศาสนาอิสลามก็ใช้ในพิธีสำคัญ เช่น ประกอบพิธีเรียกขวัญของชาวมุสลิม โดยนำข้าวขาวและข้าวเหนียวแดงขมิ้นผสมกันหรือใช้แก้คุณไสย โดยนำข้าวเหนียวขาวผสมขมิ้นและไก่ ลงคาถากำกับด้วย

ตะไคร้ ใช้ในพิธีกรรมบนบาลศาลกล่าว เพื่อมิให้เกิดฝนตกในยามที่ไม่ต้องการ โดยการปลูกตะไคร้เอาทางหัวกลับลง เพื่อป้องกันมิให้เกิดฝนตกในช่วงเวลาจัดงานหรือพิธีการต่างๆ กลางแจ้ง โดยมีเคล็ดว่าผู้ที่ปลูกต้องเป็นแม่หม้าย หรือความเชื่อในบางพื้นที่หากให้ผู้เป็นชายเปลือยกายทำพิธีปลูกจะได้ผล และเมื่อเสร็จงานต้องรีบถอนออก ถ้าไม่ถอนออกจะทำให้ฝนแล้ง หรือใช้ในพิธีกรรมการสืบชะตาสำหรับคนแก่หรือคนเจ็บป่วยเพื่อให้หายและมีอายุยืนยาว โดยใช้ตะไคร้และใบคา นำมาพั้นเป็นเชือก เรียกว่า คาเขียว นำไปพันรอบต้นไม้โพธิ์เชื่อว่าจะให้คงอยู่ หรือจะใช้หน่อกล้วยหน่ออ้อย เพราะเป็นพืชที่ปลูกขึ้นเร็ว จะทำให้หายจากโรคภัยไข้เจ็บได้เร็วขึ้น นอกจากนี้ ยังเชื่อว่าถ้าพกตะไคร้ติดตัว สามารถป้องกันตะขาบกัด สุนัขกัดไม่เข้า หากนำตะไคร้ที่ปลูกไว้ 3 ปี แล้วนำมาทำตะกรุด ใช้คาถากำกับจะยิงไม่เข้า หรือผูกขาเด็กวัยหัดเดินกันหกล้ม กันขาแพลง หรือมัดไว้กับขาสัตว์ที่หัก เช่น สุนัข ไก่ แมว นก ฯลฯ จะช่วยให้ขากลับคืนเร็วขึ้น

มะนาว ตามตำราพรหมชาติกล่าวว่า มะนาวเป็นไม้มงคลชนิดหนึ่ง ใช้ในพิธีกรรมความเชื่อว่าจะสามารถกันงูพิษได้ เชื่อว่างูพิษจะแพ้มะนาว มะนาวลูกเดียวกันงูพิษได้สำหรับเวลาเดินเข้าป่าหรือที่รก ใช้ใบมะนาวป้องกันกลิ่นศพ โดยตำใบมะนาว ใบมะกรูดมาที่ศพคนตาย หลังการอาบน้ำศพ ใช้แก้คุณไสยโดยใช้มะนาว 108 ใบ ไพร 8 แว่น ขมิ้น มาต้มน้ำให้คนป่วยรับประทาน ใช้ในพิธีแห่ผ้าป่าโดยก่อนถึงวัดจะให้โยนมะนาวไปข้างหน้า

มะกรูด ตามตำราพรหมชาติถือเป็นไม้มงคลชนิดหนึ่ง ควรปลูกไว้เพื่อความสุขสวัสดิ์ของคนในครอบครัว ในพิธีกรรมจะใช้ใบหรือผิวมะกรูดใส่ในน้ำมันต์ทุกชนิด ถือเป็นสิริมงคลและมีกลิ่นหอม อาจผสมรวมกับผักส้มป่อย ใบเงิน ใบทอง ใบนาค หมากผู้หมากเมีย ใช้ขับคุณไสย จะเห็น

ผลภายใน 3 วัน จะขจัดคุณไสยได้ทั้งสิ้น โดยผ่านมะกรูด 7 ชั้น ใส่ในน้ำมันต์ มีคาถากำกับ แล้วนำไปให้ผู้ถูกคุณไสยดื่มหรือแก้ศีลึง ปอบเข้า ใช้ร่วมกับว่าหอม ลูกส้มป่อย หัวไพล ผานบาง ๆ ทั้งไพลดำและไพลเหลือง ในพิธีทำบุญ คือ ทำบุญสังฆทานและบวชนาค ใช้ต้นมัดรวมกันเป็นเครื่องทาน หรือมัดก้านและใบเป็นที่พรมน้ำมันต์เพื่อรดน้ำศพ

หอมแดง ใช้เป็นส่วนผสมในพิธีสาปแช่ง ที่มีกรเผาพริก เผาเกลือ ในบางพื้นที่จะรวมหอมแดงและกระเทียม ซึ่งมีกลิ่นฉุนแสบเข้าไปด้วย ใช้เป็นส่วนหนึ่งของพืชสมุนไพรที่ใช้สูมไฟไล่ผีป่า ไข้ป่าได้ดี หรือใช้ทางมูกวัก ควายดับกลิ่นสาปเสื่อ ทางภาคใต้มีความเชื่อว่าไล่ผีได้โดยผสมกับพริกไทยและกระเทียม หรือใช้หอมใส่ในสังฆทาน ใช้ในพิธีขึ้นบ้านใหม่ร่วมกับข้าวสาร เกลือ กระเทียม มีความหมายว่าให้สมบูรณ์พูนสุข ใช้หอมแดงปลูกเสก เลี้ยว แล้วพ่นที่ตัวเด็กให้หยุดร้องให้

กระเทียม เป็นสมุนไพรที่มีบทบาทสำคัญชนิดหนึ่งในแง่พิธีกรรม ใช้ในพิธีสาปแช่งร่วมกับพริกและหอมแดง ใช้ทางมูกวัก ควาย ดับกลิ่นสาปเสื่อ ใช้รักษาโรคตาแดง โดยหมอมจะท่องคาถาและเลี้ยวกระเทียมให้ผู้ป่วยหลับตา เป่าลมรดหน้าตา ถ้าหมอที่รักษาเก่งก็จะเป่าที่หน้าแข้งของตนเอง เขียนชื่อคนบนหน้าแข้งแล้วเป่า กระเทียมผสมกับเปลือกหอมแดงว่าคาถาแล้วสามารถไล่ผีได้ ชาวเหนือใช้กระเทียมใส่กระเช้าเพื่อมอบแสดงความเคารพต่อบิดามารดา หรือญาติผู้ใหญ่ในพิธีรดน้ำคำหัว หรือใช้ประกอบในพิธีปอยหลวง หรือใช้ทารองพื้นบริเวณที่จะติดทองพระหรือลูกนิมิตเมื่อตั้งใจจะไปวัดปิดทองชาวบ้านจะนำกระเทียมติดไปด้วยอย่างน้อย 1 หัว รับประทานสด ๆ ทุกมือจะไม่มีโรคภัยเบียดเบียน

ข่า มีสรรพคุณในทางกันคุณไสยหรือแก้คุณไสยได้ โดยนำข่ามาหั่น 7 แฉก ให้คนป่วยที่ถูกคุณไสยเลี้ยวกินไปกับน้ำมันต์ ก้านใบของข่าที่มีลักษณะคล้ายลำต้นที่ได้ลงคาถาไว้แล้ว เชื่อว่าสามารถไล่ผีได้ ให้นำปลุกไว้ในบ้านผีจะเข้าบ้านไม่ได้ หรือใช้ต้นข่าตีเพื่อไล่ผี มีการใช้ข่าปักบนเจดีย์ทราย เพื่อไล่ผีใส่ในเครื่องสังฆทาน ชาวเหนือเชื่อว่าถ้านำข่ามาปักรอบราชวัตร ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการประกอบพิธีกรรม “หอผีเสือบ้าน” ของชาวล้านนา เพื่อปกป้องประชาชนไม่ให้เกิดความเดือดร้อน รบกวน

กล้วย เป็นไม้ที่อยู่ในวิถีชีวิตของชาวไทยนับแต่เกิดจนสิ้นอายุขัย เป็นส่วนประกอบในพิธีกรรมในชีวิตประจำวัน และเกี่ยวข้องกับความเชื่อของชาวพื้นเมืองในหลายท้องถิ่น ความเชื่อแบบพราหมณ์ กล้วยเป็นเครื่องหมายแห่งความอุดมสมบูรณ์ ต้นกล้วยและผลกล้วยจึงมักเป็นองค์ประกอบหนึ่งของเครื่องบูชาในพิธีกรรม และพิธีมงคลของไทย เช่น พิธีสมรส พิธีสืบชะตาของชาวเหนือ พิธีบูชาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ พิธีพุทธาภิเษก พิธีเทศน์มหาชาติ เป็นต้น นอกจากนี้ใบกล้วยหรือที่เรียกว่า “ใบตอง” นำมาใช้ประโยชน์นานาชนิด เช่น นำใบกล้วยมาทำบายศรี ในพิธีบายศรีสู่ขวัญ ทำกระทง เพื่อใช้ในพิธีลอยกระทงของชาวอีสานในเดือน 12 นำมาทำกรวยใส่ดอกไม้ ถวายพระหรือใช้ในพิธีกรรมและใบกล้วยยังทำเป็นกระทงหรือใช้ห่อของควา ของหวานได้ ใบกล้วยแห้งใช้นำมาผนบุนหรือสูบ กาบกล้วย (กาบชั้นนอกของต้นกล้วย) นำมาฉีกเป็นเส้นเล็ก ๆ ตากแห้งทำเป็นเชือกได้

ส้มป่อย เป็นสมุนไพรที่ใช้ในพิธีกรรมล้างเสนียดจัญไร ขณะเดียวกันส้มป่อยก็ใช้ในงานสงฆ์พระพุทธรูปในวันสงกรานต์ และใช้รดน้ำคำหัวผู้ใหญ่ หรือใช้ส้มป่อยในงานพิธีศพทางภาคเหนือ ด้วยเชื่อว่าจะช่วยขจัดความทุกข์โศกออกไป

ใบเงิน ใบทอง ใบนาก หมายถึง มีฐานะดี มีทรัพย์

มะตูม หมายถึงการป้องกันภัยอันตราย เพราะลักษณะใบมี 3 แฉก เป็นรูปตรี ซึ่งเป็นอาวุธของพระศิวะ

ถั่ว ข้าวเปลือก หมายถึง ทำให้อุดมสมบูรณ์

มะพร้าว ความบริสุทธิ์ มั่นคง

ใบแก้ว หมายถึง ความเป็นสิริมงคล

ใบขนุน หมายถึง การหนุนนำไปในทางที่ดี มีมากขึ้น

ต้นอ้อย หมายถึง ความหวาน ความสุข ความเจริญ

นอกจากนี้ยังมีการนำดอกไม้มาใช้เป็นเครื่องบูชา นำมาตกแต่งงานต่างๆ ด้วย ไม่ว่าจะเป็นบายศรีสู่ขวัญ พวงมาลัย พานดอกไม้ ใหว่ครุ ฯลฯ ดอกไม้ที่น่าสนใจ เช่น มะลิ กุหลาบ กล้วยไม้ ดอกพุด ดอกเข็ม จำปี จำปา ดอกรัก ดอกพุดซ้อน

2) ประเพณี พิธีกรรมทั่วไป และประเพณี พิธีกรรมภาคกลาง

ประเพณี พิธีกรรมทั่วไป เป็นประเพณีที่พบได้ในเกือบทุกท้องถิ่นของสังคมไทย รวมถึงภาคกลาง ซึ่งจะมีความเชื่อและแนวทางการปฏิบัติที่คล้ายคลึงกัน ประเพณี พิธีกรรมที่มีการนำพืชสมุนไพรมาใช้ เช่น ประเพณีสู่ขวัญ/รับขวัญ/ทำขวัญเด็ก พิธีโกนจุก พิธีทำบุญขึ้นบ้านใหม่/ทำบุญบ้าน พิธีแต่งงาน พิธีบวช ประเพณีลอยกระทง ประเพณีสงกรานต์ พิธีใหว่ครุ ประเพณีรับขวัญข้าว พิธีขอฝน และพิธีศพ (เพ็ญจันทร์ ประดับมุข, 2534 ; สาร สารทัศน์นันทน์, 2538 ; ประมวลสารระชุดวิชาไทยคดีศึกษา สาขาศิลปศาสตร์ หน้าที่ 8 – 15, 2546)

2.1) ประเพณีสู่ขวัญ/รับขวัญ/ทำขวัญเด็ก

ประเพณีทำขวัญหรือรับขวัญเด็ก จะทำกันเมื่อเด็กคลอดออกมาพ้นจากโรคภัยและรอดตายแล้วจนถึงวันที่ 4 ของการเกิดมาเป็นคน เรียกว่า “พิธีทำขวัญวัน” ส่วน “พิธีทำขวัญเดือน” จะทำเมื่อเด็กเกิดมาครบ 1 เดือน

พิธีปฏิบัติของบรรพบุรุษไทยที่มีต่อเด็กทารกที่สำคัญ อีก 2 ประการ ได้แก่ การทำพิธีลงเปลและพิธีปูเปลเด็ก **พิธีลงเปลเด็ก** ข้าวของเครื่องใช้ที่ต้องใช้ในพิธีได้แก่ ข้าวตอก ข้าวเปลือก ถั่วเขียว งา เมล็ดฝ้าย พักเขียว 1 ผล และมะพร้าว วัตถุประสงค์ของการทำพิธีเพื่อเอาสิ่งอันไม่เป็นมงคลเคราะห์และโรคภัยให้พ้นจากตัวเด็ก ส่วน**พิธีปูเปลเด็ก**จะใช้น้ำพระพุทธมนต์ แมวด้าวสวยงามซึ่งเลี้ยงง่ายนำสายสร้อยสวมที่คอแมวและใช้สมุนไพรประกอบในพิธี ได้แก่ ใบมะตูม กระเจาจันทร์ ถั่ว งา

2.2) พิธีโกนจุก

เด็กทารกเมื่อเกิดได้ครบเดือนจะจัดให้มีการโกนผมไฟและไว้จุก เนื่องจากมีความเชื่อว่าจะทำให้เด็กเลี้ยงง่ายและมีสุขภาพแข็งแรง จนกระทั่งเด็กชายอยู่ในวัย 13 ขวบ ส่วนเด็กหญิงอายุครบ 11 ขวบ จึงจะจัดให้มีพิธีทำขวัญจุกและโกนจุก การทำขวัญจุกสมุนไพรมที่ใช้ประกอบในพิธีกรรม ได้แก่ มะพร้าวอ่อน 1 ผล และกล้วยน้ำว้า 1 หวี นำทั้ง 2 อย่าง ใช้ประกอบกับขนมต้มขาว ขนมต้มแดง และขันใส่ข้าวสาร 1 ขันสำหรับปักแวนเทียน ไม้มงคลที่ใช้ในพิธีโกนจุกคือใบเงิน ใบทอง และหญ้าแพรก

2.3) พิธีทำบุญขึ้นบ้านใหม่/ทำบุญบ้าน

พิธีปลูกเรือนจะต้องมีการฝังเสาทั้งเสาเอกและเสารอง ก่อนที่จะทำลายเสาละหลุมจะต้องมีการทำขวัญเสา โดยมีพืชสมุนไพรมที่ใช้ประกอบในพิธี ได้แก่ กล้วย 1 เครือ ต้นกุ่ม ต้นกล้วย ต้นอ้อย ห่อหมาก ห่อพลู พืชสมุนไพรมทั้ง 6 อย่าง ใช้ประกอบกับด้ายดิบ 108 เส้น นำสิ่งของทั้งหมดมัดติดกับเสามงคล แล้วจึงทำพิธียกเสาหลุม โดยใช้น้ำขมิ้นและน้ำส้มป่อยคอยประพรมเสาระหว่างที่ยกกลาง สำหรับหลุมที่ขุดเตรียมไว้ให้ใช้ใบสมุนไพรมรองกันหลุม เพื่อเป็นคติว่าจะได้ช่วยค้ำหนุนจนเจอบ้านหลังนั้นมีความเจริญรุ่งเรือง ใบสมุนไพรมดังกล่าวได้แก่ ใบเต้า ใบหนูน (ขนน) ใบดอกแก้ว และใบต้น (พุทรา)

การขึ้นบ้านใหม่ คนไทยถือว่าการขึ้นบ้านใหม่หมายถึงการมีวิถีชีวิตความเป็นอยู่ในสิ่งแวดล้อมใหม่ที่จะต้องดีขึ้นกว่าเดิม ดังนั้น จะต้องมีการมงคล เจ้าของบ้านจะต้องเตรียมหินบด ไม้เท้า ไม้กวาด แมว และพืชสมุนไพรมดังต่อไปนี้เพื่อใช้ประกอบในพิธี คือ พัก แพง ถั่ว งา สาธุ ข้าวเปลือก และข้าวตอกปนกับดอกมะลิ)

2.4) พิธีแต่งงาน

ก่อนจะมีพิธีแต่งงานจะต้องมีการหมั้นหมายกันก่อน ซึ่งขันใส่ของหมั้นจะประกอบด้วย ใบเงิน ใบทอง ใบนาก ข้าวเปลือก ถั่วเขียว งา ดอกบานไม่รู้รุ่ย ดอกบานไม่รู้รุ่ย

สำหรับพิธีแต่งงานตามประเพณีไทยจะต้องมีขบวนขันหมาก เรียกกันว่าขันหมาก แต่งประกอบไปด้วยขันหมากเอกและขันหมากโท ขันหมากเอกนอกจากจะใส่เงินทุน สินสอด เทียนผ้าไหว้ รูปเทียนแล้ว ยังใส่ข้าวสาร หมาก พลู ดอกธูป ใบเงิน ใบทอง ใบนาก ส่วนขันหมากโทประกอบด้วย: ถั่ว งา ข้าวเปลือก ใบเงิน ใบทอง ใบนาก ใบรัก ดอกบานไม่รู้รุ่ย มะลิ กุหลาบ ต้นกล้วย ต้นอ้อย มะพร้าวอ่อน

การจัดพิธีเรียง(เคียง)หมอน ประกอบด้วย พักเขียว หม้อน้ำ เพื่อให้มีความใจเย็น ใจกว้าง ใช้อารมณ์ หินบดยา เพื่อให้ความหนักแน่น มั่นคง และถั่ว งา เพื่อความเจริญรุ่งเรือง

2.5) พิธีบวช

ในพิธีบวชบางบ้านจะมีการทำขวัญนาคซึ่งเป็นการสอนให้นาครำลึกบุญคุณของบิดามารดา ข้าวของที่จะต้องใช้ในพิธีทำขวัญได้แก่ เครื่องบายศรี ไข่ 1 ฟอง ขันใส่ข้าว และเทียนชัย สิ่งของทั้งหมด ใช้ประกอบกับพืชสมุนไพรม คือ มะพร้าวอ่อน กล้วย ใบเงิน ใบทอง ใบนาก และใบ

มะตูม

2.6) ประเพณีลอยกระทง

ประเพณีลอยกระทงของไทยส่วนใหญ่จะทำกันทุกภาค ในวันเพ็ญ เดือน 12 วัตถุประสงค์โดยรวมคือเพื่ออธิษฐานขอพรแก่พระแม่คงคา หรือเพื่อลอยเคราะห์ล่องไสกให้ไปจากวิถีชีวิต ขอให้ชีวิตพบแต่ในสิ่งที่ดีงาม หรือเพื่อขอขมาต่อพระแม่คงคาที่ได้ใช้กินใช้อาบ และทิ้งสิ่งของลงไปน้ำ การลอยกระทงที่ทำกันเป็นพิธีใหญ่โตส่วนใหญ่อยู่ทางภาคเหนือ ก่อนถึงวันเพ็ญเดือน 12 จะมีการทำความสะอาดบ้านเรือน ที่ประตูจะหาต้นกล้วย ต้นอ้อย ก้านมะพร้าวมาประดิษฐ์ทำเป็นซุ้มประตูป่าแบบต่างๆ ให้สวยงาม มีการร้อยดอกบานไม่รู้โรย ซึ่งทางเมืองเหนือเรียกว่า ดอกตะล่อม ทำเป็นอุบะห้อยไว้ตามขอบประตูเรือน ประตูห้อง หิ้งบูชาพระ

2.7) ประเพณีสงกรานต์

วันสงกรานต์ถือเป็นวันขึ้นปีใหม่ของไทยในอดีต เป็นประเพณีที่สนุกสนานสำหรับหนุ่มสาวจะได้พบปะพูดคุยเล่นสาดน้ำซึ่งกันและกัน มีการทำบุญร่วมกัน ในวันสงกรานต์จะมีกิจกรรมที่ต้องทำ ได้แก่ การทำบุญตักบาตร รดน้ำดำหัว ให้อวยพรผู้ใหญ่ ปล่อยนกปล่อยปลา และมีการละเล่นต่างๆ

การรดน้ำ คือการไปเอาพรหรือขอพรจากผู้ใหญ่ โดยจะให้ผู้ใหญ่ที่ตนเคารพนับถือนั่งลงแล้วผู้ไปขอพรจะนำน้ำที่ใส่น้ำหอมหรือแป้งรำโรยด้วยดอกมะลิและกลีบกุหลาบรดที่มือผู้ใหญ่ ท่านจะให้ศีลให้พรถือเป็นมงคลแก่ชีวิต

การดำหัว คือการรดน้ำแต่เป็นคำทางภาคเหนือ ส่วนหนึ่งถือเป็นการขอขมาในสิ่งที่ได้ล่วงเกินหรือขอพรปีใหม่จากผู้ใหญ่ ของที่ใช้ในการดำหัวประกอบไปด้วย ผ้าขนหนู และใช้พืชสมุนไพรคือ มะพร้าว กล้วย ขมิ้น และส้มป่อย

2.8) พิธีไหว้ครู

ในวันที่ 16 มกราคมของทุกปีถือเป็นวันครู ซึ่งตามโรงเรียนหรือมหาวิทยาลัยจะจัดให้มีพิธีไหว้ครู เพื่อให้นักเรียนได้แสดงความกตัญญูต่องานครูอาจารย์ โดยในงานวันพิธีจะมีพืชไม้มงคลประกอบพิธี ได้แก่ ดอกบานไม่รู้โรย ดอกกล้วย ดอกกล้วย ดอกทานตะวัน ดอกมะเขือ หญ้าแพรก และดอกเข็ม

เชื่อกันว่า ดอกบานไม่รู้โรย ดอกกล้วย ดอกกล้วย ดอกทานตะวัน เป็นเสมือนดอกไม้ที่มีนามเป็นมงคล ดอกมะเขือ ซึ่งก้านดอกมีลักษณะโค้งน้อมลงเป็นสัญลักษณ์ของความอ่อนน้อมถ่อมตน เพราะดอกมะเขือทุกดอกจะโน้มดอกค้อมกลับต่ำเสมอ หญ้าแพรกหมายถึง มีความทนทานสูงต่อลมฟ้าอากาศ และแพร่กระจายรวดเร็ว แสดงถึงความอดทน ความเจริญงอกงาม ดอกเข็ม ปลายดอกตูมมีลักษณะเรียวยาวแหลมเป็นสัญลักษณ์ของปัญญาซึ่งให้ความความเฉียบแหลมเหมือนเข็ม

2.9) ประเพณีรับขวัญข้าว

ประเพณีรับขวัญข้าวหรือประเพณีรับขวัญแม่พระโพสพจากกลางนามาประทับในยุ้งข้าวเมื่อทำพิธีนี้แสดงว่าฤดูทำนาได้สิ้นสุดลงแล้ว วัตถุประสงค์ในการทำพิธีรับขวัญข้าวคือ เพื่อให้ได้

ผลผลิตข้าวดีในปีต่อไป เครื่องประกอบพิธีจะเป็นขนม เครื่องประทีนโคมหน้าโต๊ะเครื่องแป้ง ผ้าชนิดต่างและบายศรี ส่วนพืชสมุนไพรที่ใช้ได้แก่ เผือก มัน หมากพลู ใช้เป็นเครื่องตั้งบวงสรวง

2.10) พิธีขอฝน

พิธีขอฝนเป็นพิธีที่ชาวบ้านจะทำต่อเมื่อฝนไม่ตกต้องตามฤดูกาล หรือมาล่าช้าผิดปกติ ซึ่งมีผลกระทบต่อกรปลูกพืชสวนในไร่นา การขอฝนจะทำโดยการแห่นางแมว โดยการหาแมวตัวเมียใส่ลงในชะลอมหรืออาจจะใส่ในเชิงหรือตะกร้าก็ได้แล้วแต่จะหาได้ในพื้นที่ แล้วใช้คานสอดไปที่ชะลอมหรือตะกร้า จัดขบวนแห่โดยชวนให้คนในชุมชนมาร่วมพิธี ใครมีกลอง มีกรับ ฆ้อง หรือฉิ่ง สุดแล้วแต่ก็จะนำมาตีในขบวนแห่ด้วย จากนั้นก็เคลื่อนขบวนแห่ออกเดิน เมื่อแห่ไปถึงหน้าบ้านใคร เจ้าบ้านจะเอากระบวยตักน้ำในตุ่มสาตกลงไปในชะลอมที่ขังแมวยูอยู่ แมวเป็นสัตว์ที่ไม่ชอบน้ำเมื่อโดนสาตจะตกใจและดิ้นจนสุดฤทธิ์ บางครั้งจะหลุดจากชะลอมก็จะตามไปจับแมวมายังไว้ในชะลอมอีก ขบวนแห่จะเดินไปจนสุดเขตบ้านแล้วก็กลับ การแห่นางแมวไม่ปรากฏใช้พืชสมุนไพรประกอบในพิธี แต่จะมีอีกพิธีหนึ่งซึ่งเป็นการขอฝนเหมือนกันเรียกว่า “พิธีปั้นเมฆ” ซึ่งของที่ใช้ประกอบในพิธี ได้แก่ มะพร้าว

2.11) พิธีศพ

การอาบน้ำศพ เป็นธรรมเนียมอย่างหนึ่งในพิธีทำศพ โดยจะอาบน้ำก่อนนำศพลงโลงสาเหตุที่ต้องมีการอาบน้ำศพก่อน เพราะต้องการให้ร่างกายของผู้ตายสะอาดบริสุทธิ์ สมัยก่อนการอาบน้ำศพจะใช้หม้อดินตม่น้ำ ในหม้อจะประกอบไปด้วยใบหนาด ใบส้มป่อย และใบมะขาม

ศพจะถูกอาบน้ำด้วยน้ำอุ่นก่อนแล้วจึงอาบน้ำเย็นอีกครั้ง ฟอกด้วย ส้มมะกรูดแล้วล้างร่างกายศพจนสะอาด หลังจากนั้นจึงฟอกตัวศพด้วยขมิ้นชันสดและผิวมะกรูดตำละเอียด

ก่อนการเผาศพจะใช้น้ำมะพร้าวรดหน้าศพ เป็นการชำระล้างครั้งสุดท้ายเปรียบเสมือนการล้างอกุศลกรรมต่างๆ ให้หมดสิ้นไม่ติดค้างไปในภพหน้าและท้ายที่สุดใช้ดอกไม้จันทน์ในการเผาศพ

มีความเชื่อว่า ในพิธีศพห้ามนำพืชผักที่มีลักษณะเป็นเส้นสายยาวโย เช่น ยอดผักทอง ตำลึง เป็นต้น เพราะจะทำให้เกิดการล้มตายต่อกันไป

3) ประเพณี พิธีกรรมเฉพาะในท้องถิ่น

ประเพณี พิธีกรรมเฉพาะในท้องถิ่นเป็นธรรมเนียมประเพณีที่ปฏิบัติสืบทอดกันมาเฉพาะในภูมิภาคหรือในท้องถิ่นนั้น ไม่ได้แพร่หลายไปทั่วไป โดยจะแบ่งเป็นประเพณี พิธีกรรมภาคเหนือ ภาคกลาง ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคใต้ (ประมวลสาระชุดวิชาไทยคดีศึกษา สาขาศิลปศาสตรบัณฑิต หน่วยที่ 8 – 15, 2546 ; ประทุม ชุ่มเพ็งพันธุ์, 2548 ; เพ็ญญา ทรัพย์เจริญ, 2545)

3.1) ประเพณี พิธีกรรมภาคเหนือ

ประเพณี พิธีกรรมของภาคเหนือที่มีการนำพืชสมุนไพรมาใช้มีดังนี้

ประเพณีสงกรานต์ชาวเหนือ สงกรานต์ คือ ปีใหม่ หรือปีใหม่ของชาวเหนือ ซึ่งตรงกับวันที่ 13 14 และ 15 เดือนเมษายน วันแรกคือวันสังขารล่อง คือวันสงกรานต์นั่นเองในความหมายของชาวบ้าน ตรงกับวันที่ 13 เมษายน เชื่อกันว่าปู่สังขารย่าสังขารจะพาความชั่วร้าย ความไม่ดีไม่งาม เศรษฐีร้ายต่างๆ ออกไปจากบ้านช่องและผู้คน วันที่สองคือวันเนา หรือเนา ตรงกับวันที่ 14 เมษายน ถือกันว่าถ้าใครปากร้ายคำทอผู้อื่นในวันนี้จะทำให้ปากเนา ประเพณีในวันนี้มีการเตรียมอาหาร ขนม และข้าวของไว้สำหรับทำบุญ วันที่สามคือวันพญาวันหรือวันมหาสงกรานต์ ตรงกับวันที่ 15 เมษายน ในวันนี้จะมีประเพณีดำหัว หรือการคารวะผู้เฒ่าผู้แก่ บิดามารดา ญาติพี่น้อง ผู้อาวุโส และไปสรงน้ำพระพุทธรูปที่สำคัญ การดำหัวจะต้องใช้เครื่องพิธีซึ่งจะต้องจัดให้เหมาะสมตามความสัมพันธ์ของบุคคลและจัดตามคุณวุฒิของผู้ที่เราจะไปคารวะ เครื่องดำหัวจำแนกได้เป็น 2 อย่างคือ เครื่องดำหัวแบบพิธีการ และเครื่องพิธีแบบธรรมดา (มณี พะยอมยงค์, 2529 ; บุญเลิศ คุรุทเมือง, 2538)

เครื่องดำหัวแบบพิธีการ ประกอบด้วย พานดอกไม้หรือขันดอก ต้นดอก(พุ่มดอกทำด้วยไม้ หรือทองเหลือง มีโพรงว่างสำหรับนำดอกไม้หลายชนิดมามัดรวมกันเป็นต้นดอก) หมากสุม คือ การทำโครงเป็นต้นพุ่มนำเอาผลไม้มาปักใส่ที่โครงไม้หรือโครงเหล็ก หมากเป้ง คือ การทำโครงด้วยไม้หรือทองเหลืองเป็นโครงพุ่มสูงประมาณ 1 ศอก ส่วนหมากพลู คือ การเอาหมากพลู ยาสูบ เปลือกต่อมารวมห่อด้วยใบตองเป็นรูปกรวยแหลมสำหรับตั้งไว้ในถาด

เครื่องพิธีแบบธรรมดา ประกอบด้วย ดอกไม้ รูปเทียน น้ำขมิ้น ส้มป่อย หมากเมี่ยง บุหรี่ บางทีก็ใส่เงินทองด้วย เครื่องบริโภคร่างต่างๆ เช่น ผลไม้ตามฤดูกาล เช่น มะพร้าวอ่อน กล้วยดิบหรือกล้วยสุกเป็นเครื่อง แต่ง มะพร้าว มะม่วง พืชผักได้แก่ พริกสด พริกแห้ง กระเทียม หอมแดง ถั่วฝักยาว มะเขือ กะหล่ำปลี

ประเพณีเลี้ยงขันโตก แต่เดิมการกินข้าวขันโตกเป็นวิถีชีวิตประจำวันของชาวล้านนา เป็นการกินกันในหมู่ครอบครัว หรือในโอกาสที่ได้ทำบุญทำทาน ต่อมาได้มีการพัฒนาพิธีการกินเลี้ยงขันโตกสำหรับต้อนรับแขกคนสำคัญที่มาเยี่ยมเยือน เพื่อให้แขกมีความรู้สึกที่ดีต่อการต้อนรับอย่างสมเกียรติ และเกิดความอบอุ่นประทับใจ การกินข้าวขันโตกจะต้องรับประทานข้าวหนึ่งหรือข้าวเหนียวเป็นหลัก ประกอบกับอาหารพื้นเมืองชาวเหนือ เช่น แกงฮังเล แกงอ่อม แกงแค แกงกระด้าง ใส่อั่ว เนื้อย่าง ลาบ น้ำพริกอ่อน น้ำพริกหนุ่ม แคบหมู ผักสด ผักนึ่ง ของหวานก็มี ขนมปาด ข้าวแต่น ข้าวควบ น้ำต้นคนโท ขันน้ำสำหรับล้างมือก่อนหยิบข้าวหนึ่ง มีเมี่ยง บุหรี่ ไว้สำหรับแขกด้วย

สำหรับพืชสมุนไพรที่ใช้ในพิธี นอกจากผักสดต่างๆ ของภาคเหนือที่ใช้เป็นอาหารแล้ว ส่วนใหญ่จะเป็นดอกไม้สวยงามต่างๆ ประดับเวที ตามสถานที่จัดงาน และใช้สำหรับสตรีที่เป็นนางรำประดับมุ่นผม และทำเป็นพวงมาลัยคล้องคอผู้ที่อยู่ในงานทั้งหมด

ประเพณีปอยหลวง การทำบุญประเพณีปอยหลวง หมายถึงงานทำบุญเพื่อเฉลิมฉลองศาสนสมบัติต่างๆ เช่น โบสถ์ วิหาร กุฏิ ศาลาการเปรียญ หรือศาลาบาตร เป็นงานที่จัดอย่างยิ่งใหญ่ของชาวบ้าน เพื่อแสดงความสามัคคีกันสร้างประโยชน์แก่ส่วนรวม ต่อมานอกจากการฉลองศาสน

สมบัติแล้วมีการอนุโลมให้จัดประเพณีปอยหลวงเพื่อเฉลิมฉลองสาธารณสมบัติด้วย เช่น สะพาน สถานีอนามัย โรงเรียน ชาวเหนือถือว่าการจัดงานทำบุญประเพณีปอยหลวงเป็นการทำบุญเพื่อให้เกิดอานิสงค์แก่ตนและครอบครัว ถือว่าได้บุญกุศลแรงมาก ช่วงเวลาที่นิยมทำบุญประเพณีปอยหลวง คือช่วงที่ประชาชนเว้นว่างจากการประกอบอาชีพ คือช่วงเดือนกุมภาพันธ์ถึงเดือนเมษายน หรือเดือนพฤษภาคมของทุกปี ระยะเวลาของการจัดงานประมาณ 3-7 วัน แล้วแต่กำลังความสามารถของวัด

ลักษณะของงานประเพณี จะมีการปักไม้ไผ่เพื่อทำตุงสองข้างทางที่จะไปสู่วัด ตุงจะถูกประดับด้วยผ้าแพรสีต่างๆ สวยงาม พอเริ่มวันงานจะมีขบวนแห่ มีการฟ้อนรำของสตรีในชุมชนซึ่งแต่งกายสวยงามตามแบบฉบับของการแต่งกายภาคเหนือ ระหว่างที่แห่จะมีการโปรยทานโดยใช้เหรียญเงินฝ้างไว้ในลูกมะนาว เมื่อขบวนแห่เข้ามาในวัดจะมีการเลี้ยงดูแขกที่มาจากบ้านอื่นๆ ข้าวของที่ใช้เลี้ยงในงานจะมี หมาก เมี่ยง บุหรี่ เจ้าภาพจะจัดเตรียมไว้ทุกวัน

ประเพณีปอยน้อย ประเพณีปอยน้อย หรือปอยบวช ได้แก่ ประเพณีการบวชเป็กซ์ หรือการบรรพชาอุปสมบทของชาวเหนือ ซึ่งเป็นประเพณีที่จัดขึ้นเป็นการภายในเฉพาะวงศาภคณาญาติและมิตรสหายเท่านั้น มิได้เป็นงานส่วนรวมหรือสาธารณะอย่างปอยหลวง อาจมีการร่วมกันบวชเด็กที่เป็นกำพร้าขาดคนดูแลบ้าง โดยเจ้าอาวาสเป็นประธาน

คุณค่าสำคัญประการหนึ่งของการบวชสามเณรหรือปอยน้อย คือสังคมไทยต้องการคนที่มีความรู้และได้รับการฝึกหัดอบรมมาจากวัดแล้วว่าเป็นคนสุก หรือขนานบัณฑิต ชาวบ้านอยากจะให้ลูกสาวแต่งงานด้วย หวังใจว่าคนที่บวชแล้วย่อมรักทะนุถนอมลูกเมียไม่ทอดทิ้ง เพราะจิตใจเต็มไปด้วยความเมตตากรุณา และการที่ลูกได้บวชคนชนบทถือว่าเป็นพ่อตุ่มแม่ตุ่ม นับเป็นผู้มีเกียรติในหมู่บ้านใครๆ ย่อมคบหาคารวะ เป็นที่รู้จักของคนในหมู่บ้านเป็นอย่างดี

เมื่อทราบกำหนดวันบวชแน่นอนแล้วเจ้าภาพคือพ่อแม่เด็กจะเตรียมเครื่องบวชหรือเครื่องบริวารต่างๆ ประกอบด้วย จองหรือเตียงสำหรับนอน ผ้าห่มคือผ้าปูที่นอน หมอน มุ้ง ผ้าห่ม อัฐบริวาร และเครื่องใช้ที่จำเป็นแก่สมณะ เช่น รองเท้า ร่ม กระโถน คนโท ยาม พัด ผ้าปูนั่ง ผ้ากราบ เป็นต้น

การจัดงานปอยน้อยมักจะมีกัน 2 วัน วันแรกเรียกว่า วันแต่งดา คือวันเตรียมงาน ซึ่งไทยภาคกลางเรียกว่าวันสุกดิบ ซึ่งวันนี้ทางเจ้าภาพเมื่อจัดสถานที่แล้วก็จะเอาเครื่องบริวารของพระใหม่ไปตั้งไว้ เช่น เตียงนอน หมอน มุ้ง ฯลฯ ขอคนเฒ่าคนแก่ที่มีโวหารดีให้พรได้มานั่งเฝ้าอยู่ใกล้ๆ เตียงของพระใหม่ เรียกว่าเจ้าพร คือคอยให้พรชาวบ้านที่มาร่วมทำบุญเป็นครั้งแรกก่อนจะรับพรจากพระสงฆ์และสามเณรหรือพระใหม่ต่อไป ผู้ที่มาร่วมทำบุญ เรียกว่า สอมคร้ว ซึ่งในวันนี้จะมีญาติสนิทมิตรสหายที่ได้รับใบบอกบุญนำสิ่งของ หรือเงินมาร่วมทำบุญ เจ้าภาพจะจัดให้มีคนคอยรับเงินลงบัญชีไว้เป็นรายๆ เงินที่เขามาซอมนี้เรียกว่า เงินลาก ซึ่งเจ้าภาพจะเป็นผู้เก็บไว้ใช้จ่ายในการทำบุญที่ได้ลงทุนไปก่อน และถอนทุนคืนจากคนที่มาซอมนี้เอง

นับแต่โบราณมา มหรสพสำคัญของชาวเหนือ คือ การชอเมือง มักจะเรียกรวมกันว่า จ้อยชอ เป็นการแสดงการขับร้องสลับกันระหว่างชายหญิงที่นิยมเรียกว่า ช่างชอ คู่ชอที่ร้องด้วยกัน เรียกว่า คู่ถ้อง การชอนั้นผู้ที่รัก ศิลปะด้านนี้จะต้องไปหัดกับพ่อครูชอ มีการยกครูและกินอ้อ คือการกิน น้ำผึ้งปลุกเสก ด้วยคาถาอาคมให้เป็นผู้มีสมองค์ อ้อผญา หรือ อ้อปัญญา หมายถึง อ้อที่คนกินเข้าแล้วจะเป็นคนมีปัญญาเฉลียวฉลาดสามารถหัดชอและเก่งในด้านปฏิภาณโวหาร การกินอ้อนั้น คือพ่อครูชอ จะเอาน้ำผึ้งใส่ในปล้องไม่อ้อแล้วปลุกเสกด้วยอาคมให้ช่างชอกิน ช่างชอชายหญิงมักอยู่คนละบ้าน เมื่อมีอาชีพเดียวกันก็อาจมาชอถ้องกันได้ มีดนตรีประกอบคือ ปี่ซุม 3 ปี่ซุม 4 หรือ ปี่ซุม 5 บางวง ประกอบด้วยปี่แม่ ปี่กลาง ปี่ถ้อย ซึง และชะลื้อ บางวง เช่น ชอจังหวัดแพร่ น่าน ใช้ซึง 3 ขนาด คือ ใหญ่ กลาง เล็ก ประกอบการชอ

บ้านที่มีงานบ๋อย เจ้าภาพจะให้ญาติพี่น้องช่วยกันทำผามหรือปะรำ เรียกกันว่า ผามชอ หรือผามเปียง คือจะทำร้านชอขนาดกว้างประมาณ 4 สอก 4 ด้าน มีบันไดขึ้นลง ข้างล่าง ร้านชอสูงประมาณ 1 เมตรครึ่ง ที่ยกพื้นสูงอย่างนี้เพราะต้องการให้คนฟังเห็นกันทั่วและให้เสียงดังฟังชัด เพราะอยู่สูงกว่าคนฟัง เจ้าภาพจะเตรียมขันตั้ง มีเหล้า 1 ขวด หมากพลู ข้าวปลา ดอกไม้ รูปเทียนเงิน 6 บาน ใส่ในก๋วยหรือตะกร้า เพื่อให้ช่างชอไหว้ครูก่อนจะทำการชอเมื่อถึงเวลากำหนดตั้งแต่ 09.00 น. จะเริ่มชอ มีการปลง คือพักเป็นระยะๆ ช่วงละประมาณ 30 นาที

เมื่อพักรับประทานอาหารกลางวันแล้ว ตั้งแต่บ่ายโมงเป็นต้นไปจนถึงเวลาเย็น และแถมท้ายด้วยการชอเล่นอ่าย คือละครย่อยให้คนฟังมีความสุขครึกครื้น ช่างชอจะชอด้วยจังหวะลีลา และทำนองหลายทำนอง คือทำนองขึ้นเขียงใหม่ละม้าย เขียงแสน ละม้ายจะปูเพลงเงี้ยว เพลงอ้อ เพลงพม่าและพระลอเดินดง ฯลฯ บางครั้งการชอมักจะสลับจ้อยเป็นบางตอนด้วย และช่างชอจะต้องขอมัดมือลูกแก้วด้วย เพื่อให้เกิดความสวัสดิแก่ลูกแก้วและเป็นความสนุกสนานประทับใจ

การแห่ลูกแก้ว หรือแห่ส่งลงของชาวไทยใหญ่ ก็คือแห่ناق ผิดกับทางภาคกลางก็แต่ว่าภาคทางภาคกลางนั้นหนุ่มๆหนุ่มๆ ส่วนลูกแก้วของชาวเหนือแต่งตัวเป็นกษัตริย์หรือเจ้าชายที่เป็นอย่างนี้เพราะถือคตินิยมว่าเจ้าชายสิทธัตถะได้เสด็จออกบวชจนบรรลุพระสัมมาสัมโพธิญาณ การบวชของกุลบุตรก็มีลักษณะคล้ายตามความเชื่อนั้น ผู้จะบวชเป็นลูกแก้วจึงต้องแต่งตัวเป็นกษัตริย์หรือเจ้าชายเป็นประเพณีสืบมา เครื่องแต่งกายลูกแก้วจะมีคนทำไว้ให้เช่าหรือยืมจากพวกกลีเก สวมชฎาอย่างสวยงาม การแต่งตัวลูกแก้วนั้นญาติพี่น้องจะเอาลูกแก้วไปยังวัดใกล้เคียง แต่งตัวเสร็จแล้วพาลูกแก้วไปกราบเจ้าอาวาสวัดเพื่อขอศีลขอพร จากนั้นพากันแห่ลูกแก้วมายังสถานที่ที่มีปอยน้อย อาจเป็นที่บ้านเจ้าภาพหรือวัด

ประเพณีปอยข้าวสังข์ ประเพณีปอยข้าวสังข์เป็นงานบุญเพื่ออุทิศส่วนกุศลไปให้ผู้ตายที่ตายด้วยอุบัติเหตุต่างๆ หรือตายทั้งกลม ทั้งนี้เพราะเชื่อว่าคนที่ตายโหงนั้นวิญญาณไม่มีความสุข จะมีการเชิญวิญญาณผู้ตายมาเข้าทรงคนทรง เพื่อไต่ถามความเป็นอยู่และถามความต้องการของผู้ตายว่าต้องการสิ่งใดบ้าง จะได้จัดส่งไปให้ การจัดปอยข้าวสังข์จะจัดที่บ้าน เจ้าภาพจัดเตรียมเครื่องปัจจัย

ไทยทานตามกุศลเจตนาและความเชื่อ นิยมทำบ้านจำลอง มีเครื่องใช้ครบถ้วน(เหมือนพิธีเต็กของจีน) ทั้งที่นอนหมอนมุ้ง ถ้วยชาม เสื้อผ้า รองเท้า แว่น หวี และมีเครื่องบริโภคน้ำ คือข้าว น้ำและอาหาร ตลอดจนหมาก พลุ บุหรี่ต่างๆ โดยครบถ้วน

ประเพณีสงกรานต์ ดินแดนล้านนาประชาชนมีความผูกพันกับศาสนา ชาวพุทธนิยมไปสู่อุชฌายสถานที่สำคัญ เช่น จังหวัดเชียงใหม่ก็จะไปพระธาตุคอกยสุเทพ จังหวัดลำปางจะพากันไปพระธาตุลำปางหลวง จังหวัดลำพูนก็จะพากันไปพระธาตุหริภุญชัย ในวันเพ็ญ เดือน 8 เหนือหรือแปดเป็ง ประชาชนจะร่วมกันประกอบพิธีสงกรานต์พระบรมธาตุเป็นประจำทุกปี

วัดบรมธาตุจอมทองวนวิหารเป็นศาสนสถานเก่าแก่ที่สำคัญ ตั้งอยู่บนเนินสูงยาว 10 เมตร ที่เรียกว่า “คอกยสุเทพ” และมีเจดีย์ซึ่งเป็นที่ประดิษฐานพระทักษิณโมลีธาตุ (ส่วนที่เป็นพระเศียรด้านขวาของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า) พระบรมสารีริกธาตุจอมทองนั้นประดิษฐานอยู่ในพระโกศ 5 ชั้น มีจำนวน 1 องค์ ขนาดเท่าเมล็ดถั่วเขียว มีสีขาวนวลออกน้ำตาล คล้ายสีดอกพิกุลแห้ง บรรจุไว้ในเจดีย์ ซึ่งจะมีการอัญเชิญออกมาให้ประชาชนได้สักการะและสงกรานต์ปีละ 2 ครั้งทุกปี คือในวันเข้าพรรษาและวันออกพรรษา

วันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 9 ของทุกปี จะเป็นวันที่พระบรมสารีริกธาตุเข้าพรรษา พระภิกษุจะอัญเชิญพระบรมสารีริกธาตุออกจากพระโกศ 5 ชั้น มาประดิษฐานในพระโกศแก้วใส แล้วแห่ไปทำพิธีที่โบสถ์ ระหว่างทางชาวบ้านจะโยนข้าวตอก ดอกไม้ไปยังพระโกศเพื่อถวายเป็นสักการะ เมื่อทำพิธีเสร็จก็จะแห่จากโบสถ์ไปยังหอสงฆ์ข้างวิหาร หอสงฆ์จะมีรางน้ำเป็นรูปตัวนาค สำหรับใช้สงฆ์น้ำเดิมจะใช้น้ำแม่กลานผสมด้วยดอกคำฝอยเป็นน้ำสำหรับสงฆ์ แต่ปัจจุบันใช้น้ำสะอาดธรรมดา เมื่อสงฆ์น้ำเสร็จแล้วก็อัญเชิญกลับเข้าจำพรรษาในพระโกศ 5 ชั้นตามเดิม กลางคืนพระภิกษุสงฆ์จะสวดเจริญพระพุทธรมณต์ เป็นอันเสร็จพิธี

ประเพณีบูชาอินทขิล อินทขิล คือเสาหลักเมืองนครเชียงใหม่ ปัจจุบันตั้งอยู่ในบริเวณวัดเจดีย์หลวง (โชติธาราม) อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เสาอินทขิลเป็นเสาหลักเมืองคู่บ้านคู่เมืองเชียงใหม่ เป็นที่เคารพสักการะและนับถือว่าเป็นสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เป็นที่รวมวิญญาณของชาวเมืองและบรรพบุรุษในอดีต มีประเพณีเข้าอินทขิลเพื่อกราบไหว้สักการะทุกปี ในอดีตจะทำการตอนปลายเดือน 8 ถึงต้นเดือน 9 เหนือ (เดือน 6-7 ของภาคกลาง) ในวันเริ่มพิธีเข้าอินทขิล ชาวบ้านชาวเมืองจะพากันนำเอาดอกไม้ ธูปเทียน น้ำมัน ส้มป่อย ใส่ขันพานหรือภาชนะ นำไปทำการโสรจเสร็จ สักการะบูชา การทำพิธีดังกล่าวมักจะเริ่มทำในวันจันทร์คดิ แรม 13 ค่ำ เดือน 8 เหนือ และวันสุดท้ายทำพิธีออกอินทขิลและบูชาสี่ชะตาเมือง ในวันขึ้น 4 ค่ำ เดือน 9 เหนือ เป็นประจำทุกปี

ประเพณียี่เป็ง ในเดือนยี่ของทางเหนือ ซึ่งตรงกับเดือนพฤศจิกายน ขึ้น 15 ค่ำ ตามตำนาน พงศาวดารโยนกและจามเทวีได้กล่าวไว้ว่า ได้เกิดอหิวาตกโรคขึ้นในแคว้นหริภุญไชย ทำให้ชาวเมืองอพยพหนีไปอยู่เมืองหงสาวดีเป็นเวลาประมาณ 6 ปี จึงเดินทางกลับมายังบ้านเมืองเดิม พอถึงวันครบรอบเวลาที่ได้จากบ้านเมืองไป จึงได้ทำกระทงใส่เครื่องสักการะบูชาธูปเทียนลอยตามน้ำเพื่อให้

ไปถึงญาติพี่น้องและบรรพบุรุษที่ล่วงลับในหงสาวดีและเรียกการลอยกระทงนี้ว่า ลอยโคมคหรือลอยไฟ

ก่อนจะถึงวันยี่เป็ง 2-3 วัน ชาวบ้านจะนำเอาก้านมะพร้าว ต้นกล้วย อ้อย ดอกไม้ มาทำเป็นซุ้มประตูที่หน้าบ้านและตามประตูวัด เรียกว่าประตูป่า และทำความสะอาดบ้านเรือน เมื่อถึงตอนเช้าวันยี่เป็งก็จะมีการทำบุญ นำข้าวปลาอาหารมา ถวายพระสงฆ์เพื่ออุทิศส่วนกุศลให้แก่บรรพบุรุษผู้ล่วงลับไปแล้วเรียกว่า ดานขันข้าว ฟังเทศน์ธรรม พอหัวค่ำก็จะนำกระถางเทียน หรือ ขี้ผึ้ง เรียกว่า ผางปะตีบ มาจุดเรียงไว้หน้าบ้าน หรือตามรั้วบ้าน หรือจุดโคมแขวนไว้ตามหน้าบ้าน และจะมีการจุดโคมลอย การจุดโคมลอยมี 2 แบบ คือแบบที่ใช้ปลอยในตอนกลางวัน เรียกว่าวาว จะเน้นที่ตัวโคมทำด้วยกระดาษหลากสีสันให้เห็นได้ชัด จะใช้การรมควันในการทำให้โคมลอยขึ้นไปบนท้องฟ้า การจุดโคมลอยในตอนกลางวันมักจะนำเงิน หรือสิ่งของ หรือเขียนข้อความว่าผู้ใดเก็บโคมนี้ได้ก็นำไปปรับของรางวัลจากผู้จุด ส่วนโคมลอยที่ปลอยในตอนกลางคืนจะเรียกว่า โคมไฟ ตัวโคมจะทำด้วยกระดาษสีขาว เพื่อให้เห็นแสงไฟที่ไข้จุด รมเอาไอร้อนเพื่อให้โคมลอยขึ้นไปบนท้องฟ้าดูสวยงามยิ่งนัก การจุดโคมลอยนี้ตามตำนานกล่าวว่า ทำเพื่อบูชาพระเกษแก้วจุฬามณี และในช่วงค่ำๆ ก็จะพากันนำเอากระทงที่ได้จัดทำไว้ไปลอยในแม่น้ำ

ประเพณีฟังเทศน์มหาชาติ หรือตั้งธรรมหลวง การฟังเทศน์มหาชาติ หรือตั้งธรรมหลวง หมายถึง การฟังเทศน์มหาชาติครั้งใหญ่ ให้จบทั้ง 13 กัณฑ์ในวันเดียวกัน ซึ่งถือกันว่าจะมีอานิสงส์อันยิ่งใหญ่ ผู้ใดได้ฟังหรือได้บูชากัณฑ์ใดกัณฑ์หนึ่งเชื่อว่าเมื่อตายไปแล้วจะได้กลับมาเกิดเป็นพุทธศาสนิกชน พบกับพระพุทธรเจ้าองค์ที่ชื่อศรีอารย หรือศรีอริยมะเดไตร ซึ่งจะมาจุดติดจากพระพุทธรเจ้าที่ชื่อโคตมในปัจจุบัน นิยมเทศน์ในวันเดือนยี่เพ็ญ ตรงกับเพ็ญเดือน 12 ของภาคกลางหรือบางวัดอาจกำหนดวันเวลาหลังยี่เพ็ญก็ได้เมื่อมีการเทศน์มหาชาติที่มีลักษณะการหารายได้บำรุงวัดซึ่งมีการก่อสร้างถาวรวัตถุของวัดคั้งค้างอยู่เป็นต้น

กำหนดวันเทศน์ จะแบ่งออกเป็น 2 วัน วันแรกจะเทศน์ธรรมวัตร คือ ธรรมจากคัมภีร์ธรรมคา สอนเรื่องต่างๆ ไป ส่วนมากเจ้าของกัณฑ์จะอุทิศกุศลให้ผู้ตายซึ่งเป็นญาติ มีบิดามารดาเป็นต้น หรือถวายทานไว้ล่วงหน้า ก่อนเสร็จสิ้นการเทศน์วันนี้ทางวัดจะเทศน์ธรรม 4 ผูก หรือกัณฑ์ต่อไปนี้ปิดท้าย ซึ่งเป็นการเริ่มต้นของการเทศน์มหาชาติ ถือ ธรรม มาลัยต้น มาลัยปลาย คาถาพัน และอานิสงส์เวสสันดร ส่วนวันที่สอง ซึ่งเป็นวันเดือนยี่เป็ง จะเริ่มด้วยการเทศน์กัณฑ์ทศพร ตั้งแต่เวลาประมาณ 5 โมงเช้า หรือตีห้า เป็นการเริ่มฟังธรรมศรัทธา ญาติโยมจะมากันแต่เช้ามีด บางคนจะมานอนวัดรอฟังตั้งแต่วันขึ้น 14 ค่ำ ฟังตามลำดับกัณฑ์ จนเสร็จสิ้นกัณฑ์นคร เวลาที่ตกราวตี 1-2 ของวันใหม่เป็นเสร็จสิ้นพิธีการฟังธรรมมหาชาติ

เจ้าของกัณฑ์เทศน์ต้องเตรียมเครื่องบูชากัณฑ์เทศน์ หรือกัณฑ์ธรรม ตามกำลังศรัทธา เพื่อถวายตอนพระเทศน์จบ พอพระเริ่มเทศน์เจ้าของกัณฑ์ต้องจุดธูปเทียนประทีป (ผางตะตีด) บูชาพระเท่ากับจำนวนคาถาในกัณฑ์นั้นๆ หรือจะไม่ตรงตามจำนวนก็อนุโลมได้ องค์ประกอบที่ตั้ง

ธรรมทางวัดจะจัดเตรียมสถานที่ คือวิหาร ปัดกวาดให้สะอาดเรียบร้อย ประดับด้วยโคมแขวน โคมราว โคมหูกระต่าย โคมผัด ทั้งในและนอกวิหาร ธงทิว รูปช้างม้า การปลูกต้นกล้วย อ้อย กาสะลองตรงบันไดและรอบๆ วิหาร เพื่อทำบรรยากาศให้เป็นเสมือนป่าหิมพานต์ในเนื้อเรื่องธรรมมหาชาติ คุณค่าประเพณีฟังธรรมมหาชาติ หรือตั้งธรรมหลวงนี้ถือเป็นการทำบุญครั้งใหญ่ส่งท้ายฤดูกาลฟังธรรมระหว่างพรรษา และเป็นการเปลี่ยนวิธีการเล่าเรื่อง ธรรมที่ฟังเป็นการ โน้มน้าวคนให้นิยมเข้าวัดฟังธรรม ได้วิธีหนึ่งที่ควรสนับสนุนและรักษาให้มีอยู่คู่ล้านนาไทยสืบไป

พิธีการสืบชะตา เป็นพิธีกรรมที่ทำสำหรับคนแก่ คนเจ็บป่วย เพื่อให้หายและมีอายุยืนยาว พืชผักที่นำมาใช้ล้วนมีความหมาย อันประกอบด้วย หน่อกล้วย หน่ออ้อย ซึ่งเป็นพืชชนิดที่ปลูกฝังแล้วขึ้นเร็ว ดิดเร็ว อันจะทำให้หายจากการเจ็บป่วย ตะไคร้ ใบคา นำมาพั้นเป็นเชือก เรียกว่า คา เขียว นำไปพันรอบต้นโพธิ์ เชื่อว่าจะทำให้คงอยู่ การสืบชะตานี้ นอกจากใช้กับคน ยังนำมาใช้กับการสืบชะตาบ้าน สืบชะตาวัด ชะตาเมืองได้

การสะเดาะเคราะห์ เป็นพิธีกรรมที่ทำพร้อมกับการสืบชะตา หรือแยกทำก็ได้ มักทำกับคนป่วยเพื่อการขจัดปัดเป่าความเจ็บป่วยให้หมดไป ในพิธีจะมีการทำสะดวง(นำกากกล้วยมาทำเป็นกรอบสี่เหลี่ยมใช้ไม้ไผ่แหลมยาวสอดสลักทำให้เป็นตารางบุด้วยใบตอง บรรจุอาหารคาวหวาน ปันตัวสัตว์ต่างๆ ซึ่งถือเป็นการอุทิศส่วนกุศลให้กับสิ่งที่มารบกวนผู้ป่วย) ทั้งนี้จะนำไปมัดไม้ไผ่ด้วยคือ ยอดส้มป่อย ยอดมะขาม บนความเชื่อที่ว่า ส้มป่อยคือการปลดปล่อย และมะขาม ก่อให้เกิดการเกรงขาม ขามกลัว นั่นเอง

การเอาข้าวขึ้นยุ้ง และการขุดหลุมเสาเรือน เป็นพิธีกรรมสำหรับผู้ประกอบอาชีพทำไร่ พิธีกรรมที่เกี่ยวข้องข้าว ไม่ว่าจะเป็น การเสกนา การเลี้ยงผีนา ผีไร่ พืชผักที่เกี่ยวข้องในพิธีนี้ ได้แก่ พัก เขียว พักทอง แสดง ถึงความอุดมสมบูรณ์ ใบแก้ว (พิกุล) ใบขนุน ใบตองเต้า ใบมะดัน (ใบพุทรา) ใบมะโจ๊ก (ต้นคร้อ) ซึ่งในพิธีขุดหลุมเสาเรือน มีการใช้ต้นกล้วย ต้นอ้อย ผูกเสาเอก พร้อมทั้งเอาใบแก้ว ใบขนุนใส่ลงไป ในหลุมเสาด้วยความเชื่อที่ว่า ใบแก้ว (พิกุล) หมายถึง เป็นคุณ เป็นสิริมงคล ใบขนุน หมายถึง เกิดการหนุนนำ ไปในทางที่ดี มีมากขึ้น ใบตองเต้า หมายถึง เพิ่มพูนทวีมากขึ้น ต้นกล้วย หมายถึง เจริญเติบโตเร็ว และต้นอ้อย หมายถึง ความหวาน ความสุข ความเจริญ

3.2) ประเพณี พิธีกรรมท้องถิ่นภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

ประเพณี พิธีกรรมของภาคตะวันออกเฉียงเหนือหรือภาคอีสานที่มีการนำพืชสมุนไพรมาใช้มีดังนี้

ประเพณีงานบุญคุณลาน คุณลาน หมายถึง กองข้าวที่นวดแล้วตั้งอยู่บริเวณพื้นลานนวดข้าว ชาวอีสานบ้านใดที่ทำนาได้ข้าวมากมักจัดทำบุญกองข้าวขึ้นที่ลานนวดข้าว เพื่อความเป็นสิริมงคล เพิ่มความมั่งมีศรีสุขแก่ตนเองและครอบครัว และเป็นการอัญเชิญขวัญข้าวคือ “เจ้าแม่ในสน” ให้

มาอยู่ประจำข้าว หากข้าวมีขวัญอยู่ประจำก็เชื่อว่าการกินข้าวจะไม่สิ้นเปลือง และจะทำนาได้ผลดีในปีต่อไปด้วย

ประเพณีงานบุญคุณลานจะนิมนต์พระสงฆ์จำนวน 5-9 รูป มาเจริญพระพุทธมนต์ที่ลานข้าวในตอนเย็น จัดที่บูชาพระรัตนตรัย เอาด้ายสายสิญจน์พันรอบฐานพระพุทธรูป และภาชนะใส่น้ำพระพุทธมนต์ จึงด้ายสายสิญจน์ผ่านพระสงฆ์ เพื่อให้พระจับขณะสวดพระพุทธมนต์ แล้วจึงต่อไปรอบๆลาน และกองข้าว เมื่อเจริญพระพุทธมนต์เสร็จก็มีเทศนาฉลอง 1 ถิ่นท์ หรือจัดให้มีเทศนาตอนเช้าภายหลังถวายภัตราหารก็ได้ มีการประพรมน้ำพระพุทธมนต์แก่ผู้มีร่วมงาน แล้วเจ้าของน่าน้ำพระพุทธมนต์ ไปรดตามกองข้าวและท้องนา เพราะเชื่อว่าปีต่อไปข้าวกล้าในนาจะงอกงามดี มีการกวาดน้ำอุทิศส่วนกุศลไปให้ญาติผู้ล่วงลับตลอดจนเทพดาทั้งหลาย ซึ่งเมื่อได้รับส่วนกุศลแล้วจะได้วยชัยให้พร ให้ฝนตกต้องตามฤดูกาล ข้าวในนาจะได้เจริญงอกงาม

ในงานพิธีกองข้าวเปลือกในลาน มีการแต่งกองข้าวเปลือกในลาน มีการแต่งขวัญข้าว คือ ดอกไม้ รูปเทียน กล้วย อ้อย เมียง หมาก ขนم ข้าวต้มมัด ข้าวเหนียวนึ่ง ไข่ต้ม ใส่วุ้นในภาชนะอาจเป็นตะกร้าหรือกระจาด ตั้งไว้บนกองข้าวเปลือก เมื่อขนข้าวเข้ายุ้งเสร็จเรียบร้อยแล้ว ผู้เป็นเจ้าของงานจะเชิญขวัญข้าว คือ เจ้าแม่โพสพ ไปยังยุ้งข้าวของตน พร้อมกับนำเครื่องขวัญข้าว ไปไว้ในยุ้งข้าวเพื่อความเป็นสิริมงคล

ประเพณีบุญพระเวส บุญพระเวสหรือบุญมหาชาติ ชาวอีสานเรียก เวส เป็นประเพณีสำคัญอย่างหนึ่งของชาติสิบสองหรือประเพณีสิบสองเดือนของภาคอีสาน เป็นงานบุญที่เทศนาเกี่ยวกับประวัติของพระโพธิสัตว์ คือพระเวสสันดร จึงได้ชื่องานนี้ว่า บุญพระเวส

บุญพระเวสมักกระทำกันในเดือนใดเดือนหนึ่งในระหว่างออกพรรษา จะเป็นข้างขึ้นข้างแรมก็ได้ มีความเชื่อที่ว่า การทำบุญพระเวสจะได้พระศรีอริยเมตไตร การจัดงานบุญพระเวสจะมีการตกแต่งประดับประดาศาลาโรงธรรมด้วยดอกไม้ พวงมาลัย และธงทิว มีการจัดเครื่องของที่เกี่ยวกับสมุนไพโร เช่น หมากพันคำ เมียงพันคำ ข้าวตอกดอกไม้ไว้บูชาคาถาพัน ดอกไม้ที่จัดมีดอกบัวพันดอก นอกนี้อาจมีดอกผักตบ ดอกปีบอย่างละพันดอก ประกอบกัน เทียนพัน รูปพัน ปั้นดาบ(ดอกไม้ปกติทำด้วยไม้) อย่างละพัน ธงพันผืนทำด้วยเศษผ้า กระดาษสี ใบลานหรือใบตาลก็ได้ มีการชิงด้ายสายสิญจน์ตั้งหม้อน้ำมนต์ มีขันหมากเบ็ง(พวยศรีประดับด้วยหมาก) แปดอัน โองน้ำ 4 โอง ตั้งไว้ที่มุมธรรมมาสน์ในโองน้ำมีจอกแขน(สาหร่าย) ดอกไม้ชนิดต่างๆ เช่น ดอกจิก ดอกฮัง (ดอกเต็งรัง) ดอกบัว ดอกบานไม่รู้โรย ดอกรัก ฯลฯ และใบบัว มีรูปปั้นสัตว์ต่างๆ เช่น ช้าง ม้า วัว ควาย นก ไข่ได้ธรรมมาสน์ เอาธงใหญ่แปดธง มีกรอบโรงธรรมนอกศาลาในทิศทั้งแปด ในความหมายที่ว่าเป็นเขตปลอดภัย ป้องกันพญามารไม่ให้ล่วงล้ำเข้ามา

ประเพณีบุญสงกรานต์อีสาน บุญสงกรานต์ หรือ ตรุษสงกรานต์ ทำกันในเดือนห้าปกติมี 3 วัน เหมือนกันทั้งประเทศ เริ่มตั้งแต่วันที่ 13 เมษายน ถึงวันที่ 15 เมษายนของทุกปี วันที่ 13 เมษายน เป็นวันต้นคือ วันมหาสงกรานต์ วันที่ 14 เมษายน คือวันกลางเป็นวันเนา และวันที่

15 เมษายน เป็นวันเถลิงศก ชาวอีสานถือเป็นวันขึ้นปีใหม่ มีการสงฆ์น้ำพระพุทธรูป ตรีศกกราบนำหรือ บุญสงฆ์น้ำ การสงฆ์น้ำมีการรดน้ำพระพุทธรูป พระสงฆ์ ผู้หลักผู้ใหญ่ ด้วยน้ำอบน้ำหอมเพื่อขอขมาและ ขอพร ในน้ำที่นำมารดอาจมีดอกมะลิ กลีบกุหลาบ หรือดอกไม้ที่มีกลิ่นหอม มีสีสันสวยงามอื่น การ ทำบุญสงฆ์น้ำ กำหนดในวันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 5 บางทีเรียก บุญเดือนห้า ถือเป็นเดือนสำคัญ เพราะเป็น เดือนเริ่มต้นปีใหม่ไทย

ประเพณีงานบุญข้าวประดับดิน งานบุญข้าวประดับดิน คือบุญที่ทำตามความเชื่อ ของคนไทยในภาคอีสาน ที่เชื่อว่ากลางคืนเดือนเก้าดับ (วันแรม 14 ค่ำ เดือน 9) เป็นวันที่ประตูรกเปิด ยมบาลจะปล่อยผีให้ผีนรก ออกมาเยี่ยมญาติในโลกมนุษย์ในคืนนี้คืนเดียวเท่านั้น ดังนั้นชาวบ้านจึงพากันจัดห่อข้าวไว้ให้แก่ญาติพี่น้องที่ตายไปแล้ว ถือเป็นงานบุญเพื่ออุทิศส่วนกุศลให้แก่ญาติพี่น้องที่ ล่วงลับ ในตอนเย็นวันแรม 13 ค่ำ เดือน 9 ญาติโยมเตรียมจัดอาหารคาวหวาน และหมาก พลู บุหรี่ แบ่งเป็น 4 ส่วน ส่วนแรกเลี้ยงดูกันในครอบครัว ส่วนที่สองแจกให้ญาติพี่น้อง ส่วนที่สามอุทิศให้ญาติ ที่ตายไปแล้ว และส่วนที่สี่นำไปถวายพระสงฆ์

พืชสมุนไพรที่ใช้ประกอบการเตรียมอาหาร ได้แก่ หมาก พลู เมียง สีเสียด แก่นคูณ และของหวาน ซึ่งได้แก่ผลไม้ต่างๆ เช่น ก้อย น้อยหน้า ฝรั่ง มันแกว อ้อย มะละกอสุก

ประเพณีบุญออกพรรษา เป็นงานบุญที่จัดขึ้นในวันขึ้น 15 ค่ำเดือน 11 ของทุกปี ชาวจังหวัดอุบลราชธานี เรียกงานบุญนี้ว่า บุญเดือนสิบเจ็ด หรือ บุญออกพรรษา มีงานบุญอื่นๆ ที่ทำ เป็นประเพณีประจำ คือ (1) ใต้ประทีป มีการจัดสร้างห้างประทีป ประกอบด้วยเสาสี่เสาซึ่งประดับไป ด้วยต้นกล้วยและอ้อย ระหว่างเสาสี่เสาทำเป็นยกพื้นสูงขึ้นประมาณหนึ่งเมตรครึ่ง (2) ไหลเรือไฟ ซึ่ง คนแต่งเรือด้วยดอกไม้ รูปเทียน (3) ลอยกระทง

ประเพณีงานบุญกฐิน การทำบุญกฐินเป็นการถวายผ้าแด่พระสงฆ์ซึ่งจำพรรษาแล้ว ชาวอีสานทำบุญกฐินตั้งแต่วันแรม 1 ค่ำเดือน 11 ถึงวันเพ็ญเดือนสิบสอง การทอดกฐินมีมาแต่โบราณ กาล เพราะมีพุทธบัญญัติให้พระภิกษุแสวงหาผ้า และรับกฐินได้ตามกำหนดเวลาดังกล่าว ก่อนถึงวัน ทอดกฐินชาวบ้านผู้มีจิตศรัทธาจะทอดกฐินจะไปเลือกหาวัดที่จะทอด เมื่อหาได้แล้วต้องจองล่วงหน้า เพื่อให้วัดเตรียมการและจะไม่มีการทอดกฐินซ้ำกันในวัดนั้นๆ เมื่อถึงวัดทอดกฐินมีการตระเตรียมองค์ กฐิน ที่จำเป็นต้องมีได้แก่ผ้าไตรจีวรหรือผ้าสามผืน คือ สบง จีวร และสังฆาฏิ หรือ อัฐบริขารและเครื่อง ไทยทานสำหรับถวายพระ พืชผักสมุนไพรที่ใช้ในการประกอบพิธีการทำบุญกฐินส่วนใหญ่จะใช้ต้น กล้วย อ้อย ประดับซุ้มประตูทางเข้าวัด เป็นเครื่องตกแต่งสถานที่ และที่สำคัญคือดอกไม้บูชาโดยมาก มักจะเป็นดอกบัว

3.3) ประเพณี พิธีกรรมท้องถิ่นภาคใต้

ประเพณี พิธีกรรมของภาคใต้ที่มีการนำพืชสมุนไพรมาใช้มีดังนี้ (ประทุม ชุ่มเพ็งพันธุ์,

ประเพณีชักพระหรือลากพระ เป็นประเพณีของชาวใต้ ทำได้ 2 ทาง คือ การชักพระทางบกกับการชักพระทางน้ำ พระที่ว่าหมายถึงพระพุทธรูป ซึ่งจะตั้งประดิษฐานอยู่บนบุษบก และนำไปตั้งไว้บนเรือ ด้านหลังของบุษบกจะวางเก้าอี้ไว้สำหรับพระภิกษุณี ถ้าชักพระทางบกเรือจะถูกตั้งอยู่บนรถเลื่อนที่ประกอบไปด้วย ล้อ 4 ล้อ ไว้สำหรับลาก หรือชักได้สะดวก ทำให้เรือเคลื่อนที่ตามไปด้วย ถ้าชักพระทางน้ำ ขึ้นอยู่กับสภาพทางภูมิศาสตร์ของแต่ละท้องถิ่นว่าจะสะดวกที่จะชักพระทางไหน

สำหรับพืชผักสมุนไพรที่ใช้ประกอบในพิธีชักพระหรือลากพระ ส่วนมากจะเป็นดอกไม้ ซึ่งนำมาประดับตกแต่งบริเวณองค์พระให้ดูสวยงาม นอกจากนั้นยังใช้หยวกกล้วยสลักเป็นลวดลาย ส่วนชาวบ้านก็จะทำขนมต้ม หรือห่อต้ม ซึ่งทำจากข้าวเหนียวผัดกับกะทิ แล้วนำมาห่อด้วยใบไม้ เช่น ใบจาก ใบเตย แต่ส่วนใหญ่นิยมห่อด้วยใบกะพ้อ แล้วนำไปต้มหรือนึ่งให้สุก สำหรับถวายพระที่อยู่ในเรือ ใช้วิธีขวางให้อาหารลงไปเรือตามความเชื่อที่ว่า เมื่อครั้งพระพุทธเจ้า เสด็จลงมาจากสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ ครั้งนั้นมีประชาชนมาเฝ้าถวายภัตตาหารกันอย่างมากมาย คนเข้าไม่ถึงจึงใช้วิธีนำเอาอาหารมาห่อด้วยใบไม้ แล้วขวางลงไปบนบุษบก

ประเพณีวันสารทเดือนสิบ วัตถุประสงค์ของการจัดงานพิธีสารทเดือนสิบคือ เพื่อนำเอาผลผลิตของพืชพรรณธัญญาหารมาทำเป็นอาหารถวายพระภิกษุสงฆ์ที่ทำพิธี เช่น อุทิศส่วนกุศลให้แก่ดวงวิญญาณของบรรพบุรุษที่ล่วงลับไปแล้ว พิธีสารทของไทยมีมาตั้งแต่สมัยกรุงสุโขทัยเป็นราชธานี จะทำกันในเดือน 10 ตรงกับวันขึ้น 14 ค่ำ 15 ค่ำ และแรม 1 ค่ำ ประเพณีงานทำบุญเดือนสิบ ภาคกลางเรียกว่า “วันสารท” ส่วนชาวใต้เรียกว่า “วันทำบุญเดือนสิบ วันรับส่งตายาย วันชิงเปรต หรือวันรับเปรต ส่งเปรต” โดยชาวใต้มีความเชื่อว่า บรรพบุรุษที่ล่วงลับไปแล้ว บางพวกก็ไปสู่อุทิศที่ขอบ บางพวกยังได้รับความทุกข์ทรมาน และความอดอยากอย่างแสนสาหัส ก็จะได้รับส่วนกุศลที่ลูกหลานทำส่งไปให้ในวันสารทดังกล่าว ซึ่งชาวใต้กำหนดทำปีละครั้ง คือวันแรม 1 ค่ำ เดือน 10 คือ เป็นวันรับเปรต ซึ่งถูกปล่อยมาจากนรกภูมิ และอีกครั้งหนึ่งในวันแรม 15 ค่ำ เดือน 10 ซึ่งถือเป็นวันส่งเปรตกลับยมโลก

พืชผักสมุนไพรที่ใช้ประกอบในพิธีสารทเดือนสิบ ได้แก่ มะพร้าว กล้วย อ้อย หอม กระเทียมจะใช้ประกอบกับอาหารแห้งชนิดอื่นๆ ข้าวสาร พริก เกลือ น้ำตาล กะปิ ปลาเค็ม

ประเพณีแห่ การแห่เป็นประเพณีของชาวไทยมุสลิมที่แสดงความจงรักภักดีต่อผู้ใหญ่ที่เคารพนับถือ หรือในโอกาสต้อนรับแขกเมือง หรือเพื่อความรื่นเริงในงานพิธีมงคล เช่น การเข้าสู่หน้า หรือ จัดขึ้นเพื่อการประกวดเป็นครั้งคราว นกที่ใช้ในขบวนแห่จะเป็นนกที่ถูกประคิษฐ์ขึ้นมาตามประเพณีเดิม มี 4 ชนิดคือ นกกาเหมาซุรือ สันนิษฐานว่า น่าจะเป็นนกกางเขน นกกรูตา หรือ นกครุฑ นกมือเหมามาส หรือ นกยูงทอง และนกกบุงหงซึ่งือ หรือ นกสิงห์ ตัวนกและหัวนกนิยมใช้ไม้ไผ่สานขึ้นมา และตกแต่งด้วยกระดาษสีและกระดาษหนังสือพิมพ์ เมื่อมีการสวมหัวนกจะจัดเป็นพิธีอุปกรณที่ใช้ประกอบในพิธีประกอบด้วย ผ้า น้ำหอม แป้ง เทียน ทอง เงิน เงินค่าบูชาครู 12 บาท ขนมคอดอย ส่วนพืชสมุนไพรที่ใช้ประกอบในพิธี ได้แก่ ข้าวเหนียวสามงัด (ข้าวเหนียวสามสี) กายาน ใบ

อ่อนของมะพร้าว 2-3 ใบ เครื่องเช่นบวงสรวงจะถูกนำไปวางเบื้องหน้าห้วนก ผู้ประกอบพิธีจะเผา กายาน แล้วกล่าวคาถาบูชาครู เสร็จแล้วนำใบมะพร้าวเกิดขึ้นเสมอหน้า กล่าวคำ “มะลือปัส” ซึ่งมีความหมายว่า หลุดพ้นปลอดภัย เป็นอันเสร็จพิธี

ประเพณีงานไหว้พระจันทร์ เทศกาลงานไหว้พระจันทร์เป็นพิธีที่สำคัญอีกพิธีหนึ่งของชาวไทยเชื้อชาติสายจีน จัดในวันขึ้น 15 ค่ำเดือน 8(ตามปฏิทินจีน) ทุกปี เมื่อถึงคืนขึ้น 15 ค่ำ เดือน 8 ของจีน ชาวจีนจะจัดโต๊ะบูชามาวางไว้หน้าบ้านพร้อมกับเครื่องสักการะต่างๆ ซึ่งประกอบด้วย ขนมไหว้พระจันทร์ ขนมโก๋ จันอับ เผือกคั้ม ผลไม้ต่างๆ แป้งหอม เครื่องสำอาง ใบพลู ใบชา น้ำชา ดอกไม้ และธูปเทียน เมื่อถึงเวลาประมาณ 20.00 นาฬิกา ทุกคนจะมาพร้อมกันที่โต๊ะบูชา มีการจุดเทียน แล้วทำพิธีไหว้พระจันทร์

เทศกาลการกินเจ ประเพณีกินเจหรือกินผัก เริ่มตั้งแต่วันขึ้น 1 ค่ำ ถึงวันขึ้น 9 ค่ำ เดือน 9 ของจีน ตรงกับเดือน 11 ของไทยซึ่งเป็นเดือนตุลาคมนั่นเอง คนไทยที่มีเชื้อสายจีนในจังหวัดฝั่งทะเลตะวันตก เช่น ภูเก็ต พังงา กระบี่ ตรัง และสตูล จะจัดพิธีกินเจเป็นเวลา 9 วันติดต่อกัน วัตถุประสงค์ของการกินเจ เพื่อเป็นการรักษากายวาจาและใจให้บริสุทธิ์ ด้วยการรักษาศีลอย่างเคร่งครัด เว้นจากการฆ่าสัตว์ กินเนื้อสัตว์ เว้นจากการพูดเท็จ เสพสุราของเมา เทียวเตร่ และเสพกาม อาหารเจจะเป็นผักหรือแป้ง ไม่มีเนื้อสัตว์ น้ำมันสัตว์ ไข่ แม้กระทั่งน้ำปลาซึ่งทำจากปลาก็ใช้ประกอบอาหารไม่ได้ นอกจากนี้ยังคงเว้นผักจุนอีกประเภทได้แก่ กระเทียม หอม กระเทียมโทนจีน กุยช่าย และใบยาสูบ

ส่วนที่เกี่ยวข้องกับพืชสมุนไพรในพิธีกินเจคือ การได้ใช้พืชผักต่างๆ เป็นอาหารในระหว่างช่วงพิธีกินเจ และก่อนงานพิธีกินเจ 1 วัน จะมีการทำความสะอาดเจ้า ร้านค้า และการยกเสาธงไว้หน้าศาลเจ้าสำหรับอัญเชิญวิญญาณยกอ่องอ่องเต้ (พระอิศวร) และ กิวอ่องไตเต หรือกิวอ่องสุดโล้ว(ผู้เป็นใหญ่ทั้งเก้า) มาเป็นประธานในพิธี จากนั้นก็แขวนตะเกียงน้ำมัน 9 ดวง อันเป็นสัญลักษณ์ของดวงวิญญาณกิวอ่องไตเต ไว้บนเสาโกเต้งเป็นการแสดงว่าพิธีกินเจเริ่มขึ้นแล้ว (สมปราชญ์ อัมมะ, 2548)

4.3.4 ภูมิปัญญาไทยในการนำพืชสมุนไพรมาใช้ด้านการส่งเสริมสุขภาพ และการรักษาโรค

สมุนไพรเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตของคนไทยมาเป็นเวลานาน และเป็นหนึ่งในภูมิปัญญาของคนไทยที่บรรพบุรุษได้สั่งสมวิชาความรู้ และประสบการณ์ในการป้องกัน ส่งเสริม รักษา และฟื้นฟูสุขภาพร่างกายตามวิถีไทย ซึ่งพืชสมุนไพรแต่ละชนิดล้วนมีสรรพคุณในการดูแลรักษาสุขภาพแตกต่างกันไป ซึ่งพืชสมุนไพรส่วนใหญ่เป็นส่วนประกอบในอาหารที่ใช้บริโภคในชีวิตประจำวันอยู่แล้ว ดังนั้นอาหารไทยจึงเป็นอาหารที่สามารถป้องกันโรคและส่งเสริมสุขภาพได้เป็นอย่างดี (ประชิด วามานนท์ และคณะ , 2548 ; วีระสิงห์ เมืองมัน และคณะ, 2548 ;

4.3.4.1 แบบแผนความเชื่อเกี่ยวกับการนำพืชสมุนไพรใช้

1) แบบแผนความเชื่อเกี่ยวกับการใช้และประสิทธิผลของสมุนไพร

เนื่องจากสมุนไพรเป็นพืชที่มีประวัติสืบทอดการใช้งานมาเป็นเวลานาน จากประสบการณ์ของบรรพบุรุษ สัมผัสต่อมาจนกลายเป็นความรู้สู่รุ่นลูกหลาน ระบบความคิดความเชื่อเกี่ยวกับการใช้สมุนไพรของไทยจะมีลักษณะสัมพันธ์กับสาเหตุความเจ็บป่วยและการวินิจฉัยอาการเจ็บป่วยแบบพื้นบ้าน ชาวบ้านใช้สมุนไพรเพื่อปรับให้ธาตุในร่างกายสมดุล ในสังคมไทยพบว่า แบบแผนความเชื่อเกี่ยวกับการใช้และประสิทธิผลของสมุนไพรมี 3 ลักษณะใหญ่ดังนี้

1.1. ใช้สมุนไพรอย่างเดียว ในกรณีนี้หมายถึง การนำสมุนไพรมาใช้โดยคำนึงถึงว่าสมุนไพรมีประสิทธิภาพทางยา ด้วยตัวยาเพียงอย่างเดียว

1.2 ใช้สมุมนไพรร่วมกับกรรม “กล” “เคล็ด” หมายถึง การใช้สมุนไพรโดยคำนึงถึงฤกษ์ยาม การมีข้อปฏิบัติเฉพาะ เพื่อยังผลให้ต้นไม้ดังกล่าวมีผลทางยาหรือมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น เช่น เก็บยาเฉพาะวันอังคารจะดีเพราะเป็นวันแข็ง ไม่ต้องเลือกส่วนเก็บ ถ้าเก็บวันอื่นจะต้องเลือกเก็บเฉพาะส่วนตามวัน ห้ามเงทับต้นยา ผู้หญิงเก็บจะดีกว่าผู้ชายเก็บ

1.3 ใช้ยาสมุมนไพรร่วมกับพิธีกรรม หมายถึง การมีพิธีบอกกล่าว เช่น ไหว้สิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่คุ้มครองธรรมชาติอยู่ ลักษณะเช่นนี้มีความหมายมากไปกว่า 2 ลักษณะข้างกัน ผู้ใช้ไม่ได้คำนึงถึงประสิทธิภาพทางยาของต้นไม้ชนิดนั้นเท่านั้น หากยังคำนึงถึงสิ่งแวดล้อมที่ล้อมรอบต้นไม้ดังกล่าว อันเป็นสิ่งที่เกื้อหนุนให้ต้นไม้เป็นยาหรือให้คุณทางยาได้ ผู้คุ้มครองแผ่นดินคือแม่พระธรณี ผู้ดูแลต้นไม้คือผีป่าผีดง การนำมาใช้ประโยชน์จำเป็นต้องมี การบอกกล่าวบูชาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่คุ้มครองดังกล่าว เช่น ก่อนเด็ดต้นยาจะต้องมีการ “ขอ” คำพูดที่ขอยาเช่น “เจ้าป่าเจ้าวาน เจ้ายาแม่พระธรณี ผู้ข้าสิมาขอยาคีไปรักษา ลีให้บ”

ดังนั้น การใช้พืชสมุนไพรในลักษณะตามข้อ 1.2 และ 1.3. เป็นการใช้ในเชิงที่เกี่ยวกับประเพณี พิธีกรรมที่สืบทอดต่อกันมา

2) แบบแผนและลักษณะการใช้สมุนไพร

ตามเอกสารเรื่อง สังคมวัฒนธรรมของการใช้สมุนไพรของเพ็ญจันทร์ ประดับมุก ได้จำแนกแบบแผนและลักษณะการใช้สมุนไพรในการรักษาตนเอง เป็น 5 ลักษณะ ใหญ่ๆคือ

2.1. ใช้สมุนไพรตัวเดียวๆ หมายถึง การรักษาโรคหรืออาการเจ็บป่วยโดยใช้สมุนไพรชนิดเดียว เช่น ว่านหางจระเข้ใช้รักษาไฟไหม้ น้ำร้อนลวก ขมิ้นรักษาอาการไอ และเจ็บคอ

2.2 ใช้สมุนไพรตำรับ หมายถึง การใช้สมุนไพรในการรักษาโรค ซึ่งมีมากกว่า 2 ชนิดขึ้นไป การปรุงยาส่วนใหญ่จะอยู่ในรูปของยาต้ม

2.3 ใช้สมุนไพรสำเร็จรูป หมายถึง สมุนไพรที่ถูกแปรรูปให้ใช้สะดวกขึ้น เช่น ทำเป็นแคปซูล หรือลูกกลอน

2.4 ใช้สมุนไพรควบกับการปฏิบัติ เช่น การนวดหรือเมื่อกินสมุนไพรแล้วห้ามกินของแสลงเช่น ของหมักดอง

2.5 ใช้สมุนไพรควบกับตัวยาแผนปัจจุบัน เป็นการรักษาโดยใช้ยา 2 ชนิดควบคู่กันไปโดยขึ้นอยู่กับพื้นฐานความเชื่อที่ว่า การรักษาโดยตัวยาทั้ง 2 ชนิดจะไม่เกิดผลเสียและไม่ขัดกับความเชื่อ

3) ข้อดีของการนำพืชสมุนไพรมาใช้ในการส่งเสริมสุขภาพและการรักษาโรค

โดยเหตุที่สมุนไพรส่วนมากมีฤทธิ์อ่อน ไม่ค่อยเป็นพิษหรือมีอาการข้างเคียง จึงมีความ “ปลอดภัย” ในการใช้ยา อีกทั้งสมุนไพรยังเป็นตัวยาที่เป็นทรัพยากรธรรมชาติที่มีอยู่แล้วในท้องถิ่น จึงมีความ “สะดวก” ในการเรียกหาใช้ ช้ำยังมีราคา “ประหยัด” กว่ายาที่นำเข้ามาจากต่างประเทศ และ “เหมาะสมสำหรับชาวชนบทที่อยู่ห่างไกล” ในถิ่นทุรกันดาร ไม่ต้องเดินทางมารักษาหรือรับบริการจากสถานพยาบาลในตัวอำเภอหรือตัวเมือง โดยเฉพาะเมื่อมีอาการเจ็บป่วยพื้นฐานสามารถ “รักษาได้ด้วยตนเอง” โดยรักษาตามแนวปฏิบัติที่ผ่านมาจากชุมชน ที่สำคัญการใช้สมุนไพรในการรักษาโรค “ไม่ต้องกลัวปัญหาการขาดแคลนยา” เนื่องจากสามารถหาใช้ได้ในพื้นที่ในชุมชน นอกจากนี้ สมุนไพรไทยยัง “เป็นพืชเศรษฐกิจ” เพื่อการส่งออกสามารถนำเงินรายได้เข้าประเทศ (เมฆ จันทรประยูร, 2545 ; รุ่งรังษิ วิบูลชัย, 2538)

4) ข้อเสนอแนะในการนำพืชสมุนไพรมาใช้ในการส่งเสริมสุขภาพและการรักษาโรค

(สถาบันการแพทย์แผนไทย, 2540 ; วีระสิงห์ เมืองมั่น และคณะ, 2548)

- 4.1 ต้องศึกษาหาข้อมูลที่ถูกต้องจากผู้ที่มีความรู้ก่อนนำไปใช้
- 4.2 ต้องวินิจฉัยให้ถูกต้อง และใช้เฉพาะ โรคพื้นๆ
- 4.3 ต้องใช้ยาให้ตรงหรือถูกกับโรค
- 4.4 ต้องใช้สมุนไพรให้ถูกชนิด ถูกต้น เพราะสมุนไพรมีชื่อท้องถิ่นซึ่งจะเรียกผิดแตกต่างกันออกไป
- 4.5 ต้องใช้สมุนไพรให้ถูกส่วน และตามอายุที่บ่งบอกไว้ เช่น ชนิดนี้ให้ใช้ราก ถ้าไปใช้ผลจะไม่มีผลทางการรักษา หรือตามอายุ เช่น ฝรั่งสุก มีฤทธิ์เป็นยาระบาย ฝรั่งดิบมีฤทธิ์ฝาดสมานใช้รักษาอาการท้องเดิน
- 4.6 ต้องใช้ยาสมุนไพรให้ถูกขนาด ถ้าน้อยไปอาจไม่มีผลทางการรักษา ถ้ามักไปอาจเกิดพิษ
- 4.7 ต้องเตรียมยาสมุนไพรให้ถูกวิธี ถ้าผิดวิธีอาจเกิดพิษ หรืออาการข้างเคียงที่ไม่พึงประสงค์
- 4.8 ต้องคำนึงถึงความสะอาดในการใช้สมุนไพร เพราะถ้าไม่สะอาดอาจเกิดโรคอื่นตามมา
- 4.9 การใช้ยาสมุนไพรที่ไม่เคยใช้ ครั้งแรกต้องใช้แต่น้อยก่อน ไม่ว่าจะป่วยภายนอกหรือภายใน เพราะถ้าเกิดแพ้ยาหรือมีพิษ พิษก็จะไม่รุนแรง แต่ถ้าใช้จำนวนที่พอกับโรค อาจเกิดพิษเป็นอันตรายได้

4.10 การรับประทานยา ไม่ควรรับประทานติดต่อกันเป็นเวลานาน ในโรคฟื้นฟู เช่น เป็นไข้ ท้องผูก ท้องเดิน ตามปกติให้ยา 2-3 มื้อ อาการควรจะดีขึ้น แต่ถ้ารับประทานไป 2 วันแล้วยังไม่ทุเลา ควรเปลี่ยนยา เพราะการใช้ยานานๆ อาจเกิดการสะสมสิ่งที่เป็นพิษต่อร่างกาย

4.3.4.2 สรรพคุณของพืชสมุนไพรในการส่งเสริมสุขภาพและรักษาโรค (สำนักงาน

คณะกรรมการสาธารณสุขมูลฐาน, 2533 ; อภัยภูเบศร์, โรงพยาบาตม, 2544)

พืชสมุนไพรเปรียบเสมือนขุมทรัพย์บริสุทธิ์ที่ธรรมชาติมอบให้เรา พืชสมุนไพรมีประโยชน์ต่อร่างกายมนุษย์ และมีคุณสมบัติหลายประการที่เหมาะสมทั้งการส่งเสริม ป้องกัน รักษา และฟื้นฟูสุขภาพ รวมถึงบำรุงผิวพรรณ ชะลอความเหี่ยวย่นได้ด้วย (สมพร หิรัญรามเดช, 2525)

เราสามารถนำพืชผักตามฤดูกาล มารับประทานสด หรือปรุงเป็นอาหารคาว-หวาน หรือคั้นเอาน้ำสมุนไพรมารับประทาน เพื่อป้องกันและบำบัดอาการเจ็บป่วยต่างๆ ได้มากมาย ซึ่งในที่นี่ จะกล่าวถึงพืชผักสมุนไพรที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพและรักษาโรค ดังนี้ (สมทรง ฒ นคร (ศุภศิลป์) และคณะ, 2529 ; ศรีสมร คงพันธุ์, 2542 ; อุไร จิรมงคลการ, 2547)

กฤษณา สรรพคุณ แก้ลมหน้ามืดวิงเวียน เป็นยาบำรุงหัวใจ รักษาโรคเรื้อน และโรคผิวหนัง

กัญชา สรรพคุณ เป็นยาก่อลมประสาท ช่วยทำให้จิตใจสบาย ทำให้นอนหลับสบาย เป็นยาแก้ไอเสบ ระงับปวด ใช้รักษาโรคหอบหืด ช่วยเจริญอาหาร ช่วยสะกัดเสมหะในลำคอ

กันเกรา มีสรรพคุณ บำรุงธาตุ เป็นยาอายุวัฒนะ รักษาไข้จับสั่น หืด ไอ ช่วยขับลม แน่นหน้าอก บำรุงม้าม แก้เลือดพิการ ท้องมาน ริดสีดวง

กุ่มน้ำ สรรพคุณ แก้ไข้ ขับเสมหะ แก้ลมจุกเสียดแน่นเพื่อ ขับโลหิต บำรุงธาตุ รักษาโรครามาณะโรคผิวหนัง

กุ่มบก สรรพคุณ ช่วยขับลม แก้ปวดท้อง ริดสีดวง ทำให้ขี้หนูแห้ง รักษาโรคผิวหนังเกลื้อนกลาก

กุ่มขี้ สรรพคุณ ใช้ขับพยาธิเส้นด้ายหรือเช้เมา ขับโลหิตประจำเดือน ขับน้ำนมในสตรีหลังคลอด รักษาโรคนี้่วและหนองใน

กระแจะ สรรพคุณ ใช้เป็นยาดับพิษร้อน แก้ร้อนใน แก้ไข้ บำรุงจิตใจให้ชุ่มชื้น แก้ปวดมือตามข้อ รักษาอาการผิวหนังคัน คองเหล้ากินแก้กษัย

กระเจี๊ยบแดง สรรพคุณรักษาอาการร้อนใน กระหายน้ำ ลดความดันโลหิตและไขมันในเส้นเลือด ป้องกันการเกิดโรคหัวใจ บำรุงสายตา กระดูกและฟัน ช่วยย่อยอาหาร เป็นยาระบายอ่อนๆ เป็นยาถ่ายพยาธิ รักษาโรคนี้่ว

กระเจี๊ยบมอญ สรรพคุณ รักษาโรคกระเพาะ เป็นยาถ่ายพยาธิตัวจิ๋ว

กระชาย มีสรรพคุณ แก้ปวดมวนในท้อง ท้องอืดท้องเฟ้อ ถอนพิษต่างๆ บำรุงธาตุ บำรุงกำลัง บำรุงกำหนด แก้กามตายด้าน เป็นยารักษาโรคผิวหนัง ทวาร ขับปัสสาวะ รักษาโรคในช่องปาก กลากเกลื่อน

กระดังงาไทย สรรพคุณ บำรุงหัวใจ บำรุงโลหิต บำรุงธาตุ แก้มวิงเวียน ชูกำลังทำให้ชุ่มชื้น ขับปัสสาวะ

กระดอม สรรพคุณ ช่วยย่อยอาหาร บำรุงธาตุ ดับพิษโลหิตทั้งห้า ถอนพิษผิดสำแดง แก้ไข้ บำรุงมดลูก บำรุงน้ำนม ใช้ทางอุทกบริเวณที่ปวดเมื่อย ใช้หยอดตา

กระทงลาย สรรพคุณ แก้มจุกเสียด บำรุงโลหิต แก้ไข้ ไข้มาลาเรีย บิด วัณโรค บรรเทาอาการปวดตามข้อ เหน็บชา กล้ามเนื้อและอัมพาต

กระเทียม สรรพคุณ ช่วยลดไขมันในเลือด ลดความดันโลหิต ป้องกันผนังหลอดเลือดหนาและแข็งตัว ลดน้ำตาลในเลือด รักษาโรคไอกรน แก้ไอ ขับเสมหะ ฆ่าเชื้อในปากและลำคอ มีฤทธิ์ขับเหงื่อและขับปัสสาวะ แก้ธาตุพิการอาหารไม่ย่อย ขับพยาธิต่างๆ ใช้รักษาแผลสด แผลเป็นหนอง รักษาโรคกลาก เกลื้อน และเชื้อราที่เกิดตามเล็บ หนังศีรษะและผม แก้เคล็ดขัดยอก แก้ปวดข้อและปวดเมื่อย

กระเทียม สรรพคุณ ช่วยขับลม แก้ท้องเสีย บิด รักษาโรคผิวหนัง กลากเกลื้อน

กระเทียม สรรพคุณ ช่วยเจริญอาหาร แก้มจุกเสียด ท้องอืดท้องเฟ้อ ขับปัสสาวะ เป็นยาบำรุงกำลัง บำรุงธาตุ แก้ไข้ บำรุงน้ำนม แก้เคล็ดขัดยอก

กระถิน สรรพคุณ แก้ท้องร่วง บำรุงตับ เป็นยาถ่ายพยาธิ ยาฝาดสมาน ช่วยสมานแผลห้ามเลือด ใช้ปรุงเป็นยาอายุวัฒนะ ขับลม และขับระดูขาว

กระปือเจ็ดตัว สรรพคุณ เป็นยาขับเลือดและน้ำคาวปลาหลังคลอด

กระเบา สรรพคุณ รักษาโรคเรื้อนและโรคผิวหนังอื่นๆ

กระพังโหมตัวผู้ สรรพคุณ แก้ตานซาง ตัวร้อน แก้ธาตุพิการ ช่วยขับลม เจริญอาหาร ขับพยาธิไส้เดือน แก้มริดสีดวงทวาร เป็นยาอายุวัฒนะ แก้ปวดฟัน รำมะนาด แก้ตาแฉะ ตามัว แก้พิษงู

กระเพราแดง สรรพคุณ ช่วยขับลม แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ แก้ไอ ขับเหงื่อ เป็นยาถ่ายพยาธิ ช่วยขับน้ำนมในสตรีหลังคลอด

กลิ้งกลางดง สรรพคุณ ช่วยเจริญอาหาร ใช้ขับพยาธิ บำรุงเส้นประสาท บำรุงกำลัง บำรุงกำหนด เป็นยาอายุวัฒนะ รักษาแผลสด และแผลเรื้อรัง

กล้วยน้ำว้า สรรพคุณ รักษาโรคกระเพาะ อาหารไม่ย่อย แก้ท้องเสีย เป็นยาระบาย ห้ามเลือด ขับปัสสาวะ ขับน้ำนม แก้มริดสีดวง สั้นเท้าแตก รักษาแผลไฟไหม้ น้ำร้อน

กระวาน มีสรรพคุณ แก้มจุกเสียด ขับผายลม ขับเสมหะ บำรุงโลหิต แก้ไข้ บำรุงธาตุ รักษาโรคผิวหนัง โรครำมะนาด

กุหลาบ สรรพคุณ ช่วยทำให้ร่างกายอ่อนคลาย นอนหลับง่าย บรรเทาอาการคลื่นไส้ วิงเวียน ปวดศีรษะ ป้องกันไข้หวัด โรคลึกลับปิดลักเปิด บรรเทาอาการไอ หอมหืด บำรุงหัวใจ การไหลเวียนโลหิต บำรุงการทำงานของกล้ามเนื้อ และกระดูกข้อต่อ ลดคอเลสเตอรอล ลดระดับเลือดดำในตับ บรรเทาอาการท้องร่วง ช่วยให้ระดับความดันสมดุล ให้ประจำเดือนมาเป็นปกติ และบรรเทาอาการที่เกิดจากกระดูกขาว

กุหลาบมอญ มีสรรพคุณ เป็นยาระบายอ่อนๆ แก้อาการอ่อนเพลีย บำรุงหัวใจ

กะทกรก สรรพคุณ เป็นยาคุมธาตุ ถอนพิษเบื่อเมาทุกชนิด ขับพยาธิ แก้ไข้ แก้ไอ รักษาแกมโรค ใช้ขับปัสสาวะรักษาบาดแผล ใช้พอกแก้หิด

กะหล่ำปลี สรรพคุณ กระตุ้นการทำงานของกระเพาะ ลำไส้ บำรุงธาตุไฟ

กานพลู สรรพคุณ ช่วยขับลม แก้อาการท้องอืด ท้องเฟ้อ จุกเสียด คุมธาตุ แก้โรคเหน็บชา หืด ไอ น้ำเหลืองเสีย เลือดเสีย ขับน้ำคาวปลา แก้ท้องเสียในเด็ก แก้ปวดฟัน ปากเหม็น เลือดออกตามไรฟัน ทำให้ผิวหน้าหงษา

การบูร สรรพคุณ บำรุงธาตุ ขับเสมหะ ขับลม แก้จุกเสียดแน่นเฟ้อ แก้ปวดท้อง ท้องร่วง ขับเหงื่อ ใช้ผสมในยาหม่อง ยาขี้ผึ้ง ยาครีมทาแก้เคล็ดขัดยอก ขัดยอก แผลง แก้พิษแมลงสัตว์กัดต่อย และโรคผิวหนังเรื้อรัง

การะเกด สรรพคุณ ทำให้ชุ่มชื้นหัวใจ มีรสขมเล็กน้อย แก้เจ็บคอ แก้เสมหะ บำรุงธาตุ

กราวเครือ สรรพคุณ บำรุงสุขภาพ ช่วยให้หน้าอกโต รักษาโรคกระดูกพรุนในผู้สูงอายุ

กาหลง มีสรรพคุณ แก้ปวดศีรษะ ลดความดันโลหิต แก้เลือดออกตามไรฟัน แก้เสมหะ

พิการ

กาฬพฤกษ์ สรรพคุณ เป็นยาระบายอ่อนๆ เป็นยาถ่ายพิษไข้

เก็กฮวย สรรพคุณ ป้องกันอาการร้อนใน บรรเทาอาการวิงเวียน ปวดศีรษะ แน่นหน้าอก ตาแดง ฝีหนอง

แก้ไ้ สรรพคุณ ช่วยคลายเครียด แก้เวียนศีรษะ บำรุงสายตาและกระดูก สร้างความสมดุลให้กับความดันโลหิต ลดระดับน้ำตาลและคอเรสเตอรอลในเลือด

เกล็ดปลาหม้อ สรรพคุณ แก้โรคตับพิการ

แกแล มีสรรพคุณ แก่น แก้ท้องร่วง บำรุงน้ำเหลือง บำรุงกำลัง บำรุงเลือด

แก้ว สรรพคุณ เป็นยาขับพยาธิตัวดี เป็นยาขับประจำเดือน เคี้ยวอมแก้ปวดฟัน แก้บิด และท้องเสีย

ข่า สรรพคุณ ช่วยลดการบีบตัวของกระเพาะ ช่วยขับน้ำดี ขับลม ลดการอักเสบ อาการแน่นจุกเสียด ข่าเชื่อมเบกที่เรียในลำไส้ ลมพิษ กลากเกลื่อน โรคผิวหนัง

จิง สรรพคุณ แก้อาเจียน ช่วยเจริญอาหาร แก่ท้องขึ้น ท้องอืดเฟ้อ ช่วยย่อยอาหาร แก่ท้องร่วง ฆ่าพยาธิ บำรุงธาตุไฟฟ แก่ปากคอเปื่อย ลดความดันโลหิต ช่วยในการไหลเวียนโลหิต ช่วยขับเหงื่อ แก้ไข้ ขับน้ำนม ลดการอักเสบ แก้โรคตา

จจร สรรพคุณช่วยให้เจริญอาหาร แก่คลื่นเหียนวิงเวียน ช่วยบำรุงสายตา บำรุงตับ ปอด บำรุงฮอร์โมน บำรุงโลหิต

จนุน สรรพคุณบำรุงหัวใจ ช่วยย่อยอาหาร แก่กระหายน้ำ ไข้ห้ามเลือด เป็นยาสมานแผล แก้ปวด ลดอาการอักเสบ บวม

จันทองพยาบาท สรรพคุณ เปลือกต้น เป็นยาแก้โรคผิวหนัง กลากเกลื้อน บำรุงเหงือก ทำให้ฟันทน เป็นยาถ่ายและฆ่าพยาธิ

จมันชัน สรรพคุณ ขับลมในกระเพาะอาหาร แก่ท้องอืด แก่ท้องร่วง แก้โรคกระเพาะ แก่ผื่นคัน โรคผิวหนัง พุพอง ยารักษาชันนะตุและหนังศีรษะเป็นเม็ดผื่นคัน

จลู่ สรรพคุณ แก้บิด แก้ไข้ ขับเหงื่อ ขับปัสสาวะ แก้โรคนิว แก้วม โรคที่ต่อมน้ำเหลือง เป็นยาช่วยย่อย แก่ริดสีดวงทวาร แก่กระษัย เป็นยาอายุวัฒนะ แก้ปวดเมื่อย ขับระดูเป็นยาฝาดสมานขาว แก้แผลอักเสบ บำรุงประสาท

จ๋อย สรรพคุณ ทำให้ฟันแข็งแรง ไม่ แก้บิด แก่ท้องเสีย แก้ไข้ รักษาرامةขนาด เป็นยาบำรุงหัวใจ

จ้าว สรรพคุณ บำรุงร่างกาย แก่ท้องอืดแน่น บำรุงม้าม กระเพาะอาหารและลำไส้ แก้บิด ท้องร่วง แก่ตาฟาง แก่เหน็บชา ขับปัสสาวะ แก่ร้อน กระหายน้ำ ริดสีดวงทวาร

จี้เหล็ก สรรพคุณเป็นยาระบาย ช่วยให้นอนหลับดี บำรุงร่างกาย บำรุงธาตุ แก่ร้อนใน ขับพยาธิ แก้โรคกระษัย ขับระดูขาว รักษาโรคหนองใน เหน็บชา ริดสีดวงทวาร แก่นิว ขับปัสสาวะ รักษาหืด แก้ไข้ เหน็บชา แก้ฟกช้ำ รักษาโรคผิวหนัง รังแค หิด

เจ้มแดง สรรพคุณ แก้บิด

ใจเฒ่า สรรพคุณ เป็นยาเจริญอาหาร แก่ท้องเสียบิด แก้ไข้ แก่ตานขโมย

คนทา สรรพคุณ ใช้เป็นยาแก้ไข้

ครอบฟันตี สรรพคุณ ใช้แก้ท้องร่วง ทางทุม ขับลม แก้ไอ เหงือกอักเสบ คอติบ ริดสีดวงทวาร ขับปัสสาวะ หูอื้อ แผลบวมเป็นหนอง โรคเรื้อน

กั้นฉ่าย สรรพคุณ ลดความดันโลหิต คลอเรสเตอรอล บำรุงสมอง แก่อาการ มีนัง ปรับประจำเดือนให้เป็นปกติ แก่อักเสบ คับร้อน แก้ไอ บำรุงกระเพาะ ขับปัสสาวะ รักษาตับอักเสบ ดิดเชื้อในทางเดินปัสสาวะ เพิ่มความแข็งแรงให้กระดูกและฟัน ป้องกันการแข็งตัวของเส้นเลือด ช่วยบำรุงครรภ์ บำรุงสมอง ช่วยความจำ

กุน สรรพคุณ เป็นยาระบาย ขับพยาธิ แก้ไข้ บำรุงโลหิต แก้โรครامةขนาด แผลเรื้อรัง

คะน้ำ สรรพคุณช่วยบำรุงสายตา บำรุงกระดูก ต้านมะเร็ง และแก้กระหายน้ำ

แค สรรพคุณแก้อาการท้องร่วง คับพิษร้อน ถอนพิษไข้ แก้ไขหัวลมบำรุงเลือด บำรุงปอด

แครอท สรรพคุณป้องกันหวัด

คำฝอย สรรพคุณ แก่น้ำเหลืองเสีย ลดไขมันในเส้นเลือด ป้องกันไขมันอุดตัน บำรุงหัวใจ ประสาท บำรุงโลหิต ขับระดู แก้ดีพิการ แก้แสบร้อนตามผิวหนัง

จิก สรรพคุณ เป็นยาระบายอ่อน ๆ แก้หวัด หืด แก้ไอ ขับเสมหะ พอกแผล

จันทน์กระพ้อ สรรพคุณ แก้ลม บำรุงหัวใจ

จันทน์ชะมด สรรพคุณ ใช้เป็นยาแก้ไอ กระหายน้ำ อ่อนระโหย

จันทน์เทศ สรรพคุณ ช่วยเจริญอาหาร ขับลม แก้ท้องอืดเฟ้อ ช่วยเจริญอาหาร แก้ไข้บำรุงตับ ปอด

จันทน์ลูกหอม สรรพคุณ บำรุงประสาท แก้ไข้ แก้ปวดตับพิการ แก้ดีพิการ แก้ร้อนในกระหายน้ำ ขับพยาธิ

เจตมูลเพลิงขาว สรรพคุณ ขับลมในกระเพาะและลำไส้ แก่ริดสีดวงทวาร เข้ายาบำรุงธาตุ บำรุงโลหิต ขับประจำเดือน

เจตมูลเพลิงแดง สรรพคุณ ขับประจำเดือน กระจายลม บำรุงธาตุ รักษาโรคริดสีดวงทวาร

จำปี สรรพคุณ เป็นยาบำรุงหัวใจ บำรุงประสาท บำรุงโลหิต บำรุงธาตุ แก่คลื่นเหียน แก้ไข้ ขับปัสสาวะ

จำปา สรรพคุณ แก้โรคเส้นประสาทพิการ แก้ป่วงของทารก แก่วิงเวียนอ่อนเพลีย หน้ามืดตาลาย บำรุงหัวใจ ฝาดเสมาน แก้ไข้ เป็นยาถ่าย ทำให้ประจำเดือนมาปกติ รักษาโรคปวดตามข้อ ถอนพิษผิดสำแดง แก้ปวดศีรษะ แก้ตาบวม

ขมพู สรรพคุณ ผล บำรุงหัวใจ แก้ลมปลาย แก้เบาหวานและแก้ท้องเสีย

ขุมเห็ดเทศ สรรพคุณ เป็นยาระบาย ขับปัสสาวะ แก่วิงเวียนอ่อนเพลีย หน้ามืดตาลาย บำรุงหัวใจ แก้โรคเส้นประสาทอักเสบ แก้ป่วงของทารก แก่กลาก เริมหรือผื่นคันมีน้ำเหลือง แผลบวม ฝีมีหนอง อมบัวปาก ถอนพิษผิดสำแดง

ขุมเห็ดไทย สรรพคุณ ทำให้ออนหลับได้ดี แก้กระษัย ขับปัสสาวะ เป็นยาระบายอ่อน ๆ ขับพยาธิในเด็กแก้ตาแดง ตาฝ้ามัว ตาฟาง ความดันเลือดสูง ตับอักเสบ ตับแข็ง เป็นยาบำรุงกำลัง ยาแก้ ไข้ แก้ไอ แก้เสมหะ แก้หืด คุคทะราด แก้ฟกบวม

ชะพลู สรรพคุณแก้ธาตุพิการ เป็นยาขับลม แก้ท้องอืด ทำให้เจริญอาหาร ทำให้เสมหะแห้ง รักษาโรคเบาหวาน

ชะมวง สรรพคุณ แก้กระหายน้ำ ระบายท้อง แก้ไข้

ชะอม สรรพคุณ ช่วยลดความร้อนในร่างกาย แก้อาการท้องอืด ท้องเฟ้อ ขับลมในลำไส้

ชะเอมไทย สรรพคุณ แก้กระหายน้ำ แก้ไอ ขับเสมหะ ทำให้ชุ่มคอ บำรุงธาตุ เป็นยาระบาย

ดีปลี สรรพคุณ แก้พิษอัมพฤกษ์ อัมพาต แก้ตัวร้อน แก้ปวดฟัน ขับลมในลำไส้ ปวดท้อง จุกเสียด ท้องเสีย แก่ริดสีดวง แก้พิษงู คุดทะราด แก้ลมวิงเวียน แก้เสมหะ แก้ไอ แก้หืด บำรุงธาตุ เป็นยาขับระดู ยาธาตุ ทาแก้ปวดเมื่อยและอักเสบของกล้ามเนื้อ เส้นเอ็น

โตไม้รัฐล้ม สรรพคุณ แก้ปัสสาวะ และบำรุงความกำหนัด แก้ไข้จับสั่น แก้ไอ

ทองแตก สรรพคุณ เป็นยาถ่าย ใช้ถ่ายพยาธิ แก้ฟกบวม

ตะเคียนทอง สรรพคุณ รักษาคุดทะราด ขับเสมหะ แก้โลหิตและกำเดา รักษาบาดแผล

ตะไคร้ สรรพคุณ ช่วยบำรุงธาตุไฟ ทำให้เจริญอาหาร บรรเทาอาการปวดท้อง ท้องเสีย ท้องอืดท้องเฟ้อ แน่นจุกเสียด ช่วยขับปัสสาวะ ขับเหงื่อ แก้ท้องอืด ขับลม ลดความดัน รักษาผิว แก้ไข้ ปวดศีรษะ ไอ แก้หนองใน ประจำเดือนมาผิดปกติบำรุงสายตา กระจกและฟัน รักษาเกลื้อน

ตะลิงปลิง สรรพคุณรักษาเลือดออกตามไรฟัน แก้ก้น แก้ฝี แก้อักเสบ แก้ไอ

ตำลึง สรรพคุณช่วยป้องกันโรคโลหิตจาง โรคมะเร็ง หัวใจขาดเลือด บำรุงสายตา บำรุงกระดูก ป้องกันเลือดออกตามไรฟัน ขับพิษร้อน

เตยหอม สรรพคุณ แก้กระหายน้ำ บำรุงหัวใจ คลายความอ่อนเพลีย รักษาโรคหืด เป็นยาขับปัสสาวะ แก้เบาหวาน แก้กระษัย โรคผิวหนัง

ตั้งกุย สรรพคุณ บำรุงสุขภาพของสตรี บำบัดอาการประจำเดือนไม่ปกติ อาการแทรกซ้อนเมื่อมีรอบเดือน และปัญหาของสตรีวัยทอง ช่วยบำรุงและฟอกโลหิต บำรุงผิวพรรณ แก้อ่อนเพลีย บรรเทาอาการปวดศีรษะ ปวดร่างกาย เป็นยาระบาย

ต้นหอม สรรพคุณ ขับเหงื่อ แก้อักเสบ บวมแดง ป้องกันโรคหวัด ปวดศีรษะ คัดจมูก ฝีหนองบวมปวด รักษาอาการฟกช้ำ ปัสสาวะ อุจจาระขัด บิด เป็นยาบำรุงไต บำรุงสายตา เสริมสมรรถภาพทางเพศ ขับพยาธิ รักษาอาการเลือดกำเดาไหล ขับพยาธิเข็มหมุด เด็กท้องอืด ท้องเฟ้อ อาหารไม่ย่อย กระตุ้นให้หลั่งน้ำนม เพิ่มน้ำนม จมูกอักเสบ

แตงกวา สรรพคุณบำรุงผิว ช่วยระบาย

แตงโม สรรพคุณ แก่ลำคอดีงัด ไตอักเสบ แก้แผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก ห้ามเลือดแผลสด แก่ร้อนใน ปากเป็นแผล วิงเวียน แก้ปวดฟัน

นางแย้ม สรรพคุณ เป็นยาขับปัสสาวะ แก้โรคไตพิการ

นมสวรรค์ สรรพคุณ แก้พิษสัตว์กัดต่อย และพิษที่เกิดจากการติดเชื้อ แก้ตกเลือด ขับลม แก้วณโรค แก้ไข้มาลาเรีย แก้อาการไข้ที่ถ่ายเหลว อาเจียนเป็นเลือด และมีผื่นขึ้นที่ผิวหนัง

น้อยหน่า สรรพคุณ ใช้รักษาหิด กลากและเกลือ น้มาหา

เถาวัลย์เปรียง สรรพคุณ ขับปัสสาวะ แก้บิด แก้หวัด แก้ปวดเมื่อย

ทองกวาวหรือกวาดั้น สรรพคุณ แก้ท้องร่วง ขับพยาธิ แก้ริดสีดวง ขับปัสสาวะ เป็นยาถอนพิษไข้ แก้กระหายน้ำ แก้เจ็บตา ฝ้าฟาง สมานแผลปากเปื่อย แก้ผิวหนังอักเสบ

ทองเครือ สรรพคุณ แก้ท้องร่วงอย่างแรง

ทองพันชั่ง สรรพคุณ แก้ปวดเมื่อย บรรเทาอาการของโรคกระเพาะ แก้ปัสสาวะปิด ริดสีดวงทวาร ใช้ดับร้อนผิวหนัง แก้เจ็บคอจากไข้หวัด บรรเทาอาการปวดศีรษะจากความดันโลหิตสูง ช่วยเสริมภูมิคุ้มกันต้านรักษาโรคผิวหนัง กลากเกลือ ผื่นคันเรื้อรัง บำรุงร่างกาย รักษาผมร่วง

ทับทิม สรรพคุณ เป็นยาแก้ท้องเสีย ใช้ถ่ายพยาธิ แก้โรคลักปิดลักเปิด แก้กระหายน้ำ ใช้ห้ามเลือด บำรุงหัวใจให้ชุ่มชื้น

ทานตะวัน สรรพคุณ ขับปัสสาวะ แก้นิ่ว ขับปัสสาวะและเสมหะ ไอกรน แผลมีเลือดออก ขับลม แก้วงเวียน แก้หลอดลมอักเสบ

ท้าวายม่อม สรรพคุณ ช่วยให้มีกำลังและชุ่มชื้นหัวใจ ใช้เป็นยาขับเสมหะ ขับพิษไข้ แก้อ่อนใน กระหายน้ำ แก้อาเจียน หืดไอ และคำพอกแก้พิษฝี

เทพธำร สรรพคุณ แก้ลม จุกเสียดแน่นเพื่อ แก้อาการปวดท้อง ขับลมในลำไส้และกระเพาะอาหาร เป็นยาบำรุงธาตุ ขับเสมหะ

เทียนกิ่ง สรรพคุณ ใช้พอกแผลสด ห้ามเลือด แก้เจ็บขบ หรือหนองฝี แผลไฟไหม้ หรือน้ำร้อนลวก แผลบวมฟกช้ำ ผิวหนังอักเสบ แก้เจ็บคอ ใช้ขับประจำเดือน รักษาตาเจ็บ ขับปัสสาวะ และรักษาโรค

เทียนบ้าน สรรพคุณ ขับประจำเดือน แก้ปวดข้อ กลากเกลือ แก้ฝีและแผลพุพอง ยากันเล็บถอด รักษาแผลเรื้อรัง

ถั่วฝักยาว สรรพคุณกระตุ้นการทำงานของกระเพาะ ลำไส้ บำรุงธาตุดิน

บวบ สรรพคุณดับพิษร้อน ช่วยระบายท้อง ขับน้ำนม บำรุงผิวพรรณให้สดใส

บอระเพ็ด สรรพคุณลดน้ำตาลในเลือด

บอน สรรพคุณลดความชื้นของม้ามและปอด

บัวบก สรรพคุณแก้ช้ำใน แก้กระหายน้ำ ขับปัสสาวะ ดับร้อน แก้อ่อนเพลีย ลดความดัน ช่วยทำลายเซลล์มะเร็ง บรรเทาอาการของไมเกรน บำรุงหัวใจ บำรุงสมอง บำรุงสายตา ลดอาการอักเสบ รักษาแผลในกระเพาะและลำไส้ รักษาแผลไฟไหม้ น้ำร้อน แก้พิษงูกัด

ผักชี สรรพคุณ แก้วร้อนใน กระจาย น้ำ เจ็บคอ บรรเทาอาการจุกเสียด แน่นเฟ้อ ขับลม ในกระเพาะ ช่วยถอนพิษ ช่วยเจริญอาหาร และช่วยให้ระบบการไหลเวียนโลหิตดีขึ้น แก้ปวดฟัน

ผักชีฝรั่ง ช่วยบำรุงหัวใจ แก้เป็นลม หน้ามืด ตาลาย บำรุงสายตาการอักเสบของพิษงู แมงป่อง ตะขาบและแมลงมีพิษกัดต่อย น้ำต้มส่วนเหนือดิน เสริมสร้างภูมิคุ้มกัน

ผักบุ้ง สรรพคุณ ใช้ถอนพิษของอาหารจำพวกเห็ดพิษ เป็นยาขับร้อน ขับปัสสาวะ รักษา อาการอาหารเป็นพิษ เลือดกำเดาออก อาเจียนเป็นเลือด ปัสสาวะเป็นเลือด ฝีหนองบวม งู

ผักบุ้งทะเล สรรพคุณ ใช้แก้พิษแมงกะพรุน

ผักปลัง สรรพคุณแก้ขัดเบา แก้ท้องผูก ลดไข้ ขับปัสสาวะ รักษาแผลสด แก้เกลือ ผื่น คัน หมอตำแยทางภาคเหนือใช้ใบผักปลังสดตำให้ละเอียดคั้นน้ำเมือกเอาน้ำเมือกมาทาช่องคลอดของ หญิงมีครรภ์จะช่วยให้คลอดง่ายขึ้น

ผักเป็ดแดง สรรพคุณ ช่วยขับน้ำนม เป็นยาแก้ไข้ ตำพอกรักษาแผล

ผักปอด สรรพคุณ ขับเสมหะ แก่ริดสีดวง แก้ท้องมาน แก้บาดทะยัก แก้โลหิตพิการ ขับ ลมให้กระจาย แก้ไข้

ผักเลี่ยนไทย สรรพคุณ ขับปัสสาวะ แก้โรคโลหิตและระดูเน่าเสีย ฆ่าพยาธิไส้เดือน แก้ พิษแมลงป่องต่อย รักษาฝี บรรเทาอาการระคายเคือง

ผักเลี้ยวหรือขงโค มีสรรพคุณ แก้โรคบิด ขับปัสสาวะ

ผักหนาม สรรพคุณ แก้ไข้ กระจายน้ำ ใจ ขับปัสสาวะ ขับเสมหะ ขับปัสสาวะ ผิวหนัง นำเปื้อยเป็นหนอง

ผักหวาน สรรพคุณ เป็นยาระงับความร้อน ถอนพิษไข้ซ้ำ ไข้กลับ

ไผ่รวก สรรพคุณ แก้ปวดท้อง อาหารไม่ย่อย อาหารเป็นพิษ ปวดแสบลิ้นปี่

ฝรั่ง สรรพคุณ มีฤทธิ์ฝาดสมาน แก้อาการท้องเสีย เบาหวาน ริดสีดวงทวาร ห้ามเลือด ระงับกลิ่นปาก บำรุงรักษาเหงือกและฟัน ผิวหนังอักเสบ เป็นผื่นแดง มีตุ่มพุพอง แสบคัน ระงับกลิ่นตัว เพิ่มความชุ่มชื้นให้ใบหน้า

ฝ้ายแดง สรรพคุณ ขับปัสสาวะ บีบมดลูก ช่วยขับน้ำคาวปลา แก้ไข้ ขับเหงื่อ แก้พิษ ตานซางของเด็ก

แฝกหอม สรรพคุณ ใช้เป็นยาขับลมในลำไส้ แก้ปวดท้องจุกเสียด ท้องอืด ลดไข้และ ขับปัสสาวะ

พยอม สรรพคุณ แก้ลม บำรุงหัวใจ สมานลำไส้ แก้ท้องเดิน

พวงชมพูดอกขาว สรรพคุณ เป็นยากล่อมประสาท ทำให้อ่อนหลับ

พระจันทร์ครึ่งซีก สรรพคุณ ลดไข้ แก้หอบหืด บำรุงปอด แก้อาเจียนเป็นเลือด วัณโรค ปอดพิการอักเสบ ทอนซิลอักเสบ เจ็บคอ ตาแดง ไล่ด้งอักเสบ ลำไส้อักเสบ บิด ขับปัสสาวะ ท้องมาน

ยาแก้มะเร็งกระเพาะอาหาร หรือที่ทวารหนัก แก้อักเสบ เคล็ดขัดยอก บวมเจ็บ ฝี แผลเปื่อย บาดแผล กลากเกลื่อน ผื่นคัน และแก้คุดจุก หรือ โรคแพ้ เนื่องจากการใช้ยา เข็ม รากย้อม

พญาไร้ใบ สรรพคุณ กัดหูด หัวริดสีดวงทวาร

พิกุล สรรพคุณ ขับลม ฆ่าพยาธิ แก้ท้องเสีย เป็นยาบำรุงหัวใจ ปวดหัว เจ็บคอ ขับเสมหะ แก้เหงือกบวม บำรุงโลหิต แก้ร้มนวด เคลื่อน

พิมเสน สรรพคุณ ถอนพิษร้อน แก้ไข้ทุกชนิด

พุดซ้อน สรรพคุณ ลดพิษไข้ แก้ไอ แก้ท้องเดิน ขับพยาธิ เป็นยาระงับปวด ขับประจำเดือน เป็นยาบำรุง

พุดตาน สรรพคุณ รักษาอาการโรคผิวหนัง มีผื่นคัน

พริกขี้หนู สรรพคุณ ช่วยระบบย่อยอาหาร ขับลม ท้องอืด ท้องเฟ้อ กระตุ้นการเต้นของหัวใจ เพิ่มการไหลเวียนของโลหิต ป้องกันโรคไขข้ออักเสบ ทำให้เจริญอาหาร ขับความเย็น ป้องกันโรคหลอดลมอักเสบ ป้องกันการเป็นผื่นแดงเนื่องจากแพ้อากาศเย็น กระตุ้นให้มีผมงอกได้ แก้ปวดหลังปวดเอว

พริกไทย สรรพคุณ แก้ลมจุกเสียดแน่น อาหารไม่ย่อย ท้องอืดเฟ้อ ขับลม ขับเสมหะ ขับเหงื่อ ขับปัสสาวะ บำรุงธาตุ แก้ตาแดง

เพกา สรรพคุณ ทำให้เจริญอาหาร แก้ท้องร่วง แก้บิด ใช้เป็นยาระบายแก้ไข้สันนิบาต สมานแผล แก้อักเสบ บำรุงธาตุแก้ท้องเสีย แก้ไข้ แก้ไอ ขับเสมหะ

พุทรา สรรพคุณ แก้ไอ

เพชรสังฆาต สรรพคุณ เป็นยาธาตุเจริญอาหาร ช่วยย่อยอาหาร แก้อักเสบ หัวริดสีดวงทวารหนัก แก้เลือดเสียในสตรีประจำเดือนไม่ปกติ ใช้หยอดหู แก้น้ำหนวกไหล

แพงพวยฝรั่ง สรรพคุณ บำรุงหัวใจ ช่วยย่อย แก้บิด ขับพยาธิ ใช้ห้ามเลือด รักษา มะเร็งในเม็ดเลือด แก้เบาหวาน ลดความดัน ขับปัสสาวะ แก้บวม ถอนพิษต่างๆ

พลับ สรรพคุณ ช่วยบำรุงร่างกาย แก้อ่อนเพลีย ช่วยแก้พิษจากสุรา ช่วยย่อยอาหาร ขับเสมหะ แก้ไอ

พิลังกาสา สรรพคุณ แก้ท้องเสีย แก้ไอ แก้ลม ฆ่าเชื้อโรค แก้พยาธิ แก้โรคผิวหนัง โรคเรื้อน

ไพล มีสรรพคุณ แก้ท้องขึ้น ท้องอืดเฟ้อ ขับลม แก้บิด ท้องเดิน ขับประจำเดือนสตรี ทาแก้ฟกบวม แก้ผื่นคัน เป็นยารักษาหืด รักษาอาการเคล็ดขัดยอก ฟกบวม ช่วยขับระดู แก้มุตกิตระดูขาว แก้อาเจียน แก้ปวดฟัน แก้ธาตุพิการ แก้ไข้ ปวดเมื่อย แก้อ่อนเนื้ออ่อนตัว

ผักเขียว สรรพคุณ เป็นยาขับปัสสาวะ รักษาฝีหนองของอวัยวะภายใน ขับเสมหะ แก้ไอ ระบายน้ำ อืดอืดท้องบวม น้ำ ปัสสาวะไม่ออก ไอกรน หลอดลมอักเสบ แก้พิษของอาหาร หอบหืด

ผักทอง สรรพคุณ ป้องกันโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคตับ โรคไต ช่วยย่อยอาหาร บำรุงกำลัง ลดอาการอักเสบ แก้ปวด ขับพยาธิ แก้อาการท้องผูก น้ำนมไม่พอหลังคลอด ไฟหรือน้ำร้อนลวก ไอกรน

ฟ้าทลายโจร สรรพคุณ ช่วยบรรเทาอาการจากไข้หวัดใหญ่ ทำให้ชุ่มคอ บรรเทาอาการเกี่ยวกับระบบทางเดินหายใจอักเสบ ช่วยเจริญอาหาร ลดความดัน ลดปริมาณน้ำตาลในเลือด และบำบัดภูมิแพ้

มันเทศ สรรพคุณลดความอ้วน ลดความชื้นของม้าม

มังคุด สรรพคุณ รักษาโรคท้องเสียเรื้อรัง และโรคลำไส้ แก้บิด รสฝาด

มะกา สรรพคุณ เป็นยาระบายอย่างอ่อน

มะกรูด สรรพคุณ แก้โรคลักปิดลักเปิด ขับลมในลำไส้ แก้ลมจุกเสียด ยาบำรุงหัวใจ ใช้ระดมรักษาชันนะตุ รังแค

มะกั่วต้น สรรพคุณ แก้เสมหะ แก่ร้อนใน แก่อาเจียน แก่หืดไอ พิษฝี แก้ริดสีดวงทวารหนัก เป็นยาเบื่อพยาธิ

มะกอก สรรพคุณ ทำให้ชุ่มคอ แก้กระหายน้ำ ทำให้ชุ่มคอ ดับพิษกาฬ แก่ร้อนใน บำบัดโรคธาตุพิการ โดยน้ำดีไม่ปกติ แก้โรคมืด ใช้หยอดหู แก้หอบ แก้สะอึก

มะกอกน้ำ สรรพคุณ ช่วยให้ชุ่มคอ แก้กระหายน้ำ แก้พิษโลหิต กำเดา แก้ริดสีดวงในลำคอ คันคูดมีตัวไต่อยู่ บำรุงธาตุ

มะเกลือ สรรพคุณ แก่อาเจียน แก้ลม ใช้ถ่ายพยาธิ กำจัดตัวดีด หรือไส้เดือนตัวกลม พยาธิปากขอ พยาธิเข็มหมุด

มะขวิด สรรพคุณ แก้ท้องเสีย แก้ตกเลือด และห้ามระดู ตำพอกหรือทาแก้ปวดบวม รักษาฝี และโรคผิวหนังบางชนิด

มะเขือเทศ สรรพคุณช่วยคลายความอ่อนเพลีย เจริญอาหาร ลดการแข็งตัวของหลอดเลือด ป้องกันโรคลักปิดลักเปิด ช่วยบำรุงสายตา ช่วยย่อยอาหาร เพิ่มภูมิต้านทาน

มะเขือเปราะ สรรพคุณกระตุ้นการทำงานของลำไส้ ช่วยบำรุงธาตุไฟ

มะขาม สรรพคุณช่วยเจริญอาหาร ป้องกันโรคลักปิดลักเปิด เป็นยาระบาย ถ่ายพยาธิ ตัวกลม พยาธิเส้นด้าย ขับเสมหะ ขับโลหิต สมานแผล รักษาเริ่มและงูสวัด แก้ไข้ตัวร้อน รักษาโรคบุรุษ เป็นยาชกมดลูกให้เข้าอู่ รักษาแผลสด ถอนพิษและรักษาแผลที่ถูกไฟลวก รักษาแผลเบาหวาน

มะขามป้อม สรรพคุณช่วยละลายเสมหะ แก้กระหายน้ำ อาการเป็นหวัด ไอ เจ็บคอ ปากคอแห้ง อาการขาดวิตามินซี แก้เลือดออกตามไรฟัน

มะขามแขก สรรพคุณ ใช้เป็นยาถ่าย ขับลมในลำไส้ ดับพิษไข้ แก้โรคบุรุษ แก้ริดสีดวงทวาร

มะดัน สรรพคุณ แก้กระษัย แก้ระดูเสีย ขับฟอกโลหิต เป็นยาระบายอ่อนๆ เป็นยาสกัดเสมหะในลำคอดี

มะเดื่อไทย สรรพคุณ แก้ท้องร่วง ชะล้างบาดแผล เป็นยาสมานติ กระตุ้นพิษไข้ แก้ไข้

มะตูม สรรพคุณ เป็นยาระบาย แก้ท้องเสีย ท้องเฟ้อ ช่วยขับลม ขับเสมหะ แก้ร้อนใน ช่วยย่อยอาหาร ทำให้สดชื่น แก้หืด หอบ แก้อิโธ แก้ไข้ ขับลม แก้มดกัด

มะปราง มีสรรพคุณ แก้ไข้กลับ ถอนพิษสำแดง ยาพอกแก้ปวดศีรษะ อมกั่วคอ

มะม่วง สรรพคุณ แก้ท้องอืด ท้องเสีย คลื่นไส้ อาเจียน วิงเวียน ระบายน้ำ ขับปัสสาวะ แก้ไข้เลื่อน และขับพยาธิ แก้หอบ หืด แก้ไข้ตัวร้อนช่วยรักษาโรคเหงือก บำรุงสายตา รักษาฟัน สมานแผล แก้ส้นเท้าแตก แก้ตกขาว แก้ปวด ฟกช้ำ ฝีบวมมีหนอง

มะนาว มีสรรพคุณ แก้อาการท้องอืด ท้องเฟ้อ แก้เสมหะ แก้อิโธ แก้โรคลักปิดลักเปิด ฟอกโลหิต ช่วยสร้างเม็ดเลือด แก้ชาง บำรุงเสียง บำรุงโลหิต ขับ ฆ่าพยาธิในท้อง รักษาผม ขับ แก้ริดสีดวง แก้ระดูขาว แก้ไข้ แก้ปวด แก้อักเสบ ทาแก้ผิวแห้งตกระแตก แก้ผิวหนังคัน แก้ส้นเท้าแตก

มะพร้าว สรรพคุณ ชลอความชรา ถ่ายพยาธิ แก้ไข้ อ่อนเพลีย ร้อนใน ระบายน้ำ ท้องเสีย ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ เคล็ดขัดยอก แผลเรื้อรัง ท้องแน่นจุกเสียด เคลื่อน อาเจียน แผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก

มะเฟือง สรรพคุณ ขับพยาธิ รักษาโรคอีสุกอีใส และกลากเกลื้อน ถอนพิษไข้ แก้คอแห้ง ระบายน้ำ ขับน้ำลาย ขับเสมหะ ขับปัสสาวะ ขับนิ่ว แก้หนองใน แก้ผดผื่นคันตามตัว ลดอาการอักเสบ แก้บวม

มะยม สรรพคุณ ช่วยบำรุงหัวใจ บรรเทาอาการปวดศีรษะจากความดันโลหิตสูง แก้ผดผื่นคัน ยาบำรุงโลหิต ยาอดบุหรี่

มะระขี้นก สรรพคุณ ช่วยเจริญอาหาร แก้จุกเสียดแน่นท้อง ขับลม บำรุงน้ำดี แก้โรคของม้ามและตับ บำรุงธาตุ ขับลม ขับพยาธิ เป็นยาระบายอ่อนๆ แก้ริดสีดวงทวาร บำรุงสายตา ลดน้ำตาลในเลือด ลดไข้ แก้อาการข้ออักเสบ ช่วยบำบัดโรคเบาหวาน ใช้ทาแก้คัน หิด และโรคผิวหนัง

มะรุม สรรพคุณ ขับลม ทำให้ผายหรือเรอ ลดอาการบวม บำรุงไฟธาตุ แก้พิษฝี แก้ปวด แก้อักเสบ ขับปัสสาวะ เลือดออกตามไรฟัน

มะลิ สรรพคุณ แก้ไข้ที่เกิดจากอากาศเปลี่ยนแปลง ปวดท้อง ท้องเสีย แผลเรื้อรัง เชื้อตาอักเสบ ทำให้ชุ่มชื้นบำรุงหัวใจ เลือดออกตามไรฟัน ปวดหัว นอนไม่หลับ

มะลิลา สรรพคุณ แก้หืด บำรุงหัวใจ เสียดท้อง รักษาหลอดลมอักเสบ ขับประจำเดือน แก้ไข้ ขับน้ำนมดำให้ละเอียด ทารักษาแผล ฝีพุพอง

มะละกอ สรรพคุณ เป็นยาบำรุงธาตุ แก้ธาตุไม่ปกติ แก้โรคกระเพาะอาหาร ช่วยย่อยอาหาร เป็นยาระบาย ฆ่าพยาธิ ขับปัสสาวะ แก้โรคเลือดออกตามไรฟัน

มะแว้งเครือ สรรพคุณ แก้ไอ แก้เจ็บเสมหะ แก้หืด ขับปัสสาวะ แก้ไข้สันนิบาต บำรุงธาตุ รักษาโรคเบาหวาน บำรุงดี บำรุงเลือด

มะแว้งต้น สรรพคุณ แก้ไอ แก้ไข้สันนิบาต แก้โลหิตออกทางทวารหนัก ทวาร บำรุงน้ำดี รักษาโรคเบาหวาน ขับปัสสาวะ รักษาโรคทางไต และกระเพาะปัสสาวะ

มะหาด สรรพคุณ แก้กูกแน่น ท้องขึ้นอืดเฟ้อ ขับลม เป็นยาระบาย ตานขโมย เป็นยาขับพยาธิตัวดี และพยาธิไส้เดือน ทาแก้ผื่นคัน แก้โรคระษัย นอนไม่หลับ เบื่ออาหาร ร้อนในกระหายน้ำ

มะอึก สรรพคุณ แก้ปวดฟัน กัดฟอกเสมหะ แก้ไอ แก้คัน สมานแผล ใช้ชะล้างบาดแผล แก้แผลเปื่อย แผลเป็นหนอง น้ำกัดเท้า

แมงลัก สรรพคุณเป็นยาระบาย เพิ่มกากอาหารได้ เมื่อกของเม็ดแมงลักช่วยหล่อลื่น ทำให้ขับถ่ายได้สะดวกยิ่งขึ้น ช่วยลดไขมันในเส้นเลือด

โมกหลวง สรรพคุณ แก้บิด แก้ไข้พิษ ขับโลหิต แก้โรคลกลาก

โมกมัน สรรพคุณ เป็นยาระบาย ขับเหงื่อ แก้โรครำมะนาด โรคคุดทะราด บำรุงถุงน้ำดี ขับโลหิตเสีย

ยอ สรรพคุณช่วยบำรุงเลือด

รงทอง สรรพคุณ เป็นยาถ่ายอย่างแรง ยารักษาแผลเปื่อย

เร็ว สรรพคุณ เป็นยาแก้ท้องขึ้น ท้องอืดเฟ้อ ขับลม แก้กลิ้นเหียนอาเจียน ขับน้ำนม หลังจากคลอดบุตร แก้หืด แก้ไอ รักษาโรคริดสีดวงทวาร แก้พิษอันเกิดเป็นเม็ดผื่นคันตาม ขับน้ำเหลือง ให้แห้ง

รางจืด สรรพคุณ ช่วยลดน้ำตาลในเลือด

เล็บมือนาง สรรพคุณ แก้ปวดศีรษะ แก้ไข้ ทาแผล ทาฝี ใช้เป็นยาแก้ไอ ถ่ายพยาธิ รักษาตานซาง

ลั่นทมขาว สรรพคุณ ใช้ฝนทาแก้ริดสีดวงทวาร

ลั่นทมแดง สรรพคุณ ใช้ฝนทาแก้ริดสีดวงทวาร

ลูกเดือย สรรพคุณ ช่วยบำรุงกระดูก บรรเทาอาการเหน็บชา ปวดข้อ บวมน้ำ ท้องเสีย ร้อนใน ช่วยลดไข้ ทั้งช่วยบำรุงม้ามและปอด

ลูกใต้ใบ สรรพคุณ เป็นยาแก้ไข้ ลดความร้อน ขับปัสสาวะ

ละหุ่ง สรรพคุณ ขับน้ำนม แก้เลือดพิการ แก้พิษไข้เซื่องซึม และเป็นยาสมาน ใช้เป็นยาระบายในเด็ก

ลำโพงดอกขาว สรรพคุณ รักษาโรคหืด คลายการหดเกร็งของกล้ามเนื้อเรียบพอกแผลฝี แผลไหม้ รักษาไขข้ออักเสบ แก้กกลากเกลื้อน แก้ปวดหู ปวดฟัน

ว่านกระแจะจันทน์ สรรพคุณ นำมาผสมเป็นเครื่องสำอาง บำรุงผิวพรรณ ผิวหน้า ผสมกับสีผึ้งสำหรับทาปาก

ว่านกระชายดำ สรรพคุณ เป็นยาอายุวัฒนะ แก้ป่วง บิด บำรุงร่างกาย ทำให้เจริญอาหารและ ช่วยแก้โรคของสตรีปวดประจำเดือน

ว่านกาบหอย สรรพคุณ แก้บิดถ่ายเป็นเลือด แก้ร้อนใน กระจายน้ำ แก้ไอ อาเจียนเป็นโลหิต แก้ฟกช้ำภายใน แก้ปัสสาวะเป็นเลือด

ว่านกำแพงเจ็ดชั้น สรรพคุณ เป็นยาอายุวัฒนะ บำรุงโลหิต บำรุงกำลัง บำรุงประสาท บำรุงโลหิต

ว่านข่าจืด สรรพคุณ ถอนพิษยาตั้ง

ว่านขันหมาก สรรพคุณ รักษาความเป็นหนุ่มเป็นสาว บำรุงผิวพรรณให้มีน้ำมีนวลต่างตั้งอยู่เสมอ

ว่านงาช้างเขียว สรรพคุณ บำรุงโลหิต ผิวพรรณ รักษาฝ้า ตกกระ ขับโลหิตเสียหลังคลอด

ว่านชักมดลูก สรรพคุณ ลดน้ำตาลในเลือด รักษาอาการประจำเดือนมาผิดปกติ ช่วยย่อยอาหาร

ว่านธรณีสาร สรรพคุณ ใช้กวาดคอเด็ก แก้เด็กตัวร้อน แก้พิษตานทรานของเด็ก และขับลมในลำไส้

ว่านพญามือเหล็ก สรรพคุณ ใช้รักษาอัมพาต บรรเทาอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ เส้นเอ็น

ว่านนางล้อม สรรพคุณ แก้ปวดเมื่อย ปวดไขข้อ เส้น เอ็น

ว่านน้ำ สรรพคุณ เป็นยาแก้ปวดท้อง ธาตุเสีย บำรุงธาตุ ขับลมในลำไส้ แก้หวัดและเจ็บคอ ยาแก้เส้นกระดูก แก้หืด ขับเสมหะ แก้ปวดศีรษะ แก้ปวดกล้ามเนื้อและข้อ แก้โรคผิวหนัง

ว่านถอนโมกษศักดิ์ สรรพคุณ รักษาฝีทุกชนิด ทั้งฝีกำมะลอ ฝีประจำรอย ฝีมะม่วง

ว่านมหากาฬ สรรพคุณ แก้พิษอักเสบ ดับพิษกาฬ พิษร้อน ขับระดู ตำพอกฝี กุสวัดเริม แก้ปวดแสบปวดร้อน

ว่านมหาลาภ มีสรรพคุณ ใช้รักษาฝีชนิดต่างๆ เช่น ฝีหัวเล็ก ฝีหัวใหญ่ ฝีประจำรอย ฝีมะม่วง

ว่านหางจระเข้ มีสรรพคุณ ใช้ทาสมานบาดแผลได้ทั้งแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก แผลจากความร้อน แผลเผาหรือรังสีต่างๆ แผลฟกช้ำจากแมลงมีพิษกัดต่อย ช่วยดูดพิษลดการอักเสบของบาดแผล และช่วยรักษาแผลในกระเพาะอาหาร

สมอไทย สรรพคุณ มีฤทธิ์เป็นยาระบาย ถ่ายเสมหะ ลดไข้ ขับลมในลำไส้ เป็นยาฝาดสมาน แก้ท้องเดิน

สับประรด สรรพคุณช่วยในการระบายท้อง แก้ไข้ ขับเสมหะ แก้ไอ ขับปัสสาวะ แก้หัวใจ
แก้กระษัย แก้หนองใน แก้มุกตึกระดูขาว แก้ขัดข้อ

ส้มเขียวหวาน สรรพคุณ แก้ผิวหนังอักเสบ ถอนลมพิษพรรณ หลอดลมอักเสบ เต้านม
อักเสบ ปวดหลัง อัมตะบวม

ส้มเช้า สรรพคุณ เป็นยาระบายอ่อนๆ ขับพยาธิ แก้จุก แก้บวม ทำให้อาเจียน แก้
ท้องมาน พุงโร ม้ามช้อย แก้ไข้จับสั่นเรื้อรัง บิดฝี แก้ปวด ถอนพิษดี

ส้มป่อย สรรพคุณ แก้รังแค ต้มน้ำอาบหลังคลอด หรือหุบสำลีปิดแผลโรคผิวหนัง เป็น
ยาขับเสมหะ แก่น้ำลายเหนียว

ส้มโอ สรรพคุณ ละลายเสมหะ แก้ไอ แก้ปวดข้อ ท้องอืดแน่น แก้ปวดหัว แก้ปวด
กระเพาะอาหารปวดกระบังลม แน่นหน้าอก ปวดท้องน้อย ไล่เลื้อน แก้หวัด

สะแกนา สรรพคุณ ใช้ขับพยาธิไล่เดือน และพยาธิเส้นด้ายในเด็ก

สะเดา สรรพคุณ เจริญอาหาร แก้ท้องเดิน บิดมูกเลือด ลดเบาหวาน บำรุงธาตุ ขับลม
ถ่ายพยาธิ แก่ริดสีดวง แก้ปัสสาวะพิการ แก้ไข้ ทำยารักษาไข้มาลาเรีย ดับพิษร้อน รักษาโรคผิวหนัง
เป็นยาฝาดสมาน

สะเดาบ้าน สรรพคุณ แก้ไข้ทุกชนิด แก้ท้องเสีย

สะเดาอินเดีย สรรพคุณ เป็นยาแก้ไข้มาลาเรีย หรือไข้จับสั่น ไข้ประจำฤดู

สะตอ สรรพคุณ ขับลมในลำไส้ แก้ปัสสาวะพิการ ไตพิการ

สระระแห่ สรรพคุณ ขับเหงื่อ แก้ปวดท้อง ขับลม แก้จุกเสียดแน่นเพื่อ ทำให้เย็นชุ่มคอ
เป็นยาขับลม กระจายความร้อน ถอนพิษไข้ ปวดศีรษะ ตาแดง เจ็บคอ เป็นแผลร้อนในปาก ปวดฟัน
เป็นผื่น ลมพิษ ท้องร่วง ถ่ายเป็นเลือด เลือดกำเดาออกไม่หยุด ผึ้งต่อย ปวดหู

เสลดพังพอนตัวเมีย(พญาปล้องทอง) สรรพคุณ ช่วยให้เลือดไหลเวียนดี ใช้ถอนพิษ
โดยเฉพาะพิษแมลงสัตว์กัดต่อย ตะขาบ แมลงป่อง รักษาอาการอักเสบ งูสวัด ลมพิษ แผลน้ำร้อนลวก
ใช้รักษาแผลที่ผิวหนัง แผลร้อนใน ดับพิษร้อน เป็นยาขับปัสสาวะ ขับประจำเดือน แก้ปวดเมื่อย

เสลดพังพอนตัวผู้(ของระอา) สรรพคุณ ถอนพิษแมลงสัตว์กัดต่อย แก้ลมพิษ รักษาเมื่
ผื่นคันตามผิวหนัง แก้โรคเบาหวาน แก้ปวดแผล แก้โรคฝีต่างๆ รักษาโรคคางทูม แก้โรคไฟลามทุ่ง แก้
ขยุ้มตีนหมา แก้โรคงูสวัด รักษาโรคเรื้อรัง ถอนพิษจากเมื่อดมพิษ ผื่นคัน รักษาโรคฝีดาษ แก้ฟกช้ำ แก้ช้ำบวม
เนื่องจากถูกของแข็ง ถอนพิษไข้ พิษไข้ทรพิษ แก้ปวดฟัน เหงือกบวม แก่ริดสีดวงทวาร แก้ยุงกัด แก้พิษ
ไฟลวกน้ำร้อนลวก แก้ปวดจากปลาชุกแทง

ตำรอม สรรพคุณ เป็นยาแก้เจ็บคอ ตาอักเสบ แก่ร้อนใน

ตำรอม สรรพคุณ ใช้เข้ายาหอมบำรุงหัวใจ ขยายหลอดโลหิต

หอมแดง สรรพคุณ แก้หวัดคัดจมูก และกินเป็นยาขับลม

หอมหัวใหญ่ สรรพคุณ ลดระดับของไขมันในเส้นเลือด ป้องกันโรคของระบบหลอดเลือด เสริมวิตามิน เป็นยาขับปัสสาวะ ขับเสมหะ ป้องกันโรคเบาหวาน รักษาอาการนอนไม่หลับ ไซ้ข้ออักเสบ ปวด โรคเหน็บชา ไอกรน นีโรติโนน หอบหืด หน้าตาบวม บิด

หญ้าปักกิ่ง สรรพคุณ ไซ้แก้ไซ้ รักษาเมะเร็งในตับ ไซ้เป็นยาพอก แก้อักเสบ ปวดบวม

หญ้าแพรก สรรพคุณ ไซ้ขับลม แก้ไซ้ ลมชัก ไซ้พอกบาดแผลจากหกล้มหรือ กระทบ กระแทก มีดบาด ช่วยห้ามเลือด สมานแผลทำให้แผลหายเร็วขึ้น แก้อัมพาตครึ่งตัว แขนขาชา ปวดเมื่อย กระดูก

หญ้าหนวดแมว สรรพคุณ ลดอาการปวดหลัง ปวดเอว อาการผิดปกติของปัสสาวะ อาการปวดจากโรคนี้ และช่วยลดขนาดของก้อนนี้ แต่หญ้าหนวดแมวไม่เหมาะกับผู้หญิง โรคหัวใจ

หญ้าหวาน สรรพคุณ ฟีนฟูดับอ่อนให้แข็งแรง ด้านเบาหวาน

หนวดข้าวโพด สรรพคุณ ช่วยบรรเทาอาการบวมนี้เนื่องจากไตอักเสบ ช่วยให้ระบบ ปัสสาวะทำงานตามปกติ

หนามแดง สรรพคุณ ไซ้บำรุงธาตุ บำรุงไขมัน แก้ไซ้

หนุมานประสานกาย มีสรรพคุณ ช่วยบรรเทาโรคกระเพาะอาหารและลำไส้ ช่วยให้เลือดลมไหลเวียนเป็นปกติ ช่วยบรรเทาโรคหัวใจ ขับเสมหะแก้เจ็บคอ แก้ไอ แก้ซ่าใน รักษาโรคหืด โรคแพ้อากาศ ห้ามเลือด

หน่อไม้ สรรพคุณ ช่วยขับปัสสาวะ แก้ไตพิการ ชักพอกล้างโลหิต ธาตุที่เสีย

หญ้า สรรพคุณ แก้ท้องเดินในเด็ก แก้ปากเปื่อย คอเปื่อย เป็นเม็ด

หัวไชเท้า สรรพคุณ ช่วยล้างสารพิษในร่างกาย อุ่มไขมันไปทิ้ง

เห็ดหลินจือ สรรพคุณ ช่วยรักษาโรคความดัน โรคตับ โรคมุมิแพ้ ช่วยลดระดับน้ำตาล ในเลือด ลดการอุดตันของหลอดเลือด ช่วยบำบัดโรคหลอดเลือดอักเสบ โรคกระเพาะอาหาร บรรเทา อาการท้องผูก ริดสีดวงทวารต่อต้านการเจริญเติบโตของเซลล์ มะเร็งในอวัยวะต่างๆ

เหงือกปลาหมอ สรรพคุณ ขับพยาธิ แก้แผลพุพอง น้ำเหลืองเสีย เป็นฝีบ่อยๆ แก้ไซ้ข้อ อักเสบ แก้ปวด รักษาโรคผิวหนัง ขับน้ำเหลืองเสีย

โหระพา สรรพคุณ แก้ท้องขึ้น อืดเฟ้อ แก้มวงเวียน ช่วยย่อยอาหาร ขับลมในลำไส้ ช่วยสร้างเม็ดเลือด ขับเสมหะ

อบเชย สรรพคุณด้านเบาหวาน ลดไขมัน แก้มวงเวียนและจุดเสียดแน่นและลงท้อง เป็นยาบำรุงกำลัง และบำรุงธาตุ บำรุงดวงจิต ขับผายลม แก้โรคหนองในและแก้โทษน้ำคาวปลา ไซ้เป็น ยานัตถุ แก้ปวดศีรษะ ประทับประทานเป็นยาบำรุงกำลัง และปรุงเป็นยาแก้บิด ไซ้สันนิบาต ไซ้เนื่องจาก ความอืดของสตรีที่คลอดบุตรใหม่ๆ

อบเชยเทศ สรรพคุณ ใช้บำรุงดวงจิต แก้อ่อนเพลีย ใช้ขับลม บำรุงธาตุ ใช้ปรุงเป็นยาหอม แก้ลมวิงเวียน และจุกเสียด

องุ่น สรรพคุณ บำรุงสมอง บำรุงหัวใจ บำรุงกำลัง ขับปัสสาวะ แก้กระหายน้ำ บำรุงผิวพรรณ

อัญชัน สรรพคุณ แก่น้ำเหลืองเสีย ช่วยย่อยและดูแลตับ เส้นผม ขน เล็บ

อ้อยแดง สรรพคุณ บำรุงกำลัง เจริญอาหาร แก้ปัสสาวะพิการ แก้ขัดเบา แก้โรคนิว แก้ไข้ตัวร้อน แก้ไอ แก้พิษตานซาง บำรุงธาตุน้ำ แก้อ่อนใน กระหายน้ำ บำรุงหัวใจ

อินทนิลใบ สรรพคุณ แก้ปัสสาวะพิการ แก้เบาหวาน

อัครีทวาร สรรพคุณ รักษากลากเกลื้อน โรคเรื้อน แก้ไอ แก้โรคเยื่อตาอักเสบ ริดสีดวงทวาร

4.3.4.3 การใช้พืชผักสมุนไพรเพื่อการส่งเสริมสุขภาพและการรักษาโรค

ความมหัศจรรย์ของสมุนไพร พืชพรรณ ธรรมชาติที่สามารถหาได้ง่ายโดยทั่วไป เกี่ยวกับการช่วยส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคต่างๆ มนุษย์สามารถคิดค้นได้ตั้งแต่โบราณกาล จนกระทั่งความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์ สมุนไพรหลายๆ ชนิดได้รับการค้นคว้าทดลองจนเป็นที่ประจักษ์ว่า มีคุณค่ามหัศจรรย์นับเป็นความเกื้อกูลของธรรมชาติที่สร้างสิ่งเหล่านี้ขึ้นมาพร้อมกับชีวิตมนุษย์ ข้อดีของสมุนไพรคือ มีฤทธิ์อ่อนก่อกำเนิดอาการพิษได้น้อย นอกจากนั้นยังช่วยประหยัดรายจ่าย เป็นที่พึงของผู้ที่ห่างไกลโรงพยาบาลหรือหมอ และยังช่วยจัดปัญหาการขาดแคลนยาในภาวะคับขัน ส่วนข้อเสียก็คือ ใช้ไม่สะดวกยุ่งยากเสียเวลา ออกฤทธิ์ไม่แน่นอน

สาเหตุที่สมุนไพรเป็นที่นิยมของคนไทยโดยเฉพาะประชาชนที่อยู่ตามชนบทหรืออยู่ห่างไกลจากสถานพยาบาล เพราะสามารถใช้รักษาพยาบาลขั้นพื้นฐานได้ สมุนไพรบางอย่างสามารถรักษาโรคให้หายขาดได้ เช่น โรคผิวหนัง หรือสมุนไพรที่ใช้รับประทานเพื่อเป็นยาระบาย ข้อดีของสมุนไพรก็คือ มีความปลอดภัย ส่วนมากมีฤทธิ์อ่อน ไม่ค่อยเป็นพิษหรือมีอาการข้างเคียงมาก อีกส่วนหนึ่งก็คือ สามารถประหยัดค่าใช้จ่าย เนื่องจากผลิตได้เองภายในประเทศ ราคาของสมุนไพรจึงถูกกว่าราคาขายแผนปัจจุบัน (กระทรวงสาธารณสุข, 2540)

1) การใช้พืชสมุนไพรเพื่อการส่งเสริมสุขภาพสตรีหลังคลอด

การส่งเสริมสุขภาพของสตรีหลังคลอด มีด้วยกันหลายวิธี แต่ละวิธีใช้พืชสมุนไพรเป็นส่วนประกอบเพื่อผลิตเป็นตัวยาในการบำรุงสุขภาพ รายละเอียดดังนี้

การอยู่ไฟ หมายถึง การนอนบนกระดานที่มีไฟอยู่ข้างใต้ ความร้อนจะช่วยกระตุ้นการหดตัวของมดลูก หญิงที่อยู่ไฟจะอาบน้ำต้มสมุนไพรเพื่อชำระร่างกายให้สะอาดและทาตัวด้วยขมิ้น เพื่อป้องกันผิวหนังอักเสบ เป็นการบำรุงผิวพรรณในตัว

การประคบสมุนไพร หมายถึง การนำสมุนไพรสดหรือแห้งหลายชนิดมาห่อรวมกัน ส่วนใหญ่จะเป็นยาสมุนไพรที่มีน้ำมันหอมระเหย เมื่อถูกความร้อนจะระเหยออก ประกอบไปด้วย ไพล ขมิ้นชัน ขมิ้นอ้อย เถาเอ็นอ่อน ตะไคร้ มะกรูด การบูร นำสมุนไพรเหล่านี้จะช่วยรักษาอาการเคล็ดขัดยอก ใช้ประคบบริเวณ หลัง ท้อง และขา

ประโยชน์ของการประคบด้วยสมุนไพร

- ลดการเป็นตะคริว
- ลดการช้ำบวม ลดการอักเสบ
- กระตุ้นการไหลเวียนของโลหิต
- แก้ปวดเมื่อย คลายกล้ามเนื้อ

ลูกประคบมี 2 ชนิด คือ ประคบเปียกและประคบแห้ง สมุนไพรที่ใช้ทำลูกประคบเปียก ได้แก่ เหง้าไพล ว่านนางคำ ว่านชัมมดลูก ใบมะขาม เถาก้านออก และการบูร ส่วนสมุนไพรที่ใช้ทำลูกประคบแห้ง ได้แก่ เหง้าไพล ผิวมะกรูด ตะไคร้บ้าน ใบมะขาม ขมิ้นอ้อย ว่านนางคำ ใบส้มป่อย เกลือแกง และการบูร

การอาบสมุนไพร การอาบน้ำสมุนไพรเป็นการนำสมุนไพรมาต้มน้ำแล้วอาบ โดยทั่วไปใช้ตะไคร้สด เนื่องจากเป็นสมุนไพรที่ใช้ลดกลิ่นคาวอันเกินจากน้ำนมและน้ำคาวปลา นอกจากนี้อาจผสมด้วยไพล ใบมะขาม ผิวมะกรูด กลิ่นของสมุนไพรทำให้ร่างกายหอมสดชื่น

การเข้ากระโจม คือ การอบและอาบน้ำร้อนที่มีสมุนไพรหลายชนิดต้มรวมกัน ในสมัยโบราณจะทำเป็น โครงไม้ค้ำยี่สาม ใ้เอาผ้าคลุม และมีหม้อต้มสมุนไพรอยู่ในกระโจม สมุนไพรที่ใช้เป็นเครื่องยาในการเข้ากระโจม ได้แก่ ใบมะกรูด ใบมะนาว ใบส้มป่อย ใบข่า ใบตะไคร้ ใบมะขาม ใบหนวด ใบพลับพลึง ผักบั้งแดง และใบส้มเสี้ยว การอบตัวโดยการเข้ากระโจมเป็นวิธีที่ทางการแพทย์ในปัจจุบันยอมรับว่าสามารถช่วยให้การไหลเวียนของโลหิตและน้ำเหลืองบริเวณผิวหนังดีขึ้น

การทับหม้อเกลือ เป็นการกระตุ้นมดลูกให้เข้าอู่เร็วขึ้น ขับน้ำคาวปลาได้ดี กระตุ้นการไหลเวียนของโลหิต ลดอาการเมื่อยล้าของมารดาหลังคลอด วิธีการทำการทับหม้อเกลือคือการนำเกลือสมุทรใส่หม้อ ตั้งไฟให้ร้อนแล้วนำมาวางบนสมุนไพรที่เตรียมไว้ซึ่งได้แก่ ไพลสด ว่านนางคำ ว่านชัมมดลูก ใบพลับพลึง หรือใบชะมูก สมุนไพรทั้ง 4 อย่าง ประกอบด้วยการบูรพอประมาณ แล้วนำมาประคบตามอวัยวะต่างๆ ของหญิงหลังคลอด

2) การใช้พืชสมุนไพรส่งเสริมสุขภาพหรือรักษาโรคทั่วไปที่ไม่ร้ายแรง

ยาล่ายพยาธิ พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ กระเทียม แก้ว ชุมเห็ดเทศ ตานหม่อน
ทับทิม พักทองเล็บมือ นาง มะกอบตัด มะเกลือ มะขาม มะเฟือง มะระไทย มะหาด สะแกนา ส้มกุ่ม
หมาก

ยาระบายยาล่าย พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ กะทือ กระชาย จี่เหล็กถุน จำปา
ชุมเห็ดเทศ ชูดเห็ดไทย ดอกแดก บานเย็น ไพล ผักกาดขาว มะก่า มะขาม มะขามแขก มะนาว
มะละกอ แมงลัก ว่านหางช้าง สมอไทย สมอพิเภก ส้มเช้า แสมสาร

ยาแก้ท้องขึ้น ท้องอืดเฟ้อ ขับลม พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ กานพลู กระเทียม กระ
เพรา กระวาน กุ่มน้ำ จิง ข่า ขมิ้นอ้อย จันทน์เทศ ช้าพลู ดิปลี เทพธาโร พริกไทย ไพล เปราะหอม
มะรุุม เร่ว ว่านน้ำ โหระพา อบเชย

ยาแก้ท้องร่วง ท้องเดิน พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ กระทือ กระชาย กระท่อน
ขมิ้นชัน แคบ้าน ชา บานไม่รู้โรยดอกขาว เปล้าน้อย เพกา ฝรั่ง ฝาง ทับทิม มะเดื่อไทย มะตูม
มังคุด รางสาด สมอพิเภก สีเสียด โมกหลวง โมกมัน หมากดินน้ำค้าง

ยาแก้บิด พืชสมุนไพรที่ใช้ได้แก่ กระชาย กระทือ การะบูน ขมิ้นเครือ คำแสด ชะพลู
ฟ้าทะลายโจร บานไม่รู้โรย ปรู๋ ปอกระเจา ปอบิด ไพล ทับทิม โมกหลวง มังคุด ราชคืด
สีฟันคนทา เห้วหมู หล้าขัดใบป้อม สีเสียด

ยาช่วยย่อย พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ กระเทียม กระเพรา ข่า ข้างอก ตะไคร้
คำลึง ใบแมงลัก พริก มะละกอ สับปะรด หอมแดง

ยาแก้ไข้ลดความร้อน พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ แคนดอกขาว แคนแดง จันทน์แดง
บอระเพ็ด ท้าวยายม่อม ธรณีสาร ฝ้ายแดง พญาสัตบรรณ พิมเสน ฟ้าทะลายโจร ประทัดใหญ่
ประทัดจีน ประคำติควาย ประยงค์ ปลาไหลเผือก มะเดื่ออุทุมพร มะปราง ลูกใต้ใบ สะเดา หล้าใต้
ใบ หอม เห้วหมูเล็ก

ยาแก้ไข้มาลาเรีย พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ กรรณิการณิ คนทีเขมา ชินโคนา โดไม่รู้ล้ม
ปลาไหลเผือก ประทัดใหญ่ เพกา น้ำนราชสีห์เล็ก มะฮอกกานี เร่ว สะเดาอินเดีย ส่อมดำ

ยาแก้ปวดศีรษะข้างเดียว พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ บัวบก กระเทียม แคบ้าน

ยาแก้ไข้ขับเสมหะ พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ กระเทียม จิก ชะเอมไทย ดิปลี ปิบ ผัก
เบี้ยใหญ่ มะกรูด มะขามป้อม มะดัน มะนาว มะแว้งเครือ มะแว้งต้น มะอึก ยูคาลิป ลำโพงดอกขาว
เสม็ดขาว หนุ่มานประสานกาย

ยาแก้เจ็บคอ พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ ส้ารอง ลิ่นมังกกร บัวบก พระจันทร์ครึ่งซีก
ว่านหางช้าง ถั่วเขียว ไมยราบ

ยาขับปัสสาวะ พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ กระเจี๊ยบแดง ขลุ้ จี่เหล็ก คื่นช่าย
โคกกระสุน ชุมเห็ดไทย ตะไคร้ เตยหอม ทองกวาว ทานตะวัน เถาวัลย์เปรียง ผักกาดน้ำ พยับเมฆ

ไมยราบ สับปะรด สมอพิเภก หัวหมู หญ้าคอดปล้อง หญ้าไทร หญ้าคา หญ้าวงช้าง หญ้าไต้ใบ
อ้อยแดง

ยาช่วยเจริญอาหาร พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ กระจคอม กระฉิการ์ จิง เจตมูลเพลิง
แดง เจตพังคี คื่นช่าย บอระเพ็ด พญาสัตบรรณ ฟ้าทะลายโจร ประทัดใหญ่ มะกั้งต้น มะระ
มะแว้งเครือ สะเดา สะเดาอินเดีย

ยาบำรุงหัวใจ พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ การะเกด กฤษณา กระดังงา กุหลาบมอญ
กระชาย เกสรทั้งห้า เกสรทั้งเจ็ด เกสรทั้งเจ็ดทั้งเก้า จันทร์ชะมด เตยหอม บังบก บัวหลวง บุนนาค
พยอม พิกุล แผลงหอม มะกรูด มะลิลา สารภี

ยาแก้อ่อนเพลีย บำรุงกำลัง บำรุงธาตุ พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ กฤษณา ก้นกรา
จันทน์เทศ โศไม่รู้อุ้ม มะพร้าว

ยาป้องกันเหน็บชา พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ ข้าวอนามัย

ยากล่อมประสาท ทำให้หลับ พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ กัญชา จี่เหล็ก ชุมเห็ดไทย
พวงชมพูดอกขาว ไมยราบ

ยารักษาหืด พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ ไพล โทงเทง บวบเหลี่ยม ลำโพง เสนียด
หญ้าคา หนุมานประสานกาย

ยากันหรือแก้เลือดออกตามไรฟัน (ลักปิดลักเปิด) พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ ฝรั่ง ผัก
บางชนิดที่มีวิตามินซีสูง มะละกอ มะขามป้อม มะกอก มะกอกน้ำ มะนาว ผักโขม

ยาเพิ่มน้ำนมในสตรีหลังคลอด พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ กระทือ กล้วย(หัวปลี) กุ้ย
ฉ่าย กะเพรา ผักโขม

ยาขับประจำเดือน พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ กระบือเจ็ดตัว แก้ว คัดเค้า
เจตมูลเพลิงแดง เทียนบ้าน ฝ้าย จีครอก ว่านชักมดลูก ขอ

ยาลดไขมันในเส้นเลือด พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ กระเจี๊ยบแดง กำฝอย หอมใหญ่
เสาวรส

ยาลดความดัน พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ กาหลง คื่นช่าย กาฝากมะม่วง บัวบก
ระย่อมน้อย มะขาม

ยาแก้เบาหวาน พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ ตำลึง เตยหอม มะแว้งเครือ มะแว้งต้น
อินทนิลน้ำ หนากดืบน้ำค้าง มะระ หว่า

ยาแก้พยาธิตัวจิ๊ด พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ กระเจี๊ยบขาว ผักไ้ น้อยหน้า
มะเขือมอญ หนอนตาชอยาก

ยารักษาโรคผิวหนัง พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ กระชาย ขลุ่ ครอบสีฟัน
เพชรสังฆาต ว่านหางจระเข้ สิงหโมรา อัครีทวาร

ยาแก้ปวดฟัน พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ กานพลู ข่อย ดาวเรือง ผักชี ผักคราดหัว
แหวน มะอึก ลำโพงคอกขาว

ยาแก้ไข้ใน พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ บัวบก ตับแรด

ยาแก้ไอเจ็บเป็นเลือด พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ ก้ามปูหลอด กระเม็ง ตับแรด ว่าน
กาบหอย หญ้าเกล็ดปลา หนูมานประสานกาย

ยาแก้ไอเจ็บ พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ กะเพรา จิง พระจันทร์ครึ่งซีก มะกล่ำ ว่าน
กาบหอย ขอ

ยาทำให้อาเจียน พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ คุน บวบเหลี่ยม โลดทะนง

ยาแก้มะเร็ง พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ ทองพันชั่ง ดอกคาวทอง แพงพวยฝรั่ง หญ้า
ปักกิ่ง

3). การใช้พืชสมุนไพรเป็นยาภายนอกร่างกาย

รักษาเหา พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ น้อยหน้า ยาสูบ หนอนตายยาก ขอบชะนาง หาง
ไหล เลียนผักเสี้ยน

รักษาหิด พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ หัน น้อยหน้า ระย่อมน้อย ชะมดคัน กะทกรก
แสมสาร

รักษากลากเกลื้อน พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ กระเทียม กะเพรา กุ่มบก ข่า ขมิ้นชัน
ชุมเห็ดเทศ ชุมเห็ดไทย นางแย้ม เทียนบ้าน ทองพันชั่ง ใบละบาศ เป็ล้าน้อย ผักบู่ มะยม ว่าน
มหากาฬ ส้มกบ เหงือกปลาหมอ อัคคีทวาร

รักษาโรคผิวหนังและผื่นคัน พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ กระเบา สะบ้า หัวหมูเล็ก
พลูควาย น้ำมันราชสีห์ใหญ่ เจตมูลเพลิงขาว กรวยป่า กุ่มบก เลียน สะเดาอินเดีย ขมิ้นชัน ข่า ตำมะงา
เหงือกปลาหมอ ขันทองพยับบาท ยาสูบ

รักษาหูด พืชสมุนไพรที่ได้แก่ พญาไร้ใบ น้ำมันราชสีห์ใหญ่ สลัดได มะม่วงหิมพานต์
กะเพรา

รักษาน้ำกัดเท้า พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ สีเสียดแขก สีเสียดลาว ผ่าง หมาก มังคุด

ปิดขมับหรือทาบรรเทาอาการปวดศีรษะ พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ ว่านหางจระเข้
ขี้กาแดง

แก้ปวดฟัน พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ กานพลู น้ำมันเขียว ผักคราดหัวแหวน มะขาม
เทศ หนอนตายยาก โปธิ์

ช่วยทำให้ฟันทน พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ ข่อย สีฟันคนทา มะพลับ

ระงับกลิ่นปาก พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ ฝรั่ง กานพลู

รักษาแผลในปาก พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ ว่านทึบเรด หล้าวงช้าง โทงเทง แดงโม
หว่า ส้มกบ

รักษาทางทวาร พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ ชบา พุดตาน ตะลิงปลิง ผกากรอง
แก้งูสวัด พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ ว่านมหาภาพ ตำลึง หล้าน้ำดับไฟ พุดตาน
เสลดพังพอน

แก้ลมพิษ พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ พลู ข่า หล้าวงช้าง

แก้แพ้ อักเสบ ปวดบวม แผลงสัตว์ กัดต่อย พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ ผักบั้งทะเล
ตำลึง เสลดพังพอน พักข้าว พุงคอก หอม หล้าพันธุ์ เท้ายายม่อม ผักกาดน้ำ สารพัดพิษ คนทีสอทะเล
สีพันคนทา โลดทะนง เป๊ะตำปึง ผักเสี้ยนผี

หยอดหู เป็นฝี หูอักเสบ พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ ลังสาธ เนียมหูเสือ หูเสือจีน ปอ
ทะเล ตีนตะขาบ

พอกฝี พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ เทียนบ้าน โลดทะนง ผักเสี้ยน โลกกะอ่อม ตะขาบ
บิน เป๊ะตำปึง ด้อยดิ่ง ด้อยดิ่งนา กว่าตายหงายเป็น ส้มกบ

กันเล็บถอด พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ เทียนกิ่ง ไพล เทียนบ้าน

รักษาแผลน้ำร้อนลวก ถอนพิษ พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ ช้าแป้น หล้าน้ำดับไฟ ชา
ผักบั้งไทย บัวบก ยาสูบ ชัน แดงโม พุดตาน ว่านหางจระเข้

รักษาชันตุ และผิวหนังคัน เป็นเม็ดผื่นคัน พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ มะคำดีควาย
ขมิ้นชัน มะระ หวายดิน

รักษาแผลเรื้อรัง พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ ว่านไถ่น้อย ชันสน แพงพวยน้ำ
ผักเบี้ยใหญ่

ห้ามเลือด ไล่แผลสด พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ หนุมานั่งแทน เลือหมอบ สีเสียด
ลาว ฝรั่ง เห่าหมู กระเม็ง บัวบก หมากดิบน้ำค้าง มะนาว เบญจกานี ว่านไถ่น้อย ฤาษีผสมแล้ว ผักคราด
หัวแหวน

ใช้ต้มน้ำอาบหลังคลอด พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ ส้มป่อย หนาดใหญ่ มะขาม หมาก
ผู้หมากเม็ช ส้มโอ ไพล

ช่วยสรรพให้สะอาดยิ่งขึ้น พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ บวบขม แต่โคว จี๋หนอน
ส้มป่อย มะกรูด

ใช้ไล่หรือฆ่ายุง พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ ตะไคร้หอม กะเพรา ยูคาลิป

ใช้ฆ่าแมลง ไล่แมลง พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ เลียน ยาสูบ หางไหล มหาหงส์

ใช้เบื่อปลา พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ หางไหล สลัดได หวายดิน มันแกว

ใช้ไล่แมลงวันทอง พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ได้แก่ เเดหลี กะเพรา

4. สมุนไพรประเภทว่านที่ใช้เป็นยาอายุวัฒนะ (ภานุพรรณ, 2546)

ว่านข่าจืด แก้พิษในของกินได้ เช่น โคนยาสั่ง สามารถถอนพิษยาสั่งได้ โดยดื่มน้ำที่ได้จากการฝนรากว่านข่าจืด

ว่านขันหมาก บันดาลให้ความเป็นหนุ่มเป็นสาวเสมอ ผิวพรรณไม่เหี่ยวช้ำมีน้ำมีนวล แต่งตั้งอยู่เสมอ ฟันไม่หลุดไปตามกาลเวลาอย่างผู้อื่นกำลังไม่ถลอกไม่ปวดไม่เมื่อยโดยเอาหัวของว่านขันหมากกินกับน้ำผึ้งหลวงทุก ๆ วัน

ว่านกระชายดำ เป็นยาอายุวัฒนะ แก้ปวด บิด บำรุงร่างกาย คงกระพันชาตรี โดยนำว่านกระชายดำมาผานเป็นชิ้นบาง ๆ 2-3 แวน เคี้ยวกินสด ๆ จะบรรเทาอาการได้ดี สตรีที่ฟอมแข็งแรงน้อยให้นำว่านมาโขลกให้ละเอียดแล้วผสมกับน้ำผึ้งเดือน 5 หรือน้ำผึ้งแท้ก็ได้ ปั้นเป็นลูกกลอนขนาดเมล็ดพุทราไทยรับประทานวันละ 1 เม็ด ทำให้เจริญอาหารและ จะมีเรือนร่างสวยงามในเวลาไม่ช้าและยังช่วยแก้ไข้โรคของสตรีปวดประจำเดือนได้อีกด้วย

ว่านงาช้างเขียว บำรุงโลหิต ผิวพรรณ รักษาฝ้า ตกกระ ขับโลหิตเสียหลังคลอดโดยเอาใบว่านงาช้างประมาณ 1 กำมือ คองกับเหล้าขาว 1 ขวด ประมาณ 1 เดือน นำมาดื่มครั้งละก่อนถ้วยตะไลตอนเย็นวันละ 1 ครั้ง หรือเช้า-เย็น ก่อนอาหารก็ได้ ส่วนที่นำมา ใช้รักษาผิวพรรณนั้น ให้นำใบว่านมาล้างให้สะอาด แล้วตัดเป็นท่อนสั้น ๆ โขลกหรือทุบให้แตกออกมาก ๆ เอาไปต้มกับน้ำสะอาด นำยาที่ได้มาดื่มครั้งละ 1 ถ้วยตะไลเช้า-เย็น ดื่มไปเรื่อย ๆ ฝ้าจะหายกระจะจางไป

ว่านกระแจะจันทน์ ค้ำขายดี เข้าหาผู้อื่นดี เมตตามหานิยม มีแต่คนรักเป็นที่รู้จักกันดีในวง การค้าโดยนำหัวว่านมาโขลกให้ละเอียดแล้วผสมผสมสานกับสีผึ้งสำหรับทาปาก คนโบราณมีติดตัวเป็นประจำก่อนใช้ทาปากทำจิตใจให้มั่นคงแน่วแน่ พร้อมกับเสกคาถา นะโมพุทธายะ รวม 3 ครั้ง จะทำให้ การเจรจาสำเร็จตามความต้องการทุกครั้งไป

ว่านกำแพงเจ็ดชั้น ยาอายุวัฒนะ บำรุงโลหิต บำรุงกำลัง บำรุงประสาท บำรุงโลหิต โดยนำว่านกำแพงแก้วเจ็ดชั้น มาบดให้ละเอียดผสมกับน้ำผึ้ง ปั้นเป็นเม็ดลูกกลอน ขนาดเท่าเมล็ดพุทราไทย รับประทานก่อนนอนทุก ๆ วัน ๆ ละ 2-3 เม็ด

ว่านนางล้อม แก้ปวดเมื่อย ปวดไขข้อ เส้น เอ็น โดยนำมาทำเป็นยาทา ถู นวด รักษาอาการปวดเจ็บไขข้อที่มีปัญหาเดินไม่ถนัด เอ็นอักเสบ เจ็บปวด วิธีทำนำหัวว่านมาโขลกคั้นเอาน้ำมาทา ถู นวดกล้ามเนื้อ เส้น เอ็น ไขข้ออักเสบ หัวเข่า ข้อเท้า เอ็นร้อยหวายไม่ปกติ

ว่านถอนโมกษศักดิ์ ตรวจพิษในอาหารได้ รักษาฝีทุกชนิดได้ มีของเบือของเมาอยู่ในอาหารหรือเครื่องดื่มหรือไม่ โดยใช้เส้นหยิกหัวว่านชนิดนี้เพียงเล็กน้อย แล้วเอาไปใส่ลงในถ้วยอาหารนั้น ถ้าไม่มีพิษ ไม่มียาเบือเมาอยู่เลย อาหารในจานก็จะมีสภาพปกติ แต่ถ้ามีพิษมียาเบือ อยู่ในถ้วยอาหารนั้น ๆ เนื้อของว่านจะสำแดงอาหารให้เห็น โดยทันที โดยเนื้อว่านนี้ จะหมุนจีไปอย่างประหลาดเป็นการส่งสัญญาณว่าอาหารนั้นมีพิษ การรักษาฝี นำหัวว่านมาโขลกให้ละเอียด ผสม

กับเหล่าขาว และเหล่าโรง พอสสมควร จากนั้นจึงนำมาทา พอก ที่หัวฝีที่จะรักษาได้ผล เป็นอย่างดี ทั้งฝีกำมะลอ ฝีประจำรอย ฝีมะม่วง

ว่านพญาลิ้นงู สยบงูทุกชนิดรวมทั้งสัตว์มีพิษอื่น ๆ การใช้น้ำหัวว่านติดตัวไปด้วยในระหว่างเดินทาง หรือปลูกไว้ในบริเวณบ้านบรรพบุรุษไทยได้ทดลองแล้วเขียนกันเป็นตำราโบราณ ปัจจุบันมีเชอร์มใช้แล้ว ก็ไม่ควรเสี่ยงไปใช้ว่านนี้

ว่านพญามือเหล็ก ใช้รักษาอัมพาต อากกรมือตาย ตีนตาย แก้วปวด แก้วเมื่อย บรรเทาอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ เส้นเอ็น โดยนำว่านมาล้างให้สะอาดแล้วโขลกให้ละเอียดแล้วนำมาคลุกเคล้าผสมกับเหล่าขาวหรือเหล่าโรง แล้วนำไปพอกบริเวณที่เกิดอาการ ตัวยาจะซึมซาบเข้าไปในเนื้อเซลล์ใต้ผิวหนัง เป็นการช่วยบำบัดอาการได้ดีกว่าการนวดด้วยมือตามปกติธรรมดา

ว่านมหาลาภ เมตตามหานิยมสูงส่ง เยี่ยมด้วยลาภ ตำราโบราณแนะนำเพื่อเป็นสิริมงคล เป็นเสน่ห์โชคลาภที่จะมีมา สรรพคุณทางยารักษาฝีชนิดต่างๆ ได้ดีมาก เช่น ฝีหัวเล็ก ฝีหัวใหญ่ ฝีประจำรอย ฝีมะม่วง โดยนำเอาหัวว่านมาโขลกให้ละเอียดผสมเหล่าโรงหรือเหล่าขาวพอและๆ แล้วนำมาพอกที่หัวฝี เวลาเช้ากลางวัน เย็น ตามสะดวก เปลี่ยนยาให้สดใหม่อยู่เสมออาการจะทุเลาเป็นลำดับ สามารถถอดหนองออกมาได้ แผลแห้งหายเร็ว

ว่านไชยมงคล เพื่อสิริมงคล ชนะศัตรู ขจัดพิษแมลงสัตว์กัดต่อย บรรพบุรุษของไทยมักนำหัวว่านติดตัวในระหว่างการเดินทางเพื่อความสวัสดิมีชัย มีความปลอดภัยมาโดยตลอด โดยนำว่านมาผูกมัดกับผ้าแดงติดตัวไปเหมือนเครื่องรางของขลัง แม้ว่าจะเหี่ยวแห้งก็ยังคงทรงพลังอยู่เสมอ

4.3.5 ภูมิปัญญาไทยในการนำพืชสมุนไพรมาใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน

พืชสมุนไพรมีบทบาทเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของคนไทยมาตั้งแต่สมัยโบราณกาล บรรพบุรุษของเราได้สั่งสมภูมิปัญญาอันทรงคุณค่าในการนำพืชสมุนไพรมาใช้ประโยชน์ในการดำรงชีวิต พืชสมุนไพรจึงเป็นปัจจัยสำคัญยิ่งต่อการดำเนินชีวิตตามวิถีไทยภูมิปัญญาไทยในทุกด้าน ดังนี้ (กระทรวงสาธารณสุข, 2540 ; ภัทรพร ยุทธาภรณ์พินิจ และคณะ, 2546)

4.3.5.1 พืชผักสมุนไพรที่ใช้ทำเป็นเครื่องสำอาง

พืชสมุนไพรของไทยที่ถูกนำมาใช้ในวิถีชีวิตประจำวันในแง่ของการเสริมความงามหรือนำไปใช้เป็นเครื่องหอมมีมากมายหลายชนิด โดยสามารถนำมาเป็นเครื่องประทินโฉม รักษาฝ้าบนใบหน้า บำรุงผิวให้เต่งตึงกระชับ ลบรอยเหี่ยวย่นและด่างดำรอบดวงตา ลดจุดด่างดำและรอยหมองคล้ำบนใบหน้า กำจัดกลิ่นตัวและรอยคล้ำใต้รักแร้ กำจัดเชื้อแบคทีเรียบนร่างกาย บำรุงผิวแสบร้อนจากแสงแดด ลดกลิ่นปากและบำรุงริมฝีปากให้ชุ่มชื้น รวมทั้งการลดอาการเกิดรังแคบนหนังศีรษะได้เป็นอย่างดี ส่วนการใช้เครื่องหอมในวิถีชีวิตของคนไทย เป็นเรื่องทีละเอียดอ่อนมีความ เป็นเสน่ห์อย่างหนึ่งสำหรับการดำเนินชีวิต ปัจจุบันเครื่องหอมถูกนำมาใช้ในธุรกิจสปาซึ่งเป็นสถานบริการสำหรับการพักผ่อนหย่อนใจ ทำให้กลายเป็นธุรกิจเสริมความงามให้แก่ร่างกายชนิดหนึ่ง สมัยโบราณมี

วิธีการสกัดและผสมผสานกลิ่นให้ได้เครื่องหอมมีหลายวิธี คือ การเผา การขงหรือต้ม การอบ การร่ำ การปรุง ส่วนวัตถุดิบที่นำมาใช้ได้แก่สมุนไพรที่ให้ดอก ใบ หรือเนื้อไม้ซึ่งมีกลิ่นหอมเช่น กระดังงา กระณีการ์ กฤษณา กายาน แก้ว จันทน์เทศ จำปา ขมิ้นชัน จันทน์กะพ้อ จำปี จำปา ชมนาด ตะไคร้ ดอก นมแมว เตยหอม พิกุล บุนนาค บัวหลวง พิมเสน ใบพลู มะตูม มะกรูด รสสุคนธ์ ลำเจียก มะลิ ลำควาน ส้มมือ ส้ม สารภี อบเชย สายหยุด หอมหมื่นลิ้ เป็นต้น (นวลพรรณ พงศ์วุฒิ)

นอกจากผลิตเป็นเครื่องสำอางชนิดเครื่องหอมแล้วพืชผักสมุนไพรไทยที่มีประโยชน์ในแง่ของการผลิตในเชิงอุตสาหกรรม โดยผลิตเป็นเครื่องสำอางใช้ในชีวิตประจำวัน เช่น สบู่ ครีมบำรุงผิว ยาสระผม ครีมกันแดด ครีมพอกหน้าให้วอลลุ่มสดใส โลชั่นบำรุงผิว พืชผักสมุนไพรเหล่านี้ได้แก่ ว่านหางจระเข้ มะละกอ ส้ม มังคุด กล้วย อัญชัน ตะไคร้ แดงกวา ฟรั่ง สับปะรด เป็นต้น การใช้สมุนไพรเป็นเครื่องสำอาง เพื่อเสริมสร้างความงาม มีดังนี้ (ตรีสุคนธ์, 2550)

สมุนไพรลดริ้วรอยก่อนวัย นิยมใช้แดงกวา สตรอเบอร์รี่ มะเขือเทศ ใบบัวบก ใบตำลึง น้ำส้มเขียวหวาน กล้วยหอม แดงไทย

สมุนไพรรักษาฝ้าให้เบาบาง นิยมใช้ หัวไชเท้า แดงกวา ใบชาเขียว น้ำแดงกวา น้ำมะนาว น้ำผึ้ง สาหร่ายทะเล น้ำส้มเขียวหวาน มะขามเปียก ขมิ้นชันผง น้ำหัวไชเท้า น้ำมะเขือเทศ

สมุนไพรบำรุงผิวให้เนียนให้เต่งตึงกระชับไม่เหี่ยวย่น นิยมใช้ ส้มเขียวหวาน ฝรั่ง ว่านหางจระเข้ อะโวคาโด สตรอเบอร์รี่ น้ำแดงกวา ฟรั่ง องุ่น

สมุนไพรลดรอยเหี่ยวย่นและดำคล้ำรอบดวงตา นิยมใช้ แดงกวา น้ำใบบัวบก น้ำแดงกวา กล้วยน้ำว่าตูกองอม สาหร่ายทะเล ใบชาเขียว

สมุนไพรลดจุดด่างดำและรอยหมองคล้ำบนใบหน้า นิยมใช้ น้ำสับปะรด ขมิ้นชันผง องุ่น น้ำส้มเขียวหวาน ลูกพีชสุก สตรอเบอร์รี่ น้ำมะนาว แอปเปิ้ล

สมุนไพรกำจัดกลิ่นตัวและรอยดำคล้ำใต้รักแร้ นิยมใช้ น้ำมะนาว มะนาวฝานเป็นแว่น มะขามเปียก เกร็ดพิมเสน ขมิ้นชันผง ขมิ้นชันสดฝานเป็นแว่น

สมุนไพรกำจัดเชื้อแบคทีเรีย นิยมใช้ น้ำมะนาวเปียกเข้มข้น น้ำต้มไพลเข้มข้น น้ำต้มขมิ้นชันเข้มข้น น้ำมะกรูด ฝรั่งว่านหางจระเข้ น้ำต้มผักส้มป่อยเข้มข้น น้ำมะนาว น้ำต้มขิงสด พิมเสน

สมุนไพรใช้บำรุงผิวแสบร้อนจากแสงแดด นิยมใช้ แดงโม แดงกวา กะทิมะพร้าว แดงไทย มะเขือเทศ

สมุนไพรลดกลิ่นปากและบำรุงริมฝีปากให้ชุ่มชื้น นิยมใช้ ใบฝรั่งหั่นซอย ใบสะระแหน่ น้ำมันมะพร้าว น้ำมะนาว

สมุนไพรลดอาการรังแคบนหนังศีรษะ นิยมใช้ น้ำมะกรูดเผา น้ำมันมะกอก ฝรั่งว่านหางจระเข้ กล้วยหอม น้ำส้มเขียวหวาน แครอท ผักส้มป่อย ลูกมะเฟือง ใบหมี ใบรางจืด

4.3.5.2 พืชผักสมุนไพรที่ใช้ทำเป็นเครื่องนุ่งห่ม

เสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มของคนสมัยก่อนเกิดขึ้นจากการถักทอโดยฝีมือของชาวบ้าน วัตถุประสงค์สำหรับการทอผ้าแต่ละชนิดแตกต่างกันไปตามสภาพพื้นที่อาศัยและมีการพัฒนาขึ้นมาเป็นลำดับ โดยแสวงหาพืชในท้องถิ่นที่มีเส้นใยแข็งแรง เช่น ปอ ป่าน กัญชา กล้าย สับปะรด มาปั่นเป็นเกลียวเชือกใช้ก่อนต่อมาจึงนำเชือกมาถักทอเป็นตาข่ายและเป็นผืนผ้าเป็นลำดับ เศษใยผ้าที่พบที่บ้านเชียงเชื่อว่าเป็นเศษใยของลำต้นกัญชา ใช้ในการทอผ้า ซึ่งจะได้ผ้าที่มีคุณภาพดี เหนียว คงทนมาก ผ้าใยกัญชา จะคล้ายผ้าลินิน เมื่อผ่านการซักจะนุ่ม มีสีน้ำตาลอ่อน เดิมเป็นผ้าทอของชาวเขาเผ่าม้ง ปัจจุบันนิยมนำมาตัดชุดสตรี วัตถุประสงค์อื่นๆ ที่นิยมนำมาใช้ทอผ้า ได้แก่ ไหมและฝ้าย

นอกจากนี้พืชสมุนไพรยังมีอิทธิพลต่อวิถีชีวิตของชุมชน คนสมัยก่อนรู้จักคิดค้นนำเอาลักษณะและโครงสร้างของพืช มาเป็นจุดกำเนิดของลวดลายประดิษฐ์จากพืชหรือดอกไม้ไทยหลายชนิด แต่ครั้งโบราณ ดังปรากฏอยู่ในลวดลายโบราณของผ้าไทย ลวดลายประดิษฐ์บางลายนิยมนำมาใช้กันจนกลายเป็นมรดกทางวัฒนธรรมไทยถึงปัจจุบัน ในการผลิตเส้นลวดลายบนผืนผ้า เช่น ผ้าไหมมัดหมี่ ซึ่งมีลายจากพืช ได้แก่ ดอกสร้อย ดอกแก้ว เหลื่อมอ้อ ดอกจัน กาลหลวง ลายกุศ กาบเอื้อง หมากจับ ดอกตูม ดอกพิกุล ดอกขิก ดอกกุหลาบ ต้นสน คำลึง กามะลิ ดอกพวง ข้าวสอก หมากเบ้ง กลีบบัวหลวง กลีบบัวลายไทย ลายบัวหงายและบัวคว่ำ ดอกลำดวน ดอกมะลิ ดอกสายหยุด ดอกรัก ดอกจันทน์ กาบไผ่ ใบไผ่ และดอกหญ้า เป็นต้น

ลายผ้าไทยที่ได้รับอิทธิพลจากรูปลักษณะของพืชสมุนไพรข้างต้น เกิดจากความเชื่อที่สามารถแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะคือ ความเชื่อเกี่ยวกับลายที่นำไปบูชาสักการะและความเชื่อทั่วๆไปซึ่งแต่ละลายชาวบ้านมีความเชื่อดังนี้

ลายต้นสน ใบของต้นสนเป็นใบที่มีความเป็นระเบียบจึงเหมาะสมที่จะนำมาเป็นลายของผ้ามัดหมี่และผ้าขิด ได้ทั้งนี้เพราะชาวบ้านมีความเชื่อว่าชีวิตคนจะต้องเป็นระเบียบ มีวินัยเหมือนกับต้นสนถ้าใครปฏิบัติได้ก็จะทำให้ชีวิตสงบสุข และมีระเบียบในตัวเอง

ลายดอกพุดซ้อน ลายดอกแก้วลายดอกพิกุล ลายดอกจัน ลายดอกบายเขินและลายดอกสร้อย ลายเหล่านี้เอามาจากดอกไม้ไทยที่เป็นสัญลักษณ์ของความดีและสามารถนำไปถวายพระสงฆ์เพื่อแสดงความรู้จักกาลเทศะและคารวะต่อสิ่งที่เราเคารพนับถือ

ลายดอกผักแว่น ผักแว่นเป็นพืชที่อยู่ตามชายฝั่งของลำน้ำ ห้วย หนอง คลองบึงเพราะผักแว่นเกิดง่าย ผักแว่นนี้เป็นพืชที่ชาวบ้านได้สัมผัสอยู่ทุกวันจึงเกิดความคิดที่จะสร้างงานทางด้านลายของผ้าจึงได้นำเอาดอกผักแว่นหรือผักแว่นนั้นมามัดหมี่และผ้าขิด ได้ทั้งนี้เพราะลักษณะของดอกผักแว่นเป็นดอกเล็ก ๆ สวยงาม เกิดเป็นกลุ่มและโตเร็วดังนั้นถ้าใครสามารถมัดตาม ลายได้ก็จะ เป็นคนที่มีความสามัคคีในเอื้อเฟื้อมีความประณีตละเอียดอ่อน

ลายงาน เป็นพืชล้มลุกชาวบ้านปลูกไว้รับประทานเมล็ดและมีความเชื่อว่าเมล็ดงาเป็นเมล็ดเล็กๆที่อยู่รวมกันเป็นกลุ่มก้อนถ้าเราเอาทำเป็นลายบนผืนผ้าคงจะมีความหมายไปในทางที่เป็นมงคล ลายงานี้นางที่ชาวบ้านเรียกอีกอย่างหนึ่งคือลายดาวกระจาย

ลายหมาก หมากบกหรือกระบะเป็นไม้ยืนต้นเป็นพืชที่อยู่ใกล้ตัวของคนจึงทำให้ช่างมัดหมี่หรือช่างทอผ้าเกิดความคิดที่จะสร้างสรรค์ลายในลักษณะนี้ขึ้นเพราะต้นกระบะลูกมากที่สุดถ้าใครสามารถนำลูกกระบะมาทำเป็นลายของผ้าก็จะแสดงถึงความอดทนและมีความอุดมสมบูรณ์ต่อไป ในภายหน้าจึงทำให้เกิดลายของหมากบกขึ้นบนผ้ามัดหมี่และผ้าจิด

ลายหนามแท่ง ต้นหนามแท่งเป็นพืชชนิดหนึ่งที่ชอบขึ้นตามโคกหรือดง มีหนามแหลมคม มีดอกเล็กคล้ายดอกพิทูล มี 4 กลีบ หรือมีความหมายว่า 4 ทิศนั่นเอง หรือหมายถึง ธาตุทั้ง 4 คือ ดิน น้ำ ลม ไฟถ้าใครทำลายชนิดนี้จะเป็นคนที่มีความประณีตละเอียดละออมากจึงจะทำได้

4.3.5.3 พืชผักสมุนไพรที่ใช้ทำเป็นสีย้อมผ้าและสีผสมอาหาร

คนไทยสมัยก่อนรู้จักนำส่วนต่างๆ ของพืชสมุนไพรมาใช้ทำเป็นสีต่างๆ เพื่อใช้ย้อมผ้า รวมถึงหลายชนิดที่ให้สีมาใช้แต่งสีอาหาร อันเป็นผลิตภัณฑ์ธรรมชาติที่ไม่เป็นพิษภัยต่อร่างกาย หรือนำพืชที่ให้สีย้อมมาย้อมผ้า แห อวน หรือหนัง โดยเฉพาะผ้าพื้นเมืองจำพวกผ้าไหม ผ้าฝ้าย ซึ่งให้สีสันเป็นธรรมชาติ (กระทรวงสาธารณสุข, 2540)

การย้อมสีผ้า เพื่อนำมาตัดเย็บเป็นเครื่องนุ่งห่มในสมัยก่อนนิยมใช้เปลือกไม้ ใบไม้ นำไปต้มน้ำร้อนเพื่อให้สีจากเปลือกไม้ ใบไม้ ละลาย ออกมาผสมในน้ำร้อนและนำผ้าหรือผ้าฝ้ายมาย้อมในน้ำดังกล่าวจะได้สีจากธรรมชาติที่ติดทนนาน การย้อมสีธรรมชาติเป็นภูมิปัญญาโบราณที่ทำให้ผ้าฝ้าย ผ้าไหมมีคุณค่า เส้นฝ้ายดังกล่าว ได้ถูกนำมาคลุกเคล้ากับพืชผักหลายชนิด เพื่อให้ได้สีสันท่าง ๆ แต่เดิมชาวบ้านจะคุ้นกับสีน้ำเงินจากครามหรืออ้อม สีจากเปลือกมะพร้าว สีเหลืองจากขมิ้น จนกระทั่งขยายออกมาเป็นสารพัดสีในปัจจุบัน ถึงแม้ว่าสีเคมีจะได้ออกมาตีตลาดจนสีธรรมชาติถูกม้วนเก็บไปแล้วครั้งหนึ่ง ปัจจุบันองค์กรเอกชนหลายแห่งได้ส่งเสริมให้ชาวบ้านหันกลับมาฟื้นฟูภูมิปัญญาส่วนนี้ของชาวบ้าน โดยเฉพาะอย่างยิ่งการฟื้นฟูจุดนี้จะทำเสริมไปกับการทอผ้า เพื่อนำรายได้มาสู่ครอบครัว โดยเฉพาะการเน้นกลุ่มสตรีตามชนบท สีที่ได้จากธรรมชาตินั้นยังนำไปใช้ในการผสมอาหาร เครื่องดื่มได้อีกด้วย

สีที่ได้จากพืชสมุนไพรแบ่งออกได้ ดังนี้

สีที่ใช้ย้อมผ้า :

สีเขียว ได้จากใบหมากผู้หมากเมีย ใบถั่วแปบ ใบหูกวาง ใบตำลึง ใบผักคืด เปลือกเพกา ลูกสมอ

สีจืดได้จาก เปลือกและผลสมอพิเภก

สีเหลือง ได้มาจาก แกนไม้ขนุน หัวขมิ้น ไม้เข รากไม้ฝาง ยางรง รากมะหาด

สีเหลืองอมส้ม ได้จาก ดอกทองกวาว

สีม่วง ได้จาก เปลือกตะแบก แก่นไม้ฝาง เปลือกมะห้าน้ำ ลูกหว้า
 สีแดง/ส้ม ได้จากลูกคำแสด(คำเงาะ) เปลือกประดู่ แก่นไม้ฝาง ใบอ่อนสัก เปลือก
 สะเดา เปลือก ราก เนื้อไม้ และใบยอป่า
 สีแดงคล้ำ ได้จาก เนื้อไม้ประดู่ป่า รากยอ
 สีชมพู ได้จากเปลือกต้นนุ่น เปลือกทองกวาว
 สีน้ำเงิน คราม ฟ้า ได้จากต้นคราม ใบห่อม เปลือกจำฉา
 สีน้ำตาล ได้จากยอดฝรั่ง เนื้อไม้สีเสียดเหนือ เปลือกโกงกาง เปลือกไม้ประดู่
 เปลือกตัวขน เปลือกคาง
 สีน้ำตาลแกมแดง ได้จาก เปลือกสนทะเล
 สีเหลืองปนน้ำตาล ได้จาก เนื้อไม้แกแล
 สีดำ ได้จากเปลือกต้นสมอ ผลมะเกลือ
 สีเทาดำ ได้จาก การมะพร้าว

สีที่ใช้ผสมอาหาร : สีที่นำมาใช้แต่งสีอาหารที่ได้จากส่วนต่างๆ ของพืชสมุนไพร อันเป็น
 ผลิตภัณฑ์ธรรมชาติจะไม่เป็นพิษภัยต่อร่างกาย สีต่างๆ ได้มาจากพืชสมุนไพร ดังนี้

สีแดง ได้จาก กลีบเลี้ยงกระเจี๊ยบ แก่นไม้ฝาง เมล็ดคำฝอย ผลสุกผักปลัง หรือ ผักบั้ง
 เมล็ดข้าวเหนียวดำ

สีแดงเลือดนก ได้จาก ครั่ง
 สีเหลือง ได้จาก เหง้าใต้ดินของขมิ้นชัน ดอกแก่คำฝอย เนื้อผลพริกทอง เนื่องจากผล
 ตาลโตนด

สีส้ม ได้จาก เมล็ดคำแสด ดอกกระฉิการ์
 สีเขียว ได้จาก ใบเตยสด
 สีชมพูเข้ม ได้จาก แก่นฝาง
 สีม่วง ได้จาก ดอกอัญชันสด
 สีแดงอมม่วง ได้จาก เมล็ดผักปลังสุก
 สีน้ำเงินเข้ม ได้จาก ดอกดอกดิน

4.3.5.4 พืชผักสมุนไพรที่นำมาเป็นอาหารสัตว์

พืชผักพื้นบ้านหลายอย่าง นอกจากจะเป็นอาหารของคนแล้ว ยังนำไปเป็นอาหารของสัตว์
 เลี้ยงได้ด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในชนบทนั้นมักมีการเลี้ยงหมู ไก่ วัว ควาย ไว้ตามบ้านเรือน ตามทุ่งนา
 ผักที่นำมาใช้ประโยชน์ได้แก่ ผักแพว ผักโขม ผักเผ็ด บอน บุก มะละกอ หยวกกล้วย การใช้พืชผัก
 เหล่านี้มักจะนำไปต้มผสมกับรำหรือเกลบสำหรับให้หมู ไก่ กิน ซึ่งถือเป็นการประหยัดรายจ่ายได้มาก
 แทนที่จะไปซื้ออาหารสำเร็จรูปแบบกระสอบที่มีราคาแพง เพื่อหวังเร่งให้สัตว์โตเร็วแต่ทำกำไรได้ไม่
 เท่าไรนัก อีกทั้งอาหารสำเร็จรูปบางอย่างมีการนำฮอร์โมนบางชนิดผสมลงไปด้วย คนที่รับประทาน

โปรตีนจากสัตว์เหล่านี้จึงพลอยได้รับสารเหล่านี้เข้าไปด้วย ทางที่ดีเราสนับสนุนให้คนเลี้ยงสัตว์หันไปใช้วิถีแบบธรรมชาติดีกว่า

4.3.5.5 พืชผักสมุนไพรที่ใช้ฆ่าแมลง กำจัดศัตรูพืช

พืชสมุนไพรที่ใช้ฆ่าแมลง กำจัดศัตรูพืช มีดังนี้ (กระทรวงสาธารณสุข, 2540)

กระเทียม มีฤทธิ์เป็นยาฆ่าแมลง สารขับไล่แมลง สารหยุดยั้งการดูดกินอาหาร สารฆ่าเชื้อราและแบคทีเรีย กำจัดเพลี้ยอ่อน เพลี้ยไฟ หนอนกระทู้ผัก ดั้วปีกแข็ง โรคราน้ำค้าง โรคราสนิม

ขมิ้นชัน เหง้ามีน้ำมันหอมระเหย ขับไล่และกำจัดแมลงได้หลายชนิด เช่น หนอนกระทู้ผัก หนอนผีเสื้อ ดั้ววงวงช้าง ดั้วเงาะ เมล็ดถั่ว มอด ไโรแดง

ข่า น้ำคั้นจากเหง้า มีสารคิงคูด สารไล่แมลง สารฆ่าแมลง สามารถไล่แมลงวันทองไม่ให้วางไข่ได้ 99.21 % และทำให้โรคใบจุดสีน้ำตาล ในนาข้าว หายไป กำจัดแมลงวันทอง

ตะไคร้หอม มีฤทธิ์ในการไล่แมลง เช่น หนอนกระทู้ หนอนใยผัก ด้วง แมลงสาบ

บอระเพ็ด ใช้ได้ดีกับนาข้าว รสขมเมื่อถูกคูดูดซึมเข้าไปในพืชจะทำให้แมลงไม่ชอบ กำจัดเพลี้ยกระโดดน้ำตาล เพลี้ยจักจั่น หนอนกอ โรคข้าว ตายพราย โรคยอดเหี่ยว โรคข้าวลิบ

พริก ผลสุกมีคุณสมบัติในการฆ่าแมลง เมล็ดมีสารฆ่าเชื้อรา ใบและดอกมี สารยับยั้งการขยายตัวของไวรัส กำจัด มด เพลี้ยอ่อน หนอนผีเสื้อกะหล่ำ ไวรัส ดั้ววงวงช้าง แมลงในโรงเก็บ

ไพล ใช้ยับยั้งการเติบโตของเชื้อราในข้าวบาร์เลย์

ว่านน้ำ เหง้าจะมีน้ำมันหอมระเหย ชนิด Calamol aldehyde มีพิษต่อระบบประสาทของแมลง กำจัด ดั้วหมัดผัก หนอนกระทู้ผัก แมลงวันทอง แมลงในโรงเก็บ ดั้ววงวงช้าง ดั้วเงาะเมล็ดถั่ว มอดตัวป้อมมอดข้างเปลือก

สะเดา สารสกัดจากสะเดาที่มีเมล็ดในใบ มีฤทธิ์ในการฆ่าแมลง ขับไล่แมลงต่อต้านการดูดกิน ยับยั้งการเจริญเติบโต ป้องกันและกำจัดแมลงได้หลายชนิด ได้แก่ ดั้วหมัดผัก เพลี้ยอ่อน เพลี้ยกระโดดสีน้ำตาล เพลี้ยจักจั่น หนอนใยกะหล่ำ หนอนใยผัก หนอนกอ หนอนเงาะสมอฝ้าย หนอนชอนใบ

สาบเสือ สามารถฆ่าแมลงและไล่หนอนได้เป็นอย่างดี เพลี้ยกระโดด เพลี้ยจักจั่น เพลี้ยหอย เพลี้ยไฟ หนอนกระทู้ หนอนใยผัก

4.3.5.6 พืชผักสมุนไพรที่ใช้ในงานหัตถกรรมพื้นบ้าน

เครื่องจักสาน เป็นเครื่องใช้ของคนไทยที่มีใช้กันทั่วไปแทบทุกครัวเรือนมาตั้งแต่สมัยโบราณ เครื่องจักสานนั้น นอกจากจะสานเป็นภาชนะต่างๆ แล้วยังสานเป็นเครื่องมือเครื่องใช้ใน ชีวิตประจำวันอีกมากมายหลายชนิด ส่วนใหญ่เครื่องจักสานได้มาจากพืช พืชที่สามารถนำเส้นใยมาจักสานเพื่อใช้ประโยชน์ ในด้านต่างๆ อาทิ เครื่องใช้ในครัวเรือน เครื่องประดับ เฟอร์นิเจอร์ เครื่องตกแต่งบ้าน (ภทรพร ยุทธาภรณ์พิณี และคณะ, 2546)

คนไทยรู้จักนำพืชสมุนไพรมาใช้เป็นวัตถุดิบในงานจักสาน ทำเครื่องมือเครื่องใช้ในการเกษตรเครื่องมือจับหรือดักสัตว์ และภาชนะใช้สอยในครัวเรือน สำหรับไม้ใช้สอยเท่าที่จำเป็นในการดำรงชีวิตประจำวัน เครื่องมือหรือภาชนะเหล่านั้นจะมีลักษณะเฉพาะถิ่นที่บ่งบอกถึงงานฝีมือของกลุ่มชนต่างๆ เครื่องมือเครื่องใช้บางอย่างมีการผลิตอย่างประณีตหรือมีลวดลายสวยงาม อันเป็นงานฝีมือพื้นบ้านที่ได้รับการถ่ายทอดต่อกันมาหลายรุ่น สามารถแบ่งหัตถกรรมพื้นบ้านออกตามการใช้งานได้ดังนี้

ประเภทที่ใช้ในการอุปโภคบริโภค เช่น ก่องข้าวหรือกระบุงข้าว แอบข้าว แอบยา แอบหมาก ตะกร้า กระบุง กระต่าย กระหลืบ กะโล่ ฯลฯ

ประเภทที่ใช้ในการจับดักสัตว์ เช่น ลอบ ไซ เอื้อ ข้องลอยหรือข้องเปิด อีจู้ สุ่ม ตุ่มปลาไหล ฯลฯ

ประเภทที่ใช้เกี่ยวกับประเพณีความเชื่อและศาสนา เช่น กัวย่น้อย กัวยหลวง ดานสลาก เผลว เป็นต้น

พืชสมุนไพรที่นำมาใช้ในหัตถกรรมพื้นบ้านได้แก่

กกช้าง ใช้ใบจักสานเป็นผลิตภัณฑ์หัตถกรรมในครัวเรือน

ไผ่สีสุก ลำ ของไผ่สีสุกนิยมนำมาทำเครื่องจักสานชนิดต่าง ๆ ตั้งแต่สมัยโบราณ เนื่องจากไผ่สีสุกมีลักษณะพิเศษ กล่าวคือ เนื้อลำหนาและมีความเหนียวทนทานดีมาก ผลิตภัณฑ์ที่ได้จากไผ่ชนิดนี้มีความสวยงามคงทน และเป็นที่ยอมรับไปทำผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ มากกว่าไผ่ชนิดอื่น นอกจากนี้ยังใช้ทำเฟอร์นิเจอร์ ใช้ในการก่อสร้าง เช่น ใช้ทำนั้งร้าน ใช้ทำเครื่องมือในการประมง และเครื่องใช้ที่ต้องใช้งานเป็นเวลานาน โคนไม้ไผ่สีสุกยังนิยมนำมาทำคานสำหรับหาบหามกันมาก เนื่องจากเนื้อหนาและมีแรงสปริงตัวดี(ยืดหยุ่น)

ลิเกา ใช้ในงานหัตถกรรมจักสานภาชนะ เครื่องประดับ

หวายตะค้าทอง เป็นไม้ที่มีคุณค่าสูงทางเศรษฐกิจของไทย ทั้งนี้เพราะหวายสามารถนำไปใช้ประโยชน์อย่างมากมายโดย เฉพาะผิวหวายเป็นวัตถุดิบสำคัญในการทำหัตถกรรมเครื่องจักสานการทำเครื่องเรือนและใช้ผูกมัดได้เหมือนเชือก ลำหวายใช้ ทำบ้านเรือน คุณสมบัติที่ดีของหวายคือมีความเหนียว แข็งแรงทนทาน และยืดหยุ่นได้ดีกว่าไม้ไผ่ ลำต้นหวายต้นสามารถตัดโค้งงอได้ ด้วยการผ่านความร้อน

เตยทะเล ใช้ใบสานเป็นเสื่อ และเครื่องใช้ประเภทจักสาน

ตาล ส่วนของใบตาลยังใช้มุงหลังคา และผลิตภัณฑ์จักสาน

ลาน ชาวประมงในแถบนี้ใช้ใบทำใบเรือกันบั้ง ใบอ่อนใช้ในการอุตสาหกรรมทำลานสำหรับจารหนังสือ ทำหมวกและจอบ เครื่องจักสาน เครื่องเล่นของเด็ก

มะพร้าว เปลือกมะพร้าวนำไปแยกเอาเส้นใยใช้ทำเชือก วัสดุทำเบาะและที่นอน ขุยมะพร้าวใช้ทำวัสดุเพาะชำต้นไม้ กะลาใช้ทำภาชนะ ดักดวงของเหลว (กระจำ กระบวย ฯลฯ) ทำกระดุม

เครื่องประดับ เครื่องดนตรี (ซอฮู้) ทำเชื้อเพลิง และถ่านกัมมันต์ (มีคุณสมบัติในการดูดซับสูง) ใบมะพร้าวทั้งอ่อนและแก่ ตลอดจนก้านใบใช้มุงหลังคา เครื่องจักสาน ไม้กวาดทางมะพร้าว ใช้ทำรั้วและเชื้อเพลิง ลำต้นแก่ใช้ในการก่อสร้างประดิษฐ์เครื่องเรือน

ผักตบชวา ยอด ใบ และดอกอ่อน ลวกจิ้มน้ำพริก หรือนำมาแกงส้ม นำมาจักสานเป็นผลิตภัณฑ์เครื่องใช้ต่างๆ เช่น กระเป๋า กระจาด กระบุง กระเช้า

จาก ใบนำมาจักสานใช้ในครัวเรือน เช่น มุงหลังคา ตะกร้า ใบจากมีลักษณะคล้ายใบมะพร้าว แต่มีความเหนียว และกว้างกว่า ทำให้สามารถใช้นำมาเย็บเป็นตับ เรียกว่า "ตับจาก" แล้วนำไปมุงหลังคา กันแดดกันฝนได้เป็นอย่างดี แม้ว่าจะใช้งานไปนาน ใบจากกรอบ เปลี่ยนจากสีเขียวเข้ม เป็นสีเหลือง สีนํ้าตาล กระทั่งเกือบเป็นสีดำ แต่ก็ยังคงกันฝนและแดดได้ จนกว่าจะแห้งกรอบและฟูไป คำว่า "หลังคาจาก" หรือ "หลังคามุงจาก" จึงเป็นที่รู้จักกันดีในสังคมไทย การใช้ใบจากมุงหลังคายังคงนิยมใช้จนปัจจุบัน โดยเฉพาะในแถบที่อยู่ใกล้ลำคลองและที่ราบลุ่มมีต้นจากชุกชุม

กระจูด ต้นกระจูด นำไปฝัดแคะให้แห้งสนิท สามารถนำมาผลิตงานจักสานเป็นเสื่อ ปูรองนั่งที่เรียกกันว่า 'เสื่อกระจูด' หรือ 'เสื่อสาตกระจูด' โดยการสานเสื่อกระจูดโดยทั่วไปนิยมสานลวดลายมาตรฐาน คือ ลายขัดสอง หรือลายขัดสาม และมีการพัฒนาดัดแปลงลวดลาย เช่น ลายลูกแก้ว ลายดาว ล้อมเดือน ลายดอกจันทน์ ลายก้านต่อดอก ลายโคม ลายแก้วเนือง ลายแก้วบ้านดอน ลายตัวหนังสือ เป็นต้น และมีการทำผลิตภัณฑ์เช่น สายกระเป๋าเครื่องใช้ต่าง ๆ ใช้ทำใบเรือ ทำเชือกผูกมัด

