



เกริ่นนำ

กล้วย ทุกคนต่างรู้จักกันเป็นอย่างดี บางคนชอบกินกล้วยทุกชนิด แต่บางคนอาจจะเลือกกินกล้วย เพราะกล้วยมีให้เลือกกินหลายชนิด อยู่ที่คุณชอบ บางคนชอบกล้วยน้ำว้า บางคนชอบกล้วยหอม กล้วยเล็บมือนาง กล้วยไข่ และอีกสารพัดกล้วย

ในอดีตนั้น ผู้เฒ่าผู้แก่ต่างเลี้ยงลูกด้วยกล้วย อย่างเด็กที่เพิ่งคลอดออกมาได้ไม่นานยังไม่ถึงขวบ อาหารที่ป้อนให้เด็กคือกล้วยน้ำว้า บดละเอียด หรือไม่ก็ผสมกับข้าว บดจนละเอียดเข้าเป็นเนื้อเดียวกัน ด้วยคุณค่าทางโภชนาการของกล้วยทำให้เด็กเติบโตมีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง จวบจนมาถึงปัจจุบันคนไทยก็ยังนิยมป้อนกล้วยให้เด็กกินกันทั่วทุกภาคของประเทศ อาจเป็นเพราะกล้วยหาง่าย ปลูกที่ไหนก็ขึ้นและ

โตตามธรรมชาติ จึงไม่ใช่เรื่องแปลกที่กล้วยจะเป็นอาหารของคนไทย ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน

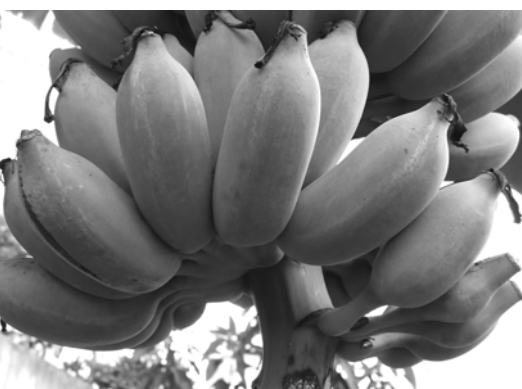
กล้วยไม่ได้กินเพื่อความอร่อยหรือคุณค่าทางโภชนาการเท่านั้น แต่กล้วยยังนำมาเป็นยาสมุนไพรได้ด้วย อย่างคนต่างจังหวัดมีดบาด เป็นแผล เอายางกล้วยมาปิดกดทับห้ามเลือดได้ดีนักแล และยังใช้เป็น ยาระบายได้อีกด้วย บางท่านที่ไม่ค่อยถ่าย กินกล้วยน้ำว้าเพียงไม่กี่ผล ก็ถ่ายได้สะดวกเกินคาด

นอกจากนี้กล้วยยังนำมาทำประโยชน์ได้ตั้งมากมาย เอาเป็นว่า ทุกส่วนของกล้วยนำมาใช้ได้หมด อย่างใบก็เอาไปห่ออาหาร ทำงานฝีมือ ประดิษฐ์ประดอยได้สวยงาม หัวปลีก็เอามาแกงเลียงกะทิ ใส่ปลาช่อนยอ แหม ! รสชาติสุดยอด ส่วนผลดิบก็เอามาแกงกะทิกับไก่ หมู เป็นอาหาร รสโอชา หรือไม่ก็เอาผลที่เพิ่งจะสุกมาทำแกงบวด หรือกล้วยบวชชีก็อร่อย เป็นอาหารหวานที่มีคุณค่า ลำต้นก็เอามาหั่นเป็นท่อนๆ ทำเป็นกระทง อีกทั้งสามารถย่อยสลายได้ดีกว่าโฟมเสียด้วย ส่วนรากก็นำมาทำเป็นยา ได้

กล้วยมีประโยชน์สารพัด อยู่ที่เราจะคิดค้นว่าจะนำมาทำอะไร ให้เกิดประโยชน์ แต่อย่างน้อยกล้วยที่เรากินอยู่นั้นก็เป็นยาสมุนไพร พื้นบ้านที่สืบทอดกันมายาวนาน เราอย่าคิดเพียงแค่มินอย่างเดียว แต่ เราควรที่จะรู้ด้วยว่ากล้วยมีประโยชน์หรือคุณค่าในด้านใดบ้าง

ปัจจุบันกล้วยเป็นพืชเศรษฐกิจที่สร้างรายได้เป็นกอบเป็นกำให้ชาวไร่ และกล้วยนี้แหละที่ช่วยให้เรารอดชีวิตได้ยามที่ไม่มีอาหารกินและอีกหลาย ๆ อย่างที่กล้วยให้ประโยชน์แก่เรา

นอกจากนี้ กล้วยยังมีอะไรที่น่าสนใจอีกตั้งมากมาย เพียงแต่เราให้ความสนใจอีกหน่อย เราก็จะรู้จักคุณค่าที่แท้จริงของกล้วย



ลักษณะทั่วไปของกล้วย

หากคิดจะรวบรวมพันธุ์กล้วยทั่วโลกมาปลูกไว้ในที่เดียวกัน สวนกล้วยแปลงนั้นคงต้องใช้เนื้อที่มาก เพราะกล้วยมีหลายร้อยสายพันธุ์ เฉพาะในประเทศไทยก็มีถึง 323 สายพันธุ์ ทดลองปลูกได้แล้ว 59 สายพันธุ์ ทั้งที่เป็นกล้วยป่า กล้วยในท้องถิ่น และพันธุ์ที่นำมาจากต่างประเทศ

ประเภทของกล้วย

พันธุ์กล้วยที่รู้จักกันทั่วไปมีมากมาย เช่น

- กล้วยป่า
- กล้วยตานี ผลใหญ่มีเมล็ดมาก

- กล้วยน้ำโທหรือกล้วยหอมเล็ก
- กล้วยไข่ในประเทศไทยนิยมปลูกมากที่จังหวัดกำแพงเพชร

จึงมีคนเรียกว่ากล้วยไข่กำแพงเพชร

- กล้วยหอมจันทร์
- กล้วยนมสาว พบทางภาคใต้
- กล้วยร้อยหวี มีผลมาก ผลขนาดเล็ก
- กล้วยหอมทองผลใหญ่
- กล้วยหอมไต้หวัน มีผลดกกว่ากล้วยหอมทอง
- กล้วยหอมเขียวค่อม ผลสุกโดยธรรมชาติจะมีสีเขียว แต่ถ้า

ป่มดูวิธีก็จะมีสีเหลือง

- กล้วยนาก ผลใหญ่
- กล้วยน้ำ
- กล้วยชม
- กล้วยน้ำว่า ถ้าแบ่งตามไส้จะมี 3 ชนิด คือ ชนิดไส้ตรง ชนิด

ไส้เหลือง และชนิดไส้แดง

- กล้วยหักมุก ลักษณะผลเป็นเหลี่ยมชัดเจน เปลือกหนา
- กล้วยส้ม ลักษณะคล้ายกล้วยหักมุก แต่ผลเล็กกว่า
- กล้วยนิ้วมือนาง ผลค่อนข้างใหญ่ ลักษณะอ้วนป้อม
- กล้วยหิน มีมากทางภาคใต้ มีผลดกคล้ายกล้วยตานี
- กล้วยเปรี้ยว มีรสค่อนข้างเปรี้ยว
- กล้วยแพ ลักษณะใบแผ่ออกคล้ายพัด
- กล้วยบัว ลักษณะหัวปลีคล้ายดอกบัว ต้นขนาดเล็ก มักใช้

เป็นไม้ประดับ



กล้วยหักมุกเผา

วิธีปลูก รัชชา ดุแล

กล้วยปลูกได้ง่าย มีทั้งแบบยกร่องและปลูกบนพื้นที่ราบ ขุดหลุมกว้าง ยาว ลึกประมาณด้านละ 2 ฟุต แต่ละหลุมห่างกัน 5 เมตร ใช้ปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมักผสมดินปากหลุม หักไว้ประมาณ 5 วันก่อนปลูก พันธุ์กล้วยก็เลือกใช้พันธุ์ที่เหมาะสมกับสภาพภูมิอากาศในแต่ละท้องถิ่น

เพราะกล้วยบางชนิดอาจจะเติบโตได้ดีเฉพาะในบางท้องถิ่น การปลูก อาจจะเลือกปลูกโดยวิธีต่างๆ เช่น

- การปลูกด้วยหน่อ
- การปลูกด้วยเมล็ด
- การเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อกล้วย

การปลูกด้วยหน่อ

หน่อที่ขุดแยกออกมาจากต้นแม่ควรเลือกหน่อที่สมบูรณ์ แต่ยังไม่สูงนัก เลือกหน่อกล้วยที่ใบเล็กเรียวยาว ที่เรียกว่าหน่อใบดาบ ซึ่งจะสูงประมาณ 2-3 ฟุต เพราะถ้าใช้หน่อที่โตเกินไป อาจจะทำให้กล้วยชงักการเจริญเติบโตได้ การปลูกกล้วยด้วยหน่อนั้นถ้าต้องการให้กล้วยออกเครือในทิศทางเดียวกัน ก็ให้ปลูกโดยหันรอยแผลของหน่อไปในทิศทางเดียวกัน กล้วยก็จะออกในทิศทางตรงกันข้ามกับรอยแผลเหมือนกันหมด ซึ่งจะสะดวกต่อการตัดเครือในภายหลัง

การปลูกด้วยเมล็ด

วิธีนี้ไม่ค่อยนิยมกันมากนัก เหมาะกับกล้วยบางชนิดเท่านั้น อาจใช้ภูมิปัญญาชาวบ้านที่เคยทำกันมาแต่ก่อนด้วยการเพาะเมล็ดพันธุ์ในกระถางใบกล้วย กระบอกละไข่ หรือเพาะบนแปลงทดลองหลังจากต้นอ่อนสูงประมาณ 1 ฟุต จึงแยกลงหลุมปลูกต่อไป



การฝังหน่อ



การเอาปุ๋ยคอกใส่ลงในหลุมรองพื้น



หน่อกล้วยที่คัดเลือกมาปลูก



การเอาหน่อลงหลุมปลูก



ต้นกล้วยที่ปลูกเสร็จแล้ว



ฟางสำหรับกลบท้นกล้วย



เมื่อปลูกต้นกล้วยเสร็จแล้วจึงนำฟางมากลบ

การปลูกโดยวิธีเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ

เป็นการขยายพันธุ์ด้วยวิธีการทางวิทยาศาสตร์ซึ่งจะเป็นที่นิยมกันมากในอนาคต เพราะสามารถขยายพันธุ์กล้วยได้เป็นจำนวนมาก ได้กล้วยพันธุ์แท้และคุณภาพดี เราอาจจะใช้ความรู้ทางวิทยาศาสตร์ทดลองเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อตามกระบวนการ หรือติดต่อขอซื้อต้นพันธุ์จากหน่วยงานทางการเกษตรที่เพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อมาปลูกได้

หลังจากปลูกกล้วยในพื้นที่ที่เตรียมไว้แล้ว สิ่งที่ต้องเอาใจใส่ก็คือการให้น้ำต้นกล้วยอย่างเพียงพอ แต่อย่าให้น้ำท่วมขังเพราะจะทำให้รากของกล้วยเน่าได้ ปุ๋ยที่ให้ควรเป็นปุ๋ยธรรมชาติ หากกล้วยสมบูรณ์ดีก็จะออกเครือหลังจากปลูกประมาณ 8-12 เดือน ก่อนออกเครือกล้วยจะแทงหน่อจำนวนมาก เราต้องทำลายหน่อทิ้ง เหลือไว้เพียง 1-2 หน่อก็พอเพื่อไม่ให้แย่งอาหารกัน แต่ระวังอย่าขาดแยกหน่อในขณะกล้วยออกเครือเด็ดขาด จะทำให้ผลกล้วยเติบโตไม่เต็มที่ นอกจากนี้ก็คอยทำลายวัชพืช และดูแลสวนกล้วยให้โล่งเตียน

โรคของกล้วยที่ควรระวังก็คือ โรคตายพราย โรคยอดม้วน โรครากเน่า และพวกหนอนแมลงต่าง ๆ ที่จะทำลายลำต้น ใบ และผลของกล้วยได้ แต่ถ้าหากเราให้น้ำและปุ๋ยเพียงพอ ต้นกล้วยจะแข็งแรงไม่ค่อยมีโรค

ข้อควรระวังอีกอย่างหนึ่งคือ ถ้าเครือกล้วยมีขนาดใหญ่ น้ำหนักมากจะต้องหาไม้มาค้ำก้านเครือกล้วยเพื่อช่วยรับน้ำหนักไม่ให้ก้าน

เครื่องถ้วยหักก่อนที่จะปลักถ้วยจะแก่

จะเห็นว่าถ้วยเป็นพืชเศรษฐกิจที่ปลูกง่าย ใช้เวลาสั้น มีประโยชน์มากมาย กินก็ได้ ขายก็ได้ เรามาลองปลูกถ้วยกันเถอะ

ถ้วยกับวิถีชีวิตของคนไทย

ในสมัยโบราณ เมื่อสตรีจะคลอดบุตรมักจะมีการจัดเครื่องบูชาสำหรับหมอดำเฝ้าเพื่อทำพิธีกรรมที่เป็นมงคลแก่แม่และลูกที่จะคลอดออกมา เครื่องบูชามักจะประกอบด้วย ข้าวขาว ซึ่งบรรจุด้วยข้าวสาร เงิน และสิ่งของต่างๆ ได้แก่ หมาก พลู กล้วย เทียน และหนึ่งในนั้นจะต้องมีกล้วยอยู่เสมอ

เมื่อทารกอายุได้ประมาณ 3 เดือน และพร้อมที่จะรับประทานอาหารอื่นนอกจากนมแม่ได้แล้ว แม่จะเริ่มให้ลูกรับประทานกล้วยควบคู่กับนม เพราะเห็นว่ากล้วยเป็นผลไม้ที่มีคุณค่าทางอาหารสูง และเป็นอาหารที่ย่อยง่าย

เมื่อลูกโตขึ้น แม่ก็จะพยายามประดิษฐ์ของเล่นให้ลูก ของเล่นเหล่านั้นส่วนหนึ่งก็มาจากกล้วย เป็นต้นว่า

- นำก้านกล้วยมาทำเป็นปืนเด็กเล่น
- นำก้านกล้วยมาทำเป็นม้าสำหรับขี่
- นำใบตองมาม้วนทำเป็นปีสำหรับเป่า
- นำหยวกกล้วยมาทำเป็นตุ่นหรือแพสำหรับหัดว่ายน้ำ





ในวัยศึกษาเล่าเรียน กล้วยก็เข้ามาสู่ห้องเรียนในลักษณะ
ต่างๆ เช่น

- ผูกเป็นปริศนาให้ทาย เช่น “อะไรเอ๋ย ต้นเท่าขา ใบวาเดียว”
- ใช้เปรียบเทียบกับความงามของสุภาพสตรีในวรรณคดี เช่น
เรื่อง “กามนิต-วาลัญญู” ที่ว่า “ขาเธองามดุจล่ำกล้วย”
- ใช้ในคำพังเพยเปรียบเทียบการทำลายล้างเผ่าพันธุ์อย่าง
ถอนรากถอนโคน “โค่นกล้วยอย่าไว้หน่อ ฆ่าพ่ออย่าไว้ลูก”

- ใช้ในสำนวนหรือคำพังเพยแสดงความหมายว่าเป็นเรื่องง่ายๆ เช่น ง่ายเหมือนปอกกล้วยเข้าปาก เรื่องกล้วยๆ

ตลอดชีวิตมนุษย์สามารถใช้ประโยชน์จากทุกส่วนของกล้วย เช่น ใช้ประกอบอาหารคาวหวาน ใช้ประดิษฐ์เป็นของใช้ ใช้เป็นยาสมุนไพรรักษาโรค

ในงานบวชและงานมงคลต่าง ๆ กล้วยมักจะถูกนำมาใช้เป็น ส่วนประกอบของงานในลักษณะต่างๆ เสมอ เช่น

- **ใบตองกล้วย** นำมาใช้ประดิษฐ์เป็นบายศรี เป็นส่วนประกอบของพวงมาลัย
- **ก้านกล้วย และ ใบตอง** นำมาใช้เป็นกระทง
- **กล้วยทั้งเครือ** นำมาประดับบ้านเวลาจัดงานมงคล
- **ต้นกล้วย** ใช้ในขบวนแห่ขันหมาก
- **ผลกล้วย ใบกล้วย ก้านกล้วย และ หยวกกล้วย** ใช้เป็นส่วนประกอบในการประกอบพิธีการต่างๆ

ในการปลูกสร้างบ้านเรือน กล้วยเป็นส่วนประกอบสำคัญในการทำพิธียกเสาเอกลงหลุม โดยมักจะใช้หน่อกล้วยและต้นอ้อยผูกไว้ที่ปลายเสาเอก และเมื่อทำพิธียกเสาหลุมเสร็จก็จะปลดเอาหน่อกล้วยและต้นอ้อยไปปลูกไว้ในบริเวณใกล้บ้าน พยายามประดับประดาให้เจริญงอกงาม เพราะถือว่าเป็นเครื่องเสี่ยงทายความอุดมสมบูรณ์ของเจ้าของบ้าน