

หวานอมขมกลืน

คำ พกา



บางคนเคยได้ยินสำนวนที่บอกว่า “กินคาวไม่กินหวานสันดานไพร่” ไม่จำเป็นต้องเรียนวรรณคดีหรือประวัติศาสตร์ก็พอจะได้ว่าในสมัยที่สำนวนนี้ได้รับการยอมรับอย่างแพร่หลายนั้นน่าจะเป็นยุคที่ “น้ำตาล” ไม่ใช่ของหาง่าย

การที่ “ไพร่” ไม่กิน “หวาน” หรือ ไม่กิน “ของหวาน” หลังอาหาร คงไม่ใช่เพราะ “สันดาน” แต่น้ำตาล หรือความหวานเป็นของฟุ่มเฟือยสำหรับไพร่เสียมากกว่า

สยามเคยเป็นผู้ส่งออกน้ำตาลในสมัยต้นรัตนโกสินทร์ จนเมื่อดัตช์เข้าครอบครองชวาและเข้าไปทำไร่อ้อย และโรงงานน้ำตาล สยามไม่สามารถแข่งขันในการค้าน้ำตาลโลกได้ จึงหันมาขุดคลองเปิดที่นาใหม่ๆ หันมาปลูกข้าวเพื่อการส่งออกแทน และนำเข้าน้ำตาลจากชวา มาบริโภคเรียกว่า “น้ำตาลชวา”

เมื่อน้ำตาลเป็นของ “นำเข้า” มันจึงไม่ใช่ของดาษดื่นที่ “ไพร่” จะนำมาใส่ขนมผสมน้ำยากินเล่น

คงมีแต่ผู้ลากมากดีเท่านั้นที่ได้บริโภค “น้ำตาลชวา”

น้ำตาลที่ไพร่กิน จึงเป็นน้ำตาลที่ผลิตกันในครัวเรือน เช่น น้ำตาลมะพร้าว น้ำตาลโตนด น้ำตาลจากหญ้าคา หรือน้ำอ้อยที่ได้จากการหีบอ้อยมาเคี่ยวเป็นน้ำตาลคาราเมลสีน้ำตาลเข้มจนเกือบดำ

น้ำตาลชาวบ้าน ไม่เป็นเกล็ด ไม่เป็นสีขาว แต่มักเป็นก้อน มีทรงกลม มีแบบเป็นแว่น มีแบบก้อนสี่เหลี่ยม

แม้ชาวบ้านหรือไพร่จะทำน้ำตาลกินเองได้ แต่การทำน้ำตาลก็ไม่ใช่เรื่องง่าย มันสิ้นเปลืองทั้งเวลา แรงงาน เชื้อเพลิง ทั้งอ้อย ทั้งมะพร้าว ลูกตาล ก็สามารถนำมาทำน้ำตาลได้ตามฤดูกาล ไม่ใช่ของที่ทำได้ตลอดปี

เมื่อเป็นเช่นนั้น ชาวบ้านที่เป็นไพร่ จึงจะใช้น้ำตาลในวาระโอกาสสำคัญเท่านั้น

เช่น ทำขนมในงานบุญ ประเพณี งานบวชงานเลี้ยงต่างๆ

และนำสันนิษฐานต่อไปได้อีกว่า อาหารคาวของเหล่าไพร่ ก็ไม่น่าจะมีรสหวานนำ และอาจจะได้ใส่น้ำตาลเลยก็เป็นได้

โดยเฉพาะอาหารในชีวิตประจำวันที่ไม่น่าจะมื่ออะไรพิสดารไปกว่า น้ำพริก ปลาหย่าง แงงเสียง แงงส้ม

(เขียนมาถึงตรงนี้ก็ตระหนักว่า เรามีงานที่ศึกษาเรื่องอาหารการกินของไพร่น้อยมาก)

สวนอาหารของผู้ดีนั้น ถ้าอิงตามตำรา “แม่ครัวหัวป่าก์” ของท่านผู้หญิงเปลี่ยน ภาสกรวงศ์ จะพบว่ามีการปรุงรสด้วยน้ำตาลในสัดส่วนที่ค่อนข้างมาก

หรือจะบอกว่า ล้วนแต่เป็นอาหารที่มีรสหวานนำก็ไม่ผิดนัก

หรือถ้าตำราอาหารไทยร่วมสมัยมักจะเห็นว่า อาหารไทยต้องมีสามรสเท่าๆ กัน คือเปรี้ยว หวาน เค็ม สามรสนี้ต้องเสมอกันอย่างกลมกล่อม จึงเรียกว่า “อ่อย”

หรือเมนูหมูหวานที่ว่ากันว่าต้องมีในสำรับชาววังนั้นก็ถือว่าเป็นอาหารที่หวานแสบไส้

เพราะฉะนั้นอาหารไทยคงไม่ได้เพิ่งมาหวานอย่างที่หลายๆ คนชอบบ่นกันว่า “ทำไมอาหารเดี๋ยวนี้หวานจัง” แต่จะหวานมานานแล้ว

มีหน้าซำรสหวานในอาหารยังบอกสถานะของคนกินก็คือ “ผู้มีอันจะกิน”

หากถามว่าทำไม “ทำไมอาหารสมัยนี้หวานจัง” เป็นความจริง ก็จริงตรงที่ สมัยนี้คนไม่มีอันจะกินสามารถครอบครอง “รสหวาน” ได้แล้ว

น้ำตาลที่เคยเป็นของแพง กลายเป็นสินค้าบริโภคที่ใครๆ ก็ซื้อหามากินได้

เรียกได้ว่า “ไม่มีความเหลื่อมล้ำทางชนชั้นเหลืออยู่อีกแล้วหากพิจารณาในมิติว่าด้วยความสามารถในการเข้าถึง “ความหวาน”

ทพรได้กินหวานตั้งแต่เมื่อไหร่?

ข้อมูลจากวิทยานิพนธ์ของ ซาติชาย มุกสง หัวข้อ “น้ำตาลกับวัฒนธรรมการบริโภครสหวานในสังคมไทย 2504-2539” บอกว่า ปี 2504 คนไทยบริโภคน้ำตาลทรายต่อคน คิดเป็น 5.8 กิโลกรัม

ตัวเลขขยับขึ้นช้าๆ ตามลำดับ จนปี 2519 เพิ่มขึ้นเป็น 13.2 ก.ก.

พอถึงปี 2535 เพิ่มขึ้นอย่างน่าสนใจเป็น 20.3 ก.ก. ปี 2540 นั้นสูงถึง 28.5 ก.ก.

ส่วนตัวเลขล่าสุด คือปี 2556 คนไทยบริโภคน้ำตาลสูงถึง 30 ก.ก. ต่อคนต่อปี <http://www.thairath.co.th/content/382789> และเป็นการบริโภคน้ำตาลทางอ้อมมากกว่าน้ำตาลทางตรง

น้ำตาลทางอ้อม คือผ่านเครื่องดื่ม อาหารกระป๋อง (รวมน้ำปลา) ขนมปัง (รวมสุราและเบียร์) ผลิตภัณฑ์นม ลูกกวาด ขนม และยา

เป็นอันว่าพร หรือคนไทยบริโภคน้ำตาลมากขึ้น (หรือพูดอีกอย่างหนึ่งได้ว่า น้ำตาลไม่ใช่ของหายากที่มีแต่คนชั้นสูงมีอันจะกินเท่านั้นที่สามารถปรุงอาหารด้วยน้ำตาลได้อย่างไม่อัน) หลังจากประเทศเข้าสู่ยุค “พัฒนา” ที่รัฐบาลได้ส่งเสริมอุตสาหกรรมน้ำตาลในฐานะที่เป็นสินค้าส่งออกที่สำคัญ และอ้อยเป็นพืชเศรษฐกิจ เพื่อพยุงราคาน้ำตาล รัฐบาลจึงต้องส่งเสริมให้มีการบริโภคน้ำตาลในประเทศให้สูงขึ้นด้วย

หลังปี 2523 ที่อเมริกาผลิตน้ำตาลฟรุโกโตสขึ้นมาได้ ทำให้น้ำตาลทรายในตลาดโลกได้รับผลกระทบ และราคาไม่ขึ้นอีกเลยนับแต่นั้น

ปี 2530 รัฐบาลไทยมีนโยบายให้อุตสาหกรรมในประเทศชื่อน้ำตาลได้ในราคาพิเศษที่ต่ำกว่าที่ผู้บริโภคซื้อทั่วไปจากผู้ผลิต

อุตสาหกรรมที่ใช้น้ำตาลเยอะมาก เช่น ผลไม้กระป๋อง เครื่องดื่มรสหวานต่างๆ ขนม ฯลฯ นั่นคือคำตอบที่ว่าทำไมนับแต่ทศวรรษที่ 30 เป็นต้นมา ปริมาณการบริโภคน้ำตาลของคนไทยสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ

และฉันไม่แน่ใจว่าจะเป็นการกินเลยไปหรือไม่ที่จะกล่าวว่า ผลกระทบทางสุขภาพของคนไทยที่เกิดจากการบริโภคน้ำตาล โดยเฉพาะการบริโภคทางอ้อมนั้นก็มาจากนโยบายอุดหนุนอุตสาหกรรมของรัฐบาลนั่นเอง

!! แต่ถึงอย่างนั้นจะกล่าวโทษแต่รัฐบาล (ในยุคนั้น) ก็ไม่ถูกเสียทีเดียว เพราะอุตสาหกรรมอ้อยและน้ำตาลเป็นอุตสาหกรรมที่สร้างรายได้ สร้างอาชีพ สร้างเศรษฐกิจให้กับประเทศอย่างมาก

ในช่วงปี 2508 รัฐบาลถึงกับต้องออก “วารสารน้ำตาล” ขึ้นมาเพื่อสื่อสารประชาสัมพันธ์ให้คนไทยหันมาบริโภคน้ำตาลให้มากขึ้น โดยเขียนไว้ว่าวารสารว่า

“สำหรับบุคคลที่ไม่มีเวลาพอสำหรับอาหาร

เช้า สำหรับบุคคลที่ต้องการพลังงานทางสมองและพลังงาน สำหรับเด็กที่ต้องไปโรงเรียนแต่เช้า และต้องใช้พลังงานมาก น้ำตาลเป็นสารอาหารชนิดเดียวที่ให้ผลสมบูรณ์ดังกล่าวทุกประการ น้ำตาล 1 ช.ช. ให้คุณค่าทางอาหารมากกว่าอาหารหลายประเภท” (อ้างจากวิทยานิพนธ์ของ ซาติชาย มุกสง, หน้า 281)

ในทศวรรษที่ 2510 ถึงกับใช้ปริมาณการบริโภคน้ำตาลเป็นดัชนีวัดความเจริญของประเทศ โดยบอกว่า คนในประเทศอเมริกาบริโภคน้ำตาลสูงถึง 50 ก.ก.ต่อคนต่อปี เราจึงต้องเร่งส่งเสริมให้ประชาชนของเรากินน้ำตาลให้มากขึ้น

และที่ไม่น่าเชื่อคือ แม้ในทศวรรษที่ 2520 ซึ่งเริ่มมีงานวิจัยทางโภชนาการออกมาแล้วว่า น้ำตาลส่งผลเสียต่อสุขภาพ เป็นพลังงานที่ว่างเปล่า นำมาซึ่งโรคภัยหลายประการ

แต่วารสารน้ำตาลในปี 2539 ยังคงมีบทความว่าด้วย “ประโยชน์ของน้ำตาลทรายต่อสุขภาพ” และกังวลว่าการบริโภคน้ำตาลทรายของไทยที่มีตัวเลขประมาณ 15 ก.ก.ต่อปีนั้นสำหรับอุตสาหกรรมน้ำตาลถือว่าน้อยมาก และประเทศที่พัฒนาแล้วอื่นๆ ล้วนแต่บริโภคในตัวเลขที่สูงกว่าเราเกือบทั้งหมด (ซาติชาย มุกสง, หน้า 288)

แต่ความขัดแย้งระหว่างงานของกระทรวงสาธารณสุขกับอุตสาหกรรมน้ำตาลน่าจะเริ่มในราวปี 2538 เมื่อกระทรวงสาธารณสุขตั้งหน่วยงานศึกษาหาทางแก้ไขโรคเรื้อรังอาจเกิดจากการบริโภค

!! ม้งานวิจัยบางชิ้นบอกเราว่า การกินน้ำตาลนั้นทำให้สมองของเราหลังสารเซโรโทนิน ซึ่งทำให้จิตใจสงบ ผ่อนคลาย อารมณ์ดี (นักโภชนาการมักแนะนำให้เรากินเผือก มัน ที่จะเปลี่ยนแป๊ะเป็นน้ำตาลแทนการกินน้ำตาลโดยตรง) และนั่นอาจทำให้เราติดรสหวาน

แต่จากข้อมูลทั้งหมดที่ได้เขียนมาทำให้เราตระหนักว่าลำพัง “สารเคมี” ในอาหารไม่เพียงพอที่จะทำให้เราต้องกินน้ำตาลจนป่วยไข้

แต่นโยบายของรัฐ ระบบเศรษฐกิจของโลก การเดินทางของสินค้า การขยายตัวของทุน และ

ธุรกิจต่างหากที่กำกับไลฟ์สไตล์และวิถีการกินของเรา

ฟาสต์ฟู้ด สารพัดยี่ห้อ น้ำอัดลม ขนม นม เนย ไอศกรีม ฯลฯ ล้วนอยู่ในห่วงโซ่ของธุรกิจอาหาร ยา เกษตร ปศุสัตว์ เครื่องดื่ม อาหารเสริม สุรา เบียร์ ไวน์ ฯลฯ

และธุรกิจเหล่านี้ล้วนเกี่ยวพันกับการดำเนินนโยบายทั้งระดับชาติและนานาชาติ วิถีการกิน การเข้าถึงอาหารของคนในแต่ละสังคมที่เชื่อมโยงอยู่กับฐานะ รายได้ ชนชั้น สีผิว

เงื่อนไขของการผลักดันการเก็บภาษี “น้ำตาล” ของแต่ละสังคมจึงต่างกันออกไป และแทบจะหยาบมาเปรียบเทียบกันไม่ได้เลย

และยังถกเถียงกันมากกว่า ภาษีเหล่านี้จะยิ่งไปซ้ำเติมคนจน เพราะต้องซื้อของกินในราคาที่แพงขึ้น หรือต้องกินของในคุณภาพที่ต่ำลงเพราะเจ้าของอุตสาหกรรมต้องลดต้นทุน

ในขณะที่เพื่อนร่วมชาติผู้มีฐานะมั่งคั่งกว่าสามารถเลือก “กิน” อะไรก็ได้ที่ติดต่อสุขภาพ ตราบเท่าที่มี “กำลังซื้อ” ไม่อั้นพร้อมๆ กับที่อาหารเพื่อสุขภาพ และอาหาร “กรีน” และ “คลีน” นั้นเป็นทั้งสัญญาณบอกความเป็นผู้มีปัญญาฉลาดเลือก ฉลาดกิน และเป็นทั้งสัญญาณที่บอกว่า “ชั้นคือคนมีดั่งคั้นะ”

น้ำตาลนั้นไม่ดีต่อสุขภาพแน่ๆ อุตสาหกรรมที่เอาน้ำตาลละลายน้ำตาลแต่งสีแต่งกลิ่นนั้นช่วยแตกแน่ๆ แต่คำถามของการเก็บภาษีน้ำตาลคือ เราได้เปิดโอกาสให้ประชาชนทุกคนได้รับรู้ข้อมูล ที่มาที่ไป สิ่งที่เขาจะได้และเสียจากภาษีตัวนี้มากน้อยแค่ไหน เช่น นาย ก. และ นาง ข. อาจจะเห็นด้วยว่าควรเก็บภาษี แต่สองคนนี้อาจเห็นต่างกันเรื่องวิธีใช้เงินภาษีจากภาษีบาป และพวกเขาควรมีโอกาสได้ตัดสินใจผ่านกระบวนการตัวแทนในรัฐสภา

หลายๆ ประเทศ ลู้กันด้วยข้อมูล การลอบบี้ ทั้งบนดินใต้ดิน ในการผ่านกฎหมายแบบนี้ และนั่นมันก็ยุติธรรมและสง่างามพอที่จะยึดออกได้ว่ามันคือกฎหมายที่ประชาชนส่วนใหญ่เห็นชอบ

พอกันที่กับสังคมไทยที่ชอบบอกว่ากฎหมายดีๆ ที่คิดมาโดยคนดีๆ ถ้าไม่รีบผลักดันในสมัยของรัฐบาลที่มีอำนาจเบ็ดเสร็จ ชาตินี้คงไม่มีวันผ่านรัฐบาลที่มาจากการเลือกตั้ง เพราะพวกพ่อค้าจะมารอบงำ จ่ายเงินพาดหัวนักการเมือง เพราะถึงที่สุดแล้วไม่ว่าจะพาดหัวหรือไม่พาดหัว ประชาชนก็จะรับผิดชอบในสิ่งที่พวกเขาเลือก แต่การเลือกที่มาจากคนไม่กี่คนนั้นประชาชนเขาจะถามทุกครั้งว่า “ใครรับผิดชอบ?”

กฎหมายดีจากกระบวนการที่ไม่ฟังเสียงของเจ้าของประเทศ ไม่อาจเรียกได้ว่าเป็นกฎหมาย แต่เรียกว่าเป็นการ “มัดมือชก”

ชอบไม่ชอบก็ต้องก้มหน้ารับสภาพไป●

