



สิมมาภ ภาขิงภาพ
เจ้าหน้าที่ประชาสัมพันธ์อาวุโส สำนักงานผู้ช่วยการ สสวท.
E-mail: schan@ipst.ac.th

รศ. ดร. วัฒนา ณ สงขลา

จากทุ่งร้างสู่สวนสวย
เปิดโลกทัศน์แห่งการเรียนรู้และสมดุลงยแห่งชีวิต
ณ อุทยานการศึกษาวัฒนานครใต้
เต็มพลังสมอง สุขภาพดี สุขใจ กายอ้อม

รองศาสตราจารย์ ดร. วัฒนา ณ สงขลา ผู้อำนวยการอุทยานการศึกษาวัฒนานครใต้ จบการศึกษาระดับปริญญาตรีด้านภูมิศาสตร์จากประเทศไอร์แลนด์ ปริญญาโทด้านอาหาร และปริญญาเอกด้านอาหารและโภชนาการจากสหรัฐอเมริกา ท่านมีประสบการณ์ด้านการสอนที่มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี และได้ทำการวิจัยด้านเทคโนโลยีอาหารและโภชนาการเป็นระยะต่อเนื่องยาวนานหลายสิบปี จนถึงปัจจุบันก็ไม่หยุดยั้งที่จะวิจัยและคิดค้นความรู้และผลิตภัณฑ์ใหม่ ๆ ด้วยใจรักและมุ่งมั่นในเส้นทางที่แผ้วถางมาแทบทั้งชีวิต

รดตัวของ สสวท. ที่พาสมาชีวิตออกเดินทางจากกรุงเทพมหานครกว่าสองชั่วโมง เดินทางไปเยือนสถานที่สงบเขียวที่ชุกกายอยู่ในอ้อมกอดของขุนเขา ไกลชะอำ และหัวหิน ตกแต่งด้วยไม้ประดับที่กินได้ นานาพันธุ์ ซึ่งสวยทั้งรูป ทั้งกลิ่น และรสชาติดี สถานที่แห่งนี้ค่อย ๆ เป็นที่รู้จักของทุกคนในนามของ “อุทยานการศึกษาวัฒนานครใต้” ที่สื่อถึงในด้านต้นตำรับไม้ประดับที่กินได้ เนื่องจาก รศ. ดร. วัฒนา และ รศ. ดร. วัฒนา ณ สงขลา ผู้เป็นเจ้าของ ได้นำประสบการณ์ด้านภูมิศาสตร์อาหารและโภชนาการที่สั่งสมมานาน มาบุกเบิกสถานที่รกร้างซึ่งเป็น “ป่าหญาเสื่อมโทรม” จนกลายมาเป็นอุทยานการศึกษาดังกล่าว รวมทั้งพัฒนาผลิตภัณฑ์ที่เน้นการใช้สอยสิ่งที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์สูงสุดทั้งดอก ใบ ลำต้น และราก จนเป็นที่ยอมรับของปวงชนทั้งรสชาติและคุณค่าทางโภชนาการ

อุทยานการศึกษาวัฒนานครใต้ เกิดขึ้นจากความต้องการอยู่กับธรรมชาติที่สวยงาม ในช่วงบั้นปลายของชีวิต หลังเกษียณอายุราชการ แต่เมื่อสวนสวยขึ้น ก็อยากให้เกิดประโยชน์แก่ผู้อื่นให้มากที่สุด คือ ได้ทั้งความสุขตา สุขใจ และความรู้ที่เป็นประโยชน์ทั้งต่อชีวิต และสุขภาพ รวมทั้งทำให้เกิดอาชีพได้ด้วย

“แรงบันดาลใจที่สำคัญยิ่งก็คือการสนองพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวที่ได้ทรงเสด็จนำตักหุบสบู่ จ.เพชรบุรี ที่อยู่ในบริเวณใกล้เคียง เมื่อเสด็จมาในตอนหลังเพียงไม่กี่ปี ทรงพบว่าน้ำตักได้แห้งเหือดไป

จึงตรัสไว้ว่าที่นี่ (บ้านอ่างหิน) “หากปล่อยทิ้งไว้จะเป็นทะเลทราย”และน่าจะทำยานี้ให้เป็น “แหล่งท่องเที่ยว” จึงคิดว่าถ้าเราทำจริง ๆ ก็น่าจะสนองพระราชดำริได้ ยุคแรกในช่วงบุกเบิกพื้นที่ ก็ไม่นึกว่าเราจะทำได้ แต่พอถึงยุคที่สอง ยุคที่สามก็มั่นใจ ภาพรวมของการพัฒนาวิสาหกรรมการเดินนั้นในยุคที่ 1 พ.ศ. 2533 - 2537 จะเป็นการสร้างสวนพักผ่อน - สวนผสม ยุคที่ 2 พ.ศ. 2537 - 2540 ปรับปรุงสวนให้มีสีสันขึ้นด้วยไม้ดอกหลากหลาย ยุคที่ 3 พ.ศ. 2540 - 2542 สร้างสวนหินไม้หอม และยุคที่ 4 พ.ศ. 2542 - ปัจจุบัน สร้างอุทยานการศึกษาวิสาหกรรมการเดิน” รศ.ดร. วัฒนา ณ สงขลา กล่าว

นอกจากผู้มาเยือนวิสาหกรรมการเดินจะเกิดความสุขตาสบายใจแล้ว ยังได้ความรู้แบบครบวงจร ทั้งด้านการจัดตกแต่งพื้นที่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด ด้านไม้ประดับที่กินได้และสมุนไพรเพื่อใช้ในชีวิตประจำวันและปลูกเป็นอาชีพ การแปรรูปผลิตผลจากการเกษตรเป็นทั้งอาหารเครื่องดื่ม และยาแบบง่าย ๆ เพื่อสุขภาพ รวมทั้งความรู้ด้านการบริโภคอาหารที่มีประโยชน์สูง แต่ประหยัดรายจ่าย โดยมี “ศูนย์อาหารโภชนาการอายุวัฒนะ” เป็นศูนย์ให้ความรู้และบริการในด้านที่กล่าวมาแล้ว ซึ่งเป็นส่วนสำคัญที่จะนำไปสู่การมีอายุยืน

พร้อมกันนั้นท่านได้ช่วยอธิบายว่า “แนวคิดของวิสาหกรรมการเดิน คืออยากให้คนหันมาสนใจและรักที่จะอยู่กับธรรมชาติ เพราะจะทำให้สุขภาพจิตดี มีความอ่อนโยน จิตใจสงบ สุขภาพแข็งแรง และกลับไปสร้างความงามเช่นนี้ที่บ้านและที่ทำงาน และที่สำคัญคืออยากให้เป็นตัวอย่างของ การลงทุนในบ้านปลายชีวิตที่สามารถแบ่งปันความสุขและประโยชน์แก่ผู้อื่น

เนื่องจากเราได้เน้นมาตลอดว่าพืชทุกต้นที่ปลูกจะต้องใช้ประโยชน์ได้ วิสาหกรรมการเดินจึงมีพันธุ์ไม้กว่า 200 ชนิดที่กินได้ และสามารถแปรรูปเป็นไวน์สุขภาพได้ถึง 100 กว่าชนิด และชาสมุนไพรกว่า 30 ชนิด นอกจากนั้นยังมีผลิตภัณฑ์อื่นอีกมากมาย เช่น ผลไม้แช่อิ่ม (แบบไม่หวาน) บัวย ซอสปรุงรสแยม น้ำส้มสายชูจากผลไม้ และผลิตภัณฑ์สุขภาพนานาชนิดจากถั่วเหลืองและกากถั่วเหลือง

ผลิตภัณฑ์ไวน์ที่ภูมิใจมากที่สุด คือ “ไวน์ว่านกาบหอย” ซึ่งมีสรรพคุณแก้ไอ แก้หวัดและแก้เจ็บคอ และยังมีไวน์สมไทยเป็นยาบำรุงกำลังและสุขภาพ ไวน์กุหลาบ ไวน์มะลิ ตามสรรพคุณของสมุนไพร 2 ตัวนี้ คือ บำรุงหัวใจ คลายเครียดและทำให้

สดชื่น ไวน์สมุนไพรรวม (10 ชนิด) แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ และไวน์อื่นๆ อีกมากมาย ฯลฯ

ด้านการตลาด เน้นขายที่นี้เป็นหลัก มีผู้มาซื้อไปจำหน่ายเองบ้าง และมีบริษัทต่างประเทศที่มาดูงานที่นี้แล้วชอบใจได้นำตัวอย่างไปเพื่อหาตลาดอยู่

วิสาหกรรมการเดินประกอบด้วยสวนต่างๆ 10 สวน ได้แก่ สวนบ้านรับรอง สวนไม้ประดับที่กินได้และพืชสมุนไพร สวนหินไม้หอม สวนกุหลาบบนเนิน สวนผสมชมวิว สวนเด็ก เพลินตา สวนแค้มป์ปิ้ง สวนป่า สวนสระริมธาร และสวนกุหลาบแสนสวย กิจกรรมหลักได้แก่ การพักผ่อน สนุกสนาน ออกกำลังกาย เช่น ขี่จักรยาน เดินวิ่งออกกำลังกาย หรือเยี่ยมชมสวนแบบสบายๆ และคลายเครียด และเกมทดสอบความรู้ต่างๆ

กิจกรรมที่จัดให้แก่ผู้มาเยี่ยมชมดูงานจะเป็นการศึกษา ทฤษฎีและการปฏิบัติจริงที่ได้ผลอย่างดีในด้านความรู้ การแปลงทุ่งร้าง ดินเสื่อมโทรม ให้เป็นอุทยานการศึกษาที่สวยงามอย่างประหยัดและง่ายต่อการปฏิบัติ การใช้พื้นที่ที่จำกัดให้เกิดประโยชน์สูงสุด ประหยัดทั้งแรงงานและเวลา การป้องกันดินพังทลาย การป้องกันวัชพืชแบบไม่ใช้สารเคมี การใช้น้ำให้เกิดประโยชน์สูงสุด ชมการสาธิตและฝึกปฏิบัติการแปรรูปผลิตภัณฑ์จากไม้ประดับที่กินได้ ผลไม้ ถั่ว และสมุนไพร ศึกษาแนวทางการจัดการท่องเที่ยวเชิงการศึกษาและการพัฒนา กิจกรรมจัดตกแต่งและปรุงอาหารสุขภาพ กิจกรรมสนุกโดยให้แข่งขันค้นหาพืชที่น่าสนใจและมีคุณค่าต่อสุขภาพ รวมทั้งการเสิร์ฟ อาหารสุขภาพจากพืชและสมุนไพรที่แปลกใหม่ และมีรสชาติอร่อย





งานวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยีที่พัฒนาและศึกษาได้ ในวัฒนธรรมการเดิน มีทั้งด้าน **วิทยาศาสตร์กายภาพ** ซึ่ง ศึกษาได้ทุกสาขา เช่น ดาราศาสตร์ ภูมิศาสตร์ ธรณีวิทยา **วิทยาศาสตร์ประยุกต์** ที่เด่นชัดมาก คือ เทคโนโลยีอาหารโภชนาการ การอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ การอาชีพชุมชน เกษตรกรรม และเศรษฐกิจพอเพียง

วิทยาศาสตร์สิ่งแวดล้อมและชุมชนเมือง เนื่องจากสถานที่นี้ตั้งอยู่ใกล้เมือง

ใหญ่ และอยู่ท่ามกลางสถานศึกษาหลายแห่ง คือ มหาวิทยาลัยศิลปากร สถาบันวิจัยการเกษตร สถาบันการศึกษา พื้นฐาน ศูนย์ศึกษาการพัฒนาห้วยทรายฯ และสถาบันธุรกิจต่างๆ หากมีการรวมพลังสร้างต้นแบบ **“เมืองเศรษฐกิจพอเพียง”** เป็นสังคมของความรัก สามัคคีและมีเศรษฐกิจท่องเที่ยวเป็นฐาน ก็จะมีการพัฒนาอย่างยั่งยืน

จากที่กล่าวมาข้างต้น จึงสามารถใช้สถานที่แห่งนี้จัดกิจกรรมเพื่อการเรียนรู้ด้านวิทยาศาสตร์ได้มากมาย อาทิ ด้าน

พฤกษศาสตร์ ศึกษาพืชพื้นเมือง พืชในประเทศและต่างประเทศ

นิเวศวิทยา การปรับปรุงพื้นที่ให้มีความหลากหลายตามหลักวิทยาศาสตร์ เช่น การปลูกพืชริมตลิ่งเพื่อป้องกันดินพังทลาย

ธรรมชาติวิทยา ฤดูและอุณหภูมิของอากาศที่ต่างกันมากในเวลากลางวันและกลางคืนส่งผลให้ปลูกพืชเขตอากาศเย็นได้หลายชนิด

ธรณีวิทยา สามารถศึกษาชั้นของหินและดินที่หลากหลาย ศึกษาการปรับปรุงดินอย่างมีหลักเกณฑ์ด้วยวิธีประหยัด

อุทกศาสตร์ การขุดสระน้ำอย่างถูกวิธี

เกษตรกรรม การปลูกพืชด้วยชนิดและวิธีการต่าง ๆ อย่างได้ผลทั้งด้านผลิตผล การประหยัดพื้นที่และแรงงาน ตลอดจนให้ความสนใจสวยงามกับพื้นที่

กีฏวิทยา เปิดไฟส่องเวลากลางคืนแทนการใช้ยาฆ่าแมลงและเทคนิคการใช้สารสกัดจากพืชช่วยป้องกันแมลง

คหกรรมศาสตร์ การผลิตอาหารเพื่อสุขภาพ การแปรรูปอาหารแบบต่างๆ ที่มีค่า ประหยัดเวลา แรงงานและต้นทุน

โภชนาการศาสตร์ ให้ความรู้ในการรู้จักเลือกประกอบและบริโภคอาหารให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อร่างกาย

ในขณะที่สนทนากันนั้นอาหารว่างตำรับวัฒนธรรมการเดินได้ทยอยมาให้คณะของเราได้ทดลองลิ้มรส นับตั้งแต่ เซอร์ไทย สีแดงสดหวานฉ่ำ ขนุนหวานกรอบ บัวยุคหลากซึ่งเป็นกากที่ได้จากการทำไวน์บุกหลาก ชาสมุนไพร กาแฟถั่วเหลือง มีไวน์นับร้อยชนิดตั้งไว้ที่โต๊ะข้างๆ ให้ชมเพื่อเรียกน้ำย่อยและให้ชิมได้ตามต้องการ และที่เรียกเสียงฮือฮาได้มากที่สุดคือผักชุบแป้งทอดเสิร์ฟคู่กับซอสมะม่วง ที่หวานและกลมกล่อมกว่าซอสพริกที่วางขายตามท้องตลาดซะอีก และเมื่อดูในสำหรับปรากฏว่าผักชุบแป้งทอดที่วางนั้นก็คือ ไม้ประดับชนิดต่างๆ ที่บางอย่างก็ไม่คิดว่าจะกินได้ เช่น ดอกเข็ม ลั่นทม เฟื่องฟ้า พวงชมพู ฯลฯ

เมื่อสอบถามจึงได้ทราบว่าเรื่องเมนูไม้ประดับกินได้ รศ.ดร. วัฒนา ได้มีการเผยแพร่ทั้งจากการเป็นวิทยากรผ่านสื่อมวลชน เป็นวิทยากรแก่คณะดูงานจากทั่วประเทศ การสอนในมหาวิทยาลัย ทางตำราที่อาจารย์แต่ง และสื่ออื่นๆ มานานกว่าสามสิบปีแล้ว

คณะของเราจึงได้ถามต่อไปว่าในเมื่อท่านได้พัฒนาองค์ความรู้ในด้านต่างๆ ขึ้นมากมาย แล้วมีการถ่ายทอดความรู้สู่สังคมหรือคนในชุมชนอย่างไรบ้าง

ท่านแจงตอบข้อสงสัยเราว่าในส่วนของการถ่ายทอดความรู้ต่อชุมชนนั้น มีทั้ง

ด้านเศรษฐกิจ ได้ให้ความรู้ สาธิต และฝึกภาคปฏิบัติในด้านไม้ประดับที่กินได้และพืชสมุนไพร การแปรรูปผลิตผลจากธรรมชาติให้เป็นผลิตภัณฑ์สุขภาพแก่กลุ่มต่างๆ ปีละหลายพันคน ซึ่งหลายกลุ่มนำไปปฏิบัติและสร้างรายได้แล้ว

ด้านสังคม ส่งเสริมการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข ร่วมกันพัฒนาท้องถิ่นของตนเอง ซึ่งจะส่งผลต่อการพัฒนาบ้านเมืองโดยรวม

ด้านสิ่งแวดล้อม ส่งเสริมและให้ความรู้ด้านการปรับปรุงดินที่เสื่อมโทรมให้เป็นแหล่งทำการเกษตรที่ได้ผล ประหยัดไม่สร้างมลพิษต่อสิ่งแวดล้อม และใช้ทุกอย่างแบบครบวงจร แทบไม่มีการทิ้งเปล่าเลย

หน่วยงานที่เคยมาศึกษาดูงานที่วัดนาคาร์เดิน อาทิ กลุ่มแพทย์ พยาบาล จิตแพทย์ สถานศึกษา (อาจารย์ นักศึกษา และนักเรียน) องค์กรบริหารท้องถิ่น ผู้นำชุมชน ผู้นำสตรี กลุ่มผู้รักสุขภาพ กลุ่มธุรกิจ นักท่องเที่ยว กลุ่มชาวบ้าน ฯลฯ จากหลากหลายพื้นที่ทั่วประเทศและต่างประเทศ ซึ่งการถ่ายทอดความรู้ตามที่กล่าวมาวัดนาคาร์เดินได้จัดวิทยากรให้ความรู้ในทุกหัวข้อ รวมทั้งให้ส่วนลดตามฐานะและความเป็นไปได้ของแต่ละกลุ่มที่มาศึกษาเรียนรู้ เพื่อเปิดโอกาสให้ทุกคนได้รับความรู้ที่ต้องการมากที่สุด

“การทำงานนี้ทำให้สุขใจกับความงามที่เกิดขึ้นในสวน และได้ถ่ายทอดสิ่งที่เราเห็นว่าเป็นประโยชน์ แล้วมีคนมาเห็นคุณค่า ได้ความรู้ สุขตา สุขใจ อิ่มอร่อย กับผลิตภัณฑ์ของเรา และหวังว่าจะมีการขยายผลไปสู่การต่าง ๆ ทั่วทั้งขวางขึ้นก็จะยิ่งดีใจมาก”

อุทยานการศึกษาวัดนาคาร์เดิน จึงจัดได้ว่าเป็นสถานที่ให้ความรู้และเป็นสถานที่ท่องเที่ยวเพื่อเพิ่มความรู้ด้านอาหารโภชนาการ และการพัฒนาชีวิตให้สมดุลสอดคล้องทั้งกาย ใจ และปัญญา

รศ.ดร. วัฒนา ณ สงขลา กล่าวทิ้งท้ายว่า “ขอเชิญชวนให้ผู้อ่านนิตยสาร สสวท. ได้มาเยี่ยมชมและศึกษาความรู้ที่วัดนาคาร์เดิน ซึ่งท่านจะได้สัมผัสใกล้ชิดกับธรรมชาติที่มีคุณค่า และได้ทำกิจกรรมที่เกี่ยวกับธรรมชาติร่วมกัน พิษพันธุ์ที่ปลูกจะส่งผลให้ผู้เกี่ยวข้องภูมิใจ และสนใจที่จะบริโภคพืชผักผลไม้ที่ปลูกขึ้นเอง ทำให้เกิดผลดีต่อสุขภาพ ประหยัดรายจ่าย และบางส่วนของผลผลิตอาจจำหน่ายเป็นรายได้ของครอบครัวและขยายเป็นธุรกิจได้ (เขอรืหวานให้ผลผลิตภายใน 2 ปีกว่า)

การมาศึกษาที่วัดนาคาร์เดิน จะทำให้ท่านได้ใช้ประโยชน์จากสิ่งที่มีอยู่รอบบ้าน แต่ไม่เคยทราบว่าพืชเหล่านั้นมีค่าอย่างไรและใช้ประโยชน์อะไรได้ การบริโภคพืชจากในสวนของท่านที่ไร้สารพิษช่วยให้ห่างไกลจากสารพิษตกค้างที่อาจมาจากพืชผักในท้องตลาด กิจกรรมที่น่าสนใจและเป็นประโยชน์ภายในครอบครัวจะดึงดูดให้สมาชิกวัยรุ่นใช้เวลาว่างที่เป็นประโยชน์และสร้างความรักและความอบอุ่นร่วมกันภายในครอบครัวด้วย”

หลังจบการสนทนา คณะของเราไม่พลาดโอกาสที่จะเลือกซื้อของฝากถูกใจกลับบ้านไปคนละหลายอย่าง แม้

แต่คนที่ออกตัวว่าเป็นเด็กดีไม่ดื่มแอลกอฮอล์ก็ยังไม่ดื่มที่จะซื้อไวน์่านกาทหายไปฝากคนใกล้ตัว โดยให้เหตุผลว่าเป็นของฝากเพื่อสุขภาพ หลังจากนั้นวิทยากรคนเก่งก็นำชมห้องสาธิต และปฏิบัติการด้านอาหาร โรงผลิต และบ่มไวน์ที่สะอาด และเรียบง่าย สมกับหลักการเศรษฐกิจพอเพียงโดยแท้ จากนั้นก็ได้ชมสวนสมุนไพรไม้ประดับที่กินได้ และบริเวณต่าง ๆ รอบ ๆ วัดนาคาร์เดิน จนถึงเวลาเอ่ยอำลาจากกันด้วยความประทับใจ

จากการที่ได้สนทนาแลกเปลี่ยนความรู้กับ รศ.ดร. วัฒนา ณ สงขลา ทำให้ได้เห็นจุด ๆ หนึ่ง ที่ประทับใจผู้เขียนมาก นั่นคือ ความใส่ใจและความตั้งใจในสิ่งที่ทำบวกกับความรู้ความสามารถที่มีอยู่ จึงทำให้สิ่งที่ตั้งใจจะให้ เป็นเพียงงานอดิเรกหรือการพักผ่อนกลายเป็นการสร้างอุทยานการศึกษาที่ให้คุณค่าในแง่การเรียนรู้แก่สังคมได้ อาจเป็นเพราะความเป็น “ครู” ที่มีอยู่อย่างลึกซึ้งในจิตวิญญาณ จึงทำให้ท่านเปิดโอกาสให้ทุกคนได้รับความรู้ที่ศึกษามาตลอดชีวิตอย่างไม่หวงวิชา

ผู้สนใจที่จะเดินทางไปชมสวนที่สวยงาม ศึกษาเรียนรู้ ฟังบรรยายเกี่ยวกับสวนไม้ประดับที่กินได้และการแปรรูปผลิตภัณฑ์ รวมทั้งลิ้มรสผลิตภัณฑ์จากธรรมชาติ ติดต่อได้ที่ วัดนาคาร์เดิน 25/1 หมู่ 6 ตำบลสามพระยา อำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี 76120 โทร. (032)593-199 (01) 813-9027 โทรสาร (032)593-199 ซึ่งยินดีต้อนรับทั้งผู้เข้าชมเป็นครอบครัว หมู่คณะทั้งกลุ่มเล็กและกลุ่มใหญ่

