



ชุมชนท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม

ท่องเที่ยววิถีใหม่  
เก๋ไก๋  
สไตส์  
ลึกซึ้ง

# แม่กำปอง...

## ตามครรลองของผู้คนในดงดอย

พริมา อ่วมเจริญ...เรื่อง ธนดิษ ศรียานงค์...ภาพ



ละอองฝนพรำพรมบนหนทางสายเล็ก  
ที่ทอดไกลลึกเร้นเข้าไปในห้วงหุบดงดอยสูง  
ไอหมอกจางชันลอยละล่องเป็นริ้วสายโอบกอด  
บ้านเรือนน้อยใหญ่ที่วางตัวลดหลั่นอยู่บนขุนเขา  
บ้านบนดอยคือนิยามอันเรียบง่าย  
แต่กลับด้วยเสน่ห์ของ**บ้านแม่กำปอง**  
ชุมชนเล็ก ๆ ที่ผู้คนล้วนดำรงวิถีชีวิตตามฮึดตามฮอย  
ของบรรพบุรุษมาเนิ่นนาน  
บ้านซึ่งหลายคนหมายใจไว้ให้เป็นปลายทางในฝัน  
แห่งการเดินทาง

# Mae Kam Pong...

Where a simple life  
is the best.

Pharima Ouemcharoen...Story  
Thanadis Sriyanong...Photographs

Ban Mae Kam Pong, a simple and small community situated in Tambon Huai Kao, Amphoe Mae On, Chiang Mai province, is one of the travelers' favorite destinations.

To many visitors, the impression of Mae Kam Pong is a village in a valley surrounded with high mountains and abundant with nature amid cool weather all year round as well as the simple living and nice culture of the locals.

Ecotourism is the kind of travel here, as the village focuses on forest and natural resources protection. For people who want to experience living with nature and learning the local culture, they should stay overnight at the villager's homestay that is comfortable and ready to welcome visitors in every season with tasty local food provided.

Most of the Mae Kam Pong villagers have made a living by picking tea leaves for sale for a long time. It is also interesting to observe the process of making fermented tea. Some locals do Arabica species coffee plantations in the forest behind the village. Some wickerwork skilled locals make a living by doing basketry. Some groups make tea leaf pillows, which is a well-known OTOP product of Mae Kam Pong. It is believed that the aroma of the tea leaves will help you relax, relieve nasal congestion, and stimulate blood circulation.

In the community zone, along a narrow street, it is quite vibrant with plenty of small shops. Some cozy coffee shops close to the streams and mountains attract visitors to stop by and just sit there while slowly drinking aromatic coffee and tasting some delicious sweets. In addition, there are several local restaurants and various pretty souvenir stores.

Trekking is a good choice of an activity in Ban Mae Kam Pong since the area is covered with abundant forest. All through the trail, travelers will pass tea and coffee plantations and various plant species, especially, there is an ancient giant tree standing in the middle of the watershed forest as well as the lovely Namtok Mae Kam Pong.

.....  
บ้านฮิมฮ้วย ลุงปู้ด & ป้าเป็ง Coffee  
เป็นทั้งที่พักและร้านอาหารชื่อดังของบ้านแม่กำปอง  
Ban Him Huai Uncle Put & Aunt Peng,  
a famous coffee shop and homestay of Mae Kam Pong.

บ้านแม่กำปองคือชุมชนเล็ก ๆ แสนสงบงามกลางขุนเขา ที่นักเดินทางหลายคนต่างวางหมุดหมายไว้ให้เป็นปลายทางในฝัน เพราะแหล่งในภาพงามของวิถีชีวิตผู้คนที่นี่ดำเนินไปอย่างเรียบง่ายในโอบของธรรมชาติ

Ban Mae Kam Pong is a dream destination to many travelers, as it is a tiny and serene community in the valley that lures them to experience the simple life of the villagers with the surrounding nature.

## ๑...

ราวหัวโหม่งกว่า ๆ หลังจากเราหันหลังให้ตัวเมืองเชียงใหม่ ทิ้งภาพทราวิงกันขั้วไก่วไว้เบื้องหลัง ทางคดเคี้ยวขนาดสองเลนที่รถวิ่งสวนกันแบบพอดิบพอติพาเราก้าวเข้าสู่ห้วงแห่งความสงบงาม สองข้างทางร่มครึ้มด้วยแมกไม้ใหญ่น้อย เสียงเครื่องยนต์ครางกระหึ่มยามที่คนขับลดระดับเกียร์เพื่อลดเลาะไต่ตามเนินเขาชันดิกตรงหน้า

**“เป็นอย่างไรบ้าง เดินทางเหนื่อยไหมครับ” พ่อหลวงธีรเมศร์ ขจรพัฒนภิรมย์** อดีตผู้ใหญ่บ้านของบ้านแม่กำปองกล่าวทักทายด้วยรอยยิ้มยามเห็นคนต่างถิ่นหอบทิวใบไม้ใหญ่ใ้หลังดุ่มเดินขึ้นมาจากตีนเนินด้วยสภาพเหนื่อยหอบ ขณะที่ปล่อยให้เจ้าถิ่นเดินลื่นนำหน้าไปอย่างสบาย ๆ

แน่นอนว่ามนุษย์ออฟฟิศที่ชินชากับการจมน้ำจุ่มตัวเองอยู่หน้าคอมพิวเตอร์คู่ใจเป็นกิจวัตร สองเท้าคุ่นเคยกับการเดินบนทางราบเรียบวันไหนเร่งรีบก็ห้อยท้ายมอเตอร์ไซด์ไปทำงาน พอมาเจอหนทางสูงต่ำบนดอย จังหวะชีวิตถึงกลับเปลี่ยนไปในชั่วพริบตา

**“ชื่อแม่กำปองที่หลายคนคุ้นหูนั้นมีที่มา คำว่า ‘แม่’ หมายถึงแม่น้ำ ธารน้ำ ส่วน ‘กำปอง’ คือต้นไม้ชนิดหนึ่งที่มีมากในบริเวณนี้ ดอกมีสีเหลือง เจือแดงเข้ม ชอบขึ้นอยู่ริมธารน้ำ ออกดอกทุกปีช่วงปลายฝนต้นหนาว”** หลากเรื่องเล่าความเป็นมาของชุมชนถูกถ่ายทอด หลังจากเรายกแก้วเครื่องดื่มรสกลมกล่อมซึ่งเป็นผลิตผลจากคนในชุมชนขึ้นจิบคลายความเหนื่อยล้า

**“บรรพบุรุษของคนแม่กำปองมาจากดอยสะเก็ดครับ เราอยู่ที่นี้กันมาหลายชั่วอายุคนแล้ว”** พ่อหลวงธีรเมศร์เล่าถึงวันเก่าก่อนยามที่ปู่ ย่า ตา ซวดอพยพโยกย้ายถิ่นฐานมาลงหลักปักฐานบนผืนแผ่นดินที่มีธรรมชาติอุดมสมบูรณ์ มีป่าเมี่ยงซึ่งเปรียบเหมือนชุมทรัพย์หล่อเลี้ยงชีพของพวกเขา

โลกของคนแม่กำปองล้วนยึดโยงอยู่กับการทำป่าเมี่ยง หมุนเวียนเปลี่ยนผ่านบนเนื้อดินผืนเดิม ก่อนที่พืชพรรณอย่างกาแฟจะเข้ามาภายหลังรวมไปถึงการท่องเที่ยวซึ่งถือเป็นการงานอย่างใหม่ที่ทำให้บ้านแม่กำปองกลายเป็นที่รู้จักในวงกว้าง และเป็นหนึ่งในปลายทางที่หลายคนใฝ่ฝันจะมาเยี่ยมเยือน

**“ป่าก็เข้าป่าเก็บเมี่ยงตั้งแต่ยังสาวเลยนะ พออายุมากขึ้นก็หันมาทำอย่างอื่น” ป้าศรีทาบ แก้วกั้ง** เจ้าของบ้านโฮมสเตย์ที่เราฝากเนื้อฝากตัวขอแรมคืนเล่าด้วยรอยยิ้ม



๑. โบสถ์ไม้หลังเก่าของวัดคันธพฤกษา
๒. โบสถ์หลังเล็กวางตัวอยู่กลางธารน้ำ
๓. บ้านแม่กำปองคือชุมชนท่องเที่ยวเชิงนิเวศแสนสงบงาม
๔. งานจักสานคืออีกหนึ่งอาชีพของคนบ้านแม่กำปอง
๕. หมอนใบชา สินค้าโอท็อปขึ้นชื่อของบ้านแม่กำปอง
๖. การทำเมี่ยงคืออาชีพดั้งเดิมของผู้นั้น
1. The old wooden ubosot of Wat Khan Tha Phrueksa.
2. A small ubosot in the middle of the stream.
3. Ban Mae Kam Pong is a serene ecotourism-based community.
4. Wickerwork is one of the locals' occupations.
5. Tea leaf pillows, a well-known OTOP product of Mae Kam Pong.
6. Fermented tea is an original profession of the villagers.



การท่องเที่ยวเชิงนิเวศของบ้านแม่กำปองอยู่ในรูปแบบของสหกรณ์ที่ชาวบ้านทุกคนล้วนมีส่วนร่วมในการดูแลจัดการผลประโยชน์ร่วมกัน มันเป็นหนทางในการสร้างรายได้และต่อยอดวิถีชีวิตความเป็นอยู่ของคนบนดอยให้เป็นไปในทิศทางที่ดีขึ้น

**“โฮมสเตย์เกิดขึ้นเพื่อรองรับนักท่องเที่ยวที่เข้ามาเยี่ยมชมหมู่บ้านเราครับ แรก ๆ ก็ใช้รองรับคนที่มาศึกษาดูงาน ตอนนี้มีอยู่ ๒๒ หลัง ใครมีทุนมากหน่อยก็สร้างเป็นบ้านเดี่ยวไว้เป็นทางเลือกให้แก่นักท่องเที่ยว”**

**“ฟิอาท-สุมิตร แก้วกั้ง** ลูกชายของป้าศรีทาบเล่าเสริม

**“มาจากไหนกันเจ้า”** พี่สาวคนหนึ่งร้องทัก ยามเราเดินผ่านหน้าเรือนไม้หลังใหญ่โตเก่าแก่ ห้องทับด้านในอบอวลด้วยกลิ่นหอมกรุ่นของใบชาอบแห้ง พื้นบ้านก่ายกองด้วยผ้าสีสดใสสดใสลวดลายสวยที่ถูกตัดแต่งเป็นปลอกหมอนใบชา สินค้าโอท็อปขึ้นชื่อของบ้านแม่กำปอง

**“ใบชากับใบเมี่ยงก็เหมือนกันนั่นแหละ เพียงแต่ชาจะใช้เฉพาะส่วนยอดอ่อน ซึ่งมีราคาแพงกว่าใบเมี่ยงมาก” ป้ารจนา นงคยา** หนึ่งในสมาชิกกลุ่มหมอนใบชาเล่าให้ฟัง

ขณะที่ได้ดูเรือนอีกหลังหนึ่ง หญิงสูงวัยกำลังง่วนกับการใช้สองมือกรางสานสอดสานเส้นดออย่างคล่องแคล่ว ก่องข้าวเนียง (ข้าวเหนียว) ใบน้อยมองเห็นเป็นรูปเป็นร่างแจ่มชัด

**“คนแม่กำปองเคยเก็บเมี่ยงกันทุกคนแหละ ป้าทำตั้งแต่ยังเด็กเลย พออายุมากแล้วเดินขึ้นเขาเข้าป่าลำบาก เลยมาฝึกสานแจ็ก (กระบุงใส่ใบเมี่ยง) สานก่องข้าวแทน” ป้าวัย**เล่าถึงความหลังด้วยดวงตาเป็นประกาย ยามนี้ถึงวันเก่าก่อน

ภาพการงานตรงหน้าสะท้อนชัดให้เห็นว่าการงานของคนที่นี่ล้วนแล้วแต่มีส่วนเชื่อมโยงกับการทำป่าเมี่ยงอย่างแยกไม่ออก เรียกว่าเมี่ยงเป็นส่วนสำคัญหนึ่งของชีวิต

เราเดินลัดเลาะผ่านถนนแสนชันสายเดิมมาพบกับ**วัดคันธพฤกษา** หรือวัดแม่กำปอง ศูนย์รวมจิตใจหนึ่งเดียวของชาวบ้านบ้านแม่กำปองที่สร้างขึ้นพร้อมกับการตั้งถิ่นฐานของคนรุ่นแรกที่มาอยู่ที่พื้นที่ในบริเวณนี้

แสงแดดส่องลอดผ่านหมู่เมฆฉายจับหลังคาโบสถ์ไม้หลังเก่ามองเห็นหย่อมความเขียวขจีของมอส เฟิร์น และกล้วยไม้ที่หยั่งรากตั้งต้นอยู่บนหลังคาดูสวยสะดุดตา อุดมภูมิที่เย็นชื้นตลอดปีทำให้พืชพรรณต่าง ๆ พากันเกาะกลุ่มขึ้นคลุมหลังคาบ้านและตามมุมทางเดินกลายเป็นภาพงามคล้ายกับเป็นหมู่บ้านในเทพนิยาย

เมื่อดุ่มเดินลงไปตามเสียงน้ำตกและธารน้ำไหลเรื่อย ภาพของโบสถ์กลางน้ำ หรืออุทกสีมา วางตัวอยู่อย่างสงบบรมรื่นกลางสายน้ำเย็นใสก็ปรากฏตรงหน้า ภายในโบสถ์ไม้ประดิษฐานพระพุทธรูปให้ผู้สืบทาได้กราบสักการบูชา ท่ามกลางธรรมชาติพรรณไม้ไม่น้อยใหญ่ที่รายล้อมเหมาะแก่การตั้งจิตให้เป็นสมาธิ

เย็นย่ำเราเดินสวนทางกับชายคนหนึ่งที่ป่าของเขามีสล้าไม้ไผ่พาดยาวที่ปลายทั้งสองห้อยแจ็ก ภายในพูนเพียบด้วยใบเมี่ยงสด

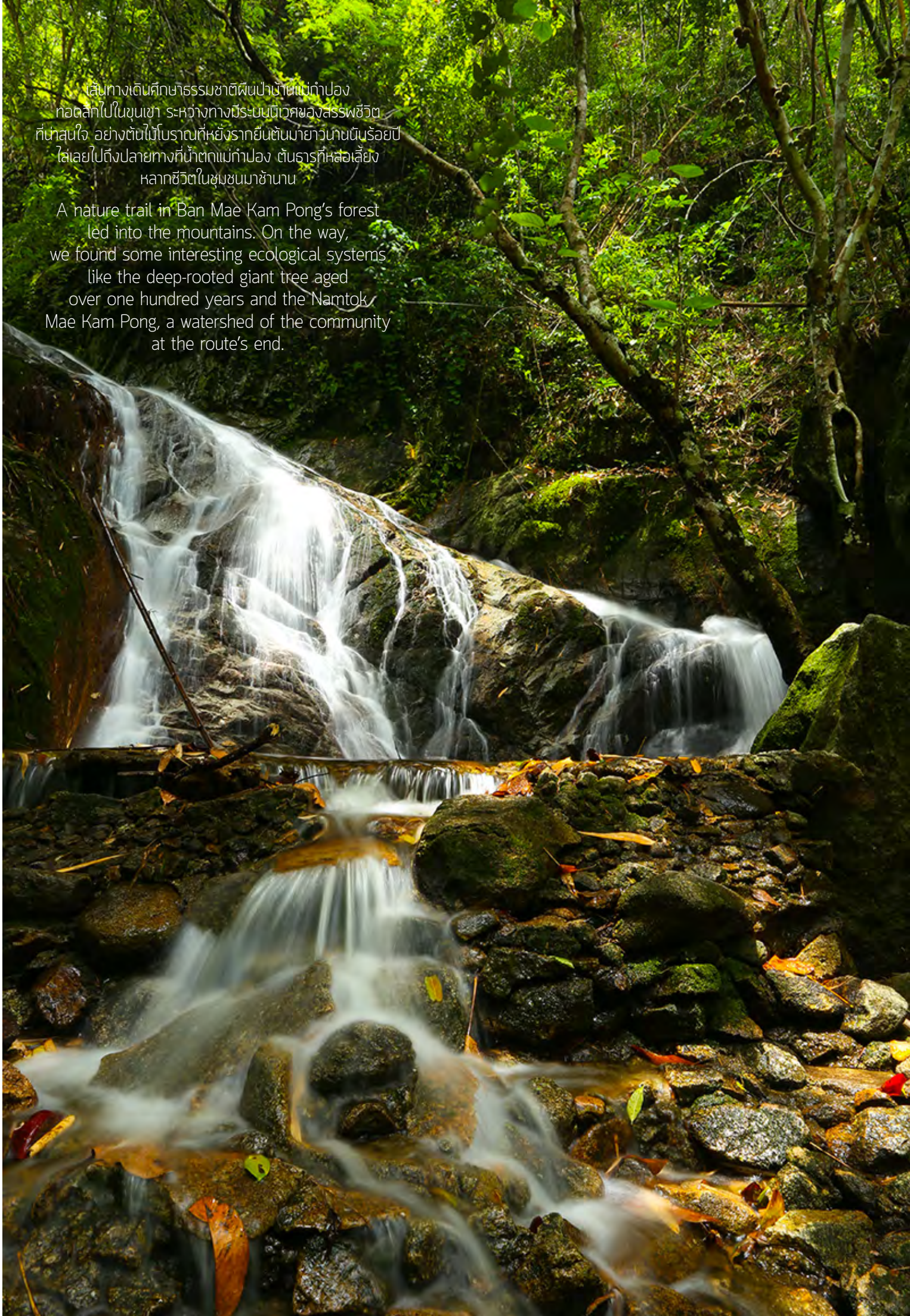
เตาไฟในบ้านลูกโซนด้วยถ่านสีแดง ขณะที่เขาค่อย ๆ บรรจุมัดก้อนเมี่ยงด้วยดอกก่อนนำไปนึ่งในซึ้งที่เประเปื้อนคราบเขม่าควันบ่งบอกร่องรอยการใช้งานมายาวนาน

**“ออกไปเก็บตั้งแต่เช้า เย็นก็เอาเมี่ยงมานึ่ง นึ่งเสร็จต้องหมักต่อประมาณ ๑๕ วัน ถึงจะเอาไปขายให้คนข้างล่างได้” ลุงดวงคำ** หรือลุงอ้ายเล่าขณะที่ยกก้อนเมี่ยงนึ่งแล้วมามัดดอกเส้นใหญ่ใหม่อีกครั้ง

ในอดีตคนเหนือนิยมกินเมี่ยง ขณะที่คนภาคอื่น ๆ นิยมกินหมาก การกินเมี่ยงจึงถือเป็นวัฒนธรรมสะท้อนภาพการกินอยู่ของคนถิ่นเหนือได้อย่างแจ่มชัด

**“เมี่ยงมีหลายแบบนะ เมี่ยงส้มจะออกเปรี้ยว ๆ ผัด ๆ เมี่ยงหวานก็เดิมซิง เดิมน้ำตาลลงไป คนเหนือสมัยก่อนต้องอมเมี่ยงแล้วบุบหรีขี้เี่ยวเมี่ยงทำให้สดชื่น ผ่อนคลาย มีแรงทำงาน แต่คนสมัยนี้กินกันไม่ค่อยเป็นแล้ว”** ลุงอ้ายเล่าพร้อมหยิบยื่นใบเมี่ยงห่อเกลือให้คนที่มาจากโลกข้างล่างอย่างเราชิม

ใบเมี่ยงที่ถูกบดเคี้ยวให้รสชาติเผ็ดปร่างด้วยไม้คั้นล้น ทว่าก็ทำให้สัมผัสได้ถึงมิตรภาพอันอุ่นแอรระหว่างเรา



เส้นทางเดินศึกษาธรรมชาติผืนป่าบ้านแม่กำปอง  
ทอดลึกไปในขุนเขา ระหว่างทางมีระบบนิเวศของสรรพชีวิต  
ที่น่าสนใจ อย่างต้นไม้โบราณที่ยังรากยืนต้นมายาวนานนับร้อยปี  
ไล่เลยไปถึงปลายทางที่น้ำตกแม่กำปอง ต้นราที่หล่อเลี้ยง  
หลากหลายชีวิตในชุมชนมาช้านาน

A nature trail in Ban Mae Kam Pong's forest  
led into the mountains. On the way,  
we found some interesting ecological systems  
like the deep-rooted giant tree aged  
over one hundred years and the Namtok  
Mae Kam Pong, a watershed of the community  
at the route's end.



ภาพหน้าซ้าย: น้ำตกแม่กำปองตระหง่านงามกลางป่า  
๑. ต้นตึบยักษ์ ต้นไม้โบราณกลางป่าแม่กำปอง  
๒. หลังฝนหยุดชาวบ้านจะเดินเข้าป่าลึกเพื่อไปเก็บใบเมี่ยง

Opposite page: Namtok Mae Kam Pong  
gracefully stands in the forest.  
2. The giant tree, an ancient tree in the  
middle of Mae Kam Pong's forest.  
3. After the rain, villagers will go into the  
deep forest to pick tea leaves.



ทุก ๆ วันชาวบ้านจะต้องเดินทางไกลผ่านความสูงชันเข้าไปเก็บใบเมี่ยง  
ห้องทำงานของพวกเขาคือผืนป่าใหญ่ซึ่งเต็มไปด้วยภาพงามทางวิถีชีวิต  
นอกจากนั้นในป่าก็ไม่ได้มีแค่เมี่ยง แต่มันยังมีพืชพรรณสมุนไพรและ  
ผักพื้นบ้านอยู่มากมาย ตลอดเส้นทางศึกษาธรรมชาติที่สมศักดิ์ศรีมักจะชี้ชวน  
ให้หยุดดูสิ่งต่าง ๆ รอบตัว

“นี่ใบคาวดอง กินกับลาบอร่อยมาก” ใบไม้สีเขียวรูปร่างคล้ายหัวใจ  
เมื่อขยี้แล้วดมดูจะได้กลิ่นเด่นเป็นเอกลักษณ์ของมันอย่างชัดเจน

ป่าหลังบ้านของพวกเขาจึงมีหลากหลายนิยาม เรียกว่าเป็นทั้งบ้าน  
ห้องทำงาน ห้องเรียน หรือแม้กระทั่งซูเปอร์มาร์เก็ตธรรมชาติที่มีอาหาร  
การกินให้เลือกมากมาย โดยไม่ต้องเสียเงินซื้อหา

ทางบางช่วงต้องไต่ผ่านตามความชันของเนินเขา ดินหมดฝนนั้น  
ลื่นแสนลื่น มีก้อนหินกระจายอยู่เป็นหย่อม ๆ หากมัวแต่ชมจนชมไม่แล้ว  
ผลอก้าวอย่างอย่างไม่มีสติคงได้ลื่นล้มจนหมดความรื่นรมย์เป็นแน่

ไม่นานนักที่สมศักดิ์ก็พาเรามาหยุดยืนไต่ร่มเงาต้นไม้โบราณขนาดใหญ่  
ใหญ่ยักษ์สองต้นที่หยดยีนมาเนิ่นนาน พูพอนขนาดใหญ่โตมีหน้าที่ช่วย  
พยุงไม่ให้ต้นหักโค่นและคอยดูดซับน้ำเพื่อหล่อเลี้ยงลำต้นให้เติบโตใหญ่

“เขาเรียกว่าต้นตึบครับ ต้นโน้นต้นตา ต้นนี้ต้นยาย ผมเห็นมาตั้งแต่ยังเป็น  
เด็กแล้ว” ที่สมศักดิ์เล่าราวกับต้นไม้ตรงหน้าเปรียบเสมือนญาติผู้ใหญ่  
ที่คุ้นหน้าคุ้นตากันมายาวนาน

เราเดินผ่านสวนกาแฟอะราบิกาที่กำลังติดผลเล็กจ้อยเท่าลูกปัด พุ่ม  
ดอกสีขาวหอมของมันเคยผลิพราวเมื่อช่วงต้นฤดูร้อนที่พื้นผ่าน

“กาแฟที่หลังเมี่ยงครับ มาพร้อม ๆ กับโครงการหลวงคืนดงยาง เรา  
ทำทั้งเมี่ยงและกาแฟควบคู่กันไป” ที่สมศักดิ์เล่าว่ากาแฟขายได้ราคาดีกว่า  
เมี่ยงก็จริง ทว่าผลิตผลจากกาแฟนั้นเก็บได้เพียงปีละครั้ง ขณะที่เมี่ยงนั้น  
เก็บได้มากถึงสามครั้ง

ทางดินสายเดิมพาเราเดินลึกเข้าไปเรื่อย ๆ ต้นไม้ใบใหญ่ระบัดใบ  
ครึ้มเขียว อากาศเย็นชื้นช่วยให้ทางไกลไม่เหนื่อยจนเกินไปนัก

ทางป่าพาเราพบกับธารน้ำใสไหลเรื่อย เราเดินทวนกระแสลงไป  
ตามแผ่นหินผา ไม่นานนักเสียงน้ำตกไหลโจนก็แว่วดัง

**น้ำตกแม่กำปอง**ปลดปล่อยสายน้ำพรั่งพรูหลังไหลลงสู่แอ่งน้ำ  
เบื้องล่าง มองเห็นเป็นเส้นสายสีขาวพุ่งกระจาย บริเวณโดยรอบชุ่มชื้น  
เย็นจับใจ เราต่างวกน้ำเย็นเจิบจากลำธารขึ้นลูบหน้าเพื่อล้างเหงื่อไคล  
หลังจากเดินทางมาไกล

“น้ำที่เราใช้ดื่มกินก็มาจากประปาภูเขาที่นี่แหละครับ วันไหนฝนตก  
น้ำในหมู่บ้านสิก็อาจจะขุ่นหน่อย แต่ใช้ได้ไม่มีปัญหา” ที่สมศักดิ์เล่าอย่าง  
อารมณ์ดีก่อนพาเราเดินลัดเลาะลอดร่มเงาต้นไม้กลับมาทางด้านหลังของ  
หมู่บ้าน

หลังจากใช้เรียวยาวทั้งหมดไปกับการเดิน เราต่างเดิมพลังกันที่**ร้าน  
เฮือนกาแฟ** ย่ำใบเมี่ยงรสเปรี้ยว ๆ เผ็ด ๆ ไข่ปามหอมกลิ่นใบตองย่าง  
ไฟ แกงยังเลที่ขึ้นห่มเคี้ยวจนนุ่มลิ้น พร้อมจิบกาแฟที่ปลูกบนผืนดินของ  
บ้านแม่กำปอง

ระหว่างที่นั่งฟังเสียงธารน้ำไหลผ่านกลางหมู่บ้าน เราต่างนึกถึงหลากหลาย  
เรื่องราวที่ทานพบเมื่อไม่กี่ชั่วโมงก่อน

ป่าต้นน้ำ ต้นไม้โบราณ วิถีชีวิตเรียบง่าย ทางดินชั้นลื่น เหล่านี้  
หลอมรวมกลายเป็นความทรงจำอันแสนรื่นรมย์ของบ้านเล็กในป่าใหญ่

## ๒...

ผอยฝนพราวพรมตั้งแต่พระอาทิตย์ยังไม่โผล่พ้นเหลี่ยมเขา

แม้จะเป็นฤดูฝน อุณหภูมิที่บ้านแม่กำปองก็หนาวเย็นถึง ๒๐ องศา  
เซลเซียส น้ำดื่มในหม้อดินเผา (น้ำหม้อ) ที่ตั้งวางไว้บนชั้นไม้หน้าบ้าน หรือ  
ที่เรียกว่าฮ้านน้ำนั้นเย็นเจิบเหมือนกับน้ำในตู้เย็น

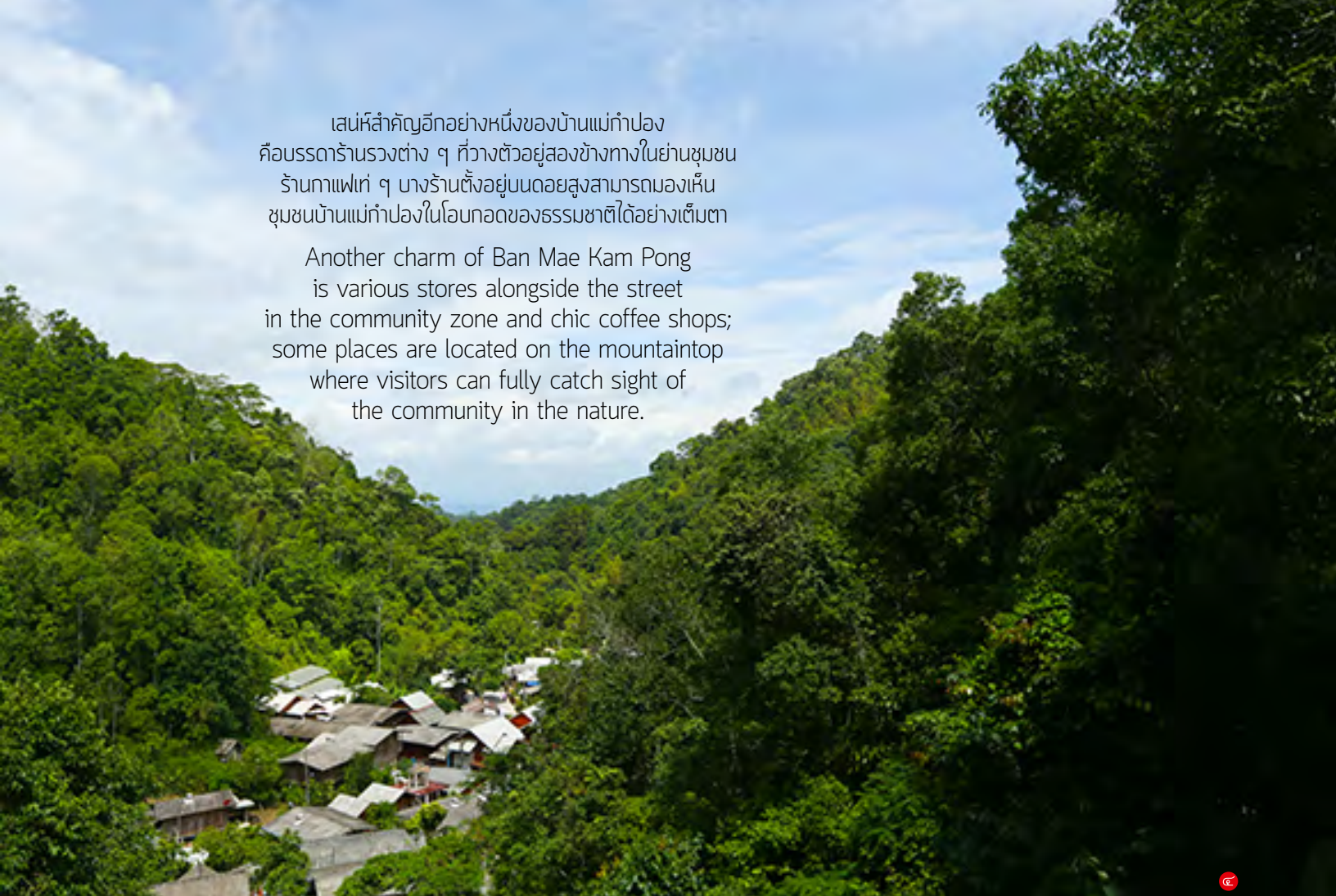
“บ้านเราอากาศเย็นทั้งปี หนาวร้อนก็ร้อนไม่มากนัก” ป้าศรีทับ  
พูดพร้อมกับยกมารับมือเข้ามาวางตรงหน้า อาหารพื้นถิ่นเมืองเหนือส่ง  
กลิ่นหอมเรียกน้ำย่อย

จอฟักกาดหน้าตาคล้ายแกงจืดผักกาดดองบ้านเรา รสชาติกลมกล่อม  
แม่ศรีทับบอกว่าผักกาดขูด หรือที่คนเหนือเรียกกันว่าผักกาดดอกจะต้อง  
เก็บมาสด ๆ ผักจะนุ่ม ไม่เป็นเส้นเย็นระคายคอ กระดูกหมูก็ต้องเคี้ยวจน  
เปื่อยยุ่ย ใส่กะปิหรือถั่วเน่าแซบลงไปเพิ่มกลิ่นหอม ขณะที่น้ำพริกเองก็  
รสชาติจัดจ้าน เปรี้ยวนิดเผ็ดหน่อย กินกับข้าวหนึ่ง (ข้าวเหนียว) แก่ลัมด้วย  
แตงกวาสดกรอบหวาน อิ่มท้องดีนัก

หลังจากเติมพลังกันจนอิ่มหน้า เราก็ตุ้มเดินตาม**ที่สมศักดิ์  
ทิพย์หาวัน** ไกด์ท้องถิ่นผู้ที่จะนำทางเราไปดูต้นไม้โบราณขนาดยักษ์ซึ่ง  
อยู่ลึกเข้าไปในป่าหลังหมู่บ้าน

จากถนนลาดยางราบเรียบที่สมศักดิ์พาเราลัดเลาะไปบนทางดิน  
เส้นเล็ก ๆ ที่ทอดยาวไปบนเนินเขาผ่านสวนกาแฟและป่าเมี่ยง

“ชาวบ้านเขาจะมาเก็บเมี่ยงกันแต่เช้า แต่ถ้าฝนตกก็ต้องรอฝนหยุด  
ก่อน เวลาเก็บเมี่ยงเราจะใช้ใบมีดตัดจะได้เร็วขึ้น” ที่สมศักดิ์สวมห่วงเหล็ก  
หน้าตาคล้ายแหวนมีใบมีดโกนคมกริบติดอยู่ แล้วลงมือเก็บเมี่ยงให้เราดู  
อย่างคล่องแคล่ว



๑. แมวคอยดูแลร้านน่ารักในย่านชุมชนแม่กำปอง
๒. ร้านกาแฟนั่งท่ามกลางบรรยากาศสงบงาม
๓. แมวน้อยขี้เซาที่ร้าน Teddu Coffee
๔. ชมวิวหมู่บ้านแม่กำปองขุนสูงที่บ้านกาแฟชมกชชไม

1. Maeo Doi Gallery, a lovely store in Mae Kam Pong's community zone.
2. A nice and quiet coffee shop.
3. A sleepy cat at Teddu Coffee Shop.
4. Enjoy the view at Chom Nok Chom Mai Coffee Shop.

๓...

บ้านบนดอยใครว่าไม่มีสีสัน ?

ตลอดสองข้างทางย่านชุมชนบ้านแม่กำปองล้วนเรียงรายด้วยร้านรวง น่านั่ง ทั้งร้านกาแฟ ร้านอาหาร ร้านของฝากของที่ระลึก ไล่เลยไปจนถึง แกลเลอรี่

“แวะเข้ามานั่งเล่นก่อนได้นะคะ” พี่ออย-กมลรัตน์ แซ่เฮง ศิลปินบนดอย เจ้าของร้านแมวคอยดูแลลือรื่องักมิตรใหม่ที่กำลังเดินผ่านหน้าร้านน่ารักของเธอ

หลายปีแล้วที่พี่ออยกับคนรักเลือกวางหมุดหมายชีวิตไว้ในดงดอยแห่งนี้ ธรรมชาติ ความสงบงาม วิถีชีวิตเรียบง่ายล้วนเป็นแรงบันดาลใจให้เธอสร้างสรรคงานศิลปะหลากหลาย

“แม่กำปองเป็นหมู่บ้านน่ารักที่มีความสงบมากค่ะ เราอยากให้ออกเตบโตในบ้านที่รายล้อมด้วยธรรมชาติ” พี่ออยยิ้มกว้างพร้อมทอดลูกสาววัยกำลังซนไว้แนบอก

เสน่ห์สำคัญอีกอย่างหนึ่งของบ้านแม่กำปอง คือบรรยากาศร้านรวงต่าง ๆ ที่วางตัวอยู่สองข้างทางในย่านชุมชน ร้านกาแฟ ๆ บางร้านตั้งอยู่บนดอยสูงสามารถมองเห็นชุมชนบ้านแม่กำปองในโอบกอดของธรรมชาติได้อย่างเต็มตา

Another charm of Ban Mae Kam Pong is various stores alongside the street in the community zone and chic coffee shops; some places are located on the mountaintop where visitors can fully catch sight of the community in the nature.

ภายในร้านเล็ก ๆ แห่งนี้มากมายด้วยชิ้นงานศิลปะรูปแมวหลากหลายรูปแบบที่พี่ออยกับสามีเป็นคนออกแบบเองกับมือ ไม่ว่าจะเป็นกรอบรูปแต่งบ้าน เสื้อยืดลายแมว พวงกุญแจแมว สมุดโน้ต ฯลฯ

ใครบางคนหยิบจับไปสักardt ะ ๆ ที่บ่งบอกเรื่องราวของแม่กำปองมาขีดเขียนถ้อยคำส่งความคิดถึงไปหาคนไกล

“ไปสักการ์ดูรูปดอกกำปองก็มีนะค่ะ เคยเห็นกันไหม?” พี่ออยยื่นแผ่นกระดาษมีรูปดอกไม้สีเหลืองเจิดจ้าดอกเล็กกระจิดจิวให้เราดู แม้ไม่ได้เห็นดอกไม้จริงซึ่งจะผลิบานในฤดูหนาว แต่เราก็ตื่นตากับภาพตรงหน้าเหลือเกิน

ใกล้กันกับแมวคอยดูแลลือรื่อ บ้านอิมห้วย ลุงปัด & ป้าเป้ง Coffee เป็นทั้งที่พัก ร้านกาแฟ และแลนด์มาร์คสำคัญของนักท่องเที่ยวที่ต้องมาโพสท่าสวยถ่ายรูปคู่กับผนังไม้สีซีด ๆ แต่ดูเท่ที่หน้าบ้าน

กาแฟร้อนรสเข้ม ขนมหวานสักชิ้น แล้วจุ่มจ่อมตัวเองอยู่ในบรรยากาศแสนผ่อนคลายกับธารน้ำที่ไหลผ่านข้างตัวร้าน มองเห็นพรรณไม้นานาที่พากเขาฝั่งตรงข้าม คือจังหวะชีวิตเนิบช้าที่หลายคนชื่นชอบ

“ที่หน้าหมู่บ้านก็มีร้านกาแฟบรรยากาศดีอีกร้านหนึ่งนะ” ใครสักคนแนะนำให้เราไปร้าน Teddu Coffee หนึ่งในร้านที่มวลชนคนรักแมวไม่ควรผ่านเลย

จากถนนใหญ่เราเดินลงเนินเป็นแนวดิ่งไปราว ๓๐ เมตร ระหว่างทางมีพรรณไม้สวยงามให้ได้ชม อย่างว่านค้างคาวดำที่ผลิกลีบดอกใหญ่เกือบเท่าหน้า อดสลัสสยงามแปลกตา

“เดินเหนื่อยกันไหมคะ ?” เจ้าของร้านถามพร้อมรอยยิ้มเมื่อเห็นคนแปลกหน้ามาหยุดยืนหอบตรงหน้าเครื่องชงกาแฟ

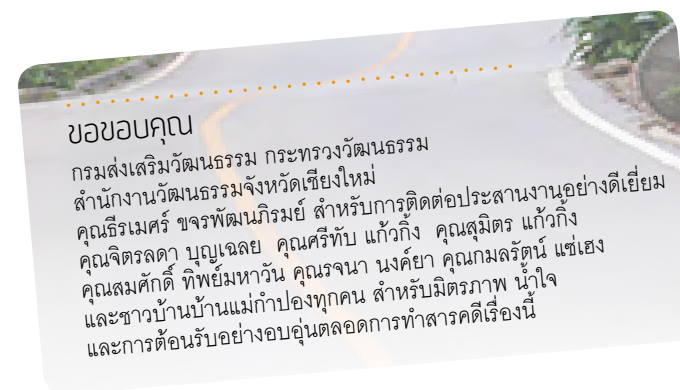
ว่ากันตามจริง ความเหน็ดเหนื่อยจากการเดินคล้ายจะจางหายในทันทีที่เราเห็นสายน้ำหลังไหลจากหินผาตรงหน้า ไอน้ำไอบคลุมไปทั่วบริเวณ

ไซฟาทวยบุเบาะนุ่ม ๆ มีแมวน้อยหน้าตาน่ารักก่ายเกยนอนหลับตาพริ้ม เราละเลียดชิมเครื่องดื่มรสละมุน หยอกล้อเจ้าขนนุ่มที่นอนเอกเขนกอย่างน่าอัศจรรย์ สักพักก็ไต่ตามเนินเพื่อขึ้นไปบนเขาสูงอีกครั้ง

บ้านเรือนเล็กจ้อยหลายสิบหลังในโอบกอดครีမ်เขียวของพรรณไม้นานาและขุนเขา คือภาพสวยของหมู่บ้านแม่กำปองในมุมสูงเมื่อมองจากระเบียงบ้านชมกชชไม บ้านไม้โปร่งโล่งบนเนินเขาซึ่งถือเป็นร้านกาแฟดังที่ใครมาแม่กำปองเป็นต้องแวะมา

ลมเย็นพัดผ่านผิวหน้า อากาศสดชื่นปลุกเร้าให้เรานั่งทอดสายตามองความงดงามของสิ่งต่าง ๆ รอบกาย

รอยยิ้มของเพื่อนฝูง เสียงหัวเราะของคนในครอบครัว หลากเรื่องเล่าเจือปนอยู่ด้วยความสุข รวากับว่าเงามของแม่กำปองได้เติมเต็มถึงเหล่านั้นลงใจในใจของทุกคนที่มาเยือนอย่างสมบูรณ์... ☺





### ธีรเมศร์ ขจรพัฒนภิรมย์

ผู้ผลักดันแม่กำปองสู่การเป็นชุมชนท่องเที่ยวเชิงนิเวศอย่างยั่งยืน

หลายปีก่อนหลายคนไม่รู้จักว่าบ้านแม่กำปองอยู่ที่ไหน มีอะไรน่าสนใจ แม้แต่ชาวบ้านเองก็ไม่รู้ว่าการท่องเที่ยวคืออะไร นักท่องเที่ยวเขาจะมาดูอะไรกันที่นี่

แต่เดิมชาวบ้านทำอาชีพเก็บเห็บเมียงเป็นส่วนใหญ่ ต่อมาเริ่มมีคนรู้จักบ้านแม่กำปองผ่านสื่อประชาสัมพันธ์ต่าง ๆ เมื่อมีการท่องเที่ยวเข้ามา ชุมชนก็เกิดการพัฒนา เรียกว่าการท่องเที่ยวก่อให้เกิดการพัฒนาในหลาย ๆ ด้าน มีการกระจายรายได้ มีอาชีพเสริมให้แก่ชาวบ้าน

การท่องเที่ยวของบ้านแม่กำปองไม่ได้เน้นย้ำเฉพาะเรื่องเศรษฐกิจเป็นหลัก เพราะเราเป็นชุมชนเศรษฐกิจพอเพียง และเป็นแหล่งเรียนรู้ในด้านต่าง ๆ เรามีจุดยืนเรื่องการให้ความสำคัญเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงนิเวศ ชาวบ้านต้องช่วยกันอนุรักษ์ธรรมชาติและทรัพยากร เพื่อให้การท่องเที่ยวของหมู่บ้านแม่กำปองตั้งอยู่บนความยั่งยืนอย่างแท้จริง

และหากกล่าวถึงจุดเด่นของแม่กำปอง ผมคิดว่าที่นี่มีทรัพยากรที่ค่อนข้างสมบูรณ์ มีธรรมชาติที่ดี มีภาพวิถีชีวิตดั้งเดิม มีวัฒนธรรมอันดีงาม สามสิ่งนี้คือเสน่ห์ของแม่กำปองที่อยากให้มาสัมผัสด้วยตัวเองนะครับ



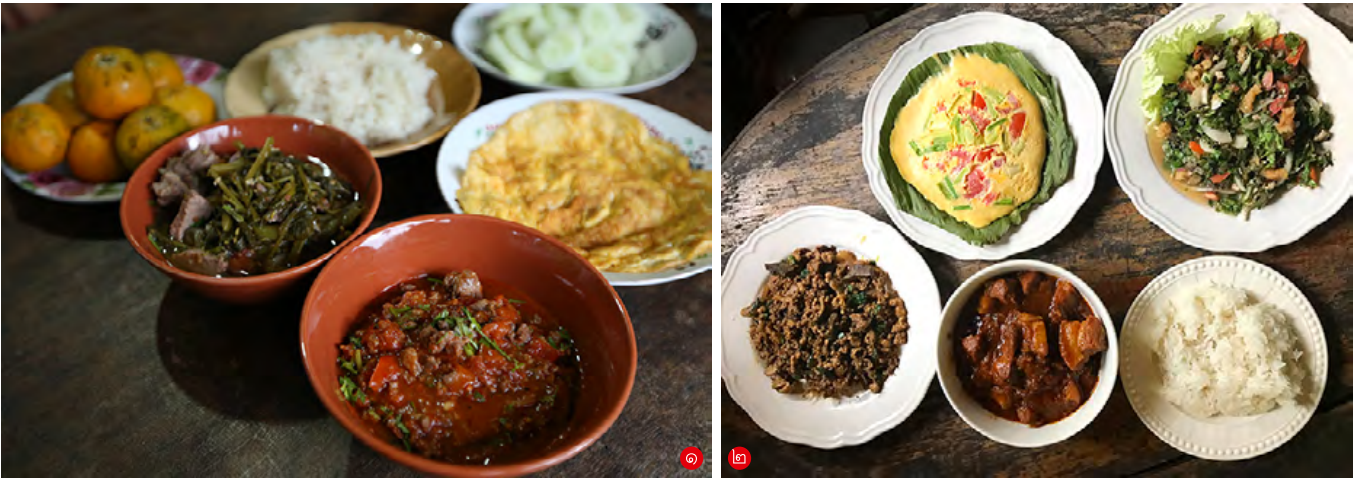
### กมลรัตน์ แซ่เอ็ง

ศิลปินผู้สร้างผลงานศิลปะท่ามกลางธรรมชาติที่โอบล้อม

เราเป็นคนนครศรีธรรมราช เดินทางไปมาหลายที่เลยละ แต่พอมาอยู่แม่กำปองแล้วรู้สึกหลงรักหลายสิ่งที่นี่จนคิดว่าจะไม่ย้ายไปไหนแล้ว ที่สำคัญเราเองก็อยากให้ลูกเติบโตในที่ที่มีธรรมชาติสมบูรณ์ มีต้นไม้เยอะ ๆ

แรก ๆ ที่ยังไม่มีความรู้แม่กำปอง เราขายไปสกรัดได้วันละใบเอง แต่พอมีการแชร์เรื่องราวของบ้านแม่กำปองออกไป มีนักท่องเที่ยวทยอยเข้ามาเรื่อย ๆ บ้านบนดอยแห่งนี้ก็มีสีสันมากขึ้นเยอะ ช่วงฤดูฝนนักท่องเที่ยวอาจมาที่นี่น้อยกว่าฤดูหนาว แต่เราก็มีเวลามานั่งสร้างสรรค์ชิ้นงานใหม่ ๆ สินค้าใหม่ ทำงานศิลปะสกรัด เพื่อรวบรวมหนาวซึ่งจะพานักท่องเที่ยวมากมายมาเยี่ยมเยียนทุกวัน

เชื่อเถอะว่า ใครมาแม่กำปองจะต้องหลงรักเสน่ห์ของที่นี่ทุกคนเลยละ



ภาพหน้าซ้าย ล่าง: บ้านเรือนหลังเล็กวางตัวลดหลั่นบนเนินเขาที่แม่กำปอง

๑-๒. สำหรับอาหารพื้นเมืองรสชาติดีของชาวเหนือ

Opposite page below:  
Little houses lie in layers on the shoulder of the mountain in Mae Kam Pong.  
1.-2. Set of tasty food trays of the Northern people.



## คู่มือนักท่องเที่ยว

### 🚌 การเดินทาง

#### รถยนต์ส่วนตัว

จากตัวเมืองเชียงใหม่ ใช้ทางหลวงหมายเลข ๑๓๑๗ ผ่านอำเภอสันกำแพง เข้าสู่อำเภอแม่ออน ขับตรงไปอีกประมาณ ๒๐ กิโลเมตร ถึงบ้านแม่กำปอง ระยะทางรวมประมาณ ๗๐ กิโลเมตร

เนื่องจากทางเข้าสู่ชุมชนเป็นถนนสองเลนขนาดรถสวนกันพอดี มีความสูงชัน และมีทางโค้งหลายจุด ผู้ไม่ชำนาญทางควรใช้บริการรถสาธารณะ หรือรถของชาวบ้านในชุมชนจะปลอดภัยกว่า

#### รถโดยสารสาธารณะ

มีรถตู้สาธารณะสายสถานีขนส่งช้างเผือก-น้ำพุร้อนสันกำแพง-บ้านแม่กำปอง ให้บริการทุกวัน ค่าบริการคนละ ๑๕๐ บาท สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่หมายเลขโทรศัพท์ ๐๘ ๓๓๒๕ ๔๙๖๕

### 🏠 กินดื่ม

บ้านแม่กำปองมีร้านอาหารหลายร้าน ทั้งร้านกาแฟและอาหารพื้นเมืองต่าง ๆ

**เขื่อนกาแฟ** เครื่องดื่มและอาหารพื้นเมืองรสชาติดี โทรศัพท์ ๐๘ ๕๖๗๕ ๔๕๙๘

**บ้านชมนกชมไม้** จิบเครื่องดื่ม ชิมขนม ชมวิวหมู่บ้านในมุมสูง โทรศัพท์ ๐๘ ๙๕๕๙ ๙๓๗๑ และ ๐๘ ๒๑๘๒ ๒๘๓๘

**Teddu Coffee** ร้านกาแฟน่ารักที่คนรักแมวไม่ควรพลาด โทรศัพท์ ๐๙ ๘๓๙๓ ๖๓๕๖

### 🏠 นอนอุ่น

อยากเรียนรู้วิถีชีวิตผู้คนในท้องถิ่นอย่างลึกซึ้งซึ่งแนะนำให้พักแบบโฮมสเตย์ มีอาหารพื้นเมืองรสชาติดีให้บริการตามความต้องการ สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่คุณธีรเมศร์ โทรศัพท์ ๐๘ ๕๖๗๕ ๔๕๙๘

### 📞 สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม

การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.) สำนักงานเชียงใหม่ โทรศัพท์ ๐ ๕๓๒๔ ๘๖๐๔-๕

คุณธีรเมศร์ ขจรพัฒนภิรมย์ ประธานการท่องเที่ยวโฮมสเตย์แม่กำปอง โทรศัพท์ ๐๘ ๕๖๗๕ ๔๕๙๘