

ส้มป่อย



ทั่วไป : ส้มป่อย หรือ ส้มขอน (ภาคกลาง) ส้มป่อย(ภาคเหนือ) ส้มใบ ส้มป่อย (ภาคใต้)

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Acacia concinna* (Willd.) DC.

วงศ์ : Leguminosae-Mimosoideae

ประเภท : ไม้เถา

ลักษณะวิสัย : ส้มป่อยเป็นไม้เถารอเลื้อยขนาดใหญ่ ตามลำต้นกิ่งก้าน มีหนาม ใบเป็นใบประกอบแบบขนนกสองชั้นใบย่อยรูปขอบขนาน ปลายและโคนใบมน ดอกมีขนาดเล็กเป็นช่อกลมเป็นพู่เหมือนดอกกระถิน ออกตามปลาย กิ่ง ฝักแบนยาว คล้ายถั่วลันเตา สีนํ้าตาลขอบเป็นคลื่น ผิวย่น มีสารกลุ่มซาโปนินสูงถึง ๒๐ % ตีกับน้ำจะเกิดฟองคงทนมาก

ขยายพันธุ์ : ขยายพันธุ์โดยเมล็ด



เมล็ดส้มป่อย



ดินผสม



เพาะเมล็ดในถุงเพาะชำ



ประโยชน์ : ส้มป่อยมีความสัมพันธ์กับวิถีชีวิตคนไทยอย่างมาก ยอดอ่อนใช้กินเป็นอาหาร และประกอบพิธีกรรมต่าง ๆ เช่น เฝ้าใส่น้ำมนต์ เพื่อการรักษาและป้องกันโรคต่าง ๆ หรือใบเป็นอุปกรณ์พรมน้ำมนต์ ในส่วนของฝักมีสารออกฤทธิ์ในกลุ่ม (saponin) ได้แก่ acacinin A, B, C, D และ E จากการสัมภาษณ์ชาวบ้าน ที่นำฝักส้มป่อยมาขาย ทราบว่ามีการนำส้มป่อยไปใช้ใน อุตสาหกรรมการทำเครื่องสำอาง (ยาสระผม น้ำหอม เป็นต้น) สรรพคุณทางสมุนไพรใช้ใบต้มน้ำแก้โรคผิวหนัง และเป็นยาขับเสมหะ

ลักษณะทั่วไป: ส้มป่อยเป็นไม้เลื้อย มีเถาเป็นเนื้อไม้และมีหนามที่เปลือกของลำต้น ลำต้นเลื้อยพาดพันต้นไม้อื่นได้ บริเวณยอดอ่อน เถาจะเป็นสีแดงคล้ำมีหนามอ่อน ใบ เป็นใบประกอบก้านใบประกอบยาว ๖-๑๖ ซม. ก้านใบยาว ๑.๕-๕.๒ ซม. ประกอบด้วยใบ ๕-๑๐ คู่ มีใบย่อย ๑๐-๓๕ คู่ ในแต่ละก้าน ใบย่อยสีเขียวขนาดเล็ก ดอกจะแตกออกจากง่ามใบ ลักษณะเป็นทรงกลมคล้ายดอกกระถิน และมีเกสรเป็นขนอ่อนๆ รอบดอก เมื่อดอกแก่จะกลายเป็นฝักยาว ผลเป็นฝัก ผิวของฝักมีคลื่นขรุขระ ฝักยาว ๑๐-๑๕ ซม. เปลือกของฝักอ่อนเป็นสีเขียวอมแดง พอแก่เป็นสีน้ำตาลเข้มเมล็ดเรียงอยู่ภายใน



สรรพคุณทางยา: ใบรสเปรี้ยว ฝาดร้อนเล็กน้อย สรรพคุณช่วยขับเสมหะ ขับระดูขาว แก้บิด พอกโลหิต แก้โรคตา ดอก รสเปรี้ยว ฝาด มัน แก้เส้นเอ็นพิการให้สมบูรณ์ ฝัก รสเปรี้ยว เป็นยาขับเสมหะ แก้ไอ ทำให้อาเจียน แก้น้ำลายเหนียว แก้โรคผิวหนัง ช่วยขจัดรังแคและบำรุงเส้นผม เปลือกกรสมเปรี้ยว ผัดปั่ว ช่วยเจริญอาหาร ขจัดเสมหะ แก้ไอ ซางเด็ก ต้นรสเปรี้ยวฝาด แก้ตาพิการ รากรสขม แก้ไข้ แก้ท้องร่วง

ประโยชน์ทางอาหาร: ยอดอ่อนและใบอ่อนใช้รับประทานเป็นผักและเครื่องปรุงรส ช่วยให้อาหารมีรสเปรี้ยวและช่วยดับกลิ่นคาวปลาได้ ยอดส้มป่อยมักนำมาแกงกับปลา แกงส้ม หรือจจ เวลาแกง อาจจะใส่ยอดส้มป่อยอย่างเดียวหรือแกงรวมกับยอดมะขามอ่อนก็ได้

ประโยชน์อื่นๆ : น้ำของฝักส้มป่อยใช้ขัดล้างเครื่องเงิน เครื่องทอง นอกจากนี้เปลือกต้นให้สีน้ำตาล และสีเขียวซึ่งใช้ประโยชน์ ในการย้อมผ้า ย้อมแห และอวนได้

- สารที่มีประโยชน์ในส้มป่อย:
- ในผักมีสารซาโปนิน ซึ่งเมื่อผสมทำให้เกิดฟองคล้ายสบู่
 - มีสารจำพวก กรดอินทรีย์ ที่ทำให้มีรสเปรี้ยว นำไปประกอบอาหารได้

สรรพคุณต่างๆ ของส้มป่อย

ส้มป่อยเป็นยา

ตำรับยาแก้รังแค คันศีรษะ รักษาผมร่วงก่อนวัย

นำผักส้มป่อยที่ปิ้งไฟประมาณ ๑๐ ผักต้มรวมกับลูกมะกรูดที่หมกไฟดีแล้ว ๒ ลูก ในน้ำ ๕ ลิตร ต้มเดือดจนแตกฟองดี แล้วนำมาใช้หมักและสระผมได้ โดยไม่ต้องผสมกับแชมพูเคมีใด ๆ เลย หากสระผมด้วย แชมพูธรรมชาติส้มป่อยสัปดาห์ละ ๒-๓ ครั้ง รับรองว่าอาการคันบนหนังศีรษะและรังแคจะหายไปเป็นปลิดทิ้ง

ตำรับยาแก้ไอ

ตำรับ๑ เอาเปลือกแช่น้ำกินทำให้ชุ่มคอแก้ไอได้

ตำรับ๒ นำผักปิ้งไฟให้เหลืองชงน้ำกินแก้ไอ

ตำรับยาแก้ไข้ท้องอืด

ใช้ยอดส้มป่อยต้มกินกับข้าวต้ม

ตำรับยาแก้ฝี

ตำรับ ๑ นำยอดอ่อนของส้มป่อยมาตำรวมกับขมิ้นอ้อยใส่น้ำมันพืชเล็กน้อย หมกไฟพออุ่น

และนำไปพอกจะช่วยแก้พิษฝี ทำให้ฝีแตกเร็วหรือยุบไป

ตำรับ ๒ ใช้รากฝนใส่น้ำปูนใสทาฝี



ตำรับยาแก้โรคตับ

ใช้เปลือกต้มกิน



ตำรับยาแก้ท้องร่วง

ใช้รากส้มป่อยต้มน้ำดื่ม

อาหารจากส้มป่อย



๑. ต้มส้มป่อย (อุ้ยกำ จาอินโต๊ะ สัมภาษณ์ ๑๓ กรกฎาคม พ.ศ.๒๕๕๒)



ส่วนผสม ปลาช่อน ๑ ตัวหั่นเป็นชิ้นใหญ่ ยอด
ส้มป่อย ๑ กำ พริกสด ๕ เม็ด กระเทียม ๑ หัว ข่า ๓ แว่น
ตะไคร้ ๑ ต้น เกลือ น้ำปลา

วิธีทำ พูบพริกสด กระเทียม ตะไคร้ ลงในหม้อ ใส่
เครื่องหม้อตั้งไฟให้เดือด ใส่ปลาลงไป ปรุงด้วยเกลือ น้ำปลา
ใส่ยอดส้มป่อย สักพักยกลง กินได้



๒. แกงส้มปลาดุกใส่ยอดส้มป่อย (อุ้ยกำ จาอินโต๊ะ สัมภาษณ์ ๑๓ กรกฎาคม พ.ศ.๒๕๕๒)

ส่วนผสม ปลาดุก ๑ ตัวหั่นเป็นชิ้นใหญ่ ยอดส้มป่อย ๑ กำ เครื่องแกง (พริกสด ๕ เม็ด ขมิ้น ๓
แฉ่ง ตะไคร้ ๑ ต้น หอมแดง ๔ หัว กระเทียม ๒ หัว รากผักชี ๓ ต้น กะปิ ๑ ช้อนโต๊ะ
เกลือ ๑ ช้อนโต๊ะ) ผักชี ผักชีฝรั่ง ต้นหอม มะเขือเทศ น้ำมะนาว ผักสำหรับแกงส้ม (ผักบุ้งหรือมะละกอ
หรือผักกระดาด-ทางเหนือ เรียกส้มตุน)

วิธีทำ ตำเครื่องแกงให้ละเอียดผสมน้ำเครื่องหม้อตั้งไฟให้เดือด ใส่ปลาดุก ใส่ น้ำมะนาวเพื่อดับ
กลิ่นคาวปลา ต้มให้ปลาสุก ใส่ผักสำหรับแกงส้ม ผักชีซอย ต้นหอมซอย มะเขือเทศ ยอดส้มป่อย ปรุง
รสให้อร่อยยกลง กินได้



แกงเห็ดใส่ยอดส้มป่อย



๓. แกงเขียดน้อยใส่ยอดส้มป่อย

ยอดส้มป่อยแกงหรือต้มใส่สิ่ง ใส่เขียดเป็นอาหารเฉพาะถิ่นของคนอีสาน ดังคำที่คนอีสานพูดว่า "ขอนแก่นได้เขียดน้อยมาแกง มาต้ม ใส่ยอดส้มป่อยคักแท้ ๆ "

ส่วนผสม เขียดน้อย ๑ ถ้วย ยอดส้มป่อย ๑ กำ ปลายี่สาร เครื่องแกง (พริก ๑๐ เม็ด กระเทียม ๒ หัว ตะไคร้ ๒ ต้น ใบมะกรูด ๓ ใบ)

วิธีทำ นำเขียดน้อยควักไส้ แล้วล้างน้ำให้สะอาด เก็บยอดส้มป่อยมาล้างน้ำให้สะอาด ตำเครื่องแกงให้ละเอียด ต้มน้ำให้เดือดแล้วใส่เครื่องแกงลงไป ใส่เขียด เมื่อสุกนำยอดส้มป่อยใส่ลงไป แล้วปรุงรสด้วยน้ำปลา ปลายี่สาร ตามแต่ชอบ ชดน้ำร้อน ๆ อร่อยมาก



๔. ข้าวผัดดอกส้มป่อยหรือข้าวผัดปลาส้มแม่มา่ย

ส่วนผสม ดอกส้มป่อย กระเทียม เกลือ น้ำตาลทรายแดง ข้าวสวย น้ำมันพืช

วิธีทำ นำดอกส้มป่อยมาล้างให้สะอาด จากนั้น แกะกระเทียมลงผัดในหม้อน้ำมันตามด้วยข้าวสวยและดอกส้มป่อย ปรุงด้วยเกลือ น้ำตาลทรายแดง จะมีสีชมพู มีรสเปรี้ยวฉ่ำน้อย เหมือนปลาส้ม จึงได้ชื่อว่าปลาส้มแม่มา่ย



๕. ยอดส้มป่อยอ่อน

ส่วนผสม ยอดส้มป่อย หอมแดง กระเทียม มะเขือเทศ พริกชี้หนู เกลือ น้ำตาลทรายแดง ปลา น้ำมันพืช

วิธีทำ นำเอาหอมแดง กระเทียม มะเขือเทศ พริกชี้หนูกับน้ำมันพืช ใส่เกลือ น้ำตาลทรายแดง หมกไว้ให้เครื่องสุกพอเครื่องสุกแล้วใส่น้ำต้ม จากนั้นเอาปลามาปิ้งให้สุกแล้วแกะเอาเนื้อปลาใส่ลงในหม้อต้ม (ปลานั้นจะเป็นปลาดุกย่างหรือปลาอย่างอื่นย่าง ปิ้ง ก็ได้) จากนั้นพอรสชาติเข้าที่แล้ว เอายอดส้มป่อยมาปิดใส่ลงในหม้อต้มเป็นอันเสร็จ

ส้มป่อย สมุนไพรแห่งการขอลดโทษ...ทางธรรม

คนล้านนายังเชื่อว่าส้มป่อยเป็นสมุนไพรในการขอลดโทษทางธรรม กล่าวคือเมื่อทำผิดพลั้งไป เช่น ถ้าใครไปทำสิ่งไม่ดีที่เรียกว่า ชีต ทำให้ตนเจอะเจอความชั่วร้าย สิ่งที่จะช่วยให้บรรเทาเบาบางลงคือน้ำส้มป่อยหรือครูอาจารย์ ผู้มีเวทมนตร์คาถา ที่นั่งพิปูย่า (คนทรง) เมื่อทำผิดข้อห้ามของครูอาจารย์หรือบรรพบุรุษ ที่เรียกกันว่า ผิดครู น้ำส้มป่อยก็จะช่วยให้ของขลังของดีมีในตัวได้ดังเดิม

ส้มป่อย สมุนไพรไล่แมลงมรสุม พายุร้าย

นอกจากจะใช้ส้มป่อยในการปลดปล่อยสิ่งชั่วร้าย และสร้างสิริมงคลให้กับตัวเองแล้ว คนกะเหรี่ยงและคนพื้นเมืองหลายพื้นที่ในภาคเหนือ ในคราที่พายุลมแรงฝนฟ้าคะนอง ฟ้าแลบ ฟ้าร้อง เปรี้ยงปร้างนำหวาดกลัวเขาจะเผาผลาญส้มป่อยให้เกิดเป็นควันโขมง ลักพักทุกอย่างก็จะสงบลง ผู้ที่เคยเห็นเหตุการณ์ต่างยืนยันเช่นนั้น

ส้มป่อยยาสระผมธรรมชาติ

แชมพูสระผมปัจจุบันทำจากสารเคมี ไม่ว่าสูตรไหน ๆ ก็จะมีสรรพคุณในการชำระล้างน้ำมันธรรมชาติของเส้นผมและหนังศีรษะ ทำให้ผมแห้ง เป็นรังแค ผมหงอกก่อนวัย

สมัยก่อนคนในแถบเอเชียต่างใช้น้ำจากฝักส้มป่อย สระผมอันงามสลวย ปัจจุบันในหลายพื้นที่ทางภาคเหนือยังมีการใช้อยู่ในทางชีวเคมี ฝักส้มป่อยมีสารกลุ่มซาโปนิน (saponin) หลายชนิด เช่น สารอะคาซินินเอ (acacinin A) และสารอะคาซินินบี (acacinin B) รวมกันแล้วสูงถึงร้อยละ ๒๐ สารเหล่านี้เป็นแชมพูธรรมชาติที่เป็นกรดอ่อนๆ เหมาะที่จะใช้ในการสระผมอย่างยิ่ง ช่วยรักษารังแค ผมหงอกก่อนวัย เพียงนำฝักส้มป่อยมาหั่นกวาดกับน้ำแรงๆ สารซาโปนินจะแตกฟองที่คงทนมากมีฤทธิ์ในการชำระล้างได้ดีโดยไม่ทำลายธรรมชาติของผมและผิวหนังบนศีรษะ

การอาบหรือแช่น้ำส้มป่อยทั้งตัวจะช่วยให้ร่างกายสะอาดปราศจากคราบโคล ช่วยให้สดชื่น แก้อุดตันในหนังศีรษะและโรคผิวหนังได้หลายชนิด ไม่เพียงแต่ผิวกายและหนังศีรษะเท่านั้น น้ำส้มป่อยยังใช้แช่และขัดเครื่องทองให้เหลืองอร่ามสุกปลั่งเหมือนทองใหม่ได้อีกด้วย

ส้มป่อย สูดยอฝักกำจัดพิษ ช่วยแก้ไข...สมุนไพรในยุควัด ๒๐๐๙

ใบส้มป่อยและฝักใช้เป็นส่วนประกอบสำคัญของยาอบ ผลจากการที่มีรสเปรี้ยวช่วยขับเหงื่อ ช่วยกำจัดสิ่งสกปรกออกจากร่างกายใบส้มป่อยยังใช้เป็นยาประคบแทบทุกตำรับจะใช้ใบส้มป่อยเดี่ยวๆ หรือผสมสมุนไพรตัวอื่นใส่ในลูกประคบ เพื่อแก้ปวดเมื่อย และยังสามารถนำใบส้มป่อยมาต้มดื่มได้

น้ำต้มใบส้มป่อยมีรสเปรี้ยวเป็นยาสตรีช่วยถ่ายระดูขาว ฟอกโลหิตประจำเดือนให้งาม ช่วยล้างเมือก มันในทางเดินอาหารและใช้เป็นยาระบาย ช่วยกำจัดพิษออกจากระบบทางเดินอาหาร ช่วยลดน้ำหนักได้เช่นกัน นอกจากนี้ ความเปรี้ยวของส้มป่อยยังช่วยละลายเสมหะ แก้ไอได้อีกด้วย ดังนั้น ส้มป่อยจึงเป็นสมุนไพรกำจัดพิษแบบไทยๆ อย่างดีทีเดียว ที่น่าสนใจ คือใบของส้มป่อยถือเป็นผักที่มีวิตามินเอและบีตาแคโรทีนสูงมากเป็นอันดับต้นๆ ผลจากการทดสอบฤทธิ์ด้านอนุมูลอิสระของยอดส้มป่อยพบว่าสูงมาก

นอกจากนี้ยังมีการศึกษาพบว่าสารซาโปนินในฝักส้มป่อยทำให้ทีเซลล์ (T cells) ทำงานได้ดีขึ้น ช่วยทำให้ภูมิคุ้มกันของร่างกายดีขึ้น

ส้มป่อยเป็นอีกรูปธรรมหนึ่งของสมุนไพรไทย ที่ไม่ได้คุณค่าเป็นเพียงต้นไม้ยา แต่ผูกพันอยู่ในวิถีความเป็นอยู่ ความเชื่อและพิธีกรรมของคนในชุมชนจนเป็นหนึ่งเดียวกัน จึงไม่น่าแปลกใจถ้าจะยกย่องให้ส้มป่อยเป็นสมุนไพรที่กำลังพิชิตภัยได้ทั้งกายและใจ



ตำนานที่เกี่ยวข้องกับส้มป่อย

หม่าหัน...ตำนานแม่นากภาคไทยใหญ่

มีนิทานพื้นบ้านที่เกี่ยวกับหม่าหันว่า กาลครั้งหนึ่งมีผีเสื้อขาวใหม่ปลามันคู่หนึ่ง ตั้งบ้านเรือนอยู่ท้ายหมู่บ้าน ผัวต้องออกตระเวนไปค้าขายต่างถิ่น ในขณะที่เมียกำลังตั้งท้อง ต่อมาเมียก็คลอดลูกตาย ขณะที่เพื่อนบ้านจะเคลื่อนย้ายศพของเมียไปฝังที่ป่าช้านั้นร่างคนตายก็ร่วงลงมาตรงบันไดบ้าน ตามธรรมเนียมชาวไทยใหญ่เมื่อเกิดเหตุการณ์เช่นนี้ หมายถึง ผู้ตายไม่ยอมไปป่าช้า ชาวบ้านจึงนำศพฝังไว้ที่บ้านเมื่อผัวกลับมาเป็นช่วงเวลากลางคืน ก็พบเมียหงหลำกับกับข้าวไว้อร่อยทำให้อยู่กินกันตามปกติ

รุ่งขึ้นผัวออกไปพบชาวบ้านคนอื่นๆ ในหมู่บ้านเพื่อนบ้านก็บอกว่าเมียแกคลอดลูกตาย แต่ชายหนุ่มหาเชื่อไม่ ปฏิเสธว่าไม่จริงก็ยังคงอยู่กินกันตามปกติ แต่เมื่อไปพบใครๆ ก็บอกเช่นนั้น จึงเริ่มสงสัยขึ้นมาบ้าง วันหนึ่งหลังกินข้าวเย็นเสร็จเรียบร้อย ผัวทำตะบันหมากตกลงไปได้ถุนบ้านตั้งใจจะลงไปเก็บเมียก็บอกว่าเดี๋ยวน้องไปเก็บให้ พอผัวคล้อยหลังได้เหลียวไปเห็นเมียเอาลั่นไปม้วนเก็บตะบันตำหมากนั้นขึ้นมาบนเรือน พอแน่ใจแล้วว่าเมียของตนคงตายไปแล้วจริงๆ จึงออกอุบายบอกเมียว่าจะไปทำถ้ำยาเบาตรงนอกชาน แล้วรีบไปเจาะกระบอกไม้ไผ่ที่เก็บน้ำไว้ตรงนอกชานเพื่อให้เกิดเป็นเหมือนเสียงปลสวาระจากนั้นก็รีบวิ่งไปในหมู่บ้านแบบไม่คิดชีวิต

เมียเมื่อเห็นผัวปลสวาระไม่เสร็จเสียทีจึงออกมาดูก็พบว่าผัวไม่อยู่แล้ว จึงวิ่งออกไปตะโกนเรียกหา ส่วนผัวเมื่อรู้ว่าเมียตามมาจึงรีบหลบในพุ่มของหมากขอน (ลัมป่อย) เมียมองไม่เห็นผัวที่หลบอยู่ใต้พุ่มหมากขอนวิ่งมาจนถึงหมู่บ้านไปพบบ้านช่างตีเหล็กกำลังตีเหล็กไฟลูกโชนอยู่ จึงถามว่าเห็นผัวของฉันไหม ช่างตีเหล็กรู้ว่าผู้หญิงคนนี้ตายแล้ว จึงบอกว่า ก้มลงซิ เมื่อหล่นก้มลง ช่างตีเหล็กก็ใช้ค้อนที่เผาไฟลูกแดงตีลงไป สาวเจ้าก็ได้กลายเป็นหิ้งห้อยลอยตามหาผัวต่อไป

นับแต่นั้นมาคนไทยใหญ่ก็จะเรียกหมากขอนว่า หม่าหั้น ซึ่งแปลว่าไม่เห็น หมายถึงผีมองไม่เห็นนั่นเองและเชื่อว่าหิ้งห้อยคือวิญญาณของเมียที่ตามหาผัวของตนเอง

นอกจากคนไทยใหญ่แล้วคนเผ่าคนแกในภาคเหนือและภาคอีสานรวมถึงประเทศลาว ต่างใช้ผักของลัมป่อย เพื่อปัดเป่าภัยร้ายเช่นกัน ดังเช่น ในวันสงกรานต์ ที่คนโบราณเชื่อกันว่าเป็นวันที่มีอาถรรพ์แรง เพราะเคียรของทำวผกาพรหมอาจหล่นมาสู่โลกเกิดไฟประลัยกัลป์ได้ จึงต้องมีการรดน้ำดำหัวกันด้วยน้ำผักลัมป่อย เพื่อล้างอาถรรพ์สร้างสวัสดิมงคล ใช้ในพิธีเสริมสิริมงคล พิธีไหว้ครู สะเดาะเคราะห์ แก้อาถรรพ์ไล่ภูติผีปีศาจ ใช้ล้างมือ ล้างหน้า หลังจากกลับจากงานศพ หรือใช้อาบน้ำศพ เพื่อให้ผู้จากไปได้พบสิ่งดีสูงสุดดี หรือการนำผักลัมป่อยติดตัวไปด้วยในงานศพผีตายโหง เป็นต้น

การเก็บผักลัมป่อยที่จะนำมาใช้ในการทำพิธีกรรมต่างๆ นั้นต้องเก็บในวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๔ ซึ่งจะศักดิ์สิทธิ์ หรืออย่างน้อยก็ต้องไปเก็บก่อนฟ้าร้อง หรือก่อนฝนตกลงมา เพราะหากฟ้าร้องฝนตกแล้วถือว่าไม่เป็นยาไม่ขลัง ถือว่า ข้ามปีไปแล้ว

เมื่อได้เวลาเก็บ ชาวบ้านจะเลือกเก็บฝักส้มป่อยที่แก่จัด นำไปตากในกระดังให้แห้งสนิท เก็บใส่ตะกร้า ไว้ใช้ในพิธีกรรมต่างๆ ก่อนนำไปใช้นิยมนำฝักส้มป่อยไปผิงไฟพอให้สุก ส้มป่อยจะมีกลิ่นหอมเปรี้ยว ผู้ที่เคยล้างหน้าหรืออาบน้ำด้วยน้ำส้มป่อยแล้ว ย่อมรู้สึกได้ถึงควมมีสิริมงคล เพราะกลิ่นหอมแทรกสรเบรี้ยวของส้มป่อยช่วยให้สดชื่นฟื้นชีวิตชีวาขึ้นมาทันทีทันใด

ส้มป่อย : พืชศักดิ์สิทธิ์ พืชดลิ่งชั่วร้าย

ศรีจันทร์รัตน์ กันทะวัง – ผู้เขียน <http://school.obec.go.th/phifo/web/story/st7.html>

วิถีชีวิตชาวชนบทล้านนา กลมกลืน สอดคล้องกับธรรมชาติ ความเชื่อและแนวปฏิบัติจึงได้รับอิทธิพลจากสิ่งรอบตัว ถูกนำมา ใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด คุณค่าสำคัญของธรรมชาติเกิดจากใจ ที่มีแรงศรัทธาและความเชื่อมั่น หลายอย่างจึงบังเกิดผลดีและถ่ายทอดให้ถือปฏิบัติสืบมา

ส้มป่อย เป็นพืชสมุนไพรที่ผู้คนยกย่องให้มีคุณควรค่าแก่การเก็บรักษา เชื่อว่าสามารถ ขจัดสิ่งชั่วร้ายเภทภัยต่างๆ ให้หมดไปจากตัวและบ้านเรือนได้

พ่อหนานจุมปู ชายชราวัยเจ็ดสิบกว่า หมอเมืองผู้เชี่ยวชาญด้านการรักษาโรค และเป็นที่ยอมรับ นับถือของชาวบ้านเล่าถึงนิทานจากพรหมจักรชาดก ชาดกล้านนาซึ่งแปลงมาจาก รามเกียรติ์ที่ได้กล่าว ถึงความสำคัญของส้มป่อยว่า ครั้งหนึ่ง มีควายชื่อทรพี คิดอยากเอาชนะพ่อ จึงท้าชนทรพาผู้พ่อ ทั้งสอง ต่อสู้กันจนเวลาล่วงเลย ฝ่ายทรพีเพลี่ยงพล้ำถูกรถพาไล่ชีวิตจนถอยร่นไปไกล ขณะนั้นเองทรพี ได้ถอย ไปชนต้นส้มป่อยที่กำลังออกฝักอยู่ ด้วยกำลังที่ชนอย่างแรงทำให้ฝักส้มป่อยหล่นลงมาถูกหัวทรพี ทันใดนั้น กำลังที่เคยอ่อนล้าหมดแรง เกิดฮึกเหิมเพิ่มขึ้น ได้ที่ทรพีจึงถาโถมเข้าชนทรพาอย่างเมามัน ผู้เป็นพ่อเสียที หมดแรงถอยไปชนต้นมะขามป้อม ลูกมะขามป้อมหล่นถูกหัว เรี่ยวแรงที่อ่อนล้ายิ่งหมดไป จึงถูกรถพา ผู้เป็นลูกฆ่าตายในที่สุด

ส้มป่อย เป็นไม้เถาเนื้อแข็ง ชอบขึ้นตามพื้นที่ลุ่มต่ำ ชื้นแฉะ ลักษณะใบคล้ายใบชะอม มีรสเปรี้ยว ชาวบ้านจะใช้อยอดอ่อนใส่แกงให้ไดรสเปรี้ยวแทนมะนาว ชาวบ้านนิยมใส่ในต้มส้มไก่เมือง ปลาหรือต้ม ส้มข่าหมู จะไดรสชาติเปรี้ยวอร่อยและหอมกลิ่นส้มป่อย มีผลเป็นฝักแบนๆ เป็นข้อ คล้ายฝักนํ้าฉา หรือฝักกระถินเทศ แต่จะสั้นและบางกว่า จะมีหนามตลอดที่ต้นและกิ่งก้าน



สรรพคุณทางยา ตัน แก่น้ำตาพิการ ใบ แก้กโรคตา เป็นยาถ่าย ขับเสมหะ ชำระเมือกมันในลำไส้ แก้บิดพอกล้างประจำเดือน ดอก รักษาโรคเส้นพิการ ผล ใช้แก่น้ำลายเหนียว ราก ใช้แก้ไข้ ผักแห้ง นำไปปิ้งให้เหลืองชงน้ำจิบแก้ไอและขับเสมหะ เป็นยาทำให้อาเจียน ใช้พอกพมแก้รังแค ช่วยให้ผมหงอกดำ เป็นเงางาม ไม่แตกปลาย แก้ไข้จับสั่น แก้กโรคผิวหนัง เมล็ด นำไปคั่วแล้วบด ให้ละเอียดใช้ขันตู่ให้คันจุมูก ทำให้จามดี ส่วนใบ ตำให้ละเอียดใช้ประคบช่วยคลายเส้นได้

นอกจากนี้ ส้มป่อยยังผูกพันเกี่ยวข้องกับชาวชนบทล้านนา ในเรื่องพิธีกรรมสำคัญต่างๆ ชาวบ้านเชื่อว่า ส้มป่อยเป็นพืชศักดิ์สิทธิ์ ขจัดสิ่งเลวร้าย อับมงคล เป็นการปลดปล่อยสิ่งไม่ดีให้หลุดพ้นจากชีวิต

คำว่า ส้ม หมายถึง เปรี้ยว

ป่อย หมายถึง ปลดปล่อย

ชาวบ้านจะเก็บฝักส้มป่อยในช่วงเดือน ๕ เหนือ ประมาณเดือนมีนาคม-เมษายน ยิ่งถ้าเก็บในวันเพ็ญขึ้น ๑๕ ค่ำ จะทำให้ได้ ส้มป่อยศักดิ์สิทธิ์ยิ่งขึ้น

เมื่อได้เวลาเก็บ ชาวบ้านจะเลือกเก็บฝักส้มป่อยที่แก่จัด นำไปตากในกระดังให้แห้งสนิท เก็บใส่ตะกร้า ไว้ใช้ในพิธีกรรมต่างๆ ทั้งพิธีมงคลและอับมงคล ก่อนนำไปใช้จะนำฝักส้มป่อยไปผิงไฟพอให้สุก ส้มป่อยจะมี กลิ่นหอมเปรี้ยว จากนั้นหักฝักส้มป่อยเป็นชิ้นเล็กๆ แช่น้ำ จะได้น้ำส้มป่อยที่มีสีเหลืองอ่อนๆ สำหรับใช้ ในพิธีกรรมสำคัญ

น้ำมนต์ศักดิ์สิทธิ์ชำระสิ่งชั่วร้าย จากพระสงฆ์หรือปู่อาจารย์ที่นับถือ นอกจากคาถาที่ร้ายเป่าลงไปแล้ว ในน้ำยังมีสิ่งสำคัญ ที่ก่อเกิดความเชื่อมั่นแก่ผู้ศรัทธา คือส้มป่อย เป็นส่วนผสมหนึ่งด้วย

พิธีการสำนึกบุญคุณและขอขมาผู้ใหญ่ที่นับถือ หรือการดำหัวในเทศกาลปีใหม่เมือง ผู้น้อยถือขันข้าวตอก ดอกไม้ ธูป เทียน สิ่งที่เขาได้คือ น้ำลัมปอย ที่ผู้ใหญ่ใช้ลูบหัวหลังเสร็จการให้พร แล้วสะบัดพรมให้ลูกหลาน เพื่อเป็นสิริมงคลทั้งตนเองและผู้รัก

สิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่นับถือ เช่น พระพุทธรูป พระเครื่อง ชาวบ้านจะนำน้ำลัมปอยใส่น้ำอบน้ำหอมเพื่อสรงน้ำพระ ในวันปีใหม่เมือง เช่นกัน

ประเพณีงานบุญที่พ่อแม่ทุกคนต่างรอคอยโอกาสสร้างกุศลใหญ่ เพื่อปรารถนาให้ลูกชายพาไปพบชีวิตที่ดี ในโลกหน้าคือการบวชลูกแก้ว (บวชพระหรือเณร) น้ำลัมปอยก็เป็นสัญลักษณ์หนึ่งของการชำระล้างเนื้อตัว ให้บริสุทธิ์ก่อนเข้าสู่ร่มกาสาวพัสตร์ ปฏิบัติธรรม

เหตุการณ์ที่ทุกคนไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ คือ ความตาย น้ำลัมปอยก็เข้ามามีบทบาทสำคัญในงานใช้อาบน้ำศพ เพื่อให้ผู้จากไปได้พบสิ่งดีสุดดี นำร่างไปเผาที่ป่าช้า กลับมาผู้ที่ยังอยู่จะใช้น้ำลัมปอยล้างมือ ลูบผมเพื่อป้องกัน สิ่งชั่วร้ายและไล่เสนียดจัญไรออกจากตัว ถ้าเป็นการเผาผีตายโหง ผักลัมปอยที่นำติดตัวสามารถล้างอาถรรพ์ จากผีไม่ให้ติดตามมาได้

การสืบทอด สะเดาะเคราะห์ ประกอบพิธีไหว้ครู เช่น ครูซอ ครูหมอมเมือง (หมอสมนไพรพื้นบ้าน) หรืออื่นๆ ล้วนมีน้ำลัมปอย เข้ามาช่วยให้ขลัง

ชาวบ้านยังมีความเชื่อว่า ถ้าใครไปทำสิ่งไม่ดีที่เรียกว่า ชีต ทำให้ตนเจอเจอความชั่วร้าย ไม่เป็นมงคล สิ่งที่จะช่วยให้บรรเทาเบาบางลงคือ น้ำลัมปอย

ครูอาจารย์ ผู้มีเวทมนตร์คาถา ที่นั่งฝึกบูยา (คนทรง) เมื่อทำผิดข้อห้ามของครูอาจารย์หรือบรรพบุรุษ ที่เรียกกันว่า ผิดครู น้ำลัมปอยก็ช่วยให้สถานการณ์ดีขึ้น และมีของดีในตัวได้ดังเดิม

ลัมปอย กับวิถีชีวิตชาวชนบทล้านนาเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กันมาช้านาน เกือบจะทุกขั้นตอนในการดำเนินชีวิตตั้งแต่เกิด มาจนกระทั่งหมดลมหายใจ

การเคารพความยิ่งใหญ่ในธรรมชาติและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่มองไม่เห็น ก่อให้เกิดพลังศรัทธากลายเป็นความเชื่อมั่น นำไปสู่การปฏิบัติที่ได้ผล ดังนั้น ผู้คนจึงยกให้ลัมปอย เป็นสิ่งศักดิ์สิทธิ์คู่ชีวิตชาวล้านนา ตลอดไป



ส้มป่อยเป็นอีกรูปธรรมหนึ่งของสมุนไพรไทย ที่ไม่ได้คุณค่าเป็นเพียงต้นไม้ยา แต่ผูกพันอยู่ในวิถีความเป็นอยู่ ความเชื่อและพิธีกรรมของคนในชุมชนจนเป็นหนึ่งเดียวกัน จึงไม่น่าแปลกใจถ้าจะยกย่องให้ส้มป่อยเป็นสมุนไพรที่กำจัดพิษภัยได้ทั้งกายและใจ

ส้มป่อยของดีล้านนา

เมื่อถึงเทศกาล สงกรานต์ ซึ่งถือเป็น เทศกาลส่งท้ายปีเก่า ต้อนรับปีใหม่ของชาว ล้านนา ทุกคนมีความสุข สนุกสนานเบิกบานใจ แต่ก็ไม่มีส้มที่จะทำอะไร หลายๆ อย่าง เพื่อให้เกิด สิริมงคลแก่ชีวิต โดยที่ การกระทำบางอย่าง พบว่า มีเรื่องของ ต้นไม้ เข้าไปมีส่วนเกี่ยวข้อง ในด้านของความเชื่ออยู่ค่อนข้างมาก

นิทานจากพรหมจักร ชาตก ชาดกล้านนา เรื่อง "อุสสาบารส" กล่าวถึง เรื่องของส้มป่อยว่า ครั้งหนึ่ง มีความขัดแย้ง คิดอยากเอาชนะพอ จึงทำชนทราพผู้พ่อ ทั้งสอง ต่อสู้กันจนเวลาล่วงเลย ฝ่ายทราพพี่เลี้ยงพล้ำถูก ทราพไล่ชีวิตจนถอยร่น ไปไกล ขณะนั้นเองทราพ ได้ถอยไปชนต้นส้มป่อยที่กำลังออกฝักอยู่ ด้วยกำลังที่ชน อย่างแรงทำให้ฝักส้มป่อย หล่นลงมาถูกหัวทราพ ทันใดนั้น กำลังที่เคยอ่อนล้าหมดแรง เกิดฮึกเหิมเพิ่มขึ้น ได้ที่ทราพ จึงถาโถมเข้าชนทราพอย่างเมามัน ผู้เป็นพ่อเสียที หมดแรงถอยไปชนต้นมะขามป้อม ลูกมะขามป้อมหล่นถูกหัวเรียวแรงที่อ่อนล้ายิ่งหมดไป จึงถูกทราพ ผู้เป็นลูกฆ่าตาย ในที่สุด เรื่องนี้อาจเป็นต้นเหตุหนึ่งของความเชื่อในอนุภาพ ของน้ำส้มป่อย



ในวรรณกรรมชาดกเรื่อง "ปุณณาคกุमार" ตอนที่ ปุณณาคกุमारเข้ากราบทูลพระบิดาเพื่อขออนุญาตทิ้ง สภาวะอันเป็นนาคให้กลายเป็นมนุษย์ พระบิดาทรงอนุญาต และได้ประทานขันทองคำให้ ๑ ใบ แล้วให้หาส้มป่อยให้ได้ฝัก ที่มี ๗ ข้อ จำนวน ๗ ฝัก เอาแช่ในขันที่มีน้ำจาก ๗ แม่น้ำ และ ๗ บ่อ นำไปที่ฝั่งแม่น้ำใหญ่ เสกคาถา ๗ บท จำนวน ๗ คาบ ถอดคราบออก และอาบน้ำมนต์พร้อมสระเกล้าดำหัว จากนั้นเอาคราบน้ำนั้นใส่ในขันทองคำไหลลงน้ำเสียจึงจะ เป็นคนโดยสมบูรณ์ การใช้ส้มป่อยที่ปรากฏในเรื่องนี้ ก็แสดง ให้เห็นถึงความเชื่อในคุณสมบัติของส้มป่อยอีกเรื่องหนึ่ง



ส้มป่อย เป็นพืชประเภทไม้เถาเนื้อแข็งชนิด *Acacia rugata* Merr. ในวงศ์ Leguminosae ต้นและใบคล้ายชะอม มีรสเปรี้ยว ชาวบ้านจะใช้ยอดอ่อนใส่แกงให้ได้รสเปรี้ยว แทนมะนาว ชาวบ้านนิยมใส่ในต้มส้มไก่เผือก ปลา หรือต้มส้มขาคหมู จะได้รสชาติเปรี้ยวอร่อยและหอมกลิ่นส้มป่อย มีผลเป็นฝักแบนๆ เป็นข้อ คล้ายฝักฉำฉา หรือฝักกระถินเทศ

แต่จะสั้นและบางกว่า จะมีหนามตลอดที่ต้นและกิ่งก้าน นิยม ใช้ฝักแห้งของส้มป่อยแช่น้ำ สำหรับเป็นส่วนประกอบสำคัญ ในพิธีกรรมรดน้ำเพื่อความเป็นสิริมงคล สรรพคุณทางยา ต้น แก่น้ำตาพิการ ใบ แก้โรคตา เป็นยาถ่าย ขับเสมหะ ชำระเมือกมันใน ลำไส้ แก้บิดพอกล้างประจำเดือน ดอก รักษาโรคเส้นพิการ ผล ใช้แก่น้ำลายเหนียว ราก ใช้แก้ไข้ ฝักแห้ง นำไปปิ้งให้เหลืองชงน้ำจิบแก้ไอและขับเสมหะ เป็นยาทำให้อาเจียน ใช้พอกผมแก้รังแค ช่วยให้ผมดกดำเป็น เงางาม ไม่แตกปลาย แก้ไข้จับสั่น แก้โรคผิวหนัง เมล็ด นำไปคั่วแล้วบด ให้ละเอียดใช้ต้มน้ำดื่มให้คันจุมูก ทำให้จามดี ส่วนใบ ตำให้ละเอียดใช้ประคบ ช่วยคลายเส้นได้

ส้มป่อย เป็นพืชสมุนไพรที่ผู้คนยกย่องให้มีคุณค่าควร แก่การเก็บรักษา เชื่อว่าสามารถ ขจัดสิ่งชั่วร้ายเภทภัยต่างๆ ให้หมดไปจากตัวและบ้านเรือนได้

วิถีชีวิตชาวชนบทล้านนา กลมกลืน สอดคล้องกับ ธรรมชาติ ความเชื่อและแนวปฏิบัติจึงได้รับอิทธิพลจากสิ่ง รอบตัว ถูกนำ มาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด คุณค่าสำคัญ ของธรรมชาติเกิดจากใจ ที่มีแรงศรัทธาและความเชื่อมั่นหลายอย่างจึงบังเกิดผลดีและถ่ายทอดให้ถือปฏิบัติสืบมา นอกจากนี้ ส้มป่อยยังผูกพันเกี่ยวข้องกับชาวชนบท ล้านนา ในเรื่องพิธีกรรมสำคัญต่างๆ ชาวบ้านเชื่อว่า ส้มป่อยเป็นพืชศักดิ์สิทธิ์ ขจัดสิ่งเลวร้าย อัปมงคล เป็นการปลด ปลอยสิ่งไม่ดีให้หลุดพ้นจากชีวิต

โดยเฉพาะคนล้านนามีความเชื่อตามชาดกว่าเป็นพืช ที่มีพลังแห่งความศักดิ์สิทธิ์ เรียกตามภาษาถิ่นว่า ส้มป่อย เป็นตัวแพ่ สิ่งจัญไร อัปมงคล ชั่วร้าย (แพ่ เป็นภาษาถิ่น เหนือ หมายถึง ชนะ) และคำว่า ป่อยหมายถึงปลดปล่อย สิ่งจัญไรทั้งหลายให้หลุดพ้นจากชีวิตคนเรา ชาวบ้านจะเก็บ ฝักส้มป่อย ในช่วงเดือน ๕ เป้ง หรือ ขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๕ เหนือ ประมาณเดือนมีนาคม-เมษายน เรียกส้มป่อยที่เก็บใน เดือนนี้ว่า ส้มป่อยเดือน ๕ จะทำให้ได้ ส้มป่อยศักดิ์สิทธิ์ ยิ่งขึ้น เมื่อได้เวลาเก็บ ชาวบ้านจะเลือกเก็บฝักส้มป่อยที่ แก่จัด นำไปตากในกระดังให้แห้งสนิท เก็บใส่ตะกร้า ไว้ใช้ ในพิธีกรรมต่างๆ ทั้งพิธีมงคลและอัปมงคล ก่อนนำไปใช้จะ นำฝักส้มป่อยไปผิงไฟพอให้สุก ส้มป่อยจะมี กลิ่นหอมเปรี้ยว จากนั้นหักฝักส้มป่อยเป็นชิ้นเล็กๆ แช่น้ำ จะได้ น้ำส้มป่อย ที่มีสีเหลืองอ่อนๆ สำหรับใช้ ในพิธีกรรมสำคัญ



อย่างไรก็ตาม ในด้านการปฏิบัติ ชาวล้านนานิยม ใช้ส้มป่อยมาตั้งแต่โบราณ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในเทศกาลสงกรานต์ สำหรับวิธีการใช้จะใช้ฝักแห้งของส้มป่อยปิ้งไฟให้หอมแช่ลงในน้ำสะอาด

ที่มีผงขมิ้นละลายเจืออยู่ เรียกน้ำนี้ว่า "น้ำขมิ้นส้มป่อย" แต่ระยะหลังนี้ไม่ค่อยปรากฏการใช้ ขมิ้นอีก แต่นิยมเติมน้ำอบน้ำหอมและเกสรแห่งของดอกไม้ หอม เช่นดอกสารภี ดอกคำฝอย เป็นต้น

น้ำมนต์ศักดิ์สิทธิ์ชำระสิ่งชั่วร้าย จากพระสงฆ์หรือปู่ อาจารย์ที่นับถือ นอกจากคาถาที่ร้ายเป่าลงไปแล้ว ในน้ำยังมี สิ่งสำคัญ ที่ก่อเกิดความเชื่อมั่นแก่ผู้ศรัทธา คือส้มป่อย เป็น ส่วนผสมหนึ่งด้วย พิธีการสำนึกบุญคุณและขอขมาผู้ใหญ่ที่นับถือ หรือการดำหัวในเทศกาลปีใหม่เมือง ผู้น้อยถือขันข้าวตอก



ดอกไม้ ธูป เทียน สิ่งที่ขาดไม่ได้คือ น้ำส้มป่อย ที่ผู้ใหญ่ใช้ ลูบหัวหลังเสร็จการให้พร แล้วสะบัดพรให้ลูกหลาน เพื่อ เป็นสิริมงคลทั้งตนเองและผู้รักสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่นับถือ เช่น พระพุทธรูป พระเครื่อง ชาวบ้านจะนำน้ำส้มป่อยใส่น้ำอบน้ำหอม เพื่อสรงน้ำพระ ในวันปีใหม่เมือง เช่นกัน

ประเพณีงานบุญที่พ่อแม่ทุกคนต่างรอคอยโอกาส สร้างกุศลใหญ่ เพื่อปรารถนาให้ลูกชายพาไปพบชีวิตที่ดี ใน โลกหน้าคือการบวชลูกแก้ว (บวชพระหรือเณร) น้ำส้มป่อยก็ เป็นสัญลักษณ์หนึ่งของการชำระล้างเนื้อตัว ให้บริสุทธิ์ก่อน เข้าสู่ร่มกาสาวพัสตร์ ปฏิบัติธรรม

เหตุการณ์ที่ทุกคนไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ คือ ความตาย น้ำส้มป่อยก็เข้ามามีบทบาทสำคัญในงานใช้อาบนํ้าศพ เพื่อให้ผู้จากไปได้พบสิ่งดีสูงสุด นำร่างไปเผาที่ป่าช้า กลับมา ผู้ที่ยังอยู่จะใช้น้ำส้มป่อยล้างมือ ลูบผมเพื่อป้องกัน สิ่งชั่วร้าย และไล่เสนียดจัญไรออกจากตัว ถ้าเป็นการเผาศพตายโหง ผักส้มป่อยที่นำติดตัวสามารถล้างอาถรรพ์ จากผีไม่ให้ติดตามมาได้

การสืบทอดา สะเดาะเคราะห์ ประกอบพิธีไหว้ครู เช่น ครูซอ ครูหมอมเมือง (หมอสมนไพรพื้นบ้าน) หรืออื่นๆ ล้วน มีน้ำส้มป่อย เข้ามาช่วยให้ขลัง

ชาวบ้านยังมีความเชื่อว่า ถ้าใครไปทำสิ่งไม่ดีที่เรียกว่า ชิด ทำให้ตนเจอเจอความชั่วร้าย ไม่เป็นมงคล สิ่งที่จะช่วยให้ บรรเทาเบาบางลงคือ น้ำส้มป่อย

ครูอาจารย์ ผู้มีเวทมนตร์คาถา ที่นั่งฝึปปูย่า (คนทรง) เมื่อทำผิดข้อห้ามของครูอาจารย์ บรรพบุรุษ ที่เรียกกันว่า ผิดครู หรือบุคคลที่มีคาถาอาคมที่บังเอิญไปลอดราวตากผ้า หรือร้านบวบ (เชื่อว่าจะทำให้คาถาอาคมเสื่อม) น้ำส้มป่อยก็ ช่วยให้สถานการณ์ดีขึ้น และมีของดีในตัวได้ดังเดิม



ส้มป่อย กับวิถีชีวิตชาวชนบทล้านนาเกี่ยวข้อง สัมพันธ์กันมาช้านาน เกือบจะทุกขั้นตอนในการดำเนินชีวิต ตั้งแต่เกิด มาจนกระทั่งหมดลมหายใจ การเคารพความยิ่งใหญ่ในธรรมชาติและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ที่มองไม่เห็น ก่อให้เกิดพลังศรัทธากลายเป็น ความเชื่อมั่น นำไปสู่การปฏิบัติที่ได้ผล ดังนั้น ผู้คนจึงยกให้ส้มป่อย เป็น สิ่งศักดิ์สิทธิ์คู่ชีวิตชาวล้านนา ตลอดไป

บรรณานุกรม

1. ข้อมูลการสัมภาษณ์หมอยาไทยใหญ่แม่เผ่าใหม่ ตำบลเปียงหลวง อำเภอเวียงแหง จังหวัดเชียงใหม่ เมื่อวันที่ ๕ ธันวาคม พ.ศ.๒๕๕๑
2. Tezuka Y, Honda K, Banskota AH, Thet MM, Kadota S. Kinmoonosides A–C, three new cytotoxic saponins from the fruits of *Acacia concinna*, a medicinal plant collected in myanmar. J Nat Prod. 2000 Dec; 63 (12):1658–64.
3. Kukhetpitakwong R, Hahnvajjanawong C, Homchampa P, Leelavatcharamas V, Satra J, Khunkitti W. Immunological adjuvant activities of saponin extracts from the pods of *Acacia concinna*. Int Immunopharmacol. 2006 Nov; 6 (11):1729–35. Epub 2006 Aug 4.
4. <http://school.obec.go.th/phifo/web/story/st7.html> ศรีกันทรรัตน์ กันทะวัง ผู้เขียน
5. http://www.panmai.com/Direction/Tree_N_1.shtml
6. <http://thailandherb.wordpress.com>