



สวนผักในบ้านฉัน ปี 2

10 เรื่องราวสีเขียว
ของเหล่าคนเมืงมือเปื้อนดิน
ใจเปี่ยมสุข

สวนผักดาดฟ้า ทาวนิเฮาส์ บ้านเดี่ยว
ร้านอาหาร นวัตกรรม

เรียบเรียง อัญญรัตน์ อ่อนสุทธิ
ถ่ายภาพ ต้นพวงมี สิกิริพวงมี



อาปาปลูก
ลูกชาย
ท้าย



สวนครัวของ ด.ช. กริช และฐะวัฒน์ เวี่ยมชานนท์
ประเภทดาดฟ้า ย่านถนนสุขุมวิท

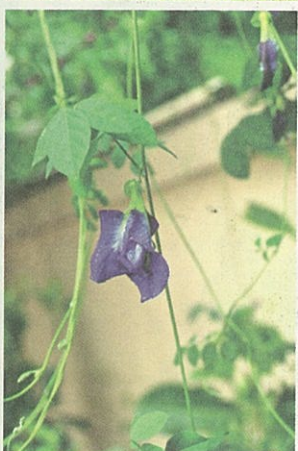
สวนครัวของ สุดารัตน์ เลิศสัทอง ประเภทดาดฟ้า ย่านพระราม 2



แม่ปลูก
ลูกหว่าน



กระป๋
อยู่ทีใจ



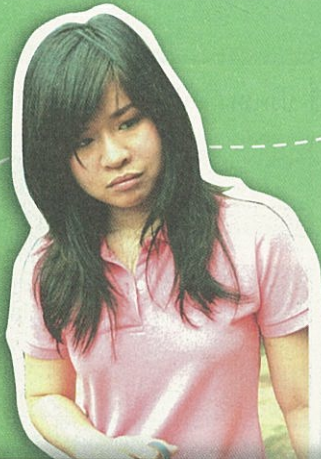
สวนผักของ จุฑาภรณ์ นันทจินดา ประเภททวารนไ้ฮั่วสั้ ย่านนั้พัฒนาการ

สวนครัวของ วิลาสินี สุวรรณสัมฤทธิ์ ประเภทตาตฟ้า ย่านบางขุนนนท์

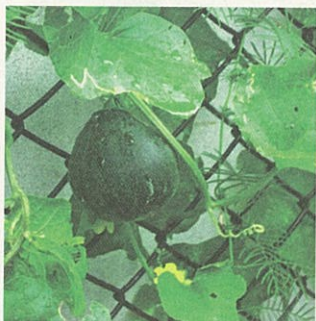


การเริ่มต้น
ของสวนครัว





คุณหนู
จุฬารัตน์



สวนครัวของ ศิริมา ศิริทรรักษ์สถิตย์ ประเภทบ้านเดี่ยว ย่านวงเวียนใหญ่

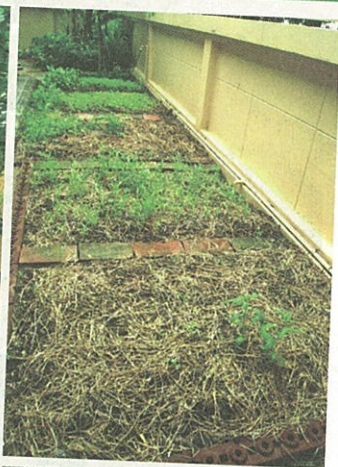
สวนครัวของ ปิยภานัทธ์ เตชะธนะวัฒน์ถาวร ประเภทบ้านเดี่ยว
ย่านอ่อนนุช



กิน
เปลี่ยน
ชีวิต

หน้า 38

ปลูกผัก ปลูกรัก



สวนครัวของอุทัยศักดิ์ แดงท่าไม้และครอบครัว ประเภทบ้านเดี่ยว ย่านทวิวัฒนา

สวนครัวของ โร นวณกา
ประเภทร้านอาหาร เนิงขายส้มตำและอาหารตามสั่ง ย่านเนชรเกษม



สโโลฟู้ดส์
ในร้านส้มตำ

พื้นที่เล็กๆ
กับเรื่องหวดๆ
ของชายปลูกผัก

หน้า 54



สวนของ จ้อง คุณศรี และ เสถียร จันสา ประเภทสวนนันทนาการ
ย่านดอนเมืองและถนนบางนา-ตราด

ฟ้าเมืองเล่าเรื่องคนกรุง

เรามักคิดกันเสมอว่าการปลูกผักหรือการเกษตร เป็นเรื่องห่างไกลในดินแดนที่ผู้คนใส่หมวกฟาง แต่เรื่องราวของผู้ร่วมส่งสวนครัวเข้าประกวดกับโครงการ "สวนผักในบ้านฉัน ปี 2" ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของมหกรรมสมุนไพรแห่งชาติครั้งที่ 7 นี้ ก็ทำให้ประจักษ์ได้ว่าเมืองหลวงที่ขึ้นชื่อว่าพื้นที่คับแคบชวนคับอกคับใจ สามารถขยายกว้างได้ด้วยความคิดสร้างสรรค์ต่อการบริหารจัดการพื้นที่ และการดูแลเอาใจใส่ด้วยหัวใจที่เต็มเปี่ยมไปด้วยความหวัง

ถึงแม้ว่าการประกวดปีนี้จะเป็นครั้งที่ 2 แล้ว แต่เรื่องราวจากผู้ส่งสวนเข้าประกวดสามสิบกว่าคนก็น่าสนใจไม่แพ้ปีที่แล้วแม้เพียงเล็กน้อย แต่ละคนต่างก็มีเทคนิคปลูกผักแตกต่างกันไป บ้างก็ปลูกลงแปลง บ้างทำเป็นสวนสวยงาม บันดาลใจแรกเริ่มของแต่ละคนก็ล้วนหลากหลาย บางคนสนใจเรื่องสุขภาพ บางคนก็ต้องการความร่มรื่น หรือ ทำเป็นกิจกรรมยามว่างเพื่อผ่อนคลายจากความเครียด แต่สิ่งที่ทุกคนต่างได้รับจากการทำสวนเล็กในเมืองใหญ่ ก็คือความสุขใจที่เกิดจากน้ำพักน้ำแรงของตัวเอง การได้มีปฏิสัมพันธ์กับคนในครอบครัวหรือเพื่อนบ้านมากขึ้น อย่างที่การซื้อปั้งหรือเดินห้างสรรพสินค้าไม่สามารถให้ได้

หนังสือเล่มนี้จึงขอเป็นเวทีถ่ายทอดเรื่องราวของ 10 นักปลูกในเมืองที่ได้รับคัดเลือก โดยไม่ใช่แค่เรื่องของเทคนิคตามแบบวิชาการเกษตรที่สามารถหาอ่านได้ตามหนังสือ How to ทั่วไป แต่ยังเป็นประสบการณ์ความสุข ความตื่นเต้นของผู้คนยามได้เห็นเมล็ดผักที่ฝังดินไว้งอกงามขึ้นมาทักทายแสงตะวัน แล้วเพียงไม่นานก็เติบโตพอที่จะเก็บมาทำกินในครอบครัวและแบ่งปันเพื่อนฝูงหรือคนข้างบ้าน

ความมีชีวิตชีวาจากรวมเรื่องเล่าประสบการณ์สีเขียวเล่มนี้ ก็คงจะเกิดจากพลังของผู้เข้าร่วมส่งสวนประกวดทุกคน ซึ่งได้แบ่งปันเรื่องราวการเดินทางสู่ธรรมชาติใกล้ตัว ที่ทำให้บังเกิดความสุขขึ้นได้ง่ายๆ เพียงสองมือกับแรงใจของผู้ลงแรงเอง

คณะกรรมการโครงการสวนผักในบ้านฉัน ปี 2

สวนผัก
บ้านฉัน
ปี 2

สวนผักในบ้านฉัน ปี 2

พิมพ์ครั้งที่ 1

บรรณาธิการ

เรียบเรียง

ถ่ายภาพ

ออกแบบปกและรูปเล่ม

พิสูจน์อักษร

กันยายน 2553

อติ มีแต้ม

อัญญรัตน์ อ่อนสุทธิ

ตันพงษ์ สิทธิพงษ์

สุรพงษ์ เพชรน้ำไหล

อรุณนา สนิกะวาทิ

สำนักงาน

มูลนิธิชีววิถี (BioThai)

125/356 หมู่บ้านนาธิป ถ.รัตนธิเบศร์

อ.เมือง จ.นนทบุรี 11000

โทรศัพท์ 02-985-3838

เว็บไซต์ : www.food4change.in.th

พิมพ์ที่ : บริษัท ออฟเซ็ท ครีเอชั่น จำกัด 02-870-2630

จำนวน 2,000 เล่ม

ISBN 978-974-225-791-0

องค์กรร่วมจัด

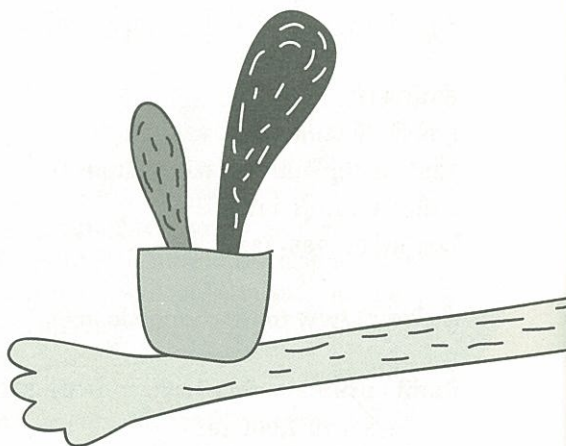


มูลนิธิชีววิถี
BioThai Foundation



องค์กรร่วมประชาสัมพันธ์









สวนครัวของ ด.ช. กริช และฐณะวัฒน์ เจี่ยมชนานนท์ ประเภทดาดฟ้า
ย่านถนนสุขุมวิท

อาปีปปลูก ลูกชายช่วย

ไม่บ่อยครั้งนักที่เราจะได้เห็นหนุ่มน้อยที่ยังใช้คำนำหน้าว่า “ด.ช.” จะกระตือรือร้นกับการปลูกพืชผักกินเอง แทนที่จะเล่นเกมอยู่หน้า จอคอมพิวเตอร์ แต่เราก็เจออยู่คนนึงจนได้สิว่า ด.ช.กริช เอี่ยมอนานนท์ ซึ่งกำลังเรียนอยู่มัธยมศึกษาปีที่ 2 อธิบายได้อย่าง คล่องแคล่วถึงมุมที่แสงแดดส่องกระทบในยามเช้าและบ่ายบน ดาดฟ้าของตึก 4 ชั้นย่านถนนสุขุมวิท ซึ่งเป็นบ้านของครอบครัว เอี่ยมอนานนท์ที่อยู่ร่วมกันถึง 12 คน

“ห้องผมอยู่ข้างล่างมันร้อน ก็อยากเริ่มปลูกต้นไม้ อาปีป ก็มาสร้างที่นั่งตรงนี้ขึ้น ทอยยปลูก ปลูกทีละอย่าง บางต้นก็ เพาะชำมาขยายพันธุ์อีกที ป้าเขาทำเป็นครับ เรื่องปลูกต้นไม้จะ เสียรจากกุเกิ้ล ชนิดไหนปลูกในร่มหรือแดดได้ บางทีก็สลับไป สลับมา ตอนเช้าแดดมันอ่อน ส่องมาทางนี้ โอเครับได้ กลางวัน แดดส่องมาทางนี้ มีมูมบังแดดก็ช่วยได้หน่อย แรกๆ ก็ตายเหมือนกัน” น้องกริชชี้มือชี้ไม้ประกอบคำอธิบาย

แน่นอนว่าในบรรดาลูกไม้หลายๆ ลูกย่อมจะมีสักลูก กลิ้งหลุนๆ อยู่ไต่ต้น ความสนใจเรื่องต้นไม้ใบหญ้าของเด็กชาย ก็ถ่ายทอดมาจาก “อาปีป” นั่นเอง

ป้าของน้องกริช-ฐนະวัฒน์ เอี่ยมถนนวนนท์-เป็นคนจัดหาเมล็ดพันธุ์ ขำกิ่ง เพาะกล้า หาวตฤติบ รวมทั้งเป็นคนสร้างพื้นที่สีเขียวให้กับบ้านตึกหลังนี้ โดยเมื่อ 2 ปีที่แล้วบ้านสร้างเสร็จใหม่ๆ ป้าก็จัดแจ่งนำไม้เก่าจากบ้านหลังเดิมและแผ่นป้ายหาเสียงมาต่อกต่อเป็นตั่งนั่งเล่นบนดาดฟ้า แล้วก็ค่อยๆ หารต้นไม้มาปลูกทีละนิดละหน่อย เริ่มจากไม้ดอกไม้ประดับ โดยมีลูกชายคอยช่วยดูแลและเรียนรู้ ไม่กินได้ก็เริ่มจาก กะเพรา โหระพา นำมาปักๆ ลงดิน ซึ่งมักจะเหลือมาจากแม่ของน้องกริชที่ทำอาหารตามสั่งขายนั่นเอง แต่เห็นอย่างนี้ก็ใช้จะปลูกกันได้ง่าย

“มีผักบุ้ง โหระพา กะเพราก็เอามาขึ้นไปปัก แต่รู้สึกกะเพราจะขึ้นยากกว่าอย่างอื่นนะ ต้องตัดก้านให้มันเฉียงๆ หน่อย แล้วเวลาปักอย่าปักตรงๆ ต้องปักเฉียง หมั่นรดน้ำ นี่แม่ค้าแถวปากคลองตลาดบอกเคล็ดลับมา ไม่อย่างนั้นปักอย่างไรก็ไม่ขึ้นที่ปากคลองตลาดส่วนใหญ่จะเป็นชาวสวนมาเอง แล้วคนที่ขายปุ๋ยก็จะมีความรู้ด้านนี้เยอะ เราก็ถามแล้วจำเอา ตั้งใจปลูกแบบไม่ใช่สารเคมีเพราะรู้ว่ามันอันตราย ผมทำธุรกิจกับร้านที่ขายสารเคมีใส่ต้นไม้ เขาก็เล่าให้ฟังว่ามันซึมเข้าผิวหนังได้ แล้วก็ตกค้างในผัก”

ด้วยธุรกิจที่ทำให้ต้องผ่านปากคลองตลาดบ่อยๆ พ่อค้า

สวนผัก
บ้านจัน
ปี 2



แม่ขายแฉวนนั้นจึงกลายมาเป็นผู้แนะนำในบางครั้ง เมล็ดผักส่วนใหญ่ก็ได้มาจากร้านแฉวนนี้เอง จากนั้นป้ายังเล่าความหลังให้ฟังเพลินๆ อีกว่าสนใจเรื่องการเพาะปลูกมาตั้งแต่สมัยเรียนแล้ว เพราะที่โรงเรียนพระโขนงพิทยาลัยเมื่อหลายสิบปีก่อนมีสอนการเกษตรทั้งปลูกผักและเลี้ยงไก่

“พอทำส่งครูจบแล้วก็ทำ ไก่ปิ้ง ผักนึ่งไฟแดงกินกันเลย ของผมนี้ทำไก่อบฟางขายด้วย ได้ตั้งหลายตังค์ ปลูกข้าวก็มีสอนแต่ข้าวไม่ได้กินเพราะตอนปิดเทอมมักเป็นร้อยๆ ตัวมาจิกหมด ปลูกข้าวโพดก็เหลือแต่ต้น โดนคนขโมย สนุกครับสมัยก่อน”

เมื่อเคยเรียนในโรงเรียนแล้วหลังจากนั้นก็ไม่เคยขาดต้นไม้ บ้านหลังเก่าเป็นบ้านไม้ที่มีผืนดินให้ปลูกต้นไม้ได้ แต่เมื่อรื้อแล้วสร้างเป็นตึก ป้าก็ยังพยายามจะหาพื้นที่สีเขียวจนได้ ซึ่งน่าจะเป็นความจำเป็นของคนที่มีบ้านติดทางด่วนแบบนี้ สวนดาดฟ้าของบ้านเอี่ยมอนานนท์จึงผสมผสานระหว่างไม้ประดับกับพืชกินได้ ไม่เน้นผักใบ แต่จะเป็นพวกที่เด็ดยอด ปักกิ่งแล้วขยายต่อไปได้เรื่อยๆ เป็นประเภทที่ไม่ต้องรีบเก็บกินมากนัก

“ระหว่างปลูกลงดินกับปลูกในกระถาง ปลูกลงดินจะโตดีกว่าอยู่แล้ว และระหว่างไม้กินได้กับไม้ที่ไว้ดูสวยๆ ไม้กินได้เลี้ยงยากกว่า เพราะมันละเอียดอ่อน ก้านใบก็อ่อน มากเกินไปก็เน่า น้อยเกินไปก็เฉา”

การปลูกลงดินกับลงกระถางตั้งบนดาดฟ้ามีข้อได้เปรียบเสียเปรียบต่างกัน ในดินมีสารอาหารมากกว่า ดูแลน้อยกว่าก็ได้ แต่ปลูกลงกระถางจะได้รับแสงแดดเต็มวัน ฤดูฝนก็ไม่ต้องห่วงเรื่องรากเน่า เรื่องดินแน่นเกินไป หรือน้องแมวมาขุดคุ้ยเหมือนสวนลงดิน

ระหว่างไม้กินได้กับไม้ที่ไว้ดูสวยๆ

ไม้กินได้เลี้ยงยากกว่า เพราะมันละเอียดอ่อน

ก้านใบก็อ่อน มากเกินไปก็เน่า น้อยเกินไปก็เน่า

เรื่องทักษะนอกจากถามผู้รู้ ป้าก็ยังลงไปดูสวนดาดฟ้าที่สำนักงานเขตคลองเตย ซึ่งปัจจุบันสำนักงานเขตหลายแห่งมีการทำสวนบนดาดฟ้า โดยใช้เวลาตอนแะไปเสียภาษีแล้วก็แวบขึ้นไปดูสักหน่อย และต่อไปป้ากับน้องกริชอยากปลูกถั่วฝักยาวให้เลื้อยคลุมเป็นหลังคาเหนือตั่งนั่ง ซึ่งแต่เดิมเป็นเงากระชังที่ออกผลให้เก็บกินไปหลายลูก หลังจากมะระตายตอนนี้ก็ปลูกมันบาหลีไปพลงๆ ก่อนจะเริ่มลงมือปลูกถั่วต่อไป

สวนดาดฟ้าของพ่อลูกไม่มีปัญหาแมลงศัตรูพืชก็จริง แต่บางครั้งลมแรงๆ ในช่วงที่มีพายุก็ทำให้ต้นไม้ล้ม ซึ่งก็เป็นเรื่องที่ห้ามลมฟ้าอากาศไม่ได้ แต่เรื่องที่เจ้านกกร่อนลงมาจิกเมล็ดที่เพาะไว้นั้น ป้ามีวิธีแก้ด้วยการย้ายกระบะเพาะให้หลบมุมและหาซาแรน(Saran)มาคลุม

นอกจากดินถุงที่ซื้อมาจากร้านใกล้บ้านและรดน้ำเข้าเย็นแล้ว สวนนี้ยังดูแลรักษาต้นไม้ด้วยปุ๋ยไล่เดือน ใส่บำรุงนานๆ ครั้ง และดูทิศทางแสงแดดในแต่ละช่วงวันเพื่อจะได้จัดวางต้นไม้ที่ชอบแดดไม่เท่ากันให้อยู่ในตำแหน่งเหมาะสม ซึ่งหากเป็นพืช

ผักก็มักจะชอบแดดจัด ต่างจากไม้ใบบางชนิดที่ป้าบอกว่าต้องย้ายลงมาไว้หน้าบ้านที่ร่มกว่าแทน ถ้าเป็นช่วงอากาศร้อนก็จะรดน้ำตอนกลางวันเพิ่ม การรดน้ำลงพื้นปูนบนดาดฟ้าก็ช่วยระบายความร้อนได้อีกทาง และต่อไปตั้งใจว่าจะทำเป็นระบบน้ำหยดที่ทำให้ชุ่มชื้นมากกว่าและยังประหยัดน้ำด้วย

“ปลูกบนดาดฟ้าเราต้องเลือกพืชชนิดที่ชอบแดดหน่อย แต่หากเป็นพวกผักจะไม่กลัวแดดเท่าไร ถ้ายังเป็นต้นกล้าอ่อนก็เอาไว้มุมที่หลบแดด ให้โดนแบบรำไร วิธีเพาะเมล็ดจะเพาะลงถาดสำหรับเพาะกล้า แล้วก็เอาฟางหรือกระดาษหนังสือพิมพ์คลุมไว้ รดน้ำทุกวันๆ สักพักก็ขึ้นแล้ว” ป้าอธิบาย

การแต่งเติมปรับเปลี่ยนเพียงเล็กน้อยก็ทำให้พื้นที่ธรรมดาๆ กลายเป็นมุมพักผ่อนของครอบครัวได้แล้ว สวนบนที่สูงจากฝีมือพ่อกับลูกชาย แม้จะไม่เหมือนในนิตยสารแต่งบ้านแต่งสวนที่ลงทุนเรือนหมื่นเรือนแสน ไม่ได้มีต้นไม้เขียวจนต้องตื่นตะลึง ทั้งยังปลูกลงกระถางขนาดไม่เท่ากัน ปลูกลงลังพลาสติกเก่าๆ ที่เหลือมาจากสมัยยังทำธุรกิจส่งน้ำขวดบ้าง ลงอ่างเลี้ยงปลาเก่าตะไคร้ขึ้นบ้าง แต่นั่นก็คือความงามตามสภาพที่เป็นจริงในพื้นที่อันจำกัดของครอบครัวใจกลางเมือง



สวนครัวของ สударัตน์ เวศสีทอง ประเภทดาดฟ้า ย่านพระราม 2

แม่ปลูก ลูกหมา

ย้อนกลับไปก่อน สุดารัตน์ เลิศสีทอง จะกลายเป็นคุณแม่ สาวอาร์ตไดเร็คเตอร์เป็นคนทำงานออฟฟิศในเมือง มีเวลาแต่ละวันน้อย เลยจำเป็นต้องซื้อแกงถุงกลับมากินบ้าน หรือไม่ก็ออกไปกินตามร้านอาหาร วันใดนึกอยากทำกินก็ซื้อมาทำ ลองปลูกผักเองอยู่บ้าง แต่ไม่จริงจังและไม่ได้เก็บกินเป็นเรื่องเป็นราว กระทั่งมีเจ้าตัวเล็กเพิ่มมาหนึ่งคนจึงเริ่มให้ความสำคัญกับของที่กินเข้าไป ทั้งสารอาหารและที่มาของมัน

“หลังจากมีลูกนี้แหละชีวิตก็เปลี่ยนไป ต้องทำอาหารกินเองวันเสาร์-อาทิตย์ซื้อวัตถุดิบมาตุ๋นไว้แล้วเก็บไว้ทั้งสัปดาห์ แต่ไม่กินมันก็เหี่ยวแล้ว อย่างพริกมะกรูด โหระพา ใช้นิ่เท่าไรเอง เหลือทิ้งมากกว่ากิน”

เมื่อเริ่มคิดเรื่องปลูกเองกินเอง เธอบอกว่าเรื่องพื้นที่ไม่ใช่ปัญหา ดาดฟ้าชั้นบนสุดของบ้านมีรอไว้อยู่แล้ว จากที่เคยเอาไว้นิ่เพาะตากผ้า น่าจะลองทำให้เป็นสวนผักด้วย

ในกูเกิ้ล (www.google.com) แคพิมพ์ประโยค “สวนผักดาดฟ้า” เท่านั้น ข้อมูลสารพัดก็ปรากฏขึ้นให้เลือกอ่านมากมาย แต่ก่อนจะเริ่ม “ลงมือ” สุดารัตน์ได้ลองไปดูสวนผักดาดฟ้าของสำนักงานเขตหลักสี่ก่อน แรงบันดาลใจจึงไหลมาเทมา



“ดาดฟ้าที่นั่นก็เหมือนตึกแถวบ้านเรานี่เอง พี่เจ้าหน้าที่บอกว่าปลูกได้ทุกอย่าง เห็นแปลงของเขาแล้วยังอยากทำตามบ้าง ถ้าयरูปกลับมาทุกซอกทุกมุม แล้วมามองดาดฟ้าบ้านตัวเอง เอาละ ทีนี้เริ่มได้”

ผ่านมาไม่ถึงครึ่งปีนับจากเริ่มลงมือ ตอนนี้ใครเห็นสวนดาดฟ้าของเธอก็แทบไม่อยากจะว่าเป็นฝีมือผู้หญิงตัวเล็กๆ คนเดียว เธอแบ่งเวลาวันหยุดเสาร์-อาทิตย์และช่วงกลางวันมาให้สวน เริ่มจากขนกระสอบดินขึ้นมาบนดาดฟ้าวันละถุง ต่อท่อพีวีซีในช่วงวันหยุด ตอนกลางวันทีลูกหลับเธอจะสานเชือกที่ใช้เป็นตาข่ายให้พืชตระกูลเถา เลื้อยขึ้น ส่วนลูกสาว “น้องโกะ” ก็ช่วยเก็บผักและผักพุดซื้อผักตามที่คุณแม่พาเก็บ มีเจ้าตูบสองตัวเป็นสีสันให้แปลงผักบ้าง

“จริงๆ ตอนแรกก็เริ่มจากปลูกลงกระถาง แต่พอเริ่มปลูกเยอะ กระถางหมด กระละมังก็มีแค่ที่แตกๆ ถึงจะเอามาใช้เลยลองทำแบบท่อพีวีซีที่ดูมาจากเซตหลักสี่ เท่าที่ปลูกมาก็แปลงแบบนี้แหละเวิร์กสุด เดี่ยวจะขยายตรงนั้นอีก 3 แปลง” เธอชี้ไปยังพื้นที่ที่เหลือซึ่งมีกระถางวางประปราย เหลือที่ไม่มากเอาไว้เป็นราวแขวนผ้า

สูตรต้นนี้มีวิธีทำแปลงปลูกง่ายๆ ด้วยการนำท่อพีวีซีและข้อต่อพีวีซีมาต่อเป็นโครง ซึ่งราคาถูกและน้ำหนักเบา แล้วใช้

ถุงปุ๋ยหรือถุงกระสอบมาเจาะรูรอกัน ใช้ฟิวเจอร์บอร์ดขนาดกัน
ด้านข้าง รอกาบมะพร้าวแล้วเทดินลงไปก็ปั้นอันพร้อมปลูก
วัสดุอุปกรณ์ไม่ได้หายาก ในเมื่อห้างเซ็นทรัลพระราม 2 ล้อม
รอบบ้านอยู่แบบนี้ ยิ่งง่าย

เคล็ดลับการปลูกของเธอไม่มี ช่วงแรกๆ รดผักด้วยน้ำ
หมักชีวภาพวันเว้นวัน ซึ่งเธอทำเองจากการหมักเศษผักผลไม้
และข้าวสุกเข้ากับกากน้ำตาลและหัวเชื้อ หลังจากนั้นให้เลยสับห้ำ
วันไปก็นำมาใช้ได้ โดยจะเทเศษพืชผักผลไม้ที่เหลือแต่ละวันลงถึง
ไปเรื่อยๆ เมื่อเต็มก็จะล้างถังแล้วนำกากไปผสมกับดินสำเร็จรูป
แบบถุง ซึ่งจะสุมเลือกยี่ห้อที่ใช้เพราะไม่แน่ใจว่าอันไหนดีกว่ากัน
แต่ที่แน่ๆ เธอคิดว่ากากจากน้ำหมักชีวภาพมีส่วนช่วยให้ดินมี
คุณภาพดีขึ้นจริงๆ

“นอกจากความสุขตอนกิน ที่ชอบมากๆ อีกเรื่องก็คือ
น้ำหมักชีวภาพ เพราะลดขยะลงได้เยอะ ขยะสดแทบไม่ได้เอาไป
ทิ้งเลย เทลงถังหมักตลอด ตอนแรกๆ หมักแล้วไม่กล้าเปิดนะ
คิดว่ามันจะเหม็น ใส่หน้ากากมาเต็มทีเลย ปรากฏว่ามันก็มิกลิ่น
หอม รู้สึกดีเพราะมันเป็นวงจรชีวิตที่ง่าย เรากินเหลือก็เทลงถัง
หมัก เสรีก็เอามารดต้นไม้ เก็บมากินถ้าเหลือก็เอามาหมักได้
อีก”

นอกจากการบำรุงดิน แดดและน้ำก็เป็นเรื่องที่คนทำสวน
คาดฟ้าต้องใส่ใจ คาดฟ้ากับแดดเป็นของคู่กัน ข้อดีคือต้นไม้โดน
แดดเต็มวันแต่บางครั้งก็อาจทำให้ใบไหม้ได้เหมือนกัน สูตรรดน้ำ
จึงเลือกจะให้บวบและถั่วฝักยาวเลื้อยสานกันจนกลายเป็นหลังคา
แทนที่จะใช้ซาแรน (Saran) เพราะรื้อได้ง่ายด้วยแรงคนเดียวและ
ไม่ทำให้หมักครีมนเกินไปนัก

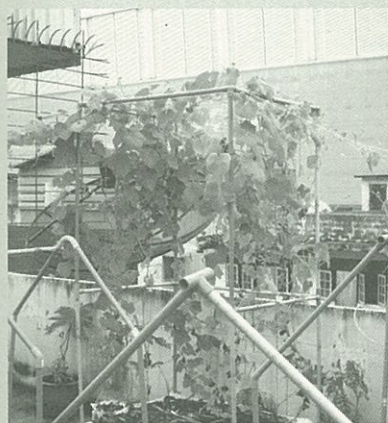
ขยะสดแทบไม่ได้เอาไปทิ้งเลย เหลงถึงหมักตลอด
ตอนแรกๆ หมักแล้วไม่กล้าเปิดนะคิดว่ามันจะเหม็น
ใส่หน้ากากมาเต็มทีเลย ปรากฏว่ามันก็มีกลิ่นหอม
รู้สึกดีเพราะมันเป็นวงจรชีวิตที่ง่าย

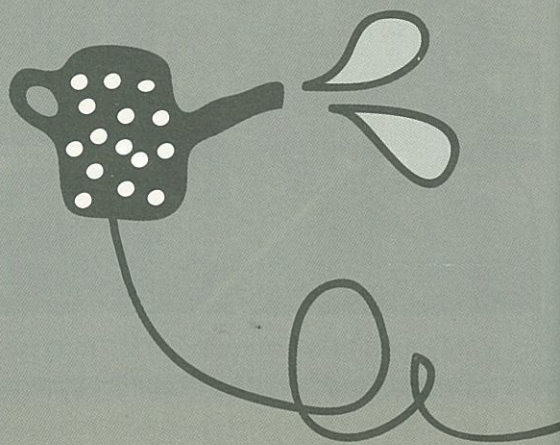
ส่วนเรื่องน้ำ เธอบอกว่าไม่มีปัญหารั่วซึม เพราะได้
ตกแต่งส่วนดาดฟ้าเป็นอย่างดีมาตั้งแต่แรก จัดวางแปลงผักให้ไม่
ไปชิดขอบดาดฟ้าซึ่งจะเป็นจุดที่รั่วซึมได้ง่าย บริเวณขอบๆ ก็จะ
วางแต่ผักในกระถาง นอกจากเทคนิคจำพวกนี้แล้ว คุณแม่ลูกหนึ่ง
ยังเชื่อว่าถ้าเราไป “จ้อง” มันทุกวันๆ คอยว่าเมื่อไหร่จะออกลูก
เสียทีนะ ก็ยิ่งทำให้ผักเหี่ยวจนหายหน้ากันไปหมด ทางที่ดี
“ทำเป็นลืมๆ ไปบ้างดีกว่า” สักพักก็จะได้เก็บกินล่ะ

“ปัญหาจะมีก็แต่เพลี้ยที่มันเกาะต้นถั่วฝักยาว อาจ
เพราะมูมนั้นมันอับลม ว่าจะให้รุ่นนี้ตายก่อนแล้วจะลองย้ายที่ปลูก
บางคนบอกให้เอามดแดงมากินเพลี้ย เราก็เลยไปเอามดแดงมา
จากที่ทำงาน ปรากฏว่ามันไปทำรังอีกมูมหนึ่ง แต่เพลี้ยมันอยู่อีก
มูมเลย” เธอหัวเราะ สรุปว่ามดแดงกับเพลี้ยก็กลายเป็นเรื่องซ้ำ
ประจำสวนไป

จริงๆ แล้วกว่าจะได้เห็นคะน้า ผักกาด ผักโขม ถั่วฝักยาว
บวบ กะเพรา สะระแหน่ ผักแพว ฯลฯ เขียวสบายตาได้แบบนี้
ไม่ใช่เรื่องปุปปับ สุภารัตน์บอกว่าตอนแรกๆ ส่วนใหญ่จะแคะ
แกร็น ใบเหลือง แต่พอดีช่วงที่ผ่านมาได้ฟ้าช่วยโปรยฝนต่อเนื่อง

ประกอบกับดินซึ่งผสมกากน้ำหมักชีวภาพเริ่มได้ที่ เพียงไม่กี่วัน
ใบที่เคยเหลืองก็เขียวสด ออกผลให้ได้รลันกันใหญ่ และที่สำคัญ
นอกเหนือจากเทคนิคที่มนุษย์ควบคุมได้ อาจเป็นเรื่องของเวลา
ที่ต้องรอคอยและปล่อยให้มันเป็นไปตามจังหวะของธรรมชาติเสีย
บ้าง







สวนผัก
ทาวน์เฮ้าส์



สวนผักของ จุฑาภรณ์ นันทจินดา ประเภททาวนเฮ้าส์ ย่านนวัตกรรม

กระบี่ อยู่ที่ใจ

สิ่งสะดุดตาอย่างแรกเมื่อก้าวเข้าไปในบ้านของ จูทาภรณ์ นันทจินดา คือ มะเขียวยาวเขียวอวบอึดมสดชื่นยามชุ่มน้ำฝนห้อยอยู่บนลำต้นขนาดไม่ใหญ่ พื้นที่สวนรูปสี่เหลี่ยมผืนผ้าที่จัดวางต้นไม้แบบง่ายๆ ไม่มีแบบแผน เพียงแค่เหมาะกับทิศทางของแสงแดด ดูเข้ากันดีกับเทคนิคปลูกแบบไร้กระบวนท่าของเธอ

ยิ่งเมื่อได้คุยกันไปเรื่อยๆ ก็ยิ่งรู้สึกว่สวนและคนปลูกช่างสะท้อนกันและกันอย่างน่าประหลาด

“ปลูกแบบไม่มีเทคนิคอะไร ดูแลเป็นช่วงๆ มากกว่าคอยดูว่าใบแห้งหรือเปล่านั้น พอมันมีน้ำพอมันมี ดูแลมากก็ตอนที่เพิ่งเพาะเมล็ดเท่านั้น พอเอาลงดินแล้วถ้าอยู่ได้ก็ปล่อย”

“อย่างวันหยุด เวลาซักผ้าเสร็จเอาออกมาตากก็แะดูสวนหน่อย ตั้ๆ เล็มๆ อีเอ็มก็ใส่แค่ช่วงแรกๆ ตอนเขาฮิตกันก็ทำเองนะ เอ๊ะ! พอสักพักทำไป ใส่กับไม่ใส่มันก็ไม่ต่างกัน เลยปล่อยไปตามธรรมชาติดีกว่า”

อาจด้วยพื้นฐานที่เป็นคนต่างจังหวัด เห็นพ่อและแม่ปลูกต้นไม้พืชผักมาตั้งแต่เด็กๆ ซึ่งมักจะปลูกไปตามสภาพ กลืนไปกับชีวิตประจำวัน ไม่ได้คิดว่าต้อง “หา” เวลา มาทำ “สไตล์” ของสวนผักในเมืองแบบจุทาภรณ์จึงดูไม่ต่างจากความคุ้นเคยนี้กับคนและสวนเป็นจังหวัดที่สอดคล้องกัน ดูแลหลวมๆ แต่เสมอต้นเสมอปลาย

“พอกับแม่เป็นคนชอบต้นไม้ เขาก็จะปลูกไปเรื่อยๆ บ้านจะเขียวไปหมด โตมาก็รู้สึกว่ารำคาญต้นไม้ไม่ได้ มันเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต บ้านที่ไม่มีต้นไม้เรารู้สึกว่าไม่ใช่บ้าน แม้แต่ตอนเรียนพยาบาลที่เชียงใหม่ ต้องอยู่หอพักก็ยังปลูกลงกระถางที่ระเบียงไว้เต็มเลย”

เธอเล่าถึงสวนตอนนี่ว่า แต่เดิมเจ้าของบ้านคนเก่าปลูกแต่ไม้ยืนต้น เมื่อซื้อบ้านหลังนี้ต่อเธอก็ตัดออกไปบ้างเหลือไว้บางต้น อย่างต้นแก้ว ต้นมะม่วง แล้วก็เริ่มปลูกพืชสมุนไพรไปพร้อมกับผักและไม้ดอกกลิ่นหอม เพราะดอกไม้จะช่วยดึงดูดความสนใจของแมลงศัตรูพืชได้ดี แล้วต่อมาใบแก้วนี่เองที่ช่วยเรียกไล่เดือนให้มาชุมนุม ส่งผลให้ดินบริเวณนี้ร่วนตามไปด้วย วิธีการง่ายๆ คือกวาดใบไม้มากองรวมกันไว้ หรือใส่ไปในหลุมปลูกบ้าง ไม่นานไล่เดือนก็จะมาออกลูกออกหลานแถวกองใบไม้เต็มไปหมด

ถึงจะไร้กระบวนท่าแต่ไม่ไร้เทคนิคเสียทีเดียว นอกจากไล่เดือนแล้ว จุฑาภรณ์ยังปรับพื้นที่ก่อนปลูกด้วยทราย ซึ่งใช้โรยบริเวณหน้าดินเพื่อป้องกันวัชพืชขึ้น พอจะปลูกก็เอาดินถุงมาใส่ตรงโคนต้นเยอะๆ เท่านั้น ไล่เดือนก็เป็นตัวช่วยบำรุงดินอยู่แล้วอื่นๆ ก็คือการสังเกตแสงแดด ต้นที่ไม่โตเมื่ออยู่ใต้ร่มไม้ก็ลองย้ายออกมา ไม่นานก็เห็นการเปลี่ยนแปลง อย่างมะเขือยาวต้นนั้น รอบแรกให้ผลเล็กมาก หลังจากลองเพิ่มเนื้อดินและย้ายออก



จากไต้หวันมา ลูกต่อๆ มากี่ใหญ่ขึ้นเรื่อยๆ อย่างที่เห็น

สำหรับเธอดูเหมือนไม่มีอะไรเป็นปัญหาในการเพาะปลูก มีก็แต่สิ่งที่จะต้องปรับเปลี่ยนไปบ้างเท่านั้น และสิ่งที่นำมาใช้กับสวนก็หาเอาจากในบ้านเธอเอง เช่น แฉ่งใส่ไข่ไก่เอามาทำเป็น ถาดเพาะต้นกล้า หรืออีกระต่ายเอามาทำปุ๋ยได้

“เมื่อก่อนเลี้ยงกระต่ายก็เอากะเพราที่เราปลูกนี้แหละ ให้มันกิน แล้วก็เอาอึมันมาเป็นปุ๋ยอีกที ถ้ามีเพลี้ยก็เด็ดใบหรือ ยอดตรงนั้นทิ้งไป กระรอกหรือนกตัวเล็กๆ มากินมะม่วง กินทับทิม ก็ปล่อยให้กิน ผัสมากินน้ำหวานดอกแก้วก็ยังดี หมาที่เคยเลี้ยง จะชอบมากินกะเพรา เราก็ดัดฟ้าทะลายโจรให้กินไปด้วย มันก็ เช็ดไปเลย”

เมล็ดหรือกิ่งที่จุฑาภรณ์นำมาปลูก มีทั้งซื้อมาเป็นซอง และซื้อมาทำกับข้าวแล้วลองเอาไปเพาะ ไม่ก็นำพันธุ์มาจากบ้าน ที่ จ.ระยอง คนอื่นๆ อาจมีปัญหาเมื่อต้องซื้อเมล็ดของมาปลูก เพราะไม่ขึ้นหรือขึ้นน้อยมาก แต่กับเธอไม่มีปัญหา จะมีก็แต่พอ หว่าน “ชั้นชาย” ไปทั้งซองแล้วสักพักก็ขึ้นพริบจนกินไม่ทัน

สวนของเธอเน้นปลูกสมุนไพร และมักจะเด็ดมาปรุงอาหาร โดยเฉพาะเครื่องต้มยำทำแกง เช่น กระชาย กะเพรา ข่า ตะไคร้ มะกรูด พริก ขะพลู ดอกขจร ต้นหอม ฯลฯ แต่จำพวกคะน้า ผักกาดขาว เคยลองปลูกแล้วรู้สึกที่ไม่ “เข้าทาง” เลยเปลี่ยนมาเป็นบุลู่แทน ซึ่งเก็บใบกินได้ตลอด ไม่ต้องตัดทั้งต้น และดูแล สบายกว่า

การปลูกแบบปล่อยไปตามธรรมชาติและดูแลกระท้ง เก็บกินให้เป็นส่วนหนึ่งของชีวิตนั้น อาจต้องเรียนรู้ที่จะเฝ้ามอง รอคอย ใจกว้างต่อสรรพสิ่ง และปล่อยวางมากขึ้น เพราะถึงที่สุด สิ่งที่เราปลูกก็จะมีชีวิตของมันเอง การดูแลจากเราเป็นเพียงส่วน หนึ่งเท่านั้น

“เวลาปลูก เราไม่ได้ตั้งความหวังกับมันเยอะ ถ้าไปตั้งหน้าตั้งตารอเราจะเครียดเกินไป อย่างเช่นได้พริกมาก็เก็บเม็ดไว้หน่อย ถ้ามีสระไหนก็เอามาปักชำ พอรากงอกเราก็ดีใจแต่ถ้าไม่ขึ้นก็ไม่ใช่ไรเพราะเราต้องทิ้งอยู่แล้ว ปลูกต้นไม้ก็เหมือนเลี้ยงลูกหรือเลี้ยงหมานั่นแหละ เราไม่ได้ไปนั่งเฝ้าเขาทุกระยะว่าจะโตเมื่อไหร่” เธอเปรียบเทียบง่าย ๆ แต่ก็ทำให้เห็นภาพได้ดี

นอกจากได้ประหยัด ได้ออกกำลังตอนทำสวนแล้ว ยังได้แบ่งปันผลผลิตจากสวนให้เพื่อนพยาบาลที่สนใจคล้ายๆ กันด้วยและเพื่อนบางคนก็ได้แรงบันดาลใจจากเธอลองปลูกตามบ้าง จุฑาภรณ์เล่าว่ามีอยู่คนหนึ่งที่รับจะไปหาแหล่งขายเชื้อเห็ดเพราะปกติเธอจะซื้อที่งานเกษตรแฟร์ แต่ปีนี้พลาดไป จนป่านนี้เพื่อนคนนั้นก็เสียไป ยังไม่แจ้งข่าวเสียที และถึงจะเป็นสวนแบบไม่มีแบบแผน คนที่มาเห็นก็มักจะชื่นชม แต่ก็เออะ... ถึงไม่มีใครชอบแต่เจ้าของสวนก็มั่นใจในแนวทางของตัวเองอยู่แล้ว

“เราไม่ได้ตั้งใจให้เป็นสวนประดิษฐ์ ไม่งั้นก็ต้องมานั่งตัดแต่งเรียบกริบ ซึ่งมันคงไม่เข้ากับบ้านเรา แบบนั้นจะกลายเป็นสถานที่ราชการไป แล้วส่วนใหญ่คนมาดูก็จะบอกว่าดินะปลูกต้นไม้เยอะดี เขียวๆ ดี”

แนวคิดและวิธีการทำสวนในแบบเธอ ทำให้เห็นว่าบางทีสิ่งสำคัญอาจไม่ใช่แค่การหาเวลาหรือวัตถุดิบที่ดีที่สุด แต่คือการค้นหาจังหวะและแนวทางของสวนครัวในแบบตัวเอง ไม่เหมือนใครและไม่ได้ตรงตามตำราทุกขั้นตอน รวากับกระบี่ไม่มีกระบวนท่า แต่เป็นหนึ่งเดียวกับใจ

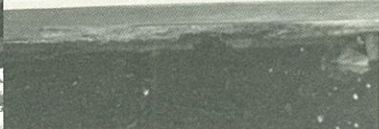
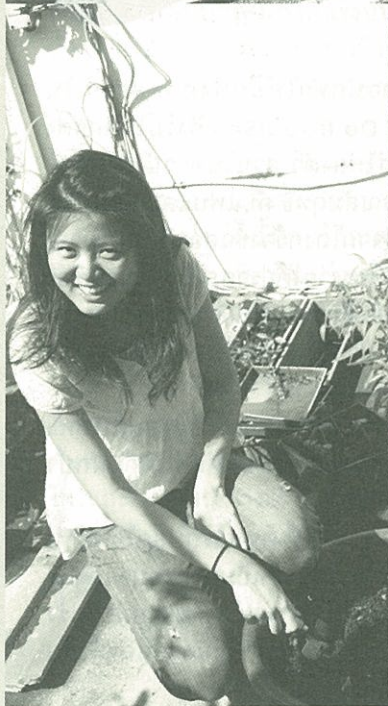
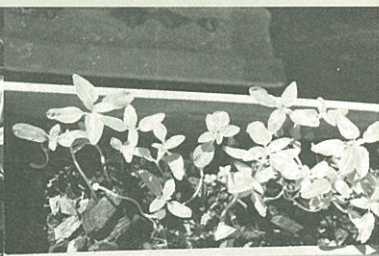
ปลูกต้นไม้ก็เหมือนเลี้ยงลูกหรือเลี้ยงหมานั่นแหละ
เราไม่ได้ไปนั่งเฝ้าเขาทุกระยะว่าจะโตเมื่อไหร่

การเริ่มต้น เองส่วนสาว

ยามได้เห็นสวนของหนุ่มสาวมักทำให้นึกถึงภาพสวยๆ ใน
นิตยสารแต่งบ้านสไตล์ DIY : Do It Yourself ซึ่งไม่ได้ตกแต่ง
ด้วยของราคาแพงแต่กลับดูเก๋ไก๋ลงตัว สวนในทาวน์เฮ้าส์ย่าน
บางขุนนนท์ของ วิลาสิณี สุวรรณสัมฤทธิ์ กับแฟนและเพื่อนก็ให้
ความรู้สึกนั้น มองเลยออกไปจากโถงกว้างชั้นสองที่เป็นบริเวณ
ที่ทำงานถัดจากกองหนังสือตั้งเรียงรายได้ปรากฏเป็นสวนระเบียง
สองฟาก ฟากหนึ่งเป็นไม้ประดับอีกฟากเป็นผักสวนครัวจำพวก
ผักบุ้ง มะระ กะเพรา โหระพา ปวยเล้ง กระเจี๊ยบ ผักชีลาว-ฝรั่ง
ฯลฯ

มุมหนึ่งของสวนโรยด้วยกรวดหินและอิฐมอญโบราณ
มีเก้าอี้สีขาวตั้งข้างกระถางดินเผาของต้นกก ตัดกันดีกับผักบัว
รดน้ำและส้อมพรวนดินหลากสี

“สนใจเรื่องปลูกผักมา 4-5 ปี ตอนแรกปลูกไว้ที่บ้าน
แต่ไม่ค่อยอยู่บ้านเลยไม่เห็นผลเท่าไร เราเป็นพวกชอบออกจาก
บ้าน พอตอนนี้มาเช่าอยู่เอง เลยได้โอกาสทำ เริ่มจากผักชีฝรั่ง
เพราะมันขึ้นง่าย ตามด้วยกะเพรา โหระพา ผักแพว แล้วก็ขยับ
มาเป็น ตะไคร้ พริก มะกรูด ง่ายๆ ทั้งนั้น”



สวนครัวของ วิลาสินี สุวรรณสัมฤทธิ์ ประเภทดาดฟ้า ย่านบางขุนนนท์

วิลาลินีเล่าว่าไม่ได้มีทฤษฎีอะไร ลองไปมั่วๆ อ่านจากหนังสือบ้าง เมล็ดก็ซื้อมาเป็นซองๆ มีเพื่อนให้มาบ้างอย่างกระเจียบ บางต้นก็เอามาจากที่แฟนปลูกไว้ที่บ้านอยู่แล้ว เช่น มะรุม

เมื่อถามถึงแรงบันดาลใจที่ทำให้อยากปลูก เธอบอกว่าก็คงมาจากเรื่องสุขภาพ ปลูกกินเองสะอาดปลอดภัยกว่าซื้อเขากินอยู่แล้ว

และส่วนหนึ่งอาจมีพื้นฐานจากความสนใจเรื่องการพัฒนาจิตใจด้านในที่เชื่อมโยงกับธรรมชาติ และความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติที่อิงอาศัยกัน ก็คงไม่จำเป็นต้องกลับมาปรับเปลี่ยนในชีวิตประจำวัน เช่น การทำกินทำใช้เอง หรือเลือกซื้อของที่เราพอจะเช็คได้ว่า กระบวนการผลิตของมันไม่ได้เบียดเบียนโลกใบนี้มากจนเกินไป นอกจากเลือกบริโภค เธอยังเป็นผู้ผลิตสมุนไพรสมุนไพร "Tai Pun" ออกวางขายด้วย

ส่วนง่ายๆ ของเธอเริ่มจากกันฉิมมอญโบราณให้เป็นแนวปูด้วยถุงปุย รองด้วยกาบมะพร้าวแล้วเทดินลงไป โดยจะผสมดินกับปุ๋ยคอกและขี้วัวในกะละมังก่อน แล้วเวลากินผลไม้เหลือแต่เปลือก ก็โยนมันลงไปผสมด้วย

“ไม่นานมานี้เพิ่งทำน้ำเต้าหู้กินกันไป กากถั่วเหลืองที่เหลือก็เอามาหมักลงกะละมัง ส่วนอุปกรณ์วัตถุดิบที่ใช้ในส่วนนี้ ได้จากการไปตระเวนแถวบางใหญ่”

ถึงจะหมดไปหลายพันเพื่อได้สวนนี้มา แต่ภาคภูมิใจกว่าไปเสียเงินให้นายทุน

“ตอนแรกๆ ที่ปลูกจะหวานเมล็ดลงในตะกร้าเก่าๆ ถ้าเป็นผักบุ้งก็จะหวานในแปลงเลย บางต้นก็ต้องละเลียดอ่อนเหมือนกัน เพราะมันจะขึ้นชิดกันมาก ต้องถอนแยกออก ถ้าไม่ระวังอาจทำให้มันตายได้”

มีคนแซวด้วยว่าเลี้ยงเหมือนลูกเลยแล้วจะกินลงมั้ย
เราก็บอกว่าต้องกินได้สิ ผักมันมีไว้กิน
ภูมิใจที่ได้กินสิ่งที่ปลูกกับมือ และเวลาที่เรากำลัง
มีสมาธิกับมัน เราก็ไม่ฟังชานด้วย

เข้านี้แดดแผดแรงทั้งที่ยังไม่ถึงสิบโมง เป็นความลงตัว
ที่ระเบียงบ้านหันไปทางทิศตะวันออกพอดี เชือกที่ผูกเป็นตาข่าย
แน่นหนาต้านบนดูเหมือนกำลังรอพืชตระกูลเถาให้เลื้อยขึ้นมา
อีกไม่ช้านาน แต่ยังไม่แน่ว่าจะเป็นบวบ ถั่วฝักยาวหรือม่านบาหลี่
แต่แน่นอนว่าช่วยบังแดดร้อนยามเที่ยงได้แน่

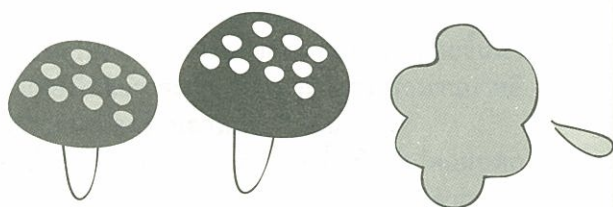
“ส่วนใหญ่ก็ดูแลสวนคนเดียว รดน้ำเข้าเย็น พอฝนตก
ก็ช่วยได้เยอะเหมือนกัน ปลูกแรกๆ เคยใช้โอเอ็มแต่หลังจากหมด
ขวดก็ไม่ได้ซื้อต่อ ก็รู้สึกว่ามันทำให้ดินดีขึ้นนะ ตอนนี้ก็เริ่มถามๆ
เพื่อนว่ามีเมล็ดอะไรให้มั้ย มีอะไรก็เอาหมด ส่วนมะขามนี่ถือ
เป็นกรณีพิเศษ หากโตกว่านี้คงต้องหาพื้นดินปลูก ระหว่างนี้ก็
เด็ดใบมาใช้ได้เรื่อยๆ” เธอว่าพลางเอามาลูบใบมัน

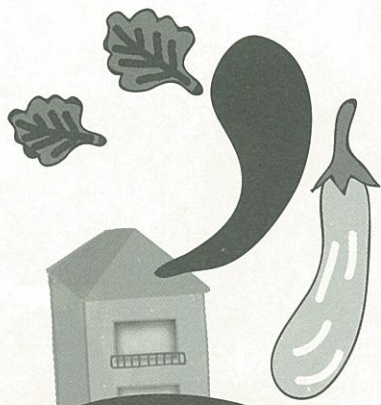
“ปลูกไม้กินได้กับไม้ประดับต่างกันนะ ไม้ประดับมันก็
อยู่ของมันเฉยๆ เราแทบไม่ต้องทำอะไรกับมันมาก แต่ผักต้องดูแล
ตลอด มีคนแซวด้วยว่าเลี้ยงเหมือนลูกเลยแล้วจะกินลงมั้ย เราก็
บอกว่าต้องกินได้สิ ผักมันมีไว้กิน ภูมิใจที่ได้กินสิ่งที่ปลูกกับมือ
และเวลาที่เรากำลัง มีสมาธิกับมัน เราก็ไม่ฟังชานด้วย”

สาวน้อยมือใหม่หัดปลูก คิดว่ายังต้องเรียนรู้อะไรอีก
เยอะเรื่องวิธีการ ที่ทำอยู่นี้ก็แค่เพิ่งเริ่มต้นเท่านั้น แล้วเอาเข้าจริง

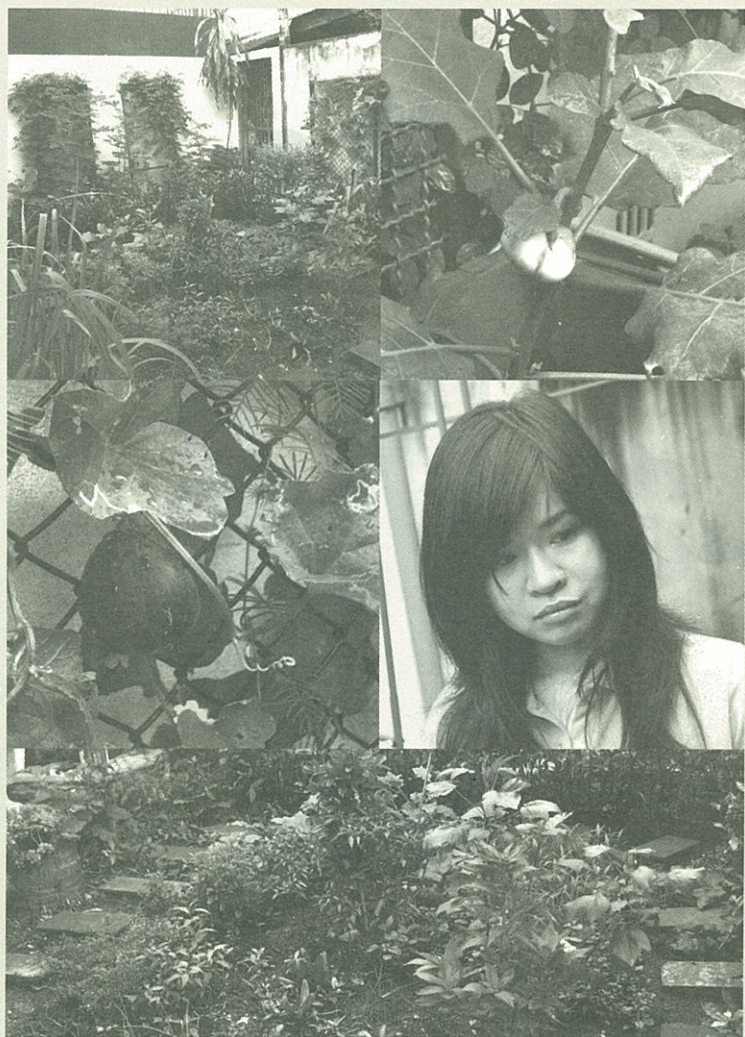
ก็ยังไม่พอกิน ผักชุดนี้ตัดมาทำอาหารกินกันทั้งบ้านแค่ครั้งเดียว
ก็เกือบจะหมดแล้ว จึงต้องวางแผนปลูกให้มีกินต่อเนื่องไม่อย่าง
นั้นก็คงไม่พ้นซื้อเขากินอยู่ดี

เธอก็คิดว่าพื้นที่ระเบียงตรงนี้ยังจัดวางให้ใช้ประโยชน์
ได้มากกว่านี้อีกเยอะ และเวลาเป็นเรื่องสำคัญ





สวนผัก
บ้านเดี่ยว



สวนครัวของ ศิริมา ศิริทรัพย์สถิตย์ ประเภทบ้านเดี่ยว ย่านวงเวียนใหญ่

คุณหนู ลุยสวน

ศิริมา ศิริทรัพย์สถิตย์ เป็นสาวคณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย แบ่งเวลาจากการเรียนปริญญาโทแสนหนักหน่วง มาคลุกดินเพาะเมล็ด เริ่มงานอดิเรกด้วยการลงไม้ดอกบริเวณระเบียง ต่อมาก็ขยายเป็นสวนกินได้ของทุกคนในบ้านไม่จำกัด อยู่แค่พ่อแม่พี่น้อง แต่ยังรวมถึงคนงานของโรงงานทำเข็มขัดหนัง ซึ่งอยู่ในบริเวณเดียวกับบ้านของเธอนั่นเอง

สวนของศิริมามีทั้งผักกินได้ เช่น มะรุม อัญชัน กะเพรา โหระพา ผักชีฝรั่ง พักทอง ฟริก มะเขือ ตะไคร้ ผักโขมไทย ผักแพว ผักบุ้ง ฯลฯ ไม้ใบสีสดบาดใจอย่างแดงลิงคิปรี่ และไม้ดอกกลดไล้ อิงลิชคันทรี่ เช่น บลูชัลเวีย ฟอ์เก็ตมีน็อต อยู่รวมกัน

เห็นหน้าโลๆ แบบนี้ ไม่น่าเชื่อว่าจะมีพรสวรรค์ด้าน เพราะตอนนี้ เธอเลี้ยง “เมลอน” ที่เพาะจากเมล็ดของผลที่ซื้อ มากิน จนออกผลใหม่ให้เห็นกันแล้ว

“ที่ดินตรงนี้เป็นสวนเก่ามาก่อนแล้วพอซื้อต่อมายายทำโรงงานก็เทปูนแล้วเว้นช่องนี้ไว้ เพราะคุณแม่เห็นเราชอบปลูกต้นไม้ แต่ดินมันไม่ดีแล้ว เป็นที่ที่ถูกทิ้งไว้นาน ตอนรื้อก็ยังมีเศษซากถุงปูน ถุงทราย กระสอบ เลยซื้อดินมาใส่ใหม่ 40-50 ถุง แล้วหมักอีเอ็มไว้”

สูตรน้ำหมักชีวภาพ (EM : Effective Microorganisms) ของศิริมาไม่ได้ใช้เศษพืชผักมาผสม จะมีแต่หัวเชื้อหมักกับกากน้ำตาล ซึ่งเป็นสูตรที่เธอได้มาจากห้องต้นไม้ในเว็บไซต์พันทิป (www.pantip.com) และเว็บไซต์เกษตรพอเพียง (www.kasetporpeang.com) ซึ่งศิริมายกให้เป็นกฎแนะนำทุกๆ อย่างที่อยากรู้หรือมีปัญหาเกี่ยวกับต้นไม้ และมีการแลกเปลี่ยนพันธุ์กันด้วย มีบ้างที่ซื้อมาเอง บางชนิดก็ได้มาจากเพื่อนในชุมชนออนไลน์ เป็นพื้นที่แห่งมิตรภาพของคนหัวใจสีเขียวด้วยกัน

“จะปลูกอะไรยังไง เราก็วางแผนง่ายๆ ลองวาดๆ แพลนดู พอมีเพื่อนเรียนเกษตรก็ปรึกษาเขาบ้าง พื้นที่มันเล็กเลยไม่ต้องคิดอะไรมาก ใช้เวลาว่างมาทำจริงๆ มันเริ่มจากระเบียงก่อน เพราะเรียนแล้วเราเครียด เลยหาอะไรทำ ลองผัดลองถูมาเยอะมาก ปลูกแล้วตายไปก็เยอะ จนตอนนี้แม่เขวว่าเรียนเป็นงานอดิเรก ปลูกต้นไม้เป็นงานหลัก” เธอหัวเราะ

เธอบอกว่า ตอนแรกตรงระเบียงรกมาก เห็นมันอยู่ทุกวันนี้แต่ไม่ได้สนใจ และนอกจากอยากหาอะไรทำ ส่วนหนึ่งอาจเพราะเธอเติบโตขึ้น เลยอยากช่วยดูแลบ้านบ้าง โดยใช้เวลาหนึ่งวันเต็มๆ รื้อต้นไม้เก่าตรงระเบียงออก เกณฑ์พี่ชายน้องชายมาช่วยกันหมด เมื่อตัดสินใจจะลงมือปลูกแล้วเธอก็ดูแลให้ไม้ดอกไม้ซึ่งมักจะสวยแค่ตอนซื้อมาเท่านั้น สามารถแตกกิ่งขยายพันธุ์ได้เต็มไปหมด ต่อมาก็เริ่มปลูกพืชผักกินได้ลงกระถาง กินพื้นที่ไปกว่าครึ่งระเบียง เมื่อได้ที่ดินด้านล่างจึงย้ายมาปลูกลงดิน เวลาเพียง 2 เดือนจึงทำให้สวนกินได้ของเธอสมบูรณ์เป็นที่ฝากปากท้องได้

“สวนนี้ก็ตั้งใจจะปลูกให้เต็มเลย เสียตายดิน อยากปลูกวอเตอร์เครสตามช่องทางเดินให้หมด แต่ยังหาพันธุ์ไม่ได้ แล้วถ้าเมลอนหมดไปก็คิดว่าจะเอาบวบมาลง แต่ดูเหมือนจะไม่มีที่

ให้มันเลี้ยวเท่าไร” เธอเล่าถึงความตั้งใจ สาวอักษรบอกว่าเป็นคนที่ทำอะไรแล้วจะทำอย่างจริงจัง อยากรู้อะไรก็จะศึกษา ทั้งสวนระเปียง สวนบนดิน คุจะสะท้อนตัวตนเธอในแง่มุมนี้ได้ดี

ระหว่างที่พาเราเดินขึ้นไปดูสวนดอกไม้บนระเปียงชั้น 3 ศิริมาแวะหยิบเมล็ดอัญชันที่เพาะลงกระดาดขมิ้นในกล่องใส่อาหารให้เราดู มันกำลังงอก เธอบอกว่าไม่ต้องกลัวใครหยิบไปทิ้งเพราะคิดว่าเป็นขยะ

“มันเป็นสวนของบ้าน ถ้าเราไม่อยู่ก็จะฝากคนที่บ้านดูแลได้”

ในตู้เย็นตรงทางขึ้นบันไดมุนั้น นอกจากเก็บของกินก็ยังเป็นที่เก็บเมล็ดพันธุ์ต่างๆ ด้วย บางเมล็ดถูกเก็บอยู่ใน“กล่องที่ดัดขนตา”

เมื่อถามว่ามีเพื่อนสนใจเหมือนเธอบ้างหรือไม่ เธอทำหน้ามึนนิดหน่อย

“ถ่ายรูปไปลงเฟซบุ๊ก (www.facebook.com) ยังไม่มีใครสนใจเลย ไม่เชื่อด้วยว่าอย่างเราจะทำอะไรแบบนี้ บางคนก็บอกว่านี่มันชีวิตหลังเกษียณอายุแล้วเนี่ยหรืออย่างตอนไปเที่ยวเขาใหญ่ เรารู้จักซื้อต้นไม้หมด เพื่อนก๊งเลย” เธอหัวเราะ



เมื่อก่อนเป็นคนใจร้อน

พอมาทำสวนก็รู้สึกตัวเองใจเย็นขึ้น ภูมิใจตัวเอง
ดูสวนทุกวันเห็นการเปลี่ยนแปลงข้างในตัวองทุกวัน
แล้วครอบครัวก็เริ่มกลมเกลียวมากขึ้น



จากที่เธอเล่าก็เป็นเรื่องที่พอเข้าใจได้ ด้วยภาพลักษณ์สาวอักษรศาสตร์ รักสวยรักงาม หมดจดทั้งเสื้อผ้าหน้าผม คงทำให้เพื่อนๆ ยากจะจินตนาการภาพ “สาวชาวสวน” ของเธอได้ออกจริงๆ

ศิริมาดูแลสวนของเธอแค่รดน้ำ ตัดแต่งกิ่งเป็นระยะ ถ้าดูโทรมหรือหลังจากออกผล อีกสักพักก็ลองใส่ปุ๋ยคอกเพิ่มลงไป หากมีเพลี้ยมาลงก็จะใช้สูตรตำระเทียมผสมน้ำทิ้งไว้หนึ่งคืนแล้วเอามาราดซึ่งก็เป็นสูตรที่ได้มาจากเว็บไซต์ทั้งสองนั้นเหมือนกัน เธอเห็นว่าเมื่อเลือกใช้วิธีธรรมชาติก็ต้องเข้าใจด้วยว่าต้องใช้เวลา ต้องรู้จักรอคอย

และโดยไม่ได้ตั้งใจ ไม้ดอกที่เธอแยกมาจากต้นตรงระเปียง เมื่อมาปลูกแทรกกับพืชผักก็กลับเป็นตัวช่วยสร้างสมดุลแมลงหลายชนิดที่มาอยู่รวมกันบางชนิดก็จะกินแมลงด้วยกันเอง บางชนิดก็หันไปสนใจดอกไม้แทน ส่วนอุปกรณ์ที่เอามาใช้ในสวน เช่น กระถาง ประตุ อิฐบล็อก แข่งผลไม้ก็เป็นของเก่าที่มีอยู่แล้ว บางอย่างก็เหลือมาจากตอนก่อสร้างบ้าน

“เมื่อก่อนเป็นคนใจร้อน พอมาทำสวนก็รู้สึกที่ตัวเองใจเย็นขึ้น ภูมิใจตัวเอง ดูสวนทุกวันเห็นการเปลี่ยนแปลงข้างในตัวเองทุกวัน แล้วครอบครัวก็เริ่มกลมเกลียวมากขึ้น”

สุดท้าย เมื่อย้อนไปถามถึงเวลาของการทำสวน ซึ่งเป็นอุปสรรคของใครหลายคน นอกจากจะรอคอยช่วงว่างหรือวันหยุด ศิริมายังมีมุมมองที่น่าสนใจว่า “หากมันเป็นสิ่งที่เราชอบ อย่งไรเราก็ต้องหาเวลาให้มันได้”

เคล็ดลัษ่ายๆ ของเธอ แต่หนักแน่นดีนัก

กิน เปลี่ยน ชีวิต

หลายครอบครัวเลือกเปลี่ยนวิถีการกินเมื่อได้ต้อนรับสมาชิกใหม่
ที่มาเป็นแก้วตาดวงใจแห่งชีวิต

ปิยาพัทธ์ เตชะธนะวัฒน์ถาวร แม่บ้านลูกหนึ่งก็เช่น
เดียวกัน ก่อนหน้านี้มีจุดเปลี่ยนบางอย่างทำให้เธอตัดสินใจเปลี่ยน
รูปแบบการบริโภคอย่างจริงจัง

สิ่งที่เกิดขึ้นเหมือนเป็นสัญญาณเตือนให้เริ่มตระหนักว่า
ที่ผ่านมามีแค่ “เลือกกิน” สิ่ง que คิดว่ามีประโยชน์โดยเฉพาะผัก
ผลไม้ แต่ที่มาและกระบวนการผลิตเป็นสิ่งที่มองไม่เห็น และอาจ
ส่งผลเสียมากกว่าก็เป็นได้

“ตอนเริ่มทำสวนก็ตั้งใจอยากให้ เป็นผักปลอดสารเคมี
อยากให้ลูกได้กินได้ใช้สิ่งที่เป็นธรรมชาติ เพราะลูกสาวเกิดมาตัว
เล็กน้ำหนักต่ำกว่ามาตรฐานมาก เราเองก็มีอาการครรภ์เป็นพิษ
ด้วย ก่อนหน้านี้เคยแท้งไปครั้งหนึ่ง ทำให้เริ่มรู้สึกว้า เฮ้! เรา
แข็งแรงนะ เลยเดาว่าเรากินผักผลไม้เยอะหรือเลือกกินแล้วก็จริง
แต่ก็ซื้อกินตลอด เราใช้ชีวิตมาผิดหรือเปล่า พอยิ่งหาข้อมูลยิ่ง
รู้สึกว่าไม่แปลกเลย เพราะทุกวันนี้สารพิษรอบตัวเยอะมาก”



สวนครัวของ ปิยภาณัทธ์ เตชะธนะวัฒนาถาวร ประเวทบ้านเดี่ยว ย่านอ่อนนุช

นอกจากได้กลับมาทบทวนการใช้ชีวิตและพฤติกรรมการบริโภค ช่วงหลังคลอດใหม่ๆ ปิยพัทธ์ไม่ได้ดูแลสวนหย่อมที่หมดเงินไปเป็นเลขหลายหลักเลย กลับมาสังเกตอีกที สวนรกจนน่าตกใจ ทั้งต้องเสียเงินจ้างคนดูแลตลอดเวลา กินก็ไม่ได้ ไม้ดอกบางชนิดเพียงแค่ต้องการจะได้เห็นดอกยังต้องใส่ฮอร์โมนและยาฆ่าแมลงสารพัด คุณจะมีแต่เสียกับเสีย

“ตอนตัดสินใจรื้อสวนหย่อมออกก็มีคนบ่นเสียดยะนะ แต่เราก็คิดว่าถ้ามันเสียตายก็ไม่ได้เริ่มต้นใหม่ พอเปลี่ยนมาเป็นสวนผักจึงทำเองคนเดียว ตอนแรกๆ ดินที่ปลูกเป็นดินไม่ดี เพราะเป็นดินไต้บ้านจัดสรร ซื้อมันไม่มาปลูกก็ตาย ต้นแคที่ว่าปลูกง่ายก็ยังตาย เราก็พยายามหาข้อมูลในอินเทอร์เน็ต แล้วไปเข้าอบรมกับเครือข่ายตลาดสีเขียว พอได้ไปเห็นสวนดาดฟ้าของเขตหลักสี่นะ โห! ปลูกได้ยังไงเนี่ย สุดยอด”

ทุกวันนี้สวนครัวในบ้านเดี่ยวของเธอให้ผลเก็บกินทุกวัน มะเขือเปราะออกลูกไม่ทันกิน บวบ ฟัก ถั่วพุ่มผลใหญ่กว่าซื้อในห้างสรรพสินค้า เมื่อผ่านการศึกษาด้วยตัวเอง ปิยพัทธ์ตระหนักว่าคุณภาพของดินเป็นเรื่องใหญ่ และการปลูกผักก็ควรเลียนแบบป่า ปลูกสลับไปสลับมา ปนๆ กัน เปลี่ยนชนิดไปเรื่อยๆ เพื่อสร้างสมดุลธาตุอาหารในดิน

●● เด็กในเมืองต้องไปเข้าค่ายฯ ถึงจะได้ทำอะไรแบบนี้
แต่ที่บ้านของเราก็เป็นห้องเรียนให้ลูกได้
พยายามให้เขาช่วยทำ ฝึกใช้กรรไกร
เรียกมาดูหนอน ดูไส้เดือน
อย่างน้อยเราก็ทำให้เขาเห็น และค่อยๆ ซึมซับไป



สวนผัก
บ้านจัน
ปี 2

ປ 2

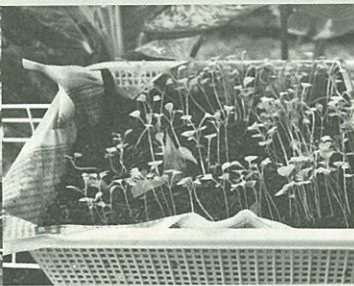


แม้จะเคยเชื่อว่าตัวเองเป็นคนมีอารมณ์ ปลูกอะไรคงขึ้น
ยาก แต่ปฏิกิริยาที่เลือกที่จะทำลายตัวเองด้วยการเรียนรู้ ทดลอง

ทำ แก่ปัญหา รวมทั้งทำความเข้าใจกับคนรอบข้างที่มีทัศนคติ
แตกต่าง ไม่ใช่ด้วยการพูด แต่ด้วยการทำ เธอเชื่อว่าหากมีใครที่
เห็นเธอทำแล้วจะลองเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตตัวเองบ้าง เธอก็ให้
กำลังใจ

“เราจะโพสต์รูปสวนขึ้นเฟซบุ๊กเรื่อยๆ เพื่อนบางคนที่มี
ลูกเหมือนกันก็จะเริ่มสนใจ แต่เขามักอยู่เป็นตึกแถว เลยไม่ค่อย
มีใครคิดจะปลูก แต่จะชื่นชมมากกว่า แต่เราอยากให้ลองทำดูบ้าง
ไม่จำเป็นต้องอายุเยอะๆ แล้วถึงค่อยทำ”

ใช่, ปลูกผักไม่ต้องรอเป็นอาม่าก่อนแล้วค่อยทำ แต่ลง
มือทำได้เลย



ปลูกผัก ปลูกรัก

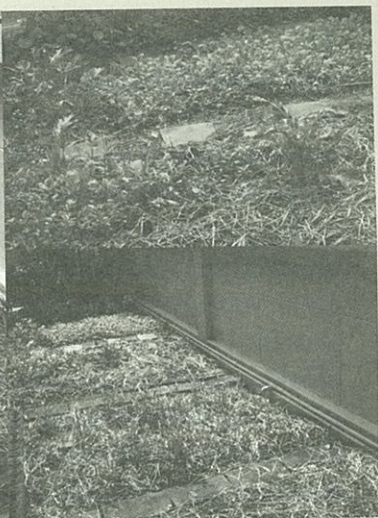
หลังจากพาลูกคนโตวัย 7 ขวบไปทัศนศึกษาที่ “ไร่ปลูกรัก” จ.นครราชสีมา ครอบครัวแดงท่าไม้ ได้ต้นกล้าผักติดไม้ติดมือกลับมา พ่อแม่ยังหนุ่มยังสาวก็ชวนลูกๆ ปลูกผักต่อที่บ้าน ตั้งใจว่าจะไม่ใช่สารเคมีหรือสารสกัดจากธรรมชาติใดๆ เลย

“พอมีลูกก็พยายามเลือกกินแต่ผักออร์แกนิกที่ขายตามห้าง แต่ซื้อมากินไม่หมด ที่เหลือก็เน่าเสีย”

“เป็นคนสนใจเรื่องต้นไม้อยู่แล้ว หนังสือบ้านและสวนก็มีเกือบทุกเล่มแล้วก็หาอ่านจากเว็บไซต์ที่เกี่ยวข้องกับต้นไม้ โดยเฉพาะห้องต้นไม้ในเว็บพันทิป (www.pantip.com) ได้แรงบันดาลใจจากสวนดาดฟ้าของเขตหลักสี่ด้วย ยิ่งอยากทำแปลงผักของตัวเอง”

ฤทัยภักดีก็เหมือนคนเมืองคนอื่นๆ เริ่มต้นจากคนที่ไม่เคยปลูกผักมาก่อน เมื่อซื้อดินที่มีขายอยู่ทั่วไปมาใส่แล้วปลูกลงกระถางได้สักพักก็ไม่รอด จึงย้อนกลับมาแก้ไขที่เรื่องพื้นฐานคือการปรับปรุง “ดิน” นั่นเอง

นอกจากพ่อแม่ลูกจะลองผิดลองถูกกันเอง คุณตาของเด็กๆ ซึ่งเป็นคนรุ่นเก่าที่มีวิธีการดูแลต้นไม้และวิธีคิดต่างจากคนรุ่นปัจจุบันก็จะให้คำแนะนำแบบไม่เป็นทางการแล้วก็มักคิดเห็นแตกต่างจากลูกสาว แต่สุดท้ายก็เป็นผลดีกับสวนเสียทุกครั้งไป เรื่องดินก็เช่นกัน



สวนครัวของอุทัยศักดิ์ แดงท่าไม้และครอบครัว ประเภทบ้านเดี่ยว ย่านทิววัฒนา

“เราจะเป็นแนวอยากสั่งหน้าดินดีๆ มาลงเลยไม่เสียเวลา ใช้เงินได้ก็ใช้ แต่พอจะบอกว่าไปเสียเงินทำไม พอดีแถวนี้เขาปรับปรุงบ้าน เลยสั่งดินมาส่งที่บ้านเราด้วย คั้นละไม่กี่ร้อยเอง แต่มันเป็นก้อนใหญ่ๆ เหมือนเป็นดินไม่ดี พอกับบอกไม่เป็นไร แก็กเอาไปไม้แห้งที่กวาดเก็บๆ ไร่มาผสมดิน ผสมข้าววกองทิ้งไว้หน้าบ้านเป็นเดือน เอาถุงปุ๋ยคลุม พอตอนเอาออกมีด้วงข้าวเยอะมาก ลูกตื่นตื่นใหญ่ ดินก็ละเอียด ผักที่ปลูกลงไปก็งาม”

ตอนแรกฤทัยภักดีรู้สึกว่ไปไม้แห้งพวกนั้นมันรก ไม่รู้พอจะเก็บไว้ทำไม แต่สุดท้ายก็ได้นำมาใช้ประโยชน์ทำให้เธอเปลี่ยนมุมมองเรื่องเงินกับการทำสวนไปพอสมควร

“พอจะไม่ดูเรื่องความสวยงามเลย แต่เรานี่ต้องเน้นสวย บ้านหลังที่อยู่เองไม่ทำสวนครัวเพราะกลัวไม่สวย เลยทำเป็นสวนหย่อม ปลูกไม้ป่า กล้วยไม้ พอซื้อที่ดินข้างบ้านเพิ่มเพื่อทำออฟฟิศ เหลือพื้นที่ด้านหลังก็เลยลองทำดู หลังจากหาข้อมูลมานาน ตอนแรกสนามหญ้าหน้าออฟฟิศจะปลูกผักด้วยนะ แต่คิดไปคิดมาไว้ก่อนดีกว่า ไปๆ มาๆ เลยกลายเป็นแบ่งพื้นที่ระหว่างสวนสวยกับสวนกินอย่างชัดเจน ให้อยู่คนละฟากบ้าน”

“ความตั้งใจแรกอยากจะหยอดผักที่ละเมล็ดลงกระถางให้มันเรียงกันสวยๆ แต่พอทำจริงมันไม่มีเวลาขนาดนั้น เปลี่ยนค่ากระถางด้วย ที่อื่นก็เห็นเขาทำได้นะ แต่กับเรามันไม่เวิร์ค ผักบั้งครั้งแรกที่ได้จากตอนปลูกลงกระถาง เราเอามาผัด เรียกเพื่อนมากินด้วยอีกต่างหาก แต่มันแข็งมาก ไม่อร่อยเลย”

สุดท้ายเธอและสามีก็เลือกใช้วิธีทำเป็นแปลง แล้วหว่านเมล็ดลงไปแบบไม่ต้องจัดเรียงอะไร ลดละความสวยความงามมาเป็นการใช้ประโยชน์ได้จริง สะดวก และเหมาะสมกับเวลา

ผักที่ปลูกในสวนทั้งหมดจะเพาะจากเมล็ด ยกเว้นแต่สระแหน่ที่เอากิ่งจากบ้านพ่อมาปัก เมล็ดพันธุ์ก็จะซื้อแบบของ

มาปลูก มีบ้างที่สมาชิกของห้องต้นไม้ในเว็บไซต์พันทิปส่งมาให้ บ้างก็เก็บมาจากข้างทาง เช่น ต้นแค ฟางคลุมดินได้มาจากเพื่อน ของพ่อ มัดเดียวเกือบปียังใช้ไม่หมดเลย

ตั้งแต่เริ่มทำสวน 8 เดือนที่ผ่านมา ฤทัยภักดีบอกว่า ที่ได้กินบ่อและปลูกได้งามก็คือ กวางตุ้ง กะเพรา ชะพลู แคร่งลงมามีกินเป็นช่วงๆ ก็คือ ผักบุ้ง ผักกาดขาว คะน้า ตังโอ๊ แต่พืชตระกูลถั่วอย่างบวบ เธอและสามีเห็นว่าจะทำให้งูมา ซึ่ง อาจจะเป็นอันตรายกับลูกๆ ที่ชอบเข้าไปช่วยเก็บผักได้ เลยตัดทิ้งไป

“กล้วยเล็บมือนางก็กำลังออกลูก แต่ไม่ลงมากเดี๋ยวจะ รก มันช่วยเรื่องความชุ่มชื้นได้ รากต้นแคก็ช่วยยึดดิน แต่ส่วนใหญ่ เราจะเน้นผักอายุสั้น ไม่นานก็เก็บกินได้ ที่นี้จะไม่ใช่สารอะไรใส่ แผลงเลย สะเดาก็ไม่ได้ใช้ เพราะมีเด็กเล็ก จะใช้วิธีสังเกตว่าพอ แผลงเริ่มมา ใบเริ่มเป็นรูจะเก็บหนีหมดแปลง ไม่รอให้แก่ แล้วจะ พักดินสักพักค่อยเริ่มหว่านเมล็ดใหม่ พวกผักพื้นบ้านเราไม่กิน เลยไม่ปลูก แต่ที่บ้านพ่อจะมี”

“นอกจากบำรุงดินก็จะใช้ปุ๋ยชี้ไล่เดือนกับปุ๋ยชี้ค้างคาว บ้าง เพราะตอนแรกที่ไม่ไปไร่ปลูกรักษาให้มาแบบลูกประคบ พอ หมดเลยซื้อแบบเม็ดมาใส่ พยายามปลูกแบบง่ายๆ แล้วง่ายกว่า ที่คิดนะ นี่เพิ่งทำแปลงที่อยู่ติดตัวบ้าน ตอนแรกไม่กล้าทำมันอยู่ ใต้ร่มแล้วกลัวฉนวนขึ้นรา บ้านขึ้น แต่ก็ลองเอาอิฐมากันสองชั้น มันก็ขึ้น”

นอกจากกินเอง ผลผลิตที่ได้มักจะนำไปแจกที่โรงเรียน ลูกบ่อยๆ แต่จะพยายามไม่ให้เป็นการยัดเยียด จะเป็นลักษณะนำไปแขวนไว้ตรงโต๊ะที่ผู้ปกครองมานั่งคุยกันเพื่อรอรับลูก ใครจะใช้ก็หยิบไป หลังๆ เมื่อคนรู้ว่าที่บ้านปลูกผักก็จะมาบอกล่วงหน้า เมื่อต้องการใช้ ซึ่งเธอก็ยินดีมาก

“คนที่ขอไปเขาก็บอกว่าสด หวานกรอบกันนะ เราเองจะไม่ได้รู้สึกว่ามีผักปลูกเองต่างกับผักซื้ออะไรมากมาย แต่มันปลอดภัยแน่ๆ แล้วจะรู้สึกได้ว่ามันสด โดยเฉพาะกวาดตักเอามาผัดอร่อยมาก”

เมื่อถามถึงปัญหา นอกจากแมลงศัตรูพืช และนกมาจิกเมล็ดที่หวานไว้ ทำให้ต้องคอยไล่เป็นระยะแล้ว เธอบอกว่าคงจะเป็นเรื่องความใจร้อนของคนปลูกเองนั่นล่ะ เพราะผสมดินเสร็จแล้วก็อยากปลูกเลยไม่ต้องพักทิ้งไว้เป็นเดือนๆ อย่างที่พ่อทำ แต่เมื่อปลูกมาสักพักก็พยายามปรับ ไม่เครียดกับมันมากนัก ปลูกผักกินเองควรมีความสุขมากกว่า

“บางคนถามว่าเป็นภาระหรือไม่ สำหรับเรา การปลูกผักเป็นความสุขทั้งคนให้คนรับ เหมือนงานอดิเรก ตอนแรกพ่อบอกให้ปลูกผลไม้ไว้แจก เราว่าปลูกผักดีกว่าเยอะเลย แจกได้ตลอด ไม่ต้องรอปีละครั้ง เวลาใครมาบ้านกะทันหัน ก็ได้ผักหลังบ้านนี้แหละเป็นของฝากบ่อยๆ”

การได้สร้างได้ทำบางสิ่งบางอย่างร่วมกันในครอบครัว แม้จะดูเล็กน้อยอย่างเช่นแปลงผักไม่กี่แปลง แต่กลับเพาะปลูกความรักระหว่างกัน และยังสร้างความสัมพันธ์ดีๆ ระหว่างเพื่อนมนุษย์ให้เกิดขึ้นได้อย่างเรียบง่าย



สวนผัก
ร้านอาหาร



สวนครัวของ โร พวงผกา
ประเภทร้านอาหาร เนิงขายส้มตำและอาหารตามสั่ง ย่านเพชรเกษม

สโรว์ฟู้ดส์ ในร้านส้มตำ

บ่อยครั้งที่ได้ยินเสียงหลายคนบ่นว่า “ปลูกผักกินเองมันไม่พอกินหรือมั่วหมั่ว” ซึ่งก็เป็นข้อจำกัดหนึ่งที่คนปลูกผักกินเองต้องเรียนรู้ การปลูกผักไม่ได้มีแต่เรื่องโรแมนติก นอกจากไม่ขึ้นตามใจหวังแล้ว ก็จะมีกินเป็นช่วงๆ แล้วถ้าออกมาทีเดียวพร้อมกันก็ต้องกินจนเบื่อ

แต่เรื่องเหล่านี้ไม่ได้เป็นปัญหากับสวนของ ป้าไร พวงผกา ซึ่งเป็นร้านส้มตำ นอกจากปลูกกินเองแล้ว ก็ยังได้เด็ดมาปรุงอาหารขายไม่เว้นแต่ละวัน ทำให้เห็นว่าการปลูกกินเองแล้วจะมีกินแค่ไหน นานเท่าไร นอกจากพื้นที่และสภาพดิน ส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับชนิดที่เลือกปลูกด้วย ป้าไรเน้นปลูกผักพื้นบ้านและชนิดเด็ดใบเด็ดยอดที่ให้กลิ่นแรงรสเปรี้ยว สอดคล้องกันดีกับชนิดอาหารที่ทำขายอยู่ทุกวัน

“ปลูกผักเองก็เอามาให้ลูกค้ากินด้วย ไม่ต้องไปซื้อ ประหยัดได้เยอะ อย่างใบตองใช้ห่อหมก ถ้าซื้อ 20 บาทก็ไม่พอนะ แล้วต้องใช้ทุกวัน แต่ก่อนตอนปลูกใหม่ๆก็ซื้อหมด ซื้ออย่างละหน่อยๆ รวมกันทุกวันมันก็เยอะ”

พื้นที่ตรงนี้เดิมด้านหลังมีกล้วยขึ้นหลายกอ แต่อีกฟากหนึ่งของหลังร้านยังว่างอยู่ 4 ปีที่แล้วป้าไรเลยเริ่มปลูกผักสวนครัวพร้อมไปกับที่เริ่มทำร้านส้มตำ ตอนนี้มีพืชผักหลากหลายชนิดขึ้นรวมกันหนาแน่น ชะพลู ผักเสี้ยน ผักแพว ตะไคร้ กะเพรา กระชาย สาบเสือ กล้วย มะยม มะขาม มันสาคร หุ่น พักทอง วานหางจรเข้ ยอ ผักหวาน ฯลฯ หากไม่ดูใกล้ๆก็ยากจะแยกออกว่าต้นอะไรเป็นอะไร เห็นแต่สีเขียวเป็นหย่อม

ป่าไรไม่เน้นรูปแบบแต่ปลูกที่ใช้ประโยชน์ได้จริงเป็ดๆ
กันก็ไม่ใช่ไร ขอให้คว้ามืด ล้างน้ำ วางลงจานหรือใส่ลงหม้อ
ต้มแกงได้ถนัดมือก็เป็นพอ

“ได้ใช้แทบทุกวันแหละ ใส่ลาบ น้ำตก อ่อมเนื้อ อ่อมหมู
ส้มตำ อาหารตามสั่งก็ได้ใช้ ไม่ได้ดูและอะไร ปล่อยตามธรรมชาติ
ส่วนใหญ่ซื้อมาทำกับข้าวแล้วก็เอากินมาปัก กลับบ้านที่อุบลฯ ที่ก็
เอาเมล็ดมาบ้าง ญาติจากบ้านนอกเอามาฝากก็มี ผักเสี้ยนนี้
ลูกค้ามากินข้าวเขาเก็บกินสดๆเฉยเลย แต่ก่อนป่าเอามาต้องบอย
ต้นयोนี้มันเกิดเอง ผักโขมป่าก็ไปขอเมล็ดคนแถวนี้มาโรย ลวก
จิ้มน้ำพริกก็ได้ ”

ป่าไรบอกว่าที่ไม่ซื้อจากตลาดเลยก็พวกชะพลู กระเพรา
ใบตอง ตะไคร้ กระชาย ใบยอ หูเสือ แต่บางอย่างมีน้อยแค่พอทำ
กินเองคือผักหวาน พริก แล้วบางอย่างที่ดูเหมือนง่ายแต่กลับปลูก
ไม่ขึ้น เช่น สะระแหน่ ดอกแค ใบแมงลัก เพราะบางที่หอยทาก
ก็มาช่วยกินจนเรียบ แต่ป่าก็ได้ทำอะไรมัน แบ่งๆ ให้กินไปบ้าง

“ที่ปลูกตรงนี้ก่อนเพื่อนก็คือใบชะพลู ได้ใช้ทุกวัน ตอน
เช้าๆ ก็จะเอามีดมาตัดๆ ไว้กินกับลาบ น้ำตก ชุปหน่อไม้ก็ได้
คนแถวนี้ก็มาขอเก็บที่เราปลูกไปบ้าง ยิ่งเก็บมันยิ่งแตกนะ แต่ที่นี้
ดินมันปลูกยาก ข้างล่างเป็นหินเยอะ มันไม่เหมือนบ้านนอกนะ
บ้านนอกปลูกอะไรก็ขึ้น แต่ก่อนที่อุบลฯป่าปลูกขายเลยละ ปลูก
หมด ถั่ว แตง พัก กวางตุ้ง เห็ด... เป็นท้องร้องเลย”

แม้จะมีอาชีพอย่างไรเมื่อย้ายพื้นที่ก็ต้องปรับไปตาม
สภาพ เพียงหวานๆ ปักๆ จิ้มๆ ก็ใช้ว่าจะสามารถขึ้นให้กินได้ทุก
ชนิด ป่าไรรยังบอกว่าปลูกขายกับปลูกกินมันต่างกัน ปลูกขายต้อง
ทำอย่างดี ใส่ปุ๋ย พรุนดิน ใช้สารเคมีบ้าง แต่ปลูกแบบนี้ก็ปล่อยๆ
ไป ไม่ต้องทำอะไรมาก ได้เก็บกินเรื่อยๆ ไม่ได้ใส่อะไรเลย รดน้ำ
อย่างเดียว

เมื่อกวาดตามองไปยังห้วยอมลีสี่ขวานนั้น ผักพื้นบ้านดูจะ
โดดเด่นที่สุด ลำต้นและใบยักษ์ของต้นพูนดูสง่างาม อีกหลาย
ชนิดที่คนในเมืองไม่รู้จัก เช่น หูลือ ผักโขมไทย ผักเสี้ยน มักถูก
มองว่าเป็นวัชพืชข้างทาง แต่ผักบ้านๆ เหล่านี้เองที่เลี้ยงง่าย แผลง
ไม่มายุ่ง ไม่ต้องประคบประหงมเหมาะกับสภาพอากาศของไทย

โดยไม่รู้ตัว ดูเหมือนสวนของแม่ค้าส้มตำจะทำให้
“วัฒนธรรมอาหารช้า” หรือ slow food ซึ่งเน้นวัตถุดิบที่มาจาก
แหล่งผลิตใกล้ๆ เน้นความหลากหลาย มีกระบวนการเป็นมิตร
กับสิ่งแวดล้อม ปลอดภัย เคมี ได้ปรากฏเป็นรูปธรรม แม้จะเล็ก
น้อยและก็ต้องซื้อจากตลาดอยู่บ้าง แต่ก็ถือว่าได้ช่วยทำให้มัน
ขยายพื้นที่จากในบ้านมาสู่พื้นที่สาธารณะที่ทำให้คนหาเข้ากินค่า
ได้กินด้วย และอยู่ในราคาที่พวกเขา “เอื้อมถึง” ไม่ต้องจำใจอยู่
แต่กับคะน้า ผักกาด ถั่วฝักยาว กะหล่ำปลี ที่ถูกบ่มเลี้ยงด้วย
สารเคมีและยาฆ่าแมลงมาจนเต็มปรี



ผักเสี้ยนนี้ลูกค้ามา কিনข้าวเขาเก็บกินสดๆ เนยเลย
แต่ก่อนป่าเอามาดองบ่อย ต้นยอนี่มันเกิดเอง
ผักโขมป่าก็ไปขอเมล็ดคนแถวนี้มาโรย
ลวกจิ้มน้ำพริกก็ได้

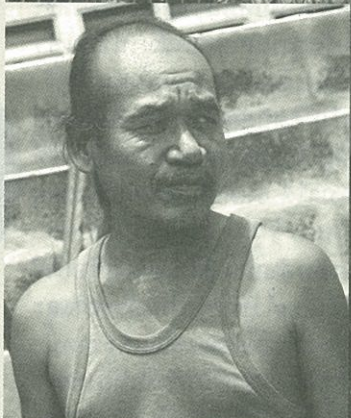
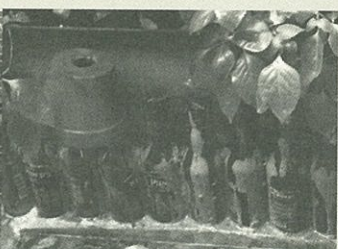


พื้นที่เล็กๆ กับเรื่องวุดๆ ของชายปลูกผัก

สวนของลุงจ๋อง คุณศรี ยามและผู้ดูแลลานจอดรถของอพาร์ทเมนต์กับสวนของ เสถียร จันสา คุณพ่อของลูกสาววัยรุ่น อยู่คนละทิศกันก็จริงแต่ด้วยความคิดสร้างสรรค์ ดัดแปลงของเหลือใช้มาเป็นส่วนหนึ่งในสวนและบริหารจัดการพื้นที่คับแคบให้สามารถปลูกผักได้หลากชนิด ได้กินทั้งครอบครัวและยังแบ่งปันคนอื่น จึงกลายเป็นสวนที่คู่ควรกับนิยามความหมายของ “นวัตกรรม” ซึ่งไม่จำเป็นต้องประดิษฐ์หรือใช้เทคโนโลยีอะไรให้ยุ่งยากเลย เพียงแค่พลิกมุมมองหรือก้าวข้ามความคุ้นชินเดิมๆบางอย่าง

ลุงจ๋อง ได้ดัดแปลงส่วนหนึ่งของลานจอดรถซึ่งมีห้องพักของตัวเองอยู่ด้วย ให้เป็นที่เลี้ยงไก่และปลูกผักสวนครัว โดยนำอิฐง่ายๆ มากั้นเป็นแปลง รองด้วยกาบมะพร้าวแล้วใส่ดินถุงที่ซื้อมา บางส่วนก็ปลูกลงกระถาง เมื่อเราเห็นแวบแรกรู้สึกว่ามันคับแคบกว่าสวนครัวของคนอื่นๆมากทีเดียว แต่เมื่อได้ดูใกล้ๆ จะพบความหลากหลายและความอุดมสมบูรณ์ของพืชผักสีเขียวเข้มดูอึดมา

สวนของลุงจ๋องนอกจากผักทั่วไปอย่างพวก พริกชี้ฟ้า พริกชี้หนู กระเพรา โหระพา ตำลึง แมงลัก ยี่ห่วย ฯลฯ ลุงยังเน้นปลูกผักพื้นบ้านอย่างผักกาดดินหมี ถั่วแปบ ผักแพว ผักแขยง แคนา แคป้า ผักไผ่ ฯลฯ แล้วที่น่าสนใจนอกจากการบริหารจัดการพื้นที่ก็คือ ลุงพยายามเลือกแต่เมล็ดพันธุ์ท้องถิ่นมาใช้ โดยนำมาจากบ้านเกิดที่ จ. ยโสธร



สวนของ จ้อง คุณศรี และ เสถียร จันสา ประเภทสวนนวัตกรรม
ย่านดอนเมืองและถนนบางนา-ตราด

“เคยซื้อเมล็ดตามร้านมา มันปลูกไม่ขึ้น เวลาไปตลาด เจอต้นอะไรก็ซื้อมาปัก ถ้าเป็นเมล็ดก็จะเอามาจากบ้าน บางอย่าง ยังไม่ได้พันธุ์มาก็ยังไม่ปลูก”

ลุงจ๋องเล่าพลางแจกเมล็ดพืชทองที่เก็บพันธุ์มาจาก ยโสธรให้เราไปปลูก ซึ่งถ้ากลับบ้านไปก็จะเอามาเองหรือบางที ญาติๆ กลับบ้านก็จะฝากให้ติดมือมา โดยหมู่บ้านลุงที่ จ. ยโสธร เป็นพื้นที่ที่ได้รับการสนับสนุนให้ปลูกผักสวนครัวกันอยู่แล้ว แลวนั้นจึงมีพันธุ์ผักหลากหลายให้แบ่งมา

“ผมเป็นคนชอบปลูกต้นไม้ ติดนิสัยมาตั้งแต่เด็ก ไปอยู่ ไหนก็ปลูกหมดแหละครับ นิโคตติที่เจ้าของอพาร์ทเมนต์เขาใจดี ให้ปลูกแบบนี้ ให้เลี้ยงไก่อด้วย ทำมาได้ 6 เดือน เท่ากับที่มาอยู่ ที่นี่”

การบำรุงรักษา นอกจากดินกับน้ำแล้ว ลุงจ๋องเลือกใช้ ปุ๋ยไล่เดือนกับขี้ไก่ที่ได้มาจากไก่ที่เลี้ยงไว้ข้างๆ สวนนั่นเองและ แม้พื้นจะเป็นปูนซีเมนต์ก็ไม่มีปัญหาความร้อน เพราะจะรดน้ำ บนพื้นไปด้วยเวลารดน้ำต้นไม้ ปัญหาหน้าซังก็ไม่มีเช่นกันเพราะ น้ำจะไหลระบายออกมาจากอิฐที่กั้นไว้ได้

ตอนเราไปถึง ลุงกับเพื่อนที่ทำงานรับจ้างแถวนั้นกำลัง ล้อมวงกินข้าวรอบโต๊ะไม้ที่สร้างแบบง่ายๆ มือนั้นและอีกหลาย มือเป็นต้องมีผักแกล้มจากสวนครัวของลุงเอง บางคนแถวนั้นก็มี ส่วนช่วยปลูกบ้าง แต่ก็มึนที่แอบมา “ฉก” ไปดื้อๆ ไม่บอกไม่กล่าว ไม่ขอ แต่ก็แน่ล่ะ... ลุงจะไปว่าอะไรเขาได้ ในเมื่อเป็นที่ที่ใครก็ได้ เดินเข้ามาได้ ถือเสียว่าแบ่งๆ กันกินไปก็แล้วกัน

เสถียร จันทา เป็นพนักงานครัวการบินไทยที่หากมีเวลาว่างเป็นต้องปลูกต้นไม้ โดยมีภรรยาและลูกสาววัยรุ่นเป็นกองเชียร์ เพราะเชื่อว่าตัวเองมีมือร้อน ปลูกอะไรก็ไม่ขึ้น มีแต่พ่อบ้านที่มีมือเย็น สองสาวต่างวัยเลยได้แต่ช่วยรดน้ำและคอยบอกพ่อบ้าน

เวลารถขายปุ๋ยคอกวิ่งผ่าน

“ปลูกมานานแล้ว ทีละนิดละหน่อย แต่ก่อนอยู่บ้านนอก ก็คุ้นกับต้นไม้อยู่แล้ว ปลูกทุกอย่างแหละ เลยมีความรู้พื้นฐาน มาจากโน้นบ้าง ตอนแรกปลูกไม้ดอกไม้ประดับเยอะ แต่ดูไปดูมา พวกที่กินได้ก็สวยดีเหมือนกัน ช่วงย้ายจากกระถางมาลงกระบะ เดือนแรกก็ใส่ปุ๋ยเคมีนะ กลัวสารอาหารในดินไม่พอ”

เมื่องานเริ่มน้อยลงเพราะไม่ค่อยได้ทำโอทีแล้ว เสถียร ซึ่งพื้นเพเป็นคน จ.ชัยภูมิ ได้รับภูมิปัญญาเพาะปลูกส่งต่อมาจาก พ่อแม่อยู่บ้าง ก็มีเวลามาใส่ใจกับพืชผัก ไม้ดอกไม้ประดับมากขึ้นกว่าแต่ก่อน จากที่เคยปลูกลงกระถาง เลยได้จิ้งหะหตุไอดีๆ แสนแก่จัดแฉงเอาขวด “สุราต่างประเทศ” ที่กินไปกินมานับได้ หลายสิบมาล้อมด้านข้างแทนอิฐ กั้นเป็นกระบะ ดินก็ขุดมาใส่ จากข้างกำแพงหน้าบ้าน ผสมกับปุ๋ยคอกและปุ๋ยชีวภาพที่ซื้อจากรถขายต้นไม้

เสร็จสรรพก็ย้ายผักจากกระถางมาลงแล้วปลูกเพิ่มเรื่อยๆ ตอนนี้มีทั้งผักปัง มะกรูด กะเพรา ยี่หว่า มะละกอ พักทอง ข่า สะระแหน่ ต้นคูณ เตย สะเดา ชะพลู ฯลฯ ขึ้นปนกันอยู่ในนั้น แล้วก็ยังมีทับทิม หม่อน มะแว้ง ตำลึง ส้มโอ หูเสือ ปลูกอยู่ข้างบ้าน และหน้าบ้าน

ยี่หว่านี่รสจัด บางคนก็ไม่ชอบ กลิ่นแรง ใช้แทนกะเพราได้
เอามาผสมกับเนื้อปลา นก ปลาไหล ดับคาวดี
ถ้าลองชิมมันจะซ่าลิ้นมันมาทันทีเลยละ
ใบหม่อนก็เอามาต้มกับไก่เข้ากันดี

โดยก่อนหน้าจะทำกระบะจากขวดเหล้าฟ่อบ้านก็เลือก
ปลูกชนิดง่ายๆแบบใช้กิ่งปักไปก่อน เพราะปลูกลงกระถางดินน้อย
ตอนนี้ที่รอกหาพันธุ์มาจากบ้านที่ชัยภูมิอยู่ที่คือบวบ เห็นจากขวด
ใสๆ ที่เรียงรายก็เดาได้ไม่ยากว่า นอกจากฝีมือเพาะปลูกแล้ว
ฟ่อบ้านก็ยังน่าจะมีฝีมือเป็นเลิศในการทำกับแก้มรสจัดอีกด้วย

“ก็ไม่ถึงกับเก็บกินทุกวัน เวลานี้ก็อยากกินก็ได้แต่มาทำ
คนแถวนี้เวลาเขาซื้อจากตลาดก็จะมาขอไปบ้าง ยี่หว่านี่รสจัด
บางคนก็ไม่ชอบ กลิ่นแรง ใช้แทนกะเพราได้ เอามาผสมกับเนื้อ
ปลา นก ปลาไหล ดับคาวดี ถ้าลองชิมมันจะชาลิ้นขึ้นมาทันที
เลยละ ไบหม่อนก็เอามาต้มกับไก่เข้ากันดี ”

เสถียรยังบอกสูตรทำ “ผงนัว”จากไบหม่อนอย่างไม่หวง
โดยนำไบหม่อนมาผสมเข้ากับไย่านางและข้าวเหนียวแช่น้ำ
ปั่นรวมกันแล้วมาตากแห้ง สูตรนี้ผงสุรสังต้องซิดซ้าย

“เทคนิคการปลูกก็ไม่มีอะไร ปักๆ รดน้ำ เติมน้ำให้
มันนิดหน่อยพองาม สังเกตไบเอว้างามมัย เหลืองมัย ไบหงิก
ไม่โต ยอดไม่ออก ถ้ามันไบเหลืองคือมันแก่ปุ๋ยไป ต้องรดน้ำ
บ่อยๆ หน่อยให้ปุ๋ยจาง ถ้ามีหนอนมาก แสดงว่าปุ๋ยมากไป
เหมือนกัน”

ส่วนวิธีการจัดศัตรูพืชของสวนนี้ก็เป็นไปแบบง่ายๆ ถ้า
แมลงมากก็เด็ดใบทิ้ง เอาปุ๋ยชีวภาพใส่ไล่บ้าง หนอนก็จับให้ปลา
กินไป

“เพลี้ยก็ไม่ค่อยมีหรอก มีแต่ต้นมะเขือหน้าบ้าน ไม่รู้
เป็นอะไร พอแล่งปั๊บมันมาทุกที” ฟ่อบ้านบ่น แล้วเล่าว่าก่อน
หน้านี้เคยลองทำปุ๋ยชีวภาพเองสองสามครั้งแต่ยังไม่สำเร็จ
“มันบูดทุกที”

มาคราวนี้ได้จังหวะดี กรรมการโครงการที่ไปเยี่ยมชม
สวนได้ให้คำแนะนำ เลย์รู้ว่าที่ผ่านมาไม่ได้ปิดฝาดังหมัก และ

ยังบอกวิธีสังเกตอาการต้นไม้ เช่น เปลี้ยลงเพราะรากอ่อนแอ ควรหาเศษใบไม้คลุมดินไว้บ้าง พ่อบ้านเลยเหมือนจะสืดยาก ลองทำอีกซักที เพราะปู่ชีวภาพที่มีวางขายทั่วไปก็ราคาไม่เบา แล้วสังเกตได้ว่าส่งผลดีกับต้นไม้ หากผลอี่ส่นหักมือไปหน่อย ต้นไม้ก็ไม่เฉา ไม่ตาย แต่กับปู่เคมีถ้าหักมือ สักพักใบจะไหม้ให้เห็นเลย

แต่ถึงจะปลูกต้นไม้เป็นมานานก็ใช่ว่าจะไปเสียทุกอย่าง เสถียรเคยลงข่าวโพดในกระบะแต่ฝักหนึ่งได้ผลให้ชื่นใจแค่ 4 เม็ด เลยจัดการเอาลำต้นทำเป็นเถาเลื้อยให้ฝักบ่งที่ขึ้นงามกว่าเสียเลย ส่วนฝักแวนก็ไม่ค่อยโตเพราะพื้นที่กระบะขวดตรงนี้ไม่ค่อยโดนแดด

“บางทีเลยต้องเอาสระระแห่นขึ้นไปไว้บนหลังคา”

เรามองตามมือพ่อบ้านที่ชี้ขึ้นข้างบน ดูเหมือนจะเป็นวิธีแก้ปัญหาแบบน่ารักๆ ของสวนบ้านนี้

“ต้องเดินดูสวนทุกวัน ตรงนั้นนิดตรงนี้หน่อยถ้าไม่ได้ดูมันจะเหวี่ยงๆ ทำสวนมันให้ความรู้เราไปเรื่อยๆ นะ เพราะต้องคอยสังเกตว่าแต่ละวันเป็นยังไง แมลงมากินยังไง สังเกตไปที่ละหน่อย”

นอกจากอิฐบล็อก อิฐมอญโบราณ ฟิวเจอร์บอร์ดที่นำมาใช้กันด้านข้างทำเป็นกระบะปลูกผักได้แล้ว ขวดเปล่าจากเครื่องดื่มที่จับเปลี่ยๆ ก็ทำหน้าที่นี้ได้ดีไม่แพ้กันเห็นว่อีกไม่นาน ถ้าลูกสาวเรียนจบพ่อบ้านก็อาจลากรุงเทพฯ กลับบ้านเกิดไปเป็นเกษตรกรเต็มตัวตามบรรพบุรุษ ตอนนี้นักเลื้อยที่สาวอยู่คนเดียวที่ยังดูแลไร่นาผืนเก่าอยู่

แล้วเมื่อถึงวันนั้น เราเอาใจช่วยให้ฝักข้าวโพดของพ่อบ้านเต็มไปด้วยเม็ดเรียงอวบอิม แล้วมันต้องมีมากกว่า 4 เม็ดแน่นอนเลย

แหล่งซื้อวัตถุดิบ สำหรับชาวสวนคนเมือง

อยากปลูกผัก นอกจากจตุจักรหรือ
งานเกษตรแฟร์แล้วจะหาซื้ออะไร
ยังได้ ที่ไหนอีกบ้างล่ะ

สินค้า	ชื่อร้าน
เชื้อเห็ดทุกชนิด (เห็ดฟาง เห็ดนางรม เห็ดนางฟ้า เห็ดเป๋าฮื้อ ฯลฯ) เมล็ดพันธุ์ผัก จุลินทรีย์ กากน้ำตาล หินภูเขาไฟ กระถางต้นไม้หลายขนาด	ร้านโกศิพานิชย์ (อยู่ในซอยตรงข้าม ตลาด อมรพันธ์ สีแยกเกษตร) ติดต่อ 02-5791-590, 083-7799-960
เชื้อเห็ด เอกสารและอุปกรณ์การเพาะเห็ดทุกชนิด คอร์สอบรมการเพาะเห็ด	ร้านชมรมเห็ดสากล(ตรงข้ามประตู พหลโยธิน ม.เกษตรศาสตร์)
เชื้อเห็ด เอกสารและอุปกรณ์การเพาะเห็ดทุกชนิด คอร์สอบรมการเพาะเห็ด	ศูนย์ไทยไบโอเทค-ฟาร์มเห็ดไอยรา (หัวโค้งด้านหลังตลาดไทก่อนถึงอุ รุณเมล์) www.ifarm.in.th
เชื้อเห็ด เอกสารและอุปกรณ์การเพาะเห็ดทุกชนิด คอร์สอบรมการเพาะเห็ด เชื้อจุลินทรีย์และ สารสมุนไพรป้องกันกำจัดศัตรูพืช หินภูเขาไฟ สำหรับปรับปรุงดิน	ร้านชมรมเกษตรปลอดสารพิษ ติดต่อ 02-986-1680-2, 081-313-7559
ต้นไม้ เมล็ดพันธุ์ผัก กระถางต้นไม้หลายขนาด เชื้อจุลินทรีย์และสารสมุนไพรป้องกันกำจัดศัตรู พืช หินภูเขาไฟสำหรับปรับปรุงดิน	ร้านพันธุ์ไม้ มก. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
ไม้ผล ไม้ดอก ไม้ประดับ ผักสวนครัว กระถาง หลายขนาด ปุ๋ยอินทรีย์ ขุยมะพร้าว แกลบเผา ดินผสมพร้อมปลูก อุปกรณ์การเกษตร	ตลาดต้นไม้ริมถนนเลียบทางด่วนราม อินทรา ตลาดต้นไม้หลังตลาดไท รังสิต ตลาดต้นไม้ย่านบางบัวทอง-บางใหญ่ ตลาดต้นไม้ย่านคลอง 15 จ.ปทุมธานี
“เมล็ดพันธุ์มรดก” เมล็ดพันธุ์แท้ (เกษตร อินทรีย์ และพันธุ์พื้นบ้าน)	เมล็ดพันธุ์มรดก ติดต่อ 086-067-3793
ดินผสมใบก้ามปู ตรา ดินเกษตรไม้เขียว สั ง 100 กระสอบขึ้นไป ส่งถึงบ้าน กระสอบละ 40 บาท (ขนาดกระสอบอาหารสัตว์)	ติดต่อ คุณอุดม 081-759-3549

เก๋ๆ ในสวน

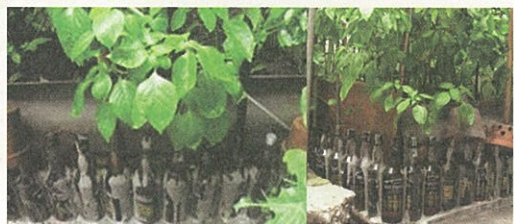
โครงการประกวดปีนี้ หลายๆ สวนผักที่ได้แวะชม มีไอเดียปรับของเก่ามาใช้ได้อย่างเก๋ไก๋ไม่ซ้ำกัน ต่อไปนี้ ก็ไม่ต้องจำเจอยู่แค่ กระละมังแตก ล้อย่างเก่า แข็งไม้ไผ่ อีกต่อไปแล้ว

กระถางจากขวดน้ำ
ใช้ขวดน้ำดื่มขนาด 5 ลิตร
เจาะข้างด้านใดด้านหนึ่ง
แค่นี้ก็เป็นกระถางได้แล้ว



ผักบวรรดน้ำจากขวดน้ำ
ขวดน้ำดื่มขนาด 5 ลิตรอีกเหมือนกัน
ใช้เทียนหรือรูปลูกเจาะกันขวดให้เป็นรูๆ
กลายเป็นผักบวรรดน้ำราคาประหยัด

ขวดเหล้ากันเป็นการะบะ
อันนี้เหมาะแก่นักดื่ม
ใช้เวลาสะสมหน่อย
ขวดเหล้ากรมเปล่าๆ
นำมากันลื้อม โบกปูนให้มันคง
แปลงร่างเป็นกระบะปลูกผักในบัดดล



แฉ่งใส่ไข่กลายเป็นที่เพาะต้นกล้า
โดนใจคนชอบกินไข่
แฉ่งกระดากใส่ไข่ไก่(ไข่เปิด)
ที่เป็นหลุมๆ นั้นเหมาะนักแล
ปรับมาใช้หยอดเมล็ดเพาะต้นกล้า
แฉ่งหนึ่งได้ตั้งหลายสิบหลุมเชียวนะ

ลึงพลาสติกกลายเป็นกระถาง
ลึงพลาสติกสีสวยๆ ที่ใช้ใส่ผลไม้หรือขวดน้ำ
ถ้าไม่ใช่แล้วเอามาเป็นกระถางได้เหมือนกัน
ทนแดดทนฝนดีอีกด้วย



ประตูไม้เลื้อย

ประตูแบบเหล็กที่เป็นตารางๆ นั้นแหละ
ถ้าได้ถูกเปลี่ยนประตูใหม่ เอาอันเก่า
มาใช้เป็นที่ให้ไม้เลื้อยงามๆ



เือกตาข่าย

เือกป่าน เือกปอธรรมดาๆ หรือเส้นเอ็นใสนำมาสานเป็นตาข่ายง่ายๆ กับท่อพีวีซีที่ใช้ทำโครงปลูกผัก ให้ถั่วฝักยาวหรือบวบเลื้อยพัน



อ่างปลากลายเป็นบ้านผักนึ่ง
อ่างปลาเก่าๆ เอามาปลูกผักนึ่งได้เก๋ๆ
เมล็ดแป๊ะเดี๋ยวนึ่งแตกยอดก็ได้กิน





● ●
เมื่อก่อนเป็นคนใจร้อน
พอมาทำสวนก็รู้สึกที่ตัวเองใจเย็นขึ้น ภูมิใจตัวเอง
ดูสวนทุกวันเห็นการเปลี่ยนแปลงข้าวในตัวเองทุกวัน
แล้วครอบครัวก็เริ่มกลมเกลียวมากขึ้น

ขยะสดแทบไม่ได้เอาไปทิ้งเลย เกล็ดทิ้งหมักตลอด
ตอนแรกๆ หมักแล้วไม่กล้าเปิดนะคิดว่ามันจะเหม็น
ใส่หน้ากากมาแต่มีที่เลย ปรากฏว่ามันก็มีกลิ่นหอม
รู้สึกดีเพราะมันเป็นวงจรชีวิตที่ง่าย

● ●