

ภูมิปัญญาท้องถิ่นนครศรีธรรมราช

จากถ้อยคำ สำนวน และภาษิต

รศ.วิมล คำศรี

ความนำ

ภูมิปัญญาท้องถิ่นหรือภูมิปัญญาชาวบ้านคืออะไร มีลักษณะอย่างไร และมีความสัมพันธ์กับชุมชนมากน้อยเพียงใด นักวิชาการหลายท่านได้ให้ความคิดไว้ใกล้เคียงกัน ดังเช่น

ภูมิปัญญาชาวบ้านคือรากเหง้าแห่งชีวิตที่ประกอบด้วยองค์ความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับชีวิตที่บรรพบุรุษได้ถ่ายทอดมา^๑

ภูมิปัญญาชาวบ้านคือ ความรู้ดั้งเดิมของสังคมไทย เป็นความรู้ที่เกิดจากการสะสมประสบการณ์ และการเรียนรู้ที่ยาวนาน มีลักษณะที่ประสมประสานและเชื่อมโยงกัน ภูมิปัญญาชาวบ้านจะสัมพันธ์แนบสนิทกับชุมชน ชุมชนที่เกิดขึ้นและดำรงอยู่มานานย่อมมีภูมิปัญญาของชุมชน หรือภูมิปัญญาของตนเองทั้งสิ้น^๒

ภูมิปัญญาชาวบ้านคือวิธีการจัดการ วิธีการชี้แนะ และการริเริ่มเสริมต่อของนักปราชญ์ในท้องถิ่น หรือในชุมชน ภูมิปัญญาชาวบ้านล้วนสั่งสมงอกงามขึ้นจากความรอบรู้ ประสบการณ์ ผนวกด้วยญาณทัศนะ เป็นรากฐาน ภูมิปัญญาชาวบ้านย่อมมีขึ้นเพื่อการปรับเปลี่ยนสภาพทรัพยากรและองค์ความรู้ที่มีอยู่เดิมให้เพิ่มพูนคุณค่าขึ้นอย่างสอดคล้องประสม และเหมาะสมกับบริบทต่าง ๆ ของสังคมหรือชุมชนของตน ทั้งด้านระบบนิเวศ ทรัพยากรธรรมชาติ ทรัพยากรบุคคลและทรัพยากรวัฒนธรรม รวมทั้งปัจจัยและข้อจำกัดทั้งหมดที่เผชิญอยู่ ภูมิปัญญาชาวบ้านย่อมให้ผลสัมฤทธิ์ที่เกื้อประโยชน์ต่อกลุ่มชนมากกว่าปัจเจกชน สามารถ

^๑ เสรี พงศ์พิศ. "สภาพปัญหาและทางเลือกของชนบทไทย" ใน การสัมมนาทางวิชาการเรื่อง ภูมิปัญญาชาวบ้านกับการดำเนินงานด้านวัฒนธรรมและการพัฒนาชนบท. ๒๕๓๔. หน้า ๒๐.

^๒ ประเวศ วะสี. "การสร้างสรรค์ภูมิปัญญาไทยเพื่อการพัฒนา" ใน เอกสารประกอบการสัมมนาทางวิชาการเนื่องในการจัดงานมหกรรมวัฒนธรรมพื้นบ้านของไทย' คถ. ๒๕๓๓. หน้า ๓๑ - ๕๔.

ขยายผลสืบส่งอย่างกว้างขวางและต่อเนื่อง คนส่วนใหญ่ของกลุ่มสามารถรับเอาภูมิปัญญาที่นั้น ๆ เข้าสู่วิถีดำเนินชีวิตได้อย่างมีระบบและมีพลัง ภูมิปัญญาชาวบ้านจึงไม่ใช่อภิปรายที่สูงเหนียววิสัยที่ชาวบ้านจะเอาประโยชน์ได้ ภูมิปัญญาชาวบ้านที่ทรงคุณค่ายิ่งและสืบทอดต่อกันยาวนานจะค่อย ๆ ซึมซาบเข้าสู่นิสัยการคิด และการกระทำ จนกลายเป็นสามัญลักษณะ เป็นขนบนิยม หรือจริยวัตรปกติของคนรุ่นหลัง ๆ^๑

ภูมิปัญญาชาวบ้าน (Popular Wisdom) หรือภูมิปัญญาท้องถิ่น (Local Wisdom) หมายถึงพื้นเพรากฐานของความรู้ของชาวบ้าน หรือความรอบรู้ของชาวบ้านที่เรียนรู้และมีประสบการณ์สืบต่อกันมาทั้งทางตรงคือ ประสบการณ์ด้วยตนเอง หรือทางอ้อม คือ เรียนรู้จากผู้ใหญ่ หรือความรู้สะสมที่สืบต่อกันมา หรือทุกสิ่งทุกอย่างที่ชาวบ้านคิดได้เอง ที่นำมาใช้ในการแก้ปัญหา เป็นสติปัญญา เป็นองค์ความรู้ทั้งหมดของชาวบ้าน ทั้งกว้างทั้งลึก ที่ชาวบ้านสามารถคิดเอง ทำเอง โดยอาศัยศักยภาพที่มีอยู่แก้ปัญหาการดำเนินชีวิตในท้องถิ่นได้อย่างเหมาะสม ภูมิปัญญาชาวบ้านมีลักษณะประสมประสานและสืบต่อจากอดีตสู่ปัจจุบันอย่างต่อเนื่อง ภูมิปัญญาชาวบ้านจึงเป็นภูมิปัญญาที่สำคัญที่ช่วยเชื่อมประสานอดีตกับปัจจุบัน ทำให้เกิดความมั่นคงและเจริญขึ้น^๒

นครศรีธรรมราชเคยเจริญรุ่งเรือง เป็นเมืองหลักและศูนย์กลางแห่งความเจริญของภูมิภาคภาคทักซิณ มีกษัตริย์ที่ทรงพระปรีชาสามารถปกครองสืบต่อกันมาหลายพระองค์ โดยเฉพาะในพุทธศตวรรษที่ ๑๘ เมืองนครศรีธรรมราชเป็นศูนย์กลางทางวัฒนธรรมที่ยิ่งใหญ่ที่สุดในภูมิภาคทักซิณ มีเมืองขึ้นถึง ๑๒ เมือง รวมเรียกว่า "เมืองสิบสองนักษัตร"

ถ้อยคำ สำนวน และภาษิตซึ่งเป็นผลผลิตทางปัญญาของผู้คนในชุมชนและสังคมนครศรีธรรมราชนี้ ย่อมเป็นส่วนหนึ่งที่จะชี้ให้เห็น "ภูมิปัญญาท้องถิ่นนครศรีธรรมราช" ซึ่งสั่งสมมาเป็นเวลายาวนาน การศึกษาภูมิปัญญาท้องถิ่นนครศรีธรรมราชจากถ้อยคำ สำนวน และภาษิต จึงน่าจะยังประโยชน์ต่อวงการศึกษาชาติชนวิทยา และวัฒนธรรมท้องถิ่นโดยส่วนรวม

^๑ สุธีวงศ์ พงศ์ไพบูลย์. ภูมิปัญญาชาวบ้านภาคใต้. ๒๕๓๘. หน้า ๑ - ๑๕.

^๒ สามารถ จันทรสุรีย์. "ภูมิปัญญาชาวบ้านคืออะไรอย่างไร" ใน เอกสารประกอบการสัมมนาทางวิชาการเนื่องในการจัดงานมหกรรมวัฒนธรรมพื้นบ้านไทย'๓๓. ๒๕๓๓. หน้า ๕๕ - ๖๗.

ในที่นี้จะนำเสนอผลการศึกษาเรื่อง **“ภูมิปัญญาในการใช้ความหู่ หรือ อุบายในการดำรงชีพประจำวันตามสภาพแวดล้อมธรรมชาติ”** ซึ่งพิจารณาศึกษาใน ๓ ประเด็นสำคัญคือ

การใช้สัตว์เลี้ยงเพื่อยังชีพ

การทำนาปลูกข้าว

การรับประทานอาหาร

ภูมิปัญญาในการใช้ความหู่หรืออุบายในการดำรงชีพประจำวันตามสภาพแวดล้อมธรรมชาติ

การดำรงชีพประจำวันของผู้คนชาวนครศรีธรรมราชในอดีตเป็นไปอย่างเรียบง่าย อาชีพส่วนใหญ่คือการเพาะปลูก เลี้ยงสัตว์ เพื่อยังชีพ วงจรชีวิตประจำวันจึงอยู่ที่การทำมาหากิน ภูมิปัญญาที่ใช้ในการดำรงชีพประจำวันตามสภาพแวดล้อมจึงได้แก่ การใช้สัตว์เลี้ยงเพื่อยังชีพ การทำนาปลูกข้าว และการรับประทานอาหารเป็นสำคัญ กล่าวคือ

การใช้สัตว์เลี้ยงเพื่อยังชีพ

วัว ควาย เป็นสัตว์เลี้ยงที่มีความสำคัญต่อสังคมเกษตร โดยเฉพาะชาวนา มีภูมิปัญญาในการใช้วัวควายได้สารพัดประโยชน์ เช่น

ใช้พละกำลังเป็นแรงงานเพื่อการไถนา บรทุกข้าว นวดข้าว วัวควายเพศผู้ที่ใช้เป็นแรงงานเมื่อเจริญเติบโตเต็มที่จะถูกต้อน เรียกว่า “ลต”

ใช้เนื้อเป็นอาหาร เนื้อวัวเป็นที่นิยมรับประทานมากกว่าเนื้อควาย

ใช้สติปัญญา ความสามารถเป็นเกมกีฬา และนันทนาการ คือวัวชน หรือ ควายชน วัวควายที่ใช้เพื่อการนี้ จะไม่ถูกต้อน และจะได้รับการเลี้ยงดู ฝึกหัดเป็นพิเศษ

ใช้เขา หนัง กระดุก เป็นเครื่องมือ เครื่องใช้ นานาชนิด หรือบางลักษณะใช้เป็นเครื่องรางของขลังได้ด้วย

ถ้อยคำ สำนวน และภาษิตที่เกี่ยวข้องกับภูมิปัญญาเรื่องการใช้สัตว์เลี้ยงเพื่อยังชีพมีแพร่หลายอยู่ทั่วไป ในนครศรีธรรมราช โปรดพิจารณาศึกษาตัวอย่างถ้อยคำ สำนวน และภาษิต ต่อไปนี้

กินช้าง กินเหลียง กินหญ้าตัด

แกงควายลต แกงควายลัก แกงวัวลต แกงวัวลัก

แกงวัวแกงควาย อย่ายาดายของ(เลียดาย)พริก

เขากุม เขากุด เขาควย, วัวลูกคิด เขาพะ เขารก เขารอบ
 คำหัว คูไถ คูข้อม
 ขนเป็น ขนหัวท้าว ชาติอ้ายควายลด ชาติอ้ายวัวลด
 เดิมพันติดปลายเขา ต่อหัว ต่อยหัว ตัดเขา ตัดยอด ติดคู ติดรั้ว
 ถูกคู ทอดควาย แหว่งดิน
 น้ำเสียง เนื้อย่อย เนื้อเลี้ยง เนื้อสัน เนื้อหนาง
 เบ็ญหมก เพลียง พี่เหมือนควาย วัวลด แพ้ยอด แพ้สาบ
 ลงที่ เล่ารอย วัว ควายคูไถ วัว ควายขน วัว ควายไม้ขนนาน
 หนังขน เหลี่ยมเขา

ฯลฯ

ปัจจุบันการใช้สัตว์เลี้ยงเพื่อยังชีพบางลักษณะลดถอยลง เพราะมีเทคโนโลยีสมัยใหม่เข้ามาแทนที่
 ในขณะเดียวกันการใช้สัตว์เลี้ยงเพื่อยังชีพบางลักษณะได้รับการพัฒนาอย่างกว้างขวาง เช่น การชนวัว ฯลฯ

การทำนาปลูกข้าว

การทำนาปลูกข้าวเป็นอาชีพหลักคู่กับชาวนานครศรีธรรมราชมาเป็นเวลาช้านาน บรรพบุรุษได้
 ใช้ภูมิปัญญาทำนาปลูกข้าวให้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมธรรมชาติ จนเมืองนครศรีธรรมราช กลายเป็น
 อุ้งข้าว อุ้งน้ำ โดยเฉพาะพื้นที่ลุ่มน้ำปากพนัง ในอดีตบรรพบุรุษได้ใช้ภูมิปัญญาทำนาปลูกข้าวจนมีผลผลิตส่ง
 ขายถึงต่างประเทศ

พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ ๕ แห่งกรุงรัตนโกสินทร์เสด็จประพาสหัวเมือง
 ชายทะเลปากน้ำได้ เมื่อเดือนมิถุนายน ร.ศ. ๑๒๔ (พ.ศ. ๒๔๔๙) พระองค์ทรงมีพระราชหัตถเลขาเกี่ยวกับ
 เรื่อง ความอุดมสมบูรณ์ของข้าวและความเจริญก้าวหน้าของกิจการโรงสีไฟ ในลุ่มน้ำปากพนังไว้ตอนหนึ่งว่า

.....อำเภอบางน้ำนี้ได้ทราบอยู่แล้วว่าเป็นที่สำคัญอย่างไร แต่เมื่อไปถึงที่ ยังรู้สึกว่
 ตามที่คาดคะเนนั้นผิดไปเป็นอันมาก ไม่นึกว่าจะไทยโตมั่งคั่งถึงเพียงนี้ น้ำคั้นมีอยู่ที่ตอน
 ปากน้ำประมาณสัก ๒๐๐ เล้า เข้าไปข้างในน้ำลึกตลอด จนถึงหน้าโรงสีไฟน้ำยังลึกถึง ๓ วา
 ถ้าเวลาน้ำมากเรือขนาดพาลี แลสุครีพ เข้าไปได้ ต่อโรงสีไฟขึ้นไปไม่มากนักถึงปากแพรก ซึ่งเป็น
 แม่น้ำ ๒ แยก ๆ หนึ่งเลียบไปตามทะเลถึงตำบลทุ่งหงไกล ซึ่งเป็นที่น้ำอุดมดี ข้างจีนกล่าวกันว่า
 ดีกว่านาคลองวังสิต และมีที่ว่างเหลืออยู่มาก จะทำนาขึ้นได้ใหม่กว่าที่มีอยู่แล้วเดี๋ยวนี้อีก ๑๐ เท่า
 เขากะกำลังทุ่งนั้นว่า ถ้ามีนาบริบูรณ์ จะตั้งโรงสีไฟได้ประมาณ ๑๐ โรง ขาดแต่คนเท่านั้น

นาทั้งหมดนครศรีธรรมราชไม่มีที่ไถนสู้ ถ่านน้ำนั้นเรือกลไฟขนาดศรีธรรมราชขึ้นไปได้ตลอดถึงพังไกล ในเวลาหน้าแล้งต่อพังไกลไปเป็นลำคลองเล็กลง แต่ถ้าถ่านน้ำ เรือศรีธรรมราชไปได้ถึงอำเภอรอนดขวางสงขลาตกทะเลสาบ.....*

บรรพบุรุษชาวนครศรีธรรมราชได้สั่งสมและสืบทอดภูมิปัญญาไว้ให้ลูกหลานเพื่อการทำงานปลูกข้าวทั้งในเขตทุ่งปริง และทุ่งพยอมให้ได้ผลเต็มเม็ดเต็มหน่วยในหลายลักษณะ ดังเช่น

การเลือกที่ปลูกและพันธุ์ข้าว พื้นที่ดอนให้ปลูกข้าวเบา พื้นที่ลุ่มลึกให้ปลูกข้าวหนัก ข้าวต้นสูงสามารถอยู่เหนือน้ำได้ ปลูกข้าวเจ้าไว้กิน ไร่ขาย ปลูกข้าวเหนียวไว้ทำบุญ ทำขนม ปลูกข้าวเบาไว้กิน และทำบุญตักบาตร ปลูกข้าวหนักไว้ขาย ปลูกพันธุ์ข้าวที่หุงขึ้นหม้อไว้กินสำหรับครอบครัวที่มีลูกหลานมากเพื่อการประหยัดและออม

วิธีการ ไถ หว่าน บักดำ ให้เลือกทำในฤดูกาลที่เหมาะสมกับสภาพดินฟ้าอากาศ ศิลปะการปลูก การปักดำ เว้นระยะถี่ห่าง ขนาด ชนิด ของต้นกล้า ซึ่งเหมาะสมกับพื้นที่นา

วิธีการดูแลรักษาต้นข้าวกล้าที่กำลังเจริญเติบโตด้วยกรรมวิธีต่าง ๆ เช่น ให้น้ำใส่ในกระดองปูนา เพื่อเบียดหนูกัดกินข้าว ใช้น้ำ "ปักขอ" เพื่อขอร้องเพื่อนบ้านมาให้เข้าไปตีดก ทาปลา เพราะจะเป็นอันตรายต่อข้าวกล้าที่กำลังเจริญเติบโต เป็นต้น

วิธีการเก็บเกี่ยวด้วย "แกะ" และ "เคียว" โดยเลือกเอาเฉพาะรวงข้าวที่มีเมล็ดสมบูรณ์ วิธีการเลือกซังข้าวมาใช้ผูกมัดข้าวเป็นเลียง ๆ การพึ่งพาอาศัยแรงงานเพื่อนบ้าน ด้วยวิธีการ "ออกปาก" หรือ "การขอ" ในขั้นตอนต่าง ๆ ของการทำงาน

วิธีการคัดเลือกพันธุ์ข้าวไว้เป็น "ข้าวปลูก" ในปีต่อไป และการปลูกจิตสำนึกให้ตระหนักในคุณค่าของข้าวด้วยการประกอบพิธีกรรม เช่น การทำขวัญข้าว เป็นต้น

ถ้อยคำ สำนวน และภาษิต ที่เกี่ยวข้องอยู่กับภูมิปัญญาเรื่องการทำงานปลูกข้าวมีแพร่หลายอยู่โดยทั่วไปในนครศรีธรรมราช

* คณะอนุกรรมการประชาสัมพันธ์. โครงการพัฒนาพื้นที่ลุ่มน้ำปากพนัง อันเนื่องมาจากพระราชดำริ จังหวัดนครศรีธรรมราช พัทลุง และสงขลา. หน้า ๒๔ - ๒๖.

โปรดพิจารณาศึกษาตัวอย่าง ถ้อยคำ ลำนวน และภาษิต ต่อไปนี้

กล้าแก่ กล้าอ่อน เก็บทีละรวงตวงทีละถัง เกวียน เก็บลูกข้าว
 ขวัญข้าว ขวัญข้าวเท่าหัวเรือขวัญเกลือเท่าหัวช้าง ข้าวขึ้นหม้อ
 ข้าวดีแม่ ข้าวมัน ข้าวสิบ ข้าวรวงยาว ข้าวยับ ข้าวใหม่
 ขึ้นทนวน ขึ้นทนวน คู่ขอ แจงแวงหัวงาน ฉีกลูกแอก
 ดั้นก่อนไถไถก่อนคราด ไถตะก่อนไถแปร ไถนาตอนสอนคนใหญ่
 ไถนาวัน นานอกนาใน นาลีกข้าวงาม นาลีกนาตอน นารั้ง
 นาวาน นาทว่า ปลุกผีเอาฟางปลุกท่างเอารวง แม่โพล
 หัวเลี้ยงต่อถึง หัวหมูคู่กับผาลไถ หัวหมูคู่กับทวงยาม
 อย่ซื้อควายเล็ก อย่ามีเมียเด็ก อย่าทำนาตอน

ฯลฯ

ปัจจุบันแม้สภาพการทำงานจะแปรเปลี่ยนไป ด้วยเหตุปัจจัยนานาประการ แต่ภูมิปัญญาเกี่ยวกับการทำนาปลูกข้าวหลายลักษณะยังทรงคุณค่า สามารถปรับใช้ให้เข้ากับสถานการณ์ได้ดี

การรับประทานอาหาร

นิสัยการรับประทานอาหารของชาวนครศรีธรรมราชมีลักษณะที่น่าสนใจคือ รับประทานข้าวเจ้าเป็นอาหารหลัก กับข้าวแต่ละมื้อมักมีทั้งของเผ็ดและของจืด ใช้มือเปิบข้าว มีผักจิ้ม หรือ "ผักเหนาะ" หลากหลายชนิด รับประทานคู่กับข้าว หลังจากรับประทานอาหารควาเสร็จแล้ว นิยมรับประทานของหวานหรือผลไม้ ต่อจากนั้นจึงกินหมากและเหนียดยา^{*}

อาหารหลักรับประทานเพียงสองมือคือมือเข้ากับมือเย็น มือเช้าเวลาประมาณ ๐๙.๐๐ - ๑๐.๐๐ น. มือเย็นเวลาประมาณ ๑๓.๐๐ - ๑๔.๐๐ น.

อาหารคาวที่นิยมรับประทานจนกลายเป็นนิสัยการกินของชาวนครศรีธรรมราชได้แก่ แกงไตปลา แกงส้มหรือแกงเหลือง แกงคั่วหรือแกงกะทิ น้ำพริก ปลาแห้ง ฟูเค็ม กุ้งส้ม ผักเลี้ยง ฯลฯ

จากลักษณะนิสัยการรับประทานอาหารดังกล่าว ทำให้ชาวนครศรีธรรมราชได้รับคุณค่าทางด้านโภชนาการและสมุนไพรไปพร้อม ๆ กัน การรับประทานอาหารแต่ละมื้อจึงได้คุณค่าทั้งการบำรุงร่างกาย บำรุงสมอง และป้องกันโรคภัยไข้เจ็บ

^{*} วิมล คำศรี. วรรณกรรมมุขปาฐะประเภทปิตนาเมืองนครศรีธรรมราช การศึกษาเชิงวิเคราะห์.

บรรพบุรุษชาวนครศรีธรรมราชได้สั่งสมและสืบทอดภูมิปัญญาเรื่องการรับประทานอาหารไว้ให้ลูกหลานหลายลักษณะ ตั้งแต่การเลือกอาหารหวานคาว พืชผักที่มีคุณค่ามารับประทาน ตลอดจนจรรยา มารยาท ในการรับประทาน และการเอื้ออารีมีเมตตาธรรมต่อญาติมิตรหรือผู้มาเยือน

การไม่ไป “เง็ง” หรือ “ชะง้อ” แสดงอาการอยากรับประทานที่บ้านผู้อื่น การไม่ขบเคี้ยวอาหารเสียงดัง การไม่รับประทานอาหารมูมมาม ไม่รับประทานอาหารทกเรียวด ฯลฯ การจัดสำรับกับข้าว หุงหาอาหารไว้บริการญาติมิตร และผู้มาเยือนด้วยความยินดี ล้วนเป็นภูมิปัญญา มารยาท และการมีจิตเอื้ออารี มีเมตตาธรรมที่บรรพบุรุษสั่งสมและสืบทอดไว้ให้ลูกหลานทั้งสิ้น

ถ้อยคำสำนวนและภาษิตที่เกี่ยวข้องอยู่กับภูมิปัญญาเรื่องการรับประทาน ตั้งแต่การเลือกหา การปรุง การรับประทาน และจรรยา มารยาท มีแพร่หลายอยู่โดยทั่วไปในนครศรีธรรมราช

โปรดพิจารณาศึกษาตัวอย่าง ถ้อยคำ สำนวน และภาษิต ต่อไปนี้

การเลือกหาและเลือกรับประทาน

กินข้าวขาว - กินข้าวแรกยังร้อน กินน้ำซุบถ้วยเดียว กินปลาแรกยังสด

เก็บผักในนา จับปลาในหนอง ดิเทือกเมื่อแดง กินแกงเมื่อยังร้อน

ปลาดีที่ยกขึ้นใส่ห่อ ปลาช่อนหักคอ ปลาทมอดึกเหวือก

ปลาทลาดว่าไม่มัน ถูกตัวจันทวันมันทวาทลทมอ

ไปควนอย่าไปปล่า เอาผักหลบมามัง

ผักนึ่ง ผักทว ปูนา ปลาเล

ผักเหนาะริมรั้ว ลอกอกชายควัว ชีพัวข้างไฟ

ทมอเกล็ด ดุกแกล็ด ซ่อนไข่ ไทลทาง กวางอุต

ลูกมุดท้าย ควายโม่งลัม

ฯลฯ

การปรุงอาหาร

แกงบอน ให้ หย่อนเคย

แกงทวยก ให้ บวกเคย

จืดเหมือนน้ำล้างวาน จืดเหมือนหิดยักษ์

ดิบมัน เบี้ยกวนพัน ไหม้ทอม

ต้มบูไม่แดง แกงทอยไม่เนือย

ต้มยำทำแกง ต้มหลุกตุก

ผักแพงแกงกับปลาลอย แกงปลาไม่ถอยใส่ส้มป่างมาก

เลียงเคยเลียงเกลือ เลียงผักสมรม พุงข้าวทานะ

อย่าประมาทว่าปลาทลาดไม่มัน แกงใส่พริกเข้ากันมันทวาลาหมอ

ฯลฯ

พฤกษกรรมกรับประทานอาหาร

กินข้าวกับพลก บัวบกต้มเกลือ

กินหมากคำเฒ่า กินข้าวคำใหญ่

กินเหมือนนัยด์บอก กินเหมือนหนูหน้อยอยู่ใน

กินเหมือนหมาล็กสาร กินเหมือนหมู อยู่เหมือนหมา

กินให้เกลี้ยงแฉวเหมือนแมวเลีย

กินให้พุงแตก ดีทวาคดแล้วทุ่ม (ทิ้ง)

ได้แรงอก พุงเหมือนลูกแทง

ลบปาก ลบเม็ด หายแสบอก

อดกินควายไม่ตาย กินข้าวหวันสายทวอยจ้งกู

ฯลฯ

จรรยา มารยาทกรับประทานอาหารและบริการผู้มาเยือน

กินข้าวแดงแกงร้อน

ช้างเหยียบนา พระยาเหยียบเมือง อย่ากลัวเปลืองข้าวปลา

ผักดี ปลาดี เอาทวาย(ถวาย)ซี ทวาย(ถวาย)สงฆ์

ทวีผมแต่พอเกล้า กินข้าวแต่พองาม / อิ่ม

อย่าเงิ่งให้เสียเวลา แต่หมากก็ได้กินกากพริ้ว

ฯลฯ

ปัจจุบันแม้วัฒนธรรมการบริโภคจะได้พลวัตไปมากแล้ว แต่ภูมิปัญญาหลายลักษณะอันเกี่ยวเนื่องกับเรื่องนี้ยังคงมีคุณค่าควรแก่การเลือกสรรมาสืบสานสู่ลูกหลานต่อไป

ภูมิปัญญาท้องถิ่นนครศรีธรรมราชที่บรรพบุรุษได้คิดค้น สืบค้น และสืบทอดไว้ในรูปลักษณะต่าง ๆ มีอยู่อีกจำนวนมาก เป็นภาระหน้าที่ของพวกเราอนุชนรุ่นหลังที่จะต้องศึกษา อนุรักษ์ พัฒนา ส่งเสริม เผยแพร่ และสืบทอด เพื่อประโยชน์ต่อชุมชนและสังคมสืบไป

หนังสืออ้างอิง

คณะอนุกรรมการประชาสัมพันธ์. โครงการพัฒนาพื้นที่สูงน้ำป่ากหน้ากหน้าอันเนื่องมาจากพระราชดำริ

จังหวัดนครศรีธรรมราช พัทลุง และสงขลา. ๒๕๓๗.

ประเวศ วะสี. "การสร้างสรรค์ภูมิปัญญาไทยเพื่อการพัฒนา." ใน เอกสารประกอบการสัมมนาทางวิชาการ เรื่องในการจัดงานมหกรรมวัฒนธรรมพื้นบ้านไทย' ๓๓. สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ. ๒๕๓๓.

วิมล คำศรี. วรรณกรรมมุขปาฐะประเภทปนิสนาเมืองนครศรีธรรมราช : การศึกษาเชิงวิเคราะห์

สถาบันราชภัฏนครศรีธรรมราช. ๒๕๓๙.

สามารถ จันทร์สุรย์. "ภูมิปัญญาชาวบ้านคืออะไร." ใน เอกสารประกอบการสัมมนาทางวิชาการเรื่องในการจัดงาน มหกรรมวัฒนธรรมพื้นบ้านไทย' ๓๓. สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ.

๒๕๓๓.

สุชีวงศ์ พงศ์ไพบูลย์. ภูมิปัญญาชาวบ้านภาคใต้. สถาบันทักษิณคดีศึกษา. ๒๕๓๘.

เสรี พงศ์พิศ. "สภาพปัญหาและทางเลือกของชนบทไทย." ใน การสัมมนาทางวิชาการเรื่อง ภูมิปัญญาชาวบ้านกับการดำเนินงานด้านวัฒนธรรมและการพัฒนาชนบท. สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ. ๒๕๓๔.