

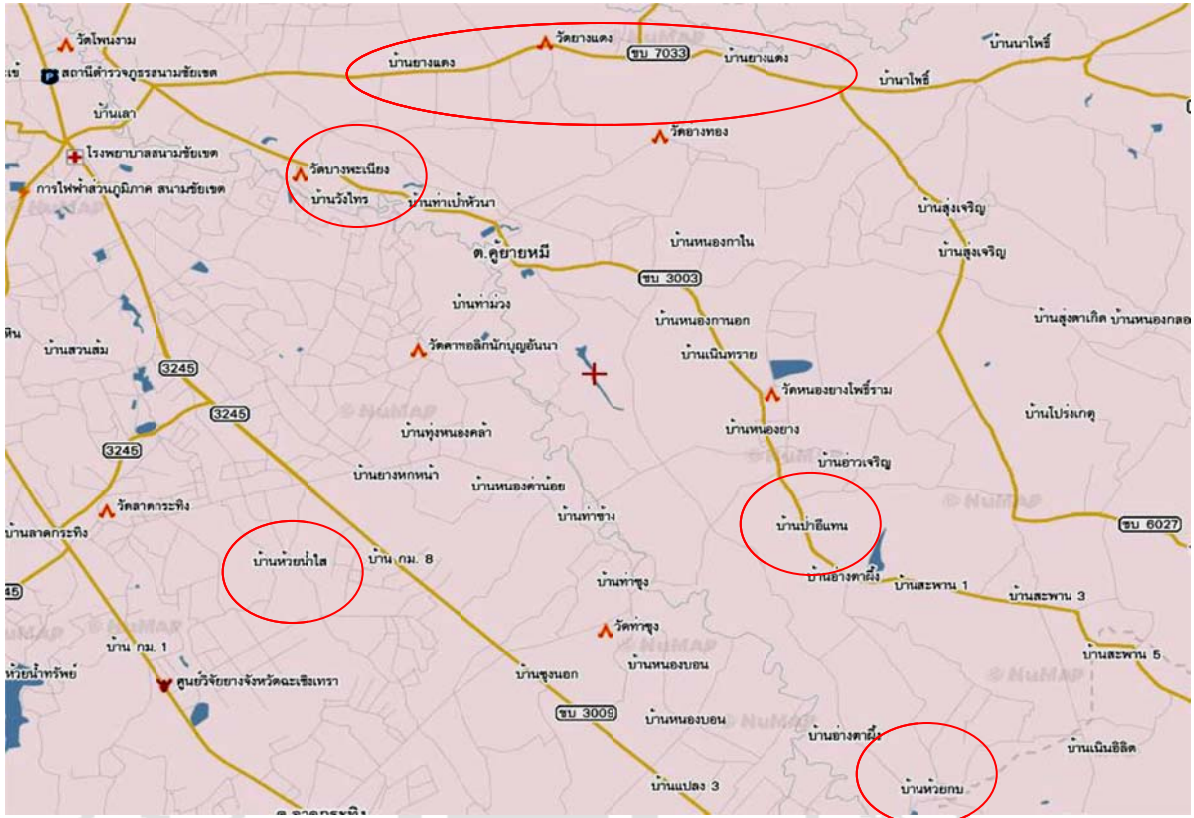
บทที่ 4

เรื่องเล่าผักพื้นบ้าน

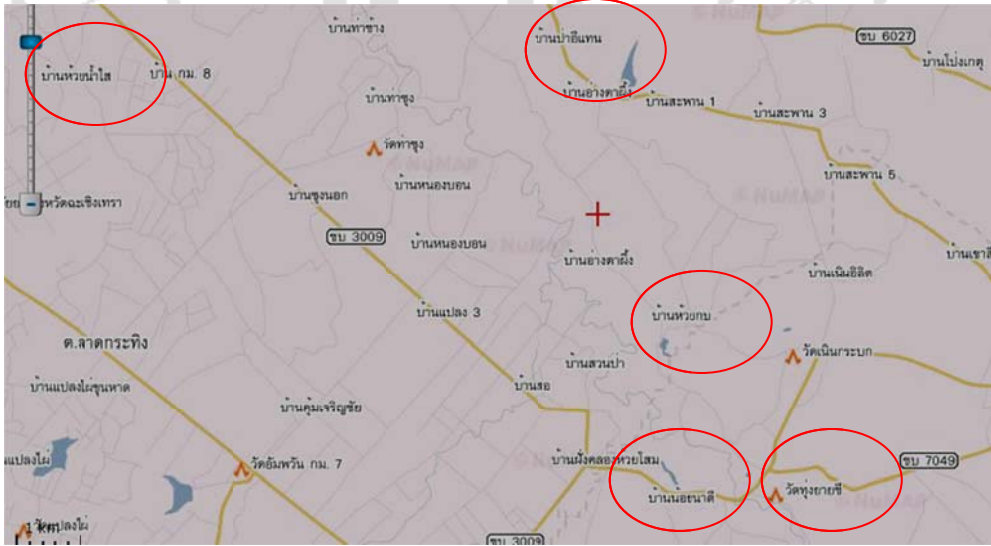
ในบทนี้จะพรรณาถึงการถ่ายทอดความรู้และการเรียนรู้เรื่องผักพื้นบ้านในอำเภอสนามชัยเขตและอำเภอท่าตะโกชัย จังหวัดฉะเชิงเทรา ผ่านเรื่องเล่าของเกษตรกร และเจ้าหน้าที่องค์กรพัฒนาเอกชนที่ส่งเสริมการบริโภคผักพื้นบ้านในตำบลคูยายหมี และตำบลลาดกระทิง อำเภอสนามชัยเขต และตำบลท่าตะโกชัย อำเภอท่าตะโกชัยจังหวัดฉะเชิงเทรา โดยผู้วิจัยจะถ่ายทอดเรื่องเล่าเหล่านั้นผ่าน 4 ฉาก คือ ลักษณะภูมิประเทศ และที่ตั้งของชุมชน ผักพื้นบ้านในทั้ง 2 อำเภอการบริโภคผักพื้นบ้าน และการจำหน่ายผักพื้นบ้าน

4.1 ลักษณะภูมิประเทศ และที่ตั้งของชุมชน

นักวิจัยเริ่มเข้าไปรู้จักชุมชนที่สนใจในการส่งเสริมการบริโภคผักพื้นบ้าน ด้วยการไปหาเจ้าหน้าที่ของมูลนิธิพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ที่ทำงานอยู่ในพื้นที่อำเภอสนามชัยเขต และอำเภอใกล้เคียง โดยเดินทางด้วยรถยนต์ตนเองจากถนนมอเตอร์เวย์ (ทางหลวงหมายเลข 7 กทม.-ชลบุรี) เมืองชัยออกมาทางจังหวัดฉะเชิงเทรา แล้วเลี้ยวขวาเข้าทางหลวงหมายเลข 304 (ฉะเชิงเทรา-กบินทร์บุรี-นครราชสีมา) ซึ่งเป็นถนนที่มุ่งหน้าตรงไปทางทิศตะวันออก โดย 2 ข้างทางจะร่มรื่นไปด้วยต้นไม้ใหญ่ จนมาถึงสี่แยกอำเภอพนมสารคาม ก็เลี้ยวขวาเข้าทางหลวงหมายเลข 3245 (พนมสารคาม-สนามชัยเขต) ซึ่งมุ่งตรงผ่านอำเภอสนามชัยเขต เขตเทศบาล (ตลาดสด และสถานีตำรวจ) ก็ถึงเส้นทางที่จะมุ่งไปสู่ 3 ตำบลที่เป็นพื้นที่เป้าหมายในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ โดยถ้าเลี้ยวขวาจะไปยังบ้านห้วยน้ำใส ตำบลลาดกระทิง และบ้านน้อยนาดี และบ้านทุ่งยายชี ตำบลท่าตะโกชัย แต่ถ้าเลี้ยวซ้ายจะไปยังหมู่บ้านในตำบลคูยายหมี (บ้านยางแดง บ้านบางพะเนียง บ้านป่าอ้อแทนและบ้านห้วยกบ)และตำบลท่าตะโกชัย (บ้านน้อยนาดี และบ้านทุ่งยายชี) คูแผนที่อำเภอสนามชัยเขตได้จากภาพที่ 4.1และ 4.2



ภาพที่ 4.1 แผนที่อำเภอสนามชัยเขตแสดงตำบล และหมู่บ้านสำหรับเป็นพื้นที่ศึกษาวิจัย



ภาพที่ 4.2 แผนที่แสดงหมู่บ้านพื้นที่ศึกษาวิจัยในตำบลท่าตะเกียบ อำเภอท่าตะเกียบ ที่ติดต่อกับอำเภอสนามชัยเขต

ในวันแรกที่เข้าไปพื้นที่วิจัยเรามุ่งตรงไปที่โรงพยาบาลอำเภอสนามชัยเขต ซึ่งอยู่ใกล้ ๆ กับทางแยกไปพื้นที่วิจัย เพื่อไปพบเจ้าหน้าที่ภาคสนามของมูลนิธิฯ และที่นั่นเราได้พบกับสมาชิกบางคนของกลุ่มเกษตรกรอินทรีย์อำเภอสนามชัยเขตด้วย เพราะวันนั้นเป็นวันจันทร์ ซึ่งกลุ่มฯ ได้ออกมาขายผักพื้นบ้าน และอาหารที่ปรุงจากพืชผักปลอดสารเคมีที่โรงพยาบาลฯ นักวิจัยได้ทักทายเจ้าหน้าที่มูลนิธิ 2 ท่าน ที่นักวิจัยเคยรู้จัก และได้ชี้แจงวัตถุประสงค์ในการลงมาในพื้นที่ครั้งนี้ เจ้าหน้าที่ฯ ก็ได้แนะนำสมาชิกกลุ่มฯ ที่มาขายของวันนั้นให้นักวิจัยได้รู้จัก เราก็เริ่มสร้างความคุ้นเคยกันด้วยการช่วยกลุ่มฯ ขายผักและอาหารที่โรงพยาบาล จนกระทั่งบ่ายแก่ ๆ ไม่มีลูกค้า เจ้าหน้าที่ฯ ทั้งสองของมูลนิธิก็พาเราไปยังหมู่บ้านบางพะเนียง ซึ่งเป็นหมู่บ้านที่ใกล้ที่สุด และลัดไปตามคันคลองชลประทานเพื่อต่อไปยังบ้านป่าอ้อแทน และบ้านยางแดง ซึ่งเป็นที่ตั้งของสำนักงานกลุ่มเกษตรกรอินทรีย์อำเภอสนามชัยเขต และสำนักงานในพื้นที่ของมูลนิธิฯ ในวันต่อ ๆ มาเจ้าหน้าที่มูลนิธิฯ ก็มีน้ำใจพาเราไปรู้จักหมู่บ้านอื่น ๆ ที่เข้าร่วมโครงการผักพื้นบ้าน หรือบางครั้งนักวิจัยก็ไปเองตามคำบอกทางของเจ้าหน้าที่ฯ หรือตามไปกับเกษตรกรที่แวะมาที่สำนักงานฯ

จากเทศบาลอำเภอฯ เมื่อเลี้ยวซ้ายเข้ามาและเลี้ยวขวาอีกครั้งก็จะพบกับบ้านบางพะเนียง และเมื่อขับรถต่อไปเรื่อย ๆ ก็พบกับบ้านป่าอ้อแทน บ้านห้วยกบ บ้านทุ่งยายชี และบ้านน้อยนาดี จากการสำรวจพื้นที่วิจัยด้วยการแวะไปเยี่ยมบ้านผู้ที่จะเล่าเรื่องในงานวิจัย และไปเยี่ยมชมสวนของเกษตรกรเหล่านี้ ทำให้เห็นว่าสภาพภูมิประเทศในเขตอำเภอสนามชัยเขต และท่าตะเกียบเป็นพื้นที่ราบที่ไม่ลุ่มมากนักเมื่อเทียบกับเขตอำเภออื่น ๆ ของจังหวัดฉะเชิงเทราที่ติดริมแม่น้ำ เช่นอำเภอเมือง บ้านโพธิ์ และบางคล้า เป็นต้น ในบางส่วนของพื้นที่ในอำเภอสนามชัยเขตเป็นนาข้าว แต่บางที่เป็นไร่มันสำปะหลัง และสวนยูคาลิปตัส ที่ชาวบ้านเรียกว่าป่ายูคาฯ เนื่องจาก พื้นที่ที่เป็นสวนยูคาลิปตัสเคยเป็นป่าธรรมชาติแต่ได้ถูกถางให้เป็นพื้นที่โล่งเพื่อการปลูกยูคาฯ หรือมันสำปะหลัง และทำนาเป็นพืชเศรษฐกิจ ตามคำบอกเล่าของจันทร์ และ ศรวรรณ

สมัยก่อนมันอุดมสมบูรณ์ มันเป็นป่าไม้เบญจพรรณ มีทุกอย่าง เห็ด เห็ด เปาะ แต่ตอนนี้ก็เป็นป่ายูคาลิป ยางพารา เป็นส่วนปาล์ม มันก็ไม่มี จะเหลือรอดอยู่ก็สักกอ 2 กอ ให้เราเห็น นาน ๆ เดินไปถึงเจอ จะไม่มีแล้ว...(จันทร์)

แต่ก่อนป่าผักอยู่หน้าบ้าน เดินไปสักกิโลหนึ่ง ครึ่งกิโลก็เป็นป่าไม้พวง ไม้เต็ง ไม้รัง ก็มีเห็ด มีผัก อะไร บ้าน ๆ เดียวนี้ก็หักเป็นนากันบ้าง ก็ไม่ค่อยมี ... (ศรวรรณ)

จากการสังเกตของนักวิจัย เห็นว่าปัจจุบันก็ยังพอมีพื้นที่ป่าอยู่บ้าง แต่ว่าเป็นลักษณะของพื้นที่ที่รกร้างที่ไม่ได้ทำประโยชน์ ก็ทำให้มีพืชขึ้นอย่างเป็นธรรมชาติซึ่งรวมไปด้วยผักพื้นบ้าน ทั้งที่เป็นไม้ยืนต้น และพืชล้มลุก ส่วนตามลำน้ำสาธารณะนั้นมีน้อย เพราะในพื้นที่ในเขตอำเภอสนามชัยเขตถูกจัดสรรทำแนวคลองชลประทานส่งน้ำ ที่ทำลายสภาพพื้นที่ และทางน้ำธรรมชาติ ที่ทำให้น้ำท่วมขัง และพืชพันธุ์ท้องถิ่นได้ถูกทำลายไป ซึ่งสรุปได้ว่าพืชผักตามลำธารสาธารณะได้หายไปสักประมาณ 10 กว่าปีแล้วเมื่อมีการขุดคลองชลประทาน ทำให้ชาวบ้านต้องไปหาขุดมาปลูกไว้ตามสวนหรือไร่นาของตนเอง พรพรรณเองก็กล่าวสมทบว่าเดี๋ยวนี้ไม่มีดินมะเดื่อให้เห็นแล้ว มันถูกโค่นไปเมื่อเอาพื้นที่ทำไร่ จะพอมีกี่ต้องไปหาแถวหัวสะพาน ซึ่งเป็นเขตที่ติดต่อกับเขตป่าสงวนแควะระบบ-สียัดหรือที่รู้จักกันคือป่าเขตรอยต่อ 5 จังหวัดของภาคตะวันออก (ฉะเชิงเทรา ปราจีนบุรี สระแก้ว จันทบุรี และชลบุรี) และจันทิมาได้บอกว่าถ้าจะมีผักพื้นบ้านกิน ก็ต้องเอาพืชเหล่านั้นมาปลูกไว้ในชุมชน

จากการสังเกตของนักวิจัย และการบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลหลาย ๆ คนพบว่า ในสวนหลังบ้าน และพื้นที่ป่าแบบหัวไร่ปลายนาของเกษตรกรในพื้นที่ชุมชนที่ไปศึกษาวิจัยจะมีการปลูกต้นไม้พื้นบ้านหลายอย่าง ที่เป็นพวกไม้ป่าที่ใช้บริโภคได้ เช่น ต้นแต้ว เสม็ด หวาย ผักหนาม ผักกูด ต้นบอน ต้นกระเจียว เป็นต้น ซึ่งเกษตรกรก็ต้องเรียนรู้ลักษณะธรรมชาติที่พืชต่าง ๆ เคยอยู่ แล้วนำมาปลูกในที่ ๆ มีสภาพแวดล้อมใกล้เคียง และต้องดูแล และต้องขนขวายหาความรู้จากหลายแหล่ง และรวมทั้งจากคนรุ่นพ่อ-แม่ ตา-ยาย ป้า-ลุง หรือเพื่อน ๆ รุ่นเดียวกันที่คุ้นเคยกับพืชชนิดต่าง ๆ

4.2 ผักพื้นบ้านในอำเภอสนามชัยเขตและอำเภอท่าตะโก

จากการที่นักวิจัยได้เข้าไปเยี่ยมชมสวนผัก หัวไร่ปลายนาของเกษตรกรในหมู่บ้านในตำบลคูยายหมี และลาดกระทิง ในอำเภอสนามชัยเขต และการรวมผักที่กลุ่มฯ เพื่อนำไปจำหน่ายจะเห็นว่าในพื้นที่นี้มีรายการผักพื้นบ้านเป็นจำนวนมาก ทั้งผักพื้นบ้านทั่ว ๆ ไปที่เราคุ้นเคยจนลืมนึกว่าเป็นผักพื้นบ้าน เช่น โหระพา สระแหน่ บวบ และหัวปลี และผักพื้นบ้านที่คนเมืองแทบจะไม่รู้จัก เช่น บอน หวาย แต้้ว ดอกกระเจิบ ลูกนมวัว ดินนกงู และ บุก เป็นต้น แต่ชาวบ้านในแถบนี้รู้จักกันดี เพราะมีแทบทุกบ้านจากเรื่องเล่าของเกษตรกร และการสังเกตการณ์ของนักวิจัยเองพอจะจำแนกผักพื้นบ้านใน 2 อำเภอสนามชัยเขตได้ 4 กลุ่ม ตามลักษณะทั่ว ๆ ไปที่พบเห็น ซึ่งไม่ใช่แบ่งตามหลักวิชาการเกษตร คือ พืชผักสวนครัว พืชผักป่าหรือธรรมชาติ ที่แยกได้เป็นทั้งพืชล้มลุก ไม้ยืนต้นเล็ก ไม้ยืนต้นใหญ่ โดยส่วนมากเป็นต้นไม้ที่เกษตรกรต้องหามาปลูกไว้ในพื้นที่ของตนเอง เนื่องจากตามสภาพแวดล้อมธรรมชาติได้ถูกทำลายไปแล้วตามคำบอกเล่าของ พรพรรณ ดังนี้

ผักพื้นบ้าน ก็มีทั้งขึ้นเอง แล้วเอาไปปลูกไว้ เพราะว่าขึ้นเองไม่ค่อยมีแล้ว ตามห้วยหนองคลองบึงมัน โคนยาฆ่าหญ้าไถมา ก็เราก็ต้องไปย้ายจากตรงนั้นเอามาปลูกในสวน ก็ไปหาชุดตามป่า...

4.2.1 พืชผักสวนครัว

บ้านเรือนของเกษตรกรในพื้นที่ของทั้ง 2 อำเภอมักจะมีลักษณะเป็นบ้านชั้นเดียว หรือ 2 ชั้น ที่ปลูกแบบก่ออิฐง่าย ๆ มีบริเวณโล่ง เพื่อเป็นที่ทำกิจกรรมรวมของครอบครัว เช่นรับประทานอาหารเช้า และดูโทรทัศน์ และแบ่งกันเป็นห้องนอน ส่วนบ้านที่มี 2 ชั้น ๆ ล่างจะโล่งตลอด และมีน้อยบ้านที่มีลักษณะสองชั้นที่เป็นใต้ถุนสูงปล่อยโล่ง ซึ่งจะเป็นบ้านเก่าแต่ทุกบ้านจะมีบริเวณด้านหน้าบ้าน หรือ ด้านข้างและหลังบ้านที่สามารถปลูกพืชสวนครัวเล็ก ๆ น้อย ๆ ปนอยู่กับไม้ดอกไม้ประดับ หรือมีกล้าไม้ที่เพาะไว้เพื่อรอปลูก (ดูภาพที่ 4.3) หรือแบ่งปันให้เพื่อนบ้าน ซึ่งดูเหมือนเป็นของที่ระลึกให้แก่ที่แวะมาเยี่ยมเยียนที่บ้าน เช่นหน้าบ้านของบังอรมีต้นผักหวานบ้าน กระเพรา ตะไคร้ พริก มะนาว พริกขี้หนู ผักปลัง และต้นอื่น ๆ ซึ่งรวมทั้งผักป่าแบบล้มลุก และผักที่ขึ้นมาเองอย่างตำลึงด้วย ซึ่งเป็นการสะดวกในการเก็บมาทำอาหารเล็ก ๆ น้อย ๆ ได้ซึ่งอรอรธรรม ได้เล่าว่า “ทุกบ้านก็มี เช่นข่าตะไคร้ ตำลึง เสม็ด แด้ว ยอดหวาย พริกขี้หนู มะรุม ทุกบ้านมีอยู่แล้ว”



ภาพที่ 4.3 สวนผักสวนครัวหน้าบ้านเกษตรกร

4.2.2 พืชผักป่าหรือธรรมชาติ

นอกจากพืชผักสวนครัวรอบ ๆ บ้านแล้วเกษตรกรในเขตนี้ก็ยังแบ่งพื้นที่สวนหลังบ้านที่ทำเป็นพื้นที่เพาะปลูกพืชผัก (จีน) เพื่อค้าขาย หรือสวนผลไม้ เป็นสวนผักพื้นบ้านทั้งไม้ล้มลุก ไม้ยืนต้นเล็ก และ ไม้ยืนต้นใหญ่ ตามที่ได้เล่ามาข้างต้น ผักพื้นบ้านในพื้นที่ธรรมชาติได้ถูกทำลายไปมากกับการพัฒนาของพื้นที่ และการเกษตรแบบเพื่อเศรษฐกิจ แต่ชาวบ้านได้ตระหนักและเก็บมาขยายพันธุ์ไว้ในพื้นที่ของตนเอง พืชผักแบบล้มลุกที่มีอายุสั้นเพียงฤดูกาลเดียว หรือ 4-5 ปี หลายอย่างได้ถูกขุดมาปลูก เพื่อบริโภคในครัวเรือน และทำรายได้ให้ผู้ปลูกอย่างดี เช่น ผักกูด ผักหนาม บอน ซึ่งสุดาได้เล่าให้ฟังว่า “เดิมผักกูดอยู่ในห้วย ตามป่าผักหนาม แถวท่ากระดาน เราก็เอามาปลูก พอขุดลอกคลองก็หมดไป”



ภาพที่ 4.4 ผักกูดที่ปลูกไว้ข้างบ้าน และที่เก็บมาส่งจำหน่าย

ในวันส่งผัก จุดรับผักของกลุ่ม 2 จุด ที่แวะไปเยี่ยมชมการรับผัก และการจัดเตรียมผักเพื่อจำหน่าย คือที่บ้านยางแดง และบ้านบางพะเนียง (รับผักของบ้านบางพะเนียง และบ้านห้วยน้ำใส) สมาชิกได้เก็บผักกูดจากในสวนของตนนำมาส่งจำหน่ายเป็นจำนวนมาก นอกจากนั้นก็ยังมีการปลูกผักพื้นบ้านอื่น ๆ อีกมากมาย เช่น ผักหนาม ยอดผักข้าว และลูกผักข้าว หน่อข่า และดอกกระเจียว เป็นต้น ซึ่ง

พรพรรณได้เล่าว่าผักกูด และผักหนาม เดิมนั้นอยู่ตามห้วย แล้วไปขุดมาปลูกไว้ตามที่ลุ่มและ ส่วน จันทรได้เล่าเกี่ยวกับการปลูกต้นกระเจียวเพื่อเก็บดอกกระเจียวขายให้เล่าฟังว่า

เมื่อก่อนเข้าไปในป่า มันจะเป็นป่าโปร่งแบบธรรมชาติ มันก็จะขาวปลิดไปหมด พอไฟไหม้มันก็จะเจริญ แล้วก็ขึ้นมา...สมัยเขาไม่ต้องปลูก เข้าป่าไปแบบเดียวก็ได้เป็นตะกร้าแล้ว แต่รุ่นเราเดินไปเถอะ ถ้าคนไม่รู้ตรงไหนหาไม่เจอด้วย...

นอกจากพืชล้มลุกแล้ว ในสวน และหัวไร่ปลายนาของเกษตรกรก็จะมีพืชที่เป็นผักพื้นบ้านที่เป็นไม้ยืนต้น ทั้งไม้ยืนต้นขนาดเล็ก และขนาดใหญ่มากมาย ซึ่งชาวบ้านได้หามาปลูกไว้ในสวน เช่น ผักหวานป่า หวาย เต่าร้าง ชะมวง เต่า เสม็ด เป็นต้น บุญชูได้เล่าให้ฟังว่าเขาได้ไปขุดเอาต้นเต่า เสม็ดมาปลูกไว้ในสวน ไม่ต้องดูแลมากเพราะเป็นไม้ป่าและเป็นไม้ยืนต้นทำให้มีเก็บกินไปได้ตลอด และเก็บขายได้ด้วยและบังอรก็เล่าว่า

มันมีแทบทุกอย่าง ก็มีผักเต่า ใบเสม็ด ชะมวง หน่อข่า ชะอม ผักหวานบ้าน ผักข่าก็มีการถางหญ้ามันบ้าง ก็ขึ้นอยู่ในสวน...ไม่ต้องดูแลอะไรพิเศษ เพราะผักป่าดูแลง่าย เราไม่ให้ปุ๋ยมันก็ขึ้น ถึงยามขึ้นมันก็ขึ้นทุกปี ถึงหน้าเขานะ



ภาพที่ 4.5 ต้นเต่า และกระเจียวที่เกษตรกรนำมาปลูกไว้ที่แปลงนาของตนเอง

เมื่อสภาพแวดล้อมเปลี่ยนไปผักพื้นบ้านในธรรมชาติหมดไป แต่ชาวบ้านวัยกลางคนถึงวัยชรา ยังคงคุ้นเคยกับวัฒนธรรมการกินแบบเดิม และเพื่อเศรษฐกิจของครอบครัวที่จะต้องพึ่งพาผักพื้นบ้านที่หาเก็บมาบริโภคได้โดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย ชาวบ้านจึงต้องชวนขวนขวายหาพืชผักพื้นบ้านมาปลูกไว้ในที่ตนเอง ที่ส่วนมากจัดว่าเป็นพืชป่า และต้องเรียนรู้การปลูกพืชเหล่านั้น ชาวบ้านได้เรียนรู้จากธรรมชาติ ด้วยการสังเกตธรรมชาติของพืชเหล่านั้นขึ้นอยู่อย่างไร ออกดอกออกผลในสภาพแวดล้อมอย่างไร เรียนรู้จากคนรุ่นเก่า ๆ และเรียนรู้จากการสังเกตการทำงานในสวนของตนเองเช่น จันทน์ และ บังอร ได้ให้ฟังว่า “เราก็ลอง ๆ ปลูก ก็ขุดดินฝังอย่างที่เรารู้สึกว่าลึกแค่ไหน ก็ปลูกอย่างนั้นอย่างที่เราไปขุดมา...ก็ลองทำ มันตายก็เพาะ ทำครั้งเดียวก็รู้แล้ว...(จันทน์)”

เรารู้จากที่เห็นปลูกแล้ว ๆ บ้าน ก็รู้ว่าผักปลูกต้องปลูกที่มีน้ำน้อยหนึ่ง มันต้องการน้ำตลอดปี ต้องแฉะช้ำหน่อย พืชตัวนี้มันชอบ เห็นจากธรรมชาติ ก็เห็นว่าพืชตัวนี้มันอยู่ที่ลุ่ม ๆ หน่อย ก็ปล่อยอย่างธรรมชาติ ก็ดูจากธรรมชาติว่าพืชตัวนี้มันอยู่อย่างไร (บังอร)

นอกจากเป็นสวนที่มีการปลูกและดูแล เช่น ตัดแต่งกิ่งก้านไม่ให้ต้นสูงใหญ่ เพื่อสะดวกในการเก็บ หรือให้แตกยอด บางรายเป็นสวนเก่าที่เป็นเหมือนลักษณะของป่าหลังบ้าน จะเต็มไปด้วยต้นไม้ที่หลากหลายชนิด ขึ้นอย่างเป็นธรรมชาติไม่ต้องดูแล เช่น ในสวนของอรรพรรณจะมีชะมวง เต่าร้างกลอย มะพร้าว และพืชอื่น ๆ ที่ไม่ได้ใช้บริโภคโดยตรงแต่ใช้ประโยชน์อย่างอื่น เช่น กะพ้อ เพื่อเอาใบมาห่อขนม เป็นต้น

4.3 การบริโภคผักพื้นบ้าน

ผักพื้นบ้านจะมีลักษณะการกิน และการปรุงอาหารแตกต่างกันไปตามท้องถิ่น แต่ในปัจจุบันผักพื้นบ้านหลายชนิดนำมาทำกินแบบร่วมสมัย เช่น นำมาต้มจืด ผัด และทอดกับไข่ โดยเฉพาะทำให้เด็กและคนรุ่นใหม่กิน พิสมัย และบังอร ได้เล่าให้ฟังว่า เขาได้สอนให้ลูกกินผักด้วยการทอดไข่เจียวทุกครั้ง ต้องใส่ผักด้วย เช่น ใส่ตำลึง หรือนำมาทำไข่ต้ม (ต้มจืดไข่) จะไม่ให้กินไข่อย่างเดียว

คนรุ่นใหม่จะกินผักพื้นบ้านหลัก ๆ ที่เป็นผักสวนครัว และผักไม่ค่อยมีรสชาติเท่านั้น ส่วนผักที่มีรสแปลก ๆ เช่น รสเผ็ด หรือ รสเผดของยอดข่า รสขมของยอดหวาย ก็จะไม่กิน เนื่องจากในปัจจุบันคนรุ่นใหม่มีโอกาสเลือกกินอาหารได้หลากหลาย จากผักตลาด จากร้านอาหาร หรือของทอดที่ทำงาน ๆ ซึ่งต่างจากสมัยก่อน หรือรุ่นพ่อแม่ของเขา (รุ่นอายุ 30 กว่าปีขึ้นไป) จะไม่ค่อยมีโอกาสใน

การเลือกกินอาหาร ต้องกินอาหารที่แม่เตรียมให้เท่านั้น และเป็นอาหารจากผักพื้นบ้าน จากธรรมชาติ เนื่องจากไม่มีการซื้อผักตลาด ไม่มีอาหารอื่นให้ซื้อกิน เมื่อเทียบกับปัจจุบันมีร้านอาหารตามสั่ง หรือ ร้านก๋วยเตี๋ยวหลายร้านในหมู่บ้านทำให้เลือกกินได้ ซึ่งบึงอรเล่าให้ฟังว่า

แม่พากิน กินแบบนี้ก็ต้องกินเป็น คือเอามาต้มกินกับน้ำพริกก็กินได้ เอามาแกงใส่ไก่ก็กินได้ ยอดหอยก็กินเป็นด้วยนะ เมื่อก่อนนี้แกงยอดหอยก็กินกันทั้งครอบครัวก็ต้องกิน ไม่มีไข่ ไม่มีหมู ไม่มีให้เลือกกิน สมัยนี้มีสิ่งให้เขาเลือกได้ เขาไม่กินอันนี้เขาก็เปลี่ยนไปกินไข่ มีให้เลือก เราเลือกไม่ได้ก็กินเป็นทุกอย่าง ไม่กินก็อด หลังจากเรากินเป็นก็ชอบ อร่อย อย่างว่ามันไม่มีตัวเลือกก็อร่อย

ดังนั้นคนรุ่นอายุ 30 ปี ขึ้นไปจะกินผักพื้นบ้าน ประเภทผักป่า ผักธรรมชาติได้หลายชนิด รวมทั้งรู้วิธีการปรุงอาหารจากพืชผักเหล่านั้นด้วย เพราะหลายชนิดมีวิธีการปรุงอาหาร และการเตรียม ซึ่งรวมทั้งการเก็บเกี่ยวด้วย ที่เฉพาะเจาะจง หรือจะต้องมีวิธีพิเศษ สรรวรรณเล่าว่า “ยายของแม่อีกคนที่พาไป พาไปหาเก็บตามป่า ถ้าเป็นผักถอนก็ให้ถอน เป็นผักตัดก็ให้ตัด อย่างบุกก็ถอนได้ อย่างกระเจียวก็เอามีด เอาเสียมไปแซะ แต่ยังไม่ขุดมา ผักหวานก็ใช้มีดตัด” ส่วนการตัดยอดหอย จันทร และพิศมัย เล่าว่าก็ต้องรู้ว่าต้องตัดอย่างไร และปลอกอย่างไรเพื่อให้ยอดอ่อน ไม่เช่นนั้นก็ไม่เหลือยอดอ่อนให้แกง ซึ่งบอกอย่างเดียวไม่สามารถเข้าใจได้ ต้องลงไปตัดและสังเกตดูถึงจะรู้ เพราะแต่ละต้นแต่ละลำจะมีความแตกต่างกัน

ในเรื่องของการปรุงเป็นอาหาร ชาวบ้านส่วนมากเรียนรู้จากครอบครัว การได้เห็นแม่ทำให้กินเป็นประจำ และเรียนรู้ด้วยตนเองจากการฝึกสังเกต ทดลองทำและสอบถามจากเพื่อนบ้าน จันทร และบั้งอรเล่าว่า เขาเห็นพ่อแม่ทำให้กิน เขาก็จำ และทำเลียนแบบ แล้วก็ทดลองทำไปเรื่อย ๆ จนรู้เทคนิคการทำ และมีฝีมือดีขึ้น เพราะพืชบางอย่างมีอันตรายต้องรู้วิธีเตรียมและปรุง เช่น บุก และ บอน สรรวรรณเล่าว่าบุกมีอันตรายต้องรู้วิธีแกง ถ้ามีคนมาดูเราแกง เราก็ต้องบอกเขาเสริมว่ามันต้องต้มก่อน และรินน้ำทิ้งก่อนถึงจะนำมาแกงกินได้ ส่วนอรอรณเล่าว่าเธอทำอาหารไม่ค่อยเป็น ก็ได้เรียนรู้จากแม่สามี และเพื่อนสมาชิกในกลุ่มฯ แล้วคิดแปลงไปตามที่ตนเองชอบ

ส่วนรุ่นลูก-หลาน ก็ได้ไม่แค่ฝึกให้กินผักพื้นบ้านเท่านั้น เขาถูกฝึกให้ทำอาหารจากผักพื้นบ้านด้วย โดยสอนให้ทำ ด้วยการมาช่วยทำครัว สรรวรรณบอกว่าเราต้องหัดเขา และทำให้เขาดู และ

ซึ่งสุนัขพรเล่านั้นส่วนมากจะเป็นลูกสาวที่ทำเป็น เพราะว่าลูกสาวจะมาช่วยทำครัว แต่ลูกชายไม่ได้เข้าครัว พิเศษที่ได้เล่าการสอนลูกสาวทำอาหารจากผักพื้นบ้านไว้ดังนี้

พอจะทำอะไรให้กินก็จะสอน แกงขี้เหล็กก็ฝึกกิน แกงปลาใส่ใบชะพลูอย่างนี้ ก็ฝึกใบชะพลูมีประโยชน์อย่างไร ก็กิน จะทำกับข้าวอะไรเขาก็ฝึกกินไปด้วยทุกอย่าง เขาก็กินเป็นทุกอย่าง อีกหน่อยเขาก็ทำเป็น เพราะพาเขาทำ ทำอะไรก็จะใช้เขา อย่างเมื่อวานทำน้ำยาให้ ก็ใช้คนหนึ่งแกละกะเทียม อีกคนหั่นกระชาย ตำกระชาย

จากเรื่องเล่าการกินผักพื้นบ้านของชาวบ้านในอำเภอสนามชัยเขต และท่าตะเกียบ ทำให้นักวิจัยลงความเห็นได้ว่า การกินผักพื้นบ้านจะสืบทอดต่อมายังคนรุ่นใหม่ได้ด้วยการบริโภคผักพื้นบ้านของครอบครัว ถ้าครอบครัวบริโภคผักพื้นบ้าน ลูก ๆ ก็จะรู้จักกินผักนั้น ๆ ถ้าครอบครัวปลูกผักพื้นบ้านนั้นไว้ ลูก ๆ ก็รู้จักผักนั้น รู้จักการเพาะปลูก การเก็บเกี่ยวมาทำกิน และการปรุงอาหารก็ต้องเรียนรู้จากพ่อแม่ เพื่อนบ้านที่เคยทำกิน เพราะผักพื้นบ้านหลายตัวมีเทคนิคการปรุงอาหารเฉพาะเจาะจงเพื่อลดความเป็นพิษ และการปรุงอาหารผักพื้นบ้านหลายตัวที่ทำกินแบบดั้งเดิม ที่ไม่ใช่แค่ผัด หรือทอด ก็มีเทคนิคพอสมควร ซึ่งจันทร เล่าว่าคนแกงบอนได้นั้นมีหลายคน แต่คนทำอร่อยมีน้อย แต่ละหมู่บ้านก็จะมีคนที่ขึ้นชื่อว่าทำอร่อยไม่กิน ซึ่งคนรุ่นใหม่ก็จะต้องฝึกฝนให้เกิดทักษะ

4.4 การจำหน่ายผักพื้นบ้าน

ผักพื้นบ้านที่ปลูกอยู่รอบ ๆ บ้าน ในสวน และหัวไร่ปลายนา ไม่ใช่แค่อาหารในครัวเรือนเท่านั้น แต่เป็นพืชเศรษฐกิจหารายได้ช่วยค่าใช้จ่ายของครอบครัวได้อย่างดี ผักพื้นบ้านบางชนิดมีราคาดีมาก และมีการรวมขายเป็นตลาดผักขนาดใหญ่ เช่น ดอกกระเจียว ดอกและยอดแต้ว และหน่อไม้ เป็นต้น จันทรเล่าให้ฟังว่าดอกกระเจียวขายส่งพ่อค้าที่มารับซื้อ กิโลกรัมละเกือบ 100 บาท และพรพรรณเล่าว่า

...ช่วงฤดูดอกแต้วมันมาที่เยอะ มันมีเยอะ ตลาดรับไม่ได้ ตลาดเขียวเขา กำหนดมาอาทิตย์หนึ่งเอา 3 โล 5 โล แต่นี่มาที่เป็น 10 โล 30 โล เป็นกระสอบ เราก็เอาไปส่งพนม...อย่างหน่อไม้ป่าเราก็รับซื้อแล้วไปขายต่อ... หน่อไม้ก็ต้มเอาไปขาย...

นอกจากผักพื้นบ้านหลัก ๆ ที่มีคนรับซื้อไปส่งตลาดผักในอำเภอสนามชัยเขต และพนมสารคามแล้ว ชาวบ้านที่เป็นสมาชิกกลุ่มเกษตรกรอินทรีย์ อำเภอสนามชัยเขตที่ได้รับการรับรองมาตรฐานเกษตรกรอินทรีย์ ยังได้ส่งผักพื้นบ้านของตนมาขายกับกลุ่มฯ เพื่อนำไปขายที่ตลาดสีเขียว และส่งให้ผู้บริโภคในกรุงเทพฯ โดยตรง ซึ่งการส่งผักกับกลุ่ม สมาชิกจะได้ราคาที่ดีกว่า และนำผักที่มีหลากหลายชนิด ๆ ละนิดละหน่อยมาส่งให้กลุ่มนำไปจำหน่ายได้ โดยสมาชิกจะเก็บผักรอบ ๆ บ้าน และในสวนของตนเอง ที่เหลือจากบริโภคแล้วมาจำหน่าย หรือผักบางชนิดชาวบ้านก็ปลูกขึ้นมาเป็นแปลงเพื่อเก็บจำหน่ายโดยเฉพาะ เช่น ชะอม ผักกูด ข่า ดอกกระเจียว หรือแม้แต่ไม้ยืนต้น อย่างแส้ว เสม็ด ชาวบ้านก็นำมาปลูกเป็นแนวอยู่ในสวน หรือตามคันนา เพื่อเก็บจำหน่าย

บัณฑูร เล่าว่า “แต่ก่อนเก็บแค่อิน...เหลือก็ทิ้ง เดียวนี้ก็มีคุณค่า ก็เก็บไปขายอย่างเราทานแล้ว เหลือ เราก็มีที่ส่งเอาไปขาย มาเป็นค่าใช้จ่าย ราคาที่ดี เดิมพอมันเหลือก็ปล่อยแก่ ไม่ได้ประโยชน์อะไร เดียวนี้เหลือก็เก็บรวมกันมา 5 โล 10 โล ก็ส่ง..” พิสมัย และบ้งอร เล่าให้ฟังว่า เขามีรายได้จากการเก็บผักพื้นบ้านพอเป็นค่าขนมไปโรงเรียนของลูก และค่าน้ำ-ค่าไฟฟ้า บ้งอร บอกว่า

...ในสวนอย่างไรอาทิตย์หนึ่งมันเหลืออยู่แล้ว เราปลูกหลาย ๆ อย่างให้มันหลากหลาย ไม่ต้องมากแต่ให้ได้ทุกอย่าง อาทิตย์ละพัน ใ้ได้อยู่แล้ว แล้วค่าใช้จ่ายก็ไม่มาก...



ภาพที่ 4.6 การเก็บผักมาส่งจำหน่ายกับกลุ่มของสมาชิกกลุ่มเกษตรกรอินทรีย์

จากการสังเกตของนักวิจัย สมาชิกหลายคนเสียดายที่ไม่ได้เก็บผักมาส่งในวันรวมผัก (วันจันทร์ และพุธ) เนื่องจากจะขาดรายได้รายสัปดาห์ ดังนั้นหากมีประชุม หรือติดภาระใดในวันนั้น ชาวบ้านจะรีบกลับบ้านในช่วงบ่าย เพื่อรีบมาเก็บผักให้ได้ก่อนมืด และนำมาส่งที่กลุ่ม บางรายตัดเสร็จ มีดคำก็มาคัดเลือก และกำที่ส่งผักเลยก็มี ซึ่งส่วนมากก็มีลูก ๆ มาด้วย หรือมาช่วยทำ ซึ่งทำให้เด็ก ๆ ได้ซึมซับรู้จักผักพื้นบ้านชนิดต่าง ๆ และรู้จักคุณค่าของผักพื้นบ้าน นอกจากรู้จักการบริโภคผักพื้นบ้านในครอบครัวแล้ว การนำผักพื้นบ้านมาจำหน่ายเป็นรายได้ให้ครอบครัว ชาวบ้านยังต้องเรียนรู้การเก็บและตกแต่งผักพื้นบ้านเพื่อจำหน่ายให้ตลาดคนเมืองอีกด้วย เช่น จี๋เหล็กก็ต้องต้มไปก่อน ยอดแต้วก็เลือกกำเฉพาะยอดอ่อน หรือใส่ถุงเป็นชุดเล็ก ๆ ไม่ใหญ่มาก เป็นต้น จะเห็นได้ว่าการที่มีผักพื้นบ้านบริโภคกันในครัวเรือน และขายเป็นรายได้ทำให้ความรู้เรื่องผักพื้นบ้านได้ขยายกว้างขึ้น และถ่ายทอดสู่คนรุ่นใหม่ต่อไปได้อย่างดี

4.5 บทสรุป

จากเรื่องเล่าของชาวบ้านใน 2 อำเภอของจังหวัดพะเยาที่สนใจในเรื่องผักพื้นบ้าน ทั้งเพื่อเป็นอาหาร และรายได้เสริมของครอบครัว ทำให้ชุมชนในพื้นที่นี้มีการรวบรวมผักพื้นบ้านที่ได้เริ่มสูญพันธุ์มาเพาะปลูกไว้ในพื้นที่สวนและรอบ ๆ บ้าน และชนชวาชหาความรู้จากผู้เฒ่า และถ่ายทอดความรู้เรื่องผักพื้นบ้านสู่คนรุ่นใหม่ ให้ได้รู้จัก และเห็นความสำคัญ บริโภคและปรุงอาหารเป็น และเพาะปลูกผักพื้นบ้านเป็น โดยในเรื่องเล่าได้สรุปได้เป็น 4 เรื่องหลัก ๆ คือ ลักษณะภูมิประเทศและสถานะผักพื้นบ้านในปัจจุบัน ชนิดผักพื้นบ้านในภูมิภาคนี้ การบริโภคผักพื้นบ้าน และการตลาดผักพื้นบ้าน โดยเน้นที่กระบวนการถ่ายทอดความรู้เหล่านี้ตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน ซึ่งจากเรื่องเล่าที่ได้นี้จะนำมาวิเคราะห์ร่วมกับการสังเกตการณ์ของนักวิจัย เพื่อสรุปกระบวนการถ่ายทอดความรู้เรื่องผักพื้นบ้านของภูมิภาค และสรุปเป็นโมเดลการถ่ายทอดความรู้ท้องถิ่นเรื่องผักพื้นบ้านของภูมิภาคนี้ในบทต่อ ๆ ไป