

การวิเคราะห์ภาษาและวัฒนธรรมไทยจาก “แกง” ในสำนวนไทย สำหรับผู้เรียนชาวกัมพูชา Analyzing the Thai Language and Culture from “Thai Idioms Related to Curry” For Cambodian Learners

Thina Khom (Thina Khom)¹

นิธิต พรอำไพสกุล (Nition Pomumpaisakul)²

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์ภาษาและวัฒนธรรมไทยจาก “แกง” ในสำนวนไทย ในฐานะเป็นสื่อสำคัญในการเรียนรู้ภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศ สำหรับผู้เรียนชาวกัมพูชา โดยใช้วิธีดำเนินการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) จากสำนวนไทย ผลการวิจัยพบว่า สำนวนไทยที่เกี่ยวข้องกับคำว่า “แกง” มี 7 สำนวน ได้แก่ 1) เกลียดตัวกินไข่ เกลียดปลาไหลกินน้ำแกง 2) แกงจืดจึงรู้คุณเกลือ 3) ข้าวแดงแกงร้อน 4) ได้แกงเหน้าพริก 5) แก่เกินแกง 6) จวกไม่รู้รสแกง และ 7) ไม่รู้จักหม้อข้าวหม้อแกง วัฒนธรรมที่พบจากคำว่า “แกง” ในสำนวนไทย มี 3 ด้าน ได้แก่ ด้านอาหารการกิน ได้แก่ คนไทยกินข้าวกินน้ำแกง ความสำคัญของกะทิกับอาหารไทย ความสำคัญของเกลือกับอาหารไทย และน้ำพริกเครื่องจิ้มกับผักคู่สำหรับอาหารไทย ด้านความสัมพันธ์ของคนไทยกับ “ข้าว” ได้แก่ “ข้าว” มีบทบาทสำคัญในวิถีชีวิตไทย เป็นอาหารหลักต่อการดำรงชีวิตของคนไทย และคนไทยให้ความสำคัญกับเรื่องรู้จักบุญคุณ และด้านเครื่องมือเครื่องใช้ในครัวเรือน ได้แก่ หม้อข้าว/หม้อแกง และจวกหรือตักสำนวนไทยที่เกี่ยวข้องกับคำว่า “แกง” แสดงให้เห็นความสำคัญของภาษาและวัฒนธรรม

¹ นิสิตหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาภาษาไทย วิชาเอกภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศ

คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ,

Master in Thai (Thai as a Foreign Language), Faculty of Humanities, Srinakharinwirot University

Corresponding Author, E-mail: thina.khom@g.swu.ac.th

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ,

Asst. Prof. Dr., Faculty of Humanities, Srinakharinwirot University Corresponding Author,

E-mail: nition@g.swu.ac.th

ไทยจากสำนวน ซึ่งเป็นเนื้อหาที่ผู้เรียนชาวกัมพูชาที่เรียนภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศต้องเรียนรู้ สำนวนไทยจึงเป็นสื่อสำคัญในการเรียนรู้ภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศสำหรับผู้เรียนชาวกัมพูชา

คำสำคัญ: สำนวนไทย, แกง, วัฒนธรรมไทย, ภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศ, ผู้เรียนชาวกัมพูชา

Abstract

This research article's objective is to analyze Thai Language and Culture in Thai idioms related to “curry” (kǎeng) for Cambodian learners. Using a qualitative research method, followed by employing content analysis methods from Thai idioms. The research results found that there are 7 idioms related to “curry” (kǎeng) in Thai idioms, including: 1. klīat tua kin khai klīat plālai kin namkǎeng (Hate someone but love to take advantage of him.) 2. kǎengchūt chung rukhun klua (Appreciate the worth of salt when the soup is tasteless.) 3. khāo dǎeng kǎeng rōt (Be grateful to red rice and hot curry). 4. dai kǎeng the namphrik (Get new things, forget old ones.) 5. kǎe koen kǎeng (Too old to take advantage of) 6. chawak mai rūrot kǎeng (Never realize any good deed even staying close to it.) 7. mai rūchak mō khāo mō kǎeng (Don't know how to do household chores.) Thai Idioms related to “curry” is important to learn Thai as a foreign language in 3 aspects of Thai culture for Cambodian learners: 1) Food: ways to cook and eat such as Thais eat rice and curry, The importance of coconut milk in Thai cuisine, the significance of salt in Thai food, and Chili paste with vegetables is a common accompaniment to Thai meals. 2) The relationship between Thai people, and “rice” such as “Rice” plays a significant role in Thai way of life and serves as the staple food for sustaining the lives of Thai people.

Additionally, Thais place importance on the value of gratitude. and
3) Household tools such as Rice cookers or curry pots, and ladles. Thai idioms related to “curry” (kæng) illustrate the importance of the Thai language and culture. This content is essential for Cambodian students learning Thai as a foreign language to understand. Therefore, they are a significant medium which can be used to design methods for learning Thai as a foreign language for Cambodian learners.

Keywords: Thai Idioms, Curry, Thai culture, Thai as a foreign language, Cambodian learners

1. บทนำ

อาหารการกินของไทยไม่เพียงไว้สำหรับรับประทานเพื่อดำรงชีวิตในแต่ละวันเท่านั้น แต่ยังสะท้อนให้เห็นวัฒนธรรมไทย วิธีรับประทานของคนไทย สภาพภูมิประเทศ สภาพอากาศ วัตถุดิบในท้องถิ่น (กรมส่งเสริมวัฒนธรรม กระทรวงวัฒนธรรม, 2562, น. 1) อาหารไทยมีชื่อเสียงระดับโลก เพราะมีเอกลักษณ์เฉพาะตัวในด้านรสชาติ สีกลิ่น และวิธีการปรุงรสที่เฉพาะตัวและมีความพิถีพิถัน อาหารไทยมีความหลากหลายทั้ง อาหารคาว อาหารหวาน และอาหารว่าง อาหารที่น่าสนใจ และอยู่ในวิถีชีวิตประจำวันของคนไทย คือ “แกง” เป็นกับข้าวประเภทที่เป็นน้ำ มีชื่อเรียกตามวิธีปรุงและเครื่องปรุง (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2554) เช่น แกงจืดหมูสับ แกงเลียงกุ้งสด แกงคั่วส้ม แกงเขียวหวานลูกชิ้นปลากราย ฯลฯ (จุลทัศน์ พยาฆรานนท์ และ อนงค์ศรี พวงเพชร, 2542) แสดงให้เห็นว่า แกงมีความหลากหลาย และมีวิธีการทำที่ซับซ้อน แสดงให้เห็นวิถีชีวิตและภูมิปัญญาของคนไทยในการทำอาหารได้อย่างชัดเจน

แกงไทยถือเป็นหนึ่งใน Soft Power ของประเทศไทยที่มีส่วนช่วยฟื้นฟูเศรษฐกิจไทยหลังจากการแพร่ระบาดของไวรัสโควิด-19 (ประทีป ช่วยเกิด, 2565) จากการเข้ามาของชาวต่างชาติเพื่อลองรสชาติอันเป็นเอกลักษณ์ ดังที่ ในปี พ.ศ. 2566 เว็บไซต์ทีวีวีสถานที่ท่องเที่ยวและอาหารที่มีชื่อเสียงระดับโลก Taste Atlas ได้จัดอันดับอาหารที่ดีที่สุด

ในโลกประจำปี พ.ศ. 2566 พบว่า อันดับที่ 1 คือ แกงพะแนง อันดับที่ 7 คือ แกงเขียวหวาน อันดับที่ 8 คือ แกงมัสมั่น และอันดับที่ 10 คือ แกงเผ็ด (Taste Atlas, 2023) ทั้งนี้เกิดจากฝีมือของแม่ครัวไทยที่รู้จักปรุงรสชาติ และรู้จักทำให้แกงมีความหลากหลาย จึงกลายเป็นเอกลักษณ์ที่ชาวต่างชาติให้ความสนใจ

อาหารประเภทแกงอยู่คู่สำรับอาหารไทยและอยู่กับคนไทยมาอย่างยาวนาน ดังที่ แกง ปรากฏใน บทพระราชพนธ์สำคัญ คือ กาพย์เห่ชมเครื่องคาวหวาน ของ พระบาทสมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัย (รัชกาลที่ 2) เพื่อชมฝีพระหัตถ์ในการแต่ง เครื่องเสวยของสมเด็จพระศรีสุริเยนทราบรมราชินี วรรณคดีเรื่องนี้ ได้กล่าวถึงอาหาร ประเภทแกงจำนวน 5 ชนิด ได้แก่ แกงมัสมั่น แกงเทโพ แกงخم (แกงอ่อมใส่มะระ) แกงคั่วส้ม และแกงไตปลา (ชลดา เรื่องรักษ์ลิขิต, 2552, น. 28-41) ดังนั้น แกง จึงเป็นอาหารที่แสดงให้เห็นความสัมพันธ์ทางวิถีชีวิตไทยตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน นอกจากนี้ แกงเป็นอาหารหลักและอยู่คู่กับสำรับไทยตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน แกงทำให้อาหารในสำรับไทยมีความสมดุลทางรสชาติ กล่าวคือ การรับประทานอาหารของคนไทย โบราณไม่ใช่อาหารจานเดียว แต่เป็นการรับประทานอาหารเป็นชุดมีกับข้าวหลายอย่าง เรียกว่า สำรับเน้นการกินกลม และจับคู่อาหารให้มีรสชาติเข้ากัน ตัวอย่างเช่น แกงเขียวหวาน ซึ่งมีรสเผ็ดมากควรรับประทานคู่กับไข่เจียวจะช่วยลดความเผ็ด และกลมกล่อมมากขึ้น เป็นต้น (สุกัญญา สุฉายา, 2564) แสดงให้เห็นว่า แกงในสำรับไทย สะท้อนให้วัฒนธรรมด้านอาหารไทย และฝีมือและความสามารถของแม่ครัวไทยในการทำอาหารได้เป็นอย่างดี

แกงอยู่คู่กับสำรับไทย ด้วยเหตุนี้จึงปรากฏถ้อยคำหรือสำนวนที่เกี่ยวข้องกับแกง สำนวน หมายถึง ถ้อยคำหรือข้อความที่กล่าวสืบทอดกันมาช้านานแล้ว มีความหมายไม่ตรงตามตัวหรือมีความหมายอื่นแฝงอยู่ (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2554) หรือในอีกนัยหนึ่ง สำนวนคือ กลุ่มคำหรือคำพูด ที่กะทัดรัด แต่มีความหมายลึกซึ้งและมีความหมายในเชิงอุปมาเปรียบเทียบ นอกจากนี้ สำนวน มีที่มาจากมูลเหตุต่าง ๆ หลากประการ เช่น เกิดจากธรรมชาติ การกระทำของคน สิ่งแวดล้อม ประเพณี วิถีชีวิต อาหารการกิน สิ่งไม่คาดคิดต่าง ๆ และอย่างอื่น (สง่า กาญจนาคพันธุ์, 2538, น. 1-2) การใช้สำนวนในชีวิตประจำวัน สะท้อนให้เห็นการดำรงชีวิตและวิถีชีวิตของคนไทย ดังสำนวนที่ว่า “เกลียดตัวกินไข่ เกลียดปลาไหลกินน้ำแกง” “แกงจืดจึงรู้คุณเกลือ” “ข้าวแดงแกงร้อน” เป็นต้น สำนวนดังกล่าวเกี่ยวข้องกับแกงและการใช้ชีวิตประจำวันของ

คนไทย สะท้อนให้เห็นวัฒนธรรมและวิถีชีวิตของคนไทยในหลายประการ เช่น อาหารการกิน เครื่องปรุงรส และเครื่องมือเครื่องใช้ของคนไทย เป็นต้น

บทุคุตฺตี/ฮอ-ม็อก-เตรีย/ (ห่อหมกปลา) เป็นอาหารประเภทแกงมีทั้งแบบมีน้ำ และน้ำขลุกขลิก และเป็นอาหารประจำชาติของกัมพูชา แสดงให้เห็นวัฒนธรรมของกัมพูชา “ฮอ-ม็อก-เตรีย” ใช้ปลาเป็นหลัก แสดงให้เห็นสภาพภูมิประเทศของกัมพูชาที่อุดมสมบูรณ์ไปด้วยทรัพยากรน้ำ เช่น แม่น้ำ ลำคลอง โดยเฉพาะ จรุลลอบ / โทน-แล-สาบ/ (ทะเลสาบ) ซึ่งเป็นแหล่งน้ำที่อุดมสมบูรณ์ไปด้วยสัตว์น้ำหลากหลายชนิด โดยเฉพาะปลาน้ำจืดหลากหลายสายพันธุ์ และสามารถรับประทานได้ง่าย (ภานุวรรณ, 2014) นอกจากนี้ “ฮอ-ม็อก-เตรีย” เป็นหนึ่งในตัวแทนของอาหารกัมพูชาที่ทำให้ชาวต่างชาติรู้จักประเทศกัมพูชาเช่นกัน ดังที่ ในการประชุมสุดยอดอาเซียน ครั้งที่ 40 และ 41 ณ กรุงเทพมหานคร กัมพูชาได้เป็นเจ้าภาพ ทางรัฐบาลกัมพูชาได้จัดงานและเตรียมสถานที่ประชุม ที่พัก และอาหารกัมพูชาอย่างพิถีพิถัน “ฮอ-ม็อก-เตรีย” เป็นอาหารหลักที่ได้คัดเลือกเพื่อต้อนรับแขกจากต่างประเทศ ซึ่งล้วนเป็นระดับผู้นำประเทศของอาเซียน และคู่ทางการค้ารวมกว่า 30 ประเทศ (เกาะสิริสมุทร, 2022)



ภาพที่ 1 “ฮอ-ม็อก-เตรีย” (ห่อหมกปลา)

ที่มา: <https://freshnewsasia.com/index.php/en/local-news/131673-2019-08-22-06-10-53.html>

ในวัฒนธรรมกัมพูชา สำนวน เป็นการใช้อ้อยคำหรือข้อความที่ตรงตาม และแฝงไปด้วยความหมาย คำสอน ความคิด และคติอย่างหนึ่งสำหรับชาวกัมพูชา และยังสะท้อนให้เห็น สังคมวัฒนธรรม สิ่งแวดล้อม อาหารการกิน และวิถีชีวิตของคนในสังคมผ่านสำนวนด้วยเช่นกัน อาหารประเภทแกงอยู่คู่กับชาวกัมพูชาและอยู่ในวิถีชีวิตชาวกัมพูชา

ดังนั้น ถ้อยคำสำนวนกัมพูชาที่มักปรากฏถ้อยคำหรือสำนวนมีที่มาจากอาหารประเภทแกง เช่นเดียวกับไทย ดังสำนวนที่ว่า “**สุมฺมุตฺตํเภยสภะทฺรฺกฺชฺ คุรฺสภะทฺรฺกฺชฺเภยสภะทฺรฺกฺชฺ**” (แกงอร่อย เพราะเครื่องแกง ครอบครัวยิ่งเจริญรุ่งเรืองเพราะภรรยา) หมายถึง ผู้หญิงมีหน้าที่สำคัญ ในการพัฒนาสังคมและครอบครัว หรือ “**สุมฺมุตฺตํเภยสภะทฺรฺกฺชฺ คุรฺสภะทฺรฺกฺชฺเภยสภะทฺรฺกฺชฺ**” (แกงไม่อร่อย ขอให้ยังร้อน ภรรยาผิวพรรณดำขอให้ยังเป็นสาว) หมายถึง สิ่งที่ดีช่วยเติมเต็มสิ่งที่ไม่ดี เป็นต้น (บุษ อธิษฐิติ์ ฤกษ์ ธีษ, 2020, P. 28)

ทั้งนี้เพราะทั้งไทยกับกัมพูชามีสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติ และภูมิประเทศ ใกล้เคียงกัน ส่งผลให้วัฒนธรรมอาหารการกิน และทรัพยากรอาหาร เช่น กะทิ ปลา เครื่องเทศ สมุนไพร และพืชผัก ตลอดจนอาหารประเภทแกงมีลักษณะที่คล้ายคลึงกัน (นันทนา ปรมาวุธศิริ, 2556) วัฒนธรรมไทยที่ปรากฏผ่านสำนวนที่เกี่ยวข้องกับแกง จึงเป็นเนื้อหาที่สำคัญและจำเป็น มีประโยชน์และเป็นข้อมูลที่เหมาะสมต่อการนำมา ต่อยอดเป็นสื่อการเรียนรู้สำหรับผู้เรียนชาวกัมพูชา เพราะเป็นข้อมูลที่ผู้เรียนคุ้นเคย ใกล้ตัว เข้าถึงได้ง่าย และมีเนื้อหาใกล้เคียงกับวัฒนธรรมของผู้เรียน ช่วยทำให้ผู้เรียนเข้าใจ วัฒนธรรมไทยได้ง่ายและลึกซึ้งยิ่งขึ้น

การเรียนการสอนภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศ การสอนหลักไวยากรณ์ อย่างเดียวอาจไม่เพียงพอ เนื้อหาต้องเรียนควบคู่กับวัฒนธรรมไทย ดังที่ นิธิอร พรอำไพสกุล และ ผกาศรี เย็นบุตร (2561, น. 132-133) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การสังเคราะห์งานวิจัย ทางการเรียนการสอนภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศ ผลการวิจัยพบว่า การสร้าง สื่อการเรียนการสอนภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศ ที่มีเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับวัฒนธรรม ไทย อาทิ วิถีชีวิตไทย การท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม และสำนวนภาษา เป็นต้น จะทำให้ ผู้เรียนชาวต่างชาติเข้าใจวิถีคิด พฤติกรรม ตลอดจนการใช้ภาษาในการสื่อสารในชีวิตประจำวัน เพราะภาษากับวัฒนธรรมไม่สามารถสอนแยกออกจากกันได้ ดังนั้น จึงจำเป็นต้องเรียนรู้ ทั้งภาษาและวัฒนธรรมไปพร้อมกันอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ เพราะจะทำให้ผู้เรียนเข้าใจภาษา ได้ลึกซึ้ง และสื่อสารภาษาไทยได้ตรงกับบริบทวัฒนธรรมไทยมากยิ่งขึ้น

การเรียนการสอนภาษาไทยให้กับชาวต่างชาตินอกจากสอนภาษาและวัฒนธรรม แล้ว สิ่งสำคัญ คือ “**สื่อการเรียนการสอน**” เช่น หนังสืออ่านเพิ่มเติม อินโฟกราฟิก เพลง บทอ่านเรื่องวัฒนธรรมไทย ฯลฯ ซึ่งจะเป็นประโยชน์อย่างมากในการเรียนรู้ภาษา สื่อการเรียนการสอนดังกล่าวจะทำให้การเรียนรู้สนุกสนาน และช่วยกระตุ้นผู้เรียน

จากการศึกษาของผู้วิจัยพบว่า สื่อการเรียนการสอนที่น่าสนใจสำหรับผู้เรียนชาวต่างชาติที่สามารถสอดแทรกเนื้อหาของวัฒนธรรมได้ คือ หนังสืออ่านเพิ่มเติม ซึ่งเป็นสื่อการเรียนรู้ที่มีเนื้อหาสาระ ช่วยเสริมสร้างความรู้ให้กับผู้เรียน อีกทั้งช่วยสร้างนิสัยรักการอ่าน และเพิ่มพูนทักษะด้านการอ่านของผู้เรียนให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น มีกิจกรรมระหว่าง การอ่านช่วยให้การศึกษาไม่น่าเบื่อ ทำให้ผู้เรียนได้รับความรู้ความเข้าใจจากเนื้อหา ของหนังสืออย่างมีประสิทธิภาพ

การเรียนรู้เรื่องสำนวนไทยในการเรียนการสอนสำหรับผู้เรียนชาวกำพูชา จึงเป็นเรื่องสำคัญและจำเป็น เพราะจะทำให้ผู้เรียนชาวกำพูชาเข้าใจภาษาไทยและวัฒนธรรม ไทยไปพร้อมกับการใช้สำนวน สำนวนไทยเป็นภาพสะท้อนวัฒนธรรมและวิถีชีวิตไทย ดังนั้น การเรียนรู้ความหมายและความสำคัญของสำนวน ตลอดจนการใช้สำนวนไทย ได้ถูกต้องจะช่วยส่งเสริมความเข้าใจภาษาไทยมากยิ่งขึ้น

ด้วยเหตุผลดังกล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาภาษาและวัฒนธรรมไทย จาก “แกง” ในสำนวนไทย ในมุมมองของคนกำพูชา เพื่อนำไปเชื่อมโยงกับการเรียน ภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศสำหรับผู้เรียนชาวกำพูชา ช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียน ชาวกำพูชาได้เข้าใจภาษาและวัฒนธรรมไทยจาก “แกง” ในสำนวนไทย เพื่อนำไป เป็นประโยชน์ใช้ในการออกแบบสื่อสำหรับผู้เรียนชาวกำพูชาที่เรียนภาษาไทยในฐานะ ภาษาต่างประเทศ

2. วัตถุประสงค์

เพื่อวิเคราะห์ภาษาและวัฒนธรรมไทยจาก “แกง” ในสำนวนไทย สำหรับผู้เรียน ชาวกำพูชา

3. การทบทวนวรรณกรรม

ผู้วิจัยทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องโดยแบ่งเป็น 3 ประเด็น ได้แก่ ศึกษา ความหมายและวัฒนธรรมที่สะท้อนจากสำนวน งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสำนวนไทยกับ การเรียนการสอนภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับหนังสือ อ่านเพิ่มเติมกับการเรียนการสอนภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศ มีรายละเอียดดังนี้

3.1 ศึกษาความหมายและวัฒนธรรมที่สะท้อนจากสำนวน

สำนวนที่เกี่ยวข้องกับ “แกง” ในการวิจัยครั้งนี้หมายถึง สำนวนที่ปรากฏคำว่า “แกง” โดยตรงทั้งหมด 7 สำนวน ได้แก่ 1) เกลียดตัวกินไข่ เกลียดปลาไหลกินน้ำแกง 2) แกงจืดจืดรู้คุณเกลือ 3) ข้าวแดงแกงร้อน 4) ได้แกงเหน้าพริก 5) แก่เกินแกง 6) จวกไม่รู้รสแกง และ 7) ไม่รู้จักหม้อข้าวหม้อแกง

สำนวนในภาษาไทยสะท้อนให้เห็นวัฒนธรรม ประวัติศาสตร์ ประเพณี วิถีชีวิต ศาสนา อาหารการกิน การอยู่อาศัย สอนให้รู้จักคิด ความอ่อนโยน ความจงรักภักดี และความเชื่อ ฯลฯ ของคนในสังคมไทยตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน (กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ, 2545) สำนวนไทย สะท้อนให้เห็นวัฒนธรรมและวิถีชีวิตของคนไทย เพราะมีที่มาจากสิ่งใกล้ตัวและอยู่ในวิถีชีวิตประจำวัน เช่น เกิดจากธรรมชาติ เกิดจากสิ่งของ/เครื่องมือเครื่องใช้ เกิดจากพฤติกรรมของคนในสังคม เกิดจากสิ่งแวดล้อม เกิดจากขนบธรรมเนียมประเพณี เกิดอาหารการกิน เกิดจากความคิด ความเชื่อ ฯลฯ (สง่า กาญจนาคพันธุ์, 2538, น. 1-2) ตัวอย่างเช่น สำนวนไทยที่มาจากอาหารการกิน เช่น “ห่อหมก” ดังสำนวนที่ว่า “เออออห่อหมก” หมายถึง การรับคำหรือตกลงเป็นอย่างดี “น้ำพริก” ดังสำนวนที่ว่า “ต่วนน้ำพริกละลายแม่ครัว” หมายถึง ลงทุนโดยได้ผลประโยชน์ไม่คุ้มทุน เป็นต้น (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2554)

ดังนั้น สำนวนจึงเปรียบได้กับสื่ออย่างหนึ่งที่สะท้อนถึงภาษาและวัฒนธรรมไทย เช่น ขนบธรรมเนียมประเพณีไทย ที่อยู่อาศัย อาหารการกิน ฯลฯ ผู้เรียนภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศควรเรียนรู้ และช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการใช้ภาษาไทย เข้าใจวัฒนธรรมไทย และการสื่อสารภาษาไทยได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น

3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสำนวนไทยกับการเรียนการสอนภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศ

Nguyen Thi Thu Phuong (2565, น. 101-140) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การสร้างหนังสืออ่านเพิ่มเติมอิเล็กทรอนิกส์ เรื่อง “วัฒนธรรมไทยในสำนวนที่เกี่ยวข้องกับดอกไม้” สำหรับนักศึกษาเวียดนาม โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างและหาประสิทธิภาพของหนังสือตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ และเพื่อศึกษาความพึงพอใจของผู้เรียนหลังใช้หนังสือ ผู้วิจัยศึกษาสำนวนที่เกี่ยวข้องกับดอกไม้ที่แสดงให้เห็นวัฒนธรรมไทยหลายด้าน เช่น การนำดอกไม้ประกอบอาหาร ถวายพระ อบเสื้อผ้า ดอกไม้ประจำวันสำคัญต่าง ๆ ของไทย นิทาน

พื้นบ้านไทย และท่องเที่ยวที่เกี่ยวกับดอกไม้ เป็นต้น ข้อมูลดังกล่าวทำให้ผู้เรียนชาวเวียดนามมีความรู้ความเข้าใจเรื่องวิถีชีวิตและวัฒนธรรมไทย ตลอดจนนำไปใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน เห็นได้จากผลการวิจัยของกลุ่มทดลองคือ $E1=84.8 / E2=84.6$ ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้คือ $E1=75 / E2=75$ อันแสดงให้เห็นว่า การเรียนรู้เรื่องสำนวนไทยที่เกี่ยวข้องกับดอกไม้ ทำให้ผู้เรียนรู้จักสำนวนไทยจนสามารถนำไปใช้ได้ในชีวิตจริง และพัฒนาทักษะทางภาษาไทยและเพิ่มเติมความรู้ความเข้าใจเรื่องวิถีชีวิตและวัฒนธรรมไทยมากยิ่งขึ้น

ส่วน LI SHUTING และ นิธิอร พรอำไพสกุล (2565, 1033-1042) ได้ศึกษางานวิจัยเรื่องสำนวนไทยสำหรับชาวจีนที่ปรากฏผ่านอาหารว่าง คือ ภาษาและวัฒนธรรมไทยจากอาหารว่าง สำหรับผู้เรียนชาวจีน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์ภาษาและวัฒนธรรมจากสำนวนไทยที่เกี่ยวข้องกับอาหารว่าง สำหรับผู้เรียนชาวจีน ผลจากการศึกษาพบว่า สำนวนที่เกี่ยวข้องกับอาหารว่างสะท้อนให้เห็นความคิด ความเชื่อ ค่านิยม และวัฒนธรรมไทยในหลายมิติ ซึ่งเป็นข้อมูลที่น่าสนใจ สามารถประยุกต์ใช้ในการเรียนการสอนภาษาไทยสำหรับผู้เรียนชาวจีนได้ เพราะการเรียนรู้เรื่องสำนวนไทยจะทำให้ผู้เรียนเข้าใจสังคมวัฒนธรรมไทยอย่างลึกซึ้ง และยังทำให้ผู้เรียนชาวจีนมีความรู้ความเข้าใจสำนวนจีน อันเกิดจากการเปรียบเทียบระหว่างสำนวนไทยกับสำนวนจีน จากที่ได้กล่าวมาข้างต้น การนำสำนวนมาเป็นเนื้อหาสำหรับสอนผู้เรียนชาวต่างชาติเป็นวิธีในการสอนภาษาไทยในภาษาต่างประเทศอย่างหนึ่งที่จะช่วยและเพิ่มความรู้ความเข้าใจระหว่างวัฒนธรรมไทยได้

จากการทบทวนวรรณกรรม ผู้วิจัยพบว่า ภาษาและวัฒนธรรมจากอาหารแสดงให้เห็นเอกลักษณ์ของแต่ละประเทศ ในทำนองเดียวกัน วัฒนธรรมจากสิ่งแวดล้อมรอบตัวดอกไม้ และอาหาร ฯลฯ ที่แสดงผ่านสำนวนภาษา สามารถนำมาเป็นเนื้อหาในการเรียนภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศ ซึ่งจำเป็นต้องสอนทั้งหลักไวยากรณ์และวัฒนธรรมไปพร้อมกัน ทั้งนี้เพื่อให้ผู้เรียนชาวต่างชาติเข้าใจภาษาและวัฒนธรรมไทยมากยิ่งขึ้น

3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับหนังสืออ่านเพิ่มเติมกับการเรียนการสอนภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศ

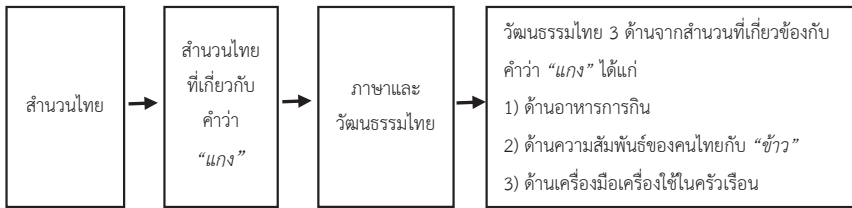
การเรียนภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศต้องสอนภาษาพร้อมกับการสอดแทรกวัฒนธรรมไปพร้อมกัน โดยเฉพาะวัฒนธรรมด้านอาหารการกิน โดยผ่านหนังสืออ่านเพิ่มในรูปแบบต่าง ๆ เป็นเรื่องสำคัญและจำเป็น ดังเช่น เหยียน ไถ ลวน พุค (2563) ได้สร้างหนังสืออ่านเพิ่มเติม ในรูปแบบหนังสือนำเที่ยว เรื่อง “กรุงเทพมหานครกับอาหาร

ริมทาง (Street Food)” สำหรับนักศึกษาชาวเวียดนาม มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างหนังสือ นำเที่ยว “กรุงเทพมหานครกับอาหารริมทาง (Street Food)” สำหรับนักศึกษาชาวเวียดนาม ในการพัฒนาความรู้ด้านอาหารริมทางและสถานที่ท่องเที่ยวในกรุงเทพมหานครและ สร้างความเข้าใจด้านวัฒนธรรมไทย ผลของการวิจัยพบว่า หนังสือที่เกี่ยวกับอาหารริมทาง เล่มนี้มีค่าประสิทธิภาพ $E1/E2 = 90.4/90.8$ ซึ่งผ่านเกณฑ์ที่กำหนดไว้ แสดงให้เห็นว่า นักศึกษาได้พัฒนาความรู้ความเข้าใจเรื่องวัฒนธรรมที่เกี่ยวกับอาหารริมทางทั้งไทยกับ เวียดนามมากขึ้น นอกจากนี้ ยังทำให้ผู้เรียนมีความรู้หลายด้าน เช่น ความสำคัญของสถาบัน พระมหากษัตริย์ไทย ความหลากหลายทางเชื้อชาติ วิถีชีวิตของคนไทยในกรุงเทพมหานคร ที่เกี่ยวข้องกับอาหารริมทาง และลักษณะร่วมของอาหารริมทางไทยและเวียดนาม สถานที่ท่องเที่ยว คำศัพท์ และข้อมูลเพื่อเติมอื่น ๆ ซึ่งล้วนเป็นข้อมูลที่เกี่ยวข้องวัฒนธรรม ไทย ส่วน ศุภกานต์ มลยาภรณ์, (2565) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง หนังสืออ่านเพิ่มเติม ในรูปแบบ อิเล็กทรอนิกส์ เรื่อง “อาหารไทยที่ขึ้นทะเบียนมรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรมของชาติ” สำหรับนักศึกษาชาวเวียดนาม ผลการวิจัยพบว่า เนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับอาหารไทย อาทิ ต้มยำกุ้ง ผัดไทย แกงเผ็ด แกงเขียวหวาน และส้มตำเป็นเนื้อหาที่น่าสนใจสำหรับผู้เรียนชาวเวียดนาม ส่วนเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับมรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรมของชาติ เป็นเรื่องใหม่ ช่วยเพิ่มพูนความรู้เกี่ยวกับอาหารไทยเพิ่มมากขึ้น

จากการศึกษาข้างต้น สรุปได้ว่า อาหารเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมไทย การสร้าง หนังสืออ่านเพิ่มเติมที่เกี่ยวข้องกับอาหารไทย สามารถเพิ่มพูนความรู้ ความเข้าใจ ด้านวัฒนธรรมไทย และยังเป็นเนื้อหาที่น่าสนใจ ช่วยพัฒนาทักษะการอ่านให้แก่ผู้เรียน ชาวต่างชาติได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4. กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำผลจากการศึกษาวรรณกรรม และเอกสารที่เกี่ยวข้องกับ สำนวนที่เกี่ยวข้องกับคำว่า “แกง” และใช้รูปแบบการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) เพื่อวิเคราะห์วัฒนธรรมไทยที่ปรากฏผ่านสำนวน ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

5. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิเคราะห์ภาษาและวัฒนธรรมไทยจาก “แกง” ในสำนวนไทย สำหรับผู้เรียนชาวแกมพูชา ผู้วิจัยได้กำหนด วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ประกอบไปด้วย กระบวนการศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสาร (Documentary Research) จากนั้นใช้รูปแบบการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) เพื่อวิเคราะห์ ภาษาและวัฒนธรรมไทยจาก “แกง” ที่ปรากฏผ่านสำนวนไทย โดยมีขั้นตอนดังนี้

5.1 การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ใช้กระบวนการศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสาร (Documentary Research) ผู้วิจัยวิเคราะห์และเก็บข้อมูลจากแหล่งข้อมูลประเภทหนังสือ ที่เกี่ยวข้องกับสำนวนไทยทั้งหมด 5 เล่ม ได้แก่ พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (ฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2554) ภาษิต สำนวนไทย 4 ภาค (ฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2555) ภาษิต คำพังเพย สำนวนไทย (ฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2558) สำนวนไทย (สง่า กาญจนาคพันธุ์, 2538) และสำนวนไทย (กระทรวงศึกษาธิการ, 2544)

5.2 จากการสังเคราะห์และวิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสารจากแหล่งข้อมูล 5 เล่ม โดยคัดเลือกสำนวนที่ปรากฏคำว่า “แกง” และมีคำที่เกี่ยวข้องกับ “แกง” ทั้งหมด 7 สำนวน ได้แก่ 1) เกลียดตัวกินไข่ เกลียดปลาไหลกินน้ำแกง 2) แกงจืดจึงรู้คุณค่าเกลือ 3) ข้าวแดง แกงร้อน 4) ได้แกงเหน้าพริก 5) แก่เกินแกง 6) จวกไม่รู้รสแกง และ 7) ไม่รู้จักหม้อข้าว หม้อแกง

5.3 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและหนังสือที่เกี่ยวข้องกับ “แกง” โดยศึกษาข้อมูลเบื้องต้น เช่น ความหมาย ความเป็นมา ความสำคัญของแกง และแกงกับวัฒนธรรมไทย เพื่อเป็นแนวทางในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ 1) สารานุกรมวัฒนธรรมไทย ภาคกลาง เล่ม 1 (มูลนิธิสารานุกรมวัฒนธรรมไทย) 2) ตำราแม่ครัวหัวป่าก์ (ท่านผู้หญิงเปลี่ยน

ภาสกรวงศ์) 3) ตำรับแกงไทย (สภาสตรีแห่งชาติ ในพระบรมราชินูปถัมภ์) 4) มรดกภูมิปัญญา
สำหรับอาหารไทย 4 ภาค และ 5) อาหารท้องถิ่นไทย-ภาคกลาง 6) วัฒนธรรมในสังคมไทย
(แสงอรุณ กนกพงศ์ชัย) 7) อาหารที่หายไป กับข้าวไทย แกงไทย (ศรีสมร คงพันธุ์) และ
อาหารไทย มรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม (กรมส่งเสริมวัฒนธรรม กระทรวงวัฒนธรรม)

5.4 เก็บข้อมูลภาคสนามในประเทศไทยเพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาภาษา
และวัฒนธรรมไทยที่เกี่ยวข้องกับแกง โดยทำการบันทึกรูปภาพ และสัมภาษณ์เจ้าของ
กิจการ พ่อครัว แม่ครัว ที่สามารถให้ข้อมูลเกี่ยวกับอาหารประเภทแกง ซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวข้องกับ
กับวัฒนธรรมและวิถีชีวิตไทย และทำการบันทึกข้อมูลการลงภาคสนามมาทำการวิเคราะห์
และทำการกำหนดเนื้อหาของบทอ่าน เช่น อุทยานพระบรมราชานุสรณ์ พระบาทสมเด็จพระ
พุทธเลิศหล้านภาลัย (อุทยาน ร.2) นิทรรศน์รัตนโกสินทร์ มิวเซียมสยาม อุทยาน
อยุธยา ตลาดสด และร้านอาหารอื่น ๆ ทั้งในกรุงเทพฯ ปริมณฑล และต่างจังหวัด
จากการเก็บข้อมูลภาคสนามผู้วิจัยพบข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับวัฒนธรรมไทย เช่น
การรับประทานอาหารเป็นสำรับของคนไทย ความสำคัญของข้าวในการดำรงชีวิตของ
คนไทย การรับประทานผักผลไม้ตามฤดูกาล และการใช้เครื่องมือเครื่องใช้ในครัวเรือน
ของคนไทยสมัยโบราณ ฯลฯ จากนั้นจึงนำข้อมูลดังกล่าวมาเป็นแนวทางในการวิเคราะห์
ข้อมูลเพื่อนำไปต่อยอดเป็นบทอ่านเรื่องสำนวนที่เกี่ยวกับแกงสำหรับผู้เรียนชาวกัมพูชา

5.5 ศึกษาภาษาและวัฒนธรรมไทยจาก “แกง” ในสำนวนไทย สำหรับผู้เรียน
ชาวกัมพูชา

6. ผลการวิจัย

จากการศึกษาสำนวนไทยในหนังสือ 5 เล่ม ได้แก่ พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน
(ฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2554) ภาษิต สำนวนไทย 4 ภาค (ฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2555)
ภาษิต คำพังเพย สำนวนไทย (ฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2558) สำนวนไทย (สง่า
กาญจนาคพันธุ์, 2538) และสำนวนไทย (กระทรวงศึกษาธิการ, 2544) โดยคัดเลือก
แบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) โดยคัดเลือกสำนวนที่ปรากฏคำว่า “แกง”
และมีคำที่เกี่ยวข้องกับ “แกง” ซึ่งพบสำนวน 7 สำนวนได้แก่ ได้แก่ 1) เกลียดตัวกินไข่
เกลียดปลาไหลกินน้ำแกง 2) แกงจืดจึงรู้คุณเกลือ 3) ข้าวแดงแกงร้อน 4) ได้แกงหน้าพริก

5) แก่เกินแกง 6) จักไม่รู้รสแกง 7) ไม่รู้จักหม้อข้าวหม้อแกง ผลการวิเคราะห์พบวัฒนธรรมไทย 3 ด้าน ได้แก่ ด้านอาหารการกิน ด้านความสัมพันธ์ของคนไทยกับ “ข้าว” และด้านเครื่องมือเครื่องใช้ในครัวเรือน มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

6.1 ด้านอาหารการกิน

อาหารไทยแสดงให้เห็นวิถีชีวิต ภูมิปัญญา ความเชื่อและพิธีกรรมต่าง ๆ ผ่านอาหารการกิน ตลอดจนสำนวนภาษาที่ใช้ในชีวิตประจำวัน (กรมส่งเสริมวัฒนธรรม กระทรวงวัฒนธรรม, 2562) จากการวิเคราะห์สำนวน ผู้วิจัยพบสำนวนไทยที่มีคำว่า “แกง” 4 สำนวน ได้แก่ 1) เกลียดตัวกินไข่ เกลียดปลาไหลกินน้ำแกง 2) แก่เกินแกง 3) แกงจืดจึงรู้คุณเกลือ และ 4) ได้แกงเหน้าพริก สะท้อนให้เห็นวัฒนธรรมด้านอาหารการกิน ดังนี้

6.1.1 คนไทยกินข้าว กินน้ำแกง

สำนวน “เกลียดตัวกินไข่” มักใช้คู่กับ “เกลียดปลาไหลกินน้ำแกง” หมายถึงเกลียดสิ่งใดสิ่งหนึ่ง แต่อยากได้ผลประโยชน์จากสิ่งนั้นอยู่ สำนวนนี้ปรากฏคำว่า “น้ำแกง” หมายถึง ส่วนที่เป็นน้ำที่อยู่ในแกง (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2554) สำนวนนี้มีที่มาจากสัตว์ คือ “ปลาไหล” ซึ่งมีลักษณะคล้ายกับงู และถูกมองว่าน่าเกลียด แต่เวลาทำแกง เช่น แกงเผ็ดปลาไหล แม้ว่าบางคนเกลียดปลาไหลเพราะมีลักษณะคล้ายกับงู แต่ก็ยังกินน้ำแกงเผ็ดปลาไหลได้ เพราะมีรสชาติอร่อย (ฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2558, น. 8)

สำนวน “เกลียดปลาไหลกินน้ำแกง” แสดงให้เห็นวัฒนธรรมอาหารการกินของคนไทย คือ คนไทยกินข้าวต้องกินน้ำแกงพร้อมกันไปด้วย เพื่อช่วยให้คล่องคอ น้ำแกงมาราดบนข้าวให้รสชาติอร่อย และทำให้รสชาติอาหารสมดุลกัน นอกจากนี้ น้ำแกงยังแสดงให้เห็นถึงลักษณะของครอบครัวไทย เพราะเป็นครอบครัวขนาดใหญ่มีสมาชิกหลายคน ดังนั้น แกงซึ่งมีปริมาณเยอะจึงเหมาะสำหรับครอบครัวของคนไทยรับประทานพร้อมกันได้หลายคน (จุลทัศน์ พยาฆรานนท์ และ อนงค์ศรี พวงเพชร, 2542, น. 452-453)

การรับประทานข้าวกับแกงจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ปรากฏในสำรับของคนไทย แสดงให้เห็นความสำคัญของแกงด้านอาหารการกิน นอกจากนี้ แกงในสำรับไทยยังแสดงให้เห็น ความผูกพันระหว่างคนในครอบครัว เพราะครอบครัวไทยในอดีตเป็นครอบครัวใหญ่ การได้นั่งรับประทานเป็นสำรับจะทำให้ทุกคนในครอบครัวได้เจอหน้ากัน รับประทานอาหารพร้อมอย่างมีความสุข

6.1.2 ความสำคัญของกะทิกับอาหารไทย

สำนวน “แก่เกินแกง” หมายถึง ใช้ประโยชน์ไม่ได้ สำนวนนี้ปรากฏคำว่า “แกง” หมายถึง การทำกับข้าวประเภทที่เป็นแกง (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2554) สำนวนนี้มีที่มาจากธรรมชาติ คือ “พืชผัก” โดยเฉพาะ “กะทิ” ซึ่งเป็นวัตถุดิบหลักของแกงกะทิไทย กล่าวคือ “กะทิ” ได้มาจากเนื้อมะพร้าวแก่ นำมาคั้นเอาแต่กะทิ หากเนื้อมะพร้าวแก่จัดมากเกินไปไม่สามารถนำมาคั้นกะทิสดได้ เพราะเนื้อมะพร้าวจะแห้งไม่มีน้ำและคั้นยาก จึงไม่เหมาะนำมาคั้นกะทิเพื่อทำแกง

สำนวน “แก่เกินแกง” แสดงให้เห็นวัฒนธรรมอาหารการกินของคนไทย คือ ความสำคัญของกะทิกับอาหารไทย กล่าวคือ “กะทิ” เป็นวัตถุดิบหลักและความสำคัญของอาหารในสำหรับไทยภาคกลางทั้งอาหารคาว อาหารหวาน และอาหารว่าง อาทิ อาหารคาว เช่น แกงเผ็ด หลนปู ต้มข่า ฯลฯ อาหารหวาน เช่น วุ้นกะทิ ก๋วยบวชชี ไอศกรีมกะทิ ฯลฯ และอาหารว่าง เช่น ขนมเบื้อง หมูสะเต๊ะ และข้าวตังหน้าตั้ง เป็นต้น

กะทิจึงเป็นวัตถุดิบสำคัญของอาหารในสำหรับไทย กะทิให้ความมัน นัว (กลมกล่อม) หอม เปรียบได้กับ เนย ของชาวตะวันตกหรือตะวันออกกลาง จึงทำให้กะทิจึงมีความเป็นสากล ดังนั้นจึงทำให้แกงไทยได้รับความนิยมจากชาวต่างชาติ

6.1.3 ความสำคัญของเกลือกับอาหารไทย

สำนวน “แกงจืดจืดรู้คุณเกลือ” หมายถึง นึกถึงคนนั้นหรือสิ่งนั้นเมื่อมีความต้องการหรือความจำเป็น สำนวนนี้ปรากฏคำว่า “แกงจืด” จึงหมายถึง แกงที่มีรสชาติจืด (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2554) สำนวนนี้มีที่มาจากเครื่องปรุงรส คือ “เกลือ” คนไทยมักใช้เกลือในการทำอาหาร โดยเฉพาะการทำแกง เพราะเกลือให้รสชาติเค็ม กลมกล่อม ชูรสให้แกงอร่อยมากยิ่งขึ้น

สำนวน “แกงจืดจืดรู้คุณเกลือ” แสดงให้เห็นวัฒนธรรมอาหารการกินของคนไทย คือ ความสำคัญของเกลือกับอาหารไทย ซึ่งเป็นเครื่องปรุงรสสำคัญในอาหารไทย เพราะจะเพิ่มรสชาติเค็มในอาหารให้รสชาติดกลมกล่อม นอกจากนี้ เกลือยังแสดงให้เห็นภูมิปัญญาไทยในการถนอมอาหาร เช่น การหมักดองเนื้อสัตว์หรือผักเพื่อให้เก็บรักษาได้นาน

เกลือ มีความสำคัญในอาหารไทย นอกจากใช้ถนอมอาหาร ใช้ปรุงรส เกลือยังเป็นเครื่องปรุงรสสำคัญและขาดไม่ได้ เวลาทำอาหาร ทำให้รสชาติสมดุลกัน กลมกล่อม และชูรสให้ดีขึ้น ตัวอย่างเช่น ในอาหารประเภทของหวาน เช่น กล้วยบวชชี มักเติมเกลือเล็กน้อยเพื่อให้รสชาติกลมกล่อมมากขึ้น

6.1.4 น้ำพริก เครื่องจิ้มกับผักคู่สำหรับอาหารไทย

สำนวน “ได้แกงเทน้ำพริก” หมายถึง ได้ของใหม่มีกลิ่นของเก่า สำนวนนี้ปรากฏคำว่า “น้ำพริก” หมายถึงอาหารชนิดหนึ่ง ปรุงด้วยกะปิ กระเทียม พริกชี้หนู มะนาว เป็นต้น คลุกข้าวกิน (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2554) สำนวนนี้มีที่มาจากอาหารไทยคือ “น้ำพริก” ซึ่งเป็นอาหารประเภทเครื่องจิ้มกับผักหรือเนื้อสัตว์ต่าง ๆ เป็นอาหารที่ต้องมีในสำรับไทย

สำนวน “ได้แกงเทน้ำพริก” แสดงให้เห็นวัฒนธรรมอาหารการกินของคนไทยคือ คนไทยกินน้ำพริก ซึ่งเป็นเครื่องจิ้มกับผักคู่สำหรับอาหารไทย น้ำพริกเป็นกับข้าวที่ทำง่าย มีหลากหลายแบบ และแตกต่างกันขึ้นอยู่กับแต่ละภูมิภาค น้ำพริกช่วยให้รสชาติอาหารในสำรับสมดุลกัน มีผักกับเนื้อสัตว์ช่วยลดความเลี่ยนหรือรสเผ็ดจัดจากกับข้าวอย่างอื่นได้เป็นอย่างดี และดีต่อสุขภาพเพราะกินคู่กับผักให้สารอาหารครบถ้วน



ภาพที่ 2 น้ำพริกกับสำหรับอาหารไทย

ที่มา: Thina Khom, 2566

น้ำพริกมีบทบาทสำคัญเช่นเดียวกับแกง กล่าวคือ คนไทยรับประทานอาหารเป็นสำรับ ในหนึ่งมื้อมีกับข้าวมากกว่าหนึ่งอย่างทั้งน้ำพริกกับแกง ซึ่งเป็นกับข้าวจานหลักที่ต้องมีในสำรับอาหารไทย น้ำพริกเป็นเครื่องจิ้มกับผัก ผักช่วยลดความเผ็ดจากกับข้าว

อย่างอื่นได้เป็นอย่างดี จึงแสดงให้เห็นภูมิปัญญาในการรับประทานอาหารของคนไทยได้อย่างชัดเจน

6.2 ความสัมพันธ์ของคนไทยกับ “ข้าว”

ในอดีตเกษตรกรไทยมีอาชีพหลัก คือ การทำนาปลูกข้าว ข้าวจึงมีบทบาทสำคัญต่อวิถีชีวิตของคนไทย เพราะคนไทยรับประทานข้าวเป็นหลัก นอกจากนี้ ข้าวยังแสดงให้เห็นประเพณีและพิธีกรรมต่าง ๆ เช่น พระราชพิธีพืชมงคลจรดพระนังคัลแรกนาขวัญ พิธีกรรมต่าง ๆ เช่น ประเพณีแห่นางแมวของภาคกลาง ประเพณีบุญบั้งไฟของภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และความเชื่อเรื่อง เคารพบูชาแม่โพสพ ซึ่งเชื่อว่าเป็นเทพธิดาที่ช่วยรักษาข้าวให้ผลผลิตอุดมสมบูรณ์ เป็นต้น (นันทน์ อยู่อินทร์, 2542, น. 757-769) ผู้วิจัยพบสำนวนไทยที่มีคำว่า “แกง” 1 สำนวน ได้แก่ 1) ข้าวแดงแกงร้อน ที่สะท้อนให้เห็นวัฒนธรรมข้าว ดังนี้

6.2.1 “ข้าว” มีบทบาทสำคัญในวิถีชีวิตไทย และเป็นอาหารหลักต่อการดำรงชีวิตของคนไทย และคนไทยให้ความสำคัญกับเรื่องรู้จักบุญคุณ

สำนวน “ข้าวแดงแกงร้อน” หมายถึง บุญคุณ สำนวนนี้ปรากฏคำว่า “ข้าวแดง” หมายถึง เมล็ดข้าวที่มีปลอกสีสีแดง (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2554) สำนวนนี้มีที่มาจากวัฒนธรรมข้าว คือ “การสีข้าวสมัยโบราณ” กล่าวคือ คนไทยสมัยโบราณยังไม่มีเครื่องสีข้าวอย่างกับปัจจุบัน การสีข้าวจึงต้องใช้มือ ทำให้ข้าวที่สีด้วยมือออกมาเป็นสีแดง และต้องใช้ความพยายามและอดทนในการสีให้ได้มาซึ่งข้าวไว้บริโภค

สำนวน “ข้าวแดงแกงร้อน” สะท้อนให้เห็นความสัมพันธ์ของคนไทยกับ “ข้าว” คือ ข้าวมีบทบาทสำคัญในวิถีชีวิตไทย และเป็นอาหารหลักและจำเป็นต่อการดำรงชีวิต เพราะข้าวให้พลังงานสูง และอิ่มท้องได้นาน จึงเหมาะกับวิถีชีวิตของเกษตรกรไทยที่ต้องทำนาปลูกข้าวตลอดทั้งวัน จำเป็นต้องใช้พลังงานเป็นจำนวนมาก นอกจากนี้ สำนวนนี้ยังสะท้อนให้เห็นว่า คนไทยให้ความสำคัญกับเรื่องรู้จักบุญคุณ กล่าวคือ หลังจากสีข้าวซึ่งต้องใช้ความพยายามอย่างหนัก จากนั้นจึงนำข้าวแดงไปหุงจนสุกและนำมารับประทานกับแกงที่ทำเสร็จร้อน ๆ จึงเรียกว่า “ข้าวแดงแกงร้อน” ดังนั้นหากผู้ใดได้รับประทานข้าวแดงแกงร้อนนั้น ก็ควรรู้จักสำนึกถึงบุญคุณของเจ้าข้าวแดงแกงร้อนนั้นด้วย (สง่า กาญจนาคพันธุ์, 2538, น. 75)

การนำข้าวกับแกงมาใช้ในสำนวนนี้จึงสะท้อนให้เห็นค่านิยมของคนไทย เรื่อง รู้จักบุญคุณ และความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ เช่น พ่อแม่ ครูบาอาจารย์ และผู้มีอุปการะ แก่ตน เป็นต้น

6.3 เครื่องมือเครื่องใช้ในครัวเรือน

เครื่องมือเครื่องใช้ในครัวเรือนของไทย มี 3 ประเภท คือ อุปกรณ์ที่ให้ความร้อน อุปกรณ์ที่ใช้ในการหุงต้ม และอุปกรณ์ในการเตรียมอาหารสด อุปกรณ์ดังกล่าวมีเปลี่ยนแปลง ไปในแต่ละยุคแต่ละสมัย ใช้เพื่ออำนวยความสะดวกในการทำอาหาร เช่น หม้อ ตะหลิว กระทะ เป็นต้น (กรรณิการ์ พรมเสาร์ และ นันทา เบญจศิริรักษ์, 2542, น. 113) “จวัก” หรือ “ตวัก” เป็นเครื่องมือเครื่องใช้ในครัวเรือนของคนไทยตั้งแต่สมัยโบราณ ใช้สำหรับ ตักแกงหรือข้าว เพราะก้นลึกสะดวกเวลาใช้กับของเหลว จวักทำจากกะลามะพร้าว โดยนำมาตัดให้รูปกลม แล้วทำด้ามงอไว้สำหรับจับถือได้สะดวกเวลาทำแกง (ส. พลายน้อย, 2558, น. 11-13) ผู้วิจัยพบสำนวนไทยที่เกี่ยวข้องกับคำว่า “แกง” 2 สำนวน ได้แก่ 1) ไม่รู้จักหม้อข้าวหม้อแกง 2) จวักไม่รู้รส สะท้อนให้เห็นวัฒนธรรมด้านเครื่องมือเครื่องใช้ในครัวเรือน ดังนี้



ภาพที่ 3 หม้อดิน/จวัก เครื่องมือเครื่องใช้ในครัวเรือนสมัยโบราณ

ที่มา: Thina Khom, 2566

6.3.1 หม้อข้าว/หม้อแกง

สำนวน “ไม่รู้จักหม้อข้าวหม้อแกง” หมายถึง ไม่รู้จักทำอาหาร ไม่รู้จักทำงาน บ้านงานเรือน สำนวนนี้ปรากฏคำว่า “หม้อข้าว” หมายถึง ภาชนะประเภทหนึ่งใช้สำหรับ ใส่หุงข้าว เช่นเดียวกับ หม้อแกง ภาชนะใช้สำหรับทำแกง (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน,

2554) สำนวนนี้มีที่มาจากเครื่องมือเครื่องใช้ในครัวเรือน คือ “หม้อข้าวกับหม้อแกง” ในสำนวน “ไม่รู้จักหม้อแกง” มีนัยถึงไม่รู้จักทำอาหาร เพราะไม่รู้ว่่าหม้อใดเหมาะกับการหุงข้าวหรือทำแกง เวลาทำอาหารหรือเข้าครัวเพื่อเตรียมทำอาหารต้องรู้จักเครื่องมือเครื่องใช้ในครัวเรือนให้เกิดความชำนาญ (สง่า กาญจนาคพันธุ์, 2538, น. 443)

หากไม่รู้จักหม้อข้าว/หม้อแกง ย่อมแสดงให้เห็นว่า ไม่ได้เข้าครัว ไม่รู้จักทำอาหาร ซึ่งถือเป็นค่านิยมของคนไทยสมัยโบราณที่ผู้หญิงต้องทำอาหารเป็น

6.3.2 จวกหรือตัก

สำนวน “จวกไม่รู้รสแกง” หมายถึง มีโอกาสอยู่กับคนดี แต่กลับไม่พัฒนาตัวเอง สำนวนนี้ปรากฏคำว่า “จวก” หมายถึง เครื่องใช้ตักแกงหรือตักข้าว ทำด้วยกะลามะพร้าว มีด้ามถือมีลักษณะคล้ายกับตะหลิว สำนวนนี้มีที่มาจากเครื่องมือเครื่องใช้ในครัวเรือน คือ จวก แม้ว่าจวกได้สัมผัสกับแกงทุกครั้ง แต่กลับไม่เคยรู้รสชาติของแกงว่าเปรี้ยว หวาน เค็ม มัน ฯลฯ อย่างไร เพราะเมื่อใช้ทำแกงเสร็จจวกก็จะถูกล้างทำความสะอาด (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2554)

จวก จึงมีความสัมพันธ์กับ แกง เพราะเป็นเครื่องมือเครื่องใช้ในครัวเรือนของคนไทยตั้งแต่สมัยโบราณ และยังมีการใช้จนถึงปัจจุบัน เป็นของที่ต้องมีประจำทุกครัวเรือน ใช้สำหรับตักแกงหรือข้าวก็ได้ เพราะกันลึกลงเวลาใช้กับของเหลว จวกยังแสดงให้เห็นภูมิปัญญาของคนไทยที่รู้จักดัดแปลงของใกล้ตัวอย่างกะลามะพร้าวให้กลายเป็นของสารพัดประโยชน์ โดยนำกะลามะพร้าวมาตัดให้รูปกลม แล้วทำด้ามงอไว้สำหรับจับถือได้สะดวกเวลาทำแกง

จากการวิเคราะห์สำนวน “ไม่รู้จักหม้อข้าวหม้อแกง” “จวกไม่รู้รสแกง” ทั้ง 2 สำนวนมีการเปรียบเทียบลักษณะของ “จวก” หรือ “ตัก” และ “หม้อแกง” ซึ่งเป็นเครื่องมือเครื่องใช้ในครัวเรือนที่ใช้ในการทำ “แกง” กับพฤติกรรมของคนในการใช้ชีวิตประจำวัน เช่น ไม่รู้จักทำอาหาร การพัฒนาตนให้เข้ากับบริบทสังคม แสดงว่าเครื่องมือเครื่องใช้ในครัวเรือนมีบทบาทในชีวิตประจำวันของคนไทย โดยเฉพาะเรื่องอาหารถูกนำมาใช้เปรียบเทียบกับพฤติกรรมของคนไทย

7. สรุปและอภิปรายผล

7.1 สรุปผลการวิจัย

สำนวนไทยที่เกี่ยวข้องกับ “แกง” สะท้อนวัฒนธรรมไทยในหลายมิติ เพราะแกงมีความผูกพันกับวิถีชีวิตและการดำรงชีวิตของคนไทย จากการสังเกตเรื่องต่าง ๆ รอบตัวนำมาเปรียบเทียบกับแกง ซึ่งเป็นอาหารหลักและจำเป็นในทุกมื้อ เช่น รสชาติของแกง ลักษณะของแกง ความหลากหลายของแกง เป็นต้น โดยนำมาใช้เป็นสำนวนเพื่อสอดแทรกวัฒนธรรม ความคิด การตัดสินใจสอน ตลอดจนลักษณะนิสัยของคน เป็นต้น สิ่งเหล่านี้ต้องการวิเคราะห์ตีความเพื่อให้รู้ความหมายเชิงวัฒนธรรมที่ซ่อนอยู่

จากการวิเคราะห์ภาษาและวัฒนธรรมไทยจาก “แกง” ในสำนวนไทย ผู้วิจัยพบสำนวนที่มีคำว่า “แกง” ทั้งหมด 7 สำนวน ได้แก่ 1) เกลียดตัวกินไข่ เกลียดปลาไหลกินน้ำแกง หมายถึง เกลียดสิ่งใดสิ่งหนึ่ง แต่อยากได้ผลประโยชน์จากสิ่งนั้นอยู่ 2) แก่เกินแกง หมายถึง ใช้ประโยชน์ไม่ได้ 3) แกงจืดจึงรู้คุณเกลือ หมายถึง นึกถึงคนนั้นหรือสิ่งนั้นเมื่อมีความต้องการจำเป็น 4) ได้แกงเหน้าพริก หมายถึง ได้ของใหม่มักลืมของเก่า 5) จวกไม่รู้แกง หมายถึง แม้จะมีโอกาสอยู่กับคนดีคน แต่กลับไม่พัฒนาตัวเอง 6) ข้าวแดงแกงร้อน หมายถึง สำนึกบุญคุณ และ 7) ไม่รู้จักหม้อข้าวหม้อแกง หมายถึง ไม่รู้จักทำอาหาร ผลจากการวิเคราะห์ ผู้วิจัยพบว่าวัฒนธรรมไทยจาก “แกง” ในสำนวนไทยมี 3 ด้าน ได้แก่ 1) อาหารการกิน ได้แก่ คนไทยกินข้าวกินน้ำแกง ความสำคัญของกะทิกับอาหารไทย ความสำคัญของเกลือกับอาหารไทย และน้ำพริก เครื่องจิ้มกับผักคู่รับอาหารไทย 2) ความสัมพันธ์ของคนไทยกับ “ข้าว” ได้แก่ “ข้าว” มีบทบาทสำคัญในวิถีชีวิตไทย เป็นอาหารหลักต่อการดำรงชีวิตของคนไทย และคนไทยให้ความสำคัญกับเรื่องรู้จักบุญคุณ และ 3) เครื่องมือเครื่องใช้ในครัวเรือน ได้แก่ หม้อข้าว/หม้อแกง และจวกหรือตัวก

สำนวนไทยที่มีคำว่าแกง จึงสะท้อนลักษณะนิสัยของคนไทยที่ให้ความสำคัญกับอาหาร ความรู้ในใช้อุปกรณ์ทำอาหาร ภูมิปัญญาในการรับประทานอาหารที่ต้องรับประทานเป็นสำรับ

7.2 อภิปรายผล

“แกง” ในสำนวนไทยที่สะท้อนวัฒนธรรม ทำให้ผู้เรียนชาวกัมพูชาที่มีความรู้ที่เกี่ยวข้องกับวัฒนธรรมไทยด้านอาหารการกิน ความสัมพันธ์ของคนไทยกับ “ข้าว” และรู้จักเครื่องมือเครื่องใช้ในครัวเรือนของไทยเพิ่มมากขึ้น ซึ่งเนื้อหาเหล่านี้มีสาระสำคัญในการเรียนรู้ภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศ

การเรียนการสอนภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศ จำเป็นต้องสอนวัฒนธรรมอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ โดยเฉพาะเรื่องสำนวนไทยก็เป็นหนึ่งในสื่อหรือกิจกรรมการเรียนการสอนที่มีส่วนช่วยเพิ่มความรู้ความเข้าใจระหว่างวัฒนธรรมได้เช่นกัน สอดคล้องกับสิริจิตต์ เดชอมรชัย (2556, น.165) ได้กล่าวว่า การนำเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับ สำนวน สุภาษิต คำพังเพยที่สะท้อนให้เห็นถึงวัฒนธรรมและวิถีชีวิตจะทำให้ผู้เรียนภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศมีความรู้ความเข้าใจเรื่องสำนวน พร้อมกับวัฒนธรรมของเจ้าของภาษามากขึ้น อันนำไปสู่การใช้สำนวนได้ถูกต้องตามบริบทสังคม สอดคล้องกับ ส่งสุข ภาแก้ว (2565, น. 136-137) ได้อธิบายไว้ว่า สำนวนไทยแสดงถึงวัฒนธรรม และภูมิปัญญาไทยที่มีคุณค่า การรู้ความหมายและสามารถใช้สำนวนไทยได้อย่างถูกต้องจะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการใช้ภาษาไทย และสื่อสารภาษาไทยได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

วัฒนธรรมไทยสัมพันธ์กับอาหาร ภูมิศาสตร์ สะท้อนผ่านสำนวนที่คนไทยใช้ วัฒนธรรมไทยที่สะท้อนให้เห็นผ่านอาหารประเภทแกงในรูปแบบสำนวน เป็นวัฒนธรรมร่วมกัน เนื่องจาก ทั้งไทยกับกัมพูชารวมถึงบรรดาประเทศที่ใกล้เคียง เช่น ประเทศลาว ประเทศเมียนมา และประเทศเวียดนาม เป็นต้น ล้วนมีอาหารประเภทแกงเช่นเดียวกัน (นันทนา ปรมานุกิจฐ์, 2556) ทั้งนี้เนื่องจากทางสภาพภูมิศาสตร์ และสภาพอากาศที่ใกล้เคียง ผนวกกับการแลกเปลี่ยนทางวัฒนธรรมในอดีต จึงส่งผลให้วัฒนธรรมด้านอาหารการกินโดยเฉพาะอาหารประเภทแกงมีลักษณะที่คล้ายคลึงกัน เช่น การใช้กะทิทำแกง การใช้สมุนไพรเพื่อช่วยดับกลิ่นคาว การใช้เกลือเพื่อถนอมหรือปรุงรส การใช้เครื่องเทศเพื่อให้กลิ่น สี และรสชาติแก้อาหาร การรับประทานอาหารเป็นสำรับ ความรู้เรื่องการรู้จักใช้อุปกรณ์ในครัวเพื่ออำนวยความสะดวกเวลาทำอาหาร รวมถึงพืชผักและเนื้อสัตว์ต่าง ๆ ดังนั้น ภาษาและวัฒนธรรมไทยจาก “แกง” ในสำนวนไทย จึงเป็นเรื่องที่เข้าใจได้ง่ายสำหรับผู้เรียนชาวกัมพูชา เพราะเป็นเรื่องที่ใกล้ตัว และมีความใกล้เคียงกับวัฒนธรรมของกัมพูชาทั้งเรื่อง อาหารการกิน วัฒนธรรมข้าว และเครื่องมือเครื่องใช้ใน

ครัวเรือน ข้อมูลดังกล่าวจึงน่าสนใจสำหรับผู้เรียนชาวกัมพูชาที่เรียนภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศ

สำนวนไทยมีหลากหลายทั้งเกิดจากธรรมชาติ วิถีชีวิต การกระทำของคน อาหารการกิน เป็นต้น ดังนั้นการคัดเลือกสำนวนและนำมาจัดกลุ่มที่เน้นเนื้อหาเฉพาะทาง เช่น ภาษาและวัฒนธรรมไทยจาก “แกง” ในสำนวนไทย ทำให้ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจ เรื่องภาษาและวัฒนธรรมไทยผ่านสำนวน ข้อมูลดังกล่าวมีความสำคัญและมีประโยชน์ สามารถนำมาออกแบบการเรียนการสอนสำหรับผู้เรียนชาวกัมพูชาที่เรียนภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศได้

8. ข้อเสนอแนะ

8.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

8.1.1 สามารถนำผลการวิจัยนี้ไปสร้างเป็นสื่อการเรียนการสอนสำนวน และวัฒนธรรมไทยสำหรับผู้เรียนชาวกัมพูชา ช่วยให้ผู้เรียนเพิ่มพูนความรู้ด้าน สำนวน และวัฒนธรรมไทยและวิถีชีวิตไทยมากขึ้น

8.2 ข้อเสนอสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

8.1.2 ควรศึกษา/วิจัยเรื่องสำนวนไทยที่เกี่ยวข้องกับด้านอื่น ๆ เช่น ธรรมชาติ ด้านพฤติกรรมของคน ด้านเครื่องมือเครื่องใช้ ด้านอาหารการกินอื่น ๆ เช่น ผลไม้ ของหวาน น้ำพริก เป็นต้น

9. เอกสารอ้างอิง

กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. (2545). *สำนวนไทย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.

กรมส่งเสริมวัฒนธรรม กระทรวงวัฒนธรรม. (2562). *อาหารไทย มรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม สืบค้นเมื่อ 25 พฤษภาคม 2566*, จากเว็บไซต์: <http://book.culture.go.th/thaifood/mobile/index.html#p=1>

กรรณิการ์ พรหมเสาร์ และ นันทา เบญจติลารักษ์. (2542). *สำรับไทย*. จ. เชียงใหม่ บริษัทกลางเวียงการพิมพ์

- จุลทัศน์ พยาฆรานนท์ และ อนงค์ศรี พวงเพชร. (2542). แกลง. ใน *สารานุกรมวัฒนธรรมไทย ภาคกลาง เล่ม 1*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิสารานุกรมวัฒนธรรมไทย ธนาคารไทยพาณิชย์. ฉบับราชบัณฑิตยสถาน. (2555). *ภาษาถิ่น สำนวนไทย 4 ภาค*. กรุงเทพฯ: บริษัท ธนาเพรส จำกัด.
- ฉบับราชบัณฑิตยสถาน. (2558). *ภาษาถิ่น คำพังเพย สำนวนไทย* (พิมพ์ครั้งที่ 16). กรุงเทพฯ: สำนักงานราชบัณฑิตยสภา.
- ชลดา เรืองรักษ์ลิขิต. (2552). *ภาพให้เห็นเครื่องควหาวน ภาพเห็นไรศรกรรมสร้าง* กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- นันทนา ปรมาณัติชัย. (2556). *โอชาอาเชียน*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มติชน
- น้ามนต์ อยู่อินทร์. (2542). *แม่โพสพในภาคกลาง ความเชื่อ*. ใน *สารานุกรมวัฒนธรรมไทย ภาคกลาง เล่ม 1*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิสารานุกรมวัฒนธรรมไทย ธนาคารไทยพาณิชย์.
- นิธิต พรอำไพสกุล และ ผกาศรี เย็นบุตร. (2561, พฤษภาคม-สิงหาคม). การสังเคราะห์งานวิจัยทางการเรียนการสอนภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศ. *วารสารนานาชาติ มหาวิทยาลัยขอนแก่น สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์* 8(2).
- ประทีป ช่วยเกิด. (2565). *อาหารไทย “SOFT POWER ไทย สู่ SOFT POWER โลก”* สืบค้นเมื่อ 10 ธันวาคม 2566, จากเว็บไซต์: <https://rsdi.kku.ac.th/?p=2564>
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2556). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2554*. กรุงเทพฯ: บริษัท ศิริวัฒนาอินเตอร์พริ้นท์ จำกัด (มหาชน).
- ศุภกานต์ มัลยาภรณ์. (2565). หนังสืออ่านเพิ่มเติมอิเล็กทรอนิกส์ เรื่อง “อาหารไทยที่ขึ้นทะเบียนมรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรมของชาติ” สำหรับนักศึกษาชาวเวียดนาม. (ปริญญาโทปริญญาโทมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- ส. พลายน้อย. (2558). *ครัวไทย*: กรุงเทพฯ : พิมพ์คำสำนักพิมพ์ : สถาพรบุ๊คส์ ผู้จัดจำหน่าย.
- ส่งสุข ภาแก้ว. (2565, มกราคม-เมษายน). สำนวนไทยช่วยพัฒนาทักษะการใช้ภาษาในการสื่อสาร *วารสาร มจร. เลขปริทัศน์ journal of mcv. loei review* 2(1), 136-137.
- สง่า กาญจนาคพันธุ์. (2538). *สำนวนไทย* กรุงเทพฯ: บริษัท ดวงกมลสมัย จำกัด
- สิริจิตต์ เดชอมรชัย. (2556). *การสอนภาษาฝรั่งเศสในฐานะภาษาต่างประเทศ แนวคิดและวิธีการ* กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- สุกัญญา สุฉายา. (2564). *มรดกภูมิปัญญาสำหรับอาหารไทย 4 ภาค* กรุงเทพฯ: บริษัท แม็กเอ็กซ์เพรส จำกัด
- เหิงยีน ไถ ลวน ฟุค. (2563). *การสร้างหนังสือนำเที่ยว “กรุงเทพมหานครกับอาหารริมทาง (Street Food)”*. (ปริยญานินพนธ์ปริยญานมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- LI SHUTING และ นิธิอร พรอำไพสกุล. (2565). *ภาษาและวัฒนธรรมในสำนวนไทยจากอาหารว่าง สำหรับผู้เรียนชาวจีน*. Paper presented at the การประชุมวิชาการระดับชาติ “การศึกษาเพื่อพัฒนาการเรียนรู้ ครั้งที่ 6” ประจำปี 2565.
- Nguyen Thi Thu Phuong. (2565). *การสร้างหนังสืออ่านเพิ่มเติมอิเล็กทรอนิกส์ เรื่อง “วัฒนธรรมไทยในสำนวนที่เกี่ยวกับดอกไม้” สำหรับนักศึกษาเวียดนาม*. (ปริยญานินพนธ์ปริยญานมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- Taste Atlas. (2023). 10 Best Rated STEWS in the World. Retrieved May 01, 2023, from <https://www.tasteatlas.com/best-rated-stews-in-the-world>
- เกาะสลังกัต. (2022). *ហេតុអ្វីត្រូវតែបរិភោគស្រូវប្រាំងស្រូវប្រាំងស្រូវប្រាំង*. Retrieved Oct 20, 2023, from <https://kohsantepheapdaily.com.kh/article/1574042.html>
- บุญ อิตฐยสิทธิ์ คุ้ม ธีร. (2020). *สุภาสัทธิ. ภูมิกฤต: เบญจ ธิติ*.
- អាជ្ញាធរទន្លេសាប TONLE SAP AUTHORITY. (2014). *ស្ថានភាពទូទៅនៃទន្លេសាប*. Retrieved Dec 01, 2023, from <https://www.tonlesap.gov.kh/index.php/km/about-tonle-sap/2014-02-21-06-36-11>