

การบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ ภายใต้ภูมิสังคม บ้านห้วยหยวก
ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน



รภัทร มณีรัตน์

ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพัฒนาภูมิสังคมอย่างยั่งยืน
มหาวิทยาลัยแม่โจ้
พ.ศ. 2563

การบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ ภายใต้ภูมิสังคม บ้านห้วยหยวก
ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน



ธภัทร มณีรัตน์

การค้นคว้าอิสระนี้เป็นส่วนหนึ่งของความสมบูรณ์ของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการพัฒนาภูมิสังคมอย่างยั่งยืน

สำนักบริหารและพัฒนาวิชาการ มหาวิทยาลัยแม่โจ้

พ.ศ. 2563

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยแม่โจ้

การบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ ภายใต้ภูมิสังคม บ้านห้วยหยวก
ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน

ธภัทร มณีรัตน์

การค้นคว้าอิสระนี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้เป็นส่วนหนึ่งของความสมบูรณ์ของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพัฒนาภูมิสังคมอย่างยั่งยืน

พิจารณาเห็นชอบโดย

อาจารย์ที่ปรึกษา

อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชนิษฐา เสถียรพิระกุล)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

(รองศาสตราจารย์ ดร.เกรียงศักดิ์ ศรีเงินยวง)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิษณุภาส สังข์พาลี)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

ประธานอาจารย์ผู้รับผิดชอบหลักสูตร

(รองศาสตราจารย์ ดร.เกรียงศักดิ์ ศรีเงินยวง)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

สำนักบริหารและพัฒนาวิชาการรับรองแล้ว

(รองศาสตราจารย์ ดร.ญาณิน โอภาสพัฒนกิจ)

รักษาการแทนรองอธิการบดี ปฏิบัติการแทน

อธิการบดีมหาวิทยาลัยแม่โจ้

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

ชื่อเรื่อง	การบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ ภายใต้ภูมิสังคม บ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน
ชื่อผู้เขียน	นายธภัทร มณีรัตน์
ชื่อปริญญา	วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาภูมิสังคมอย่างยั่งยืน
อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชนิษฐา เสถียรพิระกุล

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาบริบท วิธีการบริโภคอาหาร และแนวทางการจัดการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ ภายใต้ภูมิสังคมบ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน โดยการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (purposive sampling) จากประชากรมละบริบ้านห้วยหยวก จำนวน 20 หลังคาเรือน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้การสังเกตแบบมีส่วนร่วม (participation observation) การประชุมกลุ่มย่อย (focus groups) การสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) โดยใช้แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง (structured interview)

ผลการศึกษา พบว่า ชนเผ่ามละบริ เป็นชนเผ่าพื้นเมืองดั้งเดิม อาศัยอยู่ในป่าบริเวณพื้นที่รอยต่อของจังหวัดแพร่ และจังหวัดน่านของประเทศไทย มีวิถีชีวิตเก็บหาของป่าล่าสัตว์เคลื่อนย้ายไปตามแหล่งอาหาร ชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวกเชื่อว่า บรรพบุรุษของเขาเกิดและอาศัยอยู่ในป่าบริเวณภูเค็ง บ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน มาหลายชั่วอายุคนแล้ว ปัจจุบันได้ย้ายออกมาตั้งถิ่นฐานและสร้างที่อยู่อาศัยถาวรในชุมชนบ้านห้วยหยวก เกิดการเปลี่ยนแปลงของวิถีชีวิตโดยเฉพาะการบริโภคอาหาร ในอดีตชนเผ่ามละบริ บริโภคอาหารจากพืช คือ มันป่าเป็นหลัก ส่วนอาหารที่ได้จากสัตว์มาจากป่าตามธรรมชาติทั้งสิ้น แต่ในปัจจุบันชนเผ่ามละบริบ้านห้วยหยวก ส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้างในภาคการเกษตรเป็นหลัก เพื่อแลกอาหารมาบริโภค และซื้อข้าว ตลอดจนซื้ออาหารประเภทเนื้อสัตว์ ได้แก่ เนื้อหมู เนื้อไก่ เพื่อบริโภคแทนการเก็บหาของป่าในอดีต ชนเผ่ามละบริ มีวิธีการประกอบอาหารให้สุก ด้วยการหลามในกระบอกไม้ไผ่ การปิ้ง การย่าง ปัจจุบันพบว่าการประกอบอาหารด้วยวิธีการผัด ทอด แกง และการใช้เครื่องปรุงรสอาหารมากขึ้น

สำหรับการแนวทางการจัดการการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก หลักคือ ข้าว ทดแทนการพึ่งพิงพืชอาหารจากป่า ควรจัดหาพื้นที่ส่วนกลางเพื่อเพาะปลูกข้าวให้เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคอาหารประเภทเนื้อสัตว์ มีข้อจำกัดด้านพื้นที่เลี้ยงสัตว์เพื่อบริโภค ควรหาแหล่งซื้อเนื้อสัตว์ที่มีคุณภาพและราคาเหมาะสมด้านกรรมวิธีการประกอบอาหาร มละบริมีความ

ต้องการเรียนรู้วิธีการปรุงอาหารรูปแบบใหม่ ๆ และการสนับสนุนเครื่องใช้ประกอบอาหาร ตลอดจนให้ความรู้ด้านโภชนาการอาหาร เพื่อสามารถพึ่งตนเองได้ในระยะยาว และเกิดความยั่งยืนได้ต่อไป

คำสำคัญ : มละบริ, มลาบริ, การบริโภคอาหาร, การพัฒนาภูมิสังคมอย่างยั่งยืน



Title	FOOD CONSUMPTIONON MLABRI PEOPLE IN HUAY YUAK VILLAGE, MAE KA NING SUB- DISTRICT, VIENGSA A DISTRICT, NAN PROVINCE
Author	Mr. Thapat Maneerat
Degree	Master of Science in Geosocial Based Sustainable Development
Advisory Committee Chairperson	Assistant Professor Dr. Kanitta Satienperakul

ABSTRACT

This research aims to acquire information and study the contexts and modes of food consumption and management of Mlabri tribal people under the recent geosocial-based circumstances and challenges in Huay Yuak village, Mae Ka Ning subdistrict, Viengsa a district, Nan province, Thailand. The various research methodologies are selectively undertaken and applied, as: the purposive sampling towards 20 households for ethnography; and following-up with data collection, segregation and analysis through the participation and non-participation observations, focus group discussions and in-depth interviews conducted within the formation of structure interview made by the researcher with list of closed-ended questions.

The research finds and addresses that Mlabri people, as one identified and reaffirmed with indigenous identities, have been dwelling in the forest complexes within the Southeast Asia mountainous ranges, especially in connecting areas of Phae and Nan provinces of Thailand. They have been practicing hunting and gathering modes of living under the nomadic lifestyle with moving to sources of food from time to time. The Mlabri people in Huay Yuak village holds and hands over their strong belief with their origin with ancestral domain land in Phu Kheng forest, Huay Yuak village, Mae Ka Ning sub-district, Viengsa a district, Nan province for generations. But once the developments and interventions were introduced in the name of country's development policies, especially with the vast concessions of forests, the public and road transportation, and the cash crops promotion, these caused the

decline and decrease of forest resources while various policies with no man living and earning in the forest have been seriously enforced, the Mlabi people since then stopped their nomadic livelihood and are permanently settled down in a village. This caused the changes to their lifestyles, including to their food consumption and management. In the past, the Mlabi people acquired food nutrition from wild yam (*Dioscorea hispida*) as starch and fiber and from wild animal meats as protein and fat, these all were gathered and hunted in the forest. And for the recent modes of food consumption and management of Mlabi people in Huay Yuak village, they would consume rice as starch and fiber while would take pork or chicken meats as protein and fat. They need to earn on daily basis as labors under annual hire of rich men, and in some households, they are under employment for labor work in plantation, either on daily or lump sum payments. The cash earnings would be paid to cover foods in substitution to those gained from hunting and gathering in the forest. Their modes of cooking as in general all foods should be well cooked either from being boiled or steamed in bamboo trunks or grilled, are also changed to be stir or deep frying and making curry with more seasoning consumed.

And for the suggestions made to the overall frames and modes of food consumption and management of Mlabri people in Huay Yuak village, they should be in alignment of the self-reliance development concept and the work principles of His Majesty King Bhumibol Adulyadej The Great (King Rama IX), certainly focusing on the direct helps given to those in need; the inside-out strengthening with direct empowerment to communities and people themselves through integrative approach underneath the Principle of Understanding, Approaching and Development, corresponding to their geosocial-based contexts. In the long run, these could help to making the modes of food consumption and management of Mlabri people in Huay Yuak village practiced in more sustainable and stable ways of living.

For the guidelines food consumption management of Mlabi people in Huay Yuak, in principal, it would be rice in supplementary of all food materials fetched or gained from the forest, there should be a common area for rice paddy

fields made with sufficiency. And for animal meats requirement with limit of husbandry area and land for feeding those animals, there shall be sources of meats with quality provided with their affordability, while Mlabri people shall learn new forms or means of cooking with using of kitchen utensils and equipment including to gain more knowledge on food nutrition. Hence in the long run, they would be able to rely on themselves with more sustainability.

Keywords : Mlabri, food consumption, Geosocial Based Sustainable Development



กิตติกรรมประกาศ

การค้นคว้าอิสระฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี เนื่องจากได้รับความช่วยเหลือและการให้คำแนะนำจากหลายฝ่าย โดยเฉพาะอาจารย์จากที่ปรึกษาหลัก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชนิษฐา เสถียรพิระกุล และอาจารย์ที่ปรึกษาร่วม รองศาสตราจารย์ ดร.เกรียงศักดิ์ ศรีเงินยวง และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิษณุภาส สังพาลี ที่ได้แนะนำ การตรวจแก้ไข เสนอแนะ และติดตามความก้าวหน้าในการค้นคว้าอิสระ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาของท่านอาจารย์ทั้ง 3 ท่าน เป็นอย่างยิ่ง และขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ ที่นี้ด้วย

ขอขอบคุณ มูลนิธิชนเผ่าพื้นเมืองเพื่อการศึกษาและสิ่งแวดล้อม (ม.ก.ส.) ที่ได้ให้โอกาสในการศึกษาประเด็นของชนเผ่าพื้นเมือง โดยเฉพาะการศึกษาข้อมูลเชิงลึกของกลุ่มชนเผ่าพื้นเมืองในประเทศไทยที่มีความเปราะบาง พร้อมทั้ง การสนับสนุนด้านเวลาและวัสดุอุปกรณ์ในการศึกษา ทั้งคำชี้แนะจากเพื่อนร่วมงาน และผู้บังคับบัญชาที่มีส่วนเกี่ยวข้อง รวมทั้งให้ข้อเสนอแนะ แก้ไข และให้แนวคิดต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อการค้นคว้าอิสระครั้งนี้

ขอขอบคุณ เจ้าหน้าที่สมาคมศูนย์รวมการศึกษาและวัฒนธรรมชาวไทยภูเขาในประเทศไทย (ศ.ว.ท.) โดยเฉพาะ นายพรชัย ชมพนา นายอาผู้ บาเซะ และ นายสุรชัย ทวีเจริญพร ที่ให้การสนับสนุนด้านสื่อ แผนที่ทำกินของชนเผ่ามละบริ ที่ช่วยเหลือในการรวบรวมข้อมูล และขอขอบคุณ นางสาวกรรณิการ์ เมืองแก้ว ที่ช่วยรวบรวม และจัดทำภาพถ่าย และแผนที่ ที่เกี่ยวข้อง จนออกมาเป็นมีผลงานการค้นคว้าอิสระอย่างเป็นรูปธรรม

ขอขอบคุณ พี่น้องชาวมละบริ บ้านห้วยหยวก ทุกท่านที่ให้ความร่วมมือให้ข้อมูลอันเป็นประโยชน์ต่อการศึกษาค้นคว้าวิจัยในครั้งนี้ โดยเฉพาะ นายศรี หิรัญศิริ นายพัต สุชนศิริ นายปา คนธพฤกษ์ นายฉลองชัย ดอยศักดิ์ และนางสาวอริญา ขาวพนาไพร รวมทั้งน้อง ๆ เยาวชนชาวมละบริทุกคน

ขอขอบคุณคณาจารย์ บุคลากรของสาขาวิชาการพัฒนากฎมสังคมอย่างยั่งยืน ที่ได้ให้ความรู้และข้อแนะนำตลอดเวลาที่ทำการศึกษาและทำการวิจัย ด้วยความเป็นห่วง และหวังดีเสมอมา สุดท้ายนี้ขอขอบคุณเพื่อน ๆ สาขาวิชาการพัฒนากฎมสังคมอย่างยั่งยืน รุ่นที่ 13 ทุกท่านที่คอยให้กำลังใจและช่วยเหลือด้วยดีตลอดมา ความซาบซึ้ง และความปรารถนาดีจากทุกท่านที่เอื้อและไม่ได้เอื้อนาม ผู้วิจัยขอขอบพระคุณไว้ ณ โอกาสนี้



สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ค
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ซ
สารบัญ.....	ณ
สารบัญตาราง.....	ฉ
สารบัญภาพ	ฐ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	3
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	3
ขอบเขตของการวิจัย.....	3
นิยามศัพท์	4
บทที่ 2 การตรวจเอกสาร	6
หลักการทรงงานของพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตร (รัชกาลที่ 9).....	6
แนวคิดการพัฒนาเพื่อการพึ่งตนเองของเกษตรกร อันเนื่องมาจากพระราชดำริ	19
แนวคิดฐานทรัพยากรอาหาร	31
แนวคิดความมั่นคงทางอาหาร	36
บริบททั่วไปของชนเผ่ามละบรีในประเทศไทย	44
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	62
กรอบแนวคิดงานวิจัย	68

บทที่ 3 วิธีการวิจัย	69
สถานที่ดำเนินการวิจัย	69
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	69
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	70
วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล	70
วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล	71
บทที่ 4 ผลการวิจัยและวิจารณ์	72
ตอนที่ 1 บริบททั่วไปของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก	72
ตอนที่ 2 การบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก	91
ตอนที่ 3 แนวทางการจัดการการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก	111
อภิปรายผล	126
บทที่ 5 สรุปและข้อเสนอแนะ	128
สรุปผล	128
ข้อเสนอแนะ	132
บรรณานุกรม	134
ภาคผนวก	138
ภาคผนวก ก แบบสัมภาษณ์	139
ภาคผนวก ข ภาพประกอบการวิจัย	143
ประวัติผู้วิจัย	165

สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 1 ลำดับการปรากฏตัวของมละบริระหว่างปี ค.ศ. 1919-1963 (พ.ศ. 2462- 2506)	57
ตารางที่ 2 พื้นที่ดินทำกินและการใช้ประโยชน์ของชุมชนมละบริ บ้านห้วยหยวก.....	83
ตารางที่ 3 ข้อมูลที่ดินทำกินของกลุ่มตัวอย่างมละบริ บ้านห้วยหยวก	85
ตารางที่ 4 อาชีพหลักของกลุ่มตัวอย่างชุมชนมละบริ บ้านห้วยหยวก	86
ตารางที่ 5 อาชีพรองของกลุ่มตัวอย่างชุมชนมละบริ บ้านห้วยหยวก.....	87
ตารางที่ 6 กิจกรรมการรับจ้างทั่วไปในรอบ 1 ปี ของมละบริ บ้านห้วยหยวก	87
ตารางที่ 7 การเก็บหาของป่าในรอบหนึ่งปีของมละบริ บ้านห้วยหยวก	89
ตารางที่ 8 รายชื่อกลุ่มตัวอย่างมละบริที่เป็นพ่อบ้านและแม่บ้านผู้ให้สัมภาษณ์	91
ตารางที่ 9 ชนิดอาหารที่ได้จากเนื้อสัตว์.....	93
ตารางที่ 10 ชนิดอาหารที่ได้จากแมลง.....	94
ตารางที่ 11 แหล่งที่มาของอาหารประเภทเนื้อสัตว์ (หลังคาเรือนที่สำรวจ).....	95
ตารางที่ 12 ชนิดของมันป่าที่มละบริบริโภคในพื้นที่บ้านห้วยหยวก	98
ตารางที่ 13 ชนิดพืชผักป่าจากป่าธรรมชาติรอบชุมชนมละบริ บ้านห้วยหยวก.....	100
ตารางที่ 14 ชนิดผลไม้ป่าจากแหล่งธรรมชาติรอบชุมชนมละบริ บ้านห้วยหยวก	101
ตารางที่ 15 ชนิดเห็ดป่าจากแหล่งธรรมชาติรอบชุมชนมละบริ บ้านห้วยหยวก.....	103
ตารางที่ 16 แหล่งที่มาของอาหารของกลุ่มตัวอย่างมละบริ บ้านห้วยหยวก	104
ตารางที่ 17 ความเพียงพอของอาหารจากแหล่งธรรมชาติของกลุ่มตัวอย่างมละบริ บ้านห้วยหยวก	104
ตารางที่ 18 ชนิดของผักเศรษฐกิจที่มละบริในหมู่บ้านมีความต้องการบริโภคโดยการซื้อจากรถเร่	105
ตารางที่ 19 ความนิยมบริโภคเนื้อสัตว์ของมละบริในปัจจุบัน (หลังคาเรือนที่สำรวจ).....	111
ตารางที่ 20 ความต้องการการบริโภคเนื้อสัตว์ต่อเดือนของมละบริ บ้านห้วยหยวก	112

ตารางที่ 21	อาหารหลักของมละบริ บ้านห้วยหยวก	113
ตารางที่ 22	แหล่งที่มาของข้าวเพื่อการบริโภคของมละบริ บ้านห้วยหยวก	114
ตารางที่ 23	ความถี่ในการประกอบอาหารต่อวันของมละบริ บ้านห้วยหยวก	114
ตารางที่ 24	ปริมาณข้าวที่หุงต่อครั้ง	115
ตารางที่ 25	ความต้องการในการบริโภคผักเศรษฐกิจของมละบริ (หลังคาเรือนที่สำรวจ)	118
ตารางที่ 26	แหล่งที่มาของผักที่มละบริ บ้านห้วยหยวกบริโภค (หลังคาเรือนที่สำรวจ)	119
ตารางที่ 27	วิธีการประกอบอาหาร ของมละบริ บ้านห้วยหยวก	120
ตารางที่ 28	เครื่องปรุงอาหารที่มละบริ บ้านห้วยหยวก นิยมใช้	121
ตารางที่ 29	ความต้องการด้านโภชนาการในการจัดการการบริโภคอาหารของมละบริ	122
ตารางที่ 30	ความต้องการในการพึ่งตนเองในระยะยาวของมละบริ บ้านห้วยหยวก	122



สารบัญภาพ

หน้า

ภาพที่ 1	แสดงการกระจายตัวของชนเผ่ามละบรีระหว่างปี พ.ศ. 2462-2561	56
ภาพที่ 2	ที่ตั้งชุมชนมละบรีบ้านห้วยหยวกในปัจจุบัน พ.ศ. 2561	60
ภาพที่ 3	กรอบแนวคิดงานวิจัย	68
ภาพที่ 4	ลำดับเหตุการณ์สำคัญของชุมชนมละบรี บ้านห้วยหยวก	73
ภาพที่ 5	สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงพระราชทานพื้นที่ในศูนย์ภูฟ้าพัฒนา ตำบลภูฟ้า อำเภอบ่อเกลือ จังหวัดน่าน ชนเผ่ามละบรี เมื่อวันที่ 2 มีนาคม พ.ศ. 2550	76
ภาพที่ 6	เส้นทาง และลักษณะภูมิประเทศ ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน	77
ภาพที่ 7	แผนที่แสดงที่ตั้งบ้านห้วยหยวก หมู่ที่ 6 ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน	78
ภาพที่ 8	สภาพหมู่บ้านห้วยหยวกและพื้นที่โดยรอบ	79
ภาพที่ 9	ระบบสาธารณูปโภคภายในชุมชนมละบรี บ้านห้วยหยวก	80
ภาพที่ 10	แผนที่แสดงพื้นที่ทำกินส่วนกลางที่ได้รับบริจาค	84
ภาพที่ 11	การหาหน่อไม้ ของมละบรี บ้านห้วยหยวก	89
ภาพที่ 12	“ดีแตรง” หรือหนอนไม้ไผ่ อาหารโปรตีนของมละบรี บ้านห้วยหยวก	90
ภาพที่ 13	“ลูกเว็ค” หรือหนอนหน่อไม้ อาหารโปรตีนของมละบรี บ้านห้วยหยวก	90
ภาพที่ 14	การเข้าป่าหาหนอนหน่อไม้ “ลูกเว็ค”	94
ภาพที่ 15	ลักษณะเภาวัลย์ของใบมันป่า	97
ภาพที่ 16	การขูดมันป่า	97
ภาพที่ 17	ห้วมันส่วนที่สามารถนำมาบริโภค	97
ภาพที่ 18	การทิ้งส่วนปลายของห้วมันไว้ในหลุมตามความเชื่อ	97
ภาพที่ 19	มันป่าชนิดต่าง ๆ ที่มละบรี บ้านห้วยหยวก นำมาบริโภคเป็นอาหาร	99
ภาพที่ 20	ผลไม้จากป่าธรรมชาติที่มละบรี บ้านห้วยหยวกเข้าป่าไปเก็บมาบริโภค	102

ภาพที่ 21	เห็ดป่าที่หาได้บริเวณป่าธรรมชาติ ดอยภูเค็ง.....	103
ภาพที่ 22	พืชอาหารบริเวณรอบที่พักอาศัยของมละบริ บ้านห้วยหยวก.....	106
ภาพที่ 23	การประกอบอาหารแบบต้มให้สุกในปัจจุบันของมละบริ บ้านห้วยหยวก.....	108
ภาพที่ 24	นายพัต สาริตวิธีประกอบอาหารด้วยการต้มเนื้อหมู.....	109
ภาพที่ 25	วิธีการหลามมันป่าในกระบอกไม้ไผ่.....	110
ภาพที่ 26	มันป่าที่หลามในกระบอกไม้ไผ่	110
ภาพที่ 27	การเก็บข้าวเปลือกและข้าวสารที่ปลูกและซื้อ เพื่อการบริโภคของมละบริ บ้านห้วยหยวก	116



บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญของปัญหา

ประเทศไทยเป็นพื้นที่ ที่มีความอุดมสมบูรณ์ทางทรัพยากรธรรมชาติ และมีความหลากหลายทางชีวภาพสูง รวมถึงการมีความหลากหลายทางด้านเชื้อชาติ ศาสนา ภาษา วัฒนธรรม และเผ่าพันธุ์ของประชากรที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ด้วย ประเทศไทยจึงถือได้ว่าเป็นสังคมแบบพหุวัฒนธรรม โดยประชากรในแต่ละพื้นที่ตามภูมิภาคต่าง ๆ นับตั้งแต่ภาคเหนือ ภาคกลาง ภาคอีสาน ภาคตะวันออก ภาคตะวันตก และภาคใต้ ล้วนมีวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณี ภาษาพูด และการดำรงชีพในบริบทของพื้นที่ที่แตกต่างกัน ตามภูมิสังคมที่อาศัยอยู่ ทั้งนี้ นอกจากประชากรหลักกลุ่มใหญ่แล้ว ประเทศไทย ยังมีประชากรกลุ่มย่อยที่ยังคงดำรงอัตลักษณ์ทางชาติพันธุ์ มีวิถีชีวิต ที่สืบทอดความหลากหลายด้าน ภาษา วัฒนธรรม การแต่งกาย พิธีกรรม ความเชื่อ รวมถึง องค์ความรู้และภูมิปัญญา สืบทอดต่อเนื่องจากบรรพบุรุษส่งต่อกันมานับหลายร้อยปีจนถึงปัจจุบัน ประชากรที่ยังคงสืบทอดอัตลักษณ์ตัวตนในประเทศไทย ประกอบด้วย กลุ่มคนที่เป็นประชากรพื้นถิ่นดั้งเดิม และกลุ่มคนที่เข้ามาตั้งถิ่นฐานในประเทศหลากหลายกลุ่มด้วยกัน โดยรัฐบาลและคนในสังคมเรียกกลุ่มคนเหล่านี้แตกต่างกันออกไป เช่น ชาวเขา ชนกลุ่มน้อย ชาติพันธุ์ และชนเผ่าพื้นเมือง มละบริ หรือ มลาบริ เป็นคำเรียกตนเองของชนเผ่าพื้นเมืองกลุ่มหนึ่งที่อาศัยอยู่ทางภาคเหนือของประเทศไทย ในเขตจังหวัดแพร่และน่าน คำว่า “มละ หรือ มลา” หมายถึง คน ส่วนคำว่า “บริ หรือ บรี” หมายถึง ป่า มละบริ จึงหมายถึงคนที่พึ่งพิงอาศัยอยู่กับป่า จากการสืบค้นพบว่ามีคำเรียกชื่อตนเองอีกคำคือ ยุมบริ (อิสมา, 2559)

มละบริเป็นชนเผ่าพื้นเมืองที่มีประชากรน้อยและเป็นกลุ่มที่เปราะบาง มีความเสี่ยงต่อการดำรงอยู่ และการสืบทอดอัตลักษณ์ ทั้งภาษา องค์ความรู้ และวัฒนธรรม ในอดีต ชนเผ่ามละบริ ดำรงชีพใช้ชีวิตอาศัยพึ่งพิงอยู่กับป่า โดยสร้างเพิงพักที่ทำด้วยไม้ไผ่มีลักษณะคล้ายกับเพิงหมาแหงน และมุงด้วยใบตองป่า ขนาดของเพิงจะขึ้นอยู่กับจำนวน สมาชิกแต่ละครอบครัว ใช้พื้นดิน และหญ้า พางแห้งหรือใบตองมาปูบนพื้น โดยใช้เป็นเพิงที่พักชั่วคราวเพื่อหาอาหารในเวลาสั้น ๆ เพียงไม่กี่วัน เมื่อหาอาหารในบริเวณนั้นหมด ก็จะย้ายเพิงพักไปเรื่อย ๆ เนื่องจากชนเผ่ามละบริ เกรงกลัวคนแปลกหน้า ที่อาจจะไปรบกวนรุกราน หรือทำร้ายพวกเขา ดังนั้น เมื่อเจอคนแปลกหน้า หรือได้ยินเสียงคนใกล้ในเขตที่เพิงพักอาศัย ก็จะรีบพาครอบครัวหลบหนีไปอย่างรวดเร็ว พบเพียงเพิงพักที่เป็นใบตองสีเหลือง จึงเป็นที่มาของชื่อที่คนทั่วไปเรียกว่า “ตองเหลือง” นอกจากนี้ จากการสืบค้นพบว่า

มีชื่อที่คนอื่นเรียกชื่อชนเผ่ามละบริ ดังนี้ คนตองเหลือง/ผีป่า ข่าตองเหลือง ข่าป่า ม้ากู่/จันแก้ม คนป่า ชาวเขา

ชนเผ่ามละบริ จัดเป็นกลุ่มสังคมเก็บของป่าล่าสัตว์ (hunting and gathering society) มีวิถีชีวิตด้วยการหาของป่าล่าสัตว์ พึ่งพิงอาศัยอยู่กับธรรมชาติดำรงชีพด้วยการบริโภคของป่า หาอาหารจากสิ่งที่มีอยู่ในธรรมชาติ ไม่รู้จักวิธีเพาะปลูก เลี้ยงสัตว์ ไม่สะสมทรัพย์สินและที่ดิน อาหารที่หามาได้ก็จะแบ่งกันทุกคน กินจนหมด ไม่มีการถนอมอาหารเก็บไว้กินนาน ๆ ชนเผ่ามละบริ มีภูมิปัญญาการเก็บกินอยู่ร่วมกับธรรมชาติได้อย่างยั่งยืน เช่น การขุดมันป่า ที่เลือกตัดเฉพาะส่วนที่เป็นเนื้อมันส่วนที่กินได้ ส่วนที่เหลือปล่อยให้เน่าเมื่อฝนตกมันก็จะขยายพันธุ์ต่อไปได้ ซึ่งวิธีการเก็บมันเช่นนี้ พบได้กับชนเผ่ามณี ทางตอนใต้ของประเทศไทยเช่นกัน ชนเผ่ามละบริมีวิถีชีวิตดำรงชีพอาศัยอยู่กับป่ามาเป็นเวลาช้านาน ป่าจึงเปรียบเสมือนบ้าน แหล่งพักพิง และแหล่งอาหารของพวกเขา

ปัจจุบันพื้นที่ป่าลดลงอย่างมาก เนื่องด้วยปัจจัยหลายประการ ประการแรก คือ การให้สัมปทานป่าไม้ ทำให้ป่าเปิดและสัตว์ป่าสูญหาย พืชป่าสาบสูญ ประการที่สอง คือ นโยบายส่งเสริมการปลูกพืชเศรษฐกิจระยะสั้นประเภทพืชไร่การทำไร่แบบถางป่าเปิดโล่งจึงขยายพื้นที่ทำกินในวงกว้างทำให้ป่าไม้หมดสิ้น ในขณะเดียวกันนโยบายการอนุรักษ์ หรือการพิทักษ์พื้นที่ป่าเด็ดขาด โดยการประกาศเขตป่าสงวนแห่งชาติ หรืออุทยานแห่งชาติ มีข้อกำหนดที่เคร่งครัดส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตดั้งเดิมของชนเผ่ามละบริทำให้ไม่สามารถอยู่อาศัยเก็บกินของป่าได้ดังเดิม ต้องเคลื่อนย้ายออกจากป่ามาตั้งถิ่นฐานถาวรในสถานที่ชุมชนที่ไม่มีควมคุ้นเคยส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตของชนเผ่ามละบริอย่างสิ้นเชิง ชนเผ่ามละบริต้องปรับตัวต่อสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงนี้อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน เป็นชุมชนหนึ่งที่ได้รับผลกระทบนี้โดยตรง ต้องเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตแบบก้าวกระโดดอย่างชัดเจน ชนเผ่ามละบริบ้านห้วยหยวกต้องเรียนรู้ปรับตัวในทุกด้าน โดยเฉพาะด้านการบริโภคอาหารที่เปลี่ยนแปลงไป จากการหาอาหารโดยพึ่งพิงธรรมชาติต้องหาวิธีอื่นเพื่อให้ได้มาซึ่งอาหารและปัจจัยการดำรงชีพอื่นๆ เช่น การทำงานโดยใช้แรงงานเพื่อแลกเปลี่ยนกับอาหารหรือสิ่งของเครื่องใช้ อาหารนับเป็นหนึ่งในปัจจัยหลักของการดำรงชีพ การเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตของชนเผ่ามละบริส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิต แหล่งที่มาและรูปแบบการประกอบอาหาร การศึกษาการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริภายใต้ภูมิสังคมบ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน จึงเป็นการศึกษาเพื่อให้ได้ข้อมูลซึ่งเป็นแนวทางการจัดการอาหารให้กับชุมชนมละบริบ้านห้วยหยวกในอนาคต

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาบริบทของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน
2. เพื่อศึกษาการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน
3. เพื่อศึกษาแนวทางการจัดการการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เข้าใจบริบทภูมิสังคมของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน
2. ได้ข้อมูลวิธีการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน
3. ได้แนวทางในการจัดการการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน เพื่อส่งต่อให้กับหน่วยงานนักพัฒนาที่เกี่ยวข้อง

ขอบเขตของการวิจัย

1. ขอบเขตด้านเนื้อหา

ขอบเขตด้านเนื้อหาจะทำการศึกษาบริบททั่วไปของชนเผ่ามละบริบ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน จะทำการศึกษารายละเอียด ดังนี้

1. ด้านสภาพภูมิศาสตร์ ประกอบด้วย สภาพภูมิประเทศ สภาพทรัพยากร และสิ่งแวดล้อม
2. ด้านสังคม ประกอบด้วย ประวัติศาสตร์ชุมชน วิถีชีวิตความเชื่อ และวัฒนธรรม เศรษฐกิจ และโครงสร้างพื้นฐาน

2. ขอบเขตด้านพื้นที่

พื้นที่ที่ทำการศึกษาคือ ชุมชนชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก หมู่ที่ 6 บ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน

3. ขอบเขตด้านประชากร

ขอบเขตของประชากร เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 หลังคาเรือน ของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก หมู่ที่ 6 บ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอยางสีงา จังหวัดน่าน

นิยามศัพท์

ชนเผ่าพื้นเมือง (indigenous peoples) หมายถึง กลุ่มคนที่มีความสืบเนื่องทางประวัติศาสตร์ มิได้เป็นกลุ่มครอบงำทางเศรษฐกิจและสังคม พิจารณาตนเองว่ามีความแตกต่างไปจากภาคส่วนอื่น ๆ ของสังคม มีความมุ่งมั่นที่จะอนุรักษ์ พัฒนา และสืบวิถีชีวิต อัตลักษณ์และระบบภูมิปัญญาเฉพาะสู่คนรุ่นอนาคต อันเป็นไปตามแบบแผนทางวัฒนธรรม สถาบันทางสังคม และระบบนิติธรรมของตน ประการสำคัญคือ/มีการยอมรับและนิยามตัวเองว่าเป็นชนเผ่าพื้นเมือง

ชนเผ่ามละบริ หมายถึง คำเรียกตนเองของชนเผ่าพื้นเมืองที่บ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอยางสีงา จังหวัดน่าน “มละ” แปลว่า คน “บริ” แปลว่า ป่า สองคำรวมกัน มีความหมายคือ คนที่พึ่งพิงอาศัยอยู่กับป่า นอกจากนี้ มีชื่อที่คนภายนอก เรียกชนเผ่ามละบริ ดังนี้ “มลาบริ” เป็นคำเรียกตามความเข้าใจและใช้อย่างแพร่หลายของนักวิชาการและนักภาษาศาสตร์ “ตองเหลือง” เป็นคำเรียก โดยชาวบ้านทางภาคเหนือของประเทศไทย เนื่องจากพฤติกรรมการสร้างที่พักอยู่อาศัยโดยใช้ใบตองมุงหลังคา และเมื่อใบตองเหลืองก็จะย้ายไปอยู่ที่ใหม่ ประกอบกับการหลบหนีที่ว่องไว ไม่สามารถหาตัวได้ง่าย จึงเรียกว่า “ผีตองเหลือง”

การบริโภคอาหาร หมายถึง การใช้ทรัพยากรสัตว์ พืชผักและผลไม้ เพื่อการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก ซึ่งประกอบไปด้วย ประเภท ชนิด แหล่งที่มา และกรรมวิธีการประกอบอาหาร

การจัดการการบริโภคอาหาร หมายถึง กระบวนการจัดการต่าง ๆ ตั้งแต่การล่าสัตว์ การออกหาของป่า การซื้อ การเตรียม การปรุงอาหาร เพื่อให้ได้ตามความต้องการที่จะบริโภค ของชาวมละบริ บ้านห้วยหยวก

ประเภทและชนิดของอาหารที่บริโภค หมายถึง ประเภทของอาหารที่ชาวมละบริบริโภค แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ เนื้อสัตว์/แมลง และ พืช/เห็ด โดยจำแนกตามชนิด ดังนี้

เนื้อสัตว์/แมลง หมายถึง เนื้อสัตว์ที่ชาวมละบริบริโภคทั้งจากการล่าและการหาจากแหล่งธรรมชาติ เช่น หมูป่า, หมูหริ่ง, เก้ง, กวาง และหนอนไม้ไผ่ เป็นต้น และเนื้อสัตว์ที่ซื้อจากรถค้าเร่ เช่น เนื้อหมู, เนื้อไก่ และปลานิล เป็นต้น

พืช/เห็ด หมายถึง พืชป่า/เห็ดป่า ที่ได้จากแหล่งธรรมชาติ เช่น หัวมัน ผักป่า ผลไม้ป่า และเห็ดป่า เป็นต้น และพืชผักที่ซื้อจากรถค้าเร่ เช่น ถั่วฝักยาว, ผักกาด และกะหล่ำปลี เป็นต้น

ผลไม้ หมายถึง สิ่งที่เป็นผลผลิตที่เกิดขึ้นจากสิ่งมีชีวิตจำพวกพืช โดยลักษณะรวม ๆ จะมีรูปทรงคล้ายทรงกลม หรือทรงรี ซึ่งอาจมีความแตกต่างกันบ้างตามสายพันธุ์ โดยปกติผลไม้จะต้องมีเปลือกหรือมีสิ่งที่ห่อหุ้มเนื้อที่อยู่ข้างใน ซึ่งมักจะถูกนำไปเป็นอาหารโดยมนุษย์หรือสัตว์

กรรมวิธีการประกอบอาหาร หมายถึง กรรมวิธีในการประกอบอาหารของชาวมละบริในวิถีดั้งเดิมซึ่งประกอบด้วย ต้ม หลาม เผา ย่าง หมกไฟ และการประกอบอาหารรูปแบบใหม่ซึ่งเป็นวิถีของชุมชนเมืองประกอบด้วย แกง ผัด ทอด ตำ ยำ และลาบ เป็นต้น

พ่อเลี้ยง หมายถึง นายจ้างรายปีที่รับมละบริไปทำงานในไร่โดยมีข้อตกลงในการจ่ายค่าแรงเป็นรายปี เงื่อนไขการจ่ายค่าแรงตามตกลงกัน เช่น จ่ายค่าแรงเป็นเงินสด พร้อมอาหารตลอดระยะเวลาการทำงาน ในบางรายพ่อเลี้ยงจะแบ่งที่ทำกินให้มละบริได้ทำกินเป็นของตนเองบางส่วน โดยมีเงื่อนไขว่าต้องทำงานในไร่ของพ่อเลี้ยงให้เสร็จก่อนจึงจะสามารถทำงานของตนเองได้ การนับเวลาจ้างงานคิดเป็นรอบการเพาะปลูกจนเก็บเกี่ยวแล้วเสร็จ จึงจะหมดสัญญา และหากมละบริต้องการจะยกเลิกสัญญาระหว่างปี ต้องหาเงินมาชดเชยส่วนที่พ่อเลี้ยงจ่ายไปล่วงหน้าพร้อมดอกเบี้ยหรือตามตกลงกัน เงื่อนไขการจ้างงาน และการยกเลิกสัญญาต่อกัน ไม่มีเป็นลายลักษณ์อักษร เป็นไปตามข้อตกลงทางวาจา ลักษณะการใช้งานและเงื่อนไขการจ้างงานของพ่อเลี้ยงแต่ละคนไม่เหมือนกัน

ความมั่นคงทางอาหาร หมายถึง สภาวะที่คนทุกคนและทุกขณะเวลามีความสามารถทั้งทางกายภาพ และทางเศรษฐกิจที่สามารถเข้าถึงอาหารที่เพียงพอ ปลอดภัย และมีคุณค่าทางโภชนาการเพื่อตอบสนองความต้องการและความพึงพอใจด้านอาหารเพื่อให้เกิดชีวิตที่มีพลัง และมีสุขภาพตามแนวคิดของ FAO (นนทกานต์, 2557)

บทที่ 2

การตรวจเอกสาร

การวิจัยเรื่อง การบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ ภายใต้ภูมิสังคมบ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน เพื่อให้ทราบถึงบริบททางภูมิสังคมที่ส่งผลต่อการบริโภคอาหาร และการหาแนวทางในการจัดการการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริบ้านห้วยหยวก ซึ่งเป็นชนเผ่าที่มีประชากรจำนวนน้อย จัดอยู่ในเป็นกลุ่มชนเผ่าพื้นเมืองที่เปราะบาง มีความเสี่ยงต่อการดำรงอยู่ และการสืบทอดอัตลักษณ์ ทั้งภาษา องค์ความรู้ และวัฒนธรรม ที่ได้รับผลกระทบจากการลดลงของพื้นที่ป่าไม้ต้องเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตแบบดั้งเดิมจากการที่เคยอาศัยพึ่งพิงบริโภคทรัพยากรที่มีอยู่ตามธรรมชาติ โยกย้ายออกจากป่ามาตั้งชุมชนถาวรและดำรงชีพภายใต้บริบทภูมิสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม มีแนวคิด ทฤษฎีที่ใช้อ้างอิงตามลำดับ ต่อไปนี้

1. หลักการทรงงานในพระบาทสมเด็จพระบรมชนก มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตร (รัชกาลที่ 9)
2. แนวคิดการพัฒนาเพื่อการพึ่งตนเองของเกษตรกรอันเนื่องมาจากพระราชดำริ
3. แนวคิดการเปลี่ยนแปลงสังคมและวัฒนธรรม
4. แนวคิดฐานทรัพยากรอาหาร
5. แนวคิดความมั่นคงทางอาหาร
6. บริบททั่วไปของชนเผ่ามละบริ ในประเทศไทย
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

หลักการทรงงานของพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร

มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตร (รัชกาลที่ 9)

สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (สำนักงาน กปร.) (2562) ได้รวบรวมหลักการทรงงานของ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตรไว้ทั้งหมด 27 ข้อ ดังนี้

1. ซื่อสัตย์ สุจริต จริงใจต่อกัน

ทรงมีพระราชดำรัส เรื่อง ความซื่อสัตย์ สุจริต จริงใจต่อกันอย่างต่อเนื่องตลอดมา เพราะเห็นว่าหากคนไทยทุกคนได้ร่วมมือกันช่วยชาติ พัฒนาชาติด้วยความซื่อสัตย์ สุจริต จริงใจต่อกันแล้ว ประเทศไทยจะเจริญก้าวหน้าอย่างมาก ดังพระราชดำรัส ความตอนหนึ่งว่า

“...คนที่ไม่มีคุณสุจริต คนที่ไม่มีคุณมั่นคง ชอบแต่ makkelijk ไม่มีวันจะสร้างสรรค์ประโยชน์ส่วนรวมที่สำคัญอันใดได้ ผู้ที่มีคุณสุจริตและความมุ่งมั่นเท่านั้น จึงจะทำงานสำคัญยิ่งใหญ่ที่เป็นคุณเป็นประโยชน์แท้จริงสำเร็จ...”

พระบรมราโชวาทในพิธีพระราชทานปริญญาบัตร
แก่นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ณ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
วันพฤหัสบดี ที่ 12 กรกฎาคม พ.ศ. 2522

“...ถ้าสุจริตแม้แต่นิดเดียวก็ขอแข่ง ให้มีอันเป็นไป พูดอย่างนี้หยาบคายแต่
ว่าขอให้มีอันเป็นไป ถ้าไม่สุจริตและมีความตั้งใจในธรรม ขอให้ต่ออายุได้ถึง 100 ปี
ถ้าอายุมากแล้วก็แข็งแรง แล้วสุจริตประเทศไทยจะรอดพ้นอันตรายอย่างมาก”

พระบรมราโชวาทพระราชทานแก่ผู้ว่าราชการจังหวัด
ที่ผ่านการอบรมหลักสูตรผู้ว่าราชการจังหวัดบูรณาการ
ณ วังไกลกังวล วันอาทิตย์ ที่ 3 ตุลาคม พ.ศ. 2547

2. อ่อนน้อม ถ่อมตน

การอ่อนน้อม ถ่อมตน เป็นคุณสมบัติที่ทุกคนพึงมีพึงปฏิบัติให้เป็นปกติวิสัยซึ่งทำให้สังคมมีความสมานสมานฉันท์ ทรงปฏิบัติให้เห็นมาโดยตลอด ทรงอ่อนน้อมมาก เวลาที่เสด็จฯ ไปเยี่ยมราษฎร ทรงโน้มพระวรกายไปหาประชาชน คุณเข้าหาประชาชน ถามทุกข์สุข ปรีกษาหารือเป็นชั่วโมง ๆ ประชาชนนั่งพับเพียบ พระองค์ท่านก็ทรงทรุดพระวรกายนั่งพับเพียบบนพื้นเดียวกัน

3. ความเพียร

ความเพียรเป็นคุณสมบัติที่จะทำให้งานสำเร็จ ต้องมีความมุ่งมั่น โดยเฉพาะการทำงานเพื่อประโยชน์ส่วนรวม ทรงปฏิบัติให้เห็นโดยทรงเรือใบจากวังไกลกังวลข้ามอ่าวไทยขึ้นฝั่งที่สตูล ทรงใช้เวลาเดินทาง 17 ชั่วโมงบนเรือขนาดยาวเพียง 13 ฟุต ลำเรือแคบ ๆ ทรงแสดงให้เห็นถึงการใช้ความเพียรในการทำงานให้สำเร็จ นอกจากนี้ยังทรงแสดงเรื่องความเพียรผ่านทางพระราชนิพนธ์พระมหาชนกซึ่งพระราชนิพนธ์นี้ที่พระองค์ทรงใช้เวลาค่อนข้างนาน ในการคิดประดิษฐ์ ทำให้เข้าใจง่าย และปรับเปลี่ยนให้เข้ากับสภาพสังคมปัจจุบัน อีกทั้งภาพประกอบและคติธรรมต่าง ๆ ได้ส่งเสริมให้หนังสือ

เล่มนี้มีความศักดิ์สิทธิ์ที่หากคนไทยน้อมรับมาศึกษาวิเคราะห์และปฏิบัติตามรอยพระมหาชนก กษัตริย์ผู้เพียรพยายาม แม้จะไม่เห็นฝั่ง ก็ยังว่ายน้ำต่อไป เพราะถ้าไม่เพียรว่ายน้ำก็จะตกเป็นอาหารปู ปลา จมน้ำตายก่อนถึงฝั่ง

4. รู้ รัก สามัคคี

“รู้ รัก สามัคคี” เป็นพระราชดำรัส ที่มีค่าและมีความหมายลึกซึ้ง พร้อมทั้งสามารถปรับใช้ได้กับทุกยุคทุกสมัย

รู้ : การที่เราจะลงมือทำสิ่งใดนั้น จะต้องรู้เสียก่อน รู้ถึงปัจจัยทั้งหมด รู้ถึงปัญหา และรู้ถึงวิธีการแก้ปัญหา

รัก : คือความรัก เมื่อเรารู้ครบถ้วนด้วยกระบวนการแล้วจะต้องมีความรักเป็นพลังผลักดันที่จะเข้าไปลงมือปฏิบัติแก้ไขปัญหานั้น ๆ ถ้าเรามีความรักแล้วจะมีแรงกระตุ้นให้ทำงานด้วยความเต็มใจ

สามัคคี : การที่จะลงมือปฏิบัตินั้น ควรคำนึงเสมอว่าเราจะทำงานคนเดียวไม่ได้ ต้องทำงานร่วมมือร่วมใจเป็นองค์กร เป็นหมู่คณะ จึงจะมีพลังเข้าไปแก้ปัญหาให้ลุล่วงไปได้ด้วยดี

5. ทำเรื่อย ๆ ทำแบบยั่งยืน

ปัญหาต่าง ๆ ของประเทศชาติเกิดขึ้นอย่างไม่รู้จบ จำเป็นต้องทุ่มเทกำลังความสามารถเข้าไปแก้ไข จะหยุดการทำงานไม่ได้ จึงต้องทำเรื่อย ๆ ไม่สามารถหยุดงานช่วยเหลือประชาชนได้ โดยพระองค์ทรงงานมาตลอด 70 ปี

“หลักสังฆทาน” มีความหมายคือ “ให้เพื่อให้” เป็นการให้โดยไม่เลือก ไม่หวังผลตอบแทน และไม่เลือกปฏิบัติ

การทำงานช่วยเหลือประชาชนจะไม่ทรงเลือก ไม่กำหนดว่าเป็นใคร มีเชื้อชาติศาสนาใด จึงเป็นการทำลักษณะคล้ายสังฆทานที่ให้โดยไม่ต้องระบุผู้รับ ดังพระราชดำรัสครั้งหนึ่งความว่า

“...การเป็นพระเจ้าแผ่นดินนั้น เป็นตลอด 24 ชั่วโมง พระองค์ทรงอยู่บน

ยอดปริมิตของสังคม แต่ปริมิตในประเทศไทย เป็นปริมิตหัวกลับ”

6. มีความสุขในการทำประโยชน์ให้กับผู้อื่น

ความสุขเป็นเรื่องของการทำประโยชน์ให้เกิดขึ้น ซึ่งความสุขที่แท้จริงคือ การทำประโยชน์ให้ผู้อื่น มิใช่ทำให้ตนเองเพียงเท่านั้น ต้องสร้างประโยชน์กับคนอื่น เมื่อคนอื่นมีความสุขแล้วเราก็มีความสุขด้วย โดยความสุขของผู้อื่น คือความสุขส่วนรวมนั่นเอง เราต้องยึดประโยชน์ส่วนรวมมาก่อนประโยชน์ส่วนตน ดังมีพระราชดำรัสครั้งหนึ่งความว่า

“...ขอปจนะที่มำช่วยฉันทำงำน ฉันทบอวก่อนนะ ช่วยฉันทำงำน ไม่มีอะไรจะให้ นอกจากมคีความสุขร่วมนกัน ในการทำประโยชนให้กับผู้อื่น...”

7. ศักษาข้อมูลอย่างเป้นระบบ ทำงำนอย่างผู้รู้จริง

การทำที่พระราชทานโครงการใดโครงการหนึ่งจะทรงศักษาข้อมูลรายละเอียดอย่างเป้นระบบ ทั้งข้อมูลเบื้องต้นจากเอกสาร และแผนที่ ตลอดจนสอบถามจากเจ้าหน้าที่ นักวิชาการ และราษฎรในพื้นที่ให้ได้รายละเอียดที่ถูกต้อง รวมทั้งศักษาตรวจสอบและทอดพระเนตรในพื้นที่จริง เพื่อที่พระราชทานความช่วยเหลือได้อย่างถูกต้องรวดเร็วตรงตามความต้องการของประชาชน และสอดคล้องกับสภาพแวดล้อม

8. ระเบิดจากข้างใน

ทรงมุ่งเน้นเรื่องการพัฒนาคน ดังพระราชดำรัสว่า “ระเบิดจากข้างใน” หมายความว่า ต้องสร้างความเข้มแข็งให้คนในชุมชนที่เราเข้าไปพัฒนาให้มีสภาพพร้อมที่จะรับการพัฒนาศีัยก่อน แล้วจึงค่อยออกมาสู่สังคมภายนอก มิใช่การนำเอาความเจริญหรือบุคคลจากสังคมภายนอกเข้าไปหาชุมชนที่ยังไม่ทันได้มีโอกาสเตรียมตัว หรือตั้งตัว อย่าให้โดยที่ผู้รับยังไม่พร้อมที่จะใช้ประโยชน์อย่างเต็มที่

9. ทำตามลำดับขั้น

ในการทำงำนพระองค์จะทรงเริ่มต้นจากสิ่งจำเป็นที่สุดของประชาชนก่อน ได้แก่ สาธารณสุข เมื่อมีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรงแล้วก็จะสามารถทำประโยชน์ด้านอื่น ๆ ต่อไปได้ จากนั้นจะเป็นเรื่องสาธารณูปโภคขั้นพื้นฐานและสิ่งจำเป็นในการทำประกอบอาชีพ อาทิ ถนน แหล่งน้ำ เพื่อการเกษตร การอุปโภคบริโภค ที่เอื้อประโยชน์ต่อประชาชนโดยไม่ทำลายทรัพยากรธรรมชาติ รวมถึงการให้ความรู้ทางวิชาการและเทคโนโลยีที่เรียบง่าย เน้นการปรับใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นที่ราษฎรสามารถนำไปปฏิบัติได้และเกิดประโยชน์สูงสุด ดังพระบรมราโชวาทความตอนหนึ่งว่า

“...การพัฒนาประเทศจำเป็นต้องทำตามลำดับขั้นต้องสร้างพื้นฐาน คือความพอมี พอกิน พอใช้ของประชาชนส่วนใหญ่เป็นเบื้องต้นก่อน โดยใช้วิธีการและใช้อุปกรณ์ที่ประหยัด แต่ถูกต้องตามหลักวิชา เมื่อได้พื้นฐานมั่นคงพร้อมพอควรและปฏิบัติได้แล้ว จึงค่อยสร้างค่อยเสริมความเจริญและฐานะเศรษฐกิจขั้นที่สูงขึ้นโดยลำดับต่อไป หากมุ่งแต่จะทุ่มเทสร้างความเจริญยกเศรษฐกิจขั้นให้รวดเร็วแต่ประการเดียว โดยไม่ให้แผนปฏิบัติการสัมพันธ์กับสภาวะของประเทศและของประชาชนโดยสอดคล้องด้วย ก็จะเกิดความไม่สมดุลในเรื่องต่าง ๆ ขึ้น ซึ่งอาจ

กลายเป็นความยุ่งยากล้มเหลวได้ในที่สุด ดังเห็นได้ที่อารยประเทศหลายประเทศ กำลังประสบปัญหาทางเศรษฐกิจอย่างรุนแรงในเวลา...

พระบรมราชโองการในพิธีพระราชทานปริญญาบัตร
ของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ณ หอประชุมมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
วันพฤหัสบดี ที่ 18 กรกฎาคม พ.ศ. 2517

10. ภูมิสังคม

การพัฒนาใด ๆ ต้องคำนึงสภาพภูมิประเทศของบริเวณนั้น ๆ ว่าเป็นอย่างไร และสังคมวิทยาเกี่ยวกับลักษณะนิสัยใจคอของคน ตลอดจนประเพณีวัฒนธรรมในแต่ละท้องถิ่นที่มีความแตกต่างกัน และใช้หลักในการปรับตัวให้อยู่กับธรรมชาติให้ได้ ดังพระราชดำรัส ความตอนหนึ่งว่า

“...การพัฒนาจะต้องเป็นไปตามภูมิประเทศทางภูมิศาสตร์ และภูมิประเทศทางสังคมศาสตร์ในสังคมวิทยา คือ นิสัยใจคอของคนเราจะไปบังคับให้คนอื่นคิดอย่างอื่นไม่ได้ เราต้องแนะนำ เราเข้าไปไปช่วยโดยที่จะคิดให้เขาเข้ากับเรา ไม่ได้แต่ถ้าเราเข้าไปแล้ว เราเข้าไปดูว่าเค้าต้องการอะไรจริง ๆ แล้วก็อธิบายให้เขาเข้าใจหลักการของการพัฒนานี้ก็จะเกิดประโยชน์อย่างยิ่ง...”

11. องค์กรรวม

ในการที่จะพระราชทานพระราชดำริเกี่ยวกับโครงการหนึ่งนั้น จะทรงมองเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นและแนวทางแก้ไขอย่างเชื่อมโยง อย่างครบวงจร ทรงเรียกวิธีนี้ว่า องค์กรรวม (holistic) หมายถึง การมองเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นแบบบูรณาการ และกำหนดแนวทางแก้ไขอย่างเชื่อมโยง โดยพิจารณาครบทุกด้านของปัญหา พร้อมแนวทางแก้ไขอย่างเชื่อมโยงกันเป็นระบบ เช่น กรณีของ “ทฤษฎีใหม่” มี 3 ชั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 คือ การมองในเรื่องของการบริหารจัดการที่ดินตั้งแต่การถือครองที่ดินของประชากรไทยโดยเฉลี่ยที่ดินประมาณ 10-15 ไร่ และแหล่งน้ำอันเป็นปัจจัยพื้นฐานที่สำคัญในการประกอบอาชีพ และเป็นเรื่องพื้นฐานของเกษตรกรในการพึ่งตนเอง คือ พออยู่ พอกินก่อน

ขั้นที่ 2 คือ การให้เกษตรกรรวมพลังกันในรูปกลุ่ม หรือสหกรณ์เพื่อการจัดการและการตลาดสำหรับผลผลิตที่เหลือกินเหลือใช้

ขั้นที่ 3 คือ การรวมกลุ่ม รวมพลังชุมชนให้มีความเข้มแข็งเพื่อพร้อมที่จะออกไปสู่กับการเปลี่ยนแปลงของสังคมภายนอกได้อย่างครบวงจร เพื่อยกระดับไปสู่ธุรกิจชุมชนต่อไป

12. ประหยัด เรียบง่าย ได้ประโยชน์สูงสุด

ในเรื่องของความประหยัดนี้ ประชาชนชาวไทยทราบกันดีว่าเรื่องส่วนพระองค์ทรงประหยัดมากดังที่เราเคยเห็นว่า หลอดยาสีพระทนต์นั้นทรงใช้อย่างคุ้มค่าอย่างไร หรือฉลองพระองค์แต่ละองค์ทรงใช้อยู่เป็นเวลานาน

ขณะเดียวกันการพัฒนาและช่วยเหลือราษฎรทรงใช้หลักในการแก้ไขปัญหาด้วยความเรียบง่ายและประหยัด ราษฎรสามารถทำได้เอง หาได้ในท้องถิ่นและประยุกต์ใช้สิ่งที่มีอยู่ในภูมิภาคนั้น ๆ มาแก้ไขปัญหาโดยไม่ต้องลงทุนสูงหรือใช้เทคโนโลยีที่ไม่ยุ่งยากนัก ทรงให้ใช้หลัก Cost Effectiveness (คุ้มค่า) ไม่ใช่ Cost Benefit (คุ้มทุน) เสมอไป ซึ่งหมายถึงปัญหาของมนุษย์คิดเป็นราคาไม่ได้ อย่าไปเน้นกำไร หากแต่เราต้องจัดการให้ความทุกข์ของเขาหมดไปให้ได้ และเน้นความยั่งยืนและประโยชน์สุข

13. ขาดทุนคือกำไร

การพัฒนาเพื่อการอยู่ดีกินดีของประชาชนนั้น อย่าไปนึกหวังกำไรหรือผลตอบแทนแต่อย่างใดเลย ทำอะไรต้องลงทุนลงแรงและปัจจัยบางอย่างเสียก่อนเพื่อสร้างผลกำไรในอนาคต คือ ความอยู่ดีมีสุขของประชาชน ดังพระราชดำรัสความตอนหนึ่งว่า

“...ถ้าหากว่าอยากให้ประชชนอยู่ดีกินดี รัฐจะต้องลงทุน ต้องสร้างโครงการ ซึ่งต้องใช้เงินจำนวนเป็นร้อยเป็นพันเป็นหมื่นล้าน ถ้าทำไปก็เป็น “loss” เป็นการเสีย เป็นการขาดทุน เป็นการจ่าย คือรัฐบาลต้องตั้งงบประมาณรายจ่าย ซึ่งมาจากเงินของประชาชน แต่ว่าถ้าโครงการดี ในไม่ช้าประชาชนก็จะได้กำไรจะได้ผล ราษฎรจะอยู่ดี กินดีขึ้น จะได้ประโยชน์ไป ส่วนรัฐบาลไม่ได้อะไร แต่ขอถ้าดูให้ดี ๆ จะเห็นว่าถ้าราษฎรอยู่ดีกินดี มีรายได้ รัฐบาลก็จะเก็บภาษีได้สะดวก ไม่มีการหนีภาษี เพราะเมื่อมีรายได้ดีขึ้น เขาก็สามารถเสียภาษีได้มากขึ้น...”

พระราชดำรัสพระราชทานแก่คณะบุคคลต่าง ๆ ที่เข้าเฝ้าฯ ถวายพระพรชัยมงคล

เนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา ณ ศาลาดุสิดาลัย

วันพุธ ที่ 4 ธันวาคม พ.ศ. 2534

14. ปลุกป่าในใจคน

ป่าไม้เป็นปัจจัยสำคัญของชีวิตมนุษย์ หากไม่มีการปลูกจิตสำนึกในการรักษาป่าไม้ให้กับทุกคนแล้ว จะทำให้การดำรงชีวิตของมนุษย์เป็นไปด้วยความยากลำบาก เจ้าหน้าที่ของรัฐดูแลรักษาป่าไม้ด้วยหน้าที่พึงกระทำ แต่ชาวบ้านจะสามารถดูแลและหวงแหนป่าไม้ด้วยจิตสำนึกเพื่อรักษาปัจจัย

แห่งชีวิตของตนเอง ทรงมีพระราชดำรัสว่า ควรจะมีป่าไม้หมู่บ้านเสียที ป่าจะได้กลับมา หมายถึงชาวบ้านลุกขึ้นดูแลและฟื้นฟูทรัพยากรป่าด้วยตนเอง ดังพระราชดำรัสความตอนหนึ่งว่า

“...เจ้าหน้าที่ป่าไม้ควรจะปลูกต้นไม้ลงในใจคนเสียก่อน แล้วคนเหล่านั้นก็จะพากันปลูกต้นไม้ลงบนแผ่นดินและรักษาต้นไม้ด้วยตนเอง...”

พระราชดำรัสพระราชทานแก่เจ้าหน้าที่ป่าไม้ ณ หน่วยจัดการต้นน้ำทุ่งจ้อ อำเภอมะเข่ จังหวัดเชียงใหม่ วันเสาร์ ที่ 31 มกราคม พ.ศ. 2519

15. ใช้ธรรมชาติช่วยธรรมชาติ

ทรงเข้าใจถึงธรรมชาติและต้องการให้ประชาชนใกล้ชิดกับธรรมชาติ ทรงมองเห็นถึงปัญหาของธรรมชาติได้อย่างละเอียด หากเราต้องการแก้ไขปัญหาระบบธรรมชาติ จึงจำเป็นต้องใช้ธรรมชาติเข้าช่วยเหลือ ไม่ว่าจะเป็นการบำบัดน้ำเสีย ด้วยการใช้น้ำที่ไหลน้ำเสีย โดยอาศัยหลักแรงโน้มถ่วงตามธรรมชาติ (gravity flow) หรือการใช้ พืชกรองน้ำเสีย การแก้ไขปัญหาลำน้ำสกปรก ด้วยพระราชดำริปลูกป่าโดยไม่ต้องปลูก ปล่อยให้ธรรมชาติช่วยฟื้นฟูธรรมชาติ รวมถึง การกำจัดขยะ ด้วยการหมักเพื่อให้จุลินทรีย์ที่มีอยู่ในธรรมชาติย่อยสลาย ดังพระราชดำรัสความตอนหนึ่งว่า

“...แต่ 3,000 ไร่ น้ำมันอยู่สูง จะนำน้ำโสโครกจากที่นี่ไปไหนต้องสูบไปไม่ไหว แต่ว่าจะทำเป็นบึงใหญ่ที่จะเก็บน้ำได้สำหรับเวลาหน้าน้ำมีน้ำเก็บเอาไว้หน้าแล้งปล่อยลงมา ส่วนหนึ่งอาจปล่อยลงมาสำหรับล้างกรุงเทพฯ ได้เจือจางน้ำโสโครกในคลองต่าง ๆ ...”

พระราชดำรัส เมื่อวันที่ 26 กรกฎาคม พ.ศ. 2532

“...สิ่งโสโครกจากบ้านเรือนที่ให้เทศบาลสูบไป มักนำไปปล่อยลงคลอง ลงแม่น้ำ ถ้าหาที่แห่งหนึ่งนอกเมือง ทำถังหมักสิ่งโสโครกไว้ 10 วัน สิ่งที่เป็นสิ่งโสโครกก็หายโสโครก เชื้อโรคอะไรก็หมดไป ถ้าให้ดีเอาไว้ 28 วัน ให้น้ำ จริง ๆ จัง ๆ พวกเชื้อที่ร้ายแรงที่ยังมีก็หมด แต่กลิ่นก็หายหมด เสร็จแล้วเอามาตากใช้ประโยชน์ได้ ทั้งส่วนที่เป็นของแข็งและส่วนที่เป็นน้ำ เป็นปุ๋ยที่ไม่เหม็น เทศบาลต่าง ๆ ที่มีปัญหานี้ก็ต้องพยายามพิจารณาว่าจะทำอะไรต่อไป...”

พระราชดำรัสเสด็จออกมหาสมาคมเนื่องในวันเฉลิมพระชนมพรรษา
วันอังคาร ที่ 4 ธันวาคม พ.ศ. 2544

16. อธรรมปราบอธรรม

ทรงนำความจริงในเรื่องความเป็นไปแห่งธรรมชาติ และกฎเกณฑ์ของธรรมชาติมาเป็นหลักการแนวปฏิบัติที่สำคัญในการแก้ปัญหาและเปลี่ยนแปลงสถานะที่ไม่ปกติให้เข้าสู่ปกติ ทรงคิดค้นวิธีบำบัดน้ำเสียโดยใช้ผักตบชวาดูดซึมสิ่งสกปรกปนเปื้อนในน้ำ และเป็นที่มาของ “อธรรมปราบอธรรม” ดังพระราชดำรัสความตอนหนึ่งว่า

“...เห็นไหมว่าน้ำเน่ามันก็เป็นอธรรม ผักตบชวาที่เราไม่ต้องการมันก็เป็นอธรรมเหมือนกัน...ฉันจะเอาอธรรมสู้กับอธรรม ให้ออกมาเป็นธรรมชาติให้ได้...”

17. ประโยชน์ส่วนรวม

ทรงเห็นว่าการทำงานทุกอย่างของเรานั้นมีผลเกี่ยวเนื่องถึงประโยชน์ส่วนรวมของบ้านเมืองและประชาชนทุกคน เพราะฉะนั้นจึงจำเป็นที่จะต้องปฏิบัติหน้าที่ทุก ๆ ประการให้บริสุทธิ์ บริบูรณ์ โดยเต็มกำลังสติปัญญา ความรู้ ความสามารถ การปฏิบัติพระราชกรณียกิจและการพระราชทานพระราชดำริในการพัฒนาและช่วยเหลือพสกนิกรทรงระลึกถึงประโยชน์ของส่วนรวมเป็นสำคัญ ดังพระราชดำรัสความตอนหนึ่งว่า

“...ใครต่อใครก็บอกว่าขอให้เสียสละส่วนตัวเพื่อส่วนรวม อันนี้ฟังจนเบื่อ อาจจะรำคาญด้วยซ้ำว่า ใครต่อใครมาก็บอกว่าขอให้คิดถึงประโยชน์ส่วนรวม อาจมานึกในใจว่าให้ ๆ อยู่เรื่อยแล้วส่วนตัวจะได้อะไร ขอให้คิดว่าคนที่ให้เพื่อส่วนรมนั้นมิได้ให้ส่วนรวมแต่อย่างเดียว เป็นการให้เพื่อตัวเองสามารถที่จะมีส่วนรวมที่จะอาศัยได้...”

พระบรมราโชวาทพระราชทานแก่ นิสิต นักศึกษามหาวิทยาลัยขอนแก่น
ณ มหาวิทยาลัยขอนแก่น วันจันทร์ ที่ 20 ธันวาคม พ.ศ. 2514

“...บ้านเมืองของเราเป็นปึกแผ่นมั่นคง และร่มเย็นเป็นสุขสืบมาช้านาน เพราะเรามีความยึดมั่นในชาติ และต่างบำเพ็ญกรณียกิจตามหน้าที่ ให้สอดคล้องเกื้อกูลเพื่อประโยชน์ส่วนรวมของชาติ คนไทยทุกคน จึงควรจะได้ตระหนักในข้อนี้ให้มาก แล้วตั้งใจประพฤติตัวปฏิบัติงาน ให้สมแก่ฐานะและหน้าที่ เพื่อให้สำเร็จประโยชน์ส่วนรวม คือความมั่นคงปลอดภัยของชาติบ้านเมืองไทย...”

พระราชดำรัสในการเสด็จออกมหาสมาคมในงานพระราชพิธีเฉลิม
พระชนมพรรษา ณ ท้องพระโรง ศาลาราชประชาสมาคม วังไกลกังวล
วันพฤหัสบดี ที่ 5 ธันวาคม พ.ศ. 2556

18. การพึ่งตนเอง

การพัฒนาตามแนวพระราชดำริ ในเบื้องต้นเป็นการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า เพื่อให้ประชาชนมีความแข็งแรงพอที่จะดำรงชีวิตได้ และขั้นตอนต่อไปคือ การพัฒนาให้ประชาชนสามารถอยู่ในสังคมได้ตามสภาพแวดล้อม สามารถพึ่งตนเองได้อย่างยั่งยืน โดยใช้หลักคิดปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง คือ การวางแผนทางชีวิตของตนเองให้เรียบง่าย ธรรมดา และเดินสายกลางด้วยปัญญาพร้อมคุณธรรมในจิตใจ เพื่อนำชีวิตไปสู่ความสมดุลของทรัพยากร ให้มีความมั่นคง และเกิดความยั่งยืนในที่สุด เปรียบเสมือนเป็นการวางรากฐานของอาคารให้แข็งแรง ดังพระราชดำรัสความตอนหนึ่งว่า

“...การช่วยเหลือสนับสนุนประชาชนในการประกอบอาชีพและตั้งตัวให้มีความพอกินพอใช้ ก่อนอื่นเป็นสิ่งสำคัญยิ่งยวดเพราะผู้มีอาชีพ และฐานะเพียงพอที่จะพึ่งพาตนเองได้ ย่อมสามารถสร้างความเจริญในระดับสูงขึ้นต่อไป...”

พระบรมราโชวาทในพิธีพระราชทานปริญญาบัตรของ
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ณ หอประชุมมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
วันศุกร์ ที่ 19 กรกฎาคม พ.ศ. 2517

19. เศรษฐกิจพอเพียง

เศรษฐกิจพอเพียงเป็นหลักความคิดที่จะดำเนินการเรื่องต่าง ๆ เพื่อนำชีวิตไปสู่ความสมดุล มั่นคง และยั่งยืน เสมือนเป็นการวางรากฐานรากของตัวอาคาร ดังปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงที่ได้พระราชทานไว้ ดังนี้

“...เศรษฐกิจพอเพียงเป็นปรัชญาชี้ถึงแนวทางดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับครอบครัว ระดับชุมชนจนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลาง โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจ เพื่อให้ก้าวหน้าต่อโลกยุคโลกาภิวัตน์ ความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควร ต่อการมีผลกระทบใด ๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายใน ทั้งนี้จะต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบ และความระมัดระวังอย่างยิ่งในการนำวิชาการต่าง ๆ มาใช้ในการวางแผน และการดำเนินการทุกขั้นตอน และขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติ โดยเฉพาะเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักทฤษฎี และนักธุรกิจในทุกระดับให้มีสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์ สุจริตและให้มีความรอบรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติปัญญา และความรอบคอบ เพื่อให้สมดุลและพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว และกว้างขวางทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้เป็นอย่างดี...”

20. เข้าใจ เข้าถึง พัฒนา

เข้าใจ : ทำอะไรต้องเข้าใจปัญหา เข้าใจหนทางแก้ไข เข้าใจกระบวนการจัดการ และปรับความเข้าใจระหว่างผู้ให้ ผู้รับเสียก่อน ให้เข้าใจซึ่งกันและกัน

เข้าถึง : เมื่อเข้าใจระหว่างกันทุกประการครบถ้วนแล้ว ต้องเข้าถึงการกระทำ สร้างความร่วมมือจากผู้เกี่ยวข้อง เข้าถึงเครื่องมือเครื่องมือและวัสดุอุปกรณ์ และความสามัคคีร่วมจิตร่วมใจของผู้ปฏิบัติ ร่วมมือร่วมไม้กันทำงาน

พัฒนา : เมื่อต่างฝ่ายต่างเข้าใจกันแล้ว เข้าถึงกันแล้ว การพัฒนาก็จะดำเนินการไปอย่างยั่งยืน ไม่ส่งผลกระทบที่ติดลบต่อระบบเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อมและการเมือง หากแต่นำไปสู่ความสมดุล มั่นคง และยั่งยืน

21. แก้ปัญหาที่จุดเล็ก คิด Macro เริ่ม Micro

ทรงมองปัญหาในภาพรวม (macro) ก่อนเสมอ แต่การแก้ไขปัญหของพระองค์จะเริ่มจากจุดเล็ก ๆ (micro) คือ การแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าที่คนมักจะมีมองข้าม ดังพระราชดำรัสความตอนหนึ่งว่า

“...ถ้าปวดหัวก็คิดอะไรไม่ออกเป็นอย่างนั้นต้องแก้ไขการปวดหัวนี้ก่อน...มันไม่ได้เป็นการแก้อาการจริงแต่ต้องแก้ปวดหัวก่อน เพื่อที่จะให้อยู่ในสภาพที่คิดได้...แบบ (macro) นี้ เขาจะทำแบบรู้ทั้งหมด ฉันไม่เห็นด้วย...อย่างบ้านคนอยู่ เราบอกบ้านนั้นมันผุดตรงนั้น ผุดตรงนี้ ไม่คุ้มที่จะซ่อม ...เอา ตกลงรื้อบ้านนี้ ระเบิดเลย เราจะไปอยู่ที่ไหน ไม่มีที่อยู่ ...วิธีทำต้องค่อย ๆ ทำ จะไประเบิดหมดไม่ได้...”

22. ไม่ติดตำรา ทำให้ง่าย

การพัฒนาตามแนวพระราชดำริมีลักษณะของการพัฒนาที่อนุโลม และรวมชอมกับสภาพธรรมชาติสิ่งแวดล้อมและสภาพของสังคมจิตวิทยาแห่งชุมชน คือ “ไม่ติดตำรา” ไม่ผูกมัดติดกับวิชาการและเทคโนโลยีที่ไม่เหมาะสมกับสภาพชีวิตความเป็นอยู่ที่เหมาะสมของคนไทย เพราะสภาพปัญหาไม่เหมือนกัน หากใช้ปัญญาไตร่ตรองให้รอบคอบ ครบถ้วนจะพบวิธีการพัฒนาใหม่ ๆ ในการแก้ไขปัญหของประชาชน ทรงโปรดที่จะทำสิ่งที่ยากให้กลายเป็นสิ่งที่ง่าย ทำสิ่งที่สลับซับซ้อนให้เข้าใจง่าย อันเป็นการแก้ปัญหาด้วยการใช้กฎแห่งธรรมชาติเป็นแนวทางนั่นเอง แต่การทำสิ่งยาก ให้กลายเป็นง่ายนั้นเป็นของยาก ฉะนั้นคำว่า “ทำให้ง่าย” หรือ “simplicity” จึงเป็นหลักคิดสำคัญที่สุดของการพัฒนาประเทศ ในรูปแบบของโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ

23. การมีส่วนร่วม

ในการทรงงานพระองค์ทรงเปิดโอกาสให้ทุกฝ่าย ทั้งประชาชนหรือเจ้าหน้าที่ทุกระดับได้มาร่วมกันแสดงความคิดเห็น หรือที่เรียกประชาพิจารณ์เพื่อรับทราบปัญหาและความต้องการของประชาชน โดยให้อาชาชาวบ้านเป็นครู ดังพระราชดำรัส ความตอนหนึ่งว่า

“...สำคัญที่สุดจะต้องหัดทำให้กว้างขวาง หนักแน่น รู้จักรับฟังความคิดเห็น แม้กระทั่งความวิพากษ์วิจารณ์จากผู้อื่นอย่างฉลาด เพราะการรู้จักรับฟังอย่างฉลาดนั้นแท้จริง คือ การระดมสติปัญญาและประสบการณ์อันหลากหลาย มาอำนวยความสะดวกการบริหารงานให้ประสบความสำเร็จที่สมบูรณ์นั่นเอง...”

24. พออยู่พอกิน

ให้ประชาชนสามารถอยู่อย่าง “พออยู่พอกิน” ให้ได้เสียก่อน แล้วจึงขยับขยายให้มีขีดสมรรถนะที่ก้าวหน้าต่อไป

การดำเนินชีวิตให้พออยู่พอกินนั้น ต้องมีทรัพยากรให้เพียงพอต่อการดำรงชีวิต ต้องอาศัยความอุดมสมบูรณ์ของทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมเป็นสำคัญ หากขาดแคลนจะทำให้ไม่เพียงพอ อดอยาก ไม่มั่นคงในชีวิต จำนวนประชากรเพิ่มขึ้นทุกวันแต่ทรัพยากรลดลงทุกที ภาวะขาดแคลนย่อมเกิดขึ้น ทรงแก้ไขปัญหาด้านเกี่ยวกับทรัพยากรธรรมชาติทรงฟื้นฟูและรักษาความสมดุลของทรัพยากรธรรมชาติที่เสียไปเพื่อสร้างความยั่งยืนให้เกิดขึ้น เพราะเป็นพื้นฐานการดำรงชีวิตของมนุษย์

“...คนอื่นจะว่าอย่างไรก็ช่างเขา จะว่าเมืองไทยล้าสมัย ว่าเมืองไทยเชย ว่าเมืองไทยไม่มีสิ่งที่มีสมัยใหม่ แต่เราอยู่พอมีพอกิน และขอให้ทุกคนมีความปรารถนาที่จะให้เมืองไทยพออยู่พอกิน มีความสงบ และทำงานตั้งจิตอธิษฐาน ตั้งปณิธานในทางที่จะให้เมืองไทยอยู่แบบพออยู่พอกิน ไม่ใช่จะรุ่งเรืองอย่างยอด แต่ว่ามีความพออยู่พอกิน มีความสงบ เปรียบเทียบกับประเทศอื่น ๆ ถ้าเรารักษาความพออยู่พอกินนี้ได้ เราก็จะยอดยิ่งยวด...ที่สุดก็คือประโยชน์ร่วมกัน คือ ความพอมีพอกินพออยู่ ปลอดภัยของประเทศชาติ...”

พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา ณ ศาลาดุสิดาลัย

วันพุธ ที่ 4 ธันวาคม พ.ศ. 2517

25. บริการรวมที่จุดเดียว

การบริการรวมที่จุดเดียวสำหรับเกษตรกรเป็นรูปแบบการบริการแบบเบ็ดเสร็จ หรือ One Stop Services ที่เกิดขึ้นเป็นครั้งแรกในระบบบริหารราชการแผ่นดินของประเทศไทย เพื่อประโยชน์แก่ประชาชนที่จะมาขอใช้บริการ จะประหยัดเวลาและค่าใช้จ่าย โดยทรงให้ศูนย์ศึกษาการพัฒนาอันเนื่องมาจากพระราชดำริเป็นต้นแบบในการบริการรวมที่จุดเดียว ซึ่งมีหน่วยงานราชการต่าง ๆ มาร่วมดำเนินการและให้บริการประชาชน ณ ที่แห่งเดียว ดังพระราชดำรัสความตอนหนึ่งว่า

“...กรม กองต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตประชาชนทุกด้าน ได้สามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ประลองดองกัน ประสานกันตามธรรมดาแต่ละฝ่ายต้องมีศูนย์ของตน แต่ว่าอาจจะมึนงงถือว่าเป็นศูนย์ของตัวเองคนอื่นไม่เกี่ยวข้อง และศูนย์ศึกษาการพัฒนาเป็นศูนย์ที่รวบรวมกำลังทั้งหมดของเจ้าหน้าที่ทุกกรม กอง ทั้งในด้านเกษตรหรือในด้านสังคม ทั้งในด้านงาน การส่งเสริมการศึกษามาอยู่ด้วยกัน ก็หมายความว่าประชาชน ซึ่งจะต้องใช้วิชาการทั้งหลายก็สามารถที่จะมาดูส่วนเจ้าหน้าที่จะให้ความอนุเคราะห์แก่ประชาชนก็มาอยู่พร้อมกันในที่เดียวกันเหมือนกัน ซึ่งเป็นสองด้าน ก็หมายถึงว่า ที่สำคัญปลายทางคือประชาชน จะได้รับประโยชน์และเส้นทางของผู้เป็นเจ้าหน้าที่จะให้ประโยชน์...”

พระราชดำรัส เมื่อวันอาทิตย์ ที่ 11 กันยายน พ.ศ. 2562

26. ร่าเริง รื่นเริง คึกคัก ครึกครื้น กระฉับกระเฉง มีพลัง เป็นปัจจัยของการทำงานที่มีประสิทธิภาพ

การทำงานให้สำเร็จและมีประสิทธิภาพต้องอาศัยจิตใจเป็นเรื่องสำคัญ ต้องสร้างบรรยากาศรอบตัวให้มีความสุข ไม่เครียด ทรงมีพระราชดำรัสว่า ทำงานต้องสนุกกับงานมิฉะนั้นเราจะเบื่อและหยุดทำงานในระยะต่อมา ดังนั้น ปัจจัยของการทำงานที่มีประสิทธิภาพ คือ ร่าเริง รื่นเริง คึกคัก ครึกครื้น

ร่าเริง รื่นเริง เวลาทำงานตัวเราเองก็ต้องร่าเริง และระหว่างทำงานก็ต้องสร้างบรรยากาศให้ผู้เข้าร่วมในการทำงานมีความสุข

คึกคัก ครึกครื้น คือ ตัวเองต้องคึกคักกระฉับกระเฉงมีพลังเสียก่อน และต้องสร้างบรรยากาศในการทำงานให้ครึกครื้นสนุกสนาน

พระบรมราโชวาทพระราชทานในงานประชุมสโมสรโลออนส์สากล ประจำปี พ.ศ. 2513

27. ชัยชนะของการพัฒนา

การแก้ไขปัญหาวิตถิความเป็นอยู่ของประชาชน ปัญหาทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เป็นเหมือนการเข้าสู่สงครามที่ไม่ได้ใช้อาวุธในการแก้ไขปัญหา แต่ใช้การพัฒนาเป็นเครื่องมือแก้ไข ปัญหาต่าง ๆ และ ทุกครั้งที่สามารถแก้ไขปัญหาได้สำเร็จ จึงถือเป็นการได้รับชัยชนะโดยการพัฒนา พระแสงขรรค์ชัยศรี หมายถึง จะทรงนำทัพเอง

ธงกระบี่ธนู หมายถึง ทรงปรารภรณायากจะให้ทุกคนติดตามและช่วยรบอยู่ในกองทัพของ พระองค์ด้วย

พระมหาสังข์ หมายถึง เพื่อให้เกิดความร่ำรวย งอกงาม เจริญก้าวหน้า

ดอกบัว หมายถึง ความบริสุทธิ์ ความสงบ มีคุณธรรม

งานวิจัยนี้ได้รื้อฟื้นหลักการทรงงานหลายข้อข้างต้นมาใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติทั้งใน ด้านส่วนตัว งานวิจัย และแนวทางในการพัฒนาชุมชน

ด้านส่วนตัวนั้น การวิจัยนี้ ต้องอาศัยความเพียรพยายาม การศึกษาข้อมูลอย่างเป็นระบบ การทำงานอย่างจริงจัง การค้นคว้าข้อมูลจากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้ทางประวัติศาสตร์ โดยเฉพาะ การค้นคว้าข้อมูลจากบันทึกของสยามสมาคม การเข้าพื้นที่เก็บข้อมูลด้วยตนเอง ความไม่ย่อท้อต่อ อุปสรรค ด้านเวลา ระยะเวลา สร้างความกระตือรือร้น ร่าเริง รื่นเริง กระตุ้นตนเองให้มีความคึกคัก ครึกครื้น เพื่อสร้างพลังที่เป็นปัจจัยในการทำงานที่มีประสิทธิภาพ ข้อนี้มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อ ความสำเร็จในการทำงานวิจัย หลายครั้งที่มีความท้อแท้ ต่อปัญหาและอุปสรรค ความตั้งใจ ความ มุ่งมั่น และการสร้างพลังในตัวเอง จึงจำเป็นอย่างยิ่งต่อความสำเร็จในการปฏิบัติงานทุกอย่าง ผู้วิจัย ตั้งมั่นไว้เสมอว่า การทำงานให้มีความสุข และสนุกกับงานที่จะทำให้งานสำเร็จได้ตามเป้าหมายที่ วางไว้

งานวิจัยนี้ สามารถใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาชุมชนซึ่งต้องอาศัยหลักการทรงงานด้านการ พัฒนาเข้ามาประยุกต์ใช้ทุกด้านโดยเฉพาะ ภูมิสังคมที่เป็นหัวใจหลักในการพัฒนา ซึ่งจะต้องเรียนรู้ทั้ง สภาพภูมิประเทศ และสังคมวิทยาที่เกี่ยวข้องกับลักษณะนิสัยใจคอของคน การระเบิดจากภายใน เพื่อให้เกิดความร่วมมือ และการวางแผนปฏิบัติงานอย่างเป็นลำดับขั้น เพื่อช่วยให้การทำงานเป็นไป อย่างราบรื่น แม้กระทั่งการแก้ปัญหาจากจุดเล็ก ๆ ซึ่งเป็นจุดตั้งต้นที่มาของงานวิจัย จากการสังเกต วิธีการจัดการการบริโภคอาหารของชนเผ่าละบรีที่บางคนอาจจะมองข้าม จากจุดเล็ก ๆ นี้ จึงเป็น ที่มาของงานวิจัยนี้ เศรษฐกิจพอเพียง เข้าใจ เข้าถึง พัฒนา เป็นเสมือนเข็มทิศในการทำงานและการ ดำเนินชีวิต ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เป็นฐานคิดอย่างมีเหตุมีผล ภายใต้หลักสามห่วงสอง เงื่อนไขคือ ความพอประมาณ มีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันที่ดี ภายใต้เงื่อนไขของความรู้และคุณธรรม การศึกษาตามแบบภูมิสังคม ก่อให้เกิดความเข้าใจในบริบทของชุมชน และเข้าถึงความต้องการที่ แท้จริงของชุมชน ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงสามารถประยุกต์ใช้เพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน ฉะนั้น

หลักการทรงงานของพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตร (รัชกาลที่ 9) จึงเกี่ยวข้องกับทั้งด้านแนวทางการพัฒนา การเสริมพลัง และการสร้างความสุขในการทำประโยชน์ให้กับผู้อื่น

แนวคิดการพัฒนาเพื่อการพึ่งตนเองของเกษตรกร อันเนื่องมาจากพระราชดำริ

แนวพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระบรมชนก มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตรเกี่ยวกับการส่งเสริมชุมชนหรือการพัฒนาชนบทที่สำคัญ ๆ คือ การที่ทรงมุ่งช่วยเหลือพัฒนาให้เกิดการพึ่งตนเองได้ ของคนในชนบทเป็นหลัก กิจกรรมและโครงการตามแนวพระราชดำริที่ดำเนินการอยู่หลายพื้นที่ทั่วประเทศในปัจจุบันนั้นล้วนแล้วแต่มีเป้าหมายสุดท้ายอยู่ที่การพึ่งตนเองของราษฎรทั้งสิ้น (มูลนิธิชัยพัฒนา, 2560)

การสร้างความเข้มแข็งแก่ชุมชนโดยให้สามารถพึ่งตนเองได้ก่อนแล้ว จึงค่อยขยายออกสู่สังคมภายนอก มิใช่การเอาความเจริญจากสังคมภายนอกเข้าไป

“...ในการปฏิบัติงานต่อไป ข้าพเจ้าใคร่ขอให้ท่านลองคิดพิจารณาดูว่า คนทุกคน ไม่ว่าชาวกรุงหรือชาวชนบท ไม่ว่ามีการศึกษามากหรือน้อยอย่างไร ย่อมมีจิตใจเป็นอิสระมีความคิดเห็น มีความพอใจ มีรสนิยม เป็นของตนเอง ไม่ชอบการบังคับ นอกจากนั้น ยังมีขนบธรรมเนียม มีแบบแผนในความประพฤติปฏิบัติ เฉพาะเหล่าเฉพาะถิ่นอีกด้วย การที่ท่านจะนำสิ่งต่าง ๆ ไปมอบให้ หรือไปแนะนำสั่งสอนโดยรีบร้อนให้ได้ผลทันใจ บางทีจะรู้สึกว่าคุณหลักติดขัดไม่น้อย อย่างเช่นจะนำหลักวิชาโภชนาการไปแนะนำคนในชนบทอาจยังไม่ยอมรับ ไม่ยอมบริโภคตามคำแนะนำของท่านทันทีทันใด ไม่ใช่เพราะไม่เชื่อฟังหรือขัดขืน แต่อาจเป็นการขัดกับความเคยชิน และความนิยมของเขาที่มีอยู่ก่อน ท่านไม่ควรยอมปล่อยให้ปัญหาอย่างนี้เป็นสาเหตุให้เกิดความไม่พอใจ ขัดใจ หรือท้อถอยขึ้น เพราะจะทำให้งานทุกอย่างหยุดชะงัก และล้มเหลว ควรอย่างยิ่งที่จะต้องอดทนและพยายามทำหน้าที่ต่อไป ด้วยปัญญา ด้วยความปรารถนาดี และความรอบคอบสุขุม เมื่อได้ปฏิบัติอย่างเต็มที่ด้วยความหวังดีและบริสุทธิ์ใจโดยถูกต้องแล้ว ถึงหากจะได้ผลน้อยไป ล่าช้าไปบ้างก็ควรจะพอใจแล้ว...”

พระบรมราชาโชวาท ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตร ประกาศนียบัตร

และอนุปริญญาบัตร แก่นักศึกษามหาวิทยาลัยมหิดล

วันเสาร์ที่ 24 กันยายน พ.ศ. 2520

การพัฒนาให้ทำตามลำดับขั้น โดยสร้างพื้นฐานคือความพอกิน พอใช้ ของประชาชนส่วนใหญ่เป็นพื้นฐานก่อน โดยการทำงานประจำให้ดีแล้วจึงค่อยสร้างเสริมและฐานะทางเศรษฐกิจที่สูงขึ้นโดยลำดับต่อไป

“...การพัฒนาประเทศจำเป็นต้องทำตามลำดับขั้น ต้องสร้างพื้นฐาน คือ ความพอกิน พอใช้ของประชาชนส่วนใหญ่เป็นเบื้องต้นก่อน โดยใช้วิธีการและใช้อุปกรณ์ที่ประหยัด แต่ถูกต้องตามหลักวิชา เมื่อได้พื้นฐานมั่นคงพร้อมพอควร และปฏิบัติได้แล้ว จึงค่อยเสริมความเจริญและฐานะเศรษฐกิจขั้นที่สูงขึ้นโดยลำดับต่อไป หากมุ่งแต่จะทุ่มเทสร้างความเจริญ ยกเศรษฐกิจขึ้นให้รวดเร็วแต่ประการเดียว โดยไม่ให้แผนปฏิบัติการสัมพันธ์กับสภาวะของประเทศและประชาชน โดยสอดคล้องด้วยก็จะเกิดความไม่สมดุลในเรื่องต่าง ๆ ขึ้น ซึ่งอาจกลายเป็นความยุ่งยากล้มเหลวได้ในที่สุด...”

พระบรมราโชวาทในพิธีพระราชทานปริญญาบัตร
ของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ณ หอประชุมมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
วันพฤหัสบดี ที่ 18 กรกฎาคม พ.ศ. 2517

คุณสมบัติของนักพัฒนาที่พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตร ทรงมีรับสั่งถึงนักพัฒนามี 5 ประการสำคัญ ดังนี้

1. มีความกตัญญูกตเวทีต่อชาติบ้านเมือง
2. มีความเฉลียวฉลาด มีความสามารถสูง ทั้งทางวิชาการและการประสานงาน
3. มีความบริสุทธิ์ใจ มีมนุษยธรรม และมีความเมตตา
4. มีความตั้งใจจริง มีความอดุสาหะวิริยะ มีความคิดริเริ่ม และมีความคิดค้นอย่างฉลาด
5. มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ

หลักการพัฒนามตามแนวพระราชดำริ เป็นหลักการที่มุ่งสู่เป้าหมายของชาติ เช่น การรักษาพื้นฐานของประเทศชาติให้มั่นคง การสร้างความเข้มแข็งให้แก่ชุมชน การสร้างพื้นฐานของความพอกิน พอใช้ แล้วจึงค่อยสร้างเสริมความเจริญขึ้นไปตามลำดับ แนวพระราชดำริเรื่องการพัฒนาแล้วแต่มุ่งสู่การบรรลุเป้าหมายของชาติเป็นสำคัญ สำหรับในด้านวิธีการพัฒนานั้น พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตร ทรงให้ความสำคัญกับการปฏิบัติได้ และการปฏิบัตินี้ ทรงเน้นสภาพความเป็นจริงของประชาชนผู้ที่จะปฏิบัติงานพัฒนานั้น ซึ่งวิธีการพัฒนาจะต้องปฏิบัติได้ภายในข้อจำกัดของสภาพพื้นที่ พัฒนาแบบค่อยทำไป ค่อยพิจารณาไป และค่อยแก้ไขไป ไม่ใช่ทำด้วยความเร่งรีบหรือความกระหายของนักพัฒนา นอกจากนั้น การพัฒนาไม่ใช่การยึดเยียด แต่เกิดจากการเห็นคุณค่าและประโยชน์ในงานพัฒนาของประชาชน แล้วประชาชนจะ

ให้ความร่วมมือในการดำเนินงานซึ่งจะทำให้สามารถบรรลุถึงเป้าหมายของชาติได้ (ปราโมช และ รัตนา, 2552)

ในการพัฒนาทั้งด้านอาชีพและส่งเสริมการเกษตร ให้เกษตรกรสามารถดำรงชีพอยู่ได้อย่างมั่นคงเป็นปึกแผ่นนั้น พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตร ทรงดำเนินการแนะนำสาธิตให้ประชาชนดำเนินรอยตามเบื้องพระยุคลบาทเป็นไปตามหลักการพัฒนาสังคมชุมชนอย่างแท้จริง กล่าวคือ ทรงมุ่งช่วยเหลือพัฒนาให้เกิดการพึ่งตนเองได้ของคนในชนบทเป็นหลัก โดยมีวิธีการพัฒนาดังนี้

1. ทรงยึดหลักที่ไม่ใช้วิธีการสั่งการให้เกษตรกรปฏิบัติตาม เพราะไม่อาจช่วยให้คนเหล่านั้นพึ่งตนเองได้ เนื่องจากการปฏิบัติงานโดยไม่ได้เกิดจากความพึงใจ ดังพระราชดำรัสความตอนหนึ่งว่า

“...คำริ คือ ความเห็นที่จะทำ ไม่ใช่คำสั่งแต่เป็นความเห็น มีทฤษฎีอะไรต้องบอกออกมา ฟังได้ฟัง ชอบใจก็เอาไปได้ ใครไม่ชอบก็ไม่เป็นไร...”

2. ทรงเน้นให้พึ่งตนเองและช่วยเหลือตนเองเป็นหลักสำคัญ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตร มักจะทรงทำหน้าที่กระตุ้นให้เกษตรกรทั้งหลายคิดหา路子ที่จะช่วยตนเอง พึ่งตนเองโดยไม่มี การบังคับการแสวงหาความร่วมมือจากภายนอกต้องกระทำเมื่อจำเป็นจริง ๆ ดังพระราชดำรัสตอนหนึ่งที่ว่า

“...คนทุกคน ไม่ว่าชาวกรุงหรือชาวชนบทไม่ควรมีการศึกษามากหรือน้อยอย่างไร ย่อมมีจิตใจเป็นอิสระ มีความคิดเห็น มีความพอใจ เป็นของตนเอง ไม่ชอบการบังคับ นอกจากนั้นยังมีขนบธรรมเนียม มีแบบแผนเฉพาะเหล่านี้อีกด้วย...”

3. พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตร ทรงใช้หลักการมีส่วนร่วมของประชาชน (people participation) เป็นจุดหลักสำคัญในการพัฒนาตามโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ ด้วยการดำเนินการเช่นนั้น จักช่วยให้ประชาชนสามารถช่วยเหลือตนเองได้ในที่สุด ดังเคยมีพระราชดำรัสในโอกาสวันขึ้นปีใหม่ 31 ธันวาคม พ.ศ. 2501 กับประชาชนชาวไทยทั้งหลายว่า

“...ภาระในการบริหารนั้นจะประสบผลด้วยดีย่อมต้องอาศัยความรักชาติ ความซื่อสัตย์สุจริต ความสมัคสมานกลมเกลียวกัน ประกอบกับการร่วมมือของประชาชนพลเมืองทั่วไป ข้าพเจ้าจึงหวังว่าท่านทั้งหลายคงจะพยายามปฏิบัติกรณียกิจในส่วนของแต่ละท่านด้วยใจบริสุทธิ์ โดยคำนึงถึงประโยชน์ส่วนรวม ทั้งนี้เพื่อได้มาซึ่งความร่มเย็นเป็นสุขของประชาชนทั่วไปอันเป็นยอดปรารถนาด้วยกันทั้งสิ้น...”

4. หลักสำคัญอีกประการหนึ่ง ในการแนะนำประชาชนเกี่ยวกับโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ คือ ทรงใช้หลักประชาธิปไตยในการดำเนินการ เห็นได้ชัดเจนในทุกครั้งที่เสด็จพระราชดำเนินไปทรงเยี่ยมเยียนประชาชนและเกษตรกรร้องทุกข์เกี่ยวกับปัญหาที่เกิดขึ้น หากเจ้าหน้าที่ ทักท้วงสิ่งใดทางวิชาการ กราบบังคมทูลแล้วก็ทรงรับฟังข้อสรุปอย่างเป็นกลาง หากสิ่งใดที่เจ้าหน้าที่ กราบบังคมทูลว่าปฏิบัติได้ แต่ผลลัพธ์อาจไม่คุ้มค่างบเงินที่ลงไป พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตร ทรงให้เปลี่ยนแปลงโครงการได้เสมอ เห็นได้ชัดเจนจากพระราชดำริศูนย์ศึกษาการพัฒนาอันเนื่องมาจากพระราชดำริว่า

“...เป็นสถานที่ที่ผู้ทำงานในด้านพัฒนาจะทำอะไรอย่างที่เราเรียกว่า ทดลอง ก็ได้ และเมื่อทดลองแล้วจะทำให้ผู้อื่นที่ไม่ใช่ผู้เชี่ยวชาญในวิชานั้นสามารถ เข้าใจว่าเขาทำกันอย่างไรเขาทำอะไรกัน...”

ได้พระราชทานพระราชดำริเพิ่มเติมอีกว่า

“...ฉะนั้นศูนย์ศึกษาการพัฒนานี้ ถ้าทำอะไรล้มเหลวต้องไม่ถือว่าเป็นสิ่งที่ ต้องถูกลงโทษ แต่เป็นสิ่งที่แสดงว่าทำอย่างนั้นไม่เกิดผล...”

5. ทรงยึดหลักสภาพของท้องถิ่นเป็นแนวทางในการดำเนินงานตามโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ ทั้งด้านสภาพแวดล้อม ทางภูมิศาสตร์ วัฒนธรรม และขนบธรรมเนียมประเพณี ของแต่ละท้องถิ่นในแต่ละภูมิภาคของประเทศ เพราะทรงตระหนักดีว่าการเปลี่ยนแปลงใดที่ดำเนินการโดย ฉับพลันอาจก่อผลกระทบต่อกำนายม ความคุ้นเคย และการดำรงชีพในวิถีประชาเหล่านั้นเป็นอย่างมาก ดังนั้นจึงพระราชทานแนวคิดเรื่องนี้ว่า

“...การพัฒนาจะต้องเป็นไปตามภูมิประเทศของภูมิศาสตร์ และภูมิประเทศทางสังคมศาสตร์ในสังคมวิทยา ภูมิประเทศของสังคมวิทยา คือ นิสัยใจของ คนเราจะไปบังคับให้คนคิดอย่างอื่นไม่ได้ แต่ถ้าเราเข้าไปแล้วเราเข้าไปดูว่า เขา ต้องการอะไรจริง ๆ แล้วก็อธิบายให้เขาเข้าใจหลักการของการพัฒนานี้ก็จะเกิด ประโยชน์อย่างยิ่ง...”

6. พระราชดำริที่สำคัญประการหนึ่ง คือ การสร้างความแข็งแกร่งให้ชุมชน ด้วยการสร้าง โครงสร้างพื้นฐานหลักที่จำเป็นต่อการผลิต อันจะเป็นรากฐานนำไปสู่การพึ่งตนเองได้ในระยะยาว โครงสร้างพื้นฐานที่สำคัญ คือ แหล่งน้ำ เพราะเป็นปัจจัยสำคัญที่จะทำให้เกษตรกรส่วนใหญ่ที่ต้อง พึ่งพาอาศัยน้ำฝนจักได้มีโอกาสที่จะมีผลิตผลได้ตลอดปี ซึ่งเป็นเงื่อนไขปัจจัยสำคัญยิ่งที่จะทำให้ชุมชน พึ่งตนเองได้ในเรื่องอาหารได้ระดับหนึ่ง และเมื่อชุมชนแข็งแรงพร้อมดีแล้ว ก็อาจจะมีการสร้าง โครงสร้างพื้นฐานอื่น ๆ ที่จำเป็นต่อการยกระดับรายได้ของชุมชน เช่น เส้นทางคมนาคม ฯลฯ ซึ่ง

การพัฒนาในลักษณะที่เป็นการมุ่งเตรียมชุมชนให้พร้อมต่อการติดต่อสัมพันธ์กับโลกภายนอกอย่างเป็นขั้นตอนนี้ทรงเรียกว่า การระเบิดจากข้างใน ซึ่งเรื่องนี้พระองค์ทรงอธิบายว่า

“...การพัฒนาประเทศจำเป็นต้องทำตามลำดับขั้นตอน ต้องสร้างพื้นฐาน คือ ความพอมี พอกิน พอใช้ ของประชาชนส่วนใหญ่เป็นเบื้องต้นก่อนโดยใช้วิธีการ และอุปกรณ์ที่ประหยัด แต่ถูกต้องตามหลักวิชาการ เมื่อได้พื้นฐานมั่นคงพร้อม พอควรและปฏิบัติได้แล้ว จึงค่อยสร้างค่อยเสริมความเจริญและฐานะเศรษฐกิจขั้นที่สูงขึ้นโดยลำดับ...”

วิธีการพัฒนาเพื่อให้เกิดการพึ่งตนเองได้นี้พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตร ทรงชี้แนะว่าควรจะต้องค่อย ๆ กระทำตามลำดับขั้นตอนต่อไป ไม่ควรกระทำด้วยความเร่งรีบซึ่งอาจเกิดความเสียหายได้ ดังที่รับสั่งกับนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อวันที่ 11 กรกฎาคม พ.ศ. 2523 ว่า

“...ในการสร้างความเจริญก้าวหน้านี้ ควรอย่างยิ่งที่จะค่อยสร้างค่อยเสริม ทีละเล็กละน้อยให้เป็นลำดับ ให้เป็นการทำไปพิจารณาไป และปรับปรุงไป ไม่ทำ ด้วยอาการเร่งรีบตามความกระหายที่จะสร้างของใหม่เพื่อความแปลกใหม่ เพราะ ความจริงสิ่งใหม่แท้ ๆ นั้นไม่มี สิ่งใหม่ทั้งปวงย่อมสืบเนื่องมาจากสิ่งเก่าและต่อย่อมจะต้องกลายเป็นสิ่งเก่า...”

พร้อมกันนี้ในเรื่องเดียวกัน ทรงมีรับสั่งกับบัณฑิตมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ในวันที่ 26 กรกฎาคม พ.ศ. 2527 ว่า

“...เมื่อมีพื้นฐานหนาแน่นบริบูรณ์พร้อมแล้ว ก็ตั้งตนพัฒนางานต่อไป ให้เป็นการทำไปพัฒนาไปและปรับปรุงไป...”

7. การส่งเสริมหรือสร้างเสริมสิ่งที่ชาวชนบทขาดแคลน และเป็นความต้องการอย่างสำคัญ คือ ความรู้ ด้านต่าง ๆ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตร ทรงตระหนักว่า ชาวชนบทควรจะมีความรู้ในเรื่องของการทำมาหากิน การทำการเกษตรโดยใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสมโดยทรงเน้นถึงความจำเป็นที่จะต้องมี ตัวอย่างแห่งความสำเร็จ ในเรื่องการพึ่งตนเอง ซึ่งทรงมีพระราชประสงค์ที่จะให้ราษฎรในชนบทได้มีโอกาสได้รู้ได้เห็นถึงตัวอย่างของความสำเร็จนี้ และนำไปปฏิบัติได้เองซึ่งทรงมีพระราชประสงค์ที่จะให้ตัวอย่างของความสำเร็จทั้งหลายได้กระจายไปสู่ท้องถิ่นต่าง ๆ ทั่วประเทศ วิธีการให้ความรู้แก่ประชาชนนั้น พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตรมีพระราชดำริที่เกี่ยวข้องกับการใช้เทคโนโลยีที่ทันสมัยในการพัฒนาว่า

“...การใช้เทคโนโลยีอันทันสมัยในงานต่างๆ นั้น ว่าโดยหลักการควรจะให้ผลมาก ในเรื่องประสิทธิภาพ การประหยัดและการทุ่มแรงงาน แต่อย่างไรก็ตาม ก็คงยังต้องคำนึงถึงสิ่งอื่นเป็นพื้นฐานและส่วนประกอบของงานที่ทำด้วย อย่างในประเทศของเราประชาชนทำมาหาเลี้ยงตัวด้วยการกสิกรรมและการลงแรงทำงานเป็นพื้น การใช้เทคโนโลยีอย่างใหญ่โตเต็มรูปหรือเต็มขนาดในงานอาชีพหลักของประเทศย่อมจะมีปัญหา เช่นอาจทำให้ต้องลงทุนมากมายสิ้นเปลืองเกินกว่าเหตุ หรืออาจก่อให้เกิดการว่างงานอย่างรุนแรงขึ้น เป็นต้น ผลที่เกิดขึ้นจะพลาดเป้าหมายไปทางไกลและกลับกลายเป็นผลเสีย ดังนั้น จึงต้องมีความระมัดระวังมากในการใช้เทคโนโลยีที่ปฏิบัติงานคือ ควรพยายามใช้ให้พอเหมาะพอดีแก่สภาวะของบ้านเมือง และการทำกินของราษฎรเพื่อให้เกิดประสิทธิผลด้วย เกิดความประหยัดอย่างแท้จริงด้วย...”

8. ทรงนำความรู้ในด้านเทคโนโลยีการเกษตรที่เหมาะสมเข้าไปถึงมือชาวนาชนบทอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง โดยทรงมุ่งเน้นให้เป็นขบวนการเดียวกับที่เป็นเทคโนโลยีทางการผลิตที่ชาวบ้านสามารถรับไปและสามารถไปปฏิบัติได้ผลจริง

ในทางปฏิบัติเรื่องนี้ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตรทรงเลือกใช้เทคนิควิธีการต่าง ๆ หลายประการเพื่อบรรลุถึงเป้าหมายที่ทรงมุ่งหวังดังกล่าว นั้นมีหลายแนวทาง เช่น

1. การรวมกลุ่มประชาชนเพื่อแก้ไขปัญหาลหลักของชุมชนชนบท ซึ่งเป็นรากฐานสำคัญประการหนึ่งของการพัฒนาพึ่งตนเอง โดยเฉพาะการรวมตัวกันเป็นรูปของสหกรณ์ ดังนั้น ในทุกพื้นที่ที่เสด็จพระราชดำเนิน และมีโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริขึ้นมาไม่ว่าลักษณะใด จะทรงเน้นเสมอถึงความจำเป็นที่จะต้องกระตุ้นให้เกิดการรวมตัวกันในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อแก้ไขปัญหที่ชุมชนเผชิญอยู่ร่วมกัน หรือเพื่อให้การทำมาหากินของชุมชนโดยรวมเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและประหยัด จนเห็นได้ว่า กลุ่มสหกรณ์ในโครงการพระราชดำริที่ประสบความสำเร็จหลายโครงการนั้น พัฒนาขึ้นมาจากการรวมตัวกันของราษฎรกลุ่มเล็ก ๆ เช่น สหกรณ์หุบกะพงเกิดจากกลุ่มเกษตรกรที่ทำสวนผักในย่านนั้น เป็นต้น

2. การส่งเสริมโดยกระตุ้นผู้นำชุมชนให้เป็นผู้ดำเนินการพัฒนาก็เป็นอีกวิธีหนึ่งที่ทรงใช้ ในบางพื้นที่ตามความเหมาะสม ทรงพิจารณาผู้นำโดยเน้นในด้านคุณธรรม ความโอปปาติกะ ความเป็นคนในท้องถิ่นและรักท้องถิ่น จากนั้นทรงอาศัยโครงสร้างสังคมไทย โดยเฉพาะระบบอุปถัมภ์กระตุ้นให้ผู้นำชุมชนที่มักจะมีฐานะดี ให้เป็นผู้ดำเนินการสร้างสรรค์ความเจริญให้กับท้องถิ่น โดยชาวบ้านที่

ยากจนให้ความสนับสนุนร่วมมือ ซึ่งในที่สุดแล้วผลแห่งความเจริญที่เกิดขึ้นจะตกแก่ชาวบ้านในชุมชนนั้นทุกคน ดังพระราชดำริที่ว่า

“...ในการทำงานทั้งปวงนั้น ทุกคนจะต้องตั้งใจจริง อดทนและขยัน หมั่นเพียร ซึ่งตรงเห็นอกเห็นใจกัน ถ้อยทีถ้อยอาศัยกัน มีเมตตาเมตตาซึ่งกันและกัน ยึดมั่นในสามัคคีธรรม ความสุจริตทั้งในความคิดและการกระทำ ถือเอาความมั่นคงและประโยชน์ร่วมกันเป็นจุดหมายสำคัญ...”

3. การส่งเสริมการพัฒนาเพื่อพึ่งตนเองนั้นจะต้องทำอย่างค่อยเป็นค่อยไป ไม่รีบร้อนที่จะให้เกิดผลในทางความเจริญอย่างรวดเร็ว สิ่งสำคัญที่มีพระราชดำริอยู่เสมอ คือ ชุมชนจะต้องพึ่งตนเองได้ในเรื่องอาหารก่อนเป็นลำดับแรก จากนั้นจึงค่อยก้าวไปสู่การพัฒนาในเรื่องอื่น ๆ การขยายการผลิตเพื่อการค้าใด ๆ ก็ตาม ทรงมีข้อสังเกตเกี่ยวกับความพร้อมในด้านการตลาด โดยเฉพาะในด้านความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการจัดทำบัญชีธุรกิจการเกษตรของชาวบ้านอย่างง่าย ๆ อีกด้วย ซึ่งในเรื่องนี้ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตรได้พระราชทานพระราชดำริแก่กรรมการ กปร.และคณะเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงานศูนย์ศึกษาการพัฒนาอันเนื่องมาจากพระราชดำริ เมื่อวันที่ 26 สิงหาคม พ.ศ. 2531 ณ ศาลาดุสิดาลัย ความตอนหนึ่งว่า

“...ในด้านหนึ่งที่ไม่เคยคิดกัน ในด้านการพัฒนา เช่น เจ้าหน้าที่บัญชี ถ้าหากว่าทำการเพาะปลูก ชาวบ้านทำการเพาะปลูก เมื่อมีผลแล้วเขาบริโภคเองส่วนหนึ่ง อีกส่วนหนึ่งก็ขายเพื่อให้ได้ มีรายได้ แล้วก็เมื่อมีรายได้แล้วก็ไปซื้อของที่จำเป็น และสิ่งที่จะมาเกื้อกูลการอาชีพของตัว อย่างนี้ไม่ค่อยมีการศึกษากัน เมื่อผลิตอะไรแล้วก็จำหน่ายไปก็มีรายได้ก็ต้องทำบัญชี ชาวบ้านทำบัญชีบางที่ไม่ค่อยถูก...”

แนวพระราชดำริเพื่อพึ่งตนเองของเกษตรกรในชนบทตามหลักการแห่งทฤษฎีการยอมรับนวัตกรรม (innovation adoption theory)

บรรดานักวิชาการด้านการพัฒนาชนบทและผู้ปฏิบัติด้านการพัฒนามักจะขึ้นอยู่กับสมมติฐานว่า พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตรทรงใช้กลยุทธ์ใดในการแนะนำเผยแพร่ประชาชนให้ยอมรับแนวพระราชดำริของพระองค์ เพราะในการพัฒนาชนบทตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติของไทยนั้น จำต้องยอมรับด้วยความจริงว่ายังไม่บรรลุเป้าหมายสมบูรณ์ดังที่ได้วางไว้ ปัญหาสำคัญที่ยังต้องคาอยู่เหนียวแน่น คือ การยอมรับการพัฒนาจากผู้นำการเปลี่ยนแปลง (change agent)

เมื่อวิเคราะห์จากแนวคิดของ Everett M. Rogers (Everett, 1983) เกี่ยวกับทฤษฎีการแพร่กระจายนวัตกรรม (the diffusion of innovation theory) มีสาระสำคัญว่า การที่บุคคลจะยอมรับแนวคิดการพัฒนาได้นั้น จะต้องมีการปัจจัยเกี่ยวข้องมากมายขึ้นอยู่กับตัวบุคคล ระบบสังคม

ระบบสื่อสารของนวัตกรรม และระยะเวลาการดำเนินการด้วย ซึ่งเมื่อวิเคราะห์ขั้นตอนการยอมรับของประชาชนในแนวพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตรแล้วพบว่าทรงเป็นนักพัฒนาชนบทที่ประสบความสำเร็จยิ่งดังรายละเอียดดังนี้ คือ

พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตรทรงปลูกฝังแนวพระราชดำริให้ประชาชนยอมรับไปปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง โดยให้วงจรการพัฒนาดำเนินไปตามครรลองธรรมชาติ กล่าวคือ

1. ทรงสร้างความตระหนักแก่ประชาชนให้รับรู้ (awareness) ในทุกคราเมื่อเสด็จพระราชดำเนินไปทรงเยี่ยมประชาชนในทุกภูมิภาคต่าง ๆ จะทรงมีพระราชปฏิสันถารให้ประชาชนได้รับทราบถึงสิ่งที่ควรรับรู้ เช่น การปลูกหญ้าแฝกจะช่วยป้องกันดินพังทลาย และใช้ปุ๋ยธรรมชาติจะช่วยประหยัดและบำรุงดิน การแก้ไขดินเปรี้ยวในภาคใต้สามารถกระทำได้ การตัดไม้ทำลายป่าจะทำให้ฝนแล้ง เป็นต้น ตัวอย่างพระราชดำรัสที่เกี่ยวกับการสร้างความตระหนักให้แก่ประชาชน ได้แก่

“...ประเทศไทยนี้เป็นที่ที่เหมาะสมมากในการตั้งถิ่นฐาน แต่ว่าต้องรักษาไว้
ไม่ให้ประเทศไทยเป็นส่วนเป็นนากลายเป็นทะเลทราย ก็ป้องกันทำได้...”

2. ทรงสร้างความสนใจแก่ประชาชน (interest) หลายท่านคงได้ยินหรือรับฟังโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริในพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตรที่มีนามเรียกขานแปลกหู ชวนฉงนน่าสนใจติดตามอยู่เสมอ เช่น โครงการแก้มลิง โครงการแก้มลิงดิน โครงการเส้นทางเกลือ โครงการน้ำดีไล่น้ำเสีย หรือโครงการน้ำสามรส ฯลฯ เหล่านี้เป็นต้น ล้วนชวนเชิญให้ติดตามอย่างใกล้ชิด แต่พระองค์ก็มีพระราชธิบายแต่ละโครงการอย่างละเอียดเป็นที่เข้าใจอย่างรวดเร็วแก่ประชาชนทั่วประเทศ

3. ในประการต่อมา ทรงให้เวลาในการประเมินค่าหรือประเมินผล (evaluate) ด้วยการศึกษาหาข้อมูลต่าง ๆ ว่าโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริของพระองค์นั้นเป็นอย่างไรสามารถนำไปปฏิบัติได้ในส่วนของตนเองหรือไม่ ซึ่งยังคงยึดแนวทางที่ให้ประชาชนเลือกการพัฒนาด้วยตนเองที่ว่า

“...ขอให้ถือว่าการงานที่จะทำนั้นต้องการเวลาเป็นงานที่มีผู้ดำเนินมาก่อน
แล้ว ท่านเป็นผู้ที่จะเข้าไปเสริมกำลัง จึงต้องมีความอดทนที่จะเข้าไปร่วมมือกับผู้อื่น
ต้องปรองดองกับเขาให้ได้ แม้เห็นว่ามีจุดหนึ่งจุดใดจะต้องแก้ไขปรับปรุงก็ต้องค่อย
พยายามแก้ไขไปตามที่ถูกที่ควร...”

4. ในขั้นทดลอง (trial) เพื่อทดสอบว่างานในพระราชดำริที่ทรงแนะนำนั้นจะได้ผลหรือไม่ ซึ่งในบางกรณีหากมีทดลองไม่แน่ชัดก็ทรงมักจะมิให้เผยแพร่แก่ประชาชน หากมีผลการทดลองจนแน่พระราชหฤทัยแล้วจึงจะออกไปสู่สาธารณชนได้ เช่น การทดลองปลูกหญ้าแฝกเพื่ออนุรักษ์ดินและน้ำนั้นได้มีการค้นคว้าหาความเหมาะสมและความเป็นไปได้จนทั่วทั้งประเทศว่าดียิ่ง จึงนำออกเผยแพร่แก่ประชาชน เป็นต้น

5. ขั้นยอมรับ (adoption) โครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำรินั้นเมื่อผ่านกระบวนการมาหลายขั้นตอน บ่มเวลาการทดลองมาเป็นเวลานานตลอดจนทรงให้ศูนย์ศึกษาพัฒนาอันเนื่องมาจากพระราชดำริและสถานที่อื่น ๆ เป็นแหล่งสาธิตที่ประชาชนสามารถเข้าไปศึกษาดูได้ถึงตัวอย่างแห่งความสำเร็จ ดังนั้น แนวพระราชดำริของพระองค์จึงเป็นสิ่งที่ราษฎรสามารถพิสูจน์ได้ว่าจะได้รับผลดีต่อชีวิตและความเป็นอยู่ของตนได้อย่างไร

แนวพระราชดำริทั้งหลายดังกล่าวข้างต้นนี้ แสดงถึงพระวิริยะอุตสาหะที่พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตรทรงทุ่มเทพระสติปัญญา ทรากตรำพระวรกายเพื่อค้นคว้าหาแนวทางการพัฒนาให้พสกนิกรทั้งหลายได้มีความร่มเย็นเป็นสุขสภาพยั่งยืนนานนับเป็นพระมหากรุณาธิคุณอันใหญ่หลวงที่ได้พระราชทานแก่ปวงไทย จึงกล่าวได้ว่าพระราชกรณียกิจของพระองค์นั้นสมควรอย่างยิ่งที่ทวยราษฎร์จักได้เจริญรอยตามเบื้องพระยุคลบาทตามที่ทรงแนะนำสั่งสอน อบรมและวางแนวทางไว้เพื่อให้เกิดการอยู่ดีมีสุขโดยถาวรเช่นกัน (มูลนิธิชัยพัฒนา, 2560)

1. หลักการพึ่งตนเอง – TERMS

เพื่อให้ชุมชนมีความสมดุลสามารถพึ่งพาตนเองได้ในระดับท้องถิ่น ต้องอยู่บนพื้นฐานความพอดี 5 ประการ ดังนี้

T (Technological self-reliance) หมายถึง ความสามารถในการพึ่งพาตนเองทางเทคโนโลยี มีนวัตกรรมสามารถ สร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ ได้ รวมถึงความสามารถในการปรับเปลี่ยนประยุกต์ใช้ และการซ่อมบำรุง ซึ่งสามารถทำได้ด้วยตนเอง

E (Economic self-reliance) หมายถึง ความสามารถในการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ การมีกินมีใช้และสามารถช่วยเหลือเกื้อกูลกันได้ ไม่มีหนี้สิน ไม่มีความขัดแย้งกัน ซื่อสัตย์สุจริต อดออมพอประมาณ

R (Resource self-reliance) หมายถึง ความสามารถในการพึ่งพาตนเองได้ ด้านทรัพยากรธรรมชาติ ถือเป็นต้นทุนทางสังคม มีการนำมาใช้อย่างพอประมาณเพื่อสนองต่อความต้องการของคนในชุมชนและการพัฒนาประเทศ

M (Metal / Psychological self-reliance) หมายถึง ความสามารถในการพึ่งพาตนเองได้ทางจิตใจ เป็นคนที่มีจิตใจที่เข้มแข็ง มีความเชื่อมั่นในคุณธรรมและมีจิตใจที่ดีงาม

S (Social self – reliance) หมายถึง ความสามารถในการพึ่งตนเองได้ทางสังคม คนในสังคมมีความรัก สามัคคี ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน มีการประคับประคองกัน ช่วยกันแก้ปัญหาจัดการความขัดแย้ง (สัณญา, 2544)

แนวคิดการเปลี่ยนแปลงสังคมและวัฒนธรรม

นับแต่ในอดีตการศึกษาเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงสังคมและการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมได้รับความสนใจเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในยุคปัจจุบัน เนื่องจากผลกระทบที่เกิดจากปัจจัยที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงได้ดำเนินไปอย่างต่อเนื่อง นักคิดและนักวิชาการทางด้านสังคมศาสตร์ทั้งหลายต่างก็มีความจำเป็นต้องเข้าใจแนวคิดพื้นฐานของการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและการเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมอย่างถ่องแท้ เพื่อเป็นการสร้างแนวคิด ทฤษฎีใหม่ หรือการหาแนวทางแก้ไขวางแผนให้เหมาะสมกับยุคสมัยที่เปลี่ยนไป

1. ทฤษฎีการเปลี่ยนแปลงทางสังคม

ทฤษฎีการเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่มีมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน สามารถจำแนกและแบ่งกลุ่มได้ดังนี้

1. **ทฤษฎีวิวัฒนาการ (Evolutionary Theory)** เป็นแนวความคิดที่ได้รับอิทธิพลจากทฤษฎีวิวัฒนาการทางชีววิทยาของชาร์ลส์ ดาร์วิน (Charles Darwin) ซึ่งกล่าวว่า การเปลี่ยนแปลงของสังคมเป็นกระบวนการที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างเป็นขั้นตอนตามลำดับจากขั้นหนึ่งไปสู่อีกขั้นหนึ่งในลักษณะที่มีการพัฒนาและก้าวหน้ากว่าขั้นที่ผ่านมา มีการเปลี่ยนแปลงจากสังคมที่มีรูปแบบเรียบง่ายไปสู่รูปแบบที่สลับซับซ้อนมากขึ้น และมีความเจริญก้าวหน้าไปเรื่อย ๆ จนเกิดเป็นสังคมที่มีความสมบูรณ์

Auguste Comte (ค.ศ. 1798–1857) เสนอว่า สังคมมนุษย์ มีวิวัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงด้านความรู้ (knowledge) ผ่าน 3 ขั้นตอนตามลำดับ คือ จากขั้นเทววิทยา (theological stage) ไปสู่ขั้นอภิปรัชญา (metaphysical stage) และไปสู่ขั้นวิทยาศาสตร์ (positivistic stage)

Lewis Henry Morgan (ค.ศ. 1818 – 1881) เสนอว่าสังคมจะมีขั้นของการพัฒนา 3 ขั้นคือ จากสังคมคนป่า (savage) ไปสู่สังคมอนาอารยชน (barbarian) และไปสู่สังคมอารยธรรม (civilized)

Herbert Spencer (ค.ศ. 1820–1903) เสนอว่าวิวัฒนาการของสังคมมนุษย์ เป็นแบบสายเดียว (uni-linear) ที่ทุกสิ่งทุกอย่างในจักรวาลมีจุดกำเนิดมาจากแหล่งเดียวกัน ด้วยและมารวมกัน ด้วยกระบวนการสังเคราะห์ (synthesis) ทำให้เกิดพัฒนาการที่ก้าวหน้าขึ้นและซับซ้อนมากขึ้น การพัฒนาของสังคมจะมีวิวัฒนาการเป็นไปตามกฎของธรรมชาติ กล่าวคือ มนุษย์ซึ่งมีความสามารถในการปรับตัว ให้เข้ากับสภาวะแวดล้อมใหม่ ๆ ได้เป็นอย่างดีจะมีชีวิตอยู่รอดตลอดไป และนำไปสู่การพัฒนาที่ดีขึ้นต่อไป

Ferdinand Tonnies (ค.ศ. 1855 – 1936) เสนอว่าสังคมจะมีการเปลี่ยนแปลงจากสังคมแบบ Gemeinschaft (community) ไปสู่สังคมแบบ Gesellschaft (society, groups)

Robert Redfield (ค.ศ. 1857 – 1958) เสนอว่าการเปลี่ยนแปลงของสังคมจะเริ่มจากสภาพของสังคมชาวบ้าน (folk) เปลี่ยนแปลงไปสู่สังคมแบบเมือง (urban) ต่อมาแนวความคิดในการสร้างทฤษฎีการเปลี่ยนแปลงทางสังคมแบบสายเดียว (uni linear) ที่เสนอว่า การเปลี่ยนแปลงทางสังคมต้องเปลี่ยนผ่านแต่ละขั้นที่กำหนดไว้ ได้รับการโต้แย้ง ว่าการเปลี่ยนแปลงทางสังคม น่าจะมีวิวัฒนาการแบบหลายสาย (multi-linear) เพราะแต่ละสังคมมีจุดกำเนิดที่แตกต่างกัน มีรูปแบบของสังคมที่แตกต่างกัน หรือแม้ว่าสังคมที่มีรูปแบบที่เหมือนกัน แต่อาจจะมีสาเหตุของการเปลี่ยนแปลงที่แตกต่างกัน ก็เป็นไปได้

2. ทฤษฎีความขัดแย้ง (Conflict Theory) เป็นแนวความคิดที่มีข้อสมมุติฐานที่ว่า พฤติกรรมของสังคมสามารถเข้าใจได้จากความขัดแย้งระหว่างกลุ่มต่าง ๆ และบุคคลต่าง ๆ เพราะการแข่งขัน ในการเป็นเจ้าของทรัพยากรที่มีค่าและหายาก

Karl Marx (ค.ศ. 1897 – 1958) มีความเชื่อว่า การเปลี่ยนแปลงของทุก ๆ สังคม จะมีขั้นตอนของการพัฒนาทางประวัติศาสตร์ 5 ขั้น โดยแต่ละขั้น จะมีวิธีการผลิต (mode of production) ที่เกิดจากความสัมพันธ์ของอำนาจของการผลิต (forces of production) ซึ่งได้แก่ การจัดการด้านแรงงาน ที่ดิน ทุน และเทคโนโลยี กับ ความสัมพันธ์ทางสังคมของการผลิต (social relation of production) ซึ่งได้แก่เจ้าของปัจจัยการผลิตและคนงานที่ทำหน้าที่ผลิต แต่ในระบบการผลิตแต่ละระบบจะมีความขัดแย้งระหว่างชนชั้นผู้เป็นเจ้าของปัจจัยการผลิตกับผู้ใช้งานในการผลิต ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ ที่เป็นโครงสร้างส่วนล่างของสังคม (substructure) และเมื่อโครงสร้างส่วนล่างมีการเปลี่ยนแปลงจะมีผลทำให้เกิดการผันแปร และเปลี่ยนแปลงต่อโครงสร้างส่วนบนของสังคม (superstructure) ซึ่งเป็นสถาบันทางสังคม เช่น รัฐบาล ครอบครัว การศึกษา ศาสนา ตามแนวความคิดของ Marx ลำดับขั้นของการนำไปสู่การปฏิวัติของชนชั้นล่างของสังคมเกิดจากกระบวนการดังต่อไปนี้

- มีความต้องการในการผลิต
- เกิดการแบ่งแยกแรงงาน

- มีการสะสมและพัฒนาทรัพย์สินส่วนบุคคล
- ความไม่เท่าเทียมทางสังคมมีมากขึ้น
- เกิดการต่อสู้ระหว่างชนชั้น ในสังคม
- เกิดตัวแทนทางการเมืองเพื่อทำการรักษาผลประโยชน์ของแต่ละชนชั้น
- เกิดการปฏิวัติ

การเปลี่ยนแปลงทางสังคมตามแนวความคิดของ Marx เป็นการต่อสู้ระหว่างชนชั้นในสังคม โดยใช้แนวความคิดวิชาวิธี (dialectical) ที่เริ่มจาก การกระทำ (thesis) ซึ่งเป็นสาเหตุของการเปลี่ยนแปลงการกระทำ (antithesis) และเกิดการกระทำแบบใหม่ (synthesis) ตามมา

ชินต (2562) ได้ให้ความหมายของการเปลี่ยนแปลงในยุคดิสรัปชัน (disruption) ที่กำลังเกิดอยู่ในเวลานี้ ซึ่งหากจะแปลในเชิงวิชาการก็จะหมายความว่า "การขัดขวาง" แต่ที่มันนักวิชาการเผยแพร่ในหัวเวลานี้จะมีความหมายในเชิงเหตุการณ์ที่ปรากฏอยู่ในขณะนี้ ซึ่งหมายถึง ปรากฏการณ์พลิกผัน ที่กำลังสร้างวิกฤติให้เกิดขึ้นในสังคมแทบจะทุกมิติ ไม่ว่าจะเป็นชีวิตความเป็นอยู่ เศรษฐกิจ การค้า และอื่น ๆ อันเกิดจาก เทคโนโลยีรุ่นใหม่ที่กำลังสร้างความเปลี่ยนแปลงให้เกิดขึ้นบนโลก

สุริชัย (2543) ได้ให้ความหมายของการเปลี่ยนแปลงทางสังคม หมายถึง การเปลี่ยนแปลงของระบบความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในสังคมและการเปลี่ยนแปลงทางด้านโครงสร้างความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มและระหว่างส่วนประกอบของสังคมนั้น ๆ เช่น ความสัมพันธ์ระหว่างชาวชนบท ชาวเมือง เป็นต้น การเปลี่ยนแปลงทางสังคมดังกล่าวนี้ย่อมเกิดขึ้นในระดับกลุ่มบุคคลและในระดับสถาบันทางสังคมไม่ว่าจะเป็นในสถาบันครอบครัว เครือญาติ การสมรส การครองเรือนหรือสถาบันการเมือง เศรษฐกิจ ฯลฯ ก็ได้

การเปลี่ยนแปลงทางสังคมเป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในระยะเวลาใดระยะเวลาหนึ่ง เป็นการเปลี่ยนแปลงในระบบโครงสร้าง และหน้าที่ของระบบความสัมพันธ์ทางสังคมระหว่างมนุษย์หรือกลุ่มคนในสังคม ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงการกระทำระหว่างกันทางสังคมในการติดต่อการกระทำระหว่างมนุษย์หรือกลุ่มของสังคม

2. ความหมายของการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรม

การเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมเป็นลักษณะของสังคมที่สามารถเกิดขึ้นได้ตลอดเวลาและมีความต่อเนื่องนับจากอดีตจนถึงปัจจุบัน โดยเฉพาะสมัยพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว (รัชกาลที่ 5) เป็นต้นมา ได้มีพัฒนาการเกิดขึ้นในประเทศไทยทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง การปกครอง เทคโนโลยี รวมไปถึงการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรม เพราะการรับวัฒนธรรมตะวันตกเข้ามามีอิทธิพลต่อวัฒนธรรมไทยเป็นอย่างมาก ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมอย่างกว้างขวาง

สามารถอธิบายถึงความหมายของการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมจากนักวิชาการด้านสังคมวิทยา ดังนี้

ราชบัณฑิตยสถาน (2524) ได้กำหนดความหมายไว้ว่า การเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรม หมายถึง การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในวัฒนธรรมของประชาชาติหนึ่ง ๆ ทั้งวัฒนธรรมทางวัตถุ และ วัฒนธรรมที่ไม่ใช่วัตถุ โดยทั่วไปวัฒนธรรมที่ไม่ใช่วัตถุจะเปลี่ยนแปลงช้ากว่า นอกจากนั้น การเปลี่ยนแปลงอาจเกิดขึ้นโดยอัตโนมัติหรือโดยการวางแผน

แนวคิดฐานทรัพยากรอาหาร

ประเทศไทยเป็นประเทศหนึ่งที่มีมูลค่าการส่งออกอาหารและสินค้าเกษตรสูงเป็นลำดับที่ 8 ของโลกและส่งออกข้าว กุ้ง และไก่ เป็นลำดับ 1 ของโลก (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการ เศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2555)

ในด้านประชากร ประเทศไทยมีจำนวนประชากร 64,456,695 คน มีอัตราการเติบโตของ ประชากร (population growth) อยู่ที่ร้อยละ 0.77 (พ.ศ. 2553) และมีการคาดการณ์ว่าอัตราการ เติบโตของประชากรไทยมีแนวโน้มว่าจะลดลงเหลือเพียงร้อยละ 0.3 ในปี พ.ศ. 2564 ส่วนในด้าน เศรษฐกิจของประเทศไทยในช่วงปี พ.ศ. 2549 – พ.ศ. 2554 แม้ว่าภาพรวมทางเศรษฐกิจไม่ว่าจะเป็น ผลิตภัณฑ์มวลรวมภายในประเทศ (GDP) หรือรายได้ประชาชาติต่อหัว GDP at Purchasing Power Parity (PPP) คำนวณจากอำนาจซื้อของ ประชากร (GNI per capita PPP) จะเพิ่มขึ้น แต่อัตราการ เติบโตทางเศรษฐกิจในปัจจุบันนั้น (economic growth) ชะลอตัวลง จากร้อยละ 3.8 ในปี พ.ศ. 2553 เหลือเพียงร้อยละ 2.6 ใน พ.ศ.2554 (สิรินทิพย์, 2555) ประเทศไทยมีพื้นที่ทางการเกษตร (agricultural land) ทั้งหมดประมาณ 208,448 ตารางกิโลเมตร คิดเป็นร้อยละ 40.62 ของพื้นที่ทั้ง ประเทศ และเป็นพื้นที่เพาะปลูก (arable land) จำนวน 152,000 ตารางกิโลเมตร ซึ่ง คิดเป็นร้อยละ 29 ของพื้นที่ทั้งประเทศ โดยสินค้าเกษตรที่เป็น สินค้าอาหารหลักของประเทศไทย ได้แก่ ข้าว ผัก และผลไม้ต่าง ๆ เนื้อหมู เนื้อไก่ สินค้าอาหารส่งออกของไทย ได้แก่ ข้าว มันสำปะหลัง เนื้อไก่ปรุงสุก สับปะรด และกุ้งแช่แข็ง สินค้าอาหารนำเข้า ได้แก่ ปลาแช่แข็ง ถั่วเหลือง โคเนื้อ นม และผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ ข้าวถือว่าเป็นอาหารหลักที่สำคัญของไทย และเป็นสินค้าอาหารที่ไทยส่งออก มากที่สุดด้วย โดยประเทศไทยมีพื้นที่ปลูกข้าวทั้งหมด 110,955 ตารางกิโลเมตร ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 50 ของพื้นที่ การเกษตรทั้งหมด โดยผลิตข้าวได้ 20.64 ล้านตัน ขณะที่ความต้องการบริโภค ภายในประเทศ 11.76 ล้านตัน และมีการส่งออก 9 ล้านตัน ในปี พ.ศ. 2553 และในปี พ.ศ. 2555 มี ปริมาณการส่งออก ประมาณ 6.5 ล้านตัน ซึ่งมีปริมาณลดลงจากข้อมูลพื้นฐานเบื้องต้น ประเทศไทยมี ความสามารถในการพึ่งพาตนเองทางด้านอาหาร (food self-sufficiency) และความน่าจะมี

เพียงพอทางด้านอาหาร (food availability) โดยเฉพาะ ข้าวซึ่งเป็นอาหารหลักของไทย เนื่องจาก มีภูมิประเทศที่อุดมสมบูรณ์ เป็นแหล่งเพาะปลูกที่สำคัญและสามารถผลิตอาหารและส่งออกอาหารได้ในหลาย ๆ ประเภท โดยเฉพาะข้าวที่ไทยสามารถผลิตได้อย่าง เพียงพอต่อการบริโภคภายในประเทศถึง ร้อยละ 75 และเป็นผู้ส่งออกข้าวรายใหญ่ของโลก อย่างไรก็ตาม การที่จะสรุปว่าประเทศไทยมีความมั่นคงทางด้านอาหาร (food security) อาจจะเป็นการสรุปที่เร็วเกินไป เนื่องจากข้อมูลของ FAO ยังพบว่า ประชาชนคนไทยส่วนหนึ่งยังจัดอยู่ในกลุ่มผู้อดอยาก (hunger) หรืออยู่ในภาวะทุพโภชนาการ (undernourished people)

นอกจากนี้ ยังมีปัจจัยอื่นที่อาจส่งผลกระทบต่อการผลิตพืชอาหาร เช่น ฐานทรัพยากรธรรมชาติมีแนวโน้มเสื่อมโทรม รุนแรงส่งผลกระทบต่อการผลิตภาคเกษตรและความมั่นคงอาหาร ระบบการผลิตภาคเกษตรยังต้องพึ่งปัจจัยการผลิตจากต่างประเทศ ทำให้มีต้นทุนการผลิตสูง ขณะที่พื้นที่การเกษตรมีจำกัดและถูกใช้ไปเพื่อกิจการอื่น รวมทั้งกรณีการรุกคืบเข้าครอบครองที่ดินในการทำเกษตรกรรมของชาวต่างชาติที่ข้อกฎหมายของไทยไม่ได้ให้สิทธิในการครอบครองไว้แต่ได้อาศัยช่องว่างของกฎหมายโดยการสมรสกับคนไทย ส่งผลให้คนไทยสูญเสียสิทธิการครอบครอง และการใช้ประโยชน์ที่ดิน และแรงงานภาคเกษตรมีแนวโน้มลดลง ส่วนการเชื่อมโยงผลผลิตการเกษตรกับภาคอุตสาหกรรมการเกษตรเพื่อเพิ่มมูลค่ายังอยู่ในวงจำกัดและล่าช้า เนื่องจากการพัฒนาเป็นแบบแยกส่วน ขาดการรวมกลุ่มอย่างเป็นระบบ อีกทั้งยังมีปัจจัยภายนอกที่กระทบต่อความมั่นคงอาหารด้วย ซึ่งเป็นปัจจัยที่ทำให้ประเทศไทยมีแนวโน้มว่าอาจมีความเสี่ยงในการเข้าถึงอาหารในอนาคตได้

1. ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อความมั่นคงทางอาหารของประเทศ

ความมั่นคงทางอาหารของประเทศไทย (Thailand food Security) (นนทกานต์, 2557) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่ทำให้ประเทศไทยมีแนวโน้มของความเสี่ยงทางด้านอาหาร 7 ประการ ดังนี้

1. สถานการณ์ด้านฐานทรัพยากร

1.1 การเปลี่ยนแปลงพื้นที่ทำการเกษตรและการใช้ประโยชน์ที่ดิน โดยการเปลี่ยนจากพื้นที่ เพาะปลูกไปเป็นการใช้เพื่ออุตสาหกรรม เศรษฐกิจ ซึ่งในภาพรวมพบว่ามีการใช้เนื้อที่ทางการเกษตรใน การปลูกพืชที่ไม่ใช่อาหารมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น และมีการขยายตัวของชุมชนเมือง รวมทั้งด้าน อุตสาหกรรมรุกกล้าพื้นที่ทางการเกษตร ส่งผลให้เนื้อที่ปลูกพืชอาหารลดลง

1.2 การถือครองที่ดินมีความกระจุกตัวมาก ข้อมูลจากสำนักงานที่ดินทั่วประเทศ 399 แห่ง ประชาชนส่วนใหญ่ของประเทศ (ประมาณ 21 ล้านคน และนิติบุคคลประมาณ 1 ล้านราย) ถือครองที่ดินขนาดเล็กไม่เกิน 4 ไร่ต่อราย โดยมีโฉนด ขณะที่ผู้ถือครองที่ดินขนาดใหญ่มีสัดส่วนเพียงเล็กน้อยของประชากรทั้งหมด โดยบุคคลธรรมดา 4,613 ราย และนิติบุคคล จำนวน 2,205 ราย

ดังนั้น การบังคับใช้ภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้างที่เข้มงวดจึงเป็นกลไกหนึ่งที่จะช่วยสนับสนุนให้เกิดการกระจาย การถือครองที่ดินอันเป็นทรัพยากรสำคัญสำหรับการสร้างโอกาสทางอาชีพสำหรับคนจน

1.3 การถือครองที่ดินภาคการเกษตร ในปี พ.ศ.2551 มีผู้ถือครองเนื้อที่ทำการเกษตรทั้งหมด 5.8 ล้านราย และในช่วง 5 ปีที่ผ่านมาจากปี พ.ศ. 2546 มีแนวโน้มผู้ถือครองเนื้อที่ทำการเกษตรในเนื้อที่ขนาดเล็ก ต่ำกว่า 6 ไร่ เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 24.6 ซึ่งทำให้เกษตรกรมีพื้นที่ไม่เพียงพอ ต่อการเกษตร

1.4 สัดส่วนผลผลิตพืชอาหารและพืชพลังงาน จากวิกฤตพลังงานและผลกระทบจากราคาน้ำมันในตลาดโลกที่ปรับตัวสูงขึ้นตั้งแต่ปี พ.ศ. 2550 เป็นต้นมา ทำให้ประเทศไทยหันมาให้ความสำคัญกับการส่งเสริมการผลิตและการใช้พลังงานทดแทน โดยภาครัฐได้มีนโยบายส่งเสริมการพัฒนาเชื้อเพลิงชีวภาพและชีวมวล เช่น เอทานอล ไบโอดีเซล เป็นต้น ซึ่งเป็นผลผลิตจากพืชอาหารที่สำคัญ คือ มันสำปะหลัง อ้อย และปาล์มน้ำมัน

1.5 ความเสื่อมโทรมของฐานทรัพยากรธรรมชาติ ทั้งจากปัญหาความเสื่อมโทรมของทรัพยากรดินที่มีการใช้ประโยชน์อย่างไม่เหมาะสม ปัญหาดินเค็ม ดินเปรี้ยว การลดลงของพื้นที่ป่าไม้ ปัญหาการชะล้างพังทลายหน้าดินที่อุดมสมบูรณ์จากการทำลายป่าไม้ ซึ่งมีแนวโน้มสูงขึ้นทุกปี การใช้สารเคมีเพิ่มมากขึ้นเพื่อเพิ่มผลผลิต ส่งผลให้เกิดปัญหาการตกค้างของสารเคมีในดินมากขึ้นตามไปด้วย นอกจากนี้ ปัญหาของทรัพยากรน้ำทั้งการขาดแคลนและการประสบปัญหาอุทกภัย

2. สถานการณ์ด้านปัจจัยการผลิต

2.1 พันธุกรรมของพืชและสัตว์ในการผลิตอาหาร ปัจจุบันจะเห็นได้ว่าอาหารที่จำหน่ายในท้องตลาดมีความหลากหลายน้อยลงมาก เช่น พืชผักสำคัญของตลาดในประเทศมีเพียง 8 ชนิด อาทิ ผักบุ้ง คื่นช่าย กะหล่ำปลี ซึ่งแสดงถึงการละเลยพืชพื้นบ้านที่มีความสำคัญต่อวิถีชีวิตและโภชนาการ เช่นเดียวกับข้าว ซึ่งเป็นอาหารหลักของคนไทย โดยกว่าร้อยละ 90 ใช้พันธุ์ข้าวประมาณ 10 สายพันธุ์ ในขณะที่มีสายพันธุ์พื้นบ้านที่มีสารอาหารบางอย่างสูง และเหมาะสมต่อการปลูกในท้องถิ่น ควรได้รับ การอนุรักษ์และการเผยแพร่ ซึ่งการวิจัยและพัฒนา ตลอดจนการใช้ประโยชน์สายพันธุ์พืชและสัตว์โดย คำนึงถึงความหลากหลาย มีคุณค่าทางโภชนาการและเหมาะสมกับท้องถิ่น จะนำไปสู่การอนุรักษ์ เศรษฐกิจของชุมชนและสุขภาพของประชาชน

2.2 การพึ่งพาปุ๋ยและสารเคมีการเกษตร มีการใช้ปุ๋ยมากขึ้นอย่างก้าวกระโดดจากปริมาณ 321,700 ตัน ในปี พ.ศ. 2525 เป็น 4,117,752 ตัน ในปี พ.ศ. 2552 คิดเป็นมูลค่า 46,176 ล้านบาท โดยเกือบทั้งหมดนำเข้าจากต่างประเทศ เช่นเดียวกับสารเคมีป้องกันกำจัดศัตรูพืช ที่นำเข้า ในปี พ.ศ. 2552 มีปริมาณมากถึง 126,577 ตัน คิดเป็นมูลค่า 16,168 ล้านบาท ซึ่งต้นทุนดังกล่าวมีมูลค่าสูงมากกว่า 1 ใน 3 ของต้นทุนการปลูกพืชทั้งหมดของเกษตรกร นอกจากนี้ การใช้สารกำจัด

ศัตรูพืชที่ไม่ถูกต้องและเหมาะสม ก่อให้เกิดปัญหาการได้รับสารพิษเข้าสู่ร่างกายของเกษตรกรผู้ใช้ มีสารพิษ ตกค้างในผลผลิตทางการเกษตรก่อให้เกิดปัญหาต่อสุขภาพของผู้บริโภค และมีผลต่อความเชื่อมั่นของ ผู้บริโภคและการส่งออกสินค้าอาหารของประเทศไทย

3. สถานการณ์ด้านแรงงานภาคเกษตร

3.1 ภาวะหนี้สิน จากข้อมูลสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ในปี พ.ศ. 2552 ภาคเกษตรต้องรองรับแรงงานจำนวนมากโดยเฉพาะแรงงานการศึกษาต่ำ โดยที่ มูลค่าการผลิตในภาคเกษตรต่ำ ดังนั้นคนจนส่วนใหญ่จึงอยู่ในภาคเกษตรมากถึงประมาณ 2.8 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 68.5 ของคนจนที่ประกอบอาชีพทั้งหมด (4.1 ล้านคน) ทั้งนี้ โดยมีเกษตรกรยากจน ประมาณ 6.6 แสนคนที่ไม่มียอดที่ดินทำกินเป็นของตนเอง ต้องเช่าที่ดินและต้องไปรับจ้างผู้อื่น นอกจากนี้ ยังมีปัญหาความเหลื่อมล้ำด้านรายได้ ทำให้เกษตรกรเป็นหนี้สิน จากข้อมูลของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พบว่าเกษตรกรเกินครึ่งหนึ่งมีหนี้สินเพื่อการเกษตร (ร้อยละ 59.9) โดยเฉพาะในภาคตะวันออกเฉียงเหนือและภาคเหนืออื่น มีความรุนแรงกว่าในภาคอื่น

3.2 โครงสร้างแรงงานภาคเกษตร แม้ว่าแรงงานทั้งหมดจะเพิ่มขึ้น แต่แรงงานในภาคเกษตรกลับถดถอยลง และอายุเฉลี่ยสูงขึ้น โดยเฉพาะแรงงานในการผลิตข้าว การเคลื่อนย้ายแรงงานออกจากภาคการเกษตรดังกล่าวมีผลทำให้ขนาดของครัวเรือนในภาคการเกษตรลดลง ส่วนหนึ่งเป็นผลจากการขยายตัวของการศึกษาทำให้บุตรหลานของเกษตรกรได้มีโอกาสศึกษาต่อสูงขึ้น แล้วเคลื่อนย้ายไปทำงานต่างถิ่น และรวมถึงกลุ่มคนหนุ่มสาวที่เคลื่อนย้ายไปทำงานทำนอกภาคการเกษตร และไม่ได้กลับมาประกอบอาชีพการเกษตรอีกเลย ดังนั้น จึงมีการใช้เครื่องจักรกลทางการเกษตรแทนแรงงานคนเพิ่มขึ้น ทำให้ต้นทุนการผลิตที่เป็นเงินสดเพิ่มมากขึ้น และทำให้ผลตอบแทนสุทธิที่เป็น เงินสดของเกษตรกรลดลง ส่งผลต่อความยากจนของเกษตรกรขนาดเล็ก หากการหารายได้นอกภาคเกษตรมีจำกัด ประเด็นดังกล่าวจะส่งผลกระทบไปสู่การสูญเสียที่ดินของเกษตรกรรวมถึงการทิ้งไร่นา อพยพย้ายถิ่นไปสู่การเป็นกรรมกรในเมืองตามมา

4. การวางแผนการผลิตและตลาด

ปัญหาสำคัญของสินค้าเกษตร คือปริมาณและราคาสินค้าเกษตรมีความผันผวนสูง เนื่องจากขาดการวางแผนการผลิตให้สอดคล้องกับความต้องการทางการตลาด ขณะเดียวกันผลผลิตของเกษตรกรรายย่อยไม่มีคุณภาพและผลิตผลต่อไร่นาต่ำ ทำให้ไม่สามารถแข่งขันในเชิงการตลาดได้ อีกทั้งระบบ การกระจายสินค้า (logistic) ของประเทศไทยยังขาดการบริหารจัดการอย่างเป็นระบบ ซึ่งมีผลต่อคุณภาพ ของสินค้าและต้นทุนการดำเนินการ ขณะเดียวกันก็มีการรुकคืบของสินค้านำเข้าจาก

การเปิดเขตการค้าเสรี โดยเฉพาะเขตการค้าเสรีอาเซียน หรือ AFTA (ASEAN Free Trade Area : AFTA) ซึ่งประเทศไทยจำเป็นที่จะต้องมียุทธศาสตร์ด้านการตลาดสินค้าเกษตร

5. การเปลี่ยนแปลงของภูมิอากาศโลก และผลกระทบต่อการผลิตอาหารหลักฐานทางวิทยาศาสตร์

จากคณะกรรมการศึกษาการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศโลกระหว่างประเทศ (Intergovernmental Panel on Climate Change, IPCC) ได้รับการยอมรับว่าโลกร้อนขึ้นจริง และมีการคาดการณ์ว่าในปี พ.ศ. 2643 อุณหภูมิโลกจะสูงขึ้น 1.4 – 5.8 องศาเซลเซียส และ จะทำให้น้ำทะเลสูงขึ้นประมาณ 0.9 เมตร เพราะการละลายของน้ำแข็งขั้วโลก ทำให้เกิดภาวะน้ำท่วม บางแห่ง และฝนแล้งในบางประเทศ รวมทั้งส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจเติบโตของพืชและความหลากหลายทางชีวภาพ ซึ่งจากการศึกษาการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศของประเทศไทย พบว่า อุณหภูมิของประเทศไทยโดยรวมอาจสูงขึ้น 0.6 – 2 องศาเซลเซียส มีจำนวนวันที่อากาศร้อนเกิน 35 องศาเซลเซียสเพิ่มขึ้น และจำนวนวันที่อากาศเย็นลดลง และฤดูฝนในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และ ภาคตะวันออก อาจยาวขึ้น 1 – 3 สัปดาห์ และปริมาณน้ำฝนมีแนวโน้มลดลง แต่มีความผันแปรเชิง พื้นที่ค่อนข้างสูง ปริมาณน้ำฝนในช่วงฤดูฝนมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น แต่จะลดลงในฤดูแล้งของปีถัดมา ที่อาจทำให้เกิดการขาดแคลนน้ำรุนแรงในภาคอุตสาหกรรมเกษตร และการอุปโภคบริโภค

6. ผลกระทบจากการเปิดเสรีการค้าและความตกลงระหว่างประเทศ

ความตกลงระหว่างประเทศเป็นพันธกรณีที่ประเทศต่าง ๆ ที่เป็นสมาชิกจะต้องปฏิบัติตาม เช่น ความตกลงภายใต้กรอบองค์การการค้าโลก ซึ่งเป็นกฎกติกาการค้าระหว่างประเทศที่มีจุดประสงค์ เพื่อเปิดเสรีระหว่างกันในด้านต่าง ๆ มิให้มีการกีดกันการค้าระหว่างประเทศด้วยมาตรการต่าง ๆ ซึ่งจะ นำไปสู่การขยายการค้าระหว่างกัน องค์การการค้าโลกมีความตกลงหลายฉบับ เช่น ความตกลงด้าน การค้าและการลงทุนความตกลงว่าด้วยการบังคับใช้มาตรการสุขอนามัยและสุขอนามัยพืช ความตกลง ว่าด้วยทรัพย์สินทางปัญญา นอกจากนี้ในระยะหลังประเทศต่าง ๆ มีการทำข้อตกลงเปิดเสรีในระดับ ทวิภาคีและระดับภูมิภาคกันเป็นจำนวนมาก เช่น เขตการค้าเสรีอาเซียน เขตการค้าเสรีอาเซียน-จีน เป็นต้น

7. การเข้าถึงอาหารของประชากร พิจารณาจาก 2 แนวทาง ได้แก่

7.1 สภาวะเศรษฐกิจ ซึ่งจากการสำรวจภาวะเศรษฐกิจและสังคมครัวเรือน (socioeconomic survey) ทั่วประเทศ โดยสำนักงานสถิติแห่งชาติได้แสดงถึงความสามารถในการเข้าถึง อาหารด้วยการซื้อหา โดยใช้ค่า “เส้นความยากจนด้านอาหารระดับครัวเรือน” ซึ่งพบว่า ครัวเรือนทั้งในเขต

ชนบท และเขตเมืองมีความสามารถซื้ออาหารลดน้อยลง จึงอาจนำไปสู่ปัญหาความขาดแคลนอาหารในระดับบุคคลได้

7.2 ภาวะขาดแคลนอาหารและโภชนาการ ภาวะการขาดแคลนอาหารและโภชนาการ ของประชากรบางพื้นที่ในประเทศ อาจสะท้อนถึงสถานการณ์การเข้าถึงอาหารของประชาชนในพื้นที่ได้ เช่น การขาดโปรตีนและพลังงาน จากการกระจายเนื้อสัตว์ที่ยังไม่ทั่วถึงสำหรับกลุ่มผู้ด้อยโอกาส การขาดไอโอดีนจะส่งผลกระทบต่อพัฒนาการของสมองและระบบประสาท โดยเฉพาะในเด็กจะทำให้สติปัญญาเด็กลดลง

แนวคิดความมั่นคงทางอาหาร

การประชุมสุดยอดอาหารโลก (World Summit on Food Security : WSF) ในปี พ.ศ. 2539 ได้ให้นิยามความมั่นคงทางอาหารว่า “ความมั่นคงทางอาหารดำรงอยู่เมื่อทุกคนสามารถเข้าถึงอาหารที่เพียงพอ ปลอดภัย และมีคุณค่าทางโภชนาการได้ตลอดเวลาทั้งในเชิงกายภาพและเศรษฐกิจ โดยตอบสนองต่อความต้องการและความชอบทางอาหารของพวกเขา เพื่อการมีชีวิตที่กระปรี้กระเปร่าและแข็งแรง”

องค์การอาหารและเกษตรแห่งสหประชาชาติ (Food and Agriculture of the United Nations : FAO) ได้ให้ความหมาย ความมั่นคงทางอาหารออกเป็น 4 มิติ ได้แก่

ความพอเพียง หมายถึง ความพอเพียงของปริมาณอาหารในคุณภาพที่เหมาะสม ซึ่งอาจได้มาจากการผลิตภายในประเทศหรือการนำเข้า รวมถึงความช่วยเหลือด้านอาหาร

การเข้าถึง หมายถึง การเข้าถึงทรัพยากรอย่างพอเพียง (สิทธิที่พึงได้) ของบุคคลเพื่อได้มาซึ่งอาหารที่เหมาะสมและมีคุณค่าทางโภชนาการ สิทธิที่พึงได้ข้างต้นหมายถึงกลุ่มสินทรัพย์จำนวนหนึ่งที่บุคคลมีอำนาจควบคุมได้ภายใต้บริบทการจำกัดทางกฎหมาย การเมือง เศรษฐกิจและสังคมของชุมชนที่บุคคลอาศัยอยู่ (รวมถึงสิทธิตามประเพณี เช่น การเข้าถึงทรัพยากรส่วนรวม)

การใช้ประโยชน์ หมายถึง การใช้ประโยชน์จากอาหารผ่านการผลิตอาหารที่เพียงพอ มีน้ำสะอาด การรักษาสุขอนามัยและดูแลสุขภาพ เพื่อบรรลุสถานภาพความเป็นอยู่ที่ดีในทางโภชนาการที่จะตอบสนองต่อความต้องการทางกายภาพทั้งหมด โดยนัยยะนี้ ความมั่นคงทางอาหารจึงสัมพันธ์กับปัจจัยอื่น ๆ ที่ไม่ใช่อาหาร

เสถียรภาพ หมายถึง การที่ประชาชน คราวเรือนและบุคคลได้เข้าถึงอาหารที่เพียงพอตลอดเวลา ไม่ต้องเสี่ยงกับการเข้าถึงอาหารอันเป็นผลมาจากวิกฤตที่เกิดขึ้นอย่างกะทันหัน เช่น วิกฤตทางเศรษฐกิจหรือสภาพภูมิอากาศ หรือเหตุการณ์ที่เป็นไปตามวงจร เช่น ความไม่มั่นคงทาง

อาหารตามฤดูกาล ในความหมายนี้ เสถียรภาพจึงครอบคลุมถึงทั้งมิติความพอเพียงและการเข้าถึงอาหาร

สภาที่ปรึกษาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (2551) ได้ให้ความหมาย ความมั่นคงทางอาหาร ซึ่งจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อประชาชนเข้าถึงอาหาร หรือมีฐานะทางการเงินที่จะสามารถเข้าถึงอาหารได้ตลอดชีวิต โดยที่อาหารนั้นจะต้องมีคุณค่าทางโภชนาการ มีความปลอดภัยต่อการบริโภค และมีปริมาณเพียงพอกับความต้องการ เพื่อการดำรงชีวิตให้มีสุขภาพแข็งแรง สุขภาวะที่ดี ซึ่งมีองค์ประกอบของความมั่นคงทางอาหาร ใกล้เคียงกับ FAO กล่าวคือ การมีอาหารเพียงพอ (availability) ความมีเสถียรภาพ (stability) การเข้าถึงอาหาร (accessibility) และการใช้ประโยชน์ (utilization)

คณะกรรมการอาหารแห่งชาติ (2559) ได้กำหนดกรอบยุทธศาสตร์การจัดการด้านอาหารของประเทศไทยไว้เพื่อเป็นแผนแม่บทที่จะสร้างความเข้มแข็งให้การจัดการด้านอาหารในประเทศไทยอย่างเป็นรูปธรรมในมิติต่าง ๆ ทั้งด้านความมั่นคงด้านอาหาร คุณภาพ ความปลอดภัยด้านอาหาร ตลอดจนอาหารศึกษา ซึ่งนับเป็นก้าวแรกในการสร้างความร่วมมือจากภาคส่วนต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องเพื่อรักษาศักยภาพการผลิตอาหารของประเทศไทยในระดับมหภาค และมุ่งเน้นการสร้างความมั่นคงทางอาหารในระดับจุลภาคหรือในระดับชุมชนด้วยอันเป็นรากฐานสำคัญของการเข้าถึงอาหารที่มีคุณภาพและปลอดภัยอย่างเพียงพอของประชาชนไทยและยังเป็นการพัฒนาประเทศอย่างยั่งยืนตามทฤษฎีเศรษฐกิจพอเพียง โดยกำหนดวิสัยทัศน์ด้านอาหารของประเทศไทยไว้ดังนี้ “ประเทศไทยผลิตอาหารที่มีคุณภาพและปลอดภัย มีความมั่นคงด้านอาหารอย่างยั่งยืนเพื่อชาวไทยและชาวโลก ” มีวัตถุประสงค์สำคัญอย่างยิ่งเพื่อก่อให้เกิดความมั่นคงด้านอาหารในระดับครัวเรือน ระดับชุมชน และระดับชาติทั้งในภาวะปกติและภาวะวิกฤติ ในยุทธศาสตร์ด้านความมั่นคงทางอาหารกำหนดหลักการเพื่อให้ประเทศไทยมีความมั่นคงด้านอาหารอย่างยั่งยืน บริหารจัดการทรัพยากรเพื่อการผลิตอาหารอย่างมีประสิทธิภาพโดยการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วน มีกลยุทธ์ จำนวน 10 ข้อ คือ

1. เร่งรัดปฏิรูปการถือครองที่ดินและการคุ้มครองพื้นที่การเกษตร
2. จัดการทรัพยากรน้ำ และดินเพื่อการเกษตรและป่าชุมชน
3. สร้างความสมดุลระหว่างพืชอาหารกับพืชพลังงาน
4. พัฒนาประสิทธิภาพการผลิตอาหาร
5. สร้างแรงจูงใจในการทำการเกษตรและเพิ่มจำนวนเกษตรกรรุ่นใหม่
6. ส่งเสริมการเข้าถึงอาหารในระดับชุมชนและครัวเรือน
7. ปรับปรุงและพัฒนาระบบโลจิสติกส์ด้านสินค้าเกษตรและอาหาร
8. สร้างความร่วมมือระหว่างภาครัฐ เอกชน และภาคประชาชน ในการรักษาความมั่นคง

ด้านอาหาร

9. วิจัยและพัฒนาเทคโนโลยีและนวัตกรรมตลอดห่วงโซ่อาหาร

10. จัดระบบเพื่อรองรับความมั่นคงด้านอาหารในภาวะวิกฤติ

นอกจากยุทธศาสตร์ด้านความมั่นคงทางอาหารแล้ว ยังมีกรอบยุทธศาสตร์ด้านคุณภาพและความปลอดภัยอาหาร ด้านอาหารศึกษา และด้านการบริหารจัดการ อันจะนำไปสู่การพัฒนาประเทศอย่างสมดุลและยั่งยืนต่อไป

ความมั่นคงทางอาหารในมิติของความเปราะบาง (vulnerability) หมายถึง โอกาสที่คน ๆ หนึ่งหรือครัวเรือนหนึ่ง ๆ จะตกอยู่ในสถานการณ์ที่มีระดับความมั่นคงทางอาหารต่ำกว่าเกณฑ์ ความมั่นคงทางอาหารขั้นต่ำที่พึงมีในช่วงระยะเวลาใดเวลาหนึ่ง ความต่างระหว่างความมั่นคงทางอาหารและความเปราะบางกล่าว คือ ในขณะที่ความมั่นคงทางอาหารให้ความสนใจสถานการณ์และวิธีการแก้ไขปัญหา (coping strategies) ด้านอาหารในปัจจุบัน แนวคิดความเปราะบางมุ่งไปที่ความเสี่ยงต่อความไม่มั่นคงทางอาหารในอนาคต วิธีการวิเคราะห์ความเปราะบางที่ใช้กันโดยทั่วไป ได้แก่

1. การพิจารณาจากทรัพย์สินหรือทุน (รวมถึงทุนทางสังคม) ที่บุคคลหรือครัวเรือนมีอยู่ โดยมีสมมุติฐานว่าการมีทรัพย์สินหรือทุนจะทำให้รับมือกับสถานการณ์เลวร้ายได้มากขึ้น และช่วยลดความเปราะบางลง

2. การวิเคราะห์แหล่งที่มาของความเสี่ยง ซึ่งหมายถึง เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นฉับพลัน เหตุการณ์ตามกระแสแนวโน้ม หรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นตามฤดูกาล และศักยภาพในการจัดการความเสี่ยงของชุมชน

3. การพยากรณ์ความแปรปรวนหรือขาดแคลนอาหารในอนาคต

4. ความเป็นไปได้ที่ระดับการบริโภคของบุคคลหรือครัวเรือนจะลดต่ำลงจากระดับปกติ

5. การวัดสถานะน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์หรือภาวะทุพโภชนาการ

6. การพิจารณาจากแหล่งที่อยู่และรูปแบบวิถีชีวิต เช่น การผลิต การหารายได้ และแนวทางปฏิบัติทางสุขภาพ เป็นต้น

อนึ่ง ความมั่นคงทางอาหารในมิติด้านจิตวิทยายังคงมีอยู่ในทางจิตวิทยา ความไม่มั่นคงทางอาหารทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกถูกกีดกันหรือขาดแคลน หรือทำให้ครัวเรือนรู้สึกกระวนกระวายใจว่าจะมีอาหารเพียงพอหรือไม่ อาจทำให้เกิดความเครียดก่อให้เกิดปัญหาด้านจิตใจตามมา ซึ่งการแก้ไขปัญหาหรือการปรับตัวของแต่ละครัวเรือนจะแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับประสบการณ์ ความสามารถในการบริหารทรัพยากร ความรุนแรงและสถานการณ์ในขณะนั้น

ความมั่นคงทางอาหารไม่ได้มีความหมายเพียงแค่การเพิ่มผลผลิตทางอาหารเท่านั้น แต่รวมถึงโอกาสในการได้รับอาหาร การใช้ประโยชน์จากทรัพยากรและการรักษาคุณภาพสิ่งแวดล้อมควบคู่ในเวลาเดียวกัน

1. การจัดการอาหารในครอบครัว

อาหารเป็นหนึ่งในปัจจัยสี่ที่สำคัญของมนุษย์ อาหารเมื่อบริโภคเข้าไปและหลังจากย่อยแล้วจะไปหล่อเลี้ยงอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย ดังนั้นคุณภาพของอาหารจึงเป็นสิ่งสำคัญอาหารนอกจากสนองความต้องการทางด้านร่างกายของมนุษย์แล้ว อาหารยังสนองความต้องการทางด้านจิตใจ สังคม และวัฒนธรรม เราใช้อาหารเป็นสัญลักษณ์ในพิธีกรรมทางศาสนา หรือใช้อาหารเป็นสัญลักษณ์ประจำชาติ เช่น พิซซ่าเป็นอาหารจากประเทศอิตาลี อาหารประเภทข้าวหรือเครื่องเทศเป็นอาหารจากเอเชีย

นอกจากนี้ ในการเลือกหรือจัดการอาหารยังขึ้นอยู่กับครอบครัว ประเพณี และวัฒนธรรมในท้องถิ่นนั้น ๆ ด้วยเช่นกัน ในปัจจุบันท่ามกลางกระแสวัฒนธรรมที่หลั่งไหลไปในทิศทางเดียวกันจะส่งผลกระทบต่อการจัดการอาหาร จากสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปส่งผลให้การจัดการอาหารแตกต่างไปจากเดิม ในอดีตการปรุงอาหารในครอบครัวเป็นเรื่องใหญ่ต้องมีกระบวนการต่าง ๆ มากมาย เช่น การซื้อ การเตรียม และการปรุง แต่ในปัจจุบันเมื่อแม่บ้านมีเวลาจำกัดอาหารสำเร็จรูปในรูปแบบต่าง ๆ จึงเป็นที่นิยม เนื่องจากสะดวก ง่าย และรวดเร็ว นอกจากนี้ค่านิยมในการบริโภคอาหารประเภทจานด่วนได้รับความนิยม จึงทำให้การบริโภคอาหารของครอบครัวไทยเปลี่ยนแปลงไปอย่างไรก็ตามในความต้องการอาหารของมนุษย์จะมีความต้องการ ดังนี้

1. ความต้องการทางกาย (physical needs) ร่างกายที่มีสุขภาพแข็งแรงและปราศจากโรคภัยไข้เจ็บอยู่ที่การดูแลรักษาสุขภาพของตนเอง ในการดูแลรักษาสุขภาพนอกเหนือจากการออกกำลังกายและการพักผ่อนแล้วการบริโภคอาหารก็มีความสำคัญ หากบริโภคในสิ่งที่ชอบหรือกินในสิ่งที่พอใจบางครั้งอาจทำให้ขาดคุณสมบัติของอาหาร นอกจากนี้ การบริโภคโดยไม่คำนึงถึงชนิดและปริมาณของอาหารอาจก่อให้เกิดปัญหาของสุขภาพได้เช่นกัน ดังนั้น เมื่ออาหารมีความสำคัญต่อสุขภาพและร่างกายของมนุษย์แล้ว จึงควรให้ความสำคัญกับอาหารที่บริโภคว่ามีความจำเป็นและเหมาะสมกับร่างกาย อย่างไรก็ดี คำว่า “อาหาร” หมายถึง สิ่งที่บริโภคเข้าไปแล้วให้อิ่ม ซึ่งอาจมีทั้งคุณประโยชน์และโทษ ส่วนคำว่า “โภชนาการ” หมายถึง อาหารที่บริโภคเข้าไปแล้วร่างกายสามารถนำไปเผาผลาญเพื่อใช้เป็นประโยชน์ในการเสริมสร้างความเจริญเติบโต ซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ และทำให้ร่างกายแข็งแรงมีภูมิคุ้มกันโรค (Paolucci et al., 1973) ดังนั้น คำว่า “อาหารและโภชนาการ” จึงเป็นสิ่งที่คู่กัน เราจะบริโภคอาหารให้อิ่มเพียงอย่างเดียวไม่ได้ ต้องคำนึงว่าอาหารที่บริโภคเข้าไปนั้นมีคุณประโยชน์ต่อร่างกายอย่างไรอาหารจึงมีความสำคัญต่อความต้องการทางกายของมนุษย์

2. ความต้องการทางด้านจิตวิทยา (psychological needs) ความต้องการของอาหารทางด้านจิตวิทยาจะมีผลทางด้านจิตใจ มีผู้คนไม่น้อยที่ใช้อาหารเป็นเครื่องบ่งบอกถึงฐานะ ความเป็นอยู่ และสถานภาพของตนเอง การรับประทานอาหารในภัตตาคารที่หรูหรา ราคาแพง มีการต้อนรับที่ดีจะทำให้มั่นใจในความสะอาดหรือเพื่อแสดงฐานะของตนเอง ปัจจุบันวัยรุ่นนิยมเข้า

ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ดเพื่อแสดงว่าตนเองทันสมัยหรือมีรสนิยมและเป็นที่ยอมรับจากสังคมทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง ความต้องการของอาหารทางด้านจิตวิทยาจึงเป็นเรื่องของจิตใจในแต่ละบุคคล

3. ความต้องการทางสังคม (social needs) ในงานเลี้ยงสังสรรค์หรือโอกาสพิเศษต่าง ๆ จะใช้อาหารเป็นส่วนประกอบ โดยอาหารที่จัดจะเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้คนได้เข้ามาร่วมกันในงานสังคม ได้พูดคุย พบปะ และรับประทานอาหารร่วมกัน หรือในบางครั้งการปรุงอาหารร่วมกันก็ถือเป็น การอยู่ในสังคมร่วมกันได้

4. ความต้องการทางด้านจิตวิญญาณ (spiritual needs) ศาสนาบางศาสนาจะมีข้อกำหนดหรือข้อห้ามเกี่ยวกับการบริโภคอาหารบางอย่างตามแต่เหตุผลและความเชื่อที่มีมาแต่โบราณกาล ศาสนาบางศาสนา เช่น ศาสนาอิสลามจะห้ามบริโภคเนื้อหมู หรือศาสนาฮินดูจะห้ามบริโภคเนื้อวัว เป็นต้น อาหารหลายอย่างเกี่ยวข้องกับพิธีกรรมทางศาสนา โดยใช้ประสบการณ์ทางด้านจิตวิญญาณเป็นศูนย์กลางความเชื่อถือ ความเคารพสักการะหรือแม้แต่ประเพณีบางประเพณีที่ให้ความสำคัญกับอาหาร เช่น ประเพณีไหว้เจ้า หรือไหว้พระจันทร์ เป็นต้น (Paolucci et al., 1973)

นอกจากความต้องการต่าง ๆ ที่กล่าวมา อาหารยังเป็นที่เชื่อมโยงวัฒนธรรมต่าง ๆ เข้าหากัน เช่น ชาวตะวันตกนิยมรับประทานอาหารไทย ในขณะที่คนในภูมิภาคเอเชียนิยมรับประทานอาหารแบบตะวันตก เป็นต้น

2. อิทธิพลต่อการบริโภคอาหาร

นอกจากปัจจัยพื้นฐานของความต้องการในการบริโภคอาหารแล้ว สิ่งที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารนับเป็นปัจจัยที่สำคัญที่ควรศึกษาเนื่องจากในปัจจุบันเกิดการเปลี่ยนแปลงการถ่ายทอดวัฒนธรรม สิ่งที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารมีดังนี้

1. สภาพของสังคมในปัจจุบัน ในปัจจุบันประชากรได้เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วทำให้อาหารจากธรรมชาติลดลง ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการบริโภค ในอดีตประชากรที่อาศัยในชนบทสามารถอาศัยอาหารจากแหล่งธรรมชาติไม่ว่าจะเป็นป่าไม้ แหล่งน้ำ หรือพื้นดิน แต่เมื่อมีประชากรเพิ่มมากขึ้นแหล่งอาหารต่าง ๆ จึงลดลง ครอบครัวต้องซื้อหาอาหารจากแหล่งต่าง ๆ ทำให้ครอบครัวที่มีรายได้น้อยไม่สามารถซื้อหาอาหารได้ ทำให้เกิดปัญหาภาวะขาดแคลนอาหารขึ้น

2. การพัฒนาของเทคโนโลยี เมื่อความเจริญทางเทคโนโลยีเข้ามามีบทบาทต่อทุกสิ่ง กระบวนการผลิตอาหารต่าง ๆ จึงเกิดการพัฒนาขึ้น ในการผลิตอาหารจะใช้เทคโนโลยีใหม่ ๆ ทำให้ผลิตภัณฑ์อาหารมีรูปแบบต่าง ๆ นานาขึ้นยิ่งขึ้น เช่น การถนอมอาหาร การแปรรูปอาหาร หรือการปรุงอาหาร สิ่งเหล่านี้ทำให้เกิดความต้องการต่อผู้บริโภคมากขึ้น

3. การพัฒนาทางการสื่อสาร การสื่อสารเป็นส่วนหนึ่งของการพัฒนาจากเทคโนโลยี ในปัจจุบันการสื่อสารสามารถสื่อสารถึงกันทั่วโลกทำให้ผู้บริโภคหันมาบริโภคอาหารตามการโฆษณา มากขึ้น

4. การถ่ายทอดทางวัฒนธรรม เมื่อการสื่อสารสามารถสื่อถึงกันได้ทั่วโลก จึงก่อให้เกิดการถ่ายทอดทางวัฒนธรรมในปัจจุบันครอบครัวไทยรับเอาวัฒนธรรมการบริโภคอาหารจากต่างชาติมาเป็นวัฒนธรรมการบริโภคของตนเองอย่างกลมกลืน ไม่ว่าจะเป็นพืชชา แฮมเบอร์เกอร์ หรืออาหารญี่ปุ่น ซึ่งสิ่งเหล่านี้ได้กลายเป็นส่วนหนึ่งของพฤติกรรมการบริโภคอาหารของครอบครัวไทยในปัจจุบัน จนกลายเป็นค่านิยมที่ได้รับความนิยมและขาดไม่ได้อย่างในเช่นปัจจุบัน ดังนั้น จะเห็นว่าในปัจจุบันอาหารจากต่างประเทศได้มีการขยายสาขาบริการอย่างมากมายทั่วประเทศ ถึงแม้ว่าจะมีราคาแพงแต่ก็ได้รับความนิยม

5. การเปลี่ยนแปลงของครอบครัว ในอดีตครอบครัวไทยเป็นครอบครัวใหญ่ที่อยู่รวมกันของญาติพี่น้อง แต่ในปัจจุบันเมื่อสังคมเปลี่ยนแปลงครอบครัวจึงหดตัว การบริโภคอาหารจึงต้องเร่งรีบเร่งด่วน ว่าง่ายประหยัดเวลาและแรงงาน ดังนั้นอาหารสำเร็จรูปหรืออาหารปรุงสำเร็จจึงเป็นที่ต้องการของการบริโภคในปัจจุบัน

6. เพศ และวัยของสมาชิกในครอบครัว หากในครอบครัวมีสมาชิกที่มีอายุหรือเพศต่างกัน การจัดการอาหารในครอบครัวจะแตกต่างกัน เด็กวัยรุ่นจะบริโภคอาหารที่ต่างจากผู้สูงอายุเพราะวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการอาหารที่ให้พลังงาน ในขณะที่ผู้สูงอายุต้องการอาหารเพื่อบำรุงสุขภาพ เพศและวัยจึงเป็นปัจจัยหนึ่งในการบริโภคอาหารของครอบครัว

7. ข้อมูลข่าวสารด้านอาหาร ข้อมูลข่าวสารด้านอาหารเป็นสิ่งสำคัญ ครอบครัวควรรู้ข้อมูลข่าวสารในเรื่องต่าง ๆ ของอาหารเพื่อนำมาประกอบการพิจารณาตัดสินใจในการเลือกซื้ออาหารของครอบครัว ข้อมูลข่าวสารที่น่าสนใจ ได้แก่ การรับประทานอาหารที่มีกากใยสูงจะช่วยให้การย่อยได้ดี การบริโภคอาหารสุขภาพต่าง ๆ เช่น อาหารที่มีส่วนผสมของสมุนไพร หรืออาหารชีวจิต เป็นต้น

8. สุขภาพ ในปัจจุบันผู้คนสนใจในสุขภาพมากขึ้น ทำให้เกิดการเลือกในการบริโภคอาหารที่มีคุณภาพมากขึ้น การบริโภคอาหารจากธรรมชาติ อาหารเส้นใย จากพืช ผัก ผลไม้ และถั่วต่าง ๆ จึงเป็นที่นิยมเนื่องจากบำรุงรักษาสุขภาพและร่างกายให้แข็งแรง

9. บุคลิกลักษณะ บุคลิกลักษณะของมนุษย์เป็นสิ่งสำคัญ ไม่ว่าเพศหญิงหรือชายต่างก็ต้องการให้มีบุคลิกภาพดี การรับประทานอาหารให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการจึงเป็นสิ่งสำคัญกับบุคลิกภาพ หากรับประทานอาหารมากเกินไปร่างกายใช้อาหารเหล่านั้นไม่หมดก็จะเก็บสะสมไว้ตามบริเวณต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น รอบเอว ต้นแขน ต้นขา ทำให้อ้วนและมีบุคลิกภาพไม่ดี ดังนั้น ในการบริโภคอาหาร ควรบริโภคให้เพียงพอกับความต้องการของร่างกาย ลดอาหารประเภทแป้ง ไขมัน และน้ำตาล หันมาออกกำลังกายจะทำให้มีบุคลิกภาพที่ดีและแข็งแรงขึ้น (Paolucci et al., 1973) จาก

ปัจจัยต่าง ๆ ที่กล่าวมาเป็นรูปแบบของการบริโภคอาหารของครอบครัวในปัจจุบันซึ่งอาจเปลี่ยนแปลงได้หากมีปัจจัยใหม่ ๆ เกิดขึ้นในอนาคต

3. โภชนบัญญัติ 9 ประการ ได้แก่

1. บริโภคอาหารให้ครบ 5 หมู่ โดยบริโภคให้หลากหลาย และหมั่นควบคุมดูแลน้ำหนักอยู่เสมอ
 2. บริโภคข้าวเป็นอาหารหลัก และสลับกับอาหารประเภทแป้งบ้างเป็นบางครั้ง และข้าวที่บริโภคควรเป็นข้าวไม่ขัดสี เช่น ข้าวกล้อง ข้าวซ้อมมือ เพราะมีเส้นใยสูงและยังมีสารอาหารหลายชนิด อาทิ วิตามินบี 1 บี 2
 3. กินพืชผักให้มากและกินผลไม้เป็นประจำ ผักและผลไม้มีเส้นใยช่วยให้ถ่ายคล่องไม่อ้วน ลดระดับไขมันในเส้นเลือด อาหารที่มีเส้นใยสูง ได้แก่ ข้าวกล้อง ฝรั่ง มะม่วง มะขาม ผักสด ผลไม้ต่าง ๆ นอกจากนี้ยังได้วิตามิน และแร่ธาตุอีกด้วย
 4. บริโภคปลาหรือเนื้อสัตว์ที่ไม่ติดมัน ไข่ และถั่วเมล็ดแห้งเป็นประจำ เนื่องจากเนื้อสัตว์มักมียาปฏิชีวนะตกค้างอยู่มากทำให้ภูมิคุ้มกันอ่อนแอได้ และเนื้อสัตว์ที่ติดมันยังเป็นไขมันอิ่มตัวเป็นอันตรายต่อร่างกายได้
 5. ดื่มนมให้เหมาะสมตามวัย และควรตรวจดูแหล่งผลิตให้แน่ใจ
 6. บริโภคอาหารที่มีไขมันแต่พอควร งดไขมันจากสัตว์ และหลีกเลี่ยงการใช้ไขมันที่ผ่านกระบวนการที่ใช้ความร้อนสูง เพราะกรดไขมันจะเปลี่ยนรูปเป็นไขมันที่ร่างกายไม่ใช้ เช่น การใช้น้ำมันในการทอดไม่ควรใช้ไฟแรงจนควันขึ้นนอกจากนี้หากบริโภคอาหารที่มีไขมันสูงนอกจากจะทำให้อ้วนแล้วยังเพิ่มอัตราเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน และความดันโลหิตสูงได้อีกด้วย
 7. หลีกเลี่ยงการบริโภคอาหารรสจัด เช่น เค็มจัด หรือหวานจัด การบริโภคอาหารที่มีรสจัดต่าง ๆ จะสร้างพฤติกรรมบริโภคที่ไม่ดี และนำไปสู่การเป็นโรคต่าง ๆ ได้ง่าย
 8. บริโภคอาหารที่สะอาดและปราศจากสารปนเปื้อน ควรบริโภคอาหารจากธรรมชาติ เพราะร่างกายต้องการสารอาหารที่บริสุทธิ์และปราศจากสารปรุงแต่งอาหารสังเคราะห์ต่าง ๆ เช่น อาหารที่ผ่านการฟอกสี หรือขัดให้ขาว เช่น แป้งหรือข้าวจะขาดเส้นใยและวิตามิน เป็นต้น
 9. ไม่ควรดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เพราะแอลกอฮอล์จะกระตุ้นหัวใจให้ทำงานมากขึ้นทำให้หลอดเลือดขยายการไหลเวียนของโลหิตแรงขึ้นและกดสมอง ทำให้สมองส่วนควบคุมการทำงาน
- โภชนบัญญัติทั้ง 9 ประการนี้จะทำให้ผู้ปฏิบัติมีสุขภาพที่ดี นอกจากนี้ยังมีข้อควรคำนึงในการบริโภคอาหารว่า

“ควรกินพอ กินดี และกินหลากหลาย”

กินพอ คือ กินอาหารให้ครบทุกหมู่ มาณน้อยตามความพอดีของร่างกาย เพศและวัย

กินดี คือ กินอาหารที่ดีมีประโยชน์ต่อร่างกาย

กินหลากหลาย คือ กินอาหารห้าหมู่สับเปลี่ยนหมุนเวียนให้ครบ

นอกจากนี้ ควรคำนึงถึงคุณค่า ประโยชน์ และสารอาหารที่ได้รับ เพื่อเป็นข้อมูลในการเลือก และตัดสินใจการบริโภคอาหาร (กองโภชนาการ, 2542)

4. การจัดรายการอาหาร

เมื่อทราบถึงคุณค่าของสารอาหารต่าง ๆ ขั้นตอนต่อไปคือการจัดรายการอาหารที่จะบริโภคในแต่ละวัน การจัดรายการอาหารในแต่ละวันควรระบุไว้ล่วงหน้าอย่างชัดเจน อาจจัดไว้ล่วงหน้าเป็นรายสัปดาห์ เพื่อสะดวกในการจัดซื้อ ประหยัดเวลา แรงงาน และได้รับประทานอาหารครบหมู่ มีรายละเอียด ดังนี้

การจัดรายการอาหารของครอบครัว

1. คำนึงถึงสมาชิกของครอบครัว เช่น เพศ วัย และกิจกรรมของสมาชิก เพศชายจะบริโภคมากกว่าเพศหญิง วัยรุ่นจะต้องการอาหารมากกว่าผู้สูงอายุ หรือสมาชิกที่ทำงานใช้แรงงานจะต้องการอาหารที่อ้วนทนและนาน
2. กำหนดรายการอาหาร โดยคำนึงถึงคุณค่าทางโภชนาการและรายการอาหารที่จัด ว่ามีคุณค่าต่อมื้อต่อวันอย่างไร มีรสชาติที่แตกต่างกันอย่างไร เช่น กรอบ นุ่ม แกร่ง หรือ ผัด และเหมาะสมกับจำนวนของสมาชิกอย่างไร สมาชิกชอบอย่างไรเพื่อป้องกันการเลือกทิ้ง หรือสมาชิกไม่ชอบ
3. คำนึงถึงงบประมาณในการจัด โดยการควบคุมการจ่าย เช่น วางแผนการจ่ายการซื้อของในฤดูกาลหรือซื้อของที่จำเป็นเก็บไว้และนำมาใช้ในครั้งต่อไป
4. จัดรายการอาหารที่จะทำให้แต่ละวันให้ชัดเจน เพื่อหาผู้ช่วยหรือผู้รับผิดชอบหรือ คำนึงถึงชนิดของอาหารว่างชนิดใดเหมาะสมกับมือใด เพื่อจะได้กำหนดไว้ล่วงหน้ารวมทั้งการเตรียมอาหารให้เหมาะสมกับเวลาด้วยเช่นกัน (Oppenheim, 1979)

การเลือกซื้ออาหาร เมื่อจัดรายการอาหารเสร็จเรียบร้อยแล้ว แม่บ้านหรือผู้รับผิดชอบในการจัดอาหารสำหรับครอบครัวจะมีหน้าที่ในการซื้ออาหาร ในการซื้ออาหารต้องมีการวางแผนอย่างรอบคอบเพื่อจะได้ประหยัดทรัพยากรของครอบครัวในด้านต่าง ๆ อาทิ เวลา แรงงาน และงบประมาณ ในการวางแผนการเลือกซื้ออาหารควรคำนึงถึงองค์ประกอบที่สำคัญต่าง ๆ

คุณสมบัติของผู้ซื้ออาหารสำหรับครอบครัว ผู้ซื้ออาหารของครอบครัวควรเป็นผู้ที่ช่างสังเกต จดจำและละเอียดรอบคอบ เช่น จำได้ว่าสมาชิกคนใดชอบอาหารประเภทใด หรือไม่ชอบอะไร เพื่อจะได้จัดหาอาหารที่ชอบมารับประทานหรือประกอบอาหาร เพราะจะได้ไม่เลือกทิ้งทำให้สิ้นเปลือง นอกจากนี้ ผู้ซื้ออาหารควรมีความรอบคอบในการเลือกซื้อ มีความละเอียดถี่ถ้วน ก่อนซื้อควรจดบันทึกรายการอาหารเพื่อง่ายต่อการซื้อ และยังสะดวกประหยัดทั้งเงิน เวลา แรงงาน และ

งบประมาณด้านอาหารของครอบครัว นอกจากนี้ ผู้ซื้ออาหารของครอบครัวยังต้องหมั่นศึกษาและสนใจในอาหารใหม่ ๆ อยู่เสมอเพื่อให้สมาชิกของครอบครัวได้บริโภคอาหารที่ดีและมีประโยชน์

การทำความสะอาดและจัดเก็บอาหาร หลังจากรับประทานอาหารเสร็จ ควรมีการเก็บล้างหรือทำความสะอาดภาชนะและบริเวณเตรียมควรขอความร่วมมือจากสมาชิกช่วยกันเก็บล้าง และทำความสะอาด เพื่อเป็นการฝึกระเบียบวินัย และความรับผิดชอบ ในการล้างควรใช้กระดาษทิชชูกวาดเศษอาหารออกจากจาน และล้างด้วยน้ำสะอาดก่อนหนึ่งครั้งจึงล้างด้วยน้ำยาล้างจาน ควรภาชนะให้แห้งเมื่อแห้งแล้วควรเช็ดแล้วเก็บเข้าตู้ให้เรียบร้อยโดยเก็บรวมกันตามแต่ละประเภท เพื่อความเป็นระเบียบ เรียบร้อย และใช้ได้อย่างสะดวก เช่น ครกกับสากควรอยู่ด้วยกัน หม้อและกระทะควรอยู่ด้วยกัน ส่วนมีดควรแยกเก็บและมีที่เก็บอย่างมิดชิดปลอดภัยและควรมีถึงขยะเตรียมไว้ในครัวเสมอจะเห็นว่า จากกระบวนการจัดการอาหารที่กล่าวมาทั้งหมดนั้นไม่ใช่เรื่องยาก ดังนั้น หากต้องการให้สมาชิกในครอบครัวได้อยู่ดี กินดี และมีสุขภาพแข็งแรงจึงควรมีการจัดการอาหารสำหรับครอบครัวที่ดีเพื่อให้เหมาะสมกับคำว่า “คุณจะเป็นเหมือนอย่างที่คุณรับประทาน” (การจัดการอาหารในครอบครัว, 2556)

โดยสรุป ความมั่นคงอาหารไม่ใช่เรื่องเฉพาะปริมาณเท่านั้น รวมถึงคุณภาพอาหารด้วย พูดให้ชัดคือ การมีอาหารต่อคุณภาพหรือทำลายสุขภาพไม่ถือว่ามีความมั่นคงทางอาหาร เพราะแม้กินอิ่มแต่ส่งผลเสียต่อสุขภาพไม่ช้าก็เร็วส่วนหนึ่งของการพัฒนาที่ยั่งยืนตามกระบวนการทัศน์ขององค์การสหประชาชาติคือไม่ทิ้งใครไว้ข้างหลัง เป้าหมายหนึ่งคือทุกคนต้องได้อาหารอย่างเพียงพอ มีความมั่นคงทางอาหารตามสมควร รายงาน The State of Food Security and Nutrition in the World ช่วยให้โลกรับรู้และตระหนักว่ายังมีอีกหลายร้อยล้านคนที่หิวโหย อดยาก หลักความมั่นคงทางอาหารซึ่งไม่ได้หมายความว่ากินอย่างเพียงพอเท่านั้น ยังหมายถึงพอเพียงอย่างมีคุณภาพ ไม่กินอาหารก่อโรคหรือทำลายสุขภาพ

บริบททั่วไปของชนเผ่ามละบริในประเทศไทย

มละบริ (Mlabri) เป็นชื่อเรียกตนเองตามการออกเสียงของชนเผ่าพื้นเมืองดั้งเดิมในพื้นที่จังหวัดน่านและจังหวัดแพร่ของประเทศไทย โดยคำว่า “มละ” หมายถึง คน และคำว่า “บริ” หมายถึง ป่า ความหมายรวมจึงหมายถึงคนที่พึ่งพิงอาศัยอยู่กับป่า คำว่ามละบริ (Mlabri) เป็นคำใหม่ใช้เรียกตนเอง โดยมีที่มาของคำนี้พบการใช้ที่ศูนย์ภูฟ้าพัฒนา จังหวัดน่าน โดยกลุ่มเยาวชนชนชาว มละบริ ที่ร่วมงานวิจัยโครงการสร้างตัวเขียนภาษามละบริโดยใช้อักษรไทย สนับสนุนโดยสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) การนิยามคำเรียกตนเองตามคำนิยามข้างต้นในการเขียนชื่อชนเผ่า

งานวิจัยนี้จึงใช้คำว่า “มละบริ” เป็นหลักในการเขียนแทนคำเรียกอื่น การเรียกชื่อชนเผ่ามละบริ จากคนภายนอกนั้นมีหลากหลายชื่อดังนี้

“Mrabri” พบในงานเขียนของคุณไกรศรี นิมานเหมินทร์ บทความเรื่อง The Mrabri Language วารสาร The Journal of the Siam Society ฉบับที่ 51 ตอนที่ 2 งานวิจัยฉบับเต็มเรื่อง The Mrabri Studies in The Field วันที่ 21 มกราคม ค.ศ. 1963 (พ.ศ. 2506) โดยสถาบันวิจัยสยามสมาคม เป็นงานวิจัยครั้งแรกที่พบว่ามีการใช้คำว่า Mrabri เรียกชื่อเผ่ามละบริตามการสะกดคำเขียนในภาษาอังกฤษ

“มละบริ/Mlabri” เป็นชื่อที่ได้จากงานวิจัยของนักภาษาศาสตร์ ชีระพันธ์ เหลืองทองคำ ที่เข้าไปศึกษาวิจัยภาษาของชาวมละบริที่อยู่ในเขตอำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน ซึ่งเป็นชาวมละบริกลุ่มเดียวกับที่ ไกรศรี นิมานเหมินทร์ เคยศึกษาไว้ โดย ชีระพันธ์ ได้เสนอให้เขียนชื่อชนเผ่ามละบริเป็นภาษาอังกฤษให้ใช้คำว่า “Mlabri” แทนคำว่า “Mrabri” คำว่า “มละบริ” หรือ “Mlabri” จึงถูกใช้ในงานเขียนและงานวิจัยในระยะเวลาต่อมา

“Yumbri” โดย Hugo Adolf Bernatzik นักมานุษยวิทยาชาวออสเตรีย ทำการสำรวจพื้นที่ในป่าบริเวณชายแดนไทย-ลาว ในช่วงทศวรรษ 1930 และถูกบันทึกไว้ในงานเขียนชื่อ The Spirits of the Yellow Leaves

“ตองเหลือง” เป็นชื่อที่รู้จักกันอย่างแพร่หลายใหม่สังคมชาวไทยโดยเฉพาะพื้นที่บริเวณภาคเหนือของประเทศไทย ซึ่งเรียกชื่อตามบริบทของวิถีชีวิตในการดำรงชีพในอดีต ที่อาศัยอยู่ในป่าสร้างเพิงพักกันอย่างง่าย ๆ มุงด้วยใบตอง ในบริเวณที่มีอาหารอุดมสมบูรณ์ โดยเฉพาะมันป่า และมีการอพยพเคลื่อนย้ายไปเรื่อย ๆ เมื่ออาหารในบริเวณนั้นหมดความอุดมสมบูรณ์ และด้วยอุปนิสัยไม่เผชิญหน้าผู้คน จึงหลบหนีบังตัวเข้าไปในป่าอย่างรวดเร็วทั้งไว้เพียงเพิงพัก ไม่สามารถพบตัวได้ง่าย จึงเป็นที่มาของการเรียกชื่อ “ตองเหลือง” หรือ “ผีตองเหลือง” (สุรินทร์, 2531)

“ม้ากู” เป็นคำเรียกชาวมละบริโดยชาวม้ง หมายถึง คนที่อยู่ในป่า ซึ่งชาวม้งเป็นชนเผ่าที่มีความสัมพันธ์กับชาวมละบริมาเป็นเวลาช้านาน

“จันแก้ม” เป็นคำเรียกชาวมละบริโดยชาวเมี่ยน หมายถึง คนที่อยู่ในป่า (ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร (องค์การมหาชน), ม.ป.ป)

การศึกษาบริบททั่วไปของชนเผ่ามละบริ ประวัติความเป็นมาและถิ่นฐานดั้งเดิม ใช้วิธีสืบค้นรวบรวมข้อมูลจากงานวิจัย หนังสือสิ่งพิมพ์ และข้อมูลจากอินเทอร์เน็ต ซึ่งมีเรื่องราวประกอบด้วยตำนานเรื่องเล่าเกี่ยวกับมละบริจากหนังสือสารคดีผีตองเหลือง ที่เขียนโดยหมื่นวลี และบางส่วนของ The Forest People : The story of Lao's unknown tribe. เรื่องเล่าจากบันทึกของพระอัครราชทูตสยามที่มีประสบการณ์การพบคนป่าหรือมละบริในช่วงเดินทูต บันทึกลงของสยาม

สมาคม (The Journal of the Siam Society) และหนังสือ The Forest People: The story of Lao's unknown tribe จากสารานุกรมรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว โดยแบ่งเป็น 2 ส่วนคือ

1. ตำนานและถิ่นที่อยู่อาศัยของชนเผ่ามละบริ

จากหนังสือสารคดี ผีตองเหลือง มีตำนานและเรื่องเล่าขานสืบต่อกันมาว่า เมื่อประมาณ 60 กว่าปีที่ผ่านมา มีชนเผ่าตองเหลืองจำนวนหนึ่งอาศัยอยู่ที่บริเวณภูแว อำเภอทุ่งช้าง จังหวัดน่าน เป็นพวกผีตองเหลืองชาลาย และผีตองเหลืองชาแดง โดยพวกชาลายจะมีรอยสักตั้งแต่ข้อเท้าขึ้นมาถึงตลอดทั้งลำตัว มีหอกเป็นอาวุธ ปลายหอกสวมปลอกเอาไว้ เมื่อมีการดึงปลอกของหอกออกจากปลายเมื่อใด นั่นย่อมหมายถึงการต่อสู้ เพราะชนพวกนี้ไม่มีนิสัยดุร้ายและเคยกินแม้กระทั่งเนื้อคน แต่ต่อมาชนกลุ่มนี้ก็ได้อพยพหนีภัยตายจนหมดเผ่าพันธุ์ เนื่องจากความดุร้ายของตัวเอง ส่วนผีตองเหลืองชาแดงจะไม่มีรอยสักหรือหากมีรอยสักก็น้อย และพวกนี้ไม่มีนิสัยที่ดุร้าย จึงมีหลงเหลือมาจนถึงปัจจุบันนี้ บางตำนานเล่าว่ามละบริ แต่ก่อนเคยอยู่พื้นราบแถบเมืองหลวงพระบาง ประเทศลาว ต่อมาเมื่อถูกทางการเรียกเก็บภาษี พวกนี้ก็ไม่ให้ จึงได้หนีเข้าป่าไป จนถูกสาปแช่งขอให้เสียกตกิน ดังนั้น เมื่อพวกนี้อาศัยอยู่ในป่า จึงมีความกลัวเสียมาก ตราบจนทุกวันนี้ และอีกตำนานยังเล่าไว้อีกว่ามละบริเคยอาศัยอยู่ที่พื้นราบมาก่อน เคยอยู่ร่วมกันกับพวกขมุ มีครั้งหนึ่งพวกเขาได้ข้าวเปลือกและข้าวสารมา แต่พวกขมุได้ลักเอาข้าวเปลือกไปปลูกแล้วเกิดอกขึ้นมา ส่วนมละบริได้นำเอาข้าวสารไปปลูกและปลูกไม่ขึ้น ถูกมดแมลงกัดกินเมล็ดข้าวจนหมด จึงทำให้พวกเขาต้องหนีเข้าป่าเพื่อไปหาอาหารกิน ขุดได้เผือกบ้าง มันบ้าง ซึ่งบางชนิดก็กินได้ บางชนิดก็กินไม่ได้ กลายเป็นพิษ จนกระทั่งมละบริล้มตายลงไปเป็นจำนวนมาก กว่าครึ่งว่าชนิดไหนกินได้ ชนิดไหนกินไม่ได้ และในที่สุด พวกเขาก็ไม่ยอมออกมาจากป่าอีกเลย (หมื่นวลี, 2537)

ลูชาซ่า (2562) จากหนังสือ คนป่า เรื่องจริงชาตองเหลือง (ภาษาลาว) (The Forest People: The story of Lao's unknown tribe) เขียนไว้ว่า มีตำนานหนึ่งเล่าว่า เจ้าเมืองน่านของประเทศไทย ได้ปล่อยทาสจำนวน 200 คนเข้าป่า เมื่อนานมาแล้ว จากนั้นพวกเขาก็ดำรงชีพในป่าเรื่อยมาจนกลายเป็นมละบริในปัจจุบัน และในแต่ละปีพวกเขาต้องนำน้ำผึ้งป่า ขี้ผึ้ง และหอยมาถวายให้กับเจ้าเมืองน่านเป็นของบรรณาการหรือเป็นการจ่ายภาษี

ด้านถิ่นที่อยู่อาศัยของชนเผ่ามละบริ มีหลักฐานการค้นพบถิ่นที่อยู่อาศัยของชนเผ่ามละบริจากบันทึกการจุดธูปของพระสายกรรมฐานทางภาคอีสานพบว่ามีชนเผ่ามละบริอาศัยอยู่ในป่าลึกทางภาคอีสาน และตามเทือกเขาในประเทศลาวได้ ดังนี้

ศิษย์วัดป่า (2560) บันทึกประวัติหลวงปู่ชอบ ฐานสโม ตอนชาตองเหลือง เขียนไว้ว่า หลังจากพระคุณเจ้าหลวงปู่เสาร์ กนตสีโล ท่านพาลูกศิษย์พักภาวนาอยู่บนภูเขาควายได้ระยะหนึ่ง องค์ท่านจึงพาลูกศิษย์ลงจากภูเขาควายเพื่อออกเที่ยววิเวกไปตามสถานที่ต่าง ๆ รอบภูเขาควาย หลวงปู่เสาร์พา

ลูกศิษย์มาพักภาวนาที่ภูเขาลูกหนึ่งที่อยู่ในเขตแนวเทือกเขาเดียวกับภูเขาควาย ที่ภูเขาลูกนี้เป็นที่อาศัยของชนกลุ่มหนึ่งที่มีวิถีการดำเนินชีวิตที่ลึกลับอยู่ในประเทศลาว คนชาวลาวเรียกชนกลุ่มนี้ว่า ผีข้าต้องเหลือง ผีข้าต้องเหลืองที่อาศัยอยู่ในประเทศลาวหลวงปู่ชอบท่านว่าคือพวกเดียวกันกับ ผีตองเหลือง ในประเทศไทยที่มีถิ่นอาศัยอยู่ในเขตจังหวัดน่าน

อำพล (2560) บันทึกชีวประวัติ หลวงปู่เครื่อง ธมมจาโร วัดเทพสิงหาร ตำบลนาเยื้อง อำเภอ น้ำโสม จังหวัดอุดรธานี ตอนชีวิตวิเวก “...ในป่าเขาลาว ตอนเหนือสุดของป่าเขาแห่งเมืองเวียงจันทน์ ท่านพบผีตองเหลืองกลุ่มหนึ่งโดยบังเอิญ พวกนี้ไม่แต่งผ้า พอเห็นหลวงปู่ก็ตกใจ พวกนี้ซุบซิบอยู่พัก หนึ่งแล้วกรูเข้ามาล้อมกรอบหลวงปู่ มีไม้แหลมแทนหอกคนละด้าม ทำท่าจะพุ่งหอกแทงหลวงปู่ ต้อง ยืนนิ่ง ๆ หลับตาลงเสีย แล้วเร่งภาวนา แม่เมตตาให้พวกเขา...”

ประสูตธรรม (2554) บันทึกชีวประวัติของหลวงปู่กนิริ์ จันทิโย มีใจความตอนหนึ่งว่า ท่านนำ ลูกศิษย์ข้ามโขงขึ้นฝั่งลาว ที่เชียงคานจังหวัดเลย “...ได้เดินทางจนพบคนชาวป่าเผ่าหนึ่งเรียกว่า ข้าตองเหลือง นับว่าเป็นคนป่าที่แท้จริง เพราะว่าย่างคองนุ่มหนึบตันด้วยใบไม้อยู่ ท่านว่าตอนที่พบนั้น หญิงข้าตองเหลืองกำลังคลอดลูกพอดีที่ริมลำธาร ...กิริยาอาการมันไม่แปลกต่างจากสัตว์เลย...”

The Forest People: The story of Lao's Unknown Tribe (ลุงชาซ่า, 2562) หนังสือ เรื่อง คนป่าจากประเทศลาว ได้เขียนเรื่องราวของชนเผ่ามละบริไว้ ดังนี้

ในอดีตนั้น มีคนป่าจำนวนมากอาศัยอยู่ทางภาคเหนือของประเทศไทยและบางส่วนของ ประเทศลาว โดยเฉพาะที่แขวงไซยะบุรี และแขวงบอลิคำไซ มีคนไม่มากที่เคยพบกับคนป่า บางครั้ง เจอเพียงแวบเดียว และหายไปโดยไม่อย่างรวดเร็วจน แต่บางครั้ง มีการพบปะกับคนป่าเพียง ระยะเวลาสั้น ๆ เพียงเพื่อแลกเปลี่ยนสิ่งของแล้วคนปาก็จะหายตัวไปในป่าอย่างรวดเร็วจนถึงแม้เพียง ความลึกลับในเรื่องราวของพวกเขา พวกเขาคือใคร มาจากไหน และเกิดอะไรขึ้นกับพวกเขา มีคน เรียกชนกลุ่มนี้หลากหลายชื่อ เช่น “ผีตองเหลือง” เพราะไม่เคยมีใครพบพวกเขาด้วยตัวเองเลย พบ เพียงร่องรอยเพียงพักที่ทำจากใบไม้ที่ปล่อยทิ้งไว้ให้แห้งเป็นสีเหลืองที่พวกเขาปล่อยทิ้งไว้เท่านั้น แต่คน ป่าเหล่านั้นบอกว่าพวกเราเป็นมนุษย์ไม่ใช่ผี บางคนบอกว่าพวกเขาเรียกตัวเองว่า “ยุมบริ” ซึ่งมีความหมายว่าคนป่าในอดีตนั้น คนลาวเรียกชนกลุ่มนี้ว่า คน “บังบัด” หรือ “ด่าบัง” และบางคนยัง เรียกว่า “มละบริ” ดูเหมือนว่าชนเผ่านี้เป็นชนเผ่าที่มีภาษาพูดหลายสำเนียงและกระจายกันเป็นกลุ่ม ย่อย ๆ แยกย้ายกันอยู่ มีสมาชิกในกลุ่มระหว่าง 6-14 คน ไม่มีใครรู้แน่นอนว่าพวกเขามาจากไหน คาดว่า ชนเผ่ามละบริอาศัยอยู่ในป่าบริเวณนี้มาก่อนคนกลุ่มอื่นจะอพยพเข้ามาสร้างหมู่บ้านตั้งถิ่นฐานถาวร โดยชนเผ่ามละบริมีพฤติกรรมไม่เหมือนชนกลุ่มอื่น พวกเขาไม่เคยตั้งหมู่บ้านอาศัยอยู่ที่ใดที่หนึ่งเป็น การถาวร พวกเขาไม่ปลูกข้าว แต่ดำรงชีพพึ่งพาอาหารจากป่าเป็นหลัก และบางครั้งก็มีการติดต่อ แลกเปลี่ยนของป่าเพื่อแลกกับอาหาร มีคำตอบที่กระจ่างมากคือ พวกเขาค่อย ๆ สูญหายไปทีละ กลุ่ม ๆ และทยอยออกจากป่ามาดำรงชีวิตร่วมกับเผ่าอื่นทั้งในประเทศลาวและประเทศไทย ตัวอย่าง

ในปี ค.ศ. 2007 (พ.ศ. 2550) ได้มีคนปากกลุ่มหนึ่งได้ย้ายออกมาตั้งถิ่นฐานอยู่ในสองหมู่บ้านในเมืองคำเกิด แขวงบอลิคำไซ มละบริเป็นกลุ่มคนกลุ่มเล็ก ๆ ในชุมชน วัฒนธรรมและความเชื่อได้ถูกกลืนหายไปกลุ่มคนกลุ่มใหญ่ในที่สุด แม้กระทั่งในปัจจุบันไม่มีใครทราบจำนวนแน่นอนว่ามีประชากรมละบริในประเทศลาวอยู่จำนวนเท่าไร โดยในปี ค.ศ. 1938 (พ.ศ. 2481) คาดว่าจะมีมละบริในลาวไม่เกินหนึ่งร้อยคน ในปัจจุบันคาดว่าจะมีมละบริเพียงจำนวนเล็กน้อยที่ยังอาศัยอยู่ในประเทศลาว คาดว่าพวกเขามีการโยกย้ายถิ่นฐานระหว่างรอยต่อประเทศไทยและประเทศลาวเพื่อหาอาหารมาโดยตลอดเป็นระยะเวลานานมาแล้ว

จากข้อมูลการบันทึกในหนังสือของสยามสมาคม ซึ่งมีผู้เขียนและบันทึกไว้ในหลายเล่มหลายตอน เพื่อลำดับความเป็นไปและแสดงให้เห็นถึงความสนใจต่อสยามสมาคมที่มีต่อชนเผ่ามละบริ ซึ่งเริ่มต้นตั้งแต่ปี ค.ศ. 1919 หรือ พ.ศ. 2462 ตามลำดับ ดังนี้

Seidenfaden (1919) (พ.ศ. 2462) ได้นำเสนอบทความเรื่อง Further Notes About The Chaubun, ETC. by Major E. Seidenfaden of The Provincial Gendarmarie วารสาร The Journal of the Siam Society ปี ค.ศ. 1919 ฉบับที่ 13 เล่ม 3 บันทึกการเดินทางเดือนมีนาคม ค.ศ. 1919 การเดินทางสำรวจจังหวัดชัยภูมิ เพื่อศึกษาชาวบน ที่คนทั่วไปเรียกว่า ลัวะ กลุ่มคนที่พูดภาษา กลุ่มมอญเขมร โดยในบันทึกหน้า 49 ย่อหน้าที่ 2 เขียนไว้ว่า เมื่อไม่กี่ปีที่ผ่านมาระหว่างการสำรวจในอุดรธานี เรื่องเล่าเกี่ยวกับชนเผ่าลี้กลับปิกมี (Pigmy people) เรียกว่าบางบุตร (Bang But) ที่มีความสามารถในการล่าสัตว์ และมีพลังพิเศษในการหายตัวไปอย่างรวดเร็ว พวกนี้อาศัยอยู่ที่ภูหอ (Pu Ho) ภูฮัง (Pu Hung) เป็นภูเขาทอดยาวจาก ผังแม่น้ำโขงเขตการปกครองของฝรั่งเศสทอดยาวมาทางเหนือของอำเภอโพนพิสัย (Ampho Ponpisai) และภูกระดึง (Pu Kradung) ที่มีความสูงระดับ 6000 ฟุต เชื่อมต่อไปยังภูเวียงจังหวัดขอนแก่น แต่ในปี ค.ศ. 1919 การสำรวจครั้งนี้ ที่อำเภอภูเขียว (ผักบัง) นายพรานหลายคนได้เล่าเรื่องราวเกี่ยวกับชนเผ่าที่เรียกว่า “ชาตองเหลื่อง – Kha Dong Liang” หรือ “ชาต่าบัง – Kha Tam Bang” ที่อาศัยอยู่ในป่าใหญ่ทางทิศตะวันตกของแนวเขาภูเขียวที่แบ่งเขตทิศตะวันตกของอำเภอผักบัง (ปัจจุบันคือ ตำบลผักบัง อำเภอภูเขียว จังหวัดชัยภูมิ) กับจังหวัดเพชรบูรณ์ ได้มีบันทึกอธิบายถึงลักษณะรูปร่างพื้นฐาน การแต่งกาย และความเป็นอยู่ ดังนี้ ชนกลุ่ม(ชา) นี้มีความสูงปานกลาง มีผิวสีเข้ม ผอมยาวตรง เหมือนกลุ่มชาติพันธุ์มองโกลลอย (as that of mongoloid races) ทั้งสองเพศไม่สวมเสื้อผ้า พวกเขาไม่สร้างบ้าน แต่อาศัยอยู่ภายใต้เพิงพักที่สร้างอย่างง่าย ๆ จากใบไม้เหมือนชาวเขมร และย้ายไปเรื่อย ๆ ภายในไม่กี่วัน จึงได้ชื่อเรียกว่าชาตองเหลื่อง อาวุธของพวกเขามีอย่างเดียวคือหอกที่ทำจากไม้มีปลายแหลม พวกเขามีความเก่งกล้าสามารถล่าสัตว์และฆ่าได้ แม้กระทั่ง แรด กระซู่ วัวกระทิง กวาง และหมูป่า หรือสัตว์ป่าอย่างเนื้อสมันซึ่งเป็นสัตว์เฉพาะถิ่น พวกเขาไม่ทำการเพาะปลูก แต่อาศัยเก็บหาผลไม้ป่า อย่างเช่นกล้วยป่า ลิ้นจี่ มัน และเห็ดที่กินได้ มีความเป็นอยู่แบบดั้งเดิม สภาวะแม่ยังเด็กสูง (child

mortality) ข่าตองเหลื่องเป็นคนซื้อขาย กลัวที่จะพบปะผู้คน และคนกลุ่มอื่น ๆ แต่เมื่อพวกเขาต้องการสิ่งของเครื่องใช้ เช่น ยาสูบ เกลือ หรือแม้กระทั่งผ้าฝ้าย เขาก็จะนำสิ่งของที่เป็นที่ต้องการของคนลาว ได้แก่ นอแรด และเขากวาง ไปวางไว้ในจุดนัดหมาย เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนกัน ข่าตองเหลื่องพบในพื้นที่ ตำบลกุดโล บ้านหนองบัว บ้านบึงสิบสี่ บ้านแก่ง บ้านกุดผึ้ง บ้านผักแสง บ้านแก่งตัดไซ ในพื้นที่แนวเขาภูเขียวทั้งหมด บางครั้งยังพบชนกลุ่มนี้ที่ตำบลหนองบัวแดงอีกด้วย ซึ่งข้อมูลทั้งหมดนี้ได้จากนายพราน ข้อมูลนี้พระยาศสุนทร (Pra Yotsunthorn) ผู้ว่าราชการจังหวัดชัยภูมิในขณะนั้นได้ยืนยันว่าข้อมูลนี้เชื่อถือได้ นอกจากนี้ยังได้ข้อมูลจาก M. Petithuguepin ว่าไม่กี่ปีที่ผ่านมาในเมืองแพร่ได้ข่าวว่ามีคนป่าอาศัยอยู่ตามแนวเขาทางด้านทิศตะวันออกของเมืองแพร่เช่นกัน เชื่อว่าคนเหล่านี้มีการอยู่อาศัยตามเทือกเขารอยต่อตั้งแต่เหนือจนสุดเทือกเขาตองพญาไฟ

Kerr (1924) (พ.ศ. 2467) จากบทความเรื่อง Ethnologic Notes By Dr. A.F.G. Kerr วารสาร The Journal of the Siam Society ปี ค.ศ. 1924 เดือนสิงหาคม ฉบับที่ 18 เล่มที่ 2 หน้า 142 ตอน The Ka Tawng Luang (ข่าตองเหลื่อง) อ้างถึงฉบับที่ 8 เล่มที่ 3 (หน้า 49-51) Major Seidenfaden ได้บันทึกข้อมูลเกี่ยวกับกลุ่มชนเผ่านักล่าสัตว์ ชนเผ่าที่อาศัยอยู่ในป่า รู้จักกันในนามข่าตองเหลื่อง อาศัยอยู่ที่บริเวณภูเขียวซึ่งเป็นภูเขาทอดยาวระหว่างผกบังกับเพชรบูรณ์ ผู้เขียนยังกล่าวถึงกลุ่มข่าตองเหลื่องที่อาศัยอยู่ทางเหนือด้วย แต่จนถึงปัจจุบัน (ค.ศ. 1924) ยังไม่มีใครให้ข้อมูลเพิ่มเติม ในเดือนมีนาคมที่ผ่านมา มีคนแจ้งว่าพบข่าตองเหลื่องกลุ่มหนึ่งบริเวณบ้านศรีฐาน (Sitan) ซึ่งตั้งอยู่บริเวณตีนภูกระดึง แหล่งข้อมูลแจ้งว่าข่าตองเหลื่องอาศัยอยู่บริเวณนี้ มีคนพบร่องรอยของการอยู่อาศัย แต่ไม่พบตัว พบเพียงเพิงและร่องรอยการจุดไฟเผาอาหาร เมื่อประมาณ 10 ปีที่แล้วพบว่ามีข่าตองเหลื่องประมาณ 30 คน ปรากฏตัวที่หมู่บ้านศรีฐาน คนเหล่านี้มีร่างเปลือยเปล่า มีเพียงผ้าเล็ก ๆ ปกปิดอวัยวะเท่านั้น มีประมาณ 2-3 คน ที่สามารถสื่อสารภาษาลาวได้เล็กน้อย พวกเขาถือหอกมาด้วย นอกจากหอกแล้วไม่มีอาวุธอื่นใด หอกนี้ใช้สำหรับพุ่ง และล่าสัตว์ ซึ่งสามารถฆ่าได้แม้กระทั่งวัวกระทิง ข่าตองเหลื่องนำน้ำผึ้งมาด้วย พวกเขาต้องการนำมาแลกกับข้าวโพด ส่วนข้าวนั้นไม่ต้องการ พวกเขาต้องการที่จะย้ายจากภูกระดึงและต้องการถามทางไปภูหลวง ซึ่งตั้งอยู่ทางตะวันตกเฉียงเหนือขึ้นไปทางด่านซ้าย พวกเขาต้องการไปพบ “นาย (Nai)” ซึ่งอาศัยอยู่ใกล้ ๆ กับหลวงพระบาง ถามถึงกลุ่มผู้หญิงว่าอยู่ที่ไหน ตอบว่าพวกผู้หญิงอายุที่จะเข้ามาในหมู่บ้านเพราะไม่มีเสื้อผ้าใส่ พวกเขายังบอกอีกว่าไม่มีเด็กอ่อนเลย เมื่อแรกเกิดถูกทิ้งให้เสียชีวิตหมด ตามข้อมูล พวกผู้ชายมีรูปพรรณสัณฐานใกล้เคียงกับชาวลาว เพียงแต่มีสีผิวที่เข้มหลังโกง ผมหยิก ตั้งข้อสังเกตว่าคนกลุ่มนี้สามารถพูดภาษาลาวได้เล็กน้อยน่าจะมีความสัมพันธ์บางอย่างกับคนลาว และที่น่าสนใจคือคนเหล่านี้ไม่ต้องการข้าวเลย พวกเขาต้องการเพียงข้าวโพดอย่างเดียวเท่านั้น อีกสิ่งหนึ่งที่พวกเขาถือคือกลัวว่าคนจะมาจับเอาเด็ก ๆ ของเขาไปเป็นทาส หลังจากการพบครั้งนั้นแล้วไม่พบว่ามีข่าตองเหลื่องบริเวณภูกระดึงอีกเลย

Seidenfaden (1926) (พ.ศ. 2469) ได้เสนอบทความเรื่อง The Kha Tong Lu'Ang Compiled by Major E.Seidenfaden, M.R.A.S. วารสาร The Journal of the Siam Society ปี ค.ศ.1926 ฉบับที่ 20 เล่ม 1 ได้เขียนข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับชาตองเหลื่องจาก Mr. T. Wergeni เจ้าหน้าที่ป่าไม้ของบริษัทอีสต์เอเชียติก (The East Asiatic Company's forest staff) ประจำที่เมืองแพร่ ซึ่งเป็นที่เชื่อมั่นได้เลยว่าเป็นชาวยุโรปคนแรกที่ได้พบพวกเขา (ชาตองเหลื่อง) ในฤดูร้อนของปี ค.ศ. 1924 (พ.ศ. 2467) ที่บ้านน้ำพุ (Ban Nam Pu) ค่ายพักแรมระหว่างเส้นทางแพร่-น่าน ประมาณกิโลเมตรที่ 50 ทางทิศตะวันตกเฉียงเหนือของเมือง Mr.T. Wergeni ได้ให้รายละเอียดลักษณะทางกายภาพเพิ่มเติมว่าคนกลุ่มนี้มีนิสัยขี้อายและหวาดกลัวชาวบ้านมาก คนในพื้นที่จังหวัดน่านเรียกเขาว่าชาตองเหลื่อง หรือ ผีตองเหลื่อง ซึ่งเป็นการเรียกชื่อตามลักษณะที่พบเห็น พวกเขามีกล้ามเนื้อขาที่แข็งแรงมาก ส่วนบนลำตัวจะเล็ก (เป็นเหตุผลจากการพัฒนาของร่างกายเพื่อให้เหมาะกับการปีนป่ายภูเขา) ใบหน้าของพวกเขาทำให้นึกถึงชาวแลปป์ (Lapps) ที่อาศัยอยู่ทางเหนือของประเทศสวีเดน พวกเขามีใบหน้าทรงกลม จมูกแบนรูจมูกกว้าง ปากใหญ่แต่มีริมฝีปากบางริมฝีปากส่วนบนสั้น คางสั้น ไม่มีขนตามลำตัว ผมเหยียดตรงแบบชาวมองโกเลีย มีสีดำเข้ม ผมดูแข็งกระด้าง และมีผุนเกาะ ผู้ชายมีผมยาวประบ่า ส่วนผู้หญิงมีผมยาวถึงเอว มีตาเล็กสีน้ำตาล ผิวขาว ไม่สวมใส่เครื่องประดับใด ๆ นอกจาก การเจาะหู ขยายด้วยไม้ไผ่จนรูที่เจาะกว้าง ยาวลงถึงหัวไหล่ มีการสักตามตัวแบบชาวลาวบ้าง การสักตามตัวนี้เชื่อว่าการได้รับการสอนจากชาวลาวที่อาศัยอยู่ที่วัดบ้านไซเบา (Ban Sai Bao) อำเภอร่องขวางจังหวัดแพร่ พวกเขามีฟันที่แข็งแรง พวกเขาอาศัยอยู่ตามเทือกเขาทางเหนือของจังหวัดแพร่ ระหว่างแม่ยมและแม่่าน อำเภอมะทะ ไปทางทิศตะวันตกเฉียงเหนือของจังหวัดแพร่ และยังพบที่บริเวณลำน้ำว่า รอยต่อระหว่างน่านและจังหวัดหลวงพระบางของลาว นอกจากนี้ยังพบได้ที่บริเวณภูสามเสา บ้านน้ำพุ ผู้เขียนยังรู้สึกได้ว่าชนกลุ่มนี้มีความประหลาดและได้รับการพัฒนาน้อยมาก ชาวลาวเรียกพวกเขาว่าผีตองเหลื่องตามบริบทการพบเห็นและการหลบหายตัวไปอย่างรวดเร็ว ซึ่งเราพยายามถามถึงชื่อชนเผ่าที่แท้จริงแต่เป็นเรื่องยากในการสื่อสาร เมื่อเราถามพวกเขาจะพยายามตอบด้วยภาษาลาวและพูดว่า “คนป่า” คนที่พึ่งพาอาศัยอยู่กับป่า พวกเขาค่อนข้างขี้อายและหวาดกลัวต่อการพบกับคนแปลกหน้า เนื่องจากในอดีตนั้นพวกเขาได้รับการทารุณจากชาวลาวผู้ซึ่งเคยไล่ล่าและเข่นฆ่าพวกเขาเหมือนอย่างสัตว์ป่า โดยชนเผ่านี้ แยกกันอยู่เป็นกลุ่มย่อย ๆ ไม่สร้างที่พักอาศัยถาวร จัดอยู่ในกลุ่มเร่ร่อนเก็บของป่าล่าสัตว์ พวกเขาไม่มีเครื่องประดับหรือทรัพย์สินสมบัติใด ๆ หรือแม้แต่ภาชนะเครื่องครัวสำหรับการประกอบอาหารเลย และไม่พบได้บ่อยนัก เมื่อพวกเขาได้เข้ามาพวกเขาจะหุง (หลาม) ข้าวด้วยกระบอกลูไม้ไผ่ ซึ่งตัดได้จากป่า ไม่ว่าจะเป็นน้ำหรือน้ำผึ้งสำหรับเด็ก ๆ พวกเขาก็ใช้กระบอกลูไม้ไผ่ในการบรรจุและจัดเก็บ ด้วยเช่นกัน พวกเขากินอาหารทุกอย่างที่หาได้จากในป่า ได้แก่ หนู งู หนองแมลง และหนองไม้ไผ่ ยอดไม้อ่อนและหน่อไม้ เป็นเมนูอาหารหลักของพวกเขา การกินอาหารของพวกเขาใช้วิธีการกินแบบดั้งเดิมด้วย

ท่าทางที่มึนมนาน่าสะอิดสะเอียน ไม่รู้วิธีการใช้อุปกรณ์ในการช่วยเซ่น ซ้อน ซ้อนซ่อม จาน หรือ แม้แต่ตะเกียบ เมื่อพวกเขาล่าสัตว์มาได้ เขาจะโยนลงไปกองไฟ ไม่แม้กระทั่งถอนขนหรือลอกหนัง ทำความสะอาด เครื่องในต่าง ๆ ก็ไม่เอาออก เมื่อเนื้อสัตว์เริ่มสุก พวกเขาจะฉีกด้วยนิ้วมือ และเริ่มลงมือกิน อาหารหลักของพวกเขาจึงประกอบไปด้วยสัตว์ป่าต่าง ๆ ที่สามารถล่าหามาได้ มัน และรากไม้ ที่กินได้ รวมถึงน้ำผึ้งด้วย พวกเขาไม่เคี้ยวหมาก แต่บางครั้งก็สูบบุหรี่จากใบยาสูบ และพวกเขาไม่รู้วิธีการสูบบุหรี่

เมื่อพวกเขาออกล่าสัตว์พวกเขาจะไม่ใช้หามา ใช้เพียงอาวุธ ซึ่งเป็นไม้กระบอกยาว ๆ สวมด้วย เหล็กแหลมซึ่งได้มาจากคนลาวและขมุ แต่บางคนก็เรียนรู้วิธีการตีมีดด้วย ทำหอกด้วยไม้เนื้อแข็งที่ขึ้น บนยอดเขา ด้ามหอกมีความยาวประมาณ 11 ฟุต ส่วนหัวหอกมีความยาวประมาณ 11 นิ้ว ส่วนไม้ หลาวจะเหลาให้ปลายแหลมและอาบด้วยยาพิษที่ทำจากยางไม้ ซึ่งมีพิษร้ายแรงสามารถล้มได้ แม้กระทั่งช้าง หรือ แรด ในเวลาที่รวดเร็ว เมื่อล่าสัตว์ได้แล้วพวกเขาจะตัดเนื้อส่วนที่โดนยาพิษออก ทิ้งไป และพวกเขาไม่ผ่าทางเพาะปลูกหรือแม้แต่ทำสวนก็ไม่รู้วิธีทำ พวกเขาไม่ทำเพราะเชื่อว่าผีผี ทำให้ผีโกรธและกลัวว่าจะถูกผีทำโทษ สิ่งเดียวที่พวกเขาทำได้ในเชิงพาณิชย์ คือ การแลกเปลี่ยน พวกเขาไม่รู้จักรักการใช้จ่าย หรือมูลค่าของเงิน พวกเขาจะแลกเปลี่ยนสิ่งของกับคนลาวหรือคนขมุ ที่เขาเชื่อใจเท่านั้น พวกเขามีการร้องเพลงด้วยท่วงทำนองง่าย ๆ ระวังโมโนโทนคล้าย ๆ เพลงของชาว ขมุ พวกเขาไม่มียารักษาโรค เพื่อที่จะรักษาคนป่วยนั้นเขาจะใช้วิธีการอธิษฐานบนบานต่อผีและหมอผี พิธีกรรมคล้าย ๆ การเข้าผีของคนลาว

ในด้านศาสนาและความเชื่อมีข้อมูลน้อยมากเกี่ยวกับความเชื่อและศาสนาของชาวมละบริ พวกเขาเชื่อในเรื่องภูตผี เคารพในธรรมชาติ เชื่อว่าทุกที่มีผีคุ้มครองอยู่ทั้งในป่า ภูเขา และเนินเขา หิน แม่น้ำลำธาร และแม้แต่ต้นไม้ การทำพิธีกรรมบวงสรวงต่อผีเหล่านี้พวกเขาจะใช้หมูในการประกอบ พิธีกรรม ระหว่างการประกอบพิธีกรรมนั้นพวกเขาจะสวดมนต์ด้วยบทสวดพิเศษเฉพาะสำหรับการ ประกอบพิธีกรรมเท่านั้น หากมีสมาชิกในกลุ่มเสียชีวิต พวกเขาจะนำศพไปฝังในหลุมลึก เพื่อ ป้องกันเสือและสัตว์ป่า ชุกตะกุกศพขึ้นมากิน มีความเชื่อว่าถ้าเป็นलगร้ายหากศพถูกเสือนำขึ้นมากิน ดวงวิญญาณของผู้ตายจะกลายเป็นปีศาจมาหลอกหลอนผู้คนและทำให้พวกเขาต้องประสบเหตุ ภัยร้ายและโชคร้าย

สำหรับด้านภาษาไม่พบว่าชาวมละบริมีภาษาเขียน แต่พวกเขาสามารถสื่อสารกับคนลาวและ คนขมุ ด้วยคำศัพท์ที่ใช้สำหรับการแลกเปลี่ยนสิ่งของเท่านั้น

เมื่อนำมาวิเคราะห์ร่วมกับข้อมูลที่ได้เพิ่มเติมจากการสัมภาษณ์ Mr.Wergeni ทำให้ค่อนข้าง แน่ใจว่าผีตองเหลืองเป็นกลุ่มชนดั้งเดิมที่เป็นต้นตระกูลแรก ๆ ของชาติพันธุ์มอญเขมร และเป็น เหตุผลรองรับเช่นเดียวกันกับชาตองเหลืองที่ Dr.Kerr และมีรายงานว่า พวกเขาจะเดินทางเร่ร่อนไป

ในป่าตามแนวเทือกเขาทอดยาวที่แบ่งน้ำป่าสักระหว่างอุดรธานี และนครราชสีมา และหวังว่าจะได้คำตอบที่ชัดเจนในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับข้อมูลในเชิงลึกที่เชื่อว่าจะนำไปสู่ต้นกำเนิดของมนุษย์

Bourke-Borrowe (1926) (พ.ศ. 2469) ได้เสนอบทความเรื่อง Further note on the Phi Tong Lu'ang วารสาร The Journal of the Siam Society ปี ค.ศ. 1926 มีข้อมูลเพิ่มเติมฉบับที่ 20 เล่มที่ 2 โดย Mr.D.Bourke-Borrowe, L.F.S. จากการบันทึกของคุณวิลาส วานาวิตยา (Wilas Wanawitaya) จาก Siames Forest Service เดือนพฤษภาคม ปี ค.ศ.1925 (พ.ศ. 2468) ระบุว่า เมื่อวันที่ 22 เดือนพฤษภาคม ค.ศ. 1925 ในระหว่างเส้นทางเดินระหว่างบ้านเด่นเหล็ก (Ban Den Lek) กับบ้านเสี้ยว (Ban Siew) Amphur Saantaw, จังหวัดอุดรดิษฐ์ พบคนป่า 6-7 คน ซึ่งคนในพื้นที่ถิ่นเรียกว่า “ผีตองเหลือง” จากการสอบถามได้ความว่าพวกเขาเข้าไปในหมู่บ้านเพื่อขอไม้ขีดไฟและผ้าเก่า ๆ พวกเขาไม่รู้จักการใช้เงินเพื่อซื้อสิ่งของ พวกเขากินมันป่า และสัตว์ป่าเป็นอาหาร โดยใช้ลำไม้ไผ่เป็นภาชนะในการประกอบอาหาร

Wanadorn (1926) (พ.ศ. 2469) ได้นำเสนอบทความเรื่อง Some information concerning the “Phi Tawng Luang” obtained from a few residents of a village in the Nam Wa district, east of Nan. วารสาร The Journal of the Siam Society ปี ค.ศ. 1926 ฉบับที่ 20 เล่มที่ 2 หน้า 171 มีข้อมูลเกี่ยวกับผีตองเหลือง จากผู้ที่อยู่อาศัยในหมู่บ้าน บริเวณอำเภอโนนหว่า ด้านทิศตะวันออกของจังหวัดน่าน โดย Phra Winit Wanadorn. สรุปสาระสำคัญ ดังนี้

1. ผีตองเหลืองเป็นชนเผ่าเร่ร่อน มีลักษณะคล้ายคนขมุมีภาษาพูดคล้าย ๆ สำเนียงคล้าย ๆ ภาษาขมุหรือเขมร บางคนสามารถสื่อสารเป็นภาษาลาวได้ ทั้งหญิงชายปล่อยผมยาวรุงรัง เวลาเข้ามาทำธุระในหมู่บ้านพวกเขาจะสวมใส่ผ้าแบบชาวลาว เวลาอยู่ในป่าพวกเขาจะสวมใส่เพียงผ้าเตี่ยวปิดส่วนล่างด้านหน้าหนึ่งชิ้นด้านหลังหนึ่งชิ้น ผ้าที่เขาใส่นี้ได้จากการทุบเอาเส้นใยของยางน่อง (antiaris toxicaria) โดยการทุบให้เป็นแผ่นใช้สำหรับปูเป็นเสื่อและใช้เป็นผ้าห่ม

2. คนเหล่านี้จะเข้ามาในหมู่บ้านที่อยู่ติดกับชายป่าปีละ 1-2 ครั้งเพื่อแลกเปลี่ยนสิ่งของที่พวกเขาเก็บได้จากในป่าเช่น หนังสัตว์ (hides) เขาสัตว์ (horns) น้ำผึ้งและขี้ผึ้ง เพื่อแลกกับมีด หัวหอก ไม้ขีดไฟ หรือหินเหล็กไฟ ข้าว และของอย่างอื่น เช่น ยาสูบ หมาก พลุ พวกผู้หญิงจะไม่ค่อยปรากฏตัวบ่อยนักแม้กระทั่งการเข้ามาเพื่อแลกเปลี่ยนข้าวของผู้หญิงก็จะซ่อนตัวอยู่ห่าง ๆ ไม่ให้คนเห็น

3. ที่พักอาศัยพวกเขาสร้างจากไม้ไผ่และกิ่งไม้อย่างง่าย ๆ ปกด้วยใบไม้พอเข้าไปนั่งพักได้เท่านั้น มีลักษณะเป็นเพิงหมาแหงนด้านสูงส่วนด้านหลังจะต่ำจรดพื้น มีการปูพื้นด้วยฟาก (ไม้ไผ่สับแผ่นเป็นแผ่น) รองเป็นที่นอน ทุกคนนอนรวมกันภายใต้เพิงพักนี้ การตั้งที่พักอาศัยนี้ไม่มีกำหนดแน่นอนขึ้นอยู่กับความสมบูรณ์ของอาหารในพื้นที่และการรบกวนจากสัตว์ร้ายหรือคนภายนอก พวกเขาจะหนีหายจากไป

4. อาหารการกิน พวกเขากินสัตว์ป่า และพืชผักที่หาได้จากในป่า น้ำหวานจากน้ำผึ้งป่า เนื้อสัตว์กินตั้งแต่หนูตัวเล็ก ๆ ไปจนถึงกวางป่าและควายป่า หรือแม้กระทั่งช้าง ถ้าจำเป็น การกินเนื้อคนไม่ทราบข้อมูล อาหารประเภทพืชผักมีดังนี้ กลอย (*Dioscorea hispida*) และรากไม้อื่น ๆ ที่กินได้ หัวมันต่าง ๆ (tubers) พืชสมุนไพรและผลไม้ป่า รวมถึงมะขมซึ่งออกผลในฤดูฝน ซึ่งมะขมเมื่อนำมาคั่วจะมีรสชาติหวานขม และอาหารพิสดารอีกชนิดหนึ่งคือไม้หมักกับน้ำผึ้ง (rotten wood mixed with honey)

5. พวกเขาใช้มีดและหอกในการล่าสัตว์หรือหาอาหาร หอกจะอาบด้วยยาพิษใช้ล่าสัตว์ ส่วนมีด หรือเสียมใช้ในการขุดหัวมันหรือขุดหาสัตว์ที่อาศัยอยู่ใต้ดิน

6. การใช้ยาพิษอาบที่หอกนั้นมีความน่าสนใจแต่ไม่ทราบแน่ชัดว่าเป็นพืชชนิดใด

7. การใช้หมาล่าสัตว์ไม่ทราบข้อมูลแน่ชัด บ้างพูดว่ามี บ้างพูดว่าไม่มี สันนิษฐานว่าแล้วแต่บริบทของแต่ละกลุ่ม

8. คนกลุ่มนี้มีความชำนาญในการใช้หอกและมีความแม่นยำสูงมากแม้กระทั่งใบไม้เล็ก ๆ ที่ตั้งห่างออกไปสามถึงสี่วา

9. พวกเขาไม่มีทรัพย์สินสมบัติใด ๆ เวลาเคลื่อนย้ายที่พักอาศัย พวกเขาจะนำสิ่งของใส่ตะกร้าแบกเหมือนการแบกข้าวของพวกแมว เหย้า หรือกะเทรียง พวกเขาไม่มีหม้อในการหุงต้มอาหาร อาหารทุกชนิดใช้ไม้ไผ่เป็นอุปกรณ์ในการประกอบอาหาร

10. การเลือกคู่ของพวกเขาไม่มีพิธีกรรมใด ๆ ถ้าพวกเขาพอใจก็จะอยู่กินด้วยกันเลย

11. เมื่อมีคนในกลุ่มเสียชีวิต บางคนก็บอกว่าขุดหลุมฝัง บางคนก็บอกว่านำศพไปแขวนไว้บนต้นไม้สูง เพื่อป้องกันไม่ให้เสือมากินซากศพเหล่านั้น เพราะจะทำให้เสือติดใจและมาฆ่าคนเพื่อเป็นอาหาร

ข้อมูลทั้งหมดนี้อาจจะมีความแตกต่างจากข้อมูลอื่น ๆ ซึ่งแต่ละกลุ่มจะมีการดำรงชีวิตแตกต่างกันไปตามบริบทในแต่ละพื้นที่

Kraisri and Hartland-Swann (1962) (พ.ศ. 2505) ได้เสนอบทความเรื่อง Expedition to The 'Khon Pa' (Or Phi Tong Luang) วารสาร The Journal of the Siam Society ฉบับที่ 50 เดือนธันวาคม ค.ศ. 1962 มีข้อมูลเพิ่มเติมของคนป่าหรือผีตองเหลือง โดย ไกรศรี นิมมานเหมินทร์ และ Julian Hartland-Swann วันที่ 5 สิงหาคม ค.ศ. 1962 จากการเข้าสำรวจพื้นที่ครั้งแรกของ ไกรศรี และทีมงาน เข้าพื้นที่เขตบ้านสา (Sa valley) ระยะทางประมาณ 30 ไมล์ทางตะวันตกของจังหวัดน่าน ส่วน Bernatzik เข้าพื้นที่หุบเขาวัว (Wa valley) 20 ไมล์ทางทิศตะวันออกของจังหวัดน่าน ไกรศรีมีความเห็นต่างจากข้อมูลของ Bernatzik และได้ตั้งข้อสังเกตไว้ 3 ข้อ ดังนี้

1. คนที่เราพบนั้นเป็นผีตองเหลืองจริงหรือไม่

2. พวกเขามีความสัมพันธ์อย่างไรกับผีตองเหลืองกลุ่มอื่น

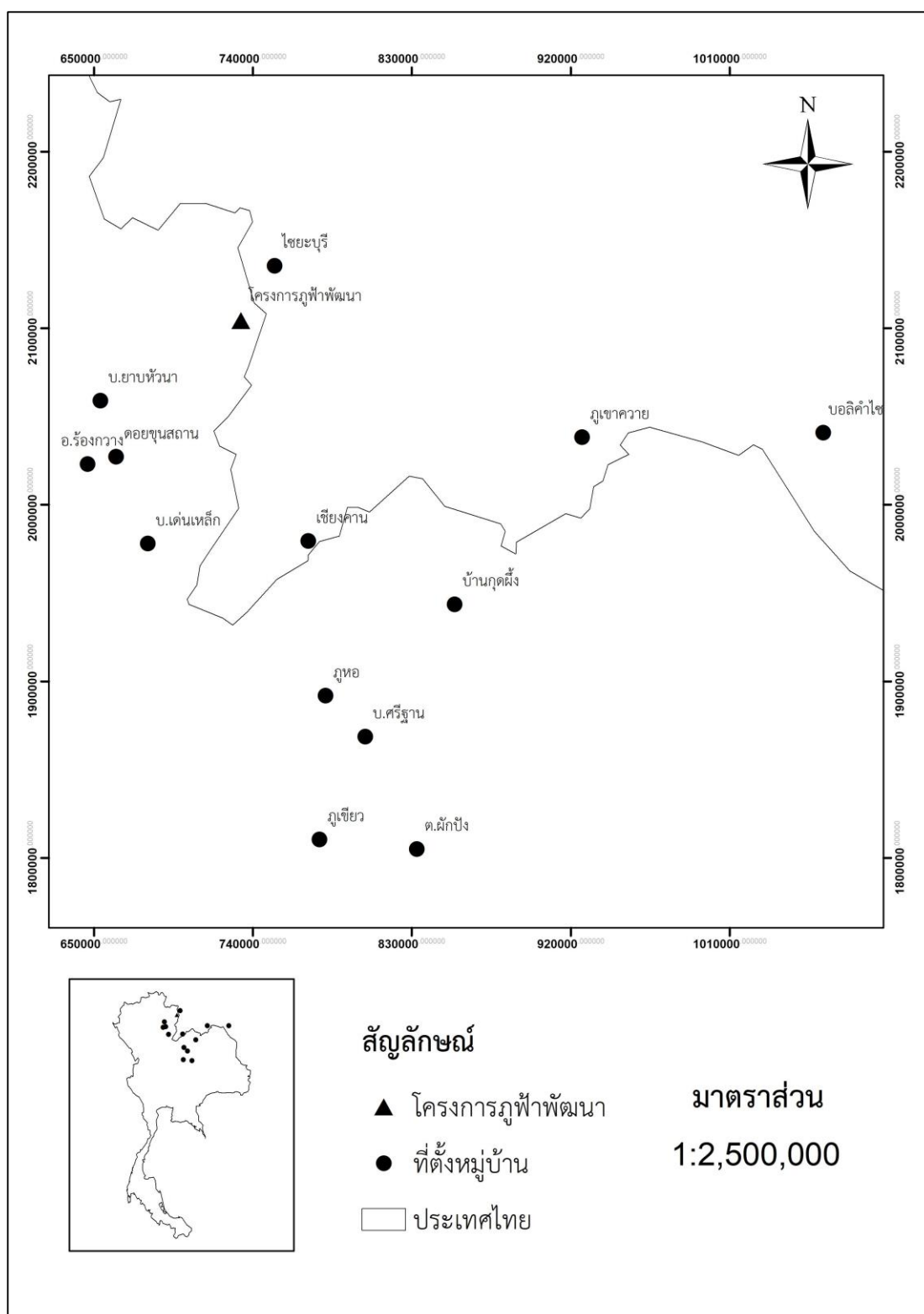
3. คำเรียกชื่อเผ่าจริง ๆ ของพวกเขาว่าอย่างไร

คำไทยเรียกพวกเขาว่า ผีตองเหลือง คำลาวเรียกพวกเขาว่าข้าตองเหลือง ส่วนคนในพื้นที่จังหวัดน่านเรียกพวกเขาว่าผีป่า ซึ่งยังไม่เคยได้ยินใครเรียกชนเผ่านี้ตามที่ Bernatzik เรียกพวกเขาว่า ยุมบริ (Yumbri) ส่วนกลุ่มของพวกเราเรียกชนกลุ่มนี้ว่าคนป่า แทนคำที่คนไทยทั่วไปใช้ในเชิงเหยียดว่าผีตองเหลือง พวกเราจึงขอให้ใช้ชื่อเรียก “คนป่า” แทนคำว่าผีตองเหลือง สำหรับกลุ่มที่พวกเราพบกินอาหารหลักที่มีลักษณะคล้ายถั่ว (Nut) เรียกว่า หมากหอม (*Pittosporopsis Kerrii* Craib) ออกผลระหว่างเดือนกรกฎาคม ถึง เดือนกันยายน เสริมด้วยมะม่วงป่า มันป่าชนิดต่าง ๆ ผลไม้ น้ำผึ้งป่า ตัวเม่น อัน และงู บางครั้งพวกเขาใช้สุนัขในการช่วยล่าสัตว์ใหญ่ เช่น เก้ง หมูป่า และแม้กระทั่งหมี พวกเขาไม่รู้วิธีวางกับดักและไม่เคยใช้กับดักเลย อาหารจะหากินวันต่อวัน ไม่มีการกักเก็บอาหารไว้ พวกเขาจะไม่เพาะปลูกใด ๆ ทั้งสิ้น คนป่ากลุ่มนี้มีประวัติศาสตร์การอยู่อาศัยในบริเวณนี้เป็นเวลายาวนาน เริ่มมีการสร้างที่อยู่อาศัยถ้ำถาวร บริเวณหุบเขาสา (Sa valley) มากกว่า 30 ปี พวกเขาสามารถพูดภาษาขมุ ภาษาไทลื้อ ภาษาไทยวน (คำเมือง) ได้ เนื่องจากบริเวณที่พวกเขาอยู่มีหมู่บ้านคนไทยวนและไทลื้ออพยพมาจากสิบสองปันนามาตั้งหมู่บ้าน และมีความสามารถร้องเพลงขอแบบเชียงใหม่โบราณซึ่งมีอายุกว่าสี่ร้อยปีได้เป็นอย่างดี ทำให้คณะมีความสงสัยถึงที่มาของความสามารถในการจ้อยขอ โบราณนี้

Kraisri and Swann (1962) (พ.ศ. 2506) ได้เสนอบทความเรื่อง The Mrabri Language วารสาร The Journal of the Siam Society ฉบับที่ 51 ตอนที่ 2 งานวิจัยฉบับเต็มเรื่อง The Mrabri Studies in The Field วันที่ 21 มกราคม ค.ศ. 1963 โดยสถาบันวิจัยสยามสมาคม เพื่อหาความกระจ่างเกี่ยวคนป่า เป็นงานรวบรวมปรับปรุงข้อมูลจากบทความใน The Journal of the Siam Society ในบทความเรื่องภาษามละบริ มีนักวิจัยหลักคือ คุณไกรศรี นิมานเหมินทร์ (Mr. Kraisri Nimannahaeminda) และคณะ ได้ทำการศึกษาวิจัยที่ ดอยขุนสถาน หมู่ 11 ตำบลสันตะอำเภอนาน้อย จังหวัดน่าน ซึ่งเป็นหมู่บ้านหลักมีประชากรเป็นชาวม้ง เป็นการติดตามกลุ่มคนป่าที่เคยทำการสัมภาษณ์ในปี วันที่ 5 สิงหาคม ค.ศ. 1962 ในครั้งนี้คุณไกรศรีศึกษาด้านภาษาและวิถีชีวิตทั่วไป ได้ค้นพบคำเรียกตัวเองของคนป่ากลุ่มนี้ว่า มละบริ (Mrabri) ตามคำเรียกในภาษาของพวกเขา มรา หรือมละ แปลว่า คน บริ แปลว่า ป่า มีความหมายว่าคนที่พึ่งพาอาศัยอยู่ในป่า ชาวม้งเรียกว่า มังกู (Mangku) ส่วนคำว่า ยุมบริ (Yumbri) ตามคำเรียกของ Bernatzik พวกเขาไม่รู้จัก งานวิจัยครั้งนี้จึงใช้คำแรกแทนชนเผ่าว่า มละบริ การสำรวจครั้งนี้เน้นที่ภาษามละบริและกลุ่มเลือดของมละบริ ส่วนการจัดการด้านอาหารยังพบว่ามละบริยังคงไม่ใช้ภาชนะใด ๆ สำหรับการประกอบอาหาร คงใช้กระบอกไม้ไผ่ในการประกอบอาหาร การหาอาหารยังคงพึ่งพาอาศัยอยู่กับป่าดั้งเดิม ข้าวไม่ใช่อาหารหลักของมละบริทั้งข้าวเจ้าและข้าวเหนียว มีข้อมูลเพิ่มเติม คือ มละบริจะจับปลาจากลำน้ำ และมีความใกล้ชิดกับชาวม้ง มีการแลกเปลี่ยนสิ่งของกับชาวม้ง ไม่ว่าจะเป็นหมูที่จะนำมาประกอบ

พิธีกรรม น้ำผึ้งของชาวมละบริมีชื่อเสียงเป็นที่ต้องการของชาวบ้าน พบว่ามีการใช้เกลือในการปรุงอาหารซึ่งคาดว่าได้จากชาวม้ง ส่วนน้ำดื่มชาวมละบริใช้น้ำจากลำธารในการดื่มกิน มละบริรู้จักการดื่มเหล้าต้มที่ได้รับจากชาวม้ง แต่พวกเขาปฏิเสธที่จะสูบบุหรี่ เพราะเชื่อว่าการสูบบุหรี่จะทำให้พวกเขาตาย แต่ยังคงสูบบุหรี่จากกล้องยาสูบที่ตัวเอง และยังพบว่ามีการมวนยาสูบด้วยใบไม้สูบเองด้วย ยาสูบยังได้จากการนำสิ่งของไปแลกเช่นเดิม มีวัฒนธรรมการแบ่งปันอาหาร มละบริจะแบ่งอาหารให้กันเท่า ๆ กันทุกคน มละบริผู้ชายจะถนัดในการล่าสัตว์และทำอาหารจากกระบอกไม้ไผ่ งานวิจัยครั้งนี้เน้นไปที่การหาข้อมูลด้านภาษามละบริเทียบกับข้อมูลมละบริของ Bernatzik ในความเหมือนและความต่างด้านภาษาซึ่งสรุปได้ว่า ภาษาของทั้งสองกลุ่มมีความเหมือนกัน และความใกล้เคียงกับภาษามอญเขมร จึงสรุปว่ามละบริเป็นชนเผ่าที่ใช้ภาษากลุ่มมอญเขมร

Flatz (1963) หรือ พ.ศ. 2506) ได้เสนอบทความเรื่อง The Mrabri: Anthropometric, Genetic, and Medical Examinations วารสาร The Journal of the Siam Society ฉบับที่ 51 ตอนที่ 2 งานวิจัยฉบับเต็มเรื่อง The Mrabri Studies in The Field วันที่ 21 มกราคม ค.ศ. 1963 ข้อมูลจากสถาบันวิจัยสยามสมาคม เขียนโดย Gebhard Flatz หรือ Dr.G.Flatz M.D. 1 จาก German National Research Council ได้ทำวิจัยด้านสรีระและกลุ่มเลือด เพื่อค้นหาคำตอบจากเรื่องเล่าที่เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตอย่างกะทันหัน ตำนานการปลดปล่อยทาสของเจ้าผู้ปกครองเมืองน่าน และการถูกมองว่าเป็นกลุ่มคนประเภทเดียวกับ กลุ่มคนดำ (negritos) ผลการวิจัยโดยสรุปจากสรีระและกลุ่มเลือดพบว่ามละบริมีกลุ่มเลือด A และรูปพรรณสัณฐานเข้ากลุ่มกระกูลมองโกลอยด์ ซึ่งผนวกผลพิสูจน์ด้านภาษามาเทียบเพื่อยืนยันว่าเป็นภาษาในกลุ่มออสโตรเอเชียติก มอญเขมรแล้วจึงถือได้ว่ามละบริเป็นคนดั้งเดิมที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ทางเอเชียตะวันออกเฉียงใต้มาว่า 2000 ปี (ภาพที่ 1) แสดงการกระจายตัวของชนเผ่ามละบริในระหว่างปี.ศ. 2462 - 2561



ภาพที่ 1 แสดงการกระจายตัวของชนเผ่ามละบระหว่างปี พ.ศ. 2462-2561

ที่มา: Flatz (1963)

มีบันทึกการปรากฏตัวของมละบริ จากวารสารสยามสมาคม ระหว่างปี ค.ศ. 1919-1963 หรือระหว่างปี พ.ศ. 2462- 2506 สรุปได้ดังนี้ (ตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 ลำดับการปรากฏตัวของมละบริระหว่างปี ค.ศ. 1919-1963 (พ.ศ. 2462- 2506)

ปี ค.ศ.	สถานที่	ผู้ให้ข้อมูล	ผู้บันทึก
1919	ภูกระดึง จังหวัดเลย, ตำบลฝักบัว อำเภอภูเขียว จังหวัดชัยภูมิ, ตำบลกุด โล บ้านหนองบัว บ้านบึงสับสี่ บ้านแก่ง บ้านกุดผึ้ง บ้านฝักแสง บ้านแก่งดัดไซ	นายพราน, พระยาศสุนทร (Pra Yotsunthorn) ผู้ว่า ราชการจังหวัดชัยภูมิ	E. Seidenfaden
1924	บ้านศรีฐาน ภูกระดึง จังหวัดเลย	ไม่ระบุ	Kerr
1926	บ้านน้ำพุ (Ban Nam Pu) ค่ายพักแรม ระหว่างเส้นทางแพร่-น่าน ประมาณ กิโลเมตรที่ 50, ถ้ำน้ำว่า รอยต่อ ระหว่างน่านและจังหวัดหลวงพระบาง ของลาว	Mr. T. Wergeni เจ้าหน้าที่ ป่าไม้ของบริษัทอีสต์เอเชีย ติก (The East Asiatic Company's forest staff) ประจำที่เมืองแพร่	E. Seidenfaden
1926	เส้นทางเดินระหว่างบ้านเด่นเหล็ก (Ban Den Lek) กับบ้านเสี้ยว (Ban Siew) Amphur Saantaw, จังหวัด อุดรธานี	คุณวิลาส วานาวิทยา (Wilas Wanawitaya) จาก Siames Forest Service	Bourke-Borrowe
1926	บริเวณอำเภอน้ำหนาว ด้านทิศ ตะวันออกของจังหวัดน่าน	Phra Winit Wanadorn	Wanadorn
1939 - 1945	สงครามโลกครั้งที่ 2		
1962	บ้านสา (Sa valley) ระยะทาง ประมาณ 30 ไมล์ทางตะวันตกของ จังหวัดน่าน	นายไกรศรี นิมนานเหมินทร์ และ Julian Hartland- Swann	Kraisri and Swann
1963	ดอยขุนสถาน หมู่ 11 ตำบลสันทะ อำเภอนาน้อย จังหวัด น่าน	นายไกรศรี นิมนานเหมินทร์ , Dr.G.Flatz	นายไกรศรี นิมน เหมินทร์, Dr. G. Flatz

ที่มา: Flatz (1963)

นอกจากนี้ จากการศึกษาโดยการ สัมภาษณ์กลุ่มผู้อาวุโสมะละबरบ้านห้วยหยวกประกอบด้วย นายศรี หิรัญศิริ, นายปา คนธพฤษ และนายพัต สุขนศิริ เมื่อวันที่ 16 กรกฎาคม พ.ศ. 2561 ที่บ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน ในการสัมภาษณ์ครั้งนั้นนายศรี เล่าว่าตัวเขาเองเกิดในป่าบริเวณดอยภูเค็ง บ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน จากคำบอกเล่าของพ่อแม่ของนายศรี เชื่อว่าบรรพบุรุษของพวกเขาอยู่อาศัยในป่าบริเวณนี้มาก่อนไม่ได้ย้ายมาจากที่ใด แต่มีวิถีชีวิตโดยการพึ่งพาอาศัยหาของป่ากิน มีการโยกย้ายที่อยู่ตามแหล่งอาหารไปเรื่อย ๆ ตามแนวเขาดอยภูเค็ง จนในที่สุดมะละบรีมีการรวมตัวกันที่ดอยขุนสถาน และมีการแยกย้ายกันไปจนมีการอพยพโยกย้ายมาตั้งถิ่นฐานถาวรที่บ้านห้วยหยวกในปัจจุบันนี้ (ศรี หิรัญศิริ, สัมภาษณ์, 16 กรกฎาคม 2561)

การสัมภาษณ์แกนนำเยาวชนมะละบรี เมื่อวันที่ 21 กันยายน พ.ศ. 2561 นางสาวธัญวาทนาไพโร ซึ่งปัจจุบันย้ายถิ่นฐานไปตั้งชุมชนที่ศูนย์ภูฟ้าพัฒนา ได้ให้ข้อมูลด้านประวัติศาสตร์ของมะละบรีจากคำบอกเล่าของบรรพบุรุษคนเฒ่าคนแก่ จากคำบอกเล่าของบรรพบุรุษ เล่าว่ามะละบรีอพยพเดินทางไปเรื่อย ๆ บางกลุ่มไปเจอทุ่งกว้างมีแต่ทรายแห้งแล้ง บางกลุ่มไปถึงทะเลที่มีน้ำกว้างใหญ่ บางกลุ่มไปพบคนป่ามีผมหยิก กินมันล่าสัตว์เป็นอาหารเหมือนกันกับมะละบรีแต่สื่อสารกันคนละภาษาไม่สามารถสื่อสารกันได้ จนในที่สุดมะละบรีได้มารวมตัวกันอีกครั้งที่ดอยขุนสถาน เนื่องจากการรวมตัวกันครั้งนั้นมีประชากรมะละบรีเป็นจำนวนมาก มีความแออัด และอาหารไม่เพียงพอ จึงได้แบ่งกันเป็นกลุ่มย่อย ๆ ออกท่องป่าเป็นกลุ่ม ๆ โดยแยกย้ายกันไปตามบริเวณพื้นที่จุดต่าง ๆ ดังนี้

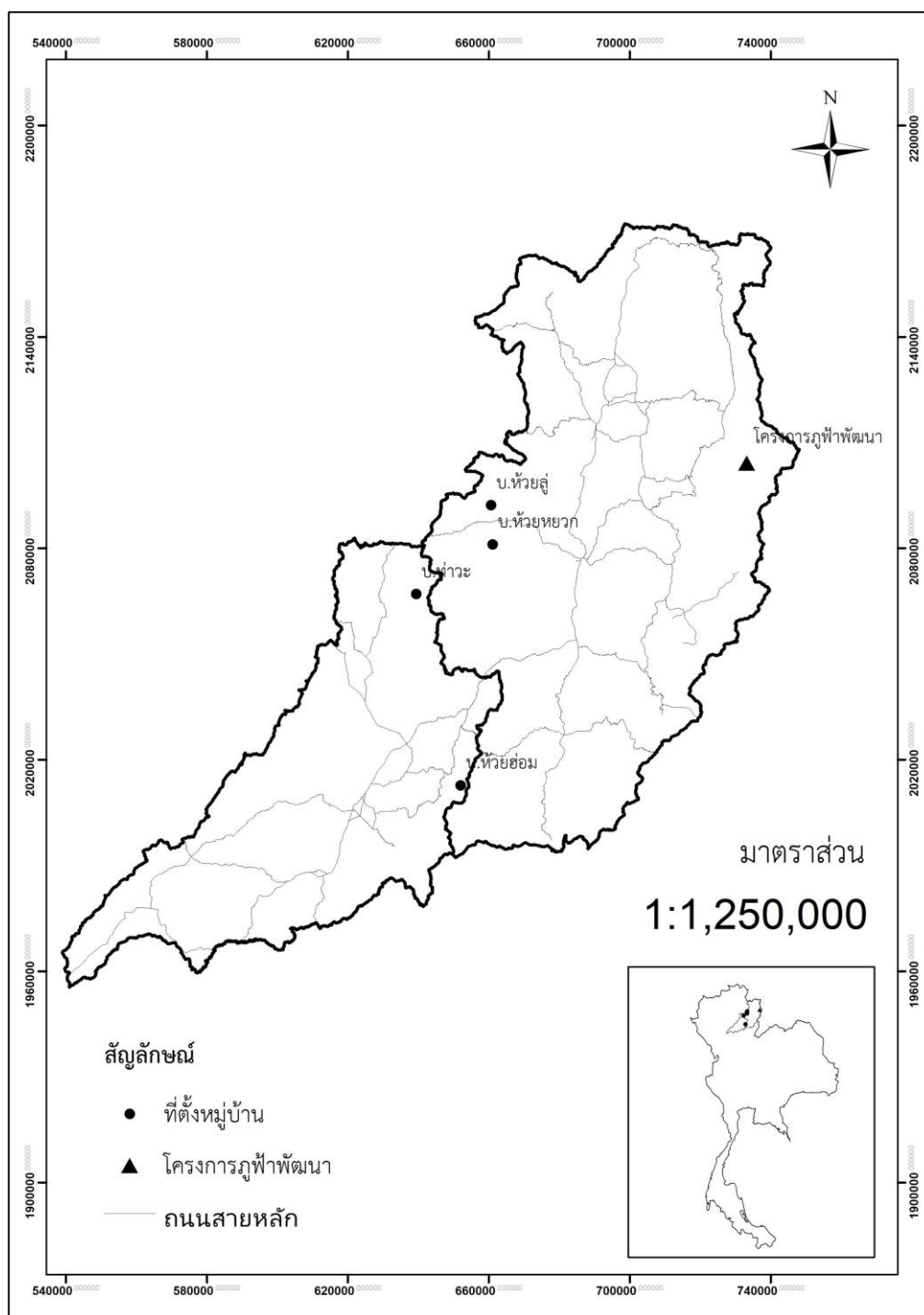
1. บ้านปี่ ตำบลเวียง อำเภอเชียงคำ จังหวัดพะเยา
2. ดอยผาจิ บ้านสันติสุข ตำบลขุนควร อำเภอปง จังหวัดพะเยา
3. บ้านบ่อหอย บ้านนาก้า บ้านฮากฮาน ตำบลยาบห้วยนา อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน
4. ดอยขุนน้ำสะเนียน ตำบลบ้านฟ้า อำเภอบ้านหลวง จังหวัดน่าน
5. บ้านสองแคว และบ้านน้ำไค้ง ตำบลสะเนียน อำเภอเมือง จังหวัดน่าน
6. ดอยภูเค็ง บ้านห้วยหยวก ตำบล แม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน
7. ดอยขุนสถาน ตำบลสันทะ อำเภอนาน้อย จังหวัดน่าน
8. บ้านห้วยฮ่อม ตำบลเวียง อำเภอร่องกวาง จังหวัดแพร่
9. บ้านท่าวะ ตำบลสะเอียบ อำเภอสอง จังหวัดแพร่

ต่อมามีสถานการณ์สงครามมีการสู้รบและมีการวางกับระเบิดในป่า ทำให้ชาวมะละบรีหนีภัยกับระเบิดล้มตายเป็นจำนวนมาก ประกอบกับพื้นที่ป่าลดลงจากการสัมปทานป่าและการเปิดพื้นที่ป่าเพื่อทำไร่ ทำให้มะละบรีไม่สามารถดำรงชีพอยู่ในป่าได้ดังเดิม จึงออกมาใช้แรงงานแลกกับอาหารและสิ่งของเครื่องใช้ต่าง ๆ โดยออกมาสร้างเพิงพักบริเวณป่าใกล้ ๆ กับชุมชนของชนเผ่าอื่น ๆ เพื่อสะดวก

ต่อการติดต่อแลกเปลี่ยนสิ่งของและการใช้แรงงานในปัจจุบัน ปัจจุบันในประเทศไทยมีชุมชนชนเผ่ามละปรีในเขตพื้นที่ 2 จังหวัด คือ จังหวัดแพร่ และจังหวัดน่าน ดังนี้ (ภาพที่ 2)

1. โครงการไฟฟ้าพัฒนา ตำบลภูฟ้า อำเภอบ่อเกลือ จังหวัดน่าน
2. บ้านห้วยลู่ ตำบลสะเนียน อำเภอเมือง จังหวัดน่าน
3. บ้านห้วยฮ่อม ตำบลเวียง อำเภอร้องกวาง จังหวัดแพร่
4. บ้านท่าวะ ตำบลสะเอียบ อำเภอสอง จังหวัดแพร่
5. บ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน





ภาพที่ 2 ที่ตั้งชุมชนมละบริบ้านห้วยหยวกในปัจจุบัน พ.ศ. 2561

ที่มา: มูลนิธิชนเผ่าพื้นเมืองเพื่อการศึกษาและสิ่งแวดล้อม (2561)

จากการรวบรวมข้อมูลทั้งจากหนังสือ บทความออนไลน์ วารสารสยามสมาคม และการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้อาวุโสและเยาวชนชาวมละบริ เห็นได้ว่ามละบริเป็นชนเผ่าพื้นเมืองที่มีถิ่นฐานอาศัยอยู่ตามแนวป่าทั้งในเขตประเทศไทยและประเทศลาว โดยฝั่งประเทศลาวพบได้ตามแนวป่าเขาตั้งแต่เขตภูเขาควาย เมืองเวียงจันทน์ แขวงบอลิคำไซ และแขวงไซยะบุรี ส่วนประเทศไทย พบได้ตั้งแต่แนวป่าเขาตั้งแต่เขตจังหวัดขอนแก่น อุตรธานี หนองคาย เลย ชัยภูมิ เพชรบูรณ์ อุตรดิตถ์แพร่ และน่าน ผนวกกับผลการวิจัยกลุ่มเลือดของ Dr. G. Flatz M.D. และผลพิสูจน์ด้านภาษา จึงเชื่อได้ว่ามละบริ เป็นคนดั้งเดิมที่กระจายตัวอาศัยอยู่ในพื้นที่ทางเอเชียตะวันออกเฉียงใต้มานานแล้ว โดยเฉพาะตามแนวป่าและเทือกเขารอยต่อระหว่างประเทศไทย-ลาว

2. การเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตของชนเผ่ามละบริ

สรุปสถานการณ์ชนเผ่ามละบริ ฝั่งประเทศลาวข้อมูลจากหนังสือเรื่องคนป่า สถานการณ์ประชากรมละบริในอดีต จากการบันทึกของ Hugo Adolf Bernatzik นักมานุษยวิทยาชาวออสเตรเลียน ที่เข้าสำรวจพื้นที่ทางภาคเหนือของประเทศไทยพร้อมภรรยาของเขาชื่อ Emmy ระหว่างปี พ.ศ. 2479-2480 โดยพวกเขาได้เข้าไปอยู่อาศัยกับมละบริกลุ่มหนึ่ง เพื่อสังเกตและจดบันทึกเรื่องราวของมละบริกลุ่มนั้น ข้อมูลสถานการณ์ประชากรมละบริในช่วงที่เขาเข้าไปสำรวจนั้น พบว่ามละบริมีการแต่งงานตั้งแต่อายุน้อย การเสียชีวิตของชาวมละบรินั้นมีสาเหตุมาจากโดนสัตว์ป่า เช่น เสือ หมี นอกจากนั้นยังเสียชีวิตจากอุบัติเหตุตกต้นไม้บ้าง ถูกยิงจากชนเผ่าอื่นบ้าง และมีโรคภัยไข้เจ็บ ซึ่งมละบริเชื่อว่าเป็นการกระทำจากภูตผี แต่สถานการณ์ตั้งแต่ภายหลังปี พ.ศ. 2503 เกิดการสู้รบทำให้ชาวมละบริส่วนมากเสียชีวิตจากการทิ้งระเบิด และระเบิดฝังดิน เป็นจำนวนมาก นอกจากนั้นบางกรณีชาวมละบริ ไปเก็บข้าวที่ชนเผ่าอื่นกินโดยไม่ได้ขออนุญาตถูกชาวนาวางยาพิษก็มี

ส่วนสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตของชนเผ่ามละบริในประเทศไทยนั้น เพื่อให้ได้ภาพกระบวนการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตของชนเผ่ามละบริที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาประเทศและเหตุการณ์สำคัญทางประวัติศาสตร์ ผู้วิจัยขอนำบทสรุปด้านการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตของชนเผ่ามละบริจากงานวิจัยเรื่องระบบเศรษฐกิจและการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมของชนเผ่าผิต้องเหลืองในสังคมไทย โดยสามารถแบ่งการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตของมละบริได้ 3 ยุค ดังนี้

ยุคที่ 1 จากอดีตจนถึงปี พ.ศ. 2503 ทรัพยากรป่าไม้มีความอุดมสมบูรณ์ มละบริมีวิถีชีวิตลักษณะระบบเศรษฐกิจสังคมวัฒนธรรมแบบเก็บของป่าและล่าสัตว์ (hunting and gathering) พื้นที่ป่าไม้มีความอุดมสมบูรณ์ ของป่าอาหารมีเพียงพอต่อการดำรงชีพ (consumption food) โดยหาได้บริเวณใกล้ที่อยู่อาศัย (Boeles, 1963) จัดลำดับวิวัฒนาการทางมานุษยวิทยาว่าอยู่ในยุคไม้ไผ่ คือ มนุษย์ยุคก่อนประวัติศาสตร์ เมื่อออกจากถ้ำแล้วสร้างเพิงที่พักอาศัย เมื่อ 6000 ปี ล่วงมาแล้ว โดยมิได้พัฒนาต่อไป

ยุคที่ 2 ประมาณ พ.ศ. 2504-2512 ซึ่งประเทศไทยเริ่มใช้แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 1 ทรัพยากรในประเทศถูกนำมาใช้เพื่อการพัฒนาประเทศ โดยเฉพาะป่าไม้ทางภาคเหนือ ซึ่งมีการอนุญาตให้มีบริษัทสัมปทานป่าไม้เข้าไปทำไม้ ชาวมละบริเริ่มมีปฏิสัมพันธ์กับคนภายนอกมากขึ้น มีการปรับตัวให้เข้ากับสภาพสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป โดยปรับตัวจากระบบเศรษฐกิจเก็บของป่าล่าสัตว์ (hunting and gathering) มาเป็นระบบเศรษฐกิจแบบของแลกของ (barter system) เป็นลักษณะ Consumption Food มีลักษณะแบบการค้าเงียบ (silent trade) โดยวิธีการนำสิ่งของที่หามาได้จากป่า เช่น งาช้าง ดีหมี่ ตัวตุ่น ตัวอ้น หัวมัน หน่อไม้ สมุนไพร และผลิตภัณฑ์จากป่าอื่น ๆ เครื่องจักสานที่ทำจากหวาย ไปวางไว้ ณ จุดใดจุดหนึ่ง ที่เป็นที่นัดหมายกับคู่ค้า ซึ่งเป็นที่ลับ โดยสิ่งที่มละบริต้องการในยุคนี้คือเกลือ เสื้อผ้า เครื่องนุ่งห่ม เหล็ก ยาสูบ และไม้ขีดไฟ

ยุคที่ 3 จากปี พ.ศ. 2513 – ปัจจุบัน เทียบได้กับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 3 เป็นต้นมา การปรับเปลี่ยนการพัฒนาประเทศโดยมุ่งการส่งออกผลผลิตทางการเกษตร มีการขยายพื้นที่ทางการผลิตภาคการเกษตร ซึ่งเป็นผลพวงจากการให้สัมปทานป่าไม้ ทำให้เป็นการเปิดพื้นที่ป่าในชั้นต้น มีเส้นทางเข้าป่าสะดวกขึ้น ชนเผ่าม้งเริ่มอพยพเข้าไปจับจองพื้นที่บริเวณดอยต่าง ๆ เพื่อปลูกพืชเศรษฐกิจ ทำให้แหล่งอาหารตามธรรมชาติของชนเผ่ามละบริลดน้อยลงไม่เพียงพอต่อการดำรงชีพ ชนเผ่ามละบริจึงมีการปรับเปลี่ยนระบบเศรษฐกิจจากระบบแลกเปลี่ยนสินค้า (barter system) มาเป็นการใช้แรงงานแลกกับอาหารและของใช้ต่าง ๆ ในการดำรงชีพ (labor exchange) โดยการทำงานในไร่รับจ้างชาวม้ง และชนเผ่าอื่น ๆ รวมทั้งคนพื้นเมืองในพื้นที่ (วิสุทธิ์, 2538)

จากบทสรุปข้างต้น สังเกตได้ว่านอกจากปัจจัยสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ แล้ว แผนการพัฒนาเศรษฐกิจ และสังคมแห่งชาติมีผลต่อการใช้ทรัพยากรธรรมชาติ และส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตชาวมละบริด้วย

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

วิสุทธิ์ (2538) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ระบบเศรษฐกิจและการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรม ของชนเผ่าผีตองเหลืองในสังคมไทย วัตถุประสงค์ของการวิจัยคือ การศึกษาการเปลี่ยนแปลงในระบบเศรษฐกิจของชนเผ่าผีตองเหลืองและผลกระทบต่อวิถีชีวิตของชนเผ่าผีตองเหลือง โดยใช้วิธีการสังเกตแบบมีส่วนร่วม เก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับวัฒนธรรมด้านต่าง ๆ ของชนเผ่าผีตองเหลือง เช่น สิ่งแวดล้อม การบริโภคอาหาร สถาบันครอบครัว สถาบันการเมืองการปกครอง สถาบันศาสนา และศึกษาชนเผ่าผีตองเหลืองที่บ้านบ่อหอย ตำบลยาบหวนา อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน และบ้านบุญยืน

พัฒนาโดยรัฐ ซึ่งได้ศึกษา แนวคิดนิเวศวิทยาการเมือง เป็นแนวคิดหลักเพื่อช่วยวิเคราะห์การต่อสู้ดิ้นรนของชาวมละบริในบริบทการพัฒนาที่ชาวมละบริได้ตกอยู่ในสภาวะชายขอบของสังคมอย่างรุนแรงและซับซ้อนโดยปัจจุบันนี้ ชาวมละบริไม่อาจหลีกเลี่ยงกระบวนการพัฒนาที่มีกลุ่มอำนาจต่าง ๆ เข้ามาสร้างแรงกดดันต่อสังคมละบริจนทำให้ต้องตกเป็นกลุ่มคนชายขอบที่สูญเสียอำนาจในการจัดทรัพยากรในขณะที่พื้นที่ป่าที่ถูกกลุ่มอำนาจต่าง ๆ เข้ามาจัดการควบคุมอย่างเข้มข้นท่ามกลางวิกฤตปัญหาดังกล่าวเป็นช่วงสถานการณ์ที่ทำให้ชาวมละบริได้ตระหนักถึงความจำเป็นในการต่อสู้ดิ้นรนเพื่อช่วงชิงทรัพยากร ดังนั้น ความพยายามในการปรับเปลี่ยนความสัมพันธ์เชิงอำนาจในสถานการณ์ต่าง ๆ เพื่อช่วงชิงทรัพยากรจึงกลายเป็นเวทีสำคัญที่ทำให้เห็นว่าชาวมละบริไม่ได้ยอมจำนนไปกับการครอบงำจากกลุ่มอำนาจภายนอกและการประสพภาวะความยากลำบากในการดำรงชีวิตท่ามกลางความเสื่อมโทรมของระบบนิเวศป่า จากการศึกษาในครั้งนี้ได้ข้อค้นพบที่สำคัญ 3 ประการคือ

1. องค์ความรู้ในการจัดการทรัพยากรของสังคมชาวมละบริมีพลวัตปรับเปลี่ยนไปตามสถานการณ์ใหม่ ๆ ได้ ดังที่การสร้างความรู้ในการจัดการทรัพยากรของชุมชนชาวมละบริเป็นระบบการที่ไม่หยุดนิ่งและเบ็ดเสร็จสมบูรณ์ โดยจะเห็นได้ว่า นอกจากชาวมละบริจะเรียนรู้การจัดการทรัพยากรโดยอาศัยความรู้ที่หลากหลายชุดแล้ว ยังมีการนำความรู้ชุดต่าง ๆ มาผสมผสานในการจัดการทรัพยากรของชุมชนเพื่อสร้างทางเลือกท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงด้วย การมีความรู้เพิ่มขึ้นหลายชุดจึงทำให้การจัดการทรัพยากรของชาวมละบริในปัจจุบันนี้ มีลักษณะการจัดการที่ยืดหยุ่นแตกต่างไปจากการจัดทรัพยากรที่เคยมีอยู่ในจารีตการจัดการทรัพยากรของสังคมชาวมละบริในอดีต

2. การปรับเปลี่ยนความหมายของพื้นที่และทรัพยากรของชุมชนชาวมละบริ แสดงถึงความซับซ้อนของการเมืองเชิงพื้นที่ปัจจุบันนี้ชุมชนชาวมละบริบ้านห้วยหยวกตั้งอยู่ท่ามกลางวงล้อมอำนาจภายนอกที่สามารถควบคุมจัดการพื้นที่แตกต่างกันไปการที่ชาวมละบริมีการเปลี่ยนนิยามความหมายของพื้นที่ตามอำนาจการจัดการพื้นที่ของกลุ่มอำนาจภายนอกนั้น เกิดจากการถูกบีบให้ยอมรับในอำนาจการจัดการพื้นที่เนื่องจากชุมชนชาวมละบริไม่อาจสร้างความชอบธรรมให้กับสิทธิชุมชนในการจัดการพื้นที่ในบริบทใหม่ได้แม้ว่าจะตกอยู่ในพื้นที่แห่งการกีดกันแต่ชุมชนชาวมละบริก็พยายามสร้างความชอบธรรมในการเข้ามามีการจัดการทรัพยากรในพื้นที่ปิดล้อมได้บ้างด้วยการพยายามรื้อถอนนิยามความหมายของพื้นที่แห่งการกีดกัน ทำให้เห็นถึงความซับซ้อนของการเมืองบนพื้นที่สูงซึ่งแต่ละกลุ่มอำนาจสามารถสร้างความชอบธรรมในการจัดการทรัพยากรที่แตกต่างกันไป

3. การปรับเปลี่ยนความสัมพันธ์เชิงอำนาจเพื่อช่วงชิงทรัพยากรทำให้เห็นถึงตัวตนทางสังคมของชาวมละบริที่ซับซ้อนภายใต้บริบทของพัฒนาภายใต้สภาวะความเป็นชายขอบที่ส่งผลต่อการดำรงอยู่อย่างยากไร้และถูกตรึงความสามารถในการจัดการทรัพยากรของชุมชนนั้นชาวมละบริได้หันมาใช้ในการต่อรองที่หลากหลายรูปแบบเพื่อปรับเปลี่ยนความสัมพันธ์เชิงอำนาจกับกลุ่มต่าง ๆ ทั้ง

ภายนอกอย่างเช่น รัฐชาวม้งและองค์กรทางศาสนา และภายในชุมชนระหว่างกลุ่มชาวมละบริที่สามารถเข้าถึงทรัพยากรได้แตกต่างกันโดยเป็นการต่อสู้ดิ้นรนที่ไม่จำกัดเฉพาะแต่ทรัพยากรทางวัตถุเท่านั้นแต่ยังรวมถึงการต่อสู้เพื่อความหมายทางวัฒนธรรมและการต่อสู้ในเชิงสัญลักษณ์ด้วย

อิสมา (2559) ได้ทำการศึกษาการเปลี่ยนแปลงรูปแบบวิถีชีวิตของมละบริที่อยู่ร่วมกับป่า: กรณีศึกษาศูนย์ภูฟ้าพัฒนา ตำบลภูฟ้า อำเภอบ่อเกลือ จังหวัดน่าน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการเปลี่ยนแปลงรูปแบบวิถีชีวิตของมละบริที่อยู่ร่วมกับป่า 2) ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงรูปแบบวิถีชีวิตของมละบริที่อยู่ร่วมกับป่า 3) นำเสนอแนวทางที่ให้มละบริสามารถอยู่ร่วมกับป่าบนพื้นฐานการจัดการทรัพยากรฐานชุมชนและการมีส่วนร่วมของคนในชุมชนที่ศูนย์ภูฟ้าพัฒนา ตำบลภูฟ้า อำเภอบ่อเกลือ จังหวัดน่าน วิธีการศึกษาดำเนินการโดยการสังเกตอย่างไม่มีส่วนร่วม และสัมภาษณ์ตัวแทนชาวมละบริ 3 ช่วงวัย คือ วัยเยาวชน วัยผู้ใหญ่ และวัยชรา จำนวน 45 คน ร่วมกับการสัมภาษณ์หน่วยงานที่เกี่ยวข้องจำนวน 12 คน ผลการศึกษา พบว่า

1. การเปลี่ยนแปลงรูปแบบวิถีชีวิตที่อยู่ร่วมกับป่าของมละบริ สามารถแบ่งออกเป็น 3 ช่วงดังนี้

ช่วงที่ 1 ระหว่าง พ.ศ. 2469 - พ.ศ. 2525 วิถีชีวิตยังเป็นแบบร่อนเร่ ยังไม่มีการตั้งถิ่นฐานถาวร ดำรงชีพด้วยการเก็บ หา ล่า และแลกเปลี่ยนสินค้าหรือแรงงานกับคนภายนอกเป็นครั้งคราว

ช่วงที่ 2 ระหว่าง พ.ศ. 2526 - พ.ศ. 2540 เริ่มมีการตั้งถิ่นฐานถาวร ดำรงชีพด้วยการทำงานรับจ้างอย่างเต็มรูปแบบ

ช่วงที่ 3 ระหว่าง พ.ศ. 2541 - ปัจจุบัน มีการตั้งถิ่นฐานถาวรและมีรูปแบบการดำรงชีวิตที่หลากหลายขึ้นอยู่กับลักษณะบริบทพื้นที่ที่อยู่อาศัยและปัจจัยอื่น ๆ ที่เป็นตัวขับเคลื่อน โดยพบว่า มละบริที่ศูนย์ภูฟ้าพัฒนา ตำบลภูฟ้า อำเภอบ่อเกลือ จังหวัดน่าน ดำรงชีพด้วยการเป็นแรงงานรับจ้าง มักคุเทศก์ในศูนย์วัฒนธรรมภูฟ้า ผู้ผลิตงานหัตถกรรมและกำลังเรียนรู้การทำเกษตรกรรม

2. ปัจจัยที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงของรูปแบบวิถีชีวิตของมละบริที่อยู่ร่วมกับป่าจากกรอบแนวคิด DPSIR สามารถสรุปได้ว่า ตัวขับเคลื่อน Driver (D) ซึ่งเป็นปัจจัยภายในชุมชนและทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างภายในสังคมของมละบริประกอบด้วย จำนวนประชากร ระบบเศรษฐกิจ วัฒนธรรมและลักษณะความสัมพันธ์ทางสังคม ส่งผลให้เกิดแรงกดดันแรงกดดัน Pressure (P) 3 ด้าน คือ การถือครองที่ดิน พื้นที่ทำมาหากิน และการใช้ประโยชน์จากป่า เนื่องจากมละบริต้องอาศัยอยู่ร่วมกับสังคมภายนอกมากขึ้น ในขณะเดียวกันแรงกดดันนี้ยังได้รับผลกระทบมาจากการเปลี่ยนแปลงสภาพทางสิ่งแวดล้อม State (S) เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของคุณภาพและปริมาณของทรัพยากรธรรมชาติ การมีข้อกฎหมายและระบบกรรมสิทธิ์ในที่ดิน ทำให้เกิดผลกระทบ Impact (I)

ต่อวิถีชีวิตของมละบริทั้งในเรื่องความมั่นคงและความปลอดภัยในชีวิต ปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิต และแนวทางการดำรงชีวิตตามความต้องการของมละบริ มละบริจึงมีการตอบสนอง Response (R) ต่อการเปลี่ยนแปลงของรูปแบบวิถีชีวิตที่แตกต่างกันในแต่ละช่วงเวลาประกอบด้วยการหนีเพื่อเอาตัวรอด การปรับตัวให้เข้ากับสังคม และการเริ่มรู้จักการต่อรองกับสังคมภายนอก

3. แนวทางที่ให้มละบริสามารถอยู่ร่วมกับป่าบนพื้นฐานการจัดการทรัพยากรฐานชุมชน และการมีส่วนร่วมของคนในชุมชนที่ศูนย์ฟ้าพัฒนา ตำบลภูฟ้า อำเภอบ่อเกลือ จังหวัดน่านทั้งหมด 3 แนวทางคือ การจัดการทรัพยากร การสร้างความมั่นคงทางเศรษฐกิจ และการรักษาอัตลักษณ์ความเป็นมละบริ สามารถสรุปได้ว่า รูปแบบวิถีชีวิตของมละบริที่อยู่ร่วมกับป่าจากอดีตสู่ปัจจุบันภายใต้บริบทของการจัดการทรัพยากรฐานชุมชนที่ศูนย์ฟ้าพัฒนา ตำบลภูฟ้า อำเภอบ่อเกลือ จังหวัดน่านมีการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตจากการเก็บ หา ล่า ร่วมกับการแลกเปลี่ยนของและแรงงานกับคนภายนอกสู่การเป็นแรงงานรับจ้างอย่างเต็มรูปแบบ ขณะที่บริบทของพื้นที่ทำให้มละบริได้เรียนรู้การประกอบอาชีพอื่น ๆ มากขึ้น มละบริจึงมีการพึ่งพาทรัพยากรป่าบางด้านเท่านั้นโดยเฉพาะ การตีผึ้ง การใช้สมุนไพร และการทำงานหัตถกรรม เนื่องจากสามารถเป็นแหล่งรายได้เสริมของมละบริในปัจจุบัน

ทรงสิริ และคณะ (2555) ได้ศึกษาวิถีชีวิตและความมั่นคงทางอาหารท้องถิ่นใต้ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาวิถีชีวิตกับความมั่นคงทางอาหารของชาวดัใต้ในประเด็นการมีอยู่ของอาหาร การเข้าถึงอาหาร และการใช้ประโยชน์จากอาหาร ผลจากการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. ด้านการจัดการอาหารและทรัพยากรอาหาร พบว่า ชาวดัใต้ได้อาหารจากการซื้อจำนวนมาก สูงสุด ปัญหาอุปสรรคและการแก้ไขการจัดการอาหาร พบว่าชาวดัใต้มีวิธีการแก้ไขปัญหาโดยการปลูกเอง หรือหาทรัพยากรอาหารอื่นมาทดแทน นอกจากนี้ ชาวดัใต้เห็นว่าอาหารที่มีในท้องถื่นของตนเพียงพอต่อการบริโภคในชีวิตประจำวัน ซึ่งอาจเป็นการจัดการอาหารที่เหมาะสม ได้แก่ การวางแผนจัดเตรียมทรัพยากรอาหารในแต่ละวันให้มีความเหมาะสมกับจำนวนสมาชิกในครัวเรือนของตนและการยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียง

2. การมีอยู่ของอาหาร พบว่าภาคใต้มีทรัพยากรอาหารหลากหลายชนิด และการมีทรัพยากรอาหารที่หลากหลายเสมือนเป็นคลังอาหารที่เป็นหลักประกันความมั่นคงทางอาหารได้ ทรัพยากรอาหารประเภทผักและปลา เป็นทรัพยากรที่ยังมีปริมาณเพียงพอต่อการบริโภคในท้องถื่น แต่ก็มีหลายชนิดที่มีปริมาณลดน้อยลง เช่น สัตว์ป่า พืชบางชนิด ปลาบางชนิด เป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงของระบบนิเวศ ซึ่งเกิดจากการกระทำของมนุษย์และธรรมชาติ

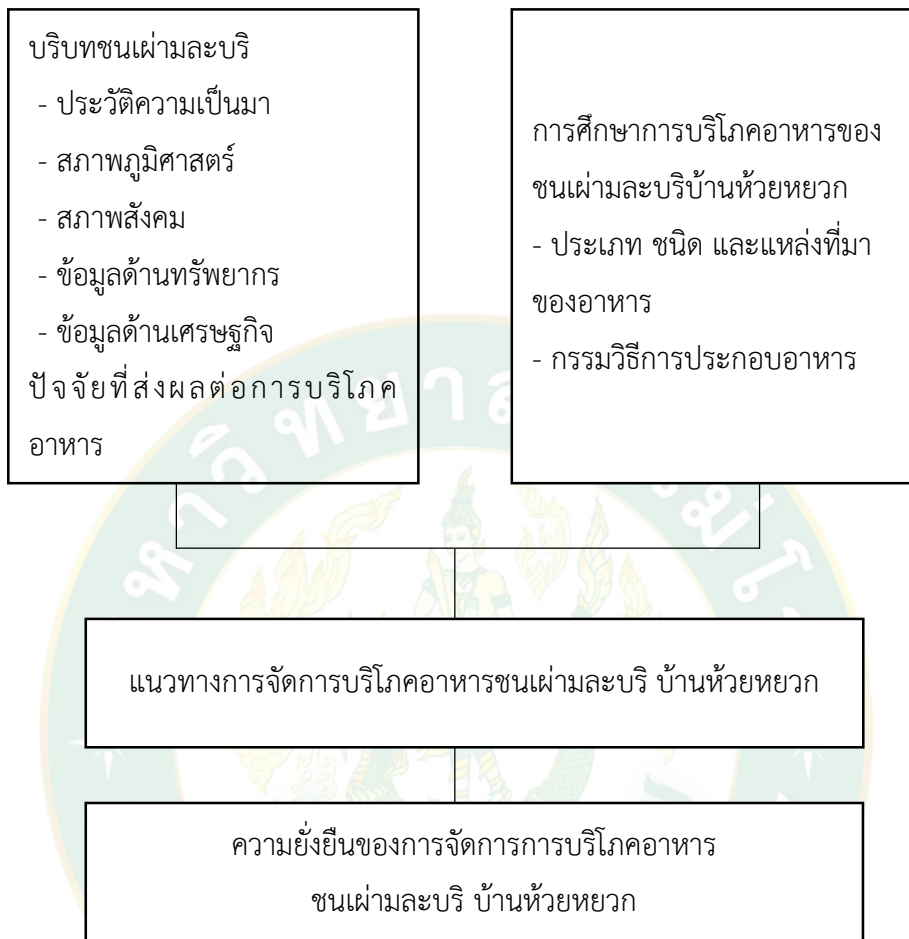
3. การเข้าถึงอาหารและทรัพยากรอาหารของชาวดัใต้ มี 4 วิธี คือ การเพาะปลูก การเก็บหาจากธรรมชาติ การซื้อ และการแบ่งปัน แหล่งซื้อมีหลายลักษณะ เช่น ตลาดสด ตลาดนัด รถเร่ และแหล่งผลิตโดยตรง ส่วนการเพาะปลูก ส่วนใหญ่เป็นการปลูกพืชสวนครัว และไม้ผลที่นิยมรับประทาน โดยนิยมปลูกในบริเวณบ้าน สำหรับการเก็บหาจากธรรมชาติ มักจะเก็บหาชนิดที่ไม่ได้เพาะปลูกใน

บ้านและเก็บหาจากบริเวณใกล้บ้าน ในขณะที่การเข้าถึงแหล่งธรรมชาติที่ได้จากการแบ่งปันนั้น พบว่า ชาวใต้จะมีการแบ่งปันกันเป็นปกตินิสัย

4. การใช้ประโยชน์จากอาหาร ชาวใต้มีการจัดการอาหารและทรัพยากรอาหาร โดยใช้ความรู้ ปัญญาและทักษะในการจัดการทรัพยากรอาหาร โดยนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน ทั้งใช้เป็นแหล่งวัตถุดิบในการผลิตสิ่งของเครื่องใช้ และสำคัญที่สุดคือ การนำเป็นอาหารและยา ชาวใต้นิยมประกอบอาหารรับประทานเองในครัวเรือน โดยนำทรัพยากรอาหารจากแหล่งอาหารมาประกอบเอง เทคนิคการประกอบอาหาร ได้แก่ การต้ม แกง ต้ม ผัด ทอด นึ่ง ปิ้ง ย่างและยำ ผู้ประกอบอาหารส่วนใหญ่เป็นแม่บ้าน จะคำนึงถึงสารอาหารที่สมาชิกในครัวเรือนจะได้รับและเมื่อมีเกินที่จะบริโภคก็สามารถนำมาแปรรูปและถนอมอาหาร สาเหตุสำคัญที่ชาวใต้นิยมปรุงอาหารไว้บริโภคเองในครัวเรือนคือ ความต้องการพึ่งตนเองทางอาหารและคำนึงถึงความปลอดภัยที่จะได้รับการบริโภคอาหาร ทั้งนี้ชาวใต้ได้น้อมนำเอาปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นแนวทางในวิถีชีวิต โดยคำนึงถึงคำว่า “พอ” ในการดำเนินชีวิตทุกด้าน

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังกล่าว พบว่ายังไม่มีการศึกษาในเรื่องของปัจจัยที่ส่งผลต่อการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ ภายใต้บริบทของการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิต ที่ต้องปรับเปลี่ยนรูปแบบการดำเนินชีวิตจากระบบเก็บของป่าล่าสัตว์ เข้าสู่ระบบเกษตรกรรม งานวิจัยนี้จึงเป็นประโยชน์ในการนำเสนอสถานการณ์ปัจจุบันของมละบริ องค์ความรู้ใหม่ที่เกิดขึ้นจากการศึกษาครั้งนี้ หวังว่าจะสามารถนำไปใช้ในการตอบคำถามสำหรับแนวทางในการส่งเสริมการพัฒนาการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของชนเผ่ามละบริ ภายใต้การเปลี่ยนแปลงของสังคมอย่างมีพลวัต

กรอบแนวคิดงานวิจัย



ภาพที่ 3 กรอบแนวคิดงานวิจัย

บทที่ 3

วิธีการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ ภายใต้ภูมิสังคมบ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (descriptive research) โดยการเก็บข้อมูลเชิงปริมาณ (quantitative data) และข้อมูลเชิงคุณภาพ (qualitative data) เพื่อเก็บข้อมูลบริบททั่วไปของชุมชนมละบริ การจัดการอาหารในครัวเรือนและภาพรวมของชุมชน โดยมีวิธีการดำเนินการวิจัยดังนี้

สถานที่ดำเนินการวิจัย

ชุมชนชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก หมู่ที่ 6 ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ดำเนินการศึกษาประชากรชนเผ่ามละบริ ในพื้นที่บ้านห้วยหยวก หมู่ที่ 6 บ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน โดยมีจำนวนหลังคาเรือนทั้งหมด 20 หลังคาเรือน และดำเนินการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (purposive sampling) ดังนี้

1. กลุ่มผู้นำตามจารีตประเพณี คือ นายศรี หิรัญศิริ นายปา คนธพฤกษ์ และนายพัต สุขนศิริ เป็นผู้อาวุโสของชุมชน ให้ข้อมูลประวัติความเป็นมาของมละบริบ้านห้วยหยวก
2. ผู้นำชุมชนของชุมชนมละบริบ้านห้วยหยวก คือ นายฉลองชัย ดอยศักดิ์ เป็นผู้นำทางการตำแหน่งผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน หมู่ 6 และนายสมบูรณ์ ดอยศักดิ์ แกนนำเยาวชนมละบริบ้านห้วยหยวก ที่สามารถสื่อสารเป็นภาษาไทยได้ เป็นผู้ให้ข้อมูลด้านเศรษฐกิจ และรายได้ของชุมชนมละบริบ้านห้วยหยวก
3. ตัวแทนประชากรที่อยู่อาศัยในชุมชนมละบริบ้านห้วยหยวก จำนวน 20 หลังคาเรือน เป็นแม่บ้าน หรือพ่อบ้านในแต่ละหลังคาเรือน เพื่อศึกษาเกี่ยวกับวิธีการจัดการการบริโภคอาหารของแต่ละหลังคาเรือน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยนี้ เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลมีดังนี้

1. การสังเกตแบบมีส่วนร่วม (participation observation) และการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม (non-participation observation) โดยผู้วิจัยเข้าไปใช้ชีวิตร่วมกับชุมชน เพื่อสังเกตพฤติกรรมวิถีชีวิต ภูมิปัญญาด้านการประกอบอาหารของชนเผ่ามละबरบ้านห้วยหยวก
2. การประชุมกลุ่มย่อย (focus group) โดยการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างชนเผ่ามละबर บ้านห้วยหยวก ในด้านบริบทชุมชน ภูมิปัญญาด้านการจัดการอาหาร องค์ความรู้ด้านการประกอบอาหารของชนเผ่ามละबर และสอบถามเกี่ยวกับปัญหา อุปสรรค ข้อเสนอแนะของประชากรชนเผ่ามละबरในด้านการจัดการอาหารภายในชุมชน
3. การสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) โดยใช้แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง (structured interview) สร้างขึ้นตามวัตถุประสงค์ด้วยคำถามปลายปิด (closed – ended question) การรวบรวมข้อมูลกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีสัมภาษณ์แม่บ้านและพ่อบ้านชนเผ่ามละबरบ้านห้วยหยวกด้านบริบทชุมชน ภูมิปัญญาด้านการจัดการอาหาร องค์ความรู้ด้านการประกอบอาหารของชนเผ่ามละबर
4. การบันทึกเสียง เพื่อเก็บรายละเอียดจากการสัมภาษณ์ บันทึกเสียงเหตุการณ์ที่พบ และปรากฏการณ์การจัดการบริโภคอาหารที่เกิดขึ้นแบบบันทึกเสียง ใช้ในการบันทึกเสียง รายละเอียดเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น จากการพูดคุยอย่างไม่เป็นทางการกับตัวแทนผู้ให้ข้อมูล
5. การบันทึกภาพ เพื่อเก็บข้อมูล ประเภท และชนิดของอาหารของชนเผ่ามละबरบ้านห้วยหยวก การเก็บข้อมูลที่เป็นปรากฏการณ์ด้านสังคมที่เกิดขึ้น ด้วยกล้องถ่ายภาพเพื่อใช้ประกอบในการวิเคราะห์ข้อมูล

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

เพื่อให้ได้ผลตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย โดยมีวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล 2 ประเภท คือ ข้อมูลเชิงคุณภาพและข้อมูลเชิงปริมาณ ดังนี้

1. ข้อมูลเชิงคุณภาพ (qualitative data) เป็นการรวบรวมข้อมูลทั้งแบบปฐมภูมิและแบบทุติยภูมิ ดังนี้
 - 1.1 ข้อมูลแบบปฐมภูมิ (primary data) เพื่อให้เข้าใจในบริบทชาวมละबरในชุมชนบ้านห้วยหยวก โดยการสังเกตแบบมีส่วนร่วม (participation observation) การสนทนากลุ่ม

(focus group discussion) การทำแผนที่เดินดินเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลบริบททั่วไปของมละबरบ้านห้วยหยวก และ แนวทางการจัดการการบริโภคอาหารของมละबर บ้านห้วยหยวก

1.2 ข้อมูลทุติยภูมิ (secondary data) โดยการสืบค้นรวบรวมเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้ได้ข้อมูลบริบทชุมชน และประวัติความเป็นมาของชนเผ่ามละबरในอดีตจนถึงปัจจุบัน

2. ข้อมูลเชิงปริมาณ (quantitative data) เพื่อให้ได้วิธีการจัดการการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละबरบ้านห้วยหยวก โดยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (in-depth interviews) กับแม่บ้านและพ่อบ้านชาวมละबर ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 หลังคาเรือน ดำเนินการประชุมกลุ่ม สัมภาษณ์กลุ่มเป้าหมาย จากการสังเกตพูดคุยกับคนในชุมชน การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และร่วมสรุปข้อมูล

วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ใช้แบ่งการวิเคราะห์ข้อมูลออกเป็น 2 ส่วน คือ ข้อมูลเชิงคุณภาพ และข้อมูลเชิงปริมาณ

1. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ ดังนี้

1.1 การวิเคราะห์ข้อมูลแบบอุปนัย (analytic induction) โดยการตีความหมายของข้อมูล การวิเคราะห์เนื้อหา และผลสรุปของการสนทนากลุ่ม ในข้อมูลบริบททั่วไปของชนเผ่ามละबरตำนาน และถิ่นที่อยู่อาศัยของชนเผ่ามละबरในประเทศไทย

1.2 การวิเคราะห์ข้อมูลโดยการเปรียบเทียบ (content comparison) โดยการเปรียบเทียบวิธีการจัดการการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละबरบ้านห้วยหยวก จากอดีตกับในปัจจุบัน

2. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ โดยการใช้วิธีการทางสถิติจากแบบสัมภาษณ์เชิงลึก เพื่อหาแนวทางในการจัดการการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละबरบ้านห้วยหยวกในอนาคต

บทที่ 4

ผลการวิจัยและวิจารณ์

การวิจัยเรื่อง การบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ ภายใต้ภูมิสังคมบ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน เป็นการวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย สามารถแบ่งการนำเสนอเป็น 3 ตอน ดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 บริบททั่วไปของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก

ตอนที่ 2 การบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก

ตอนที่ 3 แนวทางการจัดการการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริบ้านห้วยหยวก

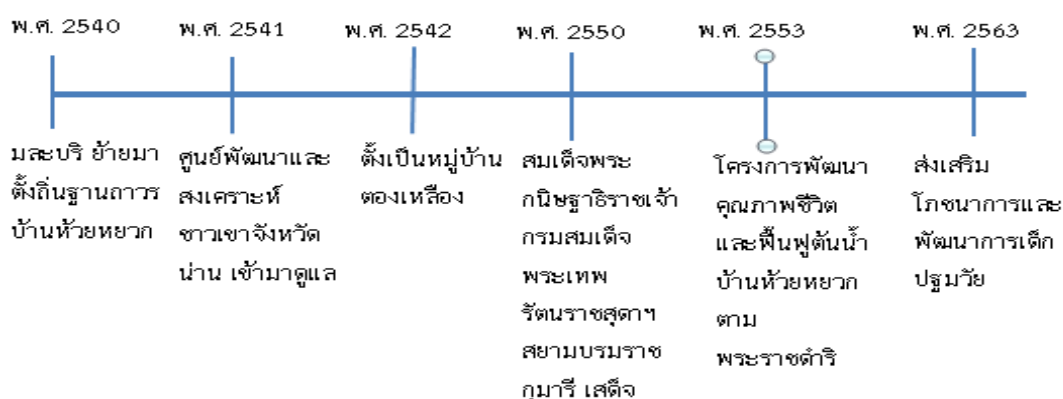
ตอนที่ 1 บริบททั่วไปของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก

การศึกษาบริบททั่วไปของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก เกิดจากการตั้งคำถาม มละบริเป็นใคร มีวิถีชีวิตดั้งเดิม และความเป็นมาอย่างไร ซึ่งเป็นพื้นที่ในการวิจัยมีรายละเอียด ดังนี้

1. ประวัติชุมชนมละบริ บ้านห้วยหยวก

ประวัติการก่อตั้งชุมชนของชนเผ่ามละบริบ้านห้วยหยวก (Time line, ภาพที่ 4) จากการสัมภาษณ์ผู้นำชุมชนมละบริอาวุโส คือ นายศรี หิรัญศิริ ให้ข้อมูลว่ากลุ่มแรกที่เข้ามาลงหลักปักฐานตั้งที่อยู่ถาวรบริเวณ คุ่มที่ 5 บ้านห้วยหยวก หมู่ที่ 6 ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน โดยนายศรีได้เล่าว่าตัวเองเกิดในป่าบริเวณภูเค็ง ซึ่งอยู่ทางทิศตะวันตกเฉียงใต้ของที่ตั้งหมู่บ้านในปัจจุบัน และเชื่อว่าบรรพบุรุษของพวกเขายู่อาศัยในป่าบริเวณครอบคลุมพื้นที่ป่าฝั่งขวาแม่น้ำน่านตอนใต้ ในท้องที่อำเภอนาน้อย อำเภอนาหมื่น จังหวัดน่าน และอำเภอท่าปลา จังหวัดอุตรดิตถ์มาก่อน ในช่วงระยะเวลาการใช้ชีวิตในวัยเด็กนั้น พื้นที่บริเวณบ้านห้วยหยวกเป็นป่าทึบ ไม่มีคนภายนอกเข้ามา พวกเขามีวิถีชีวิตโดยการพึ่งพาอาศัยการหาของป่ากิน มีการโยกย้ายที่อยู่ตามแหล่งอาหารไปเรื่อย ๆ ตามแนวเขาทางทิศตะวันตกของที่ตั้งหมู่บ้านปัจจุบัน จนกระทั่งได้ย้ายไปรวมตัวกันกับกลุ่มอื่น ๆ ที่ดอยขุนสถาน ตำบลสันทะ อำเภอนาน้อย จังหวัดน่าน ขณะนั้นเกิดการรวมตัวกันครั้งใหญ่ มีชาวมละบริมาอยู่รวมกันเป็นจำนวนมาก ทำให้มีอาหารไม่เพียงพอ จึงได้แบ่งกลุ่มกระจายตัวกันเพื่อหากินย้ายถิ่นฐานเร่ร่อนไปตามที่ต่าง ๆ ส่วนกลุ่มของนายศรีได้ย้าย จากดอยขุนสถาน ไปตามแนวป่าเขาขึ้นไปทางเหนือเขตอำเภอเชียงม่วน จังหวัดพะเยา บ้านปี่เหนือ ตำบลเวียง อำเภอเชียงคำ จังหวัดพะเยา วนลงมาทางใต้ที่บ้านห้วยฮ่อม ตำบลเวียง อำเภอร้องกวาง จังหวัดแพร่, ดอยขุนน้ำสะเนียน,

ตำบลบ้านฟ้า อำเภอบ้านหลวง จังหวัดน่าน, บ้านนาจั่ว ตำบลปัว อำเภูปัว จังหวัดน่าน และย้ายกลับมาที่บริเวณดอยภูเค็ง บ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน ซึ่งเป็นที่ตั้งชุมชนมะบรี บ้านห้วยหยวกในปัจจุบัน เมื่อตอนย้ายกลับมาปรากฏว่าสภาพพื้นที่ป่าที่เคยอุดมสมบูรณ์ ถูกจับจองมีเจ้าของเป็นชาวม้ง พื้นที่ป่าที่เหลืออยู่ถูกประกาศเป็นเขตพื้นที่ป่าสงวนแห่งชาติ ไม่สามารถเข้าไปอยู่อาศัยได้จึงออกไปรับจ้างอยู่ตามไร่ของชาวม้ง และชาวเมี่ยนในบริเวณนั้น การรับจ้างทำอะไรมีความยากลำบากโดนเอาเปรียบเพราะพวกตนไม่มีความรู้ จึงตัดสินใจย้ายไปหาที่อยู่ใหม่อีกครั้ง โดยพากันย้ายไปที่ดอยผาจิ ตั้งอยู่บริเวณบ้านสันติสุข ตำบลขุนควร อำเภอบาง จังหวัดพะเยา อยู่ติดเขตชายแดนไทย-ลาว ช่วงที่ย้ายไปนั้นเกิดสงคราม มีการทิ้งระเบิด และมีระเบิดฝังตามพื้นที่ต่าง ๆ ทำให้มีชาวมะบรีสองคนถูกกระเบิดเสียชีวิต สถานการณ์ป่าไม้ลดลงเรื่อย ๆ การหากินในป่าไม่เพียงพอมีความยากลำบากมากขึ้น ไม่สามารถเร่ร่อนใช้ชีวิตพึ่งพิงกับป่าได้อีกดังเดิม ประกอบกับช่วงนั้นมีความกดดันจากการมาจับชาวมะบรีไปแสดงโชว์ตัวให้นักท่องเที่ยวดู ซึ่งตนเองและคนในกลุ่มไม่ชอบ จึงได้ปรึกษาสมาชิกในกลุ่มในระดับหัวหน้าครอบครัว ประกอบด้วย นายโสฬส นายธง นายรัตน์ และนายศรีเอง ครั้งนั้นได้มีการปรึกษารื้อกันในกลุ่มถึงการดำรงชีพมะบรีในอนาคตที่จะมีความยากลำบากมากขึ้น เหตุผลหลักในการตัดสินใจร่วมกันครั้งนั้นคือ ต้องการที่อยู่อาศัยถาวร ต้องการที่ทำกิน ต้องการมีบัตรประชาชนและสัญชาติไทย ต้องการให้สังคมยอมรับการมีตัวตน และต้องการแสดงตัวตนไม่ให้ถูกเลือกปฏิบัติโดยการถูกเรียกว่าผีตอเหลือง ไม่ต้องการให้คนมองพวกตนว่าเป็นสิ่งประหลาด จึงตัดสินใจมองหาทำเลที่ตั้งชุมชนเพื่ออยู่อาศัยแบบถาวร และเล็งเห็นว่าควรย้ายไปตั้งถิ่นฐานถาวรที่ดอยภูเค็งซึ่งเป็นสถานที่เกิดและที่อยู่อาศัยของบรรพบุรุษดั้งเดิม เมื่อมาถึงปรากฏว่าพื้นที่ที่เคยอยู่อาศัย ได้ถูกชาวม้งจับจองแผ้วถางตั้งเป็นหมู่บ้านแล้ว จึงขอแบ่งพื้นที่จากผู้นำชาวม้งเพื่อตั้งชุมชน และหันมาประกอบอาชีพใช้แรงงานรับจ้างทำไร่แลกกับอาหารและปัจจัยการดำรงชีพอื่น ๆ ให้กับชาวม้ง ชาวเมี่ยน และชนเผ่าอื่น ๆ ที่อาศัยอยู่ในบริเวณนั้น นับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2540 เป็นต้นมา สามารถลำดับเหตุการณ์สำคัญของชุมชนได้ (ภาพที่ 4) ดังนี้



ภาพที่ 4 ลำดับเหตุการณ์สำคัญของชุมชนมะบรี บ้านห้วยหยวก

ปี พ.ศ. 2540 มละบริย้ายออกจากป่าในพื้นที่โดยรอบมาตั้งถิ่นฐานถาวร บริเวณหมู่บ้าน ห้วยหยวก โดยทยอยเข้ามาจากจุดต่าง ๆ ดังนี้

ชุดที่ 1 ย้ายมาจากดอยผาจิ บ้านสันติสุข ตำบลขุนควร อำเภอปง จังหวัดพะเยา ประกอบด้วย นายศรี หิรัญศิริ พร้อมครอบครัว และ นายเซ่ง ไพรนิวาส พร้อมครอบครัว

ชุดที่ 2 ย้ายลงมาจากดอยภูเค็ง บ้านห้วยหยวก ตำบล แม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน ประกอบด้วย นายม่วงซึ่งเป็นพ่อของนายศรี, นายพัด สุขนศิริ พร้อมครอบครัว, นายอ้ายปา คนธพฤษ พร้อมครอบครัว, นายลอง สุขนศิริ (ลูกเขยลุงอ้ายปา) พร้อมครอบครัว, นายยั้ง พร้อมครอบครัว, นายเกอ สุขนศิริ พร้อมครอบครัว, นายประลอง, นายทอง, นายธง เมลืองไพร, นายเล่ง (น้องชายนายธง)

ชุดที่ 3 ย้ายมาจาก ขุนเสนียน ตำบลบ้านฟ้า อำเภอบ้านหลวง จังหวัดน่าน ประกอบด้วย นายแก้ว, นายวงศ์ หิรัญศิริ, นายสายัณห์, นายเซ่ง

ชุดที่ 4 ย้ายมาจากบ้านท่าวะ ตำบลสะเอียบ อำเภอสอง จังหวัดแพร่ คือนายศรีคำ

ชุดที่ 5 ย้ายมาจากบ้านห้วยฮ่อม ตำบลเวียง อำเภอร้องกวาง จังหวัดแพร่ ประกอบด้วย นายทรงวุฒิ และนายพจน์ ศรีชาวป่า (ศรี หิรัญศิริ, สัมภาษณ์, 16 กรกฎาคม พ.ศ. 2561)

ปี พ.ศ. 2541 ศูนย์พัฒนาและสงเคราะห์ชาวเขาจังหวัดน่าน เข้ามากำกับดูแลให้ความช่วยเหลือด้านต่าง ๆ และจัดทำทะเบียนราษฎรทำให้มละบริได้รับบัตรประชาชน เป็นคนสัญชาติไทย เป็นต้นมา

ปี พ.ศ. 2542 ศูนย์พัฒนาและสงเคราะห์ชาวเขาจังหวัดน่าน พัฒนาหมู่บ้านให้เป็นแหล่งท่องเที่ยว รวมถึงมีการก่อสร้างที่พักอาศัย ระบบประปาภูเขา สร้างถังพักน้ำ ที่อาบน้ำ จัดทำถนนเข้าหมู่บ้าน และจัดตั้งให้เป็น “หมู่บ้านท่องเที่ยว” เพื่อรองรับการท่องเที่ยว โดยชุมชนมละบริ นับเป็นหมู่บ้านที่ 5 บ้านห้วยหยวก หมู่ 6 ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน

ปี พ.ศ. 2550 วันที่ 2 มีนาคม เมื่อสมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เสด็จทรงงานที่ชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก หมู่ที่ 6 ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน ทรงมีความห่วงใยเรื่องความเป็นตัวตนของชนเผ่ามละบริ (ตองเหลือง) จะสูญหาย จึงทรงมีพระราชดำริแนวทางการพัฒนา ให้มละบริอยู่กับป่า มีชีวิตแบบดั้งเดิมแต่สามารถรู้เท่าทันโลก ปัจจุบัน มีการคุ้มครองเสรีภาพของชนเผ่า มีการสืบทอดประเพณีวัฒนธรรม อีกทั้งให้มีการส่งเสริมการปลูกข้าวเพื่อบริโภค และสร้างรายได้เพื่อใช้จ่ายในครอบครัว ให้มีโครงการส่งเสริมการปลูกข้าวเพื่อบริโภค และสร้างรายได้เพื่อใช้จ่ายในครอบครัวชุมชนมละบริ ห้วยลู่ โครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตและฟื้นฟูป่าต้นน้ำ ลำธาร บ้านห้วยหยวก ตามพระราชดำริ โดยมอบหมายให้กรมป่าไม้ จัดตั้งโครงการขึ้นในปี พ.ศ. 2553 และได้ชักชวนกลุ่มมละบริบางส่วนขึ้นมาพัฒนาพื้นที่ห้วยลู่ ในปี พ.ศ. 2554 ในปีพ.ศ. 2555 เป็นปีแรกที่ได้ส่งเสริมให้ชุมชนชาวเผ่ามละบริได้ปลูกข้าวไร่ และเริ่มส่งเสริม

การปลูกข้าวแบบดำนาคั้งแรก นับแต่นั้นเป็นต้นมาก็มีการปรับพื้นที่ปลูกข้าวเพิ่มขึ้นทุกปี และมีการกำหนดชื่อโครงการใหม่ว่าโครงการอนุรักษ์ระบบนิเวศป่าไม้ห้วยลู่ตามพระราชดำริฯ เมื่อวันที่ 1 ตุลาคม พ.ศ. 2561 และเมื่อวันที่ 5 มีนาคม พ.ศ. 2563 ที่ชุมชนมละบริ บ้านห้วยลู่ พื้นที่ในโครงการอนุรักษ์ระบบนิเวศป่าไม้ห้วยลู่ ตามพระราชดำริ สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี บ้านห้วยลู่ ตำบลสะเนียน อำเภอเมืองน่าน จังหวัดน่าน โดยกลุ่มรักสุขภาพชุมชนมละบริ บ้านห้วยลู่ ร่วมกับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านน้ำโค้ง สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเมืองน่าน พร้อมคณะเจ้าหน้าที่ ได้จัดกิจกรรมดำเนินงานโครงการส่งเสริมโภชนาการและพัฒนารเด็กปฐมวัยชุมชนห้วยลู่ ช่วงอายุแรกเกิดถึง 5 ปี ซึ่งเป็น “โอกาสทอง” จากการทำที่เป็นช่วงที่เด็ก จะมีการเจริญเติบโตทั้งในด้านร่างกาย และพัฒนาการด้านต่าง ๆ สูงที่สุดจากการเลี้ยงดูและการเอาใจใส่ที่แตกต่างกัน เช่น ขาดสารอาหาร สุขภาพไม่สมบูรณ์ อยู่ใสภาพแวดล้อมที่ขาดสิ่งกระตุ้นพัฒนาการ ขาดการเลี้ยงดูที่เหมาะสม ขาดการกระตุ้นการตอบสนอง และอยู่ในสภาพที่ไม่ปลอดภัย ทำให้เด็กเล็กจำนวนหนึ่งมีพัฒนาการต่ำกว่าระดับศักยภาพปกติ การประเมินติดตามพัฒนาการเป็นประจำ จะทำให้พบเด็กเล็กที่มีพัฒนาการสงสัยว่าล่าช้าเร็วขึ้น หมายถึงการเพิ่มโอกาสในการพัฒนากระตุ้นแก้ไข การเลี้ยงดูและส่งเสริมพัฒนาในด้านต่าง ๆ ทั้งร่างกาย จิตใจ และสมองอย่างเหมาะสม การดูแลจัดการอาหาร และโภชนาการในช่วงวัยทารกและเด็กเล็ก รวมถึงภาวะการเจริญเติบโต เป็นพื้นฐานสำคัญของการมีสุขภาพและสติปัญญาที่ดีในระยะยาว กลุ่มอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชนมละบริ ชุมชนห้วยลู่ จึงจัดทำโครงการส่งเสริมโภชนาการและพัฒนารเด็กปฐมวัยชุมชนห้วยลู่ เพื่อให้เด็กเล็กได้รับการดูแลด้านโภชนาการ การเจริญเติบโตอย่างสมวัย เพื่อเฝ้าระวัง ส่งเสริมให้เด็กมีสุขภาพดีมีคุณภาพในการดำรงชีวิตประจำวัน นรชาติ (2554) การพัฒนาคุณภาพชีวิตชาวมละบริ ภูฟ้า ให้สามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับสังคมปัจจุบันได้อย่างเสมอภาค 50 ปีก่อนมละบริกลุ่มชาติพันธุ์เร่ร่อน อาศัยอยู่ในเขตชายแดนระหว่างป่ากับเมืองกระจายอยู่ทั่วประเทศไทย ประมาณ 400 คน พื้นฐานของชาวมละบริจะไม่อยู่เป็นหลักแหล่ง แต่จะย้ายถิ่นฐานทั้งเครือญาติไปเรื่อย ๆ ตามความสมดุลของป่า หรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ดำรงชีวิตอยู่ด้วยการ ล่าสัตว์ เก็บของป่ามาขายหรือแลกของบ้างรับจ้างใช้แรงงาน ซึ่งชาวมละบริมักจะถูกเอาเปรียบจากนายจ้างอยู่เสมอ และเนื่องด้วยน้ำพระทัยของสมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงพระราชทานพื้นที่ในศูนย์ภูฟ้าพัฒนา ตำบลภูฟ้า อำเภอบ่อเกลือ จังหวัดน่าน จำนวน 800 ไร่ จากทั้งหมด 2,000 ไร่ เพื่อให้เป็นสถานที่บ่มเพาะการใช้ชีวิตปรับตัวเข้ากับโลกโดยมีความเป็นตัวตนของมละบริ พัฒนาและสร้างเป็นรูปแบบการพัฒนาบนฐานภูมิปัญญาของ มละบริอย่างยั่งยืน ตามพระราชดำริ “พัฒนาให้เขาเป็นเขา รู้เท่าทันโลก โดยยังคงรักษาความเป็นมละบริไว้ได้ดังเดิม” (ภาพที่ 5)



ภาพที่ 5 สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงพระราชทานพื้นที่ในศูนย์ภูฟ้าพัฒนา ตำบลภูฟ้า อำเภอบ่อเกลือ จังหวัดน่าน จนผ่านละบริ เมื่อวันที่ 2 มีนาคม พ.ศ. 2550

ที่มา: สุลักษณ์ (2551)

2. ลักษณะทางกายภาพของบ้านห้วยหยวก

2.1 ที่ตั้งและอาณาเขต

บ้านห้วยหยวก หมู่ 6 ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน พิกัดตั้งอยู่ที่ ละติจูด $18^{\circ}48'56.8''$ เหนือ ลองจิจูด $100^{\circ}31'40.7''$ ตะวันออก มีเนื้อที่รวม 10,975 ไร่ มีอาณาเขตติดต่อ ดังนี้

ทิศเหนือ	ติดต่อกับ บ้านปางเป๋ย ตำบลสะเนียง อำเภอเมือง จังหวัดน่าน
ทิศใต้	ติดต่อกับ บ้านนาจั่ว ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน
ทิศตะวันออก	ติดต่อกับ บ้านใหม่ในฝั้น ตำบลสะเนียง อำเภอเมือง จังหวัดน่าน
ทิศตะวันตก	ติดต่อกับ เขตอำเภอบ้านหลวง จังหวัดน่าน

2.2 การเดินทาง

เส้นทางเข้าสู่หมู่บ้านที่สะดวก คือ เส้นทางสาย น่าน-บ้านหลวง-พะเยา ทางหลวงหมายเลข 1091 บริเวณหลักกิโลเมตรที่ 30 จะมีทางแยกเข้าสู่บ้านปางเป๋ย เส้นทางหมายเลข 4002 ประมาณ 4 กิโลเมตร และเดินทางต่อจากบ้านปางเป๋ยไปอีกประมาณ 8 กิโลเมตร มีป้ายที่ตั้งชุมชนมะบริ บ้านห้วยหยวก ตั้งอยู่ด้านซ้ายมือ (ภาพที่ 6) และแผนที่แสดงที่ตั้งบ้านห้วยหยวก หมู่ที่ 6 ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน (ภาพที่ 7)



ภาพที่ 6 เส้นทาง และลักษณะภูมิประเทศ ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน

ที่มา: จากการสำรวจ



ภาพที่ 7 แผนที่แสดงที่ตั้งบ้านห้วยห้วย หมู่ที่ 6 ตำบลแม่ชะนิง
อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน

ที่มา: สมาคมศูนย์รวมการศึกษาและวัฒนธรรมของชาวไทยภูเขาในประเทศไทย (2561)

2.3 ลักษณะภูมิประเทศ

จุดที่ตั้งหมู่บ้านมีความสูงระดับ 600 เมตรจากระดับน้ำทะเล มีลักษณะภูมิประเทศเป็นแนวเขาสองแนวขนานกันทอดตัวจากทิศเหนือไปทางทิศใต้ค่อนข้างตรงไปทางตะวันตกเล็กน้อย เป็นต้นกำเนิดของแม่น้ำแม่ชะโนงซึ่งไหลผ่าตรงกลางระหว่างสองแนวเขาลงไปทางทิศใต้ผ่านหน้าหมู่บ้าน จุดสูงสุดของแนวเขาอยู่ที่ยอดดอยภูเค็ง ซึ่งตั้งอยู่ทางทิศตะวันตกเฉียงใต้ของหมู่บ้าน โดยมีระยะห่างจากหมู่บ้านประมาณ 15 กิโลเมตร มีความสูงที่ระดับ 1,300 เมตร จากระดับน้ำทะเล ทางน้ำสายหลักได้แก่ ห้วยแม่ชะโนง ไหลผ่านทางทิศใต้ปากทางเข้าหมู่บ้าน ในอดีตมีปริมาณน้ำมาก สถานการณ์ในปัจจุบันปริมาณน้ำลดลงมากในฤดูแล้ง ปริมาณน้ำไม่พอใช้ ส่วนในฤดูฝนเกิดน้ำหลาก และดินถล่มสภาพที่ดินเป็นพื้นที่บุกเบิกเพื่อใช้ที่ดินในการเกษตร ปลูกพืชเศรษฐกิจทำไร่ข้าวโพดเป็นหลัก สภาพหน้าดินถูกทำลายจากการใช้สารเคมีอย่างรุนแรง ลักษณะทางธรณีวิทยาของตำบลแม่ชะโนงตอนเหนือของตำบล เป็นหินดินดาน แทรกสลับชั้นหินทรายมีความลาดชันไปทางตะวันออก มีลักษณะแตกหักแผ่ปกคลุมกระจายทั่วพื้นที่ (ภาพที่ 8)



ภาพที่ 8 สภาพหมู่บ้านห้วยหวกและพื้นที่โดยรอบ

ที่มา: สมาคมศูนย์รวมการศึกษาและวัฒนธรรมของชาวไทยภูเขาในประเทศไทย (2561)

2.4 ลักษณะภูมิอากาศ

เนื่องจากสภาพภูมิประเทศโดยรอบเป็นหุบเขาสูงชันในแนวเหนือ-ใต้ เป็นเสมือนกำแพงปิดกั้นลมมรสุมตะวันตกเฉียงเหนือ แนวยอดเขาเปิดรับความกดอากาศสูงที่แผ่มาจากประเทศจีนได้เต็มที่ มีสภาพอากาศหนาวเย็นในตอนกลางคืน และตอนกลางวันมีอุณหภูมิสูงมาก เนื่องจากได้รับแสงอาทิตย์โดยตรง (กรมทรัพยากรธรณี, 2556)

2.5 โครงสร้างพื้นฐาน

ชุมชนมละบริ คุ่มที่ 5 บ้านห้วยหยวก มีทางหลวงชนบทหมายเลข 4002 เป็นถนนลาดยางถึงหมู่บ้าน ภายในชุมชนมีถนนคอนกรีตเสริมเหล็กผ่ากลางหมู่บ้าน มีไฟฟ้าของการไฟฟ้าส่วนภูมิภาคเข้าถึงชุมชน มีระบบประปาภูเขา มีแหล่งน้ำสำรองที่บริเวณเหนือหมู่บ้านมีน้ำบ่อโบราณ เป็นลักษณะน้ำออกรู ใช้ตลอดปี มีระบบประปาหมู่บ้านแต่ ไม่มีโครงสร้างการจัดการน้ำ ไม่มีคณะกรรมการจัดการน้ำ ใช้วิธีช่วยกันสอดส่องดูแล ไม่มีการเก็บค่าซ่อมบำรุง ค่าใช้จ่ายในการบำรุงรักษาจะช่วยกันตามกำลังมีระบบห้องสุขารวม (ภาพที่ 9) และมีผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้านคือ นายฉลองชัย ดอยศักดิ์ เป็นผู้ดูแล



ภาพที่ 9 ระบบสาธารณูปโภคภายในชุมชนมละบริ บ้านห้วยหยวก

ที่มา: จากการสำรวจ

3. ลักษณะทางสังคมของชุมชนบ้านห้วยหยวก

3.1 ด้านประชากร

บ้านห้วยหยวก หมู่ที่ 6 แบ่งเป็น 5 คุ่มบ้าน จำนวนครัวเรือนทั้งหมด 169 ครัวเรือน มีประชากรรวม 839 คน เป็นผู้ชาย 414 คน ผู้หญิง 425 คน (สำนักงานปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลแม่ชะนิ้ง, 2562) ชุมชนมละบริเป็นคุ่มที่ 5 แยกออกมาตั้งอยู่ทางทิศตะวันตกของหมู่บ้านหลัก จากการสำรวจในปี 2560 มละบริบ้านห้วยหยวกมีจำนวน 24 หลังคาเรือน ประชากรชาย 70 คน ประชากรหญิง 77 คน รวมประชากรทั้งสิ้น 147 คน มีผู้นำที่เป็นทางการทำหน้าที่ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน คือ นายฉลองชัย ดอยศักดิ์ (มูลนิธิชนเผ่าพื้นเมืองเพื่อการศึกษาและสิ่งแวดล้อม, 2560)

3.2 ด้านการศึกษา

บ้านห้วยหยวกมีโรงเรียนภูเค็งพัฒนา ตั้งอยู่ในบริเวณหมู่บ้านหลักเปิดสอนตั้งแต่ระดับอนุบาลถึงมัธยมศึกษาตอนต้น ในชุมชนมละบริ คุ่มที่ 5 มีศูนย์การศึกษานอกโรงเรียนในหมู่บ้าน และมีสถานดูแลเด็กก่อนวัยเรียน โดยมีครูประจำหนึ่งคนคอยดูแล และจัดการอาหารกลางวัน

3.3 ด้านสังคม ศาสนาและความเชื่อ

ด้านสังคม มละบริ บ้านห้วยหยวก เป็นสังคมแห่งการแบ่งปัน มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กัน มีความถ้อยทีถ้อยอาศัยซึ่งกันและกัน หากมีความขัดแย้งกันจะไม่ใช้ความรุนแรง จะใช้วิธีหลบเลี่ยงและเดินหนี ชาวมละบริ บ้านห้วยหยวกให้ความสำคัญกับความสัมพันธ์ในระบบเครือญาติ โดยจะมีข้อห้ามการแต่งงานระหว่างญาติพี่น้องตระกูลเดียวกัน มีการยึดถือการแต่งงานแบบสามีภรรยาเดียวกัน มีลักษณะครอบครัวขยาย สังเกตว่าภายในบ้านแต่ละหลังจะอยู่อาศัยรวมกัน หลายครอบครัว มีความเคารพลำดับอาวุโส

ผู้นำและกิจกรรมภายในชุมชน การจัดตั้งผู้นำชุมชนพิจารณาตามความสามารถ ปัจจุบันมีผู้นำชุมชนทางการทำหน้าที่ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน คือ นายฉลองชัย ดอยศักดิ์ ส่วนผู้นำอาวุโส คือ นายศรีหิรัญศิริ ในชุมชน มีการรวมกลุ่มเยาวชน ช่วยเหลือดูแลกัน มีการจัดกิจกรรมถ่ายทอดองค์ความรู้โดยการนำเด็กเข้าค่ายเรียนรู้วิถีชีวิตในป่า โดยมีผู้รู้ช่วยกันสั่งสอนถ่ายทอดให้ความรู้

ศาสนา แต่เดิมนั้นมละบริบ้านห้วยหยวกมีความเชื่อแบบดั้งเดิม ต่อมามีมิชชันนารี เข้ามาให้ความช่วยเหลือและเผยแพร่ศาสนาคริสต์ ทำให้ปัจจุบันชาวมละบริบ้านห้วยหยวกได้เปลี่ยนความเชื่อมานับถือศาสนาคริสต์บางส่วน เป็นคริสต์เถียนนิกายโปแตสแตนท์ (แบปติส) ได้แก่ ครอบครัวนายศรี, นายฉลองชัย, นายทรงวุฒิ, นายวงศ์, นายเกอ และนายพัด นอกนั้นยังคงความเชื่อแบบดั้งเดิม โดยความเชื่อและคำสอนดั้งเดิมของมละบริบ้านห้วยหยวกมีดังนี้

ความเชื่อดั้งเดิมเวลาเข้าป่าห้ามส่งเสียงดัง ห้ามตัดไม้เรื่อยเปื่อยโดยไม่จำเป็น จะเป็นลางร้าย ห้ามถ่มน้ำลายใส่ช้างเพราะจะทำให้ช้างจะวิ่งตาม หากเดินไปเจอขอนหักปักดินห้ามข้าม เชื่อว่าจะทำให้เจ็บเส้นเอ็นและเจ็บที่หน้าอกได้ ห้ามลอดเถาไม้สะบ้าจะทำให้เวียนหัว ห้ามหัวเราะใส่ลิง จะทำให้หลงป่า ห้ามถ่มน้ำลายใส่ขี้ยูนุ่น (สัตว์ป่าชนิดหนึ่งภาษามละบริ) จะทำให้ถ่มน้ำลายไม่หยุดจนทำให้น้ำลายแห้งหมดปาก ถ้ามีนกแสกร้องตอนกลางคืนจะมีคนตาย เวลาเดินเข้าป่าบริเวณที่มีดินเย็น ๆ ลมพัดเบา ๆ ทำให้คนขนลุก เป็นลางไม่ดี จะมีสัตว์ร้ายหรือเสืออยู่บริเวณนั้น ห้ามดื่มจากแม่น้ำสายใหญ่ ๆ ให้ดื่มจากบ่อเล็ก ๆ หากดื่มน้ำที่มีน้ำไหลห้ามดื่มน้ำทวนกระแส

ข้อห้ามและมารยาททางสังคม ชาวมละบริบ้านห้วยห้วยกมีข้อห้ามอย่างเคร่งครัด โดยเฉพาะเด็กและเยาวชนห้ามเถียงผู้ใหญ่ ห้ามข้ามหน้าผู้ใหญ่ เนื่องจากไม่สุภาพและแสดงไม่เคารพผู้ใหญ่ ห้ามลักขโมยของของคนอื่น ห้ามเข้าบ้านคนอื่นที่เจ้าของไม่อยู่บ้าน สิ่งที่ไม่รู้จักคุ้นเคยห้ามแตะต้อง สิ่งไม่ดีห้ามยุ่งเกี่ยว เช่น เหล้า บุหรี่และอบายมุขต่าง ๆ

4. ข้อมูลด้านเศรษฐกิจของชุมชนมละบริบ้านห้วยห้วยก

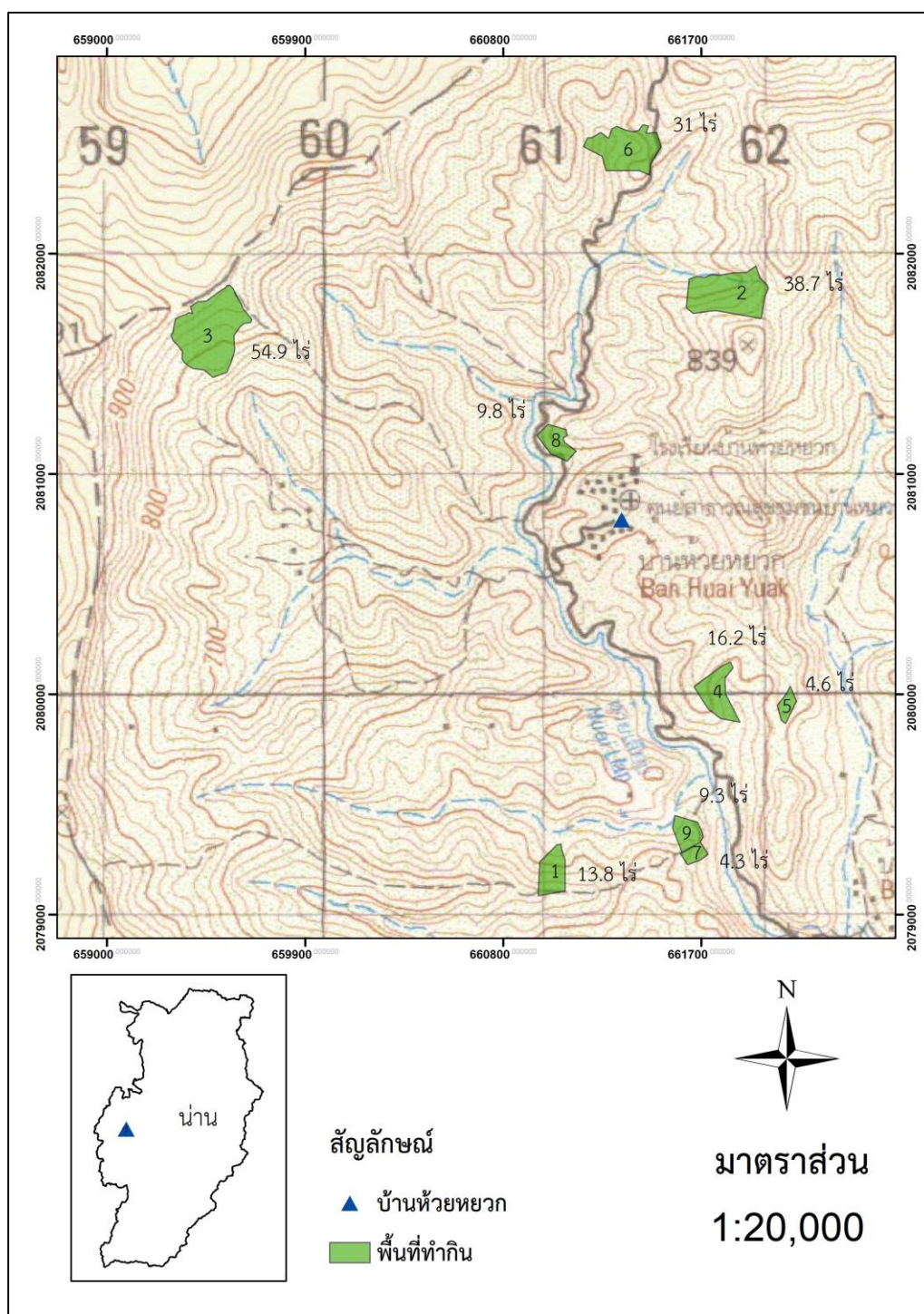
4.1 พื้นที่ทำกินของชุมชน

ชุมชนมละบริ บ้านห้วยห้วยกมีพื้นที่ทำกินเป็นทรัพยากรส่วนกลางเป็นที่ตั้งของชุมชน นอกจากนี้ ยังมีป่าอนุรักษ์ที่ตั้งอยู่ด้านเหนือของหมู่บ้าน และมีพื้นที่ทำกินที่ได้รับการช่วยเหลือของมิชชันนารี โดยซื้อที่ดินจากเผ่าม้งในพื้นที่เพื่อเป็นที่ทำกินส่วนกลางของชุมชน มีพื้นที่ทำกินรวม 163.76 ไร่ ที่อยู่อาศัย 9.76 ไร่ สุสาน 9.32 ไร่ การใช้พื้นที่ทำกินส่วนกลางเป็นกรรมสิทธิ์ของชุมชน ไม่มีการวางกฎระเบียบการใช้ที่ดินที่ชัดเจนเป็นลายลักษณ์อักษร แต่ใช้การตกลงของชุมชนในการเข้าไปทำกินในที่ดินส่วนกลาง โดยมีรายละเอียดของจำนวนแปลงพื้นที่ดินทำกินของชุมชนบ้านห้วยห้วยกแสดงดังตารางที่ 2 และภาพที่ 10

ตารางที่ 2 พื้นที่ดินทำกินและการใช้ประโยชน์ของชุมชนมะลิ บ้านห้วยหวก

ที่ดินแปลงที่	การใช้ประโยชน์	เนื้อที่ (ไร่)
1	พื้นที่ทำกิน	13.84
2	พื้นที่ทำกิน	38.76
3	พื้นที่ทำกิน	54.89
4	พื้นที่ทำกิน	16.24
5	พื้นที่ทำกิน	4.62
6	พื้นที่ทำกิน	31.08
7	พื้นที่ทำกิน	4.33
8	ที่อยู่อาศัย	9.76
9	สุสาน	9.32
รวม		182.84

ที่มา: สมาคมศูนย์รวมการศึกษาและวัฒนธรรมของชาวไทยภูเขาในประเทศไทย (2561)



ภาพที่ 10 แผนที่แสดงพื้นที่ทำกินส่วนกลางที่ได้รับบริจาค

ที่มา: สมาคมศูนย์รวมการศึกษาและวัฒนธรรมของชาวไทยภูเขาในประเทศไทย (2561)

4.2 ด้านเศรษฐกิจ

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างมละบริ บ้านห้วยหยวกจำนวน 20 หลังคาเรือน พบว่า มละบริ ไม่มีที่ดินทำกินจำนวน 9 หลังคาเรือน คิดเป็นร้อยละ 45 และร้อยละ 55 มีที่ดินทำกิน โดยนายจ้าง (พ่อเลี้ยง) แบ่งปันที่ดินให้ทำกินจำนวน 5 หลังคาเรือน คิดเป็นร้อยละ 25 เช่าพื้นที่ทำกินจากชนเผ่าม้งจำนวน 4 หลังคาเรือน คิดเป็นร้อยละ 20 และใช้ที่ดินส่วนกลางของชุมชน จำนวน 2 หลังคาเรือน คิดเป็นร้อยละ 10 (ตารางที่ 3)

ตารางที่ 3 ข้อมูลที่ดินทำกินของกลุ่มตัวอย่างมละบริ บ้านห้วยหยวก

รายการ	จำนวนหลังคาเรือน (N=20)	ร้อยละ
ไม่มีที่ดินทำกิน	9	45
มีที่ดินทำกิน		
- ของนายจ้าง	5	25
- เช่าที่ทำกิน	4	20
- ที่ดินส่วนกลาง	2	10
รวม	20	100

ที่มา: จากการสำรวจ

4.3 อาชีพหลัก

จากปัจจัยที่ดินทำกิน ชาวมละบริในชุมชนบ้านห้วยหยวกไม่มีที่ดินทำกินเป็นของตนเอง มละบริบ้านห้วยหยวกจึงยึดอาชีพรับจ้างในภาคการเกษตรเป็นหลัก โดยรูปแบบการจ้างงาน มีทั้งรายวัน รับเหมาและรับจ้างรายปี จากการสัมภาษณ์ มีการรับจ้างรายปีเป็น จำนวน 14 หลังคาเรือน คิดเป็นร้อยละ 50 ที่ทำงานรับจ้างรายปีให้กับ “พ่อเลี้ยง” ซึ่งเป็นระบบอุปถัมภ์ โดยแต่ละครอบครัวจะมีพ่อเลี้ยงเป็นผู้อุปถัมภ์ แล้วแต่ใครจะสมัครใจทำงานให้กับครอบครัวใด พ่อเลี้ยงมีศักยภาพในการดูแลมละบริแต่ละครอบครัว ปกติจะจ่ายค่าจ้างโดยเฉลี่ยปีละ 5,000 บาท ต่อคน และรับผิดชอบในการหาข้าวหาอาหารให้กับมละบริที่อยู่ในความดูแล ซึ่งมละบริที่อยู่ในความดูแลจะต้องทำงานให้กับพ่อเลี้ยงตามที่พ่อเลี้ยงจะเรียกใช้งาน โดยเฉพาะในฤดูเพาะปลูกและฤดูเก็บเกี่ยว ทั้งนี้จากตารางข้อมูลที่ดินทำกิน (ตารางที่ 4) พบว่า มีจำนวน 5 หลังคาเรือนที่พ่อเลี้ยงแบ่งปันที่ดินให้เพาะปลูกข้าว หรือข้าวโพดทำกินเองได้ แต่มีเงื่อนไขคือต้องทำงานหลักในไร่ของพ่อเลี้ยงให้เสร็จก่อน

จึงจะสามารถเพาะปลูกของตนเองได้ แต่บางรายอาจจะมีกฎเข้มงวดมากขึ้นเช่น หากมีความจำเป็นต้องหยุดงานในไร่ พ่อเลี้ยงจะหักเงินเป็นรายวันคิดเป็นนี้สมทบต้องทำงานชดใช้ ระบบพ่อเลี้ยงนี้หากมองในรูปแบบความสัมพันธ์ที่ต่อเนื่องของชนเผ่ามละบริกับชนเผ่าอื่นที่มีการพัฒนาเปลี่ยนแปลงรูปแบบวิถีชีวิตพ่อเลี้ยงเป็นที่พึ่งด้านปัจจัยในการดำรงชีพ ซึ่งมีความสัมพันธ์กันมาช้านานตั้งแต่ในยุคของแลกของ สภาพสังคมมละบริบ้านห้วยหยวกในปัจจุบัน หากมละบริมีความต้องการข้าว กับข้าว และของใช้จำเป็นในการดำรงชีพอื่น ๆ มละบริก็จะขอให้พ่อเลี้ยงจัดหามาให้ โดย คิดบัญชีหนี้สินเอาไว้และใช้แรงงานทำงานชดใช้ให้เพิ่มเติม การมีพ่อเลี้ยงในความคิดของมละบริจึงหมายถึงที่พึ่งทางอาหาร เพราะเมื่อขาดแคลนอาหารก็สามารถไปขอกู้ยืมพ่อเลี้ยงได้ ทำให้ชาวมละบริ บ้านห้วยหยวกส่วนมากต้องมีการหนี้สินที่ยังเป็นปัญหาเรื้อรังมาโดยตลอด นอกจากนี้ ยังมีมละบริจำนวน 8 หลังคาเรือน คิดเป็นร้อยละ 28.57 ปลูกข้าวโพดเลี้ยงสัตว์เพื่อจำหน่าย และ 5 หลังคาเรือน คิดเป็นร้อยละ 17.86 ปลูกข้าวไร่เพื่อใช้บริโภคในครัวเรือน (ตารางที่ 4)

ตารางที่ 4 อาชีพหลักของกลุ่มตัวอย่างชุมชนมละบริ บ้านห้วยหยวก

อาชีพ	จำนวนหลังคาเรือน (N=20)	ร้อยละ
รับจ้างรายปี	14	50.00
ปลูกข้าวโพด	8	28.57
ปลูกข้าวไร่	5	17.86
มันสำปะหลัง	1	3.57
รวม	28	100.00

ที่มา: จากการสำรวจ

หมายเหตุ: ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

4.4 อาชีพพรอง

จากการสัมภาษณ์ผู้นำชุมชนคือนายฉลองชัย ดอยศักดิ์ และนายสมบูรณ์ ดอยศักดิ์ แกนนำเยาวชน พบว่าอาชีพพรองของมละบริ บ้านห้วยหยวกเป็นการรับจ้างทั่วไปภาคการเกษตร และการหาของป่าตามฤดูกาล (ตารางที่ 5) โดยกรณีคนที่ได้รับค่าจ้างรายปีต้องทำงานให้กับนายจ้างให้เสร็จและต้องได้รับอนุญาตจากนายจ้างเสียก่อนถึงจะไปรับจ้าง หรือทำงานอย่างอื่นได้ ด้านการรับจ้างนั้นเป็น

การรับจ้างทั่วไปในไร่ของชาวบ้านในพื้นที่โดยรอบชุมชนบ้านห้วยหยวก ตารางกิจกรรมการรับจ้างทั่วไปในรอบปี (ตารางที่ 6)

ตารางที่ 5 อาชีพรองของกลุ่มตัวอย่างชุมชนมละบริ บ้านห้วยหยวก

อาชีพรอง	จำนวนหลังคาเรือน (N=20)	ร้อยละ
รับจ้างทั่วไป	9	45.00
เก็บของป่า	11	55.00
รวม	20	100.00

ที่มา: จากการสำรวจ

ตารางที่ 6 กิจกรรมการรับจ้างทั่วไปในรอบ 1 ปี ของมละบริ บ้านห้วยหยวก

กิจกรรมรับจ้าง	รอบปี											
	ม.ค	ก.พ	มี.ค	เม.ย	พ.ค	มิ.ย	ก.ค	ส.ค	ก.ย	ต.ค	พ.ย	ธ.ค
ขุดชิง										↔		
ถางไร่			↔									
พ่นยาเหืองดูดซึม				↔								
ตัดเผาหญ้า รอบที่ 2					↔							
หยอดเมล็ดข้าวโพด					↔							
พ่นยาดูดซึม รอบ 2					↔							
พ่นยาดูดซึม รอบ 3					↔							
ใส่ปุ๋ย							↔					

ที่มา: จากการสำรวจ

รายได้จากการรับจ้างทั่วไปของมละบริ บ้านห้วยหยวกขึ้นอยู่กับกิจกรรมที่ไปรับจ้าง ดังนี้

1. รับจ้างขุดชิง อัตราค่าจ้าง กระสอบละ 20 บาท
2. รับจ้างถางไร่เตรียมพื้นที่ปลูกข้าวโพด อัตราค่าจ้าง วันละ 300 บาท หรือเหมาแปลง

คิดอัตราแปลงละ 1,500-3,000 บาท การเหมาแปลงนั้น ใช้แรงงานประมาณ 3-10 คน ใช้เวลาทำงานประมาณ 3-6 วัน

3. รับจ้างพ่นยาฆ่าหญ้า ใช้แรงงานประมาณ 3-4 คน ต่อแปลง คนตึงสายได้รับค่าแรงวันละ 200 บาท ส่วนคนพ่นยา ได้รับค่าแรง วันละ 300 บาท ใช้ระยะเวลาทำงานเฉลี่ยแปลงละ 3-6 วัน

4. รับจ้างตัดและเผาหญ้า ได้รับค่าจ้าง วันละ 200 บาท ใช้แรงงานประมาณ 3-4 คนต่อแปลงระยะเวลาการทำงานแปลงละ 1-2 วัน

5. การหยอดเมล็ดข้าวโพด อัตราค่าจ้างรายวัน วันละ 200 บาท หรือเหมาแปลงใช้เมล็ดข้าวโพดแปลงละ 35 ถุง ๆ ละ 10 กก. ใช้แรงงานประมาณ 10 คน เหมา แปลงละ 8,000-10,000 บาท ใช้เวลาทำงาน 15-20 วัน

6. การใส่ปุ๋ย ค่าแรงคนแบกปุ๋ย วันละ 300 บาท ค่าแรงคนใส่ปุ๋ย วันละ 200 บาท

นอกจากนี้ มละบริ บ้านห้วยหยวก ยังมีรายได้จากการหาของป่า แต่เนื่องด้วยสภาพพื้นที่เป็นภูเขาหัวโล้นพื้นที่โดยรอบชุมชนถูกแผ้วถางเป็นพื้นที่เพาะปลูกพืชเศรษฐกิจแปลงใหญ่ จึงต้องไปหาของป่าในเขตที่ป่าอยู่ไกลจากชุมชน ในรัศมี 10-50 กิโลเมตร จากบ้านห้วยหยวก โดยเฉพาะการหาหน่อไม้ ถือเป็นรายได้เสริมของชุมชนซึ่งต้องไปเก็บในป่า บริเวณป่าภูเค็ง และ ป่าขุนน้ำห้วยลู่ ซึ่งอยู่ห่างจากหมู่บ้านมากกว่า 30 กิโลเมตร การไปหาหน่อไม้จะให้อาหารเดินทางเป็นกลุ่ม โดยรถยนต์ของชุมชน หรือบางคนใช้รถมอเตอร์ไซด์ส่วนตัว แยกไปหาหน่อไม้ตามจุดต่าง ๆ และนำไปรวมกันเพื่อส่งไปจำหน่ายให้กับโรงงานในจังหวัดน่าน การหาของป่านั้นนอกจากมละบริแล้วชาวบ้านในพื้นที่ก็เข้าไปใช้ประโยชน์หาของป่าด้วยเช่นกัน จึงทำให้บางครั้งไม่สามารถหาของป่าได้ในปริมาณที่เพียงพอต่อการขายเพื่อยังชีพ หน่อไม้ที่หามาได้ส่งขายให้กับโรงงานในราคา กิโลกรัมละ 5 บาท เฉลี่ยการหาหน่อไม้ต่อวัน ได้คนละ 100 กิโลกรัม นอกจากหน่อไม้แล้ว การหาหนอนไม้ไผ่ซึ่งเป็นแมลงเศรษฐกิจชนิดหนึ่งที่ชนเผ่ามละบริบ้านห้วยหยวกเก็บหาตามฤดูกาลมีพ่อค้ามารับซื้อถึงชุมชน ฤดูกาลหาหนอนไม้ไผ่ อยู่ระหว่างเดือนกรกฎาคมจนถึงเดือนกุมภาพันธ์ของปีถัดไป ราคาขาย กิโลกรัมละ 200-300 บาท นอกจากหนอนไม้ไผ่แล้ว การหาลูกเหวี่ยง ซึ่งเป็นหนอนไม้ไผ่ขนาดใหญ่ที่ฝังตัวอยู่ในหน่อไม้ ถือเป็นแหล่งโปรตีนของมละบริ ซึ่งปกติจะหายากนิยมหามาไว้เพื่อบริโภคเองในครัวเรือน (ตารางที่ 7) แสดงช่วงเวลาการหาหน่อไม้ หนอนไม้ไผ่ และหนอนหน่อไม้

ตารางที่ 7 การเก็บหาของป่าในรอบหนึ่งปีของมละบริ บ้านห้วยหยวก

ชนิดของป่า	รอบปี											
	ม.ค	ก.พ	มี.ค	เม.ย	พ.ค	มิ.ย	ก.ค	ส.ค	ก.ย	ต.ค	พ.ย	ธ.ค
หน่อไม้							←→		→			
หนอนไม้ไผ่	←→						←→			→		
ลูกเห็บ						←→			→			



ภาพที่ 11 การหาหน่อไม้ ของมละบริ บ้านห้วยหยวก

ที่มา: จากการสำรวจ



ภาพที่ 12 “ดีแดรง” หรือหนอนไม้ไผ่ อาหารโปรตีนของมละบริ บ้านห้วยหยวก

ที่มา: จากการสำรวจ



ภาพที่ 13 “ลูกवे็ด” หรือหนอนหน่อไม้ อาหารโปรตีนของมละบริ บ้านห้วยหยวก

ที่มา: จากการสำรวจ

ตอนที่ 2 การบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก

การเก็บข้อมูลการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก ใช้วิธีการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างที่เป็นพ่อบ้านหรือแม่บ้านของชาวมละบริ จำนวน 20 หลังคาเรือน ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่เป็นผู้ชาย จำนวน 16 คน ที่สามารถสื่อสารเป็นภาษาไทยได้ และมีความกล้าแสดงออกมากกว่าผู้หญิง โดยกลุ่มตัวอย่างที่ให้สัมภาษณ์ มีอายุระหว่าง 16-70 ปี และบางคนไม่สามารถสื่อสาร และระบุอายุของตนเองได้แน่ชัด (ตารางที่ 8)

ตารางที่ 8 รายชื่อกลุ่มตัวอย่างมละบริที่เป็นพ่อบ้านและแม่บ้านผู้ให้สัมภาษณ์

ลำดับ	ชื่อสกุล	อายุ
1.	นายศรี หิรัญศิริ	62 ปี
2.	นายปา คนธฤกษ์	81 ปี
3.	นายพัด สุขนศิริ	64 ปี
4.	นายฉลองชัย ดอยศักดิ์	29 ปี
5.	นายสันต์ เจริญศิริพนา	29 ปี
6.	นายเลิศ หิรัญศิริ	24 ปี
7.	นางสาวแพรว สุขนศิริ	20 ปี
8.	นางสาวลา รักไพร	26 ปี
9.	นายเมย คนธฤกษ์	30 ปี
10.	นางดา หิรัญศิริ	44 ปี
11.	นางสาวอ้อม ศรีชาวป่า	16 ปี
12.	นายทราย เมลืองไพร	42 ปี
13.	นายประคอง ไพโรนิวาส	38 ปี
14.	นายจง สุขนศิริ	53 ปี
15.	นายเดา เมลืองไพร	25 ปี
16.	นายธง เมลืองไพร	55 ปี
17.	นายแก่น สุขนศิริ	22 ปี
18.	นายเซ้ง ไพโรนิวาส	48 ปี
19.	นายพจน์ ศรีชาวป่า	39 ปี
20.	นางสาวลาย สุขนศิริ	26 ปี

การศึกษาการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบรีบ้านห้วยหยวกในครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. ประเภท และแหล่งที่มาของอาหารที่บริโภค แบ่งเป็น 2 ประเภท คือประเภทอาหารที่ได้จากสัตว์ และประเภทอาหารที่ได้จากพืช โดยแต่ละประเภทแบ่งการศึกษาเป็นชนิด ดังนี้
 - 1.1 ประเภทอาหารที่ได้จากสัตว์ แบ่งเป็น 2 ชนิด คือ เนื้อสัตว์และแมลง
 - 1.2 ประเภทอาหารที่ได้จากพืช แบ่งเป็น 3 ชนิด คือ หว่มัน พืชผักผลไม้และเห็ด
 2. กรรมวิธีการประกอบอาหาร
- ผลการศึกษา มีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

1. ประเภทและแหล่งที่มาของอาหารที่มละบรี บ้านห้วยหยวก บริโภค

1.1 ประเภทอาหารที่ได้จากสัตว์ แบ่งได้เป็น 2 ชนิดคือ เนื้อสัตว์และแมลง

1.1.1 ชนิดอาหารที่ได้จากเนื้อสัตว์ จากการสัมภาษณ์กลุ่มผู้สูงอายุประกอบด้วยนายศรี หิรัญศิริ นายปา คนธพฤษ และนายพัต สุขนศิริ เกี่ยวกับการบริโภคอาหารในอดีต (สัมภาษณ์, 18 กรกฎาคม 2561) นายศรีเล่าว่า เมื่อครั้งที่ตนยังเป็นเด็กอาศัยอยู่ในป่ากับครอบครัว ในช่วงนั้น สัตว์ป่ามีมากทั้งสัตว์เล็ก และสัตว์ใหญ่ สัตว์ใหญ่ได้แก่ วัวกระทิง ช้างป่า เก้ง กวางป่า หมูป่า แรด ลิง เสือ เป็นต้น สัตว์เล็กได้แก่ งู อ้น เต่า ตุ่น เต่าภูเขา แล่น แมงลิง (มีปากเหมือนหามมีขนสีขาว) ไก่ป่า นก และสัตว์น้ำกุ่ม หอย ปู ปลา เป็นต้น สัตว์ที่มละบรีห้ามกิน คือ สัตว์จำพวก งูพิษ งูเห่า งูจงอาง เป็นต้น ชาวมละบรีมีความเชื่อว่า เป็นอันตรายทำให้ร่างกายเจ็บป่วย ปัจจุบันชาวมละบรี ยังคงล่าสัตว์เพื่อการบริโภค โดยสัตว์ป่าที่ไม่สามารถหาได้ในป่าธรรมชาติ ได้แก่ เก้ง หมู กวาง และ สัตว์ป่าที่หายาก ได้แก่ หมูป่า หมูหริ่ง แม่น งูเหลือม แล่น และสัตว์ป่าที่พบหาได้ในพื้นที่ป่ารอบ ๆ หมู่บ้าน จำนวน 5 ชนิด ได้แก่ งูหลาม ไก่ป่า งู นก และนกเขา ซึ่งการล่าสัตว์นั้นเป็นหน้าที่ของผู้ชาย อาวุธหรือเครื่องมือที่ใช้ในการล่าสัตว์มีเพียง มีดกับหอกเท่านั้น การล่าสัตว์ใหญ่ เช่น หมูป่า พวกผู้ชายจะไปกันเป็นกลุ่มช่วยกันต้อนจนสัตว์จนมุมเข้าระยะประชิดช่วยกันใช้มีดและหอกตีแทง จน สัตว์สิ้นใจ และปันส่วนสัตว์ที่ล่ามาได้แบ่งเท่า ๆ กัน นอกจากนี้อาหารประเภทสัตว์ที่หายากได้แก่ ปลา ปู หอย กุ้ง เต่า เต่าตัวเล็ก และ เต่าฝา (ตารางที่ 9)

ตารางที่ 9 ชนิดอาหารที่ได้จากเนื้อสัตว์

คำเรียกภาษา มละบริ	คำเรียก ภาษาไทย/ ท้องถิ่น	ลักษณะ/การใช้ ประโยชน์	กรรมวิธีการปรุง อาหาร	สถานะ
งาย	หมูป่า	กินได้ทั้งตัวยกเว้นดี	ต้ม เผา หรือย่างให้สุก	หายาก
จาก	แก้ง	กินได้ทั้งตัวยกเว้นดี	ต้ม เผา หรือย่างให้สุก	ไม่มีแล้ว
แบก	หมี	กินได้ทั้งตัวยกเว้นดี	ต้ม เผา หรือย่างให้สุก	ไม่มีแล้ว
โปล	กวาง	กินได้ทั้งตัวยกเว้นดี	ต้ม เผา หรือย่างให้สุก	ไม่มีแล้ว
ตะปลอง/ซแว	หมูหริ่ง	กินได้ทั้งตัว อาหารโปรด	ต้ม เผา หรือย่าง	หายาก
โตะ	แม่น	กินได้ทั้งตัวยกเว้นดี	ต้ม เผา หรือย่าง	หายาก
เมาะ	งูหลาม	กินได้ทั้งตัวยกเว้นดี	ต้ม เผา หรือย่าง	พอหาได้
เมาะ	งูเหลือม	กินได้ทั้งตัวยกเว้นดี	ต้ม เผา หรือย่าง	หายาก
เปยพ	แลน	กินได้ทั้งตัวยกเว้นดี	ต้ม เผา หรือย่าง	หายาก
ซีรแกงบริ	ไก่ป่า	กินได้ทั้งตัว	ต้ม เผา หรือย่าง	รอบ ๆ ชุมชน
กะ	ปลา	กินได้ทั้งตัว	ต้ม หรือเผา	หายาก
กึรตาม	ปู	กินได้ทั้งตัว	ต้ม หรือเผา	หายาก
โทรจ	หอย	กินเนื้อใน	ต้ม หรือเผา	หายาก
ตาแปลง	กิ้ง	กินได้ทั้งตัว	ต้มหรือหมก	หายาก
โตมโอะ	งู	กินได้ทั้งตัว	ต้ม เผา หรือย่าง	พอหาได้
กะซึน	เต่า	กินเนื้อใน	ต้ม เผา หรือย่าง	หายาก
กะอุม	เต่าตัวเล็ก	กินเนื้อใน	ต้ม เผา หรือย่าง	หายาก
ชะกลวน	เต่าฝา	กินเนื้อใน	ต้ม เผา หรือย่าง	หายาก
อาจ	นก	กินได้ทั้งตัว	ต้ม เผา หรือย่าง	พอหาได้
อาจจรุง	นกเขา	กินได้ทั้งตัว	ต้ม เผา หรือย่าง	พอหาได้

1.1.2 ชนิดอาหารที่ได้จากแมลง หนอนแมลงนับเป็นแหล่งอาหารโปรตีนที่หาง่าย ปัจจุบันนอกจากหาแมลงเพื่อบริโภคในครัวเรือนแล้ว หนอนไม้ไผ่ (ภาพที่ 14) ยังสามารถสร้างรายได้เสริมให้กับมละบริอีกด้วย จากการศึกษาพบแมลงที่มละบริหามาเพื่อการบริโภค จำนวน 4 ชนิด ได้แก่ หนอนไม้ไผ่ หนอนหน่อไม้ กว่าง และด้วงไม้ไผ่ (ตารางที่ 10)

ตารางที่ 10 ชนิดอาหารที่ได้จากแมลง

คำเรียกภาษา มละบริ	คำเรียกภาษาไทย/ ท้องถิ่น	กรรมวิธีการปรุง อาหาร	ฤดูกาล	สถานะ
ดีแดรง	หนอนไม้ไผ่	ต้ม หมกไฟ	ฝน	หาได้ในป่าไผ่ทั่วไป
ลูกเว็ค	หนอนหน่อไม้	ต้ม หมกไฟ	ฝน	หาได้ในป่าไผ่ทั่วไป
จูจิว	กว้าง	ย่างไฟ	ฝน	หาได้ตามฤดูกาล
ทะกุล	ด้วงไม้ไผ่	ย่างไฟ	ฝน	หาได้ในป่าไผ่ทั่วไป



ภาพที่ 14 การเข้าป่าหาหนอนหน่อไม้ “ลูกเว็ค”

ที่มา: จากการสำรวจ

แหล่งที่มาของอาหารประเภทเนื้อสัตว์

จากการศึกษาพบว่าในปัจจุบัน มละบรินิยมซื้อเนื้อสัตว์เพื่อการบริโภค คิดเป็นร้อยละ 57.14 รองลงมาเป็นการหาจากแหล่งธรรมชาติ คิดเป็นร้อยละ 31.43 โดยใช้เวลารวบรวมจากการรับจ้างและ การทำไร่เข้าไปล่าสัตว์ป่าที่พอหาได้ในบริเวณป่าธรรมชาติโดยรอบชุมชน ส่วนมากเป็นสัตว์เล็กจำพวก

ตัวตุน เต่า แล่น หนอนไม้ไผ่ และ ปู ปลาในแหล่งน้ำบริเวณรอบ ๆ ชุมชน การเลี้ยงสัตว์เพื่อการบริโภคคิดเป็นร้อยละ 2.86 ด้านการเลี้ยงสัตว์ จากการสังเกต พบว่า ในชุมชนมีการเลี้ยงเป็ด ไก่เนื้อ หมู และไก่ไข่ จากการสอบถาม สัตว์เลี้ยงเหล่านี้ ได้จากการส่งเสริมของหน่วยงานรัฐและองค์กรพัฒนาเอกชนที่นำมาให้แม่ละบริเลี้ยงเพื่อการบริโภค จากการสัมภาษณ์นายศรี ที่ผ่านมามีหน่วยงานมาสนับสนุนการเลี้ยงสัตว์หลายหน่วยงาน แต่ไม่ประสบความสำเร็จ เนื่องจากแม่บริไม่นิยมเลี้ยงสัตว์เพื่อการบริโภค และมีปัจจัยข้อจำกัดหลายอย่าง คือข้อจำกัดด้านเวลา วิถีชีวิตแม่บริในปัจจุบันที่ต้องรับจ้างทำงานเพื่อการยังชีพเป็นหลัก ทุกคนจึงใช้ชีวิตอย่างเร่งรีบต้องไปทำงานในไร่จึงไม่มีเวลาในการดูแลสัตว์เลี้ยง ข้อจำกัดด้านพื้นที่ การเลี้ยงสัตว์มีความยุ่งยากต้องใช้เวลาในการควบคุม ดูแล รวมถึงขาดพื้นที่ในการปล่อยสัตว์เลี้ยง บ่อยครั้งที่สัตว์เลี้ยงที่หน่วยงานนำมาส่งเสริมหลุดไปกินและทำลายพืชพันธุ์ที่ชาวบ้านปลูกไว้ สร้างความเสียหายต้องเสียค่าปรับเป็นจำนวนมาก และเมื่อไม่สามารถหาเงินมาจ่ายค่าปรับได้ จึงต้องยกสัตว์เลี้ยงดังกล่าวให้กับเจ้าผู้เสียหายแทนค่าปรับ หรือเพื่อป้องกันปัญหาความเสียหายในอนาคตจึงนำสัตว์เลี้ยงดังกล่าวมาเป็นอาหารเลย ดังนั้น แม่บริจึงเลือกที่จะไม่เลี้ยงสัตว์และซื้อเนื้อสัตว์เพื่อการบริโภคแทน ส่วนการแบ่งปันกันนั้น คนในชุมชนโดยวิถีชีวิตแล้วจะมีการแบ่งปันเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กัน แต่บางครั้งก็มีคนภายนอกมาบริจาคให้ความช่วยเหลือ ตามโอกาส (ตารางที่ 11)

ตารางที่ 11 แหล่งที่มาของอาหารประเภทเนื้อสัตว์ (หลังคาเรือนที่สำรวจ)

แหล่งที่มา	จำนวนหลังคาเรือน (N=20)	ร้อยละ
ซื้อ	20	57.14
เลี้ยงเอง	1	2.86
ทำงานแลก	1	2.86
แบ่งปันจากคนในชุมชน	2	5.71
หาจากป่า	11	31.43
รวม	35	100.00

หมายเหตุ ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

1.2 ประเภทอาหารที่ได้จากพืช จำแนกเป็น หัวมัน พืชผัก ผลไม้ และ เห็ด

1.2.1 หัวมัน เมื่อครั้งดำรงชีพพึ่งพิงกับป่าไม้ มันป่าเป็นอาหารหลักของมละบริ จาก การสัมภาษณ์ลูกปากกล่าวว่า เมื่อก่อนนั้นบริเวณป่าภูเค็งเป็นป่าอุดมสมบูรณ์ มีมันหลายชนิด ซึ่งบาง ชนิดมีเฉพาะที่ภูเค็ง โดยเฉพาะมันหอม หรือมละบริเรียกว่า “อะ-ดือว” การสืบทอดความรู้ในการหา มัน มีการเรียนรู้วิธีการหาอาหารจากพ่อแม่ โดยอาศัยประสบการณ์จากการปฏิบัติจริงคือ การพาเด็ก ๆ ไปหาอาหารขุดมัน และสอนวิธีการดูว่ามันลักษณะไหนที่กินได้ หรือกินไม่ได้ การหาหมันป่ามี ความสำคัญต่อชนเผ่า มละบริบ้านห้วยหยวก เพราะมันป่าถือเป็นแหล่งอาหารสำรองกรณีที่ไม่ สามารถหาข้าวมากินได้ โดยยังคงส่งต่อภูมิปัญญา รวมถึงองค์ความรู้ในการขุดมัน ให้กับเยาวชนรุ่น ใหม่ ปกติในช่วงฤดูแล้งที่ว่างเว้นจากการทำงานในไร่ พ่อแม่จะพาลูก ๆ เข้าไปค้างแรมในป่าสร้างเพิง พักใช้ชีวิตแบบดั้งเดิมและสอนลูก ๆ ถึงวิธีการดำรงชีพในป่า สำหรับภูมิปัญญาด้านการขุดหมันป่า ได้แก่การสังเกตลักษณะใบ ลักษณะลำต้น ลักษณะภูมิประเทศพื้นที่ของการหาหมันแต่ละชนิด รวมถึง ข้อห้าม และวิธีปฏิบัติในการขุดมัน การเข้าป่านั้นมีข้อห้ามหลายอย่าง เช่น การห้ามพูดคำหยาบ คำสองแง่สามง่าม คำพูดส่อเสียดที่จะก่อให้เกิดการทะเลาะกันได้ จากการร่วมสังเกตการหาหมัน พื้นที่ ป่าที่ไปขุดหมัน บริเวณภูเขาทางทิศเหนือของหมู่บ้านมีระดับความสูง 800 เมตรจากระดับน้ำทะเล เป็นป่ารอยต่อระหว่างหมู่บ้านห้วยหยวกกับหมู่บ้านปางเปย มีลักษณะเป็นป่าไผ่ พบว่ามีมันป่าอุดม สมบูรณ์ มีหลายชนิด วิธีการดูว่าต้นมันต้นใดที่จะขุดหัวมันได้ สังเกตได้จากใบมันที่เปลี่ยนสีเป็นสี เหลืองจนถึงใบที่แห้ง เถาวัลย์เป็นสีน้ำตาลเข้ม มัน แต่ละชนิดมีใบ และลำต้นแตกต่างกัน หัวมันจะ เล็ก หรือใหญ่ดูจากขนาดลำต้น ถ้าลำต้นใหญ่หัวมันก็จะมีความใหญ่ตามไปด้วย อุปกรณ์ในการขุดมัน ในอดีตใช้ไม้ไผ่หรือไม้เนื้อแข็งเหลาปลายให้แหลมปัจจุบันใช้เสียมในการขุดมัน การเข้าปามละบริจะ พกมีดพร้ากับหัวเสียมเท่านั้น เมื่อเจอแหล่งที่ต้นมันขึ้น จะใช้มีดตัดไม้ หรือไม้ไผ่มาประกอบต่อที่หัว เสียม การขุดมันนั้น จะต้องเว้นระยะจากต้นมันลงไปด้านล่างประมาณ 1 ฟุต จะไม่ขุดตรง ๆ ที่หัวมัน เมื่อขุดไปจนเจอมันแล้ว จะเลือกตัดเฉพาะส่วนที่มีสีขาวขึ้นมาเท่านั้น ทั้งส่วนหัวและส่วนปลาย ด้านล่างไว้ในหลุม ส่วนปลายนั้นให้ปักไว้ในหลุมใช้ดินหรือวัสดุต่าง ๆ มาปิดไว้ให้เห็นส่วนหัวสีขาว ตามความเชื่อและคำสอนของบรรพบุรุษห้ามปิดส่วนปลายของมันจนมิด เพราะจะทำให้คนขุดหาหาได้ และห้ามกลบหลุมมันที่ขุด จะทิ้งไว้ให้เศษดินเศษไม้ลงไปปกคลุมตามโดยธรรมชาติ หัวมันจะได้ เจริญเติบโตต่อไป (ภาพที่ 15-18) นับเป็นภูมิปัญญาในการใช้ประโยชน์จากธรรมชาติแบบยั่งยืน และ พอเพียง ทำให้ธรรมชาติสามารถฟื้นตัวขึ้นมาได้ การขุดหมันนำมาเท่าที่พอกินเท่านั้น (ฉลองชัย ดอยศักดิ์, สัมภาษณ์, 2561) ภาพมันชนิดต่าง ๆ (ภาพที่ 19) และประเภทหมันป่า (ตารางที่ 12)



ภาพที่ 15 ลักษณะแถววัลย์ของไผ่มันป่า



ภาพที่ 16 การขุดมันป่า



ภาพที่ 17 หัวมันส่วนที่สามารถนำมาบริโภค



ภาพที่ 18 การทิ้งส่วนปลายของหัวมัน
ไว้ในหลุมตามความเชื่อ

ที่มา: จากการสำรวจ

ตารางที่ 12 ชนิดของน้ำมันปาล์มที่ละบริโภคนในพื้นที่บ้านห้วยหลวง

คำเรียก ภาษา มละบริ	คำเรียก ภาษาไทย/ ท้องถิ่น	ลักษณะ/รสชาติ	กรรมวิธีการประกอบอาหาร	สถานะ
กวาง	มัน สามเหลี่ยม	แป้งเนื้อมันหอม หัวมีสีน้ำตาลเข้ม ลงมามีสีเหลือง และปลายโคนมีสี ขาวนิยมนำมาทำ ปลายโคน	ต้มในกระบอกไม้ไผ่ หรือเผาไฟ กระบอกไม้ไผ่จนสุกแล้วนำมันมา กระทุ้งให้ละเอียดผ่าออกมาทาน ได้เหมือนข้าวถ้าปรุงไม่สุกจะทำให้ คันปาก	มีขึ้นทั่วไปบริเวณป่า ขึ้น เป็นมันชนิดที่หา ได้ง่ายที่สุด
อะ-ดื้อว	มันหอม	มีกลิ่นหอมรสชาติ อร่อย	ต้มในกระบอกไม้ไผ่ หรือเผาไฟ	หายากเป็นพืช เฉพาะถิ่นหาได้ที่ภู เค็งและผาจิเท่านั้น
แวจ	มันหอม	รสชาติอร่อยที่สุด เนื้อแน่นเหนียว	ต้มในกระบอกไม้ไผ่ หรือเผาไฟ	หายาก เป็นพืช เฉพาะถิ่นหาได้ที่ภู เค็ง ผาจิ และสร้างกุล
ทรุต	มันเหลือง	เนื้อมันมีสีเหลือง	ต้มในกระบอกไม้ไผ่ หรือเผาไฟ	สามารถหาได้บริเวณ รอบหมู่บ้าน
อะฮะมะ	มันแกบ	เนื้อแน่นแป้งนุ่ม รสชาติอร่อย	ต้มในกระบอกไม้ไผ่ หรือเผาไฟ	สามารถหาได้บริเวณ รอบหมู่บ้าน
แจรอก	มันขม	มีรสขม เนื้อมีเส้น ใยเยอะเหนียว บริโภค	ต้มในกระบอกไม้ไผ่ หรือเผาไฟ	สามารถหาได้บริเวณ รอบหมู่บ้าน
กทาด	-	มันขนาดใหญ่ยาว เนื้อหยาบเป็นเส้น สีชมพู มีรสขม	ต้มในกระบอกไม้ไผ่ หรือเผาไฟ	สามารถหาได้บริเวณ รอบหมู่บ้าน
ตะแปลง	-	เป็นมันขนาด กลาง มีกลิ่นหอม รสชาติอร่อย	ต้มในกระบอกไม้ไผ่ หรือเผาไฟ	หายาก
อะ	มันเทียน มันเสา	เป็นทรงกระบอก เปลือกมีสีเหลือง อ่อน คล้ายต้น เทียน	ต้มในกระบอกไม้ไผ่ หรือเผาไฟ	หายาก



ภาพที่ 19 มันท้าชนิดต่าง ๆ ที่มละบริ บ้านห้วยห้วยก นำมาบริโภคเป็นอาหาร

ที่มา: จากการสำรวจ

1.2.2 พืชผักผลไม้จากธรรมชาติ การดำรงชีพที่พึ่งพิงกับป่าไม้นั้น นอกจากการบริโภคมันท้าเป็นอาหารหลักแต่ข้อจำกัดด้านฤดูกาล หากไม่สามารถขุดหามันท้ามาบริโภคได้ กล้วยป่าถือเป็นพืชอาหารสำคัญของมละบริอีกด้วย กล้วยป่าเป็นพืชที่สามารถนำมาบริโภคได้ทุกส่วน อาทิ เช่น ลำต้น ผล และเปลือก ในกรณีที่ไม่สามารถหาอาหารใด ๆ ได้เลย มละบริจะเก็บ เปลือกกล้วยป่า มาต้มกินแทนหัวมัน นอกจากนี้ยังมี หน่อตำลึง หวายบุญ เต้าร้าง ผักกูด ชะอม ผักปิ้ง ที่สามารถเก็บกินได้ตลอดปี ส่วนพืชผักชนิดอื่นสามารถหากินได้ตามฤดูกาล(ฤดูฝน) เช่น หวายหนามล้อม และหน่อไม้

มละบริ ยังคงพึ่งพาหาของป่าหรือพืชป่า (ตารางที่ 13) จากแหล่งธรรมชาติ ที่ยังพอเก็บหาได้แต่อยู่ไกลจากชุมชน โดยประมาณรัศมี 10 กิโลเมตร ในการหาพืชป่าในปัจจุบันพบว่าไม่เพียงพอต่อความต้องการเนื่องด้วยพื้นที่ป่าลดลง และอยู่ห่างไกลจากชุมชน

นอกจากพืชผักป่าที่มละบรินำมาบริโภคเป็นอาหารแล้ว ผลไม้ป่า (ภาพที่ 20) จากแหล่งธรรมชาติตามฤดูกาล เช่น ลูกชิด มะเดื่อ น้อยหน่าป่า ลูกหวาย มะม่วงป่า ลำไยป่า และมะไฟ เป็นอาหารอีกประเภทหนึ่งที่มละบริใช้บริโภคเพื่อการยังชีพได้ (ตารางที่ 13)

ตารางที่ 13 ชนิดพืชผักป่าจากป่าธรรมชาติรอบชุมชนมละบริ บ้านห้วยหยวก

คำเรียก ภาษา มละบริ	คำเรียก ภาษาไทย/ ท้องถิ่น	ลักษณะ/รสชาติ	วิธีการปรุงอาหาร	ฤดูกาล	สถานะ
กอกวย	กล้วยป่า	ลำต้นสูงใหญ่ส่วนที่นำมาเป็นอาหาร คือ ปลี ผล ลำต้น	ต้มให้สุก	ทุกฤดู	มีขึ้นทั่วไปบริเวณป่า
โตร	กล้วยป่า ชนิดหนึ่ง	ลำต้นเล็กออกเป็นกลุ่มส่วนที่นำมาเป็นอาหาร คือ หวัก ปลี และผล	ต้มให้สุก	ทุกฤดู	มีขึ้นในป่า
เต่าะ	ปลีกล้วยป่า	กินเป็นอาหารหลัก รongจากมันชนิดต่าง ๆ	ต้มให้สุก	ทุกฤดู	บริเวณโดยรอบชุมชน
ตะโอก	ตำ	หน่อ มีรสหวาน	ต้ม หรือกินสดๆ	ทุกฤดู	มีขึ้นในป่าทั่วไป
ชูเชว	หวายบุญ	รสฝาดเล็กน้อย	หมกไฟ เผา หรือต้ม	ทุกฤดู	มีขึ้นในป่า
โหม	หวายหนาม ล้อม	กินผลไม้ มีรสหวาน ฝาด	กินผลสุกสดๆ	ออกฤดูฝน	มีขึ้นในป่าทั่วไป
บลุง	หน่อไม้	หน่อที่โผล่เหนือดินเล็กน้อย	ต้ม	ฤดูฝน	ป่าไผ่ทั่วไปและบริเวณชุมชน
คั้ง	เต่าร้าง	ลำต้นสูง	นำหน่อมาต้ม	ทุกฤดู	มีขึ้นในป่าทั่วไป
ผักกูด	ผักกูด	ยอดอ่อน	ต้มให้สุก	ทุกฤดู	มีขึ้นในป่าทั่วไป
ผักระ	ชะอม	ยอดอ่อน	ต้มให้สุก	ทุกฤดู	มีขึ้นในป่าทั่วไป
ผักบั้ง	ผักปลัง	ยอดอ่อน	ต้มให้สุก	ทุกฤดู	มีขึ้นในป่าทั่วไป

ตารางที่ 14 ชนิดผลไม้ป่าจากแหล่งธรรมชาติรอบชุมชนมะละปรี บ้านห้วยหยวก

คำเรียก ภาษา มะละปรี	คำเรียก ภาษาไทย/ ท้องถิ่น	ลักษณะ/รสชาติ	วิธีการบริโภค	ฤดูกาล	สถานะ
กึ๋ยงโยด	มะม่วงป่า	ผลสุกมีรสหวานอมเปรี้ยว	กินผลสุก	ต้นฤดูฝน	หาได้ตามฤดูกาล
ปูบอตา	มะม่วงป่า	ผลสุกมีรสหวานอมเปรี้ยว	กินผลสุก	ต้นฤดูฝน	หาได้ตามฤดูกาล
ระเวก	-	รสหวาน	กินผลสุก	ต้นฤดูฝน	หาได้ตามฤดูกาล
คอแลน	ลำไยป่า	รสหวาน	กินผลสุก	ฤดูฝน	หาได้ตามฤดูกาล
รื้มเทิก	มะไฟ	หวานอมเปรี้ยว	กินผลสุก	ต้นฤดูฝน	หาได้ตามฤดูกาล
ปี้รวาง	น้อยหน่าป่า	เปรี้ยวหวาน	กินผลสุก	ต้นฤดูฝน	หาได้ตามฤดูกาล
เปละตะโอ	ลูกตำ	หอมหวาน	กินผลสุก	ต้นฤดูฝน	หาได้ตามฤดูกาล
โหม	ลูกหวาย	เปรี้ยวอมหวานฝาด	กินผลสุก	ต้นฤดูฝน	หาได้ตามฤดูกาล
มะนอต	มะเดื่อ/ปาก กวาย	หวานฝาด	กินผลสุก	ทั้งปี	หาได้ตลอดปี



ภาพที่ 20 ผลไม้จากปารัทธิชาติที่มละบริ บ้านห้วยหยวกเข้าป่าไปเก็บมาบริโภค

ที่มา: จากการสำรวจ

1.2.3 เห็ดป่า ส่วนมากจะขึ้นอยู่ที่ดอยภูเค็ง ซึ่งเป็นแหล่งที่อยู่ดั้งเดิมของมละบริ และอยู่ห่างจากชุมชนไปทางทิศใต้มาก จึงไม่สะดวกในการไปเก็บมาบริโภค ชาวมละบริในวัยกลางคนถึงวัยชรา ยังคงมีภูมิปัญญาในการหาเห็ดป่าได้ เยาวชนรุ่นใหม่ไม่ค่อยมีความรู้ในการหาและแยกชนิดของเห็ดได้ เห็ดที่ที่มละบรินิยมบริโภคประกอบด้วย เห็ดนางฟ้าหรือเห็ดขอนไม้ เห็ดหูหนู เห็ดขอนหรือเห็ดแกน เห็ดโค เห็ดไข่เหือง เห็ดโคน เห็ดถอบ และเห็ดไผ่ซาง เป็นต้น (ตารางที่ 15 และภาพที่ 21)



ภาพที่ 21 เห็ดป่าที่หาได้บริเวณป่าธรรมชาติ ดอยภูเค็ง

ที่มา: จากการสำรวจ

ตารางที่ 15 ชนิดเห็ดป่าจากแหล่งธรรมชาติรอบชุมชนมะบริ บ้านห้วยห้วย

คำเรียกภาษา มะบริ	คำเรียกภาษาไทย/ ท้องถิ่น	วิธีการปรุงอาหาร	ฤดูกาล	แหล่งที่ได้
เฮตกะ	เห็ดขอนไม้หรือเห็ดนางฟ้า	ต้ม	ฝน	ป่าขึ้น
เฮตโตร	เห็ดหูหนู	ต้ม	ฝน	ป่าขึ้น
เฮตแนลฮ	เห็ดแกน/เห็ดขอน	ต้ม	ฝน	ขอนไม้ล้มในป่าขึ้น
เฮตยอร	เห็ดไข่เหือง	ต้ม	ฝน	ป่าเย็น
เฮตดาน	เห็ดโค	ต้ม	ฝน	ป่าเย็น
เฮตยอร	เห็ดโคน	ต้ม	ฝน	ป่าขึ้น
เฮตฮอบ	เห็ดถอบ/เห็ดเผาะ	ต้ม	ฝน	ป่าทั่วไป
มีจิง	เห็ดไผ่ซาง	ต้ม	ฝน	ขึ้นในกอหน่อไม้ไร่
ดีรถาง	เห็ดไผ่ซาง	ต้ม	ฝน	ขึ้นในกอไผ่ไร่

แหล่งที่มาของอาหารประเภทพืชผักผลไม้และเห็ด

จากการสังเกตพบว่าบริเวณรอบชุมชนมะบริ บ้านห้วยห้วย ยังคงมีป่าไม้ไผ่ และต้นกล้วย ป่าขึ้นอยู่โดยรอบ มะบริสามารถเก็บกินได้โดยไม่ต้องซื้อ โดยหลักแล้วสิ่งหาได้ง่ายที่สุดคือ หน่อไม้ รongลงมาคือ ปลีกล้วยป่า และผักพื้นบ้านอื่น ๆ โดยรอบชุมชนมะบริยังสามารถหาผักป่าจาก แหล่งธรรมชาติมาเพื่อการบริโภคได้ คิดเป็นร้อยละ 90 และร้อยละ 10 ได้จากการแบ่งปันกันใน ชุมชน มะบริจะไม่นิยมซื้อของป่ามากิน (ตารางที่ 16)

ตารางที่ 16 แหล่งที่มาของอาหารของกลุ่มตัวอย่างมะบริ บ้านห้วยหยวก

ที่มา	จำนวนหลังคาเรือน (N=20)	ร้อยละ
หาจากแหล่งธรรมชาติ	18	90
แบ่งปันจากคนในชุมชน	2	10
รวม	20	100

แหล่งเก็บหาของป่า มะบริ บ้านห้วยหยวกยังคงพึ่งพาหาจากแหล่งธรรมชาติ ที่ยังพอเก็บหาได้แต่อยู่ไกลจากชุมชน โดยประมาณรัศมี 10 กิโลเมตร ในการหาได้ของของป่าในปัจจุบันพบว่าไม่เพียงพอต่อความต้องการเนื่องด้วยพื้นที่ป่าลดลง และอยู่ห่างไกลจากชุมชน (ตารางที่ 17)

ตารางที่ 17 ความเพียงพอของอาหารจากแหล่งธรรมชาติของกลุ่มตัวอย่างมะบริ บ้านห้วยหยวก

ความเพียงพอ	จำนวนหลังคาเรือน(N=20)	ร้อยละ
หาได้เพียงพอกับความต้องการ	2	10
หาได้ไม่เพียงพอกับความต้องการ	18	90
รวม	20	100

จากการศึกษา พบว่านอกจากพืชผักผลไม้และเห็ดจากแหล่งธรรมชาติแล้ว มะบริได้เปลี่ยนแปลงมาบริโภคผักสดจากการนำมาจำหน่ายของพ่อค้าเร่ และเริ่มหันมาเพาะปลูกพืชผักสวนครัวมากขึ้น โดยประเภทและชนิดของอาหารที่ได้จากการซื้อ การเพาะปลูกและแบ่งปัน สามารถจำแนกได้ดังนี้

พืชผักเศรษฐกิจ

พืชผักเศรษฐกิจที่มะบรินิยมซื้อเพื่อบริโภค ได้แก่ กะหล่ำปลี และผักกาด ร้อยละ 26.87 มะเขือ ร้อยละ 13.43 ถั่วฝักยาว ร้อยละ 10.45 แตงกวาและผักบุ้ง ร้อยละ 2.99 และผักพืชบ้าน (กระเพรา มะเขือพวง และพริกชี้หนู) ร้อยละ 14.93 จากการเก็บข้อมูลสำรวจ จำนวน 20 หลังคาเรือน (ตารางที่ 18)

ตารางที่ 18 ชนิดของผักเศรษฐกิจที่มะละบรีในหมู่บ้านมีความต้องการบริโภคโดยการซื้อจากรถเร่

ชนิด	จำนวนหลังคาเรือน (N=20)	ร้อยละ
กะหล่ำปลี	18	26.87
ผักกาด	18	26.87
มะเขือ	9	13.43
ถั่วฝักยาว	7	10.45
แตงกวา	2	2.99
ผักบุ้ง	2	2.99
ผักพื้นบ้าน	10	14.93
อื่นๆ	1	1.49
รวม	67	100.00

หมายเหตุ ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

พืชผักพื้นบ้าน

ผักพื้นบ้านที่พบบริเวณรอบที่พักอาศัยของมะละบรี อาทิ เถา มัน พริกขี้หนู กระเพรา มะเขือ พวง ห้วบอนหรือเผือก (ภาพที่ 22) ซึ่งมะละบรีส่วนใหญ่จะนิยมซื้อผักจากรถเร่

ผลไม้

ผลไม้ตามฤดูกาล มะละบรีจะสามารถหาซื้อได้จากรถเร่ และหาผลไม้ป่า (ภาพที่ 20) นอกจากนี้ ยังพบกล้วยน้ำว้า และอ้อย รอบบริเวณที่พักอาศัย (ภาพที่ 22)



ภาพที่ 22 พืชอาหารบริเวณรอบที่พักอาศัยของมละบริ บ้านห้วยหยวก

ที่มา: จากการสำรวจ

2. กรรมวิธีการประกอบอาหาร

จากการสัมภาษณ์นายศรี หิรัญศิริ ลูกศรีเล่าเรื่องราวความเชื่อเกี่ยวกับข้าวในอดีตว่า เมื่อสมัยอยู่ในป่าคนเฒ่าคนแก่จะห้ามไม่ให้เด็กกินข้าว กลัวว่าเด็กจะติดข้าว เพราะถ้าเด็กติดข้าวแล้วจะต้องหาข้าวมาปลูกไว้กินซึ่งการปลูกข้าวต้องฟันป่าถางที่เพื่อปลูกข้าว จะทำให้ป่าหมดจะทำให้มละบริไม่มี

ที่อยู่ จึงไม่ให้เด็กกินข้าว พ่อนายศรีบอกไว้ เมื่อสมัยนายศรีอยู่ในป่าพ่อแม่เคยให้กินข้าว ปากก็ยังคงอยู่ มีความอุดมสมบูรณ์ ถึงวันนี้ตามที่พ่อบอกไว้ก็ถูกต้องซึ่งเมื่อมะละบริกินข้าว ปากก็หมดลงไปเรื่อย ๆ

เมื่อต้องออกจากป่ามาตั้งชุมชนถาวร การเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตด้านการบริโภคอาหารมะละบริหันมาบริโภคข้าวเป็นอาหารหลัก นายศรีฯ เล่าต่อไปว่า “เมื่อตนเองมีอายุประมาณ 9 ขวบ พ่อแม่เริ่มออกมารับจ้างชาวมังซุดดินแลกกับอาหาร ได้แก่ ข้าว หมู เมื่อมาอยู่กับมัง เรียนรู้การทำอาหารจากมัง เป็นอาหารประเภทต้มต่าง ๆ รู้จักการใช้เกลือ ผงชูรส ใช้หม้อเป็นภาชนะในการต้มอย่างง่าย ๆ เริ่มรู้จักอาหารชนิดอื่นเช่น ต้มยำ กินได้แต่ไม่รู้วิธีการประกอบอาหาร เนื่องจากการทำต้มยำมีเครื่องปรุงหลายชนิด มีความซับซ้อนในการประกอบอาหาร มะละบริไม่ชอบทำอาหารยาก ๆ ชอบอาหารที่ทำง่าย ๆ กินง่าย ๆ อาหารส่วนมากจะใช้วิธีการต้ม ชดน้ำได้กินกับข้าว บางช่วงที่ชาวบ้านไม่มีข้าวกิน ก็พากันไปหาซูดมันกินแทนข้าวได้ มะละบริเริ่มรู้จักการทำน้ำพริกง่าย ๆ โดยการตำพริก เกลือ ผงชูรส ก็กินได้ แต่เมื่อก่อนมะละบริไม่กินเผ็ดเพราะ พริกหายาก และกินยากมันเผ็ดร้อน การย้ายมาอยู่ในพื้นที่ห้วยหยวก ไม่มีป่าแล้วพืชผักที่เคยรู้จักในป่าก็ไม่มีให้เก็บกิน พืชผักในพื้นที่ก็ไม่กล้ากินไม่รู้จัก ไม่รู้วิธีกิน เมื่อต้องเปลี่ยนแปลงการอยู่การกิน มะละบริรู้จักการใช้เงิน ระบบการใช้เงินเพื่อแลกเปลี่ยนเป็นสิ่งของต่างเข้ามาในชุมชนมะละบริ การเป็นหนี้เกิดจากการไปเอาข้าวของมังมากิน เอาเงินเข้ามาไปซื้อเสื้อผ้า ซื้อข้าว ซื้อหมูบ้าง”

จากการร่วมสังเกตและสัมภาษณ์นายพัด และนางไหม สุชนศรี (สัมภาษณ์, 18 กรกฎาคม 2561) นายพัดและนางไหม คู่สามีภรรยา บ้านตั้งอยู่สี่แยกกลางหมู่บ้าน ครอบครัวนายพัดเป็นกลุ่มแรก ๆ ที่ย้ายเข้ามาอยู่ที่บ้านห้วยหยวก ปัจจุบัน ลูกๆ ได้แยกครอบครัวไปแล้วในบ้านมีเพียงนายพัดและนางไหมอาศัยอยู่เพียงสองคน การดำรงชีพในปัจจุบันรับจ้างทำไร่ให้กับพ่อเลี้ยงชาวมัง โดยรับค่าจ้างรายปี และพ่อเลี้ยงได้แบ่งที่ให้ทำกินบางส่วนด้วย แต่ปีนี้ (พ.ศ. 2561) ไม่ได้ทำอะไรปล่อยให้ เป็นป่าเหล่าหรือทุ่งหญ้า การกินอยู่ปัจจุบันอาศัยพึ่งพิงกับพ่อเลี้ยงโดยการไปขอข้าวขออาหารจากพ่อเลี้ยง แลกเปลี่ยนด้วยการทำงานในไร่ทดแทน โดยต้องทำงานในไร่ให้เสร็จเรียบร้อย เมื่อทำงานให้พ่อเลี้ยงเสร็จเรียบร้อยแล้วจึงสามารถไปรับจ้างที่อื่นเป็นรายได้เสริม พ่อซื้อข้าวซื้อหมูกิน นายพัดกล่าวว่า เมื่อก่อนอาศัยอยู่ในป่าแถว ๆ ภูเค็ง ไม่ออกมาเจอคนภายนอกเลย เพราะกลัวคน ถ้าเจอคนก็จะหนีเข้าป่าซ่อนตัวไม่ให้เห็น ต่อมาเมื่อป่าไม้เริ่มหมด อาหารหายากขึ้น จึงต้องออกมารับจ้างชาวมัง จนได้ย้ายมาอยู่ที่ห้วยหยวก ทำงานรับจ้างประจำให้กับพ่อเลี้ยงชาวมังแลกกับข้าวและของใช้อื่น ๆ จากการสังเกตการบริโภคอาหารของครอบครัวนายพัด ได้ข้อสังเกตดังนี้

1) ครอบครัวนายพัดหันมากินข้าวเป็นอาหารหลักแทนหัวมัน เปลี่ยนเครื่องมือในการหุงต้มอาหารจากกระบอกไม้ไผ่เป็นหม้อสแตนเลสแทน (ภาพที่ 23 และภาพที่ 24) เปลี่ยนแปลงอาหารหลักจากการกินมันปามาเป็นการกินข้าว ทำให้มันรอบ ๆ ชุมชนยังพอหาได้อยู่เป็นทางเลือกสำหรับบางครอบครัวที่ไม่มีข้าวกินก็สามารถไปซูดหามันรอบ ๆ ชุมชนมากินได้

2) กรรมวิธีการประกอบอาหารยังคงใช้วิธีการต้มให้สุกเช่นเดิม สิ่งที่เพิ่มขึ้นมา คือ การใช้เครื่องปรุงรสเพิ่มรสชาติ เช่น เกลือ น้ำปลา ผงชูรส และผลปรุงรสต่าง ๆ รวมถึงการเพิ่มพริก หรือผักต่าง ๆ ต้มรวมไปด้วย ไม่มีสูตรอาหารตายตัว

3) เริ่มเรียนรู้การใช้น้ำมันในการปรุงอาหาร ประเภท ผัดผัดใส่หมู หรือการทำไข่เจียว

2.1 วิธีการประกอบอาหารที่ได้จากสัตว์ มละบริจะไม่กินเนื้อสดหรืออาหารที่ไม่สุก หากล่าได้สัตว์ใหญ่จะเผาใช้ความร้อนลวกทั้งตัวเพื่อลอกหนังออก จากนั้นนำมาประกอบอาหารด้วยวิธีการทำให้สุกได้แก่ การต้ม การหมกไฟ การย่าง การเผา และการหลาม ไม่มีเครื่องปรุงรสใด ๆ ทั้งสิ้น สำหรับวิธีการหลามนั้น มละบริจะใช้วิธีการสับเนื้อสัตว์เป็นชิ้น ๆ แล้วบรรจุเข้าไปในกระบอกไม้ไผ่ที่ตัดเตรียมไว้ แล้วปิดฝาด้วยใบกล้วย แล้วนำไปย่างไฟจนสุก จึงนำมาผ่าออกจากกระบอกไม้ไผ่แบ่งกันกิน หากอาหารที่หามาได้มีปริมาณน้อยจะให้เด็กเล็กกินให้อิ่มก่อน จากนั้นผู้ใหญ่ถึงจะได้อิ่ม



ภาพที่ 23 การประกอบอาหารแบบต้มให้สุกในปัจจุบันของมละบริ บ้านห้วยหยวก



ภาพที่ 24 นายพัต สาธิตวิธีประกอบอาหารด้วยการต้มเนื้อหมู

2.2 กรรมวิธีการประกอบอาหารประเภทที่ได้จากพืช

2.2.1 การหลาม เป็นวิธีการประกอบอาหารโดยการนำมันที่ได้มาปอกเปลือกทำความสะอาด หลังจากนั้นสับมันเป็นชิ้น ๆ บรรจุลงในกระบอกไม้ไผ่ ใส่น้ำเพิ่มลงไป นำใบกล้วยหรือใบไม้มาทำเป็นจุกปิดฝา และนำกระบอกไม้ไผ่ที่บรรจุมันปิดฝาเรียบร้อยแล้วไปเผาจนสุก เมื่อเผาจนสุกแล้วนำกระบอกไม้ไผ่มาผ่ารับประทานมันที่อยู่ภายในกระบอก (ภาพที่ 25 และ ภาพที่ 26) การประกอบอาหารปรุงอาหารไม่มีการใส่สมุนไพร เครื่องเทศหรือเครื่องปรุงรสใด ๆ ทั้งสิ้น แม้กระทั่งเกลือ กรณีที่ไม่สามารถหาคะบอกไม้ไผ่มาเป็นภาชนะหุงต้มอาหารได้ มละบริใช้วิธีการเผาหรือหมกไฟ ให้สุกแล้วนำมาปอกเปลือกกิน ส่วนเนื้อสัตว์ ก็จะใช้วิธีการย่างจนสุกแล้วรับประทาน

2.2.2 การเผากรณีในพื้นที่ที่ไม่สามารถหาคะบอกไม้ไผ่ได้ มละบริใช้วิธีก่อกองไฟแล้วนำไปหมกเผาไฟโดยใช้ขี้เถ้ากลบจนสุกได้ที่จึงนำมาปอกเปลือกรับประทาน

2.2.3 การถนอมมันไว้กินในมือต่อไป ในกรณีที่หามาได้มากไม่สามารถทานหมดได้ในมือเดียว มละบริจะนำไปหมกไฟเพียงชั่วครู่เท่านั้น เพื่อรักษารสชาติและไม่ให้มันได้เจริญเติบโตและเน่าเสีย เมื่อจะรับประทานในมือต่อไปเพียงแต่นำมาหมกไฟต่อจนสุกก็สามารถรับประทานได้เลย



ภาพที่ 25 วิธีการหลามมันป่าในกระบอกไม้ไผ่



ภาพที่ 26 มันป่าที่หลามในกระบอกไม้ไผ่

ตอนที่ 3 แนวทางการจัดการการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก

การศึกษาแนวทางในการจัดการการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก พิจารณาแนวทางในการจัดการบริโภคอาหาร 3 ประเด็น ดังนี้

1. การจัดการด้านประเภทและปริมาณอาหารตามความต้องการของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก
2. การจัดการด้านกรรมวิธีการประกอบอาหารของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก
3. ความต้องการการสนับสนุนเพื่อการพึ่งพาตนเองในระยะยาวของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก

1. การจัดการด้านประเภทและปริมาณอาหารตามความต้องการของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก

1.1 ประเภทอาหารที่ได้จากสัตว์ จากการศึกษา พบว่าเนื้อสัตว์ที่มละบริบ้านห้วยหยวก นิยมบริโภคในปัจจุบันคือ เนื้อหมูคิดร้อยละ 36.36 ส่วนเนื้อไก่คิดเป็นร้อยละ 36.36 และยังพบว่า ร้อยละ 20.00 ยังคงนิยมบริโภคเนื้อสัตว์ป่า และเนื้อปลาคิดเป็นร้อยละ 7.27 (ตารางที่ 19) ด้านปัจจัยที่ส่งผลต่อการบริโภคเนื้อหมูคือเนื้อหมูมีไขมันและมีรสชาติอร่อย ส่วนปัจจัยที่ส่งผลต่อการบริโภคเนื้อไก่เนื่องด้วยเนื้อไก่มีราคาถูกกว่าเนื้อหมู ส่วนเนื้อปลาไม่ค่อยนิยมบริโภคเนื่องด้วยมีความคาวจะบริโภคปลาเพียงบางชนิดเท่านั้น เช่น ปลานิล หรือปลาตะเพียน มละบริไม่นิยมบริโภคเนื้อวัว เนื่องจากไม่มีมัน หายากและมีราคาแพง ด้านปัจจัยที่ส่งผลต่อการบริโภคเนื้อสัตว์ป่าซึ่งเป็นผลผลิตจากธรรมชาติไม่ต้องใช้เงินซื้อสามารถเข้าป่าล่าสัตว์เพื่อการบริโภคได้โดยตรง เป็นการสืบเนื่องวิถีชีวิต การดำรงชีพแบบดั้งเดิมแต่การเข้าป่าล่าสัตว์มีข้อจำกัดหลายประการทั้งด้านเวลา กฎหมาย และ ปริมาณสัตว์ป่าที่ลดลง

ตารางที่ 19 ความนิยมบริโภคเนื้อสัตว์ของมละบริในปัจจุบัน (หลังคาเรือนที่สำรวจ)

ชนิด	จำนวนหลังคาเรือน	ร้อยละ
เนื้อหมู	20	36.36
เนื้อไก่	20	36.36
ปลา	4	7.27
สัตว์ป่า	11	20.00
รวม	55	100.00

หมายเหตุ ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ด้านปริมาณความต้องการในการบริโภคเนื้อสัตว์ต่อเดือน จากการศึกษาพบว่าปริมาณความต้องการเนื้อหมูเพื่อการบริโภคต่อเดือนรวม 122 กิโลกรัม คิดเป็นร้อยละ 41.08 รองลงมาเป็นเนื้อไก่มีความต้องการต่อเดือน รวม 121 กิโลกรัม คิดเป็นร้อยละ 40.74 ส่วนสัตว์ป่าคิดเป็นร้อยละ 14.81 ความต้องการในการบริโภคเนื้อสัตว์ของชุมชนโดยรวม เดือนละ 297 กิโลกรัม (ตารางที่ 20)

ตารางที่ 20 ความต้องการการบริโภคเนื้อสัตว์ต่อเดือนของมละบริ บ้านห้วยหยวก

ชนิด	ปริมาณ กก. ต่อเดือน	ร้อยละ
เนื้อหมู	122	41.08
เนื้อไก่	121	40.74
ปลา	10	3.67
สัตว์ป่า	44	14.81
รวม	297	100.00

หมายเหตุ ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

จากข้อมูลข้างต้น แหล่งที่มาของเนื้อหมู เนื้อไก่ และเนื้อปลา ได้จากการซื้อจากพ่อค้ารถเร่เป็นหลัก ส่วนสัตว์ป่าได้จากการเข้าป่าล่ามาเพื่อบริโภค ปัจจัยที่ส่งผลต่อแหล่งที่มาของเนื้อสัตว์เพื่อการบริโภคของชนเผ่ามละบริบ้านห้วยหยวกคือ

1. วิถีชีวิตดั้งเดิมที่ไม่นิยมเลี้ยงสัตว์เพื่อการบริโภค การไม่กักตุนอาหาร ทำให้ขาดความตระหนักในความมั่นคงทางอาหารและองค์ความรู้ด้านการปศุสัตว์
2. สภาพแวดล้อมด้านพื้นที่และขาดทรัพยากรที่ดิน ทำให้มีปัญหาสัตว์เลี้ยงหลุดไปกัดกินทำลายพืชผลทางการเกษตรที่ชาวบ้านปลูกไว้ ก่อให้เกิดข้อพิพาทและการปรับไหมทดแทน
3. วิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงต้องยึดอาชีพรับจ้างเป็นหลัก ทำให้ขาดอิสระด้านการจัดการเวลาไม่สามารถดูแลสัตว์เลี้ยงที่หน่วยงานนำมาสนับสนุนได้

แนวทางในการจัดการเพื่อให้ได้เนื้อสัตว์เพียงพอต่อการบริโภคจึงต้องพิจารณาถึงข้อจำกัดในการดำรงชีวิตที่ไม่สามารถเลี้ยงสัตว์เพื่อการบริโภคได้ การแก้ปัญหาเบื้องต้นได้แก่การหาแหล่งซื้อเนื้อสัตว์ราคาถูกให้กับชุมชน และในระยะยาวต้องแก้ปัญหาเรื่องเวลาและพื้นที่ หน่วยงานที่จะมาสนับสนุนส่งเสริมต้องพิจารณาหาแนวทางร่วมกับชุมชนและหน่วยงานอื่นที่เกี่ยวข้องทุกภาคส่วน

1.2 ประเภทอาหารที่ได้จากพืช

1.2.1 ข้าว จากการศึกษาพบว่าปัจจุบันชนเผ่ามละบริบ้านห้วยหยวกได้เปลี่ยนแปลงอาหารหลักจากการบริโภคหัวมันป่าหันมาบริโภคข้าวเป็นอาหารหลัก โดยส่วนใหญ่บริโภคข้าวเจ้า ซึ่งข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์พบว่า ปัจจุบันมละบริหันมาบริโภคข้าวเจ้าเป็นหลัก ซึ่งเป็นพันธุ์ข้าวไร่ที่ได้รับจากชุมชนชาติพันธุ์อื่นที่มละบริติดต่อกับมีความสัมพันธ์ด้วยทั้งด้านการแลกเปลี่ยนแรงงานและสิ่งของ จากการเข้าไปทำงานรับจ้างทำให้ มละบริเริ่มเรียนรู้วิธีปลูกข้าวและพืชเศรษฐกิจอื่น ๆ ปัจจุบันหลายครอบครัวเริ่มปลูกข้าวไว้บริโภคเองในหลังคาเรือน จากการสอบถามถึงความนิยมในการบริโภคข้าว ด้านรสชาติ ระหว่างข้าวเจ้า กับข้าวเหนียว มละบริให้ความเห็นว่าชอบทั้งสองชนิดแต่ที่บริโภคเป็นประจำขึ้นอยู่กับความหาได้ไม่สามารถเลือกชนิดของข้าวได้ (ตารางที่ 21)

ตารางที่ 21 อาหารหลักของมละบริ บ้านห้วยหยวก

ชนิดของอาหาร	จำนวนหลังคาเรือน (N=20)	ร้อยละ
ข้าวเจ้า	20	95.23
ข้าวเหนียว	1	4.76
รวม	21	100.00

หมายเหตุ ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

แหล่งที่มาของข้าว ที่มละบริ ใช้บริโภค พบว่าส่วนใหญ่ ร้อยละ 25 ทำงานใช้แรงงานแลกข้าว จากการสัมภาษณ์ ในรายที่มละบริทำงานให้กับพ่อเลี้ยงรายปี พ่อเลี้ยงจะเป็นผู้ดูแลจัดหาข้าวมาให้กับครอบครัวที่ทำงานแลกกับอาหาร ส่วนคนที่รับจ้างรายวันนายจ้างต้องจัดหาข้าวมาเลี้ยงระหว่างวันพร้อมทั้งจัดแบ่งข้าวสารจำนวนหนึ่งให้มละบรินำกลับบ้านเพื่อหุงกินในวันต่อไป ในชุมชนมละบริเป็นชุมชนที่มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ หากบ้านไหนไม่มีข้าวกินเพื่อนบ้านก็จะแบ่งปันกันกินโดยพบว่าร้อยละ 22.22 มีการแบ่งปันอาหารให้กันระหว่างของคนในชุมชน แต่ทั้งนี้ มีจำนวน 6 หลังคาเรือนคิดเป็นร้อยละ 16.67 ของจำนวนหลังคาเรือนที่พยายามปลูกข้าวกินเองจากการเช่าที่ดินทำกิน และจากที่ดินที่พ่อเลี้ยงแบ่งให้ทำกิน ซึ่งให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหารอาหารจากเดิมเก็บของป่าล่าสัตว์ และออกจากป่ามาใช้แรงงานในการแลกเปลี่ยนอาหาร และเริ่มเข้าสู่ระบบการผลิตด้วยตนเอง ทั้งนี้ ผู้ที่ผลิตด้วยตนเองนี้สามารถผลิตได้ในปริมาณมาก เป็นกลุ่มหลักที่คอยช่วยเหลือเพื่อนกลุ่มที่ใช้แรงงานเข้าแลกเมื่ออาหารหลักไม่เพียงพอ โดยการแบ่งปันและเริ่มมีการซื้อขายระหว่างคน

ในชุมชนจากการสำรวจพบว่ามีจำนวน 5 หลังคาเรือน คิดเป็นร้อยละ 13.89 ที่ซื้อข้าวกิน และบางครั้งมีคนภายนอกเข้ามาเยี่ยมเยียน และได้บริจาคข้าวให้กับมละบริด้วย (ตารางที่ 22)

ตารางที่ 22 แหล่งที่มาของข้าวเพื่อการบริโภคของมละบริ บ้านห้วยหยวก

แหล่งที่มาของข้าว	จำนวนหลังคาเรือน (N=20)	ร้อยละ
ซื้อ	5	13.89
ปลูกเอง	6	16.67
ทำงานแลก	9	25.00
แบ่งปันจากคนในชุมชน	8	22.22
รับบริจาคจากคนภายนอก	2	5.56
กู้ยืมจากพ่อเลี้ยง	6	16.67
รวม	36	100.00

หมายเหตุ ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

จากการศึกษาพบว่า จำนวน 14 หลังคาเรือน คิดเป็นร้อยละ 70 ของจำนวนหลังคาเรือนในชุมชนมละบริที่หุงข้าววันละ 2 ครั้งเป็นหลัก สำหรับมือเช้าและมือเย็น ส่วนมือเที่ยงในกลุ่มที่รับจ้างจะได้รับอาหารจากนายจ้าง หรือกรณีเข้าป่ามละบริจะหาของป่ากินเป็นอาหารมือเที่ยง แต่ทั้งนี้พบว่ามละบริจำนวน 3 หลังคาเรือนที่เริ่มปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการหุงหาอาหารครบ 3 มื้อ คิดเป็นร้อยละ 15 ของจำนวนหลังคาเรือนในชุมชน (ตารางที่ 23)

ตารางที่ 23 ความถี่ในการประกอบอาหารต่อวันของมละบริ บ้านห้วยหยวก

จำนวน	จำนวนหลังคาเรือน (N=20)	ร้อยละ
1 ครั้ง	3	15.00
2 ครั้ง	14	70.00
3 ครั้ง	3	15.00
รวม	20	100.00

ปริมาณข้าวที่หุงแต่ละครั้งโดยเฉลี่ยหลังคาเรือนละ 1 ลิตร แต่ทั้งนี้ปัจจัยของปริมาณในการหุงข้าวต่อครั้งขึ้นอยู่กับความหนาแน่นและจำนวนสมาชิกในหลังคาเรือนด้วย หากหลังคาเรือนไหนมีอาหารไม่เพียงพอก็สามารถขอแบ่งปันจากเพื่อนบ้านได้ (ตารางที่ 24)

ตารางที่ 24 ปริมาณข้าวที่หุงต่อครั้ง

จำนวน	จำนวนหลังคาเรือน (N=20)	ร้อยละ
0.25 ลิตร	2	10.00
0.50 ลิตร	3	15.00
1.00 ลิตร	8	40.00
1.50 ลิตร	1	5.00
2.00 ลิตร	4	20.00
3.00 ลิตร	2	10.00
รวม	20	100.00

ความต้องการข้าวเพื่อการบริโภคในปัจจุบัน

จากตารางอาหารหลัก (ตารางที่ 21) พบว่าปัจจุบันมละบริบริโภคข้าวเจ้าเป็นอาหารหลักอาหารรองได้แก่ ข้าวเหนียว ที่มาของข้าวนั้นแล้วแต่บริบทของแต่ละหลังคาเรือน โดยรายได้ที่ทำงานให้กับพ่อเลี้ยง เมื่อไปทำงานให้กับพ่อเลี้ยง พ่อเลี้ยงจะเป็นคนจัดหาข้าวมาให้มละบริบริโภค หรือบางรายพ่อเลี้ยงปลูกข้าวเมื่อเก็บเกี่ยวเสร็จก็จะแบ่งผลผลิตให้มละบริส่วนหนึ่งพ่อเลี้ยงเอาไปส่วนหนึ่งรูปแบบการจัดการไม่มีระบบตายตัว แล้วแต่จะตกลงกัน หรือบางรายพ่อเลี้ยงจะแบ่งที่ให้ปลูกข้าวกินเองผลผลิตที่ได้มละบริได้รับเองเต็มจำนวน แต่ต้องลงทุนค่าใช้จ่ายต่าง ๆ เอง ส่วนรายได้ที่เช่าที่ทำกินและปลูกข้าวไร่กินเอง พบว่ายังขาดความรู้ในการปลูกข้าวผนวกกับหน้าดินถูกทำลายจากการใช้สารเคมีอย่างเข้มข้น ทำให้ผลผลิตข้าวไร่ ไม่เพียงพอต่อการบริโภคตลอดทั้งปี (ภาพที่ 27) ในกรณีข้าวไม่พอกิน มละบริจะไปซื้อมันที่ขึ้นเองในป่ารอบ ๆ หมู่บ้านมากินแทนข้าว เพื่อคำนวณปริมาณความต้องการข้าวให้เพียงพอต่อการบริโภคตลอดทั้งปีของชุมชน จากการสัมภาษณ์แบบเจาะจงในกรณีของครอบครัวนายฉลองชัย ดอยศักดิ์ ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน เพื่อนำข้อมูลที่ได้เป็นค่าฐานในการคำนวณไปสู่ความต้องการบริโภคข้าวโดยรวมของชุมชน รายละเอียด ดังนี้



ภาพที่ 27 การเก็บข้าวเปลือกและข้าวสารที่ปลูกและซื้อ
เพื่อการบริโภคของมละบริ บ้านห้วยหยวก

ที่มา: จากการสำรวจ

ประมาณการความต้องการข้าวสารต่อปี

เทียบข้อมูลจากครอบครัวนายฉลองชัย ดอยศักดิ์

จำนวนประชากรในครอบครัว	3.00	คน
ใช้ข้าวสารหุงข้าววันละ	2.00	ถ้วย
ประมาณ	0.50	กก. ต่อ วัน
การบริโภคข้าวสารเฉลี่ยคนละ (0.5/3)	0.17	กก. ต่อ วัน
การบริโภคข้าวสารเฉลี่ยคนละ (0.17*365)	60.83	กก. ต่อ ปี
จำนวนประชากรในชุมชนรวม	147.00	คน
ชุมชนต้องการข้าวสาร (60.83*147)	8,942.50	กก. ต่อ ปี

ประมาณการความต้องการข้าวเปลือกต่อปี

เทียบข้อมูลจากครอบครัวนายฉลองชัย ดอยศักดิ์

จำนวนประชากรในครอบครัว	3.00	คน
การบริโภคข้าวเปลือกเฉลี่ยต่อปี	240.00	กก.
ความต้องการข้าวเปลือกเฉลี่ยต่อปีคนละ(240/3)	80.00	กก. ต่อปี
จำนวนประชากรในชุมชนรวม	147.00	คน
ต้องการข้าวเปลือกรวม คิดเป็น กิโลกรัม(80*147)	11,760.0	กก. ต่อปี

ความต้องการพื้นที่สำหรับปลูกข้าว

ตามหลักเกณฑ์ในการคำนวณ จากศูนย์สารสนเทศ กรมส่งเสริมการเกษตร

มาตรฐานการผลิตข้าวไร่

ผลผลิตข้าวเปลือกต่อไร่ ขั้นต่ำ	550.00	กก.
ผลผลิตข้าวเปลือกต่อไร่ สูงสุด	600.00	กก.
ต้องการพื้นที่ปลูกข้าวไร่สูงสุด (11,760/550)	21.38	ไร่
ต้องการพื้นที่ปลูกข้าวไร่ขั้นต่ำ (11,760/600)	19.60	ไร่

จากการคำนวณความต้องการพื้นที่สูงสุดในการปลูกข้าวไร่ เพื่อให้มีความเพียงพอต่อการบริโภคในรอบปี พบว่าความต้องการพื้นที่ในการปลูกเมื่อเทียบกับผลผลิตต่อไร่หากได้พื้นที่ที่มีความอุดมสมบูรณ์ ใช้พื้นที่ขั้นต่ำ 19.60 ไร่ และหากพื้นที่ไม่มีความสมบูรณ์จะมีความต้องการพื้นที่สูงสุดประมาณ 21.38 ไร่

1.2.2 อาหารประเภทพืชผักผลไม้ ในปัจจุบันด้วยวิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป มละบริ

บ้านห้วยหยวกหันมาประกอบอาชีพรับจ้างเป็นหลัก การใช้ชีวิตมีความเร่งรีบส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคผักมีการปรับเปลี่ยนมาซื้อผักจากพ่อค้ารถเร่มากขึ้น ผักชนิดใหม่ที่มละบริบริโภคมีเพียงไม่กี่

ชนิดที่มละบริรู้จัก และขึ้นอยู่กับพ่อค้าที่นำมาขาย จึงไม่มีความหลากหลายของพืชผักชนิดใหม่ที่มละบริเลือกรับประทาน โดยผักที่นิยมซื้อจากพ่อค้าเร่คือ ผักกะหล่ำปลีคิดเป็น ร้อยละ 26.87 และ ผักกาด คิดเป็น ร้อยละ 26.87 (ตารางที่ 25)

ตารางที่ 25 ความต้องการในการบริโภคผักเศรษฐกิจของมละบริ (หลังคาเรือนที่สำรวจ)

ชนิด	จำนวนหลังคาเรือน (N=20)	ร้อยละ
กะหล่ำปลี	18	26.87
ผักกาด	18	26.87
มะเขือ	9	13.43
ถั่วฝักยาว	7	10.45
แตงกวา	2	2.99
ผักบุ้ง	2	2.99
ผักพื้บ้าน	10	14.93
อื่น ๆ	1	1.49
รวม	67	100.00

หมายเหตุ ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

แหล่งที่มาของอาหารประเภทพืชผักและผลไม้ จากการศึกษา พบว่าปัจจุบันแหล่งอาหารประเภทพืชผักผลไม้ ชนเผ่ามละบริบ้านห้วยหยวกเปลี่ยนจากการหาจากแหล่งธรรมชาติเป็นการซื้อเพื่อการบริโภคแทน โดยการซื้อเพื่อการบริโภคคิดเป็นร้อยละ แต่ก็เริ่มมีบางหลังคาเรือนเริ่มหันมาปลูกผักพื้บ้านรอบ ๆ บ้านพัก โดยพบว่ามีจำนวน 5 หลังคาเรือน คิดเป็นร้อยละ 20.83 ที่ปลูกพืชผักเพื่อรับประทานเอง (ตารางที่ 26)

ตารางที่ 26 แหล่งที่มาของผักที่มละบรี บ้านห้วยห้วยกบรีโกค (หลังคาเรือนที่สำรวจ)

แหล่งที่มา	จำนวนหลังคาเรือน (N=20)	ร้อยละ
ซื้อ	18	75.00
เพาะปลูกเอง	5	20.83
แบ่งปันจากคนในชุมชน	1	4.17
รวม	24	100.00

หมายเหตุ ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

2. การจัดการด้านกรรมวิธีการประกอบอาหารของชนเผ่ามละบรี บ้านห้วยห้วยก

ในปัจจุบัน จากการสังเกตกรรมวิธีในการประกอบอาหาร ในแต่ละหลังคาเรือนพบว่ามละบรี ยังคงใช้วิธีการปรุงอาหารง่าย ๆ แบบดั้งเดิม คือการต้ม เผา ปิ้งย่าง และหลามในกระบอกไม้ไผ่ นอกจากนี้ยังพบว่ามละบรีมีการประกอบอาหารโดยวิธีการผัด ทอด และการทำตำน้ำพริก ตามวัตถุดิบที่มีอยู่ มละบรีไม่บริโภคน้ำมันดิบ อาหารประเภทยาและลาบ จึงมีเพียงส่วนน้อยที่ประกอบอาหารตามแบบคนเมือง พบเพียง 1 หลังคาเรือนที่สามารถทำลาบได้ การทำแกงพบว่ามละบรีคนรุ่นใหม่ที่มีโอกาสได้รับการศึกษาและมีความสนใจในเรื่องอาหาร ได้มีโอกาสไปทำงานรับจ้างในร้านอาหารสามารถทำแกงได้ แต่ไม่มีโอกาสได้ปรุงอาหารประเภทแกงเนื่องจากขาดวัตถุดิบในการประกอบอาหาร ส่วนอาหารประเภทหนึ่ง มละบรีมีวิธีการหนึ่ง คือ การนำเนื้อสัตว์ลงไปต้มในหม้อใส่น้ำ แต่เพียงเล็กน้อย ไม่ท่วมเนื้อสัตว์ ต้มจนน้ำงวดแห้ง ทำให้เนื้อสัตว์สุกพอประมาณเก็บไว้รับประทานในมื้อต่อไปได้ การนี้จึงนับเป็นการถนอมอาหารอีกวิธีหนึ่ง นอกจากนี้ พบว่ามีการถนอมอาหารอีกวิธีหนึ่งคือ การนำเนื้อสัตว์ย่างรมควันเพื่อเก็บไว้กินในระยะเวลาอันนานได้ (ตารางที่ 27)

ตารางที่ 27 วิธีการประกอบอาหาร ของมละบริ บ้านห้วยหยวก

วิธีการ	จำนวนหลังคาเรือน (N=20)	ร้อยละ
ต้ม	20	18.18
หลาม	17	15.45
นึ่ง	7	6.36
แกง	1	0.91
ผัด	17	15.45
ทอด	15	13.64
เผา ปิ้ง ย่าง	19	17.27
น้ำพริก	13	11.82
ยำ/ลาบ	1	0.91
อื่นๆ	0	0.00
รวม	110	100.00

หมายเหตุ ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

เครื่องปรุงอาหาร

มละบริรู้จักการใช้เกลือเพื่อการบริโภคมานานแล้วจากการแลกเปลี่ยนกับคนภายนอก และเป็นส่วนประกอบหลักในการเพิ่มรสชาติอาหาร ปัจจุบันพบว่ามีการใช้ผงปรุงรสเพื่อเพิ่มรสชาติอาหารอีกด้วย การปรุงอาหารเริ่มมีความหลากหลายของเครื่องปรุงมากขึ้น มีการใช้พริกแบบคนเมือง การใช้น้ำมันพืชเพื่อการทอด และผัดเริ่มมีความนิยมในชุมชน การรับประทานกะปิหรือปลาร้านั้น ไม่มีการนำมาดัดแปลงประกอบอาหารแต่อย่างใด เพียงนำมาจิ้มกับผักโดยตรง หรือการใส่ลงไปเมนูต้มเพื่อเพิ่มรสชาติให้กับอาหารเท่านั้น (ตารางที่ 28)

ตารางที่ 28 เครื่องปรุงอาหารที่มละบริ บ้านห้วยหยวก นิยมใช้

ชนิดเครื่องปรุง	จำนวนหลังคาเรือน (N=20)	ร้อยละ
เกลือ/น้ำปลา	20	16.13
ผงชูรส/ผงปรุงรส	20	16.13
น้ำตาล	7	5.65
พริก/พริกlaub	20	16.13
มะแขว่น	4	3.23
กะปิ	14	11.29
ปลาร้า	9	7.26
หอม/กระเทียม	13	10.48
น้ำมันพืช	17	13.71
รวม	124	100.00

หมายเหตุ ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ข้อเสนอของชนเผ่ามละบริบ้านห้วยหยวก ในการจัดการการบริโภคอาหารภายใต้ภูมิสังคม เพื่อให้เกิดความยั่งยืนในอนาคต จากการสำรวจความต้องการในการจัดการการบริโภคอาหารของมละบริบ้านห้วยหยวก พบว่า ร้อยละ 28.13 มีความต้องการเรียนรู้วิธีการปรุงอาหารรูปแบบใหม่ พร้อมทั้งต้องการวัตถุดิบเครื่องปรุงที่เกี่ยวข้องกับเมนูใหม่ ๆ อีกทั้งยังขาดเครื่องครัวในการประกอบอาหาร ซึ่งอาหารบางอย่างต้องใช้เครื่องครัวแบบพิเศษอื่น ๆ หากต้องเรียนรู้วิธีการปรุงอาหารรูปแบบใหม่ จึงจำเป็นต้องได้รับการสนับสนุนเครื่องครัวที่เกี่ยวข้อง โดยความต้องการอุปกรณ์เครื่องครัวคิดเป็นร้อยละ 25 ความต้องการเรียนรู้ด้านโภชนาการการใช้วัตถุดิบ และเครื่องปรุงสำหรับอาหารรูปแบบใหม่ด้วยคิดเป็นร้อยละ 28.13 และร้อยละ 18.75 ต้องการมีความรู้เพิ่มเติมด้านโภชนาการ (ตารางที่ 29)

ตารางที่ 29 ความต้องการด้านโภชนาการในการจัดการการบริโภคอาหารของมละบริ

ความต้องการ	จำนวนหลังคาเรือน (N=20)	ร้อยละ
ความรู้ด้านโภชนาการ	12	18.75
กรรมวิธีการปรุงอาหารรูปใหม่	18	28.13
อุปกรณ์เครื่องครัว	16	25.00
วัตถุดิบและเครื่องปรุง	18	28.13
รวม	64	100.00

หมายเหตุ ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

3. ความต้องการการสนับสนุนเพื่อการพึ่งตนเองในระยะยาวของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างถึงความต้องการในการพึ่งตนเองในระยะยาว พบว่ามละบริบ้านห้วยหยวกมีปัญหาหนี้สินนอกระบบ ส่วนมากจะชดเชยด้วยการใช้แรงงานทำงานทดแทน จึงทำให้ขาดอิสระในการทำมาหากินแบบพึ่งพาตนเอง ปัญหาหนี้สินจึงเป็นปัญหาใหญ่ของคนในชุมชน ความต้องการปลดหนี้คิดเป็น ร้อยละ 30.30 ความต้องการมีที่ทำกินเป็นของตนเองคิดเป็นร้อยละ 25.76 และการสนับสนุนส่งเสริมอาชีพที่มั่นคงในระยะยาวโดยมีองค์กรต่าง ๆ เป็นพี่เลี้ยงให้ความรู้และการช่วยเหลือสนับสนุน และร้อยละ 25.76 ต้องการการส่งเสริมการปลูกพืชผักสวนครัวแบบพอเพียงพึ่งพาตนเองได้ รวมถึงต้องการเพิ่มพื้นที่ป่าเพื่อเป็นแหล่งอาหารและสืบต่อภูมิปัญญามละบริอีกด้วย (ตารางที่ 30)

ตารางที่ 30 ความต้องการในการพึ่งตนเองในระยะยาวของมละบริ บ้านห้วยหยวก

ความต้องการ	จำนวนหลังคาเรือน	ร้อยละ
ปลดหนี้	20	30.30
ที่ดินทำกิน	17	25.76
ส่งเสริมอาชีพ	17	25.76
ส่งเสริมการปลูกพืชผักสวนครัว	6	9.09
เพิ่มพื้นที่ป่า	6	9.09
รวม	66	100.00

หมายเหตุ ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

สรุปแนวทางการจัดการการบริโภคอาหารของมละบริ บ้านห้วยหยวก จากการศึกษาแนวทางในการจัดการด้านอาหารเพื่อให้เกิดความพอเพียงในการบริโภคได้ดังนี้

1. การจัดการด้านชนิดและปริมาณของอาหารตามความต้องการของชนเผ่ามละบริ

การจัดการด้านชนิดและปริมาณของอาหารที่มละบริ ต้องการบริโภค สามารถจำแนก เป็น 2 ประเภท ดังนี้

1.1 การบริโภคอาหารประเภทที่ได้จากสัตว์ พบว่าปัจจุบัน มละบรินิยมบริโภคเนื้อหมู คิดเป็นร้อยละ 36.36 และเนื้อไก่คิดเป็นร้อยละ 36.36 ในอัตราเท่ากัน ด้านปริมาณความต้องการในการบริโภคเนื้อสัตว์เฉลี่ย ต่อเดือน เนื้อหมู 122 กิโลกรัม เนื้อไก่ 121 กิโลกรัม รวมจำนวนการบริโภคเนื้อสัตว์จำนวน 243 กิโลกรัมต่อเดือน ซึ่งแหล่งที่มาของอาหารประเภทสัตว์ หรือเนื้อสัตว์ ได้มาจากการซื้อจากรถเร่ และการแลกเปลี่ยนแรงงานเพื่อการแบ่งปันอาหารจากพ่อเลี้ยง

1.2 การบริโภคอาหารประเภทที่ได้จากพืช พบว่าปัจจุบันมละบริบริโภคข้าวเจ้าเป็นหลัก โดยความต้องการบริโภคข้าวในชุมชนชนิดข้าวเปลือก รวมจำนวน 11.76 ตันต่อปี ความต้องการพื้นที่ในการเพาะปลูกข้าวสูงสุดจำนวน 21.38 ไร่ ซึ่งการได้มาของอาหารประเภทพืช คือข้าว ได้มาจากการทำงานรับจ้างในไร่ และการทำงานแลกเพื่อนำเงินมาซื้อข้าวเพื่อการบริโภค

2. การจัดการด้านกรรมวิธีการประกอบอาหารของมละบริ บ้านห้วยหยวก

การจัดการด้านกรรมวิธีการประกอบอาหารของมละบริ บ้านห้วยหยวก ยังมีความนิยมประกอบอาหารทุกชนิดปรุงให้สุกก่อนการบริโภคตามแบบวิธีการดั้งเดิม เช่น การหลาม การปิ้ง การย่าง การหมกไฟ สำหรับอาหารประเภทเนื้อสัตว์หากมีปริมาณมากไม่สามารถบริโภคหมดในวันเดียว จะถนอมอาหารด้วยการรมควันไฟไว้ มละบริ มีความเชื่อว่าการทำอาหารให้สุกเป็นการฆ่าเชื้อโรคและทำลายพิษในอาหารบางชนิดได้ เมื่อวิถีชีวิตได้มีการเปลี่ยนแปลงไป มละบริก็ได้มีการปรับเปลี่ยนเรียนรู้วิธีการประกอบอาหาร เป็นการต้ม นึ่ง ทอด ผัด แง โดยใช้หม้อแสดนเลสแทนการใช้ไม้ไผ่และใบกล้วย นอกจากนี้การปรุงรสชาติของอาหาร สำหรับมละบริรุ่นใหม่ มีการเรียนรู้การใช้เครื่องปรุงรส เช่น ผงชูรส น้ำปลา เกลือ พริก หอมและ กระเทียม อีกทั้งยังรู้จักการใช้น้ำมันในการประกอบอาหารประเภททอด และผัด ได้แก่ การผัดผักใส่หมู การทำไข่เจียว และการทำหมูทอด เป็นต้น

3. การจัดการปัจจัยสนับสนุนความต้องการพึ่งตนเองในระยะยาวของชนเผ่ามละบริ มีดังนี้

3.1 การแก้ปัญหาที่จุดเล็ก ๆ ให้ตรงจุด โดยการน้อมนำหลักการทรงงานของพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตร (รัชกาลที่ 9) มาเป็นแนวทางในการจัดการการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก ได้แก่ การแก้ปัญหาที่จุดเล็ก คิด Macro เริ่ม Micro พระองค์ทรงมองปัญหาในภาพรวม (macro) ก่อนเสมอ แต่การแก้ไขปัญหของพระองค์จะเริ่มจากจุดเล็ก ๆ (micro) คือ การแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าที่คนมักจะมองข้าม

มละบริ บ้านห้วยหยวก มีการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตไปจากเดิม การช่วยเหลือแบบสังคมสงเคราะห์ด้านปัจจัยสี่ได้แก่ อาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่มและ การรักษาในยามเจ็บป่วย เป็นวิธีการที่จำเป็นและต้องช่วยเหลืออย่างต่อเนื่อง ที่ผ่านมามีหลายหน่วยงานเข้ามาดูแลให้ความช่วยเหลือแล้ว แต่ขาดการช่วยเหลืออย่างต่อเนื่อง กระบวนการให้การช่วยเหลือนั้นเน้นการช่วยเหลืออย่างเป็นระบบบริการรวมที่จุดเดียว หน่วยงานรัฐและองค์กรพัฒนาเอกชน ต้องร่วมมือศึกษาแนวทางและให้การช่วยเหลือแบบบูรณาการ

3.2 ลดความเหลื่อมล้ำการเอาเปรียบทางสังคม การพัฒนาตามแบบภูมิสังคม ต้องศึกษาบริบทสังคมโดยรอบ ใช้หลักการเข้าใจ เข้าถึง และพัฒนา ต้องศึกษาบริบททางภูมิสังคมของชนเผ่า มละบริให้เข้าใจ ทั้งสภาพสังคม สิ่งแวดล้อม และภูมิประเทศ ใช้หลักการมีส่วนร่วมให้เข้าถึงสร้างความร่วมมือจากผู้เกี่ยวข้อง ความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องของคนในสังคม การสร้างความเข้าใจบริบทชนเผ่ามละบริต่อสังคมโดยรอบ และผู้ที่มีความเกี่ยวข้องทุกภาคส่วน เพื่อให้มีการเรียนรู้มีความเข้าใจลดการเลือกปฏิบัติ และการเอาเปรียบทางสังคม เกิดความร่วมมือให้การช่วยเหลือเป็นการพัฒนาภูมิสังคมอย่างยั่งยืน

3.3 การพัฒนาแบบมีส่วนร่วม ให้คนในชุมชนมีส่วนร่วมในการคิดออกแบบ และตัดสินใจ ผ่านกระบวนการสร้างการเรียนรู้ การพัฒนาทักษะในการดำรงชีวิตด้านการจัดการการบริโภคอาหาร เช่น การให้ความรู้เรื่องระบบนิเวศน์และการใช้ประโยชน์จากพืชท้องถิ่นมาประยุกต์ใช้ประกอบอาหาร การเรียนรู้เรื่องของโภชนาการ และกรรมวิธีการประกอบอาหารที่หลากหลายสามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้ในชีวิตจริง รวมถึงการสร้างแหล่งอาหาร การผลิตอาหาร การเรียนรู้วิธีการประกอบอาหารรูปแบบใหม่ ๆ เพื่อให้เกิดการพึ่งตนเองได้ในอนาคต

3.4 การสร้างความเข้มแข็ง การศึกษาบริบทของมละบริจากประวัติความเป็นมาทำให้เรียนรู้ถึงอุปนิสัยที่รักษาสืบจากเดิมดำเนินชีวิตได้อย่างอิสระเสรีท่องไปตามป่าเขา ไม่ต้องการถูกจำกัดและการปฏิบัติตามกฎระเบียบ การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก เป็นการเปลี่ยนแปลงแบบก้าวกระโดด ทำให้ชนเผ่ามละบริขาดความพร้อมที่จะเข้าสู่สังคมภายนอก ขาดทักษะในการดำเนินชีวิต ไม่สามารถปรับตัวได้ทันกับกระแสการเปลี่ยนแปลงเมื่อต้องอยู่รวมกันเป็นชุมชน จึงต้องมีการสร้างกระบวนการให้มละบริเรียนรู้เรื่องกฎข้อบังคับของชุมชน การสร้างระเบียบปฏิบัติข้อตกลงการอยู่ร่วมกันการจัดระเบียบทางสังคม จึงต้องสร้างการเรียนรู้ด้านกฎระเบียบและการมีวินัย การฝึกหัดและให้เกิดการเรียนรู้ พัฒนากลายเป็นอุปนิสัยใหม่ เพื่อให้พร้อมรับต่อการพัฒนา เพื่อลดปัญหาความขัดแย้งในชุมชนและสร้างความมั่นใจให้กับเยาวชนคนรุ่นใหม่มีความภูมิใจในตัวตน ให้มีความรู้ความสามารถที่ทัดเทียมกับคนในสังคม

3.5 การบริหารหนี้สิน ปัญหาหนี้สินเป็นปัญหาหลักของคนในชุมชน การให้ความรู้และจัดระเบียบในการใช้จ่าย การวางแผนการลงทุนอย่างเป็นระบบรวมถึงแหล่งเงินทุนในระบบและการให้คำปรึกษาอย่างใกล้ชิด เพื่อลดความเสี่ยงจากการขาดทุนและปัญหาหนี้สินต่อเนื่อง

3.6 การสร้างความมั่นคงและยั่งยืน บริบททางสังคมของมละบรี เป็นสังคมที่มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่มีการช่วยเหลือกันในระดับชุมชนสูง การจัดการการบริโภคอาหารของมละบรี บ้านห้วยหยวกจึงต้องเรียนรู้ถึงอุปนิสัยใจคอ วิถีชีวิตในปัจจุบัน แกไขจุดบกพร่องเสริมสร้างจุดแข็ง จากการให้ความช่วยเหลือของหน่วยงานที่ผ่านมาเป็นการจัดการรายบุคคล เป็นการให้พันธุ์สัตว์มาเลี้ยง ทั้งหมด วัว และไก่ โดยบริบทวิถีชีวิตมละบรีที่ไม่เคยเลี้ยงสัตว์ การได้รับสัตว์มาเลี้ยงกลับสร้างปัญหาให้กับพวกเขา ด้วยข้อจำกัดของพื้นที่เลี้ยงสัตว์ บางครั้งสัตว์ที่เลี้ยงหลุดไปกินหรือทำลายพืชพันธุ์ทางการเกษตรทำให้เกิดความเสียหาย และบางรายโดนปรับจากเจ้าของพื้นที่ภาระที่ต้องไปทำงานให้กับนายจ้าง ทำให้ไม่มีเวลาในการดูแลสัตว์เลี้ยงที่ได้รับมา ท้ายที่สุดจึงขายทิ้ง หรือนำมาฆ่าเพื่อการบริโภคทำให้ขาดการต่อยอดตามวัตถุประสงค์ของโครงการ ตัวอย่างการเลี้ยงไก่ไข่ มีการออกแบบให้มละบรีในกลุ่มแบ่งเวรกันมาดูแลให้อาหารไก่ เมื่อต้องไปทำงานในไร่จึงทำให้ขาดเวร ตกเป็นภาระของคนใดคนหนึ่ง ท้ายที่สุดของต้องมอบหมายให้กับผู้สูงอายุที่ไม่สามารถไปทำงานในไร่ในสวนได้เป็นผู้ดูแลแทน เป็นต้น การจัดการแบบส่วนรวมจึงต้องสร้างความตระหนักและความรับผิดชอบของคนในชุมชนเพื่อความมั่นคงยั่งยืนในอนาคต นอกจากนี้พบว่ามละบรี บ้านห้วยหยวกมีความต้องการในการพึ่งตนเองในระยะยาวได้แก่ การปลดหนี้ การมีพื้นที่ทำกินเป็นของตนเอง การส่งเสริมอาชีพ เนื่องจากมละบรียังขาดความรู้ ทักษะ และทักษะชีวิตในหลาย ๆ ด้าน การนำหลักการทรงงานของในหลวงรัชกาลที่ 9 ผสมกับการนำหลักเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้กับการส่งเสริมการพัฒนาจึงจะสามารถสร้างให้สังคมมละบรี บ้านห้วยหยวก เกิดการพัฒนา และสามารถสร้างความมั่นคงอย่างยั่งยืนได้ในอนาคต

3.7 การฟื้นฟูระบบนิเวศน์และสิ่งแวดล้อม และการจัดสรรที่ทำกิน จำเป็นต้องใช้ความร่วมมือหลายภาคส่วน จึงต้องเป็นการแก้ปัญหาในระดับโครงสร้างและนโยบาย จึงจำเป็นต้องใช้การแก้ปัญหาแบบองค์รวมและการมีส่วนร่วมทุกภาคส่วน ในระดับขั้นต่อไป

4. ปัจจัยที่ส่งผลต่อการจัดการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบรี มี ดังนี้

4.1 การเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตจากการดำรงชีพพึ่งพาอาศัยป่าไม้แบบดั้งเดิม เป็นการออกมาตั้งที่อยู่อาศัยถาวร เป็นการเปลี่ยนแปลงแบบก้าวกระโดด

4.2 ขาดอิสระทางเวลา และการจัดการตนเอง มีการยังชีพด้วยการรับจ้างเป็นหลัก ทำให้มละบรีไม่มีเวลาในการศึกษาหาวิธีในการจัดการอาหารให้กับตนเองในรูปแบบใหม่ จากการศึกษาความหลากหลายของเมนูอาหารมละบรี ยังคงใช้วิธีการประกอบอาหารแบบดั้งเดิมเป็นหลัก

4.3 ขาดทักษะในการดำรงชีวิต โดยเฉพาะด้านการจัดการการบริโภคอาหาร ทั้งแหล่งที่มาของอาหาร ปัจจัยและวิธีการประกอบอาหาร ขาดการเรียนรู้ที่จะนำพืชผักท้องถิ่นมาประกอบอาหาร พบว่ามละบรียังขาดความรู้ในการนำพืชผักพื้นบ้านมาใช้ในการประกอบอาหาร จึงทำให้ขาดความหลากหลายในเมนูอาหาร

4.4 การตระหนักให้มีความสำคัญด้านโภชนาการ พบว่ามละบรีในชุมชนบ้านห้วยหยวก ไม่มีความรู้ด้านโภชนาการอาหาร จึงไม่ให้ความสำคัญต่อโภชนาการ ผนวกกับวิถีชีวิตที่มีความเร่งรีบตลอดเวลาจึงบริโภคอาหารตามที่สามารถหามาได้

4.5 ภาวะทางเศรษฐกิจและการศึกษา ส่งผลให้มละบรีไม่สามารถจัดหาอาหารที่มีคุณภาพได้

4.6 บริบทพื้นที่โดยรอบเป็นการทำการเกษตรเชิงเดี่ยวมีปริมาณการใช้สารเคมีทำลาย วัชพืชและยากำจัดศัตรูพืชอย่างเข้มข้น ทำให้มละบรีไม่สามารถเก็บหาของป่าที่ขึ้นตามธรรมชาติเพื่อ การบริโภคได้ รวมถึงส่งผลกระทบต่อสุขภาพของชนเผ่ามละบรีด้วย

4.7 มละบรีขาดที่ดินทำกินเป็นของตนเอง และ การใช้ที่ดินส่วนกลางขาดระบบการ จัดการ ที่มีประสิทธิภาพ

แนวทางในการจัดการการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบรีบ้านห้วยหยวก นอกจากปริมาณ ความต้องการในการบริโภคแล้ว การกระบวนการผลิตและแหล่งที่มาของอาหาร ต้องคำนึงถึงลักษณะ ภูมิสังคมของชนเผ่ามละบรี วิถีชีวิตและอุปนิสัย ควรวางแผนการพัฒนาให้ตรงตามความต้องการของ ผู้บริโภคเพื่อให้เกิดความต่อเนื่องและมีการพัฒนาที่ยั่งยืน

อภิปรายผล

ชนเผ่ามละบรี นับเป็นชนเผ่าพื้นเมืองดั้งเดิมในประเทศไทย โดยเฉพาะกลุ่มที่อาศัยอยู่ที่ หมู่บ้านห้วยหยวก ที่เชื่อว่าบรรพบุรุษของตนได้ดำรงชีพอยู่อาศัยในพื้นที่เทือกเขารอยต่อจังหวัดแพร่ น่าน มาหลายชั่วอายุคนแล้ว ตามปฏิญญาสหประชาชาติว่าด้วยสิทธิชนเผ่าพื้นเมือง มละบรีจึงถือได้ ว่าเป็นเจ้าของพื้นที่ดั้งเดิมเป็นชนเผ่าที่มีความเปราะบางสูง ที่รัฐต้องให้ความสำคัญในการดูแลปกป้อง ให้พวกเขามีสิทธิตามกฎหมาย และมีสิทธิในการจัดการตนเองตามจารีตประเพณี ลดความเหลื่อมล้ำ ทางสังคมให้ความคุ้มครองสวัสดิการ ควรใส่ใจเป็นพิเศษในการดูแลปกป้องคุ้มครองรอบด้าน สร้าง ความเข้มแข็ง ทั้งด้านการศึกษา เศรษฐกิจ สังคมและการจัดการสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสม เพื่อรองรับ การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางสังคม วัฒนธรรมและวิถีชีวิต

ชนเผ่ามละบรี บ้านห้วยหยวก ต้องเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตจากการพึ่งพิงป่าไม้ซึ่งให้ทุกสิ่งทุก อย่างกับพวกเขาทั้งที่อยู่อาศัย อาหาร และยารักษาโรค เมื่อเกิดการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตอย่างฉับพลัน

ต้องออกมาดำรงชีพในสภาวะแวดล้อมที่ไม่คุ้นเคย ขาดทั้งความรู้และความเท่าทันต่อสังคมรูปแบบใหม่ ขาดความมั่นคงในการดำรงชีวิต โดยเฉพาะความมั่นคงทางอาหาร จึงต้องพึ่งพาอาศัยกับชนเผ่าอื่นที่มีศักยภาพในการดูแลตนเองได้ดีกว่า ซึ่งเรียกว่า “ระบบพ่อเลี้ยง” เป็นรูปแบบความสัมพันธ์ต่อเนื่องจากระบบการแลกของ มาเป็นการใช้แรงงาน เพื่อแลกปัจจัยในการดำรงชีวิต ปัจจุบันระบบเศรษฐกิจและสังคมเปลี่ยนไป การพัฒนาทางเทคโนโลยีและการสื่อสารสามารถเข้าถึงชุมชนมละบริ บ้านห้วยหยวก ความต้องการจึงมีมากขึ้น ความจำเป็นต้องใช้เงินสดเป็นตัวกลาง ของการแลกเปลี่ยนมีมากขึ้น มละบริบางส่วนจึงยังชีพด้วยการทำงานรับจ้างทั้งรายวัน และรับเหมาเพื่อแลกกับเงินสดไว้ใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน

การกู้เงินมาลงทุนทำการเกษตรโดยขาดความรู้ และประสบการณ์ การส่งเสียบุตรหลานที่ต้องเรียนหนังสือทั้งโรงเรียนในชุมชน และโรงเรียนประจำ ทำให้มีค่าใช้จ่ายสูงเมื่อขาดเงินสดจึงต้องเข้าสู่ระบบการกู้ยืมเงินจากแหล่งเงินกู้นอกระบบ ส่งผลให้ปัจจุบันมละบริแต่ละครัวเรือนมีภาระหนี้สินที่ต้องชดใช้ มีความเครียด เป็นโรคซึมเศร้า ผู้ชายหลายหันมาดื่มเหล้า เกิดปัญหาครอบครัว และในบางรายคิดสั้นฆ่าตัวตัว

ด้านทรัพยากรที่ดิน หรือพื้นที่ทำกิน มละบริ บ้านห้วยหยวกมีพื้นที่ส่วนกลางที่ได้รับจากการบริจาคจากองค์กรทางศาสนา พื้นที่แต่ละแปลงจะอยู่ห่างกัน และขาดการจัดการที่เป็นระบบ ประกอบกับการทำเกษตรอย่างขาดความรู้ และประสบการณ์ และมีการใช้สารเคมีค่อนข้างมาก ดินมีสารตกค้างในปริมาณที่มากและขาดความอุดมสมบูรณ์ ส่งผลให้ผลผลิตไม่ได้คุณภาพและราคา เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมา

บทที่ 5

สรุปและข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริภายใต้ภูมิสังคม บ้านห้วยหยวก ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน จากการค้นคว้า การสังเกต ลงพื้นที่เก็บข้อมูล สอบถามและการสัมภาษณ์มละบริที่เป็นกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้อาวุโส ผู้นำชุมชน และตัวแทนหลังคาเรือนเป็นจำนวน 20 คน สามารถสรุปผลการวิจัยได้ 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 บริบททั่วไปของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก

ตอนที่ 2 วิธีการจัดการการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก

ตอนที่ 3 แนวทางในการจัดการการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก

สรุปผล

ตอนที่ 1 บริบททั่วไปของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก

บ้านห้วยหยวก หมู่ 6 ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน เส้นทางเข้าสู่หมู่บ้านที่สะดวกคือ เส้นทางสาย น่าน-บ้านหลวง-พะเยา ทางหลวงหมายเลข 1091 บริเวณหลักกิโลเมตรที่ 30 จะมีทางแยกเข้าสู่บ้านปางเป๋ย เส้นทางหมายเลข 4002 ประมาณ 4 กิโลเมตร และเดินทางต่อบ้านปางเป๋ยไปอีกประมาณ 8 กิโลเมตร มีป่าที่ดั่งชุมชนมละบริบ้านห้วยหยวกตั้งอยู่ด้านซ้ายมือ จุดที่ตั้งหมู่บ้านมีความสูงระดับ 600 เมตร จากระดับน้ำทะเล มีลักษณะภูมิประเทศเป็นแนวเขาสองแนวขนานกันทอดตัวจากทิศเหนือไปทางทิศใต้ มีแม่น้ำแม่ชะนิงไหลผ่าตรงกลางระหว่างสองแนวเขาลงไปทางทิศใต้ผ่านหน้าหมู่บ้าน ลักษณะภูมิอากาศกลางวันมีอากาศร้อน และกลางคืนมีอากาศหนาวเย็น ลักษณะพื้นที่โดยรอบ ถูกแผ้วถางเพื่อการเกษตร มีสภาพดินเสื่อมโทรมจากการใช้สารเคมี และยาฆ่าหญ้าติดต่อกันมานาน การชะล้างของหน้าดินสูง สภาพดินขาดความอุดมสมบูรณ์ บางพื้นที่พบว่ามีดินสไลด์

บ้านห้วยหยวก แบ่งเป็น 5 คุ่มบ้าน ชุมชนมละบริ เป็นคุ่มที่ 5 ตั้งอยู่ทางทิศตะวันตกของหมู่บ้านหลัก ประชากรส่วนใหญ่เป็นชนเผ่าม้งที่ย้ายลงมาจากดอยภูเก็งก่อตั้งหมู่บ้านเมื่อ ปีพ.ศ. 2514 จำนวนครัวเรือนทั้งหมด 169 ครัวเรือน มีประชากรรวม 839 คน เป็นผู้ชาย 414 คน ผู้หญิง 425 คน (สำนักงานปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลแม่ชะนิง, 2562)

การก่อตั้งชุมชนมละบริในพื้นที่บ้านห้วยห้วย

นายศรี หิรัญศิริ ผู้นำตามจารีตประเพณี ยืนยันว่าตนเองเกิดที่ดอยภูเค็งซึ่งเป็นถิ่นที่อยู่อาศัยดั้งเดิมของบรรพบุรุษที่เคยอยู่อาศัยมาหลายชั่วอายุคน วิถีชีวิตอยู่รวมกันเป็นกลุ่ม ๆ ละ 2-3 ครอบครัว และมีการเคลื่อนย้ายไปในป่าตามแนวเขาบริเวณที่มีแหล่งอาหารสมบูรณ์ ตั้งแต่ดอยภูเค็งลงใต้ไปสุดดอยขุนสถาน บ้านห้วยห้อม ย้อนขึ้นมาตามแนวเขาดอยภูเค็งขึ้นไปทางขุนน้ำสะเนียน บริเวณป่าเขตอำเภอเชียงม่วน บ้านปี่เหนือ บ้านหลวง บ้านนางิ้ว และดอยผาจิ บ้านสันติสุข ตำบลขุนคว้อ อำเภอปางงั่ว จังหวัดพะเยา เมื่อย้ายกลับมาที่บริเวณบ้านห้วยห้วย ปรากฏว่าพื้นที่ป่าที่ชนเผ่ามละบริเคยอยู่อาศัยถูกแผ้วถางจับจองพื้นที่ตั้งเป็นหมู่บ้านห้วยห้วย ประกอบกับพื้นที่ป่าไม้ลดลง กับดักพุนระเบิดจากสงคราม การประกาศพื้นที่อุทยาน เขตป่าสงวน ส่งผลให้ไม่สามารถดำรงชีพในป่าแบบดั้งเดิมได้ มีความต้องการพื้นที่เพื่อสร้างที่อยู่อาศัย จึงได้ขอพื้นที่จากชาวม้งบางส่วน เพื่อดังชุมชนและสร้างที่อยู่อาศัย ประกอบอาชีพทำงานรับจ้างใช้แรงงานเพื่อแลกกับอาหาร แลกที่อยู่อาศัย และของใช้ที่จำเป็นในการดำรงชีพ ต่อมาเมื่อมีละบริจากพื้นที่อื่น ๆ ทอยย้ายเข้ามาอาศัยในพื้นที่ชุมชนมละบริ บ้านห้วยห้วยเพิ่มขึ้นจนถึงปัจจุบัน จากการสำรวจในปี พ.ศ. 2560 มละบริบ้านห้วยห้วยมีจำนวน 24 หลังคาเรือน ประชากรชาย 70 คน ประชากรหญิง 77 คน รวมประชากรทั้งสิ้น 147 คน มีผู้นำอย่างเป็นทางการคือ นายฉลองชัย ดอยศักดิ์ ทำหน้าที่ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน (มูลนิธิชนเผ่าพื้นเมืองเพื่อการศึกษาและสิ่งแวดล้อม, 2560)

การสร้างบ้านเรือน มีลักษณะเป็นบ้านชั้นเดียวติดดินไม่มีการลาดพื้น โครงเสาไม้หลังคามุงกระเบื้องตามที่ได้รับบริจาคบุผนังด้วยไม้ไผ่รอบด้าน ไม่มีหน้าต่าง ลักษณะตามแบบบ้านของชนเผ่าม้ง แบ่งพื้นที่ใช้สอยในบ้านโดยมีมุมก่อไฟทำครัว และที่พักผ่อน

ระบบสาธารณูปโภคชุมชนมีไฟฟ้า ระบบน้ำแบบประปาภูเขา มีถังเก็บน้ำสำรองไว้ใช้ในชุมชน มีห้องส้วมใช้รวมในชุมชน ภายในชุมชนมีถนนคอนกรีตเสริมเหล็กถึงกลางหมู่บ้าน

ด้านการศึกษา ภายในชุมชนมละบริ มีศูนย์พัฒนาเด็กเล็กก่อนวัยเรียนหนึ่งแห่ง มีศูนย์การศึกษานอกระบบ และการศึกษาตามอัธยาศัย สำหรับเยาวชน สำหรับเด็กวัยเรียนบางส่วนไปเรียนที่โรงเรียนบ้านห้วยห้วย และโรงเรียนราษฎร์ประชาในจังหวัดน่าน ซึ่งเป็นโรงเรียนประจำ

ด้านศาสนา ปัจจุบันมละบริบ้านห้วยห้วยนับถือศาสนาคริสต์นิกายโปรเตสแตนต์ ทำให้พิธีกรรมความเชื่อดั้งเดิมเปลี่ยนไป ได้แก่ การจัดพิธีงานศพ และการฝังแบบชาวคริสต์ มีพื้นที่สุสานเพื่อใช้เป็นที่สำหรับฝังศพชาวมละบริโดยเฉพาะ

ด้านเศรษฐกิจและสังคม มละบริบ้านห้วยห้วยมีอาชีพหลักคือ การรับจ้างในภาคการเกษตรเป็นหลัก โดยได้รับค่าจ้างเป็นเฉลี่ยปีละ 5,000 บาทต่อคน เรียกว่าระบบพ่อเลี้ยง โดยมละบริแต่ละครอบครัวจะมีพ่อเลี้ยงเป็นผู้อุปถัมภ์ มละบริจะสมัครใจทำงานให้กับครอบครัวพ่อเลี้ยงคนใดก็ได้ ตามความพึงพอใจ พ่อเลี้ยงจะรับผิดชอบดูแลมละบริแต่ละครอบครัวทั้งด้านอาหาร และความเป็นอยู่ ซึ่ง

มละบริที่อยู่ในความดูแลจะต้องทำงานให้กับพ่อเลี้ยงตามที่พ่อเลี้ยงสั่งงาน โดยเฉพาะช่วงฤดูเพาะปลูก และฤดูกาลเก็บเกี่ยว แต่พ่อเลี้ยงบางรายอาจจะแบ่งพื้นที่ให้มละบริได้เพาะปลูกทำการเกษตรเป็นของตนเอง แต่ต้องทำงานหลักในไร่ของพ่อเลี้ยงให้เสร็จก่อนจึงจะสามารถเพาะปลูกของตนเองได้ แต่บางรายอาจจะมีกฎเข้มงวดมากขึ้น เช่น หากจำเป็นต้องหยุดงานในไร่ พ่อเลี้ยงจะหักเงินเป็นรายวันส่งผลให้เกิดหนี้สินตามมาจนต้องทำงานชดเชยให้ครบถ้วน

นอกจากนี้ ยังพบว่า มีมละบริในชุมชนจำนวน 6 หลังคาเรือนที่ไม่รับจ้างรายปี แต่ใช้วิธีการเช่าที่ดินทำกินเพื่อปลูกพืชเศรษฐกิจเพื่อการจำหน่ายเป็นหลัก ได้แก่ ข้าวโพด และเมื่อมีเวลาเหลือจากการทำงานในไร่ของตนเองจะหารายได้เสริมจากการรับจ้างทั้งแบบเหมาพื้นที่ และรายวัน

ตอนที่ 2 วิธีการจัดการการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก

การบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ แบ่งเป็นประเภทอาหารที่ได้จากสัตว์ และประเภทอาหารที่ได้จากพืช

1. ประเภทอาหารที่ได้จากสัตว์ แบ่งเป็น 2 ชนิดคือ อาหารจากสัตว์และอาหารจากแมลง

ในอดีต ชนเผ่ามละบริดำรงชีพแบบพึ่งพิงอาศัยอยู่ในป่าพึ่งพาทรัพยากรธรรมชาติ การจัดการการบริโภคอาหารประเภทสัตว์และแมลงจึงเป็นการล่าสัตว์และเก็บหาของจากธรรมชาติโดยตรง โดยใช้เครื่องมืออย่างง่าย คือ หอกทำจากไม้เหลาให้แหลมใช้สำหรับเป็นอุปกรณ์ในการล่าสัตว์ ต่อมา เมื่อมีการพบปะแลกเปลี่ยนกับคนภายนอกมากขึ้น มละบริจึงมีการเรียนรู้วิถีการตีมีด และการทำหอกจากเหล็ก ที่ความแข็งแรงสะดวกมากขึ้น สัตว์ป่าที่หาได้ในอดีตที่เป็นสัตว์ใหญ่ ได้แก่ วัวกระทิง ช้างป่า เก้ง กวางป่า หมูป่า แรด ลิง และเสือ เป็นต้น สัตว์เล็กได้แก่ งู อ้น เต่า ตุ่น เต่าภูเขา แล่น แม่น แมงลิ่ง (มีปากเหมือนหมามิ่นสีขาว) ไก่ป่า นก และสัตว์น้ำกุ่ม หอย ปู ปลา เป็นต้น ส่วนแมลง ได้แก่ หนอนไม้ไผ่ หนอนหน่อไม้ และด้วง กว่าง เป็นต้น

ในการล่าสัตว์นั้น เป็นหน้าที่ของผู้ชาย หากเป็นสัตว์ใหญ่จะมีการรวมตัวกันล่า เมื่อล่าได้แล้ว มละบริจะปันส่วนแบ่งเท่า ๆ กัน ทุกหลังคาเรือน

ปัจจุบัน มละบริได้เปลี่ยนแปลงวิถีชีวิต การดำรงชีพที่ต้องพึ่งพาอาศัยการรับจ้างเพื่อแลกกับอาหารเป็นหลัก แหล่งที่มาของอาหารประเภทเนื้อสัตว์สำหรับการบริโภคจึงได้จากการซื้อหาจากพ่อค้ารถเร่ที่นำมาขายในชุมชนเป็นหลัก เนื้อสัตว์ที่มละบรินิยมบริโภคมากที่สุดคือ เนื้อหมู รองลงมาคือ เนื้อไก่ และปลา ตามลำดับ

การหาหนอนไม้ไผ่ตามฤดูกาล ปัจจุบันนอกจากมละบริจะหาเพื่อการบริโภคแล้ว หนอนไม้ไผ่ถือเป็นสัตว์เศรษฐกิจเพิ่มรายได้ให้กับมละบริ บ้านห้วยหยวก อีกด้วย

2. ประเภทอาหารที่ได้จากพืชได้มาจากมันป่า พืชผัก ผลไม้และเห็ด

ในอดีต มันป่า เป็นแหล่งอาหารหลักของมละบริ รองลงมาคือ หยวกกล้วย หน่อไม้และผัก ผลไม้ป่าตามฤดูกาล การขุดหามันป่านั้น จะต้องเว้นระยะจากต้นมันลงไปด้านล่างประมาณ 1 ฟุต จะไม่ขุดตรง ๆ ที่หัวมัน เมื่อขุดไปจนเจอหัวมันแล้ว จะเลือกตัดเฉพาะส่วนที่มีสีขาวขึ้นมาเท่านั้น ทั้งส่วนหัวและส่วนปลายด้านล่างไว้ในหลุม ส่วนปลายนั้นให้ปักไว้ในหลุมใช้ดินปักไว้ให้เห็นส่วนหัวสีขาว ตามความเชื่อ และคำสอนของบรรพบุรุษ ห้ามกลบส่วนปลายของมันจนมิดจะทำให้หุบอด หรือ หูหนวก จะทิ้งไว้ให้เศษดินเศษไม้ลงไปปกคลุมเองโดยธรรมชาติ หัวมันจะได้เจริญเติบโตต่อไป นับเป็นภูมิปัญญาในการใช้ประโยชน์จากธรรมชาติแบบยั่งยืนและพอเพียง

ผักและผลไม้ตามฤดูกาล ได้แก่ หน่อหวาย หน่อตำ และปลีกล้วย สำหรับปลีกล้วยนั้น เป็นอาหารที่หาได้ง่าย นับเป็นอาหารหลักรองลงมาจากมันป่า ส่วนหน่อไม้ ปัจจุบันถือเป็นพืชเศรษฐกิจ เป็นแหล่งรายได้เสริมให้กับมละบริในการหาขายส่งให้กับโรงงานในเมืองน่านด้วยเช่นกัน สำหรับผลไม้ ได้แก่ ลูกชิด ลูกหวาย น้อยหน่าป่า มะม่วงป่า มะไฟ และลำไยป่า

ส่วนเห็ด มละบริไม่นิยมบริโภคเห็ด เนื่องจากบางชนิดมีพิษ จะเก็บกินเฉพาะเห็ดที่มั่นใจเท่านั้น ได้แก่ เห็ดนางฟ้า เห็ดหูหนู เห็ดขอน เห็ดโคน เห็ดถอบ และเห็ดไผ่ซาง เป็นต้น

ปัจจุบัน วิถีชีวิตเปลี่ยนแปลงไป มละบริหันมาบริโภคข้าวเป็นอาหารหลัก ในกลุ่มที่ทำงาน รับจ้างรายปีจะได้รับข้าวจากนายจ้างเพื่อการบริโภค และหากไม่เพียงพอก็จะขอแบ่งปันจากคนในชุมชน ขอยืมเพื่อนบ้านและหากข้าวในชุมชนมีไม่เพียงพอก็จะไปซื้อจากคนภายนอก ปัจจุบัน มีจำนวน 6 หลังคาเรือนที่ปลูกข้าวไว้เพื่อการบริโภคเอง ส่วนอาหารประเภทพืชผัก อื่น ๆ เช่น ผักกะหล่ำปลี ผักกาด ถั่วฝักยาว แหล่งที่มาได้จากการซื้อจากพ่อค้าเร่ที่ขับรถเข้ามาขายในชุมชน ทั้งการซื้อด้วยเงินสดและการซื้อด้วยเงินเชื่อ

3. กรรมวิธีการประกอบอาหาร

การประกอบอาหาร มละบริไม่บริโภคอาหารดิบ อาหารทุกชนิดที่หามาได้ต้องทำให้สุกเสียก่อนจึงจะบริโภคได้ วิธีการประกอบอาหารตามแบบดั้งเดิมมีดังนี้ การหลาม การปิ้ง การย่าง การหมกไฟ ถ้าได้เนื้อสัตว์ใหญ่มีประมาณมากไม่สามารถบริโภคได้หมดในวันเดียว มละบริมีวิธีการถนอมอาหารโดยการรมควันไฟ ส่วนหัวมันปามีวิธีการถนอมอาหารโดยการหมกไฟพอสุกแล้วเก็บไว้บริโภคในวันถัดไป การประกอบอาหารโดยวิธีหุงต้มทำให้อาหารสุกจึงเป็นการฆ่าเชื้อโรค และการลดหรือทำลายพิษในอาหารบางชนิด มละบริใช้ไม้ไผ่ และใบกล้วยเป็นหลักเป็นวัสดุอุปกรณ์หลักในการประกอบอาหารเป็นการใช้ประโยชน์จากป่าอย่างพอเพียง

ปัจจุบัน มละบริมีการเปลี่ยนแปลงการบริโภคอาหารอย่างชัดเจน เปลี่ยนแปลงจากการขุดมันป่าเพื่อการบริโภค เปลี่ยนเป็นบริโภคข้าวเจ้าเป็นอาหารหลัก และเริ่มเรียนรู้วิธีการประกอบอาหาร

รูปแบบใหม่เพิ่มขึ้น ได้แก่ ต้ม นึ่ง ผัด แกง ทอด และน้ำพริก วิธีที่นิยมมากที่สุดคือ การต้มให้สุก เป็นวิธีการประกอบอาหารที่เรียบง่าย ไม่มีสูตรเฉพาะตายตัว

เครื่องปรุงรส ชาวชนมละบริรุ่นใหม่เรียนรู้วิธีการปรุงอาหารโดยใช้เครื่องปรุงรสเข้ามาเป็นส่วนประกอบได้แก่ ผงปรุงรส น้ำปลา เกลือ พริก หอม กระเทียม มีรูปแบบการประกอบอาหารที่หลากหลายยิ่งขึ้น เช่น การรู้จักใช้น้ำมันในการประกอบอาหาร ประเภท ทอดและผัด เมนูง่าย ๆ ได้แก่ การผัดผักใส่หมู การทำไข่เจียว การทอดหมู เป็นต้น

ตอนที่ 3 แนวทางในการจัดการการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละบริ บ้านห้วยหยวก

1. วางแผนบริหารจัดการทรัพยากรส่วนกลาง ให้นำมาใช้ประโยชน์อย่างมีประสิทธิภาพ
2. วางแผนจัดการการผลิตอาหารเพื่อการบริโภคภายในชุมชน ทั้งในแบบส่วนรวม และรายหลังคาเรือน
3. หาแหล่งผลิตอาหารที่มีคุณภาพ และราคาต่ำ สร้างพลังในการต่อรองให้กับชุมชน
4. การให้ความรู้ด้านพืชผักสวนครัว พืชท้องถิ่นที่นำมาประกอบอาหารได้ และทักษะการประกอบอาหารวิธีการใหม่ ๆ
5. ฝึกฝนเรียนรู้ในการปฏิบัติตนการอยู่ร่วมกันในสังคมและกฎระเบียบชุมชน สร้างความร่วมมือกันระหว่างคนในชุมชน

ข้อเสนอแนะ

ชนเผ่าพื้นเมืองมละบริเป็นกลุ่มที่มีวิถีชีวิตและวัฒนธรรมในการดำรงชีพที่มีลักษณะเฉพาะ โดยเฉพาะการพึ่งพาอาหารจากป่าและการล่าสัตว์เป็นหลัก แต่การเปลี่ยนแปลงทางด้านสิ่งแวดล้อมและทางสังคม ทำให้ชาวมละบริต้องเปลี่ยนแปลงและปรับตัวเองให้เข้ากับสภาพที่เปลี่ยนแปลงไป ซึ่งแน่นอนว่าพวกเขายังไม่สามารถปรับตัวได้อย่างเต็มที่ เพราะวิถีการดำรงชีวิตแบบการทำเกษตรแผนใหม่ที่มีการผลิตและการใช้สารเคมีอย่างเข้มข้นนั้นมีความแตกต่างจากวิถีการดำเนินชีวิตแบบเดิมของชาวมละบริอย่างสิ้นเชิง จากการศึกษาแบบการบริโภคอาหารของชาวมละบริที่บ้านห้วยหยวกพบว่า ชาวมละบริยังมีองค์ความรู้ในการดำรงชีพในป่าหลงเหลืออยู่ เช่นการเข้าไปเก็บหาของป่ามารับประทานและขายเป็นรายได้เสริมให้กับครอบครัวตามฤดูกาล อย่างน้อยเป็นการช่วยบรรเทาปัญหาภาวะการขาดแคลนอาหารได้ระดับหนึ่ง แม้ว่าแหล่งอาหารจะอยู่ห่างออกไปจากชุมชนก็ตาม ประเด็นที่สำคัญคือ จะทำอย่างไรให้ชาวมละบริสามารถดำรงชีวิตแบบดั้งเดิมได้และสามารถปรับตัวเข้ากับบริบทของสังคมสมัยใหม่ที่เปลี่ยนแปลงไป และอยู่ได้อย่างยั่งยืน ไม่ต้องพึ่งพาพ่อเลี้ยง ไม่มีหนี้สิน ไม่ต้องเสี่ยงกับการผลิตแบบใช้สารเคมีอย่างเข้มข้น

แนวทาง คือ รัฐเองต้องมีนโยบายเข้ามาดูแลชนเผ่าพื้นเมืองกลุ่มเปราะบางเป็นการเฉพาะ โดยจัดสรรหรืออนุญาตให้ชาวมละบริได้อยู่อาศัยในเขตพื้นที่ป่าของรัฐ และประกาศเป็นวัฒนธรรม พิเศษ เพื่อให้ชาวมละบริสามารถอยู่อาศัยได้อย่างถูกต้องตามกฎหมายและดำเนินชีวิตตามจารีต ประเพณีได้

นอกจากนี้ชาวมละบริในพื้นที่เองต้องมีความรู้และพัฒนาศักยภาพในการจัดการและดูแล ตนเอง ทั้งในเรื่องของอาหารและสาธารณสุขพื้นฐาน เพื่อให้มีสุขภาวะที่ดี ในส่วนนี้หน่วยงานภาครัฐ ในพื้นที่และหน่วยงานองค์กรพัฒนาเอกชนสามารถเข้ามาสนับสนุนและให้การช่วยเหลือได้อย่าง ต่อเนื่อง และทำให้มั่นใจได้ว่าในระยะยาวชาวมละบริสามารถที่จะช่วยเหลือและดูแลตัวเองได้ภายใต้ บริบทของสังคมสมัยใหม่ที่มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว



บรรณานุกรม

- กรมทรัพยากรธรณี. 2556. **รายงานประจำปี 2556**. กรุงเทพฯ: กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม.
- กองโภชนาการ. 2542. **โภชนาบัญญัติ 9 ประการ**. กรุงเทพฯ: กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- การจัดการอาหารในครอบครัว. 2556. **อาหารไทยสี่ภาค**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา http://thaifood-aroi.blogspot.com/2013/01/blog-post_8184.html (1 กรกฎาคม 2563).
- คณะกรรมการอาหารแห่งชาติ. 2559. **กรอบยุทธศาสตร์การจัดการด้านอาหารของประเทศไทย**. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.).
- ชนิตร์ ภูภาณจน์. 2562. (22 ตุลาคม). การมีชีวิตรอยู่ในช่วงดิสร่ปชั่นให้ไร้กังวล. **แนวหน้า**, น. 11.
- ทรงสิริ วิชิรานนท์, พจนีย์ บุญนา และ จงทิพย์ อธิมุตติสรร์ค. 2555. **วิถีชีวิตและความมั่นคงทางอาหารท้องถิ่นใต้**. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร.
- นนทกานต์ จันทร่ออน. 2557. **ความมั่นคงทางอาหารของประเทศไทย.บทความทางวิชาการ**. กรุงเทพฯ: สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา.
- นรชาติ วงศ์วันดี. 2554. **ความสำเร็จของการจัดการป่าชุมชนบ้านดงผาปูน ตำบลบ่อเกลือใต้ อำเภอบ่อเกลือ จังหวัดน่าน**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ประตุสุธรรม. 2554. **ประวัติและปฏิบัติ หลวงปู่กีนรี จันทิโย**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา http://www.dharma-gateway.com/monk/monk_biography/lp-kinnaree/lp-kinnaree_hist-03.htm (15 มกราคม 2561).
- ปราโมช ศีตะโกเศศ และ รัตนา โพธิสุรารณ. 2552. **พระราชปรัชญา Royal Philosophy เอกสารประกอบการสอนวิชา พท 512 พระราชปรัชญา**. เชียงใหม่: สาขาการพัฒนากุมิสังคมอย่างยั่งยืน มหาวิทยาลัยแม่โจ้.
- มูลนิธิชนเผ่าพื้นเมืองเพื่อการศึกษาและสิ่งแวดล้อม. 2560. **ชนเผ่าพื้นเมือง มละบริ**. เชียงใหม่: โครงการพัฒนาระบบฐานข้อมูลเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งให้แก่ชนเผ่าพื้นเมืองในประเทศไทย.
- _____. 2561. **ข้อมูลประชากรบ้านห้วยหยวก**. เชียงใหม่: มูลนิธิชนเผ่าพื้นเมืองเพื่อการศึกษาและสิ่งแวดล้อม. [ซีดี รวม].

- มูลนิธิชัยพัฒนา. 2560. แนวคิดการพัฒนาเพื่อพึ่งตนเองของเกษตรกรอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (Self Reliance). [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา http://chaipat.or.th/site_content/70-3/283-self-reliance.html (15 มกราคม 2561).
- ราชบัณฑิตยสถาน. 2524. พจนานุกรมศัพท์สังคมวิทยา. กรุงเทพฯ: ราชบัณฑิตยสถาน.
- ลุงชาซ่า. 2562. คนป่าเรื่องจริงชาตองเหลือง The Forest People: The story of Lso's unknown tribe. พิมพ์ครั้งที่ 1. หลวงพระบาง: อ้ายหนูน้อย.
- วิสุทธิ ศรีวิศาล. 2538. ระบบเศรษฐกิจ และการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมของเผ่าตองเหลืองในสังคมไทย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศักรินทร์ ภู นาน. 2548. มลารับกับการช่วงชิงทรัพยากรในบริบทของการพัฒนาโดยรัฐ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ศิษย์วัดป่า. 2560. หลวงปู่ชอบ ฐานสโม. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา http://luangpoochob.blogspot.com/2017/04/blog-post_82.html (15 มกราคม 2561).
- ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร (องค์การมหาชน). ม.ป.ป. กลุ่มชาติพันธุ์ในประเทศไทย. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <https://www.sac.or.th/databases/ethnic-groups/ethnicGroups/30> (15 มกราคม 2561).
- สภาที่ปรึกษาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2551. ยุทธศาสตร์ประเทศไทยเพื่อความมั่นคงด้านอาหารและพลังงาน โดย สภาที่ปรึกษาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. ใน การประชุมสัมมนาวิชาการประจำปี 2551. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <https://www.israews.org/thaireform-data-mass-comm/13923-2551-.html> (2 กุมภาพันธ์ 2563).
- สมาคมศูนย์รวมการศึกษาและวัฒนธรรมของชาวไทยภูเขาในประเทศไทย. 2561. สภาพหมู่บ้านห้วยหยวกและพื้นที่โดยรอบ. เชียงใหม่: สมาคมศูนย์รวมการศึกษาและวัฒนธรรมของชาวไทยภูเขาในประเทศไทย. [ซีดี รอม].
- สัญญา สัญญาวิวัฒน์. 2544. สังคมวิทยาองค์การ. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2555. การพัฒนาและขับเคลื่อนการผลิตการเกษตรสู่การเติบโตสีเขียวในการประชุมประจำปี 2555. สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติเรื่องอนาคตเกษตรไทยสู่การเติบโตสีเขียว. 6 กันยายน 2555 ณ ศูนย์แสดงสินค้าและการประชุม อิมแพ็ค เมืองทองธานีนนทบุรี. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา http://www.nesdb.go.th/Portals/0/news/annual_meet/55/g1/Group01-2.pdf (6 มกราคม 2561).

สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (สำนักงาน กปร.).

2562. **หลักการทรงงาน**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา

<http://www.rdpb.go.th/King/DevelopementWorksList> (15 มกราคม 2561).

สำนักงานปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลแม่ชะนิง. 2562. **ข้อมูลประชากรบ้านห้วยหยวก**.

กรุงเทพฯ: สำนักงานปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลแม่ชะนิง. (เอกสารอัดสำเนา).

สิรินทิพย์ นรินทรศิลป์. 2555. **สถานการณ์ความมั่นคงทางอาหารในอาเซียน และประเทศสมาชิก**

ต่างๆ. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://www.polsci.tu.ac.th/fileupload/45/40.pdf>

(7 มกราคม 2561).

สุภลักษณ์ นันทวาสน์. 2551. **ผลการดำเนินงานโครงการแม่ลูกมลาบรีสุขภาพดีถ้วนหน้า ชุมชนม**

ลาบรี คุ่มที่ 5 หมู่ 6 ต.แม่ชะนิง อ.เวียงสา จ.น่าน. น่าน: คปสอ. เวียงสา (เอกสาร Power Point).

สุรัชย์ หวันแก้ว. 2543. **พลวัตการปรับตัวของสังคมไทย: เวทีภาคใต้**. สถานภาพและทิศทางการวิจัย

เกี่ยวกับพลวัตการปรับตัวของสังคมไทย: ภาคใต้. ใน **การสัมมนาวิชาการประจำปี 2543**

คณะศิลปศาสตร์มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ร่วมกับ คณะกรรมการสภาวิจัยแห่งชาติ

สาขาสังคมวิทยา. วันเสาร์ที่ 20 พฤษภาคม 2543 ณ โรงแรมโดมอนด์ พลาซ่า หาดใหญ่ สงขลา.

สุรินทร์ ภูจักร. 2531. **ผลการวิเคราะห์กลุ่มสังคมล่าสัตว์: ชนกลุ่มน้อยเผ่า "ผีตองเหลือง" ใน**

ประเทศไทย. กรุงเทพฯ: ฝ่ายวิชาการ กองพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ กรมศิลปากร.

หมื่นวลี. 2537. **สารคดีผีตองเหลือง**. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: อักษรพิทยา.

อำพล เจน. 2560. **หลวงปู่เครื่อง วัดเทพสิงหาร ตอนที่ 1**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา

<http://www.ampoljane.com/2017/06/09/1821/> (15 มกราคม 2561).

อิสมา ชาร์วาร์. 2559. **การเปลี่ยนแปลงรูปแบบวิถีชีวิตของมะบริที่อยู่ร่วมกับป่า กรณีศึกษา**

ศูนย์ภูฟ้าพัฒนา ตำบลภูฟ้า อำเภอปอเกือ จังหวัดน่าน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท.

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี.

Boeles, J. J. 1963. Second Expedition to the Mrabri ("Khon Pa") of North Thailand.

Journal of Siam Society, 51, 133-178.

Bourke-Borrowe. 1926. Further note on the Phi Tong Lu'ang. **The Journal of the**

Siam Society, 167-169.

Everett, R. 1983. **Diffusion of Innovations**. 3rd ed. New York: The Free Press of

Glence.

Flatz. 1963. The Mrabri Studies in The Field. The Mrabri: Anthropometric Genetic, and

Medical Examinations. **The Journal of the Siam Society**, 51, 161-177.

Kerr, A. F. G. 1924. The Ka Tawng Luang. **The Journal of the Siam Society**, 18(2), 142-144.

Kraisri & Swann. 1962. The Mrabri Language. **The Journal of the Siam Society**, 51, 165-186.

Kraisri, N. & Hartland-Swann, J. 1962. Expedition to the "Khon Pa" (or Phi Tong Luang). **Journal of Siam Society**, 50, 165-186.

Oppenheim, I. 1979. **Management of the modern home**. 2nd ed. New York: Macmillan Publishing.

Paolucci, B., Faiola, T. & Thompson, P. J. 1973. **Personal Perspectives: a Guide to Decision Making**. New York: McGraw-Hill.

Seidenfaden, M. E. 1919. Further Notes About the Chaubun. **The Journal of the Siam Society**, 47-53.

_____. 1926. The Kha Tong Luang. **The Journal of the Siam Society**, 29(1), 41-48.

Wanadorn. 1926. Some information concerning the "Phi Tawng Luang" obtained from a few residents of a village in the Nam Wa district, east of Nan. **The Journal of the Siam Society**, 20(2), 171.



ภาคผนวก



ภาคผนวก ก

แบบสัมภาษณ์

แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง รายหลังคาเรือน
ข้อมูลการจัดการการบริโภคอาหารของชนเผ่ามละปรี บ้านห้วยหยวก

ก. ข้อมูลทั่วไป

ชื่อ - นามสกุล..... อายุ..... บ้านเลขที่

สถานภาพผู้ให้ข้อมูล..... หัวหน้าครอบครัว.....แม่บ้าน อื่น ๆ.....

จำนวนสมาชิกที่อยู่อาศัยภายใต้หลังคาเรือน จำนวน ครอบครัว รวมทั้งสิ้นคน

ข. อาชีพ

1. อาชีพหลักทางการเกษตร

.....ปลูกข้าวโพด เมล็ดพันธุ์.....กระป๋อง เนื้อที่.....ไร่

กรรมสิทธิ์ในที่ทำกินตนเองเช่าที่ส่วนกลาง

อื่น ๆ ระบุ.....

.....ข้าวไร่ เมล็ดพันธุ์ถึง เนื้อที่ไร่

กรรมสิทธิ์ในที่ทำกินตนเองเช่าที่ส่วนกลาง

อื่น ๆ ระบุ.....

.....มันสำปะหลัง กิ่งพันธุ์ต้น เนื้อที่ไร่

กรรมสิทธิ์ในที่ทำกินตนเองเช่าที่ส่วนกลาง

อื่น ๆ ระบุ.....

.....อื่น ๆ (โปรดระบุ)..... เมล็ดพันธุ์.....เนื้อที่.....ไร่

กรรมสิทธิ์ในที่ทำกินตนเองเช่าที่ส่วนกลาง

อื่น ๆ ระบุ.....

2. รับจ้าง (โปรดระบุ).....

3. อาชีพอื่น (โปรดระบุ).....

4. เก็บของป่า (ระบุ).....

5. รายได้อื่น ๆ.....

ค. การจัดการอาหารภายในหลังกาเรือน

1. ประเภทข้าว

ชนิดของข้าวข้าวเจ้า.....ข้าวเหนียว

แหล่งที่มาของข้าว

.....ปลูกเอง จำนวนที่ผลิตได้กระสอบ/ปี ที่ดินทำกิน.....

.....ซื้อ จำนวน กระสอบ ราคา..... ซื้อจาก.....

.....กู้ยืม จำนวนกระสอบ กู้ยืมจาก.....

.....อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

2. ประเภทมันป่

ชนิดของมันป่.....

ความถี่ในการไปหา.....ครั้ง/สัปดาห์ ปริมาณที่หาได้..... ช่วงเดือนที่หาได้.....

แหล่งที่เก็บหาได้.....

3. ประเภทเนื้อสัตว์

.....เนื้อหมู อาทิตย์ละ.....ครั้ง ครั้งละกก แหล่งที่มา.....

.....เนื้อไก่ อาทิตย์ละ.....ครั้ง ครั้งละกก แหล่งที่มา.....

.....เนื้อสัตว์อื่น ๆ โปรดระบุ..... แหล่งที่มา.....

4. ประเภทผัก

ผักที่ซื้อ (โปรดระบุ).....

ผักที่ปลูกเอง (โปรดระบุ).....

ผักที่เก็บจากธรรมชาติ (โปรดระบุ).....

อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

แหล่งที่ได้มา.....

ง. การบริโภคอาหารในชีวิตประจำวัน

หุงข้าววันละ.....ครั้ง ปริมาณครั้งละ.....ถ้วยตวงลิตร.....กิโลกรัม

ประเภทกับข้าว

.....ซื้อสำเร็จรูป ซื้อจาก.....

.....ปรุงเอง

วิธีการปรุงอาหาร.....ต้มผัดแกงทอด

.....หลามนึ่งปิ้ง ย่าง เผายำ / ลาบ

.....น้ำพริกทานสดอื่น ๆ.....

เครื่องปรุงเกลือ/น้ำปลาน้ำตาลรสดี/ผงชูรสพริกสด/แห้ง
ปลาร้าน้ำมันพืชน้ำมันหอยพริกlaub
กะปิหอม/กระเทียมอื่น ๆ ระบุ.....
 อาหารที่ชอบรับประทาน (โปรดระบุ).....

จ. อุปสรรคในการจัดการอาหาร

ปริมาณอาหารหลัก มีเพียงพอมีน้อยไม่มีเลย
 วัตถุดิบในการปรุงอาหาร มีเพียงพอมีน้อยไม่มีเลย
 อุปกรณ์ในการปรุงอาหาร มีเพียงพอมีน้อยไม่มีเลย
 ความรู้ทักษะในการปรุงอาหารรูปแบบใหม่ มีเพียงพอมีน้อยไม่มี
 เลย
 ที่ดินทำกิน มีเพียงพอมีน้อยไม่มีเลย
 การของป่า มีเพียงพอมีน้อยไม่มีเลย
 ปัญหาสุขภาพ พิการมีโรคประจำตัวชรา
 อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

ฉ. ความต้องการในการพึ่งตนเอง

ระยะสั้น (โปรดระบุ)

.....

ระยะยาว (โปรดระบุ)

.....





ภาพผนวกที่ 1 ภูมิประเทศพื้นที่ตำบลแม่ชะนิง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน



ภาพผนวกที่ 2 สภาพแวดล้อมภายในชุมชน



ภาพผนวกที่ 3 เด็กและเยาวชนมละบริบ้านห้วยหยวก



ภาพผนวกที่ 4 เด็กและเยาวชนมะลิบ้านห้วยหยวก



ภาพผนวกที่ 5 ระบบสาธารณูปโภคภายในชุมชน ประกอบด้วย
ประปาภูเขา ไฟฟ้า ถนนคอนกรีต และส่วนอื่นรวม



ภาพผนวกที่ 6 ประชุมทำความเข้าใจวางแผนเก็บข้อมูลกับชุมชน



ภาพผนวกที่ 7 การสัมภาษณ์เชิงลึกผู้อาวุโส ประวัตินุชน



ภาพผนวกที่ 8 เก็บข้อมูลรายหลังคาเรือน



ภาพผนวกที่ 9 การสัมภาษณ์เชิงลึก การจัดการการบริโภคอาหารชนเผ่ามละที่บ้านห้วยหยวก



ภาพผนวกที่ 10 การหาของป่า



ภาพผนวกที่ 11 อาหารที่ได้จากพืชและเห็ด



ภาพผนวกที่ 12 อาหารที่ได้จากสัตว์และแมลง



ภาพผนวกที่ 13 พืชอาหารในชุมชน



ภาพผนวกที่ 14 การขุดมันป่า



ภาพผนวกที่ 15 มันป่าชนิดต่างๆ



ภาพผนวกที่ 16 การหาลม้นป่าในกระบอกไม้ไผ่



ภาพผนวกที่ 17 การเก็บข้าวเปลือกและข้าวสารที่ได้จากการซื้อเพื่อ การบริโภค



ภาพผนวกที่ 18 การประกอบอาหารของชนเผ่าละมับที่บ้านห้วยหยวก



ภาพผนวกที่ 19 โครงการพัฒนาชุมชนและการสงเคราะห์ชนเผ่ามละบริบ้านห้วยหวกที่ผ่านมา



ภาพผนวกที่ 20 โครงการเลี้ยงสัตว์เพื่อการบริโภคได้รับการสนับสนุนจากองค์กรพัฒนาเอกชน



ภาพผนวกที่ 21 การรับจ้างทำงานในไร่

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ-สกุล	นายธวัช มณีรัตน์
เกิดเมื่อ	7 มกราคม 2513
ประวัติการศึกษา	พ.ศ. 2530 ประกาศนียบัตรวิชาชีพ สาขาการบัญชี วิทยาลัยอาชีวศึกษาสุรินทร์ สาขาการบัญชี พ.ศ. 2537 ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง สาขาการบัญชี วิทยาลัยเทคโนโลยีวิบูลย์บริหารธุรกิจ พ.ศ. 2539 ปริญญาตรี สาขาวิชาการจัดการทั่วไป มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์
ประวัติการทำงาน	พ.ศ. 2534-2540 แผนกสินเชื่อและการตลาด ธนาคารกสิกรไทย พ.ศ. 2540-2543 ฝ่ายบริการลูกค้า บริษัท ธนาคารกสิกรไทย พ.ศ. 2543-2550 ศูนย์บริการธุรกิจต่างประเทศ ธนาคารกสิกรไทย พ.ศ. 2550-2562 สื่อ การเงินและบัญชี มูลนิธิชนเผ่าพื้นเมืองเพื่อการศึกษา และสิ่งแวดล้อม พ.ศ. 2550-ปัจจุบัน ธุรกิจส่วนตัว ลานดาวโฮมสเตย์ พ.ศ. 2550-ปัจจุบัน ธุรกิจส่วนตัว โรงงานควักกาแฟสด โกเลเด็นฮิล คอฟฟี่ พ.ศ. 2562-ปัจจุบัน รองผู้ประสานงานโปรแกรมประเทศไทย องค์การลาแซนเดอเลสปัวร์ (ซี.ดี.อี)