



รายงานฉบับสมบูรณ์

โครงการวิจัยอาหารในภา(สำหรับข้าว)เพื่อฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำคู
กรณีศึกษา บ้านศรีเจริญ ตำบลเลยวังไสย์ อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย

โดย

นายแสวง ดาปะและคณะ

สนับสนุนโดย สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.)

รายงานฉบับสมบูรณ์

โครงการวิจัยอาหารในภา(สำหรับข้าว)เพื่อฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำคู
กรณีศึกษา บ้านศรีเจริญ ตำบลเลยวังไสย์ อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย

รายชื่อนักวิจัยท้องถิ่น

นายแสวง	ดาปะ
นายสมศักดิ์	พงพรม
นายวิราช	ช้อยจอหอ
นายเขียน	วังคิริ
นายทะวี	พรมมาวัน
นายสุเทพ	ขวัญแน่น
นางอุบล	ดาปะ
นางขันทอง	สุคงเจริญ
นางสุกษา	บาดาจันทร์
นางบัวไข	สีหา
นางประพิศ	ช้อยจอหอ
นางสุพัตรา	ศรีบุรินทร์
นางโสภี	ศรีบุรินทร์

สนับสนุนโดยสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย

คำนำ

รายงานฉบับสมบูรณ์โครงการวิจัยอาหารในภา(สำหรับข้าว)เพื่อฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นใน
ต้นน้ำคู่กรณีศึกษา บ้านศรีเจริญ ตำบลเวียงไสย อำเภอกุหลาบ จังหวัดเลย จัดทำขึ้นเพื่อเป็น
การรายงานผลการดำเนินงาน โดยได้รับการสนับสนุนจาก สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย
(สกว.)

สาระสำคัญของรายงานเล่มนี้ เป็นการรายงานผลของการปฏิบัติงานของนักวิจัยท้องถิ่น
ในการศึกษาความหลากหลายอาหารในภา(สำหรับข้าว) คุณค่าทางโภชนาการและแหล่งที่มาของ
อาหารในภา และอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างคน/ชุมชน คุณค่า และการใช้ประโยชน์จาก
ทรัพยากรต้นน้ำคู่ ทั้งในอดีตและปัจจุบัน และแสวงหาแนวทางการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในพื้นที่
ต้นน้ำคู่

คณะทีมวิจัยท้องถิ่น หวังเป็นอย่างยิ่งว่ารายงานเล่มนี้จะเป็นประโยชน์แก่ผู้ที่สนใจ และ
เพื่อเป็นฐานข้อมูลเพื่อใช้อ้างอิงได้ คณะทีมักวิจัยท้องถิ่นบ้านศรีเจริญจึงขอขอบพระคุณ
ทุกท่านที่เกี่ยวข้องและช่วยสนับสนุนการดำเนินการวิจัยมา ณ โอกาสนี้

คณะนักวิจัยท้องถิ่น

บ้านศรีเจริญ

สารบัญ

	หน้า
คำนำ	ก
สารบัญ	ข
สารบัญตาราง	ง
สารบัญรูปภาพ	จ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาโครงการวิจัย	1
คำถามวิจัย	3
วัตถุประสงค์	3
พื้นที่เป้าหมาย	3
ขั้นตอนการดำเนินการ	4
ระยะเวลาในการดำเนินการ	5
ผลที่คาดว่าจะได้รับ	5
นักวิจัยท้องถิ่น	5
บทที่ 2 ทบทวนแนวความคิด	6
ความหมายของความมั่นคงทางอาหาร	6
ความมั่นคงทางอาหารกับเกษตรกรรมในไทย	7
อาหารท้องถิ่น	11
แนวคิดการจัดการลุ่มน้ำ	16
การพัฒนาเป็นองค์กรชุมชน	22
บทที่ 3 วิธีการ ขั้นตอนการศึกษา	23
ขั้นตอนการดำเนินการ	23
กระบวนการดำเนินการศึกษา	24

บทที่ 4 ผลการดำเนินงาน	40
บริบทชุมชน	41
ทรัพยากรน้ำในพื้นที่ลุ่มน้ำน้ำคู่	46
แหล่งที่มาของอาหารในภาและมูลค่า	49
ความหลากหลายของพืชและสัตว์ที่ได้จากการใช้ประโยชน์จากลำน้ำคู่	53
คุณค่าทางโภชนาการที่ได้จากอาหารในภา	56
 บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	 60
สรุป	61
บทเรียน	64
ข้อเสนอแนะ	68
 ภาคผนวก ก	 69
 ภาคผนวก ข	 71
 ประวัตินักวิจัยท้องถิ่น	 78

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 1 แสดงรสของพืชอาหารท้องถิ่น	13
ตารางที่ 2 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างรสอาหารกับสรรพคุณของอาหาร	14
ตารางที่ 3 แสดงเหตุการณ์สำคัญ บ้านศรีเจริญ ตำบลเลยวังไสย์ อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย	42
ตารางที่ 4 แสดงวัฒนธรรมชุมชน บ้านศรีเจริญ ตำบลเลยวังไสย์ อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย	44
ตารางที่ 5 แสดงกลุ่มต่าง ๆ ในชุมชน บ้านศรีเจริญ ตำบลเลยวังไสย์ อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย	45
ตารางที่ 6 แสดงปฏิทินการเกษตร บ้านศรีเจริญ ตำบลเลยวังไสย์ อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย	46
ตารางที่ 7 แสดงการแบ่งประเภทป่าโดยชุมชนพื้นที่ลุ่มน้ำคู่	48
ตารางที่ 8 แสดงปฏิทินในการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรป่าไม้	49
ตารางที่ 9 แสดงผักพื้นบ้านและการใช้ประโยชน์ ในพื้นที่ลุ่มน้ำคู่	54
ตารางที่ 10 แสดงสัตว์ที่นำมาประกอบอาหารที่ได้ลำนาคู	55
ตารางที่ 11 แสดงรสของพืชอาหารท้องถิ่น บ้านศรีเจริญ ตำบลเลยวังไสย์ อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย	56
ตารางที่ 12 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างรสอาหารกับสรรพคุณของอาหาร บ้านศรีเจริญ ตำบลเลยวังไสย์ อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย	57

สารบัญภาพประกอบ

	หน้า
ภาพประกอบที่ 1 แสดงที่ตั้งบ้านศรีเจริญ ตำบลเลขวังไสย อำเภอกุหลอง จังหวัดเลย	40
ภาพประกอบที่ 2 แสดงสัดส่วนการแหล่งที่มาของอาหารในภา เดือนกันยายน 2551	50
ภาพประกอบที่ 3 แสดงมูลค่าของอาหารในภาที่มาจากแหล่งต่าง ๆ เดือนกันยายน 2551	50
ภาพประกอบที่ 4 แสดงสัดส่วนการแหล่งที่มาของอาหารในภา เดือนตุลาคม 2551	51
ภาพประกอบที่ 5 แสดงมูลค่าของอาหารในภาที่มาจากแหล่งต่าง ๆ เดือนตุลาคม 2551	52
ภาพประกอบที่ 6 แสดงสัดส่วนการแหล่งที่มาของอาหารในภา เดือนพฤศจิกายน 2551	52
ภาพประกอบที่ 7 แสดงมูลค่าของอาหารในภาที่มาจากแหล่งต่าง ๆ เดือนพฤศจิกายน 2551	53
ภาพประกอบที่ 8 แสดงสัดส่วนแหล่งที่มาของอาหารในภา	61
ภาพประกอบที่ 9 มูลค่าของอาหารในภาที่มาจากแหล่งต่าง ๆ	62

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาของการวิจัย

พื้นที่ต้นน้ำ ลุ่มน้ำคู่ เป็นอีกหนึ่งพื้นที่ที่ได้มีการเริ่มการจัดการพื้นที่ลุ่มน้ำโดยชุมชน พื้นที่ต้นน้ำ ลุ่มน้ำคู่ ตั้งอยู่ในท้องที่จังหวัดเลย อาณาเขตในปัจจุบันครอบคลุมพื้นที่ บ้านโคกหนองเหี่ยว บ้านศรีเจริญ ตำบลเลยวังไสย์ อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย มีพื้นที่รวมทั้งสิ้น ประมาณ 11,187.5 ไร่ หรือ 17.9 ตารางกิโลเมตร สภาพพื้นที่เป็นป่าอนุรักษ์ ป่าต้นน้ำ และพื้นที่เกษตรของชุมชน พื้นที่ทำการเกษตรของชุมชนเป็นพื้นที่ซ้อนทับระหว่างเขตป่าสงวนแห่งชาติ เขตรักษาพันธุ์สัตว์ป่าภูหลวง และที่สาธารณะประโยชน์ ซึ่งเป็นต้นกำเนิดของลำห้วยหลายสาย พื้นที่ต้นน้ำ ลุ่มน้ำคู่มีลักษณะภูมิประเทศเป็นเทือกเขาสลับซับซ้อนเป็นลูกคลื่นมีระดับความสูงประมาณ 600-800 เมตร จากระดับน้ำทะเล นอกจากนี้ทางทิศเหนือ เป็นหน้าผาสูงชันติดกับเขตรักษาพันธุ์สัตว์ป่าภูหลวง ปัจจุบันมีการบุกรุกทำไร่ทำให้สภาพพื้นที่ป่าต้นน้ำอยู่ในสภาพป่าเสื่อมโทรม พบพรรณพืชและพันธุ์สัตว์น้อยมาก ซึ่งแตกต่างจากในอดีตมาก สภาพป่าในอดีตมีอุดมสมบูรณ์ มีทั้งเสือ เก้ง กวาง ช้าง อย่างชุกชุม และลักษณะป่าชาวบ้านเรียกว่าป่าดงซึ่งหมายถึง ป่าที่ดิบ มี ต้นไม้ใหญ่มาก มีสัตว์ป่าอุดมสมบูรณ์ ปัจจุบันไม่ค่อยมีไม้ใหญ่ พบกล้าไม้เป็นส่วนใหญ่

ลำน้ำน้ำคู่ ซึ่งเป็นลำน้ำสาขาของแม่น้ำเลย โดยลำน้ำน้ำคู่ไหลผ่านพื้นที่ตำบลเลยวังไสย์ แล้วไหลไปทางทิศเหนือผ่าน ตำบลภูหอ และไหลลงสู่แม่น้ำเลยที่บ้านอุมมะนาว ตำบลหนองคัน อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย รวมระยะทางประมาณ 25 กิโลเมตร ห้วยน้ำคู่เป็นลำห้วยที่สำคัญเนื่องจากเป็นน้ำที่ไหลลงอ่างเก็บน้ำคู่ ที่ชาวตำบลภูหอและชาวตำบลหนองคันได้ใช้ประโยชน์ในการเกษตร

บ้านศรีเจริญ ตำบลเลยวังไสย์ อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย ตั้งอยู่ในพื้นที่ต้นน้ำคู่ บ้านศรีเจริญ มีจำนวนประชากร 556 คน มีครัวเรือน จำนวน 147 หลังคาเรือน การเกษตรเชิงเดี่ยวได้เข้ามามีอิทธิพลต่อการประกอบอาชีพของชุมชน จากคนภายนอกชุมชน และเมื่อมีการจัดการทรัพยากรโดยภาครัฐคือการใช้กฎหมายประกาศเป็นพื้นที่เขตรักษาพันธุ์สัตว์ป่าภูหลวง ซึ่งซ้อนทับกับพื้นที่อยู่อาศัย และพื้นที่ทำกินของชุมชน ทำให้เกิดปัญหาพื้นที่ทำกินและที่อยู่อาศัยในชุมชนเป็นพื้นที่ซ้อนทับกับป่าอนุรักษ์ทำให้ชุมชนไม่มีความมั่นคงทางด้านทรัพยากร และไม่มีความมั่นใจในการประกอบอาชีพ ปัญหาดังกล่าวผนวกกับได้มีการนำเอาการทำเกษตรเชิงเดี่ยวคือข้าวโพดเข้ามาในพื้นที่ ทำให้ชุมชนมีแนวคิดในการทำการเกษตรแบบไม่มั่นคงคือ

การทำไร่และเปิดพื้นที่ไปเรื่อยๆ และมีการใช้สารเคมี การไถเพื่อเตรียมพื้นที่ โดยไม่คำนึงถึงผลเสียที่เกิดขึ้นจากการทำลายพื้นที่ป่าต้นน้ำ

ในอดีตชุมชนได้มีความเชื่อในเรื่องการจัดการทรัพยากรคือ การไม่ตัดไม้ในวันพระ การเลี้ยงผีบ้านที่คอยปกป้องรักษาชุมชนและทรัพยากร ความเชื่อเรื่องผีชา ผีแฮก ที่คอยปกป้องรักษา น้ำในชุมชน แต่หลังจากที่มีการไล่ชุมชนออกจากพื้นที่ซึ่งรัฐได้ประกาศเป็นป่าอนุรักษ์ โดยไม่มีการชดเชยหรือแก้ไขปัญหาให้ชุมชน อีกทั้งชุมชนเชื่อว่าหากพื้นที่ใดเป็นพื้นที่ป่ารัฐจะมายึดเป็นพื้นที่อนุรักษ์หมด จึงทำให้แนวคิดในการใช้พื้นที่และทรัพยากรของชุมชนเปลี่ยนไป

ปัจจุบันชุมชนมีปัญหาด้านการขาดแคลนน้ำในการอุปโภคจากการทำลายพื้นที่ป่าต้นน้ำและการทำเกษตรเชิงเดี่ยว ไถพรวนทำลายหน้าดิน การใช้สารเคมีในการเกษตรจำนวนมาก ผลการตรวจเลือดในชุมชนพบว่าการปนเปื้อนจากสารเคมีสูง อาหารท้องถิ่นที่ได้จากต้นน้ำก็ลดลง เช่น ปลา กุ้ง หอย อีปูม และพืชผักหลายอย่างที่หายไป จึงทำให้ชุมชนได้สรุปบทเรียนของตนเองและรวมกลุ่มเพื่อเปลี่ยนแปลงแบบแผนการเกษตรที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อมและช่วยฟื้นฟูพื้นที่ป่าต้นน้ำ โดยเลือกใช้การเกษตรยั่งยืนและยึดหลักแนวคิดเกษตรพอเพียงตามแนวพระราชดำริ ในการดำเนินชีวิต จึงได้จัดตั้งเป็นกลุ่มเกษตรยั่งยืนบ้านโคกหนองเหี่ยวและศรีเจริญเกิดขึ้นโดยมีผู้นำชุมชนคือผู้ใหญ่บ้านเป็นแกนนำ เพื่อฟื้นฟูสภาพป่าและการพัฒนาอาชีพให้พออยู่พอกิน การดำเนินที่ผ่านมามีหน่วยงานต่าง ๆ เข้าไปสนับสนุนในการดำเนินการ ส่งผลให้ราษฎรมีการดำเนินเกษตรยั่งยืนและมีการจัดการทรัพยากรในต้นน้ำคู่ ในพื้นที่ที่มีการทำวนเกษตร มีผลการตัดไม้ทำลายป่าได้ในบางส่วน และมีการปลูกป่าแนวกันชนให้กับน้ำคู่ รวมทั้งมีการทำฝายแม้วในพื้นที่ต้นน้ำคู่ ทำให้เกิดความสมบูรณ์ของพื้นที่เพิ่มมากขึ้น ส่งผลต่อความหลากหลายของทรัพยากรเพิ่มมากขึ้น อาหารท้องถิ่นที่เคยหายไปกลับฟื้นคืนมาอีกครั้ง แต่ในขณะเดียวกันการเข้าใช้ประโยชน์จากชุมชนยังมีปริมาณที่มากขึ้น และแนวโน้มจะเพิ่มมากขึ้นเนื่องจากประชากรที่มีจำนวนมากขึ้น และมีราษฎรบางส่วนยังไม่ให้ความร่วมมือในการดำเนินการ เนื่องจากไม่เห็นความสำคัญของการจัดการทรัพยากรและการส่งเสริมการทำเกษตรแบบยั่งยืนว่ามีความสำคัญอย่างไร เกิดประโยชน์ต่อชุมชนอย่างไรบ้าง ตลอดจนในปัจจุบันได้มีการส่งเสริมการปลูกยางพาราในพื้นที่ทำให้มีการบุกรุกพื้นที่ป่าต้นน้ำคู่เพิ่มมากขึ้นและส่วนใหญ่จะเป็นคนจากภายนอกชุมชน

จากปรากฏการณ์การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ทำให้ผู้นำและกลุ่มแกนนำในชุมชนที่ทำเกษตรยั่งยืนที่มีประสบการณ์ในด้านอนุรักษ์ได้รวมหารือกันเกี่ยวกับอนาคตของน้ำคู่ ทำให้เกิดคำถามถึงความยั่งยืนของทรัพยากรต้นน้ำคู่และอาหารท้องถิ่นในน้ำคู่จะสามารถเป็นแหล่งหล่อเลี้ยงชุมชน ให้สามารถดำรงความปกติในการทำมาหากินได้หรือไม่ กลุ่มผู้นำชาวบ้านและผู้นำเกษตรยั่งยืนในพื้นที่จึงมีแนวคิดร่วมกันในการค้นหาคำตอบเกี่ยวกับอาหารในภา(สำหรับข้าว)ที่

ได้จากน้ำคู้และแนวทางการจัดการทรัพยากรในพื้นที่น้ำคู้ จึงได้จัดทำโครงการวิจัยการศึกษาอาหารในภา(สำหรับข้าว)เพื่อฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำคู้ โดยจะเน้นกระบวนการการมีส่วนร่วมชุมชน ในการศึกษาครั้งนี้จะทำให้ได้ทราบแหล่งที่มาของอาหารที่มีในชุมชนทำให้ชุมชนตระหนักถึงความสำคัญของทรัพยากรที่ได้จากต้นน้ำคู้ และองค์ความรู้ที่ได้จะนำมาสร้างความยั่งยืนด้านอาหารชุมชน โดยการจัดการทรัพยากรในพื้นที่ต้นน้ำคู้ และที่สำคัญกระบวนการในการศึกษานี้จะเป็นเครื่องมือให้กลุ่มแกนนำ และคนในชุมชนได้มีโอกาสเรียนรู้ร่วมกัน และพัฒนาศักยภาพของตนเอง อันจะส่งผลต่อความเป็นชุมชนเข้มแข็งและยั่งยืน

1.2 คำถามการวิจัย

อาหารในภา(สำหรับข้าว)มีความหลากหลาย มีแหล่งที่มาจากแหล่งใดบ้างมากน้อยเพียงใด มีคุณค่าทางโภชนาการอย่างไร มีสภาพการเปลี่ยนแปลงอย่างไร ชุมชนสามารถพึ่งพาตนเองได้จริงหรือไม่ และมีแนวทางในการจัดการทรัพยากรต้นน้ำคู้เพื่อฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นให้เกิดความยั่งยืนได้อย่างไร

1.3 วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาความหลากหลายอาหารในภา(สำหรับข้าว) ปริมาณอาหาร คุณค่าทางโภชนาการและแหล่งที่มาของอาหารในภา
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคน/ชุมชน คุณค่า และการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรต้นน้ำคู้ ทั้งในอดีตและปัจจุบัน
3. เพื่อศึกษารูปแบบและแนวทางส่งเสริมการจัดการทรัพยากรธรรมชาติในพื้นที่ต้นน้ำคู้เพื่อฟื้นฟูอาหารท้องถิ่น

1.4 พื้นที่เป้าหมาย

บ้านศรีเจริญ หมู่ที่ 8 ตำบลเลขวังไธย์ อำเภอกุหลาบ จังหวัดเลย

1.5 ขั้นตอนการดำเนินการ

1 ขั้นเตรียมการ

1.1 เตรียมทีมนักวิจัย โดยคัดเลือกจากผู้นำชุมชนในหมู่บ้าน และทำความเข้าใจร่วมกันในกระบวนการดำเนินการ

1.2 ประชุมเชิงปฏิบัติการเพิ่มทักษะแนวคิดหลักการวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม และร่วมกันกำหนดรูปแบบในการศึกษาวิจัย

2 ขั้นตอนการการวิจัย

1. ประชุมระดับหมู่บ้าน เพื่อชี้แจงและทำความเข้าใจกับชุมชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

2. ศึกษาความหลากหลายของอาหารในภา(สำหรับข้าว) แหล่งที่มาของอาหาร และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคน/ชุมชน คุณค่า และการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรต้นน้ำคู้ ทั้งในอดีตและปัจจุบัน

3. เวที/กระบวนการนำเสนอแลกเปลี่ยนข้อมูลและตรวจสอบข้อมูลในชุมชน ร่วมกันเพื่อสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับสถานการณ์ความหลากหลายของอาหารที่ได้จากต้นน้ำ วิเคราะห์สภาพปัญหาและความต้องการในการใช้ทรัพยากรและการทำเกษตรยั่งยืน และหาข้อสรุปเพื่อเป็นแนวทาง และข้อเสนอแนะในการจัดการเพื่อความยั่งยืน

4. กำหนดแนวทางการจัดการทรัพยากรต้นน้ำคู้ ที่นำไปสู่การสร้าง ความมั่นคงทางอาหาร

5. การพัฒนาศักยภาพนักวิจัย โดยการศึกษาดูงานกระบวนการสร้างความมั่นคงทางอาหาร และการจัดการทรัพยากร

6. นำเสนอแนวทางการดำเนินงานแผนต่อชุมชน อบต. หรือองค์กร หน่วยงานที่มีส่วนเกี่ยวข้อง และกำหนดแนวทางในการปฏิบัติการร่วมกัน

ขั้นที่ 3 สรุปบทเรียนและถอดองค์ความรู้การศึกษาวิจัย

7. เวทีสรุปบทเรียนและถอดองค์ความรู้

8. จัดทำรายงานฉบับสมบูรณ์ส่ง สกว. ฝ่ายวิจัยเพื่อท้องถิ่น

1.6 ระยะเวลาในการดำเนินการ

โครงการวิจัยศึกษาอาหารในภา(สำหรับข้าว) เพื่อการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในพื้นที่ต้นน้ำคู่ มีระยะเวลาในการดำเนินการ 12 เดือน ตั้งแต่ได้รับการอนุมัติโครงการ

1.7 ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ชุมชนได้ทราบถึงความหลากหลายอาหารในภา(สำหรับข้าว) ปริมาณอาหาร คุณค่าทางโภชนาการและแหล่งที่มาของอาหารในภา
2. ได้สร้างกระบวนการเรียนรู้ความสัมพันธ์ระหว่างคน/ชุมชน คุณค่า และการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรต้นน้ำคู่ ทั้งในอดีตและปัจจุบัน
3. ได้รูปแบบและแนวทางส่งเสริมการจัดการทรัพยากรธรรมชาติในพื้นที่ต้นน้ำคู่ เพื่อฟื้นฟูอาหารท้องถิ่น

1.8 นักวิจัยท้องถิ่น

- | | |
|----------------------------|---|
| 1. นายแสวง ดาปะ | หัวหน้าโครงการวิจัย |
| 2. นายสมศักดิ์ พงพรม | นักวิจัยท้องถิ่น ประธานกลุ่มเกษตรยั่งยืน |
| 3. นายวิรัช ช้อยจอหอ | นักวิจัยท้องถิ่น ปราชญ์ชาวบ้าน |
| 4. นายเขียน วังศิริ | นักวิจัยท้องถิ่น ปราชญ์ชาวบ้าน |
| 5. นายทะวี พรหมวัน | นักวิจัยท้องถิ่น สมาชิกสภาองค์การบริหารส่วนตำบล |
| 6. นายสุเทพ ขวัญแน่น | นักวิจัยท้องถิ่น ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้านบ้านศรีเจริญ |
| 7. นางอุบล ดาปะ | นักวิจัยท้องถิ่น ประธานกลุ่มแม่บ้าน |
| 8. นางขันทอง สุขงเจริญ | นักวิจัยท้องถิ่น กลุ่มสตรี |
| 9. นางสุกญา บาดจันทร์ | นักวิจัยท้องถิ่น กลุ่มสตรี |
| 10. นางบัวไข สีหา | นักวิจัยท้องถิ่น กลุ่มสตรี |
| 11. นางสุพัตรา ศรีบุรินทร์ | นักวิจัยท้องถิ่น กลุ่มสตรี |
| 12. นางประพิศ ช้อยจอหอ | นักวิจัยท้องถิ่น กลุ่มสตรี |
| 13. นางโสภี ศรีบุรินทร์ | นักวิจัยท้องถิ่น กลุ่มสตรี |

บทที่ 2

ทบทวนแนวคิด

การวิจัยดำเนินโครงการวิจัยการศึกษาอาหารในภา(สำหรับข้าว) เพื่อฟื้นฟูอาหารท้องถิ่น ในต้นน้ำครั้งนี้ที่วิจัยได้ศึกษาทบทวนแนวคิดที่เกี่ยวข้องเพื่อนำมาใช้เป็นแนวทางในการ ดำเนินการวิจัยดังต่อไปนี้

2.1 ความหมายของความมั่นคงทางอาหาร

จากแผนปฏิบัติการที่ 21 (Agenda 21) ได้กล่าวถึงความมั่นคงทางอาหาร (Food Security) ว่าไม่ได้มีความหมายเพียงแค่การเพิ่มขึ้นของผลิตผลทางอาหารที่มีมากขึ้น แต่รวมถึง โอกาสของประชาชนที่สามารถมีรายได้ในการซื้อหาอาหาร จะต้องมั่นใจได้ว่าประชาชนทุกคน แม้แต่คนที่จนที่สุดในกลุ่มคนจนต้องได้รับอาหารด้วยโดยต้องคำนึงถึงการใช้ประโยชน์จาก ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมควบคู่กันไป ส่วน FAO : องค์การอาหารและเกษตรแห่ง สหประชาชาติ ได้ให้ความหมายของ ความมั่นคงทางอาหาร ว่าเป็น ความมั่นคงทางอาหารใน ระดับบุคคล ครอบครัว ประชาชาติ ภูมิภาค และโลก จะบรรลุได้ก็ต่อเมื่อทุกคนในทุกเวลามี ความสามารถทางกายภาพและทางเศรษฐกิจที่จะเข้าถึงอาหารที่ปลอดภัย มีสารอาหารครบหมู่ เพื่อสนองความต้องการอาหารและรสชาติอาหารประจำวันในอันที่จะดำเนินชีวิตอย่างมีชีวิตชีวา และมีสุขภาพดีความมั่นคงทางอาหารตามความหมายดังกล่าวจึงประกอบด้วยปริมาณ ที่พอเพียง และความหลากหลาย ของประเภทอาหารที่ได้รับ คุณภาพ ซึ่งหมายถึงคุณค่าทางโภชนาการและ ความสะอาดปลอดภัย และการเข้าถึง อาหารของประชาชนที่เกิดจากระบบการกระจายอาหาร อย่างทั่วถึงและมีราคาที่เหมาะสม (สุนันท์ธนา แสนประเสริฐ:รากแก้วแห่งปัญญา,หนังสือพิมพ์ ผู้จัดการ 15 เม.ย. 2545)

ความมั่นคงทางอาหารโดยภาพรวมหมายถึง

1. การมีปริมาณอาหารเพียงพอสำหรับบริโภคทั้งภายในครอบครัว ชุมชน และ ชุมชนอื่น ๆ
2. คุณภาพอาหารมีความปลอดภัยหลากหลายครบถ้วนตามหลักโภชนาการและ สอดคล้องกับวัฒนธรรมในแต่ละท้องถิ่น
3. มีระบบการผลิตที่เกื้อหนุน รักษาความสมดุลของระบบนิเวศวิทยา สร้างความ หลากหลายทางชีวภาพและมีการใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสม

4. มีระบบการจัดการผลผลิตที่สอดคล้องเหมาะสม เป็นธรรมชาติ มีการกระจายอาหารอย่างทั่วถึง ทั้งในระดับครอบครัวและชุมชน

5. มีความมั่นคงทางการผลิต ทั้งที่ดิน น้ำ และทรัพยากรเพื่อการผลิต และสร้างความมั่นคงในอาชีพเกษตรกรผู้ผลิต

2.2 ความมั่นคงทางอาหารกับเกษตรกรรมในไทย

สนธิสัญญาสากลกับความมั่นคงทางอาหารและการเกษตรกรรม

จากแผนปฏิบัติการที่ 21 ประเทศต่างๆ ได้สร้างกติกาขึ้นมาเพื่อพิทักษ์ระบบนิเวศโลกในรูปของอนุสัญญาพหุภาคีระหว่างประเทศ ซึ่งมีความเกี่ยวข้องโยงถึงเรื่องของความมั่นคงทางอาหารและการเกษตรกรรมของประเทศไทยคือ

1. อนุสัญญาความหลากหลายทางชีวภาพ ว่าด้วยกิจกรรมที่ส่งผลกระทบต่อวิกฤติการณ์การสูญเสียชนิดพันธุ์และระบบนิเวศ เช่น การตัดไม้ทำลายป่านำไปสู่การทำลายนิเวศธรรมชาติ การประมงเกินกำลังผลิต มลภาวะและอื่นๆ ทำให้ความหลากหลายทางชีวภาพทางพันธุกรรมในชนิดพันธุ์ถูกทำลายไปด้วย

2. อนุสัญญาการเปลี่ยนแปลงภูมิอากาศโลก ว่าด้วยกิจกรรมที่ทำให้ลดปริมาณการปล่อยก๊าซเรือนกระจกจากแหล่งและขยายพื้นที่รองรับก๊าซเรือนกระจก ซึ่งเกิดจากการกระทำของมนุษย์ในสาขาการผลิตต่างๆ ได้แก่ การคมนาคมขนส่ง อุตสาหกรรม การกำจัดของเสีย ป่าไม้ การเกษตรและปศุสัตว์

3. อนุสัญญาไซเตส ต้องการควบคุมการค้าสัตว์ป่าและพืชป่าทั้งหมดที่มีชีวิตหรืออวัยวะของสัตว์/ส่วนประกอบของพืชที่กำลังจะสูญพันธุ์หรือมีแนวโน้มว่าจะสูญพันธุ์ได้ ถ้าปล่อยให้มีการค้าขายกันอย่างเสรี

4. อนุสัญญาบาเซล เป็นอนุสัญญาที่ควบคุมการเคลื่อนย้ายกากที่เป็นภัยข้ามแดน โดยเฉพาะกากที่เป็นภัยเกิดจากวัตถุอันตรายหรือกระบวนการผลิตในอุตสาหกรรมยุคใหม่ ที่เกี่ยวข้องในระบบอาหารคือ อุตสาหกรรมการผลิตปุ๋ย และสารปราบศัตรูพืช

5. อนุสัญญาอารักขาพืชระหว่างประเทศ (IPPC) เป็นอนุสัญญาว่าด้วยการควบคุมป้องกันการแพร่ระบาดของที่เกิดจากศัตรูพืช จากแหล่งหนึ่งไปอีกแหล่งหนึ่ง การควบคุมดังกล่าวจะถูกระบุไว้โดยครอบคลุมชนิด ชิ้นส่วนต่างๆ ของพืช ผลผลิตของพืช

ตลอดจนพาหะที่สามารถนำพาศัตรูพืชนั้นๆ ได้ รวมถึงการบันทึกสถานการณ์และข้อมูลความเสี่ยงต่างๆ ที่เกิดขึ้นอนุสัญญาข้างต้นประเทศต่างๆ ร่วมสร้างขึ้นมาโดยมีเจตนารมณ์เพื่อพิทักษ์ระบบนิเวศโลกร่วมกัน อย่างไรก็ตามปัญหาที่กำลังเกิดขึ้นก็คือ ประเทศที่

พัฒนาแล้วโดยเฉพาะสหรัฐอเมริกา ได้แสดงให้เห็นถึงการใช้อย่างมีประสิทธิภาพเป็นเครื่องมือในการเอาเปรียบประเทศโลกที่ 3 ในด้านต่างๆ เช่น กรณีกองทุนป่าไม้เขตร้อนที่อเมริกากำลังกระทำกับประเทศไทย ดังนั้นประเทศโลกที่ 3 จึงจำเป็นต้องสร้างความร่วมมือภายในของประเทศตนเอง และระหว่างกัน เพื่อดำเนินกิจกรรมให้สอดคล้องกับอนุสัญญาทั้งหลาย ขณะเดียวกันต้องร่วมมือกันหาหนทางกดดันต่อประเทศที่เอาเปรียบ เพื่อไม่ให้เกิดปัญหาดังเช่นที่ผ่านมาอีก

สถานการณ์ความมั่นคงทางอาหารและการเกษตรกรรมในสังคมไทย จากกระแสโลกที่ได้กล่าวมาข้างต้น ส่งผลให้สังคมไทยมีการเปลี่ยนแปลงจากสังคมแห่งการพึ่งตนเองภายใต้สังคมเกษตรกรรมที่เกษตรกรผลิตเพื่อบริโภคในครัวเรือนเป็นหลักมาเป็นการผลิตเพื่อการค้าในเชิงพาณิชย์มากขึ้น เป็นสาเหตุหนึ่งที่ผลักดันให้เกษตรกรเร่งรัดการนำทรัพยากรธรรมชาติที่มีอยู่มาใช้ในการผลิตเพื่อนำออกจำหน่าย โดยเฉพาะอย่างยิ่งการผลิตเพื่อการส่งออก ทำให้การพึ่งตนเองในการผลิตอาหารน้อยลง และต้องพึ่งพิงอาหารจากการซื้อขายในระบบตลาดมากขึ้น ส่งผลให้ประเทศไทยต้องเผชิญกับสถานการณ์ความมั่นคงทางอาหารและเกษตรกรรม ดังนี้

2.2.1 สถานการณ์ด้านความพอเพียงและความหลากหลาย

1. ด้านปริมาณ การเกษตรของไทยยังสามารถผลิตอาหารส่วนใหญ่ได้เพียงพอต่อการบริโภคภายในประเทศและเหลือส่งออกนอกประเทศอย่างต่อเนื่อง ยกเว้นนมที่ไทยยังไม่สามารถผลิตได้เพียงพอต่อความต้องการภายในประเทศ และพืชประเภทถั่วเมล็ดแห้ง ถั่วเหลืองที่ยังมีการนำเข้าอยู่ ส่วนการผลิตภาคอุตสาหกรรมเกษตร มีการนำผลิตผลทางการเกษตรมาแปรรูปตั้งแต่ระดับครัวเรือน อุตสาหกรรมย่อยขนาดเล็ก ขนาดกลาง และขนาดใหญ่ ซึ่งในปี 2542 ประเทศไทยส่งออกอาหารสุทธิ 286, 256 ล้านบาท และภาวะการส่งออกและนำเข้าสินค้าเกษตรในช่วง มกราคม - ตุลาคม 2544 มีมูลค่า 547,933.5 และ 269,905.5 ล้านบาท ตามลำดับ

ตัวเลขข้างต้นดูเหมือนจะมีปริมาณอาหารเพียงพอกับการบริโภคภายในประเทศจนสามารถส่งออกไปขายยังต่างประเทศได้ แต่หากพิจารณาจากภาวะแหล่งอาหารซึ่งสะท้อนถึงการกระจายอาหารและความสามารถในการจัดหา ควบคุมปริมาณ คุณภาพอาหาร รวมถึงการล้มละลายของเกษตรกรในด้านหนี้สิน การสูญเสียที่ดิน ความเสื่อมสลายของทรัพยากรต้นทุน จากการใช้เทคโนโลยีและสารเคมีทั้งในรูปปุ๋ยและสารกำจัดศัตรูพืชมากขึ้นเช่น ดิน แหล่งน้ำ และแหล่งอาหารจากธรรมชาติได้ลดจำนวนลงอย่างรวดเร็วจนเกือบสูญพันธุ์ในบางพื้นที่ ตลอดจนเกษตรกรผู้ผลิตที่ยากจนเกินกว่าจะหาอาหารมาเลี้ยงครอบครัวให้พอเพียง

2. ด้านความหลากหลาย จากสถานการณ์ด้านพืชเกษตร ไทยพึ่งพาสินค้าหลักน้อยชนิด พืชเศรษฐกิจหลัก 6 ชนิดเป็นอาหาร 4 ชนิดคือ ข้าว อ้อย ข้าวโพด ปาล์มน้ำมัน และพืชผักสำคัญของตลาดในประเทศมีเพียง 8 ชนิด ได้แก่ ผักบุ้ง กระบี่ กะหล่ำปลี กะหล่ำดอก ผักกาดขาว กวางตุ้ง พริกขี้หนู แตงกวา ซึ่งแสดงถึงความหลากหลายของพืชที่ลดลง จากการถูกแทนที่ด้วยพืชเศรษฐกิจ

2.2.2 สถานการณ์ด้านการกระจายและการเข้าถึงระบบอาหาร

ในอดีต ชุมชนชนบท มีวิถีการผลิตแบบดั้งเดิมที่เป็นเกษตรชุมชนที่พึ่งพาแหล่งอาหารจากธรรมชาติ และการปลูกเลี้ยงเพื่อบริโภคเอง ต่อมาเปลี่ยนเป็นการผลิตเพื่อเศรษฐกิจ ในด้านการบริโภคจึงต้องพึ่งพาระบบตลาดมากขึ้น เช่น ร้านชำ ตลาด ร้านอาหาร แผงลอย รถเร่ ซึ่งครัวเรือนที่ประกอบอาชีพการเกษตรยังคงเป็นกลุ่มครัวเรือนที่ยากจนที่สุด โดยราคาสินค้าเป็นเครื่องกำหนดความสามารถในการเข้าถึงอาหารของผู้บริโภค ทำให้คนชนบทซึ่งเป็นกลุ่มที่มีกำลังซื้อต่ำ ต้องซื้ออาหารที่ราคาแพง และด้วยคุณค่า ส่วน ชุมชนเมือง การได้มาซึ่งอาหารผ่านระบบตลาดโดยสิ้นเชิง เช่น ตลาด หาบเร่ แผงลอย ร้านอาหาร ศูนย์การค้า ซูเปอร์มาร์เก็ต ทำให้คนในเมืองไม่สามารถควบคุมชนิด คุณภาพ และความปลอดภัยของอาหารได้ด้วยตนเอง ปัญหาดังกล่าวจึงเป็นช่องว่างในการบริโภคอาหารเป็นทั้งเรื่องระดับประเทศและระดับโลก ระหว่างประเทศที่ร่ำรวยและยากจน รายงานของ FAO ระบุว่าคนรวยที่สุดร้อยละ 20 แรกเป็นผู้บริโภคเนื้อและปลาถึงร้อยละ 45 ของทั้งหมด ส่วนคนยากจนร้อยละ 20 ท้ายได้บริโภคเพียงร้อยละ 5 และจากการประมาณการของ FAO ในปี 1997-1999 มีผู้ที่อยู่ในภาวะหิวโหยทั่วโลก 815 ล้านคน และในประเทศไทยมีถึง 4 ล้านคน

2.2.3 การทำเกษตรกรรมยั่งยืน เป็นการสร้างความมั่นคงทางอาหาร

อาหารคือวัฒนธรรม อาหารกับคนไทยเป็นของคู่กันมาช้านาน เราจะเห็นได้ว่าคนไทยสามารถพัฒนาอาหารที่มีความหลากหลาย ทั้งยังมีคุณค่าทางโภชนาการสูง อาหารไทยคืออาหารเพื่อสุขภาพ ความหลากหลายของอาหารไทย ส่งผลให้ประเทศไทยมีชื่อเสียงอย่างมากในด้านอาหาร อย่างไรก็ตาม การที่ประเทศไทยมีความสามารถในการผลิตอาหารทั้งในด้านปริมาณและความหลากหลาย มิได้หมายความว่า ประเทศไทยมีความมั่นคงทางอาหาร หากว่าเราพิจารณาจากประเด็นอื่นๆ เช่น ความปลอดภัยของอาหารที่ผลิต, คุณค่าของอาหาร, ตลอดจนแง่มุมด้านสังคม และวัฒนธรรม ซึ่งในปัจจุบันมีความเปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก คนไทยหันมาบริโภคอาหารจากตะวันตก อาหารขยะที่ขาดคุณค่าทางโภชนาการมากขึ้น ขณะที่ความหลากหลายของพืชพรรณกลับลดน้อยลงอย่างเห็นได้ชัด อาหารถูกทำให้กลายเป็นสินค้า และ

การที่เราละเลยระบบเกษตรหรือวิธีการผลิตอาหารของตนเอง หรือผลิตอาหารโดยคำนึงถึงแต่ปริมาณ นั้นเท่ากับว่าเราขาดอริปไตยในการผลิตและการกระจายอาหาร และจะนำไปสู่ความหายนะของชาติ และการที่แต่ละประเทศให้ความสำคัญแต่การผลิตเพื่อการค้าเท่ากับเป็นการนำอาหารมาผูกติดไว้กับค่าของเงิน และทำลายความเป็นวัฒนธรรมของชุมชน ในการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และแบ่งปันอาหาร

เกษตรกรรมยั่งยืนเป็นระบบเกษตรกรรมที่ให้ความสำคัญกับการจัดการทรัพยากร การผลิตแบบยั่งยืน ไม่ทำลายสิ่งแวดล้อม กระบวนการผลิตประกอบด้วย การคืนความสมดุลให้กับธรรมชาติ สร้างความหลากหลายทางชีวภาพทั้งพืชและสัตว์ มีการปรับปรุงและฟื้นฟูดิน ยุติการใช้สารสังเคราะห์ ทั้งปุ๋ยเคมี สารกำจัดแมลงศัตรูพืชที่ทำลายสิ่งแวดล้อม เป็นภัยต่อมนุษย์และสัตว์ เกษตรกรรมยั่งยืนเป็นกระบวนการผลิตที่เกษตรกรเป็นหลักในการพัฒนา ความรู้ในท้องถิ่นได้รับการพัฒนาและฟื้นฟู เกษตรกรรมยั่งยืนในประเทศไทย ไม่ใช่เรื่องใหม่ ปัจจุบันมีเกษตรกรที่ทำเกษตรกรรมยั่งยืนอยู่ทั่วประเทศ และมีตัวอย่างมากมายที่แสดงให้เห็นว่าเกษตรกรรมยั่งยืนเป็นรูปแบบทางเลือกที่สอดคล้องเหมาะสมกับเกษตรกรรายย่อย และสร้างให้เกิดความมั่นคงทางอาหาร เกษตรกรรมยั่งยืน มีหลายรูปแบบตามเงื่อนไขของระบบนิเวศน์เกษตรต่างๆ ไม่ว่าจะเป็น เกษตรผสมผสาน, เกษตรอินทรีย์, เกษตรธรรมชาติ, วนเกษตร โดยในทุกรูปแบบปฏิเสธวิธีการผลิตที่มุ่งเน้นแต่เพียงการเพิ่มผลผลิตให้ได้สูงสุด เพื่อขายโดยไม่คำนึงถึงผลกระทบด้านสิ่งแวดล้อมและสุขภาพจากการใช้สารเคมีทางการเกษตร โดยภาพรวมเกษตรกรรมยั่งยืนมีความหมายรวมถึง การผลิตทางการเกษตรและวิถีการดำเนินชีวิตของเกษตรกรที่เอื้ออำนวยต่อการฟื้นฟู และดำรงรักษาไว้ซึ่งความสมดุลของระบบนิเวศและสภาพแวดล้อม โดยมีผลตอบแทนทางเศรษฐกิจและสังคมที่เป็นธรรม ส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเกษตรกรและผู้บริโภค รวมทั้งพัฒนาทางสถาบันทางสังคมของชุมชนท้องถิ่น ทั้งนี้เพื่อความผาสุกและความอยู่รอดของมวลมนุษยชาติที่ผ่านมามีประสบการณ์จากพื้นที่ที่เกษตรกรหันมาทำเกษตรกรรมยั่งยืนรูปแบบต่างๆ กัน และพิสูจน์ให้เห็นว่า เกษตรกรรมยั่งยืนทำให้ครอบครัวเกษตรกรมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น มีความมั่นคงทางอาหาร สามารถพึ่งตนเองได้ทางเศรษฐกิจ การผลิต อันเป็นทางเลือกที่มั่นคงและนำไปสู่การสร้างสังคมและชุมชนที่ยั่งยืน

“พ่อบุญเต็ม ชัยลา ทำเกษตรกรรมยั่งยืนมาไม่ต่ำกว่า 10 ปี ระบุว่า ถ้าระบบเกษตรกรรมมีความเหมาะสมสอดคล้อง ก็เป็นการเพิ่มศักยภาพในด้านความสามารถในการผลิตอาหารของครัวเรือน และเป็นผลสืบเนื่องไปยังรายได้ของครอบครัว ซึ่งสามารถหารายได้ ทั้งรายได้รายวัน รายเดือน จากการขายเห็ด ผัก ผลไม้ และตลอดจนรายได้ประจำปีจากการขายข้าวที่ผ่านมา ผลตอบแทนทางเศรษฐกิจทำให้ครอบครัวมีรายได้สุทธิเพิ่มขึ้นไม่ต่ำกว่า 1 หมื่นบาท

ต่อไป ยิ่งไปกว่านั้น ครอบครัวพ่อนุญติ่ม ยังมีความมั่นคงทางอาหารจากการทำการผลิต ปลูกพืช และสัตว์ที่หลากหลาย ไม่ว่าจะเป็น การมีข้าวกินตลอดปี การปลูกผักสวนครัว การเพาะเห็ด การปลูกไม้ยืนต้น การเลี้ยงหมู ไก่ ปลา ที่สำคัญกิจกรรมต่างๆที่ทำในแปลงเป็นที่รองรับแรงงานในครอบครัว ทำให้ไม่ต้องออกไปหางานทำนอกบ้าน สมาชิกทุกคนในครอบครัวได้อยู่ร่วมกัน พ่อแม่ ลูก หลาน การทำเกษตรกรรมยั่งยืนของครอบครัวพ่อนุญติ่มจึงมีนัยยะทั้งในด้านความมั่นคงทางอาหาร รายได้ และความเป็นครอบครัวที่เป็นรากฐานที่สำคัญของคนไทยในชนบทและสังคมไทยโดยรวม”

“เกษตรกรบ้านอมลอง จ.เชียงใหม่ปลูกสตอเบอร์รี่เพื่อขาย ทำการผลิตโดยใช้สารเคมีอย่างเข้มข้น ดันทุนการผลิตสูง แต่เมื่อปรับเปลี่ยนระบบมาทำเกษตรกรรมยั่งยืน ด้วยการปลูกข้าว ไม้ผล สตอเบอร์รี่ปลอดสารเคมี ผักปลอดสารเคมี ใช้พืชตระกูลถั่วในการปรับปรุงบำรุงดิน ใช้สมุนไพรปราบหอย ปู ผลที่ได้คือ มีข้าวพอกินตลอดทั้งปี มีผักกินและขาย เมื่อก่อนปลูกสตอเบอร์รี่เพื่อขาย แล้วก็ต้องซื้อผักกิน แต่ตอนนี้ปลูกพืช เลี้ยงสัตว์ผสมผสานหลายๆอย่าง ทำให้ครอบครัวมีความมั่นคงทางอาหาร มีรายได้ สะสมเงินได้มากขึ้น เพราะรายจ่ายน้อยลงทั้งต้นทุนการผลิต และรายจ่ายด้านอาหาร อีกทั้งยังสามารถรวมกลุ่มกันทำตลาดพืชผักปลอดสารเคมี เพื่อต่อตรงกับผู้บริโภคในเมือง”

การทำเกษตรกรรมยั่งยืนจึงอยู่บนฐานของการผลิตที่ยั่งยืน มีการนำใช้ทรัพยากรในท้องถิ่นอย่างสอดคล้องเหมาะสม การทำการผลิตพืชและสัตว์แบบผสมผสานช่วยสร้างความหลากหลายให้เกิดขึ้นในไร่นา เพิ่มความหลากหลายทางอาหาร ขณะเดียวกัน การทำเกษตรกรรมยั่งยืนเป็นการสร้างมูลค่าเพิ่มทางเศรษฐกิจให้แก่ที่ดิน อันเป็นการสร้างความมั่นคงทางเศรษฐกิจให้แก่ครอบครัวนอกเหนือจากรายได้ประจำที่ครอบครัวได้รับจากการเก็บเกี่ยวผลผลิตจากแปลงเกษตร และที่สำคัญ การทำเกษตรกรรมยั่งยืนยังเป็นรูปแบบที่ทำให้เกษตรกรสามารถพึ่งตนเองได้ ทั้งทางด้านการผลิต อาหาร และ เศรษฐกิจ เพื่อนำไปสู่อธิปไตยทางอาหาร และวิถีชีวิตของเกษตรกรไทยโดยรวม

2.3 อาหารท้องถิ่น

อาหารท้องถิ่น หมายถึง อาหารที่มีแหล่งกำเนิดดั้งเดิมอยู่ในท้องถิ่นนั้น ซึ่งรวมถึงพืชและสัตว์ที่ตามธรรมชาติในท้องถิ่นนั้น ๆ ด้วย อาหารท้องถิ่นยังรวมถึงอาหารที่ไม่ใช่สายพันธุ์ดั้งเดิมในท้องถิ่น แต่ได้ถูกนำมาปลูกเป็นเวลานาน จนสามารถปรับตัวขึ้นอยู่ในระบบนิเวศของท้องถิ่นได้ และมีการปลูกอย่างแพร่หลายจนกลายเป็นพืชอาหารของคนในท้องถิ่น พืชอาหารท้องถิ่นมีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตประจำวันของชุมชนท้องถิ่น

2.3.1 แหล่งที่มาของพืชอาหารท้องถิ่น

แหล่งที่มาของพืชอาหารท้องถิ่นสามารถจำแนกออกตามแหล่งที่ขึ้นอยู่ได้ 4 รูปแบบ (กระทรวงสาธารณสุข, 2540 : 13) ดังนี้

1. แหล่งป่าธรรมชาติ เป็นพื้นที่ป่าไม้ที่พืชอาหารท้องถิ่นขึ้นอยู่ ขยายพันธุ์และกระจายพันธุ์โดยสภาพธรรมชาติ ในประเทศไทยมีป่าธรรมชาติหลายชนิด เช่น ป่าดงดิบ ป่าเบญจพรรณ ป่าเต็งรัง ป่าบุ่ง ป่าทาม ป่าชายหาด และป่าชายเลน เฉพาะในพื้นที่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือแหล่งพืชอาหารท้องถิ่นส่วนใหญ่จะเป็นป่าเต็งรัง ป่าดงดิบแล้ง ป่าเบญจพรรณและป่าบุ่งทาม ชนิดพืชอาหารท้องถิ่นที่สำคัญ เช่น ไม้ป่าชนิดต่างๆ สะตอ ตำลึง กระโดนป่า ผักเม็กหรือเสม็ด ผักหวานป่า เต้าร้าง ชะอม ชะพลูและหวาย เป็นต้น

2. ไร่และสวน เป็นพื้นที่ทำไร่และทำสวนของชุมชนท้องถิ่น ชนิดพืชอาหารท้องถิ่นที่ขึ้นอยู่มีทั้งที่ขึ้นเองตามธรรมชาติและปลูกขึ้นใหม่โดยเจ้าของไร่และสวน ชนิดพืชอาหารท้องถิ่นที่สำคัญ เช่น ไม้ป่าชนิดต่างๆ ไม้เลื้อย ไม้สีสุก ไม้ตง สะเดา หวาย เต้าร้าง จิกนา มะกอกบ้าน สะตอ ฟัก แฟง ฟักทอง ถั่วชนิดต่างๆ จิง ข่า กระชาย กลั้ว มะเขือ พริก และเพกา เป็นต้น

3. ทุ่งนาและแหล่งน้ำ เป็นพื้นที่ที่มีความชุ่มชื้นและเป็นแหล่งน้ำ ชนิดพืชอาหารท้องถิ่นโดยส่วนใหญ่แล้วจะเป็นพืชน้ำและเกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ เช่น ผักแว่น ผักกูด บอน สันตะวา ผำ ผักขมและผักหนาม เป็นต้น แต่ปัจจุบันมีการนำเอาพืชน้ำหลายชนิดมาปลูกในเชิงเศรษฐกิจ ได้แก่ กระเจียน้ำ และผักบุ้ง

4. สวนครัวหรือสวนหลังบ้าน เป็นพื้นที่ที่อยู่โดยรอบบริเวณบ้าน ทั้งที่ปลูกในพื้นที่ดินโดยตรงและปลูกในภาชนะต่างๆ ส่วนใหญ่แล้วจะเป็นชนิดพืชผักสวนครัวซึ่งต้องใช้ในการดำรงชีวิตประจำวัน เช่น ตำลึง บวบชนิดต่างๆ ถั่วชนิดต่างๆ ตะไคร้ จิง ข่า กระชาย กลั้ว สะระแหน่ ผักบุ้ง ผักชี ย่านาง มะเขือ พริก และโหระพา เป็นต้น

2.3.2 การจำแนกพืชอาหารท้องถิ่น

พืชอาหารท้องถิ่นสามารถจำแนกออกได้หลายรูปแบบและลักษณะ เช่น จำแนกตามลักษณะทางพฤกษศาสตร์ ซึ่งต้องอาศัยความรู้ทางวิชาการด้านพืชศาสตร์ แต่จากการศึกษารวบรวมความหลากหลายของพืชอาหารท้องถิ่นที่มีอยู่กระจายทั่วไปในทุกภูมิภาค สามารถแบ่งหมวดหมู่ออกไปได้หลายแบบ โดยอาศัยภูมิปัญญาของผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง (สถาบันการแพทย์แผนไทย, 2540 : 49) การจำแนกพืชอาหารท้องถิ่นตามระบบคิดของชาวบ้านร่วมกับนักวิชาการสามารถจำแนกออกได้ดังนี้ คือ

6. การจำแนกตามลักษณะพืช จำแนกออกเป็นไม้ยืนต้น(Tree) ที่มักใช้ประโยชน์จากยอด ผล ดอก หรือใช้ใบในการบริโภค ไม้พุ่ม(Shrub) เป็นไม้ลำต้นขนาดเล็ก ทรงพุ่ม มักใช้ประโยชน์จากใบอ่อน ยอดอ่อน ไม้เลื้อยหรือไม้เถา (Climber) มักใช้ยอดอ่อนมาบริโภค พืชล้มลุก(Herb) เป็นพืชที่ไม่มีเนื้อไม้ ลำต้นอ่อน อายุสั้น มักใช้ใบ ยอด หัวหรือลำต้นใต้ดิน(Subterranean) มาทำอาหาร ในกลุ่มไม้ยืนต้นยังจำแนกออกเป็นกลุ่มย่อยได้อีกเช่น กลุ่มไม้ไผ่(Bamboo) และกลุ่มพืชตระกูลปาล์ม(Palm)

7. การจำแนกตามแหล่งที่ขึ้นอยู่ สามารถจำแนกออกเป็นพืชอาหารท้องถิ่นในป่าธรรมชาติ(Forest plants) พืชอาหารท้องถิ่นตามไร่และสวน พืชอาหารท้องถิ่นตามทุ่งนาและแหล่งน้ำ และพืชอาหารท้องถิ่นสวนครัว(Home Gardening plants)

8. การจำแนกตามคุณลักษณะ(Properties) ได้แก่ การจำแนกพืชอาหารท้องถิ่นออกตามรสชาติ เช่น รสฝาด รสหวาน รสขม รสเมาเบื่อ รสเผ็ดร้อน รสมัน รสเปรี้ยว รสเค็ม จำแนกตามกลิ่น เช่น กลิ่นหอม และกลิ่นฉุน จำแนกตามลักษณะของสี เช่น ฟักทอง ฟักเขียว กระเจี๊ยบแดง มะเขือม่วง จำแนกตามแหล่งที่ขึ้นอยู่ เช่น กระเจี๊ยบ น้ำ มะกอกป่า ผักกูดคอย ผักกูดน้ำ หวายคง เป็นต้น หรือจำแนกตามรูปทรง เช่น บวบกลม บวบเหลี่ยม มะเขือพวง มะเขือยาว น้ำเต้า เป็นต้น

9. การจำแนกตามบทบาทหน้าที่ พืชอาหารท้องถิ่นสามารถจำแนกออกตามบทบาทและการแสดงออกตามคุณค่า เช่น การเป็นพืชอาหารและสมุนไพร(Nutritional and Medicinal plants) พืชอาหารเศรษฐกิจ (Economic food plants) พืชอาหารประจำบ้านหรือพืชผักสวนครัว เป็นต้น การจำแนกพืชอาหารท้องถิ่นในปัจจุบัน มักนิยมจำแนกตามลักษณะของพืชเป็นส่วนใหญ่ เพราะมีความชัดเจนในรูปร่าง ลักษณะ ทำให้เข้าใจง่าย

2.3.2 รสของพืชอาหารท้องถิ่น

พืชอาหารท้องถิ่นให้รสชาติที่แตกต่างกันไปตามชนิดชนิดพันธุ์ และสามารถจำแนกออกได้จำนวน 8 รส (สถาบันการแพทย์แผนไทย, 2540 : 49 -50) ดังตัวอย่างต่อไปนี้ ตารางที่ 1 แสดงรสของพืชอาหารท้องถิ่น

รส	ชนิดพืชอาหารท้องถิ่น
รสฝาด	กระโดน จิกนา เสม็ด กล้วยดิบ ใบมะตูม และมะเดื่อ เป็นต้น
รสหวาน	ยอดมะพร้าว ยอดเต้าร้าง ผักหวานป่า ผักเนียง ผักหวานบ้าน ผักพาย ผักปลั่ง บวบ แคน และย่านาง เป็นต้น
รสขม	เพกา สะเดา มะระ มะระขี้นก หวาย ดอกขี้เหล็ก ใบขมิ้น และผักโขม เป็นต้น

ตารางที่ 1 แสดงรสของพืชอาหารท้องถิ่น (ต่อ)

รส	ชนิดพืชอาหารท้องถิ่น
รสจืด	น้ำเต้า ฟัก ผักกูด ผักหนาม ผักบุ้ง และตำลึง เป็นต้น
รสเผ็ดร้อน	พริก พริกไทย ดีปลี โหระพา ยี่หระ กระเทียม แมงลัก กะเพรา สะระแหน่ จิง ข่า ไพล กระชาย กระเจียว และชะพลู เป็นต้น
รสมัน	สะตอ ถั่วพู ฟักทอง ผักกระเฉด หัวปลี มันปู และชะอม เป็นต้น
รสหอมเย็น	เตยหอม และบัว เป็นต้น
รสเปรี้ยว	ส้มกบ ติ้ว แต้ว ส้มกุ่ม ส้มลม ส้มเสี้ยว ขอมมะกอก ชะมวง และมะดัน เป็นต้น

2.3.4 คุณประโยชน์ของพืชอาหารท้องถิ่น

พืชอาหารท้องถิ่นสามารถนำมาบริโภคเป็นอาหารในชีวิตประจำวันจึงมีคุณประโยชน์ในด้านอาหารซึ่งมีสรรพคุณในการเป็นยาไปพร้อมกันด้วย ชาวตะวันออกให้ความสำคัญกับอาหารและรสของอาหารเพราะสะท้อนถึงคุณลักษณะเฉพาะของอาหารที่มีต่อร่างกาย ดังนั้น อาหารรวมถึงพืชอาหารท้องถิ่นที่เป็นส่วนประกอบจึงสามารถจำแนกออกได้ 9 รส (สถาบันการแพทย์แผนไทย, 2540 : 49) และมีสรรพคุณทางอาหารที่สัมพันธ์กับรสของอาหารหลายประการ(ตารางที่ 2) นอกจากนี้แล้วพืชอาหารท้องถิ่นยังมีคุณค่าทางโภชนาการของอาหารหลัก 5 หมู่ ได้แก่ โปรตีน(Protein) คาร์โบไฮเดรต(Carbohydrate) ไขมัน(Fat) วิตามิน(Vitamins) และแร่ธาตุ(Minerals) อีกด้วย พืชอาหารท้องถิ่นจึงมีความสำคัญและจำเป็นต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์

ตารางที่ 2 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างรสอาหารกับสรรพคุณของอาหาร

รส	สรรพคุณของอาหาร
รสฝาด	เป็นยาสมาน บิดธาตุ หากรับประทานมากเกินไปทำให้ฝืดคอ ท้องอืด ท้องผูก
รสหวาน	ซึมซาบไปตามเนื้อ ทำให้ชุ่มชื้น บำรุงร่างกาย หากรับประทานมากเกินไปทำให้ลมกำเริบ ง่วงนอน เกียจคร้าน
รสขม	แก้โลหิตเป็นพิษ ดีพิการ หากรับประทานมากเกินไปทำให้กำลังตก อ่อนเพลีย
รสเมาเบื่อ	แก้พิษ ฆ่าพยาธิ

ตารางที่ 2 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างรสอาหารกับสรรพคุณของอาหาร (ต่อ)

รส	สรรพคุณของอาหาร
รสเผ็ดร้อน	แก้โรคกองลม ลมจุกเสียด ปวดท้อง หากรับประทานมากไปทำให้เกิดอาการอ่อนเพลียและเผ็ดร้อน
รสมัน	แก้เส้นเอ็นพิการ ปวดเสียว ขัดขอกกระดูก
รสหอมเย็น	แก้ลมมีดหน้าตาลาย วิงเวียน บำรุงหัวใจ
รสเปรี้ยว	แก้เสมหะ กัดฟอกเสมหะ กระตุ้นน้ำลาย เจริญอาหาร หากรับประทานมากไปทำให้ท้องอืด แสบแผล ร้อนใน
รสเค็ม	สรรพคุณซึมซาบไปตามผิวหนัง ขา และคัน หากรับประทานมากไปทำให้มีอาการกระหายน้ำ ร้อนใน

คุณค่าทางโภชนาการหรือสารอาหารในพืชอาหารท้องถิ่นมีประโยชน์ต่อร่างกายของคนมาก คือ ช่วยให้อวัยวะต่างๆของร่างกายทำงานได้ตามปกติ ธาตุอาหารและวิตามินในพืชอาหารท้องถิ่นที่สำคัญ มีดังนี้(กองโภชนาการ, 2550 : 7 – 9)

1. แคลเซียม ร่างกายของมนุษย์มีแคลเซียมมากกว่าแร่ธาตุชนิดอื่นๆ มีอยู่ประมาณร้อยละ 2 ของน้ำหนักร่างกายทั้งหมด น้ำหนักของแคลเซียม ได้แก่ การเป็นคุณค่าทางโภชนาการที่สำคัญและจำเป็นของกระดูกและฟัน ช่วยควบคุมการทำงานของหัวใจ ระบบประสาทและกล้ามเนื้อ และเป็นธาตุที่จำเป็นในการแข็งตัวของเลือด ทำให้เลือดหยุดไหลเวลาเกิดบาดแผล พืชอาหารที่มีแคลเซียมสูง ได้แก่ งา สะพลู ผักแพว ใบขมิ้น ขอดแค ผักกระเฉด สะเดา มะเขือพวง จี่เหล็กบ้าน กระถิน และตำลึง เป็นต้น แคลเซียมในอาหารดูดซึมได้ประมาณร้อยละ 30 – 50 วิตามินซี วิตามินดี และโปรตีนในอาหารช่วยให้แคลเซียมดูดซึมได้ดีขึ้น ความต้องการแคลเซียมสำหรับผู้ใหญ่ต้องการวันละ 800 มิลลิกรัม

2. ฟอสฟอรัส เป็นคุณค่าทางโภชนาการที่สำคัญและจำเป็นของกระดูกและฟัน 80 – 90 % อยู่ในสภาพของแคลเซียม ฟอสเฟตที่ไม่ละลายทำให้ฟันและกระดูกแข็งแรงอีก 10 -15 % มีอยู่ทั่วไปในร่างกาย พืชอาหารที่มีแคลเซียมสูงมักจะเป็นแหล่งของธาตุฟอสฟอรัสด้วย ความต้องการธาตุฟอสฟอรัสสำหรับผู้ใหญ่ต้องการวันละ 800 มิลลิกรัม เท่ากับแคลเซียม

3. ธาตุเหล็ก เป็นธาตุอาหารที่สำคัญต่อเม็ดเลือดแดง ในส่วนที่เรียกว่า ฮีโมโกลบิน ซึ่งเป็นตัวพาออกซิเจนไปยังส่วนต่างๆของร่างกายและพาคาร์บอนไดออกไซด์กลับไปยังปอดเพื่อขับถ่ายออก ถ้าร่างกายได้รับธาตุเหล็กไม่เพียงพอจะทำให้เกิดภาวะโลหิตจาง

พืชอาหารที่มีธาตุเหล็กสูง ได้แก่ ผักกูด ขมิ้นขาว ผักแว่น ใบแมงลัก ใบกะเพรา ผักเม็กหรือเสม็ด ยอดมะกอก กระถิน ชะพลู งา จี่เหล็กบ้าน และผักแขยง เป็นต้น

4. วิตามินเอ เป็นสารอาหารที่ร่างกายต้องการจำนวนน้อย แต่ขาดไม่ได้ ถ้าขาดจะทำให้มีภาวะต่างๆในร่างกายทำงานผิดปกติและเกิดโรคได้ หน้าที่ของวิตามินเอ ได้แก่ ช่วยรักษาสุขภาพของผิวหนังและเยื่อเมือกต่างๆ เช่น หูด กลาก หูดตา และเยื่อเมือกตา ช่วยในการมองเห็นและปรับสายตาเมื่อเปลี่ยนจากที่สว่างมาเป็นที่มืด หรือจากที่มีดมาเป็นในที่สว่าง ควบคุมการเจริญเติบโตของกระดูกและฟัน และส่งเสริมการเจริญเติบโตของร่างกาย อาหารประเภทพืชผักไม่มีวิตามินเอโดยตรง แต่มีสารแคโรทีนซึ่งจะเปลี่ยนรูปเป็นวิตามินเอได้ เมื่อมีการบริโภคและเกิดปฏิกิริยาภายในร่างกาย พืชอาหารที่มีแคโรทีนมากจะเป็นพืชผักสีเขียวย และสีเหลือง ได้แก่ ใบย่านาง ผักแพว ตำลึง ยอดแค ใบกะเพรา ผักแว่น ใบแมงลัก ชะอม และ ฟักทอง เป็นต้น

5. วิตามินซี มีมากในผักสด และผลไม้ทั่วไป ผักสดมีวิตามินซีมากโดยเฉพาะในใบต่อนส่วนยอดและเมล็ดที่กำลังจะงอก เช่น ถั่วงอก วิตามินซีละลายน้ำได้ง่าย และไม่ทนความร้อน การหุงต้มอาหารที่ไม่ถูกหลักโภชนาการอาจทำให้สูญเสียวิตามินซีได้ง่ายที่สุด หน้าที่ของวิตามินซี ได้แก่ ช่วยบำรุงเหงือก ช่วยทำให้ผนังของเส้นเลือดฝอยแข็งแรง ป้องกันมิให้เส้นโลหิตเปราะ และช่วยในการดูดซึมของสารอาหารอื่น เช่น เหล็ก และแคลเซียม พืชอาหารที่มีวิตามินซีสูง ได้แก่ ดอกจี่เหล็กบ้าน มะรุม พริก ยอดสะเดา มะระขี้นก ผักหวานป่า ผักกระโดน และผักแพว เป็นต้น

2.4 แนวคิดการจัดการลุ่มน้ำ

2.4.1 แนวคิดการจัดการลุ่มน้ำ : คน ชุมชน ลุ่มน้ำ

ในพื้นที่สูงของประเทศไทยโดยเฉพาะทางภาคเหนือ จะมีกลุ่มชาติพันธุ์ต่าง ๆ อาศัยอยู่และทำมาหากินมาหลายชั่วอายุคน สภาพภูมิประเทศและการตั้งถิ่นฐานของชุมชนเป็นปัจจัยสำคัญในการกำหนดแบบแผนการจัดการทรัพยากรธรรมชาติและระบบการผลิตของชุมชน การจัดการลุ่มน้ำโดยใช้หลักความรู้ทางนิเวศวิทยา และมาตรการทางกฎหมาย อาจช่วยแก้ปัญหาได้ในบางส่วน แต่เป็นการปิดกั้นสิทธิการใช้ทรัพยากรธรรมชาติของชุมชน ละเลยความเข้าใจ ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม ศักยภาพและองค์ความรู้ของชุมชนท้องถิ่น ดังนั้นจึงมีแนวคิดในการจัดการทรัพยากรโดยชุมชน ทั้งทางด้านดิน น้ำ ป่า และทรัพยากรอื่น ๆ ดังนี้

สำหรับแนวคิดในการจัดการทรัพยากรธรรมชาติในลุ่มน้ำ นั้น ในเบื้องต้นสามารถสรุปได้ดังนี้

1. การจัดการทรัพยากรธรรมชาติต้องคำนึงถึงภาพรวมไม่ควรแยกพิจารณาเฉพาะส่วน เนื่องจากทรัพยากรทุกชนิดมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด ทั้งคน ป่าไม้ ดิน และน้ำ เป็นต้น

2. ในการวางแผนการจัดการทรัพยากรธรรมชาติ จะต้องไม่แยกคนออกจากสภาพแวดล้อมทางสังคม วัฒนธรรม และทางกายภาพ เพราะวัฒนธรรมและสังคมมนุษย์ได้พัฒนาการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรธรรมชาติ

3. การจัดการทรัพยากรธรรมชาติที่ประสบผลสำเร็จ เกิดจากผู้ใช้ทรัพยากรได้ตระหนักถึงความสำคัญ และรู้จักการใช้อย่างชาญฉลาดรวมทั้งการก่อให้เกิดประโยชน์หลายด้านในเวลาเดียวกัน

ส่วนการจัดการทรัพยากรธรรมชาติตามนโยบายของรัฐ ที่ผ่านมามีทั้งประสบผลสำเร็จในบางกรณี เช่น การพัฒนาพื้นที่และการกำหนดเขตอุทยานแห่งชาติ แต่บางกรณีก็ก่อให้เกิดความขัดแย้งค่อนข้างมาก โดยปรากฏเป็นภาพของการแย่งชิงทรัพยากร ระหว่างนายทุน กับชาวบ้านที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ป่า หรือระหว่างรัฐกับชาวบ้านที่เกิดจากการประกาศพื้นที่ป่ามาทับซ้อนที่ของชาวบ้าน และการเกิดจากการพัฒนาโครงการและการก่อสร้างขนาดใหญ่ของภาครัฐที่เข้ามาดำเนินการในระดับชุมชนที่ดำรงอยู่ และดูแลรักษามายาวนาน ปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นการมองใน 2 ด้าน คือ

1. การมองว่าทรัพยากรธรรมชาติ เป็นเพียงปัจจัยการผลิตที่นำมาพัฒนาประเทศ โดยมิได้คำนึงถึงระบบนิเวศที่ทุกสิ่งทุกอย่างมีความสัมพันธ์กันตั้งแต่ ดิน ป่า ต้นไม้ อากาศ แมลง สัตว์ต่างๆ มนุษย์ และสิ่งที่เหนือธรรมชาติตามความเชื่อของชุมชน เช่น เทพารักษ์ ผีป่า ผีน้ำ ฯลฯ

2. การจัดการทรัพยากรธรรมชาติของรัฐเป็นไปลักษณะสั่งการจากบนลงล่าง (top down approach) ขาดการมีส่วนร่วมของประชาชนผู้ที่อาศัยอยู่ในท้องถิ่น และใช้ประโยชน์จากทรัพยากรธรรมชาติ พยายามใช้เครื่องมือ คือ นโยบายและกฎหมาย ดังนั้นยุทธศาสตร์สำคัญในการจัดการทรัพยากรธรรมชาติ ที่รัฐควรให้ความสำคัญอย่างมาก คือ การส่งเสริมให้ชุมชนท้องถิ่นได้เข้ามามีบทบาทในการจัดการทรัพยากรธรรมชาติ โดยมุ่งให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ การเปลี่ยนแปลงทัศนคติ ความเข้าใจที่สอดคล้องกับการจัดการทรัพยากรธรรมชาติแบบยั่งยืน ต่อจากฐานชีวิตและวัฒนธรรมของท้องถิ่น โดยมีหน่วยงานภายนอกทั้งภาครัฐและเอกชนเป็นฝ่ายกระตุ้น และสนับสนุนให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ สิ่งสำคัญคือต้องกระจายภาระหน้าที่การมีส่วนร่วม การตัดสินใจ การจัดการ การควบคุม การฟื้นฟู และแนวทางการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติไปสู่ชาวบ้าน และองค์กรชุมชนเป็นหลัก

2.4.2 การจัดการลุ่มน้ำโดยชุมชน

ในบรรดาการจัดการทรัพยากรนั้น การจัดการลุ่มน้ำ ก็เป็นอีกแนวทางหนึ่งที่จะให้ชุมชนท้องถิ่นเข้ามามีบทบาทในการจัดการเพราะมีความสำคัญต่อการดำรงอยู่ของสังคมมนุษย์ อย่างไรก็ตาม การจัดการลุ่มน้ำยังมีแนวคิดและหลักการที่สำคัญที่จะส่งเสริมให้การจัดการลุ่มน้ำมีความเหมาะสมและยั่งยืน เป็นการมองในมิติของการพึ่งพาอาศัยและการใช้ประโยชน์ โดยมีแนวคิดและองค์ประกอบ ดังนี้

1. ระบบความสัมพันธ์และการพึ่งพา

แนวคิดในการจัดการลุ่มน้ำ จะต้องคำนึงถึงความสัมพันธ์ของคนกับทรัพยากรธรรมชาติในลักษณะต่างๆ คือ

1. เป็นแนวทางการทำงานและการจัดการที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของวัฒนธรรมชุมชน
2. การจัดการในขอบเขตลุ่มน้ำจะต้องมีความครอบคลุมการมองปัญหา และการแก้ไขปัญหาอย่างเป็นองค์รวม
3. มีการผสมผสานทั้งองค์ความรู้ด้านวิทยาศาสตร์สมัยใหม่และภูมิปัญญาท้องถิ่น
4. การมองเห็นสถานการณ์ของคนและลุ่มน้ำ จะต้องทำให้มองเป็นปัญหาร่วมกันหรือการมีชะตากรรมร่วมกัน ซึ่งจะทำให้เกิดความร่วมมือโดยการสร้างเวทีการเรียนรู้ของคนในลุ่มน้ำเดียวกัน
5. มองการอยู่รอดของคนและระบบนิเวศลุ่มน้ำ โดยพิจารณาลุ่มน้ำในแง่ที่เป็นหน่วยทางนิเวศ และหน่วยงานทางสังคม ไม่แยกจากการบริหารจัดการของชุมชนท้องถิ่นที่มีพื้นฐานทางประวัติศาสตร์ และกระบวนการการพัฒนาร่วมกัน
6. มีการสร้างกระบวนการฟื้นฟูความอุดมสมบูรณ์ของทรัพยากรในลุ่มน้ำ พร้อมไปกับการสร้างความเข้มแข็งแก่ชุมชนในบริเวณลุ่มน้ำ เพื่อการดำรงชีพทั้งในปัจจุบันและอนาคต ท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงในด้านสังคม เศรษฐกิจ การเมืองและทรัพยากรธรรมชาติ
7. กำหนดแนวทางในการรับรองสิทธิของชุมชนในการจัดการทรัพยากรธรรมชาติในลุ่มน้ำ

แนวคิดการจัดการลุ่มน้ำโดยชุมชน ดังกล่าว เป็นแนวคิดที่มองความสัมพันธ์ระหว่างคนกับระบบนิเวศ ที่ผู้คนในชุมชนได้พึ่งอาศัยและใช้ประโยชน์ ชุมชนจะมีองค์ความรู้ในการจัดการและการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรธรรมชาติในมุมมองว่า ทุกสิ่งทุกอย่างมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันจนเกิดเป็นความหลากหลายของรูปแบบการจัดการและวัฒนธรรมในแต่ละท้องถิ่น โดยมิติการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรชุมชนนั้น เป็นปัจจัยหลักในการดำรงชีวิต

ทั้งทรัพยากรธรรมชาติมีความสัมพันธ์กับขนบธรรมเนียมประเพณี และภูมิปัญญาที่ให้ความเคารพต่อธรรมชาติ เพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างเหมาะสม ปัจจุบันมีชุมชนในลุ่มน้ำเป็นจำนวนมาก ได้รวมตัวกันเป็นองค์กร ชวบ้านเพื่อการจัดการทรัพยากรธรรมชาติและลุ่มน้ำ ตามสิทธิในการจัดการและการใช้ทรัพยากร บนพื้นฐานของชุมชนที่มีสิทธิตามธรรมชาติอีกทั้งยังเป็นการปรับตัว เพื่อจัดการกับความขัดแย้งในการแข่งขันการจัดการทรัพยากรธรรมชาติแบบรวมศูนย์ที่มีผลกระทบต่อวิถีชีวิตของชุมชน การรวมกลุ่มของชุมชนเกิดขึ้นตามเงื่อนไขของระบบการจัดการตามภูมิปัญญาท้องถิ่น เช่น ระบบเหมืองฝาย รวมทั้งมีการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ มีการพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และการเรียนรู้จากประสบการณ์กับกลุ่มต่าง ๆ รวมทั้งร่วมกันหาทางออกในการจัดการกับปัญหาด้วยความเข้าใจในระบบนิเวศ

2. ระบบการจัดการและการใช้ประโยชน์

การจัดการทรัพยากรธรรมชาติในลุ่มน้ำโดยชุมชนนั้น มีลักษณะที่สำคัญ 4 ประการ คือ

1. เป็นการจัดการทรัพยากรแบบองค์รวม คือ การจัดการทรัพยากรตามภูมิปัญญาท้องถิ่น ซึ่งมองทรัพยากรป่าไม้ น้ำ และที่ดินเป็นระบบที่มีความสัมพันธ์กัน และคำนึงถึงผลประโยชน์และหน้าที่ของทรัพยากรแต่ละชนิดเป็นไปตามธรรมชาติ นอกจากนี้ ยังต้องคำนึงถึงความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับทรัพยากรธรรมชาติแบบองค์รวมทั้งในความสัมพันธ์เชิงกายภาพและความสัมพันธ์เชิงจิตใจ เช่น ความเชื่อต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับสิ่งศักดิ์เหนือธรรมชาติ

2. เป็นการจัดการทรัพยากรโดยคำนึงถึงความหลากหลายทางชีวภาพของระบบนิเวศ ความหลากหลายทางวัฒนธรรม ที่มีเงื่อนไขความแตกต่างของแต่ละท้องถิ่นเป็นตัวกำหนด

3. เป็นการจัดการทรัพยากรที่มีลักษณะกระจายอำนาจสู่ชุมชนโดยประชาชาติมีส่วนร่วมโดยตรงเพื่อประโยชน์ของส่วนรวม เช่น การจัดการป่าชุมชน การจัดการน้ำในระบบเหมืองฝาย ลักษณะพิเศษของการจัดการทรัพยากรในท้องถิ่นเหล่านี้ คือ ชุมชนและสมาชิกในชุมชน ได้มีส่วนร่วมในการจัดการ มีการจัดการในรูปแบบต่าง ๆ เช่น กลุ่มประเพณี ผู้อาวุโส กลุ่มเหนือฝาย ฯลฯ มีการร่างกฎระเบียบในการจัดการของตนเอง มีการลงโทษ และปรับผู้กระทำผิด และมีการจัดสรรผลประโยชน์ร่วมกัน โดยเป็นกรรมสิทธิ์รวมของชุมชนเป็นหลัก

4. เป็นการจัดการทรัพยากรที่ยึดหลักคุณธรรม ศีลธรรม ในการควบคุมการอำนาจ การจัดการ และการแสวงหาผลประโยชน์จากทรัพยากรธรรมชาติ รวมทั้งการตรวจสอบและควบคุมซึ่งกันและกันของสมาชิกองค์กร

3. องค์ประกอบในการจัดการลุ่มน้ำโดยชุมชน

ผลจากการที่ชุมชนท้องถิ่น ได้เข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการทรัพยากรลุ่มน้ำในชุมชน ก่อให้เกิดการสังสมองค์ความรู้ และภูมิปัญญาในการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรธรรมชาติการจัดการและการใช้ประโยชน์ของชุมชน จะมีองค์ประกอบดังต่อไปนี้

1. ความเชื่อและพิธีกรรม

ในอดีตชาวบ้านมีการจัดการทรัพยากรธรรมชาติโดยใช้ระบบของความเชื่อและคำสั่งสอนที่สืบทอดส่งต่อกันมาจากบรรพบุรุษ ระบบความเชื่อเหล่านี้ เป็นกฎระเบียบที่ชุมชนรับรู้ร่วมกัน และปฏิบัติตามในรูปแบบของพิธีกรรมหรือประเพณี ซึ่งมีความสอดคล้องกับระบบนิเวศของทรัพยากรธรรมชาติในลุ่มน้ำ ความเชื่อและพิธีกรรมต่าง ๆ ได้ปฏิบัติสืบทอดกันมาจนถึงปัจจุบัน ควบคู่กันไปกับการจัดการแบบใหม่ของภาครัฐ และความรู้จากท้องถิ่นอื่น โดยใช้รูปแบบของคณะกรรมการและการมีกฎระเบียบในการควบคุมดูแลการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรธรรมชาติ

ความเชื่อของคนในแต่ละชุมชนอาจแตกต่างกันไปตามกลุ่มชาติพันธุ์ แต่มีเป้าหมายเดียวกัน คือ ให้เกิดการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรธรรมชาติที่เหมาะสม ระบบความเชื่อของคน จะมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันกับธรรมชาติและสิ่งเหนือธรรมชาติ (ผีสง เทวดา นางไม้) ผู้คนในอดีตจะให้คุณค่าแก่สิ่งเหนือธรรมชาติว่า สามารถดูแล ปกป้อง รักษาคนในชุมชนให้อยู่เย็นเป็นสุข ให้ผลผลิตเจริญงอกงามมีฝนตกต้องตามฤดูกาล

ดังนั้นจึงมีการแสดงความเคารพต่อความเชื่อดังกล่าว โดยการประกอบพิธีกรรมและประเพณีต่าง ๆ เช่น การเลี้ยงผีเจ้าป่า การเลี้ยงผีขุนน้ำ การขอฝน เป็นต้น นอกจากนี้ชุมชนจะกำหนดบริเวณหรือสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ที่เชื่อกันว่า มีสิ่งศักดิ์สิทธิ์เหล่านี้ดูแลอยู่ อันได้แก่ ป่าที่มีต้นไม้ใหญ่ บริเวณที่มีน้ำซึม จอมปลวก ป่าบริเวณต้นน้ำ บริเวณเหล่านี้เป็นสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ของชุมชน ซึ่งจะใช้ในการประกอบพิธีกรรมต่าง ๆ ยกตัวอย่างเช่น ความเชื่อของชาวบ้านตำใน จ.พะเยา เกี่ยวกับป่าพิธีกรรมโดยในชุมชนจะกำหนดให้มีป่าพิธีกรรม ซึ่งเป็นบริเวณที่มีน้ำซึม และชาวบ้านได้สร้างหอพิธีกรรมไว้ในบริเวณดังกล่าว เพื่อใช้ในการประกอบพิธีกรรมเลี้ยงผีขุนน้ำ และขอฝน

2. องค์ความรู้ในการจัดการทรัพยากรธรรมชาติ

องค์ความรู้ของชุมชนในการจัดการทรัพยากรธรรมชาติเกิดขึ้นมาจากความสัมพันธ์ของคนกับธรรมชาติที่ได้ฟังฟังและใช้ประโยชน์ ซึ่งการใช้ประโยชน์นั้นได้ให้ความสำคัญกับการใช้อย่างเหมาะสม ดังนั้น จึงมีการแสวงหาความรู้ในรูปแบบที่เป็นการเรียนรู้ด้วยตนเองจากประสบการณ์และได้รับการถ่ายทอดมาจากบรรพบุรุษ จนเกิดการสังสมเป็นภูมิ

ปัญหาและถ่ายทอดสู่คนรุ่นต่อไปองค์ความรู้ในการจัดการทรัพยากรธรรมชาติของชุมชนแบ่งออกได้เป็น 2 ลักษณะใหญ่ ๆ ได้แก่องค์ความรู้ในการจัดการ แบ่งออกเป็น 3 ประเภท ดังนี้

1. การจัดการตามระบบความเชื่อดั้งเดิม เกิดจากการที่ชุมชนให้คุณค่ากับทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม โดยชาวบ้านจะแสดงความเคารพต่อจิตวิญญาณหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ดังกล่าว โดยการประกอบพิธีกรรม เช่น การเลี้ยงผีขุนน้ำ การเลี้ยงผีเจ้าป่าเจ้าเขา เป็นต้น รวมทั้งการขนานานกล่าวต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ให้ช่วยดูแลผลผลิตให้ฝนตกตามฤดูกาลหรือผลผลิตมีความอุดมสมบูรณ์

2. การจัดการตามประเพณีท้องถิ่น ในบางชุมชนจะมีการนำประเพณีท้องถิ่น ซึ่งมักจะเป็นประเพณีในพุทธศาสนามาเชื่อมโยงกับการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ โดยให้ความสำคัญกับประเพณีท้องถิ่นที่จะเสริมสร้างจิตสำนึกการอนุรักษ์ให้กับคนที่เข้ามาร่วมงาน เช่น ประเพณีลอยกระทง ประเพณีไหว้พระธาตุคอกคำ ที่อำเภอเชียงดาว จังหวัดพะเยา

3. การจัดการโดยการประยุกต์ประเพณีทางพุทธศาสนา โดยการบวชต้นไม้ การสืบทอดแม่น้ำ ซึ่งชุมชนหลายแห่งที่ประสบปัญหาการลักลอบตัดไม้ทำลายป่าหรือชุมชนที่ต้องการสร้างจิตสำนึกให้คนมีส่วนร่วมในการอนุรักษ์ ได้นำวิธีการดังกล่าวมาใช้ การประยุกต์พิธีกรรมเหล่านี้แสดงให้เห็นถึงการนำคุณค่าของพุทธศาสนาใช้ในการอนุรักษ์ การยับยั้งทำลายทรัพยากรธรรมชาติ

องค์ความรู้ในการใช้ประโยชน์ แบ่งออกเป็น 2 ประเภท ดังนี้

1. การใช้ประโยชน์ในระบบผลิตชุมชน โดยชุมชนได้จำแนกพื้นที่การใช้ประโยชน์ในการผลิตของชุมชน 4 ประเภทหลัก ได้แก่พื้นที่ป่าชุมชน พื้นที่เกษตรกรรม พื้นที่ป่าใช้สอย และลำห้วย แต่ละพื้นที่จะมีการใช้ประโยชน์แตกต่างกัน ซึ่งเกิดมาจากเงื่อนไข 3 ประการ คือ

- เงื่อนไขทางวัฒนธรรมตามความเชื่อต่อสิ่งศักดิ์
- เงื่อนไขของระบบผลิตของชุมชนที่จะต้องรักษาพื้นที่ป่าต้นน้ำเพื่อเป็นแหล่งของปัจจัย 4 ในการดำรงชีพของชุมชน
- เงื่อนไขของคุณค่าการดำเนินชีวิตที่ไม่เอารัดเอาเปรียบต่อ

ทรัพยากรธรรมชาติ

2. การใช้ประโยชน์จากระบบนิเวศและความหลากหลายทางชีวภาพ ในลุ่มน้ำ โดยชุมชนมีความรู้ระหว่างการใช้ประโยชน์และการดูแลรักษา เพื่อให้พืชและสัตว์เกิดการขยายพันธุ์ต่อเนื่อง กันไป ดังนั้น ในการใช้ประโยชน์จะใช้เท่าที่จำเป็นต่อการดำรงชีพเท่านั้น เช่น ความรู้ในการใช้พืชสมุนไพรในการรักษาโรค การตัดไม้ใช้สอย การหาของป่าและการล่าสัตว์ป่าอย่างยั่งยืนเพื่อให้มีการขยายพันธุ์ในระบบนิเวศสมดุล

2.5 การพัฒนาเป็นองค์กรชุมชน

ในอดีตชุมชนมีการใช้ประโยชน์ และการบำรุงรักษาทรัพยากรธรรมชาติ ซึ่งทำการควบคุมโดยใช้ระบบความเชื่อ ระบบการผลิตและการใช้ประโยชน์อย่างยั่งยืน หลังจากนั้นได้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปสู่การแย่งชิงทรัพยากรจากกลุ่มบุคคลภายนอกชุมชน ไม่ว่าจะเป็นกลุ่มอิทธิพล ชุมชนใกล้เคียง หรืออำนาจรัฐ ทำให้ชาวบ้าน เกิดการปรับกระบวนการภายในชุมชน สร้างกลไกและพัฒนาเป็นองค์กร ชุมชนที่มีคณะกรรมการ มีกฎระเบียบที่อยู่บนพื้นฐานของระบบความเชื่อและสิทธิอันชอบธรรมของชุมชนในการดูแลรักษา ปัจจุบันเกิดกลุ่มองค์กรในการจัดการทรัพยากรธรรมชาติโดยชุมชนมากมายหลายกลุ่ม รวมทั้งการรวมกลุ่มกันเป็นเครือข่ายในแต่ละลุ่มน้ำ เพื่อสร้างความร่วมมือในการจัดการลุ่มน้ำในลักษณะของพหุภาคี และการจัดการอย่างเป็นองค์รวม เพราะทรัพยากรธรรมชาติ ในลุ่มน้ำล้วนมีความสัมพันธ์ในระบบนิเวศหนึ่ง ๆ การพัฒนาในลักษณะขององค์กรชุมชน นอกจากจะเป็นการพัฒนาคนให้มีความสามารถในการจัดการทรัพยากรธรรมชาติในชุมชนของตนเองแล้วยังนำไปสู่การสร้างพลังในการเรียกร้อง การต่อรองสิทธิชุมชนในระดับนโยบาย เช่น การออกพระราชบัญญัติป่าชุมชน ฉบับประชาชน การเรียกร้องให้ปรับเปลี่ยน หรือยกเลิกนโยบายที่มีผลกระทบต่อชุมชน เป็นต้น ดังนั้น อาจกล่าวได้ว่า การจัดการลุ่มน้ำ เป็นระบบความสัมพันธ์ระหว่างคนกับทรัพยากรธรรมชาติในลุ่มน้ำ เป็นลักษณะของการใช้ประโยชน์และการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน โดยใช้ระบบความเชื่อของชุมชนเป็นพื้นฐานในการจัดความสัมพันธ์ และผสมผสานกับการปรับตัวเป็นกลุ่ม องค์กรชุมชน เพื่อให้เกิดพลังและความชอบธรรม ในการจัดการทรัพยากรธรรมชาติในลุ่มน้ำ และสิ่งสำคัญ คือ จะต้องมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การวิเคราะห์สถานการณ์ การพัฒนาคนในชุมชนให้มีความรู้เท่าทันต่อสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป เพื่อเตรียมความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงของสังคมและการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรที่จะเกิดขึ้นในอนาคตอย่างเท่าทัน (<http://www.trf.mju.ac.th/lumnam2.asp>สำนักงานประสานงานวิจัยบูรณาการ. สกว.แม่โจ้)

บทที่ 3

ขั้นตอนและกระบวนการดำเนินงาน

การดำเนินโครงการวิจัยการศึกษาอาหารในภา(สำหรับข้าว) เพื่อฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นใน
ต้นน้ำคูทิมวิจัยมีขั้นตอนและกระบวนการดำเนินโครงการดังนี้

3.1 ขั้นตอนการดำเนินการ

1. ขั้นเตรียมการ

1.1 เตรียมทีมนักวิจัย โดยคัดเลือกจากผู้นำชุมชนในหมู่บ้าน และทำความเข้าใจ
ร่วมกันในกระบวนการดำเนินการ

1.2 ประชุมเชิงปฏิบัติการเพิ่มทักษะแนวคิดหลักการวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม
และร่วมกันกำหนดรูปแบบในการศึกษาวิจัย

2. ขั้นตอนการการวิจัย

2.1. ประชุมระดับหมู่บ้าน เพื่อชี้แจงและทำความเข้าใจกับชุมชนและหน่วยงานที่
เกี่ยวข้อง

2.2. ศึกษาความหลากหลายของอาหารในภา(สำหรับข้าว) แหล่งที่มาของอาหารและ
ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคน/ชุมชน คุณค่า และการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรต้นน้ำคู่ ทั้ง
ในอดีตและปัจจุบัน (ใช้แบบสำรวจ)

2.3. เวที/กระบวนการนำเสนอแลกเปลี่ยนข้อมูลและตรวจสอบข้อมูลในชุมชน
ร่วมกันเพื่อสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับสถานการณ์ความหลากหลายของอาหารที่ได้จากต้นน้ำ
วิเคราะห์สภาพปัญหาและความต้องการในการใช้ทรัพยากรและการทำเกษตรยั่งยืน และหา
ข้อสรุปเพื่อเป็นแนวทาง และข้อเสนอแนะในการจัดการเพื่อความยั่งยืน

2.4. กำหนดแนวทางการจัดการทรัพยากรต้นน้ำคู่ ที่นำไปสู่การสร้างความมั่นคง
ทางอาหาร

2.5. การพัฒนาศักยภาพนักวิจัย โดยการศึกษาดูงานกระบวนการสร้างความมั่นคง
ทางอาหาร และการจัดการทรัพยากร

2.6. นำเสนอแนวทางการดำเนินงานแผนต่อชุมชน อบต. หรือองค์กรหน่วยงานที่
มีส่วนเกี่ยวข้อง และกำหนดแนวทางในการปฏิบัติการร่วมกัน

3. สรุปบทเรียนและถอดองค์ความรู้การศึกษาวิจัย

3.1 เวทีสรุปบทเรียนและถอดองค์ความรู้

3.2 จัดทำรายงานฉบับสมบูรณ์ส่ง สกว. ฝ่ายวิจัยเพื่อท้องถิ่น

3.2 กระบวนการดำเนินการศึกษา

1. จัดเวทีเตรียมนักวิจัยและทีมปรึกษา

จัดเวทีเตรียมนักวิจัยและทีมที่ปรึกษามีวัตถุประสงค์เพื่อเตรียมความพร้อมนักวิจัยท้องถิ่นในการดำเนิน โครงการวิจัยศึกษาอาหารในภา(สำหรับข้าว)เพื่อการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในพื้นที่ต้นน้ำคู่กรณีศึกษา บ้านศรีเจริญ ตำบลเลยวังไสย์ อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย เพื่อทบทวนเป้าหมายการดำเนินโครงการและร่วมกันวางแผนการดำเนินโครงการวิจัยฯ สถานที่ประชุมจัดขึ้นที่ทำการกำนันตำบลเลยวังไสย์ วันที่ 10 มิถุนายน 2551 โดยมีนักวิจัยเข้าร่วมจำนวน 12 คน โดยมีรายชื่อดังนี้

1. นายแสวง คาปะ	หัวหน้าโครงการ/นักวิจัยท้องถิ่น
2. นายสมศักดิ์ พงพรม	นักวิจัยท้องถิ่น
3. นายเชียน วังศิริ	นักวิจัยท้องถิ่น
4. นายทะวี พรหมวัน	นักวิจัยท้องถิ่น
5. นายสุเทพ ขวัญแน่น	นักวิจัยท้องถิ่น
6. นางอุบล คาปะ	นักวิจัยท้องถิ่น
7. นางขันทอง สุกงเจริญ	นักวิจัยท้องถิ่น
8. นางสกุณา บาดาจันทร์	นักวิจัยท้องถิ่น
9. นางบัวไข สีหา	นักวิจัยท้องถิ่น
10. นายวิรัช ช้อยจอหอ	นักวิจัยท้องถิ่น
11. นางประพิศ ช้อยจอหอ	นักวิจัยท้องถิ่น
12. นายยุทธนา วงศ์โสภ	ทีมพี่เลี้ยง

ขั้นตอนวิธีการดำเนินการ

- นัดประชุมแกนนำชาวบ้านและนักวิจัยไทบ้าน ให้ผู้ใหญ่บ้านประกาศเสียงตามสายในหมู่บ้าน เพื่อให้ผู้นำชุมชนและนักวิจัยมาเข้าร่วมการประชุม
- ประชุมแกนนำชาวบ้านและนักวิจัยไทบ้าน โดยมีผู้เข้าร่วมจำนวน 12 คน

- ชี้แจงความเป็นมาของโครงการวิจัยศึกษาอาหารในภา(สำหรับข้าว)เพื่อการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในพื้นที่ต้นน้ำคู่กรณีศึกษา บ้านศรีเจริญ ตำบลเลขวังไสย อำเภอกุหลาบ จังหวัดเลย

- แลกเปลี่ยนความคิดร่วมกันระหว่างนักวิจัยหลัก และผู้ประสานงานศูนย์ประสานงานการวิจัยเพื่อท้องถิ่น เพื่อทำความเข้าใจร่วมกันในกระบวนการและวิธีการดำเนินการ

- วางแผนการจัดการประชุมระดับชุมชนเพื่อเตรียมชุมชนให้เกิดความเข้าใจในการดำเนินโครงการวิจัยและนัดวันเพื่ออบรมนักวิจัยเพื่อให้เข้าใจการวิจัยเพื่อท้องถิ่น และวิธีการดำเนินการที่ทำให้การวิจัยบรรลุเป้าหมายโครงการ

- ที่ประชุมมีมติร่วมกันให้มีการพัฒนาศักยภาพของทีมวิจัยในวันที่ 23 กรกฎาคม 2551 ณ ศูนย์การเรียนรู้ชุมชนบ้านศรีเจริญ

- สรุปผลการประชุมและปิดการประชุม

ผลการดำเนินงานกิจกรรม

ทำให้นักวิจัยท้องถิ่นสามารถอธิบายเป้าหมายของการวิจัยเพื่อท้องถิ่นและบอกกระบวนการและวัตถุประสงค์ของการวิจัยโครงการศึกษาอาหารในภาเพื่อการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำคู่ และได้มีการทบทวนเป้าหมายการดำเนินการร่วมกันของนักวิจัยเพื่อท้องถิ่น รวมทั้งได้มีการหนดแผนการดำเนินการร่วมกันของนักวิจัยเพื่อท้องถิ่นและทีมพี่เลี้ยง

2. อบรมนักวิจัยท้องถิ่นเพื่อกำหนดแนวทางการศึกษาวิจัยร่วมกันและแผนปฏิบัติการศึกษาวิจัย

อบรมนักวิจัยท้องถิ่นเพื่อกำหนดแนวทางการศึกษาวิจัยร่วมกันและแผนปฏิบัติการศึกษาวิจัย มีวัตถุประสงค์เพื่อให้นักวิจัยสามารถอธิบายกระบวนการวิจัยเพื่อท้องถิ่นได้และสามารถวางแผนการดำเนินงานโครงการวิจัยได้ เพื่อให้นักวิจัยท้องถิ่นได้เรียนรู้เทคนิควิธีการศึกษาข้อมูลชุมชน เช่น การทำแผนที่ทรัพยากร และการออกแบบสอบถามเพื่อสำรวจอาหารในภาได้ สถานที่ในการอบรม ศูนย์เรียนรู้ชุมชนบ้านศรีเจริญ วันที่ 23 กรกฎาคม 2551 มีนักวิจัยเข้าร่วมจำนวน 15 คน มีรายชื่อดังนี้

- | | |
|----------------------|---------------------------------|
| 1. นายแสวง ดาปะ | หัวหน้าโครงการ/นักวิจัยท้องถิ่น |
| 2. นายสมศักดิ์ พงพรม | นักวิจัยท้องถิ่น |
| 3. นายเขียน วังศิริ | นักวิจัยท้องถิ่น |
| 4. นายทะวี พรหมวัน | นักวิจัยท้องถิ่น |
| 5. นายสุเทพ ขวัญแน่น | นักวิจัยท้องถิ่น |

6. นางอุบล คาปะ	นักวิจัยท้องถิ่น
7. นางขันทอง สุขงเจริญ	นักวิจัยท้องถิ่น
8. นางสกุณา บาดจันทร	นักวิจัยท้องถิ่น
9. นางบัวไข สีหา	นักวิจัยท้องถิ่น
10. นางประพิศ ช้อยจอหอ	นักวิจัยท้องถิ่น
11. นายวิรัช ช้อยจอหอ	นักวิจัยท้องถิ่น
12. นางโสภี ศรีบุรินทร์	นักวิจัยท้องถิ่น
13. นางสุพัตรา ศรีบุรินทร์	นักวิจัยท้องถิ่น
14. นายยุทธนา วงศ์โสภ	ทีมพี่เลี้ยง/วิทยากร
15. นายสายันต์ อนันต์	วิทยากร

ขั้นตอนการดำเนินการ

- ประสานงานกับผู้ประสานงานการวิจัยเพื่อท้องถิ่น เพื่อประสานงานทีมวิทยากร
- ประสานงานนักวิจัยท้องถิ่นเพื่อนัดหมายวันอบรมและเตรียมสถานที่การอบรม
- ลงทะเบียนนักวิจัยที่เข้าร่วมการอบรม
- ทบทวนโครงการวิจัยศึกษาอาหารในภา(สำหรับข้าว)เพื่อการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในพื้นที่ต้นน้ำคู่อุคศึกษา บ้านศรีเจริญ ตำบลเลยวังไสย์ อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย โดยหัวหน้าโครงการวิจัย นายแสวง คาปะ
- จัดแจงกระบวนการวิจัยเพื่อท้องถิ่น เป้าหมายการดำเนินการวิจัยและผลประโยชน์ที่ชุมชนจะได้รับจากการวิจัย
- วิทยากรนายสายันต์ อนันต์และนายยุทธนา วงศ์โสภ ร่วมกันสร้างกระบวนการเรียนรู้เทคนิคในการเก็บข้อมูลชุมชน เช่น การศึกษาประวัติศาสตร์ชุมชน การทำแผนที่เดินดิน การทำแผนที่ทรัพยากร การทำปฏิทินฤดูกาล และออกแบบสอบถามและแบบสำรวจ โดยให้นักวิจัยได้เรียนรู้เทคนิคในการทำและวัตถุประสงค์ของแต่ละเครื่องมือที่จะนำมาใช้ในการศึกษาชุมชน
- ที่ประชุมร่วมกันกำหนดแนวคำถามและแบบสอบถามเพื่อศึกษาอาหารในภา
- สรุปการประชุมและปิดการประชุมโดยหัวหน้าโครงการ

ผลการดำเนินการ

จากการอบรมทำให้นักวิจัยสามารถอธิบายเป้าหมายของการวิจัยเพื่อท้องถิ่น และแนวทางการดำเนินการโครงการศึกษาอาหารในภาเพื่อการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำคู่อุคได้มีการกำหนดวันเวลา เพื่อศึกษาประวัติศาสตร์ชุมชน ในช่วงเดือน สิงหาคม 2551 และ

ศึกษาบริบทชุมชนและทำแผนที่ภายในภายนอกชุมชนในช่วงเดือนกันยายน 2551 และจัดทำแบบสำรวจอาหารในช่วงเดือน กันยายน 2551

บทเรียนที่ได้รับจากการดำเนินการ

- นักวิจัยเพื่อท้องถิ่นได้เรียนรู้กระบวนการตั้งคำถามเพื่อจัดทำแบบสอบถาม
- การศึกษาประวัติศาสตร์ของตนเองทำให้นักวิจัยรู้ศึกษาดั้งเดิมและอย่ารู้ประวัติของชุมชน ซึ่งไม่เคยมีมาก่อน
- เทคนิคการทำแผนที่ทำให้นักวิจัยได้มีส่วนร่วมในการดำเนินเก็บข้อมูลและให้ข้อมูล โดยใช้การวาดภาพ ซึ่งเหมาะกับคนในชุมชนที่ไม่สามารถเขียนหนังสือได้

3. ประชุมระดับหมู่บ้าน

กิจกรรมเวทีประชุมระดับหมู่บ้านเพื่อเป็นการชี้แจงและทำความเข้าใจกับชุมชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง มีวัตถุประสงค์เพื่อ เตรียมความพร้อม กับชุมชนให้เข้าใจถึงวัตถุประสงค์ เบื้องต้นของการวิจัย ขั้นตอนและกระบวนการในการศึกษา วิจัยและประโยชน์ที่ชาวบ้านจะได้รับจากการศึกษาวิจัย สถานที่ในการประชุม คือ ศูนย์สาธารณสุขมูลฐานประจำหมู่บ้าน บ้านศรีเจริญ ผู้เข้าร่วมเวทีประกอบด้วย นักวิจัย 13 คน ประชาชนในชุมชนจำนวน 68 คน

ขั้นตอนวิธีการดำเนินการ

- ประสานงานนักวิจัยท้องถิ่นให้ประกาศเสียงตามสายประชุมหมู่บ้าน ก่อนการประชุม 3 วัน และการประชุม
- นักวิจัยท้องถิ่นและชาวบ้านร่วมรับประทานอาหารเย็นร่วมกัน
- ชี้แจงวัตถุประสงค์ความเป็นมาของการประชุม
- นักวิจัยท้องถิ่น จำนวน 11 คน
- นักวิจัยท้องถิ่นชี้แจงวัตถุประสงค์ความเป็นมาของโครงการและแนวทางในการวิจัย
- นักวิจัยท้องถิ่นให้ข้อคิดเพิ่มเติมในการดำเนินการ และเป้าหมายในการดำเนินโครงการ
- แลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นและข้อเสนอร่วมกันระหว่าง นักวิจัยท้องถิ่นและชาวบ้านที่เข้าร่วมการประชุม
- สรุปผลการประชุมและปิดการประชุม

4. ศึกษาความหลากหลายของอาหาร แหล่งที่มาของอาหารและศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคน/ชุมชน คุณค่าและการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรต้นน้ำคู่ ทั้งในอดีตและปัจจุบัน

4.1 กิจกรรมศึกษาความหลากหลายของอาหารในภา โดยใช้แบบสอบถามเพื่อศึกษาแหล่งที่มาของอาหารและศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคน / ชุมชน คุณค่าและการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรต้นน้ำคู่

ขั้นตอนการดำเนินการ

- นักวิจัยท้องถิ่นออกแบบสอบถาม
- จัดทำแบบสอบถาม
- ให้นักวิจัยท้องถิ่นเก็บข้อมูลจำนวน 11 หลัง และนักเรียนเก็บข้อมูลจำนวน 40 ชุด
- ให้มีการบันทึกข้อมูลอาหารในภาทุกวัน โดยจะมีการสรุปข้อมูลทุก 2 สัปดาห์
- จัดเวทีสรุปข้อมูล 1 ครั้งต่อเดือน คือเดือน กันยายน, ตุลาคม, พฤศจิกายน 2551
- ในทุกเดือนจะนำเสนอข้อมูลต่อที่ประชุมหมู่บ้านทุกเดือน เพื่อให้ชุมชนได้รับรู้ข้อมูลจากการสำรวจ

ผลการดำเนินการ

จากการดำเนินการทำให้ชุมชนได้ทราบถึงความหลากหลายของอาหารในภาและแหล่งที่มาของอาหารและคำนวณมูลค่าที่ได้จากการแต่ละแหล่งเพื่อดูว่าชุมชนพึ่งพิงอาหารจากแหล่งใดมากที่สุด

บทเรียนที่ได้

1. ทำให้นักวิจัยท้องถิ่นได้เรียนรู้การสำรวจของมูลในแต่ละวันของการรับประทานในแต่ละวันเกิดการพูดคุยระหว่างคนในครอบครัว
2. นักวิจัยท้องถิ่นได้สรุปผลข้อมูลและนำไปเสนอการประชุมหมู่บ้าน
3. ทำให้นักวิจัยท้องถิ่นได้เห็นข้อมูลการบริโภคอาหารในละมือและหาแนวทางเพื่อลดการพึ่งพิงจากภายนอกชุมชน

4.2 กิจกรรมศึกษาประวัติศาสตร์ชุมชน และศึกษาบริบทชุมชน เพื่อการศึกษาประวัติศาสตร์ชุมชน เพื่อเชื่อมโยงความสัมพันธ์ของคนในอดีตกับลักษณะการดำรงชีวิตของคนในอดีต และอาหารในภา และเพื่อศึกษาบริบทของชุมชนที่มีความสัมพันธ์กับการดำรงชีวิตและการหาอยู่หากินของประชาชนในพื้นที่

ขั้นตอนการดำเนินการ

- นักวิจัยท้องถิ่นประสานงานกับกลุ่มเป้าหมายเพื่อเข้าร่วมเวที
- ประกาศเสียงตามสายเพื่อให้กลุ่มเป้าหมายมาให้ข้อมูลและเชิญผู้ที่สนใจเข้าร่วมการประชุม
- ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมเวทีศึกษาประวัติศาสตร์ชุมชน
- นักวิจัยท้องถิ่น และชี้แจงวัตถุประสงค์เวทีประชุม
- แบ่งกลุ่มผู้ให้ข้อมูลออกเป็น 2 กลุ่ม
- กลุ่มที่ 1 ให้ศึกษาประวัติศาสตร์ชุมชนบ้านศรีเจริญ เช่น กลุ่มผู้ก่อตั้งเริ่มแรกเป็นใคร มาจากที่ไหน ทำไมถึงมาตั้งที่ถิ่นฐานอยู่บริเวณนี้ การเพิ่มขึ้นของชุมชนเป็นอย่างไร การปกครองมีผู้ใหญ่บ้านเป็นใครบ้าง (การขยายตัวของชุมชน)
- ให้แต่ละกลุ่มนำเสนอผลการพูดคุย
- นักวิจัยหลักตั้งประเด็นเพิ่มเติมเหตุการณ์ที่สำคัญ ๆ ในชุมชนที่ ผ่านมา เช่น เริ่มมีคนมาในหมู่บ้านเมื่อไหร่ มีไฟฟ้าเข้ามาในหมู่บ้าน มีน้ำประปาเมื่อไหร่ สร้างวัดเมื่อไหร่ สร้างโรงเรียนเมื่อไหร่ เหตุการณ์น้ำท่วม ไฟไหม้ แห้งแล้ง แยกหมู่บ้านเมื่อไหร่
- กลุ่มที่ 2 ให้ศึกษาบริบทชุมชน นำเสนอข้อมูล
- ความสัมพันธ์ระหว่างคนในบ้านศรีเจริญในอดีตเป็นอย่างไร มีการเปลี่ยนแปลงเมื่อไร อย่างไร
- การใช้ทรัพยากรป่าไม้ แหล่งน้ำในอดีตเป็นอย่างไร มีการเปลี่ยนแปลงเมื่อไรอย่างไร แหล่งอาหารที่ชุมชนเข้าไปใช้ประโยชน์
- นำเสนอข้อมูลของแต่ละกลุ่ม
- ร่วมกันสรุปและเพิ่มเติมข้อมูลให้สมบูรณ์

ผลการดำเนินการ

จากการศึกษาประวัติศาสตร์ชุมชนทำให้ผู้เข้าได้รับทราบประวัติและเหตุการณ์สำคัญที่เกิดขึ้นของบ้านศรีเจริญตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันและได้ทราบบริบทของบ้านศรีเจริญผ่านการทำแผนที่ภายในและแผนที่ภายนอกและเชื่อมโยงกับการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรในชุมชน และความสัมพันธ์ระหว่างชุมชนกับห้วยน้ำคู่

บทเรียนที่ได้

ทำให้คนในชุมชนได้เรียนรู้เรื่องราวของชุมชนและการตั้งประเด็นคำถามกับในชุมชน และเป็นการเรียนรู้ของนักวิจัยในการเขียนรายงานจากคำพูดของคนในชุมชน ทำให้นักวิจัยต้องพยายามจับประเด็นให้ได้เป็นสร้างกระบวนการเรียนรู้ให้กับนักวิจัยท้องถิ่น

4.3 เวที/กระบวนการนำเสนอแลกเปลี่ยนข้อมูลและตรวจสอบข้อมูลในชุมชนร่วมกัน

ในกระบวนการนำเสนอข้อมูลที่ได้จากการสำรวจแบบสอบถามและเวทีการศึกษาประวัติศาสตร์และบริบทชุมชน นักวิจัยท้องถิ่นได้มีการนำเสนอข้อมูลผ่านเวทีประชุมระดับหมู่บ้านทุกเดือนที่ได้มีการสำรวจและเก็บข้อมูล และนำเสนอต่อที่ประชุมระดับอำเภอในการประชุมกำนันผู้ใหญ่ บ้านของอำเภอภูหลวง ในเดือน ตุลาคม และเดือน พฤศจิกายน 2551 เพื่อเป็นการนำเสนอแนวคิดการทำบัญชีอาหารท้องถิ่นที่สะท้อนการพึ่งพิงอาหารจากภายนอกชุมชน โดยมีกระบวนการดังนี้

- ทีมนักวิจัยร่วมกันสรุปข้อมูลจากการสำรวจ
- นัดประชุมหมู่บ้านในวันที่ 3 ตุลาคม 2551 และวันที่ 6 พฤศจิกายน 2551

ประกาศเสียงตามสายให้ประชาชนเข้าร่วมฟังการประชุม
ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมการประชุมหมู่บ้าน
กำนันแจ้งข้อมูลข่าวสารทางราชการ
นักวิจัยท้องถิ่นร่วมกันเสนอข้อมูลที่ได้จากการสำรวจ
ชาวบ้านร่วมกันสรุปผลและให้ข้อมูลเพิ่มเติม
ชาวบ้านร่วมกันวิเคราะห์แหล่งที่มาของอาหารและมูลค่าของอาหารที่ได้มาจากแต่ละแหล่ง และร่วมกันสะท้อนสู่สภาพชุมชนในปัจจุบันเรื่องการกินอยู่ของชุมชนในปัจจุบันว่าสามารถพึ่งตนเองได้หรือไม่อย่างไร และร่วมกันเสนอแนวทางเพื่อให้สามารถพึ่งตนเองได้

ผลการดำเนินการ

ชุมชนได้ทราบข้อมูลความหลากหลายของอาหารในภ ในแต่ละเดือนจากการเก็บข้อมูลจากนักวิจัยท้องถิ่น โคนผ่านกระบวนการจัดเวทีประชุมระดับหมู่บ้าน และได้มีการเติมเต็มข้อมูลของประชาชนในพื้นที่ว่ามีส่วนไหนบ้างที่จะต้องเพิ่มเติมข้อมูลให้ครบถ้วน

บทเรียนที่ได้

- การนำข้อมูลตัวเลขมานำเสนอให้ประชาชนเกิดความสนใจและเกิดการเปรียบเทียบข้อมูล
- นักวิจัยท้องถิ่นได้เรียนรู้การนำเสนอต่อที่ประชุมระดับอำเภอซึ่งเป็นการเผยแพร่การดำเนินการของนักวิจัยท้องถิ่น และได้อธิบายถึงเป้าหมายการทำวิจัยเพื่อเป็นต้นแบบในการพัฒนา

4.4 ฐานกระบวนการสร้างความมั่นคงทางอาหาร และการจัดการทรัพยากร

เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์และแนวความคิดดำเนินการสร้างความมั่นคงทางอาหาร และการจัดการทรัพยากรธรรมชาติ ทีมวิจัยได้มีการศึกษาฐาน ในวันที่ 16-18 พฤษภาคม 2552 ณ จังหวัดเชียงราย ณ ศูนย์ประสานกลุ่มฮักเชียงของ และบ้านม่วงชุม ตำบลศรี อำเภอเชียงของ จังหวัดเชียงราย

ผลการดำเนินการ

บ้านม่วงชุมชนเป็นชุมชนนุ้มน้ำอิงตอนปลาย ตั้งอยู่ในพื้นที่ตำบลศรี อำเภอเชียงของ จังหวัดเชียงราย เป็นชุมชนที่ได้ทำการวิจัยโดยชาวบ้าน ให้ชุมชนได้เรียนรู้ข้อมูลและประโยชน์ที่ได้จากพื้นที่ชุ่มน้ำในลุ่มน้ำอิงตอนปลาย บ้านม่วงชุมมีพื้นที่ชุ่มน้ำที่สำคัญได้แก่ป่าหนองขอนแก่น มีลักษณะเป็นป่าริมน้ำและมีหนองน้ำอยู่ภายใน ซึ่งชุมชนได้ใช้ประโยชน์มาตั้งแต่อดีต ซึ่งเป็นแหล่งอาหารที่สำคัญของชุมชน ลักษณะของป่าริมน้ำ ในฤดูฝนแม่น้ำอิงจะท่วมบริเวณป่าริมน้ำและจะมีปลาเข้ามาวางไข่เป็นจำนวน และเมื่อน้ำลดปลาจะแพร่พันธุ์ลงไปแม่น้ำอิง และมีพืชผักต่างในป่าริมน้ำ เช่น เห็ด ผัก หน่อไม้ สมุนไพร ไม้ใช้สอย ที่ชุมชนเข้าไปใช้ประโยชน์แสดงให้เป็นความสมดุลของระบบนิเวศที่สมบูรณ์ แต่มีการพัฒนาขึ้น คนมีจำนวนมากขึ้น ชุมชนได้เข้าไปใช้ประโยชน์ป่าริมน้ำ เช่น การตัดไม้เผ่าถ่าน การบุกรุกพื้นที่เพื่อทำการเกษตร ทำให้พื้นที่ป่าริมน้ำถูกทำลาย ความอุดมสมบูรณ์ที่เคยมีได้หายไป ปลาที่เคยหาได้กับมีจำนวนน้อยลง อาหารที่เคยมีอย่างอุดมสมบูรณ์ก็ลดน้อยลงไปด้วย

จากข้อมูลเบื้องต้นดังกล่าวทำให้ชุมชนได้ร่วมกันวิจัยชาวบ้าน เพื่อศึกษาการใช้ประโยชน์จากป่าริมน้ำและแม่น้ำอิง โดยมีกลุ่มฮักเชียงของเป็นพี่เลี้ยง การวิจัยเป็นการดำเนินการโดยชาวบ้านเพื่อสืบเสาะเรื่องราวของชุมชน เสาประสบการณ์การชีวิตที่ผ่านการปฏิบัติ ลองผิดลองถูกมาเป็นเวลายาวนาน เพื่อค้นหาความรู้ที่มีอยู่ในชุมชน และนำมาจัดการและแสวงหาทางเลือกในการพัฒนาชุมชน จนนำไปสู่การอนุรักษ์ป่าหนองขอนแก่น โดยมีการตั้งคณะกรรมการร่วมกันดูแล มีการกำหนดแนวเขตเพื่อการวังปลาในแม่น้ำอิง การจัดทำกิจกรรมการบวชป่าเพื่อเพิ่มความศักดิ์สิทธิ์ในการใช้ความเชื่อมาเป็นส่วนหนึ่งในการอนุรักษ์ป่าริมน้ำโดยในบางปีจะมีการอนุญาตให้มีการจับปลาในบริเวณหวงห้ามได้แต่จะต้องมีการจ่ายเงินโดยกำหนดจากเครื่องมือที่นำมาจับปลา ส่วนเงินที่ได้จะนำมาเป็นกองทุนการในการพัฒนาชุมชนและหมู่บ้านต่อไป

นอกจากนี้ชุมชนได้มีการสร้างอาชีพและพัฒนาด้านการเกษตรเพื่อลดการพึ่งพิงจากป่าริมน้ำ เช่น การตั้งกลุ่มปุ๋ยอินทรีย์ ตั้งกลุ่มเกษตรอินทรีย์ การพัฒนาอาชีพกลุ่มสตรี เป็นต้น เพื่อสร้างความมั่นคงในอาหารในชุมชน

บทเรียนที่ได้จากการศึกษาดูงาน

1. หลังจากที่ได้กลับจากดูงานที่เชียงรายแล้วนั้นวิจัยได้ประชุมการทำสูตรอาหารท้องถิ่น ร่วมกันทำความเข้าใจกับชาวบ้านในการกำหนดทำเขตอนุรักษ์วังปลา การทำเกษตรเรื่องอาหารลงในแปลงเกษตร การจัดการอยู่เวรยาม
2. นักวิจัยได้เรียนรู้การสร้างกติกากในการอนุรักษ์วังปลาบริเวณห้วยแสม
3. นักวิจัยขนาดผลผู้ครอบครัวอื่นในชุมชนจากข้อมูลที่ได้จากการดูงานที่เชียงราย
4. ให้นักวิจัยเตรียมเสนอแนวทางการจะขับเคลื่อนสู่การเสนอแนวทางการเพิ่มอาหารในแหล่งธรรมชาติทั้งเรื่องที่เราจะเคลื่อนต่อหลังจากได้รับรู้ข้อมูลที่เก็บ 3 เดือน
5. นักวิจัยได้เรียนรู้การบริหารจัดการกลุ่มต่างๆของชุมชนเช่น กลุ่มป่า กลุ่มปื๊ย กลุ่มน้ำ
6. นักวิจัยได้เรียนรู้การนำข้อมูลที่ได้จากงานวิจัยไปสู่การปฏิบัติเพื่อแก้ไขปัญหาในชุมชน

4.5 เวทีกำหนดกำหนดแนวทางการจัดการทรัพยากรต้นน้ำลำ ที่นำไปสู่การสร้างควมมั่นคงทางอาหาร

จากการนำเสนอข้อมูลแหล่งอาหารและปริมาณการพึ่งพาอาหารที่ได้จากแหล่งต่างๆ ในพื้นที่ ทีมวิจัยได้จัดเวทีเพื่อหาแนวทางในการจัดการทรัพยากรในต้นน้ำลำเพื่อฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำลำ เพื่อลดการพึ่งพิงจากนอกชุมชนเพื่อสร้างความมั่นคงทางอาหารให้กับชุมชน โดยมีการดำเนินการเมื่อวันที่ 26 กรกฎาคม 2552 ณ ศูนย์เรียนชุมชนบ้านศรีเจริญ มีผู้เข้าร่วมการประชุมจำนวน 25 คน มีกระบวนการดำเนินการดังนี้

- ทีมนักวิจัยร่วมกันสรุปข้อมูลจากการสำรวจ
- ประกาศเสียงตามสายให้ประชาชนเข้าร่วมฟังการประชุม
- ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมการประชุมหมู่บ้าน
- หัวหน้าทีมวิจัยเพื่อท้องถิ่นนำเสนอข้อมูลจากการสำรวจการพึ่งพิงหาอาหารจากแหล่งต่าง ได้แก่ ตลาด แหล่งธรรมชาติ แปลงเกษตร และจากการแบ่งปันของคนในชุมชน
- ชาวบ้านให้ข้อมูลเพื่อเติมและแสดงความคิดเห็นให้และเพิ่มเติมข้อมูลในการดำเนินการ
- ผู้เข้าร่วมการประชุมและทีมวิจัยนำเสนอแนวทางการชาวบ้านร่วมกันสรุปผลและให้ข้อมูลเพิ่มเติม

- ทีมวิจัยและผู้เข้าร่วมการประชุมหาแนวทางในการจัดการทรัพยากรในต้นน้ำลำธารเพื่อฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำลำธาร เพื่อลดการพึ่งพิงจากนอกชุมชนเพื่อสร้างความมั่นคงทางอาหารให้กับชุมชน

- สรุปแนวทางการดำเนินการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำลำธาร

ผลการดำเนินการ

ทีมวิจัยท้องถิ่นด้านการนำเสนอข้อมูล ในการศึกษาแหล่งที่มาของอาหารในชุมชนในระยะเวลา 3 เดือนสามารถสรุปได้ดังนี้ แหล่งอาหารที่ชุมชนพึ่งพิงมากที่สุดคือ ตลาด โดยจะมีรถขายกับข้าวเข้ามาขายในหมู่บ้านจำนวน 2 คัน โดยจะมาขายในช่วงเช้าเวลาประมาณ 10.00 - 12.00 น. และช่วงเย็น เวลาประมาณ 16.00 - 18.30 น. ส่วนร้านขายกับข้าวในชุมชนมีทั้งหมด 3 ร้าน ซึ่งจะวางขายตลอดทั้งวัน โดยอาหารที่พึ่งพิงจากตลาดคิดเป็นร้อยละ 42 ของอาหารในภาพทั้งหมด คิดเป็นมูลค่า 50,613 บาท แหล่งที่มาของอาหารในภาพอีกแหล่งหนึ่งคือแปลงเกษตรยั่งยืน โดยอาศัยแนวคิดปลูกทุกอย่างที่กิน กินทุกอย่างที่ปลูก โดยยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียง จากการเก็บข้อมูลพบว่าอาหารในภาพที่ได้จากแปลงเกษตรคิดเป็นร้อยละ 29 ของอาหารในภาพทั้งหมด คิดเป็นมูลค่า 33,776 บาท ส่วนการพึ่งพิงด้านอาหารที่ชุมชนพึ่งพิงเป็นอันดับ 3 คือ ธรรมชาติและลำน้ำลำธาร อาหารได้จากลำน้ำลำธารมีประมาณร้อยละ 15 คิดเป็นมูลค่า 17,300 บาท และการแบ่งปันกันในชุมชนพบว่ามีส่วนที่น้อยที่สุดคิดเป็นร้อยละ 14 คิดเป็นมูลค่า 16,812 บาท เมื่อรวมมูลค่าอาหารในภาพ (สำหรับข้าว) ทั้ง 3 เดือนพบว่ามีมูลค่ารวมกันทั้งหมด 118,501 บาท

ชุมชนได้พึ่งพิงอาหารจากห้วยน้ำลำธารครั้งนี้ การนำผักมาประกอบอาหารและรับประทานแบบสด ๆ จำนวน 39 ชนิด ส่วนการนำสัตว์น้ำและสัตว์ครึ่งบกครึ่งน้ำมีทั้งหมด 18 ชนิด ซึ่งลักษณะในการนำไปประกอบอาหารมีทั้งหมด 11 รูปแบบ ได้แก่ การต้ม การแกง การดัน การเอาะ การหลาม การลาบ การทำแจ่ว การนึ่ง การปิ้ง การซั่ว และการกินสด โดยชุมชนจะมีช่วงเวลาในการพึ่งพิงอาหารจากลำน้ำลำธารและลำน้ำสาขาลดลงทั้งปี

ลักษณะการพึ่งพิงอาหารในอดีตชุมชนจะพึ่งพิงอาหารจากชุมชนเป็นส่วนใหญ่ อาหารที่ได้จะเป็นอาหารที่ได้จากธรรมชาติ เช่น ลำน้ำลำธาร ห้วยแอ่ม ป่าภูหลวง ในการพึ่งพิงด้านอาหารในชุมชนจะมีการแบ่งปันกันในชุมชน ได้อาหารมาก็จะแบ่งปันกันในเครือญาติและบ้านใกล้เคียง ทำให้ชุมชนมีความผูกพันกันและช่วยเหลือกัน ทำให้ชุมชนอยู่อย่างมีความสุข

ลักษณะการพึ่งพิงอาหารในปัจจุบันชุมชนพึ่งพิงอาหารจากตลาดมากที่สุด ซึ่งจะต้องอาศัยเงินซื้อทำให้คนในชุมชนจะต้องหาแหล่งรายได้มาจุนเจือครอบครัวต้องออกไปหาอาชีพเสริม เช่น ขายล็อตเตอรี่ ทำให้ครอบครัวไม่อยู่ด้วยกันขาดการดูแลกันและกันทำให้

ชุมชนเกิดความห่างเหินกัน การช่วยกันที่มีแต่เดิมก็ลดน้อยลง การพึ่งพิงอาหารตามธรรมชาติก็ลดน้อยลงเนื่องจากไม่มีเวลาไปหาอาหารจากแหล่งธรรมชาติ และอีกส่วนหนึ่งแหล่งอาหารตามธรรมชาติได้ถูกทำลาย เนื่องจากการทำเกษตรแบบเชิงเดี่ยวที่ใช้สารเคมีทำให้พืชผักและสัตว์ต่างๆ มีจำนวนลดน้อยลง ซึ่งมีผลกระทบต่อความหลากหลายและปริมาณของอาหารในของชุมชน

นักวิจัยท้องถิ่นและผู้เข้าร่วมการประชุมได้มีการเสนอแนวทางในการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำลำ

แนวทางการฟื้นฟูระบบนิเวศ และความหลากหลายต้นน้ำลำ

1. การกำหนดแนวเขตพื้นที่อนุรักษ์วังปลา ในห้วยน้ำลำ
2. การกำหนดแนวเขตระหว่างพื้นที่แปลงเกษตรให้มีระยะห่างจากห้วยน้ำลำ 10 เมตร เพื่อให้เป็นแนวกันชนระหว่างพื้นที่เกษตรกับแหล่งน้ำ
3. การส่งเสริมการปลูกพืชท้องถิ่นที่เป็นอาหารในพื้นที่ริมน้ำลำ
4. การจัดทำป่าชุมชนในพื้นที่ต้นน้ำลำ
5. การส่งเสริมการจัดทำกิจกรรมธนาคารต้นไม้ในพื้นที่ต้นน้ำลำ

แนวทางการส่งเสริมเกษตรยั่งยืน

1. การส่งเสริมการทำเกษตรอินทรีย์ เกษตรยั่งยืน และการทำ 1 ไร่ 1 คอก
2. การส่งเสริมการทำวนเกษตรในพื้นที่ต้นน้ำลำ
3. การส่งเสริมการเลี้ยงสัตว์ เช่น ปลา กบ ไก่ เป็ด หมู ฯลฯ ทั้งในระบบครัวเรือนและระบบกลุ่ม
4. การส่งเสริมการทำฟาร์มรีว สวนหลังบ้าน

แนวทางการสร้างกระบวนการเรียนรู้ให้เด็ก เยาวชน

1. ส่งเสริมให้เด็กเยาวชนในชุมชนได้เรียนกระบวนการเก็บข้อมูลอาหารในภาพเพิ่มเติม และมีการนำเสนอข้อมูลให้ผู้ปกครองและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องได้รับทราบ
2. การจัดทำ “สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น” เกี่ยวกับอาหารท้องถิ่น
3. สร้างกระบวนการเรียนรู้ให้กับเด็กเกี่ยวกับ “วัฒนธรรมอาหารในท้องถิ่น และประเพณีที่เกี่ยวกับอาหาร” ให้เด็กได้เรียนรู้

แนวทางการเพิ่มมูลค่า และคุณค่าของอาหารท้องถิ่น

1. การส่งเสริมการแลกเปลี่ยนอาหารในชุมชน “กิจกรรมอาหารข้ามรั้ว”

2. การจัดทำ “เมนูอาหารท้องถิ่น” และประโยชน์ที่ได้รับจากอาหารท้องถิ่น
3. การจัดหลักสูตรอบรมการพัฒนาอาหารท้องถิ่น
4. การส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพกลุ่มสตรีในการถนอมอาหารท้องถิ่น
5. การพัฒนาศักยภาพกลุ่มร้านค้าชุมชนในหมู่บ้าน

4.6 เวทีนำเสนอแนวทางการดำเนินงานแผนต่อชุมชน อบต. หรือองค์กรหน่วยงานที่มีส่วนเกี่ยวข้อง และกำหนดแนวทางในการปฏิบัติการร่วมกัน

จากการดำเนินการโครงการวิจัยการศึกษาอาหารในภา(สำหรับข้าว) เพื่อฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำคู่ โดยมีเพื่อศึกษาความหลากหลายอาหารในภา(สำหรับข้าว) ปริมาณอาหารคุณค่าทางโภชนาการและแหล่งที่มาของอาหารในภา เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคน/ชุมชน คุณค่า และการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรต้นน้ำคู่ ทั้งในอดีตและปัจจุบัน และเพื่อศึกษารูปแบบและแนวทางส่งเสริมการจัดการทรัพยากรธรรมชาติในพื้นที่ต้นน้ำคู่ เพื่อฟื้นฟูอาหารท้องถิ่น จากการศึกษาได้แนวทางในการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำคู่ 4 ด้าน ได้แก่

1. แนวทางการฟื้นฟูระบบนิเวศ และความหลากหลาย
2. แนวทางการส่งเสริมเกษตรยั่งยืน
3. แนวทางการสร้างกระบวนการเรียนรู้ให้เด็ก เยาวชน
4. แนวทางการเพิ่มมูลค่า และคุณค่าของอาหารท้องถิ่น

ดังนั้นเพื่อเป็นการเสนอแนวทางในการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำคู่ จึงได้มีการจัดเวทีเพื่อนำเสนอข้อมูลให้กับประชาชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้รับทราบ ในวันที่ 13 สิงหาคม 2552 โดยมีผู้เข้าร่วมจำนวน 45 คน โดยชุมชนมีการกำหนดกิจกรรมร่วมกันคือ กิจกรรมกำหนดเขตอนุรักษ์วังปลาในลำห้วยแสม ระยะทาง 800 เมตร และมีกิจกรรมในการบวชวังปลา ในพื้นที่ดังกล่าวเพื่อเป็นการอนุรักษ์และฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำคู่ ในวันที่ 18 สิงหาคม 2552 โดยได้รับการสนับสนุนจากนายอำเภอภูหลวง สำนักงานประมงอำเภอภูหลวง องค์การบริหารส่วนตำบลเลยวังไสย์ และมูลนิธิเพื่อการอนุรักษ์และพัฒนาอย่างยั่งยืนงบประมาณในการดำเนินการทั้งสิ้น 8,000 บาท

5. เวทีสรุปบทเรียนและถอดองค์ความรู้

จากการดำเนินโครงการวิจัยการศึกษาอาหารในภา(สำหรับข้าว) เพื่อฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำคู่ ที่วิจัยได้มีการดำเนินการอย่างต่อเนื่อง เป็นระยะเวลา 1 ปี 6 เดือน ทีมวิจัยได้มีการสรุปบทเรียนและถอดองค์ความรู้จากการดำเนินการวิจัยเพื่อท้องถิ่น ในวันที่ 9 กันยายน 2552 ณ ศูนย์การเรียนรู้บ้านศรีเจริญ บ้านศรีเจริญ ตำบลเลหวังไสย์ จังหวัดเลย มีผู้เข้าร่วมจำนวน 15 คน

ขั้นตอนการดำเนินงาน

- นักวิจัยท้องถิ่นประสานงานเพื่อกำหนดวันสรุปเรียนการดำเนินการงาน
- กำหนดให้นักวิจัยท้องถิ่นทำอาหารท้องถิ่นคน 2 อย่างไม่ซ้ำกันเพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนอาหารระหว่างนักวิจัย และให้นำเสนอคุณค่าของอาหารที่ตนเองนำมา
- ดำเนินการสรุปบทเรียนโดยมีพี่เลี้ยงช่วยในการตั้งคำถาม เริ่มตั้งแต่การดำเนินพัฒนาโครงการ การพัฒนานักวิจัย การดำเนินการเก็บข้อมูล การสรุปและวิเคราะห์ข้อมูล การนำเสนอข้อมูลและการค้นหาแนวทางการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำคู่
- สรุปผลการประชุมร่วมกันระหว่างนักวิจัยและทีมพี่เลี้ยง

ผลการดำเนินการ

กระบวนการพัฒนานักวิจัยท้องถิ่น

1. พัฒนาโครงการเพื่อเตรียมความพร้อมนักวิจัย

เวทีพัฒนาโครงการเป็นการสร้างความพร้อมให้กับนักวิจัยท้องถิ่นและชุมชน เพื่อหาประเด็นที่ส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตของประชาชนในพื้นที่บ้านศรีเจริญและบ้านโคกหนองเหี้ยว ในการพัฒนาโจทย์จะต้องตั้งคำถามกับผู้เข้าร่วมให้มากที่สุด และค้นประเด็นที่ตรงกับใจของชุมชนที่จะดำเนินการแล้วพัฒนาเป็นโครงการวิจัย และให้นักวิจัยท้องถิ่นเรียนรู้การทำงานวิจัยด้วยตัวชุมชนเอง ในการพัฒนาโครงการ นายแสวง ดาปะ ได้สะท้อนความคิดว่า “ควรจะมีการดำเนินการก่อนพัฒนาโครงการวิจัยประมาณ 2 เดือนเพื่อเตรียมความพร้อมและสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับกระบวนการวิจัยเพื่อท้องถิ่น และความจำเป็นที่จะต้องมีการวิจัยเพื่อแก้ไขปัญหาของท้องถิ่น”

2. สร้างความเข้าใจกระบวนการวิจัยเพื่อท้องถิ่น

เวทีสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับกระบวนการวิจัยเพื่อท้องถิ่นหลังได้รับอนุมัติโครงการที่เป็นกระบวนการเสริมหนุนจากทีมพี่เลี้ยงเพื่อสร้างความเข้าใจกระบวนการทำวิจัยเพื่อท้องถิ่น ซึ่งการดำเนินของทีมงานพี่เลี้ยงจะเป็นการจัดเวทีโดยการให้แต่ละโครงการได้รับการสนับสนุนมาเรียนรู้ร่วมกัน ผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการ ซึ่งเป็นผลดีต่อการดำเนินการ แต่การดำเนินการจะต้องมีการสร้างความเข้าใจในระดับหมู่บ้าน โดยเฉพาะจะต้องมีการให้ความรู้กับชุมชนอย่างต่อเนื่อง และให้ทีมวิจัยในโครงการอื่นได้เข้ามาเรียนรู้กระบวนการวิจัยในชุมชน

3. เรียนรู้เครื่องมือและการสร้างเครื่องมือเพื่อหาคำตอบ

กระบวนการเรียนรู้เครื่องมือและการสร้างเครื่องมือเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูลเพื่อนำไปสู่การค้นหาคำตอบนั้น แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 เป็นการสนับสนุนให้ทีมวิจัยท้องถิ่นได้เรียนรู้ร่วมกัน โดยผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการของทีมงานพี่เลี้ยง ซึ่งทีมวิจัยได้เรียนรู้สร้างแบบสอบถาม การตั้งคำถามในการสัมภาษณ์ และการเรียนรู้วิธีการดำเนินการเก็บข้อมูล โดยการกระบวนการพัฒนาศักยภาพที่จัดขึ้นเป็นการอบรมแบบฝึกปฏิบัติ ซึ่งทำให้นักวิจัยได้เรียนรู้การตั้งคำถามเพื่อให้คำตอบให้ได้ รวมทั้งการสร้างแบบสอบถามที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การวิจัย ส่วนที่ 2 เป็นการสร้างเครื่องมือในการเก็บของแต่ละโครงการที่ทีมงานพี่เลี้ยงลงพื้นที่สนับสนุนการดำเนินเพื่อสร้างแบบสอบถามที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การวิจัยของโครงการ โดยการสร้างแบบสอบถามจะมีการทดลองใช้และมีการปรับแก้เพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการข้อมูลที่จะเป็นส่วนหนึ่งของการตัดสินใจการวางแผนการดำเนินโครงการที่จะแก้ไขปัญหาให้กับชุมชน และเป็นข้อมูลที่เชื่อถือได้

4. เรียนรู้เทคนิคการศึกษาชุมชน

กระบวนการเรียนรู้เครื่องมือในการศึกษาชุมชน แบ่งกระบวนการเรียนรู้ออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ 1. การเรียนรู้ผ่านการอบรม ซึ่งเป็นกระบวนการเรียนที่ทีมงานพี่เลี้ยงได้จัดให้มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการดำเนินการและสอดแทรกเครื่องมือในการศึกษาชุมชนให้ได้เรียนรู้ในการศึกษาชุมชนผ่านเครื่องมือต่าง ๆ เช่น การศึกษาประวัติศาสตร์ชุมชน การทำแผนที่ชุมชน การศึกษาบริบทชุมชน การศึกษาปฏิทินฤดูกาล และการเรียนรู้กระบวนการประชุมอย่างสร้างสรรค์ 2. การเรียนรู้จากการปฏิบัติ เป็นกระบวนการที่ทีมวิจัยได้นำเครื่องมือที่ได้จากเรียนมาทดลองปฏิบัติในชุมชน ผ่านการลองผิดลองถูกเพื่อให้ได้ข้อมูลตามที่ทีมวิจัยต้องการ แต่ในการดำเนินก็ประสบกับปัญหาเนื่องการอบรมเป็นการอบรมเพียงครั้งเดียว ควรจะมีการอบรมซ้ำ และมีการนำเสนอบทเรียนจากการใช้เครื่องมือต่าง ๆ ของแต่ละโครงการว่าประสบปัญหาอย่างไร มีข้อดีของเครื่องมือแต่ละอย่างเป็นอย่างไรบ้าง

กระบวนการเก็บข้อมูลชุมชน

1. การศึกษาประวัติศาสตร์ชุมชน

การศึกษาประวัติศาสตร์เป็นเครื่องมือในการศึกษาชุมชนที่สร้างพลังให้คนในชุมชนได้มาเรียนการความเป็นมาของชุมชน เป็นเครื่องมือที่สามารถสร้างการมีส่วนร่วมของชุมชนได้ ผ่านเวทีการบอกเล่าของผู้เฒ่าในชุมชน และมีการสอดแทรกเรื่องราวที่สำคัญ ๆ ของชุมชนที่เกิดขึ้นทำให้เกิดความอยากรู้และเรียนรู้ผ่านประสบการณ์จริงของคนในชุมชน ในการศึกษาประวัติศาสตร์ทำให้เห็นแนวคิดการตั้งบ้านโคกหนองเหี้ยวและบ้านศรีเจริญว่ายึดถือภูมิศาสตร์ของหมู่บ้านสิ่งสำคัญในการตั้งบ้าน นอกจากนี้ยังได้เรียนรู้อาหารท้องถิ่นในอดีตว่ามาจากแหล่งไหนบ้าง

2. แผนที่ชุมชน และแผนที่ทรัพยากร

การทำแผนที่ชุมชนและแผนที่ทรัพยากรชุมชนทำให้นักวิจัยและผู้เข้าร่วมการประชุมได้เรียนรู้ภูมิศาสตร์ของหมู่บ้าน และแหล่งทรัพยากรต่าง ๆ ของชุมชน เช่น แหล่งน้ำ ภูเขา ห้วย หนอง พื้นที่การเกษตร พื้นที่ป่า ฯลฯ ซึ่งจะทำให้สามารถเชื่อมโยงกับการพึ่งพิงอาหารของประชาชนของบ้านศรีเจริญและบ้านโคกหนองเหี้ยวได้ นอกจากนี้ยังได้เรียนรู้ระบบนิเวศลุ่มน้ำคู่ว่าเป็นอย่างไร ความมีการจัดการอย่างไร เช่น ควรมีการจัดทำแนวกันชนระหว่างแปลงเกษตรกับพื้นที่ห้วยน้ำคู่เพื่อกรองตะกอนดินที่ไหลลงมาจากแปลงเกษตรเป็นต้น

3. เรียนรู้กระบวนการเก็บข้อมูล

การเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามในภาพเป็นรายวัน ได้จากการเรียนรู้เรื่องความรับผิดชอบของผู้ให้ข้อมูลที่จะต้องบันทึกอาหารในแต่ละมื้อที่ตนเองรับประทาน และได้เห็นข้อมูลจริงที่ครอบครัวตนเองรับประทานในแต่ละวัน นอกจากนี้การเก็บข้อมูลยังสร้างกระบวนการมีส่วนร่วมให้เด็กเยาวชนในโรงเรียนได้เรียนรู้กระบวนการบันทึกข้อมูลและได้เป็นตัวเลขที่ทำให้เด็กเยาวชนเข้าใจเรื่องการพึ่งพิงอาหารจากภายนอกชุมชน นอกจากนี้ในการศึกษาข้อมูลยังได้เรียนคุณค่า ความหมาย ความเชื่อที่เกี่ยวกับอาหารผ่านเวทีการประชุมนักวิจัยอย่างต่อเนื่อง ผลที่ได้คือ การจัดทำเมนูอาหารท้องถิ่น การจัดทำเอกสารคุณค่าของอาหารท้องถิ่นเพื่อให้เด็ก เยาวชน และคนในชุมชนได้เรียนรู้คุณค่าของอาหารท้องถิ่น

4. เรียนรู้เพื่อวิเคราะห์ผ่านข้อมูล

กระบวนการสรุปข้อมูลจะสรุปข้อมูลทุก 1 เดือน โดยให้นักวิจัยได้มาสรุปข้อมูลร่วมกัน มีการบวกลบตัวเลขด้วยมือและให้นักวิจัยและผู้บันทึกข้อมูลเป็นผู้สรุปข้อมูลเอง หลังจากนั้นก็นำตัวเลขที่ได้มาสรุปรวมกัน ซึ่งกระบวนการนี้จะทำให้นักวิจัยและ

ผู้ให้ข้อมูลได้เห็นสถานการณ์การพึ่งพาอาหารจากแหล่งต่าง ๆ ว่าเป็นอย่างไร และสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับแหล่งอาหารนั้นเพื่อลดการพึ่งพิงจากภายนอกชุมชน

5. การนำเสนอข้อมูล

การนำเสนอข้อมูลต่อชุมชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเป็นเวทีที่สำคัญในการทำวิจัยเพื่อท้องถิ่น ซึ่งเป็นช่องทางทำให้งานวิจัยได้นำไปสู่การปฏิบัติ ทำให้ชุมชนได้เห็นข้อมูลจากการเก็บข้อมูลและได้เพิ่มเติมข้อมูลในส่วนที่ทีมวิจัยยังเก็บข้อมูลไม่สมบูรณ์ และร่วมกันหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นกับสถานการณ์อาหาร นอกจากนี้ยังทำให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้นำข้อมูลที่ได้อาจจากการวิจัยนำไปพัฒนากิจกรรมโครงการในสร้างความมั่นคงทางอาหารให้กับชุมชน เช่น การจัดทำแนวเขตอนุรักษ์พันธุ์สัตว์น้ำในห้วยแ่อม ที่ได้รับการสนับสนุนจากชุมชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เป็นต้น

บทที่ 4

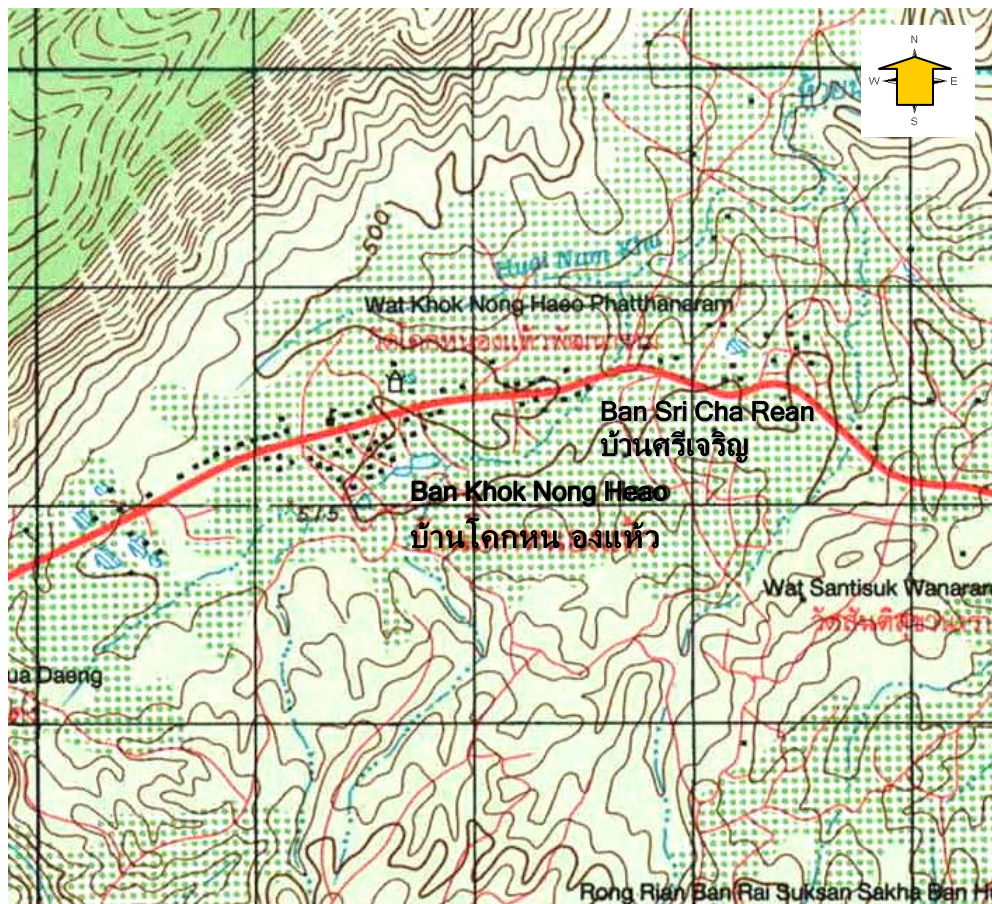
ผลการดำเนินงาน

4.1 บริบทชุมชน

4.1.1 ข้อมูลทั่วไป

บ้านศรีเจริญ อยู่ในพื้นที่ลุ่มน้ำคู่ ตั้งอยู่ในท้องที่ตำบลเลยวังไสย์ อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย จังหวัดเลย โดยห่างจากตัวเมืองเลยไปตามถนนสาย วังสะพุง - หล่มเก่าและห่างจาก อำเภอภูหลวง เป็นระยะทางประมาณ 18 กิโลเมตร มีอาณาเขตติดต่อดังนี้

ทิศเหนือ	จดเขตรักษาพันธุ์สัตว์ป่าภูหลวง
ทิศใต้	จด บ้าน โลกหนองแห้ว อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย
ทิศตะวันตก	จดบ้าน โลกหนองแห้ว อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย
ทิศตะวันออก	จดบ้านไร่สุขสันต์ อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย



ภาพประกอบที่ 1 แสดงที่ตั้งบ้านศรีเจริญ ตำบลเลยวังไสย์ อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย

สภาพภูมิประเทศ

บ้านศรีเจริญมีพื้นที่ 2,033 ไร่ แบ่งเป็นที่อยู่ 500 ไร่ ที่ป่า 500 ไร่ ที่ทำกิน 1,033 ไร่ โดยมีห้วยน้ำคู้และห้วยแหม่ไหลผ่าน มีลักษณะพื้นที่โดยทั่วไปเป็นภูเขาและมีที่ราบเชิงเขาเล็กน้อย มีความสูงระดับน้ำทะเลตั้งแต่ 500 – 1,270 เมตร เหมาะแก่การเพาะปลูกพืชไร่ ทำสวน และเลี้ยงสัตว์

สภาพภูมิอากาศ

บ้านศรีเจริญได้รับอิทธิพลลมมรสุมตะวันตกเฉียงใต้และมรสุมตะวันออกเฉียงเหนือ ทำให้มี 3 ฤดู ได้แก่ ร้อน ตั้งแต่เดือนกุมภาพันธ์ ถึง เมษายน ฤดูฝน ตั้งแต่เดือน พฤษภาคม ถึงเดือนตุลาคม ฤดูหนาว พฤศจิกายน ถึงเดือน มกราคม มีปริมาณน้ำฝนเฉลี่ย ปีละประมาณ 1,200 มิลลิเมตร

4.1.2 ประวัติความเป็นมาและเหตุการณ์สำคัญในชุมชน

เมื่อปี 2487 หรือประมาณ 64 ปีที่แล้วบริเวณที่เป็นที่ตั้งหมู่บ้านศรีเจริญและโคกหนองแห้วเป็นพื้นที่ป่าดง ในสมัยนั้นบ้านเลขวังไสยตั้งหมู่บ้านอยู่ก่อนแล้ว นายอิน พิมสารี เป็นครอบครัวแรกที่ย้ายเข้ามาอาศัยอยู่ในพื้นที่ นายอินบ้านเดิมอยู่บ้านน้ำสวย(ปัจจุบันไม่มีตั้งอยู่แล้ว) อำเภอด่านซ้ายได้ยื่นข้อจากญาติพี่น้องว่าบ้านเลขวังไสยอุดมสมบูรณ์จึงพาครอบครัวอพยพไปอยู่บ้านเลขวังไสย ต่อมานายอินเห็นว่าพื้นที่บริเวณบ้านโคกหนองแห้วมีอาหารการกินอุดมสมบูรณ์มากกว่าบ้านเลขวังไสยและเป็นพื้นที่ที่ยังไม่มีใครครอบครอง จึงพาครอบครัวย้ายอีกครั้ง โดยครั้งแรกพาครอบครัวไปตั้งบ้านเรือนที่บริเวณห้วยแหม่ทางด้านทิศตะวันออกเฉียงเหนือของหมู่บ้านในปัจจุบัน (ในตอนนี้ตั้งชื่อหมู่บ้านว่าบ้านดง มีญาติพี่น้องมาตั้งบ้านเรือนด้วยประมาณ 5 ครอบครัว) หลังจากนั้นประมาณ 5 ปี นายอินเห็นว่าบริเวณที่ตั้งบ้านนั้นไม่เหมาะสมเนื่องจากมีช้างป่าเข้าไปรบกวนอยู่เป็นประจำและลูกหลานมักจะเจ็บป่วยอยู่เสมอโดยไม่ทราบสาเหตุ การหาน้ำดื่มก็เริ่มหายากขึ้นเรื่อยๆนายอินจึงพาญาติพี่น้องย้ายที่ตั้งบ้านอีกครั้ง และเห็นที่ที่เหมาะสมคือบริเวณใกล้กับหนองแห้วซึ่งเป็นที่ตั้งหมู่บ้านในปัจจุบัน เพราะมีน้ำให้ดื่มและใช้ได้ตลอดทั้งปี หลังจากนั้นจึงมีญาติพี่น้องจากที่อื่นๆอพยพเข้าไปอาศัยสมทบเพิ่มขึ้นเรื่อยๆจนเป็นหมู่บ้านในปัจจุบัน

ในปี 2545 บ้านโคกหนองแห้วมีจำนวนหลังคาเรือนอยู่ 215 หลังคาเรือน เป็นชุมชนที่มีจำนวนหลังคาเรือนมากที่สุดในตำบลเลขวังไสย ในปีเดียวกันนี้เองทางราชการจึงแยกหมู่บ้านใหม่ขึ้นเป็นอีกหมู่บ้านหนึ่ง เนื่องจากเห็นว่าบ้านโคกหนองแห้วมีจำนวนหลังคาเรือนมากเกินไป อาจทำให้ไม่สะดวกในการปกครองและพัฒนา หมู่บ้านใหม่นี้ตั้งชื่อว่าบ้าน “ศรีเจริญ” โดยตั้งชื่อหมู่บ้านมาจากประชากรในหมู่บ้านส่วนใหญ่มีนามสกุลว่า “ศรีบุญรินทร์” จึงนำคำว่า

“ศรี” นำหน้าและเพิ่มคำว่า “เจริญ” เข้าไปเพื่อให้หมู่บ้านเจริญรุ่งเรือง บ้านศรีเจริญซึ่งแยกมาจากบ้านโคกหนองเหี้ยว จึงถือว่าเป็นชุมชนเดียวกัน มีประวัติศาสตร์และสังคมวัฒนธรรมอันเดียวกัน ประวัติการตั้งชุมชนบ้านโคกหนองเหี้ยวจึงเป็นประวัติการตั้งชุมชนของบ้านศรีเจริญเช่นเดียวกัน

ตารางที่ 3 แสดงเหตุการณ์สำคัญ บ้านศรีเจริญ ตำบลเลยวังไสย์ อำเภอกุหลาบ จังหวัดเลย

ปี	เหตุการณ์สำคัญ
ก่อน 2484	ชุมชนย้ายจากค่านซ้ายโดยใช้เส้นทางผ่านไปบ้านบวมสร้าง บ้านห้วยเนียม และบ้านเลยวังไสย์
2484	ตั้งบ้านดงที่บริเวณใกล้ๆ น้ำตกชั้นชีวิน
2492	ย้ายจากบ้านดงตั้งบ้านโคกหนองเหี้ยว เริ่มทำไร่เลื่อนลอย
2517	กรมป่าไม้ ประกาศเขตรักษาพันธุ์สัตว์ป่ากุหลาบ
2520	ชาวบ้านบุกเบิกภูเขาและภูแฝงม้า กลายเป็นไร่ และมีการประกาศที่สาธารณะ 1,328 ไร่ซ้อนทับที่ทำกินของชาวบ้าน 37 ครัวเรือน
2525	เริ่มปลูกมะขามหวาน
2527	เริ่มทำการเกษตรเชิงเดี่ยวในพื้นที่ป่าโคกหินลับ ประมาณ 5,800 ไร่ เพื่อปลูกเดี่ยวเป็นครั้งแรก ส่วนใหญ่เป็นชาวบ้านที่มาจากทวายขาว
2531	ไฟฟ้าเข้าหมู่บ้าน
2532	ผู้ว่าฯ ไปเปิดน้ำตกชั้นชีวินและทำถนนลาดยางเส้นทางวังสะพุง-หล่มเก่าผ่านหมู่บ้าน
2533	เขตรักษาพันธุ์ฯ ประกาศปิดป่าโคกหินลับชาวบ้าน 54 ครัวเรือนย้ายออก
2544	โครงการพัฒนาชุมชนเพื่อการอนุรักษ์ป่ากุหลาบเริ่มเข้าไปทำงานในหมู่บ้านและก่อตั้งกลุ่มออมทรัพย์และกลุ่มฟื้นฟูเกษตรยั่งยืน
2545	แยกบ้านศรีเจริญ
2546	โครงการปลูกพืชอาหารช้างป่ากุหลาบทำร่วมกันช้าง ปัญหาชาวบ้านโดนช้างบุกกรูพืชไร่หมดไป/ตั้งโรงพยาบาล/อบต.เลยวังไสย์จะทำการรังวัดที่สาธารณะใหม่
2547	ได้รับงบประมาณจากผู้ว่าราชการจังหวัดเลยทำโรงปุ๋ยอินทรีย์ และเกษตรอินทรีย์
2548	นำเสนอโครงการแก้ไขปัญหาคาความยากจนด้วยเศรษฐกิจพอเพียงต่อรัฐมนตรีว่าการกระทรวงมหาดไทยและได้เป็นชุมชนตัวอย่างในการทำเศรษฐกิจพอเพียง เป็นที่ศึกษาดูงานของข้าราชการกระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

ตารางที่ 3 แสดงเหตุการณ์สำคัญ บ้านศรีเจริญ ตำบลเลหวังไฮ อำเภอลพบุรี จังหวัดเลย (ต่อ)

ปี	เหตุการณ์สำคัญ
2550	โครงการอยู่ดีมีสุข
2551	ได้รับเลือกเป็นศูนย์การเรียนรู้ดีเด่นระดับภาค

4.1.3 สภาพทางสังคมและวัฒนธรรมชุมชน

ประชากร

บ้านศรีเจริญ ตำบลเลหวังไฮมีจำนวนประชากรทั้งหมด 567 คน ชาย 284 คน หญิง 283 คน มีจำนวนครัวเรือนทั้งหมด 161 ครัวเรือน

การศึกษา

บ้านศรีเจริญมีโรงเรียน 1 แห่งคือ โรงเรียนบ้านโคกหนองแห้ว มีนักเรียนทั้งหมดจำนวน 153 คน ครูจำนวน 9 คน

ความเชื่อ วัฒนธรรม ประเพณี

ความเชื่อเรื่องผีประจำหมู่บ้าน

ชุมชนรอบป่าภูหลวงมีความเชื่อเรื่องผีประจำหมู่บ้าน เช่นเดียวกันกับหมู่บ้านทั่วไปในภาคอีสาน ที่เรียกกันว่า “ผีปด” เชื่อว่ามีหน้าที่ปกป้องรักษาให้คนในหมู่บ้านอยู่เย็นเป็นสุข แต่ในพื้นที่ตำบลเลหวังไฮมีลักษณะตัวตนในความเชื่อเรื่องผีปด ที่เป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่นคือ ความเชื่อเรื่องเจ้าพ่อวังเสือดง เจ้าพ่อวังเสือดงในมโนทัศน์ของคนในตำบลเลหวังไฮคือนักรบ รูปร่างกำยำสูงใหญ่ สวมเสื้อเกราะและนุ่งผ้ามัดเตี่ยวสีแดง มีดาบและหอกเป็นอาวุธ ชาวบ้านตั้งศาลเจ้าพ่อวังเสือดงไว้สักการะที่บริเวณริมน้ำเลย ด้านทางทิศตะวันออกของหมู่บ้าน บริเวณที่ตั้งของศาลเจ้าพ่อวังเสือดงนี้ชาวบ้านถือว่าเป็นเขตศักดิ์สิทธิ์ ห้ามทำการลบหลู่ใดๆทางวาจาและจิตใจ ห้ามใส่เสื้อผ้าสีแดงเดินผ่าน ห้ามสวมรองเท้าและหมวกเดินผ่าน และห้ามจับสัตว์น้ำในแม่น้ำเลยในบริเวณของศาลเจ้าพ่อวังเสือดง

ในชุมชนโคกหนองแห้วและศรีเจริญ มีศาลปู่ตาประจำหมู่บ้านเป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจของคนในชุมชน และมีพิธีกรรมเช่นเดียวกันกับศาลเจ้าพ่อวังเสือดง คือมีการละเล่น นางเทียมหรือรำทรงในเทศกาลสงกรานต์ และในประมาณเดือนห้าหรือเดือนหก โดยจะจัดพิธีเลี้ยงบ้านที่บริเวณศาลปู่ตา ทุกครอบครัวในชุมชนจะทำอาหารไปเลี้ยงผีปู่ตา กินข้าวสังสรรค์และฟ้อนรำร่วมกัน

การตั้งศาลปู่ตาในแต่ละหมู่บ้านจะเลือกพื้นที่เหมือนกันกับเจ้าพ่อวังเสือดงคือ จะตั้งศาลปู่ตายุริมห้วยหรือแหล่งน้ำ ที่ชุมชนบ้านโคกหนองแห้วและศรีเจริญศาลปู่ตาจะตั้งอยูริม

ในอดีตชุมชนมีความเชื่อเรื่องการใช้ทรัพยากรและการปกป้องรักษาจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์ และความเชื่อและประเพณีที่ยังคงเหลือและถือปฏิบัติกันมาแม้จะไม่เคร่งครัดเหมือนในอดีต ประกอบไปด้วย

- 1) ในวันพระใหญ่ และวันพระเล็ก คือ ขึ้น 15 ค่ำและขึ้น 8 ค่ำ ชาวบ้านจะไม่ไปทำอะไร จะต้องอยู่บ้าน แต่สามารถไปรดน้ำผักบริเวณริมน้ำเลยได้ และสามารถเข้าป่าหาเก็บของป่าและล่าสัตว์ได้
- 2) ในการเข้าป่า ห้ามนั่งทับขอนไม้ ห้ามพูดจาหยาบคายลามก อนาคตและห้ามนั่งขัดสมาธิ ชาวบ้านเชื่อว่า มันเป็นสิ่งไม่ดี เป็นการไม่เคารพสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่ปกป้องป่า
- 3) ทุกวันพระชาวบ้านเชื่อว่าห้ามตัดไม้เข้ามาในหมู่บ้าน เพราะเชื่อว่าสิ่งไม่ดีเข้ามาในหมู่บ้าน

นอกจากความเชื่อเรื่องการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรแล้วยังมีความเชื่อด้านศาสนา และวัฒนธรรมที่ชุมชนยึดถือและปฏิบัติกันมาอย่างต่อเนื่อง ดังแสดงช่วงเวลาของวัฒนธรรม ชุมชน ในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 แสดงวัฒนธรรมชุมชน บ้านศรีเจริญ ตำบลเลยวังไสย์ อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย

[illegible]

กลุ่มทางสังคม

เนื่องจากในชุมชนบ้านศรีเจริญและโคกหนองเหี่ยวเป็นชุมชนตัวอย่างในการแก้ไขปัญหาความยากจนด้วยการยึดหลักแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงจึงมีกลุ่มต่างๆ ในชุมชนหลายกลุ่มดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 แสดงกลุ่มต่าง ๆ ในชุมชน บ้านศรีเจริญ ตำบลเลขวังไสย์ อำเภอกุหลาบ จังหวัดเลย

กลุ่ม	จำนวนสมาชิก	กิจกรรม
เกษตรยั่งยืน	64 ครัวเรือน	ทำเกษตรอินทรีย์และผลิตปุ๋ยหมักใช้ในกลุ่ม
ออมทรัพย์	43 ครัวเรือน	ออมทรัพย์ เพื่อเป็นสวัสดิการในชุมชน
ปลูกผักอินทรีย์	43 ครัวเรือน	ปลูกผักอินทรีย์
แม่บ้าน	18 คน	สร้างอาชีพเสริม เช่น น้ำยาล้างจาน ยาหม่อง

การประกอบอาชีพ

ราษฎรส่วนใหญ่ที่อาศัยอยู่ในลุ่มน้ำคู่ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรมชนิดพันธุ์ที่นิยมเพาะปลูกได้แก่ ลูกเดือย ข้าวไร่ ถั่วแดง จิง ข้าวโพด ฯลฯ พืชที่สร้างรายได้หลัก คือ ข้าวโพด ลูกเดือย และจิง ซึ่งจะหมุนเวียนไปตามราคาตลาด ปัญหาในการประกอบอาชีพด้านต่างๆ คือ ปัญหาขาดแคลนน้ำ ปัญหาขาดเงินทุน ปัญหาสภาพดินที่ไม่เหมาะสมกับการเพาะปลูก ปัญหาเกี่ยวกับโรคแมลงศัตรูพืช นอกจากนี้ยังมีปัญหาทางด้านการตลาดถูกกดราคาระยะและปัญหาตลาดรองรับสำหรับผลผลิตทางการเกษตรดังปฏิทินการเกษตรของชุมชน

อาชีพเสริมนอกภาคการเกษตร ได้แก่ การรับจ้าง ซึ่งมีทั้งการรับจ้างภายในพื้นที่ ซึ่งส่วนใหญ่เป็นการรับจ้างในภาคการเกษตรและการรับจ้างนอกพื้นที่นอกจากนี้ยังมีอาชีพขายเสื้อผ้ามือสองตามเมืองใหญ่และแหล่งท่องเที่ยวต่างๆ เช่น กรุงเทพฯ ชลบุรี เป็นต้น

อาชีพการเก็บหาของป่าต่างๆ ยังมีการดำเนินการอยู่ ของป่าที่เก็บขายเป็นอาชีพที่สำคัญ ได้แก่ หน่อไม้ เห็ด ผักหวาน ผัก ผลไม้ป่าอื่นๆ ตามฤดูกาล นอกนั้นยังมีไข่มดแดงและแมลงชนิดต่างๆ ซึ่งส่วนใหญ่จะเก็บหาจากพื้นที่ป่าที่อยู่รอบๆ หมู่บ้าน

ตารางที่ 6 แสดงปฏิทินการเกษตร บ้านศรีเจริญ ตำบลเวียงไสย อำเภอกุหลาบ จังหวัดเลย

ชนิดพืช	เดือน											
	ม.ค	ก.พ	มี.ค	เม.ย.	พ.ค	มิ.ย	ก.ค	ส.ค	ก.ย	ต.ค	พ.ย	ธ.ค
จิง	★											★
ลูกเดือย	★										★	★
ข้าวโพด	★										★	★
ข้าวนา	★										★	★
ข้าวไร่												
ผัก												

เตรียมพื้นที่  การปลูก  กำจัดวัชพืช  เก็บเกี่ยว ★

4.2 ทรัพยากรน้ำในพื้นที่ลุ่มน้ำคู่

เนื่องจากลักษณะพื้นที่ลุ่มน้ำคู่เป็นพื้นที่เนินเขาจึงทำให้มีลำน้ำสาขาหลักและรองหลายสาย โดยแยกเป็นลำน้ำหลักและลำน้ำย่อย ดังนี้

4.2.1 ลำน้ำหลักและลำน้ำย่อย

ลำน้ำหลักในพื้นที่ลุ่มน้ำคู่ ประกอบไปด้วย

1. ห้วยน้ำแก้ว เป็นน้ำสาขาของห้วยแสม อยู่ทางด้านทิศเหนือของหมู่บ้าน มีน้ำเฉพาะหน้าฝน ในหน้าแล้งมีน้ำน้อย ชาวบ้านใช้ประโยชน์เป็นแหล่งน้ำเพื่อการเกษตร โดยเฉพาะการปลูกข้าวนาในบางครอบครัว ความหมาย ของห้วยน้ำแก้ว เนื่องจากน้ำในลำห้วยในอดีตใสมาก และมีน้ำไหลตลอดไปชาวบ้านจึงเรียกชื่อว่าห้วยน้ำแก้ว

2. ห้วยแสม เป็นลำน้ำที่ชาวบ้านใช้ประโยชน์มากที่สุดเป็นลำน้ำใหญ่ อันดับ 2 ของหมู่บ้าน ต้นน้ำอยู่บริเวณดินภูเขาทางด้านทิศตะวันตกเฉียงใต้ของหมู่บ้าน ยาวประมาณ 3-4 กิโลเมตร ชาวบ้านใช้ห้วยแสมเป็นแหล่งน้ำในการปลูกผัก และหาอาหารจำพวกปู ปลา เมื่อก่อนน้ำไหลตลอดปีใช้กิน และใช้ อาบ ปัจจุบันไม่สามารถใช้ดื่มหรืออาบได้เนื่องจากชาวบ้านเห็นว่ามีการใช้สารเคมีในไร่นามาก และส่วนหนึ่งได้ปนเปื้อนอยู่ในน้ำ อีกทั้งมีปัญหาขยะ การตื้นเขินในหน้าแล้งไม่ค่อยมีน้ำ ความหมาย เนื่องจากในบริเวณลำห้วย มีต้นแสมขึ้นอยู่เป็นจำนวนมาก จึงเรียกว่าห้วยแสม

3. ห้วยน้ำคู่ ลำน้ำคู่เป็นลำน้ำสายใหญ่ที่สุดของหมู่บ้านของหมู่บ้าน แต่เป็นลำน้ำสำคัญอันดับ 2 ของหมู่บ้าน มีต้นน้ำอยู่ระหว่างภูฟ้ากับภูแฝงมาไหลจากด้านทิศใต้ไปทิศตะวันออกเฉียงเหนือของหมู่บ้าน มีน้ำตลอดปี ในอดีตชาวบ้านใช้เป็นแหล่งน้ำดื่มเวลาไปไร่นา ปัจจุบันคุณภาพน้ำไม่สามารถใช้ดื่มกินได้เนื่องจากชาวบ้านใช้สารเคมีมาก แต่เมื่อเทียบ

คุณภาพน้ำกับลำห้วยสายอื่นในหมู่บ้านแล้วค่อนข้างดีที่สุด การใช้้น้อยกว่าลำน้ำสายอื่นเนื่องจากอยู่ไกลหมู่บ้าน ชาวบ้านใช้เป็นแหล่งหาอาหารซึ่งส่วนใหญ่เป็นหน่อไม้ กุ้ง หอย ปลา เครื่องมือที่ใช้จับสัตว์น้ำโดยมากจะใช้สวิงสามเหลี่ยมความหมายของน้ำคูเนื่องจากลำห้วย 2 เส้นมีต้นกำเนิดเดียวกันแต่ไหลแยกออกจากกันและมีลักษณะการไหลคู่กัน และบรรจบเข้าหากันระหว่างลำธาร 2 เส้น

ลำน้ำย่อยในพื้นที่ลุ่มน้ำคู่ประกอบไปด้วย

1. ห้วยขอนยาง เป็นลำน้ำสาขาของห้วยแสม ความหมาย เนื่องจากในบริเวณลำห้วย มีต้นยางขึ้นอยู่เป็นจำนวนมาก และชาวบ้านได้ใช้ต้นไม้อย่างเป็นสะพานข้ามลำน้ำ จึงเรียกว่าห้วยขอนยาง

2. ห้วยป่าคาย เป็นลำน้ำสาขาของห้วยแสม อยู่ทางด้านทิศตะวันตกเฉียงใต้ของหมู่บ้านสภาพปัจจุบันต้นเงิน และแห้งในหน้าแล้งความหมาย เนื่องจากในบริเวณลำห้วย มีต้นไผ่ขึ้นอยู่เป็นจำนวนมาก หรือบ้านเรียกว่า ป่าคาย จึงเรียกว่าห้วยป่าคาย

3. ห้วยไค้ เป็นน้ำสาขาของห้วยน้ำแก้ว อยู่ทางทิศเหนือของหมู่บ้าน มีน้ำเฉพาะหน้าฝนชาวบ้านใช้ประโยชน์เป็นแหล่งน้ำในการเกษตร

วังน้ำลำน้ำหลักและลำห้วยสาขา

วังน้ำเป็นบริเวณที่มีแอ่งน้ำลึกกว่าบริเวณน้ำทั่วไป ซึ่งมักจะพบเห็นเสมอในแม่น้ำสายต่างๆ บางตอนอาจเกิดจากมีโขดหินขวางกั้นเก็บน้ำไว้เป็นแอ่ง บางตอนอาจเกิดจากการไหลวนและการเซาะกร่อนของตลิ่ง ทำให้เกิดเป็นวังน้ำที่มีลักษณะเฉพาะของแม่น้ำสายนั้น เช่น มีน้ำวน มีความลึก มีปลาชุกชุม มีพรรณพืชริมน้ำขึ้นหนาแน่น เป็นต้น วังน้ำจึงเป็นแหล่งที่ชุมชนมาใช้ประโยชน์จากการหาปลาและสัตว์น้ำอื่นๆ วังน้ำในพื้นที่ลุ่มน้ำน้ำคู่ มีดังนี้

1. ถ้านาค เป็นวังปลาขนาดใหญ่มีลักษณะคล้ายถ้ำ อยู่บริเวณช่วงต้นน้ำของลำน้ำคู่ ชาวบ้านมีความเชื่อว่ามีนาคอาศัยอยู่จึงเรียกว่าวังถ้านาค

2. วังกอบง เนื่องจากบริเวณนั้นมีกอไผ่บงขึ้นเป็นจำนวนมาก จึงเรียกบริเวณนี้ว่าเป็นวังกอบง

3. วังดัมเหล่า มีความเชื่อว่ามีคนสูงอายุหลายคนในหมู่บ้านแอบไปดัมเหล่าในบริเวณนั้นจนเป็นที่มาของชื่อวังดัมเหล่า

4. วังโป่งค่าง อยู่บริเวณหน้าผา ที่ห้วยน้ำแก้วมาบรรจบกับห้วยน้ำคู่ และมีค่างอาศัยอยู่บริเวณหน้าผาเป็นจำนวนมากจนเป็นที่มาของชื่อวังโป่งค่าง

นอกจากนั้นยังมีแหล่งน้ำในชุมชนอีกก็คือ หนองน้ำชื่อว่าหนองแหวซึ่งเป็นที่มาของชื่อบ้านโคกหนองแหว

4.2.2 ทรัพยากรป่าไม้

ชุมชนบ้านศรีเจริญมีพื้นที่ติดกับเขตอนุรักษ์พันธุ์สัตว์ป่าภูหลวง โดยอยู่ทิศเหนือของหมู่บ้าน มีพื้นที่ป่าเสื่อมโทรมอยู่ทางทิศใต้ซึ่งเป็นต้นน้ำลำธารและลำห้วยแหม่ม ชุมชนได้มีการแบ่งประเภทป่าของชุมชน การแบ่งประเภทป่าของชุมชน แบ่งตามสภาพ พื้นที่ ชนิดของพรรณไม้ และ การใช้ประโยชน์ของชุมชน โดยชุมชนได้แบ่งประเภทป่าดังรายละเอียดในตารางที่ 7

ตารางที่ 7 แสดงการแบ่งประเภทป่าโดยชุมชนพื้นที่ลุ่มน้ำคู่

ประเภทป่า	ลักษณะและความหมาย
ป่าดง	ป่าที่ประกอบไปด้วยไม้ยืนต้น ขนาดใหญ่ ชุมชนถือว่าเป็นที่หากินของสัตว์ใหญ่ การใช้ไม้ใหญ่ต้องมีการขอเจ้าที่ก่อน
ป่าไม้จริง	ป่าที่ประกอบไปด้วยไม้ยืนต้นขนาดเล็กถึงกลาง จัดเป็นป่าใช้สอยของชุมชน นำมาเป็นฟืน ใช้ก่อสร้าง เป็นต้น
ป่ายุง	ป่าที่ประกอบไปด้วย ประเภทไม้พุ่ม ป่าที่มีเถาวัลย์เยอะ
ป่าเลา	ป่าหญ้า หุบหญ้า พื้นที่เกษตรที่ถูกทิ้งร้างไว้ประมาณ 3 -6 ปี
ป่าซาง	ป่าที่มีไผ่ชงหนาแน่น และเป็นที่เก็บหาหน่อไม้ และเห็ด
ป่าฮวก	ป่าที่มีไผ่รวกขึ้นหนาแน่น ชุมชนเอาไว้เป็นป่าไม้ใช้สอยในครัวเรือน เช่น งานจักรสานต่างๆ

องค์ความรู้ในการจัดการทรัพยากรป่าไม้

ชุมชนมีองค์ความรู้ในการจัดการทรัพยากรดังนี้

1. ชุมชนมีความรู้ในการจัดการคือ มีความเชื่อว่า ในวันพระ 8 ค่ำและ 15 ค่ำ จะไม่มีการตัดไม้ ไม่ทำไร่ ไม่ดำข้าว ไม่ทำงาน และเข้าวัดทำบุญ และเชื่อว่าถ้าใครแบก หรือขนไม้เข้าบ้านในวันในวันพระ 8 ค่ำและ 15 ค่ำ จะป่วยไข้ ซึ่งเป็นการจำกัดการใช้ทรัพยากรโดยใช้ความเชื่อในการไม่ทำบาปในวันพระ และให้คนในชุมชนได้มีเวลาในชุมชน และเข้าวัดเพื่อใกล้ชิดกับวิถีธรรม

2. การจำแนกพื้นที่ใช้ประโยชน์ชุมชน ได้มีการจัดพื้นที่ป่าท้ายหมู่บ้าน โกลกหนองแหวเป็น “ป่าดงห่อ ” เป็นสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ มีพื้นที่ประมาณ 3 ไร่ ถือว่าเป็นของส่วนรวม เข้าไปหาอยู่หากินได้ แต่ตัดไม้ใหญ่ไม่ได้ ทุกคนมีสิทธิ์ในการใช้ประโยชน์ได้แต่ต้อง “ไม่ล้มต้น” คือต้องไม่ตัดฟันทำลาย

การใช้ประโยชน์จากป่า

สืบเนื่องจากบ้านศรีเจริญมีอาณาเขตอนุรักษ์พันธุ์สัตว์ป่าภูหลวงและทางด้านตะวันตกมีอาณาเขตติดต่อกับเขตป่าสงวน ซึ่งพื้นที่ทั้งสองแห่งเป็นแหล่งอาหารที่สำคัญของคนในชุมชน เช่น หน่อไม้ เห็ด พืชผักต่าง ๆ และสัตว์ป่าขนาดเล็ก โดยชุมชนมีช่วงเวลาในการเข้าไปใช้ประโยชน์ดังนี้

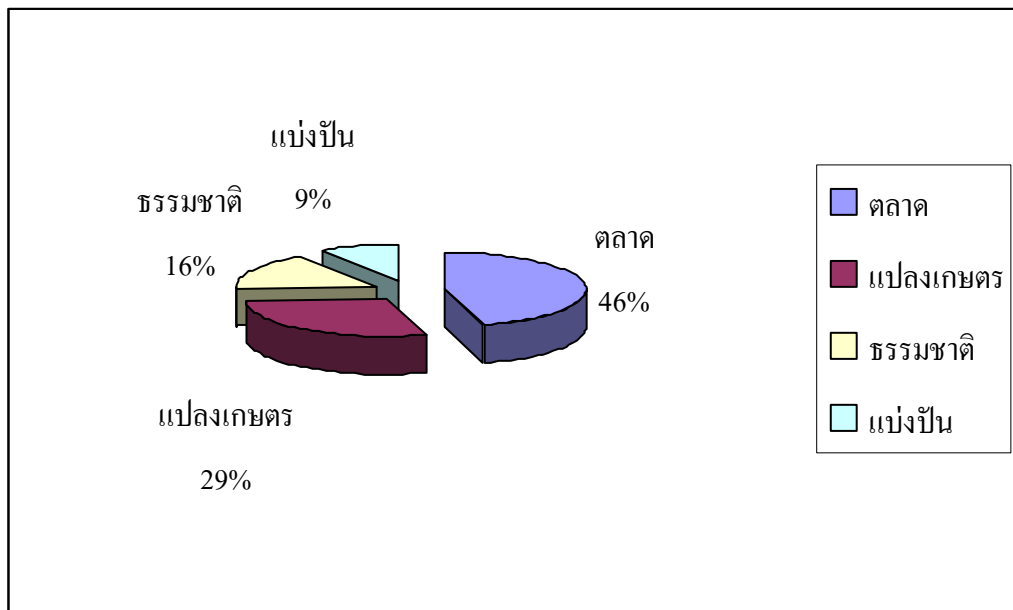
ตารางที่ 8 แสดงปฏิทินในการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรป่าไม้

กิจกรรม	ระยะเวลา											
	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			●							●		
เห็ด					●					●		
ไข่มดแดง	●			●								
ไม้พิน	●											●
ผัก	●											●
สัตว์ป่า	●											●

4.3 แหล่งที่มาของอาหารในภาและมูลค่า

การศึกษาความหลากหลายของอาหารในภา เป็นการศึกษาแหล่งที่มาของอาหารที่ประชาชนในบ้านศรีเจริญรับประทานอาหารในแต่ละวัน โดยศึกษาด้วยกระบวนการตอบแบบสำรวจ โดยสำรวจข้อมูล 3 เดือน คือ เดือนกันยายน ถึงเดือนพฤศจิกายน 2551 ผลการสรุปข้อมูลมีรายละเอียดดังนี้

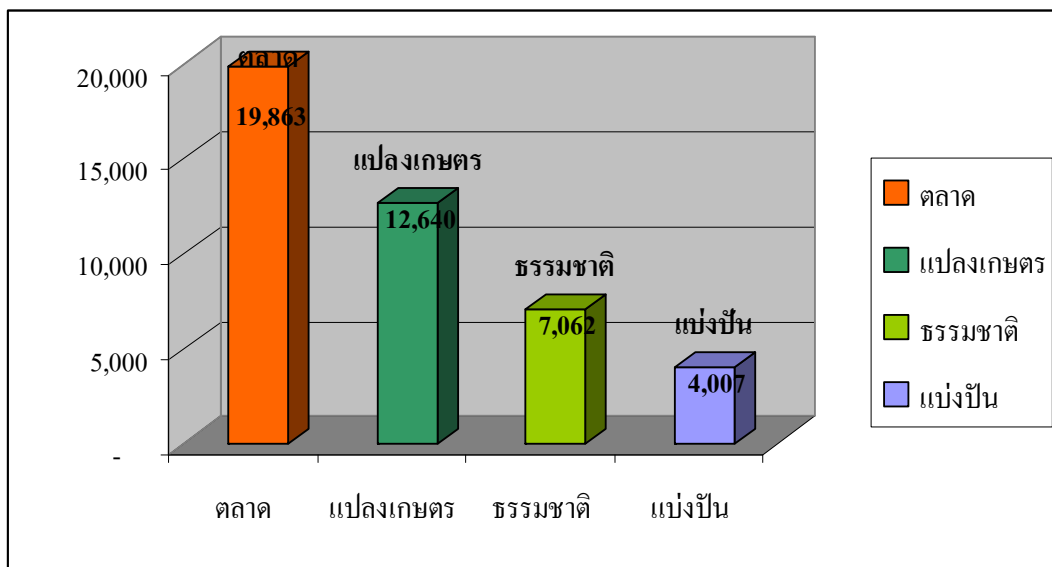
แหล่งที่มาของอาหารในภา เดือนกันยายน 2551 จากผู้เก็บข้อมูลจำนวน 11 คน จากการสำรวจชุมชนได้แบ่งแหล่งที่มาของอาหารออกเป็น 4 ประเภท คือ 1. จากตลาด 2. มาจากแปลงเกษตร 3. แหล่งธรรมชาติ 4. มาจากการแบ่งปัน สามารถสรุปได้ดังนี้



ภาพประกอบที่ 2 แสดงสัดส่วนการแหล่งที่มาของอาหารในภา เดือนกันยายน 2551

จากการสำรวจพบว่า อาหารในภาที่ชุมชนนำมารับประทานในแต่ละมื้อมาจากตลาดมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 46 รองลงมาคือแปลงเกษตรร้อยละ 29 จากธรรมชาติคิดเป็นร้อยละ 16 และ ลำดับสุดท้ายคือ การแบ่งปันในชุมชนคิดเป็นร้อยละ 9 ซึ่งยังพบว่าการพึงพิงเรื่องอาหารในระบบเครือข่าย

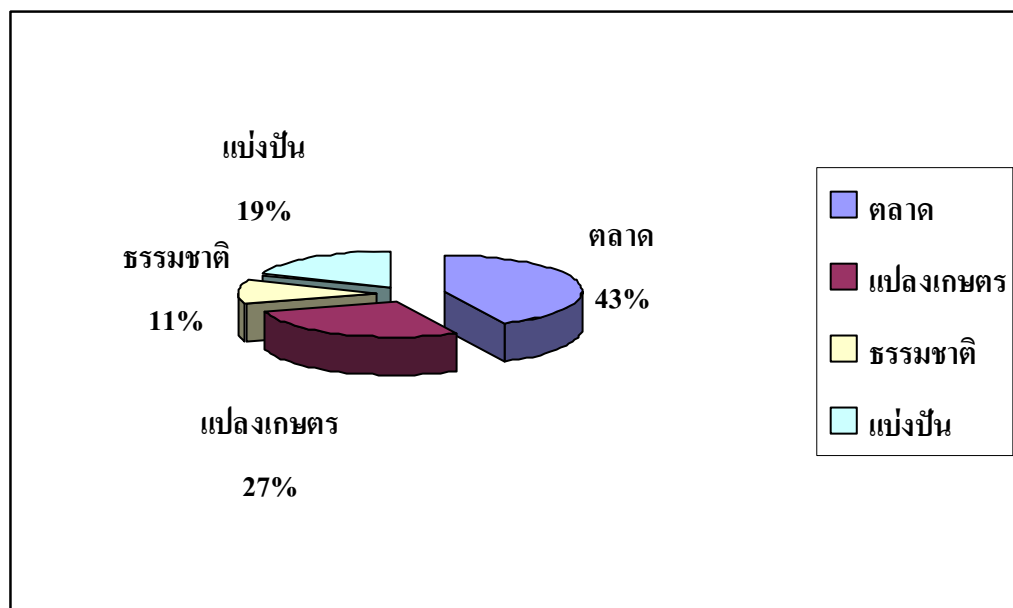
การสำรวจมูลค่าอาหารในภาที่มาจากแหล่งต่าง ๆ สามารถสรุปได้ดังนี้



ภาพประกอบที่ 3 แสดงมูลค่าของอาหารในภาที่มาจากแหล่งต่าง ๆ เดือนกันยายน 2551

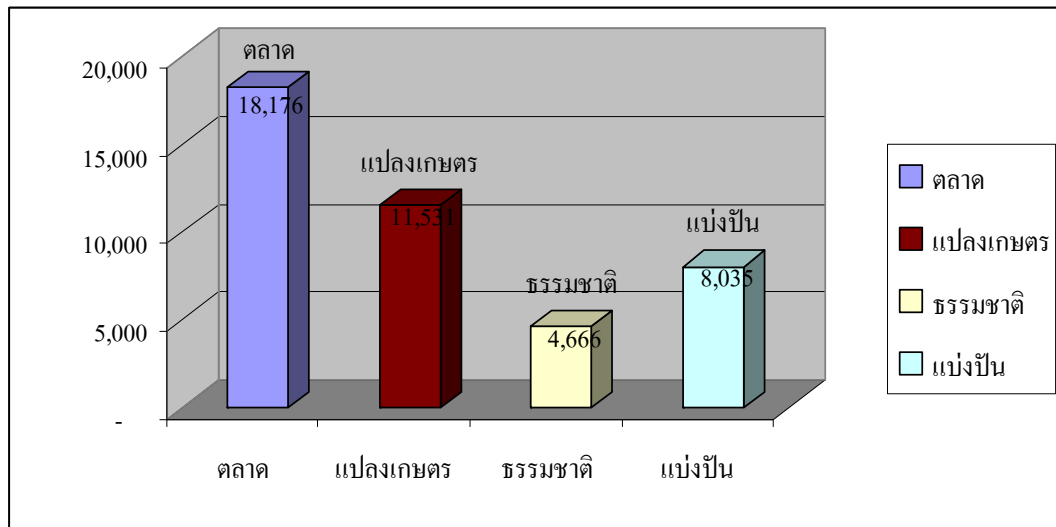
จากข้อมูลสามารถสรุปได้ว่ามูลค่าอาหารในภาที่ได้มาจากตลาดมีมูลค่ามากที่สุดคือ 19,863 บาท ต่อเดือน และได้จากแปลงเกษตรมีมูลค่า 12,640 บาท ได้จากธรรมชาติ 7,062 บาทและสุดท้ายคือการแบ่งปันในชุมชน มีมูลค่า 4,007 บาท ซึ่งรวมทั้งเดือนกันยายน 2551 พบว่า 11 ครอบครัวมีมูลค่าของอาหารในภาทั้งสิ้น 44,112 บาทต่อเดือน

แหล่งที่มาของอาหารในภา เดือนตุลาคม 2551 จากผู้เก็บข้อมูลจำนวน 11 คน จากการสำรวจชุมชนได้แบ่งแหล่งที่มาของอาหารออกเป็น 4 ประเภท คือ 1. จากตลาด 2. มาจากแปลงเกษตร 3. แหล่งธรรมชาติ 4. มาจากการแบ่งปัน สามารถสรุปได้ดังนี้



ภาพประกอบที่ 4 แสดงสัดส่วนการแหล่งที่มาของอาหารในภา เดือนตุลาคม 2551

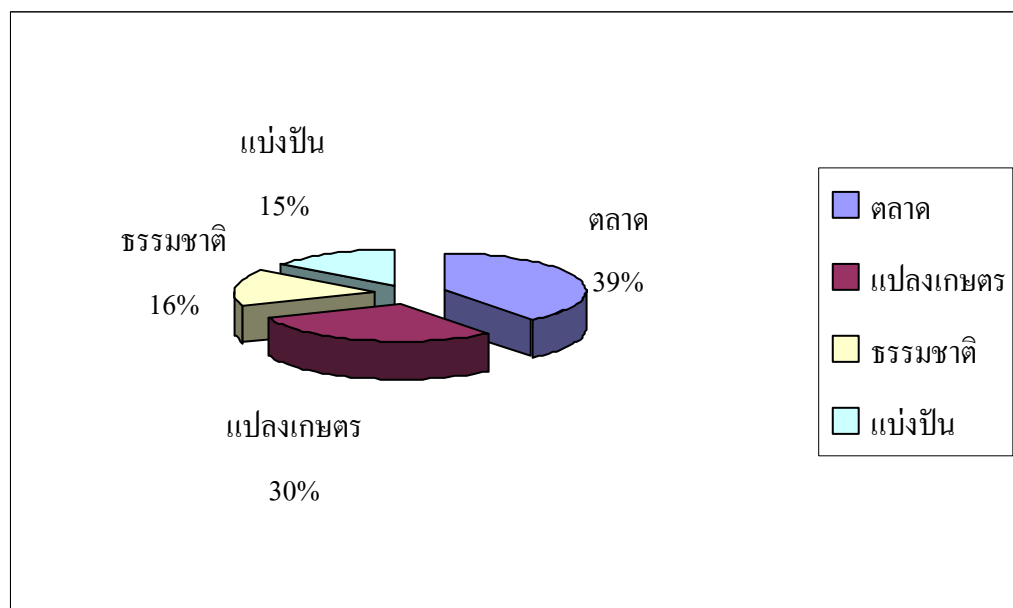
จากการสำรวจพบว่า อาหารในภาที่ชุมชนนำมารับประทานในแต่ละมื้อมาจากตลาดมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 43 รองลงมาคือแปลงเกษตรร้อยละ 27 การแบ่งปันในชุมชนคิดเป็นร้อยละ 19 และ ลำดับสุดท้ายคือ จากธรรมชาติคิดเป็นร้อยละ 11 ซึ่งในเดือนนี้มีสัดส่วนของการพึ่งพิงตลาดมีน้อยลง



ภาพประกอบที่ 5 แสดงมูลค่าของอาหารในภาที่มาจากแหล่งต่าง ๆ เดือนตุลาคม 2551

จากข้อมูลสามารถสรุปได้ว่ามูลค่าอาหารในภาที่ได้มาจากตลาดมีมูลค่ามากที่สุดคือ 18,176 บาท ต่อเดือน และได้จากแปลงเกษตรมีมูลค่า 11,531 บาท ได้จากการแบ่งปันในชุมชนมีมูลค่า 8,035 บาทและสุดท้ายคือ ธรรมชาติมีมูลค่า 4,666 บาท ซึ่งรวมทั้งเดือนกันยายน 2551 พบว่า 11 ครอบครัวมีมูลค่าของอาหารในภาทั้งสิ้น 42,408 บาทต่อเดือน

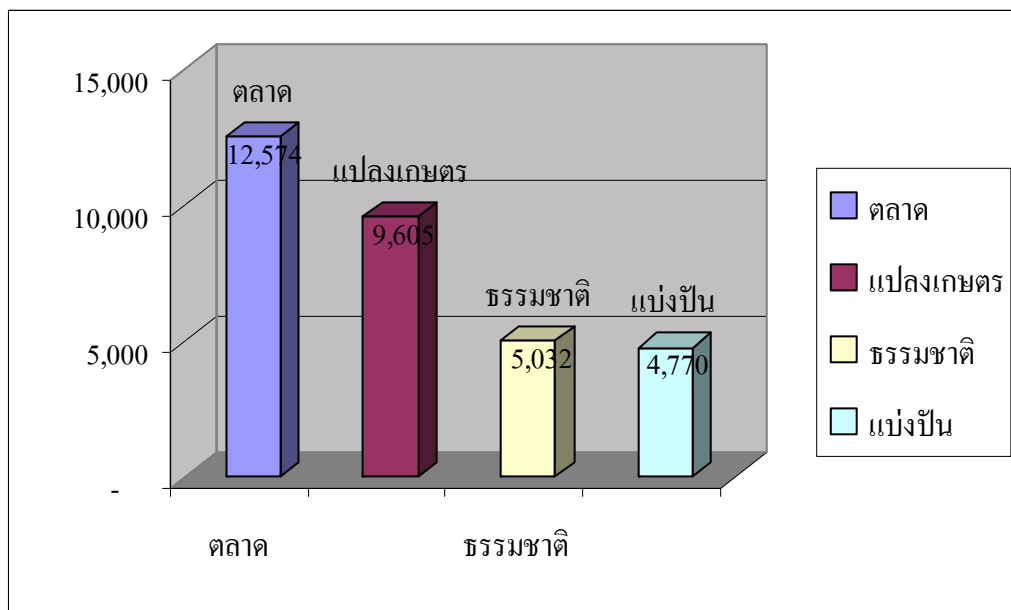
แหล่งที่มาของอาหารในภา เดือนพฤศจิกายน 2551 จากผู้เก็บข้อมูลจำนวน 11 คน จากการสำรวจชุมชนได้แบ่งแหล่งที่มาของอาหารออกเป็น 4 ประเภท คือ 1. จากตลาด 2. มาจากแปลงเกษตร 3. แหล่งธรรมชาติ 4. มาจากการแบ่งปัน สามารถสรุปได้ดังนี้



ภาพประกอบที่ 6 แสดงสัดส่วนการแหล่งที่มาของอาหารในภา เดือนพฤศจิกายน 2551

จากการสำรวจพบว่า อาหารในภาที่ชุมชนนำมารับประทานในแต่ละมื้อมาจาก ตลาดมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 39 รองลงมาคือแปลงเกษตรร้อยละ 30 จากธรรมชาติคิดเป็น ร้อยละ 16 และ ลำดับสุดท้ายคือ การแบ่งปันในชุมชนคิดเป็นร้อยละ 15 ซึ่งยังพบว่าการ พึ่งพิงเรื่องอาหารในระบบเครือข่ายเพิ่มมากขึ้นจากเดือนตุลาคม และมีลดการพึ่งพิงตลาดลง

การสำรวจมูลค่าอาหารในภาที่มาจากแหล่งต่าง ๆ สามารถสรุปได้ดังนี้



ภาพประกอบที่ 7 แสดงมูลค่าของอาหารในภาที่มาจากแหล่งต่าง ๆ เดือนพฤศจิกายน 2551

จากข้อมูลสามารถสรุปได้ว่ามูลค่าอาหารในภาที่ได้มาจากตลาดมีมูลค่ามากที่สุดคือ 12,574 บาท ต่อเดือน และได้จากแปลงเกษตรมีมูลค่า 9,605 บาท ได้จากธรรมชาติ 5,032 บาท และสุดท้ายคือการแบ่งปันในชุมชน มีมูลค่า 4,770 บาท ซึ่งรวมทั้งเดือนพฤศจิกายน 2551 พบว่า 11 ครอบครัวมีมูลค่าของอาหารในภาทั้งสิ้น 31,981 บาทต่อเดือน

4.4 ความหลากหลายของพืชและสัตว์ที่ได้จากการใช้ประโยชน์จากลำน้ำคู

4.4.1 ประเภทผักพื้นบ้านที่นำมาประกอบอาหาร

การสำรวจชนิดและการใช้ประโยชน์ของพืชผักในพื้นที่ลุ่มน้ำคู โดยวิธีการเดินสำรวจในพื้นที่และสัมภาษณ์ชาวบ้าน จากการสำรวจในพื้นที่ลุ่มน้ำคู พบผักพื้นบ้านที่ชุมชนใช้ประโยชน์ดังแสดงในตารางที่ 9

ตารางที่ 9 แสดงผักพื้นบ้านและการใช้ประโยชน์ ในพื้นที่ลุ่มน้ำคู่

ลำดับที่	ชื่อท้องถิ่น	การใช้ประโยชน์	รูปแบบการใช้ประโยชน์
1	ผักกูด	กินยอดอ่อน	แกง
2	ผักหนาม	กินยอดอ่อน	กินกับลาบ กินกับแจ่ว
3	ผักก้ามกุ้ง	กินยอดอ่อน	แกง ยำ เอะะ
4	ผักโพนเม่น	กินยอดอ่อน	นึ่ง
5	ผักติปลาทั้ง	กินยอดอ่อน	แกง นึ่ง
6	เห็ดมัน	กินดอก	แกง นึ่ง
7	เห็ดฮ่มก่อ	กินดอก	ผักเคียง กินกับแจ่ว
8	ผักขึ้นาค	กินยอดอ่อน	กินกับลาบ กินกับแจ่ว
9	เห็ดขาว	กินดอก	กินกับแจ่ว
10	เห็ดคำ	กินดอก	ใส่ต้ม แกง เอะะ
11	เห็ดถ่าน	กินดอก	แกง นึ่ง ซุบ
12	เห็ดค้อ	กินดอก	กินสด
13	ผักหนามไข่นุ	กินยอดอ่อน	กินกับแจ่ว
14	ผักชีช้าง	กินยอด	แกง นึ่ง
15	ผักก้าม	กินยอด	แจ่ว นึ่ง แกง ลาบ
16	ข่าโคม	กินหัว	แกง นึ่ง
17	ผักขม	กินยอดและต้นอ่อน	แกง นึ่ง
18	ผักลาว	กินยอดและใบ	กินสด
19	ผักชีช้าง	กินยอดและใบ	กินสด
20	มะเดื่อ	ยอดอ่อน	กินสด
21	ดาว	กินส่วนยอด	แกง นึ่ง
22	หวาย	กินหน่อ	แกง นึ่ง แจ่ว
23	ผักพาย	กินใบและยอด	กินสด
24	ผักปิง	ยอดอ่อน	ลวก นึ่ง แกง
25	ขี้เหล็ก	ใบอ่อนและดอก	แกง กินดอกสด นึ่ง

ตารางที่ 9 แสดงผักพื้นบ้านและการใช้ประโยชน์ ในพื้นที่ลุ่มน้ำคู่ (ต่อ)

ลำดับที่	ชื่อท้องถิ่น	การใช้ประโยชน์	รูปแบบการใช้ประโยชน์
26	หมากน้ำเต้า	ผลอ่อน	ต้น นึ่ง แกง
27	ถั่วพู	ผลอ่อน	กินสด ชุบ แกง นึ่ง
28	ฟักทอง	ผลอ่อนและแก่	แกง นึ่ง
29	สาบับ	ก้านดอก	แกง กินสด
30	หัวปี	ดอก	กินสด แกง ยำ ชั่วะ
31	ผักเน่า	ยอดอ่อน	กินสด แกง นึ่ง
32	หอยกกล้วย	หอย	แกง หลาม นึ่ง
33	ผักไช้	ยอดอ่อน และผล	แกง กินสด นึ่ง ลวก
34	หมากลิ้นฟ้า	ผลอ่อน	กินสด ยำ เผา
35	สะเดา	ยอดอ่อน ดอกอ่อน	กินสด ลวก
36	พริก	ผล ยอด	แกง แจ่ว หลาม กินสด นึ่ง
37	ตำร้าง	ยอด	แกง นึ่ง หลาม ลวก ชุบ
38	ผักก้านตง	ยอด	แกง นึ่ง หลาม ลวก ชุบ
39	ย่านาง	ใบ	แกง หมก

4.4.2 ประเภทสัตว์ที่นำมาประกอบอาหาร

การสำรวจสัตว์ที่ได้จากลำน้ำคู่และรูปแบบการนำไปประกอบอาหาร โดยวิธีการเดินสำรวจในพื้นที่และสัมภาษณ์ชาวบ้าน จากการสำรวจในพื้นที่ลุ่มน้ำคู่ พบผักพื้นบ้านที่ชุมชนใช้ประโยชน์ดังแสดงในตารางที่ 10

ตารางที่ 10 แสดงสัตว์ที่นำมาประกอบอาหารที่ได้จากลำน้ำคู่

ลำดับที่	ชื่อท้องถิ่น	ลักษณะการนำมาประกอบอาหาร
1	ปลากัง	หมก ต้น แกง หลาม ปิ้ง
2	ปลาจาด	ลาบ แกง หมก ปิ้ง
3	ปลาหลังปี	ลาบ แกง หมก ปิ้ง
4	ปลาชีว	หมก แกง หลาม ปิ้ง

ตารางที่ 10 แสดงสัตว์ที่นำมาประกอบอาหารที่ได้ลำนาคู (ต่อ)

ลำดับที่	ชื่อท้องถิ่น	ลักษณะการนำมาประกอบอาหาร
5	ปลาบู่ฟัน	หมก แกง หลาม ปิ้ง
6	ปลาขาว	ลาบ หมก แกง หลาม ปิ้ง
7	ปลาตะเพียน	ลาบ หมก แกง หลาม ปิ้ง
8	ปลาจอก	ลาบ หมก แกง หลาม ปิ้ง
9	หอยหอม	แกง เอาะ ข้าว ผัก
10	หอยเหล็กชี	แกง เอาะ ข้าว
11	หอยขม	แกง เอาะ ข้าว
12	หอยแครง	แกง เอาะ ข้าว
13	อีบู่ม	หมก แกง หลาม
14	อีงอ่า	หมก แกง ต้ม หลาม
15	กบหมื่น	หมก แกง ต้ม หลาม
16	กบนา	หมก ผัด หลาม อ่อม
17	ปูหิน	นึ่ง แก้ว หลาม
18	ปูเป้ง	นึ่ง แก้ว หลาม

4.5 คุณค่าทางโภชนาการที่ได้จากอาหารในภา

รสของพืชอาหารท้องถิ่น

พืชอาหารท้องถิ่นให้รสชาติที่แตกต่างกันไปตามชนิดพันธุ์ และสามารถจำแนกออกได้จำนวน 8 รส ดังต่อไปนี้

ตารางที่ 11 แสดงรสของพืชอาหารท้องถิ่น บ้านศรีเจริญ ตำบลเลยวังไสย์ อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย

รส	ชนิดพืชอาหารท้องถิ่น
รสฝาด	กล้วยดิบ ใบมะตูม และมะเดื่อ
รสหวาน	ยอดดาว ผักหวานป่า ผักก้านตง ผักพาย ผักปลั่ง บวบ แคน และย่านาง
รสขม	หมากลิ้นฟ้า สะเดา ผักไข่ ยอดหวาย จีเหล็ก และผักขม
รสจืด	หมากน้ำเต้า ฟัก ผักกูด ผักหนาม ผักบู่ เห็ดต่าง ๆ และตำลึง

ตารางที่ 11 แสดงรสของพืชอาหารท้องถิ่น บ้านศรีเจริญ ตำบลเวียงไสย อำเภอกุหลาบ จังหวัดเลย (ต่อ)

รส	ชนิดพืชอาหารท้องถิ่น
รสเผ็ดร้อน	พริก โหระพา ข่า
รสมัน	ถั่วพู ฟักทอง หัวปลี และชะอม เป็นต้น
รสหอมเย็น	หอยวกกล้วย
รสเปรี้ยว	ส้มกบ ส้มกุ่ม ผักคาว ผักชีช้าง

2.3.4 คุณประโยชน์ของพืชอาหารท้องถิ่น

พืชอาหารท้องถิ่นสามารถนำมาบริโภคเป็นอาหารในชีวิตประจำวันมีคุณประโยชน์ในด้านอาหารซึ่งมีสรรพคุณในการเป็นยาไปพร้อมกันด้วย ดังนั้น อาหารรวมถึงพืชอาหารท้องถิ่นที่เป็นส่วนประกอบจึงสามารถจำแนกออกได้ 8 รส (สถาบันการแพทย์แผนไทย, 2540 : 49) นอกจากนี้แล้วพืชอาหารท้องถิ่นยังมีคุณค่าทางโภชนาการของอาหารหลัก 5 หมู่ ได้แก่ โปรตีน(Protein) คาร์โบไฮเดรต(Carbohydrate) ไขมัน(Fat) วิตามิน(Vitamins) และแร่ธาตุ(Minerals) อีกด้วย พืชอาหารท้องถิ่นจึงมีความสำคัญและจำเป็นต่อการดำรงชีวิตของคนในท้องถิ่น

ตารางที่ 12 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างรสอาหารกับสรรพคุณของอาหาร

รส	สรรพคุณของอาหาร
รสฝาด	เป็นยาสมาน ปิดธาตุ หากรับประทานมากเกินไปทำให้ฝืดคอ ท้องอืด ท้องผูก
รสหวาน	ซึมซาบไปตามเนื้อ ทำให้ชุ่มชื้น บำรุงร่างกาย หากรับประทานมากเกินไปทำให้ลมกำเริบ ง่วงนอน เกียจคร้าน
รสขม	แก้โลหิตเป็นพิษ ดีฟิการ หากรับประทานมากเกินไปทำให้กำเริบ อ่อนเพลีย
รสเมาเบื่อ	แก้พิษ ฆ่าพยาธิ
รสเผ็ดร้อน	แก้โรคกองลม ลมจุกเสียด ปวดท้อง หากรับประทานมากเกินไปทำให้เกิดอาการอ่อนเพลียและเผ็ดร้อน
รสมัน	แก้เส้นเอ็นพิการ ปวดเสียว ขัดขอกกระดูก
รสหอมเย็น	แก้ลมมีดหน้าตาลาย วิงเวียน บำรุงหัวใจ

ตารางที่ 12 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างรสชาติกับสรรพคุณของอาหาร (ต่อ)

รส	สรรพคุณของอาหาร
รสเปรี้ยว	แก้เสมหะ กัดฟอกเสมหะ กระตุ้นน้ำลาย เจริญอาหาร หากรับประทานมากเกินไปทำให้ท้องอืด แผล ร้อนใน

จากการศึกษาความหลากหลายของอาหารในภา ทำให้นักวิจัยท้องถิ่นและชุมชนได้ทราบข้อมูลความหลากหลายของแหล่งที่มาของอาหารในภาที่แบ่งออกเป็น 4 แหล่งหลัก ๆ ได้แก่ จากตลาด แปลงเกษตร จากธรรมชาติ และจากการแบ่งปันในชุมชน ความหลากหลายของชนิดพืชท้องถิ่นที่นำมาประกอบอาหารมีทั้งหมด 39 ชนิด และมียังพบอีกว่าคนในท้องถิ่นได้ใช้ประโยชน์ประเภทสัตว์จากห้วยน้ำคู้ อีก 18 ชนิด นักวิจัยท้องถิ่นและชาวบ้านยังได้เรียนรู้เรื่องคุณค่าทางโภชนาการที่ได้จากการรับประทานอาหารท้องถิ่น ซึ่งนับได้ว่าอาหารท้องถิ่นมีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิตของประชาชนในพื้นที่ ในการดำเนินในระยะต่อของการศึกษานักวิจัยท้องถิ่นจะร่วมกันประชาชนในชุมชนเพื่อค้นหาแนวทางในการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นให้กลับอุดมสมบูรณ์และสร้างความมั่นคงทางอาหารให้กับชุมชนต่อไป

4.5 แนวทางการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในภา (สำหรับข้าว)

แนวทางในการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำคู้

แนวทางการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำคู้ จะต้องมีการดำเนินการอย่างเป็นองค์รวม โดยจะต้องมีการฟื้นฟูทรัพยากรในต้นน้ำคู้ การเพิ่มอาหารในแปลงเกษตร การสร้างกระบวนการเรียนรู้ให้กับคนในชุมชนและเด็กเยาวชน รวมทั้งการสร้างมูลค่าเพิ่มและคุณค่าให้กับอาหาร โดยมีแนวทางดังต่อไปนี้

แนวทางการฟื้นฟูระบบนิเวศ และความหลากหลายต้นน้ำคู้

1. การกำหนดแนวเขตพื้นที่อนุรักษ์วังปลา ในห้วยน้ำคู้
2. การกำหนดแนวเขตพื้นที่แปลงเกษตรให้มีระยะห่างจากห้วยน้ำคู้ 10 เมตร เพื่อเป็นแนวกันชน
3. การส่งเสริมการปลูกพืชท้องถิ่นที่เป็นอาหารในพื้นที่ริมน้ำคู้
4. การจัดทำป่าชุมชนในพื้นที่ต้นลำน้ำคู้
5. การส่งเสริมการจัดทำกิจกรรมธนาคารต้นไม้ในพื้นที่ต้นน้ำคู้

แนวทางการส่งเสริมเกษตรยั่งยืน

1. การส่งเสริมการทำเกษตรอินทรีย์ เกษตรยั่งยืน และการทำ 1 ไร่ 1 คูน

2. การส่งเสริมการทำวนเกษตรในพื้นที่ต้นน้ำคู่
3. การส่งเสริมการเลี้ยงสัตว์ เช่น ปลา กบ ไก่ เป็ด หมู ฯลฯ ทั้งในระบบครัวเรือนและระบบกลุ่ม
4. การส่งเสริมการทำฝักริมรั้ว สวนหลังบ้าน

แนวทางการสร้างกระบวนการเรียนรู้ให้เด็ก เยาวชน

1. ส่งเสริมให้เด็กเยาวชนในชุมชนได้เรียนกระบวนการเก็บข้อมูลอาหารในภาเพิ่มเติม และมีการนำเสนอข้อมูลให้ผู้ปกครองและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องได้รับทราบ
2. การจัดทำ “สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น” เกี่ยวกับอาหารท้องถิ่น
3. สร้างกระบวนการเรียนรู้ให้กับเด็กเยาวชน “วัฒนธรรมอาหารในท้องถิ่น และประเพณีที่เกี่ยวกับอาหาร” ให้เด็กได้เรียนรู้

แนวทางการเพิ่มมูลค่า และคุณค่าของอาหารท้องถิ่น

1. การส่งเสริมการแลกเปลี่ยนอาหารในชุมชน “กิจกรรมอาหารข้ามรั้ว”
2. การจัดทำ “เมนูอาหารท้องถิ่น” และประโยชน์ที่ได้รับจากอาหารท้องถิ่น
3. การจัดหลักสูตรอบรมการพัฒนาอาหารท้องถิ่น
4. การส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพกลุ่มสตรีในการถนอมอาหารท้องถิ่น
5. การพัฒนาศักยภาพกลุ่มร้านค้าชุมชนในหมู่บ้าน

บทที่ 5

สรุป บทเรียน และข้อเสนอแนะ

โครงการวิจัยอาหารในภา(สำหรับข้าว)เพื่อฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำคู่ ครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความหลากหลายอาหารในภา(สำหรับข้าว) ปริมาณอาหาร คุณค่าทางโภชนาการและแหล่งที่มาของอาหารในภา เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคน/ชุมชน คุณค่าและการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรต้นน้ำคู่ ทั้งในอดีตและปัจจุบัน เพื่อศึกษารูปแบบและแนวทางส่งเสริมการจัดการทรัพยากรธรรมชาติในพื้นที่ต้นน้ำคู่ เพื่อฟื้นฟูอาหารท้องถิ่น การดำเนินการได้สร้างกระบวนการเรียนรู้ร่วมกันระหว่างนักวิจัยท้องถิ่นและประชาชนที่เข้าร่วมการดำเนินการเป็นผู้ให้ข้อมูลและผู้ร่วมเวที โครงการได้มีส่วนในการสร้างเวทีแห่งการเรียนรู้ร่วมกันของคนชุมชน ในการดำเนินการที่วิจัยได้สร้างกระบวนการพัฒนาศักยภาพคนทำงานให้สามารถเป็นนักวิจัยท้องถิ่นที่มีความพร้อมในการที่จะดำเนินงานร่วมกัน และสร้างเวทีแห่งการเรียนรู้ด้านแนวคิดและวิธีการทำงานวิจัยเพื่อท้องถิ่นที่ต้องปรับให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตของชุมชน ทำให้นักวิจัยท้องถิ่นและชุมชนได้เรียนรู้ไปพร้อมกัน โดยเฉพาะเวทีพัฒนาศักยภาพนักวิจัย เพื่อให้เรียนรู้เครื่องมือต่าง ๆ ในการศึกษาชุมชน เช่น การศึกษาประวัติศาสตร์ชุมชน การทำแผนที่ภายในและภายนอกชุมชน การตั้งประเด็นคำถาม และการสร้างแบบสอบถาม นอกจากนี้ นักวิจัยท้องถิ่นได้สร้างความเข้าร่วมกันระหว่างนักวิจัยท้องถิ่นและประชาชนในหมู่บ้าน ให้เข้าใจถึงเป้าหมายการทำงานวิจัยเพื่อท้องถิ่น โดยผ่านเวทีระดับหมู่บ้าน ในการประชุมประจำเดือนของหมู่บ้าน เวทีศึกษาประวัติศาสตร์ชุมชนและศึกษาบริบทชุมชน และการสัมภาษณ์ข้อมูลต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการพึ่งพิงอาหารจากแหล่งต่าง ๆ ของชุมชน

การดำเนินการวิจัยยังได้พยายามสร้างการมีส่วนร่วมระหว่างเด็กเยาวชนกับนักวิจัยท้องถิ่นในการร่วมกันเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสำรวจที่นักวิจัยท้องถิ่นและชาวบ้านที่ร่วมกันสร้างขึ้น และให้เด็กเยาวชนเก็บข้อมูลจำนวน 3 เดือน ได้แก่เดือนกันยายน เดือนตุลาคมและเดือนพฤศจิกายน และสรุปข้อมูลเพื่อสร้างให้เด็กได้เข้าใจเรื่องการพึ่งพิงอาหารจากแหล่งต่าง ๆ ของชุมชนและร่วมกันสร้างอาหารให้สามารถพึ่งพิงตนเองได้

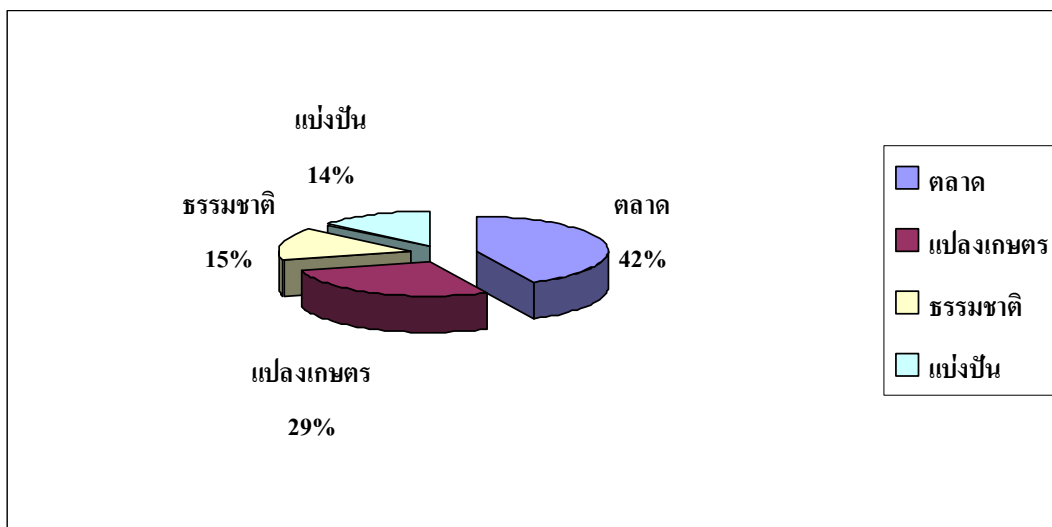
การดำเนินโครงการวิจัยอาหารในภา(สำหรับข้าว)เพื่อฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำคู่กรณีศึกษาบ้านศรีเจริญ ตำบลเลหวังไสย อำเภอกุหลาบ จังหวัดเลย เป็นเครื่องมือในการสร้างกระบวนการเรียนรู้ที่อาศัยเรื่องการ “กิน” เพื่อสะท้อนการพึ่งพิงอาหารและมูลค่าที่เกิดขึ้นจากนำอาหารมาจากแหล่งต่าง ๆ แล้วนำเสนอข้อมูลให้กับชุมชนได้เรียนรู้และหาแนวทางในการสร้างอาหารท้องถิ่นให้สามารถพึ่งตนเองได้

5.1 สรุป

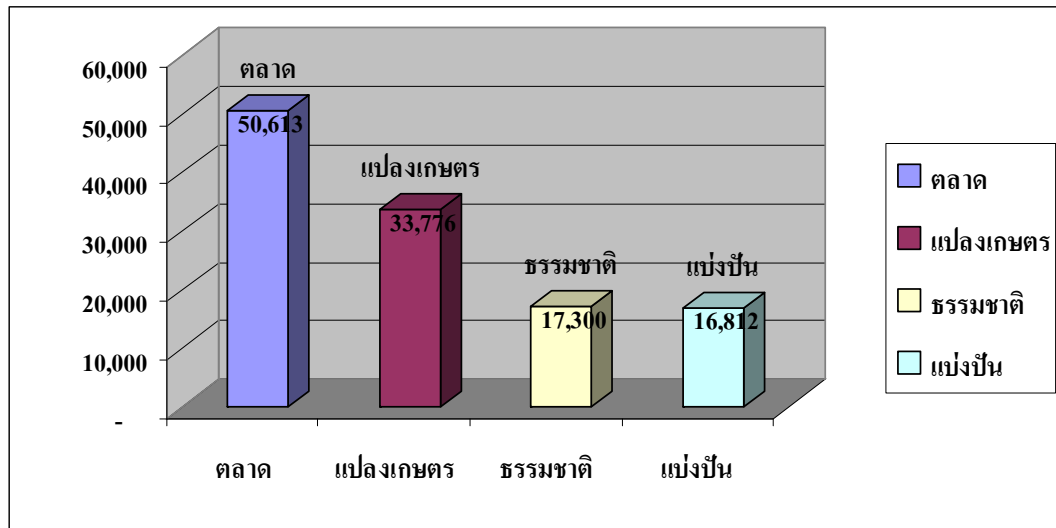
ผลการดำเนินการโครงการวิจัยอาหารในภา(สำหรับข้าว)เพื่อฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำ
คู่ สรุปผลได้ดังนี้

วัตถุประสงค์ที่ 1 เพื่อความหลากหลายอาหารในภา (สำหรับข้าว) ปริมาณอาหาร
คุณค่าทางโภชนาการและแหล่งที่มาของอาหารในภา

จากการศึกษา ในการศึกษาแหล่งที่มาของอาหารในชุมชนในระยะเวลา 3 เดือน
ได้แก่เดือนกันยายน เดือนตุลาคม และเดือนพฤศจิกายน 2551 สามารถสรุปได้ดังนี้ แหล่ง
อาหารที่ชุมชนพึ่งพิงมากที่สุดคือ ตลาด โดยจะมีรถขายกับข้าวเข้ามาขายในหมู่บ้านจำนวน 2
คัน โดยจะมาขายในช่วงเช้าเวลาประมาณ 10.00 - 12.00 น. และช่วงเย็น เวลาประมาณ
16.00 - 18.30 น. ส่วนร้านขายกับข้าวในชุมชนมีทั้งหมด 3 ร้าน ซึ่งจะวางขายตลอดทั้งวัน
โดยอาหารที่พึ่งพิงจากตลาดคิดเป็นร้อยละ 42 ของอาหารในภาทั้งหมด คิดเป็นมูลค่า 50,613
บาท แหล่งที่มาของอาหารในภาที่ชุมชนพึ่งพิงเป็นอันดับ 2 คือแปลงเกษตรยั่งยืน โดยอาศัย
แนวคิดปลูกทุกอย่างที่กิน กินทุกอย่างที่ปลูก โดยยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียง จากการเก็บข้อมูล
พบว่าอาหารในภาที่ได้จากแปลงเกษตรคิดเป็นร้อยละ 29 ของอาหารในภาทั้งหมด คิดเป็น
มูลค่า 33,776 บาท ส่วนการพึ่งพิงด้านอาหารที่ชุมชนพึ่งพิงเป็นอันดับ 3 คือ ธรรมชาติและลำ
น้ำคู่ อาหารได้จากลำน้ำคูมีประมาณร้อยละ 15 คิดเป็นมูลค่า 17,300 บาท และการแบ่งปันกัน
ในชุมชนพบว่ามีสัดส่วนที่น้อยที่สุดคิดเป็นร้อยละ 14 คิดเป็นมูลค่า 16,812 บาท เมื่อรวม
มูลค่าอาหารในภา (สำหรับข้าว) ทั้ง 3 เดือนพบว่ามียุทธศาสตร์รวมกันทั้งหมด 118,501 บาท
รายละเอียดดังภาพ



ภาพประกอบที่ 8 แสดงสัดส่วนแหล่งที่มาของอาหารในภา



ภาพประกอบที่ 9 มูลค่าของอาหารในภาที่มาจากแหล่งต่าง ๆ

วัตถุประสงค์ที่ 2 เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคน/ชุมชน คุณค่า และการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรต้นน้ำลำธาร ทั้งในอดีตและปัจจุบัน

จากการศึกษาพบว่า ชุมชนได้พึ่งพิงอาหารจากห้วยน้ำลำธารนี้ การนำผักมาประกอบอาหารและรับประทานแบบสด ๆ จำนวน 39 ชนิด ส่วนการนำสัตว์น้ำและสัตว์ครึ่งบกครึ่งน้ำมีทั้งหมด 18 ชนิด ซึ่งลักษณะในการนำไปประกอบอาหารมีทั้งหมด 11 รูปแบบ ได้แก่ การหมก การแกง การต้ม การเอาะ การหลาม การลาบ การทำแจ่ว การนึ่ง การปิ้ง การซั่ว และการกินสด โดยชุมชนจะมีช่วงเวลาในการพึ่งพิงอาหารจากลำน้ำลำธารและลำน้ำสาขาทลอดทั้งปี

ลักษณะการพึ่งพิงอาหารในอดีตชุมชนจะพึ่งพิงอาหารจากชุมชนเป็นส่วนใหญ่ อาหารที่ได้จะเป็นอาหารที่ได้จากธรรมชาติ เช่น ลำน้ำลำธาร ห้วยแสม ป่าภูหลวง ในการพึ่งพิงด้านอาหารในชุมชนจะมีการแบ่งปันการในชุมชน ได้อาหารมาก็จะแบ่งปันกันในเครือญาติ และบ้านใกล้เคียง ทำให้ชุมชนมีความผูกพันกันและช่วยเหลือกัน ทำให้ชุมชนอยู่อย่างมีความสุข

ลักษณะการพึ่งพิงอาหารในปัจจุบันชุมชนพึ่งพิงอาหารจากตลาดมากที่สุด ซึ่งจะต้องอาศัยเงินซื้อทำให้คนในชุมชนจะต้องหาแหล่งรายได้มาจุนเจือครอบครัวต้องออกไปหาอาชีพเสริม เช่น ขายเลือดเตอรี ทำให้ครอบครัวไม่อยู่ด้วยกันขาดการดูแลกันและกันทำให้ชุมชนเกิดความห่างเหินกัน การช่วยกันที่มีแต่เดิมก็ลดน้อยลง การพึ่งพิงอาหารตามธรรมชาติก็ลดน้อยลงเนื่องจากไม่มีเวลาไปหาอาหารจากแหล่งธรรมชาติ และอีกส่วนหนึ่งแหล่งอาหารตามธรรมชาติได้ถูกทำลาย เนื่องจากการทำเกษตรแบบเชิงเดี่ยวที่ใช้สารเคมีทำให้พืชผักและสัตว์ต่าง ๆ มีจำนวนลดน้อยลง ซึ่งมีผลกระทบต่อความหลากหลายและปริมาณของอาหารในของชุมชน

พืชอาหารท้องถิ่นสามารถนำมาบริโภคเป็นอาหารในชีวิตประจำวันมีคุณประโยชน์ในด้านอาหารซึ่งมีสรรพคุณในการเป็นยาไปพร้อมกันด้วย ดังนั้น อาหารรวมถึงพืชอาหารท้องถิ่นที่เป็นส่วนประกอบจึงสามารถจำแนกออกได้ 8 รส นอกจากนี้แล้วพืชอาหารท้องถิ่นยังมีความสำคัญทางโภชนาการของอาหารหลัก 5 หมู่ ได้แก่ โปรตีน(Protein) คาร์โบไฮเดรต(Carbohydrate) ไขมัน(Fat) วิตามิน(Vitamins) และแร่ธาตุ(Minerals) พืชอาหารท้องถิ่นจึงมีความสำคัญและจำเป็นต่อการดำรงชีวิตของคนในท้องถิ่น

วัตถุประสงค์ที่ 3 เพื่อศึกษารูปแบบและแนวทางส่งเสริมการจัดการทรัพยากรธรรมชาติในพื้นที่ต้นน้ำคู่ เพื่อฟื้นฟูอาหารท้องถิ่น

แนวทางในการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำคู่ สามารถแบ่งออกเป็น 4 แนวทางได้แก่

1. แนวทางการฟื้นฟูระบบนิเวศ และความหลากหลายต้นน้ำคู่

1. การกำหนดแนวเขตพื้นที่อนุรักษ์วังปลา ในห้วยน้ำคู่
2. การกำหนดแนวเขตระหว่างพื้นที่แปลงเกษตรให้มีระยะห่างจากห้วยน้ำคู่ 10 เมตร เพื่อให้เป็นแนวกันชนระหว่างพื้นที่เกษตรกับแหล่งน้ำ
3. การส่งเสริมการปลูกพืชท้องถิ่นที่เป็นอาหารในพื้นที่ริมน้ำคู่
4. การจัดทำป่าชุมชนในพื้นที่ต้นน้ำคู่
5. การส่งเสริมการจัดทำกิจกรรมธนาคารต้นไม้ในพื้นที่ต้นน้ำคู่

2. แนวทางการส่งเสริมเกษตรยั่งยืน

1. การส่งเสริมการทำเกษตรอินทรีย์ เกษตรยั่งยืน และการทำ 1 ไร่ 1 งาน
2. การส่งเสริมการทำวนเกษตรในพื้นที่ต้นน้ำคู่
3. การส่งเสริมการเลี้ยงสัตว์ เช่น ปลา กบ ไก่ เป็ด หมู ฯลฯ ทั้งในระบบครัวเรือนและระบบกลุ่ม
4. การส่งเสริมการทำฟาร์มรีไซเคิล สวนหลังบ้าน

3. แนวทางการสร้างกระบวนการเรียนรู้ให้เด็ก เยาวชน

1. ส่งเสริมให้เด็กเยาวชนในชุมชนได้เรียนกระบวนการเก็บข้อมูลอาหารในภาพเพิ่มเติม และมีการนำเสนอข้อมูลให้ผู้ปกครองและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องได้รับทราบ
2. การจัดทำ “สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น” เกี่ยวกับอาหารท้องถิ่น

3. สร้างกระบวนการเรียนรู้ให้กับเด็กเกี่ยวกับ “วัฒนธรรมอาหารในท้องถิ่น และประเพณีที่เกี่ยวกับอาหาร” ให้เด็กได้เรียนรู้

4. แนวทางการเพิ่มมูลค่า และคุณค่าของอาหารท้องถิ่น

1. การส่งเสริมการแลกเปลี่ยนอาหารในชุมชน “กิจกรรมอาหารข้ามรั้ว”
2. การจัดทำ “เมนูอาหารท้องถิ่น” และประโยชน์ที่ได้รับจากอาหารท้องถิ่น
3. การจัดหลักสูตรอบรมการพัฒนาอาหารท้องถิ่น
4. การส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพกลุ่มสตรีในการถนอมอาหารท้องถิ่น
5. การพัฒนาศักยภาพกลุ่มร้านค้าชุมชนในหมู่บ้าน

5.2 บทเรียน

5.2.1 บทเรียนที่ทีมนักวิจัยท้องถิ่น

1. นักวิจัยท้องถิ่นได้เรียนรู้และได้ทำความเข้าใจเกี่ยวกับกระบวนการวิจัยเพื่อท้องถิ่นที่ให้คนในท้องถิ่นเป็นผู้วิจัยและใช้ประโยชน์จากงานวิจัยที่ตนเองเป็นผู้ปฏิบัติและร่วมกันศึกษา
2. นักวิจัยท้องถิ่นได้เรียนรู้กระบวนการศึกษาข้อมูลชุมชนโดยผ่านเครื่องมือการศึกษาประวัติศาสตร์ชุมชน ซึ่งให้นักวิจัยได้เรียนรู้การตั้งคำถามและเรียนรู้ที่จะจดบันทึกเรื่องราวของชุมชนตนเอง รวมทั้งเป็นการสร้างความสัมพันธ์ในระดับชุมชนได้อีกด้วยเพราะเป็นการไปเยี่ยมผู้เฒ่า ผู้แก่ในชุมชน
3. นักวิจัยท้องถิ่นได้เรียนรู้วิธีการสร้างแบบสอบถามและการตั้งประเด็นในการเก็บข้อมูลเพื่อนำมาใช้ประโยชน์
4. การศึกษาดูงานนับเป็นวิธีการที่สำคัญในการสร้างกระบวนการเรียนรู้ให้กับนักวิจัย เป็นสร้างความมั่นใจและเพิ่มพลังให้กับนักวิจัยได้เป็นอย่างดี
5. นักวิจัยเพื่อท้องถิ่นได้นำรูปแบบการศึกษาไปนำเสนอต่อที่ประชุมกำนันผู้ใหญ่บ้านในระดับอำเภอ เพื่อเป็นการเผยแพร่การทำงานของทีมนักวิจัยท้องถิ่น

5.2.2 บทเรียนของชุมชน

1. ชุมชนได้ทราบรูปแบบและเป้าหมายการทำงานวิจัยเพื่อท้องถิ่นผ่านเวทีระดับหมู่บ้านและร่วมแสดงความคิดเห็นในการดำเนินการศึกษาวิจัย

2. การนำเสนอข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งที่มาและมูลของอาหารในกาทำให้ชุมชนได้ตระหนักถึงระบบการผลิตอาหารและการพึ่งพิงอาหารจากภายนอกชุมชนซึ่งทำให้ชุมชนได้ร่วมกันหาแนวทางการสร้างอาหารในชุมชนเพิ่มมากขึ้น

5.2.3 องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

กระบวนการพัฒนานักวิจัยท้องถิ่น

1. พัฒนาโครงการเพื่อเตรียมความพร้อมนักวิจัย

เวทีพัฒนาโครงการเป็นการสร้างความพร้อมให้กับนักวิจัยท้องถิ่นและชุมชน เพื่อหาประเด็นที่ส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตของประชาชนในพื้นที่บ้านศรีเจริญและบ้านโคกหนองแห้ว ในการพัฒนาโจทย์จะต้องตั้งคำถามกับผู้เข้าร่วมให้มากที่สุด และค้นประเด็นที่ตรงกับใจของชุมชนที่จะดำเนินการแล้วพัฒนาเป็นโครงการวิจัย และให้นักวิจัยท้องถิ่นเรียนรู้การทำงานวิจัยด้วยตัวชุมชนเอง ในการพัฒนาโครงการ นายแสวง ดาปะ ได้สะท้อนความคิดว่า “ควรจะมีการดำเนินการก่อนพัฒนาโครงการวิจัยประมาณ 2 เดือนเพื่อเตรียมความพร้อมและสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับกระบวนการวิจัยเพื่อท้องถิ่น และความจำเป็นที่จะต้องมีการวิจัยเพื่อแก้ไขปัญหาของท้องถิ่น”

2. สร้างความเข้าใจกระบวนการวิจัยเพื่อท้องถิ่น

เวทีสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับกระบวนการวิจัยเพื่อท้องถิ่นหลังได้รับอนุมัติโครงการที่เป็นกระบวนการเสริมหนุนจากทีมพี่เลี้ยงเพื่อสร้างความเข้าใจกระบวนการทำวิจัยเพื่อท้องถิ่น ซึ่งการดำเนินของทีมพี่เลี้ยงจะเป็นการจัดเวทีโดยการให้แต่ละโครงการได้รับการสนับสนุนมาเรียนรู้ร่วมกัน ผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการ ซึ่งเป็นผลดีต่อการดำเนินการ แต่การดำเนินการจะต้องมีการสร้างความเข้าใจในระดับหมู่บ้าน โดยเฉพาะจะต้องมีการให้ความรู้กับชุมชนอย่างต่อเนื่อง และให้ทีมวิจัยในโครงการอื่นได้เข้ามาเรียนรู้กระบวนการวิจัยในชุมชน

3. เรียนรู้เครื่องมือและการสร้างเครื่องมือเพื่อหาคำตอบ

กระบวนการเรียนรู้เครื่องมือและการสร้างเครื่องมือเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูลเพื่อนำไปสู่การค้นหาคำตอบนั้น แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 เป็นการสนับสนุนให้ทีมวิจัยท้องถิ่นได้เรียนรู้ร่วมกัน โดยผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการของทีมพี่เลี้ยง ซึ่งทีมวิจัยได้เรียนรู้สร้างแบบสอบถาม การตั้งคำถามในการสัมภาษณ์ และการเรียนรู้วิธีการดำเนินการเก็บข้อมูล โดยการกระบวนการพัฒนาศักยภาพที่จัดขึ้นเป็นการอบรมแบบฝึกปฏิบัติ ซึ่งทำให้นักวิจัยได้เรียนรู้การตั้งคำถามเพื่อให้คำตอบให้ได้ รวมทั้งการสร้างแบบสอบถามที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การวิจัย ส่วนที่ 2 เป็นการสร้างเครื่องมือในการเก็บของแต่ละโครงการที่ทีมพี่เลี้ยงลงพื้นที่สนับสนุนการดำเนินเพื่อสร้างแบบสอบถามที่สอดคล้องกับ

วัตถุประสงค์การวิจัยของโครงการ โดยการสร้างแบบสอบถามจะมีการทดลองใช้และมีการปรับแก้เพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการข้อมูลที่จะเป็นส่วนหนึ่งของการตัดสินใจการวางแผนการดำเนินโครงการที่จะแก้ไขปัญหาให้กับชุมชน และเป็นข้อมูลที่เชื่อถือได้

4. เรียนรู้เทคนิคการศึกษาชุมชน

กระบวนการเรียนรู้เครื่องมือในการศึกษาชุมชน แบ่งกระบวนการเรียนรู้ออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ 1. การเรียนผ่านการอบรม ซึ่งเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ทีมพี่เลี้ยงได้จัดให้มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการดำเนินการและสอดแทรกเครื่องมือในการศึกษาชุมชนให้ได้เรียนรู้ในการศึกษาชุมชนผ่านเครื่องมือต่าง ๆ เช่น การศึกษาประวัติศาสตร์ชุมชน การทำแผนที่ชุมชน การศึกษาบริบทชุมชน การศึกษาปฏิทินฤดูกาล และการเรียนรู้กระบวนการประชุมอย่างสร้างสรรค์ 2. การเรียนรู้จากการปฏิบัติ เป็นกระบวนการที่ทีมวิจัยได้นำเครื่องมือที่ได้จากเรียนมาทดลองปฏิบัติในชุมชน ผ่านการลองผิดลองถูกเพื่อให้ได้ข้อมูลต่างที่ทีมวิจัยต้องการ แต่ในการดำเนินก็ประสบกับปัญหาเนื่องการอบรมเป็นการอบรมเพียงครั้งเดียว ควรจะมีการอบรมซ้ำ และมีการนำเสนอบทเรียนจากการใช้เครื่องมือต่าง ๆ ของแต่ละโครงการว่าประสบปัญหาอย่างไร มีข้อดีของเครื่องมือแต่ละอย่างเป็นอย่างไรบ้าง

กระบวนการเก็บข้อมูลชุมชน

1. การศึกษาประวัติศาสตร์ชุมชน

การศึกษาประวัติศาสตร์เป็นเครื่องมือในการศึกษาชุมชนที่สร้างพลังให้คนในชุมชนได้มาเรียนการความเป็นมาของชุมชน เป็นเครื่องมือที่สามารถสร้างการมีส่วนร่วมของชุมชนได้ ผ่านเวทีการบอกเล่าของผู้เฒ่าในชุมชน และมีการสอดแทรกเรื่องราวที่สำคัญ ๆ ของชุมชนที่เกิดขึ้นทำให้เกิดความอยากรู้และเรียนรู้ผ่านประสบการณ์จริงของคนในชุมชน ในการศึกษาประวัติศาสตร์ทำให้เห็นแนวคิดการตั้งบ้านโคกหนองแ้วและบ้านศรีเจริญว่ายึดถือภูมิศาสตร์ของหมู่บ้านสิ่งสำคัญในการตั้งบ้าน นอกจากนี้ยังได้เรียนรู้อาหารท้องถิ่นในอดีตว่ามาจากแหล่งไหนบ้าง

2. แผนที่ชุมชน และแผนที่ทรัพยากร

การทำแผนที่ชุมชนและแผนที่ทรัพยากรชุมชนทำให้นักวิจัยและผู้เข้าร่วมการประชุมได้เรียนรู้ภูมิศาสตร์ของหมู่บ้าน และแหล่งทรัพยากรต่าง ๆ ของชุมชน เช่น แหล่งน้ำ ภูเขา ห้วย หนอง พื้นที่การเกษตร พื้นที่ป่า ฯลฯ ซึ่งจะทำให้สามารถเชื่อมโยงกับการพึ่งพิงอาหารของประชาชนของบ้านศรีเจริญและบ้านโคกหนองแ้วได้ นอกจากนี้ยังได้เรียนรู้ระบบนิเวศลุ่มน้ำคู่ว่าเป็นอย่างไร ความมีการจัดการอย่างไร เช่น ควรมีการจัดทำแนวกัน

ชนระหว่างแปลงเกษตรกับพื้นที่ห้วยน้ำคู่เพื่อกรองตะกอนดินที่ไหลลงมาจากแปลงเกษตรเป็นต้น

3. เรียนรู้กระบวนการเก็บข้อมูล

การเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามในภาพเป็นรายวัน ได้จากการเรียนรู้เรื่องความรับผิดชอบของผู้ให้ข้อมูลที่จะต้องบันทึกอาหารในแต่ละมื้อที่ตนเองรับประทาน และได้เห็นข้อมูลจริงที่ครอบครัวตนเองรับประทานในแต่ละวัน นอกจากนี้การเก็บข้อมูลยังสร้างกระบวนการมีส่วนร่วมให้เด็กเยาวชนในโรงเรียนได้เรียนรู้กระบวนการบันทึกข้อมูลและได้เป็นตัวเลขที่ทำให้เด็กเยาวชนเข้าใจเรื่องการพึ่งพิงอาหารจากภายนอกชุมชน นอกจากนี้ในการศึกษาข้อมูลยังได้เรียนคุณค่า ความหมาย ความเชื่อที่เกี่ยวกับอาหารผ่านการเวทีการประชุมนักวิจัยอย่างต่อเนื่อง ผลที่ได้คือ การจัดทำเมนูอาหารท้องถิ่น การจัดทำเอกสารคุณค่าของอาหารท้องถิ่นเพื่อให้เด็ก เยาวชน และคนในชุมชนได้เรียนรู้คุณค่าของอาหารท้องถิ่น

4. เรียนรู้เพื่อวิเคราะห์ผ่านข้อมูล

กระบวนการสรุปข้อมูลจะสรุปข้อมูลทุก 1 เดือน โดยให้นักวิจัยได้มาสรุปข้อมูลร่วมกัน มีการบวกลบตัวเลขด้วยมือและให้นักวิจัยและผู้บันทึกข้อมูลเป็นผู้สรุปข้อมูลเอง หลังจากนั้นก็นำตัวเลขที่ได้มาสรุปรวมกัน ซึ่งกระบวนการนี้จะทำให้นักวิจัยและผู้ให้ข้อมูลได้เห็นสถานการณ์การพึ่งพาอาหารจากแหล่งต่าง ๆ ว่าเป็นอย่างไร และสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับแหล่งอาหารนั้นเพื่อลดการพึ่งพิงจากภายนอกชุมชน

5. การนำเสนอข้อมูล

การนำเสนอข้อมูลต่อชุมชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเป็นเวทีที่สำคัญในการทำวิจัยเพื่อท้องถิ่น ซึ่งเป็นช่องทางทำให้งานวิจัยได้นำไปสู่การปฏิบัติ ทำให้ชุมชนได้เห็นข้อมูลจากการเก็บข้อมูลและได้เพิ่มเติมข้อมูลในส่วนที่ทีมวิจัยยังเก็บข้อมูลไม่สมบูรณ์ และร่วมกันหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นกับสถานการณ์อาหาร นอกจากนี้ยังทำให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้นำข้อมูลที่ได้จากการวิจัยนำไปพัฒนากิจกรรมโครงการในสร้างความมั่นคงทางอาหารให้กับชุมชน เช่น การจัดทำแนวเขตอนุรักษ์พันธุ์สัตว์น้ำในห้วยแหม่ ที่ได้รับการสนับสนุนจากชุมชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เป็นต้น

5.3 ข้อเสนอแนะ

1. การดำเนินการวิจัยเพื่อท้องถิ่นเป็นเรื่องใหม่สำหรับนักวิจัยท้องถิ่นและชุมชน ทำให้การดำเนินการในช่วงแรกจะมีความล่าช้า การดำเนินการวิจัยควรจะมีการเตรียมความให้กับนักวิจัยท้องถิ่นและชาวบ้านให้เข้มข้นมากขึ้น ซึ่งจะช่วยให้สามารถดำเนินการรวดเร็วขึ้น
2. ในการดำเนินควรมีการสร้างเครือข่ายนักวิจัยเพื่อท้องถิ่นในจังหวัดเลยขึ้นเพื่อเป็นส่วนหนึ่งในการช่วยกันของนักวิจัยท้องถิ่น
3. ในการพัฒนาศักยภาพนักวิจัยท้องถิ่นควรมีการดำเนินการอย่างต่อเนื่องและควรมีการแลกเปลี่ยนกันข้ามจังหวัดหรือที่มีประเด็นในการวิจัยร่วมกัน
4. การดำเนินโครงการควรมีการดำเนินการในระยะต่อไปเพื่อทดลองปฏิบัติการในการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำคู่ เพื่อสร้างความมั่นคงทางอาหารให้กับชุมชนต่อไป

ภาคผนวก ก

วันที่...../...../.....

โครงการวิจัยอาหารในภา (สำหรับข้าว) เพื่อการฟื้นฟูอาหารท้องถิ่น

ชื่อ.....สกุล.....อายุ.....ปี จำนวนสมาชิกครัวเรือน.....คน

ตอนที่ 2 ข้อมูลอาหารในภา (สำหรับข้าว)

[illegible]

ภาคผนวก ข



ภาพกิจกรรมเปิดเวทีนักวิจัยท้องถิ่น



ภาพกิจกรรมเปิดเวทีระดับหมู่บ้าน



กิจกรรมเวทีประชุมชนประจำเดือน



เวทีศึกษาบริบทชุมชน



กิจกรรมนำเสนอข้อมูลบริบทชุมชน



กิจกรรมนำเสนอแผนที่ภายในชุมชน



กิจกรรมสำรวจแนวอุทยาน



อาหารในภา



ศึกษาอาหารจากแหล่งธรรมชาติ



ประชุมนักวิจัยท้องถิ่น



นักวิจัยท้องถิ่นบ้านศรีเจริญ

ประวัตินักวิจัยท้องถิ่น

โครงการอาหารในภา(สำหรับข้าว)เพื่อฟื้นฟูอาหารท้องถิ่นในต้นน้ำ
กรณีศึกษา บ้านศรีเจริญ ตำบลเลยวังไสย์ อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย

1. นายแสง ดาปะ อายุ 41 ปี

ที่อยู่ปัจจุบันเลขที่ 101 หมู่ที่ 8 บ้านศรีเจริญ ตำบลเลยวังไสย์ อำเภอภูหลวง
จังหวัดเลย

ประวัติด้านการศึกษา

ปัจจุบัน กำลังศึกษาต่อ ระดับปริญญาตรี สาขารัฐประศาสนศาสตร์
วิชาเอกการบริหารการปกครองท้องถิ่น มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมธิราช
ตามโครงการกระทรวงมหาดไทยร่วมมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมธิราช
พ.ศ. 2544 จบการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6
ศูนย์การศึกษานอกโรงเรียน อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย
พ.ศ. 2525 จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
โรงเรียนบ้านกกเคื่อ ตำบลหนองหญ้าปล้อง อำเภอวังสะพุง
จังหวัดเลย

ประวัติการทำงาน

พ.ศ.2550 – ปัจจุบัน ได้รับคัดเลือกเป็นกำนันตำบลเลยวังไสย์
อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย
พ.ศ.2549- พ.ศ.2550 ได้รับคัดเลือกเป็นผู้ใหญ่บ้าน บ้านศรีเจริญ
พ.ศ.2544-พ.ศ.2549 ได้รับการคัดเลือกเป็นผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน บ้านศรีเจริญ

2. นายสมศักดิ์ พงพรม อายุ 51 ปี
 ที่อยู่ปัจจุบัน 59 หมู่ที่ 8 ตำบลเลขวงไสย์ อำเภอกุหลาบ จังหวัดเลย
 ประวัติการทำงาน
 ปัจจุบัน รองประธานสภาองค์การบริหารส่วนตำบลเลขวงไสย์
 ประธานกลุ่มออมทรัพย์บ้านศรีเจริญ
 ประธานกองทุนหมู่บ้าน
 อดีต ผู้ใหญ่บ้านบ้านศรีเจริญ ได้รับรางวัลผู้ใหญ่บ้านดีเด่น (แห่นบทองคำ)
3. นายทวี พรหมมาวัน อายุ 41 ปี
 ที่อยู่ปัจจุบัน 27 หมู่ที่ 8 ตำบลเลขวงไสย์ อำเภอกุหลาบ จังหวัดเลย
 ประวัติการทำงาน
 ปัจจุบัน กรรมการศูนย์เรียนรู้บ้านศรีเจริญ
 กรรมการกลุ่มออมทรัพย์บ้านศรีเจริญ
 อดีต สมาชิกสภาองค์การบริหารส่วนตำบลเลขวงไสย์
4. นางสุพัตรา ศรีบุรินทร์ อายุ 32 ปี
 ที่อยู่ปัจจุบัน 91 หมู่ที่ 8 ตำบลเลขวงไสย์ อำเภอกุหลาบ จังหวัดเลย
 ประวัติการทำงาน
 ปัจจุบัน กรรมการศูนย์เรียนรู้บ้านศรีเจริญ
 กรรมการกลุ่มออมทรัพย์บ้านศรีเจริญ
 กรรมการกลุ่มสตรีบ้านศรีเจริญ
5. นางสกุณา บาตาจันทร์ อายุ 34 ปี
 ที่อยู่ปัจจุบัน 42 หมู่ที่ 8 ตำบลเลขวงไสย์ อำเภอกุหลาบ จังหวัดเลย
 ประวัติการทำงาน
 ปัจจุบัน กรรมการศูนย์เรียนรู้บ้านศรีเจริญ
 กรรมการกลุ่มสตรีบ้านศรีเจริญ
6. นายวิรัช ช้อยจอหอ อายุ 62 ปี
 ที่อยู่ปัจจุบัน 71 หมู่ที่ 8 ตำบลเลขวงไสย์ อำเภอกุหลาบ จังหวัดเลย
 ประวัติการทำงาน
 ปัจจุบัน รองประธานกลุ่มออมทรัพย์บ้านศรีเจริญ
 กรรมการศูนย์เรียนรู้บ้านศรีเจริญ
 กรรมการหมู่บ้านบ้านศรีเจริญ

7. นางอุบล ดาปะ อายุ 37 ปี
 ที่อยู่ปัจจุบัน 101 หมู่ที่ 8 ตำบลเลยวงไศย์ อำเภอกุหลาบ จังหวัดเลย
 ประวัติการทำงาน
 ปัจจุบัน ประธานกลุ่มสตรีบ้านศรีเจริญ
 กรรมการศูนย์เรียนรู้บ้านศรีเจริญ
 กรรมการร้านค้าชุมชนบ้านศรีเจริญ
8. นางโสภี ศรีรินทร์ อายุ 39 ปี
 ที่อยู่ปัจจุบัน 78 หมู่ที่ 8 ตำบลเลยวงไศย์ อำเภอกุหลาบ จังหวัดเลย
 ประวัติการทำงาน
 ปัจจุบัน กรรมการกลุ่มสตรีบ้านศรีเจริญ
 กรรมการศูนย์เรียนรู้บ้านศรีเจริญ
9. นางจันทร์ทอง สุขเจริญ อายุ 43 ปี
 ที่อยู่ปัจจุบัน 62 หมู่ที่ 8 ตำบลเลยวงไศย์ อำเภอกุหลาบ จังหวัดเลย
 ประวัติการทำงาน
 ปัจจุบัน กรรมการกลุ่มสตรีบ้านศรีเจริญ
10. นางประพิศ ช้อยจอหอ อายุ 58 ปี
 ที่อยู่ปัจจุบัน 62 หมู่ที่ 8 ตำบลเลยวงไศย์ อำเภอกุหลาบ จังหวัดเลย
 ประวัติการทำงาน
 ปัจจุบัน กรรมการกลุ่มสตรีบ้านศรีเจริญ
11. นางบัวไข สีหา อายุ 41 ปี
 ที่อยู่ปัจจุบัน 5 หมู่ที่ 8 ตำบลเลยวงไศย์ อำเภอกุหลาบ จังหวัดเลย
 ประวัติการทำงาน
 ปัจจุบัน กรรมการกลุ่มสตรีบ้านศรีเจริญ
12. นายเขียน วังศิริ อายุ 53 ปี
 ที่อยู่ปัจจุบัน บ้านโคกหนองแห้ว ตำบลเลยวงไศย์ อำเภอกุหลาบ จังหวัดเลย
 ประวัติการทำงาน
 ปัจจุบัน สมาชิกสภาองค์การบริหารส่วนตำบลเลยวงไศย์
 กรรมการศูนย์เรียนรู้บ้านศรีเจริญ

13. นายสุเทพ ขวัญแน่น อายุ 51 ปี
 ที่อยู่ปัจจุบัน 80 หมู่ที่ 8 ตำบลเลหวางไสย์ อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย
 ประวัติการทำงาน
 ปัจจุบัน ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้านบ้านศรีเจริญ
 กรรมการกลุ่มออมทรัพย์บ้านศรีเจริญ
 กรรมการศูนย์เรียนรู้บ้านศรีเจริญ
 กรรมการกองทุนหมู่บ้านศรีเจริญ
 กรรมการร้านค้าชุมชนบ้านศรีเจริญ