



# ภูมิปัญญาพื้นบ้าน

ชัชวาลย์ ทองดีเลิศ

วัวตัวโตสีขาวทนมเขาโง้งกำลังเดินลากคานไม้ยาวที่วางพาดอยู่บนคอปลายคานไม้ถูกเจาะรูยึดเชื่อมด้วยไม้ไปยังแผ่นไม้ก่วงหนักที่อยู่ด้านล่าง ไม้สากยาววางทอดเหยียงลงไปใบหลุมครกไม้ขนาดใหญ่ที่ฝังลึกลงดินจนแน่นหนามั่นคง เหลือส่วนที่พื้นดินสูงเพียงอก สูงจากพื้นดินเล็กน้อยมีรอยปักเป็นร่องรอบฐานครก จากปลายสากด้านบนมีไม้ยึดเชื่อมต่อลงมายังแผ่นไม้ก่วงหนักที่ยาวที่อยู่ที่ด้านล่าง มีสลักไม้สอดตลอดรูยึดเชื่อมต่อไม้เข้าด้วยกัน พมคะเนจากสายตา ไม้ก่วงคกหนักขนาด 3-4 คนจึงยกไหว ปลายแผ่นไม้ก่วงถูกยึดให้เข้าไปค้ำอยู่ในร่องตรงฐานครกพอดี ทำหน้าที่ก่วงน้ำหนักเพิ่มแรงกดบีบของสากลงบนหลุมครกไม้ชิ้นอีกหลายเท่าตัว มีเชือกผูกมัดไม้ก่วงหนักเข้ากับคานไม้ให้วัวลากพาไปด้วยกัน

## บีบบดเต็น จนได้เป็นน้ำมันงา



วัวกำลังลากคานวนไปรอบครก

6 เหมือนแม่ที่กำลังยืนอุ้มลูกเข้าสระเอา ลูกตัวโตล่ำบึก โนมตัวออกไปด้านข้าง แม่ก็ยืนตัวตรงเอามือจับยึดลูกไว้แน่นระวังไม่ให้ลูกตกลงไป ถ้าเป็นแม่อุ้มลูกจริงคงแสนเหนื่อยเมื่อยล้า แต่สิ่งที่ผมกำลังมองดูอยู่นี้เป็นเทคโนโลยีพื้นบ้านใช้สำหรับบีบน้ำมันงา

เมล็ดงาที่ใส่ในครกถูกแรงบีบบดจนออกมาเป็นน้ำมันงา อย่าว่าแต่เมล็ดงาเลย แม้ก้อนหินอันแข็งแกร่งก็คงต้องแหลกละเอียดด้วยแรงบดของเครื่องบีบน้ำมันงาแบบพื้นบ้านนี้

วัวเดินช้า ๆ ลากคาน สาก และไม้ถ่างอันหนักอึ้งวนไปรอบครกที่อยู่ตรงกลาง ย่ำตีนวนเวียนรอบแล้วรอบเล่า ร่องลึกบนพื้นดินบ่งบอกเวลาที่ก็บทั้งสี่เดินกดย่ำมานานไม่รู้รอบที่เท่าไรแล้ว

สากไม้กดบดบีบเมล็ดงาที่ใส่เต็มครก จนแตกแหลกละเอียดปล่อยให้ น้ำมันที่อยู่ข้างในเมล็ด

ซีมีไหลออกมารวมกันที่ก้นครก น้ำมันถูกบีบออกมาจนหมด ดูจนกว่ากากของเมล็ดงาแห้งหรือยัง เอามือหยิบจับดูหากยังมีน้ำมันติดมือก็ต้องบีบต่ออีก หากไม่มีน้ำมันติดมือก็แสดงว่า น้ำมันออกหมดแล้ว

ต้องมีคนคนหนึ่งคอยเอามือกวาดเมล็ดงาที่ขึ้นมาอยู่บนปากครกให้ลงไปอยู่ในครก คอยเติมหยดน้ำสะอาดลงไปผสมกับเมล็ดงา แล้วก็คอยส่งเสียงไล่หี้ย ๆ ๆ ๆ บางครั้งบางคราวให้วัวเดินลากคานต่อไปเรื่อย ๆ

“การบีบน้ำมันงาครกหนึ่งใช้เวลาพร้อมแล้วก็ราว 3 ชั่วโมง วัวเดินลากวนสัก 1 ชั่วโมง จนเหงื่อชุ่มผิวหนัง ก็ต้องหยุดพักให้วัวกินหญ้ากินน้ำ หญ้าก็ไปหาเกี่ยวเอา

มาให้ ต้องเลี้ยงดูอย่างดี เพราะเขาทำงานให้เราหนักมาก แล้วก็เปลี่ยนเอาวัวอีกตัวมาลากแทน สลับกันไปกันมา จะใช้ตัวเดียวลากทั้งวันก็สงสารวัวจะทำงานหนักมากเกินไป”

“ครกหนึ่งใส่เมล็ดงาลงไป 15 กิโลกรัม บีบออกมาเป็นน้ำมันงาได้ 4 กิโลกรัม ใส่ขวดน้ำปลาขวดใหญ่ได้ 1 ขวดครึ่ง วันหนึ่งก็บีบน้ำมันงาได้ 2 ครก รวมแล้วก็จะได้ 6 ขวดต่อวัน ขายขวดหนึ่งก็ 100-120 บาท”

“กากของงาที่บีบน้ำมันออกแล้วจะเอาไปผสมหญ้าให้วัวกิน วัวก็จะกินหญ้าได้มาก อ้วนท้วนแข็งแรงสมบูรณ์”

“หากคิดจะทำเพื่อร่ำเพื่อรวยแล้วคงเป็นไปได้



คอยเอามือกวาดเมล็ดงาลงในครก

ขอเพียงแค่อายุได้อยู่ได้กิน คิดว่า ได้ช่วยซื้อเมล็ดงาจากชาวบ้าน การซื้องาก็เลือกรับซื้อจากสมาชิกกลุ่มเกษตรกรที่ปลูกโดยไม่ใช้สารเคมี แล้วอีกอย่างหนึ่งน้ำมันงาไม่มีคอเลสเตอรอลที่ทำให้เกิดโรคไขมันอุดตันในเส้นเลือดที่คนไทยต้องเสียชีวิตกันมากขึ้นทุกที”

ครูตาลแห่งบ้านปางหมู เมืองแม่ฮ่องสอน สตรีผิวขาว ร่ามเล็กเล่าให้ผมฟังไป ยิ้มสลบหัวเราะไปอย่างอารมณ์ดี

“เมื่อเรียนจบมาใหม่ ๆ ก็ไปสมัครเป็นครูอาสาสอนเด็ก ๆ บนดอย ทำอยู่ได้พักหนึ่งก็ออกมาทำงานกับองค์กรพัฒนาเอกชน ในช่วงเวลาที่ทำงานอยู่ในหมู่บ้าน เห็นชาวบ้านต้องเสียเงินเสียทอง ซื้อปุ๋ยเคมี ซื้อยาฆ่า

แมลงมาใช้ในการปลูกพืช คนทำเองก็แย่ คนกินยังแย่หนักเข้าไปอีก จึงพยายามส่งเสริมให้ชาวบ้านปลูกผักปลอดสารพิษ เริ่มมีชาวบ้านปลูกกันบ้าง แต่เมื่อผลผลิตที่ได้จากการไม่ใช้สารเคมีออกมาแล้วก็ต้องนำเอาสิ่งที่ทุ่มเทแรงกายแรงใจ รวมทั้ง



กากงาที่บีบน้ำมันออกจนหมดแล้ว

เวลาในการหมั่นดูแลโรค แมลงศัตรูพืชต่าง ๆ ไปขายรวมกับผลผลิตที่ใช้สารเคมี ราคาที่ต่ำจนไม่คุ้มทุน”

“ก็มาคิดกันกับชาวบ้านว่าน่าจะมีแปรรูปผลผลิตที่ปลอดสารเคมีควบคู่กันไปด้วย จนได้มีการตั้งกลุ่มแปรรูปผลิตภัณฑ์เกษตรปลอดสารเคมี เอาถั่วแปพลอ ถั่วแปยี่ ถั่วลิสงมาคั่วแล้วบรรจุใส่ถุง เอาถั่วเหลืองมาหมักทำเป็นถั่วเหลืองแผ่น การบีบน้ำมันงา แล้วส่งไปขายตามที่ต่าง ๆ ”

“ในปี 2538 ออกจากงานมาอยู่บ้านรับซื้อถั่วเหลืองปลอดสารเคมีส่งขายให้ผู้ที่ทำน้ำเต้าหู้ แล้วก็รับซื้อเมล็ดงาปลอดสารเคมีให้ชาวบ้านในหมู่บ้านที่มีเครื่องบีบน้ำมันงาช่วยบีบน้ำมันงาให้ แล้วก็หาแหล่งขายให้ชาวบ้าน ทำ

อย่างนี้อยู่พักหนึ่ง พอตีรุ่งพี่คนหนึ่งในหมู่บ้านเขามีเครื่องบีบน้ำมันงา แต่เลิกทำแล้วจึงไปขอซื้อ พี่เขาไม่ขายให้เอามาใช้ แล้วขอแบ่งน้ำมันงาที่บีบได้มาให้กินบ้างตามแต่จะให้ จึงย้ายเครื่องบีบน้ำมันงามาทำที่บ้าน”

“พอเอาเครื่องบีบน้ำมันงามาติดตั้งที่บ้าน ก็สืบค้นความรู้ในการทำจากคนที่เคยทำมาบ้าง คนเฒ่าคนแก่บ้าง แล้วก็นำมาทดลองทำดูค่อย ๆ พัฒนาปรับปรุงคุณภาพให้เก็บไว้ได้นาน ๆ ไม่มีกลิ่นเหม็น การบรรจุขวด แล้วก็พิมพ์ป้ายชื่อบอกแหล่งที่ผลิตเข้าไปด้วย”

“แรกทีเดียวไม่มีใครให้ความสนใจมากนัก คนส่วนใหญ่จะหาซื้อน้ำมันที่ใส่ขวดขายตามห้างร้านทั่วไป ไม่ค่อยรู้จักน้ำมันงากัน ในช่วงหลังมานี้คนในสังคมเริ่มสนใจการดูแลสุขภาพตนเอง หันมาสนใจหาซื้ออาหารสุขภาพมากขึ้น ดูแลป้องกันไม่ให้ไขมันสะสมในเส้นเลือด นอกจากนั้นยังมีการนำไปทำเป็นน้ำมันนวดผสม ป้องกันผมหงอก ผมแตกปลาย ป้องกันรังแค บำรุงเส้นผมได้เป็นอย่างดี นำไปเป็นน้ำมันนวดแก้ปวดข้อปวดกล้ามเนื้อ ก็ดี จึงมีการบริโภคน้ำมันงามากขึ้น”

“การบีบน้ำมันงาวันละ 2 ครั้ง เริ่มน้อยเกินไป จึงให้ช่างในหมู่บ้านทำเพิ่มอีกเครื่องหนึ่ง ตอนนี้บีบน้ำมันงาเต็มวันหนึ่งก็ได้ 4 ครั้ง”

มองดูเขิน ๆ แล้ว สิ่งเล็ก ๆ ที่ครูตาลได้ริเริ่มทำมานี้เหมือนไม่มีความสำคัญมากนัก แต่หากมองแบบเพ่งพิจารณา ผมว่ามีอะไร ๆ ซ่อนอยู่หลายอย่าง

เป็นการช่วยเหลือชาวบ้านที่ปลูกงาให้ได้มีรายได้ แม้ว่าจะปลูกเพียงคนละนิดละหน่อย การเลือกเอาเมล็ดงาที่ปลอดสารเคมีมาบีบน้ำมันงาก็ทำให้ชาวบ้านที่ปลูกงาไม่ต้องการสารเคมีเข้าไปในร่างกาย ขณะเดียวกันก็เป็นการรักษาสิ่งแวดล้อมไม่ให้เกิดมลพิษปนเปื้อนทั้งในดิน ในน้ำ ในอากาศอีกด้วย

ช่วยให้ผู้บริโภคอย่างเรา ๆ ได้ใช้ของที่มีประโยชน์ ต่อร่างกาย ไม่มีสารเคมีเข้าไปสะสมในร่างกาย และห่าง



เครื่องบีบน้ำมันงาจำลอง อธิบายให้ผู้สนใจ



กรอง พักตะกอน บรรจุใส่ขวด

ไกลจากโรคไขมันอุดตันในเส้นเลือดที่แสนจะน่ากลัว

เป็นการสืบทอดภูมิปัญญาพื้นบ้านที่บรรพบุรุษได้มีการคิดค้นสร้างสรรค์มาหลายชั่วอายุคน แล้วพัฒนาปรับปรุงให้สามารถนำมาใช้ได้ ในสมัยปัจจุบัน

ทำให้เด็ก ๆ ในหมู่บ้านยังมีโอกาสได้เห็น ได้สัมผัสกับเครื่องบีบน้ำมันงาแบบพื้นบ้าน ได้เห็นวัวที่ต้องอยู่คู่กับการบีบน้ำมันงา

ต้องขอบคุณครูตาลแทนเด็ก ๆ ด้วย

อยากให้เด็ก ๆ ได้มีโอกาสได้เห็นกัน ผมเชื่อได้เลยว่าเด็ก ๆ ต้องชอบอย่างแน่นอน

หวังว่าการสืบสานอย่างสร้างสรรค์ในสิ่งเล็ก ๆ อันแสนงดงาม จะงอกงามเติบโตใหญ่ในอนาคต



หากสนใจก็ติดต่อขอไปเยี่ยมชมได้ที่ คุณสุดาณี คำดี กลุ่มแปรรูปผลิตภัณฑ์เกษตรปลอดสารเคมี บ้านปางหมู ตำบลปางหมู อำเภอเมือง จังหวัดแม่ฮ่องสอน โทร. (053) 612-534