

ขบวนการอาหารเนิบช้าในฐานะวิถีชีวิตยั่งยืน

Slow Food Movement as the Way to Sustainable Living

ปิยะมาศ ใจไฟ¹
Piyamas Jaifai

Received: November 12, 2019

Revised: December 11, 2019

Accepted: December 17, 2019

บทคัดย่อ

ขบวนการอาหารเนิบช้าในฐานะวิถีชีวิตยั่งยืนเป็นบทความที่มีเนื้อหามาจากส่วนหนึ่งของงานวิจัยเรื่อง *อาหาร: ข้อถกเถียงทางปรัชญาร่วมสมัย* ซึ่งใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยมุ่งนำเสนอประเด็นเรื่องขบวนการอาหารเนิบช้าว่าเป็นทางเลือกในการดำเนินชีวิตที่ทำให้ชีวิตยั่งยืน ผลการวิจัยพบว่า ความหมายของขบวนการอาหารเนิบช้าว่าเป็นขบวนการที่ต่อต้านวิถีการกินที่เร่งรีบในยุคปัจจุบัน ในขณะที่เดียวกันส่งเสริมการมีชีวิตที่ดีโดยมีอาหารที่สะอาด ปลอดภัย และมีชีวิตที่สัมพันธ์กับสิ่งต่าง ๆ อย่างรื่นรมย์ อาหารเนิบช้ามีหลักการพื้นฐานบนความเชื่อว่าทุกสิ่งมีคุณค่าในตัวเอง ดังนั้นเราจึงควรเคารพและเอื้อเฟื้อต่ออาหารและ

¹ ดร., อาจารย์ประจำภาควิชาปรัชญาและศาสนา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, Email: piyamas.j@cmu.ac.th

สมาชิกในระบบนิเวศ ผลลัพธ์ของอาหารเนิบช้าไม่เพียงแต่ส่งผลดีต่อสุขภาพเท่านั้น ยังสนับสนุนวัตถุดิบและวัฒนธรรมอาหารพื้นบ้านซึ่งเป็นการรักษาความหลากหลายของระบบพืชและเมล็ดพันธุ์พื้นบ้าน ระบบอาหารเช่นนี้ยังเอื้อประโยชน์ต่อคนในชุมชน ภูมิปัญญา และความมั่นคงทางอาหาร ซึ่งนำมาสู่ชีวิตที่ยั่งยืนที่สุด

คำสำคัญ: ขบวนการอาหารเนิบช้า, ชีวิตยั่งยืน, ปรัชญาอาหาร

Abstract

This article is a part of the research entitled *Food: Philosophical Perspectives in Contemporary Debates*. This qualitative research discusses the significance of slow food movement as an alternative way to cultivate a sustainable living. By definition, slow food movement is opposed the fast food consumption while supporting the healthy lifestyle which seeking hygiene, food safety and to live in harmony with other entities. The main idea of slow food movement is centered around the believe that everything has its intrinsic value, therefore we should respect and accept all the foods as well as other members in the ecological system. Supporting the slow food movement does not only give benefit for good health but also support the production of local producer and preserves local food culture, which could help securing the diversity of local plants and seeds. This slow food system also gives benefits to community members, local wisdoms as well as helps improve food security, and ultimately will lead to the sustainable food systems.

Keywords: Slow food movement, Sustainable living, Philosophy of food

บทนำ

ในราวสามทศวรรษมานี้ มีการตระหนักรู้แบบใหม่เกี่ยวกับอาหารที่เรากินมากขึ้น ผู้บริโภคมองหาอาหารที่ผลิตจากแหล่งดั้งเดิมรวมถึงที่มาของอาหารที่ปราศจากยาฆ่าแมลง อาหารออร์แกนิก และอาหารในระบบอุตสาหกรรมที่จำหน่ายในห้างสรรพสินค้า ประเด็นเหล่านี้ถูกให้ความสำคัญและพยายามมองหาในเชิงคุณค่ามากกว่ามูลค่ามากขึ้น เพราะมองเห็นถึงผลกระทบต่อสิ่งต่าง ๆ ทั้งทางสิ่งแวดล้อม สุขภาพ และคุณค่าของอาหาร ทำที่ที่ควรจะเป็นในเวลานี้ คือ ต้องมีความรู้เพื่อที่จะหาทางออกต่อปัญหาดังกล่าวและต้องอาศัยความร่วมมือทั้งผู้ผลิต ผู้บริโภค เพื่อให้อาหารมีคุณภาพ และคุณค่าที่ดียิ่งขึ้น (Peter Singer, 2006, pp. 3-6) ประเด็นต่าง ๆ เหล่านี้ถูกหยิบยกมาถกเถียงกันในขอบเขตของจริยศาสตร์อาหาร (Food Ethics)

การศึกษาอาหารในขอบเขตทางปรัชญาถือเป็นเรื่องใหม่ และยังมีความเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กับศาสตร์อื่น ๆ เช่น ประวัติศาสตร์ สังคมวิทยา มานุษยวิทยา ศิลปะ เป็นต้น บทความนี้จึงมุ่งพิจารณาประเด็นหลักในเรื่องจริยศาสตร์อาหาร (Kaplan, 2012) ซึ่งเกี่ยวข้องกับประเด็นของการกำหนดคุณค่าว่า อาหารชนิดใดที่มนุษย์ควรกิน หรือไม่ควรกิน อาหารชนิดใดต้องประกอบอย่างไร ประุงหรือไม่ ต้องผ่านการชิมหรือไม่ ต้องผลิตขึ้นเมื่อใด โดยมีการกำหนดเวลา และวิธีการที่เฉพาะเจาะจง และกระบวนการเหล่านี้สัมพันธ์กับเรื่องใดบ้าง ความเชื่อ โลกทัศน์ หรือชีวิตอย่างไร ข้อกำหนดว่าควรหรือไม่บนฐานของเหตุผลในหลากหลายมิตินี้เองคือขอบเขตของการศึกษาจริยศาสตร์อาหาร

อาจกล่าวได้ว่าจริยศาสตร์อาหารเป็นการศึกษาทางด้านปรัชญาที่สัมพันธ์กับศาสตร์อื่น ๆ ผ่านอาหาร ทั้งศาสตร์ทางด้านสังคมวิทยา มานุษยวิทยา เศรษฐศาสตร์ วิทยาศาสตร์ สิ่งแวดล้อม การเมือง และสุขภาพ เป็นต้น ซึ่งประเด็นที่

อยู่ในขอบข่ายของปรัชญาอาหารจะเกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ของมนุษย์กับอาหารในมุมมองต่าง ๆ เช่น โครงสร้างระบบอาหาร จริยศาสตร์ของการผลิตอาหาร การบริโภคอาหาร รวมถึงนโยบายด้านอาหาร วัฒนธรรมอาหารและการกิน ซึ่งในปัจจุบันประเมินค่าโดยตัวเงินเพียงอย่างเดียว มองข้ามระบบความสัมพันธ์อื่นที่มีความหมายเชิงคุณค่า (McMichael, 2016, pp. 246-250) ทั้งนี้ความเคลื่อนไหวต่าง ๆ ด้านจริยศาสตร์อาหารจึงมุ่งหมายให้ผู้บริโภค ผู้ผลิต ตระหนักถึงกันและกัน รวมทั้งตระหนักถึงระบบนิเวศโลกด้วย เช่น ขบวนการอาหารเนิบช้า (Slow food) อาหารท้องถิ่น (Local Food) ความมั่นคงทางอาหาร (Food Security) เป็นต้น ซึ่งทุกขบวนการมีความเชื่อมโยงเกี่ยวพันกันทั้งสิ้น

บทความนี้จึงมุ่งอภิปรายขบวนการอาหารเนิบช้า (Slow food movement) ว่ามีคุณค่าในฐานะเครื่องมือ (Tool value) ที่จะสามารถทำให้มนุษย์มีชีวิตที่ยั่งยืน ทั้งนี้จะมองผ่านกรอบคิดทางจริยศาสตร์ของแมสัน และซิงเกอร์ 5 ประการ ได้แก่; 1. ความโปร่งใสในกระบวนการผลิตอาหาร 2. ความเป็นธรรมในการกำหนดราคาของอาหาร 3. มนุษยธรรมต่ออาหารในฐานะชีวิต 4. อาหารกับความรับผิดชอบต่อสังคม และ 5. อาหารในฐานะสิ่งจำเป็น ซึ่งผู้เขียนมองว่า หากขบวนการอาหารเนิบช้าสามารถบรรลุหลักการทั้ง 5 นี้ได้ก็ควรค่าที่จะสนับสนุนให้ขบวนการอาหารเนิบช้าเป็นทางเลือกเพื่อความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างมนุษย์และอาหาร รวมถึงเป็นวิถีแห่งความยั่งยืนของชีวิตทั้งหลายในระบบนิเวศด้วย

ความหมายและที่มาของขบวนการอาหารเนิบช้า

งานศึกษาของ Pingali และ Stringer (2003) ระบุถึงประเด็นการเข้าถึงอาหารในหัวข้อเรื่อง Food Security and Agricultural Production in Low-Income Food-Deficit Countries: 10 years after the Uruguay Round ที่เน้นการกระจายรายได้

เพื่อแก้ไขปัญหาความยากจนและเพิ่มประสิทธิภาพ ด้านสาธารณสุขโภชนาการและการตลาด พบว่าความไม่มีประสิทธิภาพของการเข้าถึงอาหารทำให้เกิดภาวะความอดอยาก การเกษตรเชิงอุตสาหกรรมที่เกิดขึ้นจากการปฏิวัติเขียวไม่สามารถแก้ปัญหา ความมั่นคงด้านอาหารได้เพียงสาขาเดียว การที่ประเทศมีอาหารในภาพรวมเพียงพอไม่ได้เป็นสิ่งที่รับประกันได้ว่าประชาชนทุกคนจะมีอาหารบริโภคอย่างเพียงพอ โดยเฉพาะถ้าหากประชาชนมีรายได้น้อยแต่อาหารมีราคาแพง หรือภาครัฐไม่มีระบบบริหารจัดการด้านสวัสดิการที่ดีแล้ว ประชาชนบางส่วนก็อาจขาดแคลนอาหารบริโภคได้เช่นกัน

ช่วงทศวรรษที่ 1990 แนวคิดเรื่องความมั่นคงทางอาหารได้ครอบคลุมไปถึงเรื่องคุณค่าของอาหาร โภชนาการ ความปลอดภัย และความสมดุลทางอาหาร โดยนักวิชาการและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องได้หันมาให้ความสำคัญในเรื่องการบริโภคอาหารอย่างมีประโยชน์ ถูกสุขลักษณะ มีคุณภาพและความปลอดภัย เพื่อสุขภาพที่ดีของประชากรโลก งานวิจัยของ Dreze และ Sen (1989) เรื่อง *Hunger and Public Action* ระบุว่า ประเด็นเรื่องสุขภาพและโภชนาการ ควรถูกนำมาใช้วิเคราะห์เพื่อแก้ไขปัญหาความอดอยากและภาวะขาดแคลนอาหารของประชาชนด้วย ขณะที่ยังคง องค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ (United Nations Children's Fund - UNICEF) ได้ระบุว่าอาหารเป็นปัจจัยสำคัญของสาเหตุการเกิดภาวะทุพโภชนาการในแม่และเด็กซึ่งเกิดจากการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกสุขลักษณะและไม่มีความหลากหลายทางอาหาร นอกจากนั้นกรมการเกษตรของสหรัฐอเมริกา (United States Department of Agriculture - USDA) ยังได้ชี้ว่าความมั่นคงทางอาหารเกิดขึ้นเมื่อสมาชิกในครอบครัวทั้งหมดสามารถเข้าถึงอาหารอย่างเพียงพอในทุกเวลา และดำเนินการได้เองเพื่อมีความสุขที่ดี ดังนั้นความมั่นคงทางอาหารจึงประกอบด้วย การมีอาหารเพียงพอ ปลอดภัย และมีคุณค่าทางโภชนาการ เนื่องจากแนวคิดเรื่องความมั่นคงทางอาหารถูก

พัฒนามาจากความแตกต่างด้านแนวทาง การมองปัญหา ทั้งทางกายภาพ ทางเศรษฐกิจ การเมือง และสังคม โดยทุกฝ่ายต้องการแก้ไขปัญหาในทุกระดับ ทั้งในเชิงโครงสร้างและความต้องการระบุเป้าหมายของแนวทางการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นทั้งเรื่องกระบวนการผลิต การเข้าถึงอาหาร และความปลอดภัยทางอาหาร

อาหารเนิบช้า (Slow food) เกิดขึ้นเมื่อ Carlo Petrini (1949:—) หรือที่รู้จักกันในชื่อ Carlini นักข่าวและนักเขียนรีวิวนิเวศวิทยาอาหารลงในหนังสือพิมพ์คอมมิวนิสต์ของอิตาลีในปี 1986 โดยงานชุมนุมอาหารเนิบช้าชื่อว่า Salone del Gusto จัดขึ้นปี 2002 ถือเป็นการเปิดตัวขบวนการอาหารเนิบช้าที่เต็มไปด้วยการแสดงผลงานชั้นนำของโลก โดยมีผู้คนเข้าร่วมในเวลา 5 วัน จำนวนมากกว่า 180,000 คน โดยในข้อความของเขาแสดงให้เห็นว่าปัญหาความยากจนในโลกจะเกิดขึ้นเพราะเศรษฐกิจที่ถูกหลอกลวงและไร้เสถียรภาพ ดังนั้นสิ่งที่ต้องกระทำคือกลับไปสู่เศรษฐกิจที่แท้จริง นี่คือการเปิดโอกาสของเกษตรกรที่จะต้องกลับไปฟื้นฟูเศรษฐกิจในท้องถิ่นของตนซึ่งเป็นหนทางที่จะสร้างประโยชน์และการพึ่งพากันอย่างมหาศาล หลังจากนั้นเปตรินีก็นำเสนอให้ขึ้นกล่าวสุนทรพจน์ในงานมหกรรมอาหารที่ยิ่งใหญ่อีกหลายครั้ง และไม่เพียงอาหารชั้นนำเท่านั้นที่ถูกจัดแสดงในงาน เกษตรกรพร้อมกับเมล็ดพันธุ์ ผลไม้อบแห้ง สมุนไพร เนื้อสัตว์ที่เลี้ยงและปลูกด้วยกระบวนการอินทรีย์ และขนม homemade ถูกนำมาร่วมแสดงในงานมากขึ้น

เปตรินิมองว่าในระยะเวลา 50 ปี ที่ผ่านมาอาหารสูญเสียคุณค่าในตัวเอง ซึ่งนั่นคือสิ่งที่จะต้องเปลี่ยนให้ได้ เพื่อให้เกิดความศักดิ์สิทธิ์และเคารพในอาหารอีกครั้ง สังคมบริโภคนิยมสร้างของเสียและขยะทุกวัน ขยะอาหาร 4,000 ตัน ในอิตาลีถูกทิ้ง ในขณะที่อาหารที่มีคุณภาพ สินค้าที่มีลักษณะเฉพาะตัว (niches) กลายเป็นสัญลักษณ์และการรับรู้ของผู้บริโภคคือคนร่ำรวย อาหารที่ไม่ได้คุณภาพหรือมีลักษณะที่ไม่ตรงตามมาตรฐานจะต้องถูกทิ้งทันที เขามองว่าตู้เย็นคือ

สุสานของอาหารทั้งหลายที่ถูกแช่แข็งเอาไว้ และเราทุกคนกำลังถูกسابให้ดำเนินชีวิตในวัฒนธรรมที่บริโภคในรูปแบบเช่นนี้ซึ่งเขามองว่าเรากำลังดำเนินไปสู่หายนะ สำหรับเปตรินีมองว่าเกษตรกรทุกคนต้องสามารถดูแลผักของตนได้อย่างเสรี ผู้บริโภคก็ควรรู้สึกปลอดภัย การดำเนินขบวนการอาหารเนิบช้าเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องและทุกมุมโลก เขามองว่าผู้บริโภคควรได้พบปะกับผู้ผลิตและเรียนรู้ร่วมกันถึงที่มาของอาหารที่พวกเขากิน ไม่ใช่คิดถึงร้านอาหารหรือห้างสรรพสินค้าเมื่อต้องการอาหารและไม่มีความรู้อะไรเลยนอกจากนั้น (Hickman, 2009: Online)

หนังสือเรื่อง *Fast Food Nation: The Dark Side of the All-American Meal* เขียนโดย Eric Schlosser (2001) เนื้อหากล่าวถึงสารปนเปื้อนในอุตสาหกรรมเนื้อมดในประเทศอเมริกาโดยเฉพาะเชื้ออีโคไล (E. coli) ที่ฆ่าชีวิตผู้คนไปจำนวนมาก รวมถึงการบริโภคอาหารราคาถูกแต่กลับต้องเสียภาษีของรัฐเพื่อฟื้นฟูระบบนิเวศในบริเวณที่มีการเพาะปลูกหรือเลี้ยงสัตว์ ต่อมาเปตรินีเขียนหนังสือเรื่อง *Slow Food Nation: Why our Food Should be Good, Clean, and Fair* (2005) โดยกล่าวถึงว่าทำไมอาหารของมนุษย์เราควรจะมีรสชาติดี สะอาด และยุติธรรม ซึ่งเริ่มอย่างจริงจังในอิตาลี ซึ่งเป็นประเทศที่ให้ความสำคัญกับวัฒนธรรมกินดีกินอร่อย (mangiare bene) จึงเป็นเหตุผลว่าทำไมอิตาลีจึงเป็นแนวหน้าในการเคลื่อนไหวขบวนการอาหารเนิบช้า เปตรินีสนับสนุนทุกกลุ่มที่ต่อต้านแมคโดนัลด์ ในทางตรงกันข้ามเขายังสนับสนุนทุกกลุ่มที่เน้นอาหารสดใหม่ อาหารท้องถิ่น เกษตรกรรมยั่งยืน อาหารตามฤดูกาล การผลิตอาหารที่คำนึงถึงสิ่งแวดล้อม ต่อต้านวัฒนธรรมอาหารจานด่วน หรือฟาสต์ฟู้ด (Fast food) และต่อสู้เพื่อความหลากหลายทางชีวภาพ

อย่างไรก็ตามหัวใจของขบวนการเนิบช้าคือความรื่นรมย์ ความรื่นเริงในวิธีการกินอาหารสะท้อนไปยังแหล่งผลิตที่ไม่แตกต่างกันมากนัก การปลูกพืช

เลี้ยงสัตว์ต่าง ๆ มีการใส่ปุ๋ยเคมี ฉีดยาฆ่าแมลงแก่พืช ตัดต่อพันธุกรรม ส่วนในสัตว์ฉีดสารกระตุ้นหรือให้อาหารสัตว์แบบเข้มข้น ผสมพันธุ์และเร่งการตกไข่ และที่สำคัญที่สุดผูกขาดผลิตภัณฑ์ทางการเกษตรรวมถึงปศุสัตว์กับบริษัทใหญ่ ๆ เพียงไม่กี่บริษัทซึ่งเป็นผู้ครอบครองตลาดอาหารในระดับประเทศหรือโลก (Honoré, 2016, pp. 81-89) ส่งผลให้เกษตรกรรายย่อยต้องปิดตัวลงในที่สุด รวมถึงชนิดของพืชที่ปลูกก็เหลือเพียงไม่กี่ชนิดตามความต้องการของบริษัทนายทุนรายใหญ่ ทำให้พืชพื้นบ้านหลากหลายสายพันธุ์สูญพันธุ์ในที่สุด

อาหารเนื้ช้างกับความยั่งยืนของสุขภาพ

วิถีการดำรงชีพด้วยการล่าสัตว์และเก็บหาอาหารเป็นทางเลือกที่เหมาะสมในพื้นที่ที่มีสภาพแวดล้อมที่คนในสังคมส่วนใหญ่มองว่าล่าหลังและมีความมั่นคงในชีวิตค่อนข้างต่ำ อีกทั้งยังถูกมองว่ามีความยากลำบากในการทำหากินหรือประกอบอาชีพ ในความจริงแล้วสังคมเหล่านี้มีความสามารถในการปรับตัวทางสังคม วัฒนธรรม วิถีชีวิต และเทคนิคการผลิตที่เหมาะสมสอดคล้องกับสภาพแวดล้อมของพื้นที่ที่พวกเขาอาศัยอยู่ ซึ่งมักเป็นกลุ่มคนขนาดเล็กที่กระจัดกระจายอยู่ทั่วโลก ใช้ชีวิตเรียบง่าย และหากินอาหารเพียงเพื่อตอบสนองความต้องการของร่างกายตามความจำเป็น ถึงแม้ว่าจะมีประสิทธิภาพที่ดีน้อยกว่าเมื่อเปรียบเทียบกับวิถีการผลิตแบบอื่น ๆ แต่หากมองในเชิงคุณภาพแล้ววิถีชีวิตเหล่านี้นักกลับมีคุณภาพชีวิตทั้งทางร่างกายและจิตใจที่ดีกว่าผู้คนที่อาศัยอยู่ในสังคมเมืองที่เต็มไปด้วยความคับคั่งของผู้คน การบริโภคตามกระแส การพึ่งพาวัตถุและเทคโนโลยี ความสับสนวุ่นวาย แต่กลับได้รับผลตอบแทนต่อร่างกายเป็นโรคจากการทำงานหนัก ความเครียด หรือแม้แต่โรคจากสภาพจิตใจที่เหนื่อยล้า ในขณะที่ร่างกายรับอาหารประเภทฟาสต์ฟู้ดที่เต็มไปด้วยไขมันและโซเดียมเพื่อประทังชีวิตและยังต้องคอยแบกรับการยอมรับจากสังคมผ่านวัตถุที่

สัมพันธ์ในชีวิตประจำวันโดยเฉพาะในด้านอาหาร จึงทำให้ร่างกายไม่ได้ทานอาหารที่ดีและเหมาะสมเท่าที่ควร

ขบวนการอาหารเนิบช้าเป็นกระบวนการผลิตและบริโภคอาหารที่รู้ถึงที่มาของอาหารทั้งหมดตั้งแต่วัตถุดิบจนถึงเครื่องปรุงรส ทำให้เราสามารถทราบและเลือกบริโภคอาหารเหล่านั้นให้เหมาะสมกับสภาพร่างกายของตัวเองได้ นอกจากนี้อาหารเนิบช้ายังคงรักษาวินัยอาหารท้องถิ่นที่แฝงไปด้วยภูมิปัญญาทางการแพทย์แผนโบราณผ่านอาหารที่เรารับประทาน ทำให้อาหารเนิบช้าแต่ละจานมีสรรพคุณเฉพาะตัวซึ่งนอกจากรสชาติแล้วยังหมายรวมถึงสรรพคุณทางยาอีกด้วย เนื่องจากอาหารที่ได้ยังคงเหมาะกับสภาพร่างกายของผู้คนที่อาศัยในพื้นที่นั้น ๆ นอกจากนี้ยังส่งเสริมความรู้ความสามารถในการปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ทั้งทางด้านสิ่งแวดล้อม ความหลากหลายของอาหาร และรสชาติ

จากงานวิจัยของ Hannah L. Ruhl (2013, pp. 22-32) พบว่าขบวนการอาหารเนิบช้าเป็นขบวนการที่เอื้อต่อสุขภาพที่ดีของมนุษย์ ชุมชน และสิ่งแวดล้อม โดยมีการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตตลอดกระบวนการ คำนึงถึงอาหารที่ปลอดภัย สะอาด และมีประโยชน์ มีการปลูกแบบอินทรีย์ ไม่ใช่สารเคมีและสารกำจัดศัตรูพืชอื่น ๆ ซึ่งการวิจัยพบว่าพืชที่ปลูกในกระบวนการผลิตแบบอินทรีย์จะมีสารเคมีธรรมชาติที่พบในพืช วิตามิน และสารอาหารอื่น ๆ ที่ครบถ้วน เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ด้วยการผลิตแบบอินทรีย์ทำให้ผู้บริโภคเสี่ยงต่อสารเคมีปนเปื้อนในอาหารน้อยลง และถือเป็นอาหารสะอาดที่ดีสุขภาพ และยังทำให้ปัจจัยในการเพาะปลูกโดยเฉพาะดินนั้นปรับสภาพให้เกิดความสมดุลและสร้างสารอาหารได้ดีมากยิ่งขึ้น

อาหารเนื้ซ้ากั้กับความยั้งยั้งของสังคคและโลก

การตัดลั้ณคูลค่าของอาหารในขบวนการอาหารเนื้ซ้าจั้งพิจารณาจากที่คามาของอาหารที่ต้อคมีคุณธรรมของผู้ผลิตอาหาร ผู้บริโภคอาหารและกระบวนการท้้หคค รวมถั้งลั้ณคะการบริโภคของผู้บริโภคด้วย ขบวนการอาหารเนื้ซ้าจัดเป็นอาหารที่ดีหรือควรกินสำหรับนุษย์ตามท้้ศนะซิงเกอร์ (Peter Singer: 1946 –) ซั้งแบ่งเป็นลั้ณคการทางจริยศาสตร์ 5 ประการ (Mason, and Singer, 2006, pp. 170-171) คี้อ:

1. ความโปร่งใส (Transparency) ในกระบวนการผลิตอาหารในฐานะลั้ณคค่า ทุกคคนมีสิทธิที่จะรู้ที่คมาของอาหารเหล่านั้ บนพื้นฐานการตระหนักรู้ถั้งความสำคัญองลั้ณคการทางจริยศาสตร์และป้อกกันไม่ให้เกิดการกระทำที่ไม่ดีซั้้น ผู้บริโภคสามารถแลกเปลั้ยนข้อมูลเกั้ยวกับกระบวนการผลิตอาหารนั้ ๆ กั้กับผู้ผลิตได้โดยตรง

2. ความเป็นธรรม (Fairness) ราคาอาหารเป็นผลลั้พ์ของการผลิตท้้หคค การกำหนดราคาอาหารจั้งควรเป็นไปตามต้นทุนจริง ซั้งอาจทำให้ลั้ณคค่าอาหารชนิดเดียวกันมีราคาที่แตกต่างกันออกป้แต่หากคี้อต้นทุนที่แท้จริงแล้ว ย้อมเป็นธรรมแก่ผู้บริโภคในการเลือคซ้อลั้ณคค่าตามคุณภาพและราคาที่เหมาะสม ท้้้นั้ราคาลั้ณคค่าอาหารไม่ควรผูกขาดตามต้นทุนองบริษัทหรือนายทุนใหญ่เพียงไม่กี่ราย และราคาของอาหารควรถูกเพือให้ผู้บริโภคเข้าถึงปัจจัยที่จั้งเป็นแก่การดำรงชีวิต นอกจากนั้ความเป็นธรรมยั้งหมายรวมถั้งความเป็นธรรมต่อลั้ณคแวดล้อมด้วย กระบวนการผลิตอาหารควรเป็นไปเพือสร้างลั้ณคความมั่นคงแต่ระบบนิเวศท้้ระบบ หากกระบวนการผลิตสร้างผลกระทบเสียหายนะ้ระบบนิเวศนั้้นหมายความว่าเกิดความสูญเสั้ยต้นทุนทางนิเวศของลูกหลานในอนาคต

3. ความเป็นมนุษย์ (Humanity) ในข้อนี้หมายความว่า เราไม่ควรมองชีวิตอื่นที่ไม่ใช่มนุษย์ในฐานะสิ่งมีชีวิตชั้นรองที่ถูกให้ความสำคัญหลังมนุษย์ สิ่งที่เราควรปฏิบัติคือการให้คุณค่าแก่ทุกชีวิตโดยไม่แบ่งแยก มีความเมตตาและกรุณาแก่สรรพชีวิตในฐานะที่เขามีสติที่จะมีชีวิตเช่นเดียวกับเรา

4. ความรับผิดชอบต่อสังคม (Social responsibility) คนงานควรได้รับค่าแรงที่เหมาะสมกับงานที่ได้รับ ในสถานประกอบการควรมีระบบรักษาความปลอดภัยในการทำงาน และทุกคนในสถานประกอบการไม่ควรกระทำการใด ๆ ที่เข้าข่ายละเมิดสิทธิส่วนบุคคล การใช้ความรุนแรงทางเพศ หรือการเลือกปฏิบัติ ควรให้มีตัวแทนสหภาพแรงงานเข้าร่วมในการเรียกร้องสิทธิบางอย่างที่จำเป็นต่อคนงานจริง ๆ เพื่อให้เกิดคุณภาพชีวิตที่ดี

5. ความจำเป็น (Needs) ทุกชีวิตจำเป็นต้องพึ่งพาอาหารเพื่อดำรงอยู่และความสมบูรณ์แห่งชีวิต การรักษาชีวิตและสุขภาพจึงจำเป็นมากกว่าความอยาก (desire) อาหารไม่ควรถูกแยกส่วนจากชีวิตประจำวัน และไม่ควรถูกเลือกเฉพาะอาหารที่มีรสชาติถูกปาก เพราะหากเราได้รับประทานอาหารที่หลากหลายเราจะสามารถสร้างทางเลือกในการรับประทานอาหารได้มากขึ้นด้วย และความแตกต่างที่รับรู้ก็จะสามารถสร้างบรรทัดฐานทางจริยศาสตร์ได้ดียิ่งขึ้น

ดังนั้นขบวนการอาหารเนิบช้าจึงเป็นรูปแบบการให้ความหมายและคุณค่าของอาหารที่มองเห็นความสัมพันธ์กับมิติต่าง ๆ ทั้งความสัมพันธ์กับผู้คน สัตว์ สิ่งแวดล้อม ที่มากกว่าการมุ่งเน้นพิจารณาเพียงโภชนาการอาหารเท่านั้น ทำให้ความหมายของอาหารในขบวนการอาหารเนิบช้ามีความหลากหลายขึ้นอยู่กับการมองอาหารนั้นในบริบทใด ส่วนการตัดสินคุณค่าของอาหารเนิบช้า เมื่อพิจารณาผ่านกรอบคิดของซิงเกอร์สามารถกล่าวได้ว่าขบวนการอาหารเนิบช้าถือเป็นอาหารที่ดีเพราะมีหัวใจสำคัญของขบวนการนี้ครบทุกประการ ทั้งความ

โปร่งใสในกระบวนการผลิต ความเป็นธรรมของราคาอาหารโดยอยู่บนพื้นฐานของคุณธรรม มนุษยธรรมต่อชีวิตต่าง ๆ ทั้งระบบนิเวศ ความรับผิดชอบต่อสังคม และมองว่าอาหารคือสิ่งจำเป็นสำหรับการดำรงชีวิตซึ่งมีความสำคัญอย่างยิ่ง อาหารไม่ควรเพียงถูกพิจารณาเพียงรสชาติที่พึงพอใจต่ออาหารในงานเท่านั้น

แนวคิดอาหารเบ็ดเตล็ดกับประเด็นความมั่นคงทางอาหาร

ความมั่นคงทางอาหาร (food security) เป็นประเด็นที่ได้รับความสนใจจากนานาชาติเป็นอย่างมากในช่วงกลางทศวรรษที่ 1970 เนื่องจากสภาวะขาดแคลนอาหารของโลก แต่ในขณะนั้นจุดมุ่งหมายของ การแก้ปัญหามุ่งให้ความสำคัญแก่ประเด็นที่ว่า จะผลิตอาหารเพียงพอต่อผู้บริโภคได้อย่างไร แนวคิดความมั่นคงทางอาหารจึงจำกัดอยู่ในกรอบของกระบวนการผลิต จึงมีการปฏิวัติเขียว (green revolution) หรือการทำเกษตรแผนใหม่ เข้ามาปรับใช้กับ ทั้งนี้การปฏิวัติเขียวได้นำความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีมาใช้ในการเพิ่มประสิทธิภาพการผลิต ไม่ว่าจะเป็นการใช้พันธุ์พืชใหม่ที่ให้ผลผลิตสูง (new crop cultivars) การชลประทาน (irrigation) เพื่อให้ปลูกพืชได้ในฤดูแล้งหรือสามารถผลิตได้ในทุกช่วงเวลาและมีผลผลิตอย่างต่อเนื่อง รวมถึงการใช้สารเคมีทางการเกษตรจากปุ๋ยเคมี (fertilizer) สารเคมีกำจัดศัตรูพืช (pesticide) และการใช้เครื่องจักรกลการเกษตร (mechanization) มาช่วยในการผลิตสินค้าเกษตรให้ได้ในปริมาณมาก (Norberg-Hodge, Helena, Gorelick, Steven and Merrifield, Todd, 2008, pp. 26-27) พอเข้าสู่ยุคปฏิวัติอุตสาหกรรม อาหารถูกลดทอนความหมายลงเหลือเพียงวัตถุดิบในการป้อนเข้าสู่โรงงานเพื่อเข้าสู่กระบวนการผลิตแบบอุตสาหกรรม เป็นทุนที่ถูกนำมาใช้เพื่อสร้างมูลค่าทางเศรษฐกิจและมูลค่าในการแลกเปลี่ยน ซึ่งความหมายของอาหารถูกแยกขาดจากสังคม วัฒนธรรม นิเวศวิทยา และไม่มีคุณค่าในตัวเอง (intrinsic value) กลายเป็นเพียงคุณค่าเชิง

เครื่องมือ (instrumental value) ในการสร้างมูลค่าทางเศรษฐกิจเท่านั้น

ระบบอาหารที่ส่งผลทางนิเวศวิทยาตามมา ในช่วงแรกมีการผลิตข้ามมุมมองทางเศรษฐศาสตร์การเมือง โดยส่วนใหญ่ขาดมุมมองทางสิ่งแวดล้อม ทำให้ไม่เกิดความยั่งยืน ซึ่งฮิวจ์ แคมเบล (Huge Campbell) ได้นำแนวคิดเรื่องความสำคัญของนิเวศวิทยา เรื่องนิเวศวิทยาข้ามระยะ (ecological at a distance) และผลตอบกลับจากระบบนิเวศ (ecological feedback) มาวิเคราะห์ระบบอาหารเพื่อตอบโต้ว่าก่อเกิดผลกระทบทางนิเวศ การพัฒนาทางด้านอาหารสมัยใหม่เน้นเพียงมูลค่าทางเศรษฐกิจของอาหาร มูลค่าไม่ได้อยู่ในตัวแรงงานหรือธรรมชาติแต่ถูกสร้างขึ้นผ่านการรวมแรงงานและธรรมชาติเข้าด้วยกันในฐานะของสินค้าที่มีมูลค่าในการแลกเปลี่ยน (commodities with exchange value) ซึ่งประเมินค่าโดยตัวเงินเพียงอย่างเดียวโดยมองข้ามระบบความสัมพันธ์อื่นที่มีความหมายเชิงคุณค่า (McMichael, 2016, pp. 247-248) กระบวนการดังกล่าวก่อให้เกิดขยะอาหารจำนวนมาก นั่นหมายความว่าเกิดความสูญเสียทั้งมูลค่าของอาหารและสูญเสียคุณค่าของระบบนิเวศด้วย

ในระดับโลกความมั่นคงทางอาหารสามารถเกิดขึ้นได้ด้วยด้วยการอาศัยระบบการพึ่งตนเองในระดับครัวเรือนและท้องถิ่น ทำให้ผู้ผลิตและผู้บริโภคสามารถทราบถึงที่มาของอาหารได้ นอกจากนี้ชุมชนต่าง ๆ ใกล้เคียงมีการเชื่อมโยงและมีความสัมพันธ์แบบอิงอาศัยกันมากยิ่งขึ้น ขบวนการอาหารเนิบช้าส่งเสริมความหลากหลายในอาหารและมีการผลิตอาหารเพื่อตอบสนองความต้องการของครอบครัวและชุมชนเป็นหลัก จึงเป็นการสนับสนุนการค้าในระดับท้องถิ่น อาหารท้องถิ่น และอาหารตามฤดูกาล นี่คือการรับผิดชอบต่อสังคมและยังส่งผลดีต่อระบบนิเวศอีกด้วย การแก้ไขปัญหาวิกฤตการณ์ทางอาหารยังหมายถึงรวมถึงการยอมรับว่า ประเด็นที่เป็นหัวใจหลักเป็นเรื่องต้นทุน ทั้งในด้านสิ่งแวดล้อมสุขภาพของประชาชน ความสำนึกในความเป็นชุมชนมากกว่ามองเพียงเรื่อง

ราคาเท่านั้น (See in Norberg-Hodge, Helena, Gorelick, Steven and Merrifield, Todd, 2008, pp.164-152) ซึ่งความสัมพันธ์เหล่านี้มีความสอดคล้องกับหลักอาหารที่ดีของซิงเกอร์ด้วย

โลกปัจจุบันพลิกผันรวดเร็วทำให้เทคนิควิธีการที่เป็นสูตรสำเร็จ รูปแบบที่ตายตัว แบบการผลิตเชิงอุตสาหกรรมเนื่องจากความสำเร็จที่เกิดขึ้นโดยวิธีเหล่านี้จะสามารถใช้ได้ในเวลาหนึ่ง ณ บริบทหนึ่ง สถานที่หนึ่ง และสถานการณ์หนึ่งเท่านั้น เมื่อเวลาผ่านไปเกิดการเปลี่ยนแปลงหลายอย่างทำให้เทคนิคและวิธีการเหล่านี้ ใช้ไม่ได้ผลต่อคน การทำความเข้าใจหลักปรัชญาบูรณาการจะช่วยให้เกิดการเติบโตและแตกแขนงได้หลากหลายวิธีการและรูปแบบขึ้นอยู่กับสภาพพื้นที่ (Thirapantu, Chaiwat Siribunsop, Supap and Sukrung, Karnjariya, 2012, pp. 78-80) ประเด็นปัญหา ความถนัดของผู้ทำงาน และผู้ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งจะสามารถพลิกแปลงสิ่งต่าง ๆ รอบตัวมาใช้ให้เกิดประโยชน์อย่างหลากหลาย เพื่อมุ่งสู่เป้าหมายเดียวกัน

อาหารเนิบช้าถือเป็นขบวนการอาหารรูปแบบหนึ่งที่รักษามิปัญญาผ่านวัฒนธรรมอาหารท้องถิ่นซึ่งมีเอกลักษณ์เฉพาะตัว ทั้งด้านรสชาติ เทคนิคในการปลูกกระทั่งการปรุงและชิม การผลิตอาหารมีความเหมาะสมทั้งต่อพืชที่ปลูกเป็นพื้นพื้นบ้านทำให้ไม่ทำลายความหลากหลายทางนิเวศ เนื่องจากอาหารเนิบช้าส่วนใหญ่เป็นอาหารท้องถิ่นที่ใช้วัตถุดิบที่สามารถปลูกและหาได้ภายในท้องถิ่นนั้น ๆ เพื่อให้ได้รส สัมผัส และกลิ่นที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะ ซึ่งทำให้เกิดแตกต่างจากอาหารชนิดเดียวกันที่ผลิตในพื้นที่อื่น ดังนั้นการที่จะมีวัตถุดิบที่มีลักษณะดังกล่าวจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องรักษาความหลากหลายของพืชพื้นบ้านไว้ให้ได้มากที่สุด และด้วยความเป็นพืชพื้นบ้านจึงสามารถเก็บเมล็ดพันธุ์ได้เองโดยไม่ต้องพึ่งพาการสั่งซื้อจากนายทุน ดังนั้นหากมีการสนับสนุนขบวนการอาหารเนิบช้ามากขึ้นก็ย่อมแสดงให้เห็นถึงความมั่นคงของอาหารผ่านพืชพื้นบ้านเหล่านี้ด้วย

เพราะย่อมหมายความว่าผู้คนในพื้นที่นั้น ๆ สามารถเข้าถึงอาหารได้ด้วยตนเอง ไปอีกนานตราบเท่าที่ยังมีเมล็ดพันธุ์ในมือพวกเขา

บทสรุป

แนวคิดอาหารเนิบช้าสามารถนำมาซึ่งชีวิตที่ยั่งยืนได้สอดคล้องตามหลัก การจริยศาสตร์ทำประการของเมสันและซิงเกอร์ได้แก่ ความโปร่งใสในกระบวนการ- การผลิต ความเป็นธรรมในราคาและผลลัพธ์ของการผลิตอาหาร การมองมนุษย์ว่า สัมพันธ์กับชีวิตอื่น ๆ รวมถึงความรับผิดชอบต่อสังคมและความจำเป็นของ ชีวิตทั้งมวลต่อการพึ่งพาอาหารเพื่อความสมบูรณ์และยั่งยืนของชีวิต อาหารถือเป็นหนึ่งในมุมมองทางปรัชญาต่อความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์และอาหารในรูปแบบต่าง ๆ ในที่นี้มุ่งวิเคราะห์และอภิปรายคุณค่าของการกระทำของมนุษย์ต่อ อาหาร ตั้งแต่ขบวนการผลิต การปรุงและการกิน ซึ่งมองว่าวิถีการกินในยุค ปัจจุบันเป็นวิถีที่ทำลายความมั่นคงของอาหารและบั่นทอนความยั่งยืนของชีวิต มนุษย์รวมถึงระบบนิเวศ ดังนั้นมนุษย์จึงต้องปรับวิถีการกินและมองเห็นคุณค่า ของชีวิตผ่านอาหารในชีวิตประจำวันเพื่อให้แก้ไขปัญหาดังกล่าว ทางออกอย่างหนึ่งคือการส่งเสริมขบวนการอาหารเนิบช้า ซึ่งเป็นขบวนการที่สร้างความสัมพันธ์ ระหว่างสิ่งมีชีวิตในระบบนิเวศให้กลับมาพึ่งพาอาศัยกันได้ด้วยดีอีกครั้งหนึ่ง ขบวนการนี้ไม่เพียงต่อต้านอาหารจำพวกฟาสต์ฟู้ดทุกรูปแบบเท่านั้น แต่ยังมีหลัก การที่เอื้อต่อการเติบโตและเป็นธรรมต่อสิ่งมีชีวิตอื่น ๆ และการใช้ชีวิตที่รื่นรมย์ ท่ามกลางความหลากหลายของอาหาร อาหารที่สะอาดและปลอดภัยจึงส่งผลดี ต่อสุขภาพของผู้ผลิตและผู้บริโภค นอกจากนี้กระบวนการได้มาซึ่งอาหารเนิบ-ช้าจะรู้ที่มาของอาหารว่าผลิตด้วยระบบที่เอื้อต่อระบบนิเวศ เป็นผลผลิตตามฤดูกาล ไม่มีการใช้สารเคมี และคำนึงถึงสิ่งแวดล้อมที่สัมพันธ์กับอาหารทั้งหมดเนื่องจา กมองว่าทุกชีวิตมีคุณค่าในตัวเอง ซึ่งกระบวนการเช่นนี้ส่งผลต่อความยั่งยืน

ทางสิ่งแวดล้อม ที่สำคัญคือเรื่องของ ความมั่นคงทางอาหารที่จะสามารถเกิดขึ้นได้จากขบวนการอาหารเนิบช้าเนื่อง จากวัตถุดิบในการประกอบอาหารนิยมใช้พืชผักพื้นบ้าน ซึ่งข้อดีของพืชพื้นบ้านคือ สามารถเก็บเมล็ดพันธุ์เพื่อปลูกต่อได้เรื่อย ๆ ทำให้การเพาะปลูกไม่จำเป็นต้องพึ่งพาอาศัย และถูกผูกขาดโดยนายทุน อีกทั้งอาหารส่วนใหญ่ที่เหมาะสมกับวัตถุดิบเหล่านี้ก็เป็นอาหารท้องถิ่นที่สืบทอดกันในวันวัฒนธรรมการกินของชุมชนนั้น ๆ ใช้วัตถุดิบในชุมชน ใช้เครื่องปรุง และเทคนิคการประกอบอาหารที่สืบทอดต่อ ๆ กันมาจากรุ่นสู่รุ่นจนกลายเป็นเอกลักษณ์ของชุมชนที่แตกต่างจากชุมชนอื่น จะเห็นได้ว่าขบวนการอาหารเนิบช้ามีความเชื่อมโยงกับสุขภาพที่ดี สังคมที่ดี ระบบนิเวศที่ดีและก่อให้เกิดความมั่นคงทางอาหาร ซึ่งผลเหล่านี้นำไปสู่ ชีวิตที่มีคุณค่า ปลอดภัย และยั่งยืน

References

Books:

- Drèze, Jean and Sen, Amartya. (1989). *Hunger and Public Action*. Oxford: Oxford University Press.
- Honoré, Carl. (2016). *In Praise of Slowness*. Translated to Thai by Kannikā Phromsao. The second edition. Bangkok: Open Society.
- Jaifai, Piyamas and Sumettikul, Piyaboot. (2019). *Food: Philosophical Perspectives in Contemporary Debates*. Chiang Mai: Faculty of Humanities Chiang Mai University.
- Kaplan, David M. ed. (2012). *The Philosophy of Food*. Berkley: University of California Press.
- Mason, Jim and Singer, Peter. (2006). *The Way We Eat: Why Our Food Choices Matter*. New York: Rodale.
- McMichael, Phillip. (2016). *Food regimes and agrarian questions*. Translated to Thai by Soimart Rungmanee. Editor by Pakorn Lertsatienchai. Chiang Mai: The Regional Center for Social Science and Sustainable Development.
- Petrini, Carlo. (2005). *Slow food nation: why our food should be good, clean, and fair*. New York: Rizzoli Ex Libris.
- Pingali, Prabhu & Stringer, Randy. (2003). Food Security and Agriculture in the Low Income, Food- Deficit countries: 10 years after the Uruguay Round. *Working Papers* 03-18. Agricultural and Development Economics Division of the Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO - ESA).

Norberg-Hodge, Helena, Gorelick, Steven and Merrifield, Todd. (2008). *Bringing the Food Economy Home: Local Alternatives to Global Agribusiness*. Translated to Thai by Phairot Phoomradit. The second edition. Bangkok: Suan nuen mee ma press.

Schlosser, Eric. (2001). *Fast Food Nation: The Dark Side of the All-American Meal*. Boston: Houghton Mifflin.

Thirapantu, Chaiwat Siribunsop, Supap and Sukrung, Karnjariya. (2012). *Malet phan chīwit būranākān : khūmī rīanrū læ thotlōng patibatkān būranākān bāp rabop thī mī chīwit phūa sāngsām suk phāwa nai sangkhom*. The third edition. Bangkok: Thai Health Promotion Foundation.

ชัยวัฒน์ ถิระพันธุ์, สุภาพ สิริบรรสพ และกรรณจรียา สุขรุ่ง. (2555). *เมล็ดพันธุ์ชีวิตบูรณาการ: คู่มือเรียนรู้และทดลองปฏิบัติการบูรณาการแบบระบบที่มีชีวิต เพื่อสร้างเสริมสุขภาวะในสังคม*. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.).

Website:

Hickman, Leo. (2009). *Slow food: Have we lost our appetite?*. The Guardian. Retrieved Jan 30 2019, from website: <https://www.theguardian.com/environment/2009/feb/04/slow-food-carlo-petrini>

Ruhl, Hannah L. (2013). *Slow Food: From Farm to Healthy Body*. Human Nutrition and Sustainable Food Systems Thesis, University of Maine, Honors College. Retrieved Jan 30 2019, from website: <https://digitalcommons.library.umaine.edu/honors/133>

