

เปิดตำนานยา “ลูกแปลกแม่”

อรุณรัตน์ ทองคำ



“ลูกแปลกแม่” หลายๆ ท่านคงเคยรู้จักกับสูตรยานี้ หรือเรื่องเล่ามากันบ้าง ด้วยความเป็นผู้หญิงนะคะ ก็เลยติดใจกับสูตรยานี้ที่เล่ากันเป็นตำนานมาให้เราได้อ่าน ได้ฟังสนุกๆ และเต็มไปด้วยเนื้อหาสาระที่ดีของสมุนไพรไทยและวิถีความเป็นอยู่ของคนเรามาตั้งแต่อดีต

สำหรับ “ยาลูกแปลกแม่” ว่ากันว่า เป็นยาสมุนไพรที่มีสรรพคุณช่วยในการบำรุงผิวพรรณให้ดูสดใสและอ่อนกว่าวัย และช่วยให้ฮอร์โมนในร่างกายสมบูรณ์ยิ่งขึ้น หรือพูดง่ายๆ ว่าเป็นยาอายุวัฒนะนั่นเอง โดยมีลักษณะเป็นยาลูกกลอนปั้นด้วยมือ ซึ่งยาสมุนไพรดังกล่าวนี้มีตำนานเล่าขานมายาวนานว่า เป็นยาที่ถูกค้นพบโดยบังเอิญของลูกชายที่อาศัยอยู่กับแม่เพียงลำพัง ซึ่งลูกชายได้ทำยาดังกล่าวนั้นทิ้งไว้ให้แม่ของตนเอง และหนีหายออกไปจากบ้านนานหลายปี ประกอบกับการที่แม่คิดถึงลูกมาก จึงได้นำยาลูกกลอนที่ลูกปั้นไว้มากิน หลังจากที่แม่กินยาดังกล่าวก็ทำให้ผิวพรรณดูสดใสอ่อนกว่าวัย แม้จะมีอายุล่วงเลยมาถึง ๗๑ ปีแล้วก็ตาม จนทำให้ลูกชายอายุ ๔๙ ปี ที่กลับมาหาแม่อีกครั้งจำแม่ของตนเองไม่ได้ จึงเป็นที่มาของยาชื่อ “ลูกแปลกแม่” ดังคำกลอนของ หลวงรัตนะพิมพานุรักษ์ ที่ได้พรรณนาเอาไว้ อย่างน่าฟังไว้

ว่าชายหนึ่งได้

ผลหนึ่งทำยา

พริกไทยเท่ายา

มะตูม نیمชั่ง

กล้วยน้ำไทเพิ่ม

ว่าเต็มทะนาน

สมดังใจหวัง

หิวหนึ่งเที่ยวนา

นั่งขึ้นด้วยกัน

มะตุมเหือดแห้ง	กล้วยน้ำปอกฝาน	พริกไทยในห่อ
เอาคลูกคูลีการ	ย่อยให้แหลกนาน	ทำแผ่นตากเรียง
แห้งแล้วลงครก	ปั่นแหลกลิ้นเสียง	ยกโถตั้งเคียง
น้ำผึ้งคลุกเท	เสร็จแล้วเก็บไว้	บุรุษนั้นไซ้
ไปเทียวเตร็ดเตร่	บ้านอื่นเมืองไกล	เที่ยวไกลโยเย
ยากเย็นแก่คนแก่	ยังไม่กลับมา	แม่อยู่ข้างนี้
เห็นนานเต็มที	ลูกไม่กลับมา	เดินไปในเรือน
พบแต่โยธา	นี่ของลูกข้า	ทำไว้กินดู
โรคภัยหายสิ้น	กายินเฟื่องฟู	คนอื่นแลดู
เคลิ้มแปลกตาไป	ที่เคยล้างหน้า	บัวนปากลงไป
หญ้าที่นั่นไซ้	งอกงามผิดตา	โคหนึ่งเขาปล่อย
แก่ผอมชรา	เที่ยวซัดเซมา	พบหญ้าสดงาม
โคกินหญ้าไซ้	โรคโคก็หาย	ร่างกายควรการ
คล้ายกับโคหนุ่ม	เรียวแรงอาจหาญ	หญิงนั้นเห็นพยาน
กินยาร่ำไป	ทุกวันจนหมด	ที่เที่ยวแห่งสลด
กลับฟูฟ่องใส	วรรณะคล้ายหญิง	แรกรุ่นเจริญวัย
ฝ่ายบุตรเที่ยวไป	นานแล้วกลับมา	มารดาแปลกบุตร
บุตรแปลกมารดา	ต่อพูดเจรจา	นานจึงรู้จัก
เมื่อบุตรกลับมา	อายุคุณนา	หมิ่นแปดพันวัน
มารดาว่าสัก	สองหมื่นหกพัน	เล่าว่าบุตรนั้น
แก่กว่ามารดา	บุตรแปลกใจถาม	เรื่องความมารดา
โดยาของข้า	ไปไหนใครกิน	มารดาเล่าว่า
แม่พบโยธา	เปิดขึ้นหยิบกิน	บัวนน้ำลงไป
ถูกในแผ่นดิน	หญ้างามโคกิน	หายโรคอ้วนพี
แม่เห็นอัศจรรย์	จึงได้สำคัญ	ว่ายานี้ดี
กินไปจนหมด	กายสดเปรงศรี	ก่อนซุบกลับพี
อาหารเพิ่มพูน	ครั้นกาลล่วงมา	บุตรนั้นชรา
สิ้นชีพดับสูญ	มารดาอยู่มาก	กว่าบุตรเจ็ดคุณ
กำหนดด้วยสูญ	หลายจุดหลายเรียง	เขาเล่าสืบมา
ไม่เห็นด้วยตา	ต้องว่าซ่อนเสียง	พูดไม่เต็มปาก
ยากจักเรียบเรียง	ผู้อ่านจักเถียง	กล่าวโทษโจทก์ทนายฯ

ตำนานมะตูมนิยม ว่าชายหนึ่งได้ มะตูมนิยม
 ขลัง สมดังใจหวัง ผลหนึ่งทำยา กล้วยน้ำโทเพิ่ม หวีหนึ่ง
 เทียวมา พริกไทยเท่ายา ว่าเต็มทะนาน นิ่งขึ้นด้วยกัน
 มะตูมเชือดหั่น กล้วยน้ำปอกฝาน พริกไทยในห่อ
 เอาตุลคุศิการ ย่อยให้แหลกนาน ทำแผ่นตากเรียง
 แห้งแล้วลงครก ปั่นแหลกลิ้นเสียง ยกโถตั้งเคียง
 น้ำผึ้งคลุกเท เสร็จแล้วเก็บไว้



เนื้อมะตูมสุก

จากคำกลอนดังกล่าวมีสมุนไพรที่ใช้มี มะตูมนิยม
 กล้วยน้ำโท และพริกไทย (ร้อน) และลองมาทำความรู้จัก
 กับสมุนไพรทั้งสามกันว่าทำไมถึงทำให้คุณแม่ยังสาว
 จนลูกชายจำแม่ไม่ได้

สำหรับ มะตูมนิยมหากันยากหน่อยนะคะ ในประเทศไทยเรามี ๓ ชนิดคือ ชนิดแรกเรียกว่า มะตูมไข่ มะตูม
 ไข่จะมีลักษณะผลกลม ชนิดที่สองเรียกว่า มะตูมบ้าน มะตูมบ้านจะมีลักษณะผลยาว และชนิดที่สามเรียกว่ามะตูมนิยม
 มะตูมนิยมจะมีลักษณะผลยาวเช่นเดียวกับมะตูมบ้าน แต่จะแตกต่างกันตรงที่ผิวเปลือกผลของมะตูม คือ
 หากเป็นมะตูมผลนิยมจะมีลักษณะของผิวเปลือกผลค่อนข้างนิ่มมากกว่าค่ะ

ผลมะตูมนิยม ผลมะตูมนิยมใช้เป็นยาอายุวัฒนะ ขับผายลม เจริญอาหาร บำรุงกำลัง และยังกินผลสุกเป็น
 ยาแก้พิษฝี พิษไข้ แก้กษัยเบลอ รักษาฝ้า ไข้ทั้ง ๕ หมายถึง ราก ต้น ใบ ดอก และผล ต้มน้ำดื่มแก้ปวดศีรษะ
 ตาลาย ทำให้เจริญอาหารได้ดีมาก ผลสด หรือ แห้ง ที่อยู่ระหว่างกำลังจะสุกคาคั้น มี TECTIN และ มูซิลเลท ใน
 เนื้อผลเป็นยาสมานอย่างอ่อน ใช้แก้ท้องเดินและบิดได้ดี

กล้วยน้ำโท ลำต้นมีลักษณะสูงประมาณ ๒-๓ เมตร ก้านช่อดอกหรือเครือมีขน ใบประดับหรือที่เรียกกันว่า
 กลีปติ รูปยาว ปลายแหลมมีวงงอขึ้น ๑ เครือมี ๗-๑๐ หวี ๑ หวีมี ๑๒-๑๖ ผล เนื้อในสุกเป็นสีส้มอมเหลือง
 รสหวานหอมคล้ายดอกไม้ กล้วยน้ำโท จัดเป็นยาเจริญอายุมาแต่บรรพชน เล่าต่อๆ กันมาว่าเมื่อเอาเนื้อในสุก
 ของกล้วยน้ำโท นับจำนวนเท่าอายุของผู้รับประทานมาเรียงซ้อนกันใส่โหลขนาดใหญ่แล้วเทน้ำผึ้งแก้ลงไปให้ท่วมกล้วย
 ในโหลทิ้งไว้นานประมาณ สามเดือนแล้วนำมารับประทานวันละผลจนหมดก็ทำให้ร่างกายแข็งแรง อายุยืนยาววิเศษนัก



กล้วยน้ำโท



พริกไทย (ร้อน)

พริกไทย เป็นพืชที่มีผลเป็นพวงเมล็ดขนาดเล็ก จัดเป็นสมุนไพรที่มีสรรพคุณทางยา และเป็นราชาแห่งเครื่องเทศที่มีรสชาติเผ็ด สำหรับสรรพคุณทางยานั้น พริกไทยดำจะมีสรรพคุณทางยาที่มากกว่าพริกไทยอ่อน (พริกไทยขาว) โดยเฉพาะสรรพคุณที่นำมาใช้ปรุงเป็นยาอายุวัฒนะ



มะตูมแห้ง

ขั้นตอนและวิธีการทำง่าย ๆ

- มะตูม نیم ๑ ผล
- กลัวยน้ำไท ๑ หวี (๑๕ ผล)
- พริกไทยร้อน ๑ กำมือ

๑. นำกลัวยน้ำไทปอกเปลือกออก แล้วหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ บดหรือปั่นให้ละเอียด
๒. นำมะตูม نیمมาหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ ปั่นให้ละเอียด หากใช้มะตูมแห้งให้นำไปต้มก่อนเลือกเฉพาะเนื้อมะตูม
๓. นำพริกไทยมาบดให้ละเอียด
๔. นำส่วนผสมที่เตรียมไว้ลงใส่กระทะ ใช้ไฟอ่อนๆ กวนให้เข้ากัน สังเกตลักษณะส่วนผสมที่กวนเมื่อได้ที่จะไม่ติดกระทะ
๕. ยกลง ทิ้งไว้ให้เย็นแล้วนำมาปั่นเป็นลูกกลอนขนาดเท่าปลายก้อย จากนั้นนำไปตากแดดให้แห้ง แล้วเก็บใส่ภาชนะปิดฝาไว้

หากกล่าวถึงการปรุงยา “ลูกแปลกแม่” ในปัจจุบันที่ทำกันก็คงไม่ใช่วิธีการดั้งเดิม อาจจะมีการเปลี่ยนแปลงสูตรยา อย่างเช่นเนื้อมะตูม نیمหายากก็เปลี่ยนมาใช้เป็นมะตูมธรรมดาแทน กลัวยน้ำไทหายากก็เอากลัวยน้ำว่ามาใช้แทน วิธีการทำที่นำมาฝาก ก็เลือกวิธีการง่าย ๆ ขั้นตอนไม่ซับซ้อนมาฝากนะค่ะ ถึงแม้ว่าสรรพคุณที่ได้ อาจจะไม่เหมือนในตำนานเรื่องเล่า แต่คุณค่าที่ได้จากสรรพคุณของเนื้อมะตูม กลัวยน้ำไท และพริกไทย มีประโยชน์กับร่างกายอย่างแน่นอนค่ะ

เอกสารอ้างอิง

สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา. บัญชียาจากสมุนไพร ใน บัญชียาหลักแห่งชาติ พ.ศ.๒๕๕๕. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข; ๒๕๕๕.

ขอขอบคุณ

สมาคมแพทย์แผนไทยจังหวัดนครศรีธรรมราช (วัดโคกธาตุ) อาจารย์อุรา หอมอ่อน, อาจารย์สอด จารุชัย, ดร.พนรัญชน์ พลภักดี

อาจารย์ละออง ฤกษ์มงคล นายกสมาคมแพทย์แผนไทย จังหวัดนครศรีธรรมราช