**ข้อมูลปราชญ์**

**(ผู้เชี่ยวชาญ / ประสบความสำเร็จในอาชีพ)**

1. ชื่อ นางอภิชฎา นามสกุล ศรีวิชัย 1

2. วัน/เดือน/ปีเกิด 0103/2505 อายุ 55 ปี เลขประจำตัวประชาชน 3550800020278 1

3. ที่อยู่ บ้านเลขที่ 28 หมู่ที่ 5 ซอย - ถนน - 1

ตำบล ทุ่งช้าง อำเภอ ทุ่งช้าง จังหวัด น่าน 1

4. การติดต่อ โทรศัพท์ 092-7721485 อีเมล์ - 1

5. การศึกษา (สูงสุด) อนุปริญญา 1

6. ความเชี่ยวชาญ/ความสำเร็จในการประกอบอาชีพ

ภาคการเกษตร ระบุ 1

แปรรูป (OTOP/SME) ระบุ 1

ท่องเที่ยวโดยชุมชน ระบุ 1

/ อื่นๆ ระบุ นวดแพทย์ไทย 1

7. บันทึกความรู้ของปราชญ์/ผู้ประสบความสำเร็จด้านอาชีพ **ตามที่ระบุใน ข้อ 6**

**1) ความเป็นมา**

การนวดไทยเป็นทั้งศาสตร์และศิลปะที่มีมาแต่โบราณ เกิดจากสัญชาตญาณเบื้องต้นของการอยู่รอด เมื่อมีอาการปวดเมื่อยหรือเจ็บป่วยตนเองหรือผู้ที่อยู่ใกล้เคียงมักจะลูบไล้บีบนวดบริเวณดังกล่าว ทำให้อาการปวดเมื่อยลดลง   
เริ่มแรกๆ ก็เป็นไปโดยมิได้ตั้งใจ ต่อมาเริ่มสังเกตเห็นผลของการบีบนวดในบางจุด หรือบางวิธีที่ได้ผลจึงเก็บไว้เป็นประสบการณ์ และกลายเป็นความรู้ที่สืบทอดกันต่อๆ มา จากรุ่นหนึ่งไปสู่อีกรุ่นหนึ่ง ความรู้ที่ได้จึงสะสมจากลักษณะง่ายๆ ไปสู่ความสลับซับซ้อน จนสามารถสร้างเป็นทฤษฎีการนวด จึงกลายมาเป็นศาสตร์แขนงหนึ่งที่มีบทบาทบำบัดรักษาอาการและโรคบางอย่าง

**2) วัตถุประสงค์**

เพิ่มรายได้ในครัวเรือน ตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง

**3) กระบวนการ/วิธีการขั้นตอน/เทคนิค/ข้อพึงระวัง ที่ใช้ในการแก้ไขปัญหาและพัฒนาอาชีพ**

**การนวดไทย** หรือ **นวดแผนโบราณ** เป็น[การนวด](https://th.wikipedia.org/wiki/%E0%B8%81%E0%B8%B2%E0%B8%A3%E0%B8%99%E0%B8%A7%E0%B8%94)ชนิดหนึ่งในแบบไทย ซึ่งเป็นศาสตร์บำบัดและรักษาโรคแขนงหนึ่งของ[การแพทย์แผนไทย](https://th.wikipedia.org/wiki/%E0%B8%81%E0%B8%B2%E0%B8%A3%E0%B9%81%E0%B8%9E%E0%B8%97%E0%B8%A2%E0%B9%8C%E0%B9%81%E0%B8%9C%E0%B8%99%E0%B9%84%E0%B8%97%E0%B8%A2) โดยจะเน้นในลักษณะการกด การคลึง การบีบ การดัด การดึง และการอบ ประคบ ซึ่งรู้จักกันโดยทั่วไปในชื่อ "*นวดแผนโบราณ*" โดยมีหลักฐานว่านวดแผนไทยนั้นมีประวัติมาจาก[ประเทศอินเดีย](https://th.wikipedia.org/wiki/%E0%B8%9B%E0%B8%A3%E0%B8%B0%E0%B9%80%E0%B8%97%E0%B8%A8%E0%B8%AD%E0%B8%B4%E0%B8%99%E0%B9%80%E0%B8%94%E0%B8%B5%E0%B8%A2) โดยเชื่อว่าน่าจะมีการนำการนวดเข้ามาพร้อมกับการเผยแผ่พระพุทธศาสนา และมีการนำเข้ามาใน[ประเทศไทย](https://th.wikipedia.org/wiki/%E0%B8%9B%E0%B8%A3%E0%B8%B0%E0%B9%80%E0%B8%97%E0%B8%A8%E0%B9%84%E0%B8%97%E0%B8%A2)เมื่อใดนั้นไม่ปรากฏหลักฐานชัดเจน จากนั้นได้ถูกพัฒนาและปรับปรุงแก้ไขให้เข้ากันกับวัฒนธรรมของสังคมไทย จนเป็นรูปแบบแผนที่เป็นมาตรฐานของไทยและส่งทอดมาจนถึงปัจจุบัน การนวดไทยแบ่งเป็น 2 สาย คือ *สายราชสำนัก*และ*สายเชลยศักดิ์*

*-* **การนวดแบบราชสำนัก** เนื่องจากกลุ่มเป้าหมายของการนวดนี้คือ เจ้านายชั้นผู้ใหญ่ ผู้มียศถาบรรดาศักดิ์ที่อยู่ในรั้วในวัง ฉะนั้นการนวดจึงถูกออกแบบที่เน้นการใช้[นิ้วมือ](https://th.wikipedia.org/wiki/%E0%B8%99%E0%B8%B4%E0%B9%89%E0%B8%A7%E0%B8%A1%E0%B8%B7%E0%B8%AD)และ[มือ](https://th.wikipedia.org/wiki/%E0%B8%A1%E0%B8%B7%E0%B8%AD)เท่านั้น และท่วงท่าที่ใช้ในการนวดมีความสุภาพเรียบร้อย มีข้อกำหนดในการเรียนมากมาย ผู้ที่เชี่ยวชาญทางวิชาชีพด้านนี้ จะได้ทำงานอยู่ในรั้วในวังเป็นหมอหลวง มีเงินเดือนมียศมีตำแหน่ง

**- การนวดแบบเชลยศักดิ์** เป็นการนวดที่ใช้ในระดับชาวบ้านด้วยท่าทางทั่วไป ไม่มีแบบแผนหรือพิธีรีตองในการนวดมากนัก อีกทั้งยังสามารถใช้อวัยวะอื่นๆ เช่น [เข่า](https://th.wikipedia.org/w/index.php?title=%E0%B9%80%E0%B8%82%E0%B9%88%E0%B8%B2&action=edit&redlink=1) [ศอก](https://th.wikipedia.org/wiki/%E0%B8%A8%E0%B8%AD%E0%B8%81) [เท้า](https://th.wikipedia.org/wiki/%E0%B9%80%E0%B8%97%E0%B9%89%E0%B8%B2) เพื่อช่วยทุ่นแรงในการนวดได้ ซึ่งเป็นข้อแตกต่างจากการนวดแบบราชสำนักที่เน้นการใช้มือเพียงอย่างเดียว

**4) ข้อพึงระวัง**

-

5) **ประโยชน์ที่ได้รับ**

๑. ระดับครัวเรือน

มีอาชีพทีสร้างรายได้ให้แก่ครัวเรือน

๒.ระดับชุมชน

สร้างอาชีพให้คนในชุมชน