

การปลูกผักสำหรับคนเมือง

หลายคนอาจคิดว่า การปลูกผักไว้กินเองที่บ้านเป็นเรื่องที่ยุ่งยากและจำเป็นต้องใช้พื้นที่บริเวณกว้างในการปลูก แต่ที่จริงแล้วพืชผักในเมืองไทยนั้นปลูกง่ายโตเร็วและที่สำคัญคนเมืองที่มีพื้นที่ไม่มากนักหรืออาจจะไม่มีพื้นที่เลยก็ได้ เพียงหากระเบียงของคอนโดก็สามารถที่จะปลูกผักกินเองได้แล้ว การปลูกผักไว้กินเองนอกจากที่จะประหยัด ได้ผักสดๆปลอดสารพิษไว้รับประทานแล้ว เรายังนำมาเป็นกิจกรรมที่ทำร่วมกันได้ครอบครัวได้อีกด้วย

เข้าใจต้นน้ำ

เลือกชนิดผักให้เหมาะสมกับธรรมชาติ และสภาพแวดล้อมของพื้นที่ที่จะปลูก เช่น บริเวณที่ปลูกมีแดดส่องผ่านหรือไม่

ใส่ใจดินเวลาปลูก

ex.เตรียมดินเพาะอย่างใส่ใจ

การเตรียมดินถือเป็นหัวใจสำคัญในการปลูกผักอินทรีย์ ทำได้ง่ายๆ ด้วยการร่อนดินและขุยมะพร้าวให้ละเอียดในอัตรา 1:1 เพราะถ้าใช้ดินอย่างเดียวเวลาที่เปียกน้ำดินจะแน่นเกินไป จากนั้นเติมปุ๋ยใส่เดือนในอัตรา 1:10 ของปริมาณดิน จากนั้นคลุกเคล้าดินขุยมะพร้าวและปุ๋ยให้เข้ากัน

เพาะกล้าอย่างปราณีต

โรยดินลงบนภาชนะปลูกห้ามอัดดินจนแน่น เพราะหลักการสำคัญของการปลูกผักคือต้องไม่ทำให้ดินแข็ง จากนั้นรดน้ำให้ชุ่มและใช้นิ้วมือกดลงในดินเบาให้เป็นรูไม่ต้องลึก เพื่อใส่เมล็ดพันธุ์ผัก กลบหน้าดินบางๆ หมั่นรดน้ำทุกวัน เป็นเวลาสองอาทิตย์ก็จะได้ต้นกล้าผักปลอดสารพิษ

ปลูกด้วยรัก

นำกาบมะพร้าวสับหรือใบไม้มารองภาชนะสำหรับปลูก ผสมดินสามส่วน ต่อปุ๋ยอินทรีย์หนึ่งส่วนคลุกเคล้าให้เข้ากันและตักใส่ภาชนะปลูก โดยไม่ต้องกดดิน รดน้ำให้ชุ่ม และทำเป็นหลุมตรงกลาง ย้ายต้นกล้าที่เพาะไว้มาปลูก จากนั้นใช้ใบไม้หรือขุยมะพร้าวมาคลุมหน้าดิน เพื่อรักษาความชื้นของดิน หมั่นรดน้ำทุกวัน

การปลูกผักก็เหมือนกับการปลูกความรักไปในตัว เพราะเราต้องใส่ใจดูแลเรียนรู้ธรรมชาติของผัก และการเจริญเติบโตของผักที่เราปลูก ที่สำคัญยังเป็นแนวทางในการพึ่งพาตนเอง สร้างความมั่นคงทางอาหารด้วยวิถีเกษตรอินทรีย์โดยเริ่มที่ตัวเราเอง อิ่มท้องแล้วยังมั่นใจได้ว่าปลอดภัยต่อสุขภาพพร้อมเปอร์เซ็นต์

GREENPEACE

www.greenpeace.or.th