การฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นเพื่อสร้างความเข้มแข็งของชุมชนบ้านสนวนนอก ตำบลสนวน อำเภอห้วยราช จังหวัดบุรีรัมย์

Restoration of Local Food to Strengthen of Sanuannok Village, Sanuan Sub-District, Huai Rat District, Buriram Province.

ธิดารัตน์ คีมกระโทก[1] และศุทธา โกติรัมย์[2]

Thidarat Keemgratok[1] and Sutha Gotiram[2]

บทคัดย่อ (Abstract)

การวิจัยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาเกี่ยวกับอาหารท้องถิ่นบ้านสนวนนอก ตำบลสนวน อำเภอห้วยราช จังหวัดบุรีรัมย์ และดำเนินการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่น เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ รวบรวมข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก สนทนากลุ่ม จัดเวทีประชาคม สำรวจชุมชน การสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม ใช้วิธีตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า ผู้ให้ข้อมูลหลักประกอบด้วย ปราชญ์ชาวบ้าน ผู้สูงอายุ และกลุ่มแม่บ้านที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ชุมชนโบราณบ้านสนวนนอก การวิเคราะห์ข้อมูลใช้หลักตรรกะเทียบเคียงแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ควบคู่บริบท โดยใช้สถิติประกอบ

ผลการวิจัย พบ อาหารประจำท้องถิ่นประเภทคาว 33 ชนิด ได้แก่ แกง ต้ม หมก ทอด น้ำจิ้มและขนมที่เป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่น เช่น แกงกล้วยใส่ไก่บ้าน แกงมะละกอใส่ปูนา แกงขี้เหล็กใส่กะทิ น้ำพริกกะทิพร้อมผักสด ต้มไก่บ้านใส่ยอดหม่อน แกงมะรุม และมีขนมที่เป็นเอกลักษณ์ของหมู่บ้าน เช่น ขนมต้มด่าง ขนมตดหมา เป็นต้น อาหารเกือบทุกชนิดมีมะพร้าวเป็นส่วนประกอบ ข้อมูลที่รวบรวมได้ทั้งหมด มีการนำมาจัดระบบ และจัดเวทีประชาคมเพื่อกำหนดอาหารประจำท้องถิ่นและเลือกแนวทางการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่น ประชาคมเลือกการประกวดทำอาหาร เมนูที่ประกวด ได้แก่ แกงกล้วยใส่ไก่บ้าน ขนมตดหมา ข้าวต้มเขมรและขนมต้มด่าง ควรมีการพัฒนาอาหารท้องถิ่นเพื่อสุขภาพและฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในรูปแบบที่หลากหลายเพื่อให้การฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นเกิดความสำเร็จเป็นรูปธรรมและยั่งยืน

คำสำคัญ (Keywords) : การฟื้นฟู, อาหารท้องถิ่น, ความเข้มแข็งของชุมชน

---

[1]คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์; Faculty of Humanities and Social Sciences, Buriram Rajabhat University, Thailand; e-mail : theeda_thidarat@hotmail.co.th

[2]หมู่บ้านสนวนนอก ตำบลสนวน อำเภอห้วยราช จังหวัดบุรีรัมย์; Sanuannok Village, Sanuan Sub-District, Huai Rat District, Buriram Province, Thailand.

Abstract

This research aims at studying local food of Sanuannok Village, Sanuan Sub-District, Huai Rat District, Buriram Province, and manage to restore a local food of Sanuannok Village. This qualitative study employed an in-depth interview group discussions, community survey, and non-participation observation. The reliability of the data was checked by triangulation method. The main informants comprising of village scholars or seniors who had knowledge on local food in the village, members of the housewife group and general people that lived in this community. Data analysis was done with logical context description and descriptive statistics.

The results illustrated that there were found: food recipes in the community such as Curry dish, soup, a fried dish, a stream dish, Nam Prik and vegetables. Three desserts: Tod Ma, Khoa and Tom Dang are the local identity dessert. Most of this use coconut as an ingredient. The local dish had a relationship with the way of life and the community culture. The managed data were then reviewed in the community forums and chose the local dish. The suitable way to restore a local food of Sanuannok village by cooking food competition. To achieve substantial and sustainable way, should be developing of local food to be a healthy food to reserve a tourist and use various way of restoration of local food for sustainable way.

Keywords : Restoration, Local Food, to Strengthen of community

บทนำ (Introduction)

ภูมิปัญญาเป็นสิ่งที่สัมพันธ์กับวัฒนธรรม สังคม สิ่งแวดล้อม ก่อให้เกิดความรู้ ความคิด ความสามารถ ความเห็น ความเชื่อ ความนิยม ความฉลาดรอบคอบในสิ่งต่าง ๆ ที่แก้ไขเกี่ยวข้องกับที่อยู่อาศัย การทำมาหากิน วิถีชีวิต การป้องกันรักษาโรค การใช้ภาษาที่สั่งสมพัฒนาเป็นเอกลักษณ์เฉพาะกลุ่ม หรือมรดกตกทอดของชุมชนมาแต่โบราณ ซึ่งภูมิปัญญาเป็นการสะสมและสืบทอดประสบการณ์จากอดีตจนถึงปัจจุบันไปอย่างต่อเนื่อง เป็นธรรมชาติของชาวบ้านที่เชื่อมโยงประวัติศาสตร์ต่อกันมาจนกลายเป็นลักษณะความสัมพันธ์ภายในชุมชนโดยชาวบ้านเอง หรือที่เรียกว่า คนใน โดยคนภายนอกชุมชนไม่ได้เข้าไปมีส่วนร่วมในการกำหนดแนวทางการดำเนินกิจกรรมของชุมชน ทำให้สังคมชาวบ้านมีความปึกแผ่น มั่นคงและดำรงความเป็นชุมชนอยู่ได้ (Phongphis, 1986 : 145) ซึ่งภูมิปัญญานั้นนับว่าเป็นสิ่งที่สะท้อนวิถีชีวิตดั้งเดิมที่บรรพบุรุษได้สืบทอดปฏิบัติสืบทอดกันมา โดยเฉพาะอย่างยิ่งภูมิปัญญาด้านการทำอาหาร เนื่องจากอาหารเป็นเป็นปัจจัยพื้นฐานที่จำเป็นและมีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์ อาหารแสดงถึงเอกลักษณ์ความสามารถของบรรพบุรุษ ความประณีตบรรจง มีความโดดเด่นด้านรสชาติ รวมทั้งมีประโยชน์

ด้านสุขภาพ โดยอาหารจะประกอบไปด้วยวัตถุดิบที่หลากหลาย ซึ่งอาหารในแต่ละท้องถิ่นเกิดจากภูมิปัญญา วัฒนธรรม ประเพณี และวิถีชีวิตของคนในท้องถิ่นนั้น ๆ ซึ่งอาหารประจำถิ่นแต่ละถิ่นเรียกว่า อาหารพื้นบ้าน

อาหารพื้นบ้านเป็นขนบธรรมเนียมประเพณีที่สะท้อนให้เห็นถึงวัฒนธรรมของคนในแต่ละภูมิภาคต่าง ๆ โดยอาหารพื้นบ้านแสดงให้เห็นว่า บรรพบุรุษมีความสามารถทางโภชนาการ ซึ่งจะเห็นได้จากการเก็บรักษาอาหารโดยไม่เสียโดยการถนอมอาหาร รวมทั้งอาหารพื้นบ้านยังทำให้ผู้บริโภคมีความแข็งแรงปราศจากโรคภัยไข้เจ็บและมีชีวิตที่ยืนยาว ดังนั้น อาหารพื้นบ้านจึงเป็นวัฒนธรรมพื้นบ้านที่เกี่ยวข้องและผูกพันกับชีวิตมนุษย์โดยตรงตลอดจนเป็นวัฒนธรรมพื้นบ้านที่มีคุณลักษณะพิเศษ ซึ่งหากพิจารณาถึงการประกอบอาหารพื้นบ้านนั้น ส่วนใหญ่จะไม่มีการถ่ายทอดเป็นลายลักษณ์อักษรหรือจดบันทึกอย่างเป็นทางการ ซึ่งนับวันจะสูญสิ้นไปเนื่องจากคนรุ่นเก่ากำลังจะหมดไปและคนรุ่นใหม่ก็มิได้สนใจหรือสืบทอดวัฒนธรรมเหล่านี้ เนื่องจากความก้าวหน้าทางด้านเทคโนโลยีตลอดจนอิทธิพลของอาหารต่างประเทศที่เข้ามา

บ้านสนวนนอก เป็นหนึ่งในหมู่บ้านที่ตั้งอยู่ในเขตพื้นที่ของตำบลสนวน อำเภอห้วยราช จังหวัดบุรีรัมย์ หมู่บ้านสนวนเป็นหมู่บ้านชาติพันธุ์เขมร และเป็นหมู่บ้านโบราณเพราะมีอายุการก่อตั้งหมู่บ้านประมาณ 150 ปีเศษ หรือประมาณปี พ.ศ. 2398 มีการค้นพบหลักฐานทางโบราณคดีภายในหมู่บ้าน ได้แก่ คันดินโบราณ คูน้ำโบราณ เศษภาชนะกระเบื้อง ขี้ตะกรัน (จากการถลุงโลหะ) ไหโบราณบรรจุกระดูก หินทราย อิฐ โบสถ์โบราณที่ทำด้วยดินดิบ ลักษณะการตั้งบ้านเรือนเป็นกลุ่มเครือญาติ ปลูกเรือนในพื้นที่ใกล้ ๆ กัน สภาพครอบครัวเป็นครอบครัวขยายอาศัยอยู่รวมกันประกอบด้วย ปู่ ย่า ตา ยาย ลุง ป้า น้า อา ลูก หลาน จะอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขและอบอุ่น (Cultural Information Center, Ministry of Culture, 2015) นอกจากนี้ในหมู่บ้านดังกล่าว ยังมีบ้านและยุ้งข้าวโบราณที่ทำด้วยไม้ทั้งหลัง และยังใช้เป็นที่อยู่อาศัยและยังใช้งานได้อยู่ในปัจจุบัน เนื่องจากหมู่บ้านนี้เป็นหมู่บ้านชาติพันธุ์เขมร ดังนั้นอาหารในท้องถิ่นจึงมีเอกลักษณ์ของอาหารเขมรที่โดดเด่น ได้แก่ แกงกล้วยใส่ไก่ แกงปูนาใส่มะละกอ (ละแวกะดามดะละฮอง) น้ำพริกกะทิ พร้อมผักสด ข้าวต้มด่าง เป็นต้น ซึ่งอาหารดังกล่าวในอดีตจะนิยมใช้เป็นอาหารในงานมงคล เช่น งานเลี้ยงพระ งานมงคลสมรส งานขึ้นบ้านใหม่และใช้ต้อนรับแขกผู้มาเยือน เนื่องจากสมัยก่อนวัตถุดิบต่าง ๆ สามารถหาได้ตามท้องถิ่น แต่ปัจจุบันอาหารดังกล่าวที่นำมาใช้ในการจัดงานเริ่มมีการเปลี่ยนแปลง เพราะวัตถุดิบที่มีภายในท้องถิ่นเริ่มลดลง อีกทั้งเป็นอาหารที่ไม่เป็นที่นิยมของคนรุ่นใหม่ในปัจจุบัน ดังนั้นอาหารจึงเปลี่ยนเป็นอาหารตามสมัยนิยม เพราะสามารถหาซื้อได้ตามท้องตลาดมากขึ้น เช่น พะโล้ แกงจืด แกงฟักทอง แกงผักเขียว ลาบหมูสับ เป็นต้น อีกทั้งหมู่บ้านดังกล่าวได้รับการพัฒนาให้เป็นหมู่บ้านท่องเที่ยวัฒนธรรมไหม ตั้งแต่ พ.ศ. 2556 ทำให้หมู่บ้านดังกล่าวเริ่มได้รับความนิยมมากขึ้น เพราะมีนักท่องเที่ยวทั้งภายในจังหวัดและต่างจังหวัดเข้ามาท่องเที่ยว รวมทั้งมีนักท่องเที่ยวจากต่างประเทศเข้ามาเยี่ยมชม อีกทั้งยังมีสื่อจากทางสถานีโทรทัศน์เข้ามาถ่ายทำ ทำให้หมู่บ้านนี้เป็นหมู่บ้านที่ได้รับความนิยมมากขึ้น ซึ่งหากมีการอนุรักษ์และถ่ายทอดอาหารท้องถิ่นให้กับชนรุ่นหลังได้สืบทอดแล้ว นอกจากจะเป็นการอนุรักษ์อาหารท้องถิ่นให้

คงอยู่กับชุมชนแล้ว ยังเป็นการเผยแพร่วัฒนธรรมทางด้านอาหารให้กับนักท่องเที่ยวได้รับรู้ และยังเป็นการสร้างความโดดเด่นในเอกลักษณ์ของอาหารท้องถิ่นได้ชัดเจน

เพื่อสืบทอดและฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นบ้านสนวนนอก โครงการวิจัย เรื่อง การฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นเพื่อสร้างความเข้มแข็งของชุมชน บ้านสนวนนอก ตำบลสนวน อำเภอห้วยราช จังหวัดบุรีรัมย์ จึงเกิดขึ้นเพื่อฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นที่เป็นรากเหง้าทางวัฒนธรรมในพื้นที่หมู่บ้านโบราณ โดยใช้กระบวนการมีส่วนร่วม โดยมีความคาดหมายว่า เมื่อสิ้นสุดโครงการแล้ว จะมีการสืบทอดอาหารท้องถิ่นให้เป็นที่รู้จักแก่ชนรุ่นหลัง อีกทั้งยังคาดว่าจะสามารถนำการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นมาเชื่อมโยงกับการสร้างความเข้มแข็งให้กับชุมชนบ้านสนวนในการนำมาพัฒนาการท่องเที่ยวหมู่บ้านท่องเที่ยวไหม และที่สำคัญที่สุดคือการได้อนุรักษ์และฟื้นฟูอาหารพื้นถิ่นทางวัฒนธรรมของชาติพันธุ์ให้คงอยู่สืบไป

วัตถุประสงค์การวิจัย (Research Objectives)

1. เพื่อศึกษาเกี่ยวกับอาหารท้องถิ่นบ้านสนวน ต.สนวน อ.ห้วยราช จ.บุรีรัมย์
2. เพื่อฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นบ้านสนวน ต.สนวน อ.ห้วยราช จ.บุรีรัมย์ ได้อย่างเหมาะสม

วิธีดำเนินการวิจัย (Research Methods)

การฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นเพื่อสร้างความเข้มแข็งของชุมชนบ้านสนวนนอก ตำบลสนวน อำเภอห้วยราช จังหวัดบุรีรัมย์ ใช้กระบวนการมีส่วนร่วมในชุมชน จากการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้ให้ข้อมูลที่สำคัญ ได้แก่ ปราชญ์ชาวบ้านหรือผู้สูงอายุ กลุ่มแม่บ้านที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ชุมชนโบราณบ้านสนวนนอก องค์การบริหารส่วนตำบลสนวนและประชาชนทั่วไปที่อาศัยอยู่ในบริเวณชุมชนนั้น จากนั้นตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูล ด้วยวิธีการเทคนิคสามเส้าในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อใช้สำหรับการวิเคราะห์เชื่อมโยงความสอดคล้องกับเนื้อหา และดำเนินการสนทนากลุ่ม เพื่อหาแนวทางในการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่น

ขั้นตอนการดำเนินการ

ระยะที่ 1 ขั้นเตรียมการวิจัย

1.1 ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องการเสริมสร้างความเข้มแข็งของชุมชน ภูมิปัญญาพื้นบ้าน การฟื้นฟู การมีส่วนร่วม

1.2 พัฒนาโจทย์วิจัยร่วมกับชุมชนบ้านสนวน

1.3 ดำเนินการประชุมทีมวิจัยเพื่อทำความเข้าใจรายละเอียดของ

1.4 ทีมวิจัยร่วมกันออกแบบเครื่องมือ

1.5 จัดอบรมเชิงปฏิบัติการเรื่องการจัดเก็บข้อมูล

ระยะที่ 2 ขั้นเก็บข้อมูลการวิจัย

2.1 ประเด็นอาหารในท้องถิ่นมีอะไรบ้าง วัฒนธรรมการบริโภคในท้องถิ่น จากอดีตจนถึงปัจจุบัน อาหารท้องถิ่นที่ยังคงอยู่ และทำไมยังคงอยู่ อาหารท้องถิ่นที่หายไป และทำไมถึงหายไป รวมทั้งบริบทชุมชน

2.2 ดำเนินการจัดประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อดำเนินการสรุป ประมวลผล วิเคราะห์ข้อมูล

2.3 ทีมวิจัยร่วมกันนำข้อมูลที่จัดเก็บได้ จัดหมวดหมู่ เรียบเรียง วิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูลเพื่อนำเสนอข้อมูลให้ชุมชนรับรู้ ตรวจสอบ

2.4 จัดเวทีเพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลให้ชุมชนเพื่อกำหนดอาหารประจำท้องถิ่นร่วมกัน

2.5 จัดประชุมนำเสนอข้อมูลสู่หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการอนุรักษ์อาหาร

ระยะที่ 3 ขั้นปฏิบัติการวิจัย

3.1 ทีมวิจัยและที่ปรึกษาประชุมเพื่อวางแผนปฏิบัติการ การดำเนินการฟื้นฟูและอนุรักษ์อาหารประจำท้องถิ่น

3.2 ดำเนินการฟื้นฟูและอนุรักษ์อาหารประจำท้องถิ่นร่วมกับขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นและชุมชน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

ระยะที่ 4 ขั้นถอดองค์ความรู้การวิจัย

4.1 จัดการประชุมเสนอผลการวิจัยและติดตามประเมินผลการดำเนินการฟื้นฟูและอนุรักษ์อาหารประจำท้องถิ่นในพื้นที่วิจัย เพื่อบรรลุวัตถุประสงค์ที่ต้องการต่อไป

ผลการวิจัย (Research Results)

1. อาหารท้องถิ่นบ้านสนวนนอก

จากการศึกษาผ่านกระบวนการสนทนากลุ่ม เพื่อรวบรวมตำรับอาหารท้องถิ่นและสัมภาษณ์เชิงลึกเกี่ยวกับองค์ประกอบของอาหาร ความเชื่อ และประเพณี เกี่ยวกับอาหารในชุมชน โดยใช้เทคนิคสามเส้าในการตรวจสอบข้อมูล เมนูอาหารดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 อาหารที่พบตามฤดูกาลในชุมชนบ้านสนวนนอก ตำบลสนวน อำเภอห้วยราช จังหวัดบุรีรัมย์

ฤดูร้อน เดือน มี.ค. - มิ.ย.	ฤดูฝน เดือน ก.ค. - ต.ค.	ฤดูหนาว เดือน พ.ย. - ก.พ.
แกงผักหวานใส่ไข่มดแดงและปลาย่าง	แกงปลา/ต้มปลา	แกงหอยใส่เผือก
แกงกล้วยใส่ไก่	ผัดกบ	แกงปูใส่มะละกอ (ละแวกะดาม)
แกงมะรุม	ห่อหมกกบ	น้ำพริกปู
ตำมะม่วงใส่ไก่	ห่อหมกปลา	ต้มไก่ใส่ใบมะขาม/ใบหม่อน
ผัดบวบใส่ไข่	หมกปลาซิว	แกงกล้วย
ผัดแตงใส่หมูสับ	ปลาทอด	แกงบุกใส่ปลาย่าง
แกงส้มมะละกอ	น้ำพริกกะปิ มะขามดิบ	แกงขี้เหล็ก
ผัดผักบุ้งใส่ไข่	พริกกะทิ ปลาทู	น้ำพริกจิ้มผักกาด
	จิ้มหน่อไม้	ผัดเผ็ดปลาไหล
	จิ้มผักแว่น	
	จิ้มผักปัง	
	จิ้มยอดกระถิน	

วัตถุดิบในชุมชนที่นำมาประกอบอาหาร มีดังนี้

1. กล้วย ในการทำแกงกล้วยใส่ไก่บ้าน



ภาพที่ 1 กล้วยพันธุ์หอมทิพย์

2. ยอดหม่อน ในการทำต้มไก่ใส่ยอดหม่อน



ภาพที่ 2 ยอดหม่อนจากต้นหม่อนที่ปลูกในหมู่บ้าน

3. รากตดหมา ในการทำขนมตดหมา



ภาพที่ 3 รากเครือตดหมา

ลักษณะวัฒนธรรมการบริโภคของอาหาร มีความเกี่ยวข้องกับประเพณีของหมู่บ้าน คือ

1. อาหารที่ชุมชนนิยมทำมาเลี้ยงแขกในงานมงคล เช่น งานแต่งงาน งานบวช ทำบุญบ้าน ทำบุญเลี้ยงผีปู่ย่า ตายาย ในสมัยก่อน ได้แก่ อาหารประเภทแกง อาทิ

1) แกงกล้วยใส่ไก่ เพราะเป็นวัตถุดิบที่หาได้ง่ายภายในครัวเรือน และมีสรรพคุณที่ดี สำหรับหญิงที่เพิ่งคลอด เพราะเป็นอาหารที่ไม่ผิดสำแดง และยังบำรุงน้ำนม อีกทั้งใบแมงลักหรือใบกะเพรา มีฤทธิ์ร้อน ทำให้เกิดความสบายตัว

2) แกงขี้เหล็ก และ 3) แกงฟักทอง ใช้สำหรับเลี้ยงญาติ

นอกจากนี้ยังมีการนำวัตถุดิบที่ขึ้นตามฤดูกาลมาประกอบอาหาร เช่น ในช่วงเดือนเมษายน-พฤษภาคม จะแกงผักหวานใส่ไข่มดแดง แกงหัวปลีใส่ไข่มดแดง หรือในฤดูหนาวจะเป็นแกงบุกใส่เห็ดเผาะและปลาย่าง แกงเผือกใส่ปลาย่างผักขะแยงและน้ำมะขาม หรือน้ำพริกปลากะทิ เป็นต้น

อาหารประเภทต้ม เช่น ต้มไก่ใส่ยอดหม่อน หรือ ต้มไก่ใส่ยอดมะขาม การใส่ยอดหม่อน เพื่อให้รสชาติของน้ำซุปมีรสชาติหวานเหมือนกระดูกหมู

ขนมจีน (รับประทานในช่วงเทศกาลสงกรานต์) เพราะเส้นมีลักษณะยาว จึงใช้สำหรับงานมงคล ใช้น้ำยาปลาช่อน ปลานิล หรือปลาดุก

อาหารคาว เช่น ลาบ เป็นอาหารที่ใช้ในงานมงคล เพราะชื่อเป็นมงคล รวมทั้งเป็นตัวบ่งบอกฐานะของเจ้าภาพ เพราะเป็นอาหารที่มีเนื้อหมูมาก

ข้าวเจ้าที่รับประทานจะเป็นพันธุ์เสาไห้หรือพันธุ์ข้าวเหลืองปะทิว

อาหารประเภท ของหวาน เช่น ข้าวต้มมัดเขมร

2. ประเพณีแต่งงาน อุปกรณ์ที่ใช้ประกอบขบวนขันหมาก มีดังนี้

1) บายศรี นิยมจัดดอกมะพร้าว ดอกหมาก และขนมนางเล็ดใส่เป็นคู่ในบายศรี เนื่องจากมีความเชื่อว่าวัตถุดิบดังกล่าวเป็นตัวแทนของความเป็นสิริมงคล จากนั้นจะมีการจัดถาดเป็นคู่ไว้ใส่ข้าวต้ม ขนมฝักบัว และกล้วย รวมกับสิ่งอื่น จำนวน 12 ถาด

2) หัวหมู จำนวน 1 หัว ไก่ต้ม จำนวน 2 ตัว

3) ต้นกล้วย ต้นอ้อย เชื่อว่าเป็นตัวแทนของการมีอายุยืน การมีความสุขร่มเย็น และหลังจากแต่งงานเสร็จแล้ว เจ้าบ่าวเจ้าสาวต้องมาปลูกกล้วยและอ้อยร่วมกัน อีกทั้งยังเชื่อว่า ถ้าต้นกล้วยและอ้อยไม่โต คู่บ่าวสาวจะทำมาหากินไม่ขึ้น

นอกจากนี้ยังมีพิธีการให้เจ้าบ่าว-เจ้าสาว ได้เสี่ยงทายสิ่งของจากขบวนขันหมาก โดยให้เจ้าบ่าวและเจ้าสาวหลับตาไปจับสิ่งของเพื่อเสี่ยงทายซึ่งสามารถจับสิ่งของได้คนละ 1 รอบ ถ้าเสี่ยงทายจับได้สิ่งของเหมือนกัน แปลว่าใจตรงกัน จะทำชีวิตครองคู่ด้วยความเข้าใจ สามารถไปด้วยกันได้ดี

ขนมที่ใช้ในการเสี่ยงทาย มีความหมายที่แตกต่างกันออกไป เช่น

1) กล้วย จะทำให้ชีวิตคู่ราบรื่น
2) ฝักบัว จะทำให้ชีวิตคู่มีความหวานชื่น
3) ข้าวต้ม จะทำให้ชีวิตคู่มีความรักเหนียวแน่น
4) เหล้าขาวและน้ำเปล่า ไม่มีความหมาย แต่นำมาเพื่อแกล้งเจ้าบ่าวและเจ้าสาวเท่านั้น
5) ขนมนางเล็ด หมายความว่า ชีวิตคู่จะแตกแยก

อาหารที่ใช้สำหรับเลี้ยงแขกในงานแต่งงาน ได้แก่

1) แกงวุ้นเส้นใส่กะทิกับหมู

2) สำรับอาหารจะต้องมีการจัดสำรับ 5 อย่าง คือ ข้าว 1 จาน กับข้าว 5 อย่าง จะใช้สำรับ 4 อย่างไม่ได้ เพราะเลขคู่ใช้สำหรับงานศพ และถ้าใช้สำรับ 6 จาน ชีวิตคู่จะหกไปด้วย โดยภาชนะที่ใส่เป็นกระจาดที่สานด้วยไม้ไผ่ นำมาต้อนรับแขก ซึ่งกับข้าวขึ้นอยู่กับเจ้าภาพ

3) ฤกษ์ที่ใช้ในงานแต่ง จะไม่นิยมใช้ฤกษ์ในเดือน 4 แรม 4 ค่ำ เพราะจะทำให้เสียชีวิต และฤกษ์เดือน 6 แรม 6 ค่ำ เพราะจะทำให้ชีวิตคู่ไปไม่ตลอดรอดฝั่ง

3. ประเพณีบวชนาค จะมีพิธีป้อนข้าวนาค โดยให้แม่นาคเป็นผู้ป้อน ซึ่งมีอาหารที่ใช้ได้แก่

1) ข้าวสวย

2) มะพร้าว เพราะถือว่าเป็นสิ่งที่บริสุทธิ์ อยู่บนที่สูง มีความเชื่อว่าจะทำให้นาคสามารถตัดกิเลสได้ ไม่มีสิ่งใดมาแตะต้อง

3) ไข่ต้ม

ในการป้อนอาหารให้กับนาค จะต้องป้อนอาหาร จำนวน 3 คำ เพื่อเป็นตัวแทนของพระพุทธ พระธรรมและพระสงฆ์

ในการเรียกขวัญนาค จะมีการเรียกขวัญตามลำดับอายุของญาติ เพื่อทำญาติได้ให้รู้จักกัน แต่ปัจจุบันนี้ไม่มีการเรียกขวัญตามลำดับดังกล่าว

การบวชนาคจะนิยมบวชในเดือนกุมภาพันธ์ มีนาคมและเมษายน โดยหลังจากการเกี่ยวข้าวในช่วงเดือนมกราคม เจ้าภาพที่จะบวชนาคจะเก็บข้าวไว้เพื่อเลี้ยงแขก จากนั้นจะ

วางแผนเพื่อซื้อสระไว้สูบปลา เพื่อนำปลามาย่างเก็บไว้เป็นอาหารเลี้ยงแขก อาหารส่วนใหญ่จะเป็นอาหารที่หาได้ตามธรรมชาติ เช่น

1) แกงผักหวานใส่ปลาย่างและไข่มดแดง
2) แกงกะทิใส่หอยขม
3) แกงกะทิหัวปลีใส่ปลาย่าง
4) แกงหน่อไม้ใส่กะทิ
5) แกงวุ้นเส้นใส่กะทิและไก่

หากบ้านใดมีช้อนก็จะใช้ช้อนสังกะสี หากบ้านใดไม่มีช้อนก็จะนำเปลือกหอยกาบมาใช้แทนช้อน แต่ต้องระวังเพราะอาจจะบาดปากได้ นิยมทำอาหารประเภทแกงมากกว่าการผัด และผู้ที่ไปบอกงานบุญ เช่น งานแต่งงานหรืองานบวช จะต้องนำหมากพลูไปบอกด้วย เพื่อความน่าเชื่อถือของผู้ที่ไปบอก แต่สมัยปัจจุบันไม่มีปฏิบัติเช่นนี้แล้ว

4. ประเพณีขึ้นบ้านใหม่

จำเป็นจะต้องมีขนมหวานในงานพิธี เพราะเชื่อว่าขนมหวานจะทำให้เข้าบ้านมีความเจริญรุ่งเรือง และถ้าเป็นการขึ้นบ้านใหม่ของคู่บ่าวสาว ขนมหวานจะทำให้สามารถครองรักยาวนาน ไม่ทะเลาะกัน สิ่งของที่ต้องเตรียมในการขึ้นบ้านใหม่ ได้แก่ ใบเงิน ใบทอง เครื่องหอม เช่น ขมิ้น แป้ง เพื่อความเป็นสิริมงคล รวมทั้งมีการนำหอยขมมาใส่ในโอ่ง โดยมีความเชื่อว่า เพื่อช่วยไล่เสนียดจัญไร แล้วทำการนำของที่เตรียมไว้แห่รอบบ้าน

5. ประเพณีงานศพ ห้ามใช้ถั่วงอก ขนมจีนและผัดหมี่มาเลี้ยงแขก เพราะมีความเชื่อว่าจะทำให้เกิดงานศพขึ้นมาอีกครั้ง ถ้าเป็นการทำบุญให้ผู้ที่ล่วงลับไปแล้ว สามารถใช้หมี่เลี้ยงแขกได้ แต่ต้องจัดทำเส้นหมี่เอง

6. การขนข้าวขึ้นยุ้ง หลังจากเกี่ยวข้าวเรียบร้อยแล้ว จะต้องดูฤกษ์ขนข้าวขึ้นยุ้งก่อน เพื่อความเป็นสิริมงคลของผลผลิตในปีถัดไป นิยมทำในวันขึ้น 15 เดือน 12 และห้ามทำในฤกษ์วันจม เนื่องจากโจรใช้ฤกษ์นี้ในการปล้น/ขโมยของจากชาวบ้าน โดยฤกษ์ดูจากตำราและหนังสือที่สืบทอดต่อกันมา สิ่งของที่นำมาใช้ในการเรียกขวัญข้าวก่อนนำขึ้นยุ้ง ได้แก่

1) กระดองเต่าเชื่อว่าลักษณะกระดองเต่าที่มีความนูนจะทำให้ข้าวมีความพอกพูน และหากใช้กระดองเต่า 1 กระดองจะเท่ากับได้ผลผลิตข้าว 1 เกวียน หากเจ้าของยุ้งใส่กระดองเต่าจำนวนมากก็จะยิ่งทำให้มีข้าวเพิ่มขึ้น
2) กรวย 5
3) ถาดข้าวเปลือกตามจำนวนที่เจ้าของพอใจ
4) ปลากระดี่ย่างแห้ง จำนวน 1 ตัว ซึ่งมีความเชื่อว่า ปลากระดี่เป็นตัวแทนของความเพียรและขยัน ซึ่งจะช่วยให้ข้าวได้ผลผลิตดี
5) ข้าวต้มด่าง ขนมลูกโยน ขนมบัวลอย มีความเชื่อว่า จะทำให้ได้ผลผลิตเป็นกอบเป็นกำ

7. ประเพณีที่เกี่ยวข้องกับการทำนา มีดังนี้

7.1 เมื่อดำนาเสร็จ จะมีพิธีเสี่ยงทาย โดยใช้ไข่ไก่ และไก่ต้มในการเสี่ยงทาย อาหารที่ใช้ในพิธีจะมีทั้งอาหารหวานและคาว บายศรี และเหล้า วิธีการเสี่ยงทายดูจากบริเวณคอของไก่หรือที่เรียกว่าจงอยไก่ ถ้าจงอยไก่มีลักษณะโค้ง หมายความว่า ข้าวจะได้ผลผลิตดี รวมทั้งถ้าไข่ที่ต้มเมื่อผ่าดูแล้ว ถ้าไข่แฉะบริเวณตรงกลางจะมีความอุดมสมบูรณ์มากกว่าตรงกลางแห้ง และการทำพิธีต้องไปเป็นคู่

7.2 เมื่อถึงฤดูกาลเกี่ยวข้าว จะใช้หมาก พลู บูชาแม่โพสพก่อน

7.3 ประเพณีลงนา ก่อนจะหว่านข้าวจะมีการอัญเชิญพระแม่โพสพลงนา จะใช้หมาก พลู บูชาพระแมโพสพ และห้ามคนที่ไม่เกี่ยวข้องเข้านา

7.4 นอกจากนี้ยังมีการนำต้นกล้วย ต้นอ้อยไปเรียกขวัญข้าวเพื่อไม่ให้แม่โพสพโกรธ และเป็นการขอขมากับแม่โพสพ จากนั้นจึงนำกล้วยและอ้อยปลูกในบริเวณนา

8. การรักษาโรคฝี เป็นไข้ งูสวัด น้ำร้อนลวก ไฟไหม้ มีวิธีการรักษาโดยใช้เหล้าขาว 1 ขวด หมากและพลู ยาเส้น จำนวน 5 คำ ใส่พานเพื่อมาขอขมาในการใช้รักษาโรค

9. พิธีดับไฟ (โกนผมไฟ) มีการนำวัตถุดิบเข้าร่วมพิธีดับไฟ ได้แก่

1. ข้าวสาร
2. เหล้า
3. ขันธ์ 5
4. ด้าย
5. สมุด หนังสือ ปากกา
6. มีดโกน กรรไกร
7. ใบบัวหลวงถ้าไม่มีใช้ใบบอนแทนได้
8. หอย นำมายัดผมที่โกนเพื่อลอยน้ำ

2. การฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นบ้านสนวน ต.สนวน อ.ห้วยราช จ.บุรีรัมย์

จากการสัมภาษณ์เชิงลึกเพื่อให้ได้ข้อมูลอาหารท้องถิ่น และการสนทนากลุ่มเพื่อตรวจสอบข้อมูล และประชุมด้วยการจัดเวทีชาวบ้าน เพื่อเลือกเมนูอาหารท้องถิ่น วางแผนและวิธีการฟื้นฟู และขั้นตอนการฟื้นฟู พบว่า ชุมชนลงมติให้มีการประกวดทำอาหารใน 4 คุ้มบ้านภายในหมู่บ้านสนวนนอก โดยมีเมนูที่ประกวดได้แก่ แกงกล้วยใส่ไก่บ้าน ขนมตดหมา ข้าวต้มเขมร และขนมต้มด่าง โดยทำการประกวดทำอาหารในระยะเวลา 2 ชั่วโมง โดยใน 1 ทีมจะต้องมีสมาชิกใน 4 ช่วงวัยได้แก่ วัยเด็ก วัยรุ่น วัยกลางคนและวัยสูงอายุ โดย 1 ทีมจะมีสมาชิกไม่เกินทีมละ 8 คน รางวัลชนะเลิศอันดับ 1 จะได้รับเงินรางวัล 1,000 บาท รางวัลชนะเลิศอันดับ 2 จะได้รับเงินรางวัล 800 บาท และรางวัลชนะเลิศอันดับ 3 จะได้รับเงินรางวัล 500 บาท และเงินรางวัลปลอบใจจำนวน 300 บาท



ภาพที่ 4 ขั้นตอนในการเตรียมวัตถุดิบในการประกวดการฟื้นฟูอาหาร
ที่มา : Researchers (2018)



ภาพที่ 5 ตัวอย่างอาหารที่เข้าประกวด
ที่มา : Researchers (2018)



ภาพที่ 6 บรรยากาศในการตัดสินอาหารที่เข้าประกวด
ที่มา : Researchers (2018)



ภาพที่ 7 ผู้เข้าแข่งขันในแต่ละคุ้ม
ที่มา : Researchers (2018)



ภาพที่ 8 การถ่ายทำรายการเมืองไทยใต้จมูก ในวันที่ประกวดการแข่งขันการฟื้นฟูอาหาร
ที่มา : Researchers (2018)



ภาพที่ 9 การถอดบทเรียนในการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่น
ที่มา : Researchers (2018)

อภิปรายผลการวิจัย (Research Discussion)

การวิจัยนี้มีความสอดคล้องกับงานวิจัย Khotprasert (2005 : 67-80) ในการศึกษาภูมิปัญญาท้องถิ่นในการฟื้นฟูและอนุรักษ์ป่าต้นน้ำอิง กรณีศึกษา ตำบลแม่นาเรือ อำเภอเมือง จังหวัดพะเยา โดยในชุมชนได้มีการนำเอาภูมิปัญญาหรือความรู้ของชาวบ้านที่ได้สั่งสมมาจากประสบการณ์ของชีวิตที่ถ่ายทอดเป็นวัฒนธรรมในการฟื้นฟูและอนุรักษ์ป่าต้นน้ำในลักษณะที่เป็นนามธรรมและรูปธรรมปัจจุบัน ซึ่งการฟื้นฟูของหมู่บ้านสนวนนอกก็เป็นการฟื้นฟูอาหารในลักษณะการถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่นโดยแสดงออกมาในรูปแบบของการแข่งขันการประกวดอาหารของบุคคลใน 4 วัยเพื่อให้เรียนรู้การทำอาหารซึ่งกันและกัน

Phongpinyo (2002) ได้ศึกษาเกี่ยวกับภูมิปัญญาชาวบ้านต่อการสร้างความเข้มแข็งของชุมชน กรณีบ้านอัมพวัน หมู่ที่ 8 ตำบลสำราญ อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น พบว่า ชาวบ้านนำภูมิปัญญาทางการเกษตรดั้งเดิมผสมผสานกับประสบการณ์มาประยุกต์เข้ากับแนวคิดใหม่ที่ค้นพบ มาปรับใช้ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติเพื่อเพิ่มผลผลิตให้มากขึ้น และชาวบ้านได้นำภูมิปัญญาทางการเกษตรดั้งเดิมผสมผสานกับประสบการณ์มาประยุกต์เข้ากับแนวคิดใหม่ที่ค้นพบ มาปรับใช้ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติเพื่อเพิ่มผลผลิตให้มากขึ้น โดยในหมู่บ้านสนวนนอกมีการประยุกต์ภูมิปัญญาในการทำทอผ้าและการทำอาหารท้องถิ่น มาปรับใช้ให้เหมาะสมในการต้อนรับนักท่องเที่ยวในหมู่บ้านท่องเที่ยววัฒนธรรมไหม เพื่อเพิ่มรายได้ให้กับคนในชุมชน และเพื่อสร้างความเข้มแข็งของชุมชน

ข้อเสนอแนะการวิจัย (Research Suggestions)

1. ควรมีการวิจัยการพัฒนาอาหารในเชิงอาหารเพื่อสุขภาพเนื่องจากหมู่บ้านสนวนนอก มีการนำอาหารท้องถิ่นมาใช้ต้อนรับนักท่องเที่ยว

2. ควรมีการวิจัยในการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในรูปแบบหลากหลาย เพื่อแนวทางในการฟื้นฟูที่มีความเหมาะสมที่สุด

เอกสารอ้างอิง (References)

พงษ์ศักดิ์ คชประเสริฐ . (2548). **ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการฟื้นฟูและอนุรักษ์ป่าต้นน้ำอิง: กรณีศึกษาตำบลแม่นาเรือ อำเภอเมือง จังหวัดพะเยา.** บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

วารุณี พงษ์ภิญโญ. (2545). **ภูมิปัญญาชาวบ้านต่อการสร้างความเข้มแข็งของชุมชน : กรณีศึกษาบ้านอัมพวัน หมู่ที่ 8 ตำบลสำราญ อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น.** วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย.

ศูนย์ข้อมูลกลางทางวัฒนธรรม กระทรวงวัฒนธรรม. (2558). [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก : **www. m- culture.in.th**. สืบค้น 31 พฤษภาคม 2560.

เสรี พงศ์พิศ. (2529). **คืนสู่รากเหง้า : ทางเลือกและทัศนะวิจารณ์ว่าด้วยภูมิปัญญาชาวบ้าน.** กรุงเทพฯ : เทียนวรรณ.

Translated Thai References

Cultural Information Center, Ministry of Culture. (2015). [Online]. Accessible: **www. M- culture.in.th**. Retrieved May 31. 2017.

Khotprasert, P. (2005). **Local wisdom in the restoration and conservation of the watershed forest: a case study of Mae Na Ruea Sub-district, Mueang District, Phayao Province**. Graduate School, Chiang Mai University. [In Thai]

Phongpinyo, W. (2002). **Local Wisdom on Community Strengthening: A Case Study of Ban Amphawan, Moo 8, Sran District, Muang District, Khon Kaen Province**. Master of Arts Thesis, Loei Rajabhat University. [In Thai]

Phongphis, S. (1986). **Return to Roots: Choices and Views on Folk Wisdom**. Bangkok: Tien Wan. [In Thai]