



กองส่งเสริม
ศิลปวัฒนธรรม



เหมี้ยง

อาหารว่างคนล้านนา

ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุรัชย์ ศรีนรจันทร์



จากชาป่าสู่อาหารว่างคนล้านนา

หากพูดถึงเหมี้ยง หลายคนอาจนึกถึงเหมี้ยงคำ เหมี้ยงปลา หรืออาหารที่ห่อด้วยใบชะพลู แต่สำหรับคนล้านนา “เหมี้ยง” มีความหมายอีกอย่างหนึ่ง คือ ใบชาอัสสัม ที่ผ่านการหมักจนมีรสเปรี้ยวอมฝาด นิยมรับประทานหลังอาหารหรือในยามว่าง ด้วยการนำใบเหมี้ยงมาห่อเกลือเป็นคำ ๆ แล้วเคี้ยวหรืออม เรียกว่า “อมเหมี้ยง” เหมี้ยงจึงไม่ได้เป็นเพียงอาหารว่าง หากแต่เป็นพืชที่ผูกพันกับวิถีชีวิต เศรษฐกิจ และวัฒนธรรมของผู้คนในล้านนามาอย่างยาวนาน

ร่องรอยเหมี้ยงในประวัติศาสตร์ล้านนา

เหมี้ยงเป็นวัฒนธรรมร่วมของกลุ่มคนไตและชาติพันธุ์ในพื้นที่รัฐฉาน ลาวเหนือ และชาวไทยวนในล้านนา หลักฐานสำคัญที่กล่าวถึงหมากเหมี้ยงปรากฏในศิลาจารึกวัดพระธาตุหริภุญไชย พ.ศ. 2053 และยังพบเรื่องราวของเหมี้ยงในตำนานและเอกสารโบราณอีกหลายแห่งสะท้อนให้เห็นว่าเหมี้ยงมีบทบาทในสังคมล้านนามาแล้วหลายร้อยปี ในช่วงที่การบริโภคเหมี้ยงเฟื่องฟู ป่าเหมี้ยงได้กลายเป็นแหล่งเศรษฐกิจสำคัญของภาคเหนือโดยเฉพาะบริเวณเชียงใหม่และเชียงรายเกิดอาชีพพ่อเลี้ยงเหมี้ยง หรือพ่อค้าคนกลางที่รับซื้อและดูแลกิจการป่าเหมี้ยงแสดงให้เห็นว่าใบไม้จากป่าธรรมดา ๆ สามารถสร้างทั้งอาชีพและรายได้ให้กับผู้คนในชุมชนได้

เหมี้ยง รสชาติที่เชื่อมโยงผู้คน

อมเหมี้ยง ยังเป็นมากกว่าการกินของว่าง เพราะเหมี้ยงเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมการต้อนรับของคนล้านนา เมื่อมีแขกมาเยือน เจ้าของบ้านจะนำเหมี้ยงมาสู่หรือแบ่งปันให้รับประทาน เช่นเดียวกับการเตรียมเหมี้ยงไว้สำหรับผู้มาช่วยงานบุญ งานแต่งงาน หรืองานศพ การแบ่งเหมี้ยงจึงเป็นการแสดงน้ำใจและสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้คน ในอดีต ช่วงเวลาของการนั่งล้อมวงอมเหมี้ยงจึงเป็นช่วงเวลาของการพูดคุย แลกเปลี่ยนเรื่องราว และสร้างความผูกพันในชุมชน

จากใบชาในป่าสู่เหมี้ยงหนึ่งคำ

การผลิตเหมี้ยงเริ่มจากการเก็บใบชาอัสสัมที่มีอายุเหมาะสม นำมานึ่งให้สุก แล้วหมักในน้ำหรือน้ำเกลือเป็นเวลานาน ยิ่งหมักนาน ความฝาดจะลดลงและเกิดรสเปรี้ยวที่เป็นเอกลักษณ์ เหมี้ยงที่ได้จึงมีหลายรสชาติ ทั้งเหมี้ยงฝาด เหมี้ยงส้ม และเหมี้ยงหวานแต่ที่นิยมรับประทานกันมากคือเหมี้ยงส้มวิธีรับประทานแบบพื้นบ้านคือแฉใบเหมี้ยง ใส่เกลือเม็ดเล็กน้อย ห่อเป็นคำแล้วอมและเคี้ยวช้า ๆ เป็นของว่างที่เรียบง่ายแต่เต็มไปด้วยรสชาติและความทรงจำนอกจากการอมเหมี้ยงแล้ว ภูมิปัญญาท้องถิ่นยังนำเหมี้ยงมาประกอบอาหารได้หลากหลาย เช่น น้ำเหมี้ยงและลำเหมี้ยง ซึ่งสะท้อนความสามารถของคนล้านนาในการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรในท้องถิ่นอย่างคุ้มค่า

เหมี้ยงวันนี้...จากวิถีดั้งเดิมสู่อนาคต

เมื่อวิถีชีวิตเปลี่ยนแปลง ความนิยมในการอมเหมี้ยงก็ลดลงตามไปด้วย ขณะที่ป่าเหมี้ยงบางส่วนถูกเปลี่ยนไปใช้ประโยชน์เพื่อปลูกพืชเศรษฐกิจหรือพัฒนาเป็นพื้นที่ท่องเที่ยวทำให้ทั้งวัฒนธรรมการบริโภคและระบบนิเวศของป่าเหมี้ยงกำลังเผชิญกับความท้าทาย อย่างไรก็ตาม เหมี้ยงกำลังได้รับการพัฒนาให้เข้ากับวิถีชีวิตและตลาดยุคใหม่มากขึ้น ทั้งการยกระดับกระบวนการผลิต การพัฒนาผลิตภัณฑ์จากเหมี้ยง เช่น ชา ผลิตภัณฑ์อาหาร ลูกอมและกัมมี่ ตลอดจนผลิตภัณฑ์เครื่องสำอาง

เรื่องราวของเหมี้ยงจึงไม่ใช่เพียงเรื่องของ **อาหารว่าง** หากแต่คือเรื่องราวของ **ป่า ผู้คน เศรษฐกิจ และวัฒนธรรมล้านนา** ที่เชื่อมโยงกันมาหลายร้อยปี และการรักษาเหมี้ยงไว้ในวันนี้ จึงหมายถึงการรักษาทั้งภูมิปัญญา วิถีชีวิต และผืนป่าที่เป็นต้นกำเนิดของวัฒนธรรมนี้ไว้ด้วย

