

## การจัดการความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านวัฒนธรรมอาหารพื้นบ้านภาคเหนือตอนบนของไทย

### The Knowledge Management of Local food culture in northern Thailand

ฉิมมน ภมร<sup>1</sup> และ พัชรี ตันติวิภาวิน<sup>2</sup>

#### บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) ศึกษารูปแบบของการถ่ายทอดภูมิปัญญาอาหารพื้นบ้านของชุมชนในท้องถิ่นภาคเหนือตอนบน (2) ศึกษาการจัดการความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารพื้นบ้านภาคเหนือตอนบนของไทย ในการสร้างความมั่นคงทางด้านอาหารพื้นบ้านภาคเหนือตอนบนเพื่อเชิงพาณิชย์ การเป็นอาหารเพื่อสุขภาพ เพื่อสร้างรายได้ทางเศรษฐกิจให้กับชุมชนโดยใช้ระเบียบวิธีการดำเนินการวิจัย การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ซึ่งกลุ่มตัวอย่างผู้ให้ข้อมูลหลัก คือ นักวิชาการด้านอาหาร นักวิชาการด้านสาธารณสุข นักวิชาการด้านวัฒนธรรม และตัวแทนชุมชนที่เป็นผู้รู้อาหารพื้นเมือง และกิจกรรมเผยแพร่องค์ความรู้ด้านอาหารพื้นเมืองด้วยการเลือกแบบเจาะจง ใน 3 จังหวัดภาคเหนือ ประกอบด้วย จังหวัดเชียงราย จังหวัดเชียงใหม่ และจังหวัดลำพูน รวมจำนวน 40 คน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ การสังเกต การ สัมภาษณ์ การสนทนากลุ่ม และแบบประเมินความรู้เรื่องการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยเทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า (1) จากกระแสการไหลบ่าของวัฒนธรรมข้ามชาติดังที่มีปรากฏให้เห็นอยู่ในปัจจุบัน การถ่ายทอดวัฒนธรรมอาหารเหนือ คนในครอบครัวจึงมีส่วนสำคัญในการถ่ายทอดวัฒนธรรมอาหารให้แก่สมาชิกในครอบครัวของตนเอง เพื่อรักษาสืบต่อวัฒนธรรมอาหารล้านนาอีกทางหนึ่ง นอกจากนี้ ยังทำให้สมาชิกในชุมชนมีความรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ของภาวะโลกที่ส่งผลกระทบต่อคนในท้องถิ่นอีกด้วย ฉะนั้นสิ่งเหล่านี้จะดำรงอยู่หรือสูญหายไปหรือไม่ ขึ้นอยู่กับ ครอบครัวและชุมชน รวมไปถึงคนในรุ่นต่อๆ มาด้วย (2) ลักษณะของการถ่ายทอดความรู้ด้านอาหารพื้นเมือง/พื้นบ้าน/ การเป็นอาหารเพื่อสุขภาพ เพื่อสร้างรายได้ทางเศรษฐกิจให้กับชุมชนของภาคเหนือตอนบนของไทย จำเป็นต้องสร้างความมั่นคงด้านอาหารตามรูปแบบการจัดการความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารพื้นบ้านดั้งเดิมที่เหมาะสมกับบริบทและสภาพวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชนชาวเหนือ (3) การจัดการความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารพื้นบ้านเป็นองค์ความรู้ที่สั่งสมมาแต่ละท้องถิ่นในแต่ละยุค โดยความรู้เหล่านั้นมักอยู่ในรูปแบบฝังลึกในตัวบุคคล ถ้าไม่มีการถ่ายทอดก็จะสูญหายไปกับบุคคลเหล่านั้น ดังนั้น องค์ความรู้ด้านอาหารพื้นบ้าน จึงสำคัญอย่างยิ่งที่จะต้องมีการถ่ายทอดองค์ความรู้ด้านภูมิปัญญาท้องถิ่นออกมาเป็นความรู้แบบชัดแจ้งเพื่อนำไปพัฒนาอย่างต่อเนื่อง โดยที่ไม่ทิ้งความอาหารเหนือของไทย

**คำสำคัญ :** การจัดการความรู้, ภูมิปัญญาท้องถิ่น, อาหารเหนือ

<sup>1</sup> นักศึกษา วิทยาลัยการท่องเที่ยวและการบริการ สาขาธุรกิจการบิน มหาวิทยาลัยศรีปทุม บางเขน

<sup>2</sup> สถาบันการทูตและการต่างประเทศ มหาวิทยาลัยรังสิต

### Abstract

The objectives of this research are to (1) study the pattern of knowledge transfer of local food wisdom of the communities in the upper northern region (2) study the knowledge management of local food in the upper northern region of Thailand to increase their commercial business strength. Selling healthy food can generate more income for the community. The research method is participatory learning. The key informants are food experts, public health academics, cultural academics, and community representatives who know local food and disseminate knowledge about the food. Three of Northern provinces (Chiang Rai, Chiang Mai, and Lamphun) are selected as using the purposive sampling. Total samples are 40 people.

The research results are as follows: (1) From the influx of multinational cultures and the Northern food culture transfer in the present days, family members are an important part to bring the food culture back home and to preserve and inherit the Lanna food culture. In addition, the community members are aware of various changes of global conditions that affect local people as well. Therefore, whether these things exist or not, it depends on family and community including people in later generations. (2) Knowledge transfer pattern of local food and healthy food is to generate income for the community. The Northern community members need to realize on the inherit of cultures in the context and lifestyle of their community. (3) Original knowledge management of villagers is usually used by the person in that period of time. When the old generation passes away, the knowledge disappears with them. Therefore, local food & knowledge need to be shared generation to generation to preserve them for a long time.

**Keywords:** Knowledge Management, Local food culture, Northern communities

## 1. บทนำ

ภูมิปัญญา เป็นความรู้ ความสามารถ วิธีการ ผลงานที่ค้นคว้ารวบรวมและจัดเก็บเป็นความรู้โดยถ่ายทอดจากคนรุ่นหนึ่งมาสู่คนอีกรุ่นหนึ่ง จนเกิดเป็นผลผลิตที่ใช้งานได้ มีคุณค่า มีประโยชน์ สามารถนำมาแก้ไขปัญหาและพัฒนาชีวิตได้ เพราะมนุษย์ใช้ปัญญาแก้ปัญหา สังคม สืบสาน และปรับเปลี่ยนประสบการณ์อย่างไม่หยุดยั้ง และสิ่งนี้เองคือ “ภูมิปัญญา” อันเป็นแก่นของวัฒนธรรม หรือจะอาจกล่าวได้ว่าเป็นความรู้ ความคิด ความเชื่อ ความสามารถที่เป็นผลมาจากการใช้สติปัญญา และการสั่งสมประสบการณ์ที่ผ่านกระบวนการเรียนรู้ เลือกสรร ประยุกต์ พัฒนา และถ่ายทอดสืบต่อกันมา เพื่อใช้แก้ปัญหาและพัฒนาชีวิตของคนไทยให้สมดุลกับสภาพแวดล้อมและเหมาะสมกับยุคสมัย ภูมิปัญญาจึงเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรม ภูมิปัญญามีขอบข่ายกว้างขวาง

ภูมิปัญญาท้องถิ่น ถือเป็นหลักความรู้ที่เกิดจากความสามารถประสบการณ์ และความเฉลียวฉลาดในการประดิษฐ์คิดค้นของคนในท้องถิ่น ที่เป็นผลมาจากการสั่งสมประสบการณ์ที่ผ่านกระบวนการเรียนรู้ เลือกสรร พัฒนา และถ่ายทอดสืบต่อกันมาจากบรรพบุรุษจนถึงคนรุ่นปัจจุบัน เพื่อใช้ประโยชน์ในการดำเนินชีวิต เกิดจากการสืบสาน สืบทอดประสบการณ์จากรุ่นถึงรุ่น เป็นมรดกทางวัฒนธรรมที่สั่งสมกันมาเป็นเวลานาน ถ้าถูกละเลย ขาดการยอมรับ และถูกทำลายลง ก็จะสูญหายไป ไร่ซึ่งภูมิปัญญาของตนเอง ทำให้คนในท้องถิ่นไม่มีศักดิ์ศรี ขาดความภาคภูมิใจในท้องถิ่นของตน ดังนั้นภูมิปัญญาท้องถิ่นจึงเป็นสิ่งสำคัญ ท่ามกลางสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีที่ได้มีการปรับเปลี่ยนตลอดเวลา กระแสการอนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นและการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นได้ทวีความต้องการมากขึ้น

ประเทศไทยเป็นมีทรัพยากรภูมิปัญญาท้องถิ่นเป็นจำนวนมาก จำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องมีการส่งเสริม สนับสนุน การนำภูมิปัญญาท้องถิ่น เหล่านั้น มาใช้ผลิตเป็นสินค้าและบริการ เพื่อเป็นการสร้างมูลค่าให้กับชุมชน ในท้องถิ่น เหล่านั้น ประกอบกับในรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2550 มาตรา 66 ที่ได้กำหนดให้บุคคลซึ่งรวมกันเป็นชุมชน ชุมชนท้องถิ่น หรือชุมชนท้องถิ่นดั้งเดิม ย่อมมีสิทธิอนุรักษ์หรือฟื้นฟูจารีตประเพณี ภูมิปัญญาท้องถิ่น ศิลปวัฒนธรรมอันดีของท้องถิ่นและของชาติ และมีส่วนร่วมในการจัดการ การบำรุงรักษาและการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม รวมทั้งความหลากหลายทางชีวภาพอย่างสมดุลและยั่งยืน ทั้งนี้ ปัจจัยการก่อเกิดภูมิปัญญาท้องถิ่นนั้น มีปัจจัยพื้นฐาน ที่มาจากลักษณะภูมิศาสตร์และสิ่งแวดล้อมธรรมชาติของภูมิภาคต่างๆ กลุ่มชนที่ตั้งถิ่นฐานอยู่ในอาณาบริเวณที่มีสภาพภูมิศาสตร์ และสภาพแวดล้อมตามธรรมชาติแตกต่างกันย่อมสร้างสม “ภูมิปัญญา” และพัฒนาระบบความสัมพันธ์กับธรรมชาติแวดล้อมในลักษณะแตกต่างหลากหลาย เช่นเดียวกับลักษณะภูมิศาสตร์และสิ่งแวดล้อมธรรมชาติของภูมิภาคต่างๆ ของไทย อันเป็นปัจจัยพื้นฐานของการก่อเกิดภูมิปัญญาท้องถิ่น อาณาบริเวณที่ประเทศไทยในปัจจุบันถ้าจะพิจารณาในด้านความแตกต่างหลากหลายของสภาพดินฟ้าอากาศและพื้นฐานทางภูมิศาสตร์ แล้ว ประเทศไทยนับเป็นประเทศที่มีความแตกต่างหลากหลายมากกว่าประเทศอื่นๆ ในเอเชียอาคเนย์ รวมถึง ลักษณะทางสังคมและวัฒนธรรมของภูมิภาคต่างๆ ภูมิปัญญาย่อมก่อเกิด หล่อหลอม ประยุกต์และปรับเปลี่ยนไปตามเหตุปัจจัยของสังคมและวัฒนธรรม เช่นเดียวกับปัจจัยทางภูมิศาสตร์และสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ กลุ่มคนในภูมิภาคต่างๆ ของไทย ได้มีการแลกเปลี่ยนสร้างสรรค์ทางวัฒนธรรมกันอย่างต่อเนื่อง อิทธิพลความเชื่อ จารีตประเพณี ภาษา ศิลปะและวิทยาการต่างๆ ได้เข้ามาผสมผสานกับวัฒนธรรมที่มีอยู่เดิม จึงเกิดการพัฒนาทั้งหลายหลายและคล้ายคลึง ซึ่งความเชื่อ พิธีกรรม ความเชื่อและพิธีกรรมต่างๆ นั้น เป็นการแสดง

ความสัมพันธ์ระหว่างคนกับธรรมชาติและสิ่งเหนือธรรมชาติ ทำให้เกิดคุณลักษณะแห่งการดำรงอยู่ร่วมกันของชีวิต และสรรพสิ่งมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันเป็นหนึ่งเดียว (เอกวิทย์ ณ ถลาง, 2542)

กระบวนการเรียนรู้ตามธรรมชาติของชุมชนในท้องถิ่น ได้ก่อให้เกิดภูมิปัญญาของท้องถิ่น หรือภูมิปัญญาของชาวบ้าน ดังที่ นิธิ เอียวศรีวงศ์ (2536, น. 3) ได้แบ่งกระบวนการเรียนรู้ตามธรรมชาติของชุมชนท้องถิ่น ไว้ 4 ประการคือ (1) การเรียนรู้จากกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นจากศักยภาพของชาวบ้าน ในการแสวงหาทางเพื่อความอยู่รอดต่อสภาพปัญหาที่รุมเร้าอยู่ โดยมีชาวบ้านผู้ที่มีความสามารถในการวิเคราะห์คิดค้นทดลองและสรุปบทเรียน ผสมผสานความรู้กับความรู้ทางเทคโนโลยีจากภายนอก ที่อาจกล่าวได้ว่าชุมชนมีความรู้ความเข้าใจ สัมผัสถึงสภาพของชุมชนและได้ใช้ความรู้สติปัญญา จนเกิดเป็นองค์ความรู้ที่สืบทอดกันมา (2) การสั่งสมความรู้และการกระจายความรู้ภูมิปัญญานั้นเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นมาพร้อมๆ กับการเรียนรู้การสั่งสมความรู้ได้มา 2 ทาง คือ การสั่งสมด้วยตนเองโดยเรียนรู้มาจากระบบการดำรงชีวิต การอยู่ร่วมกันในสังคม อีกทางหนึ่งคือ มีผู้ถ่ายทอดให้ในรูปของวัฒนธรรมประเพณีและวิถีการดำรงชีวิต ซึ่งความรู้จะถูกสั่งสมไว้ในตัวคนๆ หนึ่ง เรียกว่า ปรารชญ์ชาวบ้าน ได้ถูกสั่งสมมาจากประสบการณ์และได้รับการถ่ายทอดจากคนรุ่นหนึ่งไปสู่คนอีกรุ่นหนึ่ง คือ ได้รับการถ่ายทอดมาจากบรรพบุรุษผ่านการลองผิดลองถูก และปรับให้ใช้ได้ภายใต้เงื่อนไขทางเศรษฐกิจ สังคมสิ่งแวดล้อมของท้องถิ่นและสอดคล้องกับระบบนิเวศ ภูมิปัญญาที่สั่งสมนี้สามารถนำไปใช้ในการปรับตัวให้เข้ากับธรรมชาติและดำรงชีพอยู่ (3) การถ่ายทอดและการกระจายความรู้การถ่ายทอดและกระจายความรู้ หรือภูมิปัญญาจากรุ่นหนึ่งไปสู่อีกรุ่นหนึ่ง โดยผ่านความเชื่อทางศาสนา ความเชื่อเรื่องผีและการผลิตวิถีชีวิตในระบบนิเวศเดียวกันไม่ได้มีการเขียนบันทึกไว้เป็นลายลักษณ์อักษร แต่มีผู้ที่ถ่ายทอดภูมิปัญญาเรียกว่า ปรารชญ์ชาวบ้าน ได้สืบสานภูมิปัญญาอย่างต่อเนื่องมาหลายชั่วอายุคน (4) การสร้างสรรค์และการปรับปรุง เป็นการปรับเปลี่ยนและการประยุกต์ใช้ความรู้หรือภูมิปัญญาในการอนุรักษ์โดยมากจะเป็นการประยุกต์จากวัฒนธรรม ส่วนที่มองไม่เห็น คือ การประยุกต์ตัวคุณค่าที่แฝงเร้นอยู่ภายใน ซึ่งต้องอาศัยความเข้าใจที่ละเอียดอ่อนเกิดจากภูมิปัญญาของชาวบ้านเองเป็นหลัก

จากปัจจัยพื้นฐานของการก่อเกิดภูมิปัญญาท้องถิ่น ดังกล่าว สรุปได้ว่า มนุษย์ในแต่ละสภาพนิเวศน์ มีการสั่งสม เรียนรู้ และปรับตัวตามลักษณะภูมิศาสตร์ สภาพแวดล้อมธรรมชาติเกิดผลเป็นสภาพที่เรียกว่านิเวศน์สังคมและวัฒนธรรม โดยเกิดภูมิปัญญาจากการเรียนรู้ในแต่ละสภาพนั้นๆ แล้วถ่ายทอดความรู้แก่นักปฏิบัติตามกัน แล้วอยู่รอดร่วมกันสืบมา ด้วยสภาพนิเวศน์ที่หลากหลายภูมิปัญญาท้องถิ่นต่างๆ จึงเกิดขึ้นในเงื่อนไขที่แตกต่างตามบริบทของนิเวศน์สังคมและวัฒนธรรม ทั้งนี้ เพราะภูมิปัญญาย่อมก่อเกิดปรับเปลี่ยนไปตามเหตุปัจจัย เมื่อมีการแลกเปลี่ยน สร้างสรรค์วัฒนธรรมอย่างต่อเนื่อง ทำให้ศิลปะและวิทยาการต่างๆ ได้เข้ามาผสมผสานกับวัฒนธรรมที่มีอยู่เดิมจึงทำให้ชุมชนท้องถิ่นในภูมิภาคต่างๆ ของไทยมีภูมิปัญญาที่มีลักษณะแตกต่างและคล้ายคลึงกัน ภูมิปัญญาพื้นบ้านเกิดขึ้นมาได้ด้วยอาศัยการสร้างสรรค์ของมนุษย์ ดังนั้น ภูมิปัญญาพื้นบ้านจึงเกิดมาจากคนไทยหรือคนในชุมชนนั้นๆ โดยคนไทยมีถิ่นฐานหรือที่อยู่อาศัยภายในบริเวณที่ใดมาเป็นระยะเวลาที่ยาวนาน ได้ปฏิสัมพันธ์ต่อกันกับเชื้อชาติอื่นๆ ที่อยู่บริเวณนี้ หรือทำการติดต่อกับบริเวณที่ใกล้เคียงกัน ซึ่งต่างก็รู้จักคิดและสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ เพื่อดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคมในรูปแบบที่แตกต่างกัน มีการไปมาหาสู่ระหว่างชนชาติ ระหว่าง สังคม ชุมชน ทั้งในเรื่องการแลกเปลี่ยนซื้อขายกัน การทำสงคราม การอพยพโยกย้ายที่ทำมาหากิน ซึ่งสิ่งต่างๆ เหล่านี้ได้หล่อหลอมและพัฒนาประยุกต์ใช้จนเป็นที่ยอมรับกันในสังคมจนเกิดสิ่งที่เรียกว่า “วัฒนธรรม” ที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะตนเองในที่สุด

อาหาร เป็นปัจจัยสำคัญขั้นพื้นฐาน สำหรับการดำรงชีวิตของมนุษย์ให้อยู่รอดและดำรงชีวิตต่อมาได้ ซึ่งก็ถือว่าเป็นหนึ่งในปัจจัยที่มนุษย์ไม่อาจขาดได้ ในทุกชนชาติ ทุกภาษาและทุกวัฒนธรรม ต้องบริโภคอาหารเพื่อเป็นเครื่องหล่อเลี้ยงบำรุงร่างกาย ให้มีความสมบูรณ์แข็งแรงและมีคุณภาพชีวิตที่ดี การรับประทานอาหารของมนุษย์ ถือได้ว่าเป็นหนึ่งในกระบวนการเรียนรู้และปรับตัวเพื่อการอยู่รอดของมนุษย์ สิ่งหนึ่งที่สามารถบ่งบอกถึงวัฒนธรรมของความเป็นไทยได้เป็นอย่างดี คืออาหารไทย เนื่องจากความหลากหลายทางวัฒนธรรม ผสมผสานกับวิถีชีวิตความเป็นอยู่ของชนชาวไทย ถ่ายทอดออกมาเป็นอาหารที่มีรสชาติความอร่อยไม่แพ้ชาติใดในโลก อีกทั้งคุณค่าทางอาหารและโภชนาการ ทำให้อาหารไทย ถูกกล่าวขานไปทั่วโลก และแม้จะได้อันดับที่ 1 ของอาหารไทย เป็นมรดกทางวัฒนธรรมที่สำคัญของประเทศ มีการสั่งสมจากบรรพบุรุษถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่นนับเป็นภูมิปัญญาที่แท้จริงและควรหวงแหนยิ่งของชาติ จากหลักฐานพบว่า อาหารไทยมีการพัฒนาตั้งแต่ในสมัยก่อนประวัติศาสตร์เรื่อยมาจนสมัยสุโขทัย อยุธยา รัตนโกสินทร์ จนถึงปัจจุบัน อาหารไทยนับว่าเป็นอาหารที่มีลักษณะโดดเด่นทั้งในเรื่องของรสชาติ คุณค่าทางโภชนาการ ตลอดจนการตกแต่งที่เป็นเอกลักษณ์ อาหารไทยแบ่งได้เป็น 2 ประเภทหลักคือ อาหารคาวที่นำมารับประทานกับข้าว ประกอบด้วยรส ทูรต ทั้งแก้ม หวานเปรี้ยว และเผ็ด และอาหารหวาน ที่มีทั้งกลิ่นหอมและรสชาติหวานมันนิยมนำมารับประทาน หลังอาหารคาว แต่จากสถานการณ์ในปัจจุบันที่การผสมผสานทางวัฒนธรรมเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว พฤติกรรม การบริโภคของคนไทยที่เปลี่ยนไป ทรัพยากรธรรมชาติที่ลดลง ขาดการจกเก็บข้อมูลพื้นฐานของอาหารไทยอย่าง เป็นระบบ ทำให้อาหารไทยกำลังตกอยู่ในภาวะวิกฤต ดังนั้น หากหน่วยงาน และผู้ที่เกี่ยวข้องไม่ตระหนักและให้ความสำคัญกับอาหารไทยอย่างจริงจัง อาหารไทยหลายชนิดอาจสูญหายไปเช่นเดียวกับมรดกทางวัฒนธรรมอื่นๆ ที่หลายอย่างได้สูญหายไปแล้ว จากสังคมไทย เนื่องจากภูมิปัญญาท้องถิ่นมีลักษณะเป็นพลวัตที่เปลี่ยนแปลงได้ตาม สภาพแวดล้อม เวลา และกระแสวัฒนธรรมใหม่ ดังนั้น จึงต้องมีแนวทาง ในการจัดการภูมิปัญญา เพื่อให้ภูมิปัญญาที่ดั้นด้นคงอยู่ หรือปรับปรุงให้เหมาะสมกับยุคสมัย หากคนในชาติไม่เห็นความสำคัญในเรื่องนี้ หันไปนิยมอาหารต่างชาติ ไม่นิยมนำมารับประทาน อาหารไทย อาหารเพื่อสุขภาพ ดังเช่นในอดีต อาจส่งผลให้สุขภาพของคนไทยมีปัญหาเพิ่มขึ้น ถึงเวลาแล้วที่ คนไทยทุกคน หน่วยงานทุกส่วน จะร่วมมือกันช่วยกัน เพื่อให้อาหารไทยมรดกทางวัฒนธรรมของชาติอยู่กับประเทศและคนรุ่นหลังตลอดไป

ผู้วิจัยได้ตระหนักถึงเห็นถึงความสำคัญของอาหารพื้นบ้าน รวมทั้งวัตถุดิบส่วนประกอบของอาหารไทยดั้งเดิม ซึ่งเป็นมรดกทางวัฒนธรรมของชาติ โดยเฉพาะอาหารท้องถิ่นภาคเหนือตอนบน จึงได้เป็นที่มาของการศึกษาวิจัย เรื่อง “การจัดการความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารพื้นบ้านภาคเหนือตอนบนของไทย” ในครั้งนี้เพื่อจะช่วยเหลือสภาพมรดกทางวัฒนธรรมของประเทศไทย ด้านอาหารให้เป็นที่ประจักษ์ โดยเฉพาะอาหารพื้นบ้าน ซึ่งหมายถึงอาหารที่ประชาชนบริโภคอยู่ในชีวิตประจำวันและบริโภคในโอกาสต่างๆ โดยอาศัยเครื่องปรุง วัสดุที่นำมาประกอบอาหารจากแหล่งต่างๆ ทั้งจากแหล่งธรรมชาติที่แวดล้อมอยู่ ด้วยการเก็บของป่า การล่าสัตว์ การจับสัตว์น้ำ และจากการผลิตขึ้นมาเอง เช่น การเพาะปลูก การเลี้ยงสัตว์ หรือจากการซื้อขายแลกเปลี่ยน โดยมีกรรมวิธีทำเป็นเอกลักษณ์ รวมทั้งรสชาติที่เป็นเฉพาะถิ่นแตกต่างกันไป โดยงานวิจัยในครั้งนี้มุ่งหวังว่าจะมีส่วนช่วยผลักดันให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้ เข้ามาช่วยเหลือ สนับสนุน ร่วมกันอนุรักษ์ และพัฒนาองค์ความรู้ของอาหารไทยโดยเฉพาะอาหารพื้นบ้านในท้องถิ่นภาคเหนือของไทย ให้อยู่คู่ชาติไทยตลอดไป

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษารูปแบบของการถ่ายทอดภูมิปัญญาอาหารพื้นบ้านของชุมชนในท้องถิ่นภาคเหนือตอนบน
2. เพื่อศึกษาการจัดการความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารพื้นบ้านภาคเหนือตอนบนของไทย ในการสร้างความมั่นคงทางด้านอาหารพื้นบ้านภาคเหนือตอนบนเพื่อเชิงพาณิชย์ การเป็นอาหารเพื่อสุขภาพ เพื่อสร้างรายได้ทางเศรษฐกิจให้กับชุมชน

## 3. วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยทำการวิจัย การเรียนรู้ แบบมีส่วนร่วม ในลักษณะของกรณีศึกษา ซึ่งในที่นี้ เป็นการศึกษาเฉพาะอาหารท้องถิ่นของภาคเหนือตอนบน ใน 3 จังหวัด คือ จังหวัดเชียงราย จังหวัดเชียงใหม่ และจังหวัดลำพูน เท่านั้น ซึ่งกลุ่มตัวอย่างผู้ให้ข้อมูลหลัก ประกอบด้วย นักวิชาการด้านอาหาร นักวิชาการด้านสาธารณสุข นักวิชาการด้านวัฒนธรรม และตัวแทนชุมชนที่เป็นผู้รู้อาหารพื้นเมืองและกิจกรรมเผยแพร่องค์ความรู้ด้านอาหารพื้นเมือง การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยการเลือกแบบเจาะจง ในเขตพื้นที่ที่ได้สำรวจของ 3 จังหวัดภาคเหนือตอนบน ประกอบด้วย จังหวัดเชียงราย จังหวัดเชียงใหม่ และจังหวัดลำพูน รวมจำนวนกลุ่มตัวอย่างผู้ให้ข้อมูล 60 คน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ การสังเกต การสัมภาษณ์ การสนทนากลุ่ม และแบบประเมินความรู้เรื่องการบริหารอาหารเพื่อสุขภาพ และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพจากการสัมภาษณ์เชิงลึก คณะผู้วิจัยทำการจัดกลุ่มข้อมูล (Data Grouping) การสนทนากลุ่ม และการวิเคราะห์ข้อมูลจากการจัดกิจกรรม และถอดบทเรียนจากการสนทนากลุ่ม ด้วยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหาประกอบบริบท (Context Content Analysis Technique)

## 4. ผลการวิจัย

อาหารพื้นบ้าน ก็คืออาหารที่ประชาชนบริโภคอยู่ในชีวิตประจำวันและบริโภคในโอกาสต่างๆ โดยอาศัยเครื่องปรุง วัสดุที่นำมาประกอบอาหารจากแหล่งต่างๆ ทั้งจากแหล่งธรรมชาติที่แวดล้อมอยู่ ด้วยการเก็บของป่า การล่าสัตว์ การจับสัตว์น้ำ และจากการผลิตขึ้นมาเอง เช่น การเพาะปลูก การเลี้ยงสัตว์ หรือจากการซื้อขายแลกเปลี่ยน โดยมีกรรมวิธีทำเป็นเอกลักษณ์ รวมทั้งรสชาติที่เป็นเฉพาะถิ่นแตกต่างกัน อาหารพื้นบ้านจัดได้ว่าเป็นอาหารที่แสดงออกถึงความเป็นตัวตนในท้องถิ่นต่างๆ ได้อย่างแท้จริง เนื่องจากว่าอาหารในแต่ละพื้นที่ ก็จะมีรสชาติแตกต่างกันออกไปขึ้นอยู่กับปัจจัยในหลายๆ ด้านของพื้นที่ดังกล่าวที่ทำให้ออกมาเป็นอาหารอันมีเอกลักษณ์เฉพาะตัวไม่เหมือนใคร ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของชีวิตความเป็นอยู่ สภาพภูมิอากาศ สภาพภูมิประเทศ และอื่นๆ อีกมากมายทุกอย่างถูกผสมผสานกันจนออกมาเป็นวัฒนธรรมอาหารที่แสดงถึงความเป็นตัวเองได้อย่างชัดเจนที่สุด

อาหารพื้นบ้านภาคเหนือ เป็นอาหารที่มีเอกลักษณ์เฉพาะเป็นไปตามเอกลักษณ์และวัฒนธรรม การปรุงอาหารจะหาได้จากแหล่งอาหารตามธรรมชาติของแต่ละท้องถิ่น อาหารของคนไทยภาคเหนือส่วนใหญ่จะมีรสเผ็ด เค็ม เปรี้ยว แต่ไม่หวานมาก อาหารภาคเหนือไม่นิยมใส่น้ำตาลความหวานจะได้จากส่วน ผสมที่นำมาประกอบอาหาร เช่น หวานจากผัก ปลา มะเขือส้ม (มะเขือเทศ) เป็นต้น การปรุงอาหารมีหลาย วิธี เช่น การแกง การจอบ การส้า การยำ การเจียว การปิ้ง การคั่วหรือการผัด การหู้ การตำ ซึ่งอาหารของ ภาคเหนือมักจะทำให้สุก และอาหารแต่ละประเภทจะมีเอกลักษณ์ในรสชาติของอาหารซึ่งเป็นการถ่ายทอดองค์ความรู้ ในวิธีการปรุงอาหารจากรุ่นสู่รุ่น

### 4.1 ผลการวิเคราะห์ลักษณะการถ่ายทอดภูมิปัญญาอาหารพื้นบ้านของชุมชนในท้องถิ่นภาคเหนือตอนบน

พืชผักพื้นบ้านของไทยส่วนใหญ่เป็นพืชที่สามารถปลูกและเก็บกินได้หลายๆ ปี ถ้าอาหารพื้นบ้านไทยได้รับความนิยมนมากขึ้น เกษตรกรย่อมปรับเปลี่ยนพื้นที่การเกษตรมาเพาะปลูกพืชผักพื้นบ้านมากขึ้น ซึ่งจะช่วยอนุรักษ์พันธุ์พืชของท้องถิ่น เพิ่มความหลากหลายทางชีวภาพและสร้างความสมดุลให้แก่ระบบนิเวศ ทำให้ชุมชนพึ่งตนเองได้ในด้านอาหารมากขึ้น เป็นรากฐานที่สำคัญของธุรกิจชุมชน นำไปสู่การพัฒนาชุมชนท้องถิ่นอย่างบูรณาการ ซึ่งจะช่วยให้ทุกคนในสังคมมีสุขภาพดี ทั้งทางกาย จิต สังคม และปัญญา

“คุณลักษณะพิเศษของอาหารไทย คือ นอกจากจะให้คุณค่าทางโภชนาการที่จำเป็นต่อร่างกายอย่างครบถ้วนแล้ว ยังให้สรรพคุณทางยาและสมุนไพร รวมทั้ง สะท้อนถึงมิติทางภูมิปัญญาและศิลปวัฒนธรรมของชุมชนท้องถิ่น อาหารไทยจึงมีคุณค่า และเป็นเอกลักษณ์ของสังคมไทยที่ควรได้รับการเผยแพร่ให้เป็นที่นิยมบริโภคทั้งภายในและภายนอกประเทศ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ประกอบการตั้งแตในระดับชุมชนจนถึงระดับประเทศ” (สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ กระทรวงวัฒนธรรม, 2558)

ผลการวิจัย พบว่า จากกระแสการไหลบ่าของวัฒนธรรมข้ามชาติดังที่มักปรากฏให้เห็นอยู่ในปัจจุบัน การถ่ายทอดวัฒนธรรมอาหารเหนือ คนในครอบครัวจึงมีส่วนสำคัญในการถ่ายทอดวัฒนธรรมอาหารให้แก่สมาชิกในครอบครัวของตนเอง เพื่อรักษาสืบทอดวัฒนธรรมอาหารเหนืออีกทางหนึ่ง นอกจากนี้ ยังทำให้สมาชิกในชุมชนมีความรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ของภาวะ โลกที่ส่งผลกระทบต่อคนในท้องถิ่นอีกด้วย ฉะนั้นสิ่งเหล่านี้จะดำรงอยู่หรือสูญหายไปหรือไม่ ขึ้นอยู่กับครอบครัวและชุมชนรวมไปถึงคนในรุ่นต่อๆ มาด้วย

ลักษณะการถ่ายทอดภูมิปัญญาอาหารเหนือของชุมชนในท้องถิ่น พบว่า กระบวนการถ่ายทอดภูมิปัญญาอาหารเหนือของชุมชนท้องถิ่น มีการถ่ายทอดกระบวนการถ่ายทอดภูมิปัญญาอาหารเหนือใน 3 ลักษณะ ดังนี้ คือ

1) การถ่ายทอดทางวัฒนธรรม ซึ่งแบ่งออกเป็น (1) วัฒนธรรมครัวเรือนโดยลักษณะการถ่ายทอดสู่บุตรหลาน ญาติ หรือคนใกล้ชิด จากผู้ถ่ายทอดส่วนใหญ่จะเป็นบุคคลครอบครัว เป็นเครือญาติหรือเป็นบุคคลที่มีความคุ้นเคยสนิทสนมกัน โดยผู้ถ่ายทอดมีความยินดี ตั้งใจ และต้องการถ่ายทอดความรู้ กระบวนการถ่ายทอดภูมิปัญญาในลักษณะนี้จะมีลักษณะทั้งการปฏิบัติให้ดู การให้ช่วยเป็นลูกมือและการให้ลองปฏิบัติจริง และ (2) วัฒนธรรมสังคมเป็นการถ่ายทอดผ่านพิธีกรรมที่เป็นการกระทำหรือการปฏิบัติที่สืบต่อกันมา บางอย่างมีคำอธิบายที่ชัดเจน บางอย่างก็ไม่มีคำตอบที่แน่นอนว่า เหตุใดจึงทำอย่างนั้นหากแต่เป็นเพราะผลที่ได้รับจากการสืบทอดเป็นสิ่งดีไม่เป็นโทษจึงปฏิบัติสืบต่อกันมา

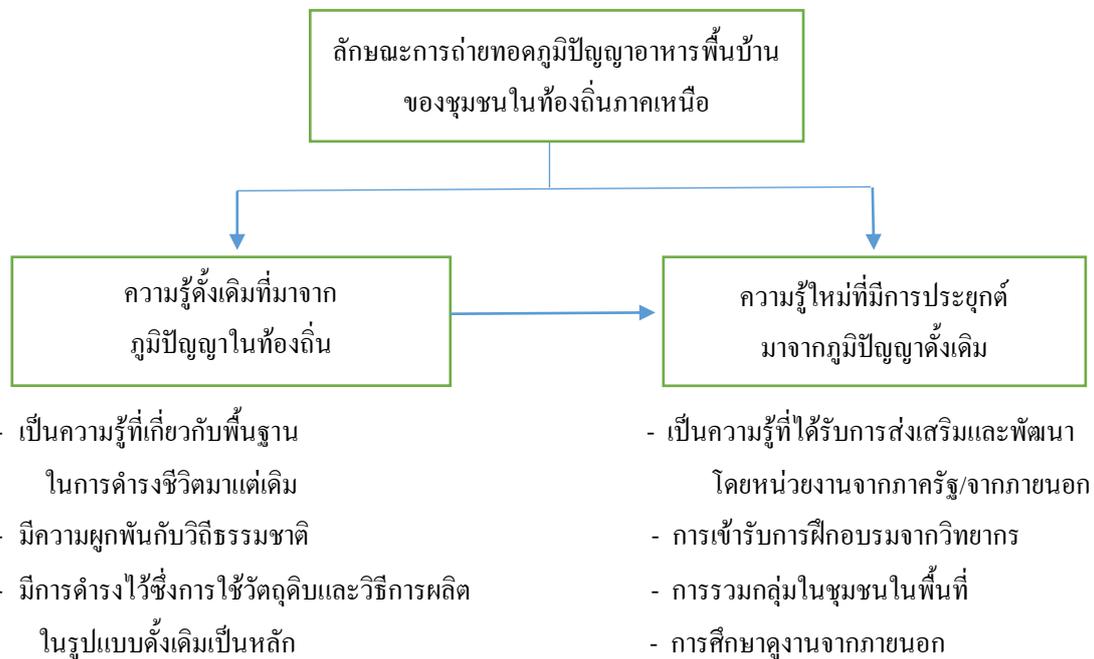
2) การถ่ายทอดทางค่านิยมและความเชื่อ กระบวนการถ่ายทอดภูมิปัญญาอาหารพื้นบ้าน/พื้นเมืองของภาคเหนือโดยการถ่ายทอดทางความเชื่อและค่านิยม จะถ่ายทอดโดยเกิดจาก ความศรัทธาของชาวเหนือ ผ่านพิธีกรรมและศาสนา เช่น พิธีบวงสรวง พิธีไหว้ผีปู่ย่า พิธีไหว้ผีเสื้อบ้าน ผีอารักษ์ พิธีแก้บน พิธีบายศรีสู่ขวัญ ซึ่งกรรมวิธีต่างๆ ล้วนเกี่ยวข้องกับกระบวนการผลิตอาหาร

3) การถ่ายทอดทักษะวิธีการ การถ่ายทอดภูมิปัญญาอาหารพื้นบ้าน/พื้นเมืองชาวเหนือในท้องถิ่นในด้านทักษะวิธีการ คือ (1) ผู้ถ่ายทอดภูมิปัญญาอาหารพื้นเมืองของชาวเหนือในอดีต คือ บุคคลที่มีความรู้ มีทักษะความสามารถในการทำอาหารเหนือ ได้แก่ ผู้สูงวัยในครอบครัว ในเครือญาติ ต่อมากระแสแห่งการเปลี่ยนแปลงทำให้

ให้ผู้ถ่ายทอดกลายเป็นผู้เชี่ยวชาญในด้านผู้ถ่ายทอด ชุมชน รวมถึงผู้ประกอบการทำร้านอาหารเหนือ เป็นอีกแนวทางในการถ่ายทอดความรู้สู่ชนรุ่นหลัง (2) ผู้รับถ่ายทอดในรูปแบบของการศึกษาในระบบโรงเรียนและการศึกษานอกระบบ ได้แก่ นักเรียน นักศึกษา ในรูปแบบของการศึกษาตามอัธยาศัย ผู้รับถ่ายทอดคือ บุตรหลานญาติ คนใกล้ชิด และพนักงานหรือลูกจ้าง

เพื่อให้สังคมไทยได้คิดตระหนัก ทำความรู้จัก ทำความเข้าใจกับรากเหง้าทางวัฒนธรรมของตนเองให้มากขึ้น มิใช่การทวนกระแสความเจริญหรือย้อนยุคไปหลงใหลกับชีวิตในอดีต แต่เป็นปฏิริยาเชิงสร้างสรรค์ เพื่อให้สังคมไทยดำรงอยู่และก้าวหน้าต่อไปอย่างมีดุลยภาพให้ทันโลก แต่ในขณะที่เดียวกันก็เป็นตัวของตัว เองอย่างมีศักดิ์ศรี มีความเชื่อมั่นและความภาคภูมิใจในวัฒนธรรมด้านอาหารท้องถิ่น/พื้นเมืองของเราเอง

ทั้งนี้ จากการนำเสนอข้างต้น ผู้วิจัยพบว่า ลักษณะของการถ่ายทอดความรู้ด้านอาหารพื้นเมือง/พื้นบ้าน/ การเป็นอาหารเพื่อสุขภาพ เพื่อสร้างรายได้ทางเศรษฐกิจให้กับชุมชนของภาคเหนือตอนบนของไทย จำเป็นต้องสร้างความมั่นคงด้านอาหารตาม รูปแบบการจัดการความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารพื้นบ้านดั้งเดิมของภาคเหนือตอนบน ที่เหมาะสม กับบริบทและสภาพวิถีการดำเนินชีวิตของชาวเหนือได้ ตามภาพแสดงในรูปที่ 1



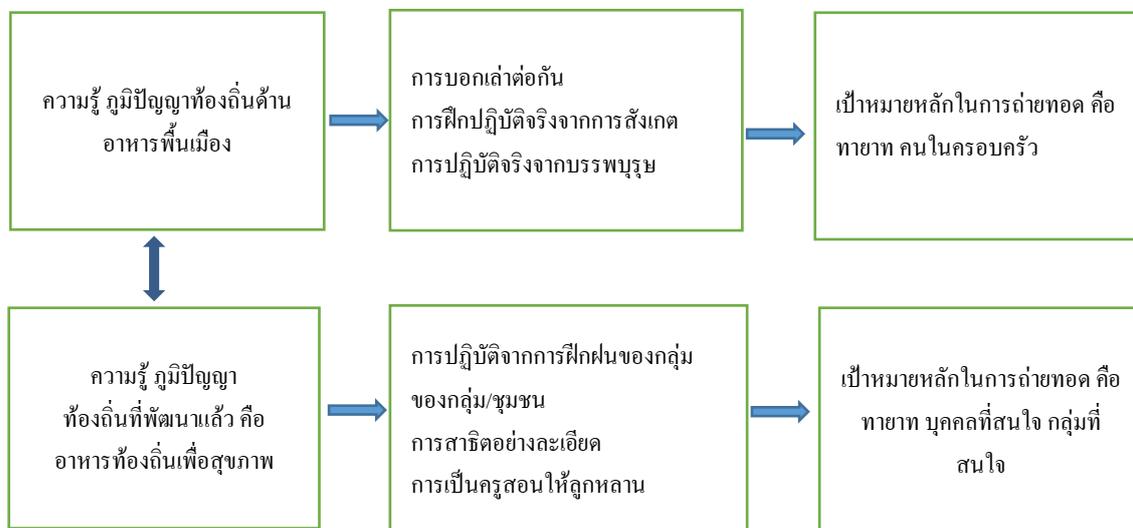
รูปที่ 1 รูปแบบลักษณะการถ่ายทอดภูมิปัญญาอาหารพื้นบ้านของชุมชนในท้องถิ่นภาคเหนือ

4.2 ผลการวิเคราะห์ด้านการจัดการความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารพื้นบ้านภาคเหนือตอนบนของไทย เพื่อการสร้างความมั่นคงทางด้านอาหารพื้นบ้านภาคเหนือตอนบนในเชิงพาณิชย์ รวมถึงการเป็นอาหารเพื่อสุขภาพ เพื่อสร้างรายได้ทางเศรษฐกิจให้กับชุมชน เมื่อได้วิเคราะห์ถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง แบ่งออกเป็น 2 ปัจจัย คือ ปัจจัยภายใน และปัจจัยภายนอก

1) ปัจจัยภายนอก การหลั่งไหลเข้ามาของวัฒนธรรมตะวันตก หรือวัฒนธรรมสมัยใหม่ ซึ่งเป็นวัฒนธรรมที่เรียบง่ายไม่สลับซับซ้อน ส่งผลให้เกิดการเรียนรู้และรับวัฒนธรรมตะวันตกเข้ามา การเปรียบเทียบวัฒนธรรมตะวันตกที่ไม่ซับซ้อนกับวัฒนธรรมดั้งเดิมของท้องถิ่น ซึ่งสลับซับซ้อน ลึกซึ้งเข้าใจได้ยาก ส่งผลให้ละเอียดและหลงลืมวัฒนธรรมดั้งเดิม เด็กยุคใหม่หลงลืมวัฒนธรรมมารยาทไทยซึ่งเป็นสิ่งดีงาม แต่กลับไปเลียนแบบวัฒนธรรมตะวันตก และความเจริญทางเทคโนโลยีที่เข้ามา เช่น การพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ นับเป็นสื่ออันสำคัญ ที่ทำให้ชุมชนได้รับข่าวสารต่างๆ เกิดการเรียนรู้ ขอมรับและปรับเปลี่ยนวัฒนธรรมท้องถิ่น โดยมุ่งความทันสมัย ไม่คำนึงถึงรากฐานวัฒนธรรมและประเพณีดั้งเดิม

2) ปัจจัยภายใน กล่าวคือความเจริญทางด้านสังคม และชุมชน จังหวัดได้มีการวางแผนโครงการด้านต่างๆ ทำให้ท้องถิ่นเกิดความเจริญ มีความสะดวกสบายในด้านต่างๆ เมื่อสังคมและชุมชนมีการขยายตัวอย่างขวางขวางคนส่วนมากหันไปสนใจประเด็นทางเศรษฐกิจมากขึ้น เกิดการแข่งขัน ทำให้เกิดการหลงลืมกิจกรรมด้านวัฒนธรรมท้องถิ่น ความไม่เข้าใจในวัฒนธรรมท้องถิ่นดั้งเดิมไม่ได้ศึกษา ทำให้ยากต่อการปฏิบัติและขาดความกล้าในการปฏิบัติตามวัฒนธรรม รวมถึงการแต่งกาย ภาษาพูด ขนบธรรมเนียมประเพณี

ปัญหาที่เกิดขึ้นจากปัจจัยที่เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านสังคมและวัฒนธรรม เป็นผลให้เกิดปัญหาทางสังคมขึ้นหลายประการ การเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรม มีผลต่อมนุษย์ทั้ง ในด้านผลดีและไม่พึง ทำให้เกิดการคิดค้นสิ่งประดิษฐ์ใหม่ๆ มีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาประเทศไปในทางที่ดีขึ้น ในด้านผลเสีย ด้วยอัตราความเร็วของการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมไม่เท่ากัน เมื่อวัฒนธรรมทางวัตถุที่เจริญก้าวหน้า แต่วัฒนธรรมที่ไม่ใช้วัตถุ เช่น ความคิด ความเชื่อ วิถีการปฏิบัติยังคงเป็นแบบเดิมๆ ทำให้เกิดปัญหาเรื่องการปรับตัว ถ้าส่วนใดส่วนหนึ่งไม่สามารถตามทันหรือปรับตัวเข้ากันไม่ได้ ก็จะเกิดการล่าหลังทางวัฒนธรรม (Culture lag) จากการปรับตัวไม่ทันนี้ เป็นปัญหาที่จะตามมา การเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรม จึงควรเป็นไปอย่างสมดุลและสัมพันธ์กัน ทั้งนี้ รูปแบบแนวทางการจัดการความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารพื้นบ้านภาคเหนือเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน นั้นสามารถแสดงได้ ดังภาพแสดง ดังรูปที่ 2



รูปที่ 2 รูปแบบการจัดการความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารพื้นบ้านเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน

#### 4.3 การสูญเสียความเป็นเอกลักษณ์ของอาหารพื้นเมือง “ความเป็นอาหารเหนือของไทย”

“มุมมองเกี่ยวกับวัฒนธรรมที่แตกต่างกันของคนต่างวัย หรือ มีช่องว่างระหว่างวัย ในการมองวัฒนธรรม ในฐานะคนทำงานวัฒนธรรม เราน่าจะต้องคิดว่ามีวิธีไหนบ้าง ที่จะลดช่องว่างในการมองวัฒนธรรมลงได้ และหาวิธีการที่เหมาะสมที่คนต่างวัยสามารถเดินไปด้วยกันอย่างเข้าใจ เพราะช่องว่างที่เห็นในทุกวันนี้ คือ ผู้สูงอายุมักมองไปที่การรักษาวัฒนธรรมแบบเดิม ผู้ใหญ่หลายคนอาจจะมองว่าวัฒนธรรมเป็นสิ่งที่สืบทอดมาจากบรรพบุรุษ เป็นสิ่งที่เกี่ยวเนื่องกับของเก่า เป็นแบบแผนอันดีงามที่ต้องปฏิบัติให้ถูกต้อง ไม่สามารถสร้างใหม่ให้ทดแทนของเดิมได้ ต้องพยายามสืบทอดให้ยาวนานที่สุดเท่าที่จะทำได้” (นักวิชาการ. สัมภาษณ์, 6 ธันวาคม 2561)

คนรุ่นใหม่ควรจะต้องสนใจและช่วยสืบสานวัฒนธรรมแบบเดิม หลายคนมองว่า ของเก่าขมดีกว่าของใหม่ และกล่าวหาว่ากระแสวัฒนธรรมตะวันตก เป็นตัวทำลายวัฒนธรรมไทย ทั้งๆ ที่วัฒนธรรมตะวันตกมีกระแสคลื่นที่เข้ามาในสังคมไทยในช่วงเวลาต่างๆ ตั้งแต่อดีต เพียงแต่ว่าความแรงความเร็ว มันจะเปลี่ยนไป แต่ในช่วงเวลาที่เราเป็นวัยรุ่นเราจะเห่อกับสิ่งเร้าใจใหม่ๆ มากกว่าจะสนใจวัฒนธรรมที่ผู้ใหญ่เห็นว่าดีงาม อันนี้ก็เป็นมุมมองวัฒนธรรมที่ต่างมิติเวลา คนช่วงหนึ่งๆ จะรับอะไรใหม่ๆ เหมือนกัน

“... พอเราอายุมากขึ้นก็อาจจะมองว่าสิ่งที่เรารับมามันเป็นวัฒนธรรมที่มีคุณค่า เด็กรุ่นใหม่ก็มองว่าวัฒนธรรมไทยมีคุณค่า แต่อาจจะดูล้ำสมัย ไม่เข้าใจในวัยของเขาที่ต้องการการแสดงออกมากๆ ต้องการความสะใจทันใจ เข้าสมัยไม่ตกยุค สรุปว่า เด็กรุ่นใหม่รู้ว่าของเก่ามีคุณค่าแต่มันไม่น่าสนใจ ในฐานะคนทำงานวัฒนธรรมและอยู่ในแวดวงวัฒนธรรม เราอาจจะต้องมองหาแนวทางที่จะทำให้ช่องว่างทางความคิดแบบนี้ลดลง” (นักวิชาการ. สัมภาษณ์, 6 ธันวาคม 2561)

จากการพัฒนาสังคมในช่วงตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา กระแสวัฒนธรรมจากภายนอกได้เข้ามามีบทบาทต่อวิถีชีวิตของชาวล้านนาเป็นอย่างมาก ซึ่งกระแสการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว มีผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมและวัฒนธรรมของชาวล้านนาอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะในปัจจุบันความเป็นท้องถิ่นในชุมชนภาคเหนือตอนบน ต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ มากมายไม่ว่าจะเป็น ปัญหาสิ่งแวดล้อม ปัญหาคนในท้องถิ่นขาดจิตสำนึกที่ดีของความเป็นพลเมือง รวมไปถึงปัญหา การละทิ้งรากเหง้า และ ภูมิปัญญาเดิมซึ่งเป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่น จึงระบุได้ว่า เป็นลักษณะที่ห่างจากการเป็นสังคมที่ยั่งยืน ผลจากการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวทำให้ วิธีการคิด การกระทำ รวมไปถึงวิถีการดำรงชีวิตของชาวล้านนา เปลี่ยนแปลงไป ซึ่งเป็นการสูญเสียความเป็น เอกลักษณ์ของ “ความเป็นล้านนา” เป็นสาเหตุหนึ่ง ของการพัฒนาที่ไม่ยั่งยืน

อย่างไรก็ตาม ในเขตภาคเหนือตอนบน โดยเฉพาะเขตนครเชียงใหม่ ยังคงสภาพเป็นศูนย์กลางท้องถิ่น เนื่องจากมีการสืบสานมรดกทางวัฒนธรรม ประเพณี ไม่ขาดสาย จากการเป็นศูนย์รวมของผู้คนหลากหลายเผ่าพันธุ์ในอดีต ทำให้ศิลปวัฒนธรรมของชาวเหนือตอนบน มีการผสมผสานทาง วัฒนธรรมระหว่าง ไทยยวน ไทใหญ่ ไท

เงิน 10 ล้านของไทยอง ไทลั๊วะ หลอมรวมเป็นเอกลักษณ์ใหม่ของล้านนา ที่แตกต่างไปจากภาคอื่น วัฒนธรรมที่ว่านี้ รวมถึงวิถีชีวิตความเป็นอยู่และ อาหารการกิน ซึ่งคนท้องถิ่นมีความภาคภูมิใจเรียก อาหารของคนว่า “อาหารล้านนา”

“อาหารล้านนา” ถือได้ว่าเป็นเอกลักษณ์ด้านหนึ่งของชาวล้านนา (ภาคเหนือของไทย) ที่มีคุณค่าต่อการศึกษาทำความเข้าใจ เพราะเป็นคุณค่าทางปัญญาที่สามารถสะท้อนให้เห็นถึงความซับซ้อนทางสังคมและวัฒนธรรมของภูมิภาคที่เกิดจากความรู้ ความเข้าใจธรรมชาติ และเป็นองค์ความรู้ที่เกิดจากวิถีการใช้ชีวิตจริงอย่างได้ผล มาเป็นเวลานานร้อยๆ ปี อีกทั้งยังมีการผสมผสานข้ามวัฒนธรรมระหว่าง คนพื้นเมือง คนภาคกลาง และประเทศเพื่อนบ้าน ซึ่งมีการแลกเปลี่ยน สังสรรค์ข้ามวัฒนธรรม อาหารบางชนิดได้รับอิทธิพลมาจากเพื่อนบ้าน อย่างเช่นพม่า จีนฮ่อ เช่น แกงฮังเล ข้าวซอย ขนมจีนน้ำเงี้ยว ซึ่งเป็นของพม่าหรือที่เราเรียกกันว่า ไทยใหญ่ อาหารของชาวล้านนาไม่เพียงแต่มีรสชาติที่ อร่อยกลมกล่อม หลากหลายรส แต่ยังแสดงถึง เอกลักษณ์ที่บ่งบอกถึงวัฒนธรรมความเป็นอยู่ของ ความเป็นล้านนาอีกด้วย เพราะนอกจากชาวล้านนา จะได้ประกอบอาหารสำหรับชีวิตประจำวันแล้ว ยัง ประกอบอาหารคาวหวานในพิธีกรรมโดยมีการ สอดแทรกในระบบความเชื่อ เช่น ในพิธีกรรมเลี้ยงผี ปู่ย่า ประเพณีสงกรานต์ วันเข้าพรรษา ออกพรรษา และเทศกาลทำบุญข้าวใหม่ วิธีการประกอบอาหาร วิธีการใช้อาหารในพิธีกรรม และการประกอบอาหาร เลี้ยงชีพ ชาวภาคเหนือตอนบนในอดีตยังคงประกอบอาหาร และกินอาหารตามความเชื่อ ค่านิยม ประเพณี และพิธีกรรมของชุมชนเอง

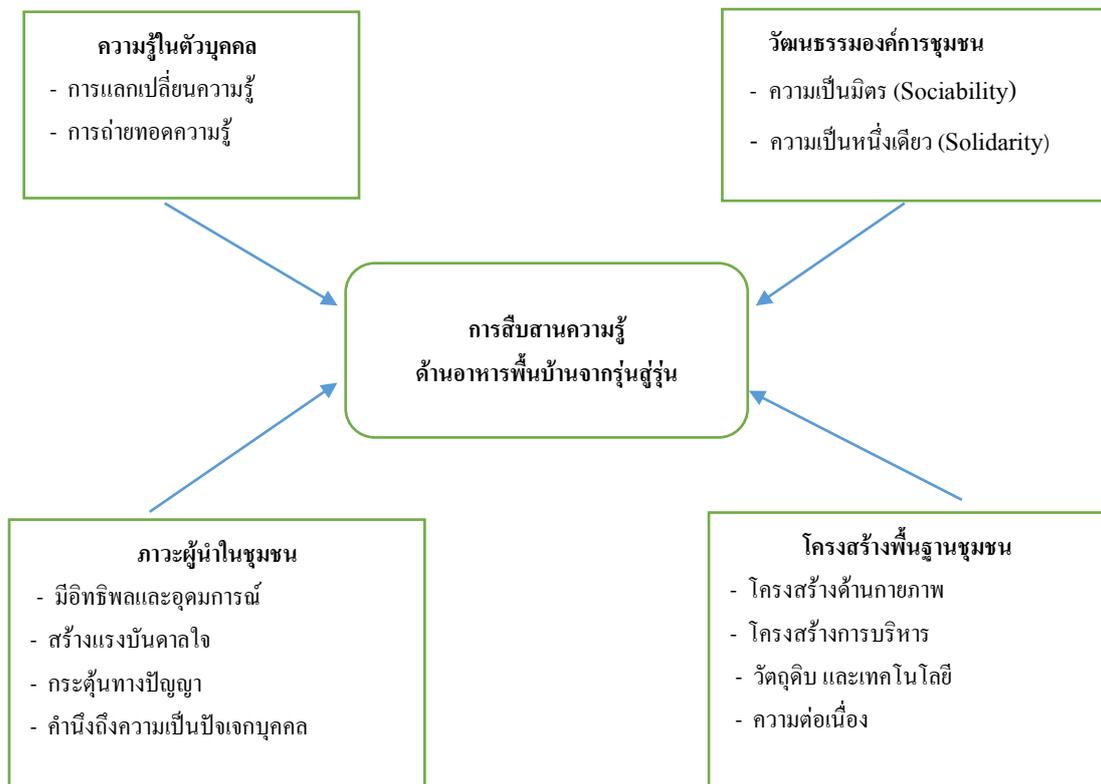
นอกจากนี้ ยังมีความสัมพันธ์กันระหว่างความเชื่อดั้งเดิมและความเชื่อ ใหม่ โดยมีครอบครัวและชุมชนทำหน้าที่ในการ ถ่ายทอดวัฒนธรรมด้านอาหารและการสืบทอดด้าน พิธีกรรม ซึ่งมีพ่อแม่ หรือ พ่ออู๊.. แม่อู๊.. ทำหน้าที่เป็น ผู้ให้ความรู้ ให้การกล่อมเกลากแก่สมาชิกในครอบครัว และในชุมชน ทั้งที่เป็นการปฏิบัติตามความเชื่อและประเพณีและมีพิธีกรรมทำให้คนในชุมชนมีพฤติกรรมกรกินอาหารแบบดั้งเดิม อันเป็นการสร้างความรู้สึกร่วมกันที่มีคุณค่าทำให้เกิดความสุขในการกินอาหารแบบล้านนา เป็นการสร้างให้เกิดปฏิสัมพันธ์ทางสังคมอันเป็นแนวทางหนึ่งที่ทำให้วัฒนธรรม อาหารล้านนายังคงดำรงอยู่ในชุมชน จากกระแสการไหลบ่าของวัฒนธรรมข้าม ชาติ ดังที่มักปรากฏให้เห็นอยู่ในปัจจุบัน

การถ่ายทอดวัฒนธรรมอาหารล้านนา คนในครอบครัวจึงมีส่วนสำคัญในการถ่ายทอดวัฒนธรรมอาหารให้แก่ สมาชิกในครอบครัวของตนเอง เพื่อรักษาสืบทอดวัฒนธรรมอาหารล้านนาอีกทางหนึ่ง นอกจากนี้ ยังทำให้สมาชิกในชุมชนมีความรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ของภาวะ โลกที่ส่งผลกระทบต่อคนในท้องถิ่นอีกด้วย ฉะนั้น สิ่งเหล่านี้จะดำรงอยู่หรือ สูญหายไปหรือไม่ ขึ้นอยู่กับครอบครัวและชุมชน รวมไปถึงคน ในรุ่นต่อๆ มาด้วย ภูมิปัญญาอาหารล้านนา จึงเป็นเรื่องของ คนในท้องถิ่น ที่ควรตระหนักและให้ความสำคัญ วิเคราะห์ วิวิจารณ์ ถ่ายทอดรวมทั้งการปฏิบัติด้วยการ ทำตนเป็นแบบอย่าง เพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติ การยอมรับและการถ่ายทอดยังชนรุ่นหลังสืบไป

... “บางครั้งเป็นลูกมือช่วยย่าในครัว ก็มักจะถูกใช้ให้วิ่งไปเก็บผักชีฝรั่งมาซัก 1 กำ ถูกใช้ให้ไปเก็บผักโน้นนี่นั่น ทีแรกเราคิดว่าต้นไม้ใบหญ้าเหล่านี้คงขึ้นเองตามธรรมชาติ กว่าจะรู้ว่าที่มันขึ้นได้ก็เพราะฝีมือย่าแต่เพียงผู้เดียว ก็ตอนที่เสียวป่าไปแล้ว ต้นไม้ใบหญ้าเหล่านั้นค่อยๆ ล้มหายตายจากไปทีละต้นสองต้น ผ่านไป 20 ปีเหลืออยู่ไม่กี่อย่างเพราะแม่ขยันถมที่เทปูน เอาไว้ทำโรงจอดรถบ้างทำรั้วใหม่ที่เหล่านั้นกลายเป็นพื้นที่ใช้สอยต่างๆ ไปโดยปริยาย”...

## 5. บทสรุป

การจัดการความรู้ ถือเงื่อนไขความสำเร็จการสืบทอดความรู้ด้านอาหารพื้นบ้านของภาคเหนือตอนบน ซึ่งเงื่อนไขที่ทำให้การสืบทอดความรู้ด้านอาหารพื้นบ้านดั้งเดิมของภาคเหนือตอนบนได้ประสบความสำเร็จ คือ การจัดการความรู้ที่มีมาแต่ดั้งเดิม ที่มีอยู่ในตัวบุคคล ด้วยการแลกเปลี่ยน และถ่ายทอดความรู้ที่มีอยู่ในตัวบุคคล ความรู้ที่เกี่ยวกับวัฒนธรรมองค์การ ภาวะผู้นำในชุมชน โครงสร้างพื้นฐานในชุม รวมถึงทรัพยากรทางธรรมชาติที่ใช้เป็นวัตถุดิบ ประกอบกับการใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสมที่ใช้ในการติดต่อสื่อสาร การแลกเปลี่ยนความรู้ระหว่างภายในชุมชนและภายนอกชุมชน ในการสืบทอดความรู้ด้านอาหารพื้นบ้านให้คงอยู่ต่อเนื่องจากกระตุ้น และการเผยแพร่ความรู้ การแลกเปลี่ยนความรู้ด้านการบริหารแลกเปลี่ยนและการจัดการความรู้ โดยความรู้จากภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารพื้นบ้าน นั้น ต้องอาศัยทักษะความรู้ความชำนาญที่ผ่านการฝึกฝนอย่างต่อเนื่องของบุคคลและพัฒนาเป็นความรู้เพื่อให้เกิดเป็นนวัตกรรมในท้องถิ่นได้ ดังแสดงได้ดัง รูปที่ 3



รูปที่ 3 รูปแบบเงื่อนไขที่ทำให้การสืบสานความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารพื้นบ้านของภาคเหนือตอนบนประสบความสำเร็จจากกระตุ้น

จากผลจากการวิจัย พบว่า ภูมิปัญญาท้องถิ่นอาหารท้องถิ่นภาคเหนือตอนบนของไทย นั้นได้มีการนำเอาภูมิปัญญาด้านการประกอบอาหารไปสู่การบริโภคในครัวเรือน การประกอบธุรกิจร้านอาหาร รวมไปถึงการทำอุตสาหกรรมอาหารเพื่อการจำหน่าย ทั้งนี้ ภูมิปัญญาอาหารพื้นบ้านภาคเหนือของไทย ถูกถ่ายทอดจากรุ่นหนึ่งไปยังอีกรุ่นหนึ่งด้วยการสื่อสารอย่างไม่เป็นทางการ และการเรียนรู้ในหลากหลายรูปแบบ เช่น การสาธิต การจดบันทึก การทดลอง เป็นต้น กระบวนการจัดการความรู้แบบมีส่วนร่วม ทำให้ลูกหลานในชุมชน นำองค์ความรู้ที่มีอยู่ไปใช้ประโยชน์หรือสร้างความรู้ใหม่ขึ้นมา

## 6. อภิปรายผลการวิจัย

ประเทศไทยมีทุนทางวัฒนธรรมอยู่มากมาย การจัดการความรู้เป็นเครื่องมือหนึ่งที่จะช่วยให้ทุนทางวัฒนธรรมที่เปรียบเสมือนวัตถุดิบ ถูกนำไปแปรรูปให้เกิดมูลค่าเพิ่มในเรื่อง เศรษฐกิจ การนำมาพัฒนาประเทศ และอื่นๆ ได้อีกมากมาย ในการสืบทอดความรู้ด้านอาหารพื้นบ้านให้คงอยู่ต่อเนื่องจากรุ่นสู่รุ่น และการเผยแพร่ความรู้ การแลกเปลี่ยนความรู้ด้านการบริหารแลกเปลี่ยน และการจัดการความรู้ ภูมิปัญญาอาหารพื้นบ้านภาคเหนือของไทย ถูกถ่ายทอดจากรุ่นหนึ่งไปยังอีกรุ่นหนึ่ง ด้วยการสื่อสารอย่างไม่เป็นทางการ และการเรียนรู้ในหลากหลายรูปแบบ ดังที่นำเสนอมาแล้วข้างต้น นั้น กระบวนการจัดการความรู้แบบมีส่วนร่วม ทำให้ลูกหลานในชุมชน นำองค์ความรู้ที่มีอยู่ไปใช้ประโยชน์หรือสร้างความรู้ใหม่ขึ้นมา

### 6.1 รูปแบบของกระบวนการในการจัดการความรู้

ผู้วิจัยเห็นว่า รูปแบบในกระบวนการจัดการความรู้ด้านอาหารพื้นบ้าน/อาหารเหนือ นั้น สิ่งจำเป็นที่สำคัญควรต้องมีเป็นกระบวนการใน 7 ขั้นตอน ดังนี้ คือ

ขั้นตอนที่ 1 การกำหนดความรู้ เป็นการศึกษาตามหลักคิดของชาวบ้าน เน้นคิดด้านวัฒนธรรม ประเพณี ค่านิยมที่มีอยู่ในท้องถิ่นที่ชาวบ้านจะมุ่งอธิบายตามปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในท้องถิ่น และความรู้ส่วนใหญ่ นั้นจะอยู่ในตัวของผู้ที่มีความชำนาญ เช่น ปราชญ์ชุมชน หรือผู้อาวุโสใน ท้องถิ่น รวมถึงร้านอาหารในชุมชนพื้นที่ต่างๆ ที่สำคัญๆ ในภาคเหนือ

ขั้นตอนที่ 2 การสร้างและการแสวงหาความรู้ เกิดจากการเรียนรู้ด้วยการ ปฏิบัติจริง การทดลอง และการลองผิดลองถูก ผู้ประกอบการร้านอาหารมีการพัฒนาฝีมือด้วยตนเองเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง แต่ในบางครั้ง ชาวบ้านก็มักมีการต่อยอด เช่น ทำให้อร่อยกว่าแบบที่ร้านอื่นๆ ทำการแสวงหาความรู้ เช่น การไปเรียนรู้จากเพื่อนบ้าน เครือญาติ เป็นต้น

ขั้นตอนที่ 3 การจัดการความรู้ให้เป็นระบบ ซึ่ง เป็นกระบวนการสร้างความรู้ที่มีลักษณะและเนื้อหา เดียวกันกับการแสวงหาและขีดกุ่มความรู้ ทำให้กระบวนการสร้างความรู้สามารถรวบรวมไปกับการแสวงหาและขีด กุ่มความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นในด้านอาหารพื้นเมืองภาคเหนือไทย และในบางครั้งความรู้ก็ยังไม่ถูกจัดทำขึ้นอย่างเป็น ระบบ ส่วนใหญ่เป็นการจดบันทึกลงในสมุดบันทึกส่วนตัว หรือการจัดทำในรูปแบบคู่มืออย่างไม่เป็นทางการ ไว้ สำหรับแลกเปลี่ยนเรียนรู้กัน ในกลุ่มย่อยเท่านั้น

ขั้นตอนที่ 4 การประมวลและกลั่นกรองความรู้ โดยการประมวลความรู้ให้เป็นหมวดหมู่ นั้น ขึ้นอยู่กับความรู้ ความสามารถ และความชำนาญเฉพาะบุคคล โดยจะต้องอาศัยการสนับสนุนจากหน่วยงานภายนอก เข้ามาส่งเสริมให้มีการคิดที่เป็นระบบ จากผลการศึกษาในครั้งนี้ จึงให้เห็นได้ว่า การประมวล ความรู้เป็นหมวดหมู่ของ

ชาวบ้านนั้นยังขาดความชัดเจน เนื่องจากความรู้ส่วนใหญ่ยังเป็นความรู้ที่ฝังลึกในตัวบุคคล (Tacit Knowledge) มากกว่า

ขั้นตอนที่ 5 การเข้าถึงความรู้เป็นการถ่ายทอดความรู้การทำอาหารเหนือ โดยมีการถ่ายทอดองค์ความรู้ในการผลิต ด้วยวิธีการสาธิต ลายลักษณ์อักษร โดยการเขียน มีนายจ้างถ่ายทอดความรู้ให้แก่ลูกจ้าง ครอบครัว พ่อแม่ผู้ลูก และเครือญาติ

ขั้นตอนที่ 6 การแบ่งปันแลกเปลี่ยนความรู้ สามารถทำได้โดยวิธีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างผู้ประกอบการร้านอาหารด้วยกันเอง การเข้าไปศึกษาดูงานจากแหล่งเรียนรู้ การศึกษาองค์ความรู้จากสื่อต่างๆ ดังเช่น เว็บไซต์ วิกิพีเดีย ยูทูป และเอกสารความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหาร การแบ่งปัน และแลกเปลี่ยนความรู้ ทำโดยวิธีการเผยแพร่ความรู้ผ่านระบบเทคโนโลยี สารสนเทศของหน่วยงานระดับท้องถิ่นและระดับจังหวัด การรวบรวมรายชื่อแหล่งเรียนรู้ และรายชื่อ ปราชญ์ชาวบ้านด้านอาหาร เป็นต้น

ขั้นตอนที่ 7 การเรียนรู้ เป็นการนำความรู้มาใช้ประโยชน์ เกิดระบบการเรียนรู้จากสร้างองค์ความรู้ การนำความรู้ไปใช้เกิดการเรียนรู้และประสบการณ์ใหม่หมุนเวียนต่อไปอย่างต่อเนื่อง ในการเรียนรู้การประยุกต์ใช้ความรู้จากการที่ผู้ประกอบการร้านอาหารบางรายเป็นลูกจ้าง หรือผู้เชี่ยวชาญด้านอาหารมาก่อนหน้า

#### 6.2 ความสำเร็จในการจัดการความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านวัฒนธรรมอาหารพื้นบ้าน

ทั้งนี้ ความสำเร็จในการจัดการความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านวัฒนธรรมอาหารพื้นบ้านภาคเหนือตอนบนของไทย จะเกิดขึ้นได้ นั้น ต้องขึ้นอยู่กับปัจจัยต่างๆ เรียกว่า ปัจจัยความสำเร็จ (Critical Success Factor : CSF) ปัจจัยเหล่านี้ เปรียบเสมือนตัวช่วยของ “การจัดการความรู้” ถ้าตัวช่วยได้รับการบริหารจัดการที่ดี ก็จะมีพลังส่งเสริมให้การจัดการความรู้ได้ผลดีด้วยซึ่ง ตัวช่วยเหล่านี้ ได้แก่

1) บรรยากาศและวัฒนธรรมชุมชนท้องถิ่นที่เอื้อต่อการเรียนรู้และแลกเปลี่ยนความรู้ เช่น การเชิดชูความรู้ และผู้รู้ การมีอิสระในการคิด และการทำงาน (เชิงสร้างสรรค์) การเป็นกัลยาณมิตร โปร่งใส ไว้วางใจ ให้เกียรติกัน เป็นต้น บรรยากาศและวัฒนธรรมแบบ “กัลยาณมิตร” จะนำความสำเร็จ ความสุขมาสู่ชุมชนในท้องถิ่น จึงสมควรที่ทุกส่วนงานที่รับผิดชอบต้องร่วมมือร่วมใจกันสร้างและรักษาบรรยากาศและวัฒนธรรมดีๆ นี้ตลอดไป

2) ผู้บริหารระดับสูง (Chief of Executive Officer : CEO) และผู้บริหารจัดการความรู้ (Chief of Knowledge Officer: CKO) แสดงบทบาทหน้าที่ชัดเจน เป็นแบบอย่างที่ดี มีส่วนร่วมในกิจกรรมสำคัญ ให้ความสำคัญสนับสนุนอย่างจริงจัง สม่่าเสมอและต่อเนื่อง

3) ทีมงานจัดการความรู้ (Knowledge Management Team: KM Team) ควรมีการจัดตั้งขึ้นเป็นเอกเทศ อาจคัดเลือกบุคลากรที่เกี่ยวข้องจากหน่วยงานต่างๆ เพื่อมาทำหน้าที่คณะทำงาน ได้รับการพัฒนาทั้งความรู้ และทักษะการจัดการความรู้ ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของท้องถิ่นในชุมชน และมีการสื่อสารกันอย่างสม่ำเสมอผ่านหลายช่องทาง

4) เทคโนโลยีสารสนเทศ ช่วยให้เกิดความสะดวก รวดเร็ว ในการรวบรวม จัดเก็บ เผยแพร่ความรู้ รวมทั้งเพิ่มแรงจูงใจในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้จึงควรมีเทคโนโลยีการจัดการความรู้ที่เหมาะสมกับชุมชนในท้องถิ่น เทคโนโลยี นี้ ต้องสอดคล้องกับความสามารถใช้ของบุคลากรในท้องถิ่นด้วย

เป็นที่น่าเสียดายว่า ปัจจุบันวัฒนธรรมด้านอาหารพื้นบ้าน/พื้นเมืองของชาวเหนือ รวมถึงอาหารพื้นบ้านดั้งเดิมของไทยนั้น กำลังจะสูญหายไป เนื่องจากกระแสการเปลี่ยนแปลงรวดเร็ว ไม่หยุดนิ่ง เกิดโอกาสใหม่ ความ

เสียงใหม่ ความท้าทายใหม่ และความเป็นไปได้ใหม่มากมายที่ทำให้วัฒนธรรมอาหารพื้นบ้านในท้องถิ่นแต่ดั้งเดิมของไทย กำลังถูกวัฒนธรรมต่างประเทศแย่งชิงพื้นที่ หากภาคส่วนผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในเรื่องนี้ ไม่ช่วยกันทวงคืนพื้นที่อาหารพื้นบ้านของท้องถิ่นแบบดั้งเดิมของไทยเราแล้ว โอกาสของอาหารพื้นบ้านท้องถิ่นไทยที่จะก้าวสู่ภายนอกประเทศ คงเป็นเรื่องยาก เพราะคนไทยเราเองยังไม่รู้จักอาหารพื้นบ้านไทย ดังนั้น การที่จะทำให้ชาวต่างประเทศรู้จักอาหารไทย ก็คงเป็นเรื่องยากขึ้นตามไปด้วย การณรงค์ด้านการสื่อสาร สร้างความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องในการให้คนในชุมชนหันกลับมารับประทานอาหารพื้นบ้านจึงเป็นสิ่งจำเป็นการขาดองค์ความรู้ในการบริหารจัดการให้อาหารท้องถิ่นเกิดมูลค่า เกิดการพัฒนา และขาดการสืบทอด องค์ความรู้ในการคัดเลือกวัตถุดิบในการปรุงอาหารและสำหรับอาหารพื้นบ้านที่เกิดขึ้น สร้างการเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมอาหารพื้นบ้านที่สอดคล้องสัมพันธ์กับภูมินิเวศ และฤดูกาล เป็นการฟื้นฟูคุณค่าและรูปแบบอาหารพื้นบ้าน เพื่อการสร้างสุขภาวะด้านโภชนาการของชุมชน ให้คนในชุมชนแข็งแรงทั้งร่างกาย จิตใจ สังคม และสติปัญญา ความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในปัจจุบันทำให้วัฒนธรรมการบริโภคอาหารเปลี่ยนไป อาหารพื้นบ้านของชุมชนที่มีคุณค่าต่อสุขภาพยังคงหลงเหลืออยู่แต่ในหมู่ผู้เฒ่าผู้แก่ และในงานพิธีสำคัญต่างๆ ของชุมชนเท่านั้น

การฟื้นฟูองค์ความรู้ด้านอาหารพื้นบ้าน นั้น ต้องเริ่มต้นฟื้นฟูที่เยาวชนโดยโรงเรียนบรรจุเป็นความรู้ในหลักสูตร มีการทดลองปฏิบัติในห้องเรียน การทดลองผลกับผู้ที่สุขภาพไม่ดี ด้วยการตรวจสอบสุขภาพตามวิธีการแพทย์ ที่สำคัญ คือ การณรงค์เพื่อให้เป็นที่รับรู้ รับทราบคุณประโยชน์ของอาหารพื้นบ้าน เป็นการฟื้นฟูคุณค่า และรูปแบบอาหารพื้นบ้าน เพื่อการสร้างสุขภาวะด้านโภชนาการของชุมชน ให้คนในชุมชนแข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ การเปลี่ยนแปลงตามทิศทางการพัฒนาในสังคมไทย ทำให้เมนูอาหารชุมชนในท้องถิ่นที่สร้างสรรค์จากองค์ความรู้ภูมิปัญญาที่สอดคล้องกับวัตถุดิบที่มีอยู่ตามธรรมชาติอย่างหลากหลายในชุมชน ต้องตกอยู่ในสภาพพึ่งพาปัจจัยภายนอกมากขึ้น อำนาจการจัดการและการพึ่งพาตนเองลดลง วัฒนธรรมในการปรุงอาหารการกินอาหารของคนในชุมชน โดยเฉพาะคนยุครุ่นลูกหลานเปลี่ยนแปลงไป ใช้วัตถุดิบจากตลาดสดเป็นหลัก นิยมบริโภคอาหารประเภท ผัด ทอด และอาหารปรุงสำเร็จมากขึ้น ลูกหลานไม่ค่อยได้เรียนรู้ภูมิปัญญาในการทำอาหารของคนรุ่นพ่อรุ่นแม่ การประกอบอาหารพื้นบ้านยังคงหลงเหลืออยู่แต่ในหมู่ผู้เฒ่าผู้แก่และพิธีสำคัญต่างๆ ของชุมชน สุขภาพของคนในชุมชนก็ไม่สามารถรับประกันความปลอดภัยจากอาหารที่บริโภคเข้าไปได้ เนื่องจากไม่ว่าจะเป็นพืชผัก หรือ เนื้อสัตว์ ต่างก็ผ่านการใช้สารเคมีในกระบวนการผลิต แปรรูป และถนอมอาหาร ทั้งสิ้น

## 7. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

### 7.1 ข้อเสนอแนะสำหรับชุมชนในท้องถิ่นและบุคคลทั่วไป

1) บุคคลในชุมชนในท้องถิ่นและบุคคลทั่วไป ควรมีการจัดการความรู้เรื่องอาหารและการบริโภคอาหารท้องถิ่นเพื่อสุขภาพ อีกทั้งจะต้องมีการบริโภคอาหารให้สมดุล มีสารอาหารครบ 5 หมู่ และควรมีการบริโภคพืชผักท้องถิ่นเป็นประจำเพื่อลดค่าใช้จ่ายในการบริโภคอาหารนอกบ้าน ทั้งนี้ ผักพื้นบ้านมีสรรพคุณทางยา มีคุณสมบัติที่ส่งเสริมสุขภาพ เช่น ขัยยังเชื่อจุนทริย์ แก้วหัวดี ขัยเสมะ กระตุ้นปฏิกิริยาการกำจัดสารพิษของร่างกาย ลดไขมันใน เลือด ลดความดันโลหิต ลดน้ำตาลในเลือด ต้านอนุมูลอิสระ (antioxidants) ลดอัตราเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจ โรคหลอดเลือด และโรคมะเร็ง

2) บุคคลในชุมชน ควรมีการปรุงอาหารท้องถิ่นเพื่อสุขภาพดังกล่าว ทั้งนี้ เพื่อจำหน่ายในชุมชน เพื่อให้ชาวบ้านในชุมชนได้รับบริโภคอย่างครบถ้วน

3) ชุมชนควรจัดกิจกรรมสนับสนุนให้เยาวชนมีส่วนร่วมในการสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารท้องถิ่นเพื่อสุขภาพ และจัดกิจกรรมที่สนับสนุนให้ผู้เฒ่าผู้แก่ของชุมชน ปรากฏชาวบ้านด้านอาหารพื้นบ้านถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารท้องถิ่นเพื่อสุขภาพให้แก่ เยาวชนในชุมชน

4) ควรใช้ระบบ Mobile Application ที่สามารถใช้กับเครื่อง Smart Phone ในการเรียกดูข้อมูลที่อยู่ในรูปแบบต่างๆ ได้ เพื่อใช้เป็นแหล่งข้อมูลสำหรับเผยแพร่การท่องเที่ยวเชิงอาหาร พื้นบ้านเมืองเหนือ เนื่องจากปัจจุบันนักท่องเที่ยวส่วนใหญ่ใช้เทคโนโลยีเป็นช่องทางในการสืบค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับการท่องเที่ยวมากขึ้น

### 7.2 ข้อเสนอแนะสำหรับหน่วยงาน/องค์กรที่เกี่ยวข้อง

1) หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรจัดกิจกรรมหรือ โครงการร่วมกับชุมชนเพื่อให้เกิดการประยุกต์ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารท้องถิ่นเพื่อสุขภาพให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตของชุมชน

2) หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรจัดกิจกรรมหรือ โครงการร่วมกับชุมชนเพื่อให้เกิดการสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารท้องถิ่นเพื่อสุขภาพให้คงอยู่ชุมชนต่อไป และให้เยาวชนตระหนักถึงความสำคัญองอาหารท้องถิ่นเพื่อสุขภาพ

3) หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรจัดระบบการจัดการความรู้ในเรื่องอาหารพื้นบ้านในท้องถิ่นเพื่อให้เกิดการสืบสานวัฒนธรรมอาหารพื้นบ้านในท้องถิ่นเกิดความยั่งยืนจากรุ่นสู่รุ่นได้

4) หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรมีการประชาสัมพันธ์ให้กลุ่มสมาคมธุรกิจท่องเที่ยว หน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้อง และผู้ประกอบการ ร้านอาหารพื้นเมืองได้ทราบแนวทางการดำเนินงานร่วมกันเพื่อให้เกิดความสอดคล้อง และสามารถให้ข้อมูลกับนักท่องเที่ยวไปในทิศทางเดียวกัน

5) หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรมีการประชาสัมพันธ์การท่องเที่ยวผ่านอาหารพื้นเมืองเหนือให้กับนักท่องเที่ยว โดยผ่านสื่อต่างๆ อย่างกว้างขวาง และหลากหลายช่องทาง ทั้งการลงโฆษณาในวิทยุ แผ่นพับ นิตยสาร เพื่อให้เข้าถึงนักท่องเที่ยวได้หลากหลาย กลุ่มมากขึ้น อีกทั้งยังเป็นการกระตุ้นเศรษฐกิจและส่งผลต่อการรับรู้ของนักท่องเที่ยวอีกด้วย

6) หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรส่งเสริมและสนับสนุนการประกอบอาชีพอาหารพื้นเมืองโดยการประชาสัมพันธ์ให้ ความรู้ สร้างค่านิยมการกินอาหารพื้นเมือง สร้างความภาคภูมิใจในท้องถิ่น ด้วยการกระตุ้นในเรื่องของคุณประโยชน์ คุณค่าทางโภชนาการต่อร่างกาย ซึ่งการสร้างคามั่นคงให้กับสายงานอาชีพเป็นส่วนสำคัญที่ช่วยรักษาบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถทางด้านอาหารพื้นเมืองไว้ได้

### 7.3 ข้อเสนอแนะสำหรับนักวิจัย

1) นักวิจัยหรือนักวิชาการที่เกี่ยวข้องสามารถนำผลการวิจัยไปต่อยอดในการวิจัยครั้งต่อไป เพื่อให้เกิดประโยชน์ยิ่งขึ้นในเรื่องการพัฒนาแนวทางการประยุกต์ใช้และเกิดเป็นความรู้ใหม่ทางภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารท้องถิ่นเพื่อสุขภาพ

2) นักวิจัยหรือนักวิชาการที่เกี่ยวข้องสามารถนำผลการวิจัยไปต่อยอดในการวิจัยครั้งต่อไป เพื่อให้เกิดประโยชน์ยิ่งขึ้น ในประเด็นการวิเคราะห์ สารพฤกษเคมี และคุณสมบัติที่ส่งเสริมสุขภาพของชาวบ้านในชุมชน

3) นักวิจัยหรือนักวิชาการที่เกี่ยวข้องสามารถนำผลการวิจัยไปต่อยอด เพื่อพัฒนาอาหารพื้นเมืองในแต่ละท้องถิ่น ให้เกิดนวัตกรรมใหม่ ความคิดสร้างสรรค์ และมีเอกลักษณ์ โดยการใช้ภูมิปัญญาด้านอาหารพื้นเมืองที่มีเป็นพื้นฐานสำคัญ เป็นการสร้างเอกลักษณ์ให้กับอาหาร ทำให้เกิดความแตกต่างของสินค้า โดยอาศัยความคิดสร้างสรรค์ในการพัฒนาและผสมผสานกับศักยภาพที่มี เพื่อให้สามารถพัฒนาอาหารพื้นเมืองให้มีเอกลักษณ์และคุณภาพออกมาได้

4) ควรมีการวิจัยและพัฒนาอาหารพื้นเมืองให้มีความแปลก แตกต่าง และน่าสนใจ โดยนำเอาความรู้ นวัตกรรมใหม่ๆ เข้ามาต่อยอด เช่น แปรรูปอาหารพื้นเมืองให้ทันสมัย เป็นกึ่งสำเร็จรูปหรือพร้อมปรุง โดยวางจำหน่ายในซูเปอร์มาร์เก็ต หรือร้านสะดวกซื้อ คู่กับอาหารที่มีวางจำหน่ายอยู่ในปัจจุบัน เพื่อเป็นทางเลือกให้กับผู้บริโภคที่ต้องการรับประทานอาหารพื้นเมือง หรือปรุงอาหารพื้นเมืองเอง แต่ต้องการความสะดวกรวดเร็วและรสชาติที่อร่อยได้มาตรฐาน

#### 7.4 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

พฤติกรรมผู้บริโภคอาหารพื้นบ้านภาคเหนือ ได้สะท้อนวิถีการบริโภคอาหารพื้นบ้านของ คนในชุมชน ที่มุ่งเน้นประโยชน์ คุณค่าของอาหารมากกว่าความอร่อย หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควร ส่งเสริมสนับสนุนครอบครัว ชุมชน ประกอบอาหารด้วยพืชผักพื้นบ้านเพื่อช่วยลดปัญหาการเกิดภาวะความเจ็บป่วย ของคนในชุมชนได้

#### เอกสารอ้างอิง

คณะกรรมการอาหารแห่งชาติ. (2560). *(ร่าง) กรอบยุทธศาสตร์การจัดการด้านอาหารของประเทศไทย ฉบับที่ 2*

(พ.ศ. 2561 - 2579) นนทบุรี: สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา.

ฉัตรทิพย์ นาถสุภา. (2557). *การเป็นสมัยใหม่กับแนวคิดชุมชน*. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: สร้างสรรค์.

เพ็ญนภา ทรัพย์เจริญ, บรรณาธิการ. (2540). *อาหารพื้นบ้าน 4 ภาค*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

วิจารณ์ พานิช. (2548). *การจัดการความรู้ฉบับนักปฏิบัติ*. กรุงเทพฯ: สถาบันส่งเสริมการจัดการความรู้เพื่อสังคม.

อภิญา ตันทวีวงศ์. (2556). *บนเส้นทางจัดการด้านอาหารเพื่อคนไทยทั้งมวล*. กรุงเทพฯ:

สำนักงานกิจการ โรงพิมพ์องค์การทหารผ่านศึก.

Asian Productivity Organization. (2005). *Food Security in Asia and the Pacific*. Japan: Tatsumi Printing Co., Ltd., 2000.

Asian Development Research Forum Secretariat. *Food Security in Asian Countries in the Context of Millennium Goals. Policy Brief*. (March 2005).

David Mckeown. (2006). *Food Security: Implications for the Early Years*. Toronto: Toronto Public Health, 2006.

Chatumpaiwong, P. et al. (2001). *Study of folk wisdom: A Case Study of Thai folk food in Central Region*.

(2nd ed.) Bangkok: Phim Pha Iak Publishers.

Tongme, O. (2015). The Cultural of Lanna Food, The Develop to Creative Economy. *Silpakorn University Journal of Social Sciences, Humanities, and Arts*, 15(3), 105-119.