

ประโยชน์ของ “จาก”

ตับจาก

ใบจากแก่ที่ได้จากต้น อายุ 4 ปีขึ้นไป สามารถตัดมาเย็บเป็นตับจากสำหรับมุงหลังคาหรือกั้นฝาบ้าน ใบจากที่ช้อนๆ กันเป็นฉนวนกันความร้อนอย่างดี



น้ำตาลจาก

น้ำหวานจากวงจากนำมาเคี่ยวด้วยไฟแรงทำเป็นน้ำตาล ใช้ทำขนมหวานหรือปรุงอาหาร



หมากจาก

ใบจากอ่อนใช้ทำหมากตักน้ำ และใช้ตักน้ำจากเรือได้ดี เพราะหมากจากไม่กินเนื้อไม้ ทำให้เรือไม่ทะลุ



อาหาร

ผลอ่อนนำไปต้มหรือแกงเป็นอาหาร เนื้อของผลนำไปลอยแก้วหรือเชื่อมเป็นขนมหวาน ซอดอกอ่อนของจากนำไปต้มกินกับน้ำพริกหรือแกงกะทิ



ป้องกันตลิ่ง

ลำต้นใต้ดินของจากเป็นแผ่นแข็งเรียงซ้อนทับกัน เลื้อยไปตามผิวดิน และแตกเป็นง่ามช่วยยึดไม่ให้ชายฝั่งหรือตลิ่งพัง



จาก

สู่ความมั่นคง

ของชุมชนและ

ระบบนิเวศ



PD 372/05 Rev. 1(F)

ทางจาก (ก้านใบ) :

ทำ ช้อนปอก [เครื่องประมงพื้นบ้าน]
ทำ แพข้ามคลอง
ใช้ฟักเงียงปลา
ทำ หมอน
ทำ เข็มมุงหลังคาในเรือ



ยอดจาก :

ใช้สานเสื่อ หมวกกันแดด
ทำ มวนยาสูบ



วงจากอ่อน :

ทำ ไม้กวาด แส่ปิดแมลง
ทำ ซดหรือแปรงล้าง
กระบอกลูกตา



ช่อดอกอ่อน :

นำมาต้มจิ้ม น้ำพริก



น้ำหวานจากวงจาก

ทำ ตังม ทำ น้ำตาล ทำ น้ำส้ม
ทำ สุราขาว [น้ำเมา]
ทำ น้ำผึ้ง [น้ำตาลเหลว]



ใบจาก :

เย็บเป็นตับจากใช้มุงหลังคาบ้าน
ทำ ฝาซิงที่ใช้ห่ออาหารต่างๆ
ประดิษฐ์ของเด็กเล่น เช่น สานปลาตะเพียน
ทำ ภาชนะตักน้ำ “หมากจาก” ห่อขนมจาก

ก้านใบอ่อน :

ทำ เข็อกสำหรับเย็บตับจาก



ก้านข้างของใบ :

ใช้ในกาสรักษา

ก้านกลางของใบ :

ใช้สานเป็นที่รองหม้อ
ใช้ทำ ไม้กวาด



ก้านใบสด :

นำมาผูกข้าวต้มมัดใบจาก

ผลอ่อน :

ทำ เป็นผักตองหรือเป็นอาหาร



เนื้อของผล :

ใช้ทำ ขนมหวาน



จาก มีชื่อสามัญว่า Nipa Palm และมีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Nypa fruticans* Wurmb เป็นพันธุ์ไม้ ใบป่าชายเลน พบกระจายเป็นบริเวณพื้นที่เป็นดินเลนเหนียวและค่อนข้างแข็ง ตามปากแม่น้ำ ริมฝั่ง แม่น้ำลำคลองที่เป็นน้ำกร่อยค่อนข้างจืด ไม่พบบริเวณทะเลเปิดที่มีคลื่นและน้ำเค็มจัด จากเป็นพืช สารพัดประโยชน์ ซึ่งชุมชนรู้จักการใช้ประโยชน์มาตั้งแต่บรรพบุรุษ สามารถนำมาใช้ประโยชน์ในวิถีชีวิตชุมชนได้เกือบทุกส่วน

การปลูก "จาก"



ต้นจากขยายพันธุ์ตามธรรมชาติ โดยการแตกกอ และโดยเมล็ดที่แก่แล้วจะหลุดร่วงล่องลอยไปตามน้ำ พอน้ำแห้งก็จะติดกับดินเลนแล้วเติบโตขึ้น

การปลูกจาก สามารถทำได้ 3 วิธี ได้แก่

1) ปลูกโดยใช้ต้นกล้าที่เพาะชำ

ด้วยการเก็บรวบรวมเมล็ดที่แก่จัด เลือกเฉพาะเมล็ดที่มีหน่อเล็กๆ มาเพาะชำ ซึ่งใช้เวลา 1-2 ปี โดยต้นกล้าที่จะนำไปปลูกควรมีขนาดโตและเริ่มมีใบแตกออก หากต้นกล้าเล็กไปจะเสี่ยงต่อการสตัwn้ำกัดกิน

2) ปลูกโดยใช้ต้นกล้าที่งอกตามธรรมชาติ

แต่ก็มีอัตราการตายสูง เพราะเวลาถอนหรือขุดต้นกล้าจะทำให้รากขาดหรือกระทบกระเทือนต่อระบบราก ดังนั้นควรเลือกกล้าจากที่ยังไม่มีรากแทงลงสู่ดิน



3) ปลูกโดยเมล็ด

เลือกตัดทลายจากที่มีเมล็ดแก่ซึ่งมีสีน้ำตาลเข้ม เก็บไว้จนเมล็ดหลุดจากทลายแล้วค่อยนำไปปลูกก็จะมีอัตราการรอดสูง การปลูกควรวางเมล็ดแนวนอน เลียนแบบการงอกตามธรรมชาติ หรือฝังเมล็ดในดินประมาณครึ่งเมล็ดเพื่อมิให้หลุดลอยไปกับคลื่นลม

ชุมชนต่างๆ ล้วนปลูกจากด้วยความเชื่อและประสบการณ์ โดยหลายชุมชนปลูกโดยไม่ใช้เท้าเหยียบเมล็ดจาก ด้วยเชื่อว่าต้นจากมีบุญคุณเพราะใช้ใบจากมุงหลังคาเพื่อป้องกันแดด ลม ฝน นอกจากนี้ ส่วนอื่นๆ ของต้นจากสามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้ทั้งหมด จึงต้องให้ความเคารพ



"หากใช้เท้าเหยียบจะไมขึ้น เป็นบาปแต่ถ้าใช้มือปลูกจะขึ้นเกือบทั้งหมด"
ชุมชนบ้านแหลมนาว ต.นาคา อ.สุขสำราญ จ.ระนอง

ในขณะที่ชุมชนบ้านบางติบ ต.บางวัน อ.คุระบุรี จ.พังงา เชื่อว่าต้องมีกรใช้ไม้เสียบไว้กับลูกจากที่กัดไว้แล้วนำไปปักลงในดินเลนเพื่อป้องกันไม่ให้ลูกจากลอยไปกับคลื่นลม

กรณีชุมชนบ้านบางหิน ต.บางหิน อ.กะเปอร์ จ.ระนอง สังเกตเห็นว่าหากปลูกจากโดยวิธีวิธีการวางเมล็ดจากตั้งขึ้น น้ำจะเข้าไปในเมล็ดได้ทำให้เมล็ดเนาต้องปลูกโดยวางเมล็ดแนวนอนน้ำจะไม่เข้า และฝังลงในดินเลนครึ่งเมล็ดจะขึ้นได้ดีกว่าฝังทั้งเมล็ด



การจัดการ "จาก"



สำหรับจากที่นำไปใช้ในการผลิตน้ำตาล ควรมีการดูแล ตัดแต่งทางจากที่แก่แล้วออกโดยให้เหลือโคนไว้ มีการตัดสางเมื่อเห็นว่าต้นจากหนาแน่น มีการทำลายวัชพืช และมีการพักแปลงประมาณ 8 เดือน หลังเก็บน้ำตาลได้ในแต่ละปี

จากมีประโยชน์หลายอย่าง ใช้ได้ทุกส่วนกินได้ ขายได้ ยัดเป็นอาซิพได้ ชุมชนจัดการกันเอง โดยไม่ต้องขออนุญาตจากหน่วยงาน ชุมชนบ้านบางลำพู ต.กะเปอร์ อ.กะเปอร์ จ.ระนอง

โดยทั่วไปแล้ว การจัดการจากไม่ได้มีความยุ่งยากมากนัก เพียงแต่คอยดูแลไม่ใหกรง และระวังไม่ให้เกิดการใช้ประโยชน์ที่มากเกินไป



การรู้งจกรการเจริญเติบโตของจากในพื้นที่จะช่วยใหจัดการอย่างเป็นระบบ โดยไม่ควรมัดตั้งยอดและทางจากไปใช้ เพราะจะทำให้ต้นจากตายได้

การตัดทางจากไปใช้ประโยชน์ ควรให้เหลือใบที่กัดจากยอดลงไป เพื่อให้เหลือใบไว้ใช้ในการสังเคราะห์แสง หากเหลือไว้เพียง 1 ทางหรือเฉพาะยอด ต้นจากจะหยุดเติบโตหรือเติบโตช้า ทำให้ต้นจากที่เกิดใหม่มีขนาดเล็กลง กรณีการตัดทางจากเพื่อมวนทำยาสูบนั้น มักจะเลือกตัดตั้งแต่ทางที่ 4 นับจากยอดลงไปเท่านั้น

ส่วนการตัดยอดจาก ควรเลือกตัดยอดที่โตเต็มที่ที่มีโคนยอดสีเขียว (หากโคนยอดสีเหลืองจะเป็นยอดจากอ่อน) หรือยอดที่มีความสูงเท่ากับทางรองยอดที่ 2 หรือเลือกที่มีโคนยอดจากเรียวยาว โดยตัดให้ตอยอดจากสูงพ่นน้ำ เพื่อป้องกันไม่ให้เนาเปื่อยตายก่อนที่ยอดใหม่จะขึ้นมา นอกจากนี้จะต้องตัดยอดเว้นยอด หรือเหลือก้านอ่อนเอาไว้ 2-3 ก้านต่อต้น เพื่อให้เติบโตต่อไป หลังการตัดไปแล้วประมาณ 3 เดือน แล้วค่อยวนมาตัดที่ต้นเก่าได้อีกครั้งหนึ่ง

