

การจัดการอาหารในระดับครอบครัว
ตามวิถีมุสลิมและกระบวนการขับเคลื่อน
เพื่อให้เกิดความมั่นคงทางอาหารในครอบครัว :
กรณีศึกษา ชุมชนบ้านชาใจ* อำเภอไชโย จังหวัดอ่างทอง

สุพรรณิ ไชยอำพร^๑ ฐิติญา วิมลวัฒน์^๒

^๑รองศาสตราจารย์ คณะพัฒนาลังคมและสิ่งแวดล้อม

สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์

^๒นักวิชาการประชาสัมพันธ์ กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาวิธีการจัดการอาหารในระดับครอบครัวตามวิถีชาวมุสลิม และเพื่อศึกษากระบวนการขับเคลื่อนเพื่อให้เกิดความมั่นคงทางอาหารในครอบครัว รวมถึงศึกษาวิธีการปรับตัวของครอบครัวมุสลิมในการจัดการอาหาร การศึกษาใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ ด้วยการสัมภาษณ์ การสัมภาษณ์เจาะลึกผู้ให้ข้อมูลที่สำคัญ และการสังเกต ข้อมูลที่ได้นำมาวิเคราะห์ตีความตามหลักตรรกะควบคู่กับบริบทใช้สถิติเชิงพรรณนาประกอบ

ผลการศึกษา พบว่า

1. วิธีการจัดการอาหารในระดับครอบครัวตามวิถีมุสลิม แบ่งได้เป็น 3 ลักษณะ คือ 1) การจัดการอาหารเพื่ออาชีพ ได้แก่ การค้าขายอาหารและเนื้อสัตว์ที่เชือดเอง เป็นการผลิตและบริโภคเอง ทำให้เกิดการหมุนเวียนรายได้ในชุมชน เกิดความมั่นคงทางอาหารด้านการเข้าถึงอาหารได้ตลอดเวลา 2) การจัดการอาหารในชีวิตประจำวัน มีความสอดคล้องกับวิธีการจัดการอาหาร ทั้งนี้ต้องมีความเป็น ฮาลาล และความพอเพียง จึงมีความมั่นคงทางอาหารตามวัฒนธรรมการบริโภคของชุมชน 3) การจัดการอาหารในวัฒนธรรมอิสลาม เช่น การเกิด การแต่งงาน การถือศีลอด ล้วนมีอาหารเข้ามาเกี่ยวข้องทั้งสิ้น โดยยึดหลักอาหารทำให้เกิดการแบ่งปันและสร้างสัมพันธ์ในชุมชน สร้างความมั่นคงทางอาหารด้านการเข้าถึงที่สะท้อนในรูปแบบประเพณีวัฒนธรรมอาหาร

2. กระบวนการขับเคลื่อนเพื่อให้เกิดความมั่นคงทางอาหาร เกิดจากความต้องการพื้นที่ในการผลิตอาหาร โดยมีแรงขับเคลื่อนจากคนในชุมชนที่ตระหนักถึงอนาคตของลูกหลานต่อความพอเพียงของอาหาร ซึ่งทุกคนต้องร่วมมือแก้ปัญหา โดยลดความเสี่ยงการขาดแคลนอาหาร ด้วยการปลูกผักลอยฟ้าที่ใช้พื้นที่น้อย ทั้งนี้ภาครัฐและเอกชนต้องให้การสนับสนุนความรู้และเงินทุน

3. วิธีการปรับตัวของครอบครัวมุสลิม คือ การเปลี่ยนพฤติกรรมการกินอย่างประหยัด ด้วยการกินรวมกันเป็นครอบครัว แต่ยังคงเน้นการแบ่งปันอาหารเช่นเดิม ทั้งนี้เป็นผลมาจากหลักคำสอนของศาสนาอิสลามที่ให้กินอย่างพอเพียงและไม่ฟุ่มเฟือย รวมถึงการแบ่งปันกัน

คำสำคัญ : วิถีจัดการอาหารตามวิถีมุสลิม; กระบวนการขับเคลื่อน; วิธีการปรับตัว

* นามสมมุติ

Food Management at Family Level according to Muslim Way of Life and the Mobilization Process to Attain Food Security in the Family : A Study of Ban Cha Jai* Community Chaoyo Distract Ang Thong Province

Supanee Chaiumporn^a Thitiya Wimonwat^b

^aAssociate Professor, School of Social and Environmental Development,
National Institute of Development Administration

^bAcademic Relations, Department of Juvenile Observation and Protection

ABSTRACT

The objectives of this research are 1) to study food management at the family level according to Muslim Way of life; 2) to study the mobilization process to attain food security in a family; 3) to study methods of adaptation employed by Muslim families in manage food, including recommendations about food mobility to reach security level among people of Ban Cha Jai* community.

It is a qualitative study, collecting data by using the in-depth interview technique with key-informants and observation ; data are analyzed with logical context description in reference to relevant concepts and theories with the help of descriptive statisfies.

Findings of the research are be summarized as follows

1. The Muslim Family's food management is divided into 3 aspects, i.e., 1) management for occupation, that is food for sale and animal fresh, produce and consume within the community; people can have food security all the time; 2) daily life food management, getting along with food management principle, i.e., preparation, making choice in buying, cooking, and food preserving, all of these must go along Islamic principles of HA-LAN and sufficient principle leading to food security according to food culture of Ban Cha Jai* community; 3) food management in culture-joining Islam traditions from birth, marriage, death, fasting month, all of these involve food activities, food sharing principles for community good relations among people into food security for the whole community.

2. Mobilization process to attain family food security derived from local food demand, such as growing vegetables, raising fish. Mobilization energy comes from recognition of future generation having sufficient food. People have to find ways to reduce risks by growing own vegetables; local hospitals, schools, and other organizations also join this venture.

3. Methods of adaptation are changing food taking behavior emphasizing economy by eating together for all family members but food sharing among people in community is still practiced.

Recommendations: Youths should participate in the food management process for the benefits of future food security of the community.

Keywords: Food Management to Muslim Way of Life; Mobilization
Process; Adaptation

**Fictitious name*

บทนำ

อาหารถือเป็นหนึ่งในปัจจัยสำคัญของการดำรงชีพของมนุษย์ เพราะนอกจากอาหารจะมีคุณค่า คุณประโยชน์และให้พลังงานต่อร่างกายของมนุษย์แล้ว อาหารยังเป็นตัวสะท้อนถึงความมั่นคงของแต่ละประเทศด้วย กล่าวคือ ประเทศใดมีทรัพยากรทางอาหารอยู่มาก ประเทศนั้นก็มีความมั่นคงของประเทศมากเช่นกัน โดยกระทรวงเกษตรสหรัฐอเมริกา (United States Department of Agriculture: USDA) ได้กล่าวถึงความมั่นคงทางอาหารว่า สมาชิกในครอบครัวทั้งหมดต้องสามารถเข้าถึงอย่างเพียงพอในทุกเวลาและดำเนินการได้ด้วยตนเองเพื่อมีความสุขภาวะที่ดี นั่นคือ ต้องมีอาหารพอเพียง ปลอดภัย มีคุณค่า มีความสามารถเข้าถึงอาหารอันเป็นที่ยอมรับด้วยวิถีทางสังคมนั้น ๆ (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ, 2551, pp. 69-70) ประเทศจีนก็เป็นประเทศที่ให้ความสำคัญกับความมั่นคงด้านอาหารอย่างยิ่ง โดยประเทศจีนตระหนักถึงความสำคัญในการใช้วิทยาศาสตร์เทคโนโลยีเพื่อการเกษตร เพิ่มผลผลิต และออกนโยบาย มาตรการในการสร้างหลักประกันให้มีที่ดินทำการเกษตรอย่างเพียงพอ สร้างความมั่นคงด้านอาหารเชิงปริมาณ นอกจากนี้ ยังเน้นสร้างหลักประกันความมั่นคงด้านอาหารเชิงคุณภาพอีกด้วย ให้มีความปลอดภัยด้านอาหาร มีคุณค่าทางอาหาร มีโภชนาการและมีอาหารความหลากหลายให้ประชาชนได้มีโอกาสเลือกบริโภคด้วย (หลี่ เหมินเหลียง, 2556, p.55) ขณะเดียวกันประเทศไทยก็ให้ความสำคัญกับเรื่องทรัพยากรธรรมชาติ ซึ่งเป็นฐานสำคัญของทรัพยากรอาหารออกมาในรูปแบบนโยบาย แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ โดยในฉบับที่ 10 ได้เน้นการรักษาฐานทรัพยากรและความสมดุลของระบบนิเวศ รวมทั้งพัฒนาคุณค่าความหลากหลายทางชีวภาพและภูมิปัญญาท้องถิ่น (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2549, pp. 71-72) จวบจนมาถึงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 ที่ได้ให้ความสำคัญกับความเข้มแข็งของภาคเกษตรและความมั่นคงของอาหารและพลังงาน โดยให้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในการกำหนดทิศทางและวางแผนการผลิตทางการเกษตร (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2555, pp. 12-13) รวมทั้งให้ชุมชนสามารถสร้างกลไกในการผลิต การเข้าถึงและการบริโภคอาหารได้ในเวลาเดียวกัน โดยใช้หลักของศาสนาและวัฒนธรรมท้องถิ่นเข้ามาเชื่อมโยงกับวิถีคิดของการจัดการทรัพยากรอาหารในชุมชน (กฤษฎา บุญชัย และคณะ, 2550, p. 36) ซึ่งตัวอย่างที่สามารถเห็นได้อย่างชัดเจน คือ ศาสนาอิสลาม ซึ่งมีความเชื่อว่า มนุษย์ คือ ผู้แทนของ อัลลอฮ์ มีหน้าที่บริหารจัดการสังคมสู่การพัฒนาและความเจริญยิ่งขึ้น เป็นผู้ได้รับมอบหมายให้จรรโลงสังคม รวมทั้งสอนให้รู้จักการจัดการทรัพยากรและสิ่งแวดล้อมที่สอดคล้องกับวัฒนธรรมและวิถีชีวิตอย่างกลมกลืนและยั่งยืน เพราะ

เมื่อใดที่ทำลายพ่อแม่ของเราเองหรือตัวฐานทรัพยากร สิ่งที่เกิดขึ้นคือเป็นการทำลายตัวเองและทำลายบรรพบุรุษของเราด้วย (ประพจน์ เกตุรภาศ, 2553, pp. 23-24) เช่น หลักในการฆ่าสัตว์เพื่อการบริโภคเท่านั้น มิใช่ฆ่าให้เสียเปล่าโดยมิได้หวังประโยชน์อันใดเลย (มัสลัน มาหะมะ, 2551, p. 153) หรือแม้กระทั่งการสอนในเรื่องของการเป็นผู้ผลิตอาหาร กล่าวคือ ศาสนาอิสลามสอนให้มนุษย์อยู่ในฐานะของผู้ผลิตหรือผู้แสวงหาปัจจัยในการยังชีพ นอกเหนือจากความเป็นผู้บริโภคจะเห็นได้ว่าหลักคำสอนของศาสนาอิสลามสามารถเป็นตัวสะท้อนถึงการจัดการทรัพยากรอาหารเพื่อประโยชน์ในการบริโภคที่ยั่งยืน และให้เกิดความมั่นคงทางอาหารที่มีศาสนาและวัฒนธรรมเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตด้วย โดยจัดสรรให้เพียงพอต่อความต้องการของคนในชุมชนและสามารถเข้าถึงแหล่งอาหารได้ด้วยตนเอง เป็นการสอนให้มนุษย์รักษากฎของการผลิตอาหารให้คงอยู่ตลอดไป

ด้วยเหตุนี้จึงทำให้ผู้วิจัยสนใจศึกษาในประเด็นของการจัดการอาหารและกระบวนการขับเคลื่อนเพื่อให้เกิดความมั่นคงทางอาหารในระดับครอบครัวตามวิถีมุสลิม ซึ่งในการศึกษครั้งนี้ผู้วิจัยได้เลือก ชุมชนบ้านชาใจ* จังหวัดอ่างทอง เนื่องจากชุมชนบ้านชาใจ* เป็นชุมชนที่ตั้งอยู่ในพื้นที่ภาคกลาง ซึ่งถือได้ว่าเป็นพื้นที่ที่มีความอุดมสมบูรณ์ เป็นอู่ข้าว อู่น้ำของประเทศไทยมาตั้งแต่อดีตกาล และยังเป็นชุมชนที่มีความโดดเด่นในเรื่องของการจัดการอาหารตามวิถีมุสลิม อาทิเช่น การทำ “เนื้อทุบ” ซึ่งมีรสชาติแตกต่างจากที่อื่น คือ มีกลิ่นหอมของเครื่องเทศและเนื้อมีลักษณะนุ่ม ลายสวย จนเป็นลักษณะเด่นเฉพาะของชุมชน

ชุมชนบ้านชาใจ* ตั้งอยู่ในพื้นที่เขตอำเภอไชโย จังหวัดอ่างทอง มีจำนวนประชากรถึง 3,582 คน โดยประชากรส่วนใหญ่ (ร้อยละ 99) ล้วนแต่นับถือศาสนาอิสลาม (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลชาใจ*, 2556) ชุมชนบ้านชาใจ* มีลักษณะทางภูมิศาสตร์เป็นพื้นที่ลุ่มต่ำ อยู่ติดแม่น้ำเจ้าพระยา มีความอุดมสมบูรณ์ในทรัพยากรธรรมชาติ โดยเฉพาะสัตว์น้ำ เช่น ปลาตะเพียน ปลาสวาย ปลาช่อน กุ้งแม่น้ำ เป็นต้น แต่เมื่อถึงฤดูฝนชุมชนจะได้รับผลกระทบจากปัญหาน้ำท่วมอยู่เสมอ สร้างความเสียหายแก่ทรัพยากรธรรมชาติในชุมชนเป็นจำนวนมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งทรัพยากรอาหารที่เป็นปัจจัยสำคัญในการบริโภคของชุมชนบ้านชาใจ* นั่นคือข้าวและปลา กล่าวคือ พื้นที่ทำนาเสียหายจากน้ำท่วมก่อนถึงเวลาเก็บเกี่ยวผลผลิต ส่วนปลาที่เลี้ยงไว้ก็ถูกพัดหายไปกับน้ำท่วม ซึ่งได้รับความเสียหายครั้งแล้วครั้งเล่าจากปัญหาน้ำท่วมตลอดมาเป็นที่น่าสังเกตว่าชุมชนบ้านชาใจ* ประสบกับปัญหาอุทกภัยที่สร้างความเสียหายต่อชุมชนเป็นอย่างมาก แต่ชุมชนบ้านชาใจ* ก็สามารถจัดการทรัพยากรอาหารให้เพียงพอต่อความต้องการของคนในชุมชนได้ ทั้งนี้วิธีการจัดการและการขับเคลื่อนของชุมชนบ้านชาใจ* จึงเป็นประเด็นที่น่าสนใจศึกษา และที่สำคัญคือ วัฒนธรรมและศาสนาอิสลามมีความสอดคล้องเกี่ยวข้องเพียงใดกับการจัดการและการขับเคลื่อนชุมชนเพื่อให้เกิดความอยู่ดี มีสุข และมีทรัพยากรอาหารที่เพียงพอต่อความต้องการของคนในชุมชนบ้านชาใจ*

วัตถุประสงค์ในการศึกษา

1. เพื่อศึกษาวิธีการจัดการอาหารในระดับครอบครัวตามวิถีชาวมุสลิม
2. เพื่อศึกษากระบวนการขับเคลื่อนเพื่อให้เกิดความมั่นคงทางอาหารในครอบครัว
3. เพื่อศึกษาวิธีการปรับตัวของครอบครัวมุสลิมในการจัดการอาหาร

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดหลักของความมั่นคงทางอาหารนั้นมักเห็นว่าเกิดจาก “มนุษย์” เป็นหลัก เนื่องจากทุกองค์ประกอบของความมั่นคงทางอาหาร คือ ความพอเพียง การเข้าถึง และการใช้ประโยชน์ ล้วนต้องมีมนุษย์เข้ามามีส่วนร่วมด้วยทุกขั้นตอน โดยเริ่มตั้งแต่กระบวนการผลิต การใช้ที่ดินต้องใช้แรงงานมนุษย์เข้ามาจัดการทั้งสิ้น แม้แต่การเข้าถึงอาหารก็ยังต้องให้เกิดความสมดุล และเกิดประโยชน์มากที่สุด เพื่อสุขภาวะที่ดีของผู้บริโภค นอกจากนี้ความมั่นคงทางอาหารของแต่ละครอบครัวแต่ละท้องถิ่น ยังมีความแตกต่างกันไปตามวัฒนธรรม กล่าวคือ พื้นที่ในแต่ละภูมิภาคล้วนมีความแตกต่างกันทั้งในด้านภาษา การแต่งกาย ศาสนา วัฒนธรรม ฯลฯ ซึ่งล้วนมีอิทธิพลการจัดการอาหารทั้งสิ้น เช่น มีการดัดแปลงอาหารให้เหมาะสมกับวัตถุดิบที่มีเพื่อความอยู่รอด การบริโภคตามหลักศาสนา

แนวคิดเกี่ยวกับการจัดการอาหารของนักวิชาการ ให้ความสำคัญกับกระบวนการที่มีความเกี่ยวข้องกับอาหาร โดยเริ่มตั้งแต่การคำนึงถึงคุณค่าทางโภชนาการเป็นหลัก ซึ่งขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของผู้ที่ทำหน้าที่ในการจัดการอาหารว่าให้ความสำคัญเรื่องใด โดยการจัดการอาหารเป็นกระบวนการที่เริ่มตั้งแต่การผลิต การคัดสรรวัตถุดิบ การปรุง การเสิร์ฟและการเก็บรักษาอาหาร ซึ่งมีการคำนึงถึงคุณค่าประโยชน์ที่ผู้บริโภคจะได้รับเป็นสำคัญ นั่นคือ การกินให้เพียงพอต่อความต้องการของร่างกายและมีความหลากหลายของสารอาหาร ทั้งนี้ผู้ที่บทบาทสำคัญในการจัดการอาหาร คือ ผู้ที่ทำหน้าที่วางแผนเลือกซื้อวัตถุดิบและปรุงอาหาร

ส่วนการจัดการอาหารตามหลักศาสนานั้น ศาสนาพุทธให้ความสำคัญในแง่ของโภชนาการ การบริโภคอาหาร โดยการไม่สะสมอาหาร (สุชีฟ ปุณฺณานุกาพ, 2555, p. 101) ไม่ทำลายสมดุลทางธรรมชาติ (อาภรณ์ พุกกะมาน, 2525, p. 42) และไม่บริโภคอาหารตามช่วงเวลาทางศาสนา กำหนด เช่น หลักของศาสนาพุทธผู้ที่ถือศีล 8 จะไม่บริโภคอาหารยามวิกาล (สุชีฟ ปุณฺณานุกาพ, 2555, p. 217) และหลักของศาสนาอิสลาม ในช่วงบวชเดือนรอมฎอน จะไม่บริโภคอาหารตั้งแต่พระอาทิตย์ขึ้น และเริ่มบริโภคอาหารตั้งแต่พระอาทิตย์ตก (มานี ชูไทย, 2544, pp. 436-441) นอกจากนี้ยังมีเงื่อนไขของวัตถุดิบที่จะนำมาปรุงอาหารด้วย เช่น ไม่บริโภคเนื้อมนุษย์และเนื้อม้า ไม่บริโภคเนื้อช้าง เนื้อสุนัข เนื้องู เนื้อราชสีห์ เนื้อเสือโคร่ง เนื้อเสือเหลือง เนื้อหมี เนื้อเสือดาว แต่หากเป็นเนื้อสัตว์ที่ตายเองหรือเหลือทิ้งจากสัตว์ที่กินแล้วสามารถบริโภคได้ (อาภรณ์ พุกกะมาน, 2525, p. 42)

ส่วนศาสนาอิสลามจะมีความแตกต่างจากศาสนาพุทธ โดยที่ศาสนาอิสลามจะให้ความสำคัญในเรื่องของการวางแผนด้านโภชนาการ เช่น คำนึงถึงสารอาหาร พลังงานที่ได้รับ และความต้องการของร่างกาย รวมถึงกรรมวิธีในการปรุงอาหารที่ต้องมีความปลอดภัยและสะอาด นอกจากนี้ยังมีการจัดการอาหารตามแนวทางและกฎกติกาของวัฒนธรรมอีกด้วย สำหรับเงื่อนไขของวัตถุดิบอาหาร ศาสนาอิสลามจะบริโภคเนื้อสัตว์ที่ถูกเชือดตามหลักของศาสนาเท่านั้น โดยต้องไม่เป็นซากสัตว์ที่ตายเอง ไม่เป็นสัตว์ที่ถูกรัดคอ/ตี/ตกจากที่สูง/เชือดบนแท่นบูชา และไม่เป็นสัตว์ที่ถูกสัตว์อื่นกัดกิน (มูรตี ทิมะเสน, 2547, p. 1) ทั้งนี้เป็นผลมาจากความเชื่อทางศาสนาที่แตกต่างกัน โดยศาสนาพุทธจะสอนให้ละเว้นจากการเบียดเบียนสัตว์ เมื่อจะนำเนื้อมาบริโภคนั้นจึงต้องเป็นเนื้อที่ตายเอง ไม่ได้ผ่านการฆ่า เพราะถือเป็นการเบียดเบียนสัตว์ ซึ่งแตกต่างกับศาสนาอิสลามที่สอนให้ฆ่าสัตว์เพียงเพื่อการบริโภคเท่านั้น และให้บริโภคของที่มีประโยชน์เพื่อสุขภาพที่ดีของเราเอง

แนวคิดกระบวนการขับเคลื่อน ประกอบไปด้วย 1) การตระหนักในปัญหา โดยส่งเสริมคนในชุมชนเล็งเห็นความสำคัญของปัญหาที่เกิดขึ้นหรือกำลังจะเกิดขึ้น และให้มีส่วนร่วมในการกำหนดปัญหา สำรวจความต้องการของคนในชุมชนเอง ทั้งนี้บุคคลภายนอกชุมชน เช่น นักวิชาการ แพทย์ หน่วยงานต่าง ๆ สามารถเป็นผู้ชี้ให้เห็นถึงปัญหาที่เกิดขึ้นได้เช่นกัน (สุพรรณิ ไชยอำพร, 2549, p. 23) 2) การสร้างแรงจูงใจในการเปลี่ยนแปลงให้ความสำคัญในการสร้างแรงจูงใจของคนในชุมชน โดยผู้นำ/แกนนำสามารถเป็นผู้กระตุ้นคนในชุมชนให้เกิดการเปลี่ยนแปลง มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในชุมชนและสร้างภาคภูมิใจในความเป็นมาและความเป็นท้องถิ่นของตน (สัญญา สัญญาวิวัฒน์, อ้างถึงใน สุพรรณิ ไชยอำพร, 2549, p. 69) 3) การมีส่วนร่วมในชุมชน เป็นมีลักษณะของการเคารพในศักดิ์ศรีของทุกคนในชุมชน เปิดโอกาสในการแสดงความคิดเห็น มีการสื่อสารและแนวทางการดำเนินงานร่วมกันภายใต้มิติวัฒนธรรมชุมชน โดยเป้าหมายสำคัญคือการคำนึงถึงส่วนรวมเป็นหลัก และ 4) การสรุปบทเรียนและขยายผล โดยสร้างเครือข่ายทั้งภายในและภายนอกชุมชน เพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนองค์ความรู้ใหม่ ๆ ระหว่างชุมชน และถ่ายทอดประสบการณ์จากรุ่นสู่รุ่น (อิศรัตน์ คิมกระโทก, 2551, pp. 149-153 และ เสาวลักษณ์ สมสุข, 2550, pp. 143-152)

แนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัว หมายถึง การปรับสภาพปัญหาด้านความต้องการขั้นพื้นฐาน โดยมีความต้องการด้านสรีระ ด้านอารมณ์เป็นแรงขับให้เกิดพฤติกรรมการบรรลุเป้าหมาย เพื่อให้เกิดความพึงพอใจและมีความเหมาะสมกับสภาพสังคมที่ตนดำรงอยู่ โดยกระบวนการปรับตัว คือ กระบวนการที่มนุษย์มีปฏิกริยากับสิ่งแวดล้อม ซึ่งมีปัจจัยด้านความต้องการขั้นพื้นฐาน ความต้องการทางจิตใจ ความต้องการด้านสรีระ อย่างใดอย่างหนึ่งหรือทั้งหมดเป็นแรงขับให้เกิดพฤติกรรมตอบสนองตามวัตถุประสงค์ หากการปรับตัวกับปัญหาดังกล่าวบรรลุผลจะเกิดความพึงพอใจ ในทางตรงกันข้ามหากไม่บรรลุผลจะเกิดกลวิธีการป้องกันตนเอง เป็นการหาทางออกโดยการผ่อนคลายจากความเครียดเพื่อหนีปัญหา

วิธีการศึกษา

การศึกษานี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการสำรวจเอกสาร การสัมภาษณ์เชิงลึก และการสังเกต สำหรับกลุ่มเป้าหมาย คือ ผู้ที่อาศัยอยู่ในชุมชนบ้านชาใจ* โดยเฉพาะ ผู้นำชุมชน ผู้นำทางศาสนา กลุ่มแม่บ้าน และผู้ที่เชือดสัตว์มาเป็นอาหารตามวิถีมุสลิม ส่วนผู้ให้ข้อมูลที่สำคัญได้จากการประเมินแบบเร่งด่วน (RRA) โดยทำการเก็บสำรวจในปริมาณร้อยละ 50 ของจำนวนครัวเรือนชุมชนบ้านชาใจ* โดยให้ผู้ตอบแบบสำรวจระบุผู้ที่มีลักษณะของผู้รู้ แล้วนำมาตรวจสอบหาบุคคลที่ถูกระบุชื่อมากที่สุดในอันดับ 15 คนแรกกว่าจะเป็นผู้ให้ข้อมูลที่สำคัญ (Key-informant) ในการศึกษาครั้งนี้ อย่างไรก็ตามผู้วิจัยจะกำหนดคุณสมบัติเพิ่มเติมของผู้ให้ข้อมูลที่สำคัญไว้ คือ ต้องเป็นผู้ที่เป็นสมาชิกหรือมีความเกี่ยวข้องกับกลุ่มแม่บ้าน กลุ่มอาหาร หรืออาจมีคุณลักษณะของผู้เกี่ยวข้องกับการจัดการอาหารและการปรับตัวเกี่ยวกับอาหาร เนื่องจากลักษณะของบุคคลเหล่านี้จะช่วยให้สามารถเข้าถึงหลักการจัดการอาหารที่สอดคล้องกับหลักศาสนาอิสลามได้ชัดเจน และสามารถพิจารณาถึงกระบวนการขับเคลื่อนของกลุ่มได้อีกด้วย โดยทั้งหมดต้องตั้งใจให้ข้อมูล

นอกจากนี้ ผู้วิจัยใช้วิธีการตรวจสอบข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์ การสังเกตอย่างมีส่วนร่วม และไม่มีส่วนร่วม โดยการตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (Triangulation) เป็นการพิจารณาจากช่วงเวลา สถานที่ และบุคคลที่แตกต่างกัน ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการศึกษาเชิงคุณภาพที่จำเป็นต้องตรวจสอบข้อมูล สำหรับวิธีการวิเคราะห์ข้อมูลใช้การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา (Descriptive Analysis) โดยผู้วิจัยได้มีการนำข้อมูลมาจัดหมวดหมู่ เพื่อทำการวิเคราะห์ความสอดคล้องของเนื้อหา ตีความโดยยึดหลักตรรกะและเทียบเคียงกับแนวคิดทฤษฎีควบคู่กับบริบทของชุมชน รวมทั้งใช้การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณด้วยสถิติ เชิงพรรณนา เพื่อความชัดเจนเป็นรูปธรรม

ผลการศึกษา

ปริมาณอาหารในชุมชนบ้านชาใจ* ในอดีต (ราวปี พ.ศ. 2516) มีปลาจำนวนมาก เช่น ปลาสร้อย มีสัตว์น้ำเล็ก ๆ เช่น กุ้ง หอย ปู มีพืชผักให้สวนครัว และมีผลไม้ เช่น พุทรา ลูกหว้า ตามทาง สำหรับปริมาณพื้นที่ในการผลิตอาหาร มีพื้นที่เพียงพอในปลูกพืชผัก เลี้ยงปลา และทำนา ปลูกข้าว ซึ่งถือได้ว่า มีความมั่นคงทางอาหาร เนื่องจากคนในชุมชนสามารถเข้าถึงอาหารได้ตลอดเวลา และเป็นอาหารที่ดี มีประโยชน์ ที่สำคัญคือ มีเพียงพอสำหรับคนในชุมชน ส่วนปริมาณอาหารในปัจจุบัน (ปี พ.ศ. 2556) มีเนื้อสัตว์ เช่น เนื้อวัว เนื้อไก่ มีเพิ่มมากขึ้น แต่จำนวนปลาลดน้อยลง/แทบไม่เหลือ กุ้ง หอย ปู ไม่มีแล้ว ส่วนพืชผักสวนครัวและผลไม้เหลือน้อยมาก ไม่กี่ครอบครัว เช่นเดียวกับพื้นที่ในการผลิตอาหาร มีพื้นที่ปลูกพืชผัก เลี้ยงปลา และปลูกข้าว ก็มีน้อยมาก/เหลือไม่กี่ครอบครัว ส่วนพื้นที่เลี้ยงสัตว์พอมี แต่ไม่มากนัก จะเห็นได้ว่า แม้ความมั่นคงทางอาหารส่วนใหญ่จะลดลง แต่พื้นที่ในการเลี้ยงสัตว์กลับเพิ่มมากขึ้น จึงทำให้คนในชุมชนสามารถเข้าถึงอาหารประเภทเนื้อสัตว์ได้มากขึ้นเช่นกัน ส่งผลให้ความมั่นคงทางอาหารตามมามากขึ้น

วิธีการจัดการอาหารตามวิถีมุสลิมบ้านชาใจ*

การจัดรายการอาหารจะคำนึงถึงทุกคนในครอบครัว เป็นหลัก รวมถึงเด็ก พ่อ/แม่ และผู้ป่วย ส่วนการคำนึงถึงคุณค่าทางโภชนาการ จะเน้นเนื้อไก่และผักเป็นหลัก รวมถึงสัตว์น้ำ เช่น ปลา กุ้ง และไม่เน้นมัน/กะทิ โดยเนื้อสัตว์ใหญ่จะไม่ค่อยเน้นบริโภคเช่นกัน ส่วนการคำนึงถึงงบประมาณ การประหยัดและซื้อเท่าที่จำเป็นคือสิ่งที่สำคัญที่สุด แต่หากมีราคาแพงอาหารนั้นต้องมีคุณภาพ ส่วนการคำนึงถึงเวลาในการจัดรายการอาหารจะคิดรายการอาหารทุกวัน บางส่วนก็ไม่ได้คิดไว้ก่อน จะเห็นได้ว่า การจัดรายการอาหารของชุมชนบ้านชาใจ* ให้ความสำคัญต่อทุกคนในครอบครัว ซึ่งสอดคล้องกับความมั่นคงทางอาหารในด้านการเข้าถึงอาหารตามความต้องการ นอกจากนี้การเลือกบริโภคเนื้อไก่เป็นหลัก อันเป็นตัวสะท้อนความมั่นคงทางอาหารด้านการเพียงพอและเข้าถึงเช่นกัน กล่าวคือ คนในชุมชนมีวัฒนธรรมการบริโภคอาหารที่ยึดหลักศาสนาอิสลามเป็นหลัก ซึ่งเนื้อไก่ที่บริโภคเป็นเนื้อที่ศาสนาอิสลามอนุมัติให้คนมุสลิมบริโภคได้

การวางแผนการซื้ออาหาร มีการวางแผนตามความต้องการของคนในครอบครัว โดยดูความต้องการของสามี/ภรรยาและตนเองเป็นหลัก ส่วนความต้องการของ ลูก พ่อ/แม่ มีผลต่อการวางแผนบ้างแต่ไม่มาก สำหรับการจดบันทึกรายการอาหาร ส่วนใหญ่จะไม่จดบันทึกรายการอาหาร มีบางส่วนเท่านั้นที่จดบันทึกไว้ ส่วนการวางแผนซื้อตามฤดูกาลและเทศกาล เกือบทั้งหมดไม่วางแผนการซื้อตามฤดูกาล ส่วนแหล่งที่ซื้อวัตถุดิบอาหาร ส่วนใหญ่จะซื้อที่ร้านชำในหมู่บ้านและเทศบาลตำบลชาใจ* บางครั้งก็จะซื้อจากรถมอเตอร์ไซด์/รถกระบะ เคลื่อนที่ มีบางส่วนที่เข้าไปซื้อที่ตลาดในตัวเมืองอ่างทอง หรือบางคนก็จะซื้อจากที่เพื่อนบ้านนำมาขาย ส่วนช่วงเวลาในการซื้ออาหาร ส่วนใหญ่จะซื้อในช่วงเวลา 05.30 น. มากที่สุด และอีกส่วนหนึ่งก็จะซื้อช่วง 17.30 น. สำหรับลำดับการซื้ออาหาร ส่วนใหญ่จะไม่คำนึงถึงลำดับการซื้ออาหาร มีบ้างที่จะเลือกซื้ออาหารสดก่อน และส่วนความสะดวกในการซื้ออาหารนั้น หากซื้อน้อยจะซื้อที่ร้านชำแถวบ้าน หากซื้อจำนวนมากจะซื้อที่ตลาดเทศบาลหรือตลาดจังหวัดอ่างทอง จะเห็นได้ว่า คนในชุมชนบ้านชาใจ* มีช่วงเวลาในการเลือกจ่ายตลาดที่เหมือนกัน คือ เวลา 05.30 น. เนื่องจากเป็นช่วงเวลาที่ไม่รีบจากการละหมาดพอดี ซึ่งมีความสอดคล้องต่อความมั่นคงทางอาหารด้านการเข้าถึง ที่ใช้เวลาการเลือกซื้ออาหารตามวัฒนธรรมของศาสนาอิสลาม นอกจากนี้ความมั่นคงทางอาหารด้านการเข้าถึงยังสะท้อนมาจากรูปของร้านค้า ร้านอาหาร ของชุมชน ซึ่งมีจำนวนมาก ทำให้คนในชุมชนสามารถเข้าถึงอาหารได้ตลอดเวลา

สำหรับการเลือกซื้อตามหลักโภชนาการ จะเน้นโปรตีนที่ได้จากเนื้อไก่และโปรตีนที่ได้จากสัตว์น้ำ มีบ้างที่เน้นพืชผัก ถั่ว และผลไม้ ส่วนการเลือกซื้อเพื่อหลีกเลี่ยงการปนเปื้อน ทั้งหมดจะหลีกเลี่ยง เลือดสัตว์ สุนัข และหมู บางส่วนจะหลีกเลี่ยงสารเคมี/โลหะ กลิ่นเหม็น และเชื้อแบคทีเรีย ส่วนน้อยที่จะหลีกเลี่ยงวัตถุเจือปน (สี, กลิ่น) ส่วนการเลือกซื้อเพื่อความสะดวกจะเลือกซื้ออาหารถุงกันมาก มีอาหารตามสั่งและอาหารแห้ง/กระป๋องรองลงมา จะเห็นได้ว่าอาหารที่คนในชุมชนหลีกเลี่ยงจะเป็นสิ่งที่ศาสนาอิสลามไม่อนุมัติให้บริโภค จึงมีความสอดคล้องต่อ

ความมั่นคงทางอาหารด้านการเข้าถึงหรือคุณภาพที่ยืดเรื่องวัฒนธรรมเป็นหลักในการบริโภคอาหาร

สำหรับการปรุงประเภตเนื้อสัตว์ จะใช้ความร้อนแห้ง เช่น ย่าง อบ ทอด ปิ้ง กันมาก และใช้ความร้อนเปียก เช่น ลวก ต้ม นึ่ง ตุ่น บางส่วน ส่วนการปรุงอาหารประเภทพืชผัก จะใช้ความร้อนเปียกมากกว่าความร้อนแห้ง ส่วนการปรุงอาหารประเภทไข่ ใช้ความร้อนแห้ง เช่น ทอด เจียว มากกว่า ส่วนการปรุงอาหารประเภทนมใช้ความร้อนเปียก เช่น ต้ม เป็นวิธีการเดียวในการปรุงอาหาร สำหรับผู้จัดการอาหารนั้น ต้องมีความรู้ด้านอาหาร แต่งกายสะอาด มีสุขภาพแข็งแรง รวมถึงการมีผ้าคลุมศีรษะ อีกทั้งยังต้องแบ่งหน้าที่ให้แต่ละคนในครอบครัวตามอายุ ทักษะ และความสามารถ ให้มีส่วนร่วมในการทำอาหาร สำหรับสถานที่ในการปรุงอาหาร บริเวณที่ปรุงอาหารต้องสะอาด ต้องมีตู้เย็น ต้องมีตู้กับข้าว ต้องมีถังขยะ มีอ่างล้างน้ำเดิน (น้ำไหลผ่านตลอดช่วงการเตรียม) เป็นหลัก บางส่วนจะต้องมีโต๊ะปรุงอาหารที่สูงกว่าพื้น 60 เซนติเมตร และมีที่ทิ้งน้ำเสียด้วย จะเห็นได้ว่า การปรุงอาหารผู้ปรุงอาหารจะต้องมีผ้าคลุมศีรษะ เนื่องมาจากวัฒนธรรมของศาสนาอิสลามที่ผู้หญิงจะต้องคลุมศีรษะ นอกจากจะเป็นปฏิบัติตามหลักศาสนาแล้ว ยังป้องกันเส้นผมหล่นลงไปในการได้อีกด้วย ทำให้เกิดความมั่นคงทางอาหารด้านมีประโยชน์ ด้านคุณภาพ และการเข้าถึงไปพร้อมกัน

สำหรับสาเหตุการถนอม มีการถนอมอาหารเพื่อสำรองอาหารและเมื่อเวลารับประทานไม่หมด หรือถนอมเพื่อแจกจ่ายเพื่อนบ้านและเอาไว้รับแขกก็ได้ สำหรับวิธีในการถนอมอาหาร จะทำการแช่เย็นแช่แข็ง เนื้อสัตว์ ส่วนการทำแห้งจะทำเนื้อฝอย เนื้อหุบและพริกแห้ง บางส่วนจะทำกล้วยตาก ส่วนการใช้น้ำตาลในการถนอมอาหาร จะใช้แช่อิ่มมะม่วงมากและกวนผลไม้ บางส่วนนำไปทำลูกอมสมุนไพรและวุ้น/เยลลี่สมุนไพร สำหรับการดัดแปลงอาหารในชีวิตประจำวันจะทำ โกสเค้บ เนื้อสเต็ก ไช้กระหะ ขนมหีบไก่ ส่วนการดัดแปลงเพื่อสุขภาพจะทำน้ำท้าวยำนางเพื่อปรับสมดุลกันมาก บางส่วนก็จะทำน้ำสมุนไพร เช่น น้ำใบเตย น้ำฝรั่ง และน้ำมะละกอเพื่อล้างลำไส้ จะเห็นได้ว่า การถนอมอาหารทำให้เกิดความมั่นคงทางอาหารด้านการเข้าถึง คือ การมีอาหารสำรองไว้บริโภคได้ตลอดเวลา ส่วนการดัดแปลงอาหารก็สร้างความมั่นคงทางอาหารด้านคุณภาพและประโยชน์ คือ บริโภคอาหารที่ส่งเสริมให้สุขภาพดี มีประโยชน์

อย่างไรก็ตามการจัดการอาหารตามวิถีมุสลิมบ้านซาใจ* ยังมีความน่าสนใจด้วยลักษณะเด่นของวัฒนธรรมอิสลามที่ส่งผลต่อการจัดการอาหารเพื่อให้เกิดความมั่นคงทางอาหารอีกด้วย กล่าวคือ วัฒนธรรมการนั่งรับประทานอาหารของคนมุสลิมและวิธีการรับประทานอาหาร มีผลต่อการจัดการอาหารเพื่อให้เกิดความมั่นคงทางอาหารด้านประโยชน์ต่อสุขภาพ เนื่องจากคนมุสลิมจะนั่งเอาเข่าขึ้นหน้าอก เสมือนการกอดหน้าท้องให้อิ่มอาหารไวขึ้น รวมทั้งมีวิธีการแบ่งกระเพาะอาหารออกเป็น 3 ส่วน ใช้เพื่อรับประทานอาหาร 1 ส่วน และอีก 2 ส่วน สำหรับน้ำและอากาศในการช่วยย่อยอาหารให้ง่ายขึ้น ซึ่งสอดคล้องต่อหลักทางโภชนาการที่ให้รับประทานอาหารให้พอเหมาะต่อร่างกาย เพื่อให้ระบบย่อยอาหารของร่างกายทำงานได้สะดวกขึ้น ทั้งนี้ศาสนาอิสลาม

ยังให้ความสำคัญต่อการรับประทานอาหารรวมกันเป็นครอบครัวหรือเป็นกลุ่ม เพื่อให้แต่ละคนได้มีโอกาสพูดคุยกันและยังลดการสิ้นเปลืองอาหาร ซึ่งถือว่าการจัดการอาหารเพื่อให้เกิดความมั่นคงในด้านความพอเพียง นอกจากนี้หลักสำคัญของศาสนาอิสลามในการจัดการอาหาร คือ ความสะอาด ยังสะท้อนถึงกระบวนการผลิตอาหารที่ต้องมีความสะอาดและถูกต้องตามหลักศาสนาอิสลาม โดยส่งผลให้เกิดความมั่นคงทางอาหารด้านการเข้าถึงอาหารที่ดีต่อสุขภาพด้วยเช่นกัน

กระบวนการขับเคลื่อนเพื่อให้เกิดความมั่นคงทางอาหารของชุมชนบ้านชาใจ*

สำหรับความต้องการในการขับเคลื่อนเพื่อให้เกิดความมั่นคงทางอาหารในครอบครัวนั้น ในขั้นแรกคือการค้นหาความต้องการ ซึ่งพบว่าชุมชนมีความต้องการในพื้นที่ในการปลูกพืชผัก ปลูกข้าว และเลี้ยงปลา และต้องการสหกรณ์ชุมชน ขั้นต่อมาคือสร้างแรงจูงใจในการขับเคลื่อน ซึ่งใช้เหตุผลมาจากอนาคตของลูกหลาน การเป็นแบบอย่างแก่ผู้อื่น อันก่อให้เกิดความภูมิใจและมาจากบรรพบุรุษที่สร้างชุมชนให้เกิดขึ้น จากนั้นจึงสร้างการมีส่วนร่วมในการขับเคลื่อน ทุกคนในชุมชนต้องมีกิจกรรมร่วมกัน โดยมีผู้นำชุมชนเป็นแกนหลักและมีการรวมกลุ่ม เช่น กลุ่มอาสา กลุ่มอาหาร รวมถึงการร่วมมือกับภาครัฐ เช่น กศน. และภาคเอกชน เช่น ปตท. ทั้งนี้ยังต้องให้เยาวชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมด้วย ขั้นที่สี่จึงสร้างการพึ่งตนเอง ในการขับเคลื่อนจะทำการลงกำลังแรงงาน และให้ความรู้แก่ผู้อื่น ต้องมีการออมเงินหรืออาหาร รวมถึงการลงเงิน/หุ้นส่วนด้วย นอกจากนี้กระบวนการขับเคลื่อนยังต้องมีมิติของวัฒนธรรมเข้ามาร่วมด้วย โดยมีหลักการเบื้องต้นของอาหารในศาสนาอิสลาม ได้แก่ ความสะอาด การเชือดสัตว์ ส่วนในเรื่องของวัฒนธรรมอาหาร มีการจ่ายซะกาต การแต่งงาน และการถือศีลอด ส่วนด้านอาหารในชีวิตประจำวันจะใช้อาหารเพื่อรักษาสุขภาพกันมาก ผ่านการดื่มและการรับประทานอาหาร ในขั้นสุดท้ายคือ การขยายผลและการเรียนรู้ในการขับเคลื่อนเพื่อความมั่นคงทางอาหารในครอบครัว มีการถ่ายทอดความรู้สู่เยาวชน การประชุมกลุ่ม การไปแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับชุมชนอื่น ๆ และการเป็นวิทยากร จะเห็นได้ว่า การขับเคลื่อนเพื่อให้เกิดความมั่นคงทางอาหาร คนในชุมชนให้ความสำคัญต่อวัฒนธรรมของศาสนาอิสลามที่จะถ่ายทอดสู่ลูกหลาน ซึ่งสอดคล้องต่อการปรับตัวเพื่อให้การถ่ายทอดความรู้ พิธีกรรม ประเพณี รวมถึงเกิดพื้นที่ทางอาหารดั้งเดิมของชุมชนด้วย

ในกระบวนการขับเคลื่อนเพื่อความมั่นคงทางอาหารสามารถแบ่งออกได้เป็น 3 ลักษณะ คือ 1) การขับเคลื่อนอาหารในอาชีพ 2) การขับเคลื่อนอาหารในชีวิตประจำวัน และ 3) การขับเคลื่อนอาหารตามประเพณีและวัฒนธรรม ซึ่งทั้ง 3 ลักษณะส่งผลให้ความมั่นคงทางอาหารเกิดขึ้น โดยเกิดจากคนในชุมชนได้รับอาหารที่มีประโยชน์และถูกต้องตามหลักศาสนาอิสลามสามารถเข้าถึงอาหารได้ทุกที่ ทุกเวลา เนื่องจากชุมชนมีร้านอาหารและร้านชำเป็นจำนวนมาก เกิดการหมุนเวียนรายได้ภายในชุมชนที่มาจากคนซื้อและคนขายเป็นคนในชุมชนเอง และสิ่งที่สำคัญที่สุดของกระบวนการขับเคลื่อนคือ ความสัมพันธ์ของคนในชุมชนที่เกิดจากการมีส่วนร่วมใน

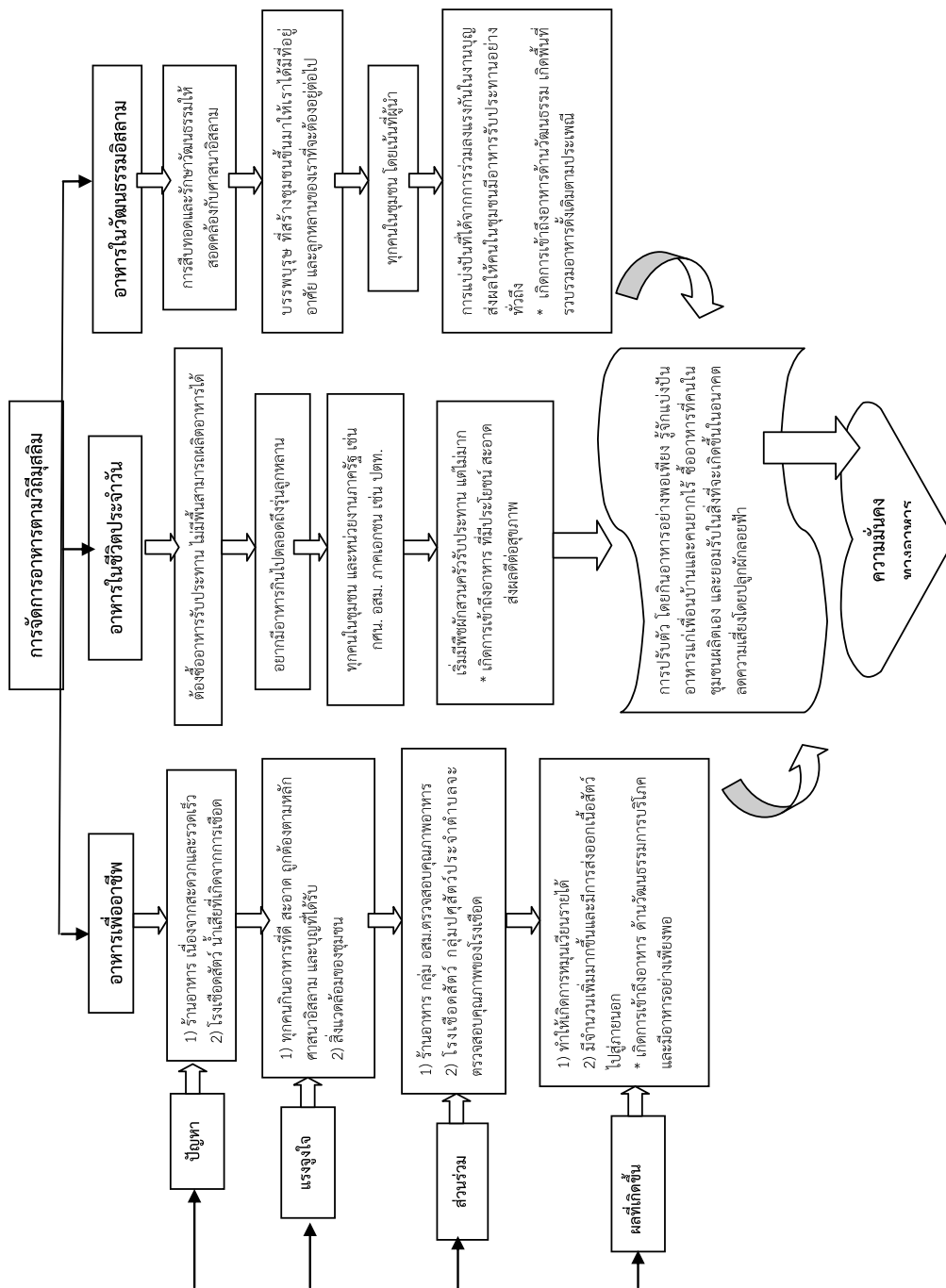
กิจกรรมและประเพณีของศาสนาอิสลาม ซึ่งผลให้เกิดความคงอยู่ของวัฒนธรรม โดยเฉพาะเรื่องของการแบ่งปันและแจกจ่ายอาหารให้กับญาติพี่น้อง เพื่อนบ้าน และทุกคนในชุมชน

นอกจากนี้ในกระบวนการขับเคลื่อนยังมีหน่วยงานต่าง ๆ เข้ามาให้การสนับสนุนทั้งภาครัฐและเอกชน เช่น โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลชาใจ* ได้ให้การสนับสนุนในเรื่องของสุขภาพ ความเป็นอยู่ของคนในชุมชนบ้านชาใจ* โดยให้กลุ่ม อสม.ประจำหมู่บ้านและตำบลเป็นตัวแทนในการดูแลสุขภาพ ความแข็งแรง ตลอดจนการบริโภคอาหารต่าง ๆ อย่างถูกหลักโภชนาการโดยให้มีความสอดคล้องกับหลักศาสนาอิสลาม ส่วนการศึกษานอกโรงเรียนตำบลชาใจ* ให้การความรู้ด้านงานอาชีพ เช่น การแปรรูปอาหาร การทำจักสาน การถนอมอาหาร ซึ่งให้มีความสอดคล้องกับหลักของศาสนาอิสลาม โดยเฉพาะในเรื่องของอาหาร รวมถึงให้การศึกษาสำหรับผู้ที่ต้องการศึกษาต่อเพิ่มขึ้นแต่ไม่สามารถไปเรียนที่โรงเรียนได้ จึงจัดให้มีศูนย์การเรียนรู้ประจำตำบลชาใจ* เพื่อให้คนในชุมชนได้มีโอกาสเข้าถึงแหล่งความรู้มากยิ่งขึ้น ทั้งนี้กลุ่มบริษัทเอกชนแห่งหนึ่งก็ให้การสนับสนุนด้วย โดยจัดตั้งแหล่งการเรียนรู้ในด้านพลังงาน และอาหาร ซึ่งให้ชุมชนร่วมกันพัฒนาพื้นที่ตัวอย่างในการผลิตอาหาร เช่น พืชผักสวนครัว ผลไม้และเลี้ยงปลา โดยได้ให้ความรู้เงินทุน เพื่อเป็นฐานแก่คนในชุมชนที่จะสามารถผลิตอาหารในการบริโภคด้วยตนเอง จะเห็นได้ว่าการสนับสนุนจากหน่วยงานต่าง ๆ ส่งผลให้คนในชุมชนบ้านชาใจ* เกิดพฤติกรรมการพึ่งตนเองมากขึ้น กล่าวคือ ร่วมกันจัดการอาหารในชุมชนของตนเองให้คงอยู่และมีบริโภคตลอดไป ทำให้เกิดความมั่นคงทางอาหารในแต่ละครอบครัว

วิธีการปรับตัวในการจัดการอาหารของชุมชนบ้านชาใจ*

เนื่องจากความต้องการอาหารที่ดี มีประโยชน์และมีอาหารบริโภคตลอดไป จึงทำให้แต่ละครอบครัวให้ความสำคัญต่อการผลิตอาหารรับประทานด้วยตนเอง จึงจำเป็นต้องมีพื้นที่สาธารณะทางอาหารไว้สำหรับ ปลูกข้าว เลี้ยงปลา โดยวิธีการในการปรับตัวนั้น เริ่มจากการเปลี่ยนพฤติกรรมรับประทานอาหาร เช่น รับประทานอาหารอย่างไม่ฟุ่มเฟือย เหลือเก็บ ไม่เหลือทิ้ง และลดความเสี่ยงในการขาดแคลนอาหาร ด้วยการปลูกผักสวนครัวไว้รับประทานเอง แบบใช้พื้นที่น้อย เช่น การปลูกผักลอยฟ้า ใส่กระถางแขวน พร้อมกันนี้ยังคงแบ่งปันอาหารกับเพื่อนบ้านญาติพี่น้อง ตามวิถีมุสลิมเดิม ทั้งนี้ต้องสร้างความสมดุลกับสิ่งแวดล้อม คือ ไม่ทำลายแหล่งน้ำ พักน้ำเสียก่อนปล่อยลงแม่น้ำ รวมทั้งพึงพอใจในสิ่งที่มีอยู่และยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้นในอนาคตด้วย จะเห็นได้ว่า คนในชุมชนบ้านชาใจ* มีการปรับตัวเพื่อให้เกิดความมั่นคงทางอาหารด้วยลดความเสี่ยงที่จะเกิดการขาดแคลนอาหาร โดยการลดการบริโภคอาหาร และหาพื้นที่ในการผลิตอาหารเอง รวมถึงการรักษาวัฒนธรรมทางอาหารของชุมชนที่ยึดหลักของศาสนาอิสลามเป็นหลักให้คงอยู่ต่อไป

ซึ่งผลการศึกษาสรุปได้ดังแผนภูมิที่ 1



ข้อเสนอแนะด้านนโยบาย คือ 1) ทุกคนในชุมชนควรส่งเสริมการผลิตอาหารด้วยตนเองมากขึ้น เช่น การเลี้ยงปลา ปลูกผัก โดยช่วยกันหาวิธีการที่เหมาะสมต่อสภาพชุมชน 2) หน่วยงานท้องถิ่นต่าง ๆ เช่น องค์การบริหารส่วนท้องถิ่น เทศบาลตำบล ควรให้การสนับสนุนในเรื่องของอาหารตั้งแต่ขั้นของการผลิต ไปจนถึงการจำหน่าย โดยการจัดงบประมาณและบุคลากรที่มีความรู้ด้านการผลิตอาหารในพื้นที่ที่จำกัด เข้ามาช่วยเหลือชุมชนบ้านชาใจ* พร้อมทั้งช่วยเผยแพร่ ประชาสัมพันธ์กิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชน เช่น ผลิตภัณฑ์อาหารขึ้นชื่อของชุมชน เทศกาลอาหารท้องถิ่น เป็นต้น และ 3) สนับสนุนงบประมาณในการพัฒนาชุมชน หรือสร้างกิจกรรมสาธารณะที่ประชาชนทั่วไปสามารถเข้ามาช่วยเหลือ เรียนรู้ และร่วมกับพัฒนาเป็นชุมชนแบบอย่างในการจัดการอาหารตามวิถีมุสลิม ส่วนข้อเสนอแนะด้านการปฏิบัติ คือ 1) คนในครอบครัวควรให้ลูกหลานเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมการทำอาหารของครอบครัว เช่น การเด็ดผัก การหั่นเนื้อ อย่างถูกหลักโภชนาศาสตร์ ซึ่งขึ้นอยู่กับทักษะความสามารถของลูกหลาน และ 2) คนในครอบครัวควรถ่ายทอดวิธีการทำอาหารทั้งในชีวิตประจำวันและในวัฒนธรรมอิสลามด้วย รวมถึงการมีส่วนร่วมในประเพณีทางศาสนา เพื่อให้ลูกหลานเห็นถึงความสำคัญของอาหารและการสืบสานต่อไป ส่วนข้อเสนอแนะด้านวิชาการ คือ ผู้นำชุมชนควรเผยแพร่ความรู้ ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับอาหารของชุมชน ปัญหาที่เกิดขึ้น เพื่อให้คนในชุมชนตระหนักและเห็นความสำคัญมากขึ้น พร้อมกับบรรณรค์และขอความร่วมมือปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อชุมชน พร้อมกันนี้ควรจัดทำารจัดการความรู้ด้านอาหารของชุมชนบ้านชาใจ*

เอกสารอ้างอิง

- กฤษฎา บุญชัย และคณะ. (2550). *แนวความคิดและนโยบายฐานทรัพยากรอาหาร*. นนทบุรี: พิมพ์กิจการพิมพ์.
- ธิดารัตน์ คิมกระโทก. (2551). *กระบวนการขับเคลื่อนสวัสดิการชุมชน: กรณีศึกษา ตำบลสมานอันท์ อำเภอมโนรมย์ จังหวัดนครราชสีมา*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหาร บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ประพจน์ เกตุธรรมาศ. (2553). *เกษตรกรรม สิ่งแวดล้อม และสุขภาพ*. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสุขภาพไทย.
- มัสลัน มาหะมะ. (2551). *อิสลามวิถีแห่งชีวิต*. สงขลา: สถาบันวิจัยระบบสุขภาพภาคใต้.
- มานี ชูไทย. (2544). *รายงานการวิจัยเรื่อง อิสลาม: วิธีการดำเนินชีวิตที่พัฒนาคุณภาพชีวิต*. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- มูรีด ทิมะเสน. (2547). *ทำไมมุสลิมกินอาหารเจไม่ได้*. ค้นวันที่ 25 ตุลาคม 2555 จาก www.mureed.com/article/J-Festival.
- โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลชาใจ*. (2555). *รายงานตรวจสอบสุขภาพประจำปี 2555 ตำบลชาใจ**. อ่างทอง: โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลชาใจ*.
- สุชีพ ปุญญานุภาพ. (2555). *พระไตรปิฎก*. กรุงเทพมหานคร: สมาคมนักศึกษาเก่าพาณิชยศาสตร์และการบัญชี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุพรรณิ ไชยอำพร. (2549). *รูปแบบและขั้นตอนการขับเคลื่อนคุณภาพสังคมของชุมชน*. เอกสารการวิจัย เสนอต่อคณะพัฒนาสังคมและสิ่งแวดล้อม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2551). *กรอบยุทธศาสตร์การจัดการด้านอาหารของประเทศไทย*. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ: กรุงเทพมหานคร.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2546). *แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2545-2549)*. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.

- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2555). *แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550-2554)*. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.
- เสาวลักษณ์ สมสุข. (2550). *การฟื้นฟูชุมชน: ยุทธศาสตร์การสร้างทุนในสังคม กรณีศึกษาตำบลต้นแบบ อำเภอพัฒนานิคม จังหวัดลพบุรี*. ภาคนิพนธ์ คณะพัฒนาสังคมและสิ่งแวดล้อม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- หลี เหมินเหลียง. (2556). มโนทัศน์เกี่ยวกับความมั่นคงด้านอาหารสาธารณสุขประชาชนจีน. *วารสารพัฒนาสังคม*, 15(1), 55.
- อาภรณ์ พุกกะมาน. (2525). *มังสวริตี*. กรุงเทพมหานคร: กองทัพนธรรมมูลนิธิ.