



ป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด

วารสารเพื่อการพัฒนาป่าชุมชน



ฉบับเดือนตุลาคม 2563





ป่าชุมชนบ้านอ่างเจ็ด

วารสารเพื่อการพัฒนาป่าชุมชน



สารบัญ

ประวัติศาสตร์ชุมชน	1
ความเป็นมาของโครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด	3
ความเป็นมาของโครงการเยาวชนร่วมใจชัยพัฒนา	7
น่านาสมุนไพร	9
ธรรมชาติวิทยา	15
เกษตรธรรมชาติ ตอน “มูลไส้เดือน”	21
บอกเล่าเก้าสิบ	27
ป่าชุมชนปนความรู้ ตอน “กล้าพระราชทาน”	33
หน้าต่างจันทบูร ตอน พาเที่ยวชุมชนขนมแปดกริมคลองหนองบัว จันทบุรี	39
อิมห่น่าสำราญอาหารป่า “แกงเผ่นซ่อนแก้ว”	45
หนูกู้ขี้สงสัย	47
กิจกรรม	51



ประวัติศาสตร์
บ้านช่างเหล็ก

เรื่องนี้เป็นเรื่องเล่าหรือความเชื่อที่มีมาช้านานในหมู่บ้านอ่างเอ็ด คนเฒ่าคนแก่ในหมู่บ้านเล่าให้ฟังว่า

เมื่อประมาณหลายร้อยปีมาแล้ว บริเวณบ้านอ่างเอ็ดมีแอ่งน้ำขนาดใหญ่ โดยเป็นแหล่งน้ำดื่มน้ำใช้ของผู้คนที่อาศัยอยู่ในบริเวณนี้ แล้วอยู่มาวันหนึ่งก็ปรากฏฝูงเบ็ดสีทองบินอพยพลงมาเล่นน้ำในแอ่งน้ำที่ว่่านี้ ชาวบ้านต่างตกใจแปลกประหลาดใจและต่างดีใจว่า นี่เป็นนิมิตรหมายที่ดีที่มีเบ็ดสีทองลงมาที่แอ่งน้ำแห่งนี้ แอ่งน้ำที่ว่่านี้จึงถูกขนานนามว่า อ่างเบ็ด

เมื่อข่าวเรื่องเบ็ดสีทองฝูงใหญ่บินลงมาที่อ่างน้ำหรือแอ่งน้ำแห่งนี้ ผู้คนต่างก็มาที่อ่างเบ็ดที่ว่่า เพื่อรอดูเบ็ดสีทอง เสียงอึกทึกครึกโครมของผู้คน ผู้นำชุมชนในขณะนั้นจึงพูด เตือนชาวบ้านว่า

๘ เวชชุนนํวอง จอสังวฉวักนํไป/หํไม ๘
อํวน้ำเบ็ดนมนดแล้ว

เมื่อผู้คนมากันมาก เสียงที่ดังอึกกระทึกครึกโครมก็ยิ่งเพิ่มมากขึ้น เบ็ดสีทองฝูงใหญ่จึงบินหนีหายไป และไม่กลับมาที่อ่างน้ำที่ว่่านี้อีกเลย จาก “อ่างเบ็ด” จึงเริ่มเปลี่ยนมาเป็น “อ่างเอ็ด” ดังเช่นทุกวันนี้

แหล่งข้อมูล นายสมชาย ใจสิทธิ์ (ปู่ยาว แห่งบ้านอ่างเอ็ด)



ความเพียรมา

โครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด (มูลนิธิพัฒนา) ตำบลทพรหม อำเภอขลุง จังหวัดจันทบุรี

แนวพระราชดำริ

สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี มีพระราชดำริให้จัดทำพื้นที่ป่าชุมชน ให้ผู้สนใจเข้ามาศึกษาหาความรู้ โดยมีวัตถุประสงค์ในการอนุรักษ์และฟื้นฟูสภาพป่าไม้ รวมทั้งสนับสนุนให้ชุมชน มีความเข้าใจในเรื่องทรัพยากรธรรมชาติที่มีอยู่ และรู้จักใช้ทรัพยากรธรรมชาติให้เกิดประโยชน์อย่างยั่งยืน

ความเป็นมา

สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี พระราชทานพระราชดำริให้สำนักงานมูลนิธิชัยพัฒนา ดำเนินการรับโอนที่ดิน ซึ่งครอบครัวลักคุณะประสิทธิ์ ขอพระราชทานน้อมเกล้าฯ ถวายที่ดินจำนวน 14 แปลง เนื้อที่รวม 160 ไร่ 1 งาน 46 ตารางวา ตั้งอยู่ที่ตำบลทพรหม อำเภอขลุง จังหวัดจันทบุรี เพื่อใช้ประโยชน์ในมูลนิธิชัยพัฒนา โดยที่ดินฯ ดังกล่าว สำนักงานมูลนิธิชัยพัฒนาได้ดำเนินการรับโอนกรรมสิทธิ์ เมื่อวันที่ 22 กุมภาพันธ์ 2554



ป่าห้วยผืนดียวที่นลืออยู่.. ของตำบลตากพรหม



วัตถุประสงค์ของโครงการฯ

1. อนุรักษ์ รักษาและฟื้นฟูสภาพป่าชุมชน ตลอดจนทรัพยากรธรรมชาติในพื้นที่โครงการ ให้มีสภาพที่สมบูรณ์ยิ่งขึ้นและเกิดประโยชน์อย่างยั่งยืนกับชุมชน
2. พัฒนาพื้นที่ของโครงการฯ เพื่อใช้ประโยชน์ด้านการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
3. พัฒนาพื้นที่โครงการฯ เพื่อใช้ประโยชน์ด้านอาชีพการเกษตรของราษฎรในพื้นที่
4. พัฒนาพื้นที่โครงการฯ เพื่อใช้ประโยชน์ด้านการท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์

ป่า..ห้วยผืนดียวที่นลืออยู่.. ของตำบลตากพรหม

หน่วยงานรับผิดชอบ

สำนักงานมูลนิธิชัยพัฒนา
กรมป่าไม้
กรมวิชาการเกษตร
สำนักงานเทศบาลตำบลตากพรหม

การดำเนินงาน



1. โครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ดอันเนื่องมาจากพระราชดำริ มีพื้นที่รวมทั้งสิ้น ประมาณ 160 ไร่ แบ่งเป็นพื้นที่ป่าชุมชนประมาณ 80 ไร่ ส่วนที่เหลือเป็นพื้นที่โดยรอบ ซึ่งสำนักงานมูลนิธิชัยพัฒนาได้มอบหมายให้สำนักวิจัยและพัฒนาการเกษตรเขตที่ 6 จังหวัดจันทบุรี (กรมวิชาการเกษตร) และสำนักจัดการทรัพยากรป่าไม้ที่ 13 ชลบุรี (กรมป่าไม้) ร่วมกันดำเนินการจัดทำเป็นศูนย์การเรียนรู้ของชุมชน รวมทั้งจัดทำเป็นที่พักแรมของนักเรียนและนักศึกษาที่จะเข้ามาศึกษาดูงาน



2. โครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด
อันเนื่องมาจากพระราชดำริเป็น
โครงการป่าชุมชน เพียงแห่งเดียว
ของมูลนิธิชัยพัฒนาและเป็นป่าเพียง
ผืนเดียวที่เหลืออยู่ของตำบลตกลพรม
โดยสำนักงานมูลนิธิชัยพัฒนา ได้
ร่วมกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ได้แก่
กรมป่าไม้ กรมวิชาการเกษตร และ
สำนักงานเทศบาลตำบลตกลพรม
(องค์การบริหารส่วนตำบลตกลพรม
เดิม) ดำเนินการจัดตั้งคณะกรรมการ
ดูแลรักษาสวนป่าชุมชน พร้อมกับ
ดำเนินการปรับปรุง และฟื้นฟูสภาพ
พื้นที่จากเดิมที่เป็นป่ายางพาราที่มี
สภาพรกร้าง ไม่มีการใช้ประโยชน์
แต่มีสภาพป่าที่อุดมสมบูรณ์ ซึ่งได้
เริ่มดำเนินการปรับปรุงสภาพพื้นที่ดัง
กล่าวมาตั้งแต่ ปี พ.ศ. 2544 โดยมี
รายละเอียดดังนี้

สำนักงานมูลนิธิชัยพัฒนา ร่วมกับ สำนักงานเทศบาลตำบลทกพรหม(องค์การบริหารส่วนตำบลทกพรหมเดิม) ดำเนินการ พัฒนาพื้นที่โครงการ ในส่วนที่อยู่นอกเขต ป่าชุมชน และจัดทำแปลงสาธิตการเกษตร แบบผสมผสาน จำนวน 5 ไร่ จัดทำแปลง ทดสอบพันธุ์ปาล์มจำนวน 5 ไร่ และจัดทำ แผนงานปรับปรุงพื้นที่ เพื่ออำนวยความสะดวก ให้แก่นักเรียน นักศึกษา และผู้สนใจ เข้าชมโครงการ โดยได้มอบหมายให้สำนัก วิจัยและพัฒนาการเกษตรเขตที่ 6 จังหวัด จันทบุรี (กรมวิชาการเกษตร) เป็นหน่วย งานที่รับผิดชอบดูแลการจัดทำแปลงสาธิต การเกษตรทฤษฎีใหม่ และแปลงทดสอบ พันธุ์ปาล์ม และสำนักงานเทศบาลตำบล ทกพรหม (องค์การบริหารส่วนตำบลทกพรหม เดิม) ดำเนินการปรับปรุงสภาพพื้นที่ที่อยู่ นอกเขตป่าชุมชนเพื่ออำนวยความสะดวก ให้แก่นักเรียน นักศึกษา และผู้สนใจเข้า ชมโครงการได้แก่ การจัดสร้างอาคาร เอนกประสงค์สำหรับใช้ฝึกอบรม การจัด สร้างบ้านพักพนักงาน และเส้นทางเข้าไป ยังโครงการ เป็นต้น

กรมป่าไม้ ได้ดำเนินการสำรวจจัด ทำแนวเขตของโครงการศึกษาสำรวจ พันธุ์ไม้ การจัดทำเส้นทางเดินและ ป้ายชื่อความหมาย โดยได้ขอรับการ สันับสนุนงบประมาณการดำเนินงาน จากสำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อ ประสานงานโครงการอันเนื่องมาจาก พระราชดำริ (สำนักงาน กปร.) และ สำนักงานมูลนิธิชัยพัฒนา พร้อมทั้งได้ จัดทำโครงการฝึกอบรมเยาวชนในพื้นที่ ทำการเกษตรในรูปแบบของวนเกษตร เพื่อปลูกฝังเยาวชนและราษฎรในบริเวณ พื้นที่ให้เกิดความสำนึกในคุณค่าของ ป่าไม้ในชุมชน นอกจากนี้ได้ร่วมกับ นักศึกษาจากมหาวิทยาลัยต่างๆ ดำเนิน การศึกษาวิจัยความหลากหลายทาง ชีวภาพในพื้นที่ เช่น สัตว์เลื้อยคลาน สัตว์สะเทินน้ำสะเทินบก ตลอดจนเห็ด ชนิดต่างๆ โดยได้รับงบประมาณ สันับสนุนจากมูลนิธิชัยพัฒนา





“ เจาชวนเหล่านี้อ... จะเป็นแรงบันดาลใจที่ดี
ที่จะสืบสานการอนุรักษ์ ส่องต่อไปให้กับ
เด็กและรุ่นต่อไป ... ”



โครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด (มูลนิธิชัยพัฒนา)

ตำบลตากพรหม จังหวัดจันทบุรี อันเนื่องมาจาก
พระราชดำริ มีพื้นที่รวมทั้งสิ้น ประมาณ 160 ไร่ แบ่ง
เป็นพื้นที่ป่าชุมชนประมาณ 80 ไร่ ส่วนที่เหลือ เป็น
ป่าที่เหลือเพียงผืนเดียวของตำบลตากพรหม จากป่า
รก้างที่ไม่มีการใช้ประโยชน์แต่มีสภาพที่สมบูรณ์



โดย... สำนักงานมูลนิธิชัยพัฒนา
ร่วมกับ

สำนักงานเทศบาล ตำบลตากพรหม
กรมป่าไม้

โรงเรียนตากพรหมวิทยาคาร
และ โรงเรียนวัดตากพรหม

ได้ดำเนินการปรับปรุงพื้นที่ จัดทำแปลงสาธิต
การเกษตรแบบผสมผสานขึ้นจำนวน 5 ไร่



เพื่อให้เกิดจิตสำนึกในการอนุรักษ์
และฟื้นฟูป่าชุมชน “โครงการบวชธรรมใจชัยพัฒนา”
จึงได้ออกกำหนดขึ้น...

โครงการเยาวชนไทยร่วมใจพัฒนา



ป่า
ชุมชน

ความ
หลากหลาย
ทาง
ชีวภาพ

กิจกรรม
ของ
โครง
การ



โดยการนำเทคโนโลยีสารสนเทศใน
ปัจจุบันผสมผสานให้เข้ากับวิถีทางในการ
อนุรักษ์ และฟื้นฟูป่าชุมชนแห่งนี้ด้วย
การปลูกจิตสำนึกการอนุรักษ์ให้แก่เยาวชน
เพื่อให้เยาวชนจะเป็นแรงผลักดันที่ดีที่จะ
สืบสานการอนุรักษ์ส่งต่อไปให้กับเด็กและ
เยาวชนรุ่นต่อไป ซึ่งเยาวชนเหล่านี้ยังมี
ส่วนร่วมในการประชาสัมพันธ์โครงการนี้
ให้เป็นที่รู้จัก และชักชวนให้ผู้สนใจเข้ามา
ศึกษาหาความรู้หรือเข้าร่วมการอนุรักษ์
และฟื้นฟูป่าชุมชนแห่งนี้ต่อไป

"โครงการเยาวชนไทยร่วมใจพัฒนา" ได้รับ
ความร่วมมือจากหน่วยงานหลายฝ่าย อาทิ สำนักงาน
มูลนิธิชัยพัฒนา เจ้าหน้าที่ป่าไม้ ผู้อำนวยการ
โรงเรียนตากพรหมวิทยาคาร โรงเรียนวัดตากพรหม เด็ก
นักเรียนที่เข้าร่วมโครงการ ตลอดจนปราชญ์ชุมชน
ในการรวบรวมข้อมูลไม่ว่าจะเป็นความหลากหลาย
ทางชีวภาพ ได้แก่ พืช สัตว์ ไพร พันธุ์เห็ด พันธุ์ไม้
ต่างๆ พันธุ์ผีเสื้อ และสัตว์สะเทินน้ำสะเทินบก รวมถึง
ประสานงานด้านกิจกรรมต่างๆ ของโครงการเยาวชน
ไทยร่วมใจพัฒนาซึ่งข้อมูลและกิจกรรม

ทั้งหมดนี้ จะถูกบันทึกและบอกเล่าเรื่องราว
ผ่านเว็บไซต์ มูลนิธิชัยพัฒนา www.chaipat.or.th

นานาส้มุนไพร

สุริยา



ปู่เทื่องหรือหมอเทื่อง
(นายประเทื่อง นิสัยชื่อ)

สวัสดีครับ ก่อนเข้าเรื่องของพืชสมุนไพรที่จะมาแนะนำให้รู้จักกันในวารสารป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด “นานาสมุนไพร” ในครั้งนี้ ก่อนอื่นต้องขอแสดงความไว้อาลัยกับการจากไปของปราชญ์ชุมชนปราชญ์ชาวบ้านประจำถิ่นผู้คอยให้ความรู้ด้านสมุนไพรตำรับยาพื้นบ้าน “ปราชญ์ชาวบ้านผู้ล่วงลับ” กระผม นายสุริยา นิสัยชื่อ ขอกล่าวถึงปราชญ์ชาวบ้านหรือปราชญ์ชุมชนผู้ล่วงลับท่านนี้ คือ ปู่เทืองหรือหมอเทือง (นายประเทือง นิสัยชื่อ) ผมต้องขอไว้อาลัยอย่างสุดซึ้งกับการจากไปของท่านนี้เมื่อต้นปีที่ผ่านมา เป็นวันสูญเสียครั้งยิ่งใหญ่สุดจะคนาได้ จะเป็นใครที่ไหนไปไม่ได้ ท่านคือบิดาของกระผมนั่นเอง ท่านคือบุคคลที่ถ่ายทอดความรู้ในด้านสมุนไพรต่างๆ ตำรับยารักษาโรคต่างๆ ที่ถ่ายทอดทั้งพุ่มพริกจำหรือที่เรียกกันว่าครุพริกจักจำ และที่ท่านได้ถ่ายทอดให้โดยตรง ท่านเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถเกี่ยวกับการใช้พืชสมุนไพรและการนำไปใช้รักษาโรคต่างๆ แต่การจากไปของท่านในครั้งนี้ ความรู้ของท่านก็ยังแทรกซึมผ่านทางสายเลือดมิจางหายไปและก็ยังทิ้งความรู้มากมายไว้ให้กับลูกหลาน ประสบการณ์ความรู้ต่างๆ ของท่านไม่ได้จากเราไปแม้แต่หน่อยเลย เราจะรักษาและถ่ายทอดองค์ความรู้นี้สืบไป การรักษาชาวบ้านที่มีอาการเจ็บไข้ได้ป่วย หรือถูกสัตว์มีพิษกัดต่อย ที่ผ่านมาเมื่อครั้งที่ท่านยังมีชีวิตกระผมจะเห็นชาวบ้านมากหน้าหลายตาวิ่งเข้าวิ่งออกบ้านเป็นประจำซึ่งมาหาท่านให้ช่วยรักษาโรคภัยต่างๆ ทั้งที่เป็นศาสตร์ตำรายาแขนงปัจจุบันแพทย์แผนไทยที่ใช้สมุนไพรในการรักษา สมุนไพรพื้นบ้านที่สามารถเก็บหาด้วยยาสมุนไพรจากโครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ดนำมารักษาให้คนไข้ และรักษาโรคทางไสยศาสตร์สิ่งที่แม้แต่แพทย์แผนปัจจุบันก็ไม่สามารถที่จะรักษาให้หายได้ สิ่งเหล่านี้เหตุการณ์เหล่านั้นที่ผมพบเห็นมาตั้งแต่เด็กจนถึงปัจจุบัน และเมื่อท่านจากไปประสบการณ์มากมายที่พบเจอผมได้ซึมซับวิชาความรู้ต่างๆ มาไม่มากนักน้อยพอที่จะสานต่อความตั้งใจของบิดาที่จะถ่ายทอดองค์ความรู้ด้านสมุนไพร ให้กับคณะศึกษาดูงานรวมทั้งคณะอาจารย์ นักเรียน นักศึกษาที่เข้ามาเก็บข้อมูลงานวิจัยต่างๆ เพื่อต่อยอดฤทธิ์ทางยาของบิดาของกระผม ทุกครั้งในตอนท่านมีชีวิตอยู่ผมมีโอกาสดูตามท่านทุกครั้งในการบรรยายให้ความรู้ของพืชสมุนไพรในเส้นทางศึกษาธรรมชาติภายในพื้นที่โครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด ป่าผืนสุดท้ายในตำบลดงพยอม ภายใต้การดำเนินงานสำนักงานมูลนิธิชัยพัฒนา



บิดาของกระผมได้ทำการเก็บสูตรตำรับยาสมุนไพรไว้หลายชนิดที่ใช้ในการรักษาโรคให้กับชาวบ้าน สูตรสมุนไพรที่บิดาของกระผมได้ทำการเขียนไว้ท่านไม่ได้ทำการเปิดเผยที่ไหนเพราะมันเป็นสูตรเฉพาะของบิดา มีเพียงแค่ ลูกๆ หลานๆ ที่สนใจเรื่องสมุนไพร สูตรตำรับยาสมุนไพรที่พอรวบรวมได้ในการรักษาอาการแก้ไข้ แก้ปวดเมื่อย แก้แมลงสัตว์กัดต่อย และตำรับยาที่ใช้กับสตรีหลังคลอด

เมื่อครั้งผมยังเด็ก กระผมเองก็ไม่ได้สนใจอะไรมากมายกับเรื่องพืชสมุนไพรที่บิดาของกระผมนำมารักษาชาวบ้านสักเท่าไร จนมีอยู่วันหนึ่งกระผมได้เกิดอุบัติเหตุถูกกระเบื้องบาดที่เท้าเป็นแผลใหญ่และเลือดออกมากไหลไม่หยุด ผมเดินร้องไห้กลับบ้านบ้านเดินเข้าไปหาท่าน บิดาของกระผมก็บ่น ไปเล่นที่ไหนมา เล่นอะไรไม่ระมัดระวังจนเกิดอุบัติเหตุ แต่ระหว่างที่บิดาของผมบ่นพร่ำอยู่นั้นท่านก็หันหลังเดินไปหลังบ้าน ครู่หนึ่งแล้วกลับมา กระผมได้มองเห็นของบางอย่างอยู่ในมือของเขา กระผมเลยถามท่านไปว่าในมือมันคืออะไร ท่านก็บอกว่ามันเป็นคือ “ใบสาบเสือ” เป็นยาสมานแผลและห้ามเลือดได้เป็นอย่างดีนักแล หลังจากนั้นท่านก็ได้ขยำใบสาบเสือที่เก็บมา ยกมือที่กำใบสาบเสือไว้ระดับปากของท่านแล้วท่องคาถาบางอย่าง ทำปากมูบมิบอยู่พักหนึ่งก็เป่าลมใส่ในกำมือ หลังจากนั้น ก็มาปิดที่แผลบริเวณเท้าของผม ปิดอยู่ครู่หนึ่งเลือดก็หยุดไหล นับตั้งแต่วันนั้นมา กระผมก็เริ่มสนใจอยากที่จะเรียนรู้เรื่องพืชสมุนไพรที่เป็นตำรับจากบิดาของกระผม จนถึงวันนี้ ถึงท่านจะจากไปผมบอกได้เลยว่าความรู้ที่ได้จากท่านไม่มากนักน้อยไม่ได้จากไปพร้อมกับท่านเลย สิ่งเหล่านี้กระผมจะรักษาองค์ความรู้และถ่ายทอดเพื่อเป็นประโยชน์กับสังคมสืบไป เรามาทำความรู้จักกับต้น “สาบเสือ”



สาบเสือ

วงศ์	COMPOSITAE
ชื่ออื่นๆ	มั่งกระต่าย หมาหลง หญ้าลิ้มเมือง หญ้าเหมีน หญ้าทางดงร้าง หญ้าดอกขาว บ้านร้าง
ชื่อวิทยาศาสตร์	<i>Chromolaena odorata</i> (L.) R.M.King & H.Rob.
ลักษณะทางพฤกษศาสตร์	จัดเป็นวัชพืชที่พบเห็นได้ทั่วไปทุกภาคของประเทศไทย มีไม้พุ่ม บางครั้งพาดเลื้อยขึ้นสูงได้ถึง 2 เมตร ลำต้นแตกกิ่งก้านสาขามากมาย ลำต้นมีขนนุ่มประปราย ทุกส่วนของลำต้นโดยเฉพาะใบมีกลิ่นสาบ
ใบ	ใบเดี่ยว ออกตรงข้าม แผ่นใบรูปไข่แกมรูปสามเหลี่ยม กว้าง 3 - 6 ซม. ยาว 5 - 10 ซม. แผ่นใบมีขนสั้นนุ่มทั้งสองด้าน
ดอก	ออกเป็นช่อที่ปลายยอดเป็นช่อกระจุกกลมแน่น มีใบประดับรองรับหลายชั้น กลีบดอกสีขาวปนม่วงอ่อนหรือชมพู
ผล	รูปแถบแบน ยาวประมาณ 4 มิลลิเมตร ปลายเป็นรยางค์ยาวประมาณ 5 มิลลิเมตร (https://www.gotoknow.org/posts/115609)

สรรพคุณ

- ก้านและใบ กลิ่นฉุน นำมาบด หรือตำให้ละเอียด แล้วนำไปพอกบริเวณบาดแผลเพื่อห้ามเลือด สมานบาดแผล
- ใบ ใช้รักษาโรคริดสีดวงทวาร เนื่องจากคนสมัยก่อนมักจะนิยมนำใบของสาบเสือนำมาเช็ดรูทวาร เพราะใบของสาบเสือนั้นมีขนอ่อนๆ ขนอ่อนๆของใบจะไปถูก้อนเนื้อที่ออกมาจากรูทวาร จนค่อยๆหายเป็นปกติ

ปราชญ์ชาวบ้าน

หมายถึง บุคคลในสังคมชุมชนท้องถิ่นซึ่งเป็นเจ้าของภูมิปัญญาและนำภูมิปัญญามาใช้ประโยชน์ในการดำรงชีวิตจนประสบผลสำเร็จ จากการสั่งสมประสบการณ์และสามารถถ่ายทอดองค์ความรู้เชื่อมโยงคุณค่าภูมิปัญญาของอดีตกับปัจจุบันได้อย่างเหมาะสมสอดคล้องกับการดำรงชีพในปัจจุบัน (<http://www.chaehom.go.th/Html%20web/philosopher.html>)

กระผมหวังว่าทุกท่านจะได้ความรู้กับพืชชนิดนี้ซึ่งเป็นวัชพืชใกล้ตัวและพบโดยทั่วไป สามารถนำมาเป็นยารักษาโรคได้ และยังมีสมุนไพรอีกมากมายในสูตรตำรายาของบิดาที่ใช้ในการรักษาโรค รักษาอาการ แก้ไข แก้ปวดเมื่อย แก้แมลงสัตว์กัดต่อย และตำรับยาที่ใช้กับสตรีหลังคลอด ฝากติดตาม “นานาสมุนไพโร” ในสูตรตำรับยาของหมอเทือง ปราชญ์ชุมชนผู้ล่องล่ำแห่งบ้านอ่างเอ็ด กระผมจะสืบทอดเจตนารมณ์ของบิดาที่จะรักษาและถ่ายทอดองค์ความรู้เหล่านี้สืบไปครับสำหรับในวารสารฉบับต่อไปจะเป็นสมุนไพรตัวได้นั้นคอยติดตาม “สุริยา” นานาสมุนไพโร ได้นะครับ สวัสดีครับ



ปู่เทืองหรือหมอเทือง
(นายประเทือง นิสัยชื้อ)



ธรรมชาติวิทยา โดย วิทยา

สวัสดีครับ ก่อนอื่นผมขอแนะนำคอลัมน์นี้ก่อนนะครับว่า “ธรรมชาติวิทยา” คอลัมน์นี้ จะกล่าวถึงสรรพสิ่งทั้งหลายที่ปัจจุบันเป็นศาสตร์ทางวิทยาศาสตร์ที่มีความเฉพาะอย่างชัดเจน ในนิยามเกือบทั้งหมดรวมถึงการศึกษาของสิ่งมีชีวิตทั้งพืชและสัตว์ เป็นเรื่องราวของสิ่งมีชีวิตอยู่รอบตัวเรา เพียงแต่เราอาจจะไม่เข้าใจ ในหลักความเป็นจริงซึ่งบางอย่างเรานำเอาวิทยาศาสตร์เข้ามาพิสูจน์จากการศึกษางานวิจัย เพื่อให้เกิดความเข้าใจได้มากขึ้น และให้ผู้อ่านมีความรู้สึกสนุกสนานกับเนื้อหาสาระที่เป็นประโยชน์ อาจจะมีวิชาการบ้างหรืออาจจะสอดแทรกเรื่องราวของความเชื่อโบราณสืบทอดกันมาบ้าง เพื่อความเพลิดเพลินของผู้อ่านคอลัมน์นี้ สำหรับเนื้อหา “ธรรมชาติวิทยา” ในฉบับนี้จะกล่าวถึงชนิดหนึ่งที่บางท่านอาจรู้จักและบางท่านไม่เคยรู้จักมาก่อนเลย ซึ่งเป็นงูที่จะกล่าวได้ว่าเป็นงูอภัพชนิดหนึ่งในความเชื่อของโบราณมา นั่นคือ

“งูแสงอาทิตย์ งูผู้อภัพและเป็นแพะ”

ชื่ออังกฤษ : Sunbeam snake

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Xenopeltis unicolor*

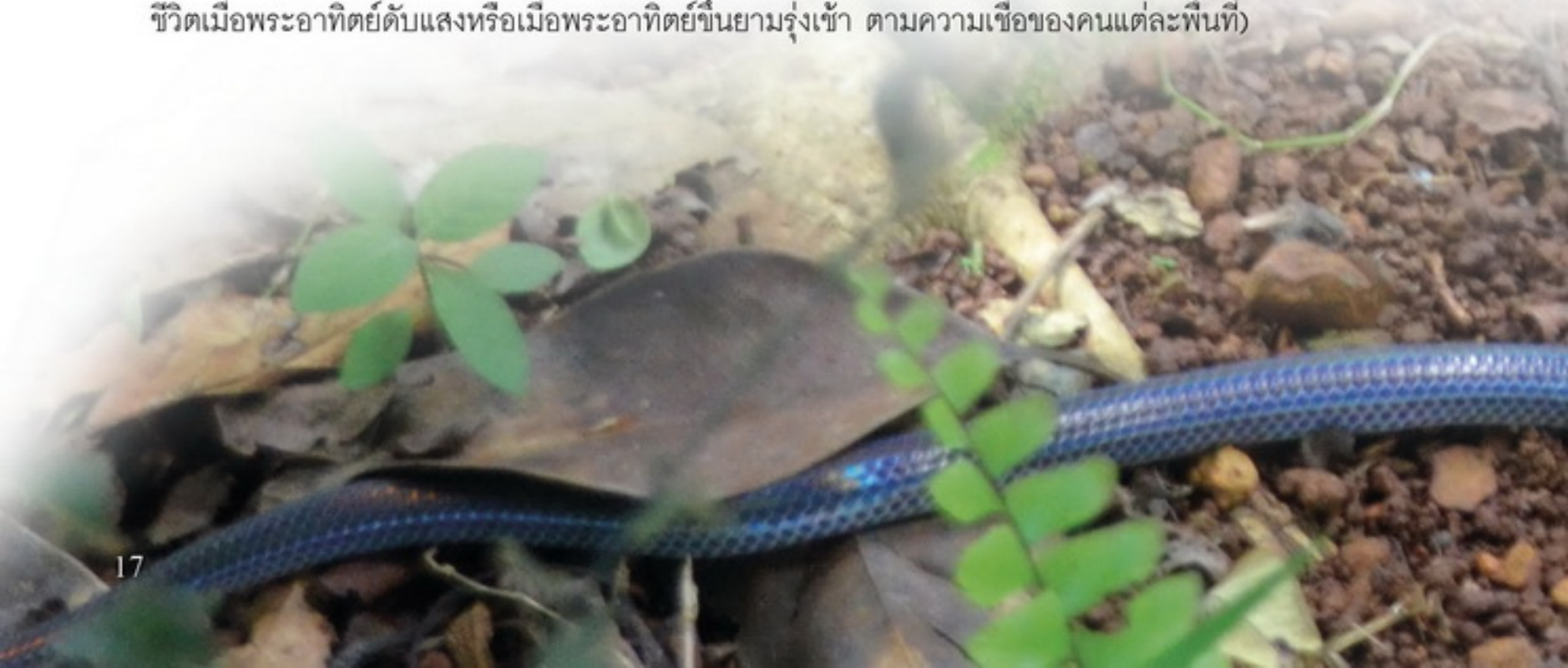






งูแสงอาทิตย์

สืบเนื่องจากโครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด (มูลนิธิชัยพัฒนา) เป็นโครงการฯ หนึ่งภายใต้การขับเคลื่อนและบริหารงานของสำนักงานมูลนิธิชัยพัฒนา และเป็นพื้นที่ในการศึกษาสำรวจและวิจัยด้านสิ่งแวดล้อม ซึ่งที่ผ่านมาได้มีการทำงานวิจัยหลายๆ ด้าน อาทิเช่น สัตว์สะเทินน้ำสะเทินบกและสัตว์เลื้อยคลาน ผีเสื้อกลางวัน เห็ดรา รวมถึงสมุนไพรต่างๆ เป็นข้อมูลพื้นฐานของโครงการฯ และเป็นแหล่งเรียนรู้ทางธรรมชาติอีกพื้นที่หนึ่งของจังหวัดจันทบุรี ดังนั้น ผมก็ขอเล่าเรื่องเลยละกันครับ ผมขอนำเสนอสัตว์ตัวแรกมาแนะนำให้อ่านจักเพื่อให้ความรู้ความเข้าใจของสัตว์ชนิดนี้และไม่เป็นพิษเป็นภัยต่อมนุษย์และไม่ได้น่ากลัวอย่างที่คิด สามารถจับเล่นได้ สัตว์ตัวนี้มีชื่อว่า “งูแสงอาทิตย์” ซึ่งตอนนี้ทางโครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ดของเรามีคณะศึกษาดูงานและนักท่องเที่ยวที่ชื่นชอบการท่องเที่ยวเชิงนิเวศศึกษาธรรมชาติ รวมถึงนักเรียนนักศึกษาเข้ามาเยี่ยมชมโครงการฯ เมื่อคณะศึกษาดูงานมาถึงยังโครงการทางเจ้าหน้าที่จะบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมการดำเนินงานของโครงการฯ รวมถึงการบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับสัตว์เลื้อยคลานประเภทงูการแยกประเภทชนิดเบื้องต้นของงูชนิดต่างๆ ถึงเวลานั้นตัวผมจะจับงูชนิดหนึ่งซึ่งมีการกระจายตัวอยู่ในภูมิภาคเอเชียอาคเนย์ทั่วทุกภาคของไทย และพบโดยทั่วไปในพื้นที่โครงการฯ และพื้นที่ใกล้เคียงตามสวนผลไม้ของชาวบ้าน เมื่อผมจับงูขึ้นมาโชว์ให้ทางคณะศึกษาดูงานได้ดูทุกคนต่างสงสัยว่างูที่ผมจับนั้นไม่มีพิษจริงหรือ และมันเป็นงูอะไร บางครั้งคนที่กลัวงูต่างตกใจลุกขึ้นแตกกระจายไปคนละทิศละทาง และเมื่อผมเฉลยและแนะนำให้อ่านจักชื่อของเจ้างูชนิดนี้ชื่อว่า “งูแสงอาทิตย์” ทุกคนต่างมีคำถามตั้งคำถามพร้อมกับสงสัยกันว่างูตัวนี้มีพิษร้ายแรงกัดคนตายนะ (เป็นความเชื่อมาแต่โบราณว่าหากท่านใดที่ถูกงูชนิดนี้กัดจะเสียชีวิตเมื่อพระอาทิตย์ดับแสงหรือเมื่อพระอาทิตย์ขึ้นยามรุ่งเช้า ตามความเชื่อของคนแต่ละพื้นที่)





พร้อมกันนี้ ผมขอเท้าความหลังสักนิดเมื่อสมัยผมเป็นเด็กมักจะมีคนเฒ่าคนแก่เมื่อพูดถึงงูแสงอาทิตย์ เขาจะเตือนเราเสมอว่าไอ้หนูอย่าไปใกล้มันนะถ้าโดนมันกัดเมื่อไหร่พอพระอาทิตย์ขึ้นเราจะตายเพราะงูตัวนี้มีพิษร้ายแรง เหมือนกับชื่อของมันว่างูแสงอาทิตย์ ซึ่งจริงๆ แล้วมันเป็นความเชื่อของคนในสมัยโบราณมาตั้งแต่เมื่อไหร่ไม่มีใครทราบรู้ แต่ว่าเราได้ยินเรื่องนี้มาจากคนหลายๆ รุ่น สืบทอดกันมาเป็นระยะเวลายาวนานจนทำให้งูชนิดนี้มักถูกตีตายทุกครั้งที่โดนพบเจอ ซึ่งเป็นที่น่าเสียดายและน่าสงสารเป็นอย่างมากในความรู้สึกของผม

และเมื่อผมได้มีโอกาสเข้ามาทำงานในโครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด (มูลนิธิชัยพัฒนา) ได้คลุกคลีกับคณะวิจัยและสืบค้นหาข้อมูลต่างๆ ทำให้ผมจึงรู้ความจริงว่า จริงๆ แล้วงูแสงอาทิตย์นั้นไม่มีพิษ จากข้อมูลที่ผมได้รับและเคยได้ยินมาตั้งแต่เด็กว่ามันเป็นงูที่อันตรายและมีพิษร้ายแรง ผมต้องขอขอบคุณคณะวิจัยและสำรวจที่เข้ามาทำงานด้านนี้ภายในพื้นที่โครงการฯ เพราะได้เรียนรู้จากผู้เชี่ยวชาญที่เขามาร่วมทำงานวิจัย บอกกับผมว่าแท้จริงแล้วงูแสงอาทิตย์เป็นงูที่ไม่มีพิษ และเป็นงูที่มีลักษณะนิสัยที่เมื่อพบเจอคนหรือศัตรูเขาเลือกที่จะหนีเพื่อเอาตัวรอดโดยการซ่อนในเศษกองหญ้า กองใบไม้หรือดินที่เป็นดินอ่อนๆ เพื่อปกปิดและแอบซ่อนอันตรายที่จะเกิดกับตัวเขาเองมากกว่า แต่อย่างไรก็ตามสำหรับคนที่ไม่สามารถแยกประเภทหรือชนิดของงูที่พบเจอได้ ผมแนะนำว่าเราไม่



ควรไปจับและให้ระลึกเสมอว่างูตัวนั้นเป็นงูมีพิษไว้ก่อน นี่ก็เป็นข้อแนะนำและให้ความรู้ ข้อควรปฏิบัติ เมื่อพบเจองูให้กับเด็ก ๆ และคณะศึกษาดูงานที่เข้ามาเยี่ยมชมพื้นที่โครงการฯ เสมอมา

ลักษณะโดยทั่วไปของงูแสงอาทิตย์ที่สังเกตได้เบื้องต้น “งูแสงอาทิตย์” มีลักษณะลำตัวยาว ทรงกระบอก หัวแบนเรียว ตามีขนาดเล็ก ลำตัวมีความยาวประมาณ 120 เซนติเมตร ลำตัวสีดำถึง สีน้ำตาลเข้ม ส่วนท้องมีสีขาว ลักษณะเด่นคือเกล็ดลำตัวเรียบเป็นเงาแวววาวสะดุดตาเมื่อสะท้อนแสงแดด จะเหลือบเป็นสีรุ้ง อันเป็นที่มาของชื่อ จนได้มีบริษัทชื่อดังระดับโลก Adidas นำไปออกแบบ เป็นรองเท้าซีรีส์ Adidas Xenopeltis ที่มีสีรุ้งงดงามเหมือนเกล็ดงูแสงอาทิตย์

จากข้อความข้างต้นพอจะลบล้างมลทินให้กับงูชนิดนี้ได้บ้าง เพราะจริงๆ แล้วงูชนิดนี้มีคุณค่าต่อระบบนิเวศเป็นอย่างมากเพราะคอยควบคุมประชากรหนู กบ เขียด และลูกงูชนิดอื่นๆ ทั้งงูมีพิษและไม่มีพิษเพราะฉะนั้นถ้าหากมีงูแสงอาทิตย์อยู่ใกล้บริเวณบ้านของเราหรือในพื้นที่มักจะปลอดภัยจากงูพิษชนิดอื่น เพราะลักษณะนิสัยทางระบบนิเวศเขาจะแย่งอาหารของงูชนิดอื่นกินเป็นอาหารเช่นกัน และอีกประเด็นหนึ่งถ้าหากมีงูชนิดอื่นที่เข้ามาใกล้งูแสงอาทิตย์และเป็นงูที่มีขนาดใกล้เคียงกันหรือเล็กกว่าเขาเข้ามาบริเวณบ้านหรือพื้นที่เขา ก็อาจเป็นอาหารของงูแสงอาทิตย์ด้วยเช่นกัน เนื่องจากงูแสงอาทิตย์ก็เป็นงูอีกชนิดหนึ่งที่กินงูด้วยกันเป็นอาหารเหมือนกับงูจงอาง ทั้งนี้เนื่องจากเจ้างูแสงอาทิตย์มีคุณค่าต่อระบบนิเวศ ทำให้งูชนิดนี้ถูกขึ้นทะเบียนเป็นสัตว์ป่าคุ้มครองตามพระราชบัญญัติสงวนและคุ้มครองสัตว์ป่า พ.ศ. 2535

เป็นอย่างไรกันบ้างล่ะครับ กับเรื่องราวดีๆ ของ “งูแสงอาทิตย์” ที่ทุกคนเข้าใจผิดมาตลอดว่า งูแสงอาทิตย์เป็นงูพิษที่มีพิษร้ายแรงและกัดคนตาย คนที่โดนกัดต้องตายเมื่อแสงอาทิตย์ลับฟ้าหรือ พระอาทิตย์ขึ้น ตามความเชื่อกันมาแต่โบราณยาวนานสืบทอดกันมา โดยส่วนตัวผมเองผมจะใช้งูแสงอาทิตย์เป็นงูที่ละลายพฤติกรรมคนและเพื่อให้ความรู้ความเข้าใจในเรื่องข้อมูลต่างๆ ที่ถูกต้อง ให้คนมีความกล้าที่จะอยู่ร่วมกับงูโดยไม่ทำร้ายหรือฆ่าอย่างไรเหตุผลเพราะงูชนิดนี้เป็นงูที่ไม่กัดคนถึงแม้เราจะจับมันมาจากธรรมชาติก็ตาม

สำหรับเรื่องราวของ “งูแสงอาทิตย์” ในคอลัมน์ “ธรรมชาติวิทยา” วารสารป่าชุมชน บ้านอ่างเอ็ด ภายใต้การดำเนินงานสำนักงานมูลนิธิชัยพัฒนาในฉบับนี้ขอจบเพียงเท่านี้ และยังมีเรื่องราวดีๆ อีกมากมายที่จะนำมาเสนอให้ทุกท่านได้ติดตาม พบกันใหม่ “ธรรมชาติวิทยา” ในฉบับหน้านะครับ... สวัสดีครับ.





ปุ๋ย

มูลไส้เดือน

วลิติน

ในการเจริญเติบโตของพืชทุกชนิดต้องอาศัยปัจจัยหลายประการที่สำคัญคือ น้ำ แสง อากาศสภาพแวดล้อม และธาตุอาหารต่างๆ ที่พืชจะนำไปใช้ในการเจริญเติบโตและพัฒนาการของพืช ธาตุอาหารของพืช ก็เป็นปัจจัยหนึ่ง ที่มีความสำคัญมากต่อพืชทุกชนิด เป็นตัวกำหนด การเจริญเติบโตของพืช ธาตุอาหารของพืช หรือที่เรา รู้จักกันดีในชื่อ ปุ๋ย มีหลากหลายชนิด แบ่งออกมาได้เป็น 2 ประเภท คือ ปุ๋ยเคมีและปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยทั้ง2ประเภทนี้ มีคุณสมบัติที่แตกต่างกันไป

“เกษตรธรรมชาติ” ฉบับนี้ นำความรู้มาฝากเช่นเคย วันนี้จะพาทุกท่านไปทำความรู้จักกับ ปุ๋ยมูลไส้เดือน ปุ๋ยอินทรีย์อีกชนิด ที่มีคุณภาพเยี่ยม มีธาตุอาหารครบถ้วนเสริมด้วยฮอร์โมนต่างๆ ตามที่ต้นไม้ของเราต้องการ และเรายังสามารถทำได้ ด้วยวิธีง่ายๆ ไม่ยุ่งยาก แถมยังใช้ได้ผลดีกับต้นไม้ของเรา โดยใช้มูลวัวนมเป็นวัตถุดิบหลักในการผลิตปุ๋ยจากไส้เดือนดินดังกล่าว มูลวัวนม ก็คือปุ๋ยอินทรีย์ประเภทหนึ่งที่เรียกกันทั่วไปว่าปุ๋ยคอก มีข้อดีและประโยชน์มากมาย สำหรับข้อเสียหากเรานำปุ๋ยคอกที่ยังไม่ผ่านกระบวนการหมักฆ่าเชื้อหรือการย่อยสลายโดยจุลินทรีย์และสิ่งมีชีวิตเล็กๆ ที่อาศัยอยู่ในวัตถุดิบที่นำมาทำการหมักใส่ให้กับต้นไม้ของเรา ผลที่ได้รับอาจไม่เป็นดังที่คิด ก็เพราะว่าปุ๋ยคอกที่เราใส่นั้นอาจจะเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดโรคต่างๆ กับต้นไม้ของเราได้ โดยเฉพาะปุ๋ยคอกสดๆ ที่มีจุลินทรีย์ตัวร้ายที่เป็นเชื้อสาเหตุโรคพืชอาศัยอยู่ปะปนกับเชื้อดี และธาตุอาหารในปุ๋ยคอก ยังอยู่ในรูปที่พืชนำไปใช้ไม่ได้ ต้องผ่านกระบวนการหมักย่อยสลายอินทรีย์สารโดยจุลินทรีย์เสียก่อน ที่เรารู้จักและเคยได้ยินในชื่อ ปุ๋ยหมัก ต้นไม้ของเราถึงจะได้รับธาตุอาหารตามที่เรตั้งใจเสริมให้เขานำไปใช้ในกระบวนการเจริญเติบโตของพืชนั้นๆ

เกษตรทฤษฎา ฉบับนี้ มาพร้อมวิธีการหมักปุ๋ยคอกให้กลายเป็นปุ๋ยที่ดี มีประสิทธิภาพ เหมาะที่จะนำมาเป็นอาหารให้กับนานาพันธุ์ไม้ของเรา โดยการทำงานร่วมกันกับพระเอกยอดนักผลิตปุ๋ยฝีมือดีที่สำคัญของเรา คือ ไส้เดือน สัตว์ตัวเล็กๆ คู่หน้าคู่ตา ที่พบได้ทั่วไปทุกผืนดินของประเทศไทยเรา ทำหน้าที่พรวนดินให้กับต้นไม้อย่างขยันขันแข็ง โดยมีคำกล่าวของคนรุ่นเก่าที่ว่า “ดินที่ดีมีความอุดมสมบูรณ์นั้นต้องมีไส้เดือนอาศัยอยู่” จะเห็นได้ว่าไส้เดือนเป็นตัวชี้วัดความอุดมสมบูรณ์เบื้องต้นของดิน มาดูกันว่าเจ้าไส้เดือนตัวเล็กๆ นี้ ทำหน้าที่และมีประโยชน์อย่างไรต่อต้นไม้ของเรา

“ไส้เดือน (Earthworm)” คือ สิ่งมีชีวิตที่สำคัญอย่างมากต่อระบบนิเวศ ช่วยในการย่อยสลายอินทรีย์สารต่างๆ ในดินและขับถ่ายมูลออกมาเป็นปุ๋ยให้กับพืช และการเคลื่อนที่ในดินของไส้เดือน เป็นการพรวนดิน ทำให้ดินมีช่องว่าง โปร่ง เป็นการเพิ่มปริมาณการหมุนเวียนออกซิเจนให้แก่ดิน ทำให้รากพืชเจริญเติบโตได้ดี

ไส้เดือน เป็นสัตว์ไม่มีกระดูกสันหลัง มีลักษณะลำตัวเป็นข้อปล้อง พบได้ทั่วไปในดิน ใต้กองใบไม้ หรือใต้มูลสัตว์ เป็นสัตว์ที่มี 2 เพศในตัวเดียวกัน มีการสืบพันธุ์ทั้งแบบอาศัยเพศและไม่อาศัยเพศ

“ปุ๋ยมูลไส้เดือน” คือ การเลี้ยงไส้เดือนโดยใช้มูลวัวนม มาเป็นอาหารให้กับไส้เดือน เพราะมูลวัวนมมีสารอาหารที่เป็นวิตามินมากกว่าวัชุนและวัชทุ้ง เมื่อไส้เดือนกินอาหารผ่านกระบวนการย่อยสลายอินทรีย์วัตถุผ่านลำไส้ที่เต็มไปด้วยจุลินทรีย์ แล้วจึงขับถ่ายมูลออกมาลักษณะเป็นเม็ดร่วน ละเอียด สีดำ มีความชื้นปานกลาง มีธาตุอาหารและฮอร์โมนในรูปที่พืชนำไปใช้ประโยชน์ได้และมีจุลินทรีย์จำนวนมากอาศัยอยู่ที่เป็นประโยชน์ต่อดินและพืช เราเรียกว่า **“ปุ๋ยมูลไส้เดือน”**



พระเอกนักผลิตปุ๋ยของเราในที่นี้ ไม่ใช่ไส้เดือนสายพันธุ์ทั่วไปของบ้านเรา แต่เป็นสายพันธุ์จากทวีปแอฟริกาตะวันออก ชื่อ แอฟริกัน ไนท์ คลอเลอร์ (African Night Crawler) เรียกสั้นๆ ว่า สายพันธุ์ AF มีขนาดลำตัวที่โตกว่าสายพันธุ์ท้องถิ่นของบ้านเรา และชอบกินมูลวัวเป็นชีวิตจิตใจ เป็นสายพันธุ์ที่นิยมเลี้ยงเพื่อผลิตปุ๋ยมูลไส้เดือน เหตุผลที่เลือกสายพันธุ์นี้ก็เพราะมีความโดดเด่นกว่าสายพันธุ์อื่นก็คือ

1. กินอาหารเก่ง ทั้งวันทั้งคืนตลอด 24 ชั่วโมง กินได้ทั้งมูลวัวและเศษผัก ผลไม้
2. อาหารที่กินเข้าไปเมื่อถ่ายออกมา มีลักษณะเป็นเม็ดกลมยาว สีดำ สะดวกในการนำไปใช้
3. ขยายพันธุ์ได้รวดเร็วเพิ่มจำนวนเป็นเท่าตัวในระยะเวลา 1 เดือน ออกลูกออกหลานให้เรามากมาย
4. มีความทนทานต่อสภาพแวดล้อมต่างๆ ได้ดีปรับตัวได้ง่าย อยู่ได้ทุกพื้นที่ที่บ้านเรา



ไส้เดือนสายพันธุ์ แอฟริกัน ไนท์ คลอเลอร์ (AF)



ไข่ของไส้เดือน มูลของไส้เดือน

● วิธีเลี้ยงไส้เดือนในกะละมัง

เหตุผลที่เลือกใช้กะละมัง เพราะน้ำหนักเบาสะดวกในการเคลื่อนย้าย และหาได้ง่ายทั่วไป หรือเราอาจใช้ภาชนะอื่นๆ ในการเลี้ยงไส้เดือนได้

● วัสดุและอุปกรณ์

1. ไส้เดือน แอฟริกัน ไนท์ คลอเลอร์ (AF)
2. มูลวัวนมแห้ง
3. กะละมัง กว้างประมาณ 40 — 50 เซนติเมตร
4. ส่วาน / ตะปู
5. ตะแกรงร่อน / ตะกร้า ที่มีรูขนาด 2-3 มิลลิเมตร

● ขั้นตอนการเลี้ยงไส้เดือนดินในกะละมัง

1. นำมูลวัวแห้งไปแช่น้ำ 3-5 วันเพื่อลดความเค็มความเป็นกรดในมูลวัว
2. นำกะละมังที่เตรียมไว้ มาเจาะรูด้านล่างเพื่อเป็นรูระบายน้ำจำนวน 20 รู (เพิ่มจำนวนได้ตามขนาดของกะละมัง)
3. นำมูลวัวที่แช่น้ำแล้ว ใส่ในกะละมังที่เตรียมไว้เกลี่ยให้เรียบ ตั้งทิ้งไว้ในที่ร่ม 2-3 ชั่วโมง
4. นำไส้เดือนพันธุ์ African Night Crawler (AF) ใส่ลงในกะละมัง 3 ขีด นำกะละมังไปตั้งไว้ในที่ร่ม อากาศถ่ายเทได้สะดวก



2



3

4



5. ครบ 30 วันจะได้ปุ๋ยมูลไส้เดือนที่มี เม็ดกลม ร่วน สีดำ นำตะแกรงหรือตะกร้ามาร่อนเพื่อคัดแยกปุ๋ยและตัวไส้เดือนออกจากกัน เราจะได้ปุ๋ยไส้เดือนที่เต็มไปด้วยธาตุอาหารที่พร้อมนำไปใช้กับต้นไม้ของเราและยังบรรจุกระสอบเก็บไว้ใช้ได้อีกนาน



***ระวังมดและแมลงที่จะมาทำอันตรายเจ้าพระเอกนักผลิตปุ๋ยของเรา และหมั่นตรวจดูความชื้นของมูลว่าให้มีความเหมาะสมโดยการรดน้ำปรับความชื้นสัปดาห์ละ 2-3 ครั้งตามความเหมาะสม**

● การนำไปใช้

ใส่ปุ๋ยมูลไส้เดือนให้กับพืชทุก 10-15 วัน ปริมาณตามความเหมาะสมของขนาดของต้นพืช ใช้ได้กับพืชทุกชนิด ไม้ดอกไม้ประดับพืชผักและผลไม้ ใส่ครั้งละน้อยๆ แต่บ่อยครั้ง

● ประโยชน์ของปุ๋ยมูลไส้เดือน

1. ช่วยปรับสภาพดินให้ดีขึ้น ส่งเสริมการเกิดเม็ดดินทำให้ ดินโปร่งร่วนซุย
2. มีจุลินทรีย์และสิ่งมีชีวิตมากมายที่เป็นประโยชน์ต่อพืชและดิน
3. มีธาตุอาหารครบตามที่พืชต้องการนำไปใช้ มีผลต่อการเจริญเติบโตของพืช
4. มีฮอร์โมนที่ช่วยในการแตกรากของพืชและช่วยให้ระบบรากแข็งแรง ทนโรค
5. ไม่เป็นอันตรายต่อระบบรากของพืช ไม่เกิดอาการไหม้ในรากพืช

ทั้งนี้ไส้เดือนดินไม่ว่าจะเป็นสายพันธุ์ใดก็ตาม ล้วนเป็นตัวชี้วัดถึงคุณภาพของดินที่ดีเหมาะสมต่อการปลูกพืช พื้นดินที่มีไส้เดือนในปริมาณมากพื้นที่นั้นย่อมปราศจากสารเคมีที่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตและการขยายพันธุ์ของไส้เดือน ดังนั้นไส้เดือนเป็นตัวชี้วัดถึงคุณภาพของดินเป็นอย่างดี ปุ๋ยมูลไส้เดือนเป็นอีกหนึ่งทางเลือก ในการผลิตปุ๋ยอินทรีย์ไว้ใช้ในครัวเรือน ที่ไม่ยุ่งยากจนเกินไป ที่ทุกคนสามารถทำได้เอง และยังได้ปุ๋ยที่มีคุณภาพ “ปลอดภัยต่อชีวิต เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม” เอาไว้ใช้กับต้นไม้ของเรา เกษตรทรรษา คู่ป่าชุมชน ฉบับนี้ขอลาไปก่อน ไว้พบกับความรู้ดีๆ ในด้านเกษตรได้ใหม่ในฉบับหน้า สวัสดีครับ



บอกเล่าเก้าสิบ

พี่ตุ้มกับน้องเจี๊ยบ

“อีก 100 เมตร เลี้ยวซ้าย ที่ผาแดงอยู่ทางซ้ายมือค่ะ”

เสียงพี่ตุ้มบอกเส้นทางให้กับน้องเจี๊ยบแทนเสียงจากจีพีเอส

เปิดคอลัมน์มาท่านผู้อ่านคงแปลกใจ ว่าเรา 2 คน กำลังจะพาทุกท่านไปไหน บอกเล่าเก้าสิบในวันนี้ พี่ตุ้มและน้องเจี๊ยบจะพาไปบ้านของ เยาวชนคนรุ่นใหม่ ที่มีความมุ่งมั่น ตั้งใจในด้านการเรียน ไม่ได้เจอกันมานานหลายปี ตั้งแต่น้องมาเข้าค่ายวิทยาศาสตร์ที่โครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด (มูลนิธิชัยพัฒนา) ต้องขอบคุณโลกโซเชียลที่ทำให้เราได้ติดตามน้อง ได้เห็นความสำเร็จทางด้านการศึกษา ที่พี่ตุ้มชวนน้องเจี๊ยบมาหาน้องในวันนี้ เป็นการมานั่งพูดคุย แร่เรื่องราวและประสบการณ์ดีๆ เพื่อเป็นแรงบันดาลใจให้กับเยาวชนคนรุ่นใหม่รุ่นต่อไป

“สวัสดีค่ะคุณแม่ น้องเอ็กซ์อยู่บ้านไหมค่ะ” (พี่ตุ้มและน้องเจี๊ยบลงจากรถพร้อมกับกล่าวทักทายคุณแม่)

“เอ็กซ์กำลังมาค่ะ พอดีเพิ่งไปวัดกันมา นั่งรอในบ้านกันก่อนค่ะ” (คุณแม่เดินมาต้อนรับ และพาไปนั่งในบ้าน)

เวลาผ่านไปประมาณ 5 นาที เสียงรถมาจอดที่หน้าบ้าน

“สวัสดีครับพี่ตุ้ม สวัสดีครับพี่เจี๊ยบ” (น้องยิ้มทักทายพร้อมกับยกมือไหว้ และนั่งลงข้างพี่ตุ้ม)

“สวัสดีค่ะ” (พี่ตุ้มและน้องเจี๊ยบกล่าวพร้อมกัน)

“เป็นยังไงบ้าง ไม่เจอกันนานเลยนะ สบายดีไหมค่ะ” (พี่ตุ้มพูดต่อ)

“สบายดีครับ” (น้องตอบพร้อมรอยยิ้ม)



“วันนี้พี่จะมาพูดคุย สอบถามเกี่ยวกับเส้นทางการศึกษา การทำงาน เพื่อให้น้องๆ เยาวชนได้อ่านเป็นการสร้างแรงบันดาลใจ ก่อนอื่นให้น้องแนะนำตัวก่อนนะคะ” (พี่ตุ้มกล่าว)

ผมชื่อ นายชญาวัต ขำน้อย ชื่อเล่น เอ็กซ์ ปัจจุบันอายุ 23 ปี จบการศึกษาปริญญาตรี คณะเกษตร กำแพงแสน ภาควิชากีฏวิทยา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม ได้เกียรตินิยม อันดับ 2 ครับ (ยินดีด้วยนะคะ พี่ตุ้มและน้องเจี๊ยบกล่าว)

“ได้แรงบันดาลใจอะไรบ้างที่ไปเรียนต่อด้านแมลงคะ” (พี่ตุ้มเริ่มถาม)

“ที่ผมตั้งใจไปเรียนต่อทางด้านแมลง เพราะผมได้ไปเข้าค่ายวิทยาศาสตร์ความหลากหลายทางชีวภาพ ที่โครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด (มูลนิธิชัยพัฒนา) ครับ เมื่อปี 2557 ก็ประมาณ 6 ปีที่ผ่านมา ตอนนั้นผมเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสตรีประเสริฐศิลป์ จังหวัดตราด คือผมได้มาเจอกับวิทยากรที่เชี่ยวชาญทางด้านแมลง ท่านได้เปิดมุมมองเรื่องแมลงที่เกี่ยวกับธรรมชาติ ให้กับเรา แล้วผมก็เริ่มคิดว่า แมลงเป็นสิ่งมีชีวิตตัวเล็กๆ ที่มีผลกับธรรมชาติค่อนข้างเยอะ ผมก็เกิดแรงบันดาลใจที่อยากจะเรียน เพราะคนเรียนเรื่องแมลงค่อนข้างน้อย ผมจึงตัดสินใจเรียนทางด้านนี้เพื่ออยากรู้ว่าสิ่งเล็กๆ ที่เรามองข้าม ที่เราไม่เห็นความสำคัญ มันจะมีความสำคัญกับเรากับธรรมชาติและสภาพแวดล้อมขนาดไหน ”

แล้วพอได้ไปเรียนอย่างจริงจังเป็นอย่างไรบ้างคะ (น้องเจี๊ยบถามต่อ)

ผมขอใช้คำว่า “ยิ่งรู้ ก็ยิ่งรู้ ว่าตัวเองไม่รู้” ก็เลยพยายามเรียนรู้ต่อไป แล้วก็เริ่มมั่นใจว่าตัวเองมาถูกทาง เพราะว่ายังมีอีกเยอะมากๆ เลยที่เรายังไม่รู้เกี่ยวกับแมลง เราอาจจะรู้แค่เพียงมุมใดมุมหนึ่ง หรือด้านใดด้านหนึ่งเท่านั้นครับ

“มีแมลงตัวไหนที่เอ็กซ์ชอบเป็นพิเศษ และอยากจะแนะนำให้พวกเรารู้จักบ้างไหมคะ (พี่ตุ้มถาม)

“ที่อ่างเอ็ดเลยได้ไหมครับ ชนิดแรกที่ผมได้ไปเจอและรู้สึกชอบ คือ มดคันไม้สิรินธร เป็นมดชนิดใหม่ของโลก มดชนิดนี้อาศัยอยู่ในถ้ำวัลย์ของต้นฮ่อสะพายควาย พบที่โครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด ค้นพบโดยดร.วิยวัตร ใจตรง ซึ่งผมเองได้พบกับอาจารย์ในช่วงที่ผมไปเข้าค่ายที่ป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด ทำให้ผมได้รู้ธรรมชาติของมด พฤติกรรมของมด และความแปลกของมดคันไม้สิรินธร เค้จะหากินโดยการเอาเปลือกเข้าไปอยู่ในต้นฮ่อสะพายควาย มันเป็นความมหัศจรรย์ของธรรมชาติ ทำให้ผมยิ่งสนใจและมีแรงบันดาลใจที่จะเรียนต่อด้านแมลง” (น้องเอ็กซ์เล่าพร้อมกับรอยยิ้ม)

ขอย้อนถามความรู้สึกแรกที่เอ็กซ์ได้ไปร่วมกิจกรรมที่โครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด (มูลนิธิชัยพัฒนา) (น้องเจี๊ยบถามต่อ)

“ครั้งแรกเลย ที่อาจารย์บอกจะพาไปเข้าค่ายที่ป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด ผมก็คิดว่า ก็เป็นป่าธรรมดา ป่าทั่วๆ ไป ที่ไหนก็มี ผมก็ไม่ตื่นเต้นอะไรเพราะบ้านผมเองก็อยู่ในป่า” (เอ็กซ์ตอบพร้อมกับหัวเราะ) ทำให้พี่ตุ้มกับน้องเจี๊ยบหัวเราะตามไปด้วย

แล้วเอ็กซ์ก็เล่าต่อว่า “แต่พอได้เข้ามาที่ป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด ได้มาเจอเพื่อนๆ ต่างโรงเรียน ได้มาทำกิจกรรมหลากหลายกิจกรรม ได้มาสัมผัสกับพี่ๆ วิทยากรที่มีความรู้ความสามารถ ทำให้ผมได้รู้ว่า ป่าที่ผมคิดว่ามันธรรมดา มันไม่ได้มีแค่ต้นไม้หรือดอกไม้ที่เรามองเห็นภายนอกเท่านั้น ในป่าผืนนี้ยังมีอะไรอีกมาก ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของ สัตว์ พืช สมุนไพร สวนผลไม้ ทำให้ป่าดูมีเสน่ห์ที่ทำให้เราเปลี่ยนความคิดที่ว่า ป่าไม่ใช่แค่ป่า นี่ก็คือความประทับใจของผมครับ”

“พี่ได้ติดตามเอ็กซ์ทางเฟสบุ๊ค ได้เห็นภาพที่เอ็กซ์ได้ไปศึกษาดูงานร่วมกับนักศึกษาต่างประเทศ อยากให้เล่าให้ฟังว่าเป็นอย่างไรบ้าง” (พี่ตุ้มถามพร้อมกับเปิดภาพเอ็กซ์ในเฟสบุ๊ค)

“ผมศึกษาต่อที่เมืองไทยในคณะเกษตร ซึ่งตอนไปต่างประเทศไปเป็นนักศึกษาแลกเปลี่ยนเกี่ยวกับทางด้านการเกษตร ได้ไป 2 ประเทศ คือ ประเทศไต้หวันและประเทศญี่ปุ่นครับ ที่อยากแลกเปลี่ยนก็คือว่า ในด้านการเกษตรของเขาจะเข้มข้นมากแล้วเขาจะผลักดันอย่างเต็มที่ ให้ความสำคัญกับการเกษตรมาก ความแตกต่างที่เรามองเห็นจากเด็กไต้หวัน เด็กญี่ปุ่น และเด็กไทย คือ พอรู้ว่าเราทำเกษตร เรียนเกษตร เขาค่อนข้างที่จะว้าวมาก เพราะการเกษตรสำหรับเขาเป็นเรื่องที่ยาก ทั้งในเรื่องของพื้นที่และในเรื่องของสภาพอากาศ ทำให้เราได้มองเห็นความแตกต่างของสภาพแวดล้อมในการทำการเกษตร การเกษตรของบ้านเราดีกว่าเขามากๆ ส่วนที่ขาดของเขาจะเป็นเรื่องของคนที่จะไปพัฒนาในส่วนนี้ เขาค่อนข้างมีความพร้อมทางด้านเกษตร และจะปลูกฝังให้คนเห็นคุณค่าของการทำเกษตร



มุมมองที่เอ็กซ์บอกว่ามีความแตกต่างสำหรับเยาวชนไทยกับเยาวชนต่างประเทศ ต่างกันประมาณไหนคะ (พีตัมถาม)

“คือ... (ตอบแบบครุ่นคิด) มันสวนทางกันครับ คนไทยถ้าที่บ้านทำสวน จากหลายๆ คนที่ผมเห็นมา บางส่วนนะครับไม่ใช่ทั้งหมด เขาจะพยายามหนีการทำเกษตร แล้วเข้าไปอยู่ในเมือง ไปหาอาชีพที่คิดว่าดีกว่าการทำสวน แต่เยาวชนต่างประเทศเขาพยายามเข้าหาเกษตร เพราะเขามองว่ามันคือความสุขที่เราหาจากในเมืองไม่ได้ เหมือนเราพยายามไขว่คว้าในสิ่งที่เราไม่มี แต่เขาคิดว่าสิ่งที่เรามีอยู่มันคือสิ่งที่เขาไม่มี และดีกว่าเขาด้วย”

“จากที่ได้ไปเรียนรู้แลกเปลี่ยนเกี่ยวกับการเกษตร ครอบครัวเอ็กซ์ก็มีอาชีพหลักคือเป็นเกษตรกร ทำสวนผลไม้ ได้นำความรู้ที่ได้กลับมาปรับใช้กับสวนอย่างไรบ้างคะ (น้องเจียบถาม)

“ที่ผมนำมาใช้คือ ฝึกในเรื่องของการสังเกต ถ้าเป็นเมื่อก่อนที่สวนผมถึงเวลาพ่นยา ใส่ปุ๋ยก็จะทำโดยที่ไม่ได้มองความจำเป็นของสิ่งที่พืชจะได้รับ แต่หลังจากที่ได้ไปเรียนแลกเปลี่ยนสิ่งที่ได้กลับมา คือ ผมจะมีการสังเกตมากขึ้น ดูตามความจำเป็น ดูตามความต้องการของพืช ความจำเป็นที่เราควรจัดการอย่างไรกับพื้นที่การเกษตรของเราครับ”

“อยากจะถามคำถามหนึ่งค่ะ เวลาที่เราไปเรียนรู้อะไรใหม่ๆ มาแล้วจะเอากลับมาพัฒนาที่สวนของตัวเอง พ่อแม่เรายอมรับไหม หรือต้องทำให้ท่านเห็นและเชื่อมั่นก่อนค่ะ” (พีตัมถามพร้อมกับเสียงหัวเราะ เพราะคำถามนี้คือชีวิตจริงพีตัม)

(เอ็กซ์หัวเราะก่อนจะตอบคำถาม) ก็ค่อนข้างท้าทายนะครับ ท่านไม่ได้สนใจว่าเราทำอะไรมา ถึงผมจะจบเกษตร ได้เกียรติยศมากก็ไม่มีผล ทุกอย่างเป็นศูนย์ครับ ผมคิดว่ามันต้องใช้เวลา ในช่วงแรกผมจะยังไม่



เปลี่ยนอะไรมาก แต่อะไรที่พอจะเพิ่มได้ผมจะเพิ่ม จะไม่เปลี่ยนวิธีการ คือท่านทำมาขนาดนี้ ดีมากแล้ว แต่ผมจะขอเวลา 2-3 ปี มีจุดไหนที่เราจะเพิ่มเติมได้บ้าง ถ้าจะให้ปรับปรุงหรือเปลี่ยนความคิดของพ่อแม่ที่ทำมาก่อนผมมองว่าอาจจะเป็นไปได้เลย นอกจากว่าเราจะลงมือทำให้เห็นจริงๆ ว่าเราสามารถทำได้ครับ

“หากมีโอกาสได้กลับไปโครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด ในฐานะวิทยากร เอ็กซ์อาจจะพูดให้แรงบันดาลใจอะไรกับน้องๆ บ้างคะ” (น้องเจี๊ยบถาม)

“สิ่งที่ผมอยากพูด อันดับแรก อยากให้น้องๆ หาแรงบันดาลใจของตัวเองให้เจอ เราไม่จำเป็นต้องทำตามคนอื่นบอก หรือทำตามกระแสสังคม ให้เราดูที่ความต้องการของตัวเอง ว่าเราต้องการอะไร อนาคตเราอยากเป็นอะไร โครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด เป็นจุดหนึ่งที่ทำให้ผมเดินสวนทางกับเพื่อนๆ ในด้านการเรียน เพราะหลากหลายคณะ หลายสาขาที่เพื่อนๆ ไปเรียน แต่ผมเลือกที่จะมาเรียนเกษตร ผมก็อยากให้น้องเลือกที่จะฟังเสียงตัวเองครับ”

“ในช่วงที่จบมัธยมศึกษาปีที่ 6 แล้วเราบอกเพื่อนว่าเราจะไปเรียนต่อด้านแมลง เพื่อนถามไหม ว่าทำไมเราถึงเลือกคณะนี้” (น้องเจี๊ยบถามต่อ)

“คำถามแรกที่เพื่อนถาม คือ เรียนทำไม? ถ้าถามว่าแปลกไหม ผมคิดว่าความรู้สึกของเพื่อนๆ น่าจะแปลกนะครับ ทำไมถึงต้องเรียน แต่ตัวเรารู้ยู่่ว่าเราไปเรียนเพื่ออะไร ผมก็ ไม่สนใจครับ เราเลือกเรียนในสิ่งที่เราชอบ”

“เอ็กซ์คิดว่า แมลงกับป่ามีความสัมพันธ์กันอย่างไรคะ” (พี่ตุ้มถาม)

“ในความคิดของผม แมลงกับป่าเป็นส่วนเติมเต็มซึ่งกันและกัน แมลงไม่ได้มีแค่ตัวเดียว ไม่ได้มีแค่ชนิดเดียว ป่าก็ไม่ได้มีแค่ต้นไม้อย่างเดียว หน้าที่ของแมลงแต่ละตัวมันมีหน้าที่แตกต่างกันไปทั้งประโยชน์และโทษ คำว่าเติมเต็มของผมในที่นี้ก็คือ การเป็นผู้ย่อยสลาย เป็นตัวแปรที่ทำให้สิ่งแวดล้อมในป่าสามารถเดินต่อไปข้างหน้าได้อย่างสมบูรณ์ครับ”

“สุดท้ายนี้เอ็กซ์รู้สึกอย่างไรที่ตำบลตกพรมมีโครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด (มูลนิธิชัยพัฒนา)”

“ผมเองเป็นคนจังหวัดตราด ไม่ใช่คนในพื้นที่ ยังรู้สึกภูมิใจและแอบอิจฉาคนตกพรม ที่มีสิ่งดีๆ แบบนี้ ป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ดถือได้ว่าเป็นสิ่งที่ดี เป็นสิ่งที่มีคุณค่า เป็นป่าที่มีความอุดมสมบูรณ์ และเป็นประโยชน์ต่อเด็กๆ และเยาวชน ซึ่งตัวของผมเองก็ได้แรงบันดาลใจด้านการเรียนจากป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ดครับ” (เอ็กซ์ตอบพร้อมรอยยิ้ม)

เวลาที่พี่ตุ้มกับน้องเจียบไปไหนคำถามที่เราพบบ่อยๆ คือ โครงการแต่ละโครงการที่โครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด (มูลนิธิชัยพัฒนา) คิดทำกันขึ้นมาเนี่ย ทำไปทำไม ทำแล้วได้อะไร ทำไปแล้วใครได้ประโยชน์ เมื่อคุณได้มาอ่านบทสัมภาษณ์ของน้องเอ็กซ์ หรือได้พูดคุยกับน้องเอ็กซ์ คุณจะพบคำตอบทั้งหมดที่คุณถามมา เราทำโครงการอบรมค่ายวิทยาศาสตร์ ความหลากหลายทางชีวภาพ เราก็หวังว่าในแต่ละรุ่นที่เราเปิดการอบรมเนี่ย เราจะทำให้เยาวชนสัก 1 คน เกิดแรงบันดาลใจในการเป็นนักวิทยาศาสตร์ เพื่อไปพัฒนาบ้านของเรา พัฒนาชุมชนของเรา พัฒนาประเทศของเรา และเราจะรู้ว่าใครได้ประโยชน์ เราทุกคนได้ประโยชน์ ทุกคำถามเอ็กซ์คือคำตอบค่ะ ถ้าเราทำงานอะไรแล้วหลังเสร็จงาน เรารู้สึกภาคภูมิใจกับงานที่ทำ โครงการอบรมค่ายวิทยาศาสตร์ ความหลากหลายทางชีวภาพ ทำให้เจ้าหน้าที่โครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด (มูลนิธิชัยพัฒนา) ทุกคนภาคภูมิใจค่ะ

“ป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด” ครั้งหนึ่งในชีวิต ป่าที่สร้างแรงบันดาลใจและแรงผลักดันให้ผม (เอ็กซ์) ขอบขอบคุณโอกาสและประสบการณ์ที่มอบให้ในวันนั้น จนมาเป็นเอ็กซ์ในวันนี้ ขอบคุณมากครับพี่ๆ เจ้าหน้าที่โครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด (มูลนิธิชัยพัฒนา) ที่น่ารักทุกๆ คน ขอบคุณมากครับ





กล้าพระราชทาน

ในแต่ละปีโครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด (มูลนิธิชัยพัฒนา) จะทำการเพาะและขยายพันธุ์พืช เพื่อเตรียมกล้าสำหรับเป็นกล้าพระราชทาน สนับสนุน ต้นพันธุ์กล้าไม้ให้กับราษฎรทั้งในพื้นที่และนอกพื้นที่ โครงการฯ ภายใต้การดำเนินงานของสำนักงานมูลนิธิ ชัยพัฒนา ในปีนี้ก็เช่นกันเจ้าหน้าที่จะทำการเตรียม เพาะกล้าต่างๆ มากมายตามแผนงานการผลิตกล้าไม้ ดังกล่าว วันหนึ่งในระหว่างที่เจ้าหน้าที่กำลังเพาะกล้า ไม้อยู่นั้น น้องเจียบเจ้าหน้าที่ประสานงานโครงการฯ ได้เข้ามาบอกเจ้าหน้าที่ทุกคนว่าได้รับการประสานงาน อาจารย์รุ่งโรจน์ อาจารย์จากโรงเรียนดกพรมหาวิทยาลัย

มีความสนใจและอยากให้นักเรียนได้เข้ามาศึกษาเรียนรู้ ในกิจกรรมเพาะขยายพันธุ์พืช ระหว่างที่เจ้าหน้าที่ทุกคน กำลังก้มหน้าก้มตากรอกดินลงถุงเพาะกล้าไม้อยู่นั้น ทุกคนต่างมองหน้ากันแล้วยิ้มพร้อมๆ กัน เจ็ดตุ้ม คิดเหมือนหนูโหม่ คิดเหมือนกันทุกคนโหม่คะ จะดีไหม ถ้าเราให้เด็กๆ มาช่วย เด็กจะได้ขยายพันธุ์พืชเป็นด้วย ตามที่อาจารย์รุ่งโรจน์ติดต่อประสานงานมาพอดี หลังจากนั้น เจ้าหน้าที่ทุกคนก็ลงความเห็นกันว่า ความรู้ที่ เราจะถ่ายทอดให้น้องๆ นักเรียนในคราวนี้ตามหลักสูตร ของทางโรงเรียนดกพรมหาวิทยาลัย “**เรื่องของการ ขยายพันธุ์พืช**” เราจะสอนเด็กๆ ตอนกิ่งมะนาว

และเสียบยอดทุเรียนนี้แหละ ตามนั้นะทุกคน
(ทุกคน) ยืม ๆ ๆ

และเมื่อถึงวันนัดหมายวันที่อาจารย์รุ่งโรจน์ พาเด็ก ๆ เข้ามาศึกษาเรียนรู้ตามหลักสูตรเรื่อง “การขยายพันธุ์พืช” ก็มาถึง รถโรงเรียนเดินทางพานักเรียนมาได้ยินเด็ก ๆ ส่งเสียงเจื้อยแจ้วกันมาตลอดทางก่อนที่จะพบกันเสียอีก เมื่อถึงอาคารนัดหมาย น้อง ๆ นักเรียนสวัสดีครับ สวัสดีค่ะ อาจารย์รุ่งโรจน์เดินมาสมทบและกล่าวทักทายกันกับเจ้าหน้าที่ พี่ก็ักเจ้าหน้าที่ผู้ช่วยนักวิจัยได้เชิญอาจารย์และเด็ก ๆ เข้าในอาคารเอนกประสงค์เพื่อเตรียมความพร้อม พี่ก็ักกล่าวสวัสดิ์อาจารย์และน้องนักเรียนอย่างเป็นทางการอีกครั้ง แล้วพูดกับนักเรียนทุกคนว่า

ก็ัก : “สวัสดีน้องๆ ทุกคนวันนี้เราจะมาเรียนรู้วิธีเพาะขยายพันธุ์พืช โดยวิธีแรกที่พี่จะสอนวันนี้คือการตอนกิ่ง พี่จะให้น้องๆ ทุกคนได้ลองตอนกิ่งมะนาวนะครับ”

ขั้นตอนแรกเราจะเริ่มในการเตรียมตุ้มตอนกันก่อนนะเด็ก ๆ นำขุยมะพร้าวเทใส่อ่างเติมน้ำให้ท่วมนะ จากนั้นนำถุงพลาสติกขนาดเล็กประมาณถุงที่ใส่น้ำจิ้มมา แล้วหนูก็เอาขุยมะพร้าวขึ้นมาแบบนี้ (ก็ักใช้มือข้อนขุยมะพร้าวขึ้นมาทำให้น้องนักเรียนดูเป็นตัวอย่าง) จากนั้นหนูบีบน้ำออกนะ ให้ขุยมะพร้าวยังคงความชุ่มชื้นอยู่ระดับหนึ่ง แต่ไม่ให้เปียกแฉะจนเกินไปนะแล้วใส่ไปในถุงพลาสติก ใช้ยางรัดให้แน่น แล้วเด็ก ๆ นำมีดคัดเตอร์มาปาดถุงนิดหน่อยใส่น้ำยาเร่งรากเข้าไปในตุ้มตอนนิดหน่อย หรือเราจะเตรียมน้ำยาเร่งรากไว้สำหรับทาบริเวณแผลของกิ่งที่เราทำการตอนก็ได้นะ ทำขั้นตอนนี้แล้วแยกใส่ถุงไว้คนละ 20 อันนะ ทำได้ไหม (ก็ักถามน้องนักเรียน) และทุกคนตอบโดยพร้อมเพรียงกันว่าได้ครับ ได้ค่ะ หลังจากเตรียมตุ้มตอนเสร็จเรียบร้อยแล้ว ก็ักพานักเรียนทุกคนมาที่แปลงมะนาว



พี่ก๊ิก : เอาเด็ก ๆ ที่นี้มาถึงขั้นตอนที่ 1 การคัดเลือกกิ่งมะนาวนะ เราจะเลือกกิ่งมะนาวที่เป็นกิ่งอ่อนกิ่งแก่เนาะเด็ก ๆ หรือกิ่งที่มีสองสีคือสีเขียวอมเทา เน้นเป็นกิ่งที่ขนานกับพื้น เพราะถ้าเราเลือกกิ่งที่ตั้งชันหรือกิ่งกระโดง เมื่อนำไปปลูกจะทำให้แตกกิ่งด้านข้างๆ เน้นเลือกกิ่งที่สมบูรณ์ไม่เป็นโรคนะครับ



ขั้นตอนที่ 2 ใช้กรรไกรตัดแต่งกิ่งหรือมีดควั่นกิ่งให้รอบนะครับ ให้รอยแผลห่างกัน 1 - 1.5 นิ้ว หรือระหว่างได้ข้อที่เกิดใบ ตามข้อปล้องนี้แหละจะเกิดรากขึ้นมาเพื่อเป็นต้นใหม่ต่อไป แล้วลอกเปลือกออกนะครับ

ขั้นตอนที่ 3 ขูดเนื้อเยื่อเจริญ (ท่ออาหาร) โดยใช้มีดตอนกิ่ง ขูดให้ถึงเนื้อไม้แบบนั้นะ เด็ก ๆ มองดูด้วยความตั้งใจ ขูดสัก 3 - 5 รอยนะ บริเวณที่ขูดนี้คือการตัดท่อน้ำและท่ออาหารเพื่อไม่ให้ส่งไปเลี้ยงยังปลายกิ่งที่เราตอนจะทำให้รากงอกไวขึ้น (การทำแบบนี้ คือ การตัดการลำเลียงของน้ำและอาหารของกิ่งตอนนั้นๆ เมื่อกิ่งที่การตอนหรือควั่นนั้นเกิดอาการขาดน้ำขาดอาหาร

กิ่งที่เราตอนนั้นจะแตกรากขึ้นมาใหม่เพื่อต่อชีวิตและดำรงสืบเผ่าพันธุ์เป็นต้นใหม่ต่อไป เข้าใจไหมเด็ก ๆ) เด็ก ๆ เข้าใจครับ เข้าใจค่ะ แล้วทำอย่างไรต่อคะพี่ก๊ิก

พี่ก๊ิก : แล้วเราก็เอาตุ่มตอนที่เตรียมไว้มาหุ้มกิ่งมะนาวที่ขูดนะ ใช้เชือกฟางรัดที่กระเปาะตุ่มตอนแล้วดึงให้แน่น

สิ้นสุดขั้นตอนการตอนกิ่งมะนาว หลังจากนั้นรออีกหนึ่งถึงสองเดือนเมื่อรากงอกก็ตัดมาชำในถุงเออละไหนดลองทำซิเด็ก ๆ คนละ 20 กิ่งนะ เตียวพี่กับเจ้าหน้าที่โครงการฯ จะคอยเดินดูนะว่าทำกันถูกหรือเปล่า จากนั้นเด็ก ๆ ก็ได้ลองทำตามพี่ก๊ิกบอก บ้างก็มีบ่นบ้างพี่ก๊ิก โอ้ย!!! หนามมะนาวมันตำมือหนูอะ ระวังๆ หน่อย แล้วกันนะแป้ง ก็บอกน้องนักเรียน



เมื่อเวลาผ่านไปสักระยะ ก็ถามเด็ก ๆ ว่าเสร็จเรียบร้อยแล้วกันรึยังทุกคน ครับพี่ก๊ิก ค่ะพี่ก๊ิกเสร็จแล้วค่ะ เออละเด็ก ๆ สำหรับวันนี้เด็ก ๆ ก็รู้วิธีการตอนกิ่งแล้วนะ แล้วอีก 1 เดือน เรามาดูกันว่าของใครจะใช้ได้กิ่งนะ



อาจารย์รุ่งโรจน์จากที่คอยดูนักเรียนระหว่างที่ตอนกิ่งมะนาวก็ได้กล่าวว่าขอบคุณมากนะครับพี่กิ๊ก แล้วอีก 1 เดือน จะกลับมาใหม่ให้เด็ก ๆ มาตัดกิ่งแล้วลงถุงเพาะชำครับ ได้ครับอาจารย์

จากนั้นอาจารย์รุ่งโรจน์ก็หันไปพูดกับนักเรียนว่า “นักเรียนมาขอบคุณพี่กิ๊กที่ให้ความรู้วันนี้ละ” เด็ก ๆ กรูกันเข้ามากล่าวขอบคุณพี่กิ๊ก ขอบคุณมากครับ ขอบคุณมากค่ะพี่กิ๊ก

เมื่อกล่าวมาแล้วก็แยกย้ายกลับโรงเรียน เมื่ออาจารย์รุ่งโรจน์และนักเรียนกลับไปแล้วเจ้าหน้าที่ทุกคนสบสายตากันแล้วยิ้มพร้อมกันด้วยความดีใจและยินดีที่น้องนักเรียนมาทำกิจกรรมในวันนี้
เจ้าหน้าที่ : “ดีนะะ มีเด็ก ๆ มาตัดตอนเบาแรงเราไปได้เยอะเลย” (เจ้าหน้าที่โครงการพูดขึ้นด้วยความดีใจ)
เจ็ญ : ทำไมพี่กิ๊กไม่ให้เด็กทำสักคนละ 50 กิ่งละ (555)
กิ๊ก : โอ๊ยเจ็ญเยอะไปเราจะต้องทำด้วย (ทุกคนหัวเราะเจ็ญกับกิ๊ก)

เจ็ญและตุ้มพูดขึ้นมาว่า ปะ ๆ วันนี้ช่วยกันตอนกิ่งต่อแล้วค่อยเก็บของกัน สำหรับในวันนี้เด็ก ๆ กลับโรงเรียนไปแล้วพร้อมกับความรู้ด้านการตอนกิ่งมะนาว

และเมื่อวันเวลาก็ดำเนินผ่านมาถึง 1 เดือนเศษ อาจารย์รุ่งโรจน์พาเด็กนักเรียนเข้าที่ป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ดอีกครั้ง เมื่อมาถึงนักเรียนกล่าวสวัสดิ์ครับ สวัสดิ์ค่ะ เจ้าหน้าที่ทุกคน จากนั้นก็กรูกันไปดูผลงานการตอนกิ่งมะนาวของตนเองว่ามีรากงอกหรือไม่ขอเธอเป็นไบบ้าง ของคนนั้นเป็นไบบ้าง ของคนนี้เป็นไบบ้าง ต่างคนต่างลุ้นในผลงานของตนเอง พี่กิ๊กให้เด็ก ๆ ดูผลงานตนเอง แล้วถ้ามีรากงอกดีพร้อมให้เด็ก ๆ ตัดกิ่งมากองรวมกันไว้ จากนั้นพี่กิ๊กได้ให้ป่าสุ เจ้าหน้าที่โครงการ สาธิตวิธีการนำกิ่งตอนมะนาวลงถุงสำหรับเพาะอนุบาลไว้ให้แข็งแรง จากนั้นเด็กทำตามขั้นตอนที่พี่กิ๊กและป่าสุสอนและแนะนำจนครบทุกคน

พี่กิ๊กแจ้กับเด็ก ๆ ทุกคนว่ากิ่งมะนาวนี้เมื่อกองแข็งแรงดีแล้ว เราจะเอาไปให้ที่โรงเรียนส่วนหนึ่งและสำหรับเด็ก ๆ ด้วยนะ คนละ 1 ต้น เด็ก ๆ ร้องเสียงเฮ... ดีใจกับผลงานของตนเอง พี่ให้เอาไปปลูกที่บ้านให้พ่อกับแม่แล้วบอกว่า เนี่ย.. กิ่งมะนาวที่หนูตอนมาเองนะ พ่อกับแม่จะได้ภูมิใจว่าลูกตัวเองตอนพันธุ์กิ่งมะนาวเป็นแล้วนะช่วยลดค่าใช้จ่ายในครัวเรือนให้กับครอบครัวได้ด้วย และส่วนที่เหลือที่น้อง ๆ นักเรียน



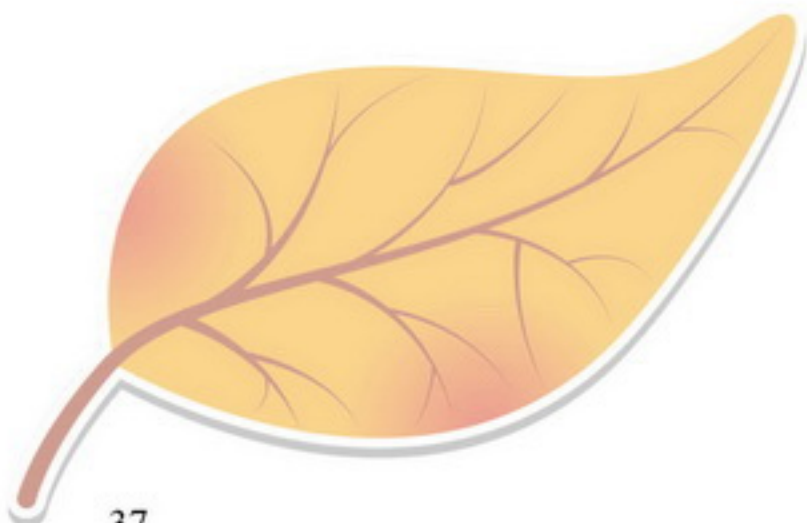
ทุกคนที่ช่วยกันตอนกิ่งมะนาวไว้ในครั้งนี้ ทางโครงการพัฒนาปทุมชนบ้านอ่างเอ็ด (มูลนิธิชัยพัฒนา) จะรวบรวมและส่งมอบให้กับสำนักงานมูลนิธิชัยพัฒนาเพื่อเป็นกล้าพระราชทานต่อไปนะครับ ลั่นเสียงที่พี่กิ๊กกล่าวแข่งก็พูดขึ้นมาว่า “กล้าพระราชทานเลยเธอพี่กิ๊ก” พี่กิ๊ก : ไข่แล้วครับแป้ง

มั้มจึงหันมาถามแป้งว่า : “ต้นมะนาวที่ฉันตอนและลงถุงเพาะในครั้งนี้จะไปเจริญเติบโตที่จังหวัดไหนของประเทศนะ”

แป้ง : *ไม่ว่าจะไปโตที่ไหนก็ตามเราภูมิใจ*

และเรื่องราวนี้ก็เป็นอีกหนึ่งของความประทับใจและภูมิใจที่ได้ทำกิจกรรมตามหลักสูตร “การเพาะและขยายพันธุ์พืช” การตอนกิ่งมะนาวให้เป็นต้นกล้าและที่เหนือกว่านั้นคือ ต้นกล้ามะนาวที่เราผลิตนี้ จะกลายเป็นต้นกล้าพระราชทาน สำหรับส่งมอบให้กับสำนักงานมูลนิธิชัยพัฒนา และกลายเป็นต้นกล้าที่มีประโยชน์แก่อื่น ผู้ที่ได้รับคงดี เจกเช่นเดียวกับเด็ก ๆ ทุกคนที่เป็นต้นกล้าแห่งความดีงาม ที่พร้อมจะเจริญงอกงามเป็นบุคลากรและทรัพยากรบุคคลที่มีคุณภาพของสังคมและประเทศชาติต่อไป

“ต้นกล้าที่จะงอกงาม ต้องผ่านการพุ่มผัก ดูแลและเอาใจใส่เป็นอย่างดี”





“ต้นมะนาวที่ฉันตอนและลงถุงเพาะในครั้งนี้จะไป
เจริญเติบโตที่จังหวัดไหนดของประเทศไทยนะ”

“ไม่ว่าจะไปโตที่ไหนดก็ตามเราภูมิใจ”



กล้าพระราชทาน



หน้าต๋าวจันทบุรี



ตอน พาเที่ยวชุมชนขนมแปลก

ริมคลองหนองบัว จันทบุรี

โดย เป็ดน้อย

ก่อนอื่นต้องขออนุญาตกล่าวคำว่าสวัสดีค่ะ สวัสดีผู้ที่รักการอ่าน และผู้ที่ติดตามวารสารของโครงการพัฒนาป้าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด (มูลนิธิชัยพัฒนา) ทุกท่าน นะคะ ดิฉัน นางสาวสุกัญญา พวงพันธ์ ผู้ใช้นามปากกาว่าเป็ดน้อย สาวน้อยผู้น่ารัก แห่งป้าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด วันนี้เป็ดน้อยได้มีโอกาสมานั่งจับปากกาเขียนวารสาร อีกครั้งนับว่าเป็นฉบับที่สองของตัวเอง ยังมีความตื่นเต้นกับโอกาสที่ได้รับทุกครั้ง และเป็ดน้อยรู้ตัวดีว่าประสบการณ์ในการเขียนอาจยังไม่ดีพอแต่ก็จะพยายาม ทำให้ดีที่สุด และจะปรับปรุงแก้ไขพัฒนาตัวเองและเรื่องราวที่น่าสนใจให้ทุกท่าน ได้ติดตามต่อไปค่ะ

ว่าแล้ววันนี้เป็ดน้อยจะพาทุกท่านไปพบกับสถานที่เที่ยวของจังหวัด จันทบุรี ซึ่งเป็นชุมชนเก่าแก่ที่มีเรื่องราวและวิถีชีวิตการดำรงอยู่ของชาวบ้านที่ สืบทอดกันยาวนาน ชุมชนขนมแปลกริมคลอง ชุมชนนี้เป็นชุมชนหนึ่งในพื้นที่ ตำบลหนองบัว อำเภอเมือง จังหวัดจันทบุรี ที่ยังคงรักษาเอกลักษณ์การดำเนิน วิถีชีวิตชุมชนริมคลองที่มีอัตลักษณ์และประวัติศาสตร์อันยาวนาน โดยเฉพาะ ความโดดเด่นด้านอาหารคาวหวานที่มีเสน่ห์และเอกลักษณ์ไม่เหมือนที่ไหนๆ เป็น อาหารและขนมพื้นบ้าน และที่นี่ยังมีชื่อเสียงในเรื่องของขนมไทยโบราณที่มีรสชาติ อันแสนอร่อยน่าลิ้มลองเป็นอย่างยิ่งและมีชื่อเรียกที่แปลกๆ ที่ในปัจจุบันนี้หาดูและ หาทานได้ยาก



เพื่อไม่ให้เป็นการเสียเวลาเปิดน้อยจะพาทุกท่านไปเพลิดเพลินกับอาหารหวานคาวและวิถีชีวิตของชุมชนแห่งนี้ บอกเลยว่ามาวันนี้เปิดน้อยจะพาทุกท่านไปพบกับความอึดอัดใจและอึดท้องแน่นๆ (ฮาๆ) เอาละ เปิดน้อยจะเล่าสู่กันฟังแบบคร่าวๆ นะคะสำหรับผู้ที่ยังไม่เคยมาเยี่ยมเยียนเมืองจันท์ เริ่มจากเมื่อเราเดินทางมาถึงสถานที่แห่งนี้ที่เรียกกันติดปากว่า **“ชุมชนขนมแปลก”** จะมีที่จอดรถอยู่ทางด้านข้างตลาดสดหนองบัว หลังจากจอดรถเสร็จสับลั้วก็ต้องเดินเท้าเข้ามาด้านในชุมชน จะเห็นได้ว่าเป็นชุมชนขนาดเล็กซึ่งเป็นบ้านไม้สองชั้นลักษณะเก่าแก่พอสมควรทอดยาวไปสุดตา ขนาบถนนลาดยางซึ่งเป็นเส้นทางสัญจรของนักท่องเที่ยว ด้านหน้าบ้านของแต่ละหลังนั้นจะเต็มไปด้วยของขายตั้งอยู่เรียงรายตลอดจนสุดชุมชน (แทบจะทุกหลังเลยทีเดียวค่ะ) แต่นั่นแหละคือไฮไลท์ของชุมชนแห่งนี้

ส่วนของที่คุ้นหูคุ้นปากคุณตาคุณยายนำมาขายนั้นก็จะเป็นของขึ้นชื่อของชุมชนหนองบัวหลากหลายชนิด เช่น น้ำปลาหนองบัว (เป็นน้ำปลาที่คนในชุมชนผลิตขึ้นเพื่อใช้บริโภคในครัวเรือนและนำมาจำหน่ายเป็นสินค้าประจำท้องถิ่น) ไม้กวาดดอกอ้อ น้ำตาลอ้อย อาหารทะเลตากแห้ง กะปิ และงานหัตถกรรมฝีมือต่างๆ ล้วนแต่เป็นสินค้าโอท็อปของชุมชนนี้ แต่เอ๊ะ! ทำไมถึงเรียกว่าชุมชนขนมแปลกล่ะ ทุกคนสงสัยกันบ้างไหมเอ๋ย? อันที่จริงก็เป็นขนมไทยโบราณที่มีวัตถุดิบอาจจะไม่แตกต่างจากที่อื่นมากมายนัก แต่เปิดน้อยเองนั้นก็เป็นคนจันทบุรีโดยกำเนิดก็ยังไม่เคยได้ยืมชื่อขนมบางชนิดในชุมชนนี้เช่นกัน ภาษาที่ชาวบ้านใช้เรียกขนมแต่ละชนิด ฟังแล้วจึกจื๊หัวใจจะจริงเลยๆ ค่ะ ซึ่งเป็นแนวทางในการสร้างจุดขายของผู้นำชุมชนและชาวบ้านในชุมชนที่อยากให้ทุกคนนักท่องเที่ยวที่มา



เยียมเยียนได้จำชื่อขนมไทยขนมพื้นถิ่นซึ่งเมื่อฟังแล้วคงติดหูอยู่ในความทรงจำนั่นเอง เรื่องของเวลา เปิดปิดหรือเวลาที่นักท่องเที่ยวจะเข้ามายังชุมชนแห่งนี้ก็มีนะคะ จะเปิดตลาดขายของให้นักท่องเที่ยวเข้ามาสัมผัสวิถีชีวิตของชุมชนและเลือกซื้อสินค้ารวมทั้งอาหารหวานคาวและขนมไทยที่มีชื่อเรียกแปลกๆ ได้ทุกวันเสาร์-อาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์

บรรดาขนมทั้งหลายที่ตั้งเรียงรายอยู่หน้าบ้านซึ่งมองไปแล้วแอบคิดอยู่ในใจว่าวันนี้เปิดน้อยจะทานหมดไหมละ ถ้าวันเปิดน้อยขออนุญาตยกตัวอย่างขนมที่แปลกๆ มาเพียงเล็กน้อย เริ่มจาก

“ขนมควยลิง” ชื่อขนมควยลิงเป็นชื่อขนมจริงๆ นะคะ ไม่ได้แอบทะเล่ลามากแต่อย่างใด แต่ชื่อนี้เป็นชื่อเรียกของขนมชนิดนี้มาแต่โบราณ เด็กๆสมัยนี้หรือนักท่องเที่ยวต่างพื้นที่อาจไม่รู้จักเลยมองว่าแปลกดีดลกดี แต่ชื่อฟังแล้วก็ติดหูดีนะคะ ชื่อนี้เปิดน้อยว่า ทำให้นักท่องเที่ยวส่วนใหญ่ที่มาต่างชอบอกชอบใจทั้งชื่อและรสชาติ

“ขนมควยลิง”



“ขนมติดคอ” เป็นอีกขนมหนึ่งที่ส่วนตัวแล้วเปิดน้อยนั้นไม่รู้จักเลยและไม่เคยทานมาก่อน เปิดน้อยยังคิดในใจว่าเปิดน้อยไปอยู่ไหนมาเป็นคนจันท้แท้ๆ ยังไม่รู้จักและไม่เคยทานเลย และยังแอบคิดอยู่ในใจว่าทานแล้วจะติดคอเหมือนชื่อไหมซำๆ แต่ขอบอกเลยว่าเป็นขนมที่มาเที่ยวชุมชนนี้แล้วต้องลองนะค่ะ เพราะขนมมันอร่อยจริงๆ ทำมาจากแป้งข้าวเหนียวที่ถูกปั้นพอดีค่านำมาต้มในน้ำเดือด จิ้มด้วยถั่วลิสงตำพอยาบผสมกับน้ำตาลอ้อยรสหวานและหอมเข้ากันมากๆ ค่ะ อร่อยมากๆ ค่ะ เปิดน้อยการันตีเรื่องความอร่อยเลยทีเดียวนะ



“ขนมม้าฮ่อ” ตอนแรกเปิดคิดว่าม้าฮ่อเป็นสัตว์ชนิดหนึ่ง แต่ความจริงแล้วมันคือชื่อของอาหารว่างไทยโบราณนั่นเอง เป็นขนมที่หาทานได้ยากมากพอสมควร ซึ่งทำมาจากผลไม้รสเปรี้ยวตัดด้วยไส้เค็มหวาน กินได้ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ ลองสักคำรับรองติดใจ ท่านใดอยากรู้ว่าทำมาจากอะไรเป็นวัตถุดิบบ้าง เปิดน้อยแนะนำลองมาทานและมาสอบถามได้ที่ชุมชนขนมแปลกได้เลยนะค่ะ เปิดน้อยขออุบไว้ก่อนนะค่ะ



โอ้ๆๆ และยังมีขนมไทยโบราณอื่นๆ แปลกๆ อีกมากมาย ที่ยังกล่าวไม่หมด เช่น ขนมดั่งเม น้ำเยี่ยววัว ขนมต้มกล้วยแปบโบราณ ไข่นกกระสา ขนมหั้นตรา ข้าวเกรียบน้ำจิ้ม ขนมตะไลน้ำอ้อย ขนมจ้าง จ๋ามงกุฏ ขนมเกสรลำเจียก ขนมแดงงาในพระไตรปิฎก ขนมตะลุ่ม ขนมลำเตี้ยง ขนมนี้มนวล และขนมพระพายเป็นต้น จะให้เปิดน้อยเล่าให้ฟังถึงอาหารและขนมพื้นถิ่นของชุมชนขนมแปลกนี้ ทั้งหมดคงยาว หากท่านชอบทานขนมแปลกเปิดน้อยแนะนำให้นำเที่ยวจังหวัดจันทบุรีและห้ามพลาดแหล่งท่องเที่ยวนี้เพราะที่นี่มีแต่ของอร่อย ผู้คนน่ารัก พ่อค้าแม่ค้าเป็นกันเองมาก บริการดีประทับใจแน่นอนอีกทั้งราคาไม่ได้แพงมาก และวันนี้เปิดน้อยผู้น่ารักน้องใหม่เจ้าของคอลัมน์หน้าต่างจันทบูรณ์ขอจบการสนทนาเรื่องราวในฉบับนี้แต่เพียงเท่านี้ก่อนและฝากติดตามเปิดน้อยได้ทางคอลัมน์นี้ที่จะคอยนำเสนอแหล่งท่องเที่ยวและสถานที่สำคัญต่างๆ ของจังหวัดจันทบุรีต่อไปนะคะ และขอให้ทุกท่านจงมีความสุขความเจริญโปรดติดตามคอลัมน์หน้าต่างจันทบูรณ์ค่ะ สวัสดีค่ะ “เปิดน้อยบ้านอ่างเอ็ด”



แกงเผ็ดซ่อนแก้ว





เครื่องปรุงและส่วนผสม

1. ยอดกระถำอ่อน	1	ถ้วย	8. ดอกผักชี	1	ช้อนชา
2. เม็ดอ่อนระกำ	1	ถ้วย	9. ดอกกะเพรา	1	ช้อนชา
3. ปลาช่อน	1	ตัว	10. กะปิ	2	ช้อนชา
4. พริกแห้ง	7	เม็ด	11. น้ำกะทิ	1	ถ้วย
5. กระเทียม	3	กลีบ	12. น้ำตาล	1	ช้อนชา
6. ตะไคร้	2	ช้อนชา	13. น้ำปลา	2	ช้อนโต๊ะ
7. ข่า	2	แว่น	14. น้ำมะขาม	1	ถ้วย

ขั้นตอนและวิธีการทำ

1. หั่นยอดกระถำอ่อนเป็นชิ้นเล็กๆ แช่ในน้ำมะขาม เพื่อไม่ให้ยอดกระถำดำ
2. โขลกเครื่องแกงโดยใส่ พริกแห้ง กระเทียม ข่า ตะไคร้ ดอกผักชี ดอกกะเพรา ให้ละเอียดจากนั้น ใส่กะปิโขลกให้เข้ากันอีกครั้งตักใส่ถ้วยพักไว้
3. นำปลาช่อนไปย่างจนสุกให้เนื้อปลาแห้ง
4. จากนั้นแกะเนื้อปลาเป็นชิ้นๆ
5. ตั้งกระทะใส่น้ำมันไปเคี่ยว จากนั้นใส่น้ำ พริกแกงที่เตรียมไว้ ใส่เนื้อปลา เติมน้ำกะทิ พอเดือดใส่ยอดกระถำและเม็ดกระถำอ่อน
6. ปรุงรสด้วยน้ำตาล น้ำปลา น้ำมะขาม ชิมรส ตามชอบ ใส่ใบโหระพา
7. ตักใส่ถ้วยพร้อม รับประทานคู่กับข้าวสวย ร้อนๆ





หนูกำลังสงสัย

หนูกเดินมา	หน้าตาบวมแฉว
จมูกแดงแฉว	เหมือนโดนไรมา
ยี้งเข้ามาใกล้	ยี้งรู้ว่า
หนูกนี้หนา	อาการไม่ดี
เสียงจามฮึดฮัด	หน้าพืดหน้าเหวียง
ฮัดเขยเรียงๆ	ล้ามสี่ทีไป
ยี้งจามยี้งคิด	เป็นเพราะอะไร
ไขข้อสงสัย	ให้หนูกู้ที

พี่ครับๆ หนูกเดินจามจนคนมองตามเต็มเลย สงสัยเค้าจะกลัวว่าหนูกจะติด Covid รีเปล่าไม่รู้ หนูไม่ได้เป็นนะครับ แต่จามบ่อยมากเลย

พี่หน้าต่างใสช่วยบอกหนูกที่ ว่านอกจากฝุ่นแล้วการจามมันเกิดจากอะไรได้บ้างครับ เพราะบางทีไม่มีฝุ่นหนูกก็จามเหมือนกันครับ

โอ้โห หนูก แสดงว่าจามหนักเลยนะครับเนี่ยบ่นมาชะยาวเขีว หนูกครับ ไม่ว่าจะป่วย สัมผัสกับฝุ่นละออง แบคทีเรีย เชื้อรา ควันจากรถยนต์ กลิ่นคั่วพริกแห้ง เกสรดอกไม้ สิ่งเหล่านี้ ล้วนกระตุ้นให้เกิดการจามออกมาได้ แต่ว่าการจามนั้นเกิดขึ้นได้อย่างไรพี่จะเล่าให้ฟังนะ ครับ มะ.. มาดูกัน



การจามเกิดจากอะไร

การจามเป็นการที่ร่างกายตอบสนองต่อสิ่งที่มากระตุ้นภายในรูจมูกของเรา โดยการไล่อากาศผ่านจมูกและปากด้วยความเร็วสูง ซึ่งความเร็วของลมที่เราจามออกมานั้นมีความเร็วถึงประมาณ 100 - 200 ไมล์ต่อชั่วโมง และจากการจาม 1 ครั้ง เราสามารถส่งเชื้อโรคออกสู่บรรยากาศได้ถึง 100,000 ตัว นอกจากนี้สิ่งที่เราจามออกมาไม่ว่าจะเป็นอนุภาคหรือละอองฝอย นักวิทยาศาสตร์จาก MIT กล่าวว่า มันอาจจะถูกส่งไปได้ไกลถึง 25 ฟุต ขณะที่ผู้เชี่ยวชาญด้านหู จมูก คอ แห่ง University Hospitals of Leicester NHS กล่าวว่า จริงๆ แล้วมันอาจจะไปได้ไกลถึง 34 ฟุตเลยทีเดียว

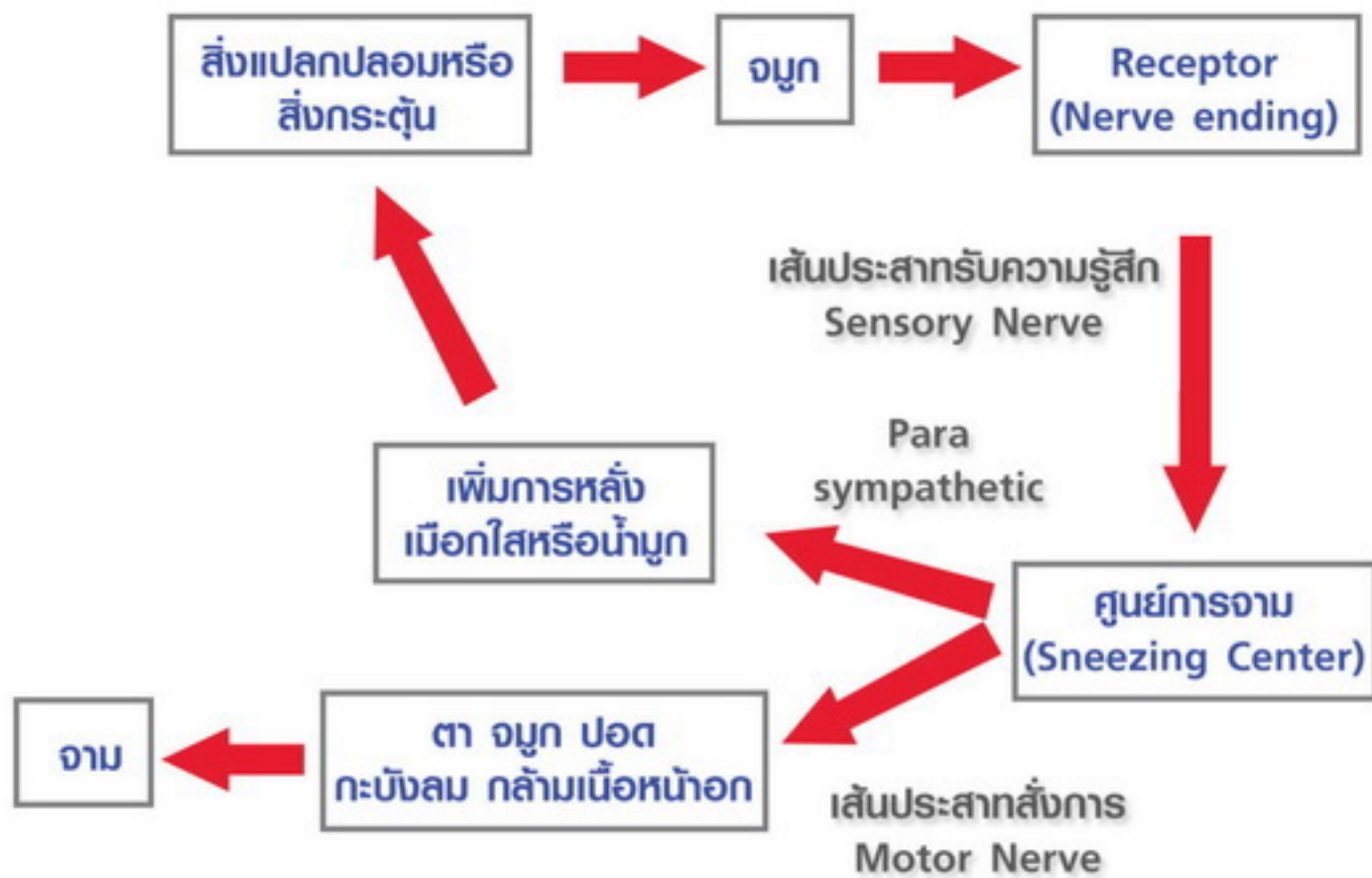


การจามเป็นรีเฟล็กซ์อย่างหนึ่งซึ่งช่วยป้องกันร่างกายเป็นอันดับแรกจากแบคทีเรียหรือแมลง มันจะช่วยเคลียร์จมูกของเราให้ปราศจากสิ่งแปลกปลอมหรือสิ่งกระตุ้น โดยกระบวนการจามเริ่มต้นขึ้นเมื่อมีสิ่งแปลกปลอมหรือสิ่งกระตุ้นเข้าสู่จมูก ปลาเยประสาทรับรู้สิ่งที่อยู่ในจมูกจะส่งกระแสประสาทผ่านเส้นประสาทรับรู้สัมผัส (Sensory Nerve) ไปยังศูนย์การจาม (Sneezing Center) ซึ่งอยู่ที่แลเทอรอล เมดัลลา (Lateral Medulla) บริเวณก้านสมอง (Brain-stem) จากนั้นจะส่งคำสั่งผ่านเส้นประสาทสั่งการ (Motor Nerve) ไปยังดวงตา จมูก ปอด กระบังลม กล้ามเนื้อหน้าอกและปาก เพื่อให้จามเอาสิ่งแปลกปลอมหรือสิ่งกระตุ้นออกไป โดยเมื่อเราจะจาม ร่างกายจะเตรียมพร้อมโดยการปิดตาลงเพื่อเป็นการป้องกันดวงตาจากเชื้อโรค ลมจะเคลื่อนไปเตะบนเพดานปาก กล้ามเนื้อต่างๆ ที่เกี่ยวข้องจะหดตัว





สำหรับบางคนอาจมีน้ำมูกหรือสารคัดหลั่งไหลออกมาทางจมูกด้วย นั่นเป็นเพราะศูนย์การจามจะทำให้ระบบประสาทอัตโนมัติพาราซิมพาเทติก (Parasympathetic) ทำงานโดยเพิ่มการสร้างสารคัดหลั่งพวกเมือกใสหรือน้ำมูกและน้ำตา ซึ่งจะย้อนกลับมากระตุ้นปลายประสาทรับความรู้สึกในจมูกอีกครั้งเพื่อให้ร่างกายจามสิ่งแปลกปลอมออกมา



พอจะรู้รึยังครับหนูจุก ว่าการจามเกิดจากอะไรแล้วมันอันตรายขนาดไหน ยังมีเรื่องที่น่าสนใจเกี่ยวกับการจามอีกนะครับ

ห๊ะ!!! ยังไม่หมดอีกหรือครับพี่

oooooooooooo



ยังครับยัง เรามาดูเรื่องน่ารู้เกี่ยวกับการจามกันอีกดีกว่า

1. อัตราความเร็วของการจามวัดได้สูงสุดกว่า 160 กิโลเมตรต่อชั่วโมง !
2. เชื้อโรคจากการจามสามารถแพร่กระจายได้ไกลถึง 9 เมตร
3. เราจามเพื่อฟื้นฟูการทำงานของจมูก เพื่อให้จมูกโล่งและหายใจเข้าแบบไม่มีแบคทีเรีย
4. แสงแดดจ้า ๆ ตัวการทำให้จามได้เหมือนกัน
5. เราไม่สามารถลืมตาได้ในขณะที่จาม
6. กลั้นจามไม่ใช่เรื่องที่ดี เพราะจะทำให้อวัยวะภายในเกิดอันตรายได้
7. เราสามารถระงับอาการจามได้ด้วยการจุกจมูกแรง ๆ

เห็นไหมหนูจุก ไม่น่าเชื่อเลยนะว่า การจามจะมีความลับที่น่ารู้มากมายขนาดนี้ บางอย่างก็เป็นข้อมูลที่เรียกความขำขัน หรือทำให้ทั้ง และทำให้รู้สึกว่าจะต้องระวังตัวให้มากขึ้นได้เลยเหมือนกัน สารคดี ๆ แบบนี้ตรงกับสภาวะจิตที่ว่า รู้ไว้ใช่ว่า ใส่ปากแบกหามจริง ๆ เลยเนอะ

ขอบคุณมาก ๆ เลยครับพี่ ต่อไปนี้หนูจุกจะได้ระวังเพราะชอบกลั้นจามอยู่บ่อย ๆ

ครั้งหน้าหนูจุกจะมารบกวานใหม่หะครับพี่

เครดิต By : ทรูปlookปัญญา. ระบบประสาทอัตโนมัติ ชิมพาเทติก และพาราชิมพาเทติก. สืบค้นเมื่อ 20 กุมภาพันธ์ 2562 , Kapook HEALTH
<https://www.trueplookpanya.com/blog/content/71651/-blo-scibio-sci->



#กิจกรรม

โครงการเยาวชนคนรักษ์ป่า

ณ โครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างแอ็ด

(มูลนิธิชัยพัฒนา)



โครงการเยาวชนคนรักษ์ป่าจัดขึ้นมาหลายปี
ในฉบับนี้ขอพาท่านไปชมกับภาพกิจกรรม
ถ่ายภาพหลากหลายทางชีวภาพ ปีที่ 9
และค่ายเยาวชนคนรักษ์ป่า ปีที่ 9



#กิจกรรม

#กิจกรรม

โครงการเยาวชนคนรักป่า

ณ โครงการพัฒนาป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด

(มูลนิธิชัยพัฒนา)





#กิจกรรม



ป่าชุมชนบ้านอ่างเอ็ด

วารสารเพื่อการพัฒนาป่าชุมชน

ท่านสามารถติดต่อสอบถาม และร่วมแนะนำติชมได้ที่

Banangeat.Chaipat@gmail.com



<http://facebook.com/banangeat.chaipat>

โครงการพัฒนาป่าชุมชน บ้านอ่างเอ็ด ตำบลดกพรม อำเภอขลุง จังหวัดจันทบุรี

.....

สำนักงานมูลนิธิชัยพัฒนา

2012 ซ.อรุณอมรินทร์ 36 ถ.อรุณอมรินทร์ แขวงบางยี่ขัน เขตบางพลัด กรุงเทพฯ 10700

โทร. 02-447-8585-8, โทรสาร 02-447-8574, webmaster@chaipat.or.th