

# วัฒนธรรมเวียดนามผ่านขนมตามเทศกาล

## Vietnamese cultures through festival desserts

ประวิทย์ ธงชัย / PRAWIT THONGCHAI

อาจารย์ประจำศูนย์ภาษา มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์

LECTURER AT LANGUAGE CENTER, VALAYA ALONGKORN RAJABHAT UNIVERSITY UNDER THE ROYAL PATRONAGE

เจิ่น ถิ บิ๊ก ถาว / TRAN THI BICH THAO

อาจารย์ประจำคณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

LECTURER AT THE FACULTY OF HUMANITIES, SRINAKHARINWIROT UNIVERSITY

Received: July 22, 2022

Revised: December 22, 2022

Accepted: December 26, 2022

### บทคัดย่อ

ประเทศเวียดนามมีพื้นที่กว้างใหญ่ มีความหลากหลายทางชาติพันธุ์ มีความเป็นอัตลักษณ์ในวิถีชีวิต วัฒนธรรม ประเพณี และเทศกาลที่แตกต่างกันไป กล่าวคือมีความแตกต่างกันทางด้านประเพณี พิธีกรรม ความคิด ความเชื่อ การกระทำ ค่านิยม ทักษะคิด ระเบียบแบบแผนที่ได้ทำในโอกาส โดยสืบทอดต่อกันมาจนเป็นเทศกาลต่างๆ ที่ได้รับอิทธิพลมาจากวิถีชีวิตความเป็นอยู่ที่แตกต่างกัน ส่งผลต่อความเป็นอัตลักษณ์การทำขนมในเทศกาล อีกด้วย บทความนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความเชื่อ วัฒนธรรม และประเพณีการทำขนม ที่บ่งบอกถึงคุณค่าและแฝงไปด้วยความหมายอันเป็นสิริมงคลและแฝงด้วยความหมายที่ลึกซึ้งไว้ในชื่อ รูปลักษณ์ ส่วนประกอบ สัตว์ส่วน สีต่างๆ และช่วงเวลาที่ทำ ผลการศึกษาพบว่า 1. ด้านความเชื่อ วัฒนธรรมและประเพณี ได้แก่ แบ่งหิ้ง ทำมาจากแป้งข้าวเหนียว ปั้นเป็นรูปกลม สื่อถึงท้องฟ้า ดวงอาทิตย์ ประหนึ่งเป็นเทพเจ้า และแผ่นฟ้าเบื้องบนคอยพิทักษ์รักษามนุษย์และปกป้องสรรพสิ่งที่ดิ้นรนให้ร่มเย็นเป็นสุขในยามขึ้นศักราชใหม่ 2. ด้านมนุษยธรรม ได้แก่ แบ่งหิ้ง ทำในช่วงปีใหม่ที่ทุกคนกลับบ้านรวมตัวกันและนำไปบูชาบรรพบุรุษ อีกทั้งให้ความสำคัญกับการทำเกษตรกรรมอีกด้วย 3. ด้านสัญลักษณ์คำสอน ได้แก่ ขนมฟู เท หรือ ขนมซู เซ หรือขนมโลเล เป็นขนมมงคล นิยมใช้ขนมชนิดนี้ในพิธีงานมงคล พิธีสมรส หรือพิธีหมั้น ทำขึ้นเพื่อเป็นสัญลักษณ์ของความผูกพันอยู่ด้วยกันนานๆ อย่างมีความสุข

**คำสำคัญ:** ขนม, เวียดนาม, วัฒนธรรม, เทศกาล

### Abstract

Vietnam has a vast area. It has many ethnic diversities it is unique in different ways of life, cultures, traditions, and festivals. That is to say, there are differences in traditions, rituals, thoughts, beliefs, actions, values, attitudes, and rules that are made on different occasions. By inheriting from each other until various festivals influenced by different history. It affects to the identity of making desserts in various festivals as well. This article aims to study beliefs, cultures and traditions of desserts. That conveys the value and is hidden with auspicious meaning and hidden deep meaning in the name, appearance, composition, proportions, colors and the time. The results showed that 1. the aspect of faith culture and traditions such as Banh Chung, which is made from glutinous rice flour, round shape, that refers to the sky, the sun, as if it was a god and the sky protects humanity and it protects all good things for peace

and happiness in the new era. 2. humanitarian aspect, i.e., Banh Chung cooks during the new year as a time when everyone returns home to gather and worship their ancestors. It also attaches importance to agriculture as well. 3. Symbols of teaching aspect, such as Banh Phu The or Xu xe or Lo le, it is the auspicious dessert for engagement, wedding ceremony. it cooks for symbolize a long-lasting bond happily.

**Keywords:** dessert, Vietnam, culture, festivals

## บทนำ

ประเทศเวียดนามมีชื่ออย่างเป็นทางการว่า สาธารณรัฐสังคมนิยมเวียดนาม (The Socialist Republic of Vietnam) ตั้งอยู่ทางตะวันออกเฉียงใต้ของคาบสมุทรอินโดจีน ลักษณะรูปร่างเหมือนรูปตัวเอส (S) แนวยาว มีภูมิประเทศเป็นภูเขาสูงชันระหว่างที่ราบลุ่มแม่น้ำที่อุดมสมบูรณ์ทางตอนเหนือและใต้ ลักษณะดังกล่าวทำให้เกิดการแบ่งเขตเป็น 3 ภาค มีความหลากหลายทางชาติพันธุ์ อีกทั้งมีอัตลักษณ์ วิถีชีวิต วัฒนธรรม ประเพณี และเทศกาลที่แตกต่างกันไป กล่าวคือมีความแตกต่างกันทางด้านประเพณี พิธีกรรม ความคิด ความเชื่อ การกระทำ ค่านิยม ทัศนคติ ระบบแบบแผนที่ทำในโอกาสต่างๆ คือสิ่งที่ปฏิบัติเชื่อถือได้สืบทอดต่อกันมาจนเป็นเทศกาลต่างๆ ที่ได้รับอิทธิพลมาจากวิถีชีวิตความเป็นอยู่ในแต่ละภูมิภาคที่เกิดขึ้นจากประวัติศาสตร์ที่แตกต่างกัน และจากการเปลี่ยนแปลงหลายสมัยตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน และการตกอยู่ภายใต้การปกครองของ จีน มองโกล ฝรั่งเศส อเมริกา (ดาร์เร็น เมตตาริกานนท์, 2550) จึงทำให้เวียดนามอยู่ภายใต้การปกครองของจีนมายาวนานกว่าพันปี และรับเอาวัฒนธรรมจากจีนเข้ามาประยุกต์ใช้จนกลายเป็นของตนเอง ทั้งด้านประเพณีวัฒนธรรม รวมทั้งฝรั่งเศสเข้ามายึดครองเวียดนาม ส่งผลต่อให้เวียดนามได้รับอิทธิพลจากฝรั่งเศสไปด้วย (นันทนา ปรมาณูศิษฐ์, 2556) เป็นต้น ดังนั้นอิทธิพลของจีนและฝรั่งเศสจึงมีบทบาทต่อประเพณีวัฒนธรรมในเวียดนามและแสดงออกออกผ่านวัฒนธรรม ที่ถูกสั่งสมและถ่ายทอดรุ่นต่อรุ่น มีอิทธิพลต่อความคิด ความรู้สึก กลายเป็นภูมิวัฒนธรรมทั้งนามธรรมและรูปธรรม ส่งผลต่ออัตลักษณ์การทำขนมในเทศกาลต่าง ๆ ด้วย ขนมเวียดนามได้เข้ามามีบทบาทในวิถีชีวิตของคนเวียดนามตามโอกาสต่างๆ โดยเป็นส่วนสำคัญของวัฒนธรรมตั้งแต่สมัยโบราณ มีอิทธิพลต่อความคิด ความรู้สึก และถ่ายทอดออกมาเป็นรูปแบบของขนม วัฒนธรรมจึงมีความสัมพันธ์ต่อขนมอย่างไม่สามารถแยกออกจากกันได้ มีเอกลักษณ์ด้านประเพณี เป็นมรดกทางวัฒนธรรม

ประจำชาติที่เป็นของตนเองมาเป็นระยะเวลายาวนาน เหล่านี้ล้วนมีคุณค่า มีความงดงามบ่งบอกถึงอัตลักษณ์ความเป็น “เวียดนาม” ที่นำความภาคภูมิใจมาสู่คนในชาติ ขนมอบางประเภททำในช่วงงานเทศกาล งานประเพณี หรืองานที่มีการประกอบพิธีกรรมต่างๆ เท่านั้น นอกจากจะมีความงดงามวิจิตร ละเอียดอ่อน พิถีพิถันในทุกขั้นตอนการทำแล้วยังมีรสชาติที่อร่อย หอมกลิ่นพืชพรรณจากธรรมชาติ ขนมอบางอย่างยังมีชื่อเรียกที่บ่งบอกถึงคุณค่าและแฝงไปด้วยความหมายอันเป็นสิริมงคลและยังแฝงความหมายที่ลึกซึ้งไว้ในชื่อ รูปลักษณ์ ส่วนประกอบ สัดส่วน สีต่างๆ หรือช่วงเวลาที่ทำของขนมแต่ละชนิดอีกด้วย ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงลักษณะนิสัยของคนเวียดนามว่านอกจากมีความละเอียดและลึกซึ้งในการทำขนม ยังมีอุปนิสัยละเอียดลออ เยือกเย็น อ่อนทน และช่างสังเกตมีความพิถีพิถันในทุกขั้นตอน เริ่มตั้งแต่การเลือกสรรวัตถุดิบชั้นดี เครื่องปรุงชั้นเลิศ ขั้นตอนการทำที่ละเอียดลออเพื่อให้ได้ขนมที่ดีที่สุด จนมาถึงวิธีการรับประทานที่ละเมียดละไม เพราะเห็นคุณค่าของการทำขนมแต่ละชนิด อีกทั้งขั้นตอนในการทำยังได้แสดงให้เห็นถึงความผูกพันและการสร้างสัมพันธ์ไมตรีต่อกันเพราะขนมบางชนิดมีความละเอียดอ่อนประณีตจำเป็นจะต้องอาศัยความร่วมมือร่วมใจ ใช้กำลังคนอาศัยเวลาในการทำพอสมควร ซึ่งเป็นศิลปะและวิถีเอกลักษณ์ของเวียดนามอย่างแท้จริง ปัจจุบันชาวเวียดนามทำขนมหลากหลายชนิดตามวาระสำคัญแต่ละเทศกาล เช่น เทศกาลปีใหม่ชาวไทยนิยมเรียกกันว่า ตรุษญวน หรือ ชาวเวียดนามเรียกว่า เต็ต เงวียน ด่าน (Tet Nguyen Dan) ที่นิยมทำขนมแบ่งหึ่งจิง (Banh Chung) ขนมที่ขาดไม่ได้ในวันตรุษ ซึ่งเป็นสัญลักษณ์ของเต็ต เงวียน ด่าน หรือแม้แต่ขนมแบ่งหึ่งจอย (Banh Troi) มีลักษณะคล้ายบัวลอยน้ำจิง เป็นเมนูนิยมในช่วงงานเทศกาลเต็ต ห่าน ถึก (Tet Han Thuc) หรือ เทศกาลจุง หู (Tet Trung Thu) หรือ เทศกาลไหว้พระจันทร์ ได้รับความนิยมและมีชื่อเสียงไม่แพ้กัน เป็นต้น

## แนวคิดเกี่ยวกับขนมตามเทศกาล

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2554) คำว่า ขนม คือ ของกินที่ไม่ใช่กับข้าว มักปรุงด้วยแป้งหรือข้าวกับกะทิหรือน้ำตาล ของหวาน คำว่า “ขนม” มาจากทางภาคเหนือว่า เข้าหนม และมาเป็น “ขนม” พระราชนิพนธ์เธอ กรมหมื่นจรัสพรปฏิญาณได้ทรงตั้งข้อสันนิษฐานไว้ว่า “หนม” เพี้ยนมาจาก “เข้าหนม” เนื่องจาก “หนม” นั้นแปลว่า หวาน อนึ่ง คำว่า “ขนม” อาจมาจากคำในภาษาเขมรว่า “หนม” ที่หมายถึงอาหารที่ทำมาจากแป้ง เมื่อลองพิจารณาดูแล้วพบว่าขนมส่วนใหญ่ล้วนทำมาจากแป้งทั้งนั้น โดยมีน้ำตาลและกะทิเป็นส่วนผสม ดังนั้นจึงอาจกล่าวได้ว่า “ขนม” เพี้ยนมาจาก “เข้าหนม” ซึ่งแปลว่า ข้าวหวาน ต่อมาแผลงมาเป็น ขนม (คำว่า “เข้า” เขียนตามแบบโบราณในปัจจุบันเขียนใหม่ว่า ข้าว) บุญอยู่ ขอพรประเสริฐ (2551) ขนมเป็นสิ่งที่อยู่คู่มื้ออาหารมาตั้งแต่โบราณ ในประวัติศาสตร์ของตะวันตกขนมเป็นอาหารที่แตกต่างจากอาหารทั่วไป คือมีรสหวาน จากน้ำผึ้ง ต่อมาการค้นพบน้ำตาลทำให้สามารถทำขนมได้หลากหลายชนิดมากขึ้นเรื่อยๆ น้ำตาลถูกใช้เป็นยามากกว่าเป็นตัวเพิ่มรสชาติขนมก่อนที่จะกลายมาเป็นส่วนประกอบหลักของขนมในที่สุด (กิตติยา แคดี, 2557) เมื่อถึงเทศกาลงานบุญ วันตรุษจีน สารทจีน งานพิธีมงคล หรือโอกาสต่างๆ ขนมที่ถูกจัดขึ้นก็จะเป็นไปตามประเพณีที่สืบทอดกันมานาน และในขนมแต่ละอย่างที่จัดมาเลี้ยงจะเป็นขนมที่มีความหมายในทางที่เป็นสิริมงคลทั้งสิ้น เช่น ขนมทองหยิบ เป็นขนมโบราณ จะถือเคล็ดตามชื่อขนมขึ้นต้นด้วยทองและเคล็ดชื่อต่อท้ายคือหยิบซึ่งหมายถึง หยิบเงิน หยิบทอง อันจะนำไปสู่ความร่ำรวยต่อไป ขนมกลีบลำดวน เป็นขนมมงคล คนโบราณมีความเชื่อกันว่า “ขนมกลีบลำดวน” มีความหมายที่ดี ช่วยให้หลีกเลี่ยงขจรขจายไปไกล และยังมีความหมายสร้างความงดงามให้กับชีวิตคู่ อาจจะเป็นด้วยลักษณะของขนมกลีบลำดวนที่มีกลีบดอกสามกลีบนำมาประสานติดกันปั้นเกสรวางไว้ตรงกลางทำให้ขนมแลดูงดงามเหมือนดั่งดอกลำดวน นอกจากนี้ยังมีขนมที่นิยมตามงานเทศกาลต่างๆ เช่นในงานแต่งงาน ขนมที่ใช้ในงานจะมีความหมายต่อทั้งคู่สมรส ซึ่งในการจัดพิธีแต่งงานจะต้องใช้ความละเอียดในการเลือกสรรสิ่งที่ดีงามมาเป็นส่วนประกอบในการทำ อีกทั้งต้องคำนึงถึงความเป็นสิริมงคลเป็นสิ่งสำคัญ และชื่อขนมต้องมี

ความหมายที่เป็นสิริมงคลอีกด้วย เช่น ขนมทองเอก ขนมกงเกวียน ขนมมนสาว ขนมผิง ขนมสามเกลอ ขนมกรอบขนมกง ขนมขมด งานพิธีฉลองเลื่อนชั้น ขนมที่ถูกเสิร์ฟจะเป็นขนมชั้น ขนมจ่ามงกุฎ ขนมทองเอก เป็นต้น (รัษฎา ศิริวงศ์, 2552) การเรียกชื่อขนมต่างๆ นั้น เพื่อให้มีความหมายในตัวขนมนั้นๆ นั้นอีกด้วย เช่น ขนมชั้น เป็นขนมที่มีลักษณะเป็นชั้น ใช้ในงานมงคลต่างๆ แสดงถึงความเจริญก้าวหน้า เม็ดขนุน มีความหมายว่า ทำสิ่งใดก็จะมีคนสนับสนุน อุปถัมภ์คำชู สิ่งเหล่านี้แสดงให้เห็นถึงความฉลาดของบรรพบุรุษ และการทำขนมก็มีความแตกต่างกันขึ้นอยู่กับฤดูกาล

## ประเภทขนมของเวียดนาม

ขนมเวียดนามเป็นอาหารชนิดหนึ่งที่ไม่ใช่กับข้าว แต่เป็นอาหารที่รับประทานตามหลังของคาว อาจรับประทานขนมในเวลาที่ได้รับประทานอาหารคาว แต่จะรับประทานขนมหรือขนมหวานเป็นของว่าง หรือรับประทานขนมหวานกับเครื่องดื่มก็ได้ ขนมจะมีความอร่อย มัน หวาน นุ่ม หรือมีกลิ่นหอม เป็นเรื่องที่ต้องศึกษาและฝึกฝนต้องใช้ศิลปะ วิทยาศาสตร์และ ความอดทน ความพิถีพิถันในการทำขนมแต่ละชนิด เริ่มตั้งแต่การเตรียมส่วนผสม จนกระทั่งวิธีการทำ ขนมเวียดนามสามารถจัดแบ่งเป็นชนิดต่างๆ ได้ตามลักษณะของเครื่องปรุง กรรมวิธีและการหุงต้ม ได้แก่

### 1. ขนมประเภทมีไข่ผสม

เป็นขนมที่ได้รับความนิยมกันมากเพราะขนมมีรูปลักษณะสวยงาม หาวตดูดีง่าย ขนมที่มีไข่ผสมต้องใช้ฝีมือและความประณีตในการทำ การทำควรเลือกไข่ที่ใหม่เพราะขนมประเภทนี้ใช้ความชื้นของไข่ในการคงรูปของขนม และยังคงความอ่อนนุ่ม เช่น ขนมสาไลไข่เค็ม (Banh bong lan trung muoi) เป็นต้น

### 2. ขนมประเภทนึ่ง

ขนมที่ทำให้สุกด้วยการนึ่ง โดยนำขนมวางบนลังถึงที่มีน้ำเดือดแล้วปิดฝาครอบไม่ให้ไอน้ำออก ใช้ความร้อนจากไอน้ำทำให้ขนมสุก บางชนิดใส่ถาดหรือพิมพ์ บางชนิดห่อด้วยใบตองหรือใบมะพร้าว เช่น ขนมสาปะหลังนึ่ง (Banh san hap) ขนมกล้วยนึ่งน้ำกะทิ (Banh chuoi hap nuoc cot dua) ขนมแบ่งห์เซอไส้หมูสับและไส้เห็ดหูหนู (Banh gio) ที่ทำจากแป้งข้าวเจ้า เป็นต้น

### 3. ขนมประเภทต้ม

การทำขนมให้สุกโดยวิธีการต้ม โดยนำอาหารใส่หม้อพร้อมทั้งน้ำแล้วตั้งไฟให้เดือด จะใช้น้ำหรือของเหลวปริมาณมากเป็นตัวกลางนำความร้อนโดยใส่ขนมที่จะทำให้สุกลงในของเหลวนั้นได้แก่ น้ำกะทิ นม เป็นต้น หลักสำคัญของการต้มคือ เมื่อทำให้ของเหลวเดือดแล้ว ลดความร้อนลงเพื่อให้เดือดเบา ๆ ขนมที่ต้มอาจใส่ลงไปขณะที่น้ำเย็นหรือต้มให้น้ำเดือดก่อน แล้วใส่ลงไปแล้วต้มให้เดือดต่อ แล้วจึงลดไฟลงให้เดือดเบา ๆ สุกแล้วจึงตักขึ้น เช่น ข้าวต้มมัด (Banh chung) ขนมโจย (Banh troi) ขนมใจ (Banh chay) ซึ่งเป็นขนมที่ใช้บูชาในวันตรุษเวียดนาม และวันที่ 3 เดือน 3 ตามปฏิทินจันทรคติ เป็นต้น

### 4. ขนมประเภทกวน

ขนมประเภทนี้เป็นการนำวัตถุดิบหรือธัญพืช (ธัญพืช ได้แก่ เมล็ดข้าวชนิดต่างๆ ) มาผสมกับน้ำตาล ใช้ความร้อนเคี่ยว กวนจนปริมาณน้ำตาลลดลงและผสมเป็นเนื้อเดียวกัน ขนมที่ทำให้สุกด้วยการกวนนี้ ส่วนมากใช้กระทะทอง กวนตั้งแต่เป็นน้ำเหลวใสจนงวด แล้วเทใส่พิมพ์หรือถาดเมื่อเย็นจึงตัดเป็นชิ้น เช่น ขนมมะม่วงกวน (Mut xoai deo) ขนมลูกพลัมกวน (Mut man) เป็นต้น

### 5. ขนมประเภทอบและผิง

ขนมประเภทนี้ จะใช้ผิงด้วยไฟบนและไฟล่าง ไฟจะต้องมีลักษณะอ่อนเสมอกัน ปัจจุบันใช้เตาอบแทนการผิง เช่น ขนมบ่อ (Banh bo) ของชาวเผ่าจาม (Dan toc cham) หรือ ขนมถั่ว (Banh thuan) เป็นขนมนิยมทางภาคกลาง เป็นต้น

### 6. ขนมประเภททอด

ขนมประเภทนี้เป็นการทำให้อาหารสุกด้วยน้ำมัน ใส่ส่วนผสมลงในกระทะที่มีน้ำมันร้อนๆจนสุก แล้วตักน้ำมันใส่กระทะตั้งไฟให้ร้อนแล้วใส่ขนมลงไป พอเหลืองหรือสุกตักขึ้นให้สะเด็ดน้ำมัน เช่น ขนมมันหวานทอด (Banh khoai lang chien) (เดิมเป็นขนมเบี๋ญญวนแต่เปลี่ยนเป็นขนมมันหวานทอด) และขนมไข่หงส์ (Banh cam boc duong) ทำจากแป้งข้าวเหนียวและถั่วเหลืองชุบน้ำตาล เป็นต้น

### 7. ขนมประเภทปิ้ง

เป็นการทำให้อาหารแห้งสุก โดยวางห่อขนมที่ต้องการจะปิ้งบนตะแกรงเหนือเตาไฟอ่อนๆ ใช้ไฟไม่แรงมากจนกระทั่งสุก หรือปิ้งจนขนมผิวสุกเกรียมหรือกรอบ เช่น ขนมมันสำปะหลังกะทิปิ้ง (Banh San nuong cot dua)

ข้าวเหนียวกล้วยปิ้ง (Chuoi boc nep nuong) เป็นต้น

### 8. ขนมประเภทเชื่อม

ขนมประเภทเชื่อม เป็นการใส่ส่วนผสมลงในน้ำเชื่อมที่กำลังเดือดจนสุกโดยตั้งไฟอ่อน ใช้พายไม้กวนตลอดเวลา จนเหนียวได้ที่ ทิ้งไว้ให้เย็นแล้วบรรจุในภาชนะที่แห้งสะอาด ปิดสนิทเก็บไว้รับประทานได้นาน เช่น Mut atiso (Atiso เชื่อม) Mut dau tay strawberry เชื่อม

### 9. ขนมประเภทฉาบ

การทำน้ำตาลเคี่ยวให้ลงตัว โดยการนำน้ำตาลทราย หรือน้ำตาลปี๊บผสมน้ำนำไปลงในกระทะทองตั้งไฟอ่อนๆ เคี่ยวให้น้ำตาลเดือดเป็นฟองใหญ่และมีความหนืดจนน้ำตาลเหนียวใสแล้วนำวัตถุดิบที่เตรียมไว้ลงคลุกน้ำตาลหรือสามารถทำได้ด้วยการหยดน้ำตาลเคี่ยวลงในถ้วยน้ำ ตัวน้ำตาลจะแข็งใส่ทันที และต้องกรอบหักได้ จึงจะนับได้ว่าน้ำตาลที่ราเคี่ยวนั้นได้ที่ ตักขึ้นพักไว้ให้เย็นจนน้ำตาลทรายแห้ง เช่น กล้วยฉาบ (Mut chuoi ngao duong) เป็นต้น

### 10. ขนมประเภทมีน้ำกะทิ

เนื่องจากสีส้มของกะทิที่ออกเป็นสีขาวนวล เมื่อถูกนำไปใช้ในพิธีกรรมมักจะสื่อถึงความบริสุทธิ์ อีกทั้งทำให้ขนมออกมาสวยงามน่ากิน เช่น ขนมกล้วยนึ่งราดน้ำกะทิ (Banh chuoi hap) ขนมบอ โธด โน้ด (Banh bo thot not) เป็นขนมที่มีส่วนผสมจากแป้งมันสำปะหลัง แป้งข้าวเจ้า และน้ำตาลโตนด เป็นต้น

### ขนมเวียดนาม: ขนมตามงานเทศกาล

จากหลักฐานทางโบราณคดีเมื่อย้อนกลับไปได้ตั้งแต่ศตวรรษที่ 7 ก่อนคริสตกาล ก่อนอยู่ภายใต้การปกครองจีน อารยธรรมของเวียดนามมีความรุ่งเรืองมากเรียกว่าอารยธรรมดองซอน โดยคนจีนเรียกผู้คนที่อยู่ชายฝั่งตะวันออกเฉียงใต้ของจีนว่า “เยว่” (Yueh) แต่คนท้องถิ่นเรียกตัวเองว่า “เวียด” ต่อมาถูกผนวกเป็นส่วนหนึ่งของจีนในสมัยราชวงศ์ฮั่นตั้งแต่ปี 111 ก่อนคริสตกาล วัฒนธรรมจีนได้แพร่กระจายเข้ามาในเวียดนามทั้งผ่านขุนนางจีนที่เข้ามาปกครอง เช่นการบังคับให้ทำพิธีแต่งงานแบบจีน สวมรองเท้า และใส่เครื่องแต่งกายแบบจีน แสดงให้เห็นว่าข้าราชการจีนมีนโยบายที่ก้าวร้าวต่อวิถีชีวิตคนพื้นเมือง รวมทั้งผ่านปัญหาชนที่อพยพเข้ามาและแต่งงานกับหญิงเวียดนามจนทำให้เกิดการผสมผสานวัฒนธรรมจีนและเวียดนาม ดังนั้นคนเวียดนามส่วนใหญ่สืบเชื้อสายมาจากบรรพบุรุษที่อพยพมา

จากจีน ทั้งเคยอยู่ภายใต้การปกครองของจีนนับพันปี จึงได้รับอิทธิพลทั้งด้านความเชื่อทั้งทางวัฒนธรรม ศิลปะ สถาปัตยกรรม และการดำรงชีวิตมาจากจีน ถือได้ว่าเป็นประเทศเดียวในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ที่รับวัฒนธรรมจีนอย่างเข้มข้น ปัจจุบันชาวเวียดนามส่วนใหญ่ไม่นับถือศาสนา ได้อย่างเคร่งครัด แต่ชนบทรอบเนินประเพณี และวัฒนธรรมเก่าแก่ที่สั่งสมมาเป็นระยะเวลานานและวันสำคัญต่างๆ ยังสะท้อนความเกี่ยวเนื่องกับพุทธศาสนา รวมทั้งลัทธิขงจื้อที่ให้ความสำคัญต่อการนับถือเช่นไหว้บรรพบุรุษ ลัทธิเต๋าที่สอนเรื่องความสมดุลของธรรมชาติ รวมไปถึงศาสนาพุทธนิกายมหายานที่สอนเรื่องกรรมดีและกรรมชั่วเช่นเดียวกับคนจีน นอกจากนี้เวียดนามยังเคยเป็นเมืองขึ้นของฝรั่งเศสมาก่อนจึงส่งผลให้วัฒนธรรม ประเพณีและการดำรงชีวิตของชาวเวียดนามได้รับอิทธิพลด้วย เช่น การทักทายผู้ชายมักจะจับมือกันซึ่งเป็นการเลียนแบบวัฒนธรรมฝรั่งเศส ดังนั้นเวียดนามจึงมีการผสมผสานวัฒนธรรม ความเชื่อ จากทั้งจีนและฝรั่งเศสในหลายๆ ด้านรวมทั้งการทำขนมที่ต้องทำตามเทศกาล ประเพณี งานบุญ พิธีต่างๆ ด้วย

### 1. แบนห์จิ้ง หรือ ข้าวต้มมัดเวียดนาม (Banh Chung)



ภาพที่ 1 แบนห์จิ้ง หรือ ข้าวต้มมัดเวียดนาม (Banh Chung)  
ที่มา: <https://noonum37.wordpress.com/2014/02/25/banh-chung>

ข้าวต้มมัดเวียดนาม หรือ แบนห์จิ้ง เป็นขนมคู่กับวันตรุษเวียดนามบางท้องถิ่นเรียกว่า “แบนห์เต็ต” (Banh tet-ขนมวันขึ้นปีใหม่) ฉะนั้นช่วงเวลารับประทานจึงเป็นช่วงปีใหม่เวียดนามตามปฏิทินจันทรคติ ประมาณเดือนปลายมกราคมถึงต้นกุมภาพันธ์ เป็นขนมที่มีวัตถุดิบที่ใช้ได้แก่ ใบซอ (La dong-dong leaf) ข้าวเหนียว ถั่วเขียว เนื้อหมู เส้นตอกห่อเป็นรูปสี่เหลี่ยมจัตุรัส แสดงถึงความซื่อสัตย์

ซื่อตรง เป็นธรรม ไม่คดในข้อใจในกระดูก สี่เหลี่ยมแสดงถึงความเด็ดขาดในการตัดสินใจหรือบางท้องถิ่นจะห่อเป็นทรงกระบอก บางทีจะเป็นไส้รสหวาน คนภาคกลางและภาคใต้ นิยมห่อเป็นรูปกระบอก ข้าวต้มมัดเวียดนามมักทำคู่กับขนม Day หรือเรียกว่าแบนห์ส่าย ทำมาจากแป้งข้าวเหนียว ทำให้ละเอียด ปั้นเป็นรูปกลม สีส้มถึงท้องฟ้า ดวงอาทิตย์ เทพเจ้า และแผ่นฟ้าเบื้องบน ที่คอยพิทักษ์รักษามนุษย์และปกป้องสรรพสิ่งที่ดีงามให้ร่มเย็นเป็นสุขในยามขึ้นศักราชใหม่ มีลักษณะเหมือนขนมมัดได้สี่หมู นอกจากนี้ข้าวต้มมัดเวียดนามจะห่ออย่างน้อย 4-5 ชั้นเพื่อแสดงถึงจิตใจของผู้เป็นแม่ที่โอบอุ้มลูกสุดที่รักของตนเองไว้ตั้งแต่ลืมตาโลก แม่ยินดีทนทุกข์ทรมานเพื่อให้ลูกน้อยได้เติบโตใหญ่ประสบความสำเร็จไป อนึ่งข้าวต้มมัดเวียดนามแสดงออกถึงสัญลักษณ์ด้านผลผลิตจากการปลูกผัก ต้นไม้และเลี้ยงสัตว์

#### ความหมายด้านมนุษยธรรม

ข้าวต้มมัดเวียดนามไม่เพียงเป็นขนมพิเศษประจำเทศกาลปีใหม่ของชาวเวียดนามหรือทำรับประทานในช่วงปีใหม่เป็นช่วงเวลาที่ทุกคนกลับบ้านรวมตัวกันเท่านั้น ยังได้นำขนมไปบูชาบรรพบุรุษเป็นสัญลักษณ์แห่งจักรวาลและให้ความสำคัญกับการทำเกษตรกรรมอีกด้วย อีกทั้งการทำขนมในช่วงเทศกาลนี้ยังมีคติความเชื่อแฝงอยู่ในวัฒนธรรมของคนเวียดนามอย่างลึกซึ้ง กล่าวคือมีพื้นฐานเป็นรูปสี่เหลี่ยม อันเป็นสัญลักษณ์ของแผ่นดินหรือมาตุภูมิที่อบอุ่นมั่นคง มีคติเตือนใจสั่งสอนให้ซื่อตรงและยุติธรรม ดังเช่นในยามที่ไข่เส้นตอกไม้ไฟตัดแบ่งข้าวต้มมัด ออกเป็น 8 ส่วนอย่างเท่าเทียมกัน

นอกจากนี้ข้าวต้มมัดเวียดนามยังเป็นสัญลักษณ์แห่งเบญจธาตุในวัฒนธรรมเวียดนามอันได้แก่ โลหะ (Kim) ต้นไม้ (Moc) น้ำ (Thuy) ไฟ (Hoa) และดิน (Tho) ที่ผสมผสานและหลอมกันจนออกมาเป็นขนมได้ โดยวัตถุดิบมาจากถั่วเขียวโดยเอาเปลือกออกจะมีสีเหลืองเป็นสัญลักษณ์ของดิน และนำไปโรยวางอยู่ตรงกลางของขนมจึงเปรียบประหนึ่งว่าเป็นศูนย์กลางแห่งจักรวาล หมูสีแดงเป็นสัญลักษณ์แห่งไฟ ข้าวเหนียวสีขาวเป็นสัญลักษณ์แห่งโลหะ ใบของสีเขียวเป็นสัญลักษณ์แห่งต้นไม้ ไม้ตอกย้อมสีดำเป็นสัญลักษณ์แห่งน้ำ แม้กระทั่งขั้นตอนการต้มขนมยังได้แสดงให้เห็นถึงเบญจธาตุต่างๆ เช่น ใช้น้ำเพื่อต้มขนม ใช้ไฟ ใช้ฟืน เพื่อเป็นสัญลักษณ์ของต้นไม้ ใช้หม้อต้มทำจากโลหะ และวางบนเตาที่มีสามขาทำมาจากดิน การต้มใช้เวลาานพอ

สมควร ประมาณ 10-12 ชั่วโมง ผู้คนจึงใช้เวลาต้มมานั่งพูดคุยกันเพื่อทบทวนสิ่งที่ได้เกิดขึ้นในปีเก่าและวางแผนในปีใหม่ ขั้นตอนการเตรียมวัตถุดิบใช้เวลานานและต้องช่วยกันทำ สะท้อนให้เห็นความสามัคคี รวมตัวกัน ความจริงใจที่จะทำสิ่งที่ดีที่สุดเพื่อชุมชนบรรพบุรุษ แม้เวียตนามต้องผ่านสงครามและตกเป็นเมืองขึ้นของจีนและฝรั่งเศสมาเป็นเวลานานนับพันกว่าปี แต่ประเพณีการทำข้าวต้มมัด และขนมสาย ยังได้สืบทอดกันมาและยังคงอยู่ในจิตวิญญาณของคนเวียตนามจวบจนทุกวันนี้

ตำนานและที่มาของข้าวต้มมัด

มาจากตำนานในสมัยปกครองของกษัตริย์หุง (Hung Vuong) โดยในสมัยกษัตริย์หุงองค์ที่ 6 หลังจากได้รับชัยชนะจากการต่อสู้กับศึกเอน (An) ที่มาจากจีน ประเทศจึงอยู่ในความสงบสุข ประชาชนมีกินมีใช้ ชีวิตเต็มไปด้วยความสุข กษัตริย์หุง จึงวางแผนจะยกบัลลังก์ให้กับพระโอรสที่มีความสามารถ มีจิตใจที่ดีงาม จึงเรียกประชุม อีกทั้งมีพระราชดำริว่า ถ้าใครสามารถนำของเช่นไ่ว้ที่ตรงกับความคิดของข้าพเจ้าเพื่อนำไปถวายพระมหากษัตริย์ผู้สวรรคและเป็นบรรพบุรุษของเราเพื่อแสดงความกตัญญูได้ ข้าพเจ้าจะมอบบัลลังก์ให้ ส่วนบรรดาพระโอรสทั้งหลายเมื่อทราบก็ต่างพากันไปขึ้นเขา ลงน้ำเพื่อหาสิ่งของที่หายาก ของมีค่าถวาย มีเพียงโอรสองค์หนึ่ง ลำดับที่ 18 ชื่อ ลาง เลียว (Lang Lieu) พระมารดาเสียชีวิตมาตั้งแต่พระเยาว์และในบ้านก็มีผู้คนน้อย ใกล้ถึงวันที่ต้องถวายแล้ว ยังหาสิ่งของที่มีค่ามาไม่ได้ จึงบรรทมไม่หลับและกังวลทุกวัน แต่พระองค์เป็นโอรสที่มีจิตใจดีงาม กตัญญู วันหนึ่งพระองค์เหนื่อยจึงเผลอหลับ ในความฝันมีเทวดามาปรากฏขึ้นพร้อมทั้งแนะนำให้ทำข้าวต้มมัดและขนม สาย (Banh Day) เทวดาบอกว่า สรรพสิ่งในท้องฟ้า แผ่นดินและน้ำไม่มีอะไรมีค่าเท่ากับข้าว เพราะเป็นอาหารที่เลี้ยงดูผู้คน ขอให้พระองค์เอาข้าวเหนียวทำเป็นรูปกลมและสีเหลี่ยมเป็นสัญลักษณ์ของท้องฟ้าและแผ่นดิน อีกทั้งใส่ไส้ไว้ด้านในเพื่อแทนความหมายถึงบิดามารดาผู้ให้กำเนิด กษัตริย์เมื่อเห็นของเช่นไ่ว้จากกลางเลียวจึงดีใจมากเพราะรู้ว่าคนที่สามารถทำขนมสองชนิดนี้ขึ้นมาได้ต้องเป็นคนที่เข้าใจธรรมชาติของแผ่นดิน ท้องฟ้า รักการงาน ให้ความสำคัญกับเมตตาวีที่ได้มาจากการทำเกษตรกรรม และเกษตรกรที่ต้องทำงานอย่างหนักเพราะขนมสองชนิดนี้ได้ใช้วัตถุดิบจากการทำเกษตรกรรมทั้งนั้น สะท้อนให้เห็นการทำเกษตรกรรมที่เจริญ อีกทั้งขนมต้มมัดมีรูปสี่เหลี่ยมซึ่งเป็นสัญลักษณ์แสดงถึงแผ่น

ดินที่มนุษย์อาศัยอยู่ ส่วนขนมสาย (Banh Day) เป็นสัญลักษณ์แห่งท้องฟ้า ด้วยเหตุนี้กษัตริย์หุงที่ 6 จึงได้มอบบัลลังก์ให้แก่ลางเลียวสืบครองบัลลังก์ต่อมา

## 2. ขนมโจย (Banh Troi) และขนมใจ (Banh Chay)



ภาพที่ 2 ขนมโจย (Banh Troi)

ที่มา : <https://toinayangi.vn/cach-lam-banh-troi>

วันที่ 3 เดือน 3 ตามปฏิทินจันทรคติเป็นฤดูใบไม้ผลิ อากาศเริ่มคลายความหนาวเย็น เป็นช่วงเทศกาลเรียกว่า ฮาน ถึก (Tet Han Thuc) คำนี้มาจากภาษาจีนโดย คำว่า “Han” หมายถึง เย็น และคำว่า “Thuc” หมายถึง กิน รวมความแล้วหมายถึงช่วงเทศกาลรับประทานของเย็น เป็นเทศกาลได้รับอิทธิพลจากจีน ทางภาคเหนือของเวียตนาม โดยเฉพาะรอบๆ เมืองฮานอย จะมีการเฉลิมฉลองและดื่มที่มีกฏอยู่ว่าในวันนี้ห้ามจุดไฟเพื่อหุงอาหารเทศกาลนี้ ชาวเวียตนามแต่ละบ้านจะทำขนมโจย (Banh Troi) ซึ่งมีลักษณะเป็นก้อนกลมๆ ทำมาจากข้าวเหนียว และใส่น้ำตาลแดงนำไปต้มให้สุก และขนมใจ (Banh Chay) เป็นก้อนกลมแบน ใส่ถั่วเขียว ทำจากแป้งข้าวเหนียวสอดไส้ถั่วบด แขน้ำเชื่อมโรยงา นำไปไหว้บรรพบุรุษที่สุสาน และถือโอกาสช่วงเทศกาลนี้ทำความสะอาดสุสานประจำตระกูล เพื่อเป็นการแสดงความกตัญญูต่อบรรพบุรุษอีกด้วย

ตำนานและที่มาของขนมโจย

ในสมัย ขวน ทุ (Xuan Thu) มีกษัตริย์พระองค์หนึ่งชื่อ เติน วัน กง (Tan Van Cong) ต้องถูกเนรเทศออกจากเมืองเนื่องจากมีปัญหาภายใน ต้องระเห่ร่อนไปอาศัยอยู่ต่างถิ่น มีปัญญาชนท่านหนึ่งชื่อว่า เซีย ตื่อ โทย (Gioi Tu Thoi) ช่วยเหลือเอาไว้ ครั้งหนึ่งเมื่อเดินทางด้วยกันแต่เสบียงหมด เซีย ตื่อ โทย ได้ตัดเนื้อที่ตนขาดเองเพื่อทำเป็นอาหาร



ให้พระองค์ท่าน เมื่อท่านเสร็จจึงรู้ความจริงและรู้สึกทราบบ้าง ซึ่งมาก เชย คือ โทย อยู่ช่วยเหลือพระองค์เป็นเวลา 19 ปี เคียงบ่าเคียงไหล่ ผ่านพันอุปสรรคด้วยกันมากมาย เมื่อพระองค์สามารถชิงบัลลังก์กลับคืนมาได้จึงหวังจะให้รางวัลกับเชย คือ โทย คนที่เคยช่วยเหลือเป็นการทดแทน แต่เชย คือ โทย ไม่ได้หวังผลตอบแทนใดๆ อีกทั้งเพียงแคคิดว่าการช่วยเหลือนั้นเป็นสิ่งที่ควรทำ ดังนั้นเขาจึงเดินกลับบ้านเกิด และพาแม่ไปอยู่ในแถบภูเขา ต่อมาภคิตรีัยเดิน วัน กง ทรงนึกถึงเรื่องเก่าๆ และรู้ว่าควรต้องตอบแทนเชย คือ โทย ให้ได้จึงให้คนตามหา แต่เขาไม่ยอมกลับไปรับราชการและรับรางวัล พระองค์ออกคำสั่งให้เผาป่าเพื่อหวังให้เชย คือ โทย ออกมาจากป่า แต่เขาก็ไม่ยอม สุดท้ายเชย คือ โทย เสียชีวิตในป่ากับแม่ ภคิตรีัยเดิน วัน กง เสียใจมากจึงให้สร้างวิหารและออกคำสั่งห้ามจุดไฟเป็นเวลาสามวัน ให้กินแต่อาหารเย็นๆ เพื่อระลึกถึงบุญคุณของเชย คือ โทย นับตั้งแต่นั้นมา วันที่ วันที่ 3 เดือน 3 ตามปฏิทินจันทรคติถือว่าเป็นเทศกาลเต็ด ฮ่าน ถิก หมายถึงเทศกาลกินอาหารเย็นเพื่อระลึกถึงบุญคุณของผู้ที่ล่วงลับไปแล้ว ถึงแม้มีที่มาจากจีน จากเรื่องดังกล่าว แต่ก็ยังมีความแตกต่างกันในวัฒนธรรมเวียดนาม เช่น คนเวียดนามไม่หยุดใช้ไฟ ยังใช้ไฟทำกับข้าวปกติ นอกจากนี้ยังมีการคิดค้นขนมใหม่ขึ้นมาเพื่อถือเป็นสัญลักษณ์ของอาหารเย็น นั่นคือ ขนมโจย และ ขนมใจ เพื่อระลึกถึงบรรพบุรุษซึ่งเป็นรากเหง้าของตัวเอง รวมทั้งผู้ที่มีบุญคุณต่อตน แต่ก็มีหลายคนเชื่อว่าการทำขนมสองชนิดนี้ไม่เกี่ยวข้องกับเหตุการณ์จากจีน แต่ล้วนมาจากการบูชา ไหว้บรรพบุรุษของคนเวียดนามเอง

### 3. ขนมจุง ทุ (Banh Trung Thu)



ภาพที่ 3 ขนมจุง ทุ (Banh Trung Thu)

ที่มา : <https://suckhoedoisong.vn/thi-truong-banh-trung-thu>

วันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 8 ตามปฏิทินจันทรคติ อยู่ในช่วงเดือนกันยายนตามปฏิทินสากล หรือกลางฤดูใบไม้ร่วง เป็นช่วงเทศกาลเรียกว่า จุง ทุ (Tet Trung Thu) หรือ เทศกาลไหว้พระจันทร์ (Moon Festival) หรือ เทศกาลกลางฤดูใบไม้ร่วง (Mid-Autumn Festival) ก็ได้ เป็นเทศกาลตามวัฒนธรรมจีนที่มีขึ้นในกลางฤดูใบไม้ร่วง เพื่อเฉลิมฉลองการเก็บเกี่ยว ในเทศกาลนี้ชาวเวียดนามจะจัดประกวดทำขนม จุง ทุ หรือ ขนมไหว้พระจันทร์ ที่มีส่วนผสมกลมกล่อมทำจากแป้ง ผิวน้ำประดับลวดลายต่างๆ สวยงาม ทั้งที่แบบใส่ไส้ถั่วและธัญพืช ผลไม้ เพื่อเซ่นไหว้และรับประทานกันจนเป็นเอกลักษณ์ สำหรับเทศกาลนี้แต่ละบ้านจะมีการติดโคมไฟรูปเทพธิดาฉาง เอ๋อ เทพธิดาแห่งดวงจันทร์ประดับเพื่อเฉลิมฉลองในช่วงเทศกาลไหว้พระจันทร์นี้ หรืออาจจะมิชวอนแห่งเชดสิงโตและมังกรต่างกันไปตามแต่ท้องถิ่น ซึ่งในขบวนนี้จะอนุญาตให้เด็กๆ ร้องเพลงเต้นรำไปด้วย ในช่วงที่เวียดนามยังอยู่ภายใต้การปกครองของฝรั่งเศส รัฐบาลฝรั่งเศสเกรงว่าหากปล่อยให้ชาวเวียดนามชุมนุมกันมากเข้าจะนำไปสู่การปฏิวัติ จึงไม่อนุญาตให้ผู้ใหญ่เข้าร่วมเต้นรำในขบวนแห่งเทศกาลกลางฤดูใบไม้ร่วงนี้ นับแต่นั้นมา เทศกาลนี้จึงมีชื่อเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “เทศกาลของเด็ก” เทศกาลไหว้พระจันทร์เป็นเทศกาลหนึ่งในสองที่โด่งดังที่สุดในเวียดนามและมีความสำคัญต่อครอบครัวในเวียดนามมานานหลายปี

ตำนานและที่มาของขนมจุง ทุ

ในตำนานเกี่ยวกับเทพปกรณัมจีนเล่าถึง เทพธิดาแห่งดวงจันทร์ นามว่า “ฉาง เอ๋อ” เป็นหญิงคนรักของโฮว อี้ นักยิงธนูแห่งสวรรค์ ที่ใช้ธนูยิงดวงอาทิตย์ตกลงถึง 9 ดวง จากทั้งหมด 10 ดวง ซึ่งเป็นการกระทำที่ฝ่าฝืนบัญชาสวรรค์ จึงโดนลงทัณฑ์ให้ไปใช้ชีวิตบนโลกมนุษย์กับฉาง เอ๋อ แต่แล้วโฮว อี้ ก็ถูกคนสนิททรยศฆ่าตาย ส่วนฉาง เอ๋อ นางได้ดื่มน้ำอมฤตเพื่อที่จะมีชีวิตอมตะ แล้วเหาะกลับไปยังดวงจันทร์อีกครั้งด้วยความเศร้าสร้อย ต่อมา ฮั่น เหวิน ตี้ แห่งราชวงศ์ฮั่น ได้ทรงพระสุบินว่าพระองค์ได้ลอยขึ้นไปเที่ยวชมพระราชวังบนดวงจันทร์ และได้พบกับ ฉาง เอ๋อ กำลังร่ำร่ำอยู่อย่างงดงามในสุบินนั้น พระองค์ทรงเปลितเพลิงและเกษมสำราญเป็นอย่างยิ่ง กระทั่งเมื่อตื่นพระบรรทมและโปรดให้สุบินนั้นเป็นความจริง จึงมีรับสั่งให้นางสนมแต่งตัวและร่ำรำเลียบบแบบเทพธิดาฉาง เอ๋อ ที่พระองค์ได้พบเจอมา จนแพร่หลายไปสู่ราษฎรและเป็นประเพณีมา ซึ่งในอดีตโดยเฉพาะหญิงสาวจะสวดขอพรจากฉาง เอ๋อ เพื่อขอให้มีความเยาว์วัยและ

ดงงามตลอดไปตลอดทั้งนาง ต่อมามีการนำขนม จุง ทุ ที่อุดมไปด้วยรสชาติของธัญพืชนานาชนิดมาถวายเพื่อเป็นตัวแทนของดวงจันทร์และหมายถึงความบริบูรณ์และความเจริญรุ่งเรืองของชีวิต อีกทั้งช่วงเทศกาลนี้อยู่หลังฤดูเก็บเกี่ยวพอดี ครอบครัวจึงอยากใช้เวลาอยู่กับลูก ๆ และทำสิ่งพิเศษกับลูก ๆ รวมทั้งเฉลิมฉลองการเก็บเกี่ยวหลังจากใช้เวลาทำงานหนักและอยู่ห่างจากครอบครัวอีกด้วย

#### ความหมายด้านวัฒนธรรม

นอกจากมีการจัดประกวดทำขนม จุง ทุ และนำไปไหว้พระจันทร์ตามกล่าวมาแล้วนั้น ในโอกาสระหว่างนี้ ครอบครัวได้มีการแบ่งปันและเรียนรู้เกี่ยวกับวัฒนธรรมของลูกตนเองและเป็นโอกาสที่ดีสำหรับความสนุกสนานในครอบครัวที่ได้ทำกิจกรรมสร้างสรรค์ แสดงความรักต่อกัน เช่น ส่งเสริมการศึกษาศิลปะ การเต้นรำ ศิลปะ งานฝีมือ และช่วยเด็ก ๆ จัดทำโคมไฟและเครื่องแต่งกายสำหรับขบวนแห่โคมไฟและให้ความรู้เกี่ยวกับประวัติศาสตร์และวัฒนธรรมของเวียดนามให้กับเด็ก ๆ เทศกาลนี้จึงรู้จักกันอย่างกว้างขวางว่าเป็นเทศกาลสำหรับเด็ก ดังนั้นกิจกรรมต่างๆของเด็กจึงโดดเด่น แต่ก็ยังมีความแตกต่างจากอดีตเช่น พ่อแม่จะทำโคมไฟให้ลูก ๆ หรือซื้อจากร้านค้าหากพ่อแม่ยุ่งเกินไป มีการให้เด็กถือตะเกียง หรือโคมไฟรูปดวงดาวในมือเข้าร่วมขบวนพาเหรดตามถนน หลังจากขบวนพาเหรดแล้ว เด็ก ๆ ได้รับประทานอาหารที่พ่อแม่เตรียมไว้ให้ บางทีในขณะที่เด็กกำลังเล่นจะมีผู้สูงอายุนั่งรอบ ๆ บนเฉลียงหรือทางเท้าเพื่อกินขนมไหว้พระจันทร์ ดื่มชาและสนทนาชมเด็ก ๆ อีกอย่างเทศกาลนี้คนเวียดนามชอบมอบของขวัญให้เพื่อนหรือคนที่เคารพนับถือเพื่อกระชับความสัมพันธ์ของพวกเขา ของขวัญที่ได้รับความนิยมมากที่สุดในโอกาสนี้คือกล่องใส่ขนมไหว้พระจันทร์และชาเขียว สำหรับชาวบ้านตามชุมชน ได้มีการร้องเพลง เต้นรำเป็นแบบดั้งเดิม รวมถึงการเชิดมังกรและการเต้นรำด้วยดอกไม้ จัดประดับโคมไฟหลากสีสันหลายขนาด รูปร่างที่ได้รับความนิยม ได้แก่ ปลา ดวงดาว ผีเสื้อ และตะเกียงที่หมุนได้ ที่เป็นตัวแทนของโลกที่โคจรรอบดวงอาทิตย์ ในประเทศญี่ปุ่น คนญี่ปุ่นเรียกเทศกาลนี้ว่า เทศกาลสึกิมิ (Tsukimi festival) เป็นช่วงเวลาที่ดีที่สุดของสมาชิกในครอบครัวและเพื่อน ๆ ของพวกเขาจะได้กลับมารวมตัวกันในสถานที่ที่สามารถมองเห็นดวงจันทร์ได้อย่างชัดเจน มีการตกแต่งด้วยหญ้าญี่ปุ่นและโคมไฟที่สวยงาม มีการนำเกาลัดและเหล้าสาเกไปวางบนแท่นเพื่อบูชาดวงจันทร์ จุด

ประสงค์คือการอธิษฐานขอให้มีการเก็บเกี่ยวได้มากขึ้น นอกจากนี้ยังมีการแข่งขันมากมายในช่วงเทศกาลนี้ เช่น ซูโม่ (มวยปล้ำญี่ปุ่น) ชักเย่อสงครามและอื่น ๆ เพื่อความบันเทิง ส่วนในประเทศเกาหลี เทศกาลนี้เป็นที่รู้จักอย่างกว้างขวางเรียกว่า “เทศกาลชูช็อก” (Chuseok festival) หรือ “วันขอบคุณพระเจ้าของเกาหลี” (Korean Thanksgiving day) เป็นช่วงเวลาที่ชาวเกาหลีแสดงความเคารพต่อผู้ปกครองและบรรพบุรุษของพวกเขา ในตอนเช้าของวันชูชอกมีการเตรียมงานเลี้ยงและตกแต่งแท่นบูชาบรรพบุรุษ สมาชิกในครอบครัวจะมารวมตัวกัน พร้อมทั้งรับประทานขนมขงพยอน (Songpyeon) ร่วมกันเพื่อรำลึกถึงบรรพบุรุษ จากนั้นจะไปที่สุสานเพื่อทำความสะอาดหลุมฝังศพของบรรพบุรุษและค่านับแสดงความขอบคุณ นอกจากนี้กิจกรรมอื่น ๆ ที่เกิดขึ้นในเทศกาลนี้คือมวยปล้ำ เต้นรำ และการแสดงดนตรีพื้นบ้าน เป็นต้น สำหรับในประเทศจีน ผู้คนจะเตรียมความพร้อมสำหรับเหตุการณ์นี้โดยการตกแต่งถนนอาคารและบ้านด้วยโคมไฟที่สวยงามในรูปทรงที่แตกต่างกัน ในช่วงเย็นของวันเทศกาลชาวจีนจะมารวมตัวกับครอบครัวที่บ้านและทำอาหารหลากหลายชนิดเพื่อถวายพระจันทร์ หลังจากการเผากระดาษเงินกระดาษทองแล้ว ครอบครัวจะได้เพลิดเพลินกับรับประทานอาหารด้วยกัน และชมพระจันทร์เต็มดวงและเพลิดเพลินกับขนมไหว้พระจันทร์ร่วมกันอีกด้วย นอกจากนี้ชาวจีนยังมีการประดับไฟ และแสดงดนตรีหรือเต้นรำแบบดั้งเดิมเพื่อเฉลิมฉลองเทศกาลนี้อีกด้วย

#### 4. ขนมอีต (Banh It)



ภาพที่ 4 ขนมอีต (Banh It)

ที่มา : <https://vietnamdiscovery.com/culture-arts/banh-it/>



ขนมพื้นบ้านของชาวบ้านบางที่เรียกว่าขนมเล็ก (Banh Little) เป็นขนมที่ได้รับความนิยมมากในเวียดนาม มีความแตกต่างกันไปในแต่ละภูมิภาค แต่ส่วนใหญ่ทำจาก แป้งข้าวเหนียวและแป้งถั่วเขียวและห่อด้วยป่านหรือใบตอง แต่ที่จังหวัดบิ่งห์ ดิงห์ จะขึ้นชื่อที่สุด เพราะไม่เพียงแต่มีรสชาติอร่อย กลิ่นหอม หวานมัน แต่ยังขึ้นชื่อเพราะมีความหมายอันลึกซึ้ง ที่มาจากตำนานในอดีตอีกทั้งเป็นผลงานจาก การทำงานและความคิดสร้างสรรค์ของเกษตรกร และยังมี สันฐานเชิงสัญลักษณ์ของขนมที่คล้ายกับเจดีย์จามอันเก่า แก่ ที่เป็นศูนย์รวมใจของชาวจามสมัยก่อนที่มีประวัติศาสตร์ อันยาวนาน อีกทั้งยังมีเอกลักษณ์จากขนมสีน้ำตาลและข้าว เหนียวเหนียวนุ่มอีกด้วย ส่วนผสมหลักในการทำขนมคือ น้ำตาลถั่วเขียวแป้งข้าวเหนียว วัสดุเสริมคือมะพร้าว ถั่วลิสง คั่ว ข้าวเหนียวและใบป่านและผสมให้เข้ากันกับน้ำตาล ขนม ทำจากถั่วเขียวถั่วดำหรือมะพร้าวชูดกับน้ำตาล (ขนมหวาน น้อย) บางครั้งใช้กุ้งผัดเนื้อเพื่อทำไส้ และห่อด้วยใบตองสด (ภาคกลาง) หรือใบตองแห้ง (ภาคเหนือ) บางทีทำจากแป้ง ข้าวเหนียวและถั่วเขียวด้วยโดยให้หนึ่งไส้ให้สุกก่อนนำมาห่อ ด้วยใบกล้วยสดหรือแห้ง ขนมมีสันฐานที่แตกต่างกันไปขึ้น อยู่กับว่าขนาดของขนม บางทีใส่อาจมีรสเค็มหรือหวานก็ได้ ขนมมักจะไม่ค่อยถูกนำมาใช้ในการทำบุญหรือในช่วงวันครบ รอบวันขึ้นปีใหม่ทางจันทรคติ (Tet) แต่นิยมตามในพิธีกรรม กลับบ้านหลังจากแต่งงานได้สามวันของเจ้าสาว โดยจะต้อง กลับไปเยี่ยมพ่อแม่ตนเองและเตรียมขนมชนิดนี้ไปฝากเพื่อ แสดงความกตัญญูต่อพ่อแม่ ซึ่งสอดคล้องกับสุภาษิต เวียดนามที่ว่า Cua it long nhieu แปลว่า สิ่งของมีน้อย แต่ มากน้ำใจ แสดงความอดทน มีฝีมือในการทำขนมและความ กตัญญูของลูกสาวที่มีต่อพ่อแม่ของตนเอง

ตำนานและที่มาของขนมอิต

ในช่วงสมัยกษัตริย์ หุ่น องค์ที่ 6 พระโอรสที่ชื่อว่า ลางเลียว ได้ทำขนมสองชนิดได้แก่ แบงห์จิง (Banh Chung) และแบงห์ ส่าย (Banh Day) เพื่อถวายบรรพบุรุษและได้ สืบทอดบลังก์ในเวลาต่อมาได้มีเจ้าหญิงองค์สุดท้ายชื่อ ว่าชื่อ อู๊ด อิต ของพระองค์ มีความเฉลียวฉลาด และมีฝีมือ ในการทำอาหารได้ใช้โอกาสนั้นแสดงฝีมือสร้างสรรค์ขนม ใหม่หลายชนิดขึ้นมาใหม่โดยให้มีทั้งรสชาติของข้าวต้มมัด (Banh Chung) และ ขนมส่าย (Banh Day) ที่พี่ชายได้ทำ ไว้อยู่ในตัวขนมด้วย เจ้าหญิงจึงนำ ขนมส่าย ห่อข้างนอกไส้ ของข้าวต้มมัด สุดท้ายจึงได้ขนมออกมาแบบใหม่ ทำให้

พระองค์พอพระทัยเป็นอย่างมากเพราะสามารถทำให้ขนม จากสองอย่างมารวมเป็นชิ้นเดียวกันได้ ที่น่าสนใจกว่านั้นคือ สันฐานของขนม ที่พระองค์ห่อด้วย เช่น ห่อด้วยใบไม้ ปั่น เป็นแนวสูงแบบแบน มีสีขาวดำ ไส้มะพร้าวบ้าง ถั่วเหลือง บ้าง เหมือนขนมส่าย และขนมมีรูปสี่เหลี่ยมเหมือนข้าวต้ม มัด (คนในพื้นที่จังหวัดบิ่งห์ ดิงห์ อธิบายว่า รูปร่างขนมนี้มี ความสัมพันธ์กันกับเจดีย์จามอยู่ที่จังหวัดบิ่งห์ ดิงห์ (Binh Dinh) ซึ่งเป็นเจดีย์หลายองค์ตั้งอยู่บนเนินเขาเหมือนยอด แผลมอยู่ตรงกลางขนมอย่างมีความหมาย) แต่ขนาดเล็กกว่า เพื่อแสดงความหมายอ่อนน้อมถ่อมตนต่อฟ้า ที่เจ้าหญิงองค์ นี้เป็นองค์สุดท้าย เพราะขนมมีขนาดเล็กและคนทำขนมเป็น เล็กสุดท้ายจึงได้ตั้งชื่อขนมนี้ว่าขนมเล็ก หรือขนมอิต (Banh It) เป็นขนมที่ได้รับความนิยมแพร่หลายในเวลาต่อมาตามที่ ปรากฏอยู่จนทุกวันนี้

## 5. ขนมฟู เท (Banh Phu The)



ภาพที่ 5 ขนมฟู เท (Banh Phu The)  
ที่มา : <https://miamivores.wordpress.com>

ขนมฟู เท (Banh Phu The) หรือ ขนมผั้วเมียหรือ จะเรียกว่า ขนมซูเซ (Banh Xu Xe) ก็ได้ เป็นขนมเวียดนาม ที่ทำจากข้าวเหนียวห่อด้วยถั่วเขียวที่ทำจากใบเตย (น้ำใบ เตย) เป็นประเพณีที่ได้รับจากสามีในวันแต่งงาน ปัจจุบัน เป็นขนมที่จะต้องมีในงานแต่งงาน หรือ งานหมั้น เป็น ประเพณีสำหรับเจ้าบ่าวที่จะส่งขนมชนิดนี้ ไปยังเจ้าสาวใน วันแต่งงาน เพื่อเป็นสัญลักษณ์ของความผูกพันอยู่ด้วยกัน นานๆ อย่างมีความสุข ตามความเชื่อของชาวเวียดนาม

ตำนานและที่มาของขนมฟู เท

เป็นขนมที่ปรากฏในวันเทศกาลงานหมั้น งานแต่ง ของคนเวียดนาม โดยมาจากในสมัยกษัตริย์ชื่อ ลี อาน ตง

(Ly Anh Tong) เมื่อบุรุษต้องออกไปเป็นทหารรับใช้ชาติเป็นเวลานาน ภรรยาอยู่บ้านจึงรู้สึกสงสารสามี เลยทำขนมนี้เพื่อส่งให้สามีกินที่สนามรบ บังเอิญกษัตริย์ ลี อาน ตง ได้เคยลิ้มลองขนมชนิดนี้ด้วย นึกถึงความสัมพันธ์ระหว่างสามีภรรยาที่มีต่อกันตั้งชื่อว่า ขนมฟู เท นอกจากมีชื่อนี้ยังมีชื่อว่าขนมซูเซ (Xu Xe) ซึ่งเป็นขนมที่มัดเป็นคู่ แสดงถึงความผูกพันระหว่างสามีภรรยา ครองรักกันเหนียวแน่น มีเรื่องเล่าขานอีกตำนานหนึ่งว่า มีสามีภรรยาคู่หนึ่งที่ทำอาชีพค้าขายต่อมาสามีไปทำงานที่แดนไกล ภรรยาทำขนมชนิดนี้ไปฝากให้สามี และสาบานว่าแม้ว่าไกลกันแค่ไหน นานห่างเพียงใดตนก็จะมีแต่ความซื่อสัตย์ รักเดียวใจเดียว หวานชื่นกลมกลืนเหมือนขนมที่ตนทำให้สามีเสมอ สามีเลยตั้งชื่อให้ขนมนี้ว่าขนมฟู เท แต่หลังจากสามีไปทำงานที่แดนไกลไม่นาน จึงถูกมนต์เสน่ห์ความสวยงามของหญิงสาวคนอื่น ๆ จึงไม่ยากกลับบ้าน ส่วนภรรยารออยู่บ้านรู้ข่าวเลยทำขนมส่งให้สามีอีกพร้อมทั้งมีข้อความฝากไปด้วยว่า “เมื่อคุณลงไปที่ทะเลจะเห็นคลื่นน้อยใหญ่กระทบฝั่งคราใด ขนม (ภรรยา) มีความเศร้าเท่าจำนวนคลื่นนั้น” (Từ ngày chàng bước xuống ghe Sóng bao nhiêu đợt bánh rầu bấy nhiêu) เมื่อสามีได้รับขนมและข้อความจากภรรยาแล้ว สามีก็คิดถึง ความเจ็บปวดตรวคราวของหัวอกผู้เป็นภรรยาทันที เลยกลับบ้านไปหาภรรยาแล้วไม่เคยคิดถึงเรื่องมีใจให้คนอื่นอีกเลย หลังจากนั้นมาคนเวียดนามจึงมีความเชื่อถึงประวัติความเป็นมาของขนมชนิดว่าเป็นขนมมงคล แสดงถึงความซื่อสัตย์รักเดียวใจเดียวระหว่างสามีภรรยา สื่อถึงคำตักเตือนสำหรับคู่สามีภรรยาใหม่อีกด้วย ทั้งนี้ยังมีอีกเรื่องเล่ากล่าวกันว่า ในรัชสมัยของกษัตริย์ ลี (Ly) ผู้คนอยู่ที่หมู่บ้านดิงห์ บ่าง (Dinh Bang) ผู้คนมักจะนำผลผลิตจากการทำไร่ไถนามาทำขนมซูเซ เพื่อมาถวายให้แก่บรรพบุรุษตนเอง ครั้งหนึ่งในเทศกาลที่จัดขึ้นในหมู่บ้าน กษัตริย์ ลี เทง ตง (Ly Thanh Tong) และ พระอัครมเหสี อี ลาน (Y Lan) ได้เสด็จกลับบ้านเกิดเพื่อทำพิธีกรรมให้กับกษัตริย์ที่ล่วงลับไปแล้วได้แก่กษัตริย์ ลี ไทย โต (Ly Thai To) และกษัตริย์ ลี ไทย ตง (Ly Thai Tong) ที่วิหารโด (Den Do) คนในหมู่บ้านจึงได้นำขนมซูเซมาถวายให้แก่กษัตริย์และอัครมเหสี และทั้งสองพระองค์ได้ชมว่าอร่อย กษัตริย์เลยมีพระราชดำรัสว่า ขนมชนิดนี้เป็นส่วนประกอบที่สำคัญของชนมากในงานแต่งงานและงานหมั้น และเข้าใจถึงความหมายของขนมชนิดนี้หลังจากนั้นขนมนี้จึงถูกเรียกว่าขนมฟู เท

## 6. ขนมซอ (Banh Gio)



ภาพที่ 6 ขนมซอ (Banh Gio)

ที่มา : <https://toplist.vn/top-list/quan-banh-gio>

เป็นขนมเพื่อบูชาบรรพบุรุษ ในช่วงเต็ต ดวาน เหงะ (Tet Doan Ngo) หรือตรงกับวันที่ 5 เดือน 5 ของปฏิทินจันทรคติโดยทำมาจากข้าวเหนียวและซี่โครง (ซึ่งซี่โครงได้มาจากการเผาไปไม้หลายชนิดแล้วเอาไปแช่น้ำ รอให้ซี่โครงตักตะกอนแล้วเอาเฉพาะน้ำ) โดยเอาน้ำซี่โครงที่ตักตะกอนไปแช่ข้าวเหนียวจะทำให้ข้าวมีสีน้ำตาลใสเหมือนอำพัน เหลืองอ่อนนุ่มและมีรสชาติที่เป็นเอกลักษณ์ คนเวียดนามมีความเชื่อว่ากินขนมชนิดนี้แล้วจะมีประโยชน์ต่อสุขภาพมาก เพราะในช่วงเทศกาลวันเต็ต ดวาน เหงะ คนเวียดนามจะกินอาหารหลายชนิดเพราะเป็นช่วงเทศกาล เช่น มะม่วง ขนุน ข้าวหมกซึ่งมีไขมันและน้ำตาลเยอะ ทำให้เกิดตัวร้อน (ร้อนใน) และภาวะอาหารย่อยยาก ฉะนั้นการกินขนมชนิดนี้จะทำให้การทำงานของไตที่อ่อนแอทำงานได้ดีและย่อยอาหารได้ดี ช่วยดับความร้อนใน ซะล้างพิษ ทำความสะอาดลำไส้และกระตุ้นการย่อยอาหารควบคุมกรดในกระเพาะอาหารป้องกันอาการท้องผูก ทำให้ร่างกายเกิดความสมดุล มีสุขภาพแข็งแรงได้

ตำนานและที่มาของขนมซอ

ในช่วงเต็ต ดวาน เหงะ (Tet Doan Ngo) จะมีเทศกาลในเวียดนามเหนือ จีน เกาหลี แต่ละประเทศมีตำนานแตกต่างกัน แต่ทุกตำนานมีความเชื่อเหมือนกัน เกี่ยวกับการหมุนเวียนอากาศในรอบปี เพราะคำว่า “Doan” แปลว่า เริ่มต้น และคำว่า “หงะ” มีความหมายว่า เที่ยงตรง ดังนั้นเดือน 5 เป็นช่วงที่มีอากาศร้อนมาก และเป็นช่วงเวลาที่แมลง หนองเยอะ และจะต้องกำจัดพวกแมลงก่อนที่จะเริ่มทำนาต่อไป อีกทั้งเดือน 5 เป็นช่วงที่ร่างกายในคนเรามี

ความร้อนมากกว่าช่วงอื่นเปรียบเหมือนพระอาทิตย์ช่วงเวลาที่เที่ยงตรง ตามตำนานว่าหลังจากเก็บเกี่ยวข้าวแล้ว คนเวียดนามจะรวมตัวกันฉลอง เพราะมีอยู่ปีหนึ่งมีแมลงเกิดขึ้นเยอะมาก ชาวนาไม่รู้วิธีกำจัดแมลง แต่มีชายอายุมากชื่อ โดย ชวน (Doi Truan) มาบอกวิธีให้ชาวนาทำของเช่นไหว้ที่เรียกว่าโดยมีขนมซอ (Banh Gio) และผลไม้อื่นๆ นำไปเซ่นไหว้ในเวลาเที่ยงตรง ด้วยการเซ่นไหว้เช่นนี้สามารถกำจัดพวกแมลงได้ หลังจากนั้นเป็นต้นมาชาวนาเลยประกอบพิธีนี้อย่างต่อเนื่องและตั้งชื่อพิธีนี้ว่า เต็ต ดวาน เหงะ (Tet Doan Ngo) และนิยมเอาขนมซอมาเซ่นไหว้ในพิธีนี้ เทศกาลนี้ยังมีชื่อเรียกอีกชื่อหนึ่งว่าเต็ต เซว เบาะ (Tet Sau Bo) คำว่า เซวเบาะ แปลว่า หนอน หรือแมลง เนื่องจากเป็นวันที่ชาวไร่ชาวนาจะกำจัดแมลงเพื่อเริ่มปลูกพืชในฤดูกาลใหม่ ในวันนี้ชาวนาจะตื่นแต่เช้า กินผลไม้ และข้าวเหนียวหมัก รวมถึงมีพิธีบวงสรวงในตอนเที่ยง

## 7. แบงห์ อู๋ (Banh U)



ภาพที่ 7 แบงห์ อู๋ (Banh U)

ที่มา : <https://rita.com.vn/news/banh-u>

การทำขนมแบงห์ อู๋ จะทำในช่วงเทศกาล เต็ต ดวาน เหงะ (Tet Doan Ngo) หรือ ตรงกับวันที่ 5 เดือน 5 ตามปฏิทินจีน (จันทรคติ) ของทุกปีหรือที่เรียกว่า “โหว เหว่ยโจ้ย” (โหว แปลว่า 5, เหว่ย แปลว่า เดือน, โจ้ย แปลว่า เทศกาล หรือเรียกว่าเทศกาลเดือนห้า ตามเทศกาลที่สืบทอดกันมาแต่โบราณของประเทศจีน เพื่อเป็นการระลึกถึงขุนนางผู้ซื่อสัตย์ รักชาติ จงรักภักดี ยึดถือคุณธรรม และขอช่วยเหลือชาวบ้านแห่งแคว้นฉู่ชื่อ ชูหยวน (Qu Yuan) โดยมีพระบรมราชโองการให้เนรเทศชีหยวนออกจากแคว้นฉู่ สุดท้ายเขาได้กระโดดน้ำฆ่าตัวตายในวันขึ้น 5 ค่ำ เดือน 5 เพราะรู้สึกทุกข์ทรมานใจที่โดนใส่ร้าย ต่อมาชาวบ้าน

ได้นำขนมแบงห์ อู๋ มาเซ่นไหว้เขาเพื่อตอบแทนความดีของเขาจนเป็นประเพณี ขนมแบงห์ อู๋ มีชื่อเรียกอีกชื่อคือ แบงห์ อู๋ ซอ (Banh U Gio) หรือ แบงห์ อู๋ จอ (Banh U Tro) มีลักษณะการทำคล้ายๆกับขนมซอ (Banh Gio) แต่มีไส้แล้วแต่พื้นที่ หรือที่ไทยจะเรียกว่าขนม บ๊ะ จ่าง (Banh Ba Trang) นั้นเองมีประวัติความเป็นมาเดียวกัน อนึ่งเมื่อเข้าสู่ฤดูร้อน อาหารต่างๆ มักเก็บได้ไม่นาน เน่าเสียง่าย แต่ขนมชนิดนี้ทำจากข้าวเหนียวสามารถเก็บไว้ได้นาน ต่อมาการทำขนมอู๋เพื่อสักการะกราบไหว้เทพเจ้าและบรรพบุรุษตามช่วงเทศกาลเต็ต ดวาน เหงะ (Tet Doan Ngo) และขอบคุณที่ช่วยให้ครอบครัวอยู่เย็นเป็นสุขจึงเป็นวัฒนธรรมที่สืบทอดกันมาตั้งแต่นั้นมา

## บทสรุป

ผลการศึกษาวัฒนธรรมเวียดนามผ่านขนมตามเทศกาล พบว่า เกิดจากปัจจัยหลายอย่างที่เกี่ยวข้อ ทั้งลักษณะกายภาพ สังคม รวมถึงการเปลี่ยนแปลงหลายสมัย ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน โดยเวียดนามมีการทำสงครามอยู่บ่อยครั้ง และตกอยู่ภายใต้การปกครองของ จีน มองโกล ฝรั่งเศส อเมริกา (ดาร์เร็น เมตตาริกานนท์, 2550) จึงทำให้เวียดนามอยู่ภายใต้การปกครองของจีนมายาวนานกว่าพันปี และรับเอาวัฒนธรรมจากจีนเข้ามาประยุกต์ใช้จนกลายเป็นของตนเอง ทั้งด้านประเพณีวัฒนธรรม อาหาร ขนม ได้แก่ ขนมเปี๊ยะ บ๊ะจ่าง ขนมไหว้พระจันทร์ มีการใช้เครื่องปรุงเครื่องเทศอย่างจีน เช่น ซิอิ้ว เต้าเจี้ยว เครื่องตุ๋นยาจีน รวมทั้งฝรั่งเศสเข้ามายึดครองเวียดนามส่งผลต่อให้เวียดนามได้รับอิทธิพลจากฝรั่งเศสคือ บาแกต หรือ ขนมปังฝรั่งเศส นิยมรับประทานกับดัตต์บด สเต็กและสตูว์ (นันทนา ปรามานุศิษฐ์, 2556) เป็นต้น ดังนั้นอิทธิพลของจีนและฝรั่งเศสจึงมีบทบาทต่อประเพณีวัฒนธรรมในเวียดนามและแสดงออกออกผ่านภูมิทัศน์วัฒนธรรม ที่ถูกสั่งสมและถ่ายทอดรุ่นต่อรุ่น มีอิทธิพลต่อความคิด ความรู้สึก กลายเป็นภูมิวัฒนธรรมทั้งนามธรรมและรูปธรรม เช่น สภาพการเป็นอยู่ การแต่งกาย การทำเกษตรกรรม คติความเชื่อเรื่องผี ความเชื่อเรื่องการสร้างบ้าน สิริมงคล โดยถ่ายทอดออกมาเป็นรูปแบบอย่างชัดเจนได้แก่ การทำขนม ซึ่งเป็นวัฒนธรรมมีความสัมพันธ์อย่างไม่สามารถแยกออกจากกันได้เป็นเสมือนสะพานเชื่อมให้คนทั่วไปได้เข้ามาเรียนรู้ สามารถเข้าใจวัฒนธรรมของเวียดนามได้โดยผ่านขนม นอกจากการ

ทำขนมที่มีความผูกพันกับความเชื่อ วัฒนธรรม และ ประเพณีการทำขนม ที่บ่งบอกถึงคุณค่ายังแฝงไปด้วยความหมายอันเป็นสิริมงคลและความหมายที่ลึกซึ้งไว้ในชื่อ รูป ลักษณะ ส่วนประกอบ สัตว์ส่วน สัตว์ต่างๆ และช่วงเวลาที่ทำขนมแต่ละชนิดซึ่งสามารถแบ่งออกเป็นด้านต่างๆ ตามชนิดของขนมที่ทำ เช่น แแบ่งหิ้ง ทำมาจากแบ่งข้าวเหนียว ปั้นเป็นรูปกลม สีสันทองฟ้า ดวงอาทิตย์ ประหนึ่งเป็นเทพเจ้า และแผ่นฟ้าเบื้องบนคอยพิทักษ์รักษามนุษย์และปกป้องสรรพสิ่งที่ดีงามให้ร่มเย็นเป็นสุขในยามขึ้นศักราชใหม่ ขนมโจยและขนมใจ ทำในช่วงเทศกาล ฮั่น ถิก เพื่อนำไปบูชาบรรพบุรุษซึ่งเป็นรากเหง้าของตัวเอง ระลึกถึงบุญคุณของผู้ที่ล่วงลับไปแล้ว โดยนำขนมไปไหว้บรรพบุรุษที่สุสาน ถือโอกาสช่วงเทศกาลนี้ทำความสะอาดสุสานประจำตระกูลเพื่อเป็นการแสดงความกตัญญูต่อบรรพบุรุษรวมทั้งผู้ที่มีบุญคุณต่อตน แแบ่งหิ้ง ฮู้ ทำเพื่อเป็นการระลึกถึงขุนนางผู้ซื่อสัตย์รักชาติ จงรักภักดี ยึดถือคุณธรรม ขนมนงู หู หรือ ขนมไหว้พระจันทร์ ทำในเทศกาลไหว้พระจันทร์ (Moon Festival) หรือ วันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 8 ตามปฏิทินจันทรคติ เพื่อนำมาถวายให้เป็นตัวแทนของดวงจันทร์และให้มีความบริบูรณ์และความเจริญรุ่งเรืองในชีวิต แแบ่งหิ้ง ฮู้ ทำขึ้นเพื่อนำมาสักการะกราบไหว้เทพเจ้าและบรรพบุรุษตามช่วงเทศกาลเต็ต ดวน เหงาะ (Tet Doan Ngo) อีกทั้งเพื่อขอบคุณที่ช่วยให้ครอบครัวอยู่เย็นเป็นสุขตลอดปีที่ผ่านมาและต่อไป ด้าน

มนุษยธรรม เช่น แแบ่งหิ้ง ทำรับประทานร่วมกันในช่วงปีใหม่เป็นช่วงเวลาที่ทุกคนกลับบ้านรวมตัวกันและนำไปบูชาบรรพบุรุษ อีกทั้งให้ความสำคัญกับการทำเกษตรกรรมอีกด้วย ขนมนงู หู ครอบครัวยุคใหม่ได้ทำกิจกรรมสร้างสรรค์ แสดงความรักต่อลูก ขนมนงู คนเวียดนามมีความเชื่อว่ากินขนมชนิดนี้แล้วจะมีประโยชน์ต่อสุขภาพมากเพราะในช่วงเทศกาลวันเต็ต ดวน เหงาะ คนเวียดนามจะกินอาหารหลายชนิดทำให้เกิดตัวร้อน (ร้อนใน) และภาวะอาหารย่อยยาก ฉะนั้นการกินขนมชนิดนี้จะทำให้การทำงานของไตที่อ่อนแอกลับมาแข็งแรงและย่อยอาหารได้ดี ช่วยดับความร้อนใน ขัดล้างพิษ ทำความสะอาดลำไส้และกระตุ้นการย่อยอาหาร ควบคุมกรดในกระเพาะอาหารป้องกันอาการท้องผูก ทำให้ร่างกายเกิดความสมดุลมีสุขภาพแข็งแรงได้ ด้านสัญลักษณ์คำสอน เช่น ขนมนงู หู เป็นขนมงานหมั้น ทำขึ้นเพื่อเป็นสัญลักษณ์ของความผูกพันอยู่ด้วยกันนานๆ อย่างมีความสุข แแบ่งหิ้ง นอกจากที่ทำขนมชนิดขึ้นเพื่อนำไปบูชาบรรพบุรุษยังสื่อถึงคำสอนต่างๆ เช่น ความซื่อสัตย์ ซื่อตรงเป็นธรรม ไม่คดในข้อหาในกระดุก สัญลักษณ์สี่เหลี่ยมของขนมแสดงถึงความเด็ดขาดในการตัดสินใจ ขนมนก เป็นขนมที่ทำในช่วงพิธีกรรมกลับบ้านหลังจากแต่งงานได้สามวันของเจ้าสาว โดยจะต้องกลับไปเยี่ยมพ่อแม่ตนเองและเตรียมขนมชนิดนี้ไปฝากเพื่อแสดงความกตัญญู ความอ่อนน้อม ถ่อมตนที่มีต่อพ่อแม่

## เอกสารอ้างอิง

- กิตติยา แดคติ (เชฟเก่ง). (2557). **ขนมไทย**. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แม่บ้าน.
- ชนิดา ศักดิ์ศิริสัมพันธ์ (บก.). (2541). **หน้าต่างสู่โลกกว้าง**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์หน้าต่างสู่โลกกว้าง จำกัด.
- ชาติพันธุ์เวียดนาม. (2554). **พันแสงรุ่ง**. กรุงเทพฯ: ทิวไทย.
- ดวงกมล การไทย. (2563). **เวียดนาม – อาหาร**. สืบค้นเมื่อ 10 กรกฎาคม 2565, จาก [https://www.sac.or.th/databases/southeastasia/subject.php?c\\_id=11&sj\\_id=91](https://www.sac.or.th/databases/southeastasia/subject.php?c_id=11&sj_id=91)
- ดาร์เร็น เมตตาริกานนท์. (2550). **หนังสือชุด ประวัติศาสตร์สำหรับประชาชน ประวัติศาสตร์เวียดนามในแบบเรียนชั้นประถม**. กรุงเทพมหานคร: เอ ที ปริ้นติ้ง. บริษัทวิริยะธุรกิจจำกัด.
- เทศกาลของประเทศเวียดนาม**. (2563). สืบค้นเมื่อ 20 กรกฎาคม 2565, จาก <https://sites.google.com/site/weiydnamhiphf/home/theskal-khxng-weiydnam>
- ไทยฟลาย. (2563). **ข้อมูลเที่ยวเวียดนาม : เทศกาลเต็ต (Tet)**. สืบค้นเมื่อ 20 กรกฎาคม 2565, จาก [https://www.thaifly.com/index.php?route=news/news&news\\_id=954](https://www.thaifly.com/index.php?route=news/news&news_id=954)
- นันทนา ปรมาณูศิษฐ์. (2556). **โอชาอาเซียน (ASEA FLAVORS)**. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มติชน จำกัด (มหาชน).
- บุญอยู่ ขอพรประเสริฐ. (2563). **ขนม: ความหมายและวิธีการบริโภคของเด็ก**. สืบค้นเมื่อ 10 กรกฎาคม 2565, จาก <http://oknation.nationtv.tv/blog/boonyou/2008/07/27/entry-1> 2551



- พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน 2554. สืบค้นเมื่อ 15 กรกฎาคม 2565, จาก <http://www.royin.go.th/dictionary>  
กาญจนาพร คำมูล. (2563). ประวัติของขนมหวาน. สืบค้นเมื่อ 13 กรกฎาคม 2565, จาก <https://maneryto.wordpress.com/2010/11/30>
- มนธิรา ราโท. (2563). บทความพิเศษ “ตรุษเต๊ตปีใหม่ของเวียดนาม”. สืบค้นเมื่อ 16 กรกฎาคม 2565, จาก [http://www.thaiworld.org/thn/thailand\\_monitor/answer.php?questionid=1239](http://www.thaiworld.org/thn/thailand_monitor/answer.php?questionid=1239)
- รัมภา ศิริวงศ์. (2552). ขนมไทย เล่ม2. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ดวงกมล.
- วิทย์ บัณฑิตกุล. (2555). สารานุกรมรัฐสังคมเวียดนาม. กรุงเทพฯ: บริษัททวิพริ้นท์ (1991) จำกัด.
- สุมิตร ปิติพัฒน์. (2545). ศาสนาและความเชื่อไทดำในสิบสองจุไทย สารานุกรมรัฐสังคมเวียดนาม. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ โอ.เอส. พรินติ้งเฮาส์.
- อำพิกา สวัสดิ์วงศ์. (2563). แบ่งห์จิง: ข้าวต้มมัดญวน โอхарสแห่งเทศกาลปีใหม่. สืบค้นเมื่อ 15 กรกฎาคม 2565, จาก [http://www.uniserv.buu.ac.th/forum2/topic.asp?TOPIC\\_ID=7234](http://www.uniserv.buu.ac.th/forum2/topic.asp?TOPIC_ID=7234)
- Bánh chung trong văn hóa ẩm thực Tết Việt. (2563). สืบค้นเมื่อ 20 กรกฎาคม 2565, จาก: <http://dangcongsan.vn/chao-nam-moi-2020/phong-tuc-Tet/Banh-chung-trong-van-hoa-am-thuc-Tet-viet-547215.html>
- Jenjira Worajaren. (2563). การแบ่งอาหารเวียดนามในแต่ละภาค. สืบค้นเมื่อ 20 กรกฎาคม 2565, จาก <https://sites.google.com/site/jenjiraworajaren/kar-baeng-xahar-weiydnam-ni-taela-phakh>
- MGR Online. (2565). ดูเวียดนามทำ “แบ่งห์จิง” ความหมายลึกซึ้งในเทศกาลตรุษ. สืบค้นเมื่อ 20 กรกฎาคม 2565, จาก <https://mgronline.com/indochina/detail/9550000006818>
- Thuyết Minh Du Lịch Về Bánh Ít Bình Định. (2565). สืบค้นเมื่อ 25 กรกฎาคม 2565, จาก <https://vguideschannel.com/thuyet-minh-du-lich-ve-Banh-it-binh-dinh/>
- Tô Hồng Vân. (2016). Những ngày Tết ta. โรงพิมพ์ Nhà xuất bản Kim Đồng.
- Trần Mạnh Thường. (2005). Việt Nam Văn hóa & du lịch. โรงพิมพ์ Nhà xuất bản Thông tấn
- Trần Quốc Thịnh. (2004). Văn hóa ẩm thực Kinh Bắc. โรงพิมพ์ Nhà xuất bản văn hóa Thông tin
- Trung thực và Truyền thống. สืบค้นเมื่อ 25 กรกฎาคม 2565, จาก <https://www.ntdvn.com/van-hoa/vui-xuan-moi-ke-chuyen-xua-ky-1-Banh-chung-Banh-giay-di-san-van-hoa-than-truyen-cua-nguoi-viet-co-10824.html>