



อาหารสมอง

วีรกร ตรีเศศ

ส าหรับใครที่เป็นโรค “ติดข้าว” วันไหนไม่ได้กินข้าวก็จะรู้สึกขาดบางอย่างไป เรื่องต่อไปนี้อาจทำให้ท่านรู้สึกข้าหรือไม่ก็เกิดความคิดเรื่องกินข้าวน้อยลงอย่างสอดคล้องกับนโยบายของรัฐบาลอินโดนีเซียปัจจุบันที่สนับสนุนให้กินข้าวกันน้อยลง โดยหันมาบริโภคพืชอื่นกันบ้าง

ข้าวเป็นพืชที่มีคุณค่าต่อมนุษย์โดยเฉพาะคนเอเชียอย่างยิ่ง ร้อยละ 70 ของประชากร 1,300 ล้านคน ที่จนถึงสุดอยู่ในทวีปเอเชียซึ่งบริโภคข้าวเป็นอาหารหลักประจำวัน

อย่างไรก็ดี สำหรับคนที่จนที่สุดแล้ว ข้าวคืออาหารสวรรค์ เพราะปกติบริโภคข้าวเพียง เช่น ข้าวโพด และรากไต้ดิน เช่น มันสำปะหลัง เผือก มันเทศ ฯลฯ กันเป็นหลัก

เมื่อระบบเศรษฐกิจพัฒนาขึ้น ผู้คนมีฐานะดีขึ้นจึงสามารถบริโภคข้าว และเมื่อรวยขึ้นอีกประชาชนก็จะหันไปบริโภคเนื้อสัตว์ ปลา ไข่ ผัก ผลไม้ และอาหารที่มีโปรตีนมากขึ้น

อินโดนีเซียซึ่งมีประชากร 240 ล้านคน บนพื้นที่ประมาณ 2 ล้านตารางกิโลเมตร หรือ 4 เท่าของไทยชอบกินข้าวอย่างมาก ในปีหนึ่งๆบริโภคมากกว่า 125 กิโลกรัมต่อคน (ไทยต่ำกว่า 100 กิโลกรัมต่อคนต่อปี) ซึ่งตัวเลขนี้สูงกว่าคนอเมริกัน 15 เท่า และคนญี่ปุ่นหนึ่งเท่าตัว

คนชาติอื่นที่บริโภคข้าวมากเป็นพิเศษคือพม่า (ประมาณเกือบ 200 กิโลกรัมต่อคนต่อปี) บังกลาเทศ กัมพูชา ลาว เวียดนาม (ประมาณกว่า 120 กิโลกรัมต่อคนต่อปี)

อินโดนีเซียเผชิญสภาวะ “ติดข้าว” ของประชากร ในขณะที่กำลังการผลิตข้าวในประเทศไม่เพียงพอจนต้องนำเข้าข้าวอยู่เสมอ (ยกเว้นปี 2006 รัฐบาลห้ามนำเข้าข้าวเพราะกลัวราคาข้าวในประเทศตก และผลิตได้พอเพียงในปีนั้น) อย่างน่าเป็นห่วงในเรื่องความมั่นคงด้านอาหารของประเทศ

ปัจจุบันรัฐบาลใช้นโยบายเดิมคือขยายการผลิตคู่กับการนำเข้าข้าว และนโยบายใหม่คือลดการบริโภคข้าว (One Day, No Rice/หนึ่งวันไร้ข้าว) เพื่อลดค่าครองชีพเพราะราคาข้าวสูงขึ้นทุกวัน

อินโดนีเซียผลิตมันสำปะหลังเป็นอันดับสองของโลกรองจากไทย เนื่องจากพืชชนิดนี้จากแอฟริกาเติบโตในที่แล้งได้เป็นอย่างดี สามารถเก็บไว้ได้ดินได้นานถึงหนึ่งปีโดยไม่เสื่อมสลาย และมีราคาถูกกว่าข้าว เฉพาะคนจนสุดๆเท่านั้นถึงจะกินเป็นอาหาร เมื่อไม่นานมานี้ ในอินโดนีเซียมีผู้คิดค้นเอามันสำปะหลังมาฉีกเป็นชิ้นเล็กๆ และนำมาบริโภคแบบข้าว เรียกว่า cassava rice (ข้าวมันสำปะหลัง)

กระทรวงเกษตรพอใจจนมีการประชาสัมพันธ์ในโทรทัศน์ให้ประชาชนหันมาบริโภคข้าวมันสำปะหลังกันเพราะมีราคาถูก รสชาติดี และยืนยันว่าไม่ใช่อาหารของคนจนอีกต่อไป

นอกจากมันสำปะหลังแล้ว รัฐบาลยังริเริ่ม

แก้โรค ‘ติดข้าว’



ให้ใช้สาอู (ของแต่ต้องเอามาจากกลางลำต้นต้นสาอู ของเทียมซึ่งเป็นส่วนใหญ่ทำมาจากแป้งมันสำปะหลัง) ปนกับข้าว ข้าวปนกับมันฝรั่ง มีรายหนึ่งไปไกลถึงกับเอามันเทศสีม่วงมาปนกับข้าว โดยทำเป็นแฟรนไชส์ (แบบขายสิทธิ์มีเกี้ยวของไทย)

รัฐบาลพยายามอย่างมากในการใช้นโยบายโน้มน้าวให้ประชาชนบริโภคข้าวน้อยลง แต่ก็ดูเหมือนจะได้ผลไม่มากนัก ข้าวยังเป็นที่ยอมรับโดยประชาชนไม่ต้องการที่จะกินข้าวผสมเผือก ผสมมันหรือสิ่งแปลกปลอมอื่น

จนรัฐบาลต้องเปลี่ยนคำขวัญเป็น One Meal, No Rice (หนึ่งมื้อไร้ข้าว) แทน

นักเศรษฐศาสตร์หลายคนบอกว่า จริงๆแล้วไม่ต้องไปกังวลเรื่องบริโภคข้าวมากเกินไป เพราะเมื่อประชาชนมีฐานะดีขึ้นก็จะบริโภคข้าวน้อยลงไปเอง หันไปสู่อาหารแปรรูปประเภทอบ นึ่ง ต้ม ไม่ว่าจะเป็นก๋วยเตี๋ยว Pasta (ไม่ว่าจะเป็นเส้นสปาเก็ตตี้กลม เหลี่ยมแบน) ขนมปัง ฯลฯ มากขึ้น

ไทยเป็นตัวอย่งในเรื่องนี้ เมื่อสิบปีก่อนคนไทยบริโภคข้าวประมาณกว่า 100 กิโลกรัมต่อคนต่อ จนข้าวเป็นแหล่งโปรตีนถึงร้อยละ 34 ของโปรตีนจากอาหารทั้งหมด และข้าวเป็นแหล่งแคลอรีเกือบร้อยละ 50 ในแต่ละวัน

ปัจจุบัน ตัวเลขบริโภคข้าวต่อคนต่อปีลดลงต่ำกว่า 100 กิโลกรัมอย่างเห็นได้ชัด เพราะเมื่อฐานะดีขึ้นก็หันไปบริโภคสิ่งอื่นทดแทน

ในกรณีของอินโดนีเซียนั้น มีความเป็นไปได้ที่ภาครัฐกังวลเรื่องความมั่นคงด้านอาหาร (ลองจินตนาการดูว่าถ้าคน “ติดข้าว” 240 ล้านคนไม่มีข้าวกินในราคาที่พอกินได้ จะเกิดอะไรขึ้น) จนไม่อาจคอยให้ถึงเวลาที่ผู้คนหันไปบริโภคแป้ง เนื้อ ไข่ แทนได้อย่างเป็นกอบเป็นกำ ดังนั้น จึงจำเป็นต้องมีการรณรงค์ลดการบริโภคข้าวแต่บัดนี้

โครงการนี้เตือนให้นึกถึงเหตุการณ์ระหว่าง ค.ศ.1962-1966 ที่รัฐบาลอินโดนีเซียเผชิญ

น้ำจิ้มอาหารสมอง

ยิ่งกินยาวนานเท่าใด ก็ยิ่งฝันมากเท่านั้น (สุภาวดีจิณ)

สหพันธรัฐของมาเลเซีย ด้วยการรวมมลายูกับ Sarawak และ Sabah ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของเกาะบอร์เนียวอาณานิคมเก่าของอังกฤษ จนมีการบรรจบปะทะกัน

ทมรัฐธรรมนูญของกัมพูชาประเทศเพื่อนบ้านของเราทั้งใช้กลยุทธ์แบบเดียวกันอยู่ในปัจจุบันหรือไม่โดยใช้การสู้รบกับไทยเป็นตัวหันเหความสนใจของประชาชนออกจากปัญหาการเมืองภายในประเทศ ปัญหาคอร์รัปชัน ปัญหาไม่เอาจริงกับการเอาเขมรแดงมาลงโทษ ปัญหาการกรณของเวียดนามด้านเศรษฐกิจและวัฒนธรรม ฯลฯ

ถ้าข้อสงสัยเรื่องกลยุทธ์ของกัมพูชาเป็นจริงก็น่าสงสัยชีวิตของทหารกัมพูชาและทหารไทย ซึ่งต้องเสียไปเพราะกลยุทธ์หันเหความสนใจ

ถ้าเป็นเพียงเรื่องรัฐพิธีชดแทนข้าวก็ยิ่งพอทำเนาเพราะไม่มีใครตายและไม่มีใครเสียน้ำตาอย่างมากก็เพียงรำคาญกับรสชาดที่เปลี่ยนแปลงปลอมในข้าวเท่านั้น

ซึ่งหากนานวันเข้าเมื่อข้าวมีราคาแพงขึ้นมากก็จะจำใจชอบข้าวชนิดใหม่ไปเอง ●

เครื่องเคียงอาหารสมอง

“กาลครั้งหนึ่ง...นานมาแล้ว ทุกๆ วัน มดตัวน้อยมาทำงานแต่เช้า และลงมือทำงานทันที มดน้อยสร้างผลงานมากมาย และมดน้อยก็มีความสุขกับงาน

สิงโตเป็นหัวหน้าก็รู้สึกแปลกใจที่มดน้อยทำงานได้ดีโดยไม่ต้องมีการควบคุม สิงโตเลยคิดใหม่ทำใหม่โดยใช้แนวคิดที่ว่าขนาดไม่มีหัวหน้าดูแลยังทำงานดีเช่นนั้น แล้วถ้ามีหัวหน้าเธอต้องทำงานดีขึ้นโดยไม่ต้องสงสัย สิงโตจึงจ้างแมลงสาบมาเป็นหัวหน้ามดน้อย และแมลงสาบมีความสามารถมากในเรื่องการเขียนรายงาน

แมลงสาบเริ่มด้วยการตั้งระบบลงเวลาทำงานโดยการตั้งเครื่องตอกบัตร แมลงสาบต้องการเลขฯ มาช่วยเขียน พิมพ์รายงาน ชงกาแฟ เดินเอกสาร ส่งจดหมาย และคอยจับผิดมดน้อย แมลงสาบจึงจ้างควายมาเป็นเลขฯ ส่วนตัว

สิงโตปลื้มกับการทำงานของแมลงสาบมากทำให้รายงานและแนวโน้มต่างๆ จากที่ส่งให้พิจารณา ทำให้แมลงสาบได้หน้า เพื่อการนี้แมลงสาบจึงซื้อเครื่องคอมพิวเตอร์ติดอินเตอร์เน็ต และเครื่องพิมพ์เพื่อการทำงานให้สิงโต

แน่นอนว่าต้องมีแผนก IT ตามมา เขาจึงจ้างตัวเห็บมาเป็น IT manager ตัวเห็บก็ของประมาณเพื่อจ้างลูกมือและอุปกรณ์ซ่อม

แต่เมื่อกับระบบงานใหม่มากเพราะมัวแต่รายงาน งานเอกสารมากมายและการประชุมที่แสนเสียเวลา แมลงสาบเห็นมดน้อยทำงานช้าขึ้นเพราะต้องเขียนรายงาน จึงจัดเลือกหาหัวหน้าแผนกมาคอยดูแลและจรรยา งาน ตำแหน่งนี้ตกเป็นของตัวทาก ตัวทากเป็นบุคลากรที่ทำงานได้อย่างเชื่องช้ามาก จึงดูเป็นคนที่รอบคอบ และได้รับตำแหน่งหัวหน้าแผนกไป และแผนกที่มดน้อยทำงานก็เป็นแผนกที่โศกเศร้า ไร้เสียงหัวเราะ ทุกคนในแผนกก็หัวเสียง่าย ตัวทากของบฯ ทำการสำรวจ ศึกษาสภาพการทำงานที่เหมาะสม แผนกมดน้อยทำงานได้แย่ง สิงโตก็เห็นด้วย ว่าที่แผนกมดทำงานได้แย่ง จึงจ้างตัวเหี้ยเข้ามาเป็นที่ปรึกษาเพื่อศึกษาวิธีการที่จะเพิ่มผลผลิต

ตัวเหี้ยสรุปว่าที่แผนกของมดน้อยมีการจ้างคนมากเกินไปเลยทำให้ผลผลิตไม่ดีเท่าที่ควร...ว่าใครจะถูกปลดออกเป็นคนแรก มดน้อยนั่นเอง เพราะตัวเหี้ยบอกว่ามดน้อยเป็นคนที่ไม่จริงจัง และทัศนคติไม่ดี

ลาก่อน...มดน้อย...

(H2OLive <http://h2olive.exteen.com/>)

?.....?