

ระบบอาหารท้องถิ่น...  
ความสัมพันธ์ที่ยึดโยงชุมชนทัพล้าย  
กรณีศึกษาชุมชนบ้านทัพล้าย  
ตำบลทัพหลวง อำเภอบ้านไร่  
จังหวัดอุทัยธานี  
Local Food System...Relationships of the  
Community: A Case Study of Ban Thap  
Khlai Village, Thap Luang Sub-district,  
Ban Rai District, Uthaithani Province

อัจฉรา กริ่งเกษมศรี<sup>1</sup>  
ทิพวัลย์ สีจันทร์<sup>3</sup>

<sup>1</sup> บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิทยานิพนธ์เรื่อง การศึกษาปัจจัยการดำรงอยู่ของระบบอาหารท้องถิ่น กรณีศึกษาชุมชนบ้านทัพล้าย ตำบลทัพหลวง อำเภอบ้านไร่ จังหวัดอุทัยธานี ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (ชนบทศึกษาและการพัฒนา) มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

<sup>2</sup> มหาบัณฑิตหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (ชนบทศึกษาและการพัฒนา) สำนักบัณฑิตอาสาสมัคร มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

<sup>3</sup> ผู้ช่วยศาสตราจารย์ทิพวัลย์ สีจันทร์ ประจำภาควิชาส่งเสริมและนิเทศศาสตร์เกษตร คณะเกษตรมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กำแพงแสน

## บทคัดย่อ

ระบบอาหารท้องถิ่นชุมชนทศพคล้าย บทสะท้อนความสัมพันธ์ของระบบวัฒนธรรมของชุมชน กับระบบนิเวศธรรมชาติของชุมชน เป็นการศึกษาวัฒนธรรมอาหารของชาติพันธุ์ลาวเวียง ด้วยรูปแบบการประกอบและปรุงอาหารที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะชุมชน ผ่านกระบวนการเรียนรู้ การจัดการทรัพยากรธรรมชาติ เชื่อมโยงกับความเชื่อ ระบบคุณค่า บทความนี้ ได้ใช้แนวคิดขยายชีวิต เป็นกรอบในการทำความเข้าใจถึงระบบความสัมพันธ์ของระบบต่างๆ ในชุมชน และแนวคิดวัฒนธรรมชุมชน อธิบายถึงลักษณะทางวัฒนธรรมของชุมชน แบบแผน พฤติกรรมที่ร่วมกันของชุมชน

ความสัมพันธ์ของระบบอาหารท้องถิ่นของชุมชนทศพคล้าย ถูกยึดโยงด้วยระบบคุณค่าที่เป็นหลักยึดถือร่วมกันของชุมชน ชุมชนทศพคล้าย มีระบบคุณค่าที่ให้ความสำคัญกับครอบครัว ให้ความเคารพบรรพบุรุษ และให้ความเคารพในธรรมชาติ การศึกษาระบบอาหารท้องถิ่นจึงเป็นการศึกษาถึงฐานทรัพยากร ตั้งแต่ ดิน น้ำ ป่า ฤดูกาล ศึกษาฐานวัฒนธรรมชุมชน ความเชื่อ วัฒนธรรม ประเพณี ระบบครอบครัว ระบบเศรษฐกิจและอาชีพ ความเป็นชาติพันธุ์ลาวเวียง การศึกษาดังกล่าวพบว่า ความสัมพันธ์ที่ยึดโยงกันไปมา ทำให้เกิดการเอื้อเกื้อกูลต่อกัน เป็นการรักษาระบบของกันและกันไว้ อาหารท้องถิ่นเป็นส่วนหนึ่งในการรักษาวัฒนธรรม ประเพณีของชุมชน ผู้คนที่ยังบริโภคอาหารท้องถิ่นในชุมชน มีส่วนในการช่วยอนุรักษ์พันธุกรรม พืชผักพื้นบ้านด้วยการปลูกเพื่อใช้ในการประกอบอาหารในครอบครัว มีการใช้ประโยชน์จากพืชผักทั้งเป็นอาหารและใช้ในทางยาทำให้คนที่รับประทานอาหารท้องถิ่นมีสุขภาพดี อีกทั้งยังส่งทอดความรู้ต่อลูกหลานเป็นการรักษาไว้ซึ่งวัฒนธรรมชุมชนอีกด้วย

**คำสำคัญ:** ระบบอาหารท้องถิ่น/ วัฒนธรรมชุมชน/ ความสัมพันธ์

## Abstract

Studied food culture of ethnic Laos Viang With their identity local food style through the learning process, natural resource management by relating to to belief in system value reflects the Relationship of the Social Community and Ecological in Thap Khiai Local Food System. This article is based on the Web of Life theory. It is a framework for understanding the system of relationships is the Web of Life theory. It is a framework for understanding the system of relationships in the community and the Community Culture concept. Describe the cultural characteristic.

Relativity of local food system of Thap Khlai community is linked by the common values system of the community that are values the family, respect for ancestors and respect to nature, Hence, the study of local food system is a study of resources as soil, water, forest, season etc., and also a study of community culture, beliefs, traditions, family, economy any occupation. Found that each relativity make contribution and being a treatment of each other. Local foods are a part of maintaining the community culture and tradition. People in community are able to preserve the genetics of local vegetables by consume local food, plants for use in cooking in family. The utilization of both being food and medicine makes people who consume healthy. They also hand knowledge to their children, preserving the culture of the community.

**Keywords:** local food systems/community culture/ system theory/ ecosystem

## 1. บทนำ

การเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่ต้องทำงานอย่างเร่งรีบแข่งขัน ส่งผลกระทบต่อวิถีการบริโภคอาหารของผู้คนในชุมชนทั้งในเมืองและชนบท ที่ต้องการรับประทานอาหารที่ง่าย สะดวก ด้วยการซื้ออาหารสำเร็จรูป เนื้อสัตว์ และพืชผักตามท้องตลาดเพื่อบริโภค กำลังเป็นภัยที่กำลังสร้างปัญหาให้กับผู้คน โดยเฉพาะปัญหาทางด้านสุขภาพ เห็นได้จากจำนวนของผู้ป่วยเป็นโรคมะเร็งที่เพิ่มขึ้นทุกปี สำหรับประเทศไทย โรคมะเร็งเป็นสาเหตุการตายอันดับ 1 ติดต่อกันหลายสิบปี ในปี 2554 มีผู้เสียชีวิต 61,082 ราย เฉลี่ยชั่วโมงละเกือบ 7 ราย องค์การอนามัยโลกคาดมีผู้ป่วยรายใหม่เพิ่มขึ้นปีละประมาณ 118,600 ราย และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง มะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนัก มีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น จากการใช้ชีวิตแบบคนเมือง นิยมกินแต่เนื้อสัตว์ กินผักผลไม้ไม่พอ ซึ่งมีสาเหตุหลักจากการบริโภคอาหารที่มีการปนเปื้อนสารก่อมะเร็งต่าง ๆ

เมื่อศึกษาถึงที่มาของอาหารสำเร็จรูป เนื้อสัตว์ และพืชผักที่ขายตามท้องตลาดทั่วไป พบว่าระบบการผลิตที่ปลูกพืชผัก เป็นระบบเชิงเดี่ยว ทั้งระบบเกษตรกรรมและปศุสัตว์ขนาดใหญ่ ที่ไม่สามารถดูแลได้ทั่วถึง ในระบบเกษตรกรรมมีการใช้สารเคมี ปุ๋ยเคมีเป็นจำนวนมาก เพื่อควบคุมดูแลแมลงศัตรูพืช และวัชพืช ซึ่งเป็นสารก่อมะเร็งที่เป็นอันตรายต่อผู้ผลิตและผู้บริโภค นอกจากนี้ในผลิตภัณฑ์อาหารสำเร็จรูปต่างๆ ยังมีส่วนผสมของพืชที่มีการตัดต่อพันธุกรรม ซึ่งเชื่อว่าการตัดต่อพันธุกรรมได้ทำลายพันธุกรรมท้องถิ่นทั้งพืช สัตว์ และอาจถึงมนุษย์ด้วยเช่นกัน จากการศึกษาของคาปร้า (2548, น. 210) นักวิทยาศาสตร์ใช้วิธีตัดและต่อหน่วยพันธุกรรมแปลกปลอมใส่เข้าไปในไวรัสก่อน เพื่อลบลอบนำหน่วยพันธุกรรมที่แปลกปลอมเข้าไปในเซลล์ตัวรับที่ถูกละเลือกไว้ ซึ่งเป็นหนึ่งในเหตุผลหลักที่ทำให้กระบวนการทางพันธุวิศวกรรมมีอันตรายแอบแฝงไม่ปลอดภัยกับผู้บริโภค



ชุมชนในชนบท กลุ่มเด็กและเยาวชนนิยมรับประทานอาหารสำเร็จรูป ขนมอบเคี้ยวเนื่องจากสามารถเข้าถึงได้ง่าย ความทันสมัย รูปร่างหน้าตาของอาหารที่น่ารับประทาน รสชาติที่มีการปรุงแต่ง ทำให้หลายคนคลั่งคลึงถึงเรื่องความปลอดภัยทางอาหาร เด็ก ๆ ที่รับประทานอาหารจะได้รับสารอาหารไม่เพียงพอและมีผลต่อพัฒนาการทางสมองของเด็ก อีกทั้งมีความเสี่ยงต่อโรคเบาหวานในเด็ก หลายชุมชนเริ่มให้ความสำคัญกับการบริโภคอาหารของคนในชุมชน ไม่เพียงแต่เด็กเท่านั้น ทุกวัยควรได้รับอาหารที่สดใหม่ และมีประโยชน์ต่อร่างกาย ซึ่งระบบผลิตแบบเกษตรเชิงเดี่ยวไม่สามารถตอบสนองสินค้าเกษตรที่มีความสดใหม่ได้ เนื่องจากแหล่งผลิตส่วนใหญ่อยู่นอกพื้นที่กับผู้บริโภค กว่าสินค้าจะเดินทางมาถึง ต้องใช้เวลามากกว่า 1 วัน โดยเฉพาะในพื้นที่ชนบท อาหารท้องถิ่นจึงเป็นทางเลือกที่ดีที่จะแก้ปัญหาปัญหาด้านสุขภาพ สิ่งแวดล้อม ของคนในชุมชน

อาหารท้องถิ่น ไม่ได้เป็นเพียงอาหารที่รับประทานเพื่อการดำรงชีวิตเท่านั้น แต่เป็นระบบที่แฝงไว้ด้วยวิถีชีวิต วัฒนธรรม ความเชื่อ ความศรัทธา ซึ่งการศึกษาระบบอาหารท้องถิ่นของชุมชนทศพคล้าย เป็นบทสะท้อนในความสัมพันธ์ของระบบอาหารท้องถิ่นที่เชื่อมโยงผู้คนในชุมชนได้เป็นอย่างดี ชุมชนทศพคล้ายเป็นคนชาติพันธุ์ลาวเวียง ใช้วัฒนธรรมอาหารมาเชื่อมโยงความสัมพันธ์ของผู้คนในชุมชน เชื่อมโยงความสัมพันธ์ของคนกับธรรมชาติ คนกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่มองไม่เห็น รวมถึงบรรพบุรุษที่ล่วงลับไปแล้ว อีกทั้งเป็นส่วนที่ทำให้คนในชุมชนทศพคล้ายมีสุขภาพแข็งแรงได้รับประทานอาหารสดใหม่ ผลิตเองในชุมชน ซึ่งผู้ศึกษาคิดว่าน่าจะเป็นทางเลือกที่ดีที่ช่วยในการแก้ปัญหาวิถีการบริโภคในปัจจุบัน

## 2. ทฤษฎีที่ใช้

บทความนี้ได้ใช้ 2 แนวคิดหลัก คือ ทฤษฎีข่ายใยชีวิต (The Web of Life) อธิบายถึงความสัมพันธ์ของระบบอาหารท้องถิ่น และแนวคิดวัฒนธรรมชุมชน เพื่ออธิบายความเป็นชุมชน คุณค่า ความสัมพันธ์ ของคนในชุมชน ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

### 2.1 ทฤษฎีข่ายใยชีวิต (The Web of Life)

ทฤษฎีข่ายใยชีวิตเป็นแนวคิดของ ฟรีดริช คอปป์ ซึ่งแสดงให้เห็นความเชื่อมโยงของระบบต่างๆ ในแต่ละระดับที่มีความซับซ้อนด้วยการอธิบายทั้งในเชิงรูปธรรม (กายภาพ) และในเชิงนามธรรม ไม่มีการแยกสิ่งมีชีวิต ไม่มีชีวิต จิตวิญญาณ และวัตถุ ถือว่าสรรพสิ่งเกี่ยวโยงสัมพันธ์กัน ซึ่งคอปป์เชื่อในกระบวนทัศน์แบบองค์รวม (Holistic) แทนกระบวนทัศน์กระแสหลักที่มีลักษณะแบบกลศาสตร์ (Mechanistic) ลดส่วน แยกส่วน งานเขียนของคอปป์ได้นำเสนอแนวคิดที่ลึกซึ้งแปลกใหม่ทำให้ผู้สนใจศึกษา ติดตามงานเขียนของเขา ได้แก่ เต๋าแห่งฟิสิกส์ (The Tao of Physics) จุดเปลี่ยนแห่งศตวรรษ (The Turning point) ปัญญาอันไม่ธรรมดา (Uncommon Wisdom) ข่ายใยแห่งชีวิต (The Web of Life) และ โยงใยที่ซ่อนเร้น (The Hidden Connection)

การศึกษาผ่านงานเขียนของคอปป์ทำให้เห็นแนวคิดหลักซึ่งเป็นสาระสำคัญของทฤษฎีข่ายใยชีวิต วิกฤตการณ์ทั้งหลายในสังคมมนุษย์เกิดจากกระบวนทัศน์ การจัดการ ที่ขัดแย้งกับระบบใหญ่ที่ตนเองเชื่อมโยงอยู่ คอปป์เชื่อว่าทฤษฎีข่ายใยชีวิตจะนำไปสู่ระบบคิด วิธีคิดแบบใหม่ ที่จะเปลี่ยนกระบวนทัศน์และแก้ไขวิกฤตการณ์ทั้งหลายตลอดจนนำไปสู่การพัฒนาที่ยั่งยืนได้จริง คือ การคิดเชิงระบบ (Systems Thinking) การเรียนรู้อย่างรอบรู้ในระบบนิเวศ (Ecoliteracy) จะทำให้เกิดความคิดอย่างเป็นระบบได้ การเรียนรู้จากระบบชีวิต ชุมชนของตนเอง ก็เป็นหนทางที่ทำให้เกิดระบบ

คิดอย่างเป็นระบบได้ด้วย ความเข้าใจในกฎของระบบนิเวศ (Principal of Ecology) จึงมีความสำคัญและเป็นพื้นฐานของการเข้าใจระบบชีวิตในระดับอื่นๆ ทั้งหมด

การนำทฤษฎีข่ายใยชีวิตของคาปร้าในการศึกษานี้เพื่ออธิบายถึงความคิด ความเชื่อ คุณค่าของคนในชุมชนทพคล้าย ต่อเรื่องระบบอาหารท้องถิ่น โดยวิเคราะห์ให้เห็นถึงความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันของแต่ละระบบในชุมชน ซึ่งคาปร้าเรียกแบบจำลองว่า ข่ายใยชีวิต ที่มีความสัมพันธ์ภาพ (Relationship) เครือข่าย (Network) แบบแผน (Pattern) โครงสร้างกระจาย (Dissipative Structure) กระบวนการ (Process) วงจรป้อนกลับ (Feedback Loop) การจัดการตนเอง (Self Organization) การเรียนรู้และการสร้างสรรค์ (Learning and Creative) เป็นลักษณะองค์รวม อยู่ในระบบชีวิตทุกระดับ มีความเชื่อมโยงอิงกันและกัน เมื่อระบบใดระบบหนึ่งถูกทำลาย ย่อมเท่ากับทำลายคุณสมบัติของระบบอื่นๆ ด้วย การศึกษาครั้งนี้จะนำแนวคิดของคาปร้าวิเคราะห์ระบบแต่ละระบบที่เกี่ยวข้องกับระบบอาหารท้องถิ่น เพื่อให้เห็นความเชื่อมโยง ที่ทำให้ระบบอาหารท้องถิ่นของชุมชนแห่งนี้สามารถดำรงอยู่ได้

## 2.2 แนวคิดวัฒนธรรมชุมชน

แนวคิดวัฒนธรรมชุมชนเป็นแนวคิดที่มาจากประสบการณ์ของกลุ่มคนทำงานพัฒนา และนักวิชาการ มาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นร่วมกัน ผู้ที่นำทางแนวคิดวัฒนธรรมชุมชนในประเทศไทย ที่ เป็นปัญหาค้นหลักๆ ที่มีบทบาททั้งผู้นำทางความคิด และเป็นต้นแบบในการทำงานพัฒนาจนถึงปัจจุบัน ได้แก่ บำรุง บุญปัญญา (2549) จักรทิพย์ นาถสุภา (2547) กาญจนา แก้วเทพ (2538) ซึ่งได้นำเสนอแนวคิดวัฒนธรรมชุมชน ดังนี้

1. ค้นหาเอกลักษณ์ของชุมชน เป็นข้อสรุปรวมของความเชื่อ และคุณค่าที่มีผลต่อวิถีชีวิตของกลุ่มคนที่เป็นแบบเดียวกัน ซึ่งแสดงออกมา ในรูปแบบของสัญลักษณ์ต่าง ๆ อันเป็นผลมาจากการกลไกผลิตซ้ำ (Reproduction) เอกลักษณ์เป็นลักษณะเฉพาะ ที่บ่งบอกถึงความแตกต่าง และแสดงถึงความเป็นเจ้าของ ทำให้รู้สึกถึงความภาคภูมิใจ ศักดิ์ศรี เอกลักษณ์ ไม่ได้เกิดขึ้นโดยธรรมชาติ แต่เป็นการสร้างขึ้นมา ย่อมมีการ เปลี่ยนแปลง ปรับเปลี่ยนได้ แต่การเปลี่ยนแปลงของเอกลักษณ์ไม่สามารถ เกิดขึ้นได้ในช่วงระยะเวลาอันสั้น เนื่องจากเอกลักษณ์เกิดจากการผลิตซ้ำ ที่ต้องใช้ระยะเวลา ทำให้ยังสามารถค้นหา และเข้าใจในเอกลักษณ์นั้นได้

2. ศึกษาคุณค่า (Values) ความคิด ความเชื่อ การให้ความเคารพ ของบุคคลต่อสิ่งที่อยู่รอบข้างเป็นบทสรุปจากการดำรงชีวิตที่เกิดจากความ สัมพันธระหว่างคนกับธรรมชาติ คนกับคน หรือคนกับสังคม ศาสนา (religion) คือ แก่นของการอธิบายคุณค่าต่าง ๆ ตั้งแต่สิ่งที่มองเห็นไปจนถึงสิ่งที่มอง ไม่เห็น

3. ทำความเข้าใจจิตสำนึก สภาวะทางจิตที่รู้ตัว รวมถึงความคิด ความรู้สึก และการกระทำของตนเองที่กำลังสอดคล้องและรับใช้ผลประโยชน์ ของตนเองและผู้ที่อยู่ในสภาพเดียวกับตนเอง “กระบวนการพัฒนาจิตสำนึก จึงประกอบไปด้วยขั้นตอนอย่างน้อย 3 ขั้นตอน คือ ขั้นแรกทั้งนักพัฒนา และชาวบ้านต่างก็ไม่เข้าใจสภาพสังคม ไม่รู้จักตัวเอง ไม่รับรู้ถึงความสัมพันธ์ ระหว่างกระแสวัฒนธรรมเมืองกับวัฒนธรรมชาวบ้าน เรียกว่าทั้งคู่ต่างตก อยู่ในจิตสำนึกที่ผิดพลาด ขั้นที่สอง จากการศึกษาชุมชนอย่างละเอียดลึก ซึ้งในทุก ๆ แง่มุม นักพัฒนาจึงได้เข้าใจมากขึ้นว่า สภาพสังคมเป็นอย่างไร ความสัมพันธ์ระหว่างวัฒนธรรมสองกระแสเป็นอย่างไร กล่าวคือนักพัฒนา เริ่มมีจิตสำนึกที่แท้จริงมากขึ้น ในขณะที่ชาวบ้านยังคงอยู่ภายใต้จิตสำนึกที่ ผิดพลาด ขั้นตอนที่สาม เมื่อนักพัฒนาผู้รับรู้เข้าใจสภาพต่าง ๆ ของสังคม

ได้เข้าไปในหมู่บ้านและกระตุ้นแลกเปลี่ยนความรู้ความเข้าใจกับชาวบ้าน จึงได้ทำให้นักพัฒนาเองก็สามารถพัฒนาจิตสำนึกให้ละเอียด บริสุทธิ์ ขจัด จิตสำนึกที่ผิดพลาดออกไปได้มากยิ่งขึ้น ในขณะที่เดียวกัน ชาวบ้านก็สามารถ พัฒนาจิตสำนึกของตนได้มากยิ่งขึ้น รู้จักตนเอง รู้ถึงสภาพต่าง ๆ ของชุมชน เข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างวัฒนธรรมสองกระแส มีจิตสำนึกที่ถูกต้องมาก ยิ่งขึ้น จิตสำนึกเป็นพลังทางวัฒนธรรม

4. เชื่อมโยงความสัมพันธ์ แนวคิดวัฒนธรรมชุมชน มีความเชื่อ ในเรื่องของความสัมพันธ์ของปัจจัยต่างๆ ในชุมชน ทั้งสิ่งที่มีชีวิตและไม่มีชีวิต หากศึกษาและสามารถเชื่อมโยงความสัมพันธ์ของสิ่งต่างๆ ได้ ก็จะสามารถ หาคำตอบของชุมชนได้ในที่สุด ซึ่งในรายละเอียดของความสัมพันธ์จะ อธิบายจากทฤษฎีขยายชีวิตในทฤษฎีต่อไป ซึ่งจะขยายความให้เห็นถึงความ สำคัญของระบบความสัมพันธ์

### 3. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

บทความนี้ปรับปรุงมาจากส่วนหนึ่งของวิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโท สาขาชนบทศึกษาและการพัฒนา สำนักบัณฑิตอาสาสมัคร มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ปีการศึกษา 2557 เรื่อง “การศึกษาปัจจัย การดำรงอยู่ของระบบอาหารท้องถิ่นกรณีศึกษาชุมชนบ้านทศพคล้าย ตำบล ทัพหลวง อำเภอบ้านไร่ จังหวัดอุทัยธานี ใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล ด้วยการ เก็บข้อมูลพื้นฐานจากสอบถาม จำนวน 127 ครัวเรือนและคัดเลือกตัวอย่าง เกษตรกรแบบเจาะจง จำนวน 8 ครัวเรือน ที่มีวิถีการผลิต การบริโภค และ สามารถอธิบายถึงระบบอาหารท้องถิ่นของชุมชน รวมถึงการสังเกตแบบ มีส่วนร่วม เช่น เข้าร่วมกิจกรรมประเพณีบุญต่างๆ ของชุมชน ตามแต่ละ เทศกาล ไม่ว่าจะเป็นบุญข้าวจี๋ ปิดบ้าน เลี้ยงบ้าน บุญเข้าพรรษา ฯลฯ หรือการร่วมประกอบอาหารท้องถิ่นในวิถีชีวิตของครอบครัวที่ลงเก็บข้อมูล

แบบเจาะลึก ร่วมหาวัตถุดิบ เตรียมวัตถุดิบ และลงมือประกอบอาหาร  
ท้องถิ่น และการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม เช่น การประกอบอาชีพของคน  
ในชุมชน การทำไร่ไถนา ไร่มันสำปะหลัง การประกอบพิธีทางความเชื่อ

#### 4. ความสัมพันธ์ของระบบอาหารท้องถิ่น

จากการศึกษาพัฒนาการระบบอาหารท้องถิ่นชุมชนบ้าน  
ทัพคล้ายทำให้ผู้ศึกษาเห็นถึงความสัมพันธ์ของระบบอาหารท้องถิ่นที่  
เชื่อมโยง สัมพันธ์กับระบบต่างๆ ภายในชุมชน จนเกิดเป็นวัฒนธรรมอาหาร  
ท้องถิ่น และเพื่อทำความเข้าใจในระบบความสัมพันธ์นี้ จึงได้ทำการศึกษา  
ถึงองค์ประกอบของระบบอาหารท้องถิ่น และวิเคราะห์ถึงความสัมพันธ์ของ  
ระบบทำให้เห็นถึงรูปแบบ โครงสร้างของความสัมพันธ์ที่เชื่อมโยง เลื่อนไหล  
ไปมา ซึ่งแยกเป็นประเด็นได้ดังนี้

##### 4.2.1 องค์ประกอบของระบบอาหารท้องถิ่น

ระบบอาหารท้องถิ่นชุมชนบ้านทัพคล้ายมีองค์ประกอบต่างๆ  
สัมพันธ์กัน ซึ่งสามารถแยกออกเป็นระบบต่างๆ ดังนี้

##### 1) ระบบนิเวศธรรมชาติ

ระบบนิเวศธรรมชาติ เป็นองค์ประกอบหลักของอาหารท้องถิ่น  
เมื่อได้ศึกษาจากอาหารท้องถิ่นที่ชุมชนบ้านทัพคล้ายบริโภค วัตถุดิบส่วนใหญ่  
นั้นมาจากผลผลิตที่เกิดขึ้นจากระบบนิเวศธรรมชาติ และเมื่อเราศึกษาใน  
รายละเอียดของระบบนิเวศธรรมชาติ ที่มีความสัมพันธ์กับระบบอาหาร  
ท้องถิ่นนั้น ทำให้พบว่า ในระบบนิเวศธรรมชาติ นั้นยังมีองค์ประกอบย่อย  
ซึ่งบอกถึงความสัมพันธ์ของการเกิดขึ้นของอาหารท้องถิ่น ดังนี้

##### 1.1) ทรัพยากรจากป่า

ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ทรัพยากรจากป่าเป็นแหล่งอาหารของ  
ชุมชนบ้านทัพคล้าย แม้ว่าปัจจุบันป่าได้ถูกแผ้วถางไปมากจนไม่มีพื้นที่ป่า

ธรรมชาติในชุมชนบ้านทศพคล้าย แต่ยังมีพื้นที่ป่าภายนอกชุมชนที่คนในชุมชนสามารถไปหาทรัพยากรจากป่ามาเป็นวัตถุดิบได้ นอกจากนี้พันธุ์พืชต่างๆ ที่เคยขึ้นตามป่าในอดีตนั้น ผู้คนในชุมชนเรียนรู้ที่จะขยายพันธุ์และนำมาเพาะปลูกไว้ในครัวเรือน หรือป่าหมาก ป่าพร้าวที่เป็นแหล่งป่าที่คนในชุมชนสร้างขึ้นเป็นแหล่งอาหารของชุมชนแทนป่าธรรมชาติ ไม่เพียงพืชพันธุ์ไม้เท่านั้นป่าธรรมชาติยังเป็นแหล่งวัตถุดิบจำพวกเนื้อสัตว์ที่ยังพอให้หาดักจับมาประกอบอาหาร

การเปลี่ยนแปลงของสภาพป่าโดยรอบของชุมชนนั้นส่งผลกระทบต่อระบบอาหารท้องถิ่น ทั้งโดยตรง คือปริมาณทรัพยากรทั้งพืชและสัตว์ที่หาได้จากป่าลดลง จากคำบอกเล่าของคนในชุมชน การเข้าไปล่าสัตว์ต้องใช้เวลามากขึ้น เนื่องจากสัตว์ป่าหายากและพื้นที่ส่วนใหญ่อยู่ในเขตอนุรักษ์ และเขตป่าสงวน ส่วนพืชผักเช่นกัน พืชผักหาได้ยาก เมื่อถึงฤดูกาลของหน่อไม้ ผักหวาน เห็ดโคน คนโดยรอบป่าจะแข่งกันเข้าไปหาทั้งเพื่อนำมาบริโภคและเพื่อขายเป็นรายได้ หลายคนพยายามสร้างแหล่งอาหารที่เคยเก็บหาจากป่านำมาปลูกในพื้นที่บริเวณบ้าน ซึ่งพืชบางชนิดสามารถนำมาปลูกได้ เช่น ใหลวก ผักหวานป่า ผักมะรุมป่า แคป่า อีรอก กระเทือ ฯลฯ ถือเป็นการปรับตัวอย่างหนึ่งของคนในชุมชนเพื่อไม่ให้พืชพันธุ์ต่างๆ สูญหายไป แต่พืชบางชนิดก็ไม่สามารถนำมาปลูกได้ จะขึ้นได้เฉพาะในพื้นที่ที่มีความเหมาะสมเท่านั้นที่จะสามารถขึ้นได้ โดยเฉพาะในพื้นที่ป่า เช่น พืชตระกูลเห็ดไม่ว่าจะเป็น เห็ดโคน เห็ดขอน เห็ดบด เห็ดบี หรือ บอนเต่า มักจะขึ้นเองในบริเวณที่มีสภาพแวดล้อมที่พร้อมเท่านั้น ส่วนสัตว์ป่าที่เคยเป็นแหล่งวัตถุดิบประเภทเนื้อของชุมชนมาตั้งแต่อดีต ชุมชนมีการปรับตัวเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ โดยปัจจุบันไม่นิยมในการเข้าไปล่าสัตว์ในพื้นที่ป่าทั้งข้อจำกัดในเรื่องกฎหมายในการห้ามล่าสัตว์แล้ว ยังมีจำนวนสัตว์ลดลง หายากขึ้น ผู้คนจึงหันมานิยมบริโภคเนื้อสัตว์ที่ใช้ระบบการเลี้ยง ทั้งเลี้ยงในครัวเรือน เช่น

ไก่อ้วน หมู วัว เป็ด และเลี้ยงในระบบฟาร์ม เนื้อหมู ไก่ ปลา วัว เป็ด ซึ่งซื้อหาจากตลาดที่มีขายอยู่ทุกวัน อย่างไรก็ตามแม้จะไม่มีการใช้เนื้อสัตว์ป่าในการประกอบอาหารแต่วิธีการปรุงเปลี่ยนจากเนื้อสัตว์ป่าเป็นเนื้อสัตว์เลี้ยงไม่ได้เปลี่ยนแปลงรายการอาหารที่บริโภคไปยังคงนิยมแกงพื้นบ้าน

ส่วนผลกระทบต่อระบบนิเวศเกษตร การลดลงของพื้นที่ป่า ส่งผลต่อการชะล้างพังทลายของหน้าดินในแปลงเกษตรกรรม เนื่องจากพื้นที่บริเวณอำเภอบ้านไร่ เป็นพื้นที่ราบสลับพื้นที่เนิน และพื้นที่ชุมชนบ้านทัพคล้าย เป็นพื้นที่ราบรับช่วงจากพื้นที่เขาพวนดี เขาเรด้า ซึ่งเมื่อฝนตกในปริมาณมาก ต้นไม้จากพื้นที่ป่าที่เคยช่วยชะลอความรุนแรงของน้ำ และเป็นแหล่งอินทรีย์วัตถุทำให้เกิดปัญหาการชะล้างพังทลายของหน้าดิน ส่งผลต่อการทำการเกษตร ผลผลิตตกต่ำ และต้องใช้ปุ๋ยในปริมาณมากยิ่งขึ้น

#### 1.2) แหล่งน้ำธรรมชาติ

แหล่งน้ำธรรมชาติของชุมชนบ้านทัพคล้าย ถือเป็นระบบนิเวศที่สร้างอาหารให้กับชุมชนได้เกือบทุกฤดูกาล และเมื่อเทียบกับระบบนิเวศธรรมชาติอื่นๆ ไม่ว่าจะเป็นป่า ดิน ระบบนิเวศน้ำมีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างช้าๆ ปัจจุบันแหล่งน้ำของชุมชนสามารถผลิตอาหารให้กับชุมชน มีทั้ง สัตว์น้ำ และพืชผักทั้งที่ขึ้นในน้ำและริมแหล่งน้ำต่างๆ ที่คนในชุมชนสามารถนำมาเป็นวัตถุดิบในการนำมาประกอบอาหารท้องถิ่น การที่ชุมชนบ้านทัพคล้ายตั้งอยู่ริมห้วยกระเสียวทำให้คนในชุมชนมีความชำนาญในการจับหาสัตว์น้ำ มีความรู้ในการใช้เครื่องมือในการจับสัตว์

อาหารตามฤดูกาลจากแหล่งน้ำยังมีมากเช่น ในฤดูฝนชาวบ้านจะออกไปจับพวกอึ่ง เขียด เมื่อได้อึ่ง หรือเขียดจะนำมาแกง หรือย่าง โดยนำอึ่งมาหมักเกลือ อึ่งจะค่อยๆ ตายไปเอง เมื่อตายก็ผ่าท้อง เอาไส้ออก หากเป็นตัวเมียจะไม่ผ่าท้องเนื่องจากไข่จะแตกจะนำเสียบไม้ ย่างให้พอสุกแล้วจึงนำมาแกง ในอดีตจะนิยมมาแกงกับอีรอก หรือบุก เนื่องจากเมื่อฝน



เริ่มลง ต้นบุก ต้นอีรอกก็จะแตกหน่ออ่อน หากได้อั่งปริมาณมากคนทศพคล้าย ก็จะนำมาทำเป็นปลาร้าอั่ง สามารถเก็บไว้ได้เป็นอาทิตย์ อั่งและเหียดที่เหลืออยู่ในธรรมชาติจะวางไข่ ไข่ของอั่งก็จะกลายเป็น ลูกฮวก ชาวบ้านก็จะไปซื้อฮวกอั่ง เหียดที่มีอยู่ตามหนองน้ำต่าง ๆ มาแกง แต่มีข้อระวังคือ จะต้องแยกชนิดของ ฮวกได้ ถ้าเป็นฮวกคางคกจะมีพิษ หากกินเข้าไปจะปวดท้อง ต้องไปหาหมอทันที ซึ่งคนทศพคล้ายได้บอกไว้ว่าฮวกคางคกจะไขหน้าหนาว และอยู่เป็นกลุ่มตามน้ำตื้น เวลาชาวบ้านไปซื้อฮวกสามารถแยกออกกระหว่างฮวกอั่งเหียด หรือคางคก ตามริมแหล่งน้ำเหล่านี้ยังเป็นแหล่งพืชผักที่ขึ้นเอง สามารถนำไปเป็นวัตถุดิบในการประกอบอาหารท้องถิ่นได้เช่นกัน ไม่ว่าจะเป็น ผักกูด ผักกุ่ม ผักหนาม ผักขี้ม ผักไข่แมงดา บวบป่า ผักบุ้ง ตำลึง ฟักข้าว สามารถหาเก็บได้ทุกฤดูกาล เนื่องจากมีความขึ้นเพียงพอในการเจริญเติบโต พืชผักริมลำห้วยเหล่านี้ไม่เพียงเป็นวัตถุดิบที่ชาวบ้านเก็บไปบริโภคเท่านั้น ยังเป็นรายได้ของชาวบ้านที่เก็บหาพืชผักไปขายตามตลาดนัดวัดทศพคล้าย ในวันจันทร์ และวันเสาร์

แหล่งน้ำจึงเป็นระบบนิเวศธรรมชาติที่มีความสัมพันธ์กับระบบอาหารท้องถิ่นโดยตรง คือเป็นแหล่งผลิตวัตถุดิบที่นำไปประกอบเป็นอาหารท้องถิ่น และปัจจุบันแหล่งน้ำรอบชุมชนยังสามารถป้อนวัตถุดิบให้ชุมชนเพียงพอแต่อาจจะมีปริมาณที่ลดน้อยลง เนื่องจากได้รับผลกระทบจากการทำเกษตรที่ใช้สารเคมี และการทับถมของทรายในลำห้วย

### 1.3) ทรัพยากรดิน

ดินเป็นแหล่งทรัพยากรหนึ่งของระบบนิเวศธรรมชาติ ชุมชนบ้านทศพคล้ายอาศัยผืนดินในการทำการเกษตรเพื่อผลิตอาหารโดยเฉพาะข้าว ซึ่งเป็นอาหารหลักของคนในชุมชน ลักษณะของดินส่วนใหญ่ของพื้นที่ทศพคล้ายมีลักษณะดินร่วนปนทราย หลังจากที่เปิดพื้นที่เพื่อทำการเกษตรโดยเฉพาะการทำพืชไร่ สภาพของดินมีการเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้าง

เนื้อดินมีปริมาณลดลงเหลือแต่ทราย อีกทั้งมีการฉีดพ่นสารเคมีกำจัดวัชพืช ทั้งยาคุมหญ้า และยาฆ่าหญ้า รวมถึงปุ๋ยเคมี ทำให้สภาพของดินในแปลงเกษตรเสื่อมโทรมไปมาก ด้วยเป้าประสงค์ของการใช้ทรัพยากรดินของชุมชนบ้านทศพลาย เป็นไปเพื่อสร้างรายได้ โดยมีการจัดสรรพื้นที่ส่วนใหญ่ในการเพาะปลูกพืชเศรษฐกิจ เหลือเพียงพื้นที่ส่วนน้อย เช่น รอบที่อยู่อาศัย ปากันชนระหว่างไร่กับหมู่บ้านที่เรียกว่า ป่าหมาก ป่าพรวัว ที่ยังใช้ที่ดินในการเพาะปลูกพืชผักเพื่อใช้เป็นวัตถุดิบในการประกอบอาหารประจำวันในครัวเรือน พื้นที่เหล่านี้จะถูกรักษาไว้โดยไม่มีการใช้สารเคมี ซึ่งมีผลต่อพืชผักที่ปลูกไว้ ใช้วิธีการตากทางเพื่อกำจัดวัชพืช ไม่เพียงพืชผักเท่านั้นในพื้นดินยังเป็นแหล่งที่อยู่อาศัยของสัตว์ตัวเล็กตัวน้อย และแมลงต่าง ๆ ซึ่งคนในชุมชนนิยมนำมาเป็นวัตถุดิบในการประกอบอาหาร เช่น ตัวแด้ ตัวตุง ตัวอ้น ที่มักทำโพงอยู่ใต้ดิน อาศัยกินรากไม้ ส่วนแมลงก็นิยมจับนำมารับประทานเช่น จิ้งหรีด จิ้งก่ด ดั้ว

การสงวนพื้นที่สำหรับเพาะปลูกพืชผักเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ชุมชนยังมีวัตถุดิบในการผลิตอาหารท้องถิ่น ซึ่งพืชผักส่วนใหญ่คนทศพลายยังคงมีการเก็บรักษาเมล็ดพันธุ์ไว้สำหรับปลูกในแต่ละปี แต่ที่นากังวลกับพืชผักบางอย่างที่ต้องอาศัยสภาพดินที่เหมาะสมเท่านั้นถึงจะสร้างผลผลิตได้ในแต่ฤดูกาลได้ เช่น พืชตระกูลเห็ดต่าง ๆ โดยเฉพาะเห็ดโคน ซึ่งเห็ดโคนในพื้นที่บ้านไร่เป็นเห็ดที่มีดอกใหญ่ รสชาติดี มีให้รับประทานปีละครั้งในช่วงเดือนสิงหาคมถึงเดือนตุลาคม และเป็นที่ต้องการทั้งคนในชุมชน และนอกชุมชน แม้ว่าปัจจุบันยังคงมีให้บริโภคในแต่ละปี แต่จำนวนน้อยมาก ยิ่งในปี 2554 มีเห็ดโคนออกในปริมาณที่น้อยมาก

ในเรื่องความเชื่อคนทศพลาย โดยเฉพาะคนเฒ่าคนแก่ยังให้ความสำคัญกับการเคารพต่อผืนดิน โดยเชื่อในเรื่องของพระแม่ธรณี และเจ้าที่เจ้าทาง โดยก่อนและหลังทำการเกษตรจะต้องมีการบอกกล่าวขอขมา

โดยการนำอาหารคาวหวาน ผลไม้ หรือบางครั้งก็ใช้ไก่ต้ม หัวหมู เหล้า มาไหว้ขอมาที่ดั่งงเนินแม่ธรณี และเจ้าที่เจ้าทาง รวมถึงขอให้ท่านดูแลรักษาผลผลิตที่เพาะปลูกในไร่นา ให้ได้ผลผลิตในปริมาณมาก ได้กำไร ไม่ขาดทุน

#### 1.4) ฤดูกาล

อาหารท้องถิ่นของชุมชนบ้านทศพคล้ายส่วนใหญ่ใช้วัตถุดิบที่ปลูกเอง และหาได้ในท้องถิ่น ซึ่งวัตถุดิบเหล่านี้ไม่ได้เกิดขึ้นตลอดทั้งปี เป็นผลผลิตตามฤดูกาลที่เปลี่ยนผ่านไปแต่ละช่วงเวลา ทำให้อาหารท้องถิ่นของชุมชนบ้านทศพคล้ายแห่งนี้มีการหมุนเวียนเปลี่ยนแปลงไปตลอดในรอบ 1 ปี คน ทศพคล้ายบอกว่า “กินตามฤดูกาล” แต่ละฤดูกาลได้สรรค์สร้างอาหารให้คนทศพคล้าย

จากการศึกษาพบว่าวัตถุดิบที่เกิดขึ้นตามฤดูกาลนั้น ไม่เพียงมีคุณค่าทางด้านโภชนาการเท่านั้นยังมีสรรพคุณทางยาอีกด้วย เมื่อเปลี่ยนฤดูกาลทำให้ร่างกายต้องปรับเปลี่ยนตามอากาศที่เปลี่ยนแปลง คนทศพคล้ายใช้อาหารท้องถิ่นที่นำวัตถุดิบธรรมชาติมาปรุงเป็นอาหาร เพื่อใช้อาหารเป็นยาป้องกันเจ็บไข้ได้ป่วยจากการเปลี่ยนแปลงทางอากาศ ชุมชนบ้านทศพคล้ายเรียนรู้จากธรรมชาติสร้างสรรค์อาหารตามฤดูกาล

#### 2) ระบบวัฒนธรรม

ผู้ศึกษาได้เข้าไปร่วมกิจกรรมหลาย ๆ อย่างในชุมชน ทำให้พบว่าการทำความเข้าใจปัจจัยการดำรงอยู่ระบบอาหารท้องถิ่นของชุมชนบ้านทศพคล้าย ต้องมีความเข้าใจในระบบวัฒนธรรมของชุมชน เนื่องจากระบบอาหารท้องถิ่นก็คือส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมของชุมชนบ้านทศพคล้าย เป็นวิถีชีวิตที่คนในชุมชนปฏิบัติสืบทอดต่อ ๆ กันมาอย่างยาวนาน การศึกษาในครั้งนี้ทำให้เห็นองค์ประกอบย่อยภายในระบบวัฒนธรรมที่มีความสัมพันธ์กันจนกลายเป็นระบบอาหารท้องถิ่น ดังนี้

## 2.1) อาหารท้องถิ่น (วัฒนธรรมการบริโภค)

อาหารท้องถิ่นเป็นเอกลักษณ์ของชุมชนบ้านทัพคล้าย เกิดจากความรู้อย่างเป็นภูมิปัญญาของชาติพันธุ์ลาวเวียง และผสมผสานกับภูมิปัญญาของชาติพันธุ์อื่นๆ ที่มีอยู่ในพื้นที่แห่งนี้ ทดลองและสั่งสมจนเกิดเป็นวัฒนธรรมการบริโภคของชุมชน ซึ่งมีความสอดคล้องกับวัตถุดิบที่เกิดขึ้นตามฤดูกาล ความต้องการของร่างกายคุณค่าของอาหารนำไปสู่การประกอบและวิธีการปรุง จนได้รสชาติที่เป็นที่ถูกใจของผู้คนในชุมชน และสืบทอดมาจนถึงปัจจุบัน เป็นรายการอาหารคาว หวานดังต่อไปนี้

### 2.1.1) รายการอาหารแบ่งตามประเภทของคาว

จากการศึกษาพบการสร้างสรรค์รายการอาหารต่างๆ ของชุมชนบ้านทัพคล้ายนั้น ส่วนหนึ่งเป็นความรู้ในวัฒนธรรมการบริโภคที่สั่งสมและถ่ายทอดมาจากบรรพบุรุษ อีกส่วนหนึ่งมาจากความรู้ในการนำทรัพยากรธรรมชาติ สัตว์ พืชผัก ผลผลิตตามธรรมชาติที่ได้ในพื้นที่แห่งนี้ผ่านวิธีการปรุงแบบต่างๆ ซึ่งอาหารแต่ละประเภทให้ มีส่วนประกอบเครื่องปรุง และกรรมวิธีการทำที่แตกต่างกัน ไปตามประเภทของอาหารทั้งหมด 9 ประเภท ได้แก่ แจ่ว (น้ำพริก) แกง คั่ว มอก (หมก) ซุป ตำส้ม ต้ม ลาบ ยำ รวมชนิดรายการอาหารได้ทั้งหมด 157 รายการ การประกอบอาหารท้องถิ่น และวัฒนธรรมการบริโภคอาหารร่วมกันที่เรียกว่า “กินข้าวแลงส้มกัน” เป็นวิถีที่พบได้ในชุมชนบ้านทัพคล้าย แต่ละครอบครัวจะนำอาหารมารับประทานร่วมกันในช่วงเย็น เป็นกลุ่มเครือญาติ เด็กๆ ได้เล่นเรียนรู้ร่วมกัน ส่วนผู้ใหญ่ได้พูดคุยแลกเปลี่ยน ปรึกษาถึงการทำงาน และความ เป็นอยู่ของชุมชน

### 2.1.2) รายการอาหารแบ่งตามประเภทของหวาน

บ้านทัพคล้ายยังมีรายการอาหารหวานที่เป็นของท้องถิ่น ได้ถ่ายทอดวิธีการทำ และใช้วัตถุดิบที่ผลิตหรือหาได้ในท้องถิ่นในการ

ประกอบอาหารหวาน ซึ่งรวบรวมรายการอาหารหวานได้ทั้งหมด 23 ชนิด รายการอาหารของคนบ้านทศพคล้าย ดัดแปลงจากทรัพยากรที่หาได้ในพื้นที่ แต่ละครอบครัวอาจใส่วัตถุดิบหลายชนิดในแกงเดียวกันซึ่งขนมหรืออาหารหวานเหล่านี้จะทำให้ช่วงวันพระ เทศกาล หรือตามประเพณีต่างๆ โดยขนมนี้มี ส่วนประกอบหลักมาจากข้าวเหนียว ที่นำมาแช่และบดจนเป็นแป้ง ในอดีต คนทศพคล้ายจึงแบ่งพื้นที่บางส่วนในการทำข้าวเหนียวเพื่อนำมาทำขนม และ น้ำตาลซึ่งในอดีตนั้นทำมาจากน้ำอ้อยที่เคี่ยวจนเป็นน้ำตาลและเก็บไว้ทำขนมได้ตลอดทั้งปี ส่วนปัจจุบันอ้อยปลูกเพื่อเข้าโรงงานน้ำตาลและใช้น้ำตาล ที่หาซื้อตามตลาดแทนการเคี่ยวน้ำตาลเอง อย่างไรก็ตามปัจจุบันวัตถุดิบ 2 อย่างนี้เป็นวัตถุดิบหลักที่นำมาประกอบขนม

นอกจากนี้ขนมหวานที่ขาดไม่ได้ในงานบุญต่างๆ คือ ข้าวต้มมัด ข้าวต้มผัด หรือข้าวต้มกล้วย เมื่อบ้านไหนมีงานจะบอกกล่าวให้ไปช่วยงานกันโดยเฉพาะมาช่วยกันห่อข้าวต้ม ซึ่งเป็นหน้าที่ของผู้หญิง ข้าวต้มนี้จะทำไว้สำหรับรับประทานในงานเป็นอาหารหวานและแจกจ่ายเพื่อนบ้าน หากเป็นข้าวต้มมัดจะไม่มีรสชาติอะไร ส่วนใหญ่ทำสำหรับเลี้ยงผี ส่วนข้าวต้มผัดนั้นจะนำมาผัดกับกะทิ บางคนใส่ถั่วดำ ถั่วแดง แล้วแต่ความชอบและ จึงนำไปห่อใบตอง ส่วนข้าวต้มกล้วยนั้นจะมีกล้วยใส่ด้วยคือใช้ความหวานของกล้วย นอกจากนี้ยังมีขนมอีกมากมาย ซึ่งจะเห็นขนมได้จากวัดที่คนในชุมชนไปทำบุญในวันพระ และตามเทศกาลต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นขนมปาด ขนมถั่วฝักยาว ขนมลอดช่อง ขนมขี้กระต่าย ฯลฯ

จากการศึกษาระบบอาหารท้องถิ่นของชุมชนบ้านทศพคล้าย ทำให้เห็นถึงความสัมพันธ์ ของปัจจัยต่างๆ ที่เชื่อมโยงกันซึ่งเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้ระบบอาหารท้องถิ่นยังคงดำรงอยู่ จากภาพข้างต้น พบว่า ในแต่ละเดือนชุมชนบ้านทศพคล้ายมีประเพณีที่เป็นกิจกรรมร่วมกันของคนในชุมชน ซึ่งประเพณีในแต่ละเดือนนั้นมีความสัมพันธ์กับอาหารที่คนในชุมชนประกอบ

ขึ้นเพื่อนำมาร่วมทำบุญตามประเพณี หรือนำมารับประทานร่วมกัน ซึ่งวัตถุดิบของอาหารเหล่านั้นมาจากพืชผัก อาหารท้องถิ่นที่เกิดขึ้นตามฤดูกาล อย่างเช่น ในเดือน เมษายน มีประเพณีบุญสงกรานต์ จะพบ อาหารได้แก่ แกงผักหวานป่าปลาอย่าง แกงผำ แกงหยวกกล้วย แจ่วข้าวคั่ว แจ่วปลาอย่าง แจ่วกุ้งฝอย ซึ่งเป็นวัตถุดิบที่สามารถหามาประกอบอาหารได้ในช่วงฤดูแล้ง

ในช่วงฤดูฝน มีประเพณี ปิดบ้านเลี้ยงบ้าน บุญเข้าพรรษา บุญข้าวประดับดิน ประเพณีข้าวตอกแตก และบุญออกพรรษา ในช่วงฤดูกาลนี้มีพืชผักมากมายตามฤดูกาล แต่ที่เห็นชาวบ้านนำมาทำบุญหรือใช้ในการประกอบอาหารมาก ได้แก่ หน่อไม้ บุก อีรอก และพืชผักต่างๆ ส่วนเนื้อสัตว์จะเป็นพวก อีงู เขียด ฮวก และปลา และมักจะพบอาหาร เช่น แกงหน่อไม้ใบย่านาง แกงฮวก แกงบุก แกงอีรอก แจ่วและผักต่างๆ

ส่วนในช่วงฤดูหนาว จะมีประเพณี บุญข้าวจี ซึ่งเป็นการนำข้าวที่ให้ผลผลิตในฤดูกาลนี้มาประกอบเป็นอาหารเพื่อบูชาให้เทวดาและญาติผู้ล่วงลับไปแล้วซึ่งถือว่าข้าวจีจะมีกลิ่นหอม เมื่อนำมาถวายพระความหอมจะไปถึงเทวดา และยมบาลเพื่อให้ปล่อยญาติพี่น้องมารับอาหารที่ทำบุญไปให้ นอกจากข้าวจีแล้ว ยังมีอาหารตามฤดูกาล เช่น ดอกแค มะรุม และเพกา ซึ่งเป็นอาหารที่นิยมรับประทานในช่วงฤดูกาลนี้ เนื่องจากเป็นผลผลิตตามฤดูกาลแล้วยังมีสรรพคุณแก้ไข้ที่จะมากับฤดูหนาวอีกด้วย

### 2.3) ความเชื่อ

การถือศีตครอง และการปฏิบัติตัวตามความเชื่อนั้นถูกถ่ายทอดและถือปฏิบัติมา โดยเชื่อว่าหากผู้ที่ไม่ได้ปฏิบัติจะเกิดโรคภัยไข้เจ็บแก่ตนเองและครอบครัว เรียกว่า “คะลำ” ซึ่งบางความเชื่อนั้นเกี่ยวข้องกับเชื่อมโยงกับระบบอาหารท้องถิ่น

คนทพคล้ายมีการปลูกฝังให้เคารพและเชื่อในผู้นำ จากประวัติศาสตร์ของชุมชนบ้านทพคล้าย มักจะเล่าถึงผู้นำของตนทั้งผู้นำทางจิตวิญญาณ คือ หลวงปู่ยอด ที่เดินทางมากับกลุ่มคนลาวเวียงตั้งแต่ประเทศลาวจนมาตั้งค่ายที่บ้านทพคล้ายแห่งนี้ หลวงปู่ยอดเป็นที่พึ่งทางใจให้คำปรึกษา และคุ้มครองคนลาวจากภัยอันตรายต่าง ๆ ที่มองไม่เห็น คนทพคล้ายนับถือให้ความเคารพกราบไหว้เรื่อยมา หากลูกหลานบวชหรือทำงานอะไรก็จะต้องบอกกล่าวหลวงปู่ยอดก่อน งานก็จะสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี และจะต้องนำอาหารคาวหวาน ดอกไม้ ไปถวายเมื่อสำเร็จลุล่วงในงานที่ตนได้บอกกล่าวไว้

ส่วนผู้นำที่เป็นผู้คุ้มครองชีวิต และช่วยเหลือการดำรงอยู่ของกลุ่มคนลาวเวียงในอดีต เรียกว่า เจ้านายเป็นนายทหารไทยที่นำทัพมาสู่ค่ายแห่งนี้ ตามความเชื่อและการบอกเล่าของคนทพคล้าย นายทหารผู้นี้ได้ดูแลกลุ่มคนชาวลาวจนเสียชีวิตในค่ายแห่งนี้ และเพื่อแสดงถึงความเคารพนายทหารบรรพบุรุษทพคล้ายจึงได้ตั้งศาลเจ้านายไว้ในหมู่บ้าน ทั้งยังมีเป้าหมายเพื่อให้ชาวลาวที่อยู่รวมกันที่ค่ายแห่งนี้มีน้ำหนึ่งใจเดียวกันเหมือนตอนที่นายทหารไทยยังคงอยู่ในค่าย ถือว่าบรรพบุรุษของคนทพคล้ายนำความเชื่อเรื่องผีมาเชื่อมความสัมพันธ์ของคนทพคล้ายให้อยู่ร่วมกัน ศาลเจ้านายจึงเป็นสิ่งที่คอยเตือนว่าคนทพคล้ายมีเจ้านายคนเดียวกัน โดยจะมีเจ้าจำเป็นผู้ดูแลสื่อสารกับเจ้านายโดยการใช้วิธีการจับข้าวสารเพื่อเสี่ยงทายเลือกเจ้าจำเป็นและมีหน้าที่เลี้ยงเจ้านายในช่วงเดือน 6 ของทุกปี

คนทพคล้ายในอดีตมีความเชื่อและการนับถือผีมาตั้งแต่อาศัยอยู่ที่ประเทศลาว เมื่อครั้งที่ถูกกวาดต้อนมาประเทศไทยก็ได้มีการอันเชิญ “จุ่ม” ผีบรรพบุรุษที่เป็นที่เคารพนับถือร่วมขบวนมาด้วยเพื่อปกป้องรักษาลูกหลานชาวลาว เชื่อว่าจุ่มจะช่วยคุ้มครองการเดินทาง และช่วยรักษาโรคภัยต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นในระหว่างการเดินทาง จุ่มมีลักษณะเป็นเทพ เป็นที่สิ่งศักดิ์สิทธิ์

ทางด้านจิตใจ เป็นครูบาอาจารย์ โดยมีหมอลุ่ม<sup>3</sup> เป็นผู้ดูแลและสื่อสาร ซึ่งจะตั้งหิ้งไว้ที่บ้านหมอลุ่ม หากลูกบ้านไม่สบาย ก็เรียกหมอลุ่มไปรักษา ด้วยการ เป่า เสก ฝนยาให้กิน เมื่อหายดีแล้วครบปีในช่วงปิดบ้านลูกหลานที่เคยรักษา ก็จะนำอาหารมาเลี้ยงจุ่มเป็นการแสดงความเคารพ และขอบคุณจุ่ม

#### 2.4) ชาติพันธุ์ เครือญาติ

จากการศึกษาประวัติศาสตร์ของชุมชนบ้านทัพคล้ายทำให้ทราบได้ว่า คนทัพคล้ายเป็นคนชาติพันธุ์ลาว ที่ถูกกวาดต้อนมาเป็นเชลยศึกเดินทางมาจากประเทศลาว ตามคำบอกเล่าคนในชุมชนที่ได้ฟังสืบต่อกันมา

“ทำอดีตก่อนที่จิมมาอยู่บ้านทัพคล้ายเนี่ย พ่อเฒ่าแม่เฒ่าเหมือนปู่ย่าของเฮามาจากเวียงจันทน์ ทั้งฟ้าวทั้งฝั้งมือค้ำมือคั้นพากันหอบลูกจูงหลานหนีเส็กสงคราม ลอยวาช้ำมลำนน้ำของมา ผู้ใดมาบ่ไหวก่าป๋อยทิมป๋อยช่วงอยู่ตามทาง มือไผแข็งแสงก่ายังต่อไป เสือผ้าก่าเปี่ยงขาดกระรุ่งกะแรงอดมือกินมือ ทุกข์ยากสายใจแทบขาด ผู้ที่รอดตายมาฮอดบางกอก เขาก่าจัดให้ไปตุมกันอยู่”<sup>4</sup>

(ที จันทร อังโน วรวิมล ทองสี, 2538, น.1)

บรรพบุรุษของคนทัพคล้ายต้องผ่านศึกสงคราม ความยากลำบากจากการเป็นเชลยศึก ทำให้กลุ่มคนทัพคล้าย มีทักษะในการเอาตัวรอดการดำรงชีวิตสูง มีการปรับตัวเองให้เข้ากับสภาพแวดล้อมที่ยากลำบากได้เป็นอย่างดี คนทัพคล้ายมีความสามารถเรียนรู้การใช้ชีวิตในพื้นที่แห่งใหม่

<sup>3</sup> หมอลุ่ม เป็นตำแหน่งที่เป็นตัวแทนชาวบ้านในการติดต่อสื่อสารกับจุ่ม

<sup>4</sup> “ในอดีตก่อนที่จิมมาอยู่บ้านทัพคล้าย พ่อแม่ปู่ย่าตายายของเรามาจากเวียงจันทน์ ธิบเร่งทั้งวันทั้งคืนอุ้มลูกจูงหลานหนีสงคราม ลอยข้ามลำน้ำโขง ใครที่ไปต่อไม่ไหวก็ปล่อยทิ้งไว้ตามทาง เมื่อมีแรงก็ถึงจะเดินทางตามมา เสือผ้าเปี่ยงขาด อดมือกินมือ ทุกข์ยากสายใจแทบขาด ผู้ที่รอดมาถึงบางกอก ทหารไทยก็จัดให้ไปอยู่รวมกัน”



เรียนรู้และใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ในการดำรงชีวิต อาหารท้องถิ่นของทศพคล้าย ก็เป็นส่วนหนึ่งที่คนทศพคล้ายเรียนรู้ และปรับตัวแล้วนำทรัพยากรที่หาได้ในท้องถิ่นมาปรุง ด้วยวิธีการแบบวัฒนธรรมการบริโภคแบบชาวลาว จนกลายเป็นเอกลักษณ์เฉพาะของทศพคล้ายอย่างที่เราเห็นในปัจจุบัน นอกจากนี้ คนทศพคล้ายตั้งแต่ในอดีตจนถึงปัจจุบัน จะมีความรัก ความเอื้อเฟื้อแบ่งปันกัน แม้มีโชติญาติพี่น้อง แต่ก็ช่วยเหลือกันจนผ่านความยากลำบากมาจนถึงปัจจุบัน และคนเฒ่าคนแก่มักบอกถึงความยากลำบากในอดีตเหล่านั้นให้ลูกหลานฟัง ทำให้คนบ้านทศพคล้ายมีการแบ่งปันกันในเรื่องการกินอยู่ทั้งเมล็ดพันธุ์และอาหาร หรือมีวัฒนธรรมมารับประทานอาหารร่วมกัน

#### 2.5) ระบบเศรษฐกิจและอาชีพ

ผู้ศึกษาได้ทำการเก็บข้อมูลพื้นฐานจากการทำแบบสอบถาม ด้านอาชีพพบว่าประกอบอาชีพของครอบครัวทศพคล้าย โดยส่วนใหญ่คนทศพคล้ายประกอบอาชีพทำการเกษตร มีรายได้จากผลผลิตทางการเกษตร อาชีพของคนทศพคล้าย ได้แก่ อาชีพเกษตรกรรวม 106 ครัวเรือน เป็นร้อยละ 83.5 ของครัวเรือนทั้งหมด ประกอบอาชีพธุรกิจการค้า 6 ครัวเรือน คิดเป็นร้อยละ 4.7 ของครัวเรือนทั้งหมด ประกอบอาชีพที่มีเงินเดือนประจำ 6 ครัวเรือน คิดเป็นร้อยละ 4.7 ของครัวเรือนทั้งหมด ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป 3 ครัวเรือน คิดเป็นร้อยละ 4.7 ของครัวเรือนทั้งหมด ประกอบอาชีพรับจ้างทางการเกษตร 3 ครัวเรือน คิดเป็นร้อยละ 4.7 ของครัวเรือนทั้งหมด และประกอบอาชีพอื่นๆ เช่น หัตถกรรม ทอผ้า จักรสาน 3 ครัวเรือน คิดเป็นร้อยละ 4.7 ของครัวเรือนทั้งหมด

#### 2.6) ระบบเกษตรกรรม

ภายหลังที่ชุมชนหันมาปลูกพืชเศรษฐกิจไม่ว่าจะเป็น มันสำปะหลัง ข้าวโพดเลี้ยงสัตว์ อ้อยโรงงานทำให้พื้นที่หลักที่เคยปลูกพืชอาหารเปลี่ยนไปเป็นปลูกพืชเชิงเดี่ยว ทำให้คนในชุมชนบ้านทศพคล้ายมีการปรับตัว

โดยมีการทำเกษตรกรรม 2 ระบบ คือ ระบบเกษตรกรรมพืชเชิงเดี่ยวเพื่อการค้า และระบบเกษตรกรรมเพื่อการบริโภคในครัวเรือน

#### 2.6.1) ระบบเกษตรกรรมพืชเชิงเดี่ยวเพื่อการค้า

การทำเกษตรเชิงเดี่ยวของคนในชุมชนบ้านทัพคล้าย จะใช้พื้นที่รอบนอกชุมชนที่จับจองไว้เป็นพื้นที่ทำการเกษตร โดยใช้ระบบการทำฟาร์ม มีการใช้เครื่องจักร เครื่องมือทางการเกษตร สารเคมีในการควบคุมดูแลการเจริญเติบโตของพืช การทำการเกษตรถือเป็นงานหลักของคนในชุมชนบ้านทัพคล้าย ซึ่งนำมาซึ่งรายได้สำหรับใช้จ่ายในครอบครัว ซึ่งปัจจุบันมีความจำเป็น เนื่องจากมีรายจ่ายในการดำรงชีวิตทั้งเรื่องของอาหารที่ซื้อวัตถุดิบที่เป็นประเภทเครื่องปรุง ข้าว และเนื้อสัตว์ นอกจากนี้ยังมีรายจ่ายที่ต้องจ่ายประจำเดือน

อย่างไรก็ตามผลกระทบของการปลูกพืชเชิงเดี่ยว ส่งผลต่อระบบอาหารท้องถิ่น ตั้งแต่การขยายพื้นที่ปลูกพืชเชิงเดี่ยว ได้ขยายพื้นที่เข้าไปในพื้นที่ป่า ซึ่งเป็นผลิตอาหารที่สำคัญ ทำให้พื้นที่ป่าถูกทำลาย ระบบการทำเกษตรแบบพืชเชิงเดี่ยวซึ่งใช้เครื่องจักรในการทำเกษตร โดยการไถปรับหน้าดิน ส่งผลกระทบต่อโครงสร้างของดิน ที่มักจะถูกไถปรับ และเมื่อฝนตกเกิดการชะล้างพังทลายของหน้าดิน เนื้อดินไหลไปกับน้ำเหลือแต่ทราย ผลกระทบต่อมาที่พบในปัจจุบันพบว่าพื้นที่การเกษตรส่วนใหญ่มีลักษณะเป็นดินทราย ยิงนานวันทรายในแปลงเกษตร ไหลไปกับฝนและไปทับถมในพื้นที่ห้วย หนอง คลอง ซึ่งในลำห้วยกระเสียวก็ประสบกับปัญหาลำห้วยตื้นเขิน ทำให้แหล่งที่อยู่ของสัตว์น้ำ เช่นโขดหินต่างๆ ถูกทับถมไปหมด สัตว์น้ำน้อยลง ชาวบ้านหาสัตว์น้ำในลำห้วยได้น้อยลง

#### 2.6.2) ระบบเกษตรกรรมเพื่อการบริโภคในครัวเรือน

ระบบเกษตรกรรมเพื่อการบริโภคในครัวเรือน เป็นการปรับตัวของคนในชุมชนบ้านทัพคล้ายโดยนำพืชผักที่เคยปลูกตามไร่ มาปลูกในพื้นที่

ว่างที่อยู่บริเวณใกล้บ้านเพื่อง่ายในการดูแล และไม่ได้รับผลกระทบจากสารเคมีที่ใช้กำจัดศัตรูพืช พืชผักที่นำมาปลูกนี้ ใช้เครื่องมือและวิธีการปลูก การดูแลแบบดั้งเดิม โดยมักจะปลูกพืชผักตามฤดูกาล โดยเฉพาะเมื่อเข้าฤดูฝน ชาวบ้านเริ่มเตรียมแปลงผัก และเมล็ดพันธุ์ ใช้แวกเป็นเครื่องมือหลักในการเพาะปลูกและดูแลกำจัดวัชพืช มีการถือวันดีในการปลูก โดยส่วนใหญ่ผักที่รับประทานจะปลูกในวันศุกร์ เชื่อว่าให้ผลผลิตมาก ใช้แรงงานของคนในครอบครัวในการเพาะปลูกและดูแลเป็นหลัก ปลูกแค่เพียงพอในการบริโภคภายในครอบครัวเท่านั้น ซึ่งพืชผักท้องถิ่นเหล่านี้ ให้ผลผลิตที่มากเนื่องจากถูกคัดสรรมาโดยธรรมชาติเหมาะกับสภาพพื้นที่ อากาศ และวิธีการบริโภคของชุมชน ซึ่งจากการสังเกตพืชผักพื้นบ้านของชุมชนบ้านทศพคล้ายที่ชาวบ้านปลูกเพียงไม่กี่ต้น สามารถเก็บผลผลิตได้นาน 2-3 เดือน

นอกจากนี้ยังพบว่าหากพื้นที่ที่ทำการเกษตรพืชเชิงเดี่ยวว่างหรือเสียหายจากภัยธรรมชาติ นำพืชผักพื้นบ้านมาปลูกทดแทนพืชเศรษฐกิจที่สูญเสียไป และนำพืชผักเหล่านั้นมาบริโภคในครัวเรือน พืชที่นิยมนำมาปลูกได้แก่ ข้าวไร่ ข้าวโพดพันธุ์พื้นบ้าน ฟักทอง ฯลฯ จากการศึกษาพบว่าคนทศพคล้ายมักจะหาพื้นที่ว่างตามวัด และตามศาลาชุมชนที่ว่างใช้เป็นพื้นที่ปลูกพืชผักรวมกันเพื่อเป็นแหล่งอาหารของชุมชน เช่นกลุ่มแม่บ้านที่ใช้พื้นที่ปลูกต้นหอมของชุมชนนำแดง ฟักทอง บวบหอม มาปลูก เมื่อผลผลิตสามารถเก็บเกี่ยวได้คนในชุมชนสามารถเก็บไปบริโภคได้ พื้นที่เหล่านี้จะหมุนเวียนเปลี่ยนไปแต่ละปีแล้วแต่จะมีพื้นที่ว่างตรงไหนก็จะช่วยกันไปปลูกไว้

พืชผักที่ปลูกเหล่านี้วัดดูดิบหลักที่คนในชุมชนบ้านทศพคล้ายนำมาผลิตเป็นอาหารท้องถิ่นนั้น มีมากทั้งปริมาณและชนิดพันธุ์จากการศึกษาทำให้ทราบถึงพืชผักที่ชุมชนนำมาเป็นวัตถุดิบในการประกอบอาหารทั้งที่ปลูกได้เองและหาได้ในชุมชนจากการศึกษาพบพืชผักหลากหลายชนิดที่คนทศพคล้ายนำมาบริโภคนี้อย่างนี้

1) ไม้ยืนต้น ได้แก่ ผัก, แคป่า, ผักอีฮุมบ้าน (มะรุม), มะรุมป่า, มะกอกป่า, สะเดา, ขนุน, ผักกุ่มน้ำ, ใบยอ, มะยม, กระโดน, ต้นคันของ (ต้นปีป), มะตูม, มะม่วง, มะพร้าว, หมาก, ส้มโอ, มะขาม, ต้นขี้เหล็ก, มะกรูด

2) พืชล้มลุก ได้แก่ ผักกาดไร่, ผักชีล้อม, ผักไล่ปลาช่อน, ต้นหอมอีเล้ง, ผักหนามไพรหญ้า, ผักบัว (ต้นหอม), ข้า, ตะไคร้, มะเขือส้ม, ต้นดกเดีย (ต้นบุก), ผักกูด, ผักหนาม, กระเทียม, ชิงป่า, ว่านไพร, ผักขี้ตุ้ (ใบแมงลัก), ผักขี้ตุ้แร (ใบโหระพา), อีเอี้ยง, ยอดตากวาง, ผักกูดป่า, ผักกูดงอ, กระเจียว, กล้วยน้ำว่า, ใผ่ตรง, ใผ่ลวก, ใผ่หวาน, บอนเต่า, หูเสือ, ผักเสี้ยน, ผักไข่แมงดา, ผักขมขี้ปลา, ผักบู่, กล้วยแค, ผักกาดเขียว, หมากขี้เขีย (มะเขือส้ม), ข้าวไร่, ผักคราดหัวแหวน, ผักละว้าดีเมีย, ผักไข่เหา, ผักย่อมแยะ, อ้อยเลา

3) ไม้พุ่ม ได้แก่ ผักก้านตรง, ใบบัวบก, ผักแว่น, พริก, มะเขือพวง, มะเขือคางกบ, มะอึก, มะแว้ง, ผักหวานป่า, ผักหวานบ้าน, ผักชะอม, ผักขี้หูด

4) ไม้เลื้อย ได้แก่ หมั่นน้อย, ถั่วพู, ผีโพล่ง, ผักปลัง, ตำลึง, ฟักข้าว, ถั่วปลิ, ถั่วแปบ, มะระขี้นก, บวบหอม, ฟักทอง, ฟักหอม, หมากกระโป๊ะ, หมากหัวต่อ (ลูกชะเอม), บวบเหลี่ยม, บวบป่า, หมากแนก (น้ำเต้า), ผักอีเล็ด (ชะพลู), แตงส้ม, มันเภา (มันแกว), แตงส้ม, ใบหญ้านาง, ถั่วแระ, ถั่วลิสง, ถั่วเน่า, บวบงู

5) เห็ด ได้แก่ เห็ดบด, เห็ดตาบ (เห็ดโคน), เห็ดปี่, เห็ดขาว, เห็ดไผ่, เห็ดโคก, เห็ดน้ำหมาก, เห็ดเผาะ, เห็ดหน้าทั้ง, เห็ดโคนไก่, เห็ดขอน, เห็ดหูลิง (เห็ดหูหนู), เห็ดกระด้าง, เห็ดฟาง, เห็ดนางฟ้า

6) พืชน้ำ ได้แก่ บอน, ผำ, ทุ่น, ผักก้านจ๋อง, ผักกระเจด, เทา, ผักกระเฉด

ชุมชนบ้านทศพคล้ายมีพื้นที่สวนที่ใช้ประโยชน์ร่วมกันของชุมชน สอนกลายเป็นแหล่งอาหารท้องถิ่นที่สำคัญ ที่ทุกคนในชุมชนสามารถไป เก็บผักที่ขึ้นเองตามธรรมชาติมาบริโภคได้โดยไม่ต้องขออนุญาตเจ้าของที่ ซึ่งเป็นที่รู้จักกันของชุมชน พื้นที่สวนนี้มีเนื้อที่รวมกันแล้วประมาณ 20-30 ไร่ มีผักพื้นบ้านเกือบทุกชนิด พลัดกันขึ้นหมุนเวียนกันแต่จะฤดูกาล ผักที่ขึ้นใน สวนหมาก สวนมะพร้าว ได้แก่ ยอดผีโพง ฟักข้าว ผักกูดง่อง ผักปลัง ตำลึง มะระขี้นก

ชุมชนบ้านทศพคล้ายมีความรู้ในการเก็บเมล็ดพันธุ์ของคน ทศพคล้ายจะเก็บจากผลผลิตที่แก่เต็มที่ นำเมล็ดมาฟุ้งลมให้แห้งแล้วห่อด้วย ผ้าฝ้ายเก่าที่ไม่ได้ใช้แล้ว เก็บไว้ตามชื้อบ้าน หรือเสาบ้าน บางบ้านห่อใส่ผ้าฝ้าย แล้วสวมในถุงพลาสติกอีกชั้น ผู้ศึกษาเคยไปเก็บข้อมูลพบเกือบทุกบ้าน จะมีเมล็ดพันธุ์ผักแขว่นไว้ตามเสาบ้าน ซึ่งสามารถหาเมล็ดพันธุ์ผักปลูกได้ที่ บ้านทศพคล้าย การศึกษาพบว่าชุมชนบ้านทศพคล้ายเป็นแหล่งรวบรวมพันธุ์ พืชผักพื้นบ้านของอำเภอบ้านไร่ ไว้ได้หลากหลายชนิดพันธุ์และมีปริมาณ มาก จากการศึกษาพบว่าคนในชุมชนบ้านทศพคล้ายมีความรู้ในการเก็บรักษา เมล็ดพันธุ์พืชผักท้องถิ่นไว้สำหรับปลูกในแต่ฤดูกาล ซึ่งสามารถพบเห็นได้ตาม บ้านของคนในชุมชน โดยจะเก็บเมล็ดพันธุ์พืชผักที่แก่จัด ตากให้แห้งและเก็บ ใส่ห่อผ้าฝ้าย ผูกด้วยถุงพลาสติกและเก็บไว้ตามเสาบ้าน บริเวณที่เก็บ เครื่องการเกษตรต่าง ๆ รวมถึงการแจกจ่ายเมล็ดพันธุ์ให้เพื่อนบ้านปลูกด้วย

ภาพที่ 1 การเก็บรักษาเมล็ดพันธุ์ผักพื้นบ้าน



เมื่อกล่าวถึงวิธีการปลูกพืชผักอาหารท้องถิ่นคนทพคสัยจะถือฤกษ์ยาม หากจะปลูกผักให้งามจะต้องปลูกในวันศุกร์ มีคาถาสำหรับท่องก่อนปลูกซึ่งเป็นความเชื่อของแต่ละคน เพื่อให้ผลผลิตมาก ปัจจุบันก็มีแต่ผู้เฒ่า ผู้แก่ที่ยังคงถือฤกษ์ถือยาม และใส่คาถาในเมล็ดผักก่อนปลูก อย่างไรก็ตามคนรุ่นใหม่ก็ยังคงยึดวิธีการปลูกพืชผักไว้รับประทาน

#### 4.2.2 ความสัมพันธ์ของระบบอาหารท้องถิ่น

จากการศึกษาระบบอาหารท้องถิ่น ทำให้เห็นความสัมพันธ์ของระบบต่างๆ ที่สัมพันธ์กันเป็นข่ายใยภายในชุมชนบ้านทพคสัย ชุมชนสามารถรักษาระบบให้มีความสัมพันธ์อยู่ในระดับสมดุล ทั้งนี้เวชธรรมชาติ

ดิน น้ำ ป่าไม้ และฤดูกาลที่ทำให้เกิดวิถีชีวิตตามธรรมชาติในการประกอบอาหารท้องถิ่น ผู้คนในชุมชนควบคุมการใช้ทรัพยากรธรรมชาติด้วยระบบความเชื่อในสิ่งเหนือธรรมชาติ หากผู้ใดในชุมชนทำผิด ใช้ทรัพยากรอย่างไม่เคารพ เชื่อว่าจะพบกับภัยอันตราย หรือหากผู้ใดไม่ดูแลแม่โพสพ ข้าวที่ปลูกไว้ก็จะได้ผลน้อย หรือผู้ใดที่เข้าป่าแล้วไม่บอกเจ้าที่เจ้าทาง เจ้าป่าเจ้าเขาก็คงไม่สามารถล่าสัตว์ได้ คนในชุมชนบ้านทศพคล้ายจะแสดงความเคารพด้วยการประกอบอาหารเพื่อบูชาและขอบคุณต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์เหล่านั้น

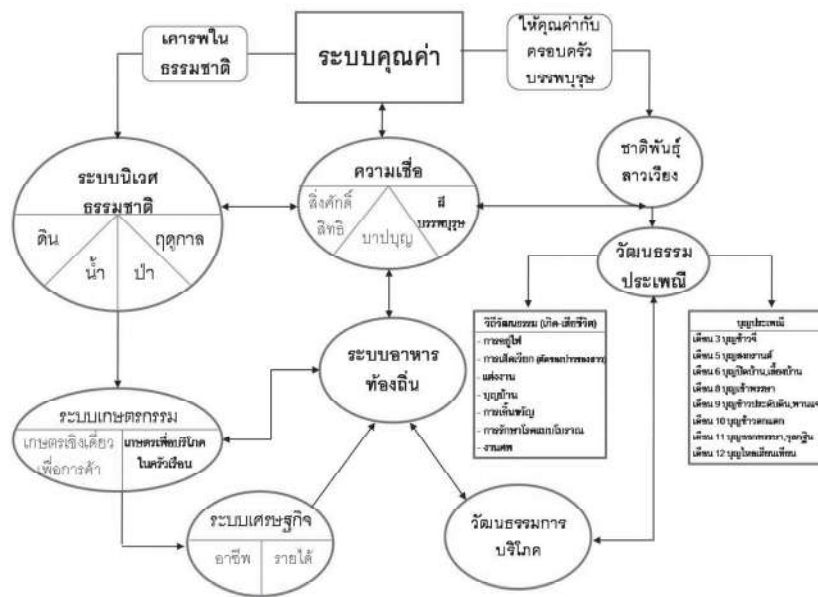
ระบบครอบครัว เครือญาติเป็นส่วนในการใช้ประโยชน์ในทรัพยากรธรรมชาติ คนบ้านทศพคล้ายสอนลูกหลานให้ เก็บหาพืชผัก จับสัตว์จากธรรมชาติแค่เพียงพอต่อการบริโภคเท่านั้น โดยเฉพาะพวกพืชผักต่างๆ เมื่อเก็บมาเหลือก็จะทิ้งเสียหยาบ หากต้องการกินหรือใช้สามารถไปเก็บมาได้ ซึ่งพืชผักที่เก็บจะได้ของสดใหม่ ยิ่งทำให้มีรสชาติดี นอกจากนี้ครอบครัวเป็นส่วนในการถ่ายทอดความรู้ในการแสวงหาอาหารที่มีอยู่ตามธรรมชาติ ถ่ายทอดการผลิต และใช้เครื่องมือต่างๆ และเรียนรู้การนำเมล็ดพันธุ์บางส่วนที่เกิดขึ้นในธรรมชาติมาขยายพันธุ์ แม้ปัจจุบันระบบเกษตรกรรมของชุมชนบ้านทศพคล้ายมีการเปลี่ยนแปลงไปตามระบบเศรษฐกิจ ซึ่งรายได้เข้ามามีส่วนในการดำรงชีวิต การสร้างรายได้ด้วยวิถีเกษตรกรรมพืชเชิงเดี่ยว ระบบเกษตรกรรมเชิงเดี่ยวก็ยังคงต้องพึ่งพาระบบนิเวศธรรมชาติ ไม่ว่าจะเป็น ทรัพยากรดินซึ่งเป็นที่เพาะปลูกและสร้างความเจริญเติบโตของพืช ทรัพยากรน้ำ ทั้งน้ำฝน และแหล่งน้ำในห้วยกระเสียว ที่ใช้ในการเกษตรเพื่อเป็นตัวนำพาธาตุอาหารหล่อเลี้ยงพืชให้เจริญเติบโต ซึ่งการทำการเกษตรในพื้นที่เป็นไปตามฤดูกาล อาศัยการหมุนเวียนของสภาพอากาศโดยเฉพาะฝน เป็นช่วงเริ่มต้นแห่งการเพาะปลูก ระบบเกษตรกรรมแบบพืชเชิงเดี่ยวก็ไม่สามารถตัดขาดจากระบบนิเวศธรรมชาติได้ ซึ่งในช่วงฤดูกาลเพาะปลูกเมื่อฝนแรกมักจะมาพร้อมกับความแปรปรวนทางอากาศ ทั้งลมแรง ทั้งฟ้าผ่า

การศึกษาระบบอาหารท้องถิ่นทำให้เห็นถึงสัมพันธ์ภาพของระบบ การเกื้อกูลกันของระบบต่างๆ ที่สัมพันธ์เชื่อมโยง อาหารเป็นส่วนหนึ่งใน ประเพณีวัฒนธรรมของชุมชน วัฒนธรรมสร้างสรรค์อาหารให้รับใช้ความ เชื่อ ความศรัทธา และในทางกลับกันความเชื่อรักษาความสมดุลของอาหาร ไว้ ด้วยการรักษาระบบนิเวศธรรมชาติ ที่มีความเชื่อในสิ่งเหนือธรรมชาติที่ คอยปกป้องดิน น้ำ ป่า ที่ช่วยดูแลรักษาผลผลิต ซึ่งในแต่ละระบบมีรูปแบบ การจัดการของระบบตนเอง ที่มีลักษณะเป็นเครือข่ายเชื่อมโยงต่อกัน เป็นความสัมพันธ์ที่ต่อเนื่องกันไปเรื่อยๆ มีความเป็นพลวัต หมุนเวียนไปมา ซึ่งคาปร้าได้กล่าวว่า ระบบชีวิตในทุกระดับมีลักษณะเชื่อมโยง อิงกันและกัน ทุกระบบสามารถอยู่ได้ด้วยความเป็นองค์รวม ซึ่งสัมพันธ์ภาพของระบบ ที่เชื่อมต่อกันเป็นปัจจัยหลักในการรักษาการดำรงอยู่ของระบบต่างๆ ใน ชุมชนแห่งนี้

นอกจากนี้ในการศึกษาความสัมพันธ์ระบบอาหารท้องถิ่น ผู้ศึกษาได้พบรูปแบบ หรือแบบแผน (Pattern) แต่ละระบบภายในชุมชน บ้านทัพคล้ายถูกจัดวางรูปแบบไว้โดยใช้ความเชื่อ เป็นกรอบความคิด ที่เป็น โครงสร้างทางความคิดซึ่งนำไปสู่กฎเกณฑ์ทางสังคม ไม่ว่าจะเป็น ความเชื่อ ในเรื่องบรรพบุรุษ ความเชื่อในบาปบุญ ความเชื่อในเรื่องของผีเจ้าที่เจ้าทาง เจ้าป่า เชื่อในธรรมชาติมีสิ่งศักดิ์สิทธิ์คุ้มครองปกป้องรักษาอยู่ ไม่ว่าจะเป็น แหล่งน้ำ ดิน ป่าไม้ ซึ่งความเชื่อเหล่านี้ไปควบคุมแบบแผนพฤติกรรม รวมถึง วัฒนธรรมประเพณีของชุมชน ส่วนหนึ่งความเชื่อเหล่านี้มาจากความเป็น ชาติพันธุ์ที่เป็นคนลาวเวียง ที่มีความเชื่อในเรื่องของฮีดคอง นับถือผีอยู่ ดังเดิม ที่ปฏิบัติสืบต่อกันมาเป็น 100 ปี ไม่เพียงเท่านั้นจากการศึกษาพบว่าชุมชนบ้านทัพคล้ายมีการสร้างชุดความเชื่อขึ้นมาใหม่ โดยผู้นำชุมชนเพื่อ สร้างกิจกรรมให้คนในชุมชนมาร่วมกัน



ภาพที่ 2 ภาพแสดงความสัมพันธ์ของระบบอาหารท้องถิ่น



## 5. บทสรุปและข้อเสนอแนะ

การศึกษาระบบอาหารท้องถิ่น ทำให้ผู้ศึกษาได้เห็นถึง ระบบต่าง ๆ ภายในชุมชนที่มีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันไปมาอย่างซับซ้อน แต่ละระบบต่างเอื้อ เกื้อกูลต่อกัน อาหารท้องถิ่นนั้นเป็นระบบวัฒนธรรมหนึ่งในชุมชน เป็นการนำทรัพยากรจากระบบนิเวศธรรมชาติ และใช้ชุดความรู้ในการจัดการทรัพยากรเพื่อสร้างเป็นวัฒนธรรมอาหาร อาหารของชุมชนบ้านทศพคล้ายจึงไม่ใช่เพียงปัจจัยในการดำรงชีวิตเท่านั้น แต่อาหารคือวิถีชีวิตหนึ่งของคนบ้านทศพคล้าย ตั้งแต่เรื่องการผลิต การบริโภค ไปจนถึงการนำอาหารไปใช้ในการตอบแทนสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่คนในชุมชนเคารพนับถือ อาหารช่วย

เชื่อมร้อยผู้คนให้มาพูดคุย ทำกิจกรรมร่วมกันตามประเพณีต่างๆ อาหารบ่งบอกถึงการเปลี่ยนแปลงของฤดูกาล อาหารเป็นยา อาหารบ่งบอกถึงชาติพันธุ์

การศึกษาความสัมพันธ์ของระบบอาหารท้องถิ่น ผู้ศึกษาเห็นความสัมพันธ์ของ 2 ระบบใหญ่ในชุมชน คือ ระบบนิเวศธรรมชาติ และระบบวัฒนธรรม ซึ่งในแต่ละระบบยังมีระบบย่อยที่สัมพันธ์อยู่ในระบบใหญ่ และสัมพันธ์ไปนอกระบบอีกด้วย

ระบบนิเวศธรรมชาติ เป็นฐานทรัพยากรทางวัตถุดิบของระบบอาหารท้องถิ่น ในระบบนิเวศธรรมชาติ ยังมีระบบย่อยได้แก่ ทรัพยากรดิน ซึ่งเป็นฐานในการผลิตในระบบเกษตรกรรม คนบ้านทศพคล้ายเพาะปลูกพืชผัก เพื่อใช้เป็นวัตถุดิบในการประกอบอาหาร ต้องอาศัยดินช่วยในการเจริญเติบโตของพืช หลังจากที่คนในชุมชนหันมาปลูกพืชเศรษฐกิจทั้งอ้อย มันสำปะหลัง ข้าวโพดเลี้ยงสัตว์ ทำให้ดินเสื่อมคุณภาพ อีกทั้งมีการใช้สารเคมี จนทำให้พืชผักบางชนิดสูญหายไป ปัจจุบันคนในชุมชนเริ่มหันมาใช้ปุ๋ยอินทรีย์ผสมเคมีมากขึ้น เพื่อเป็นการลดต้นทุนและช่วยปรับปรุงบำรุงดินไปด้วย ทรัพยากรน้ำและแหล่งน้ำเป็นแหล่งทรัพยากรที่สร้างวัตถุดิบทางอาหารให้กับชุมชนบ้านทศพคล้าย เนื่องจากชุมชนตั้งอยู่ใกล้แหล่งน้ำ ทั้งห้วยกระเสียว หนองช้างไขลงเป็นแหล่งน้ำที่อยู่อาศัยของสัตว์น้ำ และพืชผักซึ่งแหล่งน้ำสามารถผลิตวัตถุดิบทางอาหารให้คนในชุมชนหาเก็บได้ตลอดทั้งปี แต่ปัจจุบันแหล่งน้ำจะตื้นเขินจากทรายที่ลงมาทับถม ทำให้จำนวนปลาลดลงไปมาก อีกทั้งมีการขุดลอกคูคลองทำให้พืชผักที่ขึ้นตามริมลำห้วยถูกทำลาย ซึ่งอยู่ในช่วงของการฟื้นตัว ทรัพยากรป่าไม้ในอดีต คือแหล่งอาหารที่สำคัญของชุมชนบ้านทศพคล้าย เนื้อสัตว์ที่นำมาประกอบอาหารส่วนใหญ่ได้มาจากป่าที่อยู่รอบชุมชน อีกทั้งพืชผักที่นำมาประกอบเป็นอาหารและเป็นยารักษาโรค คนบ้านทศพคล้ายในอดีตมีความรู้ในการล่า

สัตว์ป่า สามารถประดิษฐ์เครื่องมือและใช้เครื่องมือในการล่าสัตว์ ปัจจุบันการล่าสัตว์เป็นสิ่งผิดกฎหมาย และสัตว์ป่าได้ลดลงไปเป็นจำนวนมาก ป่าไม้จึงเป็นแหล่งทรัพยากรสามารถผลิตพืชผักตามฤดูกาล เช่น เห็ด หน่อไม้ ผักหวาน ผักชีก ไร่รับประทาน นอกจากนี้ยังเป็นส่วนสร้างความสมดุลให้เกิดกับดินและน้ำ ซึ่งหลายชุมชนในเขตบ้านไร่มีการพูดคุยและทำข้อตกลงร่วมกันในการใช้ประโยชน์จากป่า มีการปิดป่าเพื่อให้ต้นไม้ในป่าได้ฟื้นตัว ส่วนฤดูกาลเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้เกิดผลผลิตต่างๆ วัฒนธรรมการบริโภคของคนบ้านทศพคล้ายเป็นการบริโภคตามฤดูกาล อาหารหลายประเภทสามารถมีให้รับประทานได้แค่ช่วงเวลาเดียวในหนึ่งปี ผู้คนในชุมชนจะมีความรู้ที่ได้รับจากการถ่ายทอดบรรพบุรุษในการใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ในธรรมชาติ ฤดูกาลยังมีความสำคัญกับระบบธรรมชาติอื่นๆ ทั้งดิน น้ำ ป่าไม้ ช่วยนำพาฝนมาสร้างความชุ่มชื้นให้กับดิน เพิ่มปริมาณน้ำให้กับแหล่งน้ำ ซึ่งส่งผลกระทบเวียนทรัพยากรที่เป็นแหล่งอาหารในชุมชน

ระบบวัฒนธรรม เป็นแบบแผนปฏิบัติที่สืบทอดกันมาอย่างยาวนานของชุมชนบ้านทศพคล้าย เป็นแนวทางในการดำรงชีวิต เพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกันในชุมชน ระบบอาหารท้องถิ่นเป็นส่วนหนึ่งของระบบวัฒนธรรม ที่คนบ้านทศพคล้ายได้สั่งสมและสืบทอด เป็นชุดความรู้ที่มีความสัมพันธ์กับระบบต่างๆ ในชุมชน ซึ่งภายในระบบวัฒนธรรมยังมีระบบย่อยต่างๆ มากมาย มีความสัมพันธ์กับอาหารท้องถิ่น ซึ่งการทำความเข้าใจถึงระบบต่างภายในชุมชน และความสัมพันธ์ระหว่างระบบอาหารท้องถิ่นกับระบบอื่นๆ จะทำให้เห็นถึงปัจจัยการดำรงอยู่ของระบบอาหารท้องถิ่น ซึ่งผู้ศึกษาพบว่า มีระบบย่อยของระบบวัฒนธรรมที่มีความสัมพันธ์กับอาหารท้องถิ่น

## ข้อเสนอแนะ

วัฒนธรรมการบริโภคของชุมชนบ้านทัพคล้ายเป็นภูมิปัญญาที่มีคุณค่า ที่หล่อเลี้ยงผู้คนในอดีตมาจนถึงปัจจุบัน สิ่ง que ผู้ศึกษาได้เรียนรู้จากการศึกษาในครั้งนี้ทำให้เข้าใจถึงความสัมพันธ์ของระบบอาหารท้องถิ่นของชุมชนบ้านทัพคล้ายไม่ได้มีเพียงอาหารที่บริโภคเท่านั้น แต่มีความสัมพันธ์กับระบบต่างๆ อย่างเป็นพลวัต และระบบต่างๆ ในชุมชนล้วนสัมพันธ์เชื่อมโยง และอาศัยเกื้อกูลกัน หากระบบใดระบบหนึ่งถูกทำลาย ก็จะทำให้กระทบไปสู่ระบบอื่นๆ ไปด้วย ซึ่งจากการศึกษาในครั้งนี้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงของระบบอาหารท้องถิ่นที่ได้รับผลกระทบจากการพัฒนา ด้วยกระบวนการผลิตพืชเชิงเดี่ยว ที่กำลังทำลายระบบนิเวศธรรมชาติของชุมชน แม้ว่าชุมชนมีวิธีการปรับตัว ด้วยการนำพืชผักพื้นบ้านมาปลูกไว้ในบริเวณบ้าน แต่หากระบบนิเวศถูกบุกรุกทำลายจนเกินกว่าจะรักษาความสมดุลไว้ได้ แม้ความรู้และทักษะในการปรับตัวของคนชุมชน ก็ไม่สามารถหยุดการเปลี่ยนแปลงของภัยธรรมชาติไว้ได้ บทสรุปของการศึกษาครั้งนี้จึงได้ข้อสังเกตที่นำไปสู่ข้อเสนอแนะต่อการพัฒนาชุมชนบ้านทัพคล้าย ดังนี้

1) จากการศึกษาพบว่ากลุ่มคนที่รับประทานอาหารท้องถิ่นนั้นเกิดจากการได้รับการอบรมเลี้ยงดูและการบริโภคอาหารท้องถิ่นร่วมกันของครอบครัวตั้งแต่วัยเด็ก ทำให้ติดและเคยชินกับรสชาติของท้องถิ่น ข้อเสนอต่อชุมชน โดยเริ่มปลูกฝังเรื่องของวัฒนธรรมตั้งแต่ฐานของครอบครัว ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในรักษาวัฒนธรรมการบริโภคอาหารท้องถิ่น แต่ละครอบครัวควรรับประทานอาหารท้องถิ่นเป็นวิถีชีวิตซึ่งมีผลดีต่อสุขภาพของคนในครอบครัว ทั้งยังช่วยลดค่าใช้จ่ายในด้านอาหาร และควรชักชวนลูกหลานให้รับประทานอาหารตั้งแต่ยังเด็ก ให้เด็กเข้ามามีส่วนร่วมในการประกอบอาหาร นอกจากนี้ การรับประทานอาหารท้องถิ่นเป็นส่วนช่วยให้เกิดการรักษาพันธุ์กรรมพืชท้องถิ่น ไว้อีกด้วย

2) การยกระดับปลูกพืชผักพื้นบ้าน และสัตว์เลี้ยงของท้องถิ่นให้สร้างรายได้ เป็นอาชีพของชุมชน คนในชุมชนบ้านทศพล้ายสามารถพัฒนารูปแบบการปลูกพืชผัก และเลี้ยงสัตว์ที่ใช้เป็นวัตถุดิบในการประกอบอาหารท้องถิ่น ในลักษณะเชิงพาณิชย์ ให้เป็นพืชเศรษฐกิจของครอบครัว พืชผักเกือบทุกชนิดสามารถปลูกเป็นการค้าได้ เช่น ผักกูด พักข้าว น้ำเต้า แดงไทย บอน ผำ เทา ถั่วพื้นบ้าน ฯลฯ ซึ่งมีความต้องการบริโภคทั้งในชุมชน และภายนอกชุมชน โดยหน่วยงานภาครัฐ เช่น เกษตรอำเภอบ้านไร่ ปศุสัตว์อำเภอบ้านไร่ ประมงควรเข้าร่วมหาแนวทางในการส่งเสริมและสนับสนุน พัฒนาเป็นรูปแบบการปลูกพืช เลี้ยงสัตว์อาหารท้องถิ่นในเชิงพาณิชย์ เพื่อเป็นแหล่งรายได้อีกทางให้กับคนในชุมชน

3) การฟื้นฟูระบบนิเวศป่ารอบๆ ชุมชน โดยการจัดตั้งเป็นป่าชุมชนในพื้นที่ป่าสงวนในพื้นที่ที่ยังไม่ประกาศจัดตั้ง และชุมชนหาแนวทางร่วมในการส่งเสริมการปลูกพืชอาหารท้องถิ่น เพื่อเป็นแหล่งผลิตวัตถุดิบให้กับคนในพื้นที่รอบป่าชุมชน ในส่วนที่มีการจัดตั้งเป็นป่าชุมชนแล้ว ควรมีแนวทางในการกำหนดกติการ่วมกันในการใช้ประโยชน์จากป่า รวมถึงการมีส่วนร่วมในการควบคุมไฟป่ามิให้ทำลายพืชพรรณ สัตว์ที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ป่าชุมชน และส่งเสริมการปลูกพืชอาหารท้องถิ่นเพิ่ม

## บรรณานุกรม

### หนังสือและบทความในหนังสือ

- กฤษฎา บุญชัย, บัณฑูร เศรษฐศิโรตม์, วิฑูรย์ เลี่ยนจำรูญ. (2550). *แนวความคิดและนโยบายฐานทรัพยากรอาหาร*. กรุงเทพฯ: พิมพ์ดีการพิมพ์.
- กาญจนา แก้วเทพ. (2538). *การพัฒนาแนววัฒนธรรมชุมชน โดยเถื่อนมนุษย์เป็นศูนย์กลาง*. กรุงเทพฯ: สมาคมทอกลีกล้วยแห่งประเทศไทยเพื่อการพัฒนา.

- กาญจนา แก้วเทพ. (2538). *เครื่องมือการทำงานแนววัฒนธรรมชุมชน*. กรุงเทพฯ: สมาคมทอกลีแห่งประเทศไทยเพื่อการพัฒนา.
- จุลจักรพงษ์, พระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้า. (2505). *เจ้าชีวิต*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: คลังวิทยา.
- งามพิศ สัตย์สงวน. (2545). *วัฒนธรรมข้าว ในสังคมไทย, การคงอยู่และการเปลี่ยนแปลง* (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: เท็กซ์ แอนด์ เจอร์นัล
- ฉัตรทิพย์ นาถสุภา. (2540). *เศรษฐกิจหมู่บ้านไทยในอดีต*. กรุงเทพฯ: สร้างสรรค์.
- ฉัตรทิพย์ นาถสุภา. (2547). *วัฒนธรรมไทยกับขบวนการเปลี่ยนแปลงสังคม*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ซิมเป มูรากามิ, เขียน . (2547). *สู่สำนักธรรมชาติ คู่มือเกษตรกรรมนิเวศในเขตร้อน* (ดิสทัต ไรจนาลักษณ์, ผู้แปล). กรุงเทพฯ: มูลนิธิโกมลคีมทอง.
- จิรวุฒิ เสนาคำ. (2539). *แนวคิดเกษตรกรรมทางเลือก*. กรุงเทพฯ: โลกดูดยภาพ
- นาถพงศ์ พัฒนพันธ์ชัย. (2551). *อาหาร: ชีวิตหรือสินค้า?*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิเกษตรกรรมยั่งยืน.
- บุญเทียน ทองประสาน. (2531). *แนวคิดวัฒนธรรมชุมชนในงานพัฒนา*. กรุงเทพฯ: สมาคมทอกลีแห่งประเทศไทยเพื่อการพัฒนา.
- บำรุง บุญปัญญา. (2549). *3 ทศวรรษ แนวคิดวัฒนธรรมชุมชน*. กรุงเทพฯ: เดือนตุลา.
- พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต). (2543). *การพัฒนาที่ยั่งยืน*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิโกมลคีมทอง.
- พริตจ๊อฟ คาปร้า. (2546). *จุดเปลี่ยนแห่งศตวรรษ 1-3 อิทธิพลของความคิดแบบเดส์คาร์ทส์ – นิวตัน* (พระประชา ปสนุนธมโม และคนอื่นๆ, ผู้แปล). กรุงเทพฯ: มูลนิธิโกมลคีมทอง.
- พริตจ๊อฟ คาปร้า. (2548). *โยงโยที่ซ่อนเร้น* (วิศิษฐ์-ณัฐพล วังวิญญู และสว่าง พงศ์ศิริพัฒน์, ผู้แปล). กรุงเทพฯ: สอนเงินมีมา.
- มูลนิธิชีววิถี, มูลนิธิเกษตรกรรมยั่งยืน, ศูนย์อีสานน่านเย็น, สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย, ภาควิชาพฤกษศาสตร์, โครงการส่งเสริมบทบาท

ชุมชนอ่าวพังงา, โครงการอนุรักษ์และฟื้นฟูความหลากหลายชีวภาพ. (ม.ป.ป.). จากฐานทรัพยากรสู่ความมั่นคงทางอาหาร การฟื้นฟูฐานทรัพยากรธรรมชาติและหลากหลายทางชีวภาพเพื่อความมั่นคงทางอาหารของชุมชนและสังคมไทย. นนทบุรี: มูลนิธิชีววิถี.

ยศ สันตสมบัติ. (2540). *มนุษย์กับวัฒนธรรม*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.  
ยุทธชัย เฉลิมชัย. (2546). สังคมถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท ความใฝ่ฝันของผู้ใหญ่บุญลย์ เข้มเฉลิม ในผู้ใหญ่บุญลย์กับการเรียนรู้เพื่อการพึ่งตนเอง และพัฒนาชุมชนอย่างยั่งยืน. กรุงเทพฯ: ภูแสงแดด.

วันทนา ศิวะ. (2553). *ประชาธิปไตยพื้นดิน ความยุติธรรม ความยั่งยืน และสันติภาพ*. กรุงเทพฯ: แปลนพรีนซ์.

วิฑูรย์ ปัญญากุล แปล. (2547). Coen Reintjes, Bertus Haverkort and Ann Waters-Bayer. *เกษตรยั่งยืน วิธีการเกษตรเพื่ออนาคต*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิสลายไผ่แผ่นดิน

วิฑูรย์ เลี่ยนจำรูญ, ณรงค์ คงมาก และคณะ. (ม.ป.ป.). *เกษตรกรรมทางเลือก ความหมาย ความเป็นมา และเทคนิควิธี*. กรุงเทพฯ: พิมพ์ดี.

วิฑูรย์ เลี่ยนจำรูญ, สุริยนต์ ัญญกิจจานุกิจ. (2551). *จากปฎิวัติเขียว สู่พันธู์วิศกรรม บทเรียนสำหรับอนาคตเกษตรกรรมไทย*. กรุงเทพฯ: สามลดา.

สมยศ พุ่มหว่า. (2541). *การวิเคราะห์ระบบสังคมเกษตร*. ภาควิชาพัฒนาการเกษตร คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

สุกรานต์ ไรจนไพรวงค์. (2547). *พันธู์กรรมท้องถิ่นกับเกษตรกรรมยั่งยืน*. กรุงเทพฯ: พิมพ์ดี.

เอกวิทย์ ณ ถกลาง. (2544). *ภูมิปัญญาภาคกลาง* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: อมรินทร์.

เฮเลนา นอร์เบอร์-ฮอดจ์, ทอด เมอร์ฟีลด์ และสตีเวน กอร์ลิด. (2545). *นำอาหารกลับบ้าน ทางเลือกและทางรอดของเศรษฐกิจอาหารชุมชน* (ไพโรจน์ ภูมิประดิษฐ์, ผู้แปล) กรุงเทพฯ: แปลน พรีนซ์.

### งานวิจัย

นิทัศน์ จันทร และคณะ. (2554). รายงานวิจัยโครงการศึกษาประวัติศาสตร์ชุมชน เพื่อฟื้นฟูความสัมพันธ์และการมีส่วนร่วมของคนในชุมชนบ้านทัพ คล้าย ตำบลทัพหลวง อำเภอบ้านไร่ จังหวัดอุทัยธานี. สำนักงาน กองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) ฝ้ายวิจัยเพื่อท้องถิ่น.

### วิทยานิพนธ์

มัสลิน บุตรเพชร. (2548). ความมั่นคงทางอาหารของชุมชนชาวไทยภูเขาเผ่า อาข่า: กรณีศึกษา บ้านหล่าชา หมู่ที่ 19 ตำบลป่าตึง อำเภอแม่จัน จังหวัดเชียงราย สารนิพนธ์ ประกาศนียบัตรบัณฑิต สำนักบัณฑิต อาสาสมัคร มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

สุรัชย์ รักษาชาติ. (2545). ความมั่นคงทางอาหารในระดับครัวเรือนของคน ชายขอบ: รูปแบบการบริโภคและแหล่งที่มาของอาหารของครัวเรือน กระเหรี่ยง ภาคตะวันตก ประเทศไทย. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต สาขาวิชาเทคโนโลยีการวางแผนสิ่งแวดล้อมเพื่อพัฒนา ชนบท บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

สุริยนต์ จอกลีพันธ์. (2540). การเปลี่ยนแปลงการบริโภคอาหารธรรมชาติ: เส้น ทางจากชนบทสู่ความเป็นเมือง. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย มหิดล.

อรศรี งามวิทยาพงศ์. (2546). กระบวนทัศน์และการจัดการความยากจนในชนบท ของรัฐในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 1-8: พ.ศ. 2504-2544. วิทยานิพนธ์ปริญญา สังคมสงเคราะห์ศาสตร์ดุสิต บัณฑิต มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ คณะสังคมสงเคราะห์ สาขาการ บริหารสังคม.



### เอกสารอื่นๆ

- วรฤทธิ ทองสี. (2550). *ยึดครอง/ประเพณี บ้านทพคล้าย ตำบลทพหลวง อำเภอบ้านไร่ จังหวัดอุทัยธานี*. อุดลำนนา.
- สำนักงานเกษตรอำเภอบ้านไร่. (2555). *แผนพัฒนาการเกษตรตำบลทพหลวง อำเภอบ้านไร่ จังหวัดอุทัยธานี (พ.ศ. 2555-2557)*. อุดลำนนา.
- องค์การบริหารส่วนตำบลทพหลวง. (2555). *แผนพัฒนาสามปี (พ.ศ. 2555-2557) องค์การบริหารส่วนตำบลทพหลวง*. อุดลำนนา.
- อรศรี งามวิทยาพงศ์. (2547). *ทฤษฎีข่ายใยชีวิต (The Web of life) การศึกษาชนบท และการพัฒนาในระดับกระบวนทัศน์*. เอกสารการสอน สำนักบัณฑิตอาสาสมัคร มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

### สื่ออิเล็กทรอนิกส์

- ทฤษฎีข่ายใยชีวิต (The Web of life), สืบค้นเมื่อวันที่ 15 พฤษภาคม 2554, จาก <http://www.fritjofcapra.net/resume.html>.
- สถิติผู้ป่วยโรคมะเร็ง, สืบค้นเมื่อวันที่ 27 สิงหาคม 2557, จาก <http://www.manager.co.th/QOL/ViewNews.aspx?NewsID=9560000014084>.