

# วัฒนธรรมการกินสำหรับของชาวนคร

## ฉัตรชัย ตู่กระภาณจน์

**5** วัฒนธรรมในแต่ละสังคมเกิดจากการหลอมรวมของขนบธรรมเนียม ประเพณีและความเชื่อของกลุ่มคนในสังคมนั้น ไทยได้ชื่อว่าเป็นประเทศที่มีวัฒนธรรมเป็นของตนเองมาช้านาน เห็นได้จากประเพณีการแต่งกาย งานรื่นเริง งานบุญในเทศกาลต่าง ๆ และคตินิยมของชาวบ้าน โดยเฉพาะอย่างยิ่งอาหารไทย ทั้งขนบธรรมเนียมการรับประทานอาหาร ซึ่งนับเป็นวัฒนธรรมเก่าแก่ที่มีลักษณะโดดเด่นอย่างหนึ่งของคนไทย กล่าวเฉพาะชาวนครศรีธรรมราช หรือที่เรียกสั้น ๆ ว่า “ชาวนคร” วัฒนธรรมการกินสำหรับก็เป็นอีกวัฒนธรรมหนึ่งที่จัดว่าน่าสนใจ เพราะมีลักษณะเฉพาะที่จัดว่าโดดเด่น และมีแนวโน้มว่าจะเปลี่ยนแปลงไปมากจนแทบไม่มีร่องรอยเดิม

การจัดสำรับ คือการจัดอาหารใส่ถ้วย ถ้วยนั้นเป็นชุดเรียงใส่ภาชนะขนาดใหญ่ เช่น พอก ถาดกลม ถาดมีตีน พานมีเชิงหรือโตก ผู้รับประทานสำรับหนึ่งมีประมาณ ๕-๗ คน โดยนั่งล้อมรอบสำรับบนเสื่อที่ปูไว้พื้นเรือน อาหารแต่ละสำรับ มักจะเป็นจำพวกแกง ผัด น้ำพริก และผักจิ้ม ซึ่งประกอบด้วยผักพื้นเมือง เช่น ยอดมะม่วงหิมพานต์ (ยอดยาร่วง) และสะตอ ส่วนอาหารหวานมักจะเป็นขนมพื้นเมือง หรือผลไม้ตามฤดูกาล

วัฒนธรรมการกินสำหรับในนครศรีธรรมราชแต่เดิมนั้นมีลักษณะแตกต่างไปตามสภาพท้องถิ่น ทั้งนี้เนื่องจากมีพืชผักและอาหารแตกต่างกันไปตามภูมิประเทศซึ่งอาจแบ่งได้เป็น ๓ กลุ่ม คือกลุ่มชาวเหนือ กลุ่มชาวนอก และกลุ่มชาวนอกเขา

**กลุ่มชาวเหนือ** หมายถึง ชาวนครที่อาศัยในบริเวณตอนเหนือของตัวเมืองนครศรีธรรมราช ได้แก่ อำเภอลานสกา อำเภอพรหมคีรี และบางส่วนของอำเภอท่าศาลาลักษณะภูมิประเทศแถบนี้ส่วนใหญ่เป็นที่ราบเชิง

เขา ดังนั้นอาชีพส่วนใหญ่ของผู้คนจึงมักทำสวนยางพารา สวนผลไม้ และพืชไร่ เพื่อบริโภคภายในครอบครัว เช่น พริกไทย พริกขี้หนู มะเขือ พักเขียว พักทอง เป็นต้น ดังเช่นข้อความในเพลงร้องเรือ (หรือเพลงกล่อมเด็ก) ที่ว่า

ไปเทอไปเหนื่อ	ไปหาลูกเขมือกับขี้พำ
ลูกเขมือมาแกงป่า	ขี้พำมาแกงไก่
พริกหยวกพริกขี้หนู	ไว้แกงหมูแกงไหล
ขี้พำมาแกงไก่	ไว้ให้อ้อกลอกกิน...เทอ

สำหรับการกินของชาวเหนือแต่เดิมมักใช้ภาชนะกล่องไม้สำหรับบรรจุถ้วยอาหาร เรียกกันว่า “พอก” ทำจากไม้กระดานแผ่นบางมาประกอบเข้าเป็นกล่องสี่เหลี่ยมจตุรัส มีฝาปิดกันแมลงวันหรือฝุ่นละออง เมื่อรับประทานเสร็จกับข้าวทุกชนิดไม่ว่าจะเป็นของเผ็ดหรือของจืด น้ำพริกและผักลวกหรือผักเหนาะ ก็จะบรรจุเอาไว้ในพอกเพื่อไว้รับประทานเมื่อต่อไปอีก

**กลุ่มชาวนอก** หมายถึง ชาวนครที่อาศัยในบริเวณลุ่มน้ำปากแพน ได้แก่ อำเภอปากแพน อำเภอหัวไทร อำเภอเชียรใหญ่ อำเภอชะอวด และบางส่วนของอำเภอเมือง ซึ่งมีเขตติดต่อกับอำเภอปากแพน ผู้คนละแวกนี้ส่วนใหญ่มีอาชีพทำนาและประมง เพราะภูมิประเทศเป็นที่ราบลุ่มและติดชายฝั่งอ่าวไทย เดิมเคยเป็นผู้ขนำวุ่นน้ำของนครศรีธรรมราช ปัจจุบันความอุดมของผืนดินและผืนน้ำลดลงมาก ทำให้เกิดความยากจนสูง

สำหรับการกินของชาวนอกแต่เดิมก็มีลักษณะไม่แตกต่างจากชาวเหนือมากนัก แต่ที่จัดว่าเป็นเอกลักษณ์ก็คืออาหารประเภทกะปิที่ทำจากกุ้ง ซึ่งเรียกกันว่า “เคยกุ้ง”

“เคยกุ้ง” ทำมาจากกุ้งทะเลตัวเล็ก เนื้อนิ่มใส ชาวบ้านนิยมเรียกว่า “กุ้งเคย” หรือ “กุ้งหลังไข่” ปรุงโดย

การใส่ตะแกรงล้างให้สะอาด แล้วเคล้ากับเกลือ หมักไว้คืนหนึ่งแล้วจึงนำมาโขลกด้วยครกตำข้าวให้พอแหลก จากนั้นจึงใส่ไว้ในเสื่อชนิดหนึ่งที่ทำจากคั่ว (ชาวบ้านเรียก "เสื่อคั่ว") ตากพอหมาดแล้วก็โขลกอีกครั้งเพื่อให้ละเอียด แล้วจึงนำออกจากครกไปใส่ไห หรือโถง ปิดปากโถงด้วยใบจากหรือใบตอง โรยเกลือบาง ๆ ไว้ข้างบน ทั้งไว้ราว ๖ เดือน ก็จะเป็น "เคยกุ้ง" เมื่อจะใช้ปรุงอาหารประเภทแกงหรือน้ำพริก ก็นำมาใช้ตามความต้องการ

**กลุ่มชาวนอกเขา** หมายถึง ชาวนครที่อาศัยในบริเวณหลังพืดเขานครศรีธรรมราช ได้แก่ อำเภอทุ่งสง อำเภอทุ่งใหญ่ อำเภอดงอำเภอพิปูนอำเภอนาบอนกิ่งอำเภอบางขัน และกิ่งอำเภอท่าพรสวรรค์ ผู้คนละแวกนี้ส่วนใหญ่มีอาชีพทำสวนและทำนา โดยเฉพาะการปลูกยางพารา เพราะภูมิประเทศเป็นที่ราบสูงบ้างต่ำบ้าง ลักษณะคล้ายลูกฟูก ประกอบกับพื้นดินเชิงเขา มีสภาพเป็นดินอุดมเหมาะแก่การหาไม้และของป่ามาแลกเปลี่ยนค้าขาย จึงทำให้อาหารการกินของผู้คนละแวกนี้มีความแตกต่างไปจากสองกลุ่มข้างต้น

วัฒนธรรมการกินสำหรับของชาวนอกเขาที่จัดว่าน่าสนใจก็คือ การกินผักเหนาะ (หรือผักจิ้ม) ซึ่งเป็นการนำเอาผักสดที่หาได้ในสวนข้างครัวหรือป่าข้างบ้าน มารับประทานกับอาหารในสำหรับมือต่อไป

รูปแบบการกินผักเหนาะเท่าที่ปรากฏมีอยู่ ๓ ลักษณะ ลักษณะแรก คือการกินสด ๆ ด้วยการนำมาหั่นหรือหั่นฝานให้เป็นชิ้นเล็ก ๆ เพื่อสะดวกแก่การกินคำหนึ่ง ๆ ผักที่นิยมกินสด ๆ เช่นนี้ได้แก่ ถั่วฝักยาว แตงกวา ยอดยาร่วง (ยอด มะม่วงหิมพานต์) เป็นต้น ลักษณะที่สองการลวกกะทิ เพื่อปรุงรสชาติให้อร่อยและมันยิ่งขึ้น ผักที่นิยมมาลวกกะทิ ได้แก่ ปลีกล้วย หน่อไม้ และถั่วฝักยาว เป็นต้น ลักษณะที่สามคือการดอง ซึ่งหมายถึงการนำ ผักหั่นบ้านบาง ชนิดมาหมักเพื่อปรุงแต่งรสชาติให้แปลกกว่าเป็นผักสด ผัก ที่นิยมนำมาดอง ได้แก่ หน่อไม้ ผักเสี้ยน และสะตอ เป็นต้น

เมื่อจะรับประทานอาหารเช้าแต่ละมื้อ แม่บ้านมักดักใส่ถ้วยแล้วจัดใส่ภาชนะที่เรียกว่า พอก หรือ ถาด ออกมาวางที่พื้นเรือน เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวตั้งวงรับประทาน

นิยมเรียกกันว่า "ดับที" หรือ "จัดที" เป็นสำหรับอาหาร

การดับทีหรือจัดทีแต่ละชั้นเดิมนิยมวางถ้วยในถาดหรือพานที่มีเชิงมาไว้ข้างถ้วยอาหารสำหรับแขกถาดหรือพานที่มีเชิงมาไว้ข้างถ้วยอาหารสำหรับแขกถาดหรือพานที่มีเชิงมาไว้ข้างถ้วยอาหารสำหรับแขกถาดหรือพานที่มีเชิงมาไว้ข้างถ้วยอาหารสำหรับแขกถาดหรือพานที่มีเชิงมาไว้ข้างถ้วยอาหารสำหรับแขก

สมาชิกในครอบครัวที่ตั้งวงรับประทานสำหรับผู้ชายนิยมนั่งแพ่งเชิง (แพ่งเชิง) ผู้หญิงนิยมนั่งพับเพียบ เป็บข้าวด้วยมือขวา กรณีเป็นอาหารแห้งก็หยิบด้วยมือขวา กรณีเป็นแกงเผ็ดหรือแกงจืดนิยมยกถ้วยชดหรือเทน้ำแกงลงในชามข้าว หรือไม้ก็ใช้ช้อนกลางตักมาใส่ชามข้าวของตนเองรับประทานไม่นิยมตักน้ำแฉะแต่เกิดอาการเผ็ดจัดหรือมีข้าวติดคอ จึงจะตักน้ำ หลังจากอาหารควาผ่านไป หากมีขนมหวานหรือผลไม้ ก็จะรับประทานต่อเนื่องไปเลย เป็นการลอบอาการเผ็ดไปในตัวอย่างที่เรียกกันว่า ลมปาก นั่นเอง

ปัจจุบันการรับประทานอาหารสำหรับ ยังคงปฏิบัติกันอยู่ในชนบท โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวัด แต่สำหรับชาวเมืองมักไม่ค่อยปรากฏในชีวิตประจำวัน ทั้งนี้เพราะอิทธิพลของวัฒนธรรมตะวันตกเข้ามามามีอิทธิพลในชีวิตมากขึ้น

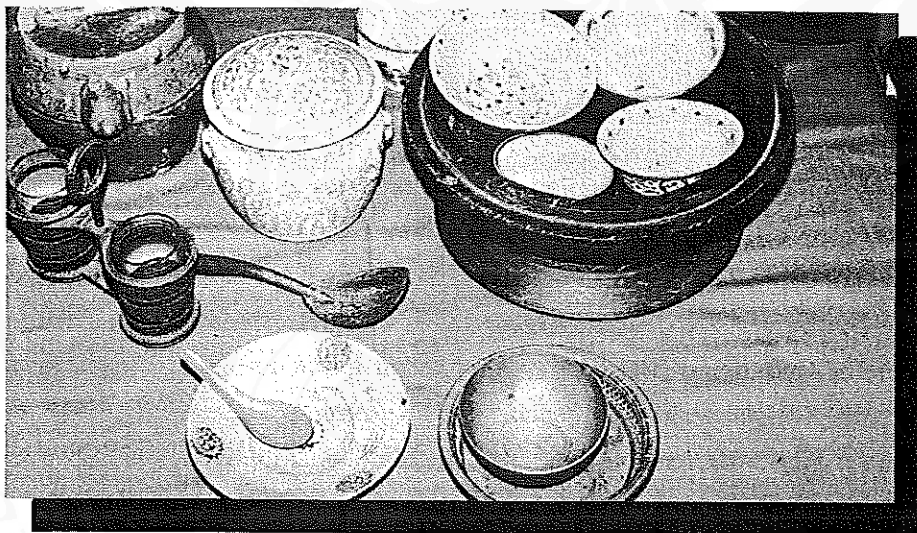
ล่วงมาในพ.ศ. ๒๕๒๔ ชาวนครกลุ่มหนึ่งเริ่มให้ความสนใจและเล็งเห็นความสำคัญในอันที่จะฟื้นฟูและอนุรักษ์ขนบธรรมเนียมโบราณขึ้นมาใหม่ วิทยาลัยอาชีวศึกษานครศรีธรรมราชโดยอาจารย์อัญญา มัลลิกะมาส และชาวนครผู้สนใจในวัฒนธรรมท้องถิ่น เช่น ส่วนสร้างสรรค์นครบรรทัด ศูนย์วัฒนธรรมภาคใต้ วิทยาลัยครูนครศรีธรรมราช ได้ร่วมฟื้นฟูวัฒนธรรมการกินสำหรับขึ้นอีกครั้งหนึ่ง โดยให้ชื่อว่า การกินสำหรับเมืองคอน ในงานเลี้ยงส่งนายเอนก สิทธิประศาสน์ ผู้ว่าราชการจังหวัดนครศรีธรรมราช ในขณะนั้น นับแต่นั้นมาการกินสำหรับเมืองนครก็เริ่มได้รับความนิยมในงานจัดเลี้ยงสำคัญของจังหวัดนครศรีธรรมราช มีการจัดในโอกาสที่เลี้ยงเป็นเกียรติยศแก่บุคคลผู้มาเยือนหรือในงานเลี้ยงที่เน้นความผูกพันกับอดีตเมืองนครศรีธรรมราชเป็นพิเศษ คาดว่าในอนาคตวัฒนธรรมการกินสำหรับของชาวนครศรีธรรมราชก็จะเป็น จุดขาย ทางการท่องเที่ยวอีกอย่างหนึ่งของจังหวัดนี้



### ทมฺุรืบเมืองดอน

สมัยนิยมเครื่องทองเหลืองพานโตกถูกผลิตออกมาด้วยเอกลักษณ์ศิลปะไทย งานเชิงกระเบื้องเคลือบจึงเข้าชุดได้สวยงามมาก เนื่องจากไม่มีฝาปิด ฝาซึ่งได้ใช้กับทมฺุรืบชุดนี้ งานข้าวในชุดนี้มาจากชาวฮอลันดา เรียกกันว่า 'ชามฝรั่ง' น้ำดื่มใส่ขวดแก้วกลมโต พร้อมด้วยขันชาและถ้วยตะไลจากเมืองจีน

คร้วนคร



### ทมฺุรืบเมืองดอน

เป็นทมฺุรืบพื้นบ้านดั้งเดิม ใช้ถ้วยชามกระเบื้องโบราณ อาจถึงชามสังคโลก จัด เรียงในภาชนะไม่มีฝาครอบมิดชิด เรียก พอก ซึ่งนิยมทำเป็นทรงกลมหรือสี่เหลี่ยม ชุดจากไม้ ช้อนที่ใช้เป็นสังกะสีส่วนใหญ่เป็นสีเขี้ยว เรียกว่า 'ช้อนเขี้ยว' ชันน้ำเป็นขันลงหิน สำหรับพวงแก้วลิพาและชุดพวง (กะลา) นำมาจัดเข้าชุดภายหลัง

คร้วนคร



#### ◀ ทนรับเมืองดอน

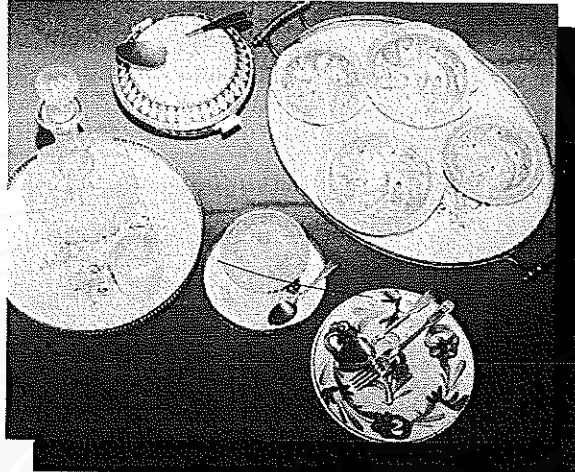
ในช่วงตอนต้นรัตนโกสินทร์มีความนิยมใช้เครื่องทองเหลือง โดยนครศรีธรรมราชเป็นแหล่งผลิตที่สำคัญ ทนรับที่ใช้พอกไม้จึงเปลี่ยนมาใช้ ทองเหลือง (เทียบ) มีหลายขนาดมีฝาเป็นคู่ ๆ ภาชนะใส่ข้าวก็เป็นขันทองเหลือง ส่วนถ้วยในกลองนิยมใช้ถ้วยธรรมดาและถ้วยฝักขี้

ครุวัณคร

#### ทนรับเมืองดอน ▶

พานโตก ที่ใช้ก่อนข้างมีน้ำหนักมาก บอบบางใช้ไม่สะดวก ขณะเดียวกันถาด เริ่มเข้ามาแทนที่ถาดกระเบื้องจากเมืองอังกฤษ ได้รับความนิยมมากถึงกับสั่งพิมพ์ภาษาไทยเข้ามาขายด้วยที่นิยมใช้เป็นถ้วยห้วงเข้ามาเป็นชุดเพราะมี ฝาปิดและมีหลายขนาด โถข้าวจากเมืองแขก ช้อนล่อม เครื่องแก้วเริ่มแพร่ หลายในยุคนี้มาก

ครุวัณคร



#### ◀ ทนรับเมืองดอน

ในสมัยเปลี่ยนแปลงการปกครอง หลัง พ.ศ. ๒๔๗๕ ความ นิยมฝรั่งตะวันตกมากขึ้นเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมหลายอย่าง ด้วยอ้างว่าให้ทันสมัย มีการตั้งสโมสร สมาคมจัดงาน เลี้ยงศิลาตอย่างฝรั่งในเมืองนครศรีธรรมราชสโมสรตั้งขึ้น เมื่อพ.ศ. ๒๔๖๖ เป็นที่สังสรรค์ของหมู่ข้าราชการ (ปัจจุบัน คือ สโมสรข้าราชการจังหวัดนครศรีธรรมราช)

ครั้น พ.ศ. ๒๔๗๗ กลุ่มชาวนครพ่อค้า ประชาชนตั้งนครสมาคมขึ้นเน้นบริการชุมชนและสาธารณประโยชน์ ชุดอาหารของนครสมาคมเป็นกระเบื้องเคลือบสีขาว ขามมีฝา จานแปล จานข้าว โถข้าว กาน้ำ เป็นสังกะสีเคลือบสีขาว ปัจจุบัน นครสมาคมล้มเลิกนานแล้ว

ครุวัณคร

