



แบบอย่าง...และแนวทางปฏิบัติการ

บรรณาธิการ : อภิชาติ ศรีสอาด
เรียบเรียง : เกษียงไกร ยอดขมก

เกษตรประณีต

& เกษตรหลังเกษียณ

ปลอดภัย...ยั่งยืน

ปฏิบัติการ
1 ไร่ได้เกิน 1 แสน

8 พบกับ
ครู...เกษตรประณีต

- ★ พื้นที่ 1 ไร่ เปลี่ยนเป็นเงินแสนได้!!
ลงทุนเหมาะ: แจ่มแจ้ว
ย่ำว่าต้องมี จุลินทรีย์
- ★ เกษตรผสมผสาน ข้าว & ปลา & กุ้ง
กิจกรรมล้างหนี้ 50 ล้าน
ของ...คุณธงไชย กงกาลัย
- ★ พักล้อมปลา ปลาล้อมข้าว
สูตรสำเร็จ 1 ไร่ ได้เกินแสน
ของ...ส.ต.อ.สมชัย สายอ่อนตา
- ★ พื้นที่ทำเกษตร 3 ไร่
ทำเงินได้เกือบครึ่งล้าน
จากผลไม้ และพืชผักสมุนไพร
แบบสอนผสมแห่ง 3 ไร่ ในพื้นที่





(บน) ป่าไม้ระดับชั้นของคุณรงไชโย

(ล่าง) บ้านสร้างเองจากต้นไม้ที่ปลูกแบบประหยัดพลังงานของพี่ใหญ่สมศักดิ์



(บน) สวนเกษตรทฤษฎีใหม่ของคุณยวง

(ล่าง) เตาเห็ดฟางกองเตี้ยของคุณเอี่ยม

2 เกษตรประณีต & เกษตรหลังเกษียณ ปลอดภัย...ยั่งยืน



(บน) แปลงขยายพันธุ์พืชของฟาร์มสุพรรณบุรี

(ล่าง) ฟาร์ม เครื่องตัดหญ้าธรรมชาติของฟาร์มสุพรรณบุรี



แปลง 2 ไร่ ได้เงิน 2 แสนต่อปีของคุณธงไชย



ขมิ้นแห้งในสวนสมุนไพรทำเงินของคุณบุญช่วย



ไก่ไข่อินทรีย์ของฟาร์มสุพรรณ



เตาเผาถ่านไม้ใช้ของฟาร์มสุพรรณ

เกษตรประณีต & เกษตรหลังเกษียณ ปลอดภัย...ยั่งยืน

เกรียงไกร ยอดชมภู

๑ ได้รับการอนุญาตจัดพิมพ์จากเจ้าของลิขสิทธิ์ตามกฎหมาย สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ (ฉบับเพิ่มเติม) พ.ศ.2558
ห้ามลอกเลียนส่วนใดส่วนหนึ่งของหนังสือเล่มนี้ มิเช่นนั้นจะถือว่าละเมิดลิขสิทธิ์และมีความผิดทางอาญา

พิมพ์ครั้งที่ 1 พ.ศ.2556 พิมพ์ครั้งที่ 2 พ.ศ.2565

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

อภิชาติ ศรีสอาด

เกษตรประณีต & เกษตรหลังเกษียณ -- พิมพ์ครั้งที่ 2 -- กรุงเทพฯ : เพชรนาคา, 2565.

140 หน้า

1. เกษตรกรรม I. เกรียงไกร ยอดชมภู, ผู้แต่งร่วม. II. ชื่อเรื่อง.

630

ISBN 978-616-578-592-1

ที่ปรึกษากฎหมาย : อนันต์ แยมเกษร น.บ. น.ม. นศ.ม.

บรรณาธิการอำนวยการ : วิลาวรรณ ปิยะปราโมทย์

บรรณาธิการบริหาร : พินิจ จันทร

บรรณาธิการ : อภิชาติ ศรีสอาด

เรียบเรียง : เกรียงไกร ยอดชมภู

บรรณาธิการต้นฉบับ : อัมพา คำวงษา

กองบรรณาธิการ : พัชรี สำโรงเย็น วิชิต ใจมล จันทรา คู่สุวรรณ

มณี เมธี ณัฐฐิฎามนต์ ดินรรมย์ กฤษณ์ ฮวบหนอง

พิสูจน์อักษร : วัชรินทร์ กุลสุวรรณ

ศิลปกรรม : เฉลิมพงษ์ กวินวิจิตรมงคล

จัดพิมพ์โดย :  สำนักพิมพ์ เพชรนาคา

ในเครือบริษัท เพชรประกาย จำกัด

เลขที่ 81 อาคารเพชรประกาย ถนนเสรีไทย

แขวงมีนบุรี เขตมีนบุรี กรุงเทพฯ 10510

โทรศัพท์ 0 2540 5535 # 103 โทรสาร 0 2540 5568

Homepage : <http://www.phetpragnay.com>

พิมพ์ที่ : บริษัท ส.เอเชียเพรส (1989) จำกัด

เลขที่ 143, 145 ซอยรามคำแหง 42

แขวงหัวหมาก เขตบางกะปิ กรุงเทพฯ 10240

จัดจำหน่ายโดย : บริษัท ซีเอ็ดดูเคชั่น จำกัด (มหาชน)

เลขที่ 1858/87-90 ถนนเทพรัตน

แขวงบางนาใต้ เขตบางนา กรุงเทพฯ 10260

โทรศัพท์ 0 2826 8000 โทรสาร 0 2826 8356-9

Homepage : <http://www.se-ed.com>

ราคา 175 บาท

คำนำ

การทำเกษตรแบบประณีต เป็นการทำให้แบบเข้าใจธรรมชาติ ใช้พื้นที่ประมาณ ๑ ไร่ สามารถปลูกพืชในครัวเรือนไว้กินไว้ใช้ได้อย่างครบถ้วน โดยไม่ใช้สารเคมีใดๆ ในกระบวนการปลูก หากเหลือกินก็นำมาขายได้ นอกจากนี้ยังสามารถเลี้ยงปลาหรือไก่ก็ได้ และถ้าหากมีพื้นที่มากกว่า ๑ ไร่ ก็สามารถขยายออกไปได้ โดยไม่ใช้การลงทุนใหญ่ครั้งเดียวที่จะมีความเสี่ยงมาก เป็นการทำการเกษตรแบบพอเพียงสำหรับผู้ที่ไม่มีพื้นที่จำกัดแต่เกิดประโยชน์สูงสุด สร้างงาน สร้างเงิน สร้างภูมิคุ้มกัน สร้างสุขให้กับครอบครัวอย่างปลอดภัยจากสารเคมี

การเกษตรลักษณะนี้ยังเหมาะกับผู้ที่เข้าวัยเกษียณ คืออายุ 60 ปีขึ้นไปแล้ว ร่างกายเสื่อมและความคิดยังสมบูรณ์ สามารถลงแปลงปฏิบัติการใช้ความคิด แรงกาย เท่าที่ทำได้ บนพื้นที่จำกัดเป็นการออกกำลังกายแล้วได้ทรัพย์สินของวัยเกษียณ สร้างประโยชน์บนพื้นที่จำกัดได้อย่างใกล้ชิด ใช้แรงงานตนเองหรือสมาชิกในครอบครัว โดยไม่ต้องอาศัยแรงงานข้างนอก การลงทุนน้อยทำแบบค่อยเป็นค่อยไป สามารถเลี้ยงชีพอย่างมีความสุขปลอดภัยจากสารเคมี สร้างภูมิคุ้มกันให้กับตนเองและครอบครัวอีกแนวทางหนึ่ง การทำการเกษตรแบบนี้อาจจะนิยามได้ว่าเป็น “ความสุขหลังเกษียณ” ได้อย่างแท้จริง

เกษตรประณีตวันนี้ไม่ยากเย็นแสนเข็ญเหมือนในอดีต ปัจจุบันทางภาครัฐ และภาคเอกชน ยังให้การสนับสนุนอย่างเต็มที่ มีหลายๆ โครงการต่างเกิดขึ้นมามากมาย ซึ่งมีหัวใจสำคัญคล้ายกันคือ เศรษฐกิจพอเพียง ทำให้ตนเองมีกินมีใช้ก่อนเป็นลำดับแรก จากนั้นค่อยแบ่งปันเพื่อนบ้าน และขายเป็นรายได้ต่อไป

โดยผ่านกิจกรรมอันหลากหลายในพื้นที่แม่มีน้อยนิด เช่น การปลูกพืชผักสวนครัว, การปลูกไม้ผล, การเลี้ยงสัตว์ และการทำประมง เป็นต้น ซึ่งในหนังสือ **การเกษตรประณีต & เกษตรหลังเกษียณ ปลอดภัย...ยังยืน** เล่มนี้ ก็จะนำเสนอแนววิถีเกี่ยวกับกิจกรรมต่างๆ นานา จากบทเรียนชีวิตจริงของเกษตรกรต้นแบบ จำนวน 8 ตัวอย่าง ระดับชั้นครู ที่หยิบกลเม็ดเคล็ดลับวิชาจากรุ่นสู่รุ่นมาถ่ายทอดเล่าสู่กันฟัง ซึ่งนอกจากกิจกรรมข้างต้นแล้ว ยังเสริมด้วยสูตรลับที่ไม่ลับ ทั้ง เรื่องดิน, เรื่องปุ๋ย, ฯลฯ ผ่านการทำกินบนพื้นที่ ๑ ไร่ หรือ พื้นที่จำนวนเท่าไรก็ได้ เพียงแต่ให้เกิดประโยชน์อย่างสูงสุด เปลี่ยนผืนดินให้กลายเป็นเงินแสนเงินล้าน สามารถยืนหยัดด้วยลำแข้งของตนเองได้

จึงหวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสือนี้จะเป็นประโยชน์ต่อสาธารณชนไม่มากก็น้อย สุดทำยนี้หากมีข้อผิดพลาดประการใดต้องขออภัยมา ณ ที่นี้ด้วย

เกรียงไกร ยอดชมภู
ผู้เรียบเรียง

สารบัญ

เกษตรประณีต พื้นที่น้อย รวยได้...ไม่ยาก	4
- เกษตรทฤษฎีใหม่ (New Theory Agriculture).....	5
- ไร่นาสวนผสม.....	10
- ภูมิปัญญาการปลูกพืชตามระดับชั้น.....	15
พื้นที่ 1 ไร่ เปลี่ยนเป็นเงินแสนได้! “ลุงทองเหมาะ แจ่มแจ้ง” ย้ำว่าต้องมี “จุลินทรีย์”	21
- จุลินทรีย์ ทำง่าย และได้เงิน	22
- แปลงนาข้าว 1 ไร่ แก่จน	26
- กิจกรรมรอบแปลงนามีรายได้	30
- บทสรุป พื้นที่ 1 ไร่ แก่จน	36
สุดยอด “ปุ๋ยหมัก” ปลูกหนึ่งเงินล้านได้ ไม่เกิน 5 ปี เคล็ดลับวิชาทำกินของ “ผู้ใหญ่มศักดิ์ เครือวัลย์”	37
- เริ่มต้นเป็นหนี้ ก่อนปลูกหนึ่ง	38
- ดินแบบพื้นที่ 5 ไร่ ทำเงินล้าน	39
- ปุ๋ยหมักทำง่ายได้เงินล้าน	44
- กิจกรรมเสริมภูมิคุ้มกันในพื้นที่ 5 ไร่	48
- บทสรุป พื้นที่ 5 ไร่ ได้เงิน 1 ล้านบาท	52
ทำเงินแสนแบบง่ายๆ ด้วยวิธี “อย่าเห็ดฟางสลบปลูกพืชผักในไร่อ้อย” ที่ “ชุมชนต้นแบบ ธ.ก.ส.”	53
จังหวัดราชบุรี	53
- การปลูกอ้อยสร้างรายได้รายปี	55
- เพราะเห็ดฟาง สลบ ปลูกพืชผักสวนครัว เป็นค่าใช้จ่าย และรายได้รายวัน	62
- บทสรุป พื้นที่ 1 ไร่ มีรายได้เกิน 1 แสนบาท	69
พื้นที่ทำเกษตร 3 ไร่ ทำเงินได้เกือบครึ่งล้าน! จากผลไม้ และพืชผักสมุนไพร แบบสวนผสม	70
แห่ง “3 ไร่ ในฝัน”	70
- สวนผลไม้ผสมผสาน แบบปลอดสารพิษ	71
- แก้วมังกรปลูกสลบกล้วยในพื้นที่ 2 งาน	77
- พืชสมุนไพรในสวนกล้วย และแก้วมังกร	79
- บทสรุป แห่ง 3 ไร่ ในฝัน	85
เกษตรทฤษฎีใหม่ ในพื้นที่ 2 ไร่ ได้หลายแสน! ภูมิปัญญาไทยจาก “คุณยวง เขียวนิล”	86
- เกษตรทฤษฎีใหม่ ทำได้ ไม่ขาดเงิน	87
- ปลูกดุก และกบ วางแผนดี มีเงินใช้	92
- สารพันสูตรปุ๋ย-ยา ทำใช้เอง	94
- บทสรุป เกษตรทฤษฎีใหม่ ในพื้นที่ 2 ไร่ ได้หลายแสน	99
“ผักล้อมปลา ปลูกล้อมข้าว” สูตรสำเร็จ 1 ไร่ ได้เกินแสน ของ “ส.ต.อ.สมัย สายอ่อนตา”	100
ที่ขอนแก่น	100
- ผักล้อมปลา ปลูกล้อมข้าว ให้ได้เงินแสน	100
- ปลา และกบ เลี้ยงง่ายรอบแปลงนา	105
- เปิด และไถ มีไข่ขายได้เงิน	107
- บทสรุป สูตรสำเร็จ 1 ไร่ ได้เกินแสน	109
เกษตรผสมผสาน “ข้าว & ปลา & กุ้ง” กิจกรรมล้างหนี้ 50 ล้าน! ของ “คุณธงไชย คงคาลัย”	110
- ก่อหนี้กับล้างหนี้ ทำง่ายแค่ชนิดเดียว	111
- ปลูกข้าว เลี้ยงปลา-กุ้ง ร่วมกันได้ใน 2 ไร่	112
- บทสรุป เกษตรผสมผสาน ในพื้นที่ 2 ไร่	122
“แพะ” & “ผัก” แนวคิดปลดหนี้ล้าน ภายใน 2 ปี ของ “ชุมชนปลักไม้ลาย”	123
- ผลิตวัตถุดิบอินทรีย์ ทำง่าย ขายง่าย	124
- แปลงนาข้าวอินทรีย์ มีมูลค่าเกินราคาจำนำ	125
- เลี้ยงแพะปลดหนี้ 1 ล้านบาท	129
- บทสรุป แนวคิดปลดหนี้ล้าน ภายใน 2 ปี	135
บรรณานุกรม	136



เกษตรประณีตพื้นที่น้อย รวยได้...ไม่ยาก

บนพื้นที่ 1 ไร่ หรือ 400 ตารางวา หรือ 1,600 ตารางเมตร เป็นตัวแปรตั้งต้นของการเริ่มต้นทำกิจกรรมทางการเกษตร หรือ ในพื้นที่เท่าไรก็ได้ตามความเหมาะสม ขอเพียงแต่ว่าจะมีการจัดการอย่างไรให้เกิดประโยชน์สูงสุด ดังคำที่ว่า “ปลูกทุกอย่างที่กิน กินทุกอย่างที่ปลูก และขายทุกอย่างที่เหลือจากกิน” นั่นเอง ซึ่งเป็นแนวคิดของการทำเกษตรกรรมแบบผสมผสานให้เกษตรกรได้เน้นกิจกรรมที่มีความจำเป็นต่อการดำรงชีพ ไม่ว่าจะเป็นในส่วนของอาหาร ยารักษาโรค และต้นไม้ใหญ่ สำหรับการใช้ประโยชน์ใน

การสร้างที่อยู่อาศัย และการออมเพื่อลูกหลานในอนาคต รวมทั้งในส่วนที่เหลือก็จะนำไปขายเพื่อแลกเปลี่ยนเป็นปัจจัยอื่นๆ สามารถแยกกิจกรรมการผลิตได้ ดังนี้

- 1.กลุ่มพืชผักสวนครัว เพื่อใช้ในการบริโภคหลัก และใช้ประโยชน์ในครัวเรือน เช่น ต้นหอม, สะระแหน่, แมงลัก, โหระพา, ชিং, ข่า, ตะไคร้, ชะอม, ผักหวาน, บวบ, มะระ ฯลฯ
- 2.กลุ่มพืชสมุนไพร เพื่อใช้ในการปฐมพยาบาลเบื้องต้น การป้องกัน และการรักษาโรคต่างๆ เช่น เสลดพังพอน, ว่านชักมดลูก,

เทวดาเผย และอื่นๆ อีกมากมาย

3.กลุ่มไม้ผล ได้แก่ มะกรูด, มะนาว, มะพร้าว, ส้มโอ, มะม่วง, มะขาม และที่ขาดไม่ได้เห็นจะเป็นอาหารหลักอย่าง มะละกอ และกล้วย เป็นต้น

4.กลุ่มเห็ด นับเป็นอีกกิจกรรมหนึ่งที่มีศักยภาพด้านการผลิต การบริโภค ทั้งเป็นเห็ดที่อยู่ในโรงเรือน และเพาะเลี้ยงแบบธรรมชาติ ได้แก่ เห็ดบด, เห็ดขอนขาว, เห็ดนางฟ้า, เห็ดนางรม, เห็ดหูหนู, เห็ดเผาะ, เห็ดผึ้ง, เห็ดระโงก และเห็ดปลวก (เห็ดโคน) เป็นต้น

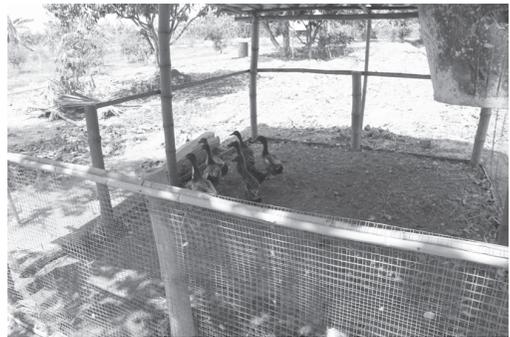
5.กลุ่มสัตว์เลี้ยง เพื่อเสริมกิจกรรมและเป็นอาหาร เช่น เป็ด, ไก่, หมู, โค, กระบือ, แพะ, น่าน และสัตว์น้ำจืด (ปลา, กบ ฯลฯ) เป็นต้น นอกจากนี้จากกิจกรรมการเลี้ยงสัตว์ยังเอื้อประโยชน์กับการปลูกพืช คือ นำมูลสัตว์ต่างๆ กลับมาใช้ในการปรับปรุงบำรุงดิน และเป็นอาหารพืชโดยตรง

จากกิจกรรมการผลิตที่หลากหลายดังกล่าว จะเน้นกิจกรรมที่เกื้อกูลต่อกัน อีกทั้งเพื่อลดต้นทุนการผลิต เช่น การปลูกกล้วยควบคู่กับการปลูกมะละกอ และการปลูกพืชผักกระถางต้นไม้ผล เพื่ออาศัยร่มเงา เป็นต้น ซึ่งสามารถใช้ประโยชน์จากผืนดินได้อย่างคุ้มค่าให้มากที่สุด

สำหรับการออมในระบบการผลิตนี้จะเน้นในเรื่องของการออม ไม่ว่าจะเป็นการออมเงิน การออมทรัพยากร และสิ่งแวดล้อม เพื่อส่งต่อประโยชน์ให้ไปถึงรุ่นลูกรุ่นหลาน ในระบบนี้ได้มีการปลูกไม้ยืนต้น เช่น ยางนา, ตะเคียนทอง, สักทอง เป็นต้น สำหรับการออมในระยะยาวเพื่อลูกหลานจะได้มีไม้ไว้ใช้ประโยชน์ ในการสร้างบ้าน และรายได้ในอนาคต อันเป็นการปูพื้นฐานที่มั่นคงได้



โรงเรือนเลี้ยงหมูหลุมผลิตปุ๋ย



โรงเรือนเลี้ยงเปิดชั่วคราว

จากแนวทางการทำเกษตรกรรมแบบผสมผสานดังกล่าว แสดงให้เห็นว่าการดำเนินกิจกรรมการผลิตในพื้นที่น้อยๆ หรือ พื้นที่เพียง 1 ไร่ นั้น เกษตรกรต้องมีการจัดการความรู้ได้เป็นอย่างดี ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการจัดการดิน ปุ๋ย น้ำ ชนิดของพืชที่นำมาเพาะปลูก การวางแผนผังการเพาะปลูก เพื่อลดการแก่งแย่งกันในเรื่องของแสงแดด สารอาหารในดิน ตลอดจนการจัดการเรื่องอาหารของสัตว์ สุขลักษณะที่เหมาะสม อันจะส่งผลถึงความสำเร็จได้

เกษตรทฤษฎีใหม่ (New Theory Agriculture)

การทำเกษตรในปัจจุบันมีหลากหลายรูปแบบขึ้นอยู่กับความเหมาะสม สภาพเศรษฐกิจ สังคม และความเป็นอยู่ของเกษตรกรในชุมชนนั้น การเกษตรทฤษฎีใหม่ (New Theory Agricul-

ture) เป็นการเกษตรอันเนื่องมาจากพระราชดำริของในหลวงที่มีพระประสงค์ช่วยให้เกษตรกรมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีมั่นคง ในความหมายของความมั่นคง หมายถึง ความยั่งยืน (sustainable) ของเกษตรกรในอาชีพเกษตร คือ การที่มีพอลูอยู่ พอกิน ที่เหลือก็เก็บ หรือ ขาย ซึ่งมีหลักการจัดการทฤษฎีอยู่ 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่หนึ่ง

ฐานการผลิตความพอเพียง เน้นถึงการผลิตที่พึ่งพาตนเอง สร้างความเข้มแข็งของตนเองให้สามารถดำรงชีพอยู่ได้ในพื้นที่ของตนเอง กล่าวคือ “พอลูพอกิน” ไม่อดอยาก ซึ่งในขั้นตอนนี้เป็นเรื่องของการจัดการพื้นที่ทำการเกษตรออกเป็น 4 ส่วน สัดส่วนการใช้พื้นที่ทำการเกษตรตามแนวทฤษฎีใหม่ เพื่อให้ตัวเลขง่ายต่อการจดจำ ตัวอย่างเช่น พื้นที่ 15 ไร่ ดังนี้ 30 : 30 : 30 : 10 (พื้นที่ทำนา สระน้ำ พื้นที่ปลูกพืชแบบผสมผสาน และที่อยู่อาศัย ตามลำดับ)

1. สระน้ำ จำนวน 4.5 ไร่ ขุดลึก 2-3 เมตร (ประมาณ 30 เปอร์เซ็นต์ของพื้นที่)
2. แปลงนาข้าว จำนวน 4.5 ไร่ (ประมาณ 30 เปอร์เซ็นต์ของพื้นที่)
3. พื้นที่ปลูกไม้ผลไม่ยืนต้น พืชไร่ พืชผัก จำนวน 4.5 ไร่ (ประมาณ 30 เปอร์เซ็นต์ของพื้นที่)
4. ที่อยู่อาศัย และอื่นๆ จำนวน 1.5 ไร่ (ประมาณ 10 เปอร์เซ็นต์ของพื้นที่)

พื้นที่ส่วนที่หนึ่ง คือ สระน้ำ ในไร่นามีวัตถุประสงค์เพื่อใช้ในการเกษตรกรรมเป็นหลัก ดังนั้นหากเกษตรกรมีสระน้ำก็เปรียบเสมือนมีตุ่มเก็บกักน้ำในฤดูฝน ช่วยป้องกันน้ำไหลหลากท่วมไร่นาของเกษตรกร ตลอดจนช่วยไม่ให้น้ำไหลหลากลงสู่แม่น้ำลำคลอง สามารถนำน้ำจากสระน้ำมาใช้ กรณีเกิดขาดแคลนน้ำ หรือ ฝนทิ้งช่วงสำหรับฤดูแล้ง หากมีน้ำในสระเหลือสามารถนำมาใช้ในการเพาะปลูกพืช และเลี้ยงสัตว์ การที่เกษตรกรมีสระน้ำในไร่นา ยังแสดงถึงการมี



สระน้ำไว้ใช้ข้างบ้านและสวน



ผักสวนครัวนานาชนิด

หลักประกัน ความเสี่ยงในการผลิตทางการเกษตร ถ้าเกิดการขาดแคลนน้ำขึ้นในการเพาะปลูก นอกจากนี้สระน้ำยังเป็นทรัพยากรในการสนับสนุนการเพาะปลูก และเลี้ยงสัตว์ในไร่นา ให้ความชุ่มชื้น และสร้างระบบนิเวศเกษตรที่เหมาะสมในบริเวณพื้นที่ขอบสระน้ำ การคำนวณความจำเป็นของการใช้น้ำประมาณ 1,000 ลูกบาศก์เมตรต่อการเพาะปลูกพืชผัก 1 ไร่ และบนสระน้ำอาจสร้างเล้าไก่ เล้าหมู ไร่ด้วย ฉะนั้นในพื้นที่ 10 ไร่ ต้องใช้น้ำอย่างน้อย 10,000 ลูกบาศก์เมตร

พื้นที่ส่วนที่สอง คือ แปลงนาข้าว พื้นที่ทำนาในการปลูกข้าวเพื่อการบริโภค ซึ่งข้าวเป็นพืชที่มีความสำคัญทางด้านเศรษฐกิจระดับประเทศ และระดับครัวเรือน ในระดับประเทศถือได้ว่า สามารถนำเงินตราสู่ประเทศได้อย่างมากมายในแต่ละปี หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งว่า ข้าวเป็นวัฒนธรรม และวิถีชีวิตของคนไทยในแง่ของ

งานบุญงานประเพณีต่างๆ และข้าวเป็นพืชที่ปลูกไว้สำหรับคนไทยทั่วประเทศเพื่อการบริโภคในระดับครัวเรือน หากผลผลิตเหลือจึงจำหน่ายเป็นรายได้ รวมถึงข้าวยังแสดงถึงฐานะความเป็นอยู่ของเกษตรกร และทรัพย์สินในแต่ละครอบครัว ข้าวเป็นสินค้าที่เกษตรกรสามารถเก็บไว้ได้นาน ขึ้นอยู่กับความต้องการบริโภค หรือ ต้องการเปลี่ยนจากผลผลิต (ข้าวเปลือก) เป็นเงินตราไว้สำหรับใช้จ่ายในครัวเรือนเมื่อไรก็ได้ ซึ่งจะต่างจากสินค้าเกษตรอื่นๆ โดยทั่วไป คนไทยบริโภคข้าวเฉลี่ยคนละ 200 กิโลกรัม ข้าวเปลือกต่อปีเกษตรกรครอบครัวหนึ่งมีจำนวน 3-4 คน ดังนั้นควรปลูกข้าว 1-2 ไร่ จะได้ผลผลิต 1-2 ตัน ข้าวเปลือก ซึ่งเพียงพอต่อการบริโภคได้ตลอดปี

พื้นที่ส่วนที่สาม คือ แปลงปลูกพืชแบบผสมผสาน สำหรับไว้เพาะปลูกพืชแบบผสมผสานทั้ง ไม้ผล ไม้ยืนต้น พืชไร่ พืชผัก พืชสมุนไพร

และไม้ดอกไม้ประดับ ซึ่งเป็นแหล่งอาหาร ไม่ใช่ สอย และเพิ่มรายได้ การปลูกพืชหลายๆ ชนิด จะช่วยรักษาความสมดุลทางธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อม ตลอดจนช่วยลดความเสี่ยง จากความแปรปรวนของระบบตลาด และภัยทางธรรมชาติ การปลูกพืชผสมผสานยังสามารถช่วยเกื้อกูลซึ่งกันและกัน ลดการพึ่งพาปัจจัยการผลิตภายนอก ไร่เนา และตัดวงจรศัตรูพืชบางชนิดได้อีกด้วย ตัวอย่างของพืชที่ควรปลูก ได้แก่



นาเนาพันธุ์ไม้ทำเงิน



ป่าไม้หลังบ้าน

- ไม้ผลยืนต้น เช่น มะม่วง, มะพร้าว, มะขาม, ขนุน, ละมุด, ส้ม, มะม่วง, กัลย, น้อยหน่า, มะละกอ และกระทอน เป็นต้น
- พืชผักยืนต้น เช่น แคบ้าน, มะรุม,

สะเดา, เหลียง, เนียง, ชะอม, ผักหวาน, ขจร, ขี้เหล็ก และกระถิน เป็นต้น

- พืชผักอายุสั้น เช่น พริก, กะเพรา, โหระพา, ตะไคร้, ชিং, ข่า, แมงลัก, สะระแหน่, มันเทศ, ผีอก, ถั่วฝักยาว, ถั่วพู เป็นต้น
- ไม้ดอก เช่น มะลิ, ดาวเรือง, บานไม่รู้โรย, กุหลาบ, รัก และช่อนกลิ่น เป็นต้น
- เห็ด เช่น เห็ดนางฟ้า, เห็ดฟาง, เห็ดเป่าฮื้อ เป็นต้น

- พืชสมุนไพร และเครื่องเทศ เช่น หมากรุก, พญ, พริกไทย, บุก, บัวบก, มะเกลือ, ชุมเห็ด, กะเพรา, สะระแหน่, แมงลัก และตะไคร้ เป็นต้น

- ไม้ยืนต้น สำหรับใช้สอย และเชื้อเพลิง เช่น ไม้, มะพร้าว, ตาล, มะขามเทศ, สะแก, ทองหลวง, จามจุรี, กระถิน, ยูคาลิปตัส, สะเดา, ขี้เหล็ก, ประดู่, ชิงชัน และยางนา เป็นต้น ไม้ผลไม่ยืนต้นขณะที่ยังเล็กอยู่ ปลูกหมุนเวียนกับข้าว หรือ ปลูกตามหัวไร่ปลายนา พืชเหล่านี้บางชนิดใช้กินใบ และดอกได้ด้วย

- พืชไร่ เช่น ข้าวโพด, ถั่วเหลือง, ถั่วลิสง, อ้อย, มันสำปะหลัง, ละมั่ง เป็นต้น พืชไร่บางชนิดอาจเก็บเกี่ยวเมื่อผลผลิตยังสดอยู่จำหน่ายได้

- พืชบำรุงดิน และพืชคลุมดิน เช่น ทองหลวง, ขี้เหล็ก, กระถิน, ถั่วเขียว, ถั่วแดง, ถั่วพุ่ม, ถั่วมะแฮะ, ถั่วลิสง, ถั่วเหลือง, ถั่วพุ่ม, โสน, ถั่วฮามาต้า เป็นพืชที่ควรปลูกแซม

พื้นที่สวนที่สี่ คือ ที่อยู่อาศัย ที่อยู่บริเวณ

สวนไร่นา สามารถทำให้เกิดประโยชน์สูงสุด เช่น มีไม้ผลหลังบ้านไว้บริโภค ปลูกผักสวนครัว พืชสมุนไพร นำเศษวัสดุเหลือใช้มาทำปุ๋ยหมัก เพาะเห็ดฟาง การเลี้ยงสัตว์เพื่อสร้างคุณค่าอาหาร และโภชนาการ ตลอดจนเสริมรายได้ นอกจากนี้มูลสัตว์ยังเป็นปุ๋ยคอกสำหรับพืช ในลักษณะเกษตรผสมผสาน มีการหมุนเวียนทรัพยากรในไร่นาให้มีประสิทธิภาพ

การจัดการพื้นที่สวนที่สีห์ให้มีที่อยู่อาศัยนั้น ยังหมายถึง การสร้างจิตสำนึก และนิสัยให้มีความผูกพันกับอาชีพการเกษตรของตนเอง เพื่อให้สามารถดำรงชีพอยู่ได้ โดยไม่มีจิตฟุ้งเพื่อหลงไหลในวัตถุนิยม ให้ต่างจากสังคมเมือง อีกทั้งสามารถใช้ประโยชน์จากบริเวณบ้านและที่อยู่อาศัย มีเวลามากพอในการทำการเกษตร ดูแลสวนไร่นาของตนเอง มีสิ่งอำนวยความสะดวกในการดำเนินชีวิตพื้นฐานอย่างเพียงพอ ได้อาหารจากพืช สัตว์เลี้ยง และประมง มียารักษาโรคจากพืชธรรมชาติ และพืชสมุนไพร มีผลไม้วางใจบริโภค และมีไม้ไว้ใช้สอยในครอบครัว

ขั้นตอนที่สอง

การรวมพลังเพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกัน โดยสร้างความพอเพียงในขั้นตอนที่หนึ่ง ทำให้เกิดความเข้มแข็งในแต่ละคน และแต่ละครอบครัว จนเกิดกลุ่มกิจกรรมที่เข้มแข็ง ในขั้นที่สอง จึงมีการรวมกลุ่มร่วมกันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ไม่ใช่การมาขอความช่วยเหลือจากฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเพียงฝ่ายเดียว การรวมกลุ่มให้เกิดพลังในการดำรงชีพ และดำเนินกิจกรรมการเกษตรโดยการร่วมแรงร่วมมือในการผลิต จัดระบบการผลิต การตลาด ร่วมคิดร่วมวางแผน และระดมทรัพยากรในการผลิตร่วมกัน สร้างสวัสดิการ



เตาเผาถ่านทำเอง



ต้นแคไม้ประดับกลางสร้างรายได้

ความเป็นอยู่ ด้านการศึกษา และอนามัย ร่วมกันในกลุ่มชน และกลุ่มเป็นอันดับแรก ทำให้เกิดผลประโยชน์ร่วมกัน

เมื่อกลุ่มมีความเข้มแข็งช่วยเหลือตนเองได้ เกิดความสามัคคีปรองดองกัน สามารถร่วมดำเนินธุรกิจด้วยกันโดยการร่วมกันซื้อขาย ซึ่งจะช่วยในการลดค่าขนส่ง ทำให้เกิดการเรียนรู้แหล่งผลิต ซื้อขายปัจจัยการผลิต และผลผลิต นอกจากนี้แล้วการรวมกลุ่ม และแปรรูปแบบสหกรณ์ ทำให้มีผลผลิตในปริมาณที่มากพอสามารถเพิ่มอำนาจในการรวมกลุ่ม และรูปแบบสหกรณ์ทำให้มีผลผลิต ในปริมาณที่มากพอสามารถเพิ่มอำนาจในการต่อรองราคาในการจำหน่ายพืชผลทางการเกษตรได้

ขั้นตอนที่สาม

การร่วมค้าขายสร้างเครือข่ายเศรษฐกิจ