

อาหารการกิน

จากปากท้องถึงการปกป้องโลก

ค่ายสารคดีครั้งที่ ๑๒
สานฝันสังคมสีเขียว





คำนำ

อาหารการกิน จากปากท้องถึงการปกป้องโลก เป็นหนังสือรวมผลงานสารคดีคัดสรรจากค่ายสารคดี ครั้งที่ ๑๒ จำนวน ๑๒ เรื่อง กับสารคดีภาพ (Foto Essay) อีก ๒ เรื่อง ภายใต้คอนเซ็ปต์เดียวกันในประเด็นว่าด้วยวัฒนธรรมด้านการกินอยู่แห่งยุคสมัย ที่คนเราไม่ได้ต้องการอาหารแค่เพื่อร่างกายเท่านั้น หากยังเกี่ยวพันถึงภาพลักษณ์ และการถูกกระตุ้นเร้าผ่านทางตาด้วย

นักเขียนและช่างภาพสารคดีรุ่นใหม่เหล่านี้จะพาผู้อ่านไปดูและรู้จัก “อาหาร” ในหลากหลายแง่มุมตั้งแต่ต้นทาง อาหารป่าของชนเผ่าพื้นเมือง อาหารประจำถิ่น อาหารเพื่อสุขภาพของคนที่ต้องได้รับการดูแลเป็นพิเศษ ด้านสุขภาพอนามัย อาหารส่วนเกินที่ถูกทิ้งขว้าง จนถึงแหล่งอาหารที่เป็นความหวังถึงความมั่นคงทางอาหารของโลก

ทั้งหมดเป็นผลงานที่พวกเขาสร้างสรรค์ขึ้นหลังผ่านการเรียนรู้ฝึกฝน ทั้งในภาคทฤษฎีและการลงมือปฏิบัติจริงใน “ค่ายสารคดี” ค่ายอบรมการเขียนหนึ่งเดียวในเมืองไทยที่จับคู่นักเขียน-ช่างภาพ อบรมต่อเนื่อง ๔ เดือน ปีละรุ่น โดยนิตยสารสารคดี ร่วมกับภาคีเครือข่ายสร้างคนบันทึกสังคม ซึ่งค่ายสารคดีครั้งที่ ๑๒ นี้ได้รับการสนับสนุนจากแผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน โดยสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) บริษัท วิริยะประกันภัย จำกัด (มหาชน) ธนาคารไทยพาณิชย์ จำกัด (มหาชน) และบริษัท ไทยซัมซุง อิเลคโทรนิคส์ จำกัด ในการร่วมกันปั้นนักเขียนและช่างภาพดาวรุ่งรุ่นใหม่ให้กับวงการสารคดีเมืองไทย

เมื่อคราวผลงานเหล่านี้ตีพิมพ์เผยแพร่ครั้งแรกในนิตยสารสารคดี ฉบับ ๓๔๑ เดือนตุลาคม ๒๕๕๙ มีผู้อ่านเขียนไปรษณียบัตรมาชื่นชม ให้กำลังใจ และฝากความหวังในทำนองว่า “นี่แหละ ความหวังของวงการสารคดีไทย”

ผู้อ่านท่านอื่น ๆ จะเห็นด้วยหรือไม่ เชิญพิสูจน์ฝีมือของเขาและเธอได้ในหน้าถัดจากนี้

คณะทำงานค่ายสารคดี



ผัดถั้ว

ต้มจืด

ข้าวไร้

น้ำพริกอก่า

หมกหมู

ไข่เจียวอก่าใส่ผัก

ผักเคียงที่หาได้จากป่าและสวนหลังบ้าน

ซูเปอร์ มาร์เก็ต อาพ่า

อาหาร
ชาวคอย

เช้าวันที่สดใส ดวงอาทิตย์กลมโตในม่านหมอกหนา สายลมพัดไล่ละอองเชาบนคอยแม่สลอง พัดพาความหนาวเย็นเป็นสัญญาณส่วนใหม่ นี่ไม่ใช่ความฉ่ำเย็นจากสายฝน แต่เป็นความชื้นเย็นที่บอกให้หมูไม่รับรู้ฤดูหนาวได้กลับมาเยิ้มเยื่อนอีกครั้ง

ฉันชอบช่วงเวลาเช้ามากที่สุด โดยเฉพาะขณะที่ดวงอาทิตย์เริ่มส่องประกายแสงลงสู่ผืนป่าอันอุดมด้วยแมกไม้หลากสายพันธุ์ บนภูเขาที่สูงจากระดับน้ำทะเลกว่า ๑,๐๐๐ เมตร ความสูงอันเป็นปัจจัยเกื้อหนุนสภาพภูมิอากาศหนาวเย็น และหมอกที่ปกคลุมในยามเช้าตลอดทั้งปี

บนพื้นที่เหนือสุดของจังหวัดเชียงราย “หมู่บ้านห่อโยย” อยู่เพียงใต้จมูกของคอยแม่สลอง เหล่าต้นข้าวต้องลมชูต้นเขียวขจี รอต้อนรับเรียงรายเป็นขั้นบันไดบนทิวเขา เจียบสงบ ตัดขาดจากหมู่บ้านท่องเที่ยวอันคึกคักอย่างสิ้นเชิง

อาแม่วู เซอมีอูกู ผู้ช่วยหมู่บ้านห่อโยยวัย ๓๓ ปี ร่างลั่นทัด ผิวสีน้ำผึ้งไหม้ ดวงตาสีดำสนิท เปิดฉากบอกเล่าเรื่องราวชาติพันธุ์อาพ่าให้ฉันฟังอย่างตั้งใจ

ชำนาญไพร

“ระบบความเชื่อและวิถีชีวิตของคนผูกพันอยู่กับป่า ฟังพาอาศัยกัน ชาติสิ่งใดสิ่งหนึ่งไม่ได้”

หลังจิบน้ำเย็นผ่านริมฝีปากเรียวยาว เขาถ่ายทอดเรื่องราวความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับทรัพยากรธรรมชาติ การใช้ประโยชน์จากป่ามายาวนาน และภาพสังคมอาข่าที่รักความสงบ แต่แฝงไว้ด้วยความรัก สนุกสนาน

ซอปี เซมม็อกู หรือที่เรียกกันว่า อาปา ชาวอาข่าร่างเล็กวัย ๖๑ ปี ร่วมสะท้อนชีวิตที่ผูกพันกับป่าชุมชน “ลาซอ” จากการเข้าป่าหาอาหารตั้งแต่อายุเพียง ๘ ขวบ ป่าเปรียบเสมือนตลาดสดที่สามารถหาอาหารมาเลี้ยงชีวิตได้ตั้งแต่เกิดจนตาย

การเข้าป่าหาอาหารถือเป็นวิถีดั้งเดิมที่ชาวอาข่ายังดำเนินมาตลอด

ชายสูงวัยยกแก้วชาขึ้นจิบอย่างใจเย็น อธิบายถึงความสูงและภูมิอากาศหนาวเย็นของดอยแม่สลองอันมีอิทธิพลกำหนดสภาพสังคมพืชในป่าเขา และความชุ่มชื้นที่ปกคลุมทำให้ป่าดิบเขาอุดมด้วยพืชชั้นต่ำที่อาศัยยึดเกาะกิ่งไม้ใหญ่ไปจนกระทั่งพื้นดิน เขาเล่าว่าการเข้าป่าต้องใช้เวลาอย่างน้อย ๑ วันเพื่อหาอาหาร หากล่าสัตว์ต้องใช้เวลา ๓-๔ วันกินนอนในป่า

“ถ้าอยากรู้ว่าอาหารในป่าอร่อยแค่ไหน ต้องลองเข้าป่า” อาปาเอ่ยปากชวนฉันเข้าป่าด้วยความใจดี รอยยิ้มทำทนายของเขาเปรียบเสมือนอาหารรสเด็ดที่เชื้อเชิญให้ฉันตอบตกลง

ชายอาวุโสใช้เวลาเพียงไม่นานเตรียมข้าวของ กระบุง เครื่องสานทรงสูง ขวดน้ำพลาสติก สองมือจับเชือกที่ผูกกระบุงขึ้นสะพานหลังอย่างคล่องแคล่ว จากนั้นมัดเชือกผูกท่อน้ำพีวีซีทรงสี่เหลี่ยมแบนซึ่งดัดแปลงสำหรับใส่มีดไว้ข้างลำตัว สวมรองเท้ายางพาราสีดำคู่เล็กกะทัดรัด ก่อนเอ่ยปากเรียกภรรยาผู้ชีวิตให้ร่วมเดินทางเข้าป่าด้วยกัน

หมี่เซอะ เซมม็อกู หรือ อามาว หญิงร่างเล็กผิวขาวอายุ ๕๗ ปี สวมเสื้อผ้าฝ้ายทอเนื้อแน่นย้อมสีน้ำเงินเข้มเกือบดำ รวบผมยาวสีดำสลวยไว้ข้างหลัง จากนั้นหยิบผ้าลายสกอตโพกศีรษะ

“คนชาวเขาไม่ว่าจะเด็กหรือผู้ใหญ่ต้องเข้าป่าเป็น เพราะอาหารจากป่าคือสิ่งหล่อเลี้ยงชีวิตให้เราโตมา” หญิงร่างเล็กพูดขณะสะพานถูกปูยที่เย็บเป็นย้อมไว้ใส่พืชผักสมุนไพรในป่า

เราเริ่มออกเดินเท้า สองข้างทางคือขุนเขาเขียวขจี ไร่ข้าวโพดออกผลรอการเก็บเกี่ยว สายลมพัดกระทบใบหน้าให้ความรู้สึกสดชื่นราวกับขุนเขาแห่งนี้เอ่ยต้อนรับ การเดินเท้าเริ่มยากลำบากขึ้นเรื่อยๆ เมื่อเราเดินลึกเข้าไป ดินชุ่มฉ่ำถูกเหยียบย่ำเป็นทาง อาปาชักมีดที่ผูกไว้ข้างลำตัวมาตัดกิ่งไม้แหวกทาง ส่วนฉันใช้สองมือยึดลำต้นไม้ใหญ่พุงไม่ให้ลื่นไถล

ลำธารเล็กๆ ซ่อนอยู่กลางหุบเขา
ในป่านี้มีผัก ใบไม้ พืชสมุนไพร ผลไม้
ที่เก็บกินได้ตลอดทาง





อามาวกำลังรื้อยไส้เดือน
ซึ่งจะกลายเป็นเหยื่อสอปลา
ในลำธารแห่งนี้



เตรียมทำอาหารกันตรงซังสันเงา
ที่ปลูกนาจับบันได มีผักและพืชที่เก็บได้ในป่า
นากาแกงและน้ำพริก

สายธารชีวิต

เรามาหยุดอยู่ในไร่ข้าวโพดบนเนินเขาสูงชัน ชายสูงวัยเฒ่าม
เด็ดผลไม้ที่ชาวอาซาเรียกว่า “อาญูปูซู้” ออกผลเป็นพวง ลูกกลมเล็ก ๆ
สีแดง ต้นไม้มีขนาดใหญ่สักหนึ่งคนโอบ เมื่อลองชิมก็สัมผัสได้ถึง
รสฝาดเปรี้ยว เขาว่ามีสรรพคุณแก้ท้องอืดท้องเฟ้อ

อามาวตัดใบตองจากต้นกล้วยมาห่อผลอาญูปูซู้ง่าย ๆ เก็บ
ใส่ย่าม จากนั้นเราจึงเริ่มเดินเท้าต่อ และก็มาถึงจุดที่สูงชันอย่างที่สุด
เส้นทางเดินผ่านไปตามดงข้าวโพดที่มีร่องรอยหนูป่ากัดแทะ ขณะที่
ฉันจ้องกับการก้าวเท้าและพวงตัวเองไว้อย่างยากลำบาก อาปาก็
เที่ยวแหวะเก็บผักสมุนไพรต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็น ผักอาซาอีตอ ใบเล็ก ๆ
สีเขียว ก้านยาวสัก ๑ ฟุต มีสรรพคุณใช้เวลาผู้หญิงอยู่เดือนหลัง
คลอด ตำพริกข่าผสมสดเป็นฝี่เป็นตุ่ม ผักยาโมซี ใช้ต้มอาบแก้ผื่น
คัน ผักมะแตะแทนะ (ยอดผักทอง) มีสรรพคุณช่วยขับปัสสาวะ

เข้าป่าลึกมากกว่า ๒ กิโลเมตร พืชผักที่เก็บระหว่างทางนั้น
ก็เกือบจะเต็มกระบุงเสียแล้ว กลิ่นไอนดินสร้างความรู้สึกรื่นเริงอย่าง
ประหลาด พุ่มหญ้าระบัดใบแตกยอดอ่อนเป็นแหล่งอาหารหากินของ
สัตว์น้อยใหญ่ เสียงสายน้ำไหลโกล้งเข้ามาทุกที ฉันทหายใจถี่เมื่อเรา
เริ่มเดินเร็วขึ้น เพียงไม่กี่กิโลเมตร ลำธารซึ่งเป็นจุดหมายก็ปรากฏอยู่
เบื้องหน้า

สายน้ำอันเขียวรกรากนำความสดชื่นเดินทางไปที่ผืนป่า วิถี
แห่งสายน้ำดำเนินไปภายใต้อิทธิพลของธรรมชาติ การดำเนินชีวิต
ของมนุษย์ก็เช่นเดียวกัน

อามาวใช้สองมือวกน้ำล้างหน้า ก่อนจะหยิบ “หยอง” ที่มี
ลักษณะคล้ายไข่ดกปลา ตามด้วยกำไม้ไผ่ยาวเจาะรูตรงปลาย
หญิงร่างเล็กใช้ด้ายที่ทำจากต้นชิงมูลาร้อยได้เดือนทีละตัวอย่าง

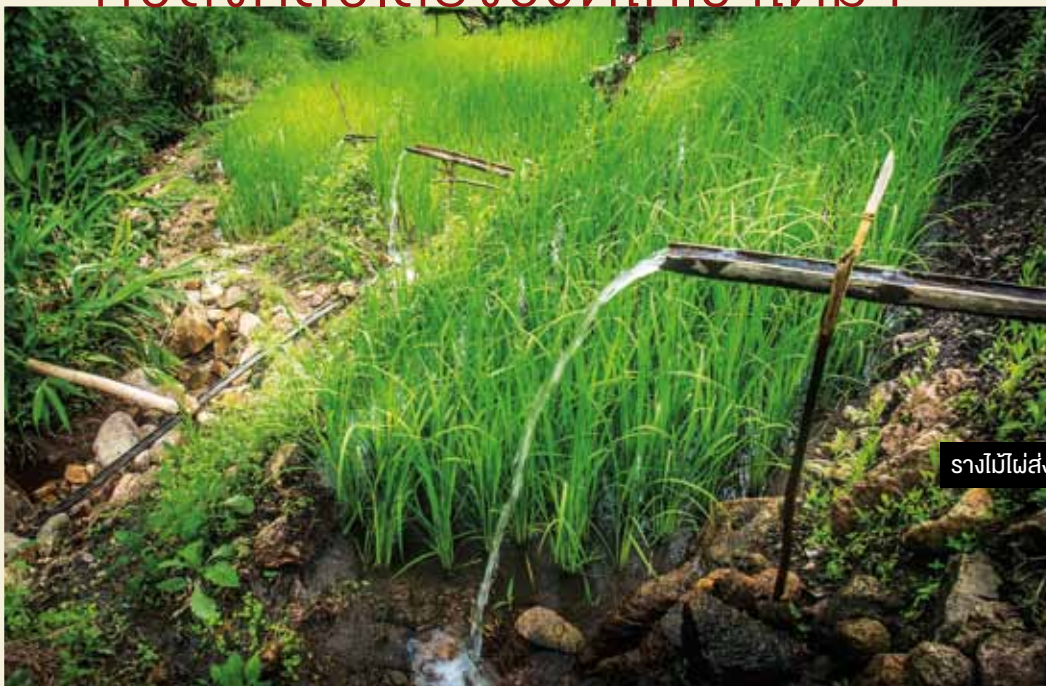
ชำนาญ เสรีแล้วนำเหยื่อสอปลามาร้อยกับรูที่ปลายไม้ ทำเป็นเบ็ด ตกปลาได้ง่าย ๆ วิธีหาปลาแบบดั้งเดิมนี้เรียกว่า “ไต่จี่กูปลา”

มือหนึ่งจับไม้ มือหนึ่งจับเหยื่อ สองเท้าค่อย ๆ ก้าวลงสู่สายน้ำ เดินเลาะริมฝั่งเพื่อหาจังหวะ เมื่อปลากินเหยื่อไม้จะสะบัดก็ดึงไม้ขึ้นแล้วจับปลาใส่เหยื่อ เวลาผ่านไปครึ่งชั่วโมง อามาวได้ปลาตัวเล็กเท่าปลาชิวมาจำนวนหนึ่ง แถมด้วยปูที่ดูคล้ายปูนา

“หากฝนตก น้ำก็จะขึ้น ปลาจะออกมามาก วันนี้ฝนไม่ตก ปลาจึงไม่ค่อยมี” ชายสูงวัยเอ่ยด้วยสีหน้าผิดหวังเมื่อพบว่าวันนี้ได้ปลาเพียงเล็กน้อยเท่านั้น

จากนั้นอปาจึงเริ่มพาออกเดินทางต่อ โดยเลาะไปตามริมธาร เมื่อก้าวลงสู่กระแสน้ำ ขาสองข้างของฉันทเหมือนจะสู้แรงน้ำไม่ไหว ชายสูงวัยแต่ทว่ายังแข็งแกร่งเอื้อมมือมาช่วยประคอง ก่อนจะตัดไม้ไผ่ขนาดพอดีมือให้ฉันทใช้ค้ำยัน

“คุณชาวเขา ไม่ว่าจะเด็กหรือผู้ใหญ่ ต้องเข้าป่าเป็น เพราะอาหารจากป่า คือสิ่งหล่อเลี้ยงชีวิตให้เราโตมา”



รางไผ่ส่งน้ำมาเลี้ยงนาขั้นบันได

“ปัก ปัก” เสียงมีดกระทบลำไผ่ดังต่อเนื่องจนไม่ค่อย ๆ เอน ล้มลงด้วยฝีมือของชายร่างเล็กที่ต้องบอกเลยว่า ๖๐ ยังแจ๋ว เขา ตัดท่อนไผ่ให้เหลือเพียงบ้องยาวประมาณ ๕๐ เซนติเมตรยื่นส่ง ให้ภรรยาผู้รู้ใจ อามาวตักดินข้างลำธารใส่กระบอกแล้วใช้มือขีด ให้เสี้ยนภายในลำไผ่หลุดออก เพราะกระบอกไม้ไผ่นี้จะใช้เป็นหม้อ หุงต้มอาหารมื้อกลางวันที่กำลังจะมาถึง

(มือ) กลางวันกลางไพร

สองเท้ายังก้าวเดินต่อด้วยใจที่เริ่มอ่อนแรง มีเพียงเสียง น้ำไหลกัดเซาะโขดหินเป็นเสมือนเพื่อนร่วมทางที่คอยเติมความสดชื่น สักพักก็ถึงที่ที่เราจะทำอาหารมื้อกลางวันกันท่ามกลางทิวเขาที่ทำนา แบบขั้นบันได ใบข้าวสีเขียวขจีโอบล้อมสายลม น้ำจากภูเขาไหลมาตามรางกระบอกไม้ไผ่ผาครั้งที่ทำหน้าที่ส่งน้ำลงมายังแปลงนา

หญิงร่างเล็กช่วยสามียกของออกจากกระบุงอย่างรวดเร็ว ก่อนตัดใบตองปูพื้นและวางเรียงผักสมุนไพรที่เก็บได้กลางป่า เธอเด็ดผักเป็นชิ้น ๆ อย่างรวดเร็ว เพียงไม่กี่นาทีผักทุกอย่างก็เข้าไปอยู่ในหม้อไม้ไผ่ จากนั้นเทน้ำ ปรงรสด้วยเกลือและพริกคั่ว เมนูนี้มีชื่อว่า “ฮุ้นฮุ้นจ่าย”

ด้านอปากก็เร็วไม่แพ้กัน สองมือเร่งหักไม้แห้งเป็นฟืนพ่อนเล็ก ๆ ก่อไฟแล้วนำหม้อฮุ้นฮุ้นจ่ายขึ้นตั้ง ระหว่างรอให้ผักสุก เขา





ชาวอ่าง่าที่หมู่บ้านปากคาสูงใจ
ปลูกพืชผักริมริ้วเหมือนเป็นซูเปอร์มาร์เกตส่วนตัว
ไว้เก็บมาทำอาหารในครัวแต่ละมื้อ

“ย่าซ่า อาต้ออ๋อว ฮ้อยู๋ บีเหล่าโอะ”

อาหารที่ทำเสร็จแล้ว มีน้ำพริกอาซ่า
แกงปลาที่ผสมผักต่าง ๆ ใส่ในกระบอกไม้ไผ่ผ่าซีก
ที่ตัดจากปากก่อนเคี้ยวขึ้นมาบนนาขั้นบันได
ผักเคียงต่างๆ และหมูที่หมักมาแล้วจากบ้าน

หมายความว่า ป่าให้อาหาร

อาหารต่อชีวิตเราให้ยาวขึ้น

ใช้มีดผ่ากลางลำไผ่ใช้เป็นร่องไม้เสียบหมูในเมนู “ฉัตรยี่” ซึ่งทำจาก หมูห่อใบตองหมักใส่เกลือและพริกคั่ว พร้อมกับตัดใบตะไคร้ม้วน รอบปลายไม้แล้วมัดปม จากนั้นจึงนำไม้เสียบหมูไปย่างแบบสุกพอดี ไม่เกรียมมาก รสชาติเผ็ดนิดเค็มหน่อยกำลังดี

จุดพิเศษสำหรับเมนูกลางลำไผ่ในวันนี้คือ “น้ำพริกอาซา” หรือที่ชาวอาซาเรียกว่า “น้ำพริกสับผลิเดาะ” อามาวไม่รอช้า นำ พริกที่เด็ดไว้ระหว่างทาง ต้นหอม มะเขือเทศเผา ปลายสด ๆ จาก ลำธารอย่าง ลงตำในถ้วยที่ทำจากไม้ไผ่และสากไม้จากต้นกระถินป่า ปรงรสด้วยเกลือกับพริกคั่ว รสชาติเผ็ดสะใจ กลิ่นหอมของมะเขือเทศ เผาตัดกับต้นหอมลงตัว

“อาหารในป่า ถ้าไม่ทำกินในป่าก็ไม่อร่อย” ชายสูงวัยเอ่ย ก่อนจะผายมือเป็นสัญญาณให้พวกเราล้อมวงลงมือกินกันได้

กลิ่นหอมของอุ้มอยู่จ่ายตลบอบอวลไปทั่ว ฉันทไม่รอช้า ชด น้ำร้อน ๆ ในหม้อก่อนเป็นกำไรชีวิต เพราะมันช่างให้ความรู้สึกที่สุข หอม อร่อย ไปพร้อมกัน

“ย่าสา อาคือโอ้ว ฮ้อยู๋ บีเหล่าโอะ” หมายความว่า ป่าให้อาหาร อาหารต่อชีวิตเราให้ยาวขึ้น อาป่าเอ่ยหลังอาหารมื้อกลางวัน ของเราจบลงด้วยรอยยิ้มที่ไม่พออธิบายความรู้สึกในตอนนั้น

อาป่าอาหาร

ถัดจากหมู่บ้านหล่อยมาเพียง ๑๐ กิโลเมตร ก็จะพบชาว อาซาที่อาศัยอยู่ในหมู่บ้านป่าคาสุใจ อำเภอแม่ฟ้าหลวง จังหวัด เชียงราย บ้านบนเนินเขาเรียงรายเหมือนระลอกคลื่น ตัวบ้านไม้ไผ่ ยกสูงจากพื้นดินสักเมตร มีบันไดสามถึงห้าขั้น เสาบ้านเป็นไม้เนื้อแข็ง ฝาบ้านปิดฝากไม้ไผ่ หลังคามุงตึบหญ้าคาที่คลุมยาวลงมาจนเกือบ ติดพื้น ไม่มีหน้าต่าง ในบ้านตั้งเตาไฟสองเตาสำหรับปรุงอาหารและ ต้มน้ำชาเลี้ยงแขก

ชาวอาซาที่นี่ทำเกษตรแบบไร่เลื่อนลอย ปลูกข้าวไร่ ข้าวโพด เป็นพืชหลัก ปลูกงา ข้าวฟ่าง ถั่ว พริก เป็นพืชรอง

“ก่อนหน้านี้อาปลูกพืชเชิงเดี่ยว สิ่งก็ตามมาคือเกิดการ ขาดแคลนอาหาร จึงต้องกลับมาปลูกแบบหมุนเวียน เราถือว่าที่นี่ เป็นเหมือนซูเปอร์มาร์เกต ออกไปตลาดเราเสียเงินซื้อเพียงเกลือ และพริกคั่ว” อาหลา หมี้โปะ ชายร่างสันทัดผิวสีแทน บอกเล่าถึง วิถีอาซาในวันที่ผันเปลี่ยนด้วยรอยยิ้มเปี่ยมสุข

พืชที่ชาวอาซานิยมปลูกกันมากคือ ผัก พริก ถั่ว โดยปลูก ตามรั้วบ้าน หรือบริเวณใกล้แหล่งน้ำ เวลาต้องการผักสดก็เก็บได้ สะดวก

ระหว่างเดินเก็บยอดผักทองที่เลื้อยเกี่ยวพันตามรั้วและ ผักสะระแหน่ หญ้าจุกของหมู่บ้านป่าคาสุใจ บุญม อาของภู ้วย ๕๘ บอกเล่าถึงภูมิปัญญาชาวอาซาเรื่องสมุนไพรจากป่าชุมชน และการเก็บเมล็ดพันธุ์ไว้ใช้ในฤดูกาลเพาะปลูกซึ่งสืบทอดจากรุ่น สู่รุ่น

“เรารักษาพันธุ์พืชเพื่อรักษาอาหาร คราวนี้ทำให้ร่างกายเรา อิ่มท้อง อิ่มใจ”

แสงอาทิตย์ลอดผ่านร่องไม้ไผ่ เพิ่มความสว่างให้แก่ครัวใน บ้าน บุญมเริ่มลงมือทำเมนูลาบสมุนไพรหรือ “ลาบอาซา” ด้วยการ หั่นตะไคร้ ตามด้วยผักชี พริกสด กระเทียม ส่วนกระทะกลมที่มี หมูบดตั้งวางบนเตาถ่านร้อนระอุ เธอหยิบผักสมุนไพรมาปรุงรสด้วย มะนาว พริกคั่ว เกลือ ใส่ลงถ้วยไม้ไผ่ กลิ่นหอมคละคลุ้งมาจากเมนู แสนธรรมชาติที่น้อยคนจะมีโอกาสได้สัมผัส

“ป่าคือชีวิต” คือสิ่งที่ชาวอาซาพยายามสื่อสารแก่ผู้มาเยือน อย่างฉันทตลอดการเดินทางครั้งนี้

พระอาทิตย์เริ่มลาลับดับแสง ขณะที่เสียงเหล่านกบินลัด ขุนเขากลับถิ่นที่พักผ่อนช่วงเวลาลึกลับที่สุดของวัน แต่ทว่าฤดูกาล แห่งชีวิตยังคงดำเนินต่อไปไม่จบสิ้นบนยอดเขาแห่งตอยแม่สลอง เช่นเดียวกับวิถีวัฒนธรรมและอาหารของชาวอาซาที่จะสืบทอดส่งต่อ ไปยังรุ่นลูกหลาน ๓

ปลาน้ำจืด สรรพัตชนิด ปลากระมัง ปลากด ปลาเยี๊ยก ปลาสลัด ร้อย อีกทั้งลูกปลาเล็กปลาน้อยไล่ไปจนถึงแม่ปลาตัวโต ไข่เต็มท้องที่เพิ่งได้จากชาวประมงมาสด ๆ ใหม่ ๆ วางนอนเรียงรายในตลาดสดห้าเชื้อชาติ หรือตลาดสดสังขละบุรี จังหวัดกาญจนบุรี รอให้ชาวบ้านซื้อไปทำกินที่บ้าน ร้านอาหารซื้อไปปรุงเป็นอาหาร หลากเมนูตามรายการแนะนำต้อนรับนักท่องเที่ยว ก่อนที่หน้าตา และรสชาติของต้ม ผัด แกง ทอด อันเย้ายวนชวนน้ำลายสอจะได้รับการปรุงแต่งด้วยตัวอักษรเป็นวีดิโออาหารยอดนิยมบนหน้าจอสี่เหลี่ยมในโลกออนไลน์

กลางปี เมฆฝนตั้งเค้ากลั่นตัวเป็นหยดน้ำโปรยปรายลงมา ไม่ขาดสาย บ่งบอกการเข้าสู่ฤดูอันชุ่มฉ่ำ และเข็มนาฬิกาก็หมุนพาคนจากทั่วสารทิศเดินทางมาท่องเที่ยว ทำงานอาสาฯ สัมผัส ธรรมชาติและวิถีชีวิตหลากหลายวัฒนธรรมของชาวไทย มอญ กะเหรี่ยง ฯลฯ ในโลกจริงริมฝั่งน้ำสุดขอบตะวันตกของประเทศ

ช่วงต้นฤดูฝนของทุกปี ตามลำห้วยสาขารอบเขื่อนเขาแหลม หรือเขื่อนวชิราลงกรณ จังหวัดกาญจนบุรี จะเต็มไปด้วยคนล่าปลา เพราะนอกจากจะเป็นช่วงที่มีปลาชุมชุมแล้ว บรรดาร้านอาหารก็ต้องการปลาปริมาณมากไว้รองรับท้องของเหล่าที่พนักเดินทาง แต่การจับปลาจำนวนมากขนาดนี้ดูจะสวนทางกับประกาศจากกรมประมงว่า “ห้ามล่า” อย่างชัดเจน

จะมีใครอยากปล่อยให้ชุมทรัพย์ตรงหน้าไหลไปกับสายธารา-คว่ำแต่น้ำเหลวกลับบ้าน!



รัศมีลภัส กวีวิจน์



รัศมีลภัส กวีวิจน์, นวพล นวกิจพิพัฒน์

ปลดปล่อยแม่ปลา หน้าน้ำแดง

ก่อนหวังใช้
อาหาร
จะขาดสาย

ปลาตะเพียนตัวใหญ่ไม่ต่ำกว่า ๒ กิโลกรัม
ติดตาข่ายพันรัดแน่น การกิจสำคัญคือการ
ตัดตาข่ายช่วยชีวิตปลาให้เร็วที่สุด



ในน้ำมีปลา ในนามีข้าว

“ในน้ำมีปลา ในนามีข้าว มันเป็นเรื่องธรรมดาในอดีตไปแล้ว”

อำพล ฐาปนพันธ์นิติกุล เลขาธิการมูลนิธิอนุรักษ์ป่า ตะวันตก หัวหน้า “โครงการสนับสนุนงานป้องกันฤดูปลาวางไข่” (Fishery Patrol Reinforcement Project) เอยขึ้นขณะที่เรากำลังนั่งเรือเร็วตรวจการประมงน้ำจืดเขื่อนเขาแหลมหมายเลข ๑๓ ออกจากอำเภอทองผาภูมิมุ่งสู่อำเภอสังขละบุรี จังหวัดกาญจนบุรี

แม้วันนี้จะล้นขอบฟ้าไปแล้วแต่ก็ยังพอมีแสงให้มองเห็นเรือชาวบ้านวิ่งไปบนเวียงน้ำกว้างไกลสุดลูกหูลูกตา กลางผืนน้ำมีแสงไฟสีเขียวบนแพไม้ล่อปลาให้มาติดยอที่ชาวบ้านวางไว้ และหากเพ่งมองไปทางตึนเขาก็จะเห็นบ้านแพเรียงรายอยู่เป็นระยะๆ

“ปลาเป็นแหล่งอาหารที่สำคัญของมนุษยชาติ มีส่วนสร้างอาณาจักรที่ยิ่งใหญ่มาตั้งแต่อดีต อย่างอาณาจักรนครวัดที่มีโดนเลสาบ ประเทศสหรัฐอเมริกา มีหน่วยงานอย่าง Fish and Wildlife Service ซึ่งเขามองว่าปลาเป็นความมั่นคงทางอาหารของชาติที่ได้มีความมั่งคั่งทางอาหาร ที่นั่นก็จะเจริญ”

อำพลปลั่งเสียงแข่งกับเครื่องยนต์เรือและเล่าต่อว่า

“สังขละบุรีเป็นอำเภอเล็กๆ มีรายได้หลักจากการท่องเที่ยวแบบสำรวจสอบถามนักท่องเที่ยวว่ามาเที่ยวสังขละบุรีโปรดปรานอาหารใดมากที่สุด ส่วนมากก็ตอบว่าปลา ปลาจึงเป็นส่วนเสริมธุรกิจท่องเที่ยวที่สำคัญของที่นี่ ซึ่งแต่ละปีมีรายได้จากการท่องเที่ยวนับพันล้าน มาที่นี้คงไม่มีใครอยากกินหมู ใครมาก็อยากกินปลาเขื่อนทั้งนั้น”

อ่างเก็บน้ำของเขื่อนใหญ่แห่งนี้เป็นแหล่งอาศัยของปลานานาพันธุ์ แต่ช่วงไม่กี่ปีหลังมานี้ปริมาณปลากลับลดลงอย่างรวดเร็ว **วิทยา สอนตะโก** หัวหน้ากลุ่มปฏิบัติงานสำนักบริหารจัดการประมงน้ำจืดเขื่อนวชิราลงกรณ ผู้ที่เกิดและเติบโตในพื้นที่ริมแม่น้ำของกาเลีย เคยให้สัมภาษณ์รายการคนมันส์พันธุ์อาสาถึงความเปลี่ยนแปลงของทรัพยากรปลาในเขื่อนเท่าที่เขาสังเกตมาตลอดชีวิตว่า

“แต่ก่อนแม่น้ำปีคี่มีปลาลอดล่าน้ำ ยิ่งช่วงวางไข่ปลาจะชุกชุมมาก ชาวบ้านหากันแบบไม่คิดว่าจะหมด วันหนึ่งหาได้เป็นร้อยกิโลต่อลำ ทั้งซอร์ตทั้งระเบิด ตอนหลังก็มีพ่อแม่พันธุ์ปลามาติดชาย เรารู้ว่าปลาล่าจะหมด แล้วมันก็หมดจริง ๆ”



ส่วนหนึ่งของปลาที่ไม่อาจรอดชีวิต



ลูกครอกหรือลูกปลาชะโดตัวแดงแจ่มใหญ่
ว่ายน้ำเล่นตามแม่ปลาชะโดระหว่างฝนตก



เรือตรวจการประมงน้ำจืด กรมประมง
ระหว่างออกลาดตระเวน
ในอ่างเก็บน้ำเขื่อนวชิราลงกรณ

“ถ้ารักษาปีคลี่ไว้ไม่ได้ ปลาทั้งเขื่อนจะล่มสลาย” คือคำพูดของ **ประเสริฐ มากทรัพย์** อดีตหัวหน้าหน่วยประมง ผู้เป็นแรงบันดาลใจให้อำพลจัดทำโครงการสนับสนุนงานป้องกันฤดูปลาวางไข่ขึ้นในปี ๒๕๕๔ ร่วมกับ “กลุ่มคนอาสาเพื่อแผ่นดิน” ซึ่งเป็นองค์กรอิสระ ศูนย์บริหารจัดการประมงน้ำจืดภาคตะวันตก กรมประมง และ “กลุ่มใบไม้” อาสาสมัครรุ่นใหม่ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยที่เพิ่งเข้ามาร่วมทำงานกับเจ้าหน้าที่เป็นปีแรก

ปีคลี่เป็นแหล่งวางไข่และเพาะพันธุ์ปลาน้ำจืดที่สำคัญเป็นอันดับต้น ๆ ของประเทศ ต้นแม่น้ำปีคลี่ไหลมาจากเทือกเขาทางฝั่งเมืองพญาตองซู ประเทศเมียนมา ก่อนมาบรรจบกับลำน้ำอีกสองสาย คือแม่น้ำของกาเลียและแม่น้ำรันตีที่ไหลมาจากผืนป่าทุ่งใหญ่นเรศวรฝั่งตะวันตก รวมกันเป็นสามประสบตรงบริเวณโบสถ์จมน้ำหรือวัดวังกวีเวการามเดิม ลำน้ำทั้งสามสายช่วยเติมเต็มผืนน้ำ ๒ แสนกว่าไร่ของอ่างเก็บน้ำเขื่อนเขาแหลมซึ่งครอบคลุมพื้นที่ในเขตอำเภอสังขละบุรีไปจนถึงอำเภอทองผาภูมิ ก่อนจะไหลไปรวมกับแม่น้ำแควน้อยลงสู่แม่น้ำแม่กลอง นับว่าเป็นสายน้ำที่หล่อเลี้ยงทั้งชีวิตปลาและปากท้องของคนอีกทอดหนึ่งอย่างแท้จริง

เครื่องมือประมงผิดกฎหมาย เช่น เครื่องขอรตปลา ระเบิด ตามพระราชกำหนดประมงฉบับใหม่ปี ๒๕๕๔ จะมีโทษปรับถึง ๑๐๐,๐๐๐-๑,๐๐๐,๐๐๐ บาท

โครงการสนับสนุนงานป้องกันฤดูปลาวางไข่จึงมีภารกิจหลักสามอย่าง หนึ่ง ประชาสัมพันธ์เพื่อสร้างความเข้าใจกับชาวบ้านรอบเขื่อนเรื่องกฎหมายและความสำคัญของการหลีกเลี่ยงจับปลาในช่วงฤดูวางไข่ สอง การเก็บกู้ตาข่ายและอุปกรณ์ลักลอบจับสัตว์น้ำที่ผิดกฎหมาย และสาม การออกลาดตระเวนป้องปรามการลักลอบจับสัตว์น้ำทั้งเวลากลางวันและกลางคืน เพื่อรักษาแหล่งปลาวางไข่ซึ่งครอบคลุมพื้นที่อ่างเก็บน้ำในเขื่อนศรีนครินทร์และเขื่อนวชิราลงกรณกินระยะเวลาราว ๔ เดือน ตั้งแต่วันที่ ๑๕ พฤษภาคมถึง ๑๕ กันยายนของทุกปี เพื่อให้พ่อแม่พันธุ์ปลาได้ออกไข่ขยายพันธุ์ตามธรรมชาติ

“เป็นโครงการที่บังคับใช้กฎหมายเพื่อประโยชน์อันยั่งยืนในความมั่นคงทางอาหารแก่ชุมชนประมงทั้งสองอำเภอรอบเขื่อน ให้มีปลามากขึ้น ให้มีปลากินตลอดไป นั่นคือหลักการเพื่อชุมชนเอง” อำพลย้ำอีกครั้งด้วยน้ำเสียงและแวตามุ่งมั่น

จังหวะที่ปลาตายไม่ได้ไปวางไข่ อาจคือความ

ยิ่งในช่วง “ฤดูน้ำแดง” ที่น้ำฝนตกชะล้างหน้าดินพัดพาตะกอนและแร่ธาตุลงมาตามสายน้ำ ทำให้น้ำมีสีขุ่นแดงอูมด้วยสารอาหารสำคัญของสัตว์น้ำ สายน้ำที่ไหลแรงช่วยเพิ่มออกซิเจนในน้ำ ขณะที่อุณหภูมิที่ลดลงต่ำเป็นปัจจัยกระตุ้นให้พ่อแม่พันธุ์ปลาและสัตว์น้ำต่าง ๆ ผสมพันธุ์กัน เมื่อแม่ปลาเริ่มตั้งท้องและมีไข่นับล้านรอการฟักตัว แม่ปลาจะคุ้มท้องว่ายทวนกระแสน้ำไปวางไข่ยังต้นน้ำตามเนวิเกเตอร์จากสัญชาตญาณความเป็นแม่ มันจะกะตำแหน่งวางไข่ในจุดที่เหมาะสม

ฤดูน้ำแดงจึงเป็นดังสวรรค์ของเหล่าสัตว์น้ำ และเป็นเวลาทองของชาวประมงน้ำจืดรอบเขื่อน

ตามกฎหมาย การจับปลากินยังชีพนั้นยังคงทำได้ตลอดทั้งปีแม้ในช่วงฤดูน้ำแดง ยกเว้นบริเวณลำน้ำที่ห้ามเด็ดขาดสามแห่งคือบริเวณสันเขื่อน ห้วยบ้านไร่ และห้วยปีคลี่ ซึ่งห้ามล่าตลอดทั้งปี แต่ก็เปิดโอกาสให้จับปลาด้วยเครื่องมือพื้นบ้านที่ไม่ทำลายพันธุ์สัตว์น้ำรุนแรง เช่น เบ็ด (ยกเว้นเบ็ดราว) สวิง ไซ อีจู้ โทง เป็นต้น ผู้ฝ่าฝืนมีโทษปรับตั้งแต่ ๕,๐๐๐-๕๐,๐๐๐ บาท และหากใครใช้


เราโดยสารเรือแล่นฝ่าความมืดมิดยามค่ำคืนชิวโมงกว่า ๆ ก็มาถึงแพของเจ้าหน้าที่บริเวณหน้าเขื่อนพญาตองซู เจ้าหน้าที่และเหล่าสมาชิกกลุ่มใบไม้แยกย้ายกันเก็บของ เตรียมตัวออกปฏิบัติภารกิจอย่างไม่รู้ง่วง แม้เข็มนาฬิกาเดินถึงเลข ๑ ของเช้าวันใหม่

“ถ้าทำได้ คำที่ว่า ‘ในน้ำมีปลา ในนามีข้าว’ ก็จะเป็นจริง” หนุ่มใหญ่ผู้ริเริ่มโครงการกล่าวอย่างมีความหวัง

ตายดักฝืนกลางฤดูฝน

ระหว่างเรือโอดแล่นเหนือท้องน้ำกว้าง เท่าที่ตาเล็ก ๆ ของฉันมองเห็น มีตาข่ายเก่าชำรุดติดซากตอไม้จำนวนมากตลอดลำน้ำ พันจากผิวน้ำปลาอาจรอด แต่สัตว์ผู้ล่าปลาอย่างนกไม่อาจบินผ่านข่ายนั้นไปได้ **โชคนิตี คงขุ่ม** หนุ่มร่างท้วมใจดีวัย ๒๗ ปี หัวหน้ากลุ่มใบไม้ที่พาอาสาสมัครนับ ๑๐ คนมาร่วมงานนี้ เล่าให้ฟังว่าตลอดระยะเวลาที่ทำงานมาพบนกทั้งที่ยังมีชีวิตและซากนกหลายชนิดติดอยู่กับข่ายตะคึดเหล่านั้น


ส่วนได้ผิวน้ำลึกลงไปเกินกว่าตาเห็น เจ้าหน้าที่ใช้ตะกาวซึ่งเป็นเหล็กคล้ายกับสมอเรือโยนลงน้ำเกี่ยวตาข่ายขึ้นมา ทำให้เราพบว่ายังมีตาข่ายอีกหลายร้อยผืนทั้งข่ายเก่าและใหม่ลากยาวจาก



อาสาสมัครปฏิบัติภารกิจช่วยแม่ปลาในยามค่ำคืน
ซึ่งเป็นช่วงที่มีผู้ลักลอบจับสัตว์น้ำมากที่สุด

ล่มสลายของแหล่งอาหารและรายได้ที่สำคัญ

...ของทุกชีวิต



เจ้าหน้าที่กำลังสาวเก็บตาข่ายดักปลา
ที่มีคนลักลอบวางไว้ในช่วงฤดูแม่ปลาวางไข่
ซึ่งเป็นการทำประมงที่ผิดกฎหมาย



ปลาแม่น้ำธรรมชาติใหญ่บ่อย
จากเนื้อวชิราลงกรณวางเรียงรายขาย
ในตลาดสดอำเภอสังขละบุรีตั้งแต่เช้าตรู่

ตลิ่งฝั่งหนึ่งไปยังอีกฝั่งหนึ่ง ซึ่งไม่ใช่แค่แนวเดียว แต่โยงซ้อนกัน
ไปมา ยิ่งกว่าใยแมงมุม ลึกลงไปสองชั้นสามชั้นเพื่อดักปลาทั้งที่หากิน
ผิวน้ำและหน้าดิน

เหล่าอาสาฯ จากกลุ่มไปไม่กว่า ๑๐ คนที่กระจายกำลังไป
ตามเรือต่าง ๆ พร้อมกับเจ้าหน้าที่ซึ่งเป็นนายท้ายเรือ เริ่มสาวชาย
ตะคืดที่มีปลาติดขึ้นมาจำนวนมาก หน้าที่สำคัญคือต้องตัดชายช่วย
ชีวิตปลาให้ไวที่สุด

ตาข่ายถูกสาวขึ้นมาผืนแล้วผืนเล่าอย่างไม่รู้จุดหมาย
ปลายทางว่าจะไปสิ้นสุดที่ต่อหลักไหน

ตลอดระยะเวลาการดำเนินโครงการมากกว่า ๕ ปี ชุดปฏิบัติ
งานเก็บกู้ตาข่ายซึ่งขวางกั้นวงจรชีวิตของปลาตามธรรมชาติในพื้นที่
กว้างใหญ่กว่า ๒ แสนไร่ได้นับหมื่นผืน ซึ่งหากนำชายตะคืดจำนวน
นั้นมาเย็บต่อกันจะได้ระยะทางไป-กลับจากอนุสาวรีย์ชัยสมรภูมิ
ถึงเมืองชายแดนตะวันออกอย่างสังขละบุรีได้เลยทีเดียว

“มีปลาไซ้เต็มท้องถูกตาข่ายรัดแน่น เมื่อเราช่วยปล่อยเขา
สิ่งนี้คือความสำเร็จที่เกิดกับทรัพยากรและเป็นความสำเร็จที่เกิดขึ้น
กับหัวใจเรา” โชคนิธิภอจันอย่างนั้น

จันร่วมลงเรือออกปฏิบัติงาน ทั้งเวลากลางวันที่แดดร้อน
จนสลับผิว บางวันก็ฝนตกหนัก และในเวลากลางคืนที่มีมิดมิดทั้ง

เหน็บหนาวจากลมฝนจนเสื้อแขนยาวสามชั้นแทบทานไม่ไหว แต่
เรามีลมหายใจเป็นเดิมพัน ยิ่งกะตาข่ายปล่อยปลาไวเท่าไร นั้น
หมายถึงปลาตัวต่อไปที่ถูกรัดติดชายมีโอกาสรอดมากขึ้นเท่านั้น

จังหวะที่ฝ่ามือจันสัมผัสท้องเต่งที่เต็มไปด้วยไซ้หลายพัน
ฟองขณะลุ่มแม่ปลากะสูบตัวโตไม่ต่ำกว่า ๒ กิโลกรัมมาวางบนดัก
แล้วรีบคว้ากรรไกรตัดชายตะคืดที่พันตัวปลาแน่นก่อนจะปล่อยปลา
ลงน้ำ จันไม่รู้ว่แม่ปลากะว่ายน้ำทวนน้ำไปถึงที่วางไซ้ให้กำเนิดลูกปลา
ได้หรือไม่ แต่มันคือความสำเร็จที่เกิดขึ้นกับหัวใจอย่างที่เขายกไว้
จริง ๆ

เราช่วยต่อลมหายใจให้เขา ไม่ใช่ในฐานะของพระเจ้าผู้กุม
ชะตาชีวิต แต่ในฐานะเพื่อนที่ยังพึ่งพาอาศัยธรรมชาติร่วมกัน

น้ำแดงที่หลากมาอาจบอกแม่ปลาว่ถึงเวลาให้กำเนิดชีวิต
แต่มันคงไม่รู้ว่เปอร์เซ็นต์ของการเกิดพอ ๆ กับกับมความตาย แม่ปลา
บางตัวอาจต้องหยุดผืนที่จะกลับไปวางไซ้ยังบ้านหลังเดิมกลางฤดูฝน
เมื่อถูกกับดักตาข่ายขวางกั้นไว้

“คนที่ไม่มีอาชีพเสริมเขายังรันอยู่ เพราะถ้าเขาหยุดจับก็
ไม่มีรายได้มาจุนเจือ เขาต้องหาเลี้ยงลูกเลี้ยงเมีย ถ้าผมไม่ได้เลี้ยง
ปลากะซัง ไม่ได้วิ่งเรือรับนักท่องเที่ยว ผมก็ต้องไปจับปลาเหมือน
กัน ขนาดเรายังกระท่อนกระแท่น ระยะ ๔ เดือนนี้คนที่ไม่มีเรือวิ่ง

หาแต่ปลาเป็นหลักจะลำบากนะ แต่ออกไปจับปลาก็เสี่ยงโดนจับ” **บุญเรือง บุญเสน** ชาวประมงสังขละบุรี เจ้าของกระชังปลาคัง และเรือรับจ้างเล่าถึงความเป็นอยู่ของคนหาปลาในช่วงฤดูน้ำแดง ภรรยาของเขา **นางลักษณ์ บุญเสน** เสริมว่า “แต่ก่อนที่ยังไม่ห้ามจับ ช่วงฤดูน้ำแดง คนหาปลาขายได้ถึงหมื่นสองหมื่นบาท พอหมดช่วง น้ำแดงก็หาปลาไม่ค่อยได้แล้ว”

แม้จะเป็นประเด็นที่อ่อนไหวแต่ทั้งสองสามีภรรยาก็ผลัดกัน เล่าเรื่องราวในอดีตให้ฟังอย่างเป็นมิตร พวกเขาหาปลามาตั้งแต่ หลังสร้างเขื่อนใหม่ ๆ ซึ่งคนหาปลามีแต่คนไทย ส่วนคนมอญและ กลุ่มชาติพันธุ์อื่นยังทำไร่อยู่บนเขา จนเมื่อกรมอุทยานแห่งชาติฯ ประกาศพื้นที่เป็นเขตอุทยานฯ ผู้คนบนเขาก็ต้องย้ายลงมาอยู่แพและ หาปลาเป็นอาชีพ คนหาปลาจึงเต็มไปหมด

“ทำไมถึงเลิกจับปลาแล้วมาเลี้ยงปลากระชังแทนคะ?”

“เปลี่ยนมาเลี้ยงเพราะหาปลาลำบาก ไปก็โดนจับ มันไม่คุ้ม” ชายกลางคนผิวคล้ำแดดตลบ ก่อนเล่าต่อว่า “เมื่อก่อนหาปลาเป็น อาชีพ ใครขยันออกก็ได้ ใครขี้เกียจก็ไม่ได้ แล้วกรมประมงเขาก็มา ส่งเสริมการเลี้ยงปลากระชัง ให้พันธุ์ปลามาแต่่น้อย มันไม่พอเลี้ยง หรือเราต้องลงทุนซื้อกันเอง เราเริ่มเลี้ยงปลา มา ๔-๕ ปีแล้ว เพราะหาปลา มันไม่เหลือเก็บ”

“ถ้าใช้แต่อุปกรณ์ที่เขาอนุญาตมันก็หาปลาได้ไม่พอหรอก แต่เลี้ยงปลาก็เสี่ยงนะ อย่างช่วงน้ำแรง ๆ ปีที่สะพานพัง (วันที่ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๕๖) กระชังปลาพังกันเยอะ ปลาหลุดไปเป็นพัน ๆ ตัว เสียเปล่าเลย แล้วไม่มีเงินชดเชย เทศบาลเขาให้พันธุ์ปลาคังมา แต่

เลี้ยงไม่รอด ตายหมด มันเป็นพันธุ์ปลาที่เข้ามา ไม่เหมือนกับที่ เราซื้อตามร้าน” นางลักษณ์สะท้อนปัญหาขณะบ่อนข้าวบดให้หลาน ตัวน้อยวัย ๗ เดือน

เมื่อฝันของคนวางขายถูกดักเสียเอง...

“ลำห้วยไหนที่ปลาขึ้นวางไข่เยอะ ๆ เขาจะปิด อย่างปีคลี่ แต่ให้จับข้างนอกได้ แล้วก็ขยายเขตห้ามจับไปเรื่อย ๆ จนมา กฎหมายใหม่เขาปิดหมดตั้งแต่หน้าเขื่อนถึงท้ายเขื่อน หัวหน้าคนเก่า เคยมีโครงการให้ชาวบ้านไปคุยกับผู้ว่าฯ โดยตรง ไปตกลงกันว่า จะแบ่งเขตให้จับปลายังไง ใช้ข่ายตาห่างเท่าไร แต่พอหัวหน้าย้ายไป โครงการก็หยุด ไม่มีใครสานต่อ” หัวหน้าครอบครัวบุญเสนถ่ายทอด ความทรงจำสีหม่นราวกับท้องฟ้าที่กำลังครีမ်ฝนระหว่างเราคุยกัน

จังหวะที่ปลาหลุดจากข่ายได้ไปวางไข่ อาจทำให้หลายคน มีปลากินไปตลอดปี

จังหวะที่ปลาหลุดจากข่ายได้ไปวางไข่ ไม่รู้ว่าครอบครัว เจ้าของข่ายจะมีโอกาสกินปลาในวันพรุ่งนี้ไหม

จังหวะที่ปลาติดข่ายไม่ได้ไปวางไข่ อาจทำให้หนึ่งครอบครัว อิ่ม แต่หลายครอบครัวอด

จังหวะที่ปลาติดข่ายไม่ได้ไปวางไข่ อาจคือความล้มเหลว ของแหล่งอาหารและรายได้ที่สำคัญ...ของทุกชีวิต

เหมือนฝันที่แขวนบนเส้นตาข่าย ไม่มีความแน่นอน ทั้งปลา คนดักข่าย หรือแม้แต่คนตัดข่าย

คาดเดายากดั่งฟ้าฝน หยดน้ำที่ตกลงมาเติมเต็มผืนน้ำ อาจ คือหยาดน้ำตาที่หลังรินให้กับผืนกลางฤดูฝน...



เมื่อตัดข่ายตะกิดก็ผูกมัดตัวปลา ออกหมด ก็ได้ปล่อยปลาคืนสู่ธรรมชาติ

ตะวันขึ้นที่ฝั่งตะวันตก

จังหวะเวลาของทุกชีวิตมี ๒๔ ชั่วโมงเท่ากันตั้งแต่พระอาทิตย์แอม้หน้าผ่านขอบฟ้าขึ้นมาสบตาให้ความอบอุ่นแล้วลับให้พระจันทร์ทอดแสงนวลตาต่อทั้งคืน

ภารกิจในโครงการนี้ไม่มีกำหนดเวลาแน่นอน บางครั้งทำงานกลางวัน บางคราวทำงานกลางคืน หลายครั้งลากยาวถึงเช้าและตลอดเวลาก็ล่อแหลมสู่มเสี่ยงอันตรายจากอุบัติเหตุหรือการปะทะกับผู้กระทำผิดกฎหมาย หากเป็นหน้าที่โดยตรงคงหลีกเลี่ยงไม่ได้ แต่ถ้าไม่ใช่ แล้วฝันแบบไหนที่รวมอาสาสมัครกลุ่มไปไม่ ๑๐ กว่าคนมาในช่วงฤดูน้ำแดง?

“ทำในสิ่งที่เราทำได้ ณ จุดที่เราอยู่ ด้วยสิ่งที่เรามี”

โชคนิธิ พี่ใหญ่ของกลุ่มไปไม้กล้ารำคำขวัญประจำกลุ่มขึ้นมาก่อนจะเล่าให้ฟังว่า “พี่ ๆ มูลนิธิอนุรักษ์ป่าตะวันตก หน่วยประมงฯ เขาแหลม กลุ่มคนอาสาเพื่อแผ่นดิน พวกเขาคือของแท้ที่ทำงานนี้กันอย่างจริงจัง ส่วนกลุ่มเราเห็นว่าสามารถรวมตัวกันมาช่วยงานเจ้าหน้าที่ และช่วยเผยแพร่โครงการผ่านสื่อสังคมออนไลน์ เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้ไปในตามวัตถุประสงค์ของโครงการ”

ในบทสนทนาเล่าเสียงสายฝนตกกระทบผืนน้ำ ฉันถามถึงความเปลี่ยนแปลงหลังจากเกิดโครงการนี้

“การที่เราเก็บกู้ตาข่าย เปิดโอกาสให้ปลาขึ้นไปวางไข่ได้มาก แปลว่าปริมาณปลาในน้ำมีแนวโน้มมากขึ้น แต่เราไม่ได้เก็บข้อมูลจริงจังที่ปลายทาง แต่อย่างน้อยต้นทางเราเห็น อย่างล่าสุดผมปล่อยปลาตะเพียนตัวใหญ่ ๆ ไข่เต็มท้องและตัวผู้ที่พร้อมจะฉีดน้ำเชื้อ คืนเดียว ๓๐-๔๐ ตัว” คือคำตอบจากประสบการณ์ของเขา ก่อนทิ้งท้ายว่า

“ถ้าเราทำตรงนี้ได้สำเร็จจะเป็นต้นแบบของที่อื่น อย่าคิดว่าทำไม่ได้ ถ้าอยากเห็นความยั่งยืนก็ต้องทำ เราเริ่มจากคนไม่กี่คนทุกคนเองงานเป็นที่ตั้ง งานอนุรักษ์เป็นงานที่ทำไม่มีวันจบ การสร้างสำนึกคนรุ่นใหม่เป็นสิ่งจำเป็น”

ต่อคำถามเดิมกับอำพล หัวหน้าโครงการสนับสนุนงานป้องกันฤดูปลาวางไข่ที่ดำเนินงานมาหลายปี

“เราพบว่าตัวเลขจากสะพานปลาทั้งสองอำเภอเพิ่มขึ้น ๓ ปีที่ผ่านมาปลาตะเพียนขึ้นเป็น ๑๐ ตัน ตัวเลขนี้ไม่เคยมีมาก่อนในรอบ ๑๐ ปี ปีที่แล้วเราเจอปลากา ๑๐ กิโลกรัม ไข่ออกไปแล้วนะ แล้วยังเจอพันธุ์ปลาที่ไม่เคยเห็นมานานอย่างปลาสร้อยน้ำเงิน ปลากระแห ปลาเนื้ออ่อน และจากการสังเกตของเจ้าหน้าที่หรือจากชาวบ้านที่เราไปพูดคุยก็เห็นตรงกันว่าพบปลามากขึ้น นี่เป็นข้อมูลแวดล้อม ไม่ใช่งานวิจัย แต่ก็พอชี้คร่าว ๆ ว่าหลังโครงการดำเนินงานมาจำนวนประชากรปลาเพิ่มขึ้น” เขาตอบอย่างภูมิใจ

“จริง ๆ ชาวบ้านที่เห็นด้วยก็มีเยอะ คอยเป็นหูเป็นตาเป็นสายข่าวให้เรา คนที่โทร.บอกเราก็คือคนที่เห็นว่าการขอรืตปลาเป็นการทำประมงที่ไม่ยั่งยืน” **ไพรัตน์ อ่อนจันทร์** เจ้าหน้าที่ประมง นายท้ายเรือกล่าวขึ้นก่อนส่งสัญญาณให้ทุกคนในเรื่องเงียบเสียง

เราแอบซุ่มบริเวณปากลำน้ำเสียบ ๆ เพื่อรอผู้ลักลอบจับปลาอย่างผิดกฎหมายนานหลายชั่วโมง ฉันนั่งหนาวหลับ ๆ ตื่น ๆ ระหว่างเจ้าหน้าที่เฝ้าสอดส่องสายตาด้วยความตึงเครียดและกลุ่มหมอกที่เริ่มลงหนาตาถึงเกิดความรู้สึกเคลื่อนไหวผิดปรกติในลำน้ำ

แล้วในเวลาเช้ามืดของวันใหม่ก็มีเรือลำหนึ่งแล่นมา ไพรัตน์ สตาร์ทเครื่องและรีบเร่งเรือมุ่งหน้าเข้าหาเรือลำนั้น ฉันรู้สึกตื่นเต้นและหายใจหอบถี่ รู้สึกเหมือนอยู่ในภาพยนตร์สายลับ

เขาสอบถามชายหนุ่มบนเรือว่ามาทำอะไร ชายหนุ่มตอบว่ามาตีคนแต่ไม่ได้สักตัว บนเรือปูเสื่อเรียบ ๆ ไว้ตักหรืออุกรณ์ตีคนใด ๆ แน่แน่นอนว่าเขาไม่ได้มาตีคนตอนตี ๔ แต่เมื่อไม่มีหลักฐานเอาผิดก็ต้องปล่อยไป เหตุการณ์ทำนองเดียวกัน บางคืนเจ้าหน้าที่อาจเจอปลาชะโดตัวละเกือบ ๑๐ กิโลกรัมช้อนไว้ได้เสื่อ บางคืนเจอลูกปลาชะโดแดงแจ่มร้อย ๆ ตัวในถังใหญ่ เมื่อเจอของกลางเจ้าหน้าที่ต้องยึดปลาไว้ ส่วนชาวบ้าน เจ้าหน้าที่เลือกที่จะตักเตือนและปล่อยให้กลับบ้านแม้จะสามารถจับส่งดำเนินคดี

.....

คืนสุดท้ายของกลุ่มอาสาสมัคร หลังกลับจากปฏิบัติงานไกลข้ามเขตอำเภอนานข้ามวันข้ามคืน อำพลเล่าเรื่องอย่างตื่นเต้นถึงการไปเห็นกับตาตัวเองครั้งแรกในการทำงานมาหลายปีว่าปลาที่แกะจากชายและปล่อยลงน้ำนั้นวิ่งไปจนถึงที่วางไข่จริง ๆ เพราะหลังจากปล่อยปลาแล้วเขาได้เดินทวนน้ำไปตามทิศทางที่ปลาวางไข่ขึ้นไปตามลำห้วยเล็ก ๆ บริเวณต้นน้ำ และเห็นฝูงปลาที่มีรอยแผลถลอกว่ายหายเข้าไปในกอหญ้าริมน้ำซึ่งเป็นจุดที่ปลามักใช้เป็นที่วางไข่

“ถือเป็นรางวัลของการทำงานเลย ถ้าวันนี้ไม่ไปเก็บชายจะเสียหายขนาดไหน ชายเต็มปากอ่าวไปหมด ไม่มีทางที่ปลาจะขึ้นไปต้นน้ำได้เลย”

แววตาประกายเปี่ยมด้วยความหวังของคนทำงานที่ได้เป็นประจักษ์พยานกับตาว่าปลาที่ปล่อยกับมือจะได้วางไข่และให้กำเนิดลูกปลาอีกนับล้านชีวิต ซึ่งจะเติบโตต่อไปตามวงจรธรรมชาติ เป็นทรัพยากรต้นทุนที่สำคัญของชาวบ้านรอบอ่างเก็บน้ำเขื่อนเขาแหลมเป็นอาหารในจานส่งกลิ่นหอมยั่วลิ้น เป็นเงินตราใช้ยังชีพเลี้ยงปากท้อง และหมุนเวียนธุรกิจการท่องเที่ยวที่จะยังคงมีปลามาเติมเต็ม

ฉันนึกถึงเช้าวันใหม่วันหนึ่ง วันที่ล่องไปกลางผืนน้ำกว้างและหมอกขาวจาง ต่อไม้ที่โผล่พ้นน้ำเป็นระยะ ๆ กับบรรยากาศอิมคริมชวณสิ้นหวัง เสียงเหงาวังเวง แต่ไม่นานท้องฟ้าก็ค่อย ๆ สาดแสงสว่างเผยความงดงามของธรรมชาติเบื้องหน้า ราวกับเป็นสัญญาณของความหวังใหม่ เช่นเดียวกับ “โครงการสนับสนุนงานป้องกันฤดูปลาวางไข่” ในน่านน้ำฝั่งตะวันตกที่กำลังช่วยต่อชีวิตคนและปลา

ฉันเห็นพระอาทิตย์ขึ้นทางฝั่งตะวันตก สวยงามเกินกว่าจะบรรยาย... ๓



อาสาสมัครกลุ่มใบไม้ กลุ่มคนอาสาเพื่อแผ่นดิน และเจ้าหน้าที่กรมประมง กำลังนั่งวางแผนปฏิบัติการจับก๊วยต่ายดักปลาแมงจะเป็นเวลาเย็นค่ำคืนแล้ว

ขอขอบคุณ

พี่ริน-อำพล สุภาพพันธ์นิติกุล เลขาธิการมูลนิธิอนุรักษ์ป่าตะวันตก
น้าป้อม-วิทย์ยา สอนตะโก หัวหน้ากลุ่มปฏิบัติงานสำนักบริหารจัดการ
ประมงน้ำจืดเขื่อนวชิราลงกรณ์

น้ายา-ไชยา แถวเที่ยง สมาชิกกลุ่มอาสาเพื่อแผ่นดิน

น้าเชียด-ไพรัตน์ อ่อนจันทร์ เจ้าหน้าที่กรมประมง

น้าเริง-ธนากร แม่เอี๋ยรทอง เจ้าหน้าที่กรมประมง

หมวดหนอง-สนอง ปันตุรงค์ เจ้าหน้าที่กองร้อยตำรวจตระเวนชายแดน

ที่ ๑๓๔ อำเภอดงขลับบุรี

พี่แก่ง-โชคนิธิ คงชุม หัวหน้ากลุ่มใบไม้

บุญเรือง บุญเสน ชาวประมงดงขลับบุรี

นงลักษณ์ บุญเสน ชาวประมงดงขลับบุรี

กลุ่มใบไม้

เพจ Nature Toon การ์ตูนสื่อความหมายธรรมชาติ

รายการคนมันส์พันธุ์อาสา

SeubNews

บทความ “สิ้นมัจฉาในบึงลี่ ก็สิ้นนที ๓ ประสบ”

และแหล่งข้อมูลทุกอย่างที่ไม่ได้กล่าวถึง ณ ที่นี้



แมลงหลากหลายชนิดที่ทอดเรียบร้อยแล้ว
จัดวางเรียงรายอยู่ในถาดพร้อมขาย ทั้งตั๊กแตน
แมงป่อง บั๊ว หนอนไหม หนอนไม้ไผ่ ฯลฯ



เด็ดปีกแมลง

สะท้อนถึง
ดวงดาว

✎ ดุสิต ระเบียบบานวิรุรักษ์

📺 พิรพัฒน์ จารุสมบัติ

“จู่ๆ อย่างอย่างแรงแสดงหลาย มันสีหนีเบ็ด”

พ่อกระซิบแผ่วเบามาจากด้านหน้าลูกชาย สองคนต่างวัย อันมีสายเลือดสัมพันธ์กำลังย่องกริบเรียงเดี่ยวไปตามคั่นนาและขึ้นที่แซมด้วยวัชพืชระบัดแข่งต้นกล้า ท้องฟุ้งเขียวไสวตัดกับเนินดินสีถ่านยิ่งกระจ่างชัดขึ้นหลังจากม่านตาชินชากับความมืดในคืนที่แสงจันทร์นวลสว่างราวกับตะเกียงเจ้าพายุแขวนไว้บนก้อนเมฆสายลมแห่งที่ราบสูงแม้ระลอกเล็กแผ่วผ่านก็ส่งผลต่อร่างกายสัตว์เลือดอุ่นให้หนาวสะท้านอยู่ไม่น้อย

ฉิบ! เสียงวัตถุมีคมโดยแรงคนส่งให้มันปักเข้าดินนิ่มและเสียงหรีดที่ระงมแซ่เจียบกริบลงทันที จิโปมหรือจิ้งโง่รงตัวหนึ่งก็แข็งที่ออกรากับทำใจยอมรับความตายโดยดูษณี

“เป็นหยิ่งมันคือบดิงละพ่อ” เจ้าของชื่อเรียกบักห่าน้อยกระซิบถามผู้พ่อขณะที่สองมือตะครุบแมลงเคราะห์ร้ายอันจะกลายเป็นอาหารโอชะในไม่ช้า

“กะย่อนเฮาเฮาเสียมปิดคู่มันเด้ มันกะลี้ไปไสบได้” ผู้ร้านวิชาหากินกับทุ่งนาป่าเขาอธิบายให้ลูกชายฟัง

เด็กน้อยไม่ตอบสิ่งใด จับแมลงจิโปมหยอดใส่ขวดพลาสติกใสแล้วออกแรงดึงเสียมที่ปิดทับทางเข้ารังนอนของมัน แบกอาวุธชวานาขึ้นบ่าย่องกริบตามพ่อหาเหยื่อตัวเล็กในค่ำคืนนี้ต่อไป

ความจริงแล้วเขารู้สึกสงสัยในวิธีจับแมลงซึ่งต่างจากทุกครั้งที่เคยหยอดน้ำลวงแมลงให้จิชอน จิโปม จิหรีด ไต่หนีน้ำออกมาให้จับโดยง่าย

อย่างไรก็แล้วแต่เขาคิดถึงวงกับข้าวในค่ำคืนนี้เป็นที่สุด มันจะมีอาหารจานโปรดจากน้ำพักน้ำแรงของเขาและพ่อเพิ่มขึ้นมาอีกหนึ่งเมนู ป่านนี้ถ่านในเตาที่ค้ำยันคะยอให้แม่ก่อไว้คงคุแดงรอเขาอยู่แน่แล้ว

หลายคนคิดว่าแมลงไม่น่าจะเป็นอาหาร
แต่โปรตีนจากแมลงเทียบเท่ากับเนื้อหมูเนื้อไก่



๑

หมูนเสริมมาฟิกาย้อนไปสมัยที่มนุษย์ชาติยังใช้การแลกเปลี่ยนสิ่งของ ความชาญฉลาดของบรรพบุรุษเริ่มต้นจากการสังเกตเริ่มต้นจากตรงไหน? เริ่มจากสังเกตสัตว์เลี้ยงเช่นไก่ ที่ไม่ได้กินแค่พืชพรรณธัญญาหาร แต่กินแมลงซึ่งเป็นศัตรูตัวฉกาจของมนุษย์

เมื่อพูดถึงสัตว์ตัวเล็กมากขามันอาจฟังมาด้วยคำว่ายายนะ เพราะแมลงเป็นพาหะนำโรค อาหารของมันคือพืชไร่ชาวสวน แม้กระทั่งแมลงชนิดมีปีกยังสร้างความรำคาญใจให้มนุษย์ด้วยเสียงหรือจากการกระพือปีกของมัน จนใคร ๆ ต่างเบือนหน้าหนีหรืออยากกำจัดให้พ้นไปเสีย

ไก่และมนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิต ไก่กินแมลงได้ ดังนั้นมนุษย์จึงกินแมลงได้ (อย่างดีเสียด้วย)

วัฒนธรรมการกินแมลงไม่ได้จำกัดอยู่ในประเทศใดหรือทวีปใดเป็นพิเศษ เพราะมีหลากหลายชนชาตินิยมบริโภค เช่น คนบราซิลชอบกินมดชนิดหนึ่งอันเป็นวัฒนธรรมที่สืบทอดกันมานานในแถบอเมริกาใต้ ส่วนคนในแถบแอฟริกา นิยมกินปลวกและตั๊กแตน เพราะอุดมด้วยโปรตีนช่วยทดแทนเนื้อสัตว์ที่หายากกว่า และประเทศที่เราจับวัฒนธรรมทางดนตรีอย่างเกาหลีก็เป็นอีกหนึ่งดินแดนที่ชมชอบการกินดักแด่ใหม่

ส่วนประเทศไทยพบแมลงกินได้หลายสิบชนิด แต่เห็นผ่านตากันบ่อย ๆ ราว ๒๐ ชนิด เช่น จิ้งหรีด (ประกอบด้วยสี่สายพันธุ์ ได้แก่ จิ้งโกร่ง จิ้งหรีดทองดำ จิ้งหรีดทองแดง จิ้งหรีดทองลาย) แมลงกระซอน แมงมัน แมลงจิ้งหูน แมลงกูดจี่ ตั๊กแตน จักจั่น หนอนไม้ไผ่ ไชมัดแดง ผีเสื้อ ต่อ แมลงดานา แมลงตับเต่า หนอนไหม และอีกสารพัดแมลงที่ยืนยันความอุดมสมบูรณ์ ณ ส่วนเสี้ยวดินแดนสุวรรณภูมิรูปด้ามขวานแห่งนี้ว่า ในน้ำไม่ได้มีแค่ปลา ในนาไม่ได้มีแค่ข้าว แต่สมบูรณ์พร้อมด้วยสัตว์ตัวเล็กมากขาที่ครั้งหนึ่งเคยเป็นส่วนเกินในสารบบอาหารการกินของมนุษย์

“ฝรั่งเขากินแมลงทอดกันบ้างไหมปะ”

ดูเหมือนผมจะเริ่มด้วยข้อสงสัยแบบห้วน ๆ หากแต่มันตรงกับบริบทที่ปรากฏอยู่ขณะนี้ ฝรั่ง จีน แวก นับ ๑๐ คนในตรอกข้าวสาร (ถนนข้าวสาร) กำลังมุ่งดูเหล่าแมลงทอดสีทองแดงกองเกลือเนาะด้วยความสงสัย มันคืออะไร? กินได้จริงหรือ? รสชาติเป็นอย่างไรหนอ? คำถามที่วนอยู่ในความคิดไม่มีทางถูกไขให้กระจ่างได้ดีไปกว่าการลองชิม แน่ละคงต้องรอให้ใครสักคนเป็นผู้ทดลองรายแรก นี่คือการสนุกของนักท่องเที่ยวต่างแดนผู้ไม่เคยลิ้มลองรสชาติของสัตว์ตัวเล็กจ้อยพวกนี้

“ก็มีกินกันบ้างพอๆ กับคนไทยนะ แต่ส่วนใหญ่ชอบถ่ายรูปมากกว่า” **ทองประกาย ไชยตะมาตย์** หรือ ป้าเตย สาวรุ่นใหญ่ใจดีตอบพลางตักแมลงทอดขายให้ลูกค้าฝรั่ง

หลอดไฟสีส้มทรงเปลวเทียนคว่ำขนาดเล็กสองดวงทำหน้าที่ส่องสว่างอย่างแข็งขันไม่ต่างจากนายของมัน แมลงทอดยออดีตติดปากขาประจำ และสะดุดตาชาวจรดในแสงไฟ ได้รับการจัดเรียงบนถาดแยกกันอย่างเป็นระเบียบ นอกจากแมลงทอดที่เห็นได้ทั่วไปแล้วยังมีแมงป่องและบั้งที่ดูจะเป็นตัวชูโรงของป้าเตย

“เอาสิ ลองดู” เจ้าของคำพูดเมื่อสักครู่หยิบแมงป่องเสียบไม้พร้อมขายขึ้นมาพ่นพ็อกก็ขอสปรูจรส เคลล่าด้วยพริกไทยป่น แทบตั้งตัวไม่ทันกับสัตว์มีพิษชนิดนี้ที่ปะกันด้วยความบังเอิญครั้งใดก็ต้องขนพองสยองเกล้าทุกครั้ง แต่มาคราวนี้ระบบห่วงโซ่อาหารได้พิสูจน์แล้วว่าใครหมูใครจ๋า

สัตว์ใหญ่ต้องใช้ ทรัพยากรมาก แต่ สัดส่วนปริมาณเนื้อที่ได้รับ เมื่อเทียบกับแมลงแล้ว ดูจะไม่คุ้มค่าเท่าไร

แม้ว่าแมงป่องทอดนั้นดูไม่น่าอภิรมย์ลิ้มเท่าใดนัก แต่จุดขายที่ผันเป็นรายได้คือความแปลกของสินค้าเสียบไม้เนื้อเอง เนื่องจากปัจจุบันแมงป่องหนึ่งตัวทำราคาได้ถึง ๑๐๐-๑๕๐ บาทเมื่อขายชาวต่างชาติ หากราคานั้นดูน่าสนใจแล้ว ย้อนกลับไป ๔-๕ ปีก่อน เจ้าแปดขาทางอนเคยมีค่าตัวแลกกับธนบัตรสีม่วงได้สบาย

ส่วนบั้งหรือแมงมุมยักษ์ที่มักอาศัยอยู่ในรูก็ถูกไล่ให้มาอยู่ในเมนูอาหารแปลกเช่นเดียวกัน เจ้ามังกรดำภาคพื้นดินชนิดนี้เป็นที่นิยมในกัมพูชา และกลายมาเป็นอาหารแปลกที่กัว๊กมือเรียกนักชิมจากทั่วโลกให้เดินทางมาลิ้มลองจนเกิดเป็นอาชีพสร้างรายได้ให้ชาวกัมพูชาหลายชั่วคน

นอกจากขายหน้าร้านก็มักมีเพื่อนของป้าซื้อแพ็คเกจใส่กล่องไปขายด้วย แม้แมลงบางชนิดจะถูกเด็ดปีกบินไม่ได้แต่มักก็ข้ามน้ำข้ามทะเลไปไกลถึงเมืองมิลานด้วยการขนส่งทางอากาศ ความคุ้มค่าราคาดีเป็นมูลค่าสูงขึ้นสองสามเท่าตัวเลยทีเดียว

“พวกองค์กรระดับโลกเดี๋ยวนี้เขาหันมารณรงค์ให้กินแมลงแล้วนะป้า ป้ารู้ไหม” ผมหมายถึงองค์กรที่มีชื่อโครงการภาษาอังกฤษแสนซับซ้อนเกินกว่าจะนำมาพูดกันแบบบ้านๆ

“เหอห มั่นว่ายังไงบ้างละ” สาวรุ่นใหญ่ถามกลับขณะใช้ช้อน

อะลูมิเนียมมันวาวโกยแมลงทอดตัวจ๋อยให้นอนเป็นระเบียบในถาดองค์กรที่ว่าอาจอยู่ไกลสุดขอบโลก แต่แมลงใกล้ตัวมากพอที่หยิบเคี้ยวเข้าปากได้ในขณะนี้ ผมเริ่มเล่าให้ฟังคร่าวๆ ราวหลานคุยกับป้า หรืออาจมีใครสักคนได้ยินบทสนทนาไปด้วย...

จากข้อมูลของเว็บไซต์ economist เปรียบเทียบสัตว์ที่มนุษย์บริโภค ได้แก่ วัว หมู ไก่ และจิ้งหรีด พบว่าปริมาณอาหารที่ใช้เลี้ยงสัตว์เพื่อให้ได้เนื้อ ๑ กิโลกรัมที่เหมาะสมต่อการบริโภคของมนุษย์คือ วัวใช้อาหาร ๙.๓ กิโลกรัม รองลงมาคือหมูใช้อาหาร ๔.๒ กิโลกรัม ไก่ใช้อาหาร ๒ กิโลกรัม และจิ้งหรีดใช้อาหารแค่ ๑.๒ กิโลกรัมเท่านั้น

ส่วนสัดส่วนปริมาณเนื้อที่กินได้ของสัตว์ทั้งตัว (รวมกระดูกและเครื่องในซึ่งหลายชาติไม่นิยมบริโภค) วัวมีเนื้อที่กินได้ ๔๐ เปอร์เซ็นต์ หมูและไก่มีเนื้อที่กินได้เท่ากัน ๕๕ เปอร์เซ็นต์ และจิ้งหรีดแทบกินได้ทุกส่วนคือ ๙๐ เปอร์เซ็นต์

จะเห็นได้ว่าสัตว์ขนาดใหญ่ต้องใช้ทรัพยากรอย่างมาก แต่สัดส่วนปริมาณเนื้อที่ได้รับเพื่อเป็นอาหารนั้นเมื่อเทียบกับแมลงอย่างจิ้งหรีดแล้วดูจะไม่คุ้มค่าเท่าไรนัก ยังไม่รวมเรื่องของระยะเวลาและพื้นที่เลี้ยง เพราะเพียงแค่ ๑ เดือนเศษเราก็จับแมลงมาบริโภคได้แล้วโดยไม่ต้องใช้ทุ่งโล่งกว้างหรือโรงเรือนขนาดใหญ่ และสิ่งสำคัญคือการเลี้ยงสัตว์ใหญ่ทำให้เกิดการปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ปริมาณมากซึ่งเป็นสาเหตุของภาวะเรือนกระจก

การบรรยายต้องรองรับลงชั่วคราว ด้วยละอองฟุ้งบางของสายน้ำจากฟ้า หมูเมฆทะเลเริ่มกลั่นเม็ดฝนให้ใหญ่ขึ้นตามลำดับ ป้าเตยหยิบแผ่นยางใส่ขนาดราวสี่ปุนนอนจากช่องเก็บของในรถเข็นคลี่คลุมรถบดไม่ให้ละอองฝนสาดกระเซ็นโดนเหล่าแมลงตัวจ๋อยอาหารที่หลายคนอาจร้องยี้เปื้อนหน้าหนี แต่สำหรับแม้อ้าคนนี้แมลงทอดในถาดคือไซในหิน

เมื่อสายน้ำที่เทจากฟ้าเริ่มซาลงบ้าง ตรอกเล็ก ๆ แห่งนี้ก็แน่นไปด้วยผู้คนหลากหลายชาติตามที่เคยเป็น ชายคนหนึ่งวิ่งฝ่าละอองฝนเข้ามาคุยกับป้าเตย แลกเปลี่ยนธนบัตรทองเงินเป็นค่าบั้ง นั่นคือค่าบั้งที่ป้าเตยจ้างคนกัมพูชาจับมาให้ นอกจากนี้ยังมีแมงป่องอีกหนึ่งชนิด ส่วนแมลงอื่นๆ เช่น ตั๊กแตน สะดิง (จิ้งหรีดทองลาย) จิ้งหรีด หนอนไหม เขียด สามารถเพาะพันธุ์ได้ ทำให้มีปริมาณเพียงพอต่อความต้องการของท้องตลาด ป้าเตยซื้อแมลงตามตลาดสดเพราะเป็นเพียงผู้ขายรายย่อย ไม่จำเป็นต้องซื้อส่งจำนวนมากๆ บางครั้งหากแมลงไม่พอก็จะหาซื้อเพิ่มที่ห้างสรรพสินค้าแห่งหนึ่งในโซนอาหารป่า

นี่เป็นข้อมูลใหม่สำหรับผม เพิ่งรู้ว่าแมลงตัวเล็ก ๆ ดูจะไม่เป็นที่นิยมกลับเป็นสินค้าขึ้นห้างไปเสียแล้ว



๓

ตลาดสดใน กทม. คงมีจำนวนนับไม่ถ้วนเหมือนแมลงในกระบุง แต่แหล่งขายแมลงใจกลางเมืองมีอยู่ไม่กี่แห่ง หนึ่งในนั้นคงหนีไม่พ้นตลาดคลองเตย

ด้วยเนื้อที่กว่า ๑๐ ไร่ แผงค้าขายนับพันแบ่งเป็นโซนต่าง ๆ โดยแมลงอยู่ในโซนตลาดลาว แม้มีไม่กี่เจ้าแต่ก็ถือว่าเพียงพอต่อความต้องการ

แผงของพี่โก๋มีแมลงสดจากฟาร์มและแช่แข็งจากห้องเย็นวางขายเต็มถาด แมลงขายดีที่สุดในคงหนีไม่พ้นด้งแต่ใหม่ ลูกค้าทั้งชาวजरและชาวประจําซื้อครั้งละไม่กี่ชั่งสองชั่ง แต่เป็นหลักกิโลกรัม เรื่องรสชาติอาจเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ผู้นิยมกินแมลงติดใจ แต่แม่ค้าแมลงหลายคนบอกกับผมเป็นเสียงเดียวกันว่า มันเกิดจากกระแสข่าวกินด้งแต่ใหม่เท่ากับกินไวอะกร้า (Viagra)

ครั้งแรกที่ผมได้ยินก็คิดเพียงว่าคงเป็นความเชื่อที่ส่งต่อกันมา แต่หลังจากค้นข้อมูลปรากฏว่ากลับอยู่ในงานวิจัย โดยช่วงต้นปี (๒๕๕๙) ที่ผ่านมา วิโรจน์ แก้วเรือง ผู้เชี่ยวชาญกรมหม่อน-

ไหม ร่วมกับ ผศ. ดร. สมชาย จอมดวง คณะอุตสาหกรรมเกษตร รศ. ดร. ปรัชญา วงศ์วีเลิศ และ ดร. ณัฐชัย ดวงนิล อาจารย์ภาควิชาเคมี คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ร่วมกันศึกษาวิจัยโดยสกัดสารในตัวด้งแต่ใหม่พันธุ์พื้นบ้านของไทยสองสายพันธุ์ ได้แก่ พันธุ์นางน้อยศรีสะเกษ-๑ และพันธุ์เหลืองสุรินทร์ ปรากฏว่ามีสารออกฤทธิ์ที่มีผลต่อร่างกาย เรียกว่าสารซิลเดนาฟิล (sildenafil) หรือที่เรารู้จักกันในชื่อไวอะกร้า ผลการทดลองคือหนอนไหม ๒๒ ตัว เทียบเท่ากับไวอะกร้า ๑๐๐ มิลลิกรัม ซึ่งสารชนิดนี้จะออกฤทธิ์ช่วยขยายหลอดเลือดเมื่อมีสิ่งเร้ามากระตุ้นโดยเฉพาะเพศชาย อย่างที่เราเข้าใจตรงกันว่ามันจะช่วยเสริมสมรรถภาพทางเพศนั่นเอง

...ขอตัวซื้อด้งแต่ใหม่สักคู่นะครับ

หน้าร้านขายแมลงแผงเล็ก ๆ แห่งนี้มีผู้มาเยือนไม่ขาดสายบ้างหยิบเลือกอย่างคล่องแคล่ว บ้างก็หยุดคิดราวกับถามตัวเองว่าเย็นนี้จะทำเมนูอะไรดี คุณยายท่านหนึ่งเดินมาเลือกตั๊กแตนเขียว ลูกค้าวัยเกษียณรายนี้บอกว่ามาซื้อแมลงบ่อเพราะชอบกิน ส่วนวิธีทำนั้นแค่นำแมลงไปล้างน้ำให้สะอาดแล้วทอดกับน้ำมัน ใส่ใบมะกรูดเพิ่มความหอม จากนั้นต้กแมลงขึ้นสะเด็ดน้ำมันโรยเกลือนิดหน่อย จะกินเล่นหรือกินกับข้าวก็เพลินไม่น้อย



การแปรรูปแมลง แบ่งเป็นสองกลุ่มใหญ่ๆ คือ การแปรรูปโปรตีน ในแมลง และการ แปรรูปสารอิสตาบิน

เพื่อรักษาสภาพความสดใหม่
แมลงจะถูกแช่น้ำแข็งไว้ก่อนมีคนซื้อไปทอด
เป็นอาหาร

ดูแล้วช่างง่ายแสนง่าย ชวนให้นึกถึงอาหารฝรั่งแซ่แข็ง เช่น เฟรนช์ฟรายที่มักพบตามห้างสรรพสินค้าหลากหลายยี่ห้อ หากในอนาคตแมลงเป็นที่นิยม ไม่ว่าจะงานเลี้ยง งานปาร์ตี้ ก็คงล้มหลามไปด้วยสารพัดเมนูแมลงทอดอย่างแน่นอน

ฟิโก้ให้ข้อมูลว่าแมลงแพ็กถุงแช่เย็นนั้นมีขาย ส่วนใหญ่ทำใส่ถุงขนาด ๑ กิโลกรัม สามารถเก็บไว้นานหลายเดือน

แมลงที่เราเลือกหากินได้ทั้งปีเกิดจากการสต็อกเก็บไว้ต่างหาก บางชนิดไม่ได้มีทั้งปี โดยตลาดใหญ่ที่มีห้องเย็นเก็บแมลงคือตลาดไท

พ่อค้ารายใหญ่จะไปรับแมลงมาจากจังหวัดสระแก้ว ซึ่งถือว่าเป็นตลาดค้าแมลงที่ใหญ่ที่สุดในประเทศไทย ทั้งคนขายและคนซื้อ ทั้งคนไทยและเพื่อนบ้าน จะมารวมตัวแลกเปลี่ยนเงินกับแมลงกันที่ตลาดโรงเกลือ จากฟาร์มเพาะพันธุ์ผู้ตลาดแมลงผ่านการแช่แข็ง เก็บเข้าห้องเย็น และขนส่งสินค้ากระจายไปทั่วประเทศให้แก่พ่อค้าแม่ค้าแมลงทอด หรือเกษตรกรที่นำแมลงไปเป็นอาหารเลี้ยงปศุสัตว์ เช่น ปลาหรือนก ก็ต้องพึ่งโปรตีนเช่นกัน นอกจากนี้ยังเป็นอาหารของคนแล้วแมลงยังเป็นอาหารของสัตว์ด้วย แต่ตามความจริงต้องบอกว่าเราเองนั่นแหละที่เรารู้พฤติกรรมการกินแมลงของสัตว์พัฒนาปรับปรุงรสชาติ เดิมแต่ตั้งสีสันตามแบบฉบับสิ่งมีชีวิตที่มีอารยะ

นอกจากเรื่องรสชาติแล้วแมลงยังมีสารอาหารที่มีคุณค่า ลองดูข้อมูลคุณค่าทางอาหารของแมลงจากสำนักโภชนาการกระทรวงสาธารณสุข เมื่อเทียบกับเนื้อสัตว์ชนิดอื่นแล้วแตกต่างกันมากน้อยเพียงใด



แมลงทอดในน้ำมันที่กำลังเดือดได้ที่
ส่งกลิ่นหอมชวนกิน



โปรตีนในแมลงทุกชนิด ยกเว้นหนอนไม้ไผ่ มีปริมาณเทียบเท่ากับโปรตีนในเนื้อหมู เนื้อไก่ เนื้อวัว และไข่ไก่ โดยด้กแตนปาทังกา มีปริมาณโปรตีนสูงที่สุดคือ ๒๗.๖ กรัมต่อน้ำหนักสด ๑๐๐ กรัม ส่วนด้กแต่ใหม่มีส่วนประกอบของกรดอะมิโนจำเป็นสูงที่สุดคือ ๑๐๐ มิลลิกรัมต่อน้ำหนักสด ๑๐๐ กรัม นับว่าเป็นโปรตีนที่มีคุณภาพดีมาก รองลงมาคือหนอนไม้ไผ่และจิ้งหรีด



นอกจากจะได้รับความสนใจเรื่องรสชาติแล้ว
แมลงทอดยังเป็นที่ยอมรับถ่ายภาพเผยแพร่
ในสื่อโซเชียลมีเดีย แสดงถึงความแปลกใหม่
และความน่าตื่นตาตื่นใจรับประทาน

ส่วนปริมาณคอแลสเตอรอลที่หลายคนกังวล พบว่าจิ้งหรีดมีมากที่สุดคือ ๑๐๕ มิลลิกรัมต่อน้ำหนักสด ๑๐๐ กรัม เท่ากับปริมาณคอแลสเตอรอลในน่องไก่ รองลงมาคือแมงป่องมีคอแลสเตอรอล ๘๗ มิลลิกรัมเท่ากับหนังไก่ และตุ๊กแต่นปาทังกามีปริมาณคอแลสเตอรอล ๖๖ มิลลิกรัมอยู่ในระดับเดียวกับขามูหรือเนื้อไก่ ข้อมูลบางส่วนทำให้เห็นว่าแมลงมีคุณค่าทางอาหารที่ใกล้เคียงกับเนื้อสัตว์ทั่วไป สามารถทดแทนกันได้อย่างแน่นอน

แต่ในอนาคตอันใกล้ เชื่อว่าชุมชนทรัพยากรอาหารหน้าใหม่อย่างแมลงจะมีราคาแพงเพียงแค่ออกเป็นครั้งแรก จากสารพัดคุณค่าทางอาหาร ผสมกับความแปลกใหม่ที่เป็นจุดขาย ไม่ต้องรอจนมนุษยชาติขาดแคลนอาหาร ฟาร์มเพาะพันธุ์แมลงของนักธุรกิจหรือชาวสวนชาวสวนก็เริ่มผุดขึ้นราวเห็ดที่ค่อย ๆ แงงพื้นดินผืนดอกสีขาวยังแปลกตา โดยเฉพาะในต่างจังหวัด ทั้งเลี้ยงเป็นอาชีพเสริมและอาชีพหลัก สร้างรายได้เลี้ยงปากท้องได้ตลอดปี

๓

ไพसार การภักดี ชายวัยกลางคนเจ้าของฟาร์มลุงลา-บ้าน้อย หนึ่งในหลายคนที่หันมาทำฟาร์มเพาะพันธุ์แมลงบอกกับผมว่า อยากลองทำเป็นอาชีพเสริม และดูแลตลาดในอนาคตแล้วไม่มีวันตัน นี่เป็นข้อมูลที่สอดคล้องกันตามหลักเศรษฐศาสตร์ว่าด้วยเรื่องอุปสงค์และอุปทาน เมื่อมีผู้บริโภคมากขึ้น การผลิตก็ถือเป็นกลไกหมุนตามความต้องการนั้นเพื่อสนองความต้องการของมนุษย์ที่ไม่มีขีดจำกัด จากความเชื่อมั่นตลาดว่ายั่งยืนพอ พี่ไพसारจึงเริ่มเลี้ยงแมลงมาตั้งแต่ปี ๒๕๕๕ โดยก่อนหน้านั้นมีอาชีพเป็นชาวนาชาวไร่อย่างคนต่างจังหวัดทั่วไป

ฟาร์มลุงลาบ้าน้อยเพาะแมลงขายสามสายพันธุ์ คือ จิ้งหรีดทองดำ จิ้งหรีดทองแดง และจิ้งหรีดทองลายหรือที่เรียกกันติดปากว่าสะตึง การเพาะเลี้ยงจิ้งหรีดนั้นไม่มีอะไรซับซ้อนมากและไม่จำเป็นต้องใช้เนื้อที่เหมือนการเลี้ยงสัตว์ชนิดอื่น อุปกรณ์การเลี้ยงใช้ต้นทุนไม่สูง โดยเริ่มจากบ่อเลี้ยงซึ่งอาจใช้วัสดุที่หาได้ตามครัวเรือน เช่น กะละมัง ลังโฟม แต่ส่วนใหญ่นิยมบ่อซีเมนต์ หรือโครงไม้หุ้มพลาสติก แล้วปูวัสดุรองพื้นที่กั้นบ่อเพื่อซับน้ำขับมูลของแมลงและช่วยรักษาอุณหภูมิให้เหมาะสมด้วยแกลบหรือใบไม้แห้ง หรืออาจใช้ทรายรองพื้นก่อนก็ได้ สิ่งที่สำคัญไม่ได้คือรังนอนให้จิ้งหรีดหลบซ่อนตัว เนื่องจากธรรมชาติของจิ้งหรีดอยู่ในรูดิน การเพาะเลี้ยงจึงต้องจำลองบ้านตามธรรมชาติเพื่อให้ความอบอุ่นและเป็นไปตามวงจร

ชีวิตของแมลง มีตั้งแต่กบมะพร้าว อธิปไตยแบบมีรู ท่อนไม้ไผ่ แต่ส่วนใหญ่นิยมถาดกระดาษรองไข่ไก่ กลางบ่อวางถาดอาหารทรงแบนกันไม่ลึกมาก ส่วนภาชนะให้น้ำใช้ที่ให้น้ำสำหรับลูกไก่และควรวางวัสดุเช่นหินแบนๆ ในร่องน้ำให้จิ้งหรีดเกาะ อุปกรณ์ชิ้นสุดท้ายคือตาข่ายกันแมลงหรือที่เรียกกันว่ามุ้งเขียว (มุ้งไนลอน) ใช้ครอบปิดปากบ่อป้องกันจิ้งหรีดกระโดดออกจากบ่อและป้องกันศัตรูหุบมือเปิบ เช่น นก จิ้งจก ตุ๊กแก ส่วนถาดไข่ (สำหรับจิ้งหรีดวางไข่) นิยมใช้ชั้นน้ำใส่ดินผสมแกลบ วางเฉพาะช่วงที่จิ้งหรีดพร้อมวางไข่เท่านั้น โดยสังเกตจากเสียงร้องที่ค่อนข้างถี่ หรือนับจำนวนวัน ซึ่งอยู่ในช่วงวันที่ ๔๐-๕๐ หลังจากจิ้งหรีดฟักตัว

อุปกรณ์ไม่กี่ชนิดกับการใช้พื้นที่ไม่มากทำให้มือใหม่แค่ไหนก็เลี้ยงจิ้งหรีดได้ หากเลี้ยงไว้กินเองก็ใช้วัสดุตามครัวเรือนที่มีราคาถูก แต่ถ้าชำนาญแล้วอยากมีรายได้เสริม สามารถขยายพื้นที่ทำฟาร์มเพาะเลี้ยงแบบจริงจังโดยไม่ต้องลงแรงเยอะ

ฟาร์มลุงลาบ้าน้อยของพี่ไพसारถือเป็นแหล่งต้นทางผลิตอาหารอย่างแมลงทอด ความสงสัยที่ติดค้างอยู่ในหัวอาจได้รับคำตอบที่พึงพอใจก็ได้ เมื่อถามถึงต้นทุนของอาหารแพ็คเกจต่างๆ ที่มักพบบ่อยครั้งและกลายเป็นข้อครหาจากผู้บริโภคว่าผู้เพาะเลี้ยงใช้สารเคมีฆ่าแมลงก่อนขนส่งไปจำหน่าย แมลงจึงมีสารตกค้างจากยาฆ่าแมลง



แมลงทอดยังมีผู้ผลิตใส่บรรจุภัณฑ์สวยงามกับสมัยเหมือนขนมเบเกอรี่ทั่วไป

เจ้าของฟาร์มเน้นคำกับผมอย่างหนักแน่นว่า เป็นไปไม่ได้เลยที่จะใช้ยาฆ่าแมลง เพราะยาฆ่าแมลงแพงกว่ามูลค่าของแมลงเสียด้วยซ้ำ

แล้วสาเหตุใดที่ทำให้คนกินแมลงเกิดอาการแพ้?

ผมมีโอกาสคุยกับ นพ. พิรัตน์ โลกาพัฒนา คุณหมอเจ้าของเพจเฟซบุ๊ก “ความรู้สนุกๆ แบบหมอแมว” ได้คำตอบว่า การแพ้แมลงแบ่งเป็นสองกลุ่มใหญ่ ๆ คือแพ้โปรตีนในแมลง ซึ่งเป็นโปรตีนในกลุ่มเนื้อของสัตว์กลุ่มขาข้อ (arthropod) โดยส่วนใหญ่แล้วผู้ที่แพ้อาหารทะเลจึงแพ้แมลงด้วย และอีกกลุ่มคือแพ้สารฮิสตามีน (histamine) หากแมลงไม่ได้รับการจัดเก็บไว้ดีพอ เช่น อุณหภูมิแช่แข็งไม่เพียงพอ หรือความล่าช้าจากการขนส่ง กระบวนการเน่าเสีย (การย่อยสลายกรดอะมิโนบางชนิด) จะสร้างสารฮิสตามีนขึ้นมา ซึ่งคนเข้าใจผิดว่าเป็นสารเคมีตกค้างจากยาฆ่าแมลงที่ทำให้เกิดอาการแพ้ ตั้งแต่อาการผื่นคัน อาเจียน ปวดท้อง หนาวม ปากบวม

๔

ในอนาคตการบริโภคแมลงอาจเป็นสิ่งจำเป็นจากหลายปัจจัยที่ทำให้สภาพแวดล้อมหลายอย่างเปลี่ยนแปลงไป

ระยะเวลาร่วมแสนปีที่บรรพบุรุษดำรงเผ่าพันธุ์มนุษย์ให้อยู่รอดมาได้ก็ด้วยความชาญฉลาดในการปรับตัว รู้จักเรียนรู้สิ่งใหม่ ตั้งชื่อเผ่าพันธุ์ของเราในภาษาละตินที่เรียกว่า *Homo sapiens* หมายถึง “คนฉลาดหรือผู้รู้”

ก่อนการไปเตรหากินแมลงทอดแถวถนนข้าวสารกับเพื่อนผู้ช่ำชองการย่ำราตรี มีอีกข้อมูลหนึ่งที่ผมได้จากรายงานเรื่อง “Edible insects - Future prospects for food and feed security” (แมลงที่รับประทานได้ - สูทางความหวังแห่งอนาคตสำหรับความมั่นคงทางอาหารและอาหารสัตว์) ขององค์การอาหารและการเกษตรแห่งสหประชาชาติ (FAO) เนื้อความเชิญชวนให้คนหันมากินแมลงและใช้ประโยชน์จากแมลงให้มากขึ้น โดยชี้ว่าการบริโภคแมลงจะทำให้มนุษย์รอดพ้นจากภาวะขาดแคลนอาหาร ด้วยทั่วโลกมีแมลงที่กินได้ถึง ๑,๙๐๐ ชนิด

“เคยกินแมลงทอดบ้างไหม”

หลังจากอ้อมกับสารพัดแมลง ผมก็เริ่มสำรวจสถิติโดยเน้นกลุ่มเพื่อนฝูงเพศหญิง เพราะหล่อนดูจะไม่ค่อยถูกกับสัตว์ตัวเล็กมาก ขาสักเท่าไร คำตอบที่ได้รับทั้งผู้ที่ชื่นชอบและขยี้แหยงแบ่งส่วนเท่า ๆ กัน แต่อีกเศษเสี้ยวหนึ่งคืออยากทดลองกิน ผมจึงมักเชียร์และพยายามบอกรสชาติที่ใกล้เคียงระหว่างแมลงกับอาหารที่เราคุ้นชิน

“รดด่วนเนี่ยกินแล้วนึกถึงเฟรนช์ฟรายเลยละ ดักแต่ใหม่ก็เหมือนมันบดชิ้นเล็ก ๆ ส่วนดักแตนทอดเคี้ยวตอนกรอบ ๆ ทำให้นึกถึงมันฝรั่งทอดตามร้านสะดวกซื้อ”

เรื่องของรสชาติที่ลิ้นสัมผัสอาจแตกต่างกันไป...แต่ความรู้สึกผมนะหรือ

ไม่ว่ากินแมลงทอดครั้งใด มันก็ชวนให้นึกถึงคืนแรกที่ออกไปจับไปมกับพ่ออยู่รำไป ๓

เอกสารอ้างอิง

“ภาคเกษตรกรรมและปศุสัตว์ยังคงเป็นแหล่งปล่อยก๊าซเรือนกระจกที่สำคัญ” <http://carbonmarket.tgo.or.th/document/detail/6/6.pnc>

“แมลงกินได้ (อาหารอีสาน) ดีกับสุขภาพหรือไม่” <http://www.oknation.net/blog/health2you/2008/09/14/entry-1>

“คุณค่าอาหารในแมลงเม่า” <http://www.lib.ku.ac.th/KUCONF/KC2605040.pdf>

“การเปลี่ยนแปลงประชากรโลก ๒๕๙๓-๒๕๗๓ World Population Change 1950-2030” <http://www2.ipssr.mahidol.ac.th/ConferenceVII/Download/2011-Article-18.pdf>

“แมลง...อาหารแหล่งสุดท้ายของมนุษยชาติ” http://www.matichon.co.th/news_detail.php?newsid=1369568983

“เปิบกันจนเพลินหัวดับั้งสูงยุพินธุ์จากกัมพูชา” <http://www.manager.co.th/Around/ViewNews.aspx?NewsID=949000107592>

“สารานุกรมแมลงแห่งอีสาน” http://www.isan.clubs.chula.ac.th/insect_sara/index.php?transaction=insect_1.php&id_m=24780

“ฮือฮา! สหประชาชาติแนะ ‘กินแมลง’ มีประโยชน์ อู๋ ชู ‘ยำไข่มดแดง’ ของไทยอาจช่วยผู้คนพ้นความอดอยาก” <http://www.manager.co.th/Around/ViewNews.aspx?NewsID=956000057695>

“แมลงกินได้” http://webdb.dmsc.moph.go.th/ffc_nih/a_nih_1_001c.asp?info_id=572

“คุณภาพโปรตีนและไขมันในแมลงที่กินได้” <http://nutrition.anamai.moph.go.th/temp/main/view.php?group=&id=120>

“แมลงกินได้ อร่อย มีคุณค่า แต่...” <https://www.doctor.or.th/article/detail/5748>

“จิ้งหรีด ขั้นตอนการเลี้ยงจิ้งหรีด” http://xn--03cnior.blogspot.com/p/blog-page_25.html

“Why eating more insects might be good for the planet and good for you” <http://www.economist.com/blogs/graphicdetail/2013/05/daily-chart-11>

“Forest products critical to fight hunger - including insects” <http://www.fao.org/news/story/en/item/175922/icode/>



ถ้วยเตี่ยวปลารกไฟราชบุรี สด ๆ ใหม่ ๆ
ขายที่สถานีรถไฟราชบุรีแห่งนี้ด้วย



Scene 1

ภายใน / รถไฟตู้ที่ ๗ ขบวนรถเร็วที่ ๑๗๑ (นครปฐม) /
ป้าย ๒ โมงครึ่ง

“ที่นี่สถานีนครปฐม ที่นี่สถานีนครปฐม ขบวนรถที่จอดเทียบ
ชานชาลาที่ ๑ เป็นขบวนรถเร็วที่ ๑๗๑ รับส่งผู้โดยสารสถานีต้นทาง
กรุงเทพฯ ปลายทางสถานีสุโขทัย-ลก ผู้โดยสารกรุณาเก็บสัมภาระ
ของท่านเข้าที่ให้เรียบร้อย...”

“ก๊วยเตี่ยวราช-รีจ๋า ก๊วยเตี่ยวราช-รีเร็ววรวว...”

แม้คำวัยเลยกลางคน รูปร่างผอมบาง ทำทางคล่องแคล่ว
เดินถือถาดใส่กล่องโฟมกว่า ๑๐ กล่อง ปากร้องตะโกนเรียกลูกค้า
เสียงเจ็ดยั่วแข่งกับประกาศของสถานีรถไฟ

ฉันสงสัยที่ยังไม่ถึงสถานีราชบุรี แต่มีก๊วยเตี่ยวของราชบุรี
ขึ้นมาขายแล้ว ยกข้อมือขึ้นดูนาฬิกา เวลาล่วงเลยมามากแล้ว จึง
ตัดสินใจยกก๊วยเตี่ยวกล่องละ ๑๐ บาทให้เป็นอาหารมือเที่ยง

แต่ทันทีที่เปิดกล่องโฟมก็ต้องแปลกใจ ในนั้นมีเพียงเส้นเล็ก
แห้ง ๆ สีซีด ลูกชิ้นปลาสองลูก มิได้เสียบลูกชิ้นสองอันไว้ให้แทน
ตะเกียบ แต่สองข้างทาง ความวุ่นวายบนรถ และความหิว ช่วยให้
ฉันลืมทุกความสงสัย ก่อนจะจิบกลับไปท่ามกลางเสียงฉีกฉักของ
รถไฟที่ยังมุ่งหน้าไป

เส้น / ทาง /
ราง / ชีวิต

ก๊วยเตี่ยวปลาสดไฟ
ราชบุรี



ถ้วยเที่ยวปลารตไฟราชบุรี
ใช้ตะเกียบเหลาไม้
และมีพนักงานของร้านเดินขาย
ทั้งนอกและในตู้ขบวนรถไฟ

Scene 2

ภายใน / รถไฟฟ้าที่ ๗ ขบวนรถเร็วที่ ๑๗๑ (ราชบุรี) /
ป้าย ๔ โมง

“ที่นี้สถานีราชบุรี ที่นี้สถานีราชบุรี ขบวนรถที่จอดเทียบ
ชานชาลาที่ ๑ เป็นขบวนรถเร็วที่ ๑๗๑ รับส่งผู้โดยสารสถานีต้นทาง
กรุงเทพฯ ปลายทางสถานีสุโขทัย-ลพบุรี...”

เสียงประกาศจากสถานีปลุกให้ฉันตื่นอีกครั้ง ยังไม่ทันจะ
ลุกจากเบาะที่นั่งแข็งกระด้าง ฝนเม็ดใหญ่ก็ตกกระหน่ำหลังอาคารรถไฟ
ที่ยืนรอกับปรบมือต้อนรับการมาเยือน แล้วประโยคคุ้นหูก็ดังขึ้น
อีกครั้ง

“ก๋วยเตี๋ยวลลาจ-ริ้วจ๋า ก๋วยเตี๋ยวลลาจ-ริ้วร้อนๆ ทำใหม่ๆ
จ๋า...”

ฉันรีบสะพายกระเป๋าคุกกี้ขึ้นบ่า สะโงกมองลงมาจาก
หน้าต่างรถไฟ เห็นไอน้ำพวยพุ่งจากหม้อก๋วยเตี๋ยวยุ้งที่อยู่ห่างจาก
ชานชาลาไม่มากนัก ฉันรีบลงรถไฟแล้วเดินตรงไปยังร้านก๋วยเตี๋ยวลลาจ
ริมทางรถไฟร้านเดียวของสถานีแห่งนี้ ไซ้แล้ว! ที่นี้คือสถานี
ปลายทางของฉัน “ร้านก๋วยเตี๋ยวลลาจรถไฟราชบุรี”

Scene 3

ภายใน / ร้านก๋วยเตี๋ยวลลาจรถไฟราชบุรี /
ป้าย ๔ โมง ๕ นาที

“เข้ามาก่อนเลยจ๋าเข้ามาก่อน...พี่เล็กได้กี่กล่อง? ๑๙ นะ
บอลเอ็งได้กี่กล่อง?”

เสียงเจ้าของร้านตะโกนถามจำนวนก๋วยเตี๋ยวลลาจที่ขายได้
จากลูกจ้าง หม่อมใหญ่ร่างท้วมใช้เวลาจذبบันทึกข้อมูลการขายอยู่
ครู่หนึ่ง ก่อนเงยหน้าขึ้นมาเปิดประโยคสนทนากับฉัน

“ไปไหนมาล่ะ กินเตี๋ยวก่อนสิ เตี๋ยวกุ้ยกัน เฮ้ย! เอาเตี๋ยวลลาจ
ให้พี่เขามากหนึ่ง”

เสียงหัวเราะ แต่เจือความใจดีตะโกนบอกลูกจ้างอีกครั้ง ก่อน
ชายผิวขาววัย ๓๖ ปีจะเริ่มเล่าเรื่องราวของเขาให้ฉันฟัง

ร้านก๋วยเตี๋ยวลลาจรถไฟราชบุรีตั้งอยู่ในบริเวณสถานีรถไฟ
ราชบุรีมา ๓๒ ปีแล้ว แต่สูตรก๋วยเตี๋ยวลลาจเริ่มขึ้นตั้งแต่รุ่นปู่คือ เทวเคน
สว่างกุล อดีตพนักงานการรถไฟแห่งประเทศไทย โดยเริ่มจากการทำ
ก๋วยเตี๋ยวลลาจในจังหวัดนครปฐมแล้วมาเดินเร่ขายในสถานีรถไฟ
นครปฐม ช่วงแรกยังไม่ได้นำขึ้นไปเดินขายบนรถไฟ เนื่องจาก
ทางการรถไฟฯ มีกฎระเบียบมาก พ่อค้าแม่ค้าจึงต้องหาไปยื่นรอ
ขายตามหน้าต่างรถไฟแล้วให้ผู้โดยสารสะโงกหน้าออกมากซื้อเอง
หลังจากนั้นราวๆ ๔-๕ ปีจึงสามารถขึ้นไปขายบนรถไฟได้ กิจการ
ส่งต่อมาถึงรุ่นพ่อ คือ เศกสรร สว่างกุล ซึ่งมาประมูลห้องเล็ก ๆ

ริมทางรถไฟสถานีราชบุรีได้เมื่อปี ๒๕๒๘ แต่ปัจจุบันด้วยอายุที่
มากขึ้นและปัญหาสุขภาพทำให้คุณพ่อจำเป็นต้องวางมือไป แต่มี
ใจ-จักรพงศ์ สว่างกุล ลูกชายที่ลาออกจากการรถไฟฯ มาดูแลและ
สานต่อกิจการของครอบครัว ปัจจุบันเขาบริหารร้านนี้มาเป็นปีที่ ๕
แล้ว

“เคยมีเพื่อนชวนไปนอนที่อื่น เรานอนไม่หลับนะ เราผูกพัน
กับรถไฟมาก มันบอกไม่ถูก ก๋วยเตี๋ยวก็นั่นแหละ อยู่กับมันมานาน
เห็นลูกค้าบางคนกินมาตั้งแต่เด็กจนโตเป็นหมอบเป็นตำรวจก็มี
ก๋วยเตี๋ยวลลาจที่กับรถไฟก็เลยผูกพันกัน แล้วอยากรู้ไหมว่าทำไมถึงยัง
ขายได้” พี่ใจถาม

ฉันพยักหน้าด้วยความตื่นเต้น

“เตี๋ยวลลาจ!”

เจ้าตัวหัวเราะ



Scene 4

ภายใน / โต๊ะพี่ใจ ร้านก๋วยเตี๋ยวลลาจรถไฟราชบุรี /
ป้าย ๔ โมง ๑๐ นาที

“แต่ก่อนขายได้ ๓,๐๐๐ กล่องต่อวัน เตี๋ยวลลาจนี่ไม่ถึงพันกล่อง
สมัยนั้นทำสายตัวแทบขาด”

ชายผู้รับหน้าที่เสิร์ฟของร้านเล่าให้ฉันฟังอย่างอารมณ์ดี
แม้ใบหน้ายังสดใส ทว่าแววดาเล็ก ๆ กลับแฝงความกังวลบางอย่าง
พลันก๋วยเตี๋ยวลลาจรถไฟราชบุรีฉบับใส่จานใหญ่ ราคาจานละ
๓๐ บาท วางลงตรงหน้าฉัน กลิ่นหอมลอยมาแตะจมูก เส้นเล็กเรียวยาว
บางคลุกเครื่องปรุง น้ำมันเยิ้มหนอย ๆ ลูกชิ้นปลาสีขาวนวลดูน่ากิน
แถมด้วยสีส้มของพริกป่นและถั่วป่น พี่ใจพยักหน้าเชิญ

คำแรกที่คืบเข้าปากให้สัมผัสแตกต่างจากก๋วยเตี๋ยวลลาจ
รถไฟที่นครปฐมมากเหลือเกิน เส้นเหนียวนุ่ม รสชาติอร่อย ลูกชิ้น
ปลาเนื้อเหนียวหนับ ไม่คาว กินคู่กับแล้วอร่อยมาก



เริ่มต้นจากลวกเส้นก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็ก
อย่างชำนาญ ใส่น้ำตาลผสมพริกป่นกับถั่วคุด
และเครื่องเคียงอื่น ๆ





“แต่ก่อนน้ำมันดั่งหนึ่งแค่ ๑๐๐ กว่าบาท เส้นกิโลกรัมละ ๗ บาท ตอนนี้น้ำมันดั่งละ ๗๐๐ กว่าบาท เส้นขึ้นมากิโลละ ๓๐ บาท ค่าเช่าที่เฉลี่ยวันละเกือบ ๑๐๐๐ ทำมา ๓๐ กว่าปี ค่าเช่าขึ้นทุกปี ของทุกอย่างขึ้นราคา แต่ที่ยังขายราคาเดิม กล่องละ ๑๐ บาท พุงกันอยู่แบบนี้”

เจ้าของร้านถอนใจเบา ๆ แต่ฉันสังเกตเห็น ขณะเดียวกันทุกรายละเอียดล้วนผ่านการคิดอย่างรอบคอบ แม้แต่เรื่องของตะเกียบ

“คุณจำไว้เลยว่าที่นี่จะใช้ตะเกียบเหล้ามือเท่านั้น มีป่าคนหนึ่งอยู่แถวสถานีบ้านกล้วย เขาเหลาตะเกียบมาให้ร้านเราทั้งชีวิต พี่ก็ยังคงคิดว่าถ้าหมดป่าแล้วใครจะทำให้ เพราะถ้าไม่ใช้ตะเกียบเหลา คนจะยิ่งสับสนไปกันใหญ่”



สูตรก๋วยเตี๋ยวเริ่มจับ ตั้งแต่รุ่นปู่-ทวด สว่างกุล อดีตพนักงาน การรถไฟแห่งประเทศไทย



Scene 5

ภายใน / ครัวด้านหน้าร้านก๋วยเตี๋ยวปารตไพเราะบุรี /
บ่าย ๔ โมง ๒๐ นาที

ทางด้านหน้าร้าน เคาน์เตอร์แบบบ้าน ๆ คือขอบเขตของครัวเล็ก ๆ แห่งนี้ กะละมังพลาสติก ถาดสเตนเลส ตะกร้อลวกเส้น รวมถึงเครื่องครัวและเครื่องปรุงอื่น ๆ วางไว้ระเกะระกะ ทันทีที่เปิดฝาหม้อ ไอร้อนก็ระอุพวยพุ่งเป็นควันสีขาวไปทั่ว หญิงสาวและไม่สาวหลายคนกำลังช่วยกันทำก๋วยเตี๋ยวอย่างชะมัทเหม็น

หญิงวัยกลางคนแกะห่อเส้นก๋วยเตี๋ยวหลอดกะละมังที่มีน้ำอยู่เกือบเต็ม ทั้งไว้ราว ๆ ๕ นาที ก่อนหยิบเส้นก๋วยเตี๋ยวใส่ตะกร้อจุ่มลงไปใต้น้ำเดือดครึ่งเดียวก็ยกขึ้น แล้วจึงใส่ถั่วถ่วงลงไปลวกพร้อมกันอีกครั้ง การแช่เส้นก่อนลวกทำให้ลวกง่าย สุกไวขึ้น และเหนียวนุ่ม จากนั้นก็ส่งต่อมายังคุณน้ำฝាយปรุงเครื่อง หญิงวัยกลางคนตักเครื่องปรุงที่เตรียมไว้แล้วอย่างละเอียด ทั้งเครื่องปรุงน้ำที่มีน้ำปลา ซอสปรุงรส ซีอิ๊วขาว ซีอิ๊วดำ น้ำส้มสายชู และพริกชี้ฟ้า ต้มผสมกัน กับเครื่องปรุงที่เป็นส่วนผสมของน้ำตาล พริกป่น และถั่วลิสงป่น คลุกเคล้าให้เข้ากับน้ำมันพืชเล็กน้อยอย่างชำนาญแล้วจึงเทลงกล่องโฟม ก่อนส่งให้คุณป้าอีกคนเติมลูกชิ้น ปลากลมและลูกชิ้นปลาเส้น โรยหน้าด้วยผักชี และจบลงเมื่อหญิงสาวคนสุดท้ายปิดฝาถาด รัดหนังยางให้แน่น เหน็บตะเกียบไม้เข้ากับหนังยาง ก่อนจัดวางลงถาด

เป็นแบบนี้กล่องแล้วกล่องเล่า จนกว่าจะครบ ๑๐๐ กล่อง ซึ่งเพียงพอสำหรับขายบนรถไฟขบวนต่อไปที่จะเข้ามาจอดเทียบชานชาลา

“เราทำสด ๆ ใหม่ ๆ ร้อน ๆ บางคนไม่รู้เขาก็พูดว่าเราทำเป็นกะละมังแล้วหยิบใส่ แต่จริง ๆ แล้วเราทำที่ละกล่อง ลวกกันกล่องต่อกล่อง ที่เรายังขายได้อยู่ทุกวันนี้พี่ว่าความซื่อสัตย์ของเรามีผล...” พี่ไฉ่สรุป



“เรากำสดๆ ใหม่ๆ ร้อนๆ ลวกกันกล່องต่อกล່อง

Scene 6

ภายนอก / ซานชาลาที่ ๑ สถานีรถไฟราชบุรี /
บ่าย ๔ โมง ๔๕ นาที

ฉันท้าเท้าผ้าสลายผ่นปรอยๆ เดินตามป่าเล็ก-จารุณี
เฟือกขวัญยืน ตัวแม่ฝ่ายชายของร้านก๋วยเตี๋ยวปลารดไฟราชบุรี
สาวเปรี้ยวผมบ๊อบอายุอย่าง ๒๕ ปีคนนี่ยังคงถือก๋วยเตี๋ยวลดละ
๒๖ กล่ง สองถาดสองมือได้อย่างสบายๆ พี่ใจบอกว่าป่าเล็กเป็น
คนเก่าคนแก่และชายเก่งมาก ชายวันหนึ่งได้ ๒๐๐-๓๐๐ กล่ง

“ฉันอยู่มาตั้งแต่ใจยังเล็ก ใจเพิ่งหัดเดินเองมั้ง ตอนนั้นฉัน
ยังสาวๆ ก็เดินขายแบบนี้แหละ ปากก็ตะโกนบอกไป ใครจะกิน
เตรียมเงินไว้เลยจ้า รถจอดแป็บเดียว แม่ค้าไม่ได้ติดรถไปด้วยนะจะ
เขากลัวไม่ได้กิน เขาก็รีบซื้อกันใหญ่”

สาว (เหลือ) น้อยพูดกับฉันแล้วหัวเราะ เผยให้เห็นฟันที่ยัง
เหลืออยู่ไม่กี่ซี่ หากแต่ความสดใสกระฉับกระเฉงยังเต็มเปี่ยม

Scene 7

ภายใน / รถด่วนพิเศษบวนที่ ๓๕ / ๕ โมงเย็น

“ที่นี่สถานีราชบุรี ที่นี่สถานีราชบุรี ขบวนรถที่จอดเทียบ
ซานชาลาที่ ๑ เป็นขบวนรถด่วนพิเศษที่ ๓๕ รับส่งผู้โดยสารสถานี
ต้นทางกรุงเทพฯ ปลายทางสถานีปัตเตอร์เวิร์ท...”

เสียงประกาศจากสถานีดังขึ้น เสียงป่าเล็กตะโกนขายแข่ง
ตามมาด้วยเสียงขอบคุณครั้งแล้วครั้งเล่า

“เตี๋ยวปลารดไฟราช-รีจ้า เตี๋ยวปลารดไฟราช-รีเร็วว...
ขอบใจจ้า ขอบคุณนะจ๊ะ”

รถไฟตู้ที่ป่าเล็กขึ้นมีเด็กนักเรียนเต็มไปหมด ก๋วยเตี๋ยวลด
กล่งละ ๑๐ บาทเป็นของที่เด็กๆ คว้าเงินซื้อได้ไม่ยากนัก จึงรุมซื้อ
กันจนหมดภายในไม่กี่นาที ป่าเล็กรีบวิ่งลงมายกถาดใบใหม่ขึ้นไป
ขายอีกครั้ง ก่อนเสียงหวูดรถไฟจะดังขึ้น

ทีมขายคนอื่นๆ วิ่งลงมาแล้วเดินไปแจ้งยอดที่ขายได้กับ
พี่ใจ สาวใหญ่ร่างเล็กก็กระโดดตามลงมาจากชั้นบันไดของตู้รถไฟ
แบบไม่กลัวกระตุกกระเดี้ยวหัก ก่อนจะเดินไปหาพี่ใจเช่นกัน

แม้ถาดที่ ๒ จะขายไม่หมดแต่ก็เหลืออยู่เพียงไม่กี่กล่ง
สมกับเป็นตัวแม่ฝ่ายชายในตำนานจริงๆ

Scene 8

ภายนอก / บ้านโรงรถไฟสถานีราชบุรี / ๕ โมง ๑๐ นาที

“พี่ ๆ”
เสียงแตกหนุ่มเรียกฉัน
“เดี่ยวพี่ขึ้นไปขายขบวนนำเที่ยวสวนสนฯ กับผมดิ สนุกันนะ”
อาจเป็นเพราะไม่ค่อยเห็นเขาพูดบ่อยนัก ฉันจึงรับไมตรีที่
เชื้อเชิญผ่านรอยยิ้มของ **รุ่ง-รุ่งโรจน์ สว่างกุล** ด้วยความยินดี
ตรงหน้าคือเด็กวัยรุ่นตัวสูงร่างผอมบาง น้องชายที่กำลัง
เรียนชั้น ปวช. ที่พี่ใจพูดถึง ในมือของเขาคือถุงพลาสติกใบใหญ่
ภายในบรรจุถ้วยเดี่ยวหลายสิบกล่อง ตามหลังด้วยคนอื่น ๆ ที่ช่วย
หิ้วถุงมาสมทบ ทั้งหมดจำนวน ๑๕๐ กล่อง
“จริง ๆ ขบวนไฟเราส่งมาแค่ ๓๐ กล่อง แต่พี่ใจเขากลับคน
มาเยอะ เดี่ยวไม่พอ เลยทำมาเพิ่มอีก ๑๒๐ กล่อง”
รุ่งอธิบายเมื่อเห็นฉันทำสีหน้าสงสัยขณะยืนรอที่ชานชาลา
ไม่นานนักเส้นผมของฉันก็ปลิวไปตามแรงลมที่พัดเข้าปะทะ
หน้าเมื่อรถไฟแล่นเข้าจอดเทียบ ล้อเหล็กยังไม่ทันหยุดสนิทรุ่งก็
สะกิดฉัน
“ไปพี่!”

Scene 9

ภายใน / ตู้ที่ ๓ ขบวนรถนำเที่ยวที่ ๔๑๒
สวนสนประดิพัทธ์ - กรุงเทพ / ๕ โมง ๑๒ นาที

“น้ำ นี่ของน้ำ ๓๐ กล่อง”
รุ่งบอกเจ้าหน้าที่บนรถไฟ พร้อมวางถุงถ้วยเดี่ยวสามถุง
ลงบนเบาะที่ยังว่างอยู่
เขาบรรจงหยิบหิวอื่นเล็ก ๆ ในกระเป๋าทางเกงขึ้นมาจัด
ทรงผมสร้างความมั่นใจ ก่อนจะคว้าถุงถ้วยเดี่ยวสองถุงแล้วออกเดิน
เร่ขายอย่างใจเย็น
“เดี่ยวปลาราช-รั้มัยครับ เดี่ยวปลาราช-รัร้อน ๆ ครับ”
เขาแจกจ่ายรอยยิ้มให้ผู้โดยสารทุกคนอย่างไม่ลดละ แม้ว่า
จะขายได้เพียงไม่กี่สิบกล่องเท่านั้น รุ่งเดินกลับมาหาฉัน เขาหายใจ
แรงด้วยความเหนื่อย แต่กระนั้นก็ยังหยิบหิวขึ้นมาหวิ้มเหมือนเคย
ฉันมองแล้วซ้ำ
“เหลืออีก ๑๐๐ กล่องเองพี่ เดี่ยวเราขายบนรถตอนกลับ
กัน!”

ที่เรายังขายได้อยู่ทุกวันนี้ พี่ว่า



เมื่อทำถ้วยเดี่ยวเสร็จแล้วตักใส่กล่องไฟ
จากนั้นแพ็กให้เรียบร้อยพร้อมขาย
ก็ออกร้านมาที่ชานชาลา

ความซื่อสัตย์ของเรามีผล...”

Scene 10

ภายใน / ร้านถ้วยเดี่ยวปารรถไฟราชบุรี /
ตี ๕ กับ ๔๕ นาที

อากาศเย็นขึ้นเนื่องจากฝนตก เวลาเช้ามีดกับบรรยากาศ
เงียบสงบภายในสถานี บริเวณชานชาลามืดสลัว มีเพียงแสงไฟ
จากหลอดฟลูออเรสเซนต์ หากแต่ห้าชีวิตที่ร้านถ้วยเดี่ยวปลาแห่งนี้
เริ่มต้นงานของวันนี้แล้ว

ตั้งแต่ตี ๕ ครึ่ง เส้นถ้วยเดี่ยว ลูกชิ้นปลา ถังวอก ผักชี
วัตถุดิบจากร้านค้าต่าง ๆ จะเริ่มทยอยมาส่ง พวกเขาจะเริ่มต้มน้ำ
ต้มลูกชิ้นปลา ก่อนจะเตรียมลวกเส้นใส่กล่องขาย รถไฟเที่ยวแรกที่
จะมาถึงสถานีราชบุรีคือขบวนรถด่วนที่ ๔๔ เส้นทางตรัง-กรุงเทพ
ที่จะมาถึงประมาณ ๐๖.๐๘ น. ส่วนรถเที่ยวสุดท้ายที่จะนำถ้วยเดี่ยว
ขึ้นไปขาย คือขบวนรถเร็วที่ ๑๗๓ กรุงเทพ-นครศรีธรรมราช เข้า
เทียบชานชาลาประมาณ ๒๐.๐๖ น. เรียกได้ว่าขายกันตั้งแต่เช้าตรู่
จดค่ำเลยทีเดียว

แม้ว่าพระอาทิตย์จะยังไม่โผล่ขึ้นขอบฟ้า แต่บรรยากาศ
หน้าเตาที่ร้อนระอุจนหลายคนต้องยกมือขึ้นปาดเหงื่อ หนึ่งในนั้นคือ
เด็กหนุ่มอายุ ๑๖ ปี เพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกับรุ่งที่เพิ่งมาหัดขายเมื่อ
ช่วงปิดเทอมที่ผ่านมา



พนักงานในร้านทุกคนต่างทำหน้าที่ของตัวเองอย่างขยันขันแข็ง ทำงานเหมือนคนในครอบครัวเดียวกัน

Scene 11

ภายใน / บ้านิ่งในสถานีรถไฟราชบุรี / บ่าย ๓ โมง

“พี่ใจโพสตีในเฟซบุ๊กหาคนมาช่วยขาย บอลก็เลยให้น้ำพามา”

แม้ว่าตอนนี้เปิดเทอมแล้วบอลก็ยังมาช่วยขายตอนเย็นหลังเลิกเรียนและวันเสาร์-อาทิตย์ รายได้จากการขายกล้วยเตี๋ยทำให้เขาสามารถจ่ายค่าเทอมและเลี้ยงตัวเองได้โดยไม่ต้องขอเงินพ่อแม่

“บางวันผมใส่ชุดนักเรียนไปขาย ก็มีคนมาขอถ่ายรูป” บอลเล่ายิ้มๆ

ทุกคนที่ทำงานที่นี่จะได้ค่าตอบแทนจากเงินสองส่วน ส่วนหนึ่งคือค่าแรงที่พี่ใจให้ตามอายุและประสบการณ์ กับอีกส่วนหนึ่งเป็นเปอร์เซ็นต์ที่ได้จากการขายกล่องละบาท ตอนแรกๆ บอลขายได้แค่วันละประมาณ ๓๐ กล่อง แต่ตอนหลังขายเก่งขึ้นแล้วจึงได้เพิ่มเป็นวันละ ๗๐-๑๐๐ บาท ยิ่งหากเป็นช่วงปิดเทอมหรือเทศกาลวันหยุดยาวต่างๆ จะขายดีมากขึ้นไปอีก เมื่อถามถึงเทคนิคการขาย บอลอธิบายว่าไม่มีอะไรยาก แค่พูดให้เสียงดังขึ้นจนคนหันมาสนใจ

ฉันฝ่าละอองฝนเดินตามหญิงสาวรุ่นพี่ชาวผมยวาวที่เพิ่งควักกระเป๋าจ่ายเงินให้กับน้องแม่็ค ทีมงานขายอีกคนของพี่ใจ แถมยังยอมเสียมารยาทแอบมองดูเธอกินอยู่ห่าง ๆ บนม้านั่งหินอ่อนกล้วยเตี๋ยสองกล่องกับน้ำอัดลมใส่น้ำแข็งอีกถุงท่ามกลางเสียงฝนตกดูจะทำให้เธอมีความสุขไม่น้อย

เธอดูรู้สึกตัวว่ามีคนแอบมองอยู่ ดวงตาคู่นั้นส่งความสงสัยมาแทนคำถาม จนฉันอดเข้าไปคุยด้วยไม่ได้

“หนูกินมาตั้งแต่เด็ก ตั้งแต่ห่อละ ๕ บาท ตอนนั้นเป็นห่อกระดาษ เขาเพิ่งมาเปลี่ยนกล่องโฟมได้ประมาณ ๓-๔ ปีนี้เอง”

บังอร เย็นใจ วัย ๒๑ ปี เล่าให้ฉันฟังระหว่างรอรถไฟไปเพชรบุรี เธอเป็นคนราชบุรีโดยกำเนิด เดินทางด้วยรถไฟบ่อยๆ และทุกครั้งเธอจะซื้อกล้วยเตี๋ยติดไม้ติดมือขึ้นไปด้วยเสมอ

หรือแม้กระทั่งวันไหนที่ไม่ได้เดินทาง เธอก็ยังซื้อถอมเตอร์-ไซค์จากบ้านมาซื้อ

“ร้านกล้วยเตี๋ยในราชบุรีมีหลายเจ้านะ แต่หนูกินเจ้านี้บ่อยที่สุด ถูกด้วยอร่อยด้วย ๒๐ บาทนี่อยู่เลย”

Scene 12

ภายใน / รถไฟฟ้าปรับอากาศที่ ๒

ขบวนรถด่วนพิเศษที่ ๔๐/๕ โมง ๓๓ นาที

เสียงหวูดรถไฟดังก้องทั่วบริเวณ ธงแดงในมือนายสถานีโบกสะบัด ฉันรีบยกมือไหว้อำล่าน้ำใจของผู้คนที่นี่ ก่อนจะช่วยน้องบอลหอบหิ้วถ้วยเต๋ยว ๑๑๐ กล่อง กระโจนขึ้นตู้โดยสารทันทีที่รถไฟจอดเทียบ

ลมเย็นจากเครื่องปรับอากาศทำให้ฉันรู้สึกสบายตัวขึ้นมาข้างนอกฝนตกโปรยปราย พี่ใจและทีมงานยังคงชะเง้อมองพร้อมรอยยิ้มอำลา ฉันส่งยิ้มให้แทนคำขอบคุณ

หลังจากใช้เวลาที่นี้มาเกือบ ๒ วัน ฉันเห็นหลากหลายอารมณ์จากตัวละครที่นี่ มีทั้งสุข สนุก เศร้า โดยมีฉากหลังเป็นร้านถ้วยเต๋ยวริมทางรถไฟ เห็นสายสัมพันธ์อันเหนียวแน่นของครอบครัวใหญ่ครอบครัวนี้ เห็นความออร่อยที่บอกเล่ากันมาปากต่อปาก และเห็นความใส่ใจกับถ้วยเต๋ยวของคนทำ ทั้งหมดนี้ทำให้อาหารพื้นๆ ราคาเพียงแค่ ๑๐ บาท กลายเป็นรสชาติที่มาจากใจชนิดที่จะหาถ้วยเต๋ยวเจ้าไหนเทียบได้ยาก

Scene 13

ภายนอก / สถานีรถไฟบางซื่อ / ๒ กุ่ม ๑ นาที

ฉันลงรถไฟก่อนจะถึงสถานีปลายทางกรุงเทพฯ แลกความสุขกลับมาเต็มกระเป๋า การเดินทางของฉันใกล้จะสิ้นสุดลง แต่ฉันเชื่อเหลือเกินว่าหนึ่งชีวิตของพวกเขาจะยังคงฉายแวบเวียนอยู่แบบนั้นเรื่อยไป

ระหว่างทางเดินไปขึ้นรถไฟฟ้ามหานคร เสียงแจ๊สเตือนจากโทรศัพท์ดังขึ้น เมื่อกดหน้าจอดูก็ทำให้ฉันยิ้มกว้าง

“คุณใจ จักรพงศ์ ถ้วยเต๋ยวปลาราดไฟราชบุรี accepted your friend request.”

The End ๓

ความสุขเล็กๆ หลังจากขายของเสร็จ
หากถ้วยเต๋ยวก็แบกมาขายดี



ไอร้อน ลอยขึ้นเกาะกระจกแว่นตาของแม่ครัวหุ่นด้อยน้อย จนเป็นฝ้ายามเธอเปิดฝามือข้าวต้มไก่ขนาดใหญ่สำหรับ ๑๒๐ คน ที่เพิ่งทำเสร็จเมื่อครู่ เจ้าหน้าที่ในชุดผ้ากันเปื้อนสีเขียว สวมหมวก และถุงมือสีเขียวด้วยกัน ใช้กระบวยตักข้าวต้มในหม้อใส่ถาดหลุม สแตนเลสอย่างกระฉับกระแจว กลิ่นหอมของข้าวต้มลอยไปทั่วบริเวณ

ไม่ไกลกัน แม่ครัวร่างท้วมอีกคนกำลังง่วนอยู่กับการออกแรง หมุนซึ่งหนึ่งไปมาอยู่หน้าเตา เพื่อให้ไข่แดงสุกอยู่ตรงกลางไข่ไข่ต้มพอดี สีไม่ดำคล้ำ ปอกออกมาจะได้ดูน่ากิน

เมนูเข้านี้คือข้าวต้มไก่ เสริฟพร้อมไข่ต้มและโอวัลตินร้อน

ห้องครัวที่นี่เริ่มงานตั้งแต่ตี ๕ กว่าๆ แม่ครัวมักมาถึงก่อน เจ้าหน้าที่ห้องครัวที่ทยอยเดินทางมาถึงที่หลังต่างจัดแจงเครื่องแต่งกายของตนตามระเบียบทางสุขภาพ เริ่มที่คลุมเสื้อกาวน์ แขนสั้นยาวถึงหน้าแข้ง จากนั้นผูกด้วยผ้ากันเปื้อนสีเขียวผืนเดิมที่ซีกมาแล้วอย่างดีทับลงอีกชั้น สวมหมวกและถุงมือสีเขียวด้วยกัน สุดท้ายเปลี่ยนรองเท้าและล้างมือ ก่อนเข้าประจำตำแหน่งตามหน้าที่ของตน

ในครัว “โฮงยาไทย” หรือโรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ ตำบลรอบเวียง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย มีเจ้าหน้าที่กว่า ๔๐ ชีวิตทำหน้าที่ดูแลอาหารผู้ป่วยของโรงพยาบาลทั้งเช้า กลางวัน เย็น กว่า ๖๐๐-๗๐๐ ที่ต่อมือ

ผักสีเขียวที่คัดสรรและปรุงอย่างพิถีพิถัน
ราวกับคำอวยพรให้ผู้ป่วยสุขภาพฟื้นฟู
ดีขึ้นคืน



ใส่ใจ
ใส่ใจจน

อาหารผู้ป่วยป่วยใน โรงพยาบาลบาลีเซียงรายช



สิ่งมหัศจรรย์ของโรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ คือการจัดการระบบการดำเนินงานอย่างเป็นขั้นตอน เพื่อให้ผู้ป่วยทุกคนได้รับอาหารในเวลาที่ถูกหลักโภชนาการ

ครัวโรงพยาบาล

โถงห้องครัวมีแต่สีขาวกับสีเงิน

ขาวตั้งแต่พื้นจรดเพดาน ขาวทั้งชุดแม่ครัว ต้มด้วยสีเงิน จากชั้นวางและอุปกรณ์ครัวสเตนเลส พื้นที่ภายในครัวแบ่งสัดส่วน ด้วยเหตุผลความปลอดภัยในการปรุงอาหารและความสะอาดในการควบคุมความสะอาด ตั้งแต่ low care (พื้นที่ที่มีความสกปรก) ไปจนถึง high care (พื้นที่สะอาด) เริ่มจากทางด้านหลังสุดคือทางเข้า วัตถุประสงค์และบริเวณเก็บล้าง ถัดขึ้นมาเป็นพื้นที่จัดเก็บและเตรียม วัตถุประสงค์ แยกเป็นห้องของแห้ง ผัก ผลไม้ และเนื้อสัตว์ ตรงกลาง ครัวเป็นหน่วยปรุงที่แยกเป็นสามหน่วยย่อยตามประเภทอาหารของผู้ป่วย ได้แก่ อาหารทั่วไป อาหารเฉพาะโรค อาหารสายยาง รวมถึงมีพื้นที่อาหารฮาลาลของมุสลิมแยกเฉพาะ ด้านหน้าสุดเป็น บริเวณจัดเตรียมอาหารเพื่อเสิร์ฟ ก่อนจะนำอาหารที่ปรุงเสร็จแล้ว ลำเลียงออกทางประตูด้านหน้า

ใกล้ ๐๗.๔๕ น. ถึงเวลาอาหารเช้า แต่แม่ครัวและเจ้าหน้าที่ รวบรวมเจ็ดคนยังคงง่วนอยู่กับการตักข้าวต้มใส่ถาด

“กำเดียวก่อน”

แม่ครัวคนเดิมหันไปพูดกับเพื่อนเจ้าหน้าที่เสิร์ฟที่เข็นรถเข็นใส่อาหารประจำอร์ดมารออยู่ด้านข้างเป็นคำเมือง แปลเป็นภาษากลางได้ว่า อีกเดี๋ยวนะ

เจ้าหน้าที่เสิร์ฟพยักหน้ารับก่อนจะถามกลับ

“หื้อจ้วยก่อ?” (ให้ช่วยไหม?)

“ปะเป็นหยั่ง ๆ ไกลแล้วละ” (ไม่เป็นไร ๆ ไกลเสร็จแล้ว)

แม่ครัวตอบโดยไม่ได้ละสายตาจากหม้อ ขณะที่มือยังคงสาละวนใช้กระบวยตักข้าวใส่ถาดหลุมไปเรื่อย ๆ

มือเข้าจากครัวโรงพยาบาลมักยื่นพื้นด้วยเมนูข้าวต้มหรือโจ๊ก เพราะกินง่าย ย่อยง่าย แถมเตรียมไม่ยุ่งยาก มีส่วนประกอบไม่กืออย่าง เป็นอาหารหน้าตาแสนธรรมดา แต่ใครจะรู้ว่าเบื้องหลังความธรรมดาที่เต็มไปด้วยความใส่ใจในทุก ๆ รายละเอียด

“ที่นี่เราใช้ข้าวกล้องปลอดสารจากเครือข่ายชุมชนที่เราลงไปพัฒนากันอยู่หลายปี นอกจากข้าวกล้องก็ยังมีทั้งข้าวขาว ข้าวโอ๊ต ส่วนผักผลไม้มาจากเครือข่ายเกษตรอินทรีย์ในชุมชนและผักโครงการหลวง มีทั้งผักตามท้องตลาดทั่วไปและผักพื้นเมือง ไข่ไก่และเนื้อสัตว์มาจากฟาร์มที่ได้มาตรฐาน ไม่มีปัญหาเรื่องสารเคมีตกค้าง ส่วนเครื่องปรุงและผลิตภัณฑ์อาหารแปรรูป เช่น น้ำมันเอย เส้นก๋วยเตี๋ยวเอย หมูยอเอย ขนมหึงเอย ก็มาจากแหล่งผลิตของเครือข่ายชุมชนที่ปลอดภัย ผลิตด้วยวิถีธรรมชาติ ไม่ใส่สีและสารเคมีอันตราย”

สาวผิวขาวหน้าตาใจดีนามว่า **ชลดา แก้วก่า** หรือ **น้ำตึก** นักโภชนาการชำนาญการ หัวหน้าโภชนาการบริการ ผู้ดูแลและควบคุม

ทุกเมนูอาหารของทั้งโรงพยาบาลมากกว่า ๓๐ ปี ยกตัวอย่างวัตถุดิบปลอดภัยที่ใช้ประกอบอาหารในโรงพยาบาลให้ฟังคร่าว ๆ

เธอเล่าต่อว่าปัจจุบันมีวัตถุดิบปลอดภัยที่ใช้ในครัวโรงพยาบาลกว่า ๑๐๐ รายการ ซึ่งแต่ละรายการที่มิโกชนาการต้องบุกต้องลุยลงไปในพื้นที่ ไปดูถึงโรงงาน ลุยไปถึงสวน สุ่มตรวจตัวอย่างอาหาร ตรวจเลือดเกษตรกร เพื่อตรวจสอบว่าทุกกระบวนการผลิตปลอดภัยจริง

“ถ้าอะไรที่บ้านเราทำได้เราก็จะให้เขาทำ หรือพริกแกงเราก็ให้ชาวบ้านโขลกให้ แต่บอกเขาว่าไม่ต้องใส่เกลือกับกะปิมาณะเดียวมาใส่เอง เพราะเราไม่รู้ว่าเกลือกับกะปิเขาปลอดภัยไหม แต่บางอย่างบ้านเราทำไม่ได้ก็ต้องไปหาจากแหล่งอื่น อย่างกะปิที่เราใช้ก็มาจากนุ่นนะ...สมุทรวงคราม”

หัวใจหลักของการผลิตอาหารปลอดภัยอยู่ที่การดูแลตั้งแต่ต้นทาง น้ำเจียบ หรือ รุ่งเรือง สิทธิไชย นักโภชนาการชำนาญการ หัวหน้าใหญ่ของทีมโภชนาการ ผู้ที่คอยดูแลงานโภชนาการอาหารโรงพยาบาลทั้งหมด เน้นย้ำถึงความสำคัญของหัวใจดวงนี้

“การดูแลตั้งแต่ต้นน้ำ คือหัวใจของงานอาหารปลอดภัย”

ต้นน้ำที่ว่าก็คือวัตถุดิบ คือส่วนประกอบทุกอย่าง กลางน้ำคือการประกอบอาหาร ตั้งแต่วิธีการปรุง คนปรุง รวมถึงภาชนะที่ใช้ และสุดท้ายปลายน้ำคือการเสิร์ฟและเก็บล้าง

“การดูแลตั้งแต่ต้นน้ำ
คือหัวใจของงาน
อาหารปลอดภัย”
ต้นน้ำคือวัตถุดิบ
กลางน้ำคือการ
ประกอบอาหาร
และปลายน้ำคือ
การเสิร์ฟและเก็บล้าง

ไม่มีวัตถุดิบหมกอายุตกค้างสำหรับครัวแห่งนี้
เมื่อวัตถุดิบสดใหม่จากผู้ผลิตมีมาส่งทุกวัน



เมื่อขอให้หน้าเจี๊ยบเล่าถึงที่มาที่ไปของงานอาหารปลอดภัย ในฐานะที่เธอคือผู้ริเริ่มผลักดันโครงการ จนปัจจุบันได้กลายเป็นต้นแบบให้แก่ชุมชนและหน่วยงานอื่นๆ จำนวนมาก เธอเล่าว่าเริ่มแรกเกิดจากความชอบส่วนตัวที่เห็นว่าเรื่องอาหารเป็นเรื่องสำคัญและใกล้ตัวมาก เป็นพื้นฐานของการกำหนดสุขภาพและสุขภาวะที่ดี และประจวบเหมาะๆกับในปี ๒๕๔๗ ทางกระทรวงสาธารณสุขมีนโยบายสร้างโรงพยาบาลต้นแบบด้านอาหารประจำแต่ละภาค ซึ่งโรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ก็ได้รับเลือกให้เป็นตัวแทนภาคเหนือ

เธอเล่าอีกว่าในช่วงแรกยังขลุกขลิกอยู่บ้าง ไม่ค่อยมีเกษตรกรอยากเข้าร่วมเท่าไร ชุมชนยังไม่เข้าใจความสำคัญของงาน แต่เธอและทีมงานก็พยายามต่อสู้ แก้ไขปัญหากันไปทีละเปลาะค่อยๆ พัฒนามาเรื่อยๆ โดยไม่ยอมถอยใจง่าย ๆ จนในที่สุดงานอาหารปลอดภัยของเธอและทีมงานโภชนาการก็เป็นที่ยอมรับของชุมชนและมีเครือข่ายที่เข้มแข็ง

๐๘.๐๐ น. ซ้ำไป ๑๕ นาที

รถเข็นอาหารประจำออร์ดิศัลยกรรมระบบทางเดินปัสสาวะเดินทางออกจากห้องครัวเป็นลำดับสุดท้าย

“ชะใจ๋ๆ” (เร็ว ๆ) แม่ครัวพูดเหยื่อหลังเพื่อนบริกรขณะเข็นรถอาหารไปเสิร์ฟยังตึกศัลยกรรมชาย

งานมือเช้าสิ้นสุดลงแล้ว บรรดาแม่ครัวในหน่วยปรุงอาหารเดินทยอยนำอุปกรณ์ไปเก็บล้าง ก่อนเข้าไปพักในห้องสำหรับเจ้าหน้าที่ที่อยู่ด้านหลังห้องครัว เธอทั้งหลายจะเริ่มทำงานอีกครั้งตอนเตรียมมือเที่ยงช่วง ๙ โมง โดยเจ้าหน้าที่ฝ่ายเตรียมวัตถุดิบต้องตระเตรียมส่วนผสมประกอบให้พร้อมก่อน

อาหารมือเที่ยงและเย็นยุ่งยากกว่ามือเช้านิดหน่อย แต่ละหน่วยทั้งอาหารทั่วไป อาหารเฉพาะโรค และอาหารทางสายยาง จะจัดเตรียมอาหารแยกกันไปตามจำนวนและประเภทคนไข้ ซึ่งพยาบาลประจำออร์ดิศัลจะเป็นผู้สรุปจำนวนมายังครัว

กลางใจครัวที่หน่วยปรุงอาหารเฉพาะโรค สาวร่างเล็กในชุดยูนิฟอร์มสีขาวกำลังใช้ปากกาขีดแต้มลงกระดาษแผ่นเล็กที่มีชื่อคนไข้เขียนอยู่อย่างใจเย็นและรอบคอบ งานของเธอคือการแยกประเภทอาหารสำหรับคนไข้แต่ละราย แต่ละสีแทนความหมายต่างกัน สีฟ้าหมายถึงผู้ป่วยกลุ่มเบาจัด สีชมพูคือเบาหวาน สีเขียวให้งดมัน และสีส้มคือผู้ป่วยไตวาย

เยื้องกันภายในห้องปลอดเชื้อ เจ้าหน้าที่หน่วยอาหารสายยางกำลังซึ่งดวงส่วนประกอบทั้งผัก แป้งข้าว เนื้อสัตว์ เพื่อปั่นเป็นอาหารเหลวสำหรับผู้ป่วยที่มีปัญหาการกลืน บางโรงพยาบาลจะใช้อาหารสำเร็จรูป แต่สำหรับโรงพยาบาลที่มีความพร้อมก็มักเลือกปั่นเอง เพราะอาหารสดที่มาจากธรรมชาติย่อมดีต่อร่างกายมากกว่าอาหารสังเคราะห์

แต่ละฝ่ายในห้องครัวต่างทำหน้าที่ของตนอย่างเป็นระบบระเบียบ เมื่อเสร็จอาหารมือเช้า ต่อด้วยมือกลางวัน และจบด้วยมือเย็น เริ่มตั้งแต่ราวตี ๕ ไปจนถึง ๖ โมงเย็น เป็นเช่นนี้ทุกวัน

ฝนข้างนอกปรอยบาง ๆ เจ้าหน้าที่เสิร์ฟอาหารเข็นรถอาหารขึ้นมายังตึกศัลยกรรมระบบทางเดินปัสสาวะ ที่มานั่งระหว่างทางเดินมีญาติคนไข้เฝ้าอยู่เป็นจำนวนมาก บ้างก็นั่ง บ้างก็นอน เจ้าหน้าที่เข็นรถอาหารมาหยุดอยู่ตรงหน้าห้องนอนรวม พร้อมกับตะโกนขึ้นด้วยภาษาเหนือแปลได้ว่า “อาหารเข้ามาแล้ว!”

วัตถุดิบ

เงาะครี้มของฝนหายตัวไปพร้อม ๆ กับการมาถึงของดวงอาทิตย์ในเช้าวันใหม่ เหลือไว้เพียงความชื้นในอากาศและรอยเปียกบนถนน แม่น้ำพิกาจะบอกเวลาว่ายังไม่ ๖ โมงตี แต่แดดเช้าก็ฉายแสงลงสู่ทุกพื้นผิวเบื้องล่าง อุณหภูมิที่จะตั้งละอองน้ำบนยอดหญ้าให้ค่อย ๆ ระเหยแห้งทีละน้อย และสว่างพอที่จะปลุกหลาย ๆ ชีวิตให้ตื่นขึ้นมาเริ่มวันใหม่

รถกระบะสองประตูสีเงินแล่นผ่านตึกโภชนาการอ้อมมาจอดด้านหลังห้องครัว ในกระบะหลังรถมีผักหลายตะกร้า บ้างอยู่ในถุงพลาสติก บ้างอยู่ในห่อใบตองที่ใช้แทนการห่อด้วยกระดาษหนังสือพิมพ์แบบเดิม เพื่อป้องกันไม่ให้ผักอินทรีย์จากสวนต้องปนเปื้อนสารเคมีจากหมักพิมพ์

ทันทีที่ชายผิวสีเข้มกร้านแดด หน้าตาขึงขัง เปิดประตูลงจากรถ เจ้าหน้าที่สาวร่างเล็กในชุดเสื้อกาวย สวมหมวกและถุงมือสีขาว ก็ตะโกนทักทายอย่างคุ้นเคย

“ลุงพง สวัสดิ์เจ้า”

ฝ่ายชายทักทายตอบขณะยกตะกร้าผักลงจากรถ รอยยิ้มนั้นเปลี่ยนสีหน้าให้กลายเป็นคนใจดีโดยทันที

ลุงพง หรือ พงศักดิ์ ทูลอินทร์ เป็นหนึ่งในสมาชิกเครือข่ายอาหารปลอดภัยของโรงพยาบาล นำผลผลิตผักปลอดสารที่เพิ่งเก็บจากสวนของตนและของเพื่อนบ้านในชุมชน รวบรวมมาส่งให้โรงพยาบาลตามรายการสั่งซื้อที่แจ้งล่วงหน้าเมื่อราว ๒๐ วันก่อน รายการส่งวันนี้มีทั้งผักทั่วไปและผักพื้นเมือง ทั้งมะเขือเปราะ พริกขี้หนู พริกหนุ่ม กะหล่ำปลี ผักกาด ถั่วฝักยาว ผักไผ่ ผักเห็ด ผักเชียงดา ฯลฯ



พืชผลไม้ปลอดสารสดสะอาดจากผู้ผลิต
ไม่เพียงแค่จัดส่งแก่ห้องครัวโรงพยาบาล
แต่ยังมีจำหน่ายแก่คนรักสุขภาพ



ลุงพวงลุงกะหล่ำปลีที่ลอบไปแก้ทิ้งไปเรียบร้อยแล้วตาม
ข้อกำหนดการส่งวัตถุดิบของโรงพยาบาล ขึ้นวางบนตาขึงสี่เหลี่ยม
สำหรับซั้งผัก

“๒๓ กิโล” เจ้าหน้าที่ชานจำนวนที่ปรากฏบนหน้าปิด

ลุงพวงก็มุดตัวเลขในใบสั่งซื้อ รายการกะหล่ำปลีระบุตัวเลข
ไว้ ๑๘ กิโลกรัม แก่ตึงผ้าขาวม้าที่คาดเอาไว้กระชับขึ้นเล็กน้อย
ก่อนจะอุ้มค้ำเมืองตอบกลับว่า

“ชาวสามก๊ะ อันก่อนกินมา ๕ กิโล บะเป็นหยั่งๆ ลุงบั่นหื้อ”
(๒๓ หรือ อย่างนั้นก็กินมา ๕ กิโล ไม่เป็นไรๆ ลุงแถมให้)

บรรยากาศของการปันน้ำใจระหว่างผู้ซื้อและผู้ขายมีให้เห็น
ได้บ่อยๆ ที่นี้

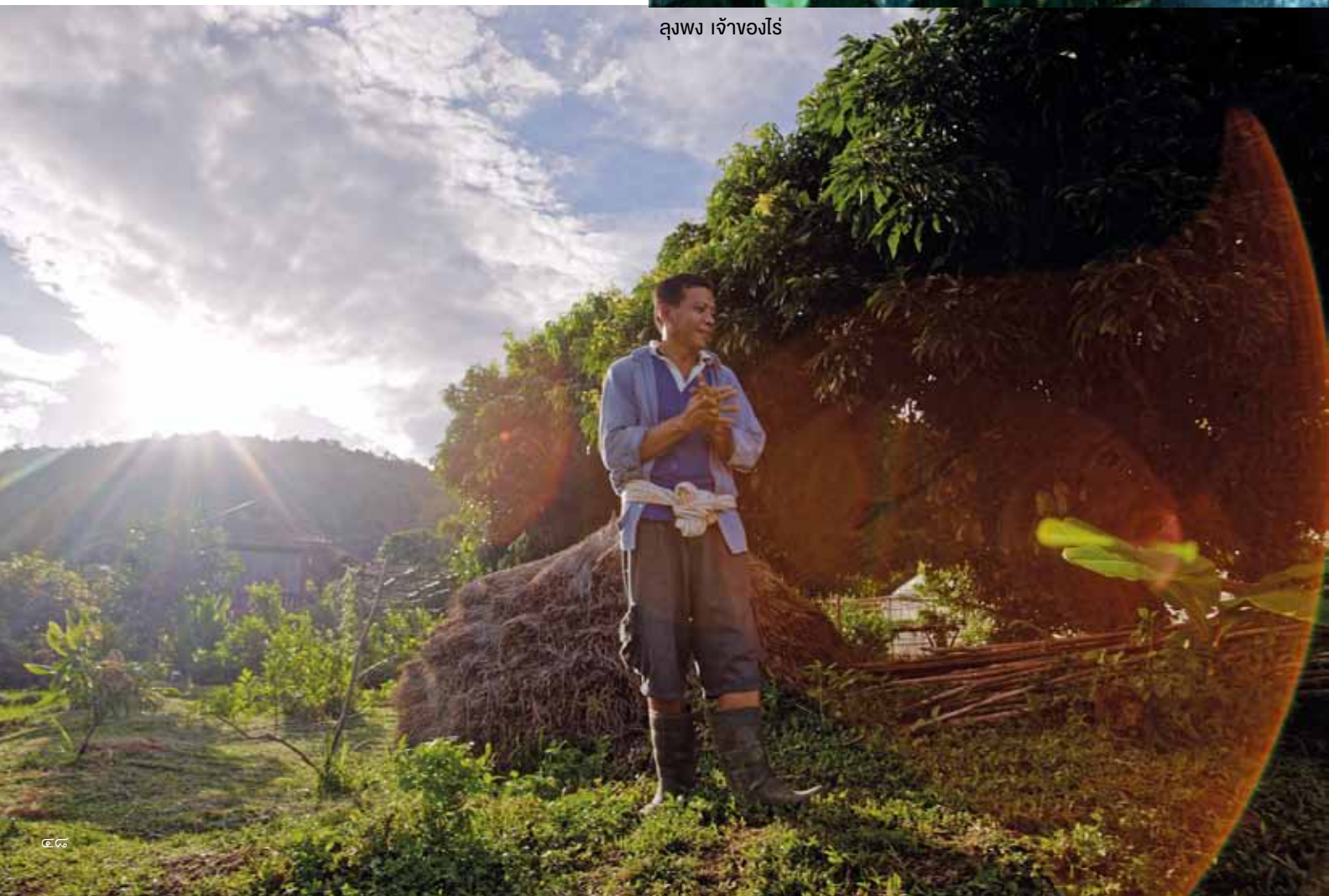
น้ำป๋วย-กฤติญา ชัยทะวี สาวเขียนรายโดยกำเนิด ทำงาน
ด้านโภชนาการอาหารของโรงพยาบาลมานานพอๆ กับน้ำตึกและ
น้ำเจี๊ยบ ย้ำถึงแนวทางสำคัญที่ทีมงานถือปฏิบัติ

“เราต้องบั่นใจให้เขา อย่างบางครั้งเกษตรกรส่งสินค้ามา
ไม่ตรงตามสเปกที่เรากำหนด เราก็รับนะ หากว่ามันไม่ถึงขั้นเน่าเสีย
แล้วค่อยอธิบายว่าที่ถูกต้องเป็นอย่างไร ซึ่งโดยหลักการเราต้องคืน แต่
นี่คิดว่าเกษตรกรเอาผลผลิตมาส่งแล้วแต่เราไม่ซื้อ แล้วเขาจะทำ
ยังไง เราต้องนึกถึงใจเขาด้วย”



ต้นกล้าผักสลัดทุกต้น
ล้วนผ่านตาใส่ใจให้สารอาหาร
หนึ่งหลุมหนึ่งต้น

ลุงพวง เจ้าของไร่





๒๕๐ บาท รวมถึงหาวิธีประหยัดค่าใช้จ่ายจากส่วนอื่นเพิ่มเติม เช่น การไม่ซื้อเนื้อสัตว์แช่แข็งเพื่อลดขั้นตอนการอุ่นละลาย หรือการหมุนซึ่งนั่งขณะต้มไข่ ที่นอกจากจะทำให้ไข่สวยน่ากินแล้ว ยังช่วยลดจำนวนไข่ที่ต้มแล้วแต่เสียหาย ประหยัดค่าใช้จ่ายไปได้หลายหมื่นบาทต่อปี เมื่อเทียบกับวิธีต้มแบบเดิม

ปัจจุบันงานอาหารปลอดภัยของโรงพยาบาลไม่ได้หยุดอยู่แค่ครัวของโรงพยาบาลเท่านั้น แต่ยังขยายไปสู่ครัวอื่นๆ ด้วยการออกเมนูอาหารบางมื้อร่วมกันกับโรงเรียนและวัดในพื้นที่ เพื่อให้ได้จำนวนยอดวัตถุดิบมากพอที่จะสั่งจากแหล่งผลิตได้ เช่นในวันที่โรงพยาบาลมีมื้ออาหารที่ใช้เส้นก๋วยเตี๋ยว โรงเรียนก็จะมีเมนูก๋วยเตี๋ยวเป็นมื้อกลางวันด้วย เพื่อสามารถรวมยอดสั่งผลิตเส้นก๋วยเตี๋ยวแบบไม่ใส่สีและปลอดสารจากโรงงานได้

หลาย ๆ งานเป็นเรื่องยุ่งยากและเพิ่มภาระจากงานปกติขึ้นไปมาก แต่ดูเหมือนเจ้าหน้าที่ทุกคนจะไม่เคยท้อและยังพอใจที่จะทำต่อไป

“ไม่ท้อหรอกค่ะ ทำแล้วมีความสุข... อู้ย! ตอบแบบนางเอกเลย”

น้ำตึกตบมุกกับคำตอบสวย ๆ ของตัวเอง ขณะเพื่อนอีกสองคนหัวเราะครืน

เช่นเดียวกับน้ำเจี๊ยบที่มองว่าเครือข่ายชุมชนเองเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้งานอาหารปลอดภัยดำเนินไปได้อย่างมั่นคง จึงจำเป็นต้องหาทางช่วยหนุนช่วยเสริม สร้างแรงจูงใจให้เกษตรกรมีกำลังใจทำต่อไป

“เราจะทำยังไงให้เขาอยู่ได้ ทำให้เขามีรายได้ จะได้มีแรงจูงใจในการทำงานกับเรา”

เธออธิบายต่อว่า ในการทำงานของครัวตั้งแต่การกำหนดเมนู การสั่งซื้อ จะต้องวางแผนอย่างดี เช่น การปรับเมนูให้ตรงกับผลผลิตที่เกษตรกรมี หรือการวางแผนสั่งซื้อวัตถุดิบ เพราะเกษตรกรบางรายไม่สามารถมาส่งของได้บ่อย ๆ รวมไปถึงระบบการจ่ายเงินที่มีการสำรองเงินโรงพยาบาลเพื่อจ่ายเงินสดไปก่อนในระยะแรก ต่อมาเมื่อมีการพัฒนาตลาดอออร์แกนิก เกษตรกรมีรายได้ทุกวันจากตลาดแล้ว จึงค่อย ๆ ผลักเข้าสู่ระบบปกติ

หากพูดถึงเรื่องต้นทุน หลายคนคงคิดว่าการทำอาหารปลอดภัยเช่นนี้คงมีรายจ่ายที่แพงกว่าครัวปกติอยู่ไม่น้อย แต่ผิวดนัดเพราะหัวหน้าฝ่ายโภชนาการสาวยืนยันว่าตลอดการทำงาน ๑๐ กว่าปีที่ผ่านมา รายจ่ายมื้ออาหารต่อหัวไม่เคยเกินงบประมาณ โดยไม่ต้องอาศัยเทคนิคพิเศษหรือวิธีการซับซ้อน เพียงแค่ใช้วิถีถั่วเจลลี่ของถูกของแพงไม่ให้เกิดเกณฑ์รายจ่ายที่กำหนดไว้ คือคนใช้สามัญ ๑๐๐ บาทต่อวัน คนใช้พิเศษ ๑๕๐ บาท และคนใช้พิเศษวีไอพี

กลุ่มบ้านป่าสักกองกุ่มเก๊กกักร
เกษตรปลอดภัย สังก่อสุขภาพก่ดจจากใจ



ลุยสวน

ห่างจากโรงพยาบาลไปราว ๑๕ กิโลเมตร ณ ชุมชนแม่สาด ตำบลแม่ภรณ์ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย กลางสวนอินทรีย์แบบผสมผสาน เหล่าพืชพรรณต้นเล็กต้นใหญ่ ทั้งไม้ผลและผักหญ้า ยืนสลบคละความสูงเป็นผืนกว้างดูสดชื่น ด้านหลังเป็นนาข้าวที่กำลังแตกยอดสีเขียวอ่อนชูไปขึ้นและปลายท้องฟ้าสีละมุนที่เจือด้วยแดดยามเย็น หญิงในชุดสีม่วงอ่อนตัดกันกับร่องเท้าบุตสีเขียวมินต์สดใสกำลังก้าวเท้าอย่างระมัดระวังผ่านคันนาอินทรีย์ที่สามปีกล้าไว้เมื่อ ๒ เดือนก่อน เธอคล้องตะกร้าหวายไว้ที่แขน เดิน

ข้ามไปเก็บมะเขือเปราะที่ปลูกไว้ปลายนาสำหรับส่งให้ครัวโรงพยาบาลในวันพุธ ลมเย็นพัดดูเบาแรงหนึ่ง เธอหยุดเท้า ยกมือขึ้น กระชับหมวกปีกกว้างแบบชาวสวนที่สวมมาให้แน่นขึ้น

ไม่นาน ป้าหมู-นงคราญ ทูลอินทร์ ภรรยาของลุงพง ก็เดินกลับมาพร้อมมะเขือเปราะ นอกจากนั้นยังมีผักอื่นๆ ที่แวะเก็บระหว่างเดินผ่านสวนกลับบ้านอีกเต็มตะกร้า ทั้งพริกชี้หนู ถั่วฝักยาว และผักเชียงดา

ป้าหมูและลุงพงเป็นเกษตรกรสมาชิกเครือข่ายอาหารปลอดภัย โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ ทั้งคู่ปรับเปลี่ยนรูปแบบเกษตรจากเคมีมาเป็นอินทรีย์มานานกว่า ๑๐ ปี ก่อนหน้าที่จะเข้าร่วมโครงการกับโรงพยาบาลด้วยซ้ำ

“ตั้งแต่เกิดจนโตลุงใช้ชีวิตมากับท้องไร่ท้องนา ช่วงปิดเทอมก็ช่วยพ่อเลี้ยงควายอยู่เป็นประจำ ใจมันก็อยากกลับมาทำเพราะชอบและผูกพันอยู่ในสายเลือด”

จากเดิมที่ลุงพงเคยเปิดร้านตัดตั้งจานดาวเทียม เป็นเจ้าแก้อยู่ในเมือง แต่หลังจากลูกสาวเข้าเรียนมหาวิทยาลัย ตนและภรรยาก็มีเวลามากขึ้น จึงผันตัวมาเป็นเกษตรกรอยู่ที่ชุมชนแม่สาด แรกเริ่มนั้นยังคงทำเกษตรโดยพึ่งเคมีเป็นหลัก ไม่นานทั้งคู่ก็พบว่าจะได้ผลไม่สักตะกร้าต้องใช้สารเคมีมากมายขนาดไหน

เลี้ยงครอบครัวทูลอินทร์ให้มีกินมีใช้ไม่ขาดสน เริ่มจากแปลงเล็ก ๆ เน้นปลูกกินเองและแบ่งปันให้เพื่อนบ้าน ค่อย ๆ ขยับขยายหาตลาดวางขาย เพื่อส่งต่อผักผลไม้ปลอดภัยสู่ผู้บริโภค ทั้งคู่เล่าว่าในช่วงแรกนั้นเกือบจะเลิกไปเหมือนกัน เพราะการที่ต้องทำกันเองทั้งปลูกและหาแหล่งรับซื้อที่แน่นอนนั้นเหนื่อยเอากการ อีกทั้งคนทั่วไปมักยังไม่เข้าใจว่าทำไมผลผลิตเกษตรอินทรีย์ที่ไม่ได้ซื้อปุ๋ยซื้อยา จึงขายแพงกว่าเกษตรเคมี จนเมื่อได้รู้จักกับน้ำเจี๊ยะบ หัวหน้าใหญ่ของทีเอ็มโกชนาการ และได้เข้าร่วมเครือข่ายอาหารปลอดภัยกับโรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ ระบบเกื้อหนุนระหว่างเครือข่ายกับโรงพยาบาลก็ช่วยให้เกษตรกรสามารถวางแผนและบริหารจัดการผลผลิตของตนได้ดียิ่งขึ้น

นอกเหนือจากทั้งคู่จะทำหน้าที่เป็นฝ่ายผลิตและส่งวัตถุดิบให้แก่โรงพยาบาลแล้ว ป้าหมูและลุงพงยังอาสาเป็นแกนนำชักชวนเพื่อนเกษตรกรในชุมชนให้ทำเกษตรโดยไม่พึ่งสารเคมี จากการพิสูจน์ด้วยการลงมือทำให้เห็นจริงจึงมีเพื่อนบ้านเกษตรกรอีกสี่ห้ารายหันมาทำเกษตรปลอดภัยและเข้าร่วมเป็นเครือข่ายอาหารปลอดภัยกับโรงพยาบาล แม้เป็นจำนวนไม่มาก แต่ทั้งสามมีภรรยาที่ภูมิใจอยู่ไม่น้อย

“ป้าหมูภูมิใจที่เราได้ผลิตผักปลอดภัยให้คนไข้ เหมือน

“เมื่อก่อนทำสวนส้มใช้แต่เคมี ใช้เยอะมาก พอทำแล้วธรรมชาติก็เสีย สุขภาพเราก็แย่ ป้าหมูเองเขาก็มีโรคประจำตัว” ลุงพงเล่าพลางหันไปมองภรรยาที่นั่งอยู่ข้าง ๆ พร้อมยื่นมือแตะหลังเธอเบา ๆ

ตั้งแต่เมื่อครั้งยังอาศัยอยู่ในเมือง อาการหอบหืดจากโรคประจำตัวของป้าหมูกำเริบบ่อยจนต้องเข้าโรงพยาบาลไปให้ออกซิเจนทุกอาทิตย์ นี่เป็นอีกเหตุผลสำคัญที่ทำให้ลุงพง สามีของเธอ หันมาทำเกษตรแบบปลอดภัยเคมี จนปัจจุบันสุขภาพของเธอดีขึ้นจนอาจกล่าวได้ว่าหายขาด

“ตั้งแต่มาอยู่สวนก็ไม่ป่วยอีก ส่วนหนึ่งป้าหมูว่าเป็นเพราะอากาศดี ได้กินของดี ๆ อีกอย่างพอมาทาสวนก็เหมือนได้ออกกำลังกายตลอดเวลา ตั้งแต่ตื่นก็มีงานให้ทำทั้งวันนั้นแหละ ไม่ต้องห่วง” ภรรยาเล่าบ้าง

หญิงชุดม่วงหันไปสบตาสามี พยักยิ้ม แล้วพูดขึ้นว่า

“ถึงเหนื่อย แต่ก็มีความสุข”

สองสามีภรรยาช่วยกันหว่านเมล็ด รดน้ำ พรวนดินด้วยใจรัก ทำให้พืชผักนานาพรรณแตกยอดเติบโตเป็นผลงาม สร้างรายได้

“ป้าหมูภูมิใจที่เราได้ผลิตผักปลอดภัยให้คนไข้ เหมือนได้ทำบุญอยู่ตลอดเวลา แม้จะเป็นส่วนน้อยนิด แต่มีความสุขอยู่ข้างในลึก ๆ”

หญิงผู้มีทำที่อาภักดิ์กล่าวถึงความสุขของเธออีกครั้ง แววตาเป็นประกายราวกับจะพูดประโยคเดียวกัน

แดดเย็นทอดแสงต่ำลง เหล่าไม้ต้นสูงต้นเตี้ยที่ยืนเรียงรายค่อย ๆ ทอดเงายาวลงพื้น นกกระจอกฝูงหนึ่งกำลังบินกลับรังไปพักผ่อนเก็บแรงไว้สำหรับวันพรุ่งนี้ ผิดกับคนทำงานที่นี่ ชายเจ้าของสวนลุกขึ้นสวมรองเท้าบูตคู่เดิม กระชับผ้าขาวม้าที่คาดเอว คำนี้นลุงพงตั้งใจจะอยู่เคลียร์แปลงผักเพื่อเตรียมรอบการปลูกใหม่อีกสักหน่อย

หลอดฟลูออเรสเซนต์กลางสวนเรืองแสงขึ้น งานที่นี้มีให้ทำตลอดทั้งวันจริง ๆ



ได้ทำบุญอยู่ตลอดเวลา แม้จะเป็นส่วนน้อยนิด

แต่มีความสุขอยู่ข้างในลึก ๆ”

เสี๋ว

ฝนข้างนอกปรอยบาง ๆ เจ้าหน้าที่เสิร์ฟอาหารเข็นรถอาหาร ขึ้นมายังตึกคัลยกรรมระบบทางเดินปัสสาวะ มือเช้าวันนี้คือข้าวต้มไก่ เสิร์ฟพร้อมไข่ต้มและโอวัลตินร้อน รถอาหารมาหยุดอยู่ตรงหน้าห้องนอนรวม พร้อมกับเจ้าหน้าที่ร้องเรียกด้วยสำเนียงเหน่อ แปลเป็นภาษากลางได้ว่า “อาหารเข้ามาแล้ว!” จากนั้นจึงเปิดผ้าขาวบางที่คลุมด้านบนออก ค่อย ๆ ยกถาดหลุมสเตนเลสออกมาทีละตั้งเตี้ย ๆ ผู้ช่วยพยาบาลมารับถาดหลุมเดินเข้าไปเสิร์ฟให้คนไข้ที่เตียง

ภายในห้องนอนรวมมีเตียงผู้ป่วยเรียงรายแยกฝั่งหญิงชาย กลิ่นน้ำยาฆ่าเชื้อลอยอยู่ในอากาศจาง ๆ ผสมกับกลิ่นฝนข้างนอกที่เตียงด้านในสุดริมประตู คุณตารูปร่างผอมหลังงุ้มคนหนึ่ง ค่อย ๆ ลุกจากเตียงมานั่งที่โต๊ะด้านข้าง ใช้ช้อนตักข้าวต้มไก่เข้าปากอย่างช้า ๆ ด้วยมือสั่นเทาเล็กน้อย คุณตาสวาท กาจุม อายุ ๖๒ ปี มีอาการเบื่ออาหารและมาพักพื้นที่โรงพยาบาลได้ ๖ วันแล้ว พยาบาลเล่าว่า ๒-๓ วันนี้คุณตากินได้มากขึ้นและกินหมดจานเป็นส่วนใหญ่

เมื่อถามคุณตาถึงรสชาติอาหารโรงพยาบาลที่กินมาแล้ว ร่วมสัปดาห์ คุณตาตอบยิ้ม ๆ ว่า

“ลำขนาด กินอะหยังก่อลำไปหมด” (อร่อยมาก กินอะไรก็อร่อยไปหมด)

คุณตาสวาทคงเป็นเหมือนคนไข้อีกหลาย ๆ คน ที่ไม่รู้เลยว่าอาหารที่เสิร์ฟมาในถาดหลุมสเตนเลสที่มีความปรารถนาดีของผู้คนมากมายซ่อนอยู่ แต่นั่นถือเป็นสาระสำคัญหรือไม่?

สองสามวันต่อมาหมอก็อนุญาตให้คุณตาสวาทกลับบ้านได้แล้วคนไข้รายใหม่ก็จะเข้ามาแทนที่ เป็นเช่นนี้เรื่อยมา

“เราภูมิใจและดีใจที่มีโอกาสได้ทำงานนี้ คนไข้ที่นี่ก็เหมือนพี่เหมือนน้อง”

สวาทนักโภชนาการในชุดกาวน์สีเขียวกล่าวทิ้งท้ายด้วยท่าทีและแววตาจริงใจ ๓



วรัญญา เชาว์สุโข



ปัญญวัฒน์ เอื้ออิฐผล

นักสร้างภาพอาหาร

มืออาชีพ

ก้ามสี่สัมผัส ของล็อบสเตอร์ตัวโตยื่นออกมานอกขอบจานรองใบผักกาดสีเขียว เหมือนจะยื่นมาคว้า “จ๊อป” ผิวเหลืองกรอบที่อยู่ข้างกัน อาหารจานแล้วจานเล่าถูกกล้าเสียงออกมาวางบนโต๊ะตัวยาวสีขาว จนต้องยกโต๊ะอีกตัวมาต่อ

ในห้องขนาดไม่กว้างนักติดกันกับครัวของร้าน ทีมงานทุกคนประจำที่ ชะมักเขม้นกับงานตรงหน้าอย่างตั้งใจ

SHAPE food design studio คือการรวมตัวของสองนักเรียนสายการออกแบบ ที่ความรักในการกินและความสนใจเรื่องอาหารทำให้พวกเขาเลือกยื่นอยู่นำจานอาหารและหลังกล่องมากกว่าบนเก้าอี้โต๊ะเขียนแบบ

“ขอแบบไม่สุกได้ไหม ถ้วยนี้ลวกจนเละแล้ว” ชายสวมเสื้อเปิดคอแขนยาวจูดข้อมือหันไปบอกกับผู้ช่วยเซฟ พร้อมส่งถ้วยผักสามสีคืนให้





กว่าอาหารแต่ละจานจะได้รับการถ่ายภาพ ต้องอาศัยการทำงานร่วมกันของช่างภาพ นักออกแบบ และทีมงานเบื้องหลัง





หลายครั้งเราต้องทิ้งของแบบไร้สาระ
เพราะเราต้องทำออกมาเยอะ ๆ หลาย ๆ ชิ้น
เพื่อเลือกชิ้นที่สวยงามที่สุด



เจ้าของร้านอาหารต้องการถ่ายภาพอาหารให้ดูสวยชวนกิน นักชิมก็ถ่ายรูปอาหารเพื่ออัปโหลดอวดเพื่อนในสังคมออนไลน์

“ผักเมื่อโดนน้ำร้อนแล้วสีจะสดขึ้น แต่ถ้าลวกนานเกินไปเนื้อเละ ไม่สวย” นิสากร สุระเกษมสวัสดิ์ หรือ ออม อดีตนักศึกษาสาขาตักแตงภายในผู้หันมาสนใจการตกแต่งจานอาหารอธิบาย

กลิ่นหอมกรุ่นอวลอยู่ในห้องไม่ต่างจากบนโต๊ะอาหารที่คุ้นเคย เพียงแต่หน้าตาของอาหารที่จัดวางอยู่บนโต๊ะตัวนี้แตกต่างออกไป ผักหวาน ผักกระเฉด ผักบุ้งผัดน้ำมันฉิวเขียวสดมันวาว ถูกจัดใส่จานแยกวางไว้ข้างๆ กระเทียมสับหยาบที่ผัดมาแล้วจนเหลืองหอม โกลัสนี้มีจานใบเล็กใส่พริกชี้ใหญ่สีแดงซึ่งถูกบุบพองาม เหมือนจิ๊กซอว์ที่รอคอยการประกอบ

อมคืบกระเทียมชิ้นเล็กชิ้นน้อยจัดวางลงไปทีละจุด ทีละจุด สีขาวอมเหลืองทองของกระเทียมช่วยขับให้ผักผัดน้ำมันดูเขียวสดยิ่งขึ้น ตามด้วยพริกชี้ใหญ่สีแดงผิงวาว ตกท้ายด้วยน้ำมันหอยผัดเจือจาง ซึ่งอ่อมค่อยๆ บรรจงราดเติมลงไปในช่วงว่างระหว่างผักและจาน

หน้าตาของผัดผักค่อยๆ คุ่นตาขึ้น

กระดากชิวชูแผ่นแล้วแผ่นเล่าถูกดึงออกมา ก่อนแตะลงบนน้ำส้มสายชูกลั่นเพื่อเช็ดคราบซอสหรือน้ำมันที่กระเด็นเปรอะขอบจานขาว

“น้ำส้มสายชูเช็ดแล้วจานเงาเพราะเป็นกรด เช็ดอะไรก็จะออกง่ายกว่า” พี่แวนช่างภาพบอก

ผัดผักจานแรกถูกยกย้ายไปวางใต้เลนส์กล้อง ก่อนเสียงชัตเตอร์จะดังขึ้น

อมหันไปจัดจานใหม่ ก่อนที่เสียงยืนยันตอบรับจะดังขึ้นตามคาด

“จานนี้ได้แล้ว จานใหม่เลย” เสียงของเจ้าของร้านรุ่นหลานดังมาจากหน้าจอคอมพิวเตอร์ ซึ่งเชื่อมต่อกับกล้องถ่ายรูปที่ติดขาตั้งไว้เหนือจานอาหาร

“พี๊ด...พี๊ด พี๊ด...พี๊ดด” ละอองน้ำกระจายตัวออกมาจากสปริงชดเชย ที่นี้ผักซีได้รับการดูแลเป็นอย่างดี มีจานพักพิเศษ และมีผ้าคลุมรักษาความชื้น ที่อ่อมต้องคอยฉีดพรมน้ำเพิ่มให้ทุกๆ นาที

“เราต้องดูแล เขาสำคัญมาก” ออมหันมาบอกเมื่อเห็นว่ามีคนสนใจ

“ใช่ มาก!” พี่แวนช่างกล้องเสริม “จะสวยไม่สวย ผักซีช่วยได้มาก เป็นหน้าเป็นตาเลย จานไหนไลน์ๆ เกลี้ยงๆ วางไป สวย!”

“ราดน้ำแดงแล้วมีอะไรโรยมั๊ยคะ” ออมถามชายที่สวมเสื้อเปิดคอแขนยาวจืดชืดมือเสียดสี ขณะเธอกำลังใช้ปากคีบด้ามยาวพลิกกึ่งลวกตัวใสๆ หางสีส้มแดง เพื่อจัดให้ทุกตัวอยู่ในจังหวะที่สวยงาม

“ไม่มีครับ จานนี้ไม่โรยอะไร” เซฟชายวัยกลางคนตอบเสียงนุ่ม

พื้นจากกระดาษแข็งสีอ่อนมีเทปกาวลึนๆ แปะบอกตำแหน่งที่วางจานเอาไว้ แผ่นโฟมเนื้อบางสีชาถูกจัดวางไว้เพื่อสะท้อนแสงไฟสีเหลืองนวลที่ตั้งอยู่ฝั่งตรงข้าม อุปกรณ์ที่เหล่าช่างภาพค้นหาจะแตกต่างออกไปก็เพียงแค่ “แบบ” หอม ๆ บนจานที่วางอยู่ตรงหน้าเท่านั้น

“แวน ๆ ราวเองเลย ตรงตัวกึ่งแค่นั้น ค่อยราวตอนถ่ายจะได้เงาๆ” ออมวางจานกึ่งที่จัดจนพอใจ ให้ช่างภาพจัดการต่อ พร้อมกระเบวยและชามชอสน้ำแดง

เสียงชัตเตอร์ดังขึ้นแทบจะในทันทีที่ชอสลัมผัสตัวกึ่งก่อนที่ชอสสีน้ำตาลใสจะค่อย ๆ ไหลลงไปยังข้าง ๆ จนหมด

“เดี๋ยวก่อน ๆ หางกึ่งยังไม่แดง” เสียงของออดมั้งขึ้นมาจากหน้าจอคอมพิวเตอร์ กึ่งคูรณ์นี้ตัวหนึ่งนอนหงายใหม่เป็นจุดสีดำอยู่กลางภาพ

“พีคะ ขอกึ่งหางแดงหน่อยค่ะ” เจ้าของร้านหันไปบอกคนในครัว

ไม่นานนักกึ่งลูกขามโตถูกยกออกมา จากกึ่งนับสิบตัวกลับมีกึ่งหางแดงเพียงสองตัวเท่านั้น กึ่งที่เหลือจึงต้องถูกทิ้ง

“หลายครั้งเราต้องทิ้งของแบบไร้สาระ เพราะเราต้องทำออกมาเยอะ ๆ หลาย ๆ ชิ้น เพื่อเลือกชิ้นที่สวยที่สุดออกมา ที่เหลือก็ต้องกวาดทิ้งหมด” ผู้ช่วยของออดอธิบาย

ชิ้นที่ไม่ใช่ชิ้นที่สวยที่สุดจะไม่นำกลับเข้าครัวไปปรุงให้ลูกค้าได้อีก แม้ว่าจะยังกินได้อยู่

“เขาไม่ทำ เขาทิ้งหมด” ผู้ช่วยคนเดิมเสริม

กรณีทำนองนี้ ยิ่งเป็นร้านอาหารใหญ่ ๆ จะยิ่งสูญเสียเยอะ บางร้านที่ใคร่ครวญเรื่องมาตรฐานจริง ๆ ชิ้นที่เลือกมาถ่ายภาพอาจจะเป็นแค่ ๑ ใน ๕๐ ชิ้นเลยก็ได้ ยังไม่นับรวมถึงบางกรณีที่อาหารถูกตกแต่งเพื่อเน้นความสวยงามจนไม่อาจนำมารับประทานได้อีก

“อาหารแนวแกง ด้านบนต้องดูสวย อย่างต้มยำกึ่ง กึ่งต้องตั้ง ตัวโต เห็นใบมะกรูดวางเฉียง มีเม็ด เห็นพริก จะได้ดูว่าทุกอย่างน่ากิน แต่ต้อง ‘จัดให้เหมือนไม่จัด’ ถ้าคนดูแล้วรู้สึก ‘จัด’ เกินไปจะรู้สึก ‘ไม่กล้ากิน’ เพราะไม่คุ้น ไม่เหมือนอาหารจานที่เคยเห็น” ผู้ช่วยหนุ่มช่างภาพออดอธิบาย

“วิธีการคืออัดดินน้ำมันลงในถ้วยก่อน ค่อย ๆ บักไม้จิ้มฟันเสียบกึ่ง เสียบเม็ด ใบมะกรูด ตะไคร้ จนครบ ก่อนเทน้ำซุ้ต้มยำลงไปให้ท่วม เทน้ำทิ้งซุ้ก็กินไม่ได้แล้ว ถ่ายจบก็คือต้องทิ้ง ทั้งหมดเพื่อให้ได้ภาพของต้มยำกึ่งที่ดูน่ากินมาหนึ่งซาม”

ออดยกเต้าหู้หน้าหอยเชลล์ราดน้ำแดงไปวางใต้เฟรมถ่ายภาพ เตรียมพร้อมรอเป็นจานต่อไป

“นี่สุกแล้วหรือ มันเคยย่ำมาก่อนใช่ปะ” ช่างกล้องสาวแวนชื่อแวนเอะใจ

“ยัง (หัวเราะ) ทำสุกแล้วตัวมันหดเลยใช้ดิบ แต่ใช่...กลิ่นยังอยู่ใช่ไหม” ออดถามกลับเสียงหัวเราะ “ช่วยกันประหยัดน้ำ” ออดเล่าต่อว่าถ้าลำดับคิวการถ่ายดี ๆ เขาก็จะเสียดกึ่ง หอย หมึก ปลา น้อยลง ตัวสองตัวก็ยิ่งดี

“จานหน้าปลาหนึ่งช้อนก่อนนั่งมะนาวนะ เศษมันน้อยกว่า... ไข่ ตัวเดิมแหละ” ออดหันไปบอกเจ้าของร้าน

สวยอย่างเดียวไม่พอ ต้องขายด้วย

ใกล้กันกับจอภาพของออดและแวน มีอีกหนึ่งจอพับที่หันหลังชนกันอยู่

พฤทธิ เต็มโพสิทีฟ หรือ เชฟ นักออกแบบ ผู้ช่วยประจำของออด และผู้ก่อตั้ง SHAPE food design studio กำลังจดจ่ออยู่กับการจัดเรียงภาพที่ได้ลงในเมนูบนโปรแกรม Illustrator

“ก่อนหน้านั้นไม่ค่อยทำ แต่ว่าเป็นเด็กตะกะละเป็นทุน อย่างเดียวที่ชอบกับอาหารมาตั้งแต่เด็ก ๆ คือ ‘ชอบกิน’ คนชอบกินจะเข้าใจว่าต้องทำยังไงถึงจะดูน่ากินจนอดใจไม่ไหว” เชฟอธิบายถึงพรสวรรค์ส่วนตัวของเขา

“ต้องเข้าใจอาหารก่อน อย่างถัวยนั้น...ร้อน แก้วนี้...เย็น มันก็น่ากินกันคนละแบบ ถ้าเป็นของเย็นแล้วถูกดันให้เย็นมากขึ้นไปอีกสัก ๒๐ เปอร์เซ็นต์ ลักษณะของเย็นคือเป็นฝ้า เย็นกว่านั้นคือไอน้ำเกาะ เกิดน้ำแข็งพราว เกิดน้ำแข็งปลอมก็มีขายด้วยนะ เป็นเจลหยุ่น ๆ เอาไว้แปะให้ดูเย็น ไอรอบ ๆ ก็ไม่ใช่แค่ฟ็อกก็น้ำธรรมดานะ ต้องพันโรลออนด้วย สเปรย์โรลออนที่ฉีดเต๋ากันนี่แหละ” เชฟเล่าพร้อมทำท่าทางประกอบ

“เรามาเริ่มหลงไหลอาหารมาจริงๆ ตอนปี ๔ เพราะได้อ่านหนังสือเล่มหนึ่งชื่อ *ประวัติศาสตร์กินได้* ดลใจมาก หนังสือเล่าตั้งแต่มนุษย์เริ่มจุดไฟ เดินสองขา ประกอบอาหาร จากนั้นระบบการย่อยอาหารก็เปลี่ยนไป ทำให้เรารู้สึกว่าอาหารยิ่งใหญ่มาก มีเสน่ห์”

เขาเล่าถึงจุดเริ่ม...เรื่อยมาถึงงานที่กำลังทำอยู่ตรงหน้า

“จุดตายข้อหนึ่งของร้านอาหารคือขายดี แต่ไม่มีกำไรเลย เวลาทำเมนูแนะนำเราจะเลือกงานที่คนน่าจะสนใจกับงานที่ให้กำไร



ช่างภาพกำลังจัดแต่งอาหาร
อย่างพิถีพิถันเพื่อเตรียมถ่ายรูป



เราเลือกงานที่คนสนใจกับงานที่ให้กำไรดี
มาแนะนำคู่กัน งานแรกไว้ดึงดูดความสนใจของลูกค้า
อีกงานช่วยให้ร้านอาหารอยู่รอด

ตีมาแนะนำคู่กัน งานแรกไว้ตั้งความสนใจของลูกค้า ลดกำไรลง เล็กน้อยให้เอือมถึง และข้อสำคัญคือทำงานที่ ๒ ให้สมศักดิ์ศรี แม้ว่าจะเป็นงานที่ต้นทุนต่ำ เพราะงานนี้แหละจะเป็นตัวช่วยให้ร้านอาหารอยู่รอด”

เขาเล่าว่าถ้าเราทำความเข้าใจทั้งธรรมชาติของคนและอาหารได้ เราจะเข้าใจว่าควรขายสิ่งที่มีอยู่อย่างไร ไม่ว่าจะเป็นช่องทางในการทำตลาด หน้าตาของภาพอาหาร ร้านเราควร “ขาย” ชูเมนูหน้าตาประมาณไหน บรรจุภัณฑ์ควรเป็นอย่างไร เมนูบรรยากาศร้าน และอีกมาก เราจะไม่มียึดยึดตัวตนของเราไปให้กับร้าน

“แต่เราจะพัฒนาเขาอย่างที่เขาคือ”

นักขาย (ภาพอาหาร)

“หลักคือ ทำยังไงให้คนอยากถ่ายรูปอาหารของเรา”

แพรว-เรืองรี บรรณพิภพ นักการตลาดและเจ้าของเว็บไซต์ www.saysfood.com เล่าถึงกลยุทธ์สำคัญในการทำตลาดให้แก่อ้านอาหาร

“ถ้าเราคิดข่าวมาที่พีพีหนึ่ง เอหาหมิวาง ไข่ดาวโปะ คนก็จะมากินๆ เสร็จ แต่ถ้าเราเปลี่ยนรูปแบบการพรีเซนตอาหาร อย่างเช่นข้าว หาพิมพ์สวยๆ มาวาง หมูอาจจะทิมลงไปไขวใหม่ หรือพันกับผักวางไว้ คนก็จะทำอย่างไร

“อีกวิธีคืออาหารที่ทำให้คนมีส่วนร่วม ไม่ใช่แค่จิ้มมากินแล้วจบ อย่างเช่นร้านนี้จะมีเป็นเปลวไฟเล็ก ๆ อย่างเช่นร้านนี้มีซูชิ ด้านบนเป็นเนื้อดิบ ถ้าบางคนกินเนื้อดิบได้ก็กินเข้าไปเลย ถ้าบางคนยังไม่ชอบก็จะไปเล่นไฟนิด ๆ ให้แคร์ริลล์ ๆ หรืออย่างร้านพิซซ่าที่ทำเตาเทียมให้แต่งหน้าเองเข้าไปอบเอง”

พวกเขาเหล่านั้นกำลังทำตามกลยุทธ์ที่แพรวพูดถึงคือ “ทำยังไงก็ได้ไม่ให้นักเข้ามากินแล้วจบ”

เป็นที่รู้กันดีว่ามูลค่าของธุรกิจกลุ่มโฆษณาที่สูงมหาศาลแค่ไหน ทางออกหนึ่งที่ร้านอาหารทั้งเล็กและใหญ่เลือกตัดสินใจทำ จึงเป็นการทำอย่างไรก็ได้ให้คนเห็นภาพอาหารของเขา โดยที่ร้านจะต้องจ่าย...น้อยที่สุด

นอกจากนั้นแม้ไม่ต้องอ้างอิงผลการวิจัย ก็เห็นได้ชัดว่า

ความรู้สึกเชื่อถือในคำโฆษณามีน้อย แตกต่างจากการบอกเล่าปากต่อปากของคนสนิทเป็นไหน ๆ ดังที่เขาเล่าถึงเว็บไซต์รีวิวร้านอาหารยอดนิยมแห่งหนึ่งว่า

“ช่วงที่เว็บตั้งใหม่ ๆ เขาจะรับสิ่งที่เรียกว่า ‘มดงาน’ คือคนที่คอยปั่นรีวิวให้ดูมีความเคลื่อนไหว เพื่อไปกระตุ้นให้คนอื่น ๆ เขียนตาม ตอนนั้นเขียนกันคนละประมาณ ๘-๑๐ เรื่องต่อเดือน น่าจะได้เรื่องละประมาณ ๘๐๐” แพรวเล่าถึงตอนที่เธอเข้ามาทำงานสายการรีวิวอาหารเต็มตัวใหม่ ๆ

“นักรีวิวมองไม่ยาก จะสังเกตได้ว่าคนกลุ่มนี้มักจะรู้รายละเอียดของร้านมากไปหน่อย คนที่เขารีวิวเป็นจริง ๆ จะไม่ใช่รายละเอียดหลังร้านลงไปมากนัก อย่างเจ้าของจบที่ไหน หรือได้รับแรงบันดาลใจมาจากอะไร ซึ่งเป็นเรื่องที่คนมากินจริง ๆ เขาไม่รู้หรือออกอย่างมากที่สุดก็แค่ร้านจัดโต๊ะไปรงสบายไหม มีดี สวย กว้าง ดีหรือเปล่า เจ้าของร้านมาดูแลแขกแค้นใจตัวเองไหม ควรรู้แค่นั้น” แพรวอธิบายงานของเธอ ซึ่งบางครั้งก็ต้องทำมากกว่าแค่ “การเล่าให้ฟัง”

“พอเราเริ่มเป็นที่รู้จักในเว็บหรือสังคมออนไลน์ที่เราเลือกอินเข้าใช้งานบ่อย ๆ ก็เกิดความภาคภูมิใจ ซึ่งความภาคภูมิใจเหล่านี้ถูกหยิบขึ้นมาใช้เป็นแรงขับเคลื่อนธุรกิจโดยที่ไม่ต้องอาศัยการลงทุนเพิ่มสักบาทเดียว” เธอยิ้ม

“หลักการตลาดส่วนใหญ่คือทำให้เห็นบ่อย ๆ เดียวก็อินไปเอง “เห็นครั้งแรกเพื่อทิ้งให้เก็บความสงสัยไว้ก่อน เจออีกครั้งอาจจะเริ่มค้น จำชื่อได้ พอเห็นบทความเต็มทีหลังจะรู้สึกที่ว่า ‘ร้านนี้เอง’ และก็จะลงท้ายด้วยการอยากลองแวะไปกินสักครั้ง” แพรวยิ้มแววดาเฉียบคม

เราอาจคลังคลังฟุตบอลแต่ไม่มีโอกาสสักครั้งที่จะได้ลงไปเตะในสนามแข่ง หรือหลงไหลในเสียงดนตรีแต่เล่นไม่ได้ แต่อาหารเป็นเรื่องที่เราทุกคน “กิน” ได้

เพราะอาหารเป็นเรื่องที่ทุกคนเข้าถึงได้ง่าย ปริมาณเม็ดเงินมหาศาลที่ไหลเวียนหล่อเลี้ยงธุรกิจสื่ออาหาร จำนวนของผู้ป่วยโรคอ้วนที่มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นทุก ๆ ปี การบริโภคเกินความจำเป็น อาหารที่เหลือทิ้งนับเป็นหน่วยตัน...

เราต่างอาจเคยเป็นส่วนหนึ่งที่ขับเคลื่อนตัวเลขเหล่านั้นด้วยหนึ่ง “แตะ” และหนึ่ง “แชร์” ของเรา ไม่มากนักน้อย

แต่จะดีกว่าไหม ถ้าเป็นไปโดยที่เราไม่รู้เท่าทัน...และรู้ตัว ๓



การ
เดินทาง
ของ

อาหาร กับผัก

เรื่องราวทั้งหมดนี้เกิดขึ้นเพราะเย็นวันนั้นแท้ ๆ ...
ฉันยังจำได้ดี

ฉันทิ้งร่างอ่อนแรงลงบนโซฟาหลังจากทำงานหนักมาทั้งวัน
ฉันเหนื่อยเสียจนไม่อยากจะทำอะไร...คุณเองก็น่าจะเคยผ่านความ
รู้สึกนี้มาบ้างเช่นกัน

พอร่างกายได้พัก น้ำย่อยในกระเพาะกลับเริ่มทำงาน แต่
เวลานั้นฉันไม่มีกะจิตกะใจจะหาอาหารอร่อย ๆ มาป้อนกระเพาะ
ที่หิวโซ ทำได้เพียงคู้ยหาอาหารที่มีเพื่อประทังชีวิตให้ผ่านพ้นวันนี้
ไปได้

ภายในตู้เย็นยัดแน่นด้วยขวดน้ำและถุงพลาสติก
ผักที่เหลือจากเมนูผัดผักเมื่อสุดสัปดาห์เริ่มเหลืองหมดแล้ว
มะม่วงที่เก็บไว้นานจนลึม ซ้ำจนและเป็นน้ำอยู่ในถุง
ถ้วยแกงเมื่อ ๒ วันก่อนที่ยังกินไม่หมด มีไหล่อยู่ออเต็มหน้า
ขนมปังได้กรอกกับแฮมแผ่นก็เพิ่งหมดอายุไปเมื่อวานนี้
ฉันถือถุงพลาสติกที่ละถุงและจับมันโยนลงถังขยะถุงแล้ว
ถุงเล่า

สุดท้ายฉันก็ต้องกลับไปตายรังกับอาหารสำเร็จรูปราคา
ประหยัดที่คุณก็น่าจะเดาออก...



สุภัชญา เตชะชูเชิด



สิริพงศ์ ลีวุฒิกุล



จุดรวมทิ้งเศษผักของตลาดสี่มุมเมือง
ซึ่งแต่ละวันกลายเป็นขยะจำนวนมาก

ระหว่างชดน้ำซุพหยดสุดท้ายของบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ฉันก็ยังไม่หายหัวเสียกับขยะอาหารกองใหญ่ที่เพิ่งรื้อออกมา แถมยังต้องรีบเอาไปทิ้งก่อนมันจะส่งกลิ่นเหม็น เรียกมด หนู แมลงสาบมาสร้างปัญหามากกว่านี้

“นี่บ้านของฉันอยู่กันแค่สามคนยังมีขยะอาหารเยอะขนาดนี้ ถ้าทั้งประเทศจะขนาดไหนนะเนี่ย?” ฉันเกิดคำถามขึ้นในใจ ก่อนจะเอานิ้วรูตไปบนหน้าจอโทรศัพท์เพื่อหาคำตอบและประวิงเวลาด้างจวน

“๒๖.๗๗ ล้านตัน”

“โอ้พระเจ้า!” ฉันอุทานกับตัวเลขเหล่านั้น ประเทศไทยของเราสร้างขยะมูลฝอยปีละ ๒๖.๗๗ ล้านตัน หรือน้ำหนักเท่ากับเครื่องบิน ๙๗,๐๐๐ ลำเลยทีเดียว ในจำนวนนี้กว่าครึ่งหนึ่งเป็นขยะอาหาร เมื่อนำตัวเลขไปเทียบกับปริมาณอาหารที่ผลิตจะพบว่าเรากินกันจริง ๆ เพียงสองส่วนเท่านั้น ที่เหลืออีกหนึ่งส่วนจะกลายเป็นขยะ เรียกได้ว่าเราเป็นสังคมแห่งการ “กินทิ้งกินขว้าง” อย่างแท้จริง

ฉันจุก...ไม่รู้ว่าเพราะเส้นบะหมี่ในกระเพาะเริ่มอืด หรือว่าข้อมูลที่น่ากลัวนี้เกินแน่

ฉันจึงกลายเป็นเจ้าหนูจ๋าไม่...คอยตั้งคำถามเกี่ยวกับชะตากรรมของอาหารที่ไม่ได้กิน

.....
“ป๊า ๆ เศษอาหารป๊าเอาไปไหนอะ” ฉันถามป๊าศรี ร้านขายอาหารตามสั่งเจ้าประจำ

“ก็ทิ้งสิ ถามได้” ป๊าตอบอย่างตรงไปตรงมา
ฉันจึงพยายามอธิบาย และได้คำตอบที่ชัดเจนขึ้น

“เศษอาหารก็เอาตะกร้าพลาสติกกรองก่อน น้ำเทลงท่อไป ส่วนเศษอาหารก็ใส่ถุงไปทิ้งตามถังขยะทั่วไปนี่แหละ แต่ก่อนมีถังข้าวหมูให้ใส่ แต่เดี๋ยวนี้ไม่มีแล้ว”

“ถังข้าวหมู?” ฉันสงสัยเพราะเกิดและเติบโตในละแวกนี้มาโดยตลอด แต่ถังข้าวหมูกลับไม่เคยอยู่ในความทรงจำเลย

ป๊าศรีอธิบายให้ฉันฟังว่าสมัยก่อนฟาร์มเลี้ยงหมูจะมาตั้งถึงรับเศษอาหารในชุมชน ชาวบ้านก็จะเอาเศษอาหารในครัวเรือนไปทิ้งรวมกัน แล้วเขาจะนำไปเป็นอาหารเลี้ยงหมู แต่ต่อมาทางราชการเห็นว่าถังข้าวหมูทำให้พื้นที่รอบ ๆ สกปรก ดูไม่งามตา จึงสั่งห้ามนำมาตั้ง แต่ละบ้านจึงต้องหาทางจัดการเศษอาหารของตัวเองตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา

.....
“ทิ้งอย่างเดียวเลยคะ” เป็นคำตอบที่ฉันได้จากแนน (นามสมมติ) ผู้จัดการร้านสะดวกซื้อชื่อดังแห่งหนึ่ง

“เที่ยงคืนก่อนวันหมดอายุ เราจะเก็บสินค้าลงจากชั้นวางมาทำลายทิ้งคะ โดยการฉีกทิ้งต่อหน้ากล้องวงจรปิด และใส่ถุงดำออกไปทิ้งข้างนอก พนักงานจะไม่สามารถทานหรือเอากลับไปได้ ถ้าเป็นของเหลวก็เทลงท่อหมด”

แนนอธิบายให้ฉันเข้าใจถึงกระบวนการจัดการสินค้าหมดอายุ เพราะหากสินค้าเหล่านี้หลุดรอดออกไปก็อาจมีคนหัวใสนำไป

ขายต่อและทำให้แบรนด์สินค้าเสียชื่อเสียงได้ เพราะนี่คือส่วนหนึ่งของธุรกิจ

อาหารบางประเภทที่มีอายุยาวกว่า เช่น ขนมอบกรอบ หรือของแห้งต่าง ๆ ก่อนชั่งวันหมดอายุประมาณ ๑ เดือนก็จะนำมาจัดโปรโมชั่น ปรับลดราคา เพื่อกระตุ้นให้ผู้บริโภคตัดสินใจซื้อได้ง่ายยิ่งขึ้น

ยิ่งกว่านั้นอายุของอาหารสดบางประเภท เช่น ซาลาเปาหรือไส้กรอก เรียกได้ว่านับถอยหลังกันเป็นรายชั่วโมงเลยทีเดียว

“อย่างซาลาเปาจะอยู่ในตู้หนึ่งได้ไม่เกิน ๘ ชั่วโมง ถ้าเลยเวลาที่กำหนดแบ่งก็จะเสียสภาพ เริ่มยุ่ย ทำให้รสชาติไม่เหมือนเดิมหรือไส้กรอกที่อยู่บนถาดกึ่งนานก็จะเหี่ยว เพราะฉะนั้นเราก็จะไม่โชว์เยอะ” แนนเล่าต่อและบอกให้ฉันสังเกตว่าแต่ละร้านจะมีอาหารประเภทนี้วางให้เห็นเพียงเล็กน้อยเท่านั้น

เมื่อถามถึงประโยชน์ของอาหารเหลือเหล่านี้ แนนเหมือนจะเข้าใจสิ่งที่ฉันต้องการจะสื่อ เธอเงิบไปครู่ก่อนตอบเราว่า “จริงๆ สำหรับคนอื่น อาหารเหล่านี้ก็มีประโยชน์แหละ แต่เราทำอะไรไม่ได้ ถ้าเราเอาออกไปโดยที่ไม่ได้ซื้อก็ถือว่าเราทุจริตทันที ทางบริษัทมีกฎระเบียบควบคุมไว้ทุกอย่าง”

ตอนท้ายเธอย้ำกับเราว่า “สินค้าเหลือไม่มากหรอก เพราะว่า จะต้องดูจากยอดขาย ทุกอย่างเป็นเม็ดเงินทั้งหมด วันหนึ่ง ๆ ก็จะมีของเหลือนิดหน่อย หรือแทบไม่เหลือเลย”

.....
“ข้าหนอยนะ วันนี้นั้นวันพระ” หลวงพ่อบอกขณะมารับบิณฑบาตที่บ้านเหมือนอย่างเคย ตามมาด้วยลูกศิษย์อีกสามคนที่หอบของพะรุงพะรังอยู่เต็มสองแขน

เห็นอย่างนี้แล้วฉันก็ไม่วายเอ่ยปากถาม “หลวงพ่อกะอาหารเยอะขนาดนี้ ถ้าพระฉันไม่หมดแล้วทิ้งเหวอะคะ”

“ไม่ต้องห่วง ๆ ที่วัดมีลูกศิษย์ลูกหาเยอะแยะเลย ชาวบ้านเขาก็มารอรับกันอีก พระก็แบ่งไปให้เขา เขาก็ได้ทำบุญอีกต่อหนึ่งนะ ไม่มีทิ้งหรอก”

พระครูปลัดฐิติวัฒน์ รองเจ้าอาวาสวัดพระยายัง เล่าให้ฉันฟังด้วยความเบิกบานว่า อาหารเหล่านี้จะถูกแบ่งไว้สำหรับฉันเพลที่เหลือจะส่งต่อให้ชาวบ้านในละแวกวัดที่มารอรับ

หลวงพ่อบอกต่อไปว่า ส่วนอาหารแห้งหรือน้ำบรรจุขวดที่เก็บไว้ได้นานก็จะแยกไว้สำหรับส่งต่อไปยังวัดตามต่างจังหวัด หรือสถานที่ที่ยื่นจดหมายมาขอความอนุเคราะห์ เช่น โรงเรียน หรือชุมชนต่าง ๆ เป็นต้น

อาหารเหลือทั้งจริง ๆ จะมีก็แต่เศษอาหารก้นบาตรหรือเศษอาหารติดจานเท่านั้นก็นำไปเลี้ยงสุนัข หรือถ้าเป็นวัดที่อยู่ติดแม่น้ำก็จะให้ทานเป็นอาหารปลา



ถึงจะให้ทิ้งเศษผักในตลาดก่อนรวบรวมออกไป



แม้คัดลอกาบใบแก่ของกะหล่ำปลีทิ้งเพราะเป็นส่วนที่ไม่ต้องการ

มูลค่าของเศษอาหาร

เราเดินทางมาถึงศูนย์พัฒนาฟาร์ม จังหวัดอ่างทอง ที่มีบ่อเลี้ยงปลาขนาดใหญ่สองบ่อและเล้าคอนกรีตเลี้ยงหมูอยู่ริมบ่อปลาทั้งสองด้าน ต้นไม้รอบ ๆ พลับพลาเล็กน้อยตามสายลมที่พัดอ่อน ๆ แต่ยังไม่ทันที่ฉันจะก้าวลงจากรถ กลิ่นเหม็นเปรี้ยวแรง ๆ ก็ปะทะเข้าจมูกอย่างจัง ต้นทางของกลิ่นคือเศษอาหารที่บรรจุอยู่ในถังสีฟ้าตั้งเรียงรายเต็มรถกระบะ

มณฑิตา สุขสง่า หรือ อุ้ม สาววัยรุ่นผู้สืบทอดกิจการของครอบครัวในการรับซื้อ-ขายเศษอาหาร ต้อนรับเราอย่างเป็นกันเอง เธอเล่าให้ฟังถึงจุดกำเนิดธุรกิจนี้ว่า

“จริง ๆ แล้วยี่ที่บ้านอุ้มทำฟาร์มเลี้ยงสัตว์คะ ทำมาตั้งแต่รุ่นคุณปู่แล้ว ปูก็เลี้ยงหมู ปลา และไก่ สำหรับธุรกิจรับซื้อเศษอาหาร คุณปู่เริ่มมาจากการเก็บเศษอาหารจากวัด บางวันมีคนมาทำบุญเยอะมาก พระท่านก็จะเรียกชาวบ้านมาเก็บอาหารเหลือเอาไปเลี้ยงสัตว์ของตัวเอง บางที่เราได้มาเยอะใช้ไม่หมดก็แบ่งให้คนอื่นไป มันก็พัฒนามาจนทุกวันนี้”

เศษอาหารแบ่งได้เป็นสองประเภทใหญ่ ๆ คือเศษอาหารที่เหลือจากการบริโภค และเศษอาหารที่เกิดจากกระบวนการผลิตทางอุตสาหกรรม เช่น เศษขนมปัง เส้นหมี่หัก ๆ รวมถึงเศษอาหารจากอุตสาหกรรมของสด เช่น ไข่ไก่ เศษเนื้อจากการตัดแต่งแฮมรวมไปถึงสินค้าตกเกรด เช่น ปลาแผ่นที่ตัดไม่ได้ขนาด หรือปูอัดที่ขึ้นรูปไม่สวย เป็นต้น

แน่นอนว่าเศษอาหารแต่ละประเภทย่อมมีราคาแตกต่างกัน ธุรกิจของอุ้มเน้นการประมวลผลเศษอาหารที่เหลือจากการรับประทาน ซึ่งมีราคาถูกที่สุด คือกิโลกรัมละ ๓ บาท เพื่อจำหน่ายต่อให้แก่เกษตรกรรายย่อย

การซื้อขายเศษอาหารยังมีรายละเอียดมากกว่าที่ฉันคิดเอาไว้มาก เพราะเศษอาหารจากสถานที่ต่าง ๆ มีลักษณะแตกต่างกัน และต้องมีการจัดการที่รวดเร็วก่อนจะเน่าบูด ยังไม่รวมถึงบรรจุภัณฑ์และกระบวนการขนส่งที่ครอบคลุมถึงสามจังหวัด คือกรุงเทพฯ

พระนครศรีอยุธยา และอ่างทอง

“อาหารในโรงพยาบาลมักจะเป็นข้าวต้ม โจ๊ก หรือซूप เศษอาหารจากโรงพยาบาลจึงมักจะมีน้ำเยอะ เวลาขายจะต้องมากรองน้ำออกก่อน หรือเติมน้ำเข้าไป แต่ถ้าเป็นเศษอาหารจากโรงงานหรือเรือนจำ เขาจะเรียกว่า ‘อาหารสวย’ คือมีน้ำน้อย แบบนี้เราก็นำมาขายได้เลย”

อุ้มอธิบายขณะคุมคนงานใช้ตะขอเกี่ยวถังเศษอาหารเทลงในบ่อ ผู่ปลาสวยว่ายมาแย่งกันกินจนแน่นขนัด

อาหารกว่า ๑๐ ถังหายไปในวันพรุ่งนี้ เหลือเพียงเศษขยะที่ลอยขึ้นมาเท่านั้น

“โดยปกติแต่ละที่ก็จะคัดแยกเศษขยะมาแล้วระดับหนึ่ง นอกจากบางครั้งถ้าเราเห็นว่าในเศษอาหารมีขยะปนเยอะเราก็จะหยิบออกก่อน หรือถ้ามีขยะสะสมในบ่อปลามากก็ทำให้ น้ำเสียได้” เธอเสริมพลางชี้ให้ดูกระชอนที่ใช้ตักเศษขยะออกจากบ่อ

ฉันถามอุ้มถึงความรู้สึกของคนทำงานกับขยะ ของเหลือที่ไม่มีใครต้องการ หญิงสาวยิ้มน้อย ๆ ก่อนจะบอกว่าเธอทำธุรกิจนี้ด้วยพื้นฐานของความช่วยเหลือเกื้อกูล มิใช่บนพื้นฐานของกำไรเพียงอย่างเดียว

“มันเป็นลักษณะการช่วยกันจัดด้วยนะ ถ้าไม่มีอาชีพตรงนี้ เศษอาหารจะไปไหน บางคนถึงกับขอร้องให้ช่วยมาเก็บไปที่ เขายกให้ฟรี ๆ ...เหมือนเราเป็นคนทำความสะอาดประเทศเลยนะ” (หัวเราะ)

หากนึกถึงภาพพระบิณฑบาตที่เคยเรียนสมัยมัธยมฯ ฉันคิดว่าธุรกิจรับซื้อขายเศษอาหารก็เปรียบเสมือน “ผู้ย่อยสลาย” ที่คอยย่อยซากพืชซากสัตว์ต่าง ๆ ให้กลายเป็นสารอาหารสำหรับผู้ผลิต ในขณะที่เรามักให้ความสนใจกับผู้ผลิตและผู้บริโภค แต่ที่จริงแล้วผู้ย่อยสลายที่เราหลงลืมไปต่างหากที่ทำให้การหมุนเวียนสารอาหารในห่วงโซ่นั้นสมบูรณ์

เศษอาหารที่คนกินเหลือตราบสูญอาหาร ส่วนหนึ่งถูกนำไปใช้เลี้ยงสัตว์ เช่นหมูหรือปลา ตามฟาร์มเลี้ยงต่าง ๆ





ส่วนหนึ่งของกิจกรรมนำอาหาร
ที่เราไปได้กินส่งต่อให้ผู้อื่นได้กินอิ่มท้อง
แทนที่จะทิ้งเสียเปล่า

เหลือของเธอ อิ่มของฉัน

จากหนังสือ *คุณค่าที่แท้จริง* ซึ่งนำเสนอโดยคู่ขวัญอย่าง ญาญา-อุรัสยา เสปอร์บันด์ และ หมาก-ปริญ สุภารัตน์ เรื่องราวเกี่ยวกับผู้ชายคนหนึ่งที่คิดพัฒนาแอปพลิเคชันให้ผู้คนนำอาหารเหลือของตนเองไปส่งต่อให้แก่ผู้ยากไร้ อันมีชื่อตรงตัวว่า “Food Giving” ภาพความสุขที่เกิดจากการแบ่งปันอาหารเหล่านี้ทำให้ฉันไม่รีรอที่จะติดต่อกับ **สุทัศน์ จรจง** หรือ พี่เล้ง นักพัฒนานวัตกรรมผู้ก่อตั้งบริษัทคูอินไทย และเจ้าของเรื่องบันดาลใจในคลิปวิดีโอเรื่องนี้

พี่เล้งเล่าให้ฉันฟังว่า จริง ๆ แล้วเริ่มต้นทำแอปพลิเคชันการส่งต่ออาหารที่ประเทศเคนยา

ใช่แล้ว! คุณอ่านไม่ผิดหรอก เคนยาจริง ๆ

สมัยเรียนมหาวิทยาลัย เขาและกลุ่มเพื่อนได้พัฒนาแอปพลิเคชันที่จับคู่ความต้องการของคนสองคนในเชิงธุรกิจขึ้นชื่อว่า “ป๊อปโปะ” แม้ว่าแอปพลิเคชันนี้จะชนะการประกวด แต่ไม่เคยถูกนำมาใช้จริง จนวันหนึ่งเขาและเพื่อนได้ดูสารคดีเกี่ยวกับความขาดแคลนในชนบทของเคนยาและอาหารเหลือในเมืองที่ห่างไกลกัน เขาจึงเกิดแรงบันดาลใจและปิดฝุ่น “ป๊อปโปะ” ขึ้นมาอีกครั้ง แต่ครั้งนี้เป็นการจับคู่ผู้ที่มีอาหารและผู้ที่ต้องการอาหาร โดยอาศัยอาสาสมัครช่วยส่งต่ออาหารจากต้นทางไปยังปากท้องที่หิวโหย

“อาหารที่เคนยาเขาขาดแคลนจริง ๆ ในขณะที่บ้านเรามีเกินพอ ผมไม่คิดว่าสังคมที่มีความอุดมสมบูรณ์ ไม่ได้มีการอดตาย

เพราะเรื่องขาดอาหาร จะมาให้ความสำคัญกับเรื่องพวกนี้” ชายหนุ่มผู้มุ่งมั่นอธิบายเหตุผลของการเริ่มต้นโครงการที่กระโดดข้ามไปทำไกลถึงเคนยาให้ฉันเข้าใจ

แม้เมืองไทยจะไม่ได้ขาดแคลนอาหาร แต่ก็มีปัญหาเช่นกัน เพราะส่วนเกินที่กลายเป็นขยะจนทำให้กรุงเทพมหานครครองแชมป์อันดับที่ ๔ จาก ๒๒ เมืองใหญ่ในภูมิภาคเอเชียที่สร้างขยะอาหารมากที่สุด

พี่เล้งเห็นปัญหาของขยะไร้ค่าเหล่านี้ จึงตัดสินใจพัฒนาแอปพลิเคชันนี้ขึ้นในประเทศไทยบ้าง

ฉันคุยกับพี่เล้งพักใหญ่ก็เริ่มเห็นภาพว่าจริง ๆ แล้วร้านอาหารต่าง ๆ ไม่ได้มีของเหลือมากมายนัก เนื่องจากมีระบบการวิเคราะห์เพื่อลดต้นทุนและระบบการจัดการเศษอาหารที่ดี อีกทั้งยังมีการพัฒนาอยู่ตลอดเวลา แต่ขยะอาหารจากครัวเรือน (เช่น ขยะจากตู้เย็นบ้านฉัน) อาจจะมีมากกว่าเสียด้วยซ้ำ ฉันจึงอดเอ่ยปากถามเรื่องนี้ไม่ได้

“ใช่ครับ” เขายอมรับ ก่อนพูดต่อว่า “การกักตุนอาหารภาคครัวเรือนเป็นของเสียมากกว่าร้านอาหาร เราอยากสร้างระบบการประเมินแผนการลงทุนแบบที่เราทำกับภาคธุรกิจให้เกิดขึ้นกับทุกคนด้วย สิ่งที่เราซื้อเข้ามา เราจะจัดการกับการบริโภคของตัวเองอย่างไรบ้าง เราเป็นมนุษย์ ผมยอมรับว่าต้องมีการสร้างของเสียอยู่แล้วแหละ แต่ทำยังไงให้เราสูญเสียให้น้อยที่สุด”

วันหมดอายุของเราไม่เท่ากัน

ฉันสังเกตเห็นว่าอาหารสำเร็จรูปส่วนใหญ่จะระบุ “วันหมดอายุ” (expiry date) แต่อาหารอีกหลายชนิดก็ใช้คำว่า “ควรบริโภคก่อน” (best before/best by) และฉันยังสังเกตเห็นอีกว่าแทบไม่มีอาหารขึ้นโหนดอายุตามวันที่ระบุไว้จริงๆ สักครั้งเดียว...คุณคงเริ่มสงสัยเหมือนฉันแล้วสิ

“จริง ๆ แล้วทั้งสองคำนี้มันต่างกันยังไง และวันหมดอายุที่แท้จริงคือเมื่อไหร่กันล่ะเนี่ย?”

จันจิรา ประภาภรณ์ หรือ พี่ยุ้ย นักกำหนดอาหารสาวมาดคุณหมอ ประจำหน่วยโภชนศาสตร์คลินิก โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า รอให้คำตอบอยู่แล้ว

“วันหมดอายุจริง หรือ expiry date หมายความว่าอาหารไม่สามารถที่จะทานได้หลังจากวันที่กำหนดแล้ว แต่ผลิตภัณฑ์ที่เขียนว่าควรบริโภคก่อน ถ้าถึงวันที่ระบุแล้วจะยังไม่หมดอายุหรอก

แต่เมื่อฉันยื่นกรานกับเธอว่า พอถึงวันหมดอายุ อาหารก็ไม่เห็นจะเคยเสียจริงๆ สักที พี่ยุ้ยจึงยอมเผยเรื่องทางเทคนิคให้ฉันฟังว่าการกำหนดวันหมดอายุจะกำหนดล่วงหน้าตามหลักเกณฑ์ค่าความปลอดภัย (safety factor) หากผู้ผลิตถูกสุ่มตรวจก็จะมีความเสี่ยงน้อยที่จะเจออาหารเสียก่อนวันหมดอายุ และการกำหนดวันไว้ล่วงหน้ายังช่วยเพิ่มความปลอดภัยให้แก่ผู้บริโภคด้วย อย่างไรก็ตาม การกำหนดวันหมดอายุสินค้าไม่ได้มีหลักเกณฑ์ที่ตายตัว เพราะสินค้าแต่ละชนิดแตกต่างกัน

“อย่างนมก็มีหลายแบบ นมพาสเจอไรซ์จะใช้ความร้อนในการฆ่าเชื้อน้อยๆ จะเห็นว่านมพาสเจอไรซ์ต้องแช่เย็นตลอดแบบนี้ยังมีคุณค่าทางอาหารมาก แต่เมื่อถึงวันหมดอายุปั๊บเราไม่ควรกินต่อเลย เพราะมันไม่ได้ถูกฆ่าเชื้อมาทั้งหมด แต่ถ้าเป็นนมยูเอชที จะเห็นว่าไม่ต้องแช่ตู้เย็น เก็บที่อุณหภูมิปรกติได้ เพราะว่า

ถ้าไม่มีอาชีพตรงนี้ เศษอาหารจะไปไหน...เหมือน

เพียงแต่ว่าลักษณะของอาหารชนิดนั้นอาจจะเปลี่ยนไปจากเดิม เช่น สีหรือกลิ่นเปลี่ยน ขนมาจากที่กรอบอาจจะไม่กรอบแล้ว แต่ถามว่าหมดอายุไหม มันยังไม่หมดอายุ” พี่ยุ้ยชี้แจงความแตกต่างระหว่างคำที่ระบุไว้

ความร้อนฆ่าเชื้อมาระดับหนึ่งแล้ว ถ้าหมดอายุประมาณ ๑-๒ วันก็ยังกินต่อได้” ผู้เชี่ยวชาญอธิบายเรื่องวันหมดอายุที่สัมพันธ์กับกระบวนการผลิตให้ฉันฟังอย่างง่าย ๆ

นอกจากนี้วันหมดอายุของอาหารยังขึ้นอยู่กับวิธีการเก็บรักษา ความถี่ของการเปิดกิน หรือหีบห่อที่เราเก็บอีกด้วย ถ้าเปิดกินบ่อยหรือเก็บในที่อุณหภูมิสูง อาหารจะบูดเน่าเร็วกว่า เรียกได้ว่าขึ้นอยู่กับปัจจัยทั้งหมดที่เอื้อต่อการเจริญเติบโตของเชื้อโรค

และวันหมดอายุของอาหารยังขึ้นอยู่กับ “ร่างกายของเรา” อีกด้วย ถ้าเรามีภูมิคุ้มกันไม่แข็งแรงหรือต้องเสียบ่อย ๆ อาหารที่มีเชื้อโรคน้อยนิดก็อาจเป็นอันตรายได้ ดังนั้นเพราะสุขภาพที่ต่างกัน วันหมดอายุที่แท้จริงของอาหารสำหรับแต่ละคนจึงไม่เท่ากัน



ความคิดว่า เพื่อไว้ก่อน ดีกว่าขาด ทำให้ครอบครัวส่วนใหญ่ซื้ออาหารมาเก็บตุนไว้เกินความจำเป็น



ถังขยะเศษผักที่บักแก๊งไม่สวยแต่ก็เก็บได้ และกาบใบของผักที่ถูกลอกทิ้งในตลาดสี่มุมเมือง

เราเป็นคนทำความสะอาดประเทศ

บักล่าอาหารเหลือ

เมื่อวันเวลาล่วงเลยกว่าตัวเลขที่ถูกประทับตราไว้ อาหารก็กลายเป็นขยะ คุณค่าทางโภชนาการกลับกลายเป็นภาระที่ต้องกำจัด อาหารสภาพดีจำนวนมากนอนรอการกำจัดอยู่ในถุงดำและถังขยะ

ภาพผู้ชายที่ไผล่ออกมาจากถังขยะพร้อมอาหารจำนวนมาก ในภาพยนตร์กึ่งสารคดีเรื่อง *Just Eat It* ทำให้ฉันประหลาดใจ เพราะเขาไม่ได้ยากจน ไม่ได้เป็นคนไร้บ้าน แต่กลับดำรงชีวิตด้วย "อาหารหมดอายุทางการตลาด" ซึ่งยังมีคุณภาพดี...เขาเป็นหนึ่งในสมาชิกกลุ่มฟรีแกน (Freegan)

Freegan มาจากการรวมกันของคำว่า free และ vegan (มังสวิรัต) โดยมีแนวคิดต่อต้านระบบทุนนิยมและบริโภคนิยมให้มากที่สุด ขณะเดียวกันก็พยายามใช้ทรัพยากรให้น้อยที่สุด อันรวมถึงพฤติกรรมตามล่าและดำรงชีวิตด้วยขยะอาหารสภาพดีเหล่านี้ด้วย แนวคิดนี้เริ่มขึ้นในสหรัฐอเมริกาช่วง ๑๕ ปีที่ผ่านมา และแพร่หลายไปยังยุโรปและแอฟริกาใต้

ฉันเคยถาม **ร็อบ กรีนฟิลด์ (Rob Greenfield)** ฟรีแกนและนักสิ่งแวดล้อมชื่อดัง ถึงความรู้สึกตอนมุดลงไปในกองขยะ เขายอมรับอย่างจริงใจว่า "ตอนแรกผมอายมากเลยนะ ผมไม่อยากให้ใครเห็น กลัวว่าพวกเขาจะตัดสินผมอย่างนั้น แต่ผมก็อยากลองดู เพราะว่ามันเคยเห็นคนอื่นมุดลงไปแล้วกลับออกมาพร้อมอาหารที่มี

สภาพดีมาก แรกๆ ผมก็แอบทำเงียบๆ แต่หลังจาก ๑ เดือนผ่านไป ผมคิดว่าต้องบอกคนทั้งโลกให้รู้ในสิ่งที่ผมเห็น-ในถังขยะอันอุดมสมบูรณ์"

ขณะที่ฟรีแกนคุยแชะถึงขยะเพื่อหาอาหาร คนยากไร้ในประเทศไทยก็มีวิถีชีวิตไม่ต่างกัน เพียงแต่กลุ่มหนึ่งทำเพื่อต่อต้านการบริโภคอย่างเหลือล้น แต่อีกกลุ่มหนึ่งต้องทำเพราะไม่มีทางเลือกมากนัก พวกเขาดำรงชีวิตด้วยอาหารเหลือจากวัด หรือด้วยความช่วยเหลือจากมูลนิธิต่าง ๆ บางกลุ่มเก็บเศษผักจากตลาดสดมาผัดกินและแจกจ่ายกันเอง หลายคนอยากติดต่อขออาหารเหลือจากซูเปอร์มาร์เกตหรือร้านสะดวกซื้อ แต่พวกเขาก็ดูมอมแมมเกินไปและไม่รู้ว่าจะพึ่งพาใครได้

ในสังคมแห่งการกินทิ้งกินขว้างนี้ยังมีผู้คนอีกมากมายที่ไม่สามารถเข้าถึงอาหารได้ เหตุการณ์นี้ทำให้ฉันหวนนึกถึงคำพูดของมหาตมะคานธีที่กล่าวไว้ว่า

"ทรัพยากรในโลกมีพอสำหรับมนุษย์ทุกคน แต่ไม่พอสำหรับคนโลกเพียงคนเดียว"

.....
แม้ฉันไม่อาจนำขยะในวันนั้นกลับมากินได้อีก แต่วันนี้ตู้เย็นของฉันไม่ได้อัดแน่นเหมือนอย่างเคย ฉันจะต้องตรวจดูของที่เหลือก่อนจะออกไปซื้อเพิ่มเติม

ก่อนออกจากบ้าน ฉันต้องทำรายการของที่ซื้อ นี่ทำให้ฉันแน่นิ่งมากขึ้นในการจับจ่ายท่ามกลางสินค้าละลานตาในซูเปอร์มาร์เกต

แต่แล้วฉันก็สะดุดตากับป้าย “ซื้อ ๑ แถม ๑” ตัวหนังสือสีแดงบนพื้นหลังสีเหลืองมองเห็นแต่ไกล ขนมห่อใหญ่ยี่ห้อหนึ่งกำลังลดราคา ปรกติฉันไม่ชอบกินขนมจุกจิก แต่ราคานี้ก็น่าชวนให้ลองชิมอะไรใหม่ๆ ฉันหยิบใส่รถเข็น เดินซึ่งใจอยู่สองรอบก่อนนำมาวางคืน...ถ้ากินไม่หมดฉันจะไม่ซื้อ

ฉันหิ้วถุงกลับมาถึงบ้านพร้อมจัดของใส่ตู้เย็น เนื้อหมูไว้ในช่องแข็ง ผักใส่ถุงซิปล็อกไว้อย่างดี ซอสส่วนใหญ่ฉันก็ใส่ไว้ในตู้เย็นเพื่อยืดอายุ วัตถุดิบเหล่านี้น่าจะเพียงพอให้ฉันทำอาหารและอยู่ไปได้ทั้งสัปดาห์

ผู้บริโภคจำนวนมากไม่น้อยขาดความรู้ความเข้าใจว่า “วันหมดอายุ” บนบรรจุภัณฑ์นั้นมีความหมายว่าอย่างไร



ส่วนเกินที่กลายเป็นขยะ
ทำให้กรุงเทพมหานครครองแชมป์อันดับที่ ๔ จาก ๒๒ เมืองใหญ่
ในภูมิภาคเอเชียที่สร้างขยะอาหารมากที่สุด



“เออ แกว่าไง” ฉันตอบรับสายเรียกเข้าที่ตั้งขึ้นหลังจากจัด
ข้าวของได้ไม่นาน

“ไปกี่วัน?” ฉันถาม

“อาทิตย์นึงเลยเหอ...นี่ฉันเพิ่งซื้อของเข้าบ้านเลยเนี่ยแก...
เออ ๆ ก็ได้ ๆ พงุ่นนี่เจอกัน ต้องรีบจัดกระเปาะละ”

ฉันเดินออกไปหาป่าศรี

“ป่าคะ หนูเอาอาหารมาไว้ให้ป่าทำกับข้าวนะ เดี่ยวหนูต้อง
ไปต่างจังหวัดอีกหลายวัน” ป่าดูจะงง ๆ เล็กน้อย “ป่าเอาไปเลย หนู
ไม่คิดเงิน ไว้กลับมาค่อยมากินข้าวฟรีแล้วกันคะ”

ฉันสูญเสียของที่เพิ่งจะซื้อมา แต่ฉันกลับไม่เสียดาย
เลยแม้แต่หน่วย ๓

อ้างอิง

กรมควบคุมมลพิษ (๒๕๕๖). รายงานสถานการณ์มลพิษของประเทศไทย ปี
๒๕๕๕. กรุงเทพฯ : กรมควบคุมมลพิษ กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและ
สิ่งแวดล้อม.

วีรพงษ์ สุนทรจักรวัฒน์ (๒๕๕๘). “ขยะวิทยา.” Way, ฉบับที่ ๘๔, เมษายน.
ศูนย์ทดสอบฉลาดซื้อ (๒๕๕๕). “ฉลาดอาหารกับความเข้าใจของผู้บริโภค.”
ฉลาดซื้อ, ปีที่ ๑๘ ฉบับที่ ๑๓๔.

สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (๒๕๕๗). “การแสดงผลของอาหาร
ในภาชนะบรรจุ.” คำชี้แจงประกาศกระทรวงสาธารณสุข (ฉบับที่ ๓๖๗).
<http://www.thaihealth.or.th/Content/26546>

ขอขอบคุณ

คุณมณฑิตา สุขสง่า คุณสุนทร สุขสง่า คุณสุทัศน์ รงรอง
คุณจันจิรา ประภากรณ์ คุณพิพัฒน์ชัย กุศลทรามาส Rob Greenfield และ
ทีมงานค่ายสารคดีครั้งที่ ๑๒

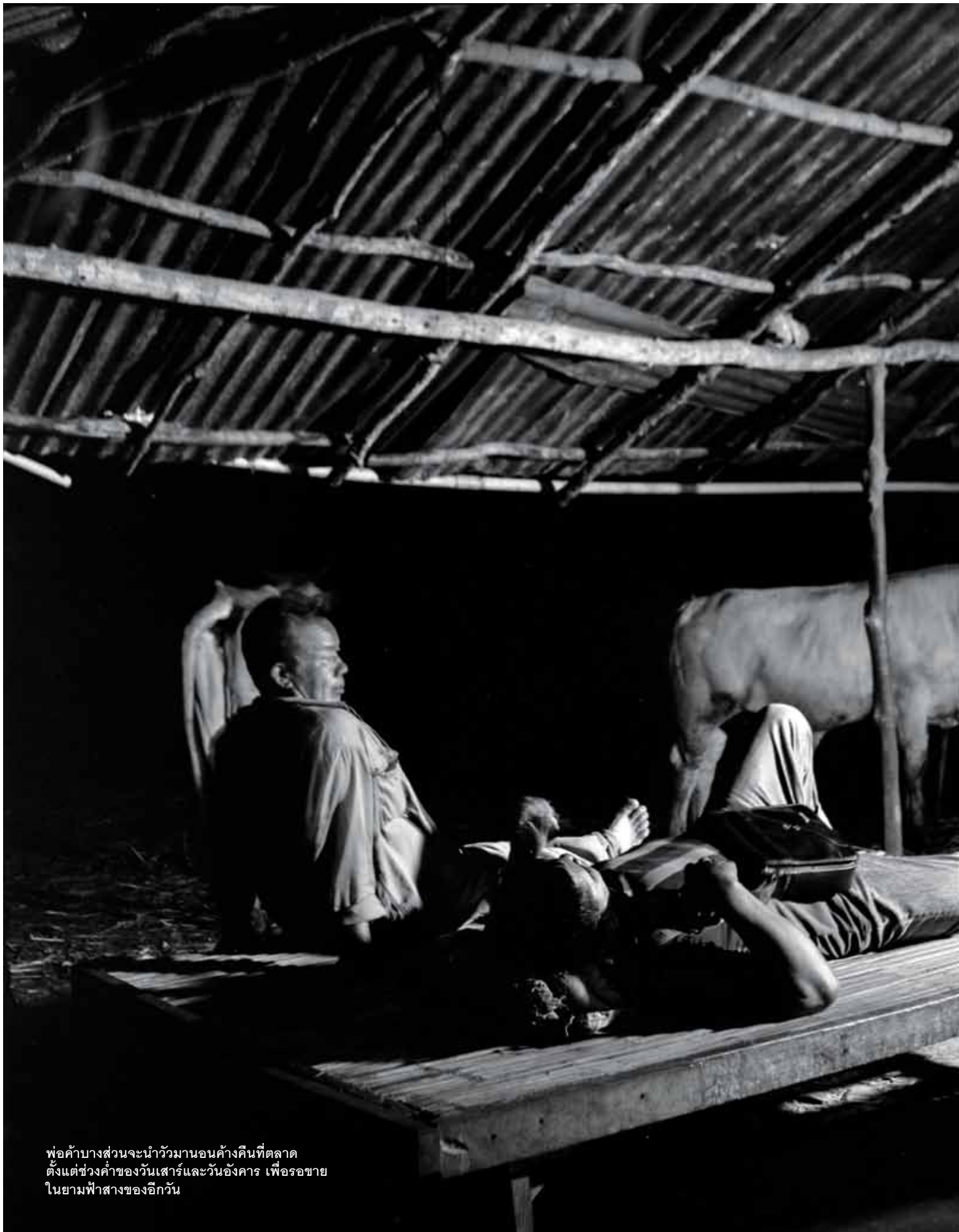
ผู้ฟังกระจายเหนือพื้นดิน
แห่งรังสีน้ำตาลอ่อนสะท้อนแดดสีส้ม
ฟ้ายังคงสีน้ำเงินเข้มเมื่อผู้คนเริ่มเข้ามาจับจ่าย
พ่อค้าที่มาแต่เมื่อคืนกระป๋อง: ปรึกระ: เประ
รอบรรดาลูกค้าที่มาจากทั่วสารทิศ

ตลาดวัวควาย นายจ้อย บุครนบรณนุ

เรื่อง : ศรุตยา สายเมฆ | ภาพ : ณัฐพล ศิลปชัย



การกระราคาซื้อขายวัวควายขึ้นอยู่กับความพึงพอใจของลูกค้าและคนขาย โดยดูสภาพว่ามีตำหนิตรงไหน ผอมไปหรือตัวเล็กไป ถ้าขาดประสบการณ์ก็อาจได้วัวราคาแพงที่ขายต่อได้ไม่เท่าทุน หรือได้ควายที่มีโรคกลับบ้านไปอย่างน่าเสียดาย

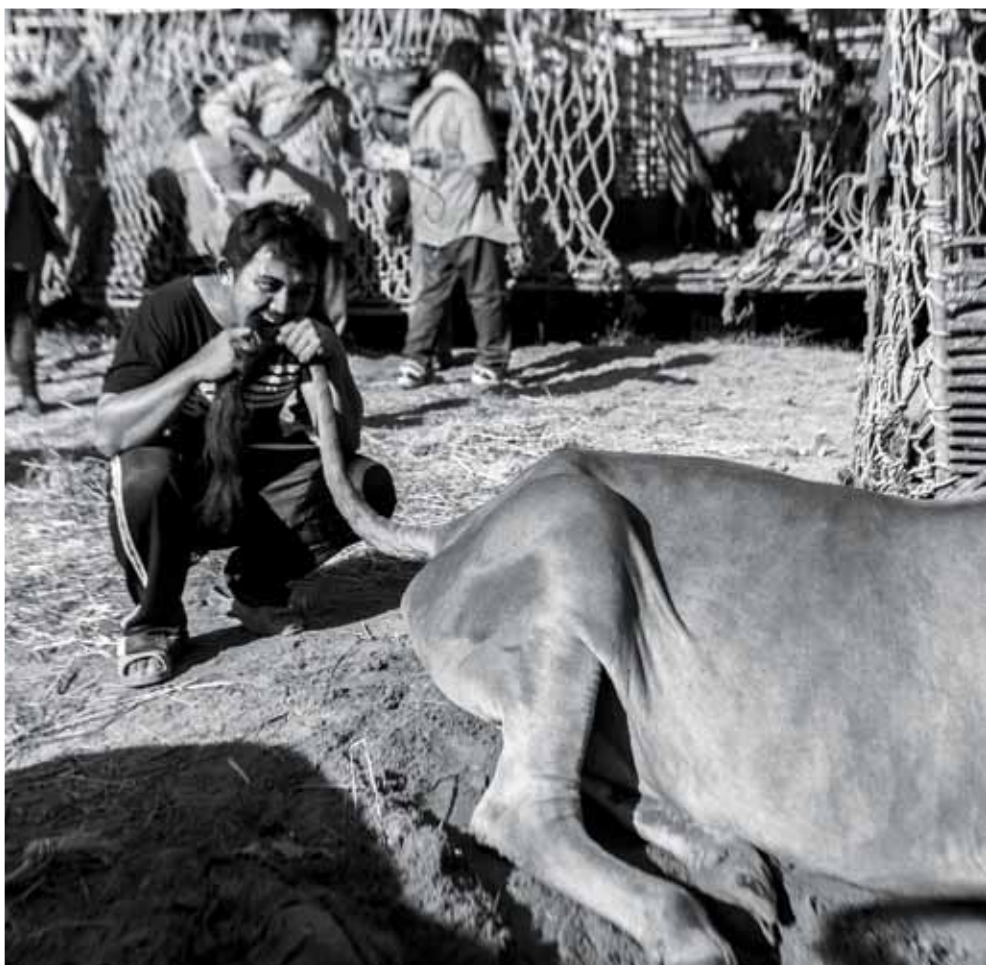


พ่อค้าบางส่วนจะนำวัวมาอนค่างคืนที่ตลาด
ตั้งแต่ช่วงค่ำของวันเสาร์และวันอังคาร เพื่อรอขาย
ในยามฟ้าสว่างของอีกวัน



>
เมื่อการซื้อขายเสร็จสิ้น
วัวควายที่ถูกซื้อไป
จะถูกตีตราด้วยสีสเปรย์
ที่ข้างลำตัว

>
วัวเพศที่ไม่ยอมขึ้นรถ
เจ้าของวัวใช้วิธีกัดหาง
เพื่อให้วัวเจ็บ
และยอมขึ้นรถแต่โดยดี





ฝูงควายตามชนบทของจังหวัดอุบลราชธานี

ตลาดวัวควายของจังหวัดอุบลราชธานีที่อำเภอวารินชำราบคึกคักเป็นพิเศษ ด้วยเนื้อที่เปิดโล่งกว่า ๕ ไร่ และจำนวนของ “สินค้า” ที่มากกว่าตลาดอื่นหลายเท่า กลิ่นสาบสัตว์ใหญ่เคล้ากลิ่นกองฟางเวลานี้บ่งบอกความอุดมสมบูรณ์ของตลาดได้อย่างดีเยี่ยม ที่นี่เปิดเฉพาะวันอาทิตย์และวันพุธ เริ่มซื้อขายตั้งแต่พระอาทิตย์ขึ้นจนถึงเกือบ ๙ โมง พ่อค้าเล่าถึงกรรมวิธีค้าขายในตลาดวัวควายให้ฟังว่าเขาต้องจ่ายเงินค่าพื้นที่ให้ตลาดตัวละ ๒๐ บาท และต้องพาวัวควายไปลงทะเบียนพร้อมรับการพ่นน้ำยาฆ่าเชื้อก่อนเข้าตลาดเพื่อลดความเสี่ยงของการแพร่เชื้อโรค เมื่อวัวควายถูกซื้อไปแล้วจะถูกพ่นทับด้วยสีสเปรย์ที่เขาทั้งสองหรือบนลำตัว

“แรกๆ ก็ซื้อมาเลี้ยงเหมือนคนอื่น แต่พอไม่พอกินก็เลยต้องขาย วัวตัวหนึ่งขายได้ประมาณ ๔ หมื่นบาท ถ้าดี ๆ หน่อยก็ ๖-๗ หมื่น แต่ตัวต้องโตจริงๆ” เสริม พ่อค้าที่ค้าขายวัวในตลาดนี้มายาวนานเล่าให้ฟังขณะที่กวาดตามองหาลูกค้า

ควายเป็นสัตว์เลี้ยงที่ผูกพันอยู่กับชีวิตชาวนาไทยมาช้านาน คนไทยส่วนใหญ่จึงไม่นิยมกินเนื้อควาย หลายคนอาจเบ้หน้าหนีด้วยความสงสารและรู้สึกไม่น่ากิน แต่บรรยากาศฝั่งตลาดควายคึกคักด้วยลูกค้า ส่วนใหญ่เป็นชาวเวียดนามซึ่งการกินเนื้อควายเป็นเรื่องปกติสำหรับที่นั่น พ่อค้ากึ่งลูกค้าเหล่านี้จะตระเวนไปตามตลาดควายในจังหวัดต่าง ๆ เช่น อุบลราชธานี ยโสธร สุรินทร์ แล้วส่งควายกลับเวียดนามเป็นรอบ ๆ

ในอดีตอาชีพพ่อค้าวัวควายเรียกว่า “นายฮ้อย” อย่างนายฮ้อยทมิฬที่หลายคนรู้จักในนวนิยายและละครดั่งจากปลายปากกาของ คำพูน บุญทวี นายฮ้อยจะเป็นหัวหน้าขบวนต้นวัวควายตัดสินใจเกี่ยวกับการเดินทาง วัวควายควรพักนานเท่าไร และคำนวณราคากำไรที่จะได้ต่อเที่ยว ส่วนพ่อค้าคนกลางปัจจุบันไม่อาจใช้คำว่านายฮ้อยได้อีกเมื่อมีรถยนต์ที่บรรทุกสัตว์คววาละมาก ๆ นายฮ้อยวัวควายก็ค่อย ๆ เลือนหายไปจากสังคมเหมือนกับอาชีพสมัยก่อนอีกหลายอาชีพ



การลำเลียงวัวควายขึ้นรถไม่ใช่เรื่องง่าย บ่อยครั้งต้องอาศัยหลายคนช่วยกัน



หลังจากต้อนวัวควายขึ้นรถเรียบร้อยแล้ว
ตรงทางออกจากตลาด เจ้าหน้าที่
จากกรมปศุสัตว์จะฉีดยาฆ่าเชื้อโรคให้กับวัวควาย
เพื่อป้องกันโรคติดต่อในวัวควาย







ถาวร เป็นพ่อค้าคนกลางที่ไม่ใช่ นายฮ้อย แต่ควรเรียกว่านัก “จับเสือมือเปล่า” เพราะช่วงเวลา รุ่งสางเขาจะมาตัวคนเดียวพร้อมเงินก้อนหนึ่งคอยซื้อวัวหรือควายที่ตนสนใจก่อนใครเพื่อน จากนั้น ก็จะยื่นขายวัวควายที่เพิ่งซื้อมาภายในเช้าวันนั้น โดยบวกกำไรเล็กน้อย เป็นการค้าขายที่หวังผลกำไร ระยะสั้นอย่างแท้จริง

พระอาทิตย์ เริ่มส่องแสงสีเหลืองนวล เข้าสู่ช่วงเวลาตลาดใกล้ว้ายเต็มที วัวควายยังเหลืออยู่ไม่มาก ส่วนใหญ่จะเป็นตัวที่ลักษณะไม่ค่อยดีนัก และพ่อค้าต้องกลับไปขุนพวกมันให้แข็งแรงขึ้นอีก แต่ยังมีวัวอีกพวกหนึ่งที่ถึงแม้ลักษณะดีก็ไม่ถูกขายในวันนั้น คือวัวพ่อพันธุ์แม่พันธุ์เหมาะสำหรับเพาะพันธุ์หรือขายน้ำเชื้อไปผสมเทียมวัว ทำให้มีราคาต่อตัวสูงเป็นพิเศษ หลักแสนถึงหลายแสนขึ้นอยู่กับสภาพ รูปร่างหน้าตา และความแข็งแรง ทั้งราคาจะยิ่งสูงขึ้นไปอีกสำหรับวัวที่มีชื่อเสียง เช่น บอยอุบล วัวพันธุ์อินทุบราซิลที่เคยสร้างปรากฏการณ์โด่งดังเมื่อ ๑๐ ปีก่อนสร้างกำไรเป็นกอบเป็นกำให้ทั้งเจ้าของฟาร์มและผู้เลี้ยงปศุสัตว์ในจังหวัดอุบลราชธานี

มองรอบๆ ตลาดวัวควายเวลานี้ พ่อค้าหลายคนเริ่มทยอยกลับบ้านเพื่อเตรียมตัวให้พร้อมกับตลาดวันพุธ หลายคนดื้อนวัวควายที่เพิ่งซื้อมาขึ้นรถกลับภูมิลำเนา

จากตลาดวัวควายใกล้ตัวเมือง สัตว์เหล่านี้ส่วนใหญ่จะถูกพากลับไปเลี้ยงตามหมู่บ้านนอกตัวเมือง

ถ้าเจ้าของต้องการขายวัวก็จะถามคนในหมู่บ้านก่อน เพราะการไปขายที่ตลาดต้องเสียค่าเดินทางอีก ยิ่งหากมีงานใหญ่ เช่น งานแต่งงาน งานเลี้ยงฉลอง ก็จะมีคนซื้อวัวไปเชือดทำกิน

<

เพศเมียกำลังเตรียมฆ่าและวัว โดยเริ่มจากการถลกหนัง ก่อนแยกชิ้นส่วนต่างๆ

วัวควายที่ซื้อขายกันในตลาด บางส่วนก็ซื้อไปเลี้ยงเพื่อขุนให้โต ก่อนขายทำราคาต่อไป

ตลาดแห่งนี้ สะท้อนภาพวิถีชีวิตของนายฮ้อยรุ่นใหม่ที่ขับรถบรรทุกคันโตแทนการขี่หลังม้า ผู้คนที่เข้ามาจับจ่ายวัวควายเพื่อนำไปเป็นสัตว์เลี้ยง ทำกำไรต่อ หรือแม้แต่เพื่อให้มันกลายเป็นอาหาร แต่สีหน้าของวัวควายทั้งหลายนั้นไม่ได้ฉวยโอกาสในวัฏจักรนี้ของตัวเองและมนุษย์เท่าไร อาจเพราะมันยังไม่รู้จักจบของตัวเอง

หรือแท้จริงแล้วมันอาจเข้าใจวงจรนี้มากกว่าใครเพื่อนก็เป็นได้ ๓



ประเทศไทยอากาศร้อนอย่างนี้ คงไม่มีใครไม่รู้จักรับกับความเย็นสั้ไล หรือที่เรียกกันตามลักษณะและสถานะว่าน้ำแข็ง แต่จะมีกี่คนกันที่รู้จักกับความเย็นนี้อย่างแท้จริง

หากถามถึงประวัติความเป็นมา น้ำแข็งเข้ามาในไทยครั้งแรกสมัยรัชกาลที่ ๔ โดยขนส่งเรือมาจากประเทศสิงคโปร์ ใช้แกลบและขี้เลื่อยคลุมก้อนน้ำแข็งในกล่องดั่งไม้ไม่ให้น้ำแข็งละลาย จนปี ๒๔๔๘ เลิศ เศรษฐบุตร ตั้งโรงงานน้ำแข็งแห่งแรกของไทยขึ้นมาชื่อว่า “น้ำแข็งสยาม” เมื่อน้ำแข็งเป็นที่นิยมก็เกิดเมนูจากน้ำแข็งต่าง ๆ ขึ้นมากมาย ไม่ว่าจะเป็นน้ำแข็งใส น้ำแข็งกด ไอติมหลอด ฯลฯ

ก้อนน้ำแข็งแบ่งตามขนาดจากใหญ่ไปเล็ก คือน้ำแข็งหนึ่งก้อนใหญ่ ๆ หรือเรียกว่าหนึ่งซอง จะมีสี่กั๊ก หนึ่งกั๊กมีสี่มือ น้ำแข็งมือคือ

ก้อนน้ำแข็งทรงสี่เหลี่ยมขนาดเหมาะมือที่ใช้แช่น้ำดื่ม หรือใส่เป็นเกล็ดทำน้ำแข็งใส ส่วนน้ำแข็งก้อนเล็ก ๆ ใส่แก้วน้ำ เรียกว่าน้ำแข็งหลอด มีทั้งหลอดเล็กและหลอดใหญ่

น่าแปลกใจคือไม่เพียงเฉพาะในฤดูร้อนเท่านั้นที่คนไทยต้องการน้ำแข็ง ไม่ว่าจะเป็นฤดูฝนหรือฤดูหนาวคนไทยก็นิยมความเย็น ขณะที่ประเทศเพื่อนบ้านอย่างพม่าซึ่งมีอากาศและอุณหภูมิร้อนไม่ต่างกัน แต่กลับหาน้ำแข็งบริโภคยากมาก

หากอยากรู้ว่าคนไทยนิยมน้ำแข็งมากขนาดไหน ลองมองไปรอบ ๆ บนโต๊ะตามร้านอาหาร อย่างน้อยก็ต้องมีน้ำแข็งหนึ่งแก้ว ไม่เพียงเฉพาะใช้กับเครื่องดื่มดับร้อนดับกระหาย น้ำแข็งยังเป็นองค์ประกอบสำคัญที่คนไทยนิยมใช้ถนอมอาหาร

[F O T O E S S A Y]

เรื่อง : เสรี ชูกำนั ภาพ : ภาณุรุจ พงษ์วะสา

น้ำแข็ง

สิ่งมหัศจรรย์ ในเมืองร้อน





โรงน้ำแข็ง

ในซอยนนทบุรี ๒๐ ถนนนนทบุรี (สนามบินน้ำ) จังหวัดนนทบุรี มีโรงน้ำแข็งขนาดใหญ่ตั้งเรียงรายถึงเก้าโรง ชาวบ้านแถวนี้รู้จักกันดีในนามซอยโรงน้ำแข็ง ภายในโรงงานน้ำแข็งมีเสียงเครื่องจักรทำงานดังลั่น ทั้งเสียงใบมีดกำลังตัดน้ำแข็ง เสียงคนงานสับน้ำแข็งลากไปจัดเรียง นำแปลกใจว่าทั้ง ๆ ที่อยู่ในโรงงานน้ำแข็ง แต่กลับไม่หนาวเย็นอย่างที่คิด

กระบวนการผลิตน้ำแข็งนั้นเริ่มต้นจากการเตรียมน้ำดิบซึ่งก็คือน้ำจากแม่น้ำเจ้าพระยา กระบวนการคล้ายกับการผลิตน้ำประปา โดยการกรองน้ำชั้นแรกผ่านคลอรีนและสารส้ม จากนั้นกรองชั้นที่ ๒ ด้วยตัวกรองคือทรายและคาร์บอน สุดท้ายเข้ากระบวนการ RO หรือ reverse osmosis

จิรัช ลิ้มนทกุล เจ้าของบริษัทร่วมพัฒนาน้ำแข็งหลอด จำกัด บอกว่า "น้ำที่ผ่านมาจากกระบวนการ RO จะทำให้น้ำแข็งออกมาสวย

ที่สุด สีที่สุด เพราะเป็นกระบวนการที่สะอาดที่สุดในการผลิตน้ำแข็ง" มีคุณสมบัติเหมือนน้ำประปาที่ดื่มได้

น้ำที่ผ่านกระบวนการกรองมาครบทุกขั้นตอนแล้วจะถูกส่งผ่านท่อน้ำเข้ามาในโรงผลิตน้ำแข็งของซึ่งเป็นห้องขนาดใหญ่ บนพื้นห้องเป็นบ่อเรียงแถวเต็มไปด้วยของอะลูมิเนียมสีเหลี่ยมสำหรับใส่น้ำทำก้อนน้ำแข็งของ มีเครื่องทำความเย็นคอยให้ความเย็นอยู่ตลอดเวลา โรงงานนี้มีช่องน้ำแข็งอยู่ ๒,๕๐๐ ช่อง น้ำแข็ง ๑ ช่องมีน้ำหนัก ๒๐๐ กิโลกรัม ใช้เวลาประมาณ ๒๔ ชั่วโมงกว่าน้ำที่ผสมเกลือจะกลายเป็นก้อนน้ำแข็งของพร้อมนำออกมาตัด บด ตามความต้องการของลูกค้า ด้วยใบมีดขนาดต่าง ๆ

ส่วนการผลิตน้ำแข็งหลอดนั้นจะใช้เครื่องจักรผลิตที่แตกต่างกัน โดยเป็นท่อยาวมีแกนเสียบตรงกลางเพื่อทำให้น้ำแข็งเป็นรู และมีมีดตัดน้ำแข็งเป็นก้อนเล็ก ๆ





ไอติมหลอด น้ำแข็งไส

ไอติมหลอดโบราณจะว่าหากินยากก็ยาก จะว่าง่ายก็ง่าย อย่างน้อยก็มีที่ตลาดวังหลัง ป้าเหมียว หรือ บุญรอด เพ็ญศรี ให้เหตุผลว่าที่มาขายไอติมหลอดเพราะว่า “มันเย็นชื่นใจ” ร้านป้าเหมียวใช้น้ำแข็งทำไอติมหลอดวันละห้ากั๊ก มีไอติมหลอดทุกรสชาติเท่าที่น้ำอัดลมจะมีผลิตขาย วิธีทำไอติมหลอดนั้นไม่ยากเพียงแค่นำน้ำหวานในหลอดไอติมที่บรรจุในถังทำไอติมทรงกลม ช้างในถังทำความเย็นด้วยก้อนน้ำแข็งใส่เกลือที่มีคุณสมบัติช่วยให้น้ำแข็งที่เย็นอยู่แล้วเย็นลงไปอีกจนสามารถทำให้น้ำหวานในหลอดแข็งตัวเป็นแท่งไอติม

ในตลาดวังหลังนอกจากไอติมหลอดแล้วยังมีร้านทับทิมกรอบ น้ำแข็งไสที่ลูกค้าประจำคนหนึ่งบอกว่า “ร้อนๆ อย่างนี้ได้มากินแล้วชื่นใจ” พร้อมตักน้ำแข็งคำโตเข้าปาก วันหนึ่งๆ ร้านนี้ใช้น้ำแข็งทั้งหมด ๑๓ กั๊ก แต่每天有รถส่งน้ำแข็งมาให้สองเวลา ช่วงเช้าและช่วงบ่าย





แม่เย็นรักษาความสด

ตั้งแต่ร้านอาหารสุดหรูไปจนถึงร้านรถเข็นริมทาง ล้วนใช้น้ำแข็งช่วยรักษาความสดใหม่ของอาหารไว้ด้วยกันทั้งสิ้น

ซูชิหรือปลาดิบในร้านอาหารญี่ปุ่น ลูกชิ้นปิ้ง ผลไม้นานาชนิดในตู้รถเข็นข้างถนน ลูกมะพร้าวและน้ำมะพร้าวสดในถังโฟมที่เต็มไปด้วยน้ำแข็งบด ฯลฯ

แม้คำทุกคนยืนยันว่าการใช้น้ำแข็งเป็นวิธีรักษาความสดที่ง่ายและประหยัดที่สุด

เพราะความเย็นของน้ำแข็งทำให้อาหาร ผลไม้ ยังคงสดอยู่เสมอ และหมายถึงความพึงพอใจของลูกค้าที่ยังมาอุดหนุน





๕
ตั้งแต่ น้ำแข็ง เข้ามาในประเทศไทยครั้งแรกจนถึงปัจจุบัน น้ำแข็ง
ยังคงมีความสำคัญมาอย่างต่อเนื่องและยาวนาน
ทั้งในฐานะของดับร้อนเพิ่มความเย็น ของหวานนำกินเพื่อความ
รื่นรมย์ไม่ว่าฤดูใดก็ตาม และผู้อยู่เบื้องหลังความสดใหม่ของอาหาร
ต่าง ๆ

หากวันใดเมืองไทยขาดก้อนความเย็นสีใส สงสัยว่า
วันนั้นชีวิตเราคงอยู่ยากแน่นอน ๓



ผลงานเขียนและภาพถ่ายจากเยาวชน “ค่ายสารคดี” ครั้งที่ ๑๒ สานฝันสังคมสีเขียว

นักเขียน

๑. นายนิราวัฒน์ นารอด
๒. นางสาวปาริษา หวังอยู่
๓. นางสาวสุกัญญา เตชะชูเชิด
๔. นางสาววาสนา เพิ่มสมบุญ
๕. นางสาวกรรทริชา เหลืองสอาด
๖. นางสาวสุนันทา จันทร์หอม
๗. นายคชรักษ์ แก้วสุราช
๘. นางสาวรัญญา เซาร์สุขโข
๙. นายแทนไท นามเสน
๑๐. นายเสรี ชูกำน
๑๑. นางสาวอภิศรา บรรทัดเที่ยง
๑๒. นายดุสิต ระเบียบนาวีนุรักษ์
๑๓. นางสาวศรุตยา สายเมฆ
๑๔. นางสาวสุชาดา สกุลสีรุ่งโรจน์
๑๕. นางสาวธรินทร นันทโรจนานพร
๑๖. นางสาวศรณิยา ศรีวิภาสาศน์
๑๗. นางสาวรัศมีภัส กวีวัจน์
๑๘. นางสาวศิริณญา สุวรรณโค
๑๙. นายสร็สนันท์ คำดีบุญ
๒๐. นางสาวพรรณณภกา แก้วดิน
๒๑. นางสาววิศรา ศรีแสงอ่อน
๒๒. นายปรัชวิชญ์ บุญยะวันตัง
๒๓. นางสาวปรียาภรณ์ ศรีเสาร์
๒๔. นางสาวมนัสนันท์ เลิศนารัตน์



ช่างภาพ

๑. นายสมพร สักการะ
๒. นายพงศกร สุภาพรรณ
๓. นางสาววรรณกานต์ สิทธิสุข
๔. นายสิริพงศ์ ลีวุฒิกุล
๕. นางสาวเอื้อการย์ เบ็ญจคุ้ม
๖. นางสาวโคกษาฐ์ สุทรัพย์
๗. นายกิตติคุณ ขุนทอง
๘. นายณัฐวัชรจิต อุดมลิขิตวงศ์
๙. นายปัญญาวัฒน์ เอื้ออิฐผล
๑๐. นายพัชร์จักร ประพฤติธรรม
๑๑. นายภาณุจุจ พงษ์วะสา
๑๒. นางสาวพิชชา ฤกษ์อร่าม
๑๓. นายพีรพัฒน์ จารุสมบัติ
๑๔. นายณัฐพล ศิลปชัย
๑๕. นางสาวปภาวี หงส์เชิดชัย
๑๖. นายกฤตนันท์ ตันตราภรณ์
๑๗. นางสาววรรณิตา จิระสถิตย์วรกุล
๑๘. นายนवल นวกิจพิพัฒน์
๑๙. นายกฤตนัย พิริยผลพิบูลย์
๒๐. นายอรรถพล ลาดเงิน
๒๑. นายบัณฑิต บุญชู
๒๒. นางสาวณัฐชา ชมภูเอี่ยม
๒๓. นายกษิตติศ บุรณะ
๒๔. นางสาวมณฑิลา สกลวารุ่งเรือง
๒๕. นางสาวสาริตา ธาราทิศ



ค่ายสารคดีครั้งที่ ๑๒
(โครงการ “พัฒนาศักยภาพนักเขียนสารคดีเพื่อสู่ภาวะ”)
เรื่องและภาพ : เยาวชนค่ายสารคดีครั้งที่ ๑๒

จัดทำและออกแบบรูปเล่ม : บริษัท วิริยะประกันภัย จำกัด (นิตยสารสารคดี)

โทรศัพท์ ๐-๒๕๕๗-๒๗๐๐

พิมพ์ : บริษัท อีจ็อนเปอร์ จำกัด

www.sarakadee.com facebook : sarakadee activity

ร่วมสร้างคนบันทึกสังคมโดย



วิริยะประกันภัย
THE VIRIYAH INSURANCE

ไทยพาณิชย์
SCB



สสส
สำนักงานกองทุนสนับสนุน
การวิจัย (สสส) สำนักงาน
ส่งเสริมสังคมไทย



SAMSUNG

Sarakadee Magazine
[สารคดี]

- ซูเปอร์มาร์เกตอาซ่า อาหารชาวคอย
- ปลดปล่อยแม่ปลาหน้าน้ำแดง ก่อนห่วงโซ่อาหารจะขาดสาย
 - เต็ดปีกแมลง สะเทือนถึงดวงดาว
- เส้น/ทาง/ราง/ชีวิต กว้างเที่ยวปลารกไฟราชบุรี
- ใส่ใจใส่จาน อาหารผู้ป่วยในโรงพยาบาลเชียงรายฯ
 - นักสร้างภาพอาหาร มืออาชีพ
 - การเดินทางของอาหารที่ไม่ได้กิน
 - ตลาดวัวควาย นายอ้อยยุครถบรรทุก
 - น้ำแข็ง สิ่งมหัศจรรย์ในเมืองร้อน