

บทวิจารณ์หนังสือ

# วาโชกุคืออะไร เจาะลึกวัฒนธรรมความอร่อยอูมามิ



ชื่อหนังสือ: วาโชกุคืออะไร เจาะลึกวัฒนธรรมความอร่อยอูมามิ  
บรรณาธิการแปลและเรียบเรียง: สรัญญา คงจิตต์  
ปีที่พิมพ์: มีนาคม 2563  
สำนักพิมพ์: หจก.วนิดาการพิมพ์  
จำนวนหน้า: 310  
ISBN: 978-616-398-457-9



วาโชกุคืออะไร เจาะลึกวัฒนธรรมความอร่อยอูมามิ เป็นหนังสือแปลจากหนังสือเรื่อง *Washoku towa nanika: umami no bunka o saguru* เขียนโดย Professor Dr. Nobuo Harada เมื่อปี ค.ศ.2014 ท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านประวัติศาสตร์วัฒนธรรมญี่ปุ่น มีผลงานเกี่ยวกับอาหารญี่ปุ่นมากมาย ได้แก่ “*Edo no ryourishi* (ประวัติศาสตร์อาหารยุคเอโดะ)” “*Washoku to nihonbunka* (อาหารญี่ปุ่นกับวัฒนธรรมญี่ปุ่น)” และได้เขียนหนังสือเล่มนี้ขึ้นในโอกาสที่อาหารญี่ปุ่นได้รับการขึ้นทะเบียนเป็น “มรดกโลกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม” ในการประชุมคณะกรรมการมรดกโลกที่สาธารณรัฐอาเซอร์ไบจาน เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม ค.ศ.2013

ผลงานนี้แปลโดยคณาจารย์และนักศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยมี Professor Dr. Shigeharu Tanabe เป็นบรรณาธิการที่ปรึกษา และอาจารย์สรัญญา คงจิตต์ เป็นบรรณาธิการแปลและเรียบเรียง จัดพิมพ์เผยแพร่ในประเทศไทยเมื่อเดือนมีนาคม พ.ศ.2563 โดยการสนับสนุนของศูนย์ญี่ปุ่นศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และเจแปนฟาวน์เดชั่น กรุงเทพฯ

วาโซกุคืออะไร เจาะลึกวัฒนธรรมความอร่อยอูมามิ ประกอบด้วยเนื้อหาหลัก 7 บท ซึ่งผู้เขียนเจาะลึก วัฒนธรรมการกินอาหารญี่ปุ่น “วาโซกุ” ในเชิงประวัติศาสตร์ โดยกล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงของรูปแบบอาหารทั้งหมด 6 ประเภท ได้แก่ 1. ซินเซ็นเรียวริ (อาหารถวายเทพเจ้า) 2. ไคเกียวเรียวริ (อาหารราชสำนัก) 3. โซจินเรียวริ (อาหาร มังสวิรัต) 4. ฮนเซ็นเรียวริ (อาหารพิธีการ) 5. ไคเซกิเรียวริ (อาหารพิธีชงชา) 6. ไคเซกิเรียวริ (อาหารงานสังสรรค์) รวมถึงรูปแบบที่เป็นอิสระของ “วาโซกุ” ในยุคปัจจุบันและอนาคต

ในแต่ละบทมีใจความพอสังเขปดังนี้

### บทนำ “วาโซกุ” คืออะไร

ผู้เขียนเปิดประเด็นด้วยคำถามง่าย ๆ ว่า เราเมืองเป็น “วาโซกุ” หรือไม่ เพื่อกระตุ้นให้ผู้อ่านได้คิดคำนึงไป พร้อมกับผู้เขียนว่านิยามคำว่า “วาโซกุ” ควรกำหนดอย่างไร ภาพลักษณ์และลักษณะเฉพาะของ “วาโซกุ” เป็นอย่างไร ตามทัศนะของผู้เขียน ลักษณะพิเศษของวัฒนธรรมการกินมีการเปลี่ยนแปลงไปตามยุคสมัยตามกาลเวลา รูปแบบอาหารญี่ปุ่นก็มีการปรับเปลี่ยนไปตามสภาวะแวดล้อม ดังนั้นนิยามของคำว่า “วาโซกุ” จึงน่าจะเปลี่ยนแปลงไปด้วยเช่นกัน

### บทที่ 1 วัฒนธรรมข้าวกับปลา-ต้นกำเนิด “วาโซกุ”

วัฒนธรรมการบริโภคข้าวและข้าวสาลี ซึ่งเป็นอาหารหลักของญี่ปุ่นมาช้านาน มีหลักฐานทางประวัติศาสตร์ที่ยืนยันได้ว่าประเทศญี่ปุ่นเป็น “ดินแดนราบลุ่มอันอุดมไปด้วยต้นข้าว” ชาวญี่ปุ่นนิยมปลูกและรับประทานข้าวสายพันธุ์จากอนิก้า บรรดาของกินเล่นหรือเครื่องดื่มเหล้าสาเก ก็ล้วนทำมาจากข้าว ความนิยมการบริโภคข้าวคู่กับปลา การทำปลาหมัก “นาเรซูชิ” ซึ่งเป็นวิธีการถนอมอาหารอย่างหนึ่งที่ทำให้เกิดรสชาติอูมามิหรือรสอร่อยของอาหาร รวมถึงการทำถั่วหมัก (มิโซะ) และโซยุ (ซอสถั่วเหลือง) ถือว่าเป็นวัฒนธรรมความอร่อยในแบบฉบับของญี่ปุ่น ด้วยเหตุนี้การหมักข้าวหุงคู่กับปลาที่เรียกว่า “ซูชิ” จึงเปรียบเสมือนตัวแทนความอร่อย “อูมามิ” นั่นเอง

### บทที่ 2 การใส่ใจในการต้อนรับเทพเจ้า-ต้นแบบของ “วาโซกุ”

“ซินเซ็นเรียวริ” อาหารที่ทำขึ้นเพื่อถวายแด่เทพเจ้า ซึ่งมนุษย์ก็ได้กินด้วย คือรูปแบบอาหารของญี่ปุ่นที่เก่าแก่ที่สุด การถวายอาหารนี้มีประวัติเกี่ยวข้องกับราชพิธีบูชาเทพเจ้าที่จักรพรรดิพระองค์ใหม่จัดพิธีเฉลิมฉลองเมื่อขึ้นครองราชย์ ที่เรียกว่า “โคโจไซ” ผู้เขียนตั้งข้อสังเกตว่า อาหารในยุคแรกนี้ ไม่ว่าจะของดิบหรือสด ต้องผ่านกระบวนการหมักดองแบบ “ซูชิ” หรือ “นามาซู” และมีการตกแต่งอย่างพิถีพิถันเพื่อแสดงถึงความใส่ใจดูแลด้วยความเต็มใจ ที่เรียกว่า “โมเตนาชิ” กล่าวคือ “ซินเซ็นเรียวริ” คือต้นแบบของ “วาโซกุ” ซึ่งเน้นรสตามธรรมชาติ ไม่ปรุงแต่ง ประเด็นที่น่าสนใจ คือ มีการห้ามบริโภคเนื้อสัตว์บางประเภทมาตั้งแต่ยุคยาโยอิ อีกทั้งยังมีประกาศกฎหมายห้ามกินเนื้ออย่างชัดเจนในศตวรรษที่ 7 ด้วยเหตุผลทางพุทธศาสนา ผนวกกับสภาพทางภูมิประเทศที่รายล้อมด้วยทะเล จึงส่งผลให้ข้าวกับปลาเป็นลักษณะเฉพาะที่โดดเด่นในวัฒนธรรมการกินของคนญี่ปุ่น

### บทที่ 3 อาหารจากต่างแดน – “วาโซกุ” กับประเทศจีน

“ไคเกียวเรียวริ” (อาหารราชสำนัก) เกิดขึ้นในสมัยเอโดะ เป็นอาหารของบรรดาขุนนางอำมาตย์ เมนูอาหารถูกแบ่งตามชนชั้น มีพัฒนาการด้านภาชนะถาดรองเสริมมา “เซ็ง” คล้ายโตกในภาคเหนือของไทย เกิดเทคนิคการหันแล่อาหารเพื่อไม่ให้สูญเสียรสอร่อย พ่อครัวจึงถูกเรียกว่า “โฮโจนิน” (ผู้มีความชำนาญในการใช้มีด) และอิทธิพลของพุทธศาสนิกายมหายานที่ห้ามบริโภคเนื้อสัตว์ ส่งผลให้ “โซจินเรียวริ” อาหารมังสวิรัตหรืออาหารเจ ได้รับการพัฒนามากขึ้น เดิมทีได้รับอิทธิพลมาจากจีนและต่อมาได้พัฒนาเป็นอาหารคล้ายอาหารมังสวิรัตที่มีการปรุงรสแล้ว เรียกว่า “โซจินโมโนะ” ในแบบฉบับของญี่ปุ่น อาหารประเภทผักนี้ถือเป็นงานหนึ่งของนักบวช พ่อครัวมักถูกเรียกว่า “โซโซนิน”

#### บทที่ 4 วัฒนธรรมการกินที่มุ่งเน้น “อูมามิ”-การประกอบสร้างความเป็น “วาโชกุ”

ในสมัยมาคุระ วิธีการกินของนักรบ มัธยัสถ์ เรียบง่าย และไม่มีการดื่มสุรา แต่ในสมัยโมโรมาจิเกิดรูปแบบอาหารที่เรียกว่า “ฮนเซ็นเรียวริ” (อาหารพิธีการ) มีการจัดพิธี “โอนาริ” เพื่อต้อนรับโชกุน อาหารในพิธีการนี้จึงมีความหรูหรา “ชิจิโกซัง โนะ เซ็ง” หรืออาหารชุดหลักแบบ 7-5-3 ซึ่งหมายถึงการเตรียมสำหรับอาหารจำนวนเลขคี่ ซึ่งผู้เขียนมองว่า การเสิร์ฟอาหารเป็นเลขคี่ของ “ฮนเซ็นเรียวริ” นี้คือ การปฏิรูปอาหารครั้งใหญ่ที่ต่างจากจีน ทำให้ภาพลักษณ์ของ “วาโชกุ” มีความโดดเด่นขึ้น

การเลี้ยงอาหารจัดเป็นพิธีกรรมอย่างหนึ่งซึ่งต้องกระทำด้วยการเอาใจใส่ดูแลอย่างเต็มที่ ในยุคเซ็งโงกุ จึงเกิดรูปแบบอาหาร “โคเซกิเรียวริ” 懐石料理 (อาหารพิธีชงชา) ตามแนวคิด “อิจิโงอิจิเอะ” (หนึ่งชีวิตหนึ่งพบ) ซึ่งมุ่งจะสร้างความยินดีให้แขก ด้วยการคัดสรรวัตถุดิบตามฤดูกาล ใส่ใจในการใช้ภาชนะและพิธีพิถันในการประดับตกแต่งอาหาร และสร้างบรรยากาศในห้องชงชาด้วย อาหารหลักที่ประกอบด้วย 1 ชู 3 กับ กลายเป็นรูปแบบของอาหาร “วาโชกุ” และสืบทอดต่อมาจนถึงปัจจุบัน

#### บทที่ 5 การสร้างสรรค์ “อูมามิ”-จินตนาการที่เสริมสร้าง “วาโชกุ”

ความอร่อยหรืออูมามิเกิดจากการคิดค้น “ดาชิ” ซึ่งเป็นน้ำซุปสำหรับปรุงรส “ดาชิ” แบ่งเป็น 2 ประเภทคือ “คัตสึโอดาชิ” ที่มาจากปลาคัตสึโอะ และ “คมบุดาชิ” ที่มาจากสาหร่ายคมบุ ความอร่อยนี้เกิดจากการหมัก และเป็นเครื่องปรุงรสที่สำคัญของอาหารญี่ปุ่น ต่อมามีการพัฒนา “มิโซะ” ถั่วหมัก “โชยุ” ซอสถั่วเหลือง น้ำส้มสายชู และ “มิริน” ที่เกิดจากการหมักสาเก นอกจากนี้ยังมีเกลือและน้ำตาล โดยมีการนำเข้าน้ำตาลจากจีนและรีวกีว เกิดการค้าแบบแลกเปลี่ยนน้ำตาลกับสาหร่ายคมบุในยุคก่อนสมัยใหม่

#### บทที่ 6 อาหารเพื่อความเพลิดเพลินในยุคเอโดะ-พัฒนาการของ “วาโชกุ”

ยุคเอโดะเป็นยุคที่สงบสุข การพัฒนาเส้นทางระบบขนส่งทำให้การค้าพัฒนา รูปแบบอาหารก็พัฒนาไปสู่ความมีอิสระ ไม่มีข้อกำหนดที่ตายตัวเช่นในอดีต เกิดทั้งร้านอาหารและตำราอาหาร เทคนิคการปรุงอาหาร ได้รับการเผยแพร่แก่คนทั่วไป จนเกิดพ่อครัวมือสมัครเล่น อาหารทอดน้ำมัน เต็มปุระ และอาหารประเภทเส้น โซบะ และอุด้ง ก็เกิดขึ้นในยุคนี้และจัดเป็นอาหารชั้นสูง

การขยายตัวของร้านอาหารจำนวนมากทำให้เกิด “โคเซกิเรียวริ” 会席料理 หรืออาหารที่จัดเลี้ยงในงานสังสรรค์ ซึ่งยังคงยึดหลัก 1 ชู 3 กับ แต่เปลี่ยนจาก “การดื่มชา” มาเพลิดเพลินกับ “การดื่มสุรา” แทน กุญแจสำคัญที่ทำให้ “วาโชกุ” กลายเป็นเรื่องของสามัญชนทั่วไป คือ การพิมพ์ตำราอาหาร และต่อมาอาหารก็กลายเป็นเรื่องละเล่น เกิดโรงเรียนสอนทำอาหาร มีการประลองการทำอาหาร และผู้คนเพลิดเพลินกับการรับประทานอาหารประเภทข้าวกล่อง “มากุ โนะ อูจิ” อาหารข้าวกล่องในโรงละครคาบูกิ คือ วัฒนธรรมญี่ปุ่นที่เกิดจากการหลอหลอมระหว่างการกินและการละเล่นนั่นเอง

#### บทที่ 7 ก้าวไปสู่อาหารแบบใหม่-“วาโชกุ” ยุคสมัยใหม่และยุคปัจจุบัน

ในยุคเมจิ วัฒนธรรมตะวันตกที่เข้ามาส่งผลให้เกิดการเผยแพร่อาหารตะวันตกในสังคมสามัญชน พุทุซาวะ ยูกิชิ เชิญชวนให้ดื่มมัทวี บริโภคเนื้อวัว มีประกาศยกเลิกการฉนเนื้อของพระสงฆ์และอนุญาตให้พระสงฆ์มีภรรยาได้ใน ค.ศ.1873 การเปิดรับอาหารต่างชาติ ทั้งอาหารตะวันตก อาหารจีนและอาหารเกาหลี ส่งผลให้เกิดเมนูอาหารประยุกต์ ได้แก่ โครกเกะ ราเม็ง เกียวซ่า เนื้อย่าง อย่างไรก็ตามในสังคมญี่ปุ่น “วาโชกุ” ในพิธีมงคลสำคัญๆ ยังคงยึดรูปแบบ “ฮนเซ็นเรียวริ” (อาหารพิธีการ)

ช่วงสงครามวัฒนธรรม ความขาดแคลนอาจทำให้วัฒนธรรมการกินถดถอย แต่ในยุคโหวะหลังพ่ายแพ้ในสงครามโลกครั้งที่ 2 ญี่ปุ่นได้รับอิทธิพลจากอเมริกา มีการปรับวิธีการกินของประชาชน หันมาเน้นเรื่องโภชนาการมากขึ้น ข้าวถูกแทนที่ด้วยขนมปัง มีความนิยมกินเนื้อสัตว์ มีการพัฒนาอาหารแปรรูป เช่น ไส้กรอกปลา ร้านอาหารเพื่อครอบครัวผุดขึ้นเป็นดอกเห็ด ผู้คนรับประทานอาหารนอกบ้านมากขึ้น และการที่สตรีเข้าสู่สังคมการทำงานมากขึ้น ส่งผลให้เกิด “นากาโซกุ” คือความนิยมในการซื้ออาหารปรุงสำเร็จ หรืออาหารข้าวกล่องมารับประทานที่บ้านหรือที่ทำงาน

### **บทสรุป อนาคตของ “วาโซกุ”**

ในยุคโหวะตั้งแต่หลังสงครามโลกครั้งที่ 2 อาหารเป็นหนึ่งในความเปลี่ยนแปลง ผู้คนเดินทางไปศึกษาวิถีทำอาหารยังต่างประเทศและนำกลับมาประยุกต์ในบ้านเกิด ทำให้เส้นแบ่งระหว่างอาหารญี่ปุ่นและอาหารชาติอื่นถูกขจัดออกไป ญี่ปุ่นผลิตบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปส่งออกจนเป็นที่ยอมรับไปทั่วโลก บุ๊ต ข้าวหน้าเนื้อ ซูชิบาร์ ราเม็ง ข้าวปั้น กลายเป็นสิ่งที่คุ้นเคยและพบเห็นได้ทั่วไปในต่างประเทศ จากวิวัฒนาการที่ยาวนานและการปรับตัวเข้ากับโลกปัจจุบัน ทำให้ “วาโซกุ” ได้รับการยอมรับในนานาประเทศ ผู้เขียนจึงเรียกร้องให้ได้ขบคิดว่าจะนำข้อดีของ “วาโซกุ” มาก่อให้เกิดประโยชน์ได้อย่างไร

ในทัศนะของผู้วิจารณ์ วาโซกุคืออะไร เจาะลึกวัฒนธรรมความอร่อยอูมามิ เป็นหนังสือที่อัดแน่นไปด้วยสาระความรู้ที่เกี่ยวกับอาหารทั้งในเชิงประวัติศาสตร์และเชิงวัฒนธรรมทางสังคม การอ่านหนังสือเล่มนี้ทำให้ตระหนักถึงความเชื่อมโยงของอาหารที่มีต่อส่วนอื่น ๆ ในสังคม นอกจากจะเชื่อมโยงกับภูมิประเทศ ดินฟ้าอากาศ วัฒนธรรมท้องถิ่นแล้ว ยังมีนัยที่เกี่ยวกับการเมือง การปกครอง ประเพณี ความเชื่อ ศาสนา ภาษา และสภาวะของบ้านเมืองในยุคหนึ่ง ๆ แต่ด้วยความที่หนังสือเล่มนี้เขียนขึ้นเพื่อให้คนญี่ปุ่นทั่วไปได้อ่าน การร้อยเรียงเรื่องราวต่าง ๆ จึงไม่มีการอธิบายความหมาย แต่เป็นการสอดแทรกเกร็ดเล็กน้อยในเชิงประวัติศาสตร์และแนะนำหลักฐานเชิงประวัติศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับอาหาร รวมไปถึงการอธิบายความต่างของคำ เช่น ไคเซกิเรียวริ (懷石料理・会席料理) เป็นต้น เรื่องราวที่เกี่ยวกับ “วาโซกุ” แต่ละรูปแบบที่กล่าวถึงจึงมีมิติที่ซับซ้อนและลุ่มลึก หนังสือแปลเล่มนี้จึงเหมาะสำหรับผู้ที่มีความรู้ด้านประวัติศาสตร์ญี่ปุ่นและมีความชื่นชอบในอาหารญี่ปุ่น โดยเฉพาะผู้อ่านที่ได้เคยไปใช้ชีวิตในประเทศญี่ปุ่นอยู่บ้างในช่วงระยะ 50 ปีนี้ น่าจะได้ย้อนรำลึกถึงเรื่องราวอาหารในสังคมญี่ปุ่นได้ดี

อย่างไรก็ตาม เนื้อหาเชิงวัฒนธรรมโดยเฉพาะอาหารมักจะมีคำศัพท์เฉพาะทางมากมาย การจะอ่านหนังสือเล่มนี้ให้เข้าใจอย่างถ่องแท้ในแต่ละหน้า แต่ละบท จึงไม่ใช่เรื่องง่าย และอาจจะยากไปสักนิดสำหรับผู้อ่านทั่วไปที่ไม่มีพื้นความรู้เกี่ยวกับญี่ปุ่นมากนัก กระนั้นก็ตามเห็นได้ถึงความพยายามที่จะสื่อสารของผู้แปลด้วยการแปลตัวบทโดยการใช้คำทับศัพท์เป็นหลัก กำกับคำแปลภาษาไทยไว้และใส่อักษรญี่ปุ่นเท่าที่จำเป็น ทำให้อ่านได้ไม่ติดขัด มีการถ่ายทอดอักษรอย่างเป็นระบบ โดยใช้หลักเกณฑ์การเขียนทับศัพท์ภาษาญี่ปุ่นของสำนักงานราชบัณฑิตยสภา ทั้งยังมีดัชนีคำศัพท์ในภาคผนวก คำแปล เสียงอ่านโรมันจิ และอักษรภาษาญี่ปุ่น รวมไปถึงการระบุเลขหน้าที่เกี่ยวข้อง ดัชนีคำศัพท์นี้จึงมีประโยชน์ต่อผู้ที่ประสงค์จะศึกษาในเชิงลึกและสามารถเลือกอ่านเพื่อทำความเข้าใจเฉพาะคำได้

ในทัศนะของผู้วิจารณ์ หากจะให้ข้อมูลเสริมในภาคผนวกเพื่อให้การอ่านหนังสือเล่มนี้ได้ประโยชน์เพิ่มมากขึ้นมีอยู่ 2 ประการ คือ 1) การเพิ่มข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับยุคสมัยของญี่ปุ่น ซึ่งในเล่มนี้มีมารกล่าวอ้างตั้งแต่สมัยโจมง จนถึงสมัยโหวะ 2) การเพิ่มสารบัญรูปลักษณ์เพื่อให้เข้าใจด้วยสายตา จะช่วยให้จินตนาการถึงรูปแบบอาหารที่มีวิวัฒนาการตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันได้รวดเร็วยิ่งขึ้น

การจะแปลหนังสือภาษาต่างประเทศสักหนึ่งเล่ม ไม่ใช่เรื่องง่าย และยังเป็นเรื่องราวที่เจาะลึกเชิงวัฒนธรรมด้วยแล้ว ผู้แปลยังต้องใส่ใจในรายละเอียดและความถูกต้อง นับว่าหนังสือเล่มนี้ คือผลผลิตที่เกิดขึ้นจากความเพียรพยายามในการแปลและการถ่ายทอดสาระเชิงวัฒนธรรมออกมาเป็นภาษาไทยที่สละสลวยของบรรณาธิการและคณะผู้แปลและเรียบเรียง ผลงานนี้จึงมีคุณค่าต่อการยกระดับองค์ความรู้ความเข้าใจในด้านอาหารญี่ปุ่นให้แก่สังคมไทย ซึ่งปัจจุบันประเทศไทยก็รับเอาวัฒนธรรมการกินแบบญี่ปุ่นเข้ามาอย่างมาก เหมาะอย่างยิ่งสำหรับผู้ที่สนใจศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับอาหารญี่ปุ่นในเชิงลึก และเมื่อได้รู้ความเป็นมาของอาหารญี่ปุ่นเหล่านี้แล้ว น่าจะทำให้เข้าใจวัฒนธรรมความคิดและปรัชญาที่ซ่อนอยู่ในอาหารญี่ปุ่นมากยิ่งขึ้น

---

หน่วยงานผู้แต่ง: คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์  
Affiliation: Faculty of Liberal Arts, Thammasat University  
Corresponding email: [tasanee.m@arts.tu.ac.th](mailto:tasanee.m@arts.tu.ac.th)  
Accepted: 2020/06/22