

# Making Jak sugar the traditional way in Pak Phanang district, Nakhon Si Thammarat province, Thailand: A Case Study



PDF (ภาษาไทย)  
Published: May 25, 2021  
Keywords: Jak sugar, Community way,

**Asst. Prof. Sutira Chairaksa Ngerthaworn, Ph.D.**  
Faculty of Humanities and Social Sciences, Nakhon Si Thammarat Rajabhat University  
**Sudrudee Bamrung, Ph.D.**  
Faculty of International Studies, Prince of Songkla University, Phuket Campus

### Abstract

This paper presents fieldwork research into the traditional community method of making Jak sugar (Nipa palm sugar) and other traditional products made from Jak trees (*Nypa fruticans*, also known as Nipa palm trees). The study was conducted in a community at Pak Phanang district, Nakhon Si Thammarat province, in the south of Thailand. The study employed a qualitative approach using in-depth interviews and observation. We found that the process of making Jak sugar is quite complicated. Firstly, the tools are prepared. Secondly, the Jak tree is selected. Thirdly, its stalks are cut, and the nectar is obtained from the Jak tree. Finally, the Jak sugar is refined from the nectar. Each step uses traditional wisdom that has been passed from generation to generation. In

### Journal Information

Approved by TCI during 2020 - 2024

Indexed in TCI

Editor : Asst. Prof. Dr. Kesinee Chaisri

### Home ThaiJo

### Manual

For Author

## วิถีชุมชนคนทำน้ำตาลจาก: กรณีศึกษาการทำน้ำตาลจาก พื้นที่อำเภอปากพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช

สุธิรา ชัยรักษา เงินถาวร  
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร., อาจารย์  
คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์  
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช  
c\_sutira@hotmail.com

สุดฤดี บำรุง  
ดร., อาจารย์  
คณะวิเทศศึกษา  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตภูเก็ต  
sudrudee.ba@phuket.psu.ac.th

รับบทความ: 14 มิถุนายน 2563  
แก้ไขบทความ: 20 ตุลาคม 2563  
ตอบรับบทความ: 26 ตุลาคม 2563

### บทคัดย่อ

วิถีชุมชนคนทำน้ำตาลจากมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาวิถี  
การผลิตน้ำตาลจาก และศึกษาการสร้างผลิตภัณฑ์จากต้นจาก  
ในชุมชน ได้ทำการศึกษาในพื้นที่อำเภอปากพนัง จังหวัด  
นครศรีธรรมราช โดยใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ ได้ข้อมูล  
จากการสังเกต และการสัมภาษณ์ชาวบ้านที่ทำน้ำตาลจาก  
และที่สร้างผลิตภัณฑ์จากต้นจากในชุมชน นำข้อมูลที่ได้มา  
พรรณนาความและวิเคราะห์ตีความจากปรากฏการณ์  
มีผลการการศึกษา ดังนี้

การทำน้ำตาลจากมีขั้นตอนที่ค่อนข้างซับซ้อน เริ่มตั้งแต่ขั้นตอนการเตรียมอุปกรณ์ การคัดเลือกต้นจาก การตัดวงจาก การรับน้ำหวานจาก และการเคี้ยวน้ำตาลจาก แต่ละขั้นตอนใช้ภูมิปัญญาที่ถ่ายทอดกันมายาวนาน สำหรับการสร้างผลิตภัณฑ์จากต้นจาก ได้แก่ การนำเอาส่วนต่างๆ ของต้นจากมาใช้ประโยชน์ เช่น ใบจากใช้ทำหลังคา ทำหมวก มวนยาสูบ สานของเล่นเด็ก ทำหมาน้ำ (ที่ตักน้ำ) ห่อขนม กาบใบนำมาทำเป็นเชื้อเพลิง งวงจากนำมาทำเป็นไม้กวาด ก้านจากนำมาสานเป็นที่วางของใช้ ผลจากหรือลูกจากนำมาทำเป็นของหวาน คือ ลูกจากเชื่อม เป็นต้น ซึ่งผลิตภัณฑ์จากต้นจากเหล่านี้ล้วนเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของคนในชุมชน

**คำสำคัญ:** น้ำตาลจาก, วิถีชุมชน, ผลิตภัณฑ์ชุมชน

## Community Way in Making Jak Sugar: A Case Study of Pak Phanang District, Nakhon Si Thammarat

**Sutira Chairaksa Ngernthaworn**

Assistant Professor, Ph.D., Lecturer  
Faculty of Humanities and Social Sciences,  
Nakhon Si Thammarat Rajabhat University  
c\_sutira@hotmail.com

**Sudrudee Bamrung**

Ph.D., Lecturer  
Faculty of International Studies,  
Prince of Songkla University, Phuket Campus  
sudrudee.ba@phuket.psu.ac.th

**Received:** June 14, 2020

**Revised:** October 20, 2020

**Accepted:** October 26, 2020

### Abstract

This paper presents fieldwork research into the traditional community method of making Jak sugar (Nipa palm sugar) and other traditional products made from Jak trees (*Nypa fruticans*, also known as Nipa palm trees). The study was conducted in a community at Pak Phanang district, Nakhon Si Thammarat province, in the south of Thailand. The

study employed a qualitative approach using in-depth interviews and observation. We found that the process of making Jak sugar is quite complicated. Firstly, the tools are prepared. Secondly, the Jak tree is selected. Thirdly, its stalks are cut, and the nectar is obtained from the Jak tree. Finally, the Jak sugar is refined from the nectar. Each step uses traditional wisdom that has been passed from generation to generation. In addition, community members make other products from various parts of Jak trees. For example, Jak leaves are used to make hats, a roofing material for houses, cigarette papers, children's toys, water scoops, and pastry wraps. The Jak leaf sheaths are used for fuel, and Jak stalks are used to make brooms and baskets. The Jak fruits are used to make desserts. These products of the Jak tree are all strongly reflected in, and related to, the way of life of the community.

**Keywords:** Jak sugar, Community way, Community products

## บทนำ

ชุมชนของคนลุ่มน้ำปากพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช เป็นชุมชนที่มีวิถีการดำรงอยู่อย่างเรียบง่ายในแบบของสังคมเกษตรกรรม อำเภอปากพนังเป็นพื้นที่ชายฝั่งทะเล ในอดีตบริเวณชายฝั่งทะเลแถบนี้เป็นลักษณะของป่าชายเลน เป็นแนวยาวต่อเนื่องมาตั้งแต่แหลมตะลุมพุก และมีต้นจากเป็นพืชพันธุ์ที่ขึ้นกระจายอยู่ทั่วพื้นที่บริเวณนี้ ซึ่งชาวบ้านเรียกกันว่า “ป่าจาก” ป่าจากมีประโยชน์มากมายแก่ชุมชน ตั้งแต่อดีตต่อเนื่องจนถึงปัจจุบัน ต้นจากมีประโยชน์ทั้งทางตรงและทางอ้อม ประโยชน์ทางตรง คือ การนำไปใช้จักสาน ประดิษฐ์ของใช้ แปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์อาหารและเครื่องดื่ม ประโยชน์ทางอ้อม คือ เป็นที่อยู่อาศัยของสัตว์น้ำ และป้องกันการพังทลายของตลิ่ง (นภดล โปษกำเนต และคณะ, 2556) ต้นจากได้แทรกซึมอยู่ในวิถีชุมชนของชาวปากพนังเป็นอย่างมาก โดยใช้ประโยชน์จากหลาย ๆ ส่วนของต้นจาก เช่น ใบจากใช้เย็บเป็นหลังคามุงและกันบ้าน หรือนำใบมาผายยาสูญเรียกว่า “ใบจาก” ผลจากนำมาทำเป็นขนม ที่สำคัญคือการทำน้ำตาลจาก ซึ่งเป็นน้ำตาลที่มีรสขติหอมหวาน อร่อย การทำน้ำตาลจากถือว่าเป็นภูมิปัญญาที่มีความโดดเด่นของคนลุ่มน้ำปากพนัง

แต่ด้วยการพัฒนาด้านต่าง ๆ ที่เข้ามาในพื้นที่ลุ่มน้ำปากพนัง โดยเฉพาะในช่วงประมาณ พ.ศ. 2530 - 2545 ได้มีการปรับเปลี่ยนพื้นที่มาเลี้ยงกุ้งกุลาดำ ทำให้พื้นที่ป่าจากได้ถูกทำลายไปมาก (จันทิรา รัตรัตน์, 2561) ผลิตภัณฑ์จากต้นจากจึงลดน้อยลงไปด้วย โดยเฉพาะการทำน้ำตาลจากลดน้อยลงอย่างเห็นได้ชัด อีกทั้งน้ำตาลทรายหรือน้ำตาลที่ผ่านการสังเคราะห์สามารถหาซื้อได้ง่ายขึ้นในท้องตลาดทั่วไป และผู้สืบทอดการทำน้ำตาลจากก็ลดน้อยลงด้วยเช่นกัน สำหรับคนต่างพื้นที่แล้ว น้อยคนนักที่จะรู้จักน้ำตาลจาก หรือรู้ว่าต้นจากเป็นที่มาของน้ำตาลจาก ปัจจุบันเด็กและเยาวชนคนรุ่นใหม่ในพื้นที่เองส่วนใหญ่ก็ไม่ทราบวิถีการทำน้ำตาลจาก แต่อย่างไรก็ตาม การทำน้ำตาลจากก็ยังมีให้เห็นในพื้นที่อำเภอปากพนัง ปัจจุบันมีหลายชุมชนพยายามพลิกฟื้นภูมิปัญญาการทำน้ำตาลจาก และปลูกต้นจากในพื้นที่บ่อกุ้งร้าง (นัฐพร แก้วดาทิพย์, 2557) และสืบทอดการทำผลิตภัณฑ์จากต้นจากเพื่อสร้างรายได้ให้แก่ครัวเรือน

น้ำหวานของต้นจากที่ทำเป็นน้ำตาลมีความบริสุทธิ์และมีประโยชน์ต่อ

สุขภาพยิ่งนัก เป็นน้ำตาลที่ได้จากธรรมชาติ ไม่ผ่านการสังเคราะห์ ความหวานไม่เข้มข้นมาก (กมลวรรณ พันเพชร, ม.ป.ท.) เป็นภูมิปัญญาดั้งเดิมของชาวบ้านที่ทำต่อ ๆ กันมา หากแต่ละครัวเรือนพยายามสืบทอดการทำน้ำตาลจากให้เป็นที่รู้จัก ก็สามารถสร้างรายได้เสริมให้แก่ครัวเรือนได้ อีกทั้งยังช่วยลดรายจ่ายได้อีกด้วย นอกจากนี้ ต้นจากสามารถสร้างประโยชน์หรือสร้างเป็นผลิตภัณฑ์ได้มากมาย ทั้งเพื่อการบริโภค หรือเป็นอุปกรณ์เครื่องใช้มากมาย อนึ่ง ต้นจากเป็นพืชพันธุ์ในชุมชนที่มีความผูกพันในการดำเนินชีวิตของชาวบ้านแถบนี้ และยังสร้างวิถีการผลิตอันเป็นพื้นฐานที่สร้างขึ้นมารากรากฐานความเข้าใจทรัพยากรธรรมชาติในชุมชน

ดังนั้น จุดมุ่งหมายหลักในการศึกษาครั้งนี้ คือ เพื่อศึกษาวิถีการผลิตของชาวบ้านในการทำน้ำตาลจาก และศึกษาการสร้างผลิตภัณฑ์จากต้นจากในชุมชน ซึ่งเป็นการศึกษาส่วนหนึ่งของวิถีการดำเนินชีวิตของคนในพื้นที่กลุ่มน้ำปากพองด้วย ทั้งนี้ เพื่อเป็นการเผยแพร่และส่งเสริมให้เกิดการสืบทอดวิถีชุมชนของวิถีการทำน้ำตาลจากและการสร้างผลิตภัณฑ์จากต้นจากสืบไป

### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาวิถีการผลิตน้ำตาลจากของชาวบ้านในพื้นที่อำเภอปากพอง จังหวัดนครศรีธรรมราช
2. เพื่อศึกษาการสร้างผลิตภัณฑ์จากต้นจากในชุมชน

### ทบทวนวรรณกรรม

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้แนวคิด ดังนี้

#### 1. แนวคิดวิถีชุมชน

วิถีชุมชนหรือวิถีชีวิตของคนในชุมชน หมายถึง แนวทางการดำเนินชีวิตของผู้คนในชุมชนหรือท้องถิ่นนั้น ๆ

วิถีชีวิตเป็นแนวการปฏิบัติตนของชุมชนนั้น ๆ ซึ่งโดยทั่วไปแต่ละชุมชนจะมีวัฒนธรรมและขนบธรรมเนียมประเพณีเป็นเอกลักษณ์ของตนเอง ซึ่งมีคุณค่าอันเกิดจากการรวบรวมจากประวัติศาสตร์ ให้ความสำคัญแก่ความเป็นคน และ

หล่อหลอมกลมกลืนกันในกลุ่มชน หากต้องการเข้าใจชุมชนจะต้องศึกษาประวัติศาสตร์ความเป็นมาและวิถีชีวิตของชุมชนนั้น ๆ (ฉัตรทิพย์ นาถสุภา, 2540)

วิถีชีวิตของคนถูกกำหนดให้แตกต่างกันด้วยวัฒนธรรมของสังคมนั้น ๆ วิถีชีวิตของคนในสังคมนั้นย่อมมีการเปลี่ยนแปลงไปตามยุคสมัยและขึ้นอยู่กับวัฒนธรรมของแต่ละสังคม จำเป็นต้องเรียนรู้ปรับตัวให้สอดคล้องกับสิ่งใหม่ ๆ เพื่อการอยู่รอด (สุพัตรา สุภาพ, 2541)

วิถีชีวิต (Way of life) คือ วิถีชีวิตของมนุษย์ในสังคม ซึ่งถูกกำหนดโดยวัฒนธรรมของมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตาย ตั้งแต่ตื่นนอนจนเข้านอน (พวงเพชร สุรัตน์กวีกุล, 2544)

ผู้วิจัยใช้แนวคิดวิถีชีวิตในการศึกษาวิถีชุมชน วิถีทางในการดำเนินชีวิตของชุมชนในพื้นที่อำเภอปากพนัง และการให้ความหมายกับวิถีการผลิตของชาวบ้านที่ทำน้ำตาลจาก ซึ่งเป็นชาวบ้านในพื้นที่ที่มีการดำเนินชีวิตอย่างพอเพียง และใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ในชุมชนในการดำเนินชีวิต

## 2. แนวคิดเกี่ยวกับเศรษฐกิจชุมชน

### 2.1. เศรษฐกิจชุมชน

เศรษฐกิจชุมชนเป็นเศรษฐกิจสำหรับคนทั้งหมด มีพื้นฐานอยู่บนความเข้มแข็งของชุมชน มีความเป็นบูรณาการ คือ ไม่ใช่เป็นเรื่องเศรษฐกิจเพียงอย่างเดียว แต่เชื่อมโยงกับสังคม วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อมควบคู่กันไป และอยู่บนพื้นฐานความเข้มแข็งของตนเอง มีการจัดการและมีวัฒนธรรมต่าง ๆ และมีความเป็นพลวัต (ประเวศ วะสี, 2541)

เศรษฐกิจชุมชนเป็นเรื่องเกี่ยวข้องกับครอบครัวและชุมชน เป็นหน่วยการผลิต ทั้งการผลิตเพื่อบริโภคและจำหน่าย โดยใช้แรงงานเป็นหลัก เป็นระบบที่ฝังตัวอยู่ในพื้นที่ชุมชน ญาติมิตร สังคม วัฒนธรรม และประวัติศาสตร์ที่มีการช่วยเหลือเกื้อกูลและเอื้ออาทรต่อกัน (มณีมัย ทองอยู่, 2546)

### 2.2. หลักเศรษฐกิจพอเพียงในชุมชน

ขั้นที่ 1 ผลิตอาหารเอง เหลือขาย ทำให้มีกินอิ่ม ไม่ติดหนี้ มีเงินออม

ขั้นที่ 2 การรวมตัวกันเป็นองค์กรชุมชน ทำเศรษฐกิจชุมชนในการ



แปรรูปต่าง ๆ เช่น เกษตร หัตถกรรม อุตสาหกรรมแปรรูปอาหาร ทำธุรกิจ  
ขายอาหาร การจัดการท่องเที่ยวชุมชน เป็นต้น

ขั้นที่ 3 การเชื่อมโยงกับธุรกิจ (สนธยา พลศรี, 2545)

### 3. แนวคิดเกี่ยวกับภูมิปัญญา

เสรี พงศ์พิศ (2549) ให้ความหมายว่า ภูมิปัญญาท้องถิ่น หรือ ภูมิปัญญา  
ชาวบ้าน หมายถึง “รากฐานความรู้ของชาวบ้าน ซึ่งเชื่อมโยงเข้าด้วยกันอย่างมี  
เอกภาพ ภูมิปัญญา มีสองลักษณะ คือ ส่วนที่เป็นนามธรรม เป็นโลกทัศน์ ชีวิตทัศน์  
ปรัชญาการดำเนินชีวิต คุณค่า และความหมายของทุกสิ่งทุกอย่างในชีวิต  
ประจำวัน และส่วนที่เป็นรูปธรรม เช่น การทำมาหากิน หัตถกรรม ศิลปะ ดนตรี”

เอกวิทย์ ณ ถลาง (2552) นิยาม “ภูมิปัญญา” ว่าเป็นทรัพย์สินทางปัญญา  
อันล้ำค่าของท้องถิ่น หรืออีกนัยหนึ่งว่า เป็นพื้นฐานความรู้ความสามารถของ  
บุคคลในท้องถิ่น และความสัมพันธ์ต่อแบบแผนการดำรงชีวิตที่ผสมกลมกลืนกับ  
ธรรมชาติแวดล้อม และกระบวนการทางสังคม เสมือนเป็นแกนหลักของการใช้  
ชีวิตอย่างมีความสุข

พิทยา สายหู (2534) ให้ความหมายของคำว่า ภูมิปัญญา ไว้ว่า คือ  
“ความรู้ ความคิดที่ได้สั่งสมไว้” ของชาวบ้าน และนิยามว่า ภูมิปัญญาชาวบ้าน  
คือ ความรู้ ความคิดของคนธรรมดาหรือสามัญชนที่ได้สั่งสมไว้

ผู้วิจัยใช้แนวคิดภูมิปัญญาในการศึกษาองค์ความรู้ความคิดที่ได้สั่งสมไว้ของ  
ชาวบ้าน ที่นำมาสู่กรรมวิธีในการผลิตน้ำตาลจากและการสร้างผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ  
ในชุมชน และอาจส่งผลต่อการสร้างเศรษฐกิจชุมชนได้

### ระเบียบวิธีการดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ดำเนินการวิจัยในพื้นที่ตำบล  
ขนานนาก อำเภอปากพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช ทั้งนี้ ในพื้นที่ตำบลขนานนาก  
เป็นพื้นที่มีป่าจากมากถึง 7,500 ไร่ (ส่วนส่งเสริมและพัฒนาทรัพยากรป่าชายเลน,  
2557) และยังเป็นที่ตั้งของศูนย์การเรียนรู้เรื่องผลิตภัณฑ์จากป่าจากในชุมชน

ขั้นตอนการศึกษาและวิธีการเก็บข้อมูล มีรายละเอียดดังนี้

- 1) สัมภาษณ์ครัวเรือนที่มีการทำน้ำตาลจากในพื้นที่เพื่อคัดเลือกเป็นผู้ให้ข้อมูลในการสัมภาษณ์วิธีการดำเนินชีวิต ความเป็นอยู่ และลักษณะทางสังคมและเศรษฐกิจ โดยคัดเลือกจากผู้เฒ่าผู้แก่ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ทั้งที่ยังทำน้ำตาลจากและเลิกทำไปแล้ว และเป็นผู้ใช้ประโยชน์อื่น ๆ จากต้นจาก จำนวน 11 ครัวเรือน
- 2) สัมภาษณ์ผู้ที่ทำน้ำตาลจากในพื้นที่ จำนวน 4 ครัวเรือน โดยคัดเลือกจากผู้ที่เกี่ยวข้องในการทำน้ำตาลจาก ซึ่งทำน้ำตาลจากมาไม่น้อยกว่า 10 ปี และปัจจุบันยังทำน้ำตาลจากอยู่
- 3) คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างให้มีการสาธิตการทำน้ำตาลจาก จำนวน 2 ครัวเรือนเพื่อดูวิธีการและขั้นตอนการผลิตน้ำตาลจาก
- 4) สัมภาษณ์ผู้นำชุมชน พัฒนาการอำเภอ ผู้ที่จำหน่ายผลิตภัณฑ์ชุมชน และผู้ที่เคยบริโภคน้ำตาลจากในชุมชน

### เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่

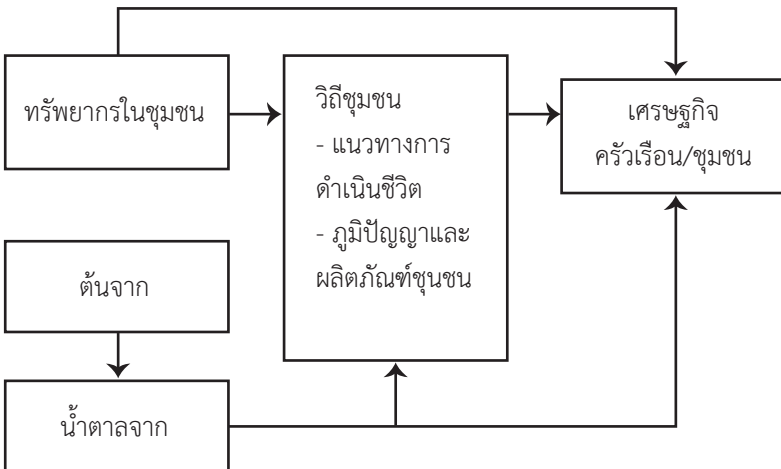
1. การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview)
2. แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง (Structured interview) ประกอบด้วยคำถามแบบปลายเปิด (Open-ended question) และคำถามแบบปลายปิด (Closed-ended question) แบ่งเนื้อหาออกเป็น 5 ตอน ได้แก่
  - ตอนที่ 1 วิธีการดำเนินชีวิต ความเป็นอยู่ และลักษณะทางสังคมและเศรษฐกิจ
  - ตอนที่ 2 ความรู้ ขั้นตอน และวิธีการผลิตน้ำตาลจากของชาวบ้าน
  - ตอนที่ 3 วิธีการจำหน่ายน้ำตาลจาก
  - ตอนที่ 4 วิธีการแปรรูปหรือการสร้างผลิตภัณฑ์จากต้นจาก
  - ตอนที่ 5 ปัญหาและข้อเสนอแนะ
3. แบบสังเกต (Observation) ทั้งทางตรง (Direct Observation) และทางอ้อม (Indirect Observation)

ทั้งนี้ ผู้วิจัยบันทึกข้อมูลโดยบันทึกข้อความลงสมุด บันทึกเสียง บันทึกภาพ และรายละเอียดต่าง ๆ

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการเก็บข้อมูลด้วยวิธีการต่าง ๆ มารวบรวมและจัดหมวดหมู่ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย โดยได้นำมาพรรณนาความและวิเคราะห์ตีความจากปรากฏการณ์ และผู้วิจัยได้ใช้วิธีการตรวจสอบแบบสามเส้า (Data Triangulate) เพื่อความถูกต้องและความชัดเจนของผลการศึกษา

### กรอบแนวคิดในการศึกษา



### ผลการศึกษา

#### 1. สภาพของป่าจากในพื้นที่

ป่าจากพบเห็นทั่วไปในบริเวณชุมชน โดยรายล้อมอยู่รอบ ๆ บ้านเรือนแต่ละหลัง มากบ้างน้อยบ้างตามความต้องการของเจ้าของบ้าน ส่วนใหญ่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ มีการปลูกเพิ่มเติมบ้างบางครั้งเรือน แต่หลายครัวเรือนได้ทำลายไปเพื่อใช้ประโยชน์ของพื้นที่



ภาพที่ 1 ป่าจากในชุมชน

จากการเปลี่ยนแปลงของพื้นที่ลุ่มน้ำปากพนัง และด้วยกระแสการทำลายทรัพยากรธรรมชาติ ทั้งดิน น้ำ ป่าชายเลนและทรัพยากรอื่น ๆ ปัญหาความเสื่อมโทรมของสภาพแวดล้อมและทรัพยากรชายฝั่งทะเล การขยายตัวของเศรษฐกิจทุนนิยมที่เข้ามาอย่างกว้างขวางในช่วงประมาณ พ.ศ. 2535 และพื้นที่ลุ่มน้ำปากพนังส่วนใหญ่ถูกปรับเปลี่ยนเป็นการทำนาเกลือ ป่าจาก ซึ่งเป็นวิถีความผูกพันของคนในพื้นที่ได้ถูกทำลายจนลดน้อยลงอย่างเห็นได้ชัด และตั้งแต่ประมาณปี พ.ศ. 2538 พื้นที่ป่าจากได้รับผลกระทบอย่างรุนแรง รวมทั้งแหล่งน้ำโดยรอบมีการปนเปื้อนของสารเคมีต่าง ๆ จากนาเกลือ และการเข้ามาของน้ำเค็ม ทำให้พื้นที่ทำการเกษตรหรือพื้นที่ทำนาของชาวบ้าน รวมถึงระบบนิเวศต่าง ๆ ของชุมชนได้ถูกทำลายเป็นอย่างมาก ส่งผลให้พื้นที่ป่าจากลดน้อยลงไปอย่างมากเช่นกัน ภูมิปัญญาที่ผ่านการสืบทอดมาจากต้นจากก็ลดลงตามไปด้วย ชาวบ้านส่วนใหญ่ยังมองเห็นรายได้ที่เป็นตัวเงินจากการปรับเปลี่ยนพื้นที่ป่าจากเป็นพื้นที่ทางเศรษฐกิจอื่น ๆ

แต่อย่างไรก็ตาม พื้นที่ป่าจากก็ยังหลงเหลือให้พบเห็นอยู่ และยังมีบางชุมชนที่เห็นความสำคัญของต้นจาก มีการปลูกต้นจากมาทดแทน โดยเฉพาะในพื้นที่บ่อกุ้งร้าง

## 2. วิถีความเป็นอยู่

ชาวบ้านมีการดำรงชีวิตที่มีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับธรรมชาติ เนื่องจากอาศัยพึ่งพิงธรรมชาติ ใช้ทรัพยากรธรรมชาติสำหรับการสร้างที่อยู่อาศัย อาทิ พบเห็นบ้านเรือนส่วนใหญ่เป็นไม้ และยังมีที่ทำด้วยใบจาก มีการกันและมุงบ้านด้วยใบจาก คนในชุมชนมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิดแบบญาติพี่น้อง มีการอยู่ร่วมกันแบบช่วยเหลือและพึ่งพาอาศัยกัน ตลอดทั้งติดต่อระหว่างกันอย่างใกล้ชิด ยึดถือในขนบธรรมเนียมประเพณีต่าง ๆ ที่มีมาแต่เดิม มีรูปแบบการทำมาหากินที่ผูกโยงกับเงื่อนไขสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติ ยังมีการทำนาปลูกข้าวไว้รับประทาน เหลือแล้วจึงนำมาจำหน่าย และวิธีการผลิตที่ได้จากทรัพยากรในชุมชนเป็นส่วนใหญ่



ภาพที่ 2 สภาพบ้านเรือนและต้นจากในชุมชน

## 3. วิธีการผลิตน้ำตาลจาก

น้ำตาลจากเกิดจากการใช้ประโยชน์จากต้นจากที่มีทั่วไปในชุมชนมาทำน้ำตาล แฝงด้วยภูมิปัญญาที่ถ่ายทอดมาในขั้นตอนต่าง ๆ ตั้งแต่ขั้นตอนการเตรียมอุปกรณ์ การคัดเลือกต้นจาก การทุบวงจาก การตัดวงจาก และการเคี้ยวน้ำตาลจาก โดยมีรายละเอียด ดังนี้

### 3.1. การเตรียมการอุปกรณ์เครื่องมือในการทำน้ำตาลจาก

ในการเตรียมการทำน้ำตาลจากมีขั้นตอนคล้าย ๆ กันในแต่ละครัวเรือน

มีอุปกรณ์ที่ต้องเตรียมได้แก่ 1) มีดทับ (มีด+เคียว) 2) พรวน 3) กระบอกลังไม้ไฟหรือขวดพลาสติก 4) แก่นไม้เคี่ยม 5) ตะแกรง 6) กระทะ 7) ไม้โซมตาล 8) ไม้ฟัน 9) ปิ๊บหรือภาชนะใส่น้ำตาล

อุปกรณ์ เช่น “มีดทับ” เป็นภูมิปัญญาของชาวบ้านเฉพาะพื้นที่ ได้ประดิษฐ์ขึ้นมาเพื่อใช้ในการตัดวงจาก โดยการนำเหล็กแข็งมาเผาไฟแล้วตีเป็นมีดมีลักษณะคล้ายเคียวสั้น ๆ ปลายงอเล็กน้อย นำมาใช้ปาดวงจาก

### 3.2. การคัดเลือกต้นจาก

การคัดเลือกต้นจากเป็นภูมิปัญญาอย่างหนึ่ง ที่ถ่ายทอดกันมาส่วนใหญ่ต้นจากอายุประมาณ 5 – 6 ปี จึงสามารถทำน้ำตาลได้ การสังเกตและเลือกต้นจากนั้น ต้องเลือกต้นที่สมบูรณ์ มีลักษณะอวบอ้วน ผลอ่อนโต ไม่มีผลลีบมาก เลือกกาบที่ไม่เหี่ยว จากนั้นจึงมีการแต่งวงโดยนำเอาเปลือกหุ้มวงออก การเลือกต้นจากส่วนใหญ่ชาวบ้านในชุมชนมักจะสังเกตลักษณะของต้นด้วยสายตา เนื่องจากไม่ต้องนำเครื่องมือที่ยุ่งยากมาตรวจหรือวัดขนาดของต้นจาก



ภาพที่ 3 ต้นจากและวงจากที่มีความสมบูรณ์

### 3.3. การทุบวงจาก

เมื่อเลือกวงจากที่มีความสมบูรณ์ได้แล้วจึงมีการตีวง คือ การทุบวงจากโดยใช้ไม้แข็ง ๆ ทุบ หรือทำเป็นไม้ نرم โดยนำไม้ไปทุบยาง และนำไปทุบทิ้งวงจาก

เพื่อให้ผลจากหยุดการเจริญเติบโต และเพื่อให้ น้ำเลี้ยงหรือน้ำหวานมาคั่งอยู่ที่วงจาก โดยชาวบ้านจะทูปที่วงจากพอเหนื่อย หรือประมาณ 20 - 30 ครั้ง โดยทูปอยู่ 3 วันติดต่อกัน จากนั้น หยุดหรือเว้นการทูปไปอีกประมาณ 5 - 7 วัน แล้วจึงกลับมาทูปอีก 3 วัน ทำแบบนี้จนการทูปครบ 9 วัน การทูปวงจากแบบนี้ ชาวบ้านเรียกว่า การทูปเป็น “มือ” คือ ทูป 3 มือ รวม 9 วัน ชาวบ้านจะมีการทำสัญลักษณ์ไว้ว่ามีการทูปแล้ว โดยชาวบ้านบอกว่า ยิ่งทูปมากทำให้ได้น้ำหวาน ออกมามากขึ้น และทำให้น้ำหวานหวานมากขึ้น หลังจากนั้น จะทิ้งช่วงไประยะหนึ่ง คือ ประมาณ 5 - 10 วัน จากนั้นจึงใช้ฟ้รัดตัดหรือฟันผลจากออกจากวง แล้วนำผลจากไปทิ้ง หรือนำไปทำเป็นอาหารหรือเป็นผักเหนาะ

#### 3.4. การตัดวงจากและการรับน้ำหวานจาก

การตัดวงจากนั้น ชาวบ้านจะนำฟ้รามาตัดผลจากออกจากวงจาก แล้วใช้มีดที่ชาวบ้านเรียกว่า มีดทับ ปาดที่วงจากอีกที จากนั้น จึงนำเอาดินเหนียวที่อยู่บริเวณนั้นมาปิดไว้ หรือเรียกว่า “ปมหน้า” ไว้ 1 คืน เพื่อให้หนังวงจากเย็น ตอนเช้าของวันรุ่งขึ้น จึงใช้มีดมาปาด เป็นการปาดบาง ๆ เท่านั้น ปาดเสร็จจึงรองรับน้ำหวานไว้ ภาชนะที่ใช้เป็นกระบอกไม้ไผ่ หรือบางคนอาจใช้ขวดน้ำดื่มพลาสติกกรองรับแทนกระบอกไม้ไผ่ โดยให้น้ำหวานหยดลงในภาชนะที่รองรับ ชาวบ้านมักจะใส่แก่นไม้เคี่ยมไว้ในกระบอกหรือภาชนะที่รองรับดังกล่าวด้วย เพื่อกันน้ำตาลเปรี้ยวหรือน้ำหวานบูด การปาดจากส่วนใหญ่ชาวบ้านจะทำในช่วงเย็นของทุกวัน ในเวลาประมาณ 17.00 น. ตอนเช้าจึงมาเก็บน้ำหวานจาก จากหนึ่งวงสามารถปาดน้ำหวานได้เป็นเดือน ๆ ปาดไปเรื่อย ๆ ประมาณ 3 ช่อ ของวงจากส่วนใหญ่ปาดน้ำหวานได้ประมาณ 2 เดือน ต่อ 1 วง จนเหลือวงส่วนที่ผล่อออกมาจากต้นจากเล็กน้อย



ภาพที่ 4 แสดงการตัดวงจาก

### 3.5. การเคี้ยวน้ำตาลจาก

นำน้ำหวานจากมาเทรวมกัน กรองเศษขยะต่าง ๆ ที่อยู่ในน้ำหวานออก แล้วจึงนำไปเคี้ยวบนเตา ซึ่งเตาเป็นภูมิปัญญาอีกอย่างหนึ่ง โดยก่อขึ้นจากดินเหนียวเป็นวงกลมทรงสูง มีที่ใส่ไม้พินด้านล่าง วางกระทะใบใหญ่ที่เรียกกันว่า “กระทะใบบัว” บนเตา ใส่น้ำหวานจากที่ผ่านการกรองเตรียมพร้อมในการเคี้ยว



ภาพที่ 5 สถานที่ในการเคี้ยวน้ำตาลจาก

หลังจากเก็บน้ำหวานที่ได้รองรับเอาไว้แล้ว จะนำมาเทรวมกัน มีการกรองเศษขยะต่าง ๆ ที่อยู่ในน้ำหวานออก มีการเคี้ยวที่แตกต่างกัน ดังนี้



### 3.5.1. น้ำตาลสด

นำน้ำหวานที่ได้มาต้มประมาณ 15 - 20 นาที แล้วสามารถนำมารับประทานได้ทันที น้ำตาลแบบนี้จะนำมารับประทานกันวันต่อวัน ในส่วนที่ชาวบ้านเรียกว่า “น้ำผึ้งจาก” ใช้เวลาเคี่ยวประมาณ 1 - 2 ชั่วโมง มักจะทำไว้ใช้ในครัวเรือน ส่วนใหญ่ใช้บริโภค ประุงอาหาร และทำขนมหวาน อาจบรรจุไว้ในขวดแก้วหรือขวดพลาสติก และเก็บไว้โดยไม่ต้องแช่ตู้เย็น ได้ประมาณ 1 - 2 เดือน



ภาพที่ 6 น้ำผึ้งจาก

### 3.5.2. น้ำตาลปี๊บ

เคี่ยวน้ำหวานไปเรื่อย ๆ ให้เหลือประมาณ 1 ใน 3 ของกระทะ หรือเคี่ยวไปประมาณ 3 ชั่วโมง เคี่ยวไปเรื่อย ๆ จนน้ำหวานที่เคี่ยวมีลักษณะเป็นน้ำตาลที่เหนียวหนืดเหมือนยางมะตูม แล้วยกลงจากเตาไฟ นำมาตี หรือที่เรียกว่า “โชม” โดยใช้ไม้ยาว ปลายไม้คล้ายตะแกรงเขย่าตกลงไปในกระทะน้ำตาลที่ยกลงจากเตา เพื่อเป็นการระบายความร้อนในน้ำตาล และทำให้น้ำตาลแข็งตัวจับกันเป็นก้อน หลังจากนั้น นำมาเทใส่พิมพ์ทำเป็นน้ำตาลแว่น หรือเทใส่ปี๊บเป็นน้ำตาลปี๊บเพื่อส่งขาย โดยเฉลี่ยน้ำหวานหรือน้ำตาลสด 6 ปี๊บจะเคี่ยวได้น้ำตาล 1 ปี๊บ

นอกจากนี้ ยังมีการนำน้ำหวานจากไปทำเหล้า (สุราชุมชน) โดยนำไปหมักในถังประมาณ 200 ลิตร เป็นเวลาประมาณ 20 วัน จนกลายเป็นแอลกอฮอล์ เป็นเหล้าหรือสุราชุมชน

อาจกล่าวได้ว่า ในขั้นตอนการทำน้ำตาลจากของชาวบ้านในชุมชน ได้ทำเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิต ซึ่งถือว่าเป็นเรื่องปกติ โดยทำเพื่อใช้บริโภคในครัวเรือน ขั้นตอนการทำจะมีลักษณะคล้ายกันเกือบทุกครัวเรือน ส่วนการเคี่ยวน้ำตาลจากอาจแตกต่างกันบ้างในระยะเวลาของการเคี่ยว

การทำน้ำตาลจาก ส่วนใหญ่ทำเพื่อบริโภคในครัวเรือน ส่วนที่เหลือจากการบริโภคจึงนำมาจำหน่ายในชุมชน ชาวบ้านที่ทำน้ำตาลจากเป็นอาชีพยังเหลือเพียงไม่กี่ครัวเรือน โดยจำหน่ายในรูปของน้ำตาลปี๊บที่มีพ่อค้าคนกลางเข้ามารับซื้อ เพื่อนำไปทำขนมต่าง ๆ โดยเฉพาะขนมลาในเทศกาลทำบุญสารทเดือนสิบ เนื่องจากขนมลาใช้น้ำตาลจากเป็นส่วนผสม ในช่วงเดือนสิบจึงเป็นช่วงที่น้ำตาลจากขายดีและขายได้ราคาสูง และพบว่าครัวเรือนที่ทำน้ำตาลจากจำหน่ายเป็นอาชีพจะทำเกือบตลอดทั้งปี ยกเว้นในเดือน 12 หรือช่วงเดือนพฤษภาคม ซึ่งเป็นเดือนที่มีน้ำหลาก ในช่วงนี้ชาวบ้านจะงดทำน้ำตาลจาก เนื่องจากมีอุปสรรคในการรองรับน้ำตาลจาก การเข้าไปตัดวงจาก และอื่น ๆ

#### 4. แนวทางการสร้างผลิตภัณฑ์จากต้นจากในชุมชน

ในการสร้างผลิตภัณฑ์จากต้นจาก นอกจากนำน้ำหวานจากต้นจากมาทำน้ำตาลแล้ว ยังมีผลิตภัณฑ์ที่ได้จากส่วนต่าง ๆ ของต้นจาก ดังนี้

##### 4.1. น้ำส้มจาก

การนำน้ำตาลจากมาหมักให้มีรสเปรี้ยว เรียกว่า “น้ำส้มจาก” มีกลิ่นหอมเป็นเอกลักษณ์เฉพาะ เป็นผลิตภัณฑ์ที่เป็นที่รู้จักกันทั้งภายในและภายนอกชุมชน ส่วนใหญ่นำมาใช้ปรุงรสอาหาร เช่น ใช้น้ำส้มกับปลา อาทิต้มส้มปลาระบอก หรือนำมาใส่ในแกงส้มเพื่อแทนความเปรี้ยวของมะนาว เป็นต้น



ภาพที่ 7 ผลิตภัณฑ์น้ำส้มจาก และผลิตภัณฑ์อื่น ๆ ในชุมชน

#### 4.2. ไบจาก

ไบจากสามารถนำมาทำผลิตภัณฑ์ได้หลาย ๆ อย่าง เช่น การนำไบอ่อนหรือยอดจากมาผนยาสูบ นำไบจากมาเย็บเป็นวัสดุถุงหลังคา เรียกว่า “ต๊ับจาก” นำไปใช้มุงหลังคาหรือกันบ้านเพื่อกันแดดกันฝน ไบยังนำมาทำหมวก ซึ่งชาวบ้านหรือคนในพื้นที่นี้เรียกว่า “เปี้ยว” และยังนำไบมาสานใช้ต้กน้ำเรียกว่า “หมาน้ำ” นำไบมาห่อขนม เรียกว่า “ขนมจาก” และนำส่วนของกาบไบ หรือที่เรียกว่า “ทางจาก” มาทำเป็นเชื้อเพลิงต่าง ๆ



ภาพที่ 8 หมาน้ำ

#### 4.3. งวงจาก

นำวงจากมาทุบให้เป็นเส้น ๆ ส่วนที่ทุบเป็นลักษณะคล้ายไม้กวาด ส่วนที่ไม่ทุบใช้เหลาเป็นด้าม ได้เป็นไม้กวาดวงจาก

#### 4.4. ก้านจาก

ก้านจากนำมาสาน ทำเป็นที่วางหม้อและที่วางของใช้กันความร้อนในครัว

#### 4.5. ผลจากหรือลูกจาก

ผลจากหรือลูกจากได้มาจากผลอ่อนของจาก ซึ่งนำมาจากส่วนของทะเลายจาก โดยการแกะลูกจากออกจากทะเลายของจาก แล้วนำลูกจากผ่าเอาเนื้อข้างในออกมาเป็นเม็ด ๆ มีลักษณะเป็นเนื้อขาว ๆ ใส ๆ สามารถนำมารับประทานสด ๆ หรือ นำมาเชื่อมกับน้ำตาล เป็น “ลูกจากเชื่อม”

สำหรับการเลือกทะเลายจากนั้น เลือกที่ไม่แก่และไม่อ่อนเกินไป ถ้าแก่จัดเนื้อจะแข็ง ถ้าอ่อนเกินไปจะไม่มีเนื้อ



ภาพที่ 9 ทะเลายจาก

อาจกล่าวได้ว่า ทรัพยากรธรรมชาติในท้องถิ่นมีคุณค่าอันนับ สามารถใช้หล่อเลี้ยงชีวิตของผู้คนได้มากมาย ทั้งการผลิตและแปรรูปเพื่อการบริโภคและการจำหน่าย และยังสามารถสร้างรายได้ให้คนในชุมชนเพิ่มมากขึ้น หากมีการเพิ่มขีดความสามารถในผลิตภัณฑ์ ขยายต่อสู่ศูนย์โอท็อป (OTOP) ของชุมชนและสู่ภายนอกชุมชน

## การสรุปผลและอภิปรายผล

วิถีการดำเนินชีวิตของคนลุ่มน้ำปากพนังมีการใช้ชีวิตที่พึ่งพิงทรัพยากรธรรมชาติในชุมชน ป่าจากเป็นแหล่งทรัพยากรที่สำคัญ มีความผูกพันกับวิถีชีวิตของคนในชุมชน ก่อให้เกิดภูมิปัญญา สร้างผลิตภัณฑ์ และยังสร้างรายได้ให้แก่ชุมชน ขยายสู่โอท็อปของชุมชน สอดคล้องกับแนวคิดของ ประเวศ วะสี (2541) ที่กล่าวว่า เศรษฐกิจชุมชนเป็นเศรษฐกิจสำหรับคนทั้งมวล มีพื้นฐานอยู่ที่ความเข้มแข็งของชุมชน มีความเป็นบูรณาการ คือ ไม่ใช่เป็นเรื่องของเศรษฐกิจเพียงอย่างเดียว แต่เชื่อมโยงกับสังคม วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อมควบคู่กันไป วิถีชุมชนจึงเป็นเรื่องเกี่ยวข้องกับครอบครัว โดยชุมชนเป็นหน่วยการผลิต ทั้งการผลิตเพื่อบริโภคและเพื่อจำหน่าย ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ มณีมีย์ ทองอยู่ (2546) และสอดคล้องกับหลักเศรษฐกิจในชุมชนของ สนธยา พลศรี (2545) ซึ่งมี 3 ชั้น คือ ชั้นที่ 1 ผลิตอาหารเอง เหลือขาย ทำให้มีกินอิ่ม ชั้นที่ 2 การรวมตัวกันเป็นองค์กรชุมชน ทำเศรษฐกิจชุมชนในการแปรรูปต่าง ๆ และชั้นที่ 3 การเชื่อมโยงกับธุรกิจและการท่องเที่ยววิถีชุมชน ดังนั้น เพื่อเป็นการสร้างเอกลักษณ์ของผลิตภัณฑ์ชุมชน อาจสร้างยี่ห้อของชุมชน สร้างสื่อในการจัดจำหน่ายผ่านระบบออนไลน์ และอาจมีการส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงวิถีชุมชนร่วมด้วย

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เห็นได้ว่า ความโดดเด่นของของคนทำน้ำตาลจาก คือ การผลิตน้ำตาลจาก ซึ่งนำทรัพยากรธรรมชาติในชุมชนมาใช้ประโยชน์ จากต้นจาก สู้น้ำตาลจาก และสู่ผลิตภัณฑ์อื่น ๆ ที่ถ่ายทอดกันมาจากรุ่นสู่รุ่น เป็นวิถีของชุมชนตั้งแต่อดีตมาจนถึงปัจจุบัน และยังสามารถสร้างรายได้ให้แก่ชุมชนอีกด้วย อาจกล่าวได้ว่าป่าจากเป็นแหล่งอาหารและเป็นภาคีตาการของชุมชน จึงเป็นสิ่งที่คนในชุมชนต้องร่วมกันอนุรักษ์ให้คงอยู่สืบไป

## ข้อเสนอแนะ

1. เพื่อเป็นการสร้างเอกลักษณ์ของผลิตภัณฑ์ ชุมชนต้องอาศัยความร่วมมือจากหน่วยงานทุกภาคส่วนในการส่งเสริมผลิตภัณฑ์ของชุมชน สร้างยี่ห้อของชุมชน สร้างสื่อในการจำหน่ายผ่านระบบออนไลน์ และพัฒนาคุณภาพของผลิตภัณฑ์
2. ควรจัดหาแหล่งจำหน่ายน้ำตาลจากและผลิตภัณฑ์ชุมชนเพิ่มเติม

อาจผ่านผู้ประกอบการธุรกิจนำเที่ยว ธุรกิจร้านอาหาร ห้างร้านในจังหวัด หรือจำหน่ายในร้านสะดวกซื้อต่าง ๆ

3. ชุมชนควรมีการสร้างเครือข่ายกับชุมชนอื่น เพื่อแลกเปลี่ยนผลิตภัณฑ์หรือแลกเปลี่ยนวัสดุในการผลิตน้ำตาล เช่น กรณีไม้ไผ่ที่ทำกระบอกรับน้ำหวานในพื้นที่มีน้อย ชุมชนควรสร้างเครือข่ายกับชุมชนที่มีไม้ไผ่มาก

4. สถานศึกษาในพื้นที่ควรบรรจุหลักสูตรภูมิปัญญาการทำน้ำตาลจากหรือภูมิปัญญาในการทำผลิตภัณฑ์จากต้นจาก เพื่อเป็นบทเรียนให้แก่เด็กและเยาวชนในพื้นที่ และเป็นการสืบทอดวิถีชุมชน

### เอกสารอ้างอิง

- กมลวรรณ พันเพชร, และคณะ. (ม.ป.ท.). *น้ำตาลจากบ้านห้วยป่าขลุ: ภูมิปัญญาในการทำน้ำตาล จากกรณีศึกษา ชุมชนบ้านห้วยป่าขลุ หมู่ที่ 2 ตำบลขนาบนาก อำเภอปากพ่อง จังหวัดนครศรีธรรมราช*. ค้นเมื่อ 10 เมษายน 2563, จาก [http://human.nstru.ac.th/student\\_research/pload\\_images/20170517195016sugar%20production.pdf](http://human.nstru.ac.th/student_research/pload_images/20170517195016sugar%20production.pdf)
- จันทร์ธา รัตนรัตน์. (2561). ศักยภาพของพื้นที่สำหรับการปลูกข้าวและการปรับตัวของชาวนาจากปัญหาอุทกภัย ตำบลขนาบนาก อำเภอปากพ่อง จังหวัดนครศรีธรรมราช. *วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี*, 26(4), 551-562.
- ฉัตรทิพย์ นาถสุภา. (2540). *ประวัติศาสตร์ วัฒนธรรมชุมชนและชนชาติไทย*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นพรัตน์ บำรุงรักษ์. (2540). *การศึกษาด้านนิเวศวิทยา ประโยชน์ใช้สอย และการขยายพันธุ์ต้นจากในพื้นที่ลุ่มน้ำปากพ่อง จังหวัดนครศรีธรรมราช*. รายงานการวิจัยสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.
- นัฐพร แก้วตาทิพย์. (2557). *การผลิตและการตลาดน้ำตาลจากของเกษตรกรในอำเภอปากพ่อง จังหวัดนครศรีธรรมราช*. การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 4, วันที่ 26-27 พฤศจิกายน 2557.

- ประเวศ วะสี. (2541). *ยุทธศาสตร์ชาติ: เพื่อความเข้มแข็งทางเศรษฐกิจสังคม และศีลธรรม*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.
- พวงเพชร สุรัตน์กวีกุล. (2544). *มนุษย์กับสังคม* (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- พัทยา สายหู. (2534). *การพัฒนาวัฒนธรรมบนพื้นฐานภูมิปัญญาชาวบ้าน และศักยภาพของชุมชนในการล้มมนาทางวิชาการเรื่อง ภูมิปัญญาพื้นบ้าน*. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ.
- มณีมัย ทองอยู่. (2546). *การเปลี่ยนแปลงของเศรษฐกิจชาวนาอีสาน: กรณีชาวนา ลุ่มน้ำพอง*. กรุงเทพฯ: สร้างสรรค์.
- เมตไทย. (2556). *จาก*. ค้นเมื่อ 10 กันยายน 2561, จาก <https://www.Medthai.com>
- สนธยา พลศรี. (2545). *ทฤษฎีและหลักการพัฒนาชุมชน*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- สุพัตรา สุภาพ. (2541). *ปัญหาสังคม* (พิมพ์ครั้งที่ 15). กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- ส่วนส่งเสริมและพัฒนาทรัพยากรป่าชายเลน. (2557). *การจัดการป่าจากในลุ่มน้ำ ปากพอง*. กรุงเทพฯ: ส่วนส่งเสริมและพัฒนาทรัพยากรป่าชายเลน สำนักงานอนุรักษ์ทรัพยากรป่าชายเลน กรมทรัพยากรทางทะเลและชายฝั่ง.
- เสรี พงศ์พิศ. (2549). *แนวทางการนำภูมิปัญญาท้องถิ่นเข้าสู่ระบบการศึกษา*. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ.
- เอกวิทย์ ณ ถลาง. (2552). *ภูมิปัญญาชาวบ้าน 4 ภูมิภาค: วิถีชีวิตและ กระบวนการเรียนรู้ของชาวบ้านไทย*. นนทบุรี: มหาวิทยาลัย สุโขทัยธรรมราชา.