

УДК 634
ББК 42.3
Р24

Распопов, Геннадий Федорович.
Р24 Как создать эко огород. Советы врача и садовода с 40-летним стажем! /
Геннадий Распопов. — Москва : Издательство «Э», 2016. — 320 с. —
(Подарочные издания. Лучшие агрономы России).

ISBN 978-5-699-85157-7

Как создать экологические грядки и вырастить целебные овощи? Лучше всех на этот вопрос может ответить автор этой книги, детский врач и садовод с 40-летним стажем Геннадий Федорович Распопов.

Эта книга — для всех садоводов и огородников, кто решится отбросить мифы и рассказы о «бочке Либиха» и «активной мульче», перестанет верить в чудо-урожаи без труда и искать для их получения простые решения, а захочет приобщиться к экологическому научному земледелию. Для этих людей автор рассказывает правдивую историю своей жизни. Историю о том, как ему с женой удалось за сорок лет построить Дом, вырастить Сад, воспитать и дать образование Детям и теперь спокойно воспитывать пятерых Внуков на созданной своими руками Живой Земле.

УДК 634
ББК 42.3

ISBN 978-5-699-85157-7

© Распопов Г.Ф., текст, 2015
© Оформление. ООО «Издательство «Э», 2016

Федору Распопову — моему деду, который создал крепкое крестьянское хозяйство на берегах Дона и в возрасте 90 лет учил меня, школьника, любви к своей земле.

Внучке Свете, которой сейчас всего год — и ее поколению, которое сохранит и приумножит Живую Землю, созданную их родителями. Да поможет им моя книга!

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Издание для досуга

ПОДАРОЧНЫЕ ИЗДАНИЯ. ЛУЧШИЕ АГРОНОМЫ РОССИИ

Распопов Геннадий Федорович

КАК СОЗДАТЬ ЭКО ОГОРОД

СОВЕТЫ ВРАЧА И САДОВОДА С 40-ЛЕТНИМ СТАЖЕМ!

Директор редакции *Е. Капъёв*
Ответственный редактор *Т. Сова*
Литературный редактор *Ю. Фомина*
Художественный редактор *Г. Булгакова*
Компьютерная верстка *В. Молодов*

В оформлении обложки использованы фотографии:
ESstock, rodimov, justone, Yuyula, AVA Bitter, Kapreski, luerat satichob, bioraven / Shutterstock.com

Используется по лицензии от Shutterstock.com.

Во внутреннем оформлении использованы иллюстрации и фотографии:

RetroClipArt, ISchmidt, Yasonya / Shutterstock.com

Используется по лицензии от Shutterstock.com

ООО «Издательство «Э»

123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел. 8 (495) 411-68-86.

Өндіруші: «Э» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Ресей, Зорге көшесі, 1 үй.

Тел. 8 (495) 411-68-86.

Тауар белгісі: «Э»

Қазақстан Республикасында дистрибьютор және өнім бойынша арыз-талаптарды қабылдаушының
өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС, Алматы қ., Домбровский көш., 3«а», литер Б, офис 1.

Тел.: 8 (727) 251-59-89/90/91/92, факс: 8 (727) 251 58 12 вн. 107.

Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат сайтта Өндіруші «Э»

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ
о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Э»

Өндірген мемлекет: Ресей
Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 30.12.2015. Формат 70х100¹/₁₆.

Печать офсетная. Усл. печ. л. 25,93.

Тираж экз. Заказ

ISBN 978-5-699-85157-7



В электронном виде книги издательства вы можете
купить на www.litres.ru

ЛитРес:
один клик до книг



Оптовая торговля книгами Издательства «Э»:

142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное,
Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел.: 411-50-74.

**По вопросам приобретения книг Издательства «Э» зарубежными
оптовыми покупателями обращаться в отдел зарубежных продаж**
*International Sales: International wholesale customers should contact
Foreign Sales Department for their orders.*

**По вопросам заказа книг корпоративным клиентам,
в том числе в специальном оформлении, обращаться по тел.:**
+7 (495) 411-68-59, доб. 2115/2117/2118; 411-68-99, доб. 2762/1234.

**Оптовая торговля бумажно-беловыми
и канцелярскими товарами для школы и офиса:**
142702, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное-2,
Белокаменное ш., д. 1, а/я 5. Тел./факс: +7 (495) 745-28-87 (многоканальный).

Полный ассортимент книг издательства для оптовых покупателей:
В Санкт-Петербурге: ООО СЗКО, пр-т Обуховской Обороны, д. 84Е.
Тел.: (812) 365-46-03/04.

В Нижнем Новгороде: 603094, г. Нижний Новгород, ул. Карпинского, д. 29,
бизнес-парк «Грин Плаза». Тел.: (831) 216-15-91 (92/93/94).

В Ростове-на-Дону: ООО «РДЦ-Ростов», пр. Стачки, 243А.
Тел.: (863) 220-19-34.

В Самаре: ООО «РДЦ-Самара», пр-т Кирова, д. 75/1, литера «Е».
Тел.: (846) 269-66-70.

В Екатеринбурге: ООО «РДЦ-Екатеринбург», ул. Прибалтийская, д. 24а.
Тел.: +7 (343) 272-72-01 /02/03/04/05/06/07/08.

В Новосибирске: ООО «РДЦ-Новосибирск», Комбинатский пер., д. 3.
Тел.: +7 (383) 289-91-42.

В Киеве: ООО «Форс Украина», г. Киев, пр. Московский, 9 БЦ «Форум».
Тел.: +38-044-2909944.

**Полный ассортимент продукции Издательства «Э»
можно приобрести в магазинах «Новый книжный» и «Читай-город».**
Телефон единой справочной: 8 (800) 444-8-444.
Звонок по России бесплатный.

В Санкт-Петербурге: в магазине «Парк Культуры и Чтения БУКВОЕД»,
Невский пр-т, д. 46. Тел.: +7(812)601-0-601, www.bookvoed.ru/

Розничная продажа книг с доставкой по всему миру.
Тел.: +7 (495) 745-89-14.



ДОРОГОЙ ЧИТАТЕЛЬ!

*Вы держите в руках удивительную, чрезвычайно ценную книгу. Ее написал **практик** природного земледелия и садоводства, который **умеет все, о чем рассказывает**. Таких авторов у нас немного! Геннадий Федорович всю жизнь выращивает чистые, здоровые фрукты и овощи. Ему удалось то, что не получилось больше ни у кого — к примеру, сад колонок и карликов в холодной Новгородчине. Он впитал знания и наработки массы ученых и природников-практиков, применив их по-своему. Его бедные супеси превратились в плодородные почвы, и растения на них благоденствуют. Он одним из первых ввел в свою практику «микробный суперпрепарат» — аэрируемый компостный чай и отследил его эффекты. Результат такого подхода — целебные продукты питания, создающие **здоровье**. Как опытный врач, Геннадий Федорович видит, насколько важен и целителен такой способ жизни на своей земле. Трижды спасибо ему за то, что он нашел возможность рассказать об этом.*

***Николай Курдюмов,**
агроном и писатель*

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.	13
-------------------	----

Часть 1. СЕКРЕТЫ СОЗДАНИЯ ЖИВОЙ ПОЧВЫ

Понимание приходит с опытом.	16
Забота о долгосрочной перспективе	17
Мои принципы органического земледелия	18
История моего сада	19
Создание Живой Почвы на песчаных участках	21
Создание Живой Почвы на грядках возле дома.	23
Салат и томаты видны из окна.	24
Создание Живой Почвы на большой площади	26

Введение в экологию почвы	29
Главное помнить, что почва живая	30
Взаимосвязь микромира человека и почвы	34
Почему мой сад — залог здоровья без лекарств	38
Новые научные данные	42
Влияние экологии почвы на микробиом человека	43
О некоторых малоизвестных микроорганизмах.	46

Почва как среда обитания	53
Повторение — мать ученья.	58
О процессе компостирования	61
Почвенные грибы в жизни растений	63
Актиномицеты	71
О базидиомицетах и мульче из сладких веточек	72

Улучшение структуры почвы	74
Феномен мусорной кучи	76

Мезобиота и другие почвенные инженеры 78

Членистоногие	82
Энхитреиды.	83
Инженеры экосистем	84
Дождевые черви	84
Корни растений	85
Коллемболы	87

Часть 2. НОВЫЕ АГРОТЕХНИЧЕСКИЕ ИДЕИ

О реальном вреде минеральных удобрений. 92

Биосферное мышление	94
Локальное питание растений	95

Локальное питание растений — теория и практика . . 101

Сад с яблонями.	101
Поле с картофелем.	103
Томаты на грядке.	105
Локальные подкормки для зелени и цветов	107
Клумба с гладиолусами	108

Биопрепараты и первые опыты с АКЧ 112

Технология создания АКЧ	115
Применение АКЧ	117
Зачем нужны хищники в компостном чае	118
Основные отличия АКЧ от других биологических препаратов.	120
Об особенностях вермикомпоста	124
АКЧ и почвенное биоразнообразие	125
Влияние АКЧ на ризосферу	133

Как создать Терра Прета в своем саду. 140

Еще раз о том, зачем в почве нужен гумус	145
Почему экосистема Живой Земли в моем саду стала стабильной	149
Еще одна интересная тема	154

Пять постулатов заботы о Живой Земле	156
О симбиозе корней, микробов и грибов	158
О почвенном пищеварении	159
Ризосфера.	160

Часть 3. ОВОЩИ НА ОРГАНИЧЕСКИХ ГРЯДКАХ

Секреты выращивания томатов	164
О болезнях томатов	172

Как вырастить вкусные огурцы	175
О вредителях и болезнях огурцов	183

Целебные перцы и баклажаны.	185
Какие заболевания чаще всего атакуют перец?	193
Секреты выращивания баклажанов.	195
Болезни баклажанов	203

Ароматный сельдерей и мангольд	206
Агротехника сельдерея	208
Агротехника мангольда	211
Кулинарные секреты сельдерея и мангольда	211
Лучший суп для похудения — это суп из сельдерея.	213

Разнообразие луков и чеснок.	216
Секреты лука-порея	218
Выращивание репчатого лука	220
Четыре страшных напасти лука	223
Особенности лука-шалота	224
Большие урожаи чеснока.	228
«Чесночная» кулинария.	234

Разноцветные морковь и свекла.	236
Болезни и вредители моркови	242

Морковь и здоровье детей	243
Секреты выращивания вкусной свеклы	243
Свекла в кулинарии	248
Редис, редька и дайкон	251
Цветная радуга капусты	259
Цветная капуста и брокколи	262
Секреты брюссельской и савойской капуст	265
Белокочанная и краснокочанная капусты	267
Скороспелый салат и полезный шпинат	272
Сахарный горошек и спаржевая фасоль.	279
Симпатичные кабачки и тыквы	284
Рассыпчатый картофель для детей.	290
Как вырастить арбуз в поле на Новгородчине. . . .	298
Что арбуз любит?	299
Чего арбуз не любит?	300
Что такое агропанели и как их использовать	301
Как получить сладкую дыню в Нечерноземье	303
Южный сладкий виноград на севере без теплиц. . .	307
Заключение	313
Словарь терминов.	315

Земля и Время?

Земля и Время дано.

Это не подлежит обсуждению.

Подлежишь обсуждению ты,

Обустроивший эту землю в это время.

(По мотивам Наума Коржавина)

ВВЕДЕНИЕ

Давным-давно, когда младшему внуку было четыре года, а средний ходил в первый класс, дети помогали мне ухаживать за растениями в саду. Младший внук приподнял листик, и оттуда выползла целая семейка мелких «черепашек».

— Убей! — закричал меньшенький, обращаясь к старшему. — Это вредная воноючка!

Но первоклассник внимательно разглядывал клопа-«черепашку», который полз по стволу кукурузы. Старший отвел руку младшего и спокойно сказал:

— Ничего в природе трогать нельзя, все живые существа приносят пользу. Уничтожишь одну букашку — погибнет целая цепочка от них зависящая. Пусть они 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 учатся наблюдать за жизнью природы мои внуки, набирают мудрости, не просиживая часы за компьютером, играя в азартные игры — стрелялки, а наблюдая за реальной борьбой мелких букашек в дикой природе, постигая ее простые и мудрые законы.

Я ведь тоже в их возрасте зачитывался книгами Виталия Бианки, погружался в мир животных обитающих на просторах нашей Родины, в лугах, речушках и перелесках севера России.

Когда окончил медицинский институт, попросил распределить меня на работу в г. Боровичи Новгородской области, как раз в то место, где жил и работал В. Бианки.

Это райское место не тронула цивилизация, в речушке Шука, в 15 километрах от города, где мы выращиваем овощи, по-прежнему кристально чистая вода, водится форель. Местные жители пьют воду прямо из речки

и многие доживают до 90 лет. И я на берегу этой речки взял землю и выращиваю на ней овощи уже сорок лет, для детей, а теперь для внуков.

Мы вместе слушаем пение десятков птиц вокруг, видели праправнуков той перепелки и той куропатки, которая описана в книгах любимого детского писателя. Семья этих птиц по-прежнему живет на нашем не паханном плугом поле. Осенью на наше поле постоянно опускаются отдохнуть журавли, ведь там много жирных лягушек, а на деревья рядом с полем часто присаживается выводок тетеревов, подпуская нас совсем близко.

О своем опыте освоения земли в этом райском месте, о воспитании внуков, приучении их к труду на этой Живой Земле, о том, как мы ее создали, о правильном питании своими целебными овощами — эта книга.



Часть 1

Секреты
создания
живой
почвы



ПОНИМАНИЕ ПРИХОДИТ С ОПЫТОМ



У нас всегда живут 10 кошек во дворе у дома. Человеческую вареную еду они никогда не ели, только сырое мясо, свежую рыбку и молочко. В округе не стало крыс и мышей, мало горихвосток и кротов. На крыльцо кошки приносят то крота, то мышку и просят парного молока.

Зато вокруг дома стайка воробьев увеличилась до сотни, зимой много синиц разных видов. На рябине, боярышнике и облепихе постоянно скачут снегири и свиристели. Красота!

Какая связь между почвой и кошками, спросите вы. Дело в том, что любое наше вмешательство в окружающую среду меняет экосистему, она саморегулируется, выходит на другой уровень биоразнообразия живых существ.

Чтобы повысить органическую составляющую наших почв, нужен навоз, поэтому мы завели животных. Началось с кроликов и кур, сейчас в трех сараях и вольерах появились козы, овцы, поросята, индюки, утки. Мы стали вывозить на участки до 500 мешков навоза. Естественно, покупаем за сезон 60 мешков зерна и 16 кругов сена по полтонны весом. Начали досажать крысы и мыши. Пара кошек перестала справляться, крысы исчезли, когда кошек стало больше шести. Поменялись и птицы в саду, всех вытеснили воробьи, подбирают остатки кормов после птицы, но весной при выводе птенцов воробьи съедают всех гусениц и даже тлю.

В нашем большом доме теперь по выходным живут пятеро внучат. Младшенькой — полтора года, старшему внуку 16 лет, увлекается биологией и компьютерами. И все они задают мне вопросы, помогая ухаживать за животными, за овощными грядками и за садом.

Например, первоклашка спрашивает:

— Дедушка! Почему у нас такие большие тыквы выросли? И почему на яблоне так много огромных яблок и нет гусениц, а у соседей все растет плохо и яблоки все червивые и паршивые?