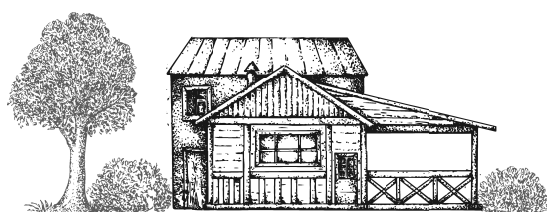


Геннадий Распопов

ЭКОДАЧА

**КАК ВЫРАЩИВАТЬ ПРОДУКТЫ
ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ**

ОТКРОВЕННЫЙ РАЗГОВОР ВРАЧА
И САДОВОДА О ЖИЗНИ В ДЕРЕВНЕ
И ОРГАНИЧЕСКОМ ЗЕМЛЕДЕЛИИ



МОСКВА
2019

УДК 634
ББК 42.3
Р24

Распопов, Геннадий Федорович.

Р24 Экодача. Как выращивать продукты для здоровья: откровенный разговор врача и садовода о жизни в деревне и органическом земледелии / Геннадий Распопов. — Москва : Эксмо, 2019. — 192 с. — (Подарочные издания. Лучшие агрономы России).

ISBN 978-5-04-170300-4

Эта книга написана детским врачом и садоводом с 40-летним стажем. Она специально для тех, кто заботится о здоровье родных и близких, кому важно, чем питаются они сами, их дети и внуки. Только выращивая на своем участке урожай по правилам природного, экологического земледелия, можно быть точно уверенным в качестве продуктов, полезных для здоровья!

Автор предлагает не просто эффективные методы получения натуральных продуктов — овощей, зелени, фруктов, молока и яиц. Он погружает в самую суть природных процессов, откровенно делится личным опытом отказа от химии и перехода исключительно на экологические земледелие и животноводство.

**УДК 634
ББК 42.3**

ISBN 978-5-04-170300-4

© Распопов Г.Ф., текст, 2019
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2019

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	4
ПОЧВА, БИОРАЗНООБРАЗИЕ И ЭКОЛОГИЯ	7
Что такое экологическое земледелие	8
Системный подход к организации хозяйства	14
Как применять навоз в экологическом саду	29
Рецепты правильного компоста.....	36
Секреты мульчирования органическими материалами	45
Сидераты и плодородие – мифы и реальность.....	55
Дождевые и калифорнийские черви: нужны ли они?	66
ВОЗДУХ, ВОДА И ПОГОДА.....	73
Ветер в нашем саду и огороде	74
Оптимальное освещение различных культур.....	82
Влияние тепла на развитие растений	90
Правильный полив и сохранение почвенной влаги	98
Рациональная планировка грядок.....	107
Удобство свободных посадок	117
СЕКРЕТЫ ЗДОРОВОЙ РАССАДЫ ОВОЩЕЙ	123
Что важно знать о рассаде.....	124
Основные овощные культуры	131
Выращивание зеленных культур.....	144
Особенности рассады свеклы и капусты	149
ЖИВОТНЫЕ В ЭКОЛОГИЧЕСКОМ ХОЗЯЙСТВЕ.....	159
Зачем нужны животные.....	160
Разведение птицы на своем участке	163
Кролики и козы – важная часть хозяйства.....	173
ПРИЛОЖЕНИЕ	181
Что такое аэрированный компостный чай (АКЧ)	182
Заключение	190



ПРЕДИСЛОВИЕ

Ярос на степных просторах под Ростовом и был счастлив. В огороде без ухода зрели огромные сахарные помидоры, в окно стучали переспелые черешни, затем абрикосы, утром распаиваешь створки, прыгаешь на ветки деревьев ростом с дом и завтракаешь фруктами. Экология в начале 50-х годов прошлого века еще не была нарушена. Отец – охотник и рыбак – часто приносил домой перепелок и куропаток или огромных сазанов.

Грядки меня мало интересовали, в первом классе я увлекался рассказами Виталия Бианки, разговаривал с синичками, приучал их садиться на руку. В третьем классе прочитал книгу «Маленькие дикари», и Эрнест Сетон-Томпсон научил меня строить вигвамы, разжигать костры, охотиться, не причиняя вреда всему окружающему. Произведения этих авторов обогатили мой внутренний мир новыми чувствами, я стал глубже понимать природу и бережнее к ней относиться. Названные мною книги не устарели, они и сейчас могут быть лучшим подспорьем для юных любителей природы.

Став старше, в школьные годы, я любил лазить с друзьями по местным балкам и сопкам, мы искали пещеры, где в войну партизаны прятали оружие. Тогда я впервые узнал, к чему может привести детская беспечность – приятелям оторвало ноги. А к моим родителям часто приходили друзья-врачи, и я услышал их рассказы об операциях детишкам, раненым при расстреле восставших рабочих Новочеркасска 2 июня 1962 года. В результате этих психологических потрясений я задумался о медицине и решил стать врачом.

В институте я продолжал путешествовать – пешком и автостопом по России, с «комсомольцами» по европейским странам. Впервые увидел, как в ухоженной Европе молодежь протестует против индустриализации, грязных выбросов, уничтожения лесов и рек. В нашей стране вокруг городов росли свалки, от черного дыма из заводских труб у детей развивались болезни легких. В институте меня учили лечить астму, но говорить о вреде от деятельности промышленных предприятий было запрещено.

Я познакомился с кружками диссидентов-почвенников, которые пытались противостоять загрязнению природы. Но в то время у меня родился сын, и мы с женой мечтали лишь о том, чтобы найти место, не загрязненное цивилизацией, построить дом, посадить сад, читать книги, растить внуков, лечить детей... Так я оказался на родине Бианки, на востоке Новгородской области.

Вначале «новой жизни» стрессы продолжались. Мы с женой и ребенком пару лет ютились в десятиметровой комнатке в коммуналке, где не было ни ванны, ни душа. Но мы – из тех, для кого рай возможен в любом шалаше, нас окружала прекрасная природа, которой не устает наслаждаться.

При Брежневe нам дали государственную квартиру, а во времена Андропова и Черненко – шесть соток земли в дачном кооперативе, но едва я построил теплицу, как пришла комиссия, измерила ее размеры и приказала снести, мол, разрешено 15 кв. м, а у меня – 18.

В магазинах в тот период было пусто, за колбасой и маслом ездили в Ленинград на ночных электричках, а на шести сотках мы начали успешно производить все остальное. Так я учился самовыживанию и самообеспечению.

Я продолжал вести научные исследования, защитил диссертацию по педиатрии, приобрел способность на любую проблему смотреть системно. Научился не только лечить, но и прогнозировать болезни и организовывать профилактику, вначале для своих пациентов, а затем и для растений в саду.

Когда в России в результате перестройки появился «дикий рынок», мне пришлось выживать в новых условиях, обучаясь коммерции. Разрешили собственность на землю и средства производства, и я научился быть хозяином на своей земле.

Я читал книги выдающихся специалистов в отдельных областях и видел, что их авторы ничего не понимают в смежных дисциплинах. Строил свой дом и осознавал, что архитекторам нет дела до почвы и экологии. Читал о выращивании домашних животных и понимал, что животноводы думают о прибыли и эффективности, но не знакомы с основами правильного питания человека и не знают, что органика (отходы животноводства) может реанимировать землю, а не загрязнять ее.

Учась выращивать целебные плоды и овощи, я заметил, что аграрии прекрасно разбираются в химизации и интенсификации, но не думают об экологии. Экологи часто размышляют о глобальных проблемах земного шара, но не заботятся о конкретном человеке и его семье.

Я же смог свои навыки системного, научного подхода, сведения в области биологии, экологии, медицины, садоводства и животноводства, опыт путешествий и чувство любви к лесу, лугам, рекам, птицам, книгам о природе – все эти и теоретические и практические знания объединить в целое, создав экологическое приусадебное хозяйство.

Я понял главное: надо не сетовать на несовершенство мира, а создавать гармонию на своем клочке земли, в своей семье, в своем приусадебном хозяйстве.

Прошли годы и, по сути, все мечты мои сбылись полностью. Сейчас у меня пятеро внуков и внучек. Я стараюсь привить им патриотизм и любовь к своей малой родине.



Всех моих внуков прикладывали к груди сразу после первого крика, и у них формировался импринтинг (первый образ в критический момент после рождения, устойчивая программа поведения), или, по-простому, любовь к родной матери.

В шесть месяцев мои внуки уже видели, как бабушка ухаживает за козочкой и дает им первую чужеродную пищу – теплое парное молоко. Аромат детства, запах и вкус этого молока они сохранят на всю жизнь.

Когда внуки начинали ходить, я вел их на грядки с клубникой, и они сами учились выбирать самую крупную и сладкую ягоду, клали ее в рот и радовались царящему вокруг раздолью. Этот вкус клубники и чувство свободы они запомнят навсегда.

Когда внукам исполнялось пять лет, они помогали мне ухаживать за птицей, наблюдали, как куры и утки строят гнезда, высиживают яйца, учат цыплят искать червячков. Они видели, что петух, найдя зернышки, не склевывает их первым, а, танцуя вокруг корма, зовет курочек и цыплят на завтрак. Так у внучат формировались представление о здоровых, естественных отношениях в семье и любовь к своему окружению.

Как-то дети помогали мне ухаживать за растениями в саду.

– Убей! – закричалменьшенький, обращаясь к старшему. – Это вредная букашка!

Но первоклассник внимательно разглядывал клопа, который полз по стволу кукурузы. Он приподнял листик, и оттуда выползла целая семейка мелких клопиков-«черепашек». Старший отвел руку младшего и спокойно сказал:

– Ничего в природе трогать нельзя, все живые существа приносят пользу. Уничтожишь одну букашку – погибнет целая цепочка организмов, от них зависящая. Пусть живут и сами разбираются между собой. Так меня учил дедушка, когда я был такой же маленький и глупенький, как ты.

У меня сердце сжалось от умиления. Значит, не зря я вырастил сад, в котором теперь мои внуки набираются мудрости. Они не просиживают часы за компьютером, играя в азартные «стрелялки», а наблюдают за реальной борьбой, происходящей в дикой природе, и постигают ее простые и глубокие законы.

Об этом и многом другом, но в целом – о том, как создать вокруг себя условия для преумножения физического и психологического здоровья всей семьи, я и продолжаю писать книги.



**ПОЧВА,
БИОРАЗНООБРАЗИЕ
и ЭКОЛОГИЯ**



ЧТО ТАКОЕ ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ ЗЕМЛЕДЕЛИЕ



О ФОРМИРОВАНИИ РАЗНЫХ ПОДХОДОВ К САДОВОДСТВУ

Наверное, у каждого садовода есть знакомый, такой же увлеченный фанат сада и огорода, с которым постоянно обсуждаются философские вопросы садоводства, ведутся споры до хрипоты о лучших приемах агротехники, об урожайных сортах и новых культурах. Последние четыре десятка лет ко мне постоянно заходит мой сосед по саду Виктор – посмотреть, что нового у меня, и я делюсь с ним всеми своими секретами, новыми сортами, черенками, семенами, мне интересно, как он воспринимает новые методы агротехники, и как они приживаются на его участке. Виктор рассказывает о том, какие проблемы приходится решать ему и его соседям, не имеющим агрономического образования. Познакомились мы с Виктором сорок лет назад, когда в голодные годы, чтобы выживать, взяли по шесть соток земли в садовом товариществе и оказались соседями.

Виктор потерял здоровье в молодости, в армии был контужен, страдал приступами головокружений, но работа в саду как-то сгладила болезнь, и сейчас, будучи пенсионером по возрасту, он все летнее время проводит на даче, работает на земле, воспитывает внуков.

Я воспринимаю занятия садом как хобби, основное время провожу, консультируя больных, вечерами пишу статьи по садоводству для журналов, модерую садовые сайты, а на участке работаю не более двух часов в день.

Виктор с женой, бывая у нас в саду, задают один и тот же вопрос:

– Как вы все успеваете? У вас теперь земли в десять раз больше, чем у нас – целое поле под овощи за городом, сад в полгектара в пригороде, 12 соток цветов и овощей у дома, животных тоже намного больше, и все растет, не болеет, дает урожай, и усталыми мы вас не видим. А мы горба-

тимся на своих шести сотках у дома, устаем, а урожая еле хватает на зиму, и такого разнообразия плодов, ягод и овощей нет.

Виктор рос в деревне, а я – в городе, поэтому, когда мы познакомились, сосед все знал и умел и учил меня, как сажать картошку, как под лопату класть в землю навоз.

Я в то время уставал на работе, трудился над диссертацией по медицине и для переключения мыслей параллельно стал читать книги и журналы по сельскому хозяйству, каждый год осваивать по пять-десять новых культур и методов агротехники, ставил опыты в саду. Увлёкся экспериментами с минералкой по Митлайдеру и гидропонными установками, затем заинтересовался пчелами и разведением калифорнийских червей.

Увлечение превратилось в страсть, и уже на третий год после получения земли я занялся селекцией гладиолусов, сразу с использованием мутагенеза, загорелся скрещиванием овощных культур, создавал свои гетерозисные гибриды томатов, постоянно ездил в Питер и Москву, знакомился с опытными садоводами, цветоводами, учеными-селекционерами, привозил от них семена новых сортов, черенки садовых растений, осваивал все новые и новые приемы агротехники.

Все статьи и книги, которые прочитал я, давал читать и Виктору, секреты и методы выращивания растений я от него не скрывал. Единственное отличие: у меня было базовое высшее биологическое образование, а у Виктора – мудрость и опыт предков-агративов. Хотя интерес к земле и желание ставить эксперименты на ней у нас были одинаковые.

Прошло почти сорок лет, Виктор все попробовал из того, что я внедрил в своем саду, но быстро охладевал к новым приемам и переходил к тем методам, что применяли его предки в прошлом и позапрошлом веке и сейчас используют большинство соседей.

И я решил написать книгу на эту тему, поделиться именно практически секретами, как создать успешный сад и огород на приусадебном участке, какие ошибки не стоит допускать, ответить на вопрос: почему новые методы органического земледелия трудно приживаются на российской почве.

А пока мы продолжаем философствовать с Виктором по вечерам на тему, почему один садовод успешный, а другой – нет. Зачем мы с женой каждые пять лет меняем технологии садоводства, методы агротехники, сорта, способы переработки и хранения продуктов, виды подкормок и внесения удобрений, методы борьбы с болезнями, а Виктор как перекапывал землю весной и осенью, выбирая корешки сорняков с утра до вечера, затем внося покупной навоз под лопату, так и копает грядки вот уже сорок лет по заветам своего дедушки, и навоз вносит, как завещала ему бабушка,

и соломой мульчирует грядки, как прочитал в бульварных журнальчиках советы одного гуру садоводства, и вонючки делает из сорняков по брошюрам другого гуру, и фуфломицинами типа «Здоровый сад» опрыскивает растения по рекомендациям третьего, и минеральные удобрения вносит строго по схемам четвертого.

ТВОРЧЕСТВО, ОСНОВАННОЕ НА ЗНАНИИ

Виктор по-прежнему верит советам из рекламных бульварных изданий, ищет новые методы, способные дать ему сразу великолепный урожай. Установил ульи в саду для опыления своего сада и грядок, а пчелы опыляют сады соседей и погибают от пестицидов (имидоклоприда), завел калифорнийских червей, но биогумуса хватает только на цветочные горшки. Пытался делать АКЧ, но добавлял в чай сорняки и усиливал гнилостные процессы в почве, делал компост, но развел крыс, мульчировал грядки соломой, но под мульчей из соломы прятались улитки и ночью съедали всю рассаду капусты, в навозе размножалась медведка и объедала корни растений, мульчировал грядки свежей травой – а от нее после дождя свирепствовали грибные и бактериальные болезни.

Я говорю Виктору: если у тебя затрат труда больше, а результат обратный, значит, нужно искать причину – что ты в корне делаешь неверно.

Советы маркетологов и заветы бабушек – это, в большинстве случаев, мифы. Во-первых, некоторые из них – это просто обман, в красивой обертке подтасованный результат, фото, сделанные в фотошопе. Реклама сортов, препаратов и удобрений – умелое кодирование профессиональными маркетологами наивных садоводов, выманивание у них денег. Малиновое дерево, арбузные огурцы и развесистая клюква – одного поля ягоды, растущие в стране Буратино.

Во-вторых, любой метод, который ты перенял от предков, верен для того времени, а в наши дни его можно улучшить. Не стоит искать популистские решения, верить в чудеса, надо улучшать сорта, а одновременно почву для этих сортов, и микроклимат, планировку, технику, удобрения, и что еще важнее, повышать свои знания по биологии, экологии земли.

Рутинная работа – это плохое настроение и потеря здоровья, а творчество в саду, стимуляция мозга – это радость, вдохновение и долголетие. Не горбатиться на земле, а творить, добиваться результата.

Все это я говорю соседу, но сам прекрасно понимаю, что дело в характере: кого-то устраивает простая рутинная работа, кто-то предпочитает быть жертвой обстоятельств, плакаться в жилетку знакомых, страдать, таких любят больше, чем тех, кто добивается успеха.