

ดอกใบไม้พรรณพฤกษชาติไทย ๑๖

ใบ บั๊กกลอบ หน 27



๑๓ มะพร้าว

ไปครู่หนึ่งถึงเกาะตะรุเตา ๑๖๖๖ ๑๖๖๖ ๑๖๖๖
มะพร้าว ๑๖๖๖ ๑๖๖๖ ๑๖๖๖ ๑๖๖๖ ๑๖๖๖ ๑๖๖๖
กับหนูพัดจัดรูปเทียนดอกไม้ ๑๖๖๖ ๑๖๖๖ ๑๖๖๖ ๑๖๖๖ ๑๖๖๖ ๑๖๖๖
งานนี้ดี ๑๖๖๖ ๑๖๖๖ ๑๖๖๖ ๑๖๖๖ ๑๖๖๖ ๑๖๖๖

วรรณคดี : นิราศเมืองเพชร

ผู้ประพันธ์ : สุพรรณภูมิ



มะพร้าว Coconut จัดวงศ์ปาล์ม Familyนาม Palmae, Palmaceae
ปัจจุบัน ขานวงศ์ว่า Arecaceae ละตินชื่อ Cocos nucifera L.

ชื่อท้องถิ่น ดุง,โพล คอสา,หมากอุน อีกหมากอุน เอี้ยจี้ มีขึ้นแน่น
อินโดนีเซีย มลายู สุไทยแลนด์ ทัวทั้งแคว้น แดนเหนือใต้ หลายหลากพันธุ์

มะพร้าวซอ มะพร้าวหอม มะพร้าวไฟ ทะลายใหญ่ คือพวงร้อย น้อยหรือนั้น
เหลืองต้นเตี้ย มะพร้าวทะเล อันดามัน ต้นสูงนั้น พันธุ์มลายู ดูกามจริง

ต้นมะพร้าว เอาประโยชน์ หมดทุกอย่าง งานก่อสร้าง อาหาร ทานดียิ่ง
น้ำมันมะพร้าว เข้ายาไทย ได้ยอดียิ่ง ใครถูกทิ้ง เกาะมะพร้าวใด ไม่อดตาย

มีฮอร์โมน เอสโตรเจน เร็นน้ำมะพร้าว สร้างผิวขาว เปล่งปลั่ง ทั้งสดใส
อิลาสติน คอลลาเจน ชะลอวัย แบ่งเซลล์ไว เสริมร่างกาย เติบโตใหญ่ดี

น้ำมะพร้าว เข้ายาไทย หลายขนาน ปลุกข้างบ้าน ด้านตะวันออก บอกราตี
ทำอาหาร หวานคาว เร้ารสดี เยี่ยมเยี่ยมนี้ ควรมีไว้ ใช้ทั่วกัน



สถิตยพันธุ์ ธรรมสถิตย

อันมะพร้าว....ยืนต้น.....ทนทานนี้ นานหลายปี มีประโยชน์ คนใจหทัยขาน
เจอทุกภาค พบมากมาย หลากหลายพันธุ์ ไม่อัศจรรย์ อนันต์จำรูญ คำคุณใจ

ครูขยับ นับหนึ่งสอง ต้องเสียวกัน พอถึงสาม น้ำตาหล่น ทนไม่ไหว
ไม่เรียวขึ้น ก้านมะพร้าว หวดเข้าให้ ต้องหมองหม่น ชนเหลือหลาย ได้เจอดี



จันทร์ถึงศุกร์ แทบทุกวัน ฉันทัดหญ้า
ตัดแล้วกวาด กวาดแล้วตัด ผลัดกันที่

เน้นเฮฮา....เวลาว่าง....ช่างสุขศรี
ทางมะพร้าว เราใช้กวาดนี้ มากมีคุณ

ยามเหน็ดเหนื่อย เมื่อยล้า มานั่งพัก
ดื่มชื่นใจ ใส่ผูกพัน หวานละมุน

สุดที่รัก จักบริการ งานกองหนุน
น้ำมะพร้าว เจ้าเนื้ออุ่น การุณย์เรา

ฝีมือเยี่ยม ไร่เทียมทาน อาหารจำเพาะ
เมียคนแกง ฉันทคนกิน ถูกลิ้นไม่เบา

แกงเห็ดเผาะ เหยาะกะทิ ที่ชอบเล่า
ซักไมไหว หลายครั้งเข้า ฝ้านั่งมอง

มะพร้าวเผา เจ้าประจำ น้ำหวานหอม
เห็นแก่ได้...เอาไปต้ม....ก้มลงมอง

คนจอมปลอม ยอมเสียหาย ให้หม่นหมอง
ขอจับจอง....จ้องสาปส่ง....ลงอเวจี

โซฟาไม้....น้องให้มา....ในครานั้น
คือพ่อเล่า เราอยากได้ ใจเปรมปรีดี

ถูกใจครัน...ด้วยฉันรู้....ผู้ทำนี้
โทรมเต็มที ที่ได้เห็น จนเจนตา

ยกกลับบ้าน เบิกบานจิต มิคิดถอย
งานเบ็ดเสร็จ เช็ดถูขัด เต็มอัตรา

เวลาที่ใช้ นี่ไม่น้อย ค่อยहरษา
ผลงานดี...เปรมปรีดา...พาสุขใจ



เงาะดำปลอด คราถอดรูป จวบแสนหอม
ใช้พรา้เพื่อ เธอสวยเด่น เห็นลวดลาย

ช่างงามพร้อม น้อมนำจิต จิตสดใส
สุดสุขเปี่ยม ใครเทียมได้ มากมายมี

โซฟาเก่า เหลาเหย่เหลือ เมื่ออดีต
โซฟาวิไล ไม้มะพร้าว อะคร้าวดี

มิกาดคิด วิจิตรหลาย ในวันนี้
จิตเกษม แสนเปรมปรีดิ์ ที่ได้ครอง



โกวิท ธีรวิโรจน์

มีคำกล่าวมะพร้าวห้าวไปขายสวน
คนรู้น้อยคุยโตโอ้อวดพา

เป็นสำนวนกล่าวไว้ไม่กังขา
ให้ขายหน้าเสื่อมเสียละเหี่ยใจ

กล่าวกันมาแต่นานกาลเก่าก่อน
หากเชื่อฟังทำดีมีวินัย

เหมือนคำสอนเตือนตนพ้นสงสัย
คนรักใคร่ชื่นชมสมดังจิณต์

มะพร้าวพืชปลูกไว้ตามชายบ้าน
เก็บขายได้หรือไว้คอยเก็บกิน

ปลูกไม่นานออกผลเป็นทรัพย์สิน
อร่อยลิ้นคาวหวานอาหารไทย

พืชยืนต้นตระกูลปาล์มดูงามเด่น
ผลเมื่อแก่สีน้ำตาลเปลือกเป็นใย

ผลออกเป็นทะลายสีเขียวใส
เนื้อข้างในสีขาวกินได้ดี



เมื่อนานมาเมืองไทยปลูกได้มาก แหล่งหลายหลากเกาะสมุยเป็นศักดิ์ศรี
มาบัดนี้ลดลงไม่ค่อยมี เพราะพื้นที่เปลี่ยนไปไม่ปลูกกัน

พันธุ์มะพร้าวมากมายมีหลายอย่าง น้ำหอมบ้างมะพร้าวไฟมีสีส้ม
อีกกะทิมะพร้าวทะเลสารพัน ปลูกทั่วกันทั้งมะพร้าวมลายู

มะพร้าวนับเป็นพืชมีคุณค่า ใช้ทำยาเป็นอาหารใส่จานหรู
ทั้งหวานคาวแสนอร่อยนะโฉมตรู ลองชิมดูถูกใจไปแสนนาน

มีความเชื่อปลูกทางตะวันออก คำกล่าวบอกร่มเย็นเป็นสุขศานต์
ทั้งสมบุญพูนสุขไปชั่วกาล สุขสำราญค้าจุนหนุนชะตา

ต้นมะพร้าวนำใช้ได้ทุกส่วน ประโยชน์ล้วนทั้งบำรุงและรักษา
สรรพคุณรากผลเห็นกันมา มีคุณค่ามากหลายไม้สำคัญ

ทิวมะพร้าวริมหาดลาดเลียงคลื่น แสนสดชื่นตะวันลาพาสุขสันต์
ใบลู่พลิ้วไกวแกว่งแรงลมพลัน ช่างเหมือนฝันชายทะเลเห่คลื่นลม



อัญชลี ณ เชียงใหม่



ต้นมะพร้าวใครเล่าไม่รู้จัก เห็นมากนักต้นสูงเด่นเป็นทิวแถว
 ปลุกข้างบ้านปลุกริมทางวางเป็นแนว ปลุกเป็นแถวบนหาดทรายไม้ทนดี
 ไม้ยืนทนต้นมะพร้าวขอเล่าขาน คนโบราณถ้าจะปลุกต้องถูกที่
 ทางตะวันออกของบ้านท่านว่าดี การเจ็บป่วยจะไม่มีสุชีครัน
 คนปีชวดปีเถาะเหมาะเจาะยิ่ง ว่ามะพร้าวให้สุขจริงไม่มิ่งขวัญ
 พิธีกรรมทางศาสนาว่าเช่นกัน มะพร้าวนั้นคือตัวแทนแสนสมบูรณ์
 กับผู้ตายว่าใช้น้ำ(มะพร้าว)ล้างหน้าศพ จิตสงบไปสู่ภพภูมิหน้านั้น
 กับคนท้องต้องเรียกหามะแม่คุณ น้ำจะหนุนให้ลูกคุณผิวเนียนนวล
 สรรพคุณมะพร้าวนี้มีมากหลาย สามารถใช้ไม่มีโทษประโยชน์ล้วน
 ทั้งรากผล ต้นใบใยกะลา หนาทูกล้วน ทุกคนควรปลุกมะพร้าวเข้าตำรา



เนื้อมะพร้าวชุดปีบคั้นปั่นเอาน้ำ(กะทิ) กาบนั้นนำทำพรม แปรงแข็งแรงหนา
ใยยัดฟูกหรือใช้ปลูกพืชนานา นำกะลาทำของใช้ได้หลายผลิตภัณฑ์

รากมะพร้าวเส้นยาวดีมีความเหนียว หนนักเชียวเกลียวเป็นเส้นแน่นจักสาน
ได้ของใช้หลายหลากมากผลิตภัณฑ์ ประโยชน์มีมากครั้นมะพร้าวไทย

ใบมะพร้าวที่เชียวยาวราวขนนก ใบประกอบกิ่งก้านดกสามารถใช้
ทำกระเช้า เครื่องจักสาน พานก็ได้ ส่วนก้านใช้ทำไม้กวาด ถาดพัดวี

ลำต้นที่ตัดโคนอย่าโยนทิ้ง ประโยชน์ยังทำเฟอร์นิเจอร์เอานะพี
โต๊ะ กระจ่างวางต้นไม้ได้ทนดี ทำเก้าอี้ แต่งผนัง ยังทำรั้ว

ยอดใช้ทำอาหารทานกินได้ ทั้งแกงใต้ ผักผัด สลัดเจ้าสัว
ทำแกงส้ม เอาผสมในแกงคั่ว รสแซบนำยอดมะพร้าวเคล้าน้ำแกง

สรรพคุณสมุนไพรในมะพร้าว หลายอย่างเข้าตำรับยาหนาขอแจ้ง
น้ำมะพร้าวช่วยร่างกายแข็งแรง แก้กอแห้งกระหายน้ำตามตำรา

ช่วยลดบวม ลดไข้ ได้หายขาด ถ่ายพยาธิ ขาดวิตามิน กินดีหนา
ช่วยล้างพิษ รีดของเสีย ให้ออกมา แก้เคืองตา หรือว่า อาการไอ



น้ำมะพร้าวบำรุงผิวลดริ้วรอย
ดื่มทุกวันผิวพรรณสวยช่วยชะลอวัย

มีไม่น้อยคอลลาเจนเห็นผลได้
เอสโตรเจนแน่นช่วยให้ใสเปล่งนวล

สรรพคุณมะพร้าวนี้มีมากมาย
ปลูกมะพร้าวกันไหมหน่อขอเชิญชวน

ทุกส่วนนั้นใช้ได้ประโยชน์ล้วน
หอมอบอวลน้ำมะพร้าวเนื้อขาวเนียน



จตุพร สุวรรณปากแพรก

ภาพจากทุ่งนาแลมายังหมู่บ้าน
ต้นมะพร้าวราวเรียงเคียงไผ่เห็น

สุดสะคราญพานทิวลิ้วสูงเด่น
แสนร่มเย็นเช่นนี้ทุกวันวาร

หลากหลายชนิดมะพร้าวผลิตสูงคุณค่า
ใบกันฝนวนพันห่อก่อจักสาน

ผลนำมาปรุงแต่งแห่งคาวหวาน
ต้นโอฬารงานตกแต่งแกร่งเกินใด

กระบอกไม้ไผ่บรรจุใสไม้พะยอม
รองทั้งคั่นก่อนแล้วจึงนำไป

ไว้ถนอมของเหลวจากจั่นไหล
เคี้ยวน้ำตาลปึกไว้ใช้ในงานครัว



เนื้อมะพร้าว น้ำหอมกลมกล่อมในต้มยำ อร่อยล้ำ ย้ำ ชูรสหมดจดทั่ว
 สักขยามะพร้าวอ่อนกร่อนใจเร็ว ช่างเฝ้า ยั่วใครลิ้มชิมทันใจ

หนึ่งปาล์มเด่นเพ็ญพราสภาธรรมะ เอกสงฆ์พระพุทธานุภาพประกาศไว้
 เพื่ออบรมบ่มจิตให้ทุกข์คลาย เปล่งประกายฉายวามตามครรลอง

"มะพร้าว นาฬิกาเรือน กลางทะเลชี้ฝั่ง ฝนตกไม่ต้อง
 ฟ้าร้องไม่ถึง กลางทะเลชี้ฝั่ง ถึงได้แต่ผู้พ้นบุญ"

เปรียบมะพร้าวราวลิปคือนิพพาน วัฏสงสารคือทะเลชี้ฝั่งหนึ่งวกวน
 เย็นปล้นแข็งแรงแรงร้อนว่อนไอรุ่น ผู้มีบุญดำรงเย็นเช่นมะพร้าวโนเน



กุศล คำเพราะ

เรากับท่านนั้นรู้จักมะพร้าวดี ทุกทุกที่มีมะพร้าวเอาไว้นาย
 ทำอะไรหลายหลากได้มากมาย ทั้งกินใช้ปลูกไว้ประดับเรือน



มะพร้าวเป็นไม้ยืนต้นตระกูลปาล์ม ไม่มีหนามใบเป็นใบประกอบเหมือน
ขนนกโบกสะบัดใบยาวกลมเยียน ผลเมื่อตกไม่กระเทือนมีใยห่อหุ้มดี

ผลประกอบด้วยใยมะพร้าว กะลา น้ำ เนื่อ ทุกส่วนเอื้อให้นำมาใช้
เฉพาะน้ำ เนื่อ ทานอร่อยทุกที อีกเนื่อมีคนไปคั้นทำกะทิทาน

มะพร้าวนี้มีอีกหลายสายพันธุ์ นิยมนั้นคือมะพร้าวน้ำหอมหวาน
มะพร้าวกะทิกมีชื่อมานาน นอกนั้นมีมะพร้าวทะเล ซอ พวงร้อย ไฟ

ในเมืองไทยนิยมใช้ลูกมะพร้าว เอามาทำอาหารคาวหวานทานมากมาย
บำรุงสุขภาพได้สบายสบาย ทั้งช่วยแก้กระหายน้ำบำรุงหัวใจ

น้ำมะพร้าวช่วยรักษาโรคหลายอย่าง ร้อนในบ้างแก้ตาอักเสบหาย
แก้อาการไอบากเปื่อยปากเป็นแผลลาย แก้คลื่นไส้อาเจียนถ่ายพยาธิได้ดี

หญิงมีครรภ์ทานให้ดื่มน้ำมะพร้าว ลูกนั้นเล่าจะผิวเนียนสวยสดศรี
ลูกออกมาผ่องผิวพรรณนั้นเข้าที ดื่มน้ำมะพร้าวประจำนี้ลูกผิวงาม

ส่วนอื่นของมะพร้าวเราใช้ประโยชน์ ใยมะพร้าวอัดฟูกโกลดทั่วสยาม
กะลามะพร้าวประดิษฐ์ใช้ได้ทุกยาม ต้นไม่ต้องถากนำมาทำเฟอร์นิเจอร์ทน



รู้แบบนี้เห็นที่ควรส่งเสริม ปลุกเพิ่มเติมมะพร้าวทุกแห่งหน
จะช่วยให้เศรษฐกิจดีไม่จน ขอทุกคนโปรดใส่ใจปลูกไม้มะพร้าวกัน



อานนท์ สรวิสูตร

มะพร้าวน้ำหอมจากสามพราน รสหอมหวานชื่นใจไม่รู้เบื่อ
กินได้ทุกวันอย่างเหลือเชื่อ มะพร้าวเนื้อทึนที่กุดเคี้ยวมัน

ชุดโรยใส่ขนมไทยได้หลายอย่าง ข้าวเกรียบอ่อนแป้งบางถูกใจฉัน
ขนมเปียกปูนต้มแดงต้มขาวนั้น ข้าวโพดคลุกกินทั้งวันมันระรัว

เนื้อมะพร้าวแก่ขูดคั้นน้ำกะทิ พล่ากะปิหลนปลาร้าทั้งแกงคั่ว
ห่อหมกปลาฉี่เขียวหวานว้าว ชวนเข้าครัวมาลองลิ้มชิมกันเพลิน

ขนมไทยใช้น้ำกะทินั้นเป็นหลัก ลองแล้วจักชื่นชอบตอบไม่เชิน
ฟักทองมันเผือกแกงบวดขอชวนเชิญ อร่อยเกินอีกบัวลอยคอตตอนเย็น



ขอเชิญชวนทุกบ้านปลุกมะพร้าว มีเรื่องราวมากมายให้พบเห็น
ทำกับข้าวทำขนมสอนลูกเป็น ทำของเล่นของใช้ในบ้านเรือน



ดวงพร เดชกุลทอง
