

บทคัดย่อ

โครงการกระบวนการฟื้นฟูอาหารพื้นบ้านมอญสู่การเชื่อมโยงวัฒนธรรมชุมชน องค์ความรู้ท้องถิ่น และความมั่นคงด้านอาหารของชุมชนบ้านหนองคู-บ่อควา ตำบลบ้านเรือน อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน วัตถุประสงค์ เพื่อทบทวนและสืบค้นข้อมูลด้านอาหารพื้นบ้านของชนมอญบ้านหนองคู - บ่อควา เพื่อค้นหาคุณค่าและความหมายอาหารพื้นบ้านมอญบนฐานของวัฒนธรรมและองค์ความรู้ท้องถิ่นของชุมชนบ้านหนองคู-บ่อควา และเพื่อหาแนวทางในการฟื้นฟูวัฒนธรรมด้านอาหารพื้นบ้านชาวมอญบ้านหนองคู – บ่อควา

กระบวนการเป็นการสืบค้นประวัติศาสตร์ชุมชน วัฒนธรรมประเพณี สัตถ์สอยที่ดั่งามของชุมชนชาวบ้าน ที่จะส่งผลให้เด็กเยาวชน สมาชิกในชุมชนได้เกิดความรักเห็นคุณค่า ให้ความสำคัญและรักษาวัฒนธรรมดั้งเดิมของชนมอญบ้านหนองคู-บ่อควา ให้คงอยู่คู่กับชุมชนชาวมอญไม่ให้เลือนหายไปกับวัฒนธรรมสมัยใหม่ โดยเฉพาะวัฒนธรรมด้านการบริโภค ที่เปลี่ยนเป็นอาหารจานด่วน อาหารสำเร็จรูปที่มีคุณค่าทางโภชนาการค่อนข้างต่ำและไม่สอดคล้องกับวิถีความเป็นอยู่ของชุมชน ในระยะแรกเป็นการชี้แจงทำความเข้าใจการดำเนินโครงการวิจัย การสืบค้นและรวบรวมข้อมูล โดยวิธีการรวบรวมข้อมูล ทั้งจากเอกสารที่มีอยู่และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง การจัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระดมข้อมูลจากผู้รู้ แก่นนำชุมชนและผู้เกี่ยวข้อง โดยเน้นให้เด็ก เยาวชนได้เข้ามาเรียนรู้ร่วมด้วย การสำรวจข้อมูลด้านอาหารพื้นบ้านของชาวบ้านหนองคู-บ่อควา โดยเด็กเยาวชนเป็นหลักในการลงไปสืบค้นข้อมูล การสรุปรวบรวมข้อมูล วิเคราะห์สังเคราะห์ข้อมูล ซึ่งเป็นการสร้างการเรียนรู้ร่วมกันระหว่างเยาวชนกับคนในชุมชน

ชุมชนมอญในพื้นที่จังหวัดลำพูน มี 2 หมู่บ้าน ได้แก่ หนองคู และบ่อควา เดิมเป็นหมู่บ้านเดียวกัน แต่ถูกแบ่งออกเป็น 2 หมู่บ้าน มีผู้นำชุมชนที่เข้มแข็ง เป็นผู้คอยประสานให้ชาวมอญในชุมชนทั้ง 2 หมู่บ้านให้มีความรักใคร่ สามัคคี และประสานงานให้เกิดการทำกิจกรรมร่วมกันโดยตลอด ชาวมอญนั้นขึ้นชื่อเรื่องการทำขนมจีนหรือขนมเส้น ซึ่งบ่งบอกความเป็นอยู่ของชาวมอญหรือรามัญเป็นอย่างดี ชาวบ้านหนองคู-บ่อควา นับถือศาสนาพุทธนิกายธรรมยุติก มีการไปทำบุญในวันพระ ทำบุญตามประเพณีเข้าพรรษา ออกพรรษา ทำบุญเดือนยี่เป็ง ทำบุญตานข้าวใหม่ วันสงกรานต์ วันขึ้นปีใหม่และบุญสงเคราะห์ทั่วไป ทำบุญตานก้วยสลาก แห่ไม้คำสะหลี ทำบุญเสื่อบ้าน คำหัวผู้เฒ่าผู้แก่ในวันสงกรานต์ (ปีใหม่เมือง) คำหัวผู้นำชุมชน ยังคงมีให้เห็นอยู่

อาหารพื้นบ้านของชนมอญ บ้านหนองคู-บ่อควา จากการดำเนินโครงการวิจัย ได้มีการสรุปอาหารพื้นบ้านหนองคู-บ่อควา จำนวน 11 ชนิด ได้แก่ 1)แกงดอกส้าน 2)แกงมะตาด 3)แกงบอน 4)เจียวกะเพรา 5)ขนมจีนน้ำยาปลาแห้ง 6)ขนมจีนผัด 7)แกงมัน 8)แกงปลาป่น 9)แกงกระเจียบ 10)แกงขี้เหล็ก 11) แกงกล้วยดิบ และขนมพื้นบ้านมอญจำนวน 5 ชนิด 1) ขนมเม็ดขนุน 2) ข้าวควบ 3) ขนมต้มหัวช้าง 4) ขนมลอดช่อง 5) ขนมกล้วย ซึ่งทางโครงการได้นำเสนอชื่อเรียกอาหารทั้งในภาษาไทยกลางและภาษามอญ คุณค่า

ความหมาย องค์ประกอบของอาหาร ประโยชน์ทางโภชนาการ จากการศึกษาจะเห็นว่าอาหารพื้นบ้านมอญมีหลากหลาย แต่ปัจจุบันเริ่มสูญหายไป และมีการปรับเปลี่ยนวัตถุดิบ อุปกรณ์ในการประกอบอาหารให้มีความสอดคล้องกับสถานการณ์ปัจจุบันมากขึ้น เมนูและส่วนประกอบต่าง ๆ มีการปรับเปลี่ยนตามความนิยมของผู้บริโภค แต่วัตถุดิบหลักยังคงมีอยู่ จากการดำเนินงานวิจัยพยายามรวบรวมข้อมูลอาหารพื้นบ้านบ้านหนองคู-บ่อควา เพื่อให้คนรุ่นหลังได้เรียนรู้ร่วมกัน

แนวทางในการฟื้นฟูวัฒนธรรมด้านอาหารพื้นบ้านชาวมอญบ้านหนองคู - บ่อควา ทุกฝ่ายต้องตระหนักและเห็นความสำคัญของวัฒนธรรมของตน ตลอดจนให้ความร่วมมือในการที่จะร่วมกันฟื้นฟูและอนุรักษ์วัฒนธรรมอันดีงามซึ่งบรรพบุรุษได้สืบทอดมาถึง โดยมีแนวทางในการดำเนินการ คือ การสร้างข้อตกลงและขอความร่วมมือ ในการฟื้นฟูวัฒนธรรมด้านอาหารพื้นบ้านชาวมอญ สร้างความตระหนักเห็นคุณค่าของอาหารพื้นบ้านชาวมอญ และ ร่วมมือกันฟื้นฟูและอนุรักษ์วัฒนธรรมด้านอาหารพื้นบ้านชาวมอญบ้านหนองคู - บ่อควา จัดกิจกรรมส่งเสริมการรับประทานอาหารพื้นบ้านชาวมอญ เช่น การประกวดการทำอาหารพื้นบ้านมอญ การแลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์ซึ่งกันและกัน โรงเรียนจัดทำหลักสูตรท้องถิ่นให้นักเรียนเรียนรู้เรื่อง การทำอาหารพื้นบ้านชาวมอญ เป็นต้น และการยกย่อง ชมเชย ครอบครัวตัวอย่างที่ทุกคนสามารถรับประทานอาหารพื้นบ้านชาวมอญได้อย่างยั่งยืน รวมทั้งการพัฒนาแหล่งเรียนรู้ด้านการอาหารไว้ที่บ้านหนองคู - บ่อควา เพื่อเป็นแหล่งเรียนรู้ให้กับผู้ที่สนใจ และเด็กเยาวชนนักเรียนโรงเรียนหนองคู

ข้อค้นพบจากการดำเนินงาน การทำงานโครงการวิจัยทำให้ได้รู้ข้อมูลของชุมชนมากขึ้น รู้จักอาหารพื้นบ้าน และมีการฟื้นฟู การทำอาหารพื้นบ้าน รวมทั้งการได้สาธิตให้กับเด็กเยาวชนในโรงเรียนได้มาเรียนรู้ร่วมกับผู้รู้ด้านอาหารในชุมชน นอกจากนี้การดึงเยาวชนเข้ามาร่วมในกระบวนการวิจัย ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างเด็กและคนเฒ่าคนแก่ดีขึ้น เด็กมีความรู้ ความสุขที่ได้ลงไปเก็บข้อมูล การลงไปพูดคุย คนเฒ่าคนแก่มีความภูมิใจที่ได้เป็นผู้ให้ข้อมูล ได้เล่าเรื่องราวของตนเอง ทีมวิจัยได้เรียนรู้กระบวนการวิจัยเพื่อท้องถิ่นมากขึ้น จากการทบทวนถึงข้อดีข้อเสียและผลที่ชุมชนได้รับ พบว่า สมาชิกที่เข้าร่วมโครงการมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านพฤติกรรมและความคิด มองเห็นศักยภาพแบบมีส่วนร่วมของกลุ่มองค์กรเป็นอย่างดี โดยยึดเป้าหมายเพื่อให้คนในชุมชนบ้านหนองคูและบ่อควาได้ฟื้นฟูอาหารพื้นบ้านมอญ ส่งผลให้คนในชุมชนมีสุขภาพสมบูรณ์ แข็งแรงและปลอดภัย เป็นแบบอย่างที่ดีเพื่อขยายผลในพื้นที่อื่นต่อไป

ปัญหาอุปสรรคในการดำเนินงาน คือ การทำงานวิจัย หรือทำงานเชิงเอกสารกับชาวบ้านนั้น เป็นเรื่องที่ยากลำบาก เนื่องจากการทำงานไม่ค่อยให้ความสำคัญกับบันทึกข้อมูล การเก็บข้อมูลต่าง ๆ จึงไม่ครอบคลุม แม้ทางโครงการพยายามประสานทางอาจารย์ นักวิชาการในชุมชนลงมาเป็นทีมวิจัย แต่ด้วยภาระหน้าที่ ทำให้ไม่ค่อยมีเวลาในการลงมาทำงานวิจัยอย่างจริงจัง รวมทั้งประสบการณ์ด้านงานวิจัยของทีมวิจัยเอง