

ชื่อวิทยานิพนธ์ : การศึกษาการบริโภคอาหารของชาวอีสานตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ผู้วิจัย : นางสาวปัทมาภรณ์ รัตนบุรี

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พุทธศาสตร์และศิลปะแห่งชีวิต)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระครูปฐมวรวัฒน์, ดร.
พธ.บ., M.A. (Clinical Psy.), Ph.D (Psy.)

: รศ.ดร.ประดินันท์ อูปรมัย
ค.บ.(เกียรตินิยมอันดับสอง) ,
ค.ม.(จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว) ,
ค.ด.(จิตวิทยาการศึกษา)

: อาจารย์ อุดุลย์ คนแรง
ป.ธ.๙., พธ.บ., อภ.บ., ศษ.บ., น.บ., ศศ .ม.

วันสำเร็จการศึกษา : ๓๑ มีนาคม ๒๕๖๖

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์นี้มีวัตถุประสงค์ (๑) เพื่อศึกษา วัฒนธรรมการบริโภคอาหารของชาวอีสาน (๒) เพื่อศึกษาการบริโภคอาหารตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และ (๓) เพื่อศึกษาการบริโภคอาหารของชาวอีสานตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

งานวิจัยชิ้นนี้เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) โดยผู้วิจัยได้ทำการศึกษาจาก พระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเกี่ยวกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และ เอกสารทางวิชาการ งานวิจัย วิทยานิพนธ์ ที่เกี่ยวข้อง รวบรวมข้อมูลเพื่อทำการวิเคราะห์และสังเคราะห์

ผลการวิจัยพบว่า การบริโภคอาหารของชาวอีสานที่ครอบคลุม แหล่งอาหาร การหาอาหาร การปรุงอาหาร การถนอมอาหาร ลักษณะการบริโภคอาหารในแต่ละโอกาส ตลอดจน ประเพณี พิธีกรรม ความเชื่อ ที่เกี่ยวกับการบริโภคอาหารโดยส่วนใหญ่มีความสอดคล้องกับแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เช่น มีแหล่งอาหารที่หาได้ง่ายในธรรมชาติใกล้ตัว การบริโภคอาหารตามฤดูกาล วิธีการและขั้นตอนการปรุงอาหารที่ทำให้ได้สารอาหารหลากหลายครบถ้วนและไม่เป็นพิษต่อร่างกาย การถนอมอาหารไว้กินในช่วงที่อาหารมีปริมาณลดลง เหมาะสมกับสภาพชีวิต

ความเป็นอยู่และการประกอบอาชีพ อีกทั้งมีประเพณี พิธีกรรม ความเชื่อ ที่ทำให้คนเห็นคุณค่าของอาหารเลือกบริโภคอาหารได้อย่างถูกต้อง ตระหนักถึงความสำคัญของแหล่งอาหาร และช่วยกันอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ ทำให้มีกินอย่างยั่งยืน อย่างไรก็ตามยังมีการบริโภคอาหารส่วนที่ต้อง เพิ่มเติม ปรับปรุง เปลี่ยนแปลง เพื่อให้มีความสอดคล้องกับแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงยิ่งขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การสร้างภูมิคุ้มกันทางด้านทุนมนุษย์ ทั้งนี้เพื่อให้รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงทั้งจากปัจจัยภายใน ปัจจัยภายนอก ที่มากระทบและเตรียมพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงนั้นได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ปัจจัยภายใน เช่น เพิ่มเติมความรู้ทางวิชาการเกี่ยวกับการเลือกวัตถุดิบที่นำมาประกอบอาหารให้มีความปลอดภัย หลักการปรุงและการบริโภคที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ โทษภัยของอาหารบางชนิดที่มีต่อร่างกาย ความเชื่อที่ถูกต้องเกี่ยวกับการงดอาหารบางประเภทขณะที่ร่างกายเจ็บป่วยหรืออ่อนแอ ปรับปรุงขั้นตอนและวิธีการปรุงอาหารให้ถูกสุขลักษณะ ปรับปรุงความเชื่อเกี่ยวกับ ประเพณี พิธีกรรม ความเชื่อ ให้คนเห็นคุณค่าที่แท้จริงที่แฝงอยู่ใน ประเพณี พิธีกรรม ความเชื่อนั้น ปลุกฝังค่านิยมที่ถูกต้องเกี่ยวกับการบริโภคอาหารดิบให้เป็นไปในแนวทางที่ถูกต้องตามความเป็นจริง ทางด้านปัจจัยภายนอกเช่น เพิ่มหลักการและวิธีการคิดพิจารณาการเลือกรับวัฒนธรรมจากภายนอก โดยคำนึงถึงความเหมาะสมกับสังคม ผลกระทบที่อาจเกิดขึ้น หากสามารถเพิ่มเติม ปรับปรุง เปลี่ยนแปลงในประเด็นที่กล่าวมาข้างต้นได้จะทำให้การบริโภคอาหารของชาวอีสานมีความสอดคล้องกับแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงอย่างสมบูรณ์ ยังประโยชน์มาสู่สังคมและประเทศชาติต่อไป

Thesis Title : The Study of Consumption of North-Eastern People
with Sufficient Economy Philosophy

Researcher : Ms. Pattamaporn Rattanaburee

Degree : Master of Arts (Buddhist Studies and Arts of Life)

Thesis Supervisory Committee

: Phra Krupratomvarawat, Dr.
M.A.(Clinical Psy.),Ph.D.(Psy.)

: Asso.Prof.Dr.Pradinan Ouparamai,
B.A.(SecondaryHonor),
M.A.(Phychologyand Guidance),
Ph.D. (Educational Phychology and Guidance)

: Prof. Adule Khonraeng
Pali.9., B.A.(Bud.), B.A., B.Ed., B.L., M.A.

Date of Graduation : 31 March 2013

Abstract

The purpose of this study is three-fold: (1) To study the consumption culture of the Northeast; (2) To study the consumption concepts according to the philosophy of sufficiency economy; (3) To study the consumption of the Northeast according to the philosophy of sufficiency economy.

Documentary research was used for this study. The researcher searched the information from the speech of his Majesty King Bhumibol Adulyadej as well as academic papers, researches, theses, and other related studies. The study involves data gathering, analysis, synthesis, and interpretation of the original information.

The results show that the consumption culture of the Northeast and the consumption concepts according to the philosophy of sufficiency economy are mostly in the same direction. These concepts include (1) Natural sources of food (2) Consumption by season (3) Methods of cooking (4) Food preservation (5) Living condition. In addition, the choice of food is influenced by their culture, ceremony, and beliefs.

On the other hand, there are numbers of aspects need to be developed in order to be in line with the philosophy of sufficiency economy. In particularly, the issue of

'Human Capital' should be considered. There are 2 factors that influence the consumption of the Northeast. These are (1) Internal factors. The following knowledge should be educated: The nutrition principles; The proper raw materials for cooking; The potential food hazards and where their sources; The right food for sick people; The hygienic practice; The right view on cultures, ceremony, and beliefs; and The right view on consuming raw food. (2) External factors, They are the influences of the cultures outside the community.

Once all of the above aspects are developed, the consumption of the Northeast will be in line with the philosophy of sufficiency economy. The benefits of the development will go toward individuals, society, and the nation.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เรื่องการศึกษาการบริโภคอาหารของชาวอีสานตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ผู้วิจัยมุ่งหวังที่จะนำแนวทางที่ได้ไปใช้ในการพัฒนาการบริโภคอาหารของชาวอีสาน การบริโภคอาหารของประชาชนทั่วไป รวมถึงตัวผู้วิจัยเอง ให้เป็นไปตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ที่นอกจากจะทำให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง มีเอกลักษณ์วัฒนธรรมที่จะทำให้ภาคภูมิใจได้แล้ว ยังทำให้มีกินอย่างยั่งยืน

ขอกราบขอบพระคุณพระเดชพระคุณ พระสุธีธรรมาวุธวัตร ,ผศ.ดร. คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และแม่ชีคันสนีย์ เสถียรสุด ผู้ก่อตั้งสาวิกลิขาลัย

ขอกราบขอบพระคุณ พระปฐมมรรควัฒน์,ดร .ประธานกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และขอขอบพระคุณ รศ.ดร.ประดินันท์ อุปรมัย อาจารย์อดุลย์ คนแรง อาจารย์ที่ปรึกษา วิทยานิพนธ์ที่ท่านเมตตาให้คำแนะนำด้วยดีตลอดมา จนวิทยานิพนธ์สำเร็จ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ประสบผลสำเร็จด้วยดีเพราะได้รับกำลังใจและการช่วยเหลือจาก กัลยาณมิตรทุกท่าน เช่น แม่ชีกาญจนา เจริญมณฑาโชค แม่ชีทัศนาศิริธรรม อาจารย์ประจำสาวิกลิขาลัย คุณสุชาดา พิงบุญ เจ้าหน้าที่ประจำสำนักงานสาวิกลิขาลัย เพื่อนและพี่น้องสาวิกลิขาลัย เพื่อนร่วมงาน และที่สำคัญยิ่งคือ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลที่ ๙ ที่ได้ทรงพระราชทานแนวทางการดำเนินชีวิตที่ดีงามให้กับประชาชนชาวไทย ทำให้มีความภาคภูมิใจในความเป็นชาติ และภาคภูมิใจในบรรพบุรุษผู้ถ่ายทอดวัฒนธรรมสู่คนรุ่นหลัง และดำรงความเป็นชาติมาได้จนถึงปัจจุบัน

คุณความดีของวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอถวายเพื่อบูชาแด่พระพุทธคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ ขอน้อมรำลึกถึงพระคุณบิดา มารดา ครูอาจารย์ และขอบคุณเหตุปัจจัยทุกเหตุปัจจัยที่เกื้อหนุนให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์

ปัทมาภรณ์ รัตนบุรี

๑๗ มีนาคม ๒๕๕๖