

การรักษาธาตุของล้านนา

รศ.ดร.ภญ.พณิ ศิริสะอาด

ความรุ่มที่ ๑ ของหมอพั้นบ้านหรือหมอแผนโบราณนั้น คือรู้ที่ตั้งที่แรกเกิดของโรค โดยที่ตั้งที่แรกเกิดของโรค มีปัจจัยสำคัญหนึ่งใน ๕ อย่างคือ ธาตุ ธาตุมีความสำคัญ มนุษย์เราต้องประพฤติในธาตุ ซึ่งมีอยู่ในร่างกายของคนที่สม่ำเสมอ หรือดำรงตนให้ปกติ ไม่ควร จะฝ่าฝืนร่างกายให้มากเกินปกติ การฝ่าฝืนร่างกายนั้นคือ ด้านอาหาร เป็นสิ่งสำคัญสำหรับบำรุง เลี้ยงร่างกาย หากไม่ระวัง ก็จะเกิดโทษได้ เช่นการรับประทานอาหารมากหรือน้อยเกินไป การ ได้รับประทานอาหารนุกเสียด อาหารที่มีรสแปลกกว่าเคย อาหารไม่ถูกธาตุ รับประทานไม่ตรง เวลา และอาหารไม่ต้องตามฤดูกาล นอกจากนั้นได้แก่ด้านอิริยาบถในกิจกรรมต่างๆ เช่น ยืน เดิน นั่ง นอน ให้ผลัดเปลี่ยนท่าทางกันไป เพื่อให้เส้นเอ็นทำงานได้ปกติ ไม่ตึงหรือหย่อนเกินไป นอกจากนี้ ด้านความร้อน เย็น ของสิ่งแวดล้อมเมื่อกระทบตัวเรา อาจทำให้เจ็บป่วยได้ จึง ต้องปรับสมดุลให้ดี ด้านการอด ข้าวและน้ำ เป็นสาเหตุแห่งการเจ็บป่วย เช่นเดียวกับการกลืน อุจจาระ ปัสสาวะ สาเหตุด้านอื่นๆเช่นการทำงานเกินกำลัง ความเศร้าเสียใจเช่นเสียใจจนลืม กิน ลืมนอน หรือการมีโทษสะสมย่อมส่งผลต่อสุขภาพได้ เมื่อเกิดความเจ็บป่วยเนื่องจาก พฤติกรรมไม่เหมาะสม หรือความไม่สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามการเปลี่ยนแปลงของ ธาตุภายในร่างกาย และธาตุภายนอก ธาตุภายนอก ได้แก่การเปลี่ยนแปลงของฤดูกาล กาล เวลาใน ๒๔ ชั่วโมงและ ที่ตั้งที่อยู่อาศัย ธาตุภายในได้แก่ ดิน น้ำ ลมไฟ ในร่างกายซึ่งแต่ ละท่านไม่เสมอกัน ธาตุภายใน ดังกล่าวหมายรวมถึง อารมณ์ ความคิด จิตใจและวิญญาณ กล่าวตามภาษาพระเรียกว่าขันธทั้ง ๕ การเจ็บป่วยนี้ทางล้านนา เรียกว่าธาตุปลิ้นแผ หรือแปร ปรวนไป การรักษาอาการธาตุไม่ปกติ มีการรักษาเฉพาะราย ดังในโบราณวัตถุต่างๆหลวง กล่าวไว้ว่า "บุคคลผู้ใด อยู่ป่วย มักเป็นไปต่างๆนานา ธาตุดวงใดดวงหนึ่งมักเสีย ดังอันเพราะ นั้นและอยู่ป่วย คิดว่าจักยา จักกิน (จะกิน) ดังอัน หื้อจำเอาปี อายุ หื้อรู้ก่อน ฝันว่าป่วย ปีถูก บ่มแ่ม และจักลง ให้เอาอายุตั้ง เอา หกบวก เอาห้าหาร ท่านนี้คือธาตุไฟ ยานันเอาปีว แดง (เจตมูลเพลิงแดง) เอาอายุตั้ง เอาเก้าบวก แล้ว หักหาร คือว่าธาตุลม ยาหื้อเอาสะด่าน อายุตั้ง เอาสิบสองบวกแล้วหักหาร คือว่าธาตุน้ำ ยานันคือว่าดีปลี อายุโต(คืออายุเต็มรวมกับ อายุเมื่ออยู่ในครรภ์มารดา) เอายี่สิบบวก เอาห้าหาร คือว่าธาตุดิน ยานันเอาปูลิง ฝันว่าธาตุดวง ใดดับไปนั้น ยานันให้ผ้อเอาเศษ หากเศษศูนย์ ใส แปดสลึง หากเศษหนึ่ง ใส เจ็ดสลึง อากาศธาตุ นั้นคือว่าชิงใสสองสลึง ตำผงใสน้ำผึ้งไว้ กินทุกคำเช้า" นี้คือตำรายาคุณยาธาตุ ตัวอย่าง ตำรับยาธาตุในล้านนา (คัมภีร์มหาภักษตำรายา)

- ยาธาตุพิการ เอาชะค่าน (สะค่าน) 4 กลีบ รากบีดปีวแดง ๑ อัน อ้อยดำ 8 กลีบ พริกน้อย 21 เม็ดต้มกิน ปีกหนึ่ง (อีกตำรับ) เอาหัวมะหนี่วหมู (หัวแห้วหมู) ดีปลี ผัก หนอก (บัวบก) พริกน้อย อย่างละเท่ากันต้มกิน

- ยาให้เลือดลมเดินดี สำหรับทำให้เลือดลม เป็นปกติ และเป็นยาอายุยืน แก่ พยาธิ (หมายถึงโรค) ได้หลายอย่าง เป็นยาสิบธาตุ ปกธาตุสิบอายุ ให้เอาเปลือกกอก เปลือก หวีด ผักหนอก หญ้าผากควาย แซ่ข้าวเจ้าสาร แล้วเอายาผงนี้แช่ด้วย กินจำเริญไป ถ้าราก ผักขมหนาม ก็เอาแช่ด้วย เมารังแมลงบัวลงสู่กินทุกวัน จะสร้างให้เอา พริกน้อย ดีปลี หัวชิง จันทร์บาน ลูกจันท์ หมากอี ปูตัน กระเทียม ชะเอม หวานหอม โกฎตั้งห้า เทียนตั้ง ห้า เกสรดอกบัวนาค จันท์ขาว จันท์แดงผง อย่างละ 3 บาทเท่ากัน ตำผงละเอียดกินกับ น้ำอุ่น

- ยาบำรุงธาตุ 1. ชะค่าน 2. พริกน้อย 3. ดอกจันท์ 4. ดีปลี 5. บีดปีวแดง 6. ปูลิงนก 7. กระเทียม 8. เทียนตั้งห้า หนักเท่ากันตำผงละเอียด ไว้กินกับน้ำอุ่นก็ได้สุราที่ หมายความว่า ธาตุ ดิน น้ำ ลม ไฟ และอากาศธาตุ มีอยู่แล้วในตัวเรา เมื่อธาตุดวงใด เกิดดับขึ้นมา ให้ใช้ยาประจำธาตุนั้นรักษา นี้มีการรักษาแบบเฉพาะราย ตรงต่อบุคคล และ ตำรับยาตามลักษณะอาการที่เปลี่ยนแปลงไป หรือเป็นยาบำรุงธาตุ ตำรับยาธาตุ ยังมีอีกมา เนื่องด้วยธาตุในร่างกายเปลี่ยนแปลงได้ ตามเงื่อนไขของกาลเวลา ตามฤดูกาล และตามอายุ และตามความสมดุลของเหตุปัจจัย ภายนอกและภายใน พระพุทธเจ้าได้กล่าวไว้ให้เราดำรง ตนอยู่ในความไม่ประมาท ย่อมเป็นสังขารม คือการให้รู้จักตน รู้จักธาตุ และรู้จักปัจจัยภายนอก รักษาสมดุลแห่งสุขภาพได้ ก็จะมีชีวิตที่มีความสุข และมีอายุยืนยาว