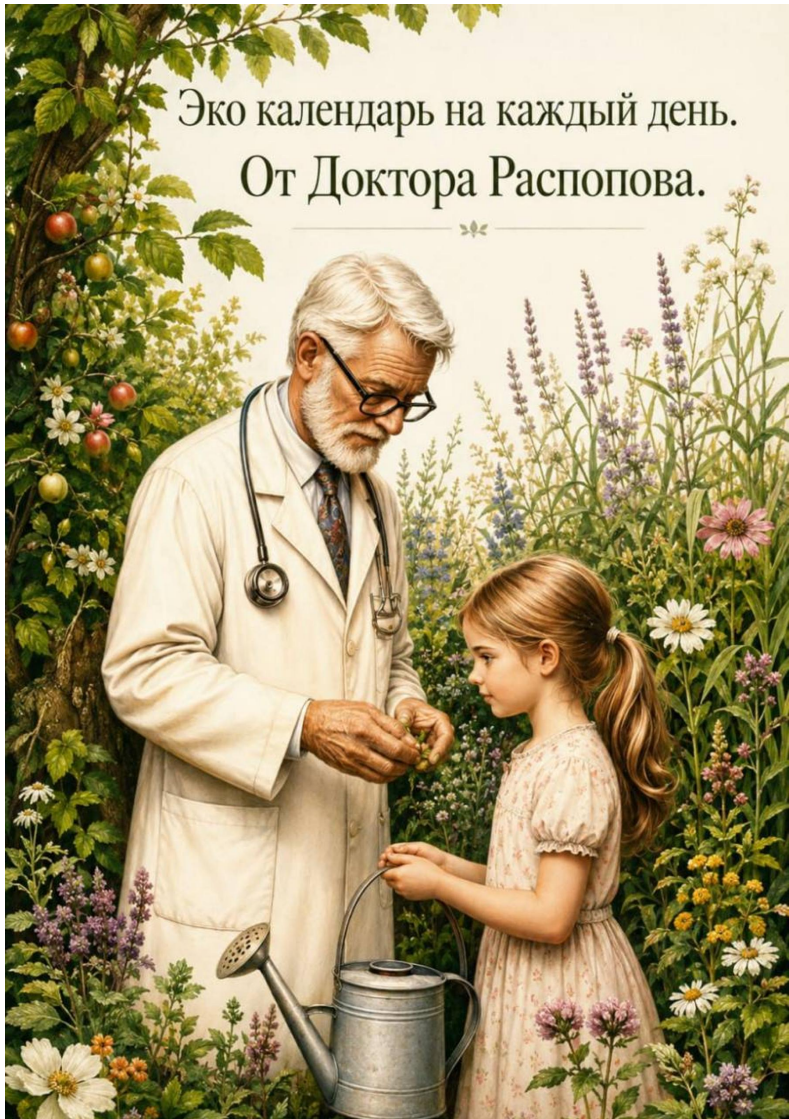


Эко календарь на каждый день.
От Доктора Распопова.



Геннадий Распопов

Эко календарь на каждый день. От Доктора Распопова

<https://litres.ru/74348812>

SelfPub; 2026

Аннотация

Каждый год миллионы садоводов вступают в изнурительную борьбу с болезнями и вредителями — будто сражаются с ветряными мельницами: почва беднеет, напастей больше, приходится тратить всё больше сил и средств.

Но есть иной путь — путь восстановления, а не бесконечной борьбы. «Экологический календарь Распопова» открывает дверь в мир регенеративного земледелия — науки, которая возвращает почве её живую силу.

Геннадий Распопов, врач, учёный, селекционер и садовод с 40 летним опытом, делится не просто советами, а настоящим откровением: здоровье растений рождается в мире почвенного микробиома, в связях с микоризными грибами, в балансе микроэлементов и химических процессах (католиз, редокс потенциал).

Эта книга — мост между строгой наукой и практикой: здесь фундаментальные знания встречаются с проверенными приёмами, которые можно применить уже сегодня. Откройте для

себя, как превратить истощённую землю в живую, плодородную экосистему — ведь здоровье человека начинается со здоровья почвы.

Содержание

ведение.	6
Январь. Экологический календарь Г. Распопова.	13
Беседа на Январском сеновале.	24
На стоге сена со щенками	32
Январский разговор у грядки	38
Разговор у заснеженного сада	46
Подарим любимым экологическую, природную жизнь рядом с нашим крыльцом».	52
Самые важные разговоры начинаются не с громких слов.	59
Знаете, вода — она ведь не просто вода.	65
Февраль — месяц широких дорог и больших планов	71
Основные работы в саду и огороде:	73
февральский ритм	
Февраль. Разгребая снег — строим плодородие	82
Учимся опрыскивать по листу микроэлементами.	88
Поговорим о профилактике болезней и вредителей	93
Грунт — это не просто «земля в ящике».	105
28	112

Март. Экологический календарь садовода и огородника на каждый день.	118
Основные работы в саду и огороде: март	120
1 марта: думаем о главном	133
Давайте поговорим о сидератах.	138
Конец ознакомительного фрагмента.	141

Геннадий Распопов

Эко календарь на каждый день. От Доктора Распопова

ведение.

Дорогие мои друзья, дорогие садоводы и огородники — и те, кто только делает первые шаги в этом удивительном деле, и те, кто уже столько всего повидал, что, кажется, знает про грядки каждую травинку. Я так рад, что вы сейчас держите в руках (или, вернее, слышите в наушниках) этот календарь. Знаете, когда я задумывал его, мне хотелось не просто дать список дел, а поговорить с вами по душам — так, как мы разговариваем на веранде за чашкой чая, когда за окном шелестит листва, а в воздухе уже чувствуется запах земли, пробуждающейся к жизни.

Ведь сад — это не просто участок с грядками. Это целый мир. Маленький, но невероятно сложный. Это микрокосмос, где каждая горсть почвы — как целая вселенная, населённая миллиардами невидимых тружеников: бактериями, грибами, червями, мельчайшими существами, которые день и

ночь строят плодородие, создают ту самую магию, благодаря которой из крошечного семечка вырастает могучее растение. И именно в этом и есть суть регенеративного земледелия: не брать у земли всё до последней капли, а помогать ей становиться богаче, сильнее, живее.

Вы наверняка не раз замечали: стоит только выйти на участок, как тут же возникает тысяча вопросов. Когда сажать? Что делать с почвой? Чем подкормить? И тут же в голове всплывают советы — от бабушки, от соседа, из интернета, из очередного календаря, который каждый год выходит огромными тиражами. И знаете, что самое интересное? Очень часто мы действуем не потому, что точно знаем, что делаем, а потому что «так все делают». Вот баба Маруся сажает картошку по луне — и мы сажаем. Вот какой-то гуру сказал, что надо обязательно перекапывать землю каждую осень — и мы копаем, хотя где-то внутри шепчет тихий голос: «А точно ли это нужно?»

Мы так устроены: нам хочется опираться на авторитет. Это нормально, это часть человеческой природы. Но в садоводстве, как и в медицине, нельзя слепо следовать за толпой. Климат меняется. Почвы истощаются. Экология становится всё сложнее. Даже луна, кажется, смотрит на нас с неба чуть иначе, чем сто лет назад. И народные приметы, которые когда-то были мудрыми наблюдениями за природой, сегодня могут сыграть с нами злую шутку, если применять их бездумно, не учитывая реальных условий.

А теперь представьте: вы стоите на своём участке ранним утром. Воздух ещё прохладный, но уже пахнет весной. Вы смотрите на землю — и она кажется вам живой. Вы хотите сделать её лучше. Не просто получить урожай, а оставить после себя плодородную, здоровую почву, чтобы и ваши дети, и внуки могли выращивать на ней овощи и фрукты, полные вкуса и пользы. И вот тут-то и начинается настоящее волшебство — волшебство регенеративного земледелия.

Я, Геннадий Распопов, врач, кандидат медицинских наук, более пятидесяти лет лечивший детей, знаю, как важно опираться на науку, на проверенные факты, на личный опыт. Моя жизнь всегда делилась между больницей и садом. Утром я слушал детские сердца, ставил диагнозы, назначал лечение, а вечером шёл на участок — разговаривать с землёй, наблюдать за растениями, учиться у природы. И постепенно я понял одну простую, но очень важную вещь: здоровье человека и здоровье почвы — это две стороны одной медали. Если мы хотим, чтобы наши дети росли крепкими и сильными, нам нужно выращивать для них по-настоящему полезные продукты. А для этого нужна живая, здоровая, богатая микроорганизмами почва.

У меня пятеро внуков (внучек). И для меня нет ничего важнее, чем знать, что они едят овощи и фрукты, выращенные в экологически чистом саду, где нет места химическим ядам, где почва дышит, где каждый листочек, каждая травинка — часть большой, гармоничной системы. Именно по-

этому я столько лет посвятил изучению того, как возродить землю, как помогать ей восстанавливать своё плодородие естественным путём.

За эти годы я написал сотни статей и восемнадцать книг по экологическому садоводству. В них я старался раскрыть все секреты: как устроена почва, кто живёт в ней и почему эти крошечные обитатели — наши главные союзники; как работают биологические процессы на грядках; как создать такую экосистему, где растения сами защищаются от вредителей и болезней. Там много теории, много деталей, много объяснений «почему».

Но этот календарь — совсем другое. Это не учебник и не энциклопедия. Это мой ежедневный компас, мой конспект, в котором я собрал самое главное: что нужно делать каждый месяц, каждую неделю, а порой и каждый день, чтобы земля становилась всё плодороднее, а урожаи — всё богаче. Здесь нет готовых рецептов вроде «столько-то граммов того-то на квадратный метр». Потому что почва везде разная, и то, что работает на одном участке, может не сработать на другом. Здесь нет рекламы чудодейственных препаратов, которые обещают мгновенный результат. Потому что настоящая сила — не в химии, а в живых процессах, в симбиозе растений, микроорганизмов и самой природы.

В последние четыре года я особенно глубоко погрузился в теорию и практику регенеративного земледелия. Это не просто новый тренд — это возвращение к истокам, к понима-

нию того, как земля должна жить и развиваться. Я написал четыре новые книги на эту тему, и в 2026 году они вышли на ЛитРес. И теперь в этом календаре я делюсь не только ежедневными советами, но и пятьюдесятью статьями о том, как я сам возрождал землю на своём участке, какие приёмы оказались самыми эффективными, а какие — лишь красивыми словами без реального результата.

Я не советую перекапывать почву. Не советую использовать агрессивные химикаты. Не советую слепо следовать моде. Потому что всё это нарушает хрупкий баланс, разрушает структуру почвы, убивает её невидимых помощников. Вместо этого я предлагаю учиться слушать землю. Наблюдать за ней. Понимать её язык. И помогать ей восстанавливаться.

Перед тем как вы начнёте листать страницы календаря (или слушать главы аудиокниги), я очень прошу вас: познакомьтесь с несколькими ключевыми понятиями, без которых регенеративное земледелие невозможно понять до конца. Узнайте, что такое аэрированный компостный чай — этот живой эликсир, полный полезных микроорганизмов, который буквально пробуждает почву. Поймите, зачем нужны локальные минеральные подкормки — не как основное питание, а как точечная поддержка в моменты особой потребности. Разберитесь, что такое гумус и как правильно готовить компост, чтобы он становился настоящим сокровищем для земли. Осознайте, почему органическая мульча должна лежать на поверхности почвы, защищая её от пересыхания,

перегрева и эрозии, а не запахиваться внутрь.

Это не сложные вещи. Но они требуют внимания и понимания. И когда вы освоите эти основы, календарь станет для вас не просто списком дел, а настоящим проводником в мир живой, здоровой, возрождающейся земли.

Моя цель проста: чтобы с каждым годом ваши урожаи становились всё богаче, качество продуктов — всё лучше, а плодородие почвы — всё выше. Чтобы вы не просто выращивали овощи и фрукты, а создавали на своём участке настоящую экосистему, где всё связано и всё работает на общее благо. Чтобы ваши дети и внуки, как и мои, могли есть продукты, выращенные с любовью и знанием дела, полные витаминов, вкуса и жизненной силы.

Спасибо, что выбрали этот календарь. Спасибо, что готовы учиться, наблюдать, пробовать и ошибаться — ведь именно так и рождается настоящее мастерство. Давайте вместе возрождать землю. Давайте вместе делать её плодороднее. Давайте вместе создавать сады, которые будут радовать не только нас, но и будущие поколения.

С теплом и искренним уважением,

Геннадий Распопов



Январь. Экологический календарь Г. Распопова.

Знаете, есть в январе особая магия — та самая, когда новогодние огни уже гаснут, а впереди ещё столько белого, тихого, морозного времени, что кажется: можно успеть всё. И вот тут многие думают: ну, зима, пусть земля отдыхает, и мне бы отдохнуть. А я вам скажу по секрету: для садовода январь — не пауза, а тихая, но очень важная репетиция весны. Это время, когда сад не спит, а замирает в ожидании, и наша задача — быть рядом, слышать его шёпот и потихоньку готовить сцену для главного спектакля года.

Помните, как Карел Чапек писал, что в январе садовод «главным образом ухаживает за погодой». В снежной России с этим не поспоришь разве что медведи могут позволить себе настоящую спячку. А мы, садоводы, не можем. Да и не хотим. Потому что даже в мороз есть работа, которая греет душу. И ещё: не забывайте мечтать. Все новогодние мечты сбываются, если к ним приложить немного труда — и немного земли под ногтями.

Что важно успеть в январе: карта главных дел

Январь — это про планирование и заботу. Про то, чтобы не упустить ни одной мелочи, которая потом, в мае или июне, скажет вам «спасибо». Вот что стоит держать в голове:

Спланировать работы на полгода вперёд — так, чтобы ни одна грядка не осталась без внимания, а каждый уголок сада получил свою порцию заботы.

Позаботиться об удобрениях: не хватать первое, что бросается в глаза, а выбирать с умом, понимая, что и зачем вы вносите в почву.

Пересмотреть семена, докупить недостающие — и ловить тот самый азарт, когда в руках новая пачка с незнакомым сортом, а в голове уже цветёт будущий урожай.

Подготовить средства защиты и стимуляторы иммунитета, продумав, где и когда они пригодятся.

Беречь комнатные растения от сухости и темноты, вовремя замечать вредителей.

Проветривать подвалы, перебирать овощи, луковицы и материал для прививок, закладывать семена на стратификацию.

Выращивать зелень для стола и выгонять луковичные — не только ради пользы, но и ради радости: ведь цветы, распустившиеся среди зимы, напоминают, что жизнь не останавливается ни на минуту.

Защищать сад от морозов, оттепелей, ветров, грызунов и тяжёлого снега.

И, конечно, кормить птиц. Пусть это будет вашей маленькой зимней традицией: каждый день — горсть зерна, а взамен — их голоса, которые уже шепчут о весне.

А теперь давайте пройдемся по дням, будто мы вместе

идём по заснеженному саду и отмечаем, что нужно сделать прямо сейчас.

1 января. После праздников обязательно наведайтесь в сад. Неважно, мороз на улице или слякоть: общение с вашими зелёными питомцами поднимает настроение и настраивает на творческий лад. Дел зимой немного, но они есть, и всегда найдётся неотложная работа — то веточку поправить, то снег отряхнуть.

2 января. Если после снегопада наступила оттепель, пока снег не примёрз к ветвям, аккуратно стряхните его. Снег с дорожек перекиньте на кусты и грядки — это тёплая шуба для растений. Только старайтесь не ходить по грядкам и у стволов деревьев: не нарушайте эту уютную снежную защиту.

3 января. Продолжайте укрывать снегом теплолюбивые хвойники и рододендроны. Но помните: на газонах высокие сугробы — не друзья. Долгое таяние снега может привести к выпреванию нежной газонной травы, и весной вместо изумрудного ковра вы рискуете увидеть проплешины.

4 января. Длинные выходные — отличный шанс заняться теми делами, на которые обычно не хватает времени. Проверьте подвалы и хранилища, пересмотрите корневища георгинов, канн, бегоний, отбракуйте больные луковицы гладиолусов. Это не просто уборка — это забота о будущем урожае.

5 января. Если снега мало, а антициклон принёс яркое солнце, самое время прикрыть нежные хвойники и магонии нетканым материалом. Зимнее солнце обманчиво: оно не греет, но обжигает, и хвоя может пострадать от солнечных ожогов.

6 января. В доме всю работу выполняет отопление, влажность падает ниже 20 %, а температура растёт. От этого страдают не только комнатные растения, но и наши бронхи. Купите недорогой гигрометр, а затем и увлажнитель воздуха: это принесёт здоровье и вам, и вашим зелёным друзьям.

7 января. Цветущие камелии, цикламены, амариллисы, кливии, сенполии, азалии и орхидеи поливайте умеренно, но не забывайте о подкормках: раз в три недели вносите «Аква-рин», но лучше органические подкормки. Переставьте их на солнечные подоконники — пока там нет рассады, у них будет свой кусочек света.

8 января. Под цветы на подоконниках постелите утеплитель и проверьте, чтобы не было сквозняков. Сильный мороз ночью может погубить даже самые стойкие цветы, поэтому берегите их от резких перепадов температуры.

9 января. Сейчас белокрылка может легко перебраться с фуксий на другие цветы. И тут народные средства часто бессильны. Если вы столкнулись с этой напастью, действуйте решительно: полив горшков «Актарой» (или «Конфидором») в сочетании с опрыскиванием Моспиланом даёт надёжный результат.

10 января. Пора повторно осмотреть сад: отряхнуть снег, убрать мумифицированные плоды — они могут стать рассадником монилиоза. Если вы ещё не заготовили черенки, сделайте это до наступления сильных морозов. И обязательно подкормите синиц: они уже встречают вас своими песнями, и эта маленькая забота вернётся сторицей.

11 января. Новогодние каникулы — настоящий подарок для садовода. Длинные вечера — идеальное время для чтения. Если вы только начинаете путь в органическом земледелии, почитайте Николая Курдюмова: его статьи и книги 5–10-летней давности помогут взглянуть на привычные вещи по-новому. А потом наберите в поисковике «Геннадий Распопов, статьи» и начните осваивать новые темы: что такое аэрированный компостный чай, локальные подкормки, как правильно сделать компост, что скрывается за словами «микориза» и «ризосфера», что такое почвенная биота и почвенные инженеры. Разберитесь, зачем растениям и микроорганизмам нужен гумус — и тогда все мои советы на каждый день станут для вас не просто списком дел, а понятной и логичной системой.

12 января. Раз в месяц делайте ревизию семян, планируйте покупки по почте и в садовых центрах. Коллекции в магазинах регулярно обновляются, и покупка новых сортов — это не просто траты, а настоящий азарт охотника, который предвкушает будущий урожай.

13 января. Чередуйте планы по покупке семян с планами

посадок на весну. Земли всегда не хватает, и без неспешного зимнего планирования на многие культуры не хватит ни времени, ни грядок. Но если всё продумать заранее, землю в теплице и на грядках можно использовать 2–3 раза за сезон — и каждый раз получать достойный результат.

14 января. Очень продуманно подходите к покупке удобрений. Не верьте навязчивой рекламе: читайте форумы, слушайте независимых экспертов, которые не связаны с производителями. Не бросайтесь в крайности — ни в сторону «только природное земледелие», ни в сторону «только минералка». Культурные растения не могут расти как в дикой природе, но и почвенные микроорганизмы погибают от интенсивной химизации. Ищите золотую середину: опыт разумного сочетания органики и минеральных удобрений — это то, что поможет вам наработать собственную, надёжную систему и со временем перейти на Регенеративное Земледелие..

15 января. Ещё важнее грамотно планировать покупку средств защиты растений. Я доверяю только науке. Исследования показывают: на почве, богатой гумусом и полезными микроорганизмами, растения болеют в разы меньше. И наоборот, современные вредители и болезни часто не поддаются старым народным методам, а устаревшие средства защиты могут быть вредны для почвы и растений. Лучше использовать современные экологичные пестициды — точно, вовремя и разумно.

16 января. Во второй половине месяца приходят самые трескучие морозы и сильные снегопады. Следите за прогнозом и вовремя укрывайте своих зелёных питомцев. Но и в аномальные оттепели сад требует не меньшей заботы. И не забывайте подкармливать птиц — в середине зимы им особенно нужна ваша помощь.

17 января. Зимой накапливается много кухонных отходов — а это ценнейшие белки и углеводы. Найдите место, где их можно сохранить до весны: в высушенном или замороженном виде. Весной они станут отличным источником азота и сахара для ваших компостов.

18 января. Проверьте, как хранится ваша техника и инвентарь. Что-то докупите, что-то подремонтируйте — времени сейчас достаточно. Снегоочистители и лопаты не должны простаивать: они не только помогают ухаживать за садом, но и полезны для вашего здоровья. Пройдитесь с ними по дорожкам — и пусть морозный воздух зарядит энергией.

19 января. В конце января особенно остро ощущается нехватка витаминов, особенно тех, что есть в зелени. На помощь придёт выгонка лука и цикорного салата. Также можно выгонять из корней сельдерей и петрушку. Организуйте такой зелёный огорожок на светлом окне, а если есть подсветка — высадите смесь семян скороспелых салатных культур.

20 января. Пойдите с детьми на лыжную прогулку в ближайший лес и обязательно нарвите веточек ив и других растений, подходящих для вашей зоны. Поставьте их в воду на

окне — очень скоро они дадут красивую листву или даже зацветут. Узнайте, какие растения могут украсить комнату зимой именно в вашем регионе. Чёрная смородина, шиповник, малина, крыжовник быстро дадут нежные листики, которые можно добавлять в чай и салаты.

21 января. Пора задуматься о выгонке тюльпанов, нарциссов и других луковичных к майским праздникам. Почитайте о секретах такой выгонки, купите луковицы или достаньте свои из подвала. Ведь не только витамины, но и хорошее настроение — залог вашего здоровья.

22 января. В конце месяца кора молодых яблонь становится необыкновенно сладкой — с точки зрения зайцев и мышей. Советов, как защитить сад, много: подберите те, что подходят именно вам. В подвале тоже в это время могут появиться новые грызуны — обновите отравленные приманки и проверьте вентиляцию: овощи могут погибнуть как от мороза, так и от плесени при застое воздуха.

23 января. Ещё и ещё раз проверьте комнатные растения, особенно цитрусовые и пальмы: не появился ли на них паутинный клещ. При необходимости организуйте лечение современными пестицидами. После оттепелей и заморозков прорубите ледяную корку на грядках, а после метелей сбросьте лишний снег с грядок земляники и многолетников.

24 января. Если вы планируете зимние прививки, проверьте, как в снежном бурте сохраняются черенки: нет ли там мышей, достаточен ли слой снега. Загляните в подвал и

проверьте корни подвоев для зимней прививки — они могут либо пересыхать, либо выпревать. Начните переписываться с друзьями: планируйте обмен или покупку черенков редких сортов плодовых. Март не за горами.

25 января. Если в вашей зоне снегопады особенно досаждают ценным хвойным растениям, купите крупноячеистую сетку из лески. Летом она пригодится для выющихся бобовых, а зимой ею можно обмотать хвойники: снег по сетке будет соскальзывать и не обломает ветки. Колонновидные можжевельники и туи обмотайте сеткой поплотнее, чтобы снег не развалил их стройные силуэты.

26 января. Попросите детей сделать несколько красивых и оригинальных кормушек напротив окна. Повесьте рядом ягоды и сало, положите семечки и зерно. Дайте детям фотоаппарат — и устройте настоящую фотоохоту. К вам обязательно прилетят изумительно красивые зимой свиристели и снегири, дятлы и поползни, пять видов синиц. А драки и «свадьбы» обычных воробьёв зимой необыкновенно занимательны. Дети будут счастливы наблюдать птиц и запечатлеть их на память. Попробуйте научить синиц брать корм с детских рук — это маленькое чудо, которое запомнится надолго.

27 января. Если у вас есть большое солнечное окно или тёплая лоджия, организуйте подсветку — и уже в январе можно высевать на рассаду агератум, гвоздику садовую, гвоздику китайскую, калыцеолярию, гелиотроп, вербену, пе-

тунию гибридную, пеларгонию. Тогда вы получите их цветение уже в мае.

28 января. Не забывайте про аэрированный компостный чай (АКЧ). Занесите в дом старый компост из кучи, укрытой лапником, и начните размножать аэробные компостные микроорганизмы. Бросьте туда в пакетике семена баклажанов: для них можно найти место на светлом окне уже в январе, хотя бы для пяти стаканчиков. В мае у вас будет много салатов, редиса и даже огурцов. А баклажаны — это не только вкусный овощ, но и источник клетчатки и антиоксидантов-антоцианов, которых нет в весенних овощах. Первый баклажан, приготовленный в мае, станет настоящим овощем долголетия.

29 января. У меня на утеплённой веранде растут два деревца гинкго билоба. В конце января на них начинают распускаться первые листочки. Я срываю один листик, и вся семья откусывает и разжёвывает этот ароматный горьковатый кусочек. Антиоксиданты этого реликтового растения очищают сосуды от холестерина, суставы от уратов, повышают иммунитет к вирусам. В это время у нас также есть спелые комнатные лимоны, в холодном месте — клюква, а на окне в горшках — много алоэ вера. Всё это приносит нам здоровье, если регулярно добавлять их в чай, салаты, перетирать с мёдом и выставлять на стол. Заведите эти растения у себя — они продаются и легко приживаются.

30 января. Не забывайте о секретах ухода за комнатными

растениями зимой. Поливайте редко, но метко: в сухой комнате перелив и пересушивание наступают быстро. Используйте только мягкую воду — вода из-под крана с кальцием, железом и хлором может погубить почву и корни. Подкармливайте «Кристаллинами» и гуматами только растущие и цветущие растения. Удаляйте больные листья и увядшие цветы вовремя: они могут стать рассадником гнилей.

31 января. Пора приобретать качественный субстрат для рассады. Лучше всего подойдёт профессиональный торфяной субстрат, а для подстраховки — кокосовый. Если вы используете свой грунт или компост, занесите его в ведрах в тёплое место и пару раз пролейте АКЧ: это надёжный способ избавиться от болезней и подготовить почву к будущим посадкам.

Вот такой он, январь в саду: тихий, снежный, но полный дел и ожиданий. И если вы будете внимательны, он станет не просто месяцем ожидания весны, а первым шагом к ней. Пусть этот месяц будет для вас временем спокойной, вдумчивой работы — и пусть каждый день приносит радость от того, что вы делаете для своего сада и для себя.

Беседа на Январском сеновале.

Здравствуйте, дорогие садоводы и огородники!

Сегодня я хочу пригласить вас в небольшое зимнее путешествие — туда, где за снежными сугробами уже зреет весна, а в самой почве, укрытой белым покрывалом, тихо кипит невидимая жизнь. Я сижу на тёплом стоге сена, вокруг суеются мои щенки, и в этом простом, почти домашнем уюте рождается самое важное — мечта о новом сезоне. О сезоне, когда земля снова станет живой лабораторией, где каждое растение — не просто культура, а участник сложной, удивительной симфонии жизни.

Вы, наверное, замечали: у одних всё болеет, сохнет, покрывается пятнами, а у других — растёт как будто само собой. И тут дело вовсе не в везении. Дело в том, что почва — это не просто смесь песка, глины и перегноя. Это живой, дышащий организм, где миллиарды микробов, грибов и бактерий ведут свою тихую, но невероятно важную работу. И именно от того, насколько мы понимаем эту жизнь, зависит здоровье наших растений.

Вот, к примеру, мои козочки едят сено — и дают молоко, богатое жирами, белками и кальцием. Почему? Потому что в сене есть не только жёсткие углеводы, но и белки, и сложные соединения, которые их организм умеет перерабатывать. А человек или собака так не могут: у нас нет тех са-

мых ферментов, чтобы расщеплять лигнин — этот прочный «каркас» растительных клеток. Природа каждому дала свою нишу, своё меню. И растения — не исключение.

Многие думают, что растения питаются только растворимыми солями: азотом, фосфором, калием, которые мы вносим в почву. Но это лишь половина правды. Настоящая сила — в симбиозе. Корни кормят почвенные бактерии и грибы сахарами, которые сами производят в процессе фотосинтеза. А взамен получают аминокислоты, микроэлементы, защиту от болезней. Это не магия, а биология: растение строит белки из аминокислот, а не из нитратов напрямую. И чтобы этот процесс шёл правильно, ему нужны не просто «удобрения», а целый набор микроэлементов — магний, железо, марганец, кобальт, молибден, цинк, медь. Без них фотосинтез не работает на полную мощность.

Я много лет наблюдал, как меняется здоровье растений, когда мы начинаем смотреть на почву как на экосистему. Оказалось, что ключ — в повышении показателя Брикс, то есть в увеличении содержания сахаров в соке растения. Когда Брикс высокий, растение становится «невкусным» для вредителей и патогенов. Тля, белокрылка, фузариум — все они ищут слабую добычу, богатую простыми сахарами и нитратами. А здоровое растение с высоким Брикс не просто сопротивляется — оно буквально меняет правила игры. Его корни выделяют жиры и сахара, привлекая полезные грибы и бактерии, которые становятся его союзниками. Микориз-

ные грибы, например, добывают из почвы фосфор, помогают удерживать влагу, защищают от корневых гнилей. Они не паразиты — они партнёры. И когда растение «накормлено» и здорово, даже те грибы, которые в других условиях могли бы стать вредителями, переходят на сторону симбиоза.

Но как этого добиться? Во-первых, нужно обеспечить растению всё необходимое для фотосинтеза: свет, воду, углекислый газ и, конечно, микроэлементы. Именно поэтому я использую опрыскивания сывороткой с микроэлементами: они быстро попадают в листья и устраняют дефициты, позволяя растению молниеносно превращать нитраты в аминокислоты и строить белки. Во-вторых, важно поддерживать биоразнообразие в почве: вносить не просто органику, а такую, которая питает и грибы, и бактерии. Компост, листовая плесень, ферментированные травы — всё это строительный материал для почвенной жизни. Но важно понимать: если просто насыпать органику на мёртвую почву, она не превратится в гумус. Гумус рождается там, где есть живые корни, выделяющие сахара и жиры, где грибы и бактерии перерабатывают органику в стабильные соединения.

Есть даже способы ускорить этот процесс. Например, можно посеять сидераты — овёс, ячмень, рожь, — дать им нарастить густую корневую систему, а затем заделать в почву или ферментировать. За несколько недель получается не просто органика, а настоящий концентрат почвенной жизни. Или использовать опыт японских фермеров, которые го-

дами совершенствовали методы ферментации растительных остатков. Главное — не просто добавить «питания», а создать условия, при которых почва сама начнёт восстанавливать плодородие.

Иногда мне возражают: мол, достаточно просто вносить минеральные удобрения, и всё будет расти. Но такой путь ведёт в тупик. Растения, питающиеся только солями, накапливают нитраты, становятся уязвимыми, болеют. Их иммунитет слаб, потому что у них нет ресурсов для синтеза вторичных метаболитов — тех самых веществ, которые защищают от стрессов, вредителей и болезней. А ведь именно в этих соединениях — сила лекарственных трав, аромат пряностей, вкус и польза овощей. Когда растение полностью раскрывает свой потенциал, оно не только даёт урожай, но и укрепляет экосистему вокруг себя.

Я не предлагаю вам сразу браться за сложные схемы. Начните с малого: понаблюдайте за своей почвой, попробуйте повысить Брикс хотя бы на несколько пунктов, внесите ферментированную органику, поддержите микоризу. И вы увидите, как постепенно меняется картина: растения становятся крепче, вредители теряют интерес, а почва — живее.

Впереди ещё много тем, и некоторые из них могут показаться непростыми. Но я верю: если мы будем смотреть на землю не как на ресурс, а как на живой союзник, у нас всё получится. Ведь регенеративное земледелие — это не набор правил, а диалог с природой. И каждый из нас может на-

учиться его слышать.

А пока за окном январь, снег укрывает грядки, а мы сидим на тёплом сене, мечтаем о весне и готовимся к новому сезону. Пусть эта зима станет временем размышлений, а весна — временем действий. До новых встреч, друзья!

Январь прекрасное время, чтобы вести диалог с землей.

Здравствуйте, дорогие садоводы!

Ну вот, январь... Морозный, тихий, будто весь мир затаил дыхание под снежным покрывалом. С утра я разгрёб снег на дорожках — и знаете, в этом простом деле есть своя особая радость. Потом сел на тёплом стоге сена, рядом — мои щенки, суетятся, тычутся мокрыми носами, будто напоминают: «Зима не вечна, скоро весна!» И вот сидишь, смотришь на заснеженный сад, и в голове сами собой складываются мысли о почве, о жизни, что дремлет под этим белым одеялом.

Сейчас, когда за окном дождь со снегом, а температура едва держится на отметке минус три, самое время не суетиться, а оглянуться назад и понять: всё, что мы делаем в саду, — это не просто работа. Это диалог с землёй. И январь — прекрасное время, чтобы этот диалог вести не лопатой, а мыслями.

На днях я снял поликарбонат с теплиц — пора дать почве подышать, пусть даже сквозь снег. Четыре мои теплицы стоят теперь открытые, будто распахнули окна навстречу зиме. И пусть кажется, что сейчас в саду ничего не происходит, на самом деле под снегом кипит невидимая жизнь. Бакте-

рии, грибы, микроскопические труженики почвы не спят — они перерабатывают остатки прошлого сезона, готовят фундамент для будущего урожая.

Я часто слышу: «А зачем что-то сажать, если потом всё равно перекапывать?» Признаюсь, и я раньше так думал. Но потом понял: главное — не дать почве остаться голой. Уже с октября, когда дни становятся короткими, а воздух — холодным, фотосинтез в последних зелёных побегах продолжает работать. Растения потихоньку отдают почве сахара и аминокислоты — словно подкармливают тех самых невидимых помощников: грибы и бактерии. И чем больше этих «подарков», тем богаче и живее становится земля.

В последние годы я почти не сажаю классические сидераты. Не потому, что они плохи, а потому, что мне важнее принцип: почва должна быть покрыта. Пусть это будет что-то простое, но живое. Ведь когда растения фотосинтезируют, они не просто растут — они кормят почву. И даже когда приходит снег, эта связь не обрывается. Я ещё сверху засыпаю землю листвой — так почва дольше остаётся тёплой, и её подземные жители продолжают свою работу.

Знаете, когда-то я был далёк от этих мыслей. Пятьдесят лет проработал заведующим отделением, знал про сосуды, тромбы, холестерин — но почти ничего не знал про жизнь в горсти земли. А потом случилось то, что случается с каждым, кто однажды решает: хватит жить по инерции. Я начал заниматься органическим земледелием. Сначала это бы-

ла просто органика, потом — более сложные вещи: понимание того, как микроэлементы усваиваются не сами по себе, а через биоту, как аминокислоты становятся строительным материалом для ферментов, как грибы и бактерии создают в почве настоящую живую сеть.

И знаете, что самое удивительное? Изменения пришли не только в сад. Они пришли и в моё здоровье. Без таблеток, без жёстких диет — просто через то, что я начал выращивать и есть. Мои плоды стали не просто едой, а источником тех самых полифенолов, антиоксидантов, соединений, которые растения вырабатывают для собственной защиты. А эти вещества, в свою очередь, помогают и нам — поддерживают сосуды, укрепляют иммунитет, сохраняют ясность ума.

Но я не призываю вас сразу повторять мой путь. Я хочу показать другое: регенеративное земледелие — это не про идеальные грядки и не про рекорды урожайности. Это про восстановление баланса. Про то, чтобы почва снова стала живой, чтобы в ней было место и бактериям, и грибам, и червям, и тысячам других существ, которые делают землю плодородной без всякой химии.

Вот, например, моя теплица. Я показывал вам почву на штык лопаты и в октябре и в декабре и сейчас под слоем листвы и снега: она рассыпается в руках, пахнет прелой листвой и грибами — это запах здоровья. Здесь не было ни нитрофоски, ни минеральных удобрений уже много лет. Зато были компост, сыворотка, микроэлементы, правильно подо-

бренные культуры. И самое главное — здесь всегда что-то росло, чтобы поддерживать жизнь в почве.

А ещё я научился ценить мелочи. Например, то, как кабачки, росшие на этой грядке всё лето, сами по себе улучшали структуру почвы. После них земля становится идеальной для рассады. Я собирал её в ящики, добавлял немного торфа и биогумуса — и пусть она стоит всю зиму в подвале, сохраняя свою живую силу.

Иногда меня спрашивают: «А как же магазинная еда? Неужели совсем ничего не покупать?» Я не проповедую полный отказ от покупок. Но я верю в баланс. В то, что даже небольшой участок земли может стать источником не просто еды, а настоящей поддержки здоровья. И в этом — главная идея регенеративного земледелия: не брать у земли всё до последней капли, а помогать ей становиться богаче.

Так что, если вы только начинаете свой путь в садоводстве, не пугайтесь масштаба задач. Начните с малого: не оставляйте почву голой, подкармливайте её органикой, наблюдайте, как меняется структура земли, как появляются новые запахи и ощущения. И пусть январь станет для вас временем размышлений, а не только ожидания весны.

До скорой встречи, друзья! Впереди ещё столько интересного: и про сыворотку, и про микроэлементы, и про то, как правильно подготовить почву к новому сезону. А пока — пусть снег укроет землю, а ваши мысли будут тёплыми и полными надежды на будущий урожай.

На стоге сена со щенками

Здравствуйте, дорогие мои садоводы!

Ну вот, январь... Морозно, снежно, а я с утра опять разгрёб снег на дорожках — и знаете, в этом есть своя тихая радость. Сядешь на тёплый стог сена, рядом щенки тихонько повизгивают, смотрят на тебя своими блестящими глазами, будто спрашивают: «Ну что там, когда весна?» И ты мечтаешь. Мечтаешь о том, как снова зашумит теплица, как потянутся к свету первые ростки, как земля, укрытая листвой, будет тихо дышать под снежным одеялом.

Сегодня у нас понедельник, полдник, за окном — дождь со снегом. Погода такая, что хочется укутаться в тёплый плед, но я не могу сидеть без дела. Вчера было минус три, позавчера ещё холоднее — а значит, самое время подумать о почве. О той самой живой почве, которая кормит нас, если мы научимся её слушать.

В с первыми морозцами снял поликарбонат с теплиц — пора дать земле подышать. Четыре мои теплицы, обжитые, родные, словно маленькие миры, теперь стоят без покрытия. Снег с них я уже счистил, но пусть теперь дожди и ветер делают своё дело — это тоже часть ухода. Мои «кутики и котики» (так я ласково зову своих щенков и котят будто шепчут: «Выйди, погуляй с нами!») И я выхожу. Выхожу, чтобы показать вам, что творится в теплице, что растёт под укры-

тием, зачем нужны сидераты — и почему я, честно говоря, их не сажаю. Вспомню октябрь

Да, я не люблю сеять сидераты ради сидератов. Но я никогда не оставляю почву голой. Даже в октябре, даже когда кажется, что сезон закончился, я что-то сажаю, чтобы земля была покрыта, чтобы фотосинтез продолжался. Пусть тихо, пусть под плёнкой, пусть в полумраке — но листья работают. Они кормят почву. И когда приходит снег, почва остаётся тёплой, потому что в ней живёт жизнь. А сверху я ещё засыпаю её листвой — это моё одеяло для земли.

Знаете, мои щенки как-то всерьёз «убеждали» меня кормить почву «мясом». Смешно, да? Но в этой детской логике есть зерно истины. Только «мясо» для почвы — это не кусок говядины, а органика: навоз, компост, листовая плесень, всё то, что даёт пищу бактериям и грибам. Бактерии — они ведь на 50 % состоят из белка. Это настоящие «жирные кабачики», как я их называю. И когда растения в процессе фотосинтеза начинают выделять сахара и аминокислоты, они буквально кормят эту подземную вселенную. Грибы растут, бактерии множатся, и вся эта живая сеть делает почву плодородной.

Я когда-то думал, что без химии, без пестицидов, без магазинных удобрений вырастить хороший урожай невозможно. Думал, что растения обязательно будут болеть, а почва — истощаться. Но я ошибался. И знаете, что меня убедило? Не реклама, не модные тренды, а собственное здоровье.

Пятьдесят лет я проработал заведующим отделением. Сосуды покрылись тромбами, слух и зрение слабели, давление скакало... Я принимал таблетки от гипертонии, от стресса, считал это неизбежной платой за работу. А потом я занялся органическим земледелием. Без химии. Сначала — просто органика, потом — более сложные вещи: работа с микробиотой, микроэлементами, понимание того, как растения сами защищают себя и кормят почву.

И случилось чудо. Не в том смысле, что я вдруг стал бессмертным, а в том, что здоровье начало возвращаться. Холестерин пришёл в норму, давление снизилось, сосуды очистились — и всё это без лекарств. Мы с женой (ей, как и мне, уже 78) прошли полное обследование: КТ, УЗИ, биохимию. У неё нет бляшек, у меня нет бляшек. Гемоглобин в норме, сахар ниже нормы, давление стабильное. Сын-хирург сам всё проверял — и не верил своим глазам.

Как это возможно? Всё дело в тех веществах, которые накапливают растения: антиоксидантах, полифенолах, аминокислотах. Когда растение растёт в живой почве, когда оно не страдает от химии, оно вырабатывает защитные соединения — те самые, что потом становятся нашей защитой. Лесная малина с червячками, свёкла, которую не отмыть от сока, чёрная смородина, выращенная без минералки и опрыскиваний, — это не просто еда. Это целебная сила земли.

Я не называю свои плоды лекарствами — медицина мне этого не разрешит. Но я знаю: то, что я ем, лечит меня из-

нутри. И я хочу, чтобы вы тоже это поняли.

Мы с женой живём просто: работаем с утра до вечера, без праздников и выходных. Но мы правильно питаемся. Да, у нас разные вкусы: она боится соли, пьёт минеральную воду, высчитывает каждый миллиграмм, а я люблю жареное мясо, жареную картошку, свои овощи, свои корнеплоды. Но у нас общее — мы едим то, что вырастили сами. И это даёт нам силы.

В этом году мы ни копейки не потратили на удобрения, ни на химию, ни на аптечные препараты. У меня в сарае лежит триходерма, и другие добавки для компоста — но я почти ими не пользуюсь. Всё, что нужно, почва делает сама, если её не травить. Я вношу навоз в ящики и сею ячмень, который потом всходит и превращает навоз в биогумус, и этого достаточно. Ящики переворачиваю и мульчирую почву в теплице. Почва начинает кормить себя сама, отрачивать свою собственную биоту.

Свёкла у меня вырастает такой, что руку не отмыть — она не просто красная, она бордовая, насыщенная. Всё потому, что в почве есть бор, йод, селен — все те микроэлементы, которые растение берёт из живой земли, а не из пакетиков с удобрениями. Я опрыскиваю листья, чтобы они лучше питались, и свёкла накапливает всё, что ей нужно. А жена отваривает её — так антиоксиданты лучше усваиваются. И мы едим борщи со своей сметаной, в которой живут настоящие, живые бактерии.

Морковь, пастернак, корневой сельдерей, петрушка — всё это мы замораживаем и едим всю зиму. Кабачки, дайкон, лук-порей — они растут рядом, помогают друг другу, создают своё маленькое сообщество. И даже чеснок, который я досадил в прошлом году, даёт силы на весь сезон.

Пряности — ещё один секрет. Кардамон, корица, гвоздика, куркума, смесь перцев — они не просто придают вкус, они добавляют антиоксидантов, улучшают настроение, поддерживают здоровье. На Востоке знают: куркума работает только вместе с перцем. И я следую этой мудрости: добавляю дробленый черный перец и другие пряности в каждое блюдо, чередую их, собираю коллекцию, чтобы каждый день был особенным.

А ещё я опрыскиваю растения сывороткой. Да-да, обычной молочной сывороткой. В ней столько микроэлементов, столько живых бактерий, что растения не болеют, растут крепкими и дают богатый урожай. Картошка у меня — отборная, ни одной больной, сто ведер и больше. И всё без химии.

Теплицы мои сейчас стоят без плёнки. Морозы уже ударили, дождик идёт, но моя задача — показать вам, как я выхаживал овощи в этих теплицах, как грел томаты агротехлом, как подогревал землю, чтобы томат Любаша созрела уже в конце мая. В начале сентября томаты отошли, и я посеял овёс, ячмень, пшеницу — чтобы почва не пустовала, чтобы микроорганизмы продолжали работать. А потом повторил в

октябре.

Почва должна быть живой. Даже после кабачков, которые росли здесь всё лето, она остаётся идеальной. Я собрал её в ящики, выбрал корни, добавил немного торфа с биогумусом — и она будет стоять в подвале всю зиму, готовая к рассаде. Но ни капли почвы из-под томатов я не возьму — там может быть патогенная биота. А эта земля, после кабачков, — она чистая, богатая, живая. (Хотя сейчас на 4 год РЗ я собрал почву из под томатов для посадки томатов в марте).

Чем выше фотосинтез, тем больше полезных веществ накапливается в растениях. Тем сильнее становится почва. И тем меньше нам нужно покупать в магазинах: ни соков, ни добавок, ни лекарств. Наша земля может дать нам всё, если мы будем относиться к ней с уважением.

Ну что ж, на этом, пожалуй, и закончим. Мурик, Лоржик, слышите? Чем больше плодородия, тем крепче здоровье. И пусть ни одна капля химии не коснётся нашей земли.

До скорой встречи, друзья! Пусть ваша почва дышит, а растения радуют вас урожаем. До свидания!

Январский разговор у грядки

Ну вот... С утра в январе я разгрёб снег на дорожках, сел, наконец, перевести дух — и снова здравствуйте, дорогие мои садоводы! Всего-то два дня перерыва, а кажется, будто целая вечность прошла. Мороз щиплет щёки, под сапогами хрустит наст, а в голове — всё те же мысли о земле, о том, как она дышит даже под снежным одеялом.

Уважаемые регенераторы почвы, садоводы, огородники — мы с вами продолжаем наш непростой, но такой захватывающий разговор о том, как по-настоящему дружить с землёй. Не просто брать у неё, а отдавать, не насиловать химией, а помогать ей жить.

Я уже год подряд твержу вам одну и ту же мысль, и она не становится от этого менее важной: без избыточной химии и минеральных удобрений почва не умирает — она оживает. Да, на минеральных удобрениях можно поднять урожай. Это правда. Но параллельно всегда возникают скрытые дефициты: падает иммунитет растений, и они начинают болеть. А если растение болеет, в нём неизбежно появляются вредные вещества — те самые, которые мы потом несём к себе на стол. И ведь мы сами очень часто это применяем, сами не замечая, как попадаем в эту ловушку. Это плохо. И я хочу, чтобы вы это почувствовали не как сухую формулу, а как личную ответственность перед своей землёй и своей семьёй.

Недавно я пересмотрел свои старые видео — те, что сняты двенадцать лет назад. Конец июня, начало июля, моё картофельное поле. И тут же — кадры этого года, того же самого места, того же времени. И разница... она не просто заметна, она кричит.

Двенадцать лет назад я показывал вам в сравнении свое и соседнее колхозное поле: почва там была буквально убита. Картофель рос, да — но через пару недель он начинал болеть, и фермер был вынужден травить его пестицидами. Сорняков не было — потому что поле несколько раз обработали гербицидами. Там щедро сыпали «минералку», поэтому ботва была сочной, высокой. Но после каждого дождя почва становилась твёрдой, как камень: грязь превращалась в кирпич. И фермер вынужден был снова и снова полоть, окучивать, рыхлить. Вся эта бесконечная борьба с последствиями собственных решений.

А теперь посмотрите на моё поле. Я не применяю вспашку, не использую пестициды, гербициды и минеральные удобрения. Только органика: компост, мульча, сидераты. И картофель растёт не просто хорошо — он растёт по-другому. Живее. Почва оживает. Двенадцать лет назад у соседа едва ли был 1–2 % гумуса, а то и вовсе почти не было — биота была полностью убита. У меня же биота процветает: грибы, почвенные инженеры — червячки, жучки, паучки — все они строят свои тончайшие ходы, насыщают землю кислородом, оставляют копролиты, то есть биогумус. И именно этот жи-

вой слой, этот невидимый труд миллионов крошечных помощников, делает почву по-настоящему плодородной.

Я мульчирую, вношу компост, оставляю землю под травами — и вижу, как она отвечает мне урожаем. Мой картофель получается качественнее, вкуснее, полезнее, чем у фермера, который льёт на поле «химию». Это потому, что я отказался от минеральных удобрений ещё двенадцать лет назад, а фермер нет.

Но и тут есть подвох. Даже если вы не пашете, не сыплет «минералку» и вносите много компоста, этого всё равно недостаточно. Без стимуляции фотосинтеза не будет хорошего иммунитета у растений. Именно фотосинтез — тот самый мотор, который позволяет корням выделять сахара и привлекать к себе бактерии и грибы. Это не просто «органика в землю» — это целая живая экономика, где растение буквально кормит свою микробиоту, чтобы та, в свою очередь, добывала для него фосфор, калий, микроэлементы из самой материнской породы.

Когда я снимал те самые кадры двенадцать лет назад, июнь был тёплым, дожди шли вовремя, травы росли буйно. Сейчас, проезжая мимо тех же мест, я вижу, что на нетронутых человеком лугах травы уже не растут так щедро: чуть меньше дождей — и почва не успевает накапливать гумус даже за счёт луговых трав. Экология стала хуже.

А на моём участке благодаря тому, что я годами вносил компост и поддерживал жизнь в почве, качество земли толь-

ко росло. Урожай радовали, но случались и стрессы: засуха, болезни, без полива картошка могла погибнуть. Теперь этого почти нет.

За эти двенадцать лет гумус на моём поле заметно увеличился. Осенью я снова обошёл все участки, брал в руки почву, смотрел, как она крошится, как пахнет. На грядке, где росли кабачки (и росли они целый год без минеральных удобрений!), я постоянно опрыскивал их сывороткой с микроэлементами. И знаете, что получилось? Почва буквально преобразилась: структура стала рыхлой, зернистой, в ней появилась та самая живая пористость, которая держит и воду, и воздух. Это настоящая радость для садовода — видеть, как земля становится лучше прямо на глазах.

В чём же разница между старым «природным» земледелием и современным регенеративным подходом? В понимании процессов. Раньше нас учили, что корни сами «переваривают» органику — выделяют ферменты и берут из неё всё нужное. Но это заблуждение. У корней просто не хватает ферментов, чтобы разрушать органику. Настоящее «пищеварение» почвы происходит благодаря микробам и грибам, которых растение привлекает сахарами. Именно бактерии и грибы добывают из почвы недоступные минералы и несут их к корням.

Мой аэрированный компостный чай работает по тому же принципу: я добавляю сахара, пропускаю кислород — и количество бактерий и грибов увеличивается в десятки тысяч

раз. Точно так же, как в зоне ризосферы, куда растение закачивает энергию фотосинтеза. Поэтому так важно не просто вносить органику, а создавать условия, при которых она будет быстро и эффективно перерабатываться.

Скашивая траву, я делаю это не только ради компоста. Свежая трава оставленная в междурядьях — это пища для бактерий, которые начинают её перерабатывать прямо на поверхности почвы. А потом в дело вступают червячки: они пропускают органику через свой желудок, создавая биогумус, и прокладывают ходы, по которым к корням поступает кислород. Копролиты — это не просто «отходы» червей, это концентрированное питание для растений, упакованное в идеальную форму.

Обратите внимание на междурядья: у меня они широкие — 60–80 см, и в них растёт много сорняков. Да, звучит непривычно, но именно эта живая полоса поддерживает биоразнообразие, даёт приют полезным насекомым, защищает почву от перегрева и выветривания. И когда я смотрю на разнотравье, на сотни цветов и трав, я вижу не беспорядок, а сложную, тонко настроенную экосистему, которая сама заботится о плодородии.

Сейчас многие пишут мне, что буквально за последние два-три месяца, применяя микроэлементы вместе с сывороткой, они буквально не узнают свою почву: растения стали болеть реже, а иногда и вовсе перестали. Это не магия — это работа с живыми процессами, которые всегда шли в почве,

просто мы раньше их не замечали.

Да, химическая промышленность по всему миру давит на науку, деньги идут на исследования, которые выгодны производителям удобрений. Но мы с вами можем пробиваться через эту стену: включать интернет, читать, смотреть, переводить, мотать на ус и делиться опытом. Главное, что меня посмотрело уже два миллиона человек, и кто-то где-то потихоньку начинает применять эти знания.

И ещё одна мысль, которую я раньше не формулировал так чётко. Когда грибы, накормленные растением, оплетают микрогранулы почвы, сверху каждой гранулы работают аэробные бактерии, а внутри, в анаэробных условиях, трудятся другие микроорганизмы. В миллиметре друг от друга — две разные среды, два разных типа «переваривания» органики и минералов. Именно такое сочетание создаёт идеальную почву. Но она становится идеальной только тогда, когда в неё проникают корни самых разных растений — культурных, дикорастущих, даже тех, кого мы привыкли называть сорняками. Все они вместе с микоризой создают ту самую живую сеть, которая удерживает гумус, воду и питательные вещества.

На одном из участков, где кабачки росли пять месяцев, я опрыскивал их сывороткой с микроэлементами. За это время они потратили всего 10 % солнечной энергии на плоды, а 90 % — на то, чтобы качать сахара в почву и кормить грибы. Те, в свою очередь, перерабатывали органику и выделяли уг-

лекистый газ, который кабачки тут же усваивали с помощью фотосинтеза. Этот круговорот углерода, сахаров и минералов повторялся десятки, а может, и сотни раз за тёплый сезон, и всё это оставалось в почве в виде стабильного гумуса — в виде тех самых почвенных гранул, которые делают землю плодородной на долгие годы.

В конце лета я проехал по полю и взял в руки свою почву. Она была намного темнее, рыхлее, живее. Этим я хочу и вас убедить, что корни напрямую не «переваривают» гумус. Теперь я знаю: настоящие чудеса начинаются, когда мы помогаем растению стимулировать фотосинтез и поддерживать жизнь в почве.

Ну, хватит болтать — щенята пищат, козочки уже выскочили и едят малину. Пойдём посмотрим, что у меня делается рядом с крыльцом. Сегодня на улице −3, иней ещё не сошёл, а работы — не переделать. Но я продолжу трудиться в своём саду и делиться с вами знаниями искренне, от души, с улыбкой и хорошим настроением.

Конечно, я уже не молод, берегу здоровье, но работаю по 12 часов в сутки — потому что люблю своё дело. Поработал, поел хорошей пищи, улыбнулся козочкам, почитал ваши отзывы — и снова за дело.

Нам с вами ещё долго-долго нужно будет переделывать взгляды, снимать на видео наших соседей и друзей-фермеров. Понимаю, что это непросто: многие смотрят на меня как на чудака, им нужны дотации, им привычнее сидеть «на

игле» химии и минеральных удобрений. Но я верю, что мы сможем показать другой путь — путь живой, плодородной, здоровой земли.

Ведь любой мой помидор — более целебный, чем какая-нибудь магазинная голубика. И сок, который вы пьёте, должен быть не из пакета, а из ягод, собранных своими руками. Сегодня я достал из морозилки и перемолол много ягод, даже облепихи, — пойду перекушу, а потом загоню козочек. Раннее утро, мороз щиплет, но в сердце — тепло от того, что мы с вами идём этим путём вместе.

До новых встреч у грядки!

Разговор у заснеженного сада

Ну вот... С утра разгрёб снег на дорожках — и сразу будто выдохнул: тишина такая, что слышно, как мороз по брёвнам щёлкает. Сел, посидел минуту, огляделся — и понял: зима-то на дворе, настоящая, северная, с характером. Но знаете, в этой тишине есть своя сила. Она не про пустоту, она про паузу, про то самое «время корней», когда земля отдыхает, а мы — собираемся с мыслями.

Здравствуйте, уважаемые садоводы, огородники, все, кто не просто копает и сажает, а слушает землю. Сегодня хочется не столько про цифры и нормы говорить, сколько просто подышать вместе с вами этим морозным воздухом. Да, последние дни января уже замело, и непогода будто проверяет на прочность: «А ты точно готов ждать?» А мы отвечаем: «Готовы. И улыбаться тоже готовы». Даже вкусный снежок попробовать будем — потому что это часть пути. Любую непогоду научимся терпеть, а из терпения вырастет терпение к самой земле: без спешки, без суеты, по-настоящему.

Итак, продолжим. Снег нам не помеха. Рано он лёг — но всё равно будут ещё оттепели, я это знаю по своим 78 годам северного огородничества.

Меня зовут Геннадий Фёдорович Распопов. Живу на севере Новгородской области, где весна приходит поздно, а заморозки любят заглядывать даже в июне. И вот последние

годы я открыл для себя регенеративное земледелие — не как модное слово, а как следующий шаг.

Пятьдесят лет я шёл дорогой органики: компост, навоз, отказ от «минералки» — и всё это было правильно. Я первым в России освоил АКЧ, радовался вкусным плодам без химии... Но растения всё равно болели. И удовольствия от этого не было. Никто из «природников» не смог добиться, чтобы растения вообще не болели. А фермеры, гонясь за урожаем и прибылью, опрыскивают по тридцать раз то гербицидами, то пестицидами, вносят дорогие минеральные смеси — и всё равно не чувствуют контроля над болезнями.

И тогда я начал искать другой путь. Суть в том, что здоровье растения — это не только про «не травить», а про то, чтобы оно само могло себя защищать. Три года назад, когда ко мне приезжал Николай Курдюмов, мы с ним удивлялись: растения не болели. Сначала думали, что это из-за триходермы и других биопрепаратов. Но потом я глубже разобрался — и понял, что дело в другом: в стимуляции фотосинтеза и грамотной работе с микроэлементами.

Смотрите: если растение хорошо фотосинтезирует, оно кормит грибы и бактерии в почве, а те, в свою очередь, делают доступными элементы питания. То есть даже если мы ничего дополнительно не вносим, растение способно взять из почвы всё необходимое. И это не теория — это видно по листьям. Вот, постучу по листу: твёрдый, плотный, будто камень. Это значит, что сыворотка с микроэлементами подня-

ла Брикс — сахаристость сока листа. А высокий Брикс — это и есть иммунитет. При этом нет азотистого перекорма: прирост закончился ещё в августе.

В этом году у меня были такие урожаи, каких раньше не бывало. Тыква выросла гигантской, помидоры зрели в открытом грунте даже в конце сентября — и это неустойчивые гибридные сорта. Огурцы держались до конца сентября. И при этом не было ни тли, ни болезней. Зимостойкость оказалась настолько высокой, что я в этом году вообще ничем не укрывал, не наклонял, не обрабатывал. Ни минералки, ни химии — ничего.

Многие спрашивают: «Как делать сыворотку? Сколько граммов чего класть?» Знаете, я перестал гнаться за идеальными дозами. Да, фермерам важно брать сок листа и делать анализ почвы, чтобы понимать, каких микроэлементов не хватает и в какой период — при распускании почек, при цветении, при плодоношении. Но для обычного садовода есть простой путь.

Вот мой рецепт: Сыворотка с литра нежирного молока на ведро воды. Можно поставить молоко скисать, снять вершки, выбросить творог — останется кислая сыворотка. Можно добавить сырный фермент — получится сырная сыворотка, в ней много кальция и сахаров. А сахара — это топливо: на них молниеносно размножаются лактобактерии. Лактоза из молока помогает им расти, а они, в свою очередь, создают среду, где растения чувствуют себя уверенно.

Ранней весной сыворотку нужно разводить пожиже — литр на ведро, а с июня 2-3 литра, иначе она может обжечь. Микроэлементы можно класть чуть побольше: для помидоров — до двух чайных ложек порошка (например, «Кристалона»), а если средство жидкое — по одной-двум столовым ложкам на ведро. Главное — не бояться мелких доз: чайная ложка стоит копейки, и лучше устранять возможные дефициты, чем передозировать. Особенно осторожными нужно быть с бором: его легко внести слишком много.

Моя главная идея проста: не надо пытаться угадать идеальный состав. Сыворотка сама по себе работает, а микроэлементы в ней действуют дополнительно на фотосинтез. В сыворотке много аминокислот, которые работают как хелатирующие агенты: они помогают элементам усваиваться. В итоге всё это складывается в тот самый эффект, который я вижу на своих грядках: растения приобретают иммунитет, болезни уходят, зимостойкость растёт.

Раньше я был сторонником «эффективных микроорганизмов» вроде «Байкала». Покупал, пробовал, писал о них книги. Потом понял: аэробные культуры — это хорошо, но «Байкал» по сути — обычная сыворотка, в нём нет того разнообразия, которое нужно. Последние полгода я делаю свои микробные препараты из местных источников: Собираю листовую плесень, сок квашеной капусты, бродиловка из местных трав. Три вида микробов — лактобактерии, дрожжи и почвенные сапрофиты — дают огромный спектр метаболи-

тов. Они лучше любых гормонов и стимуляторов корнеобразования: они просто ускоряют жизнь почвы.

Сейчас у меня в холодном подвале всегда стоят три заготовки: квашеная капуста (её сок — кладёшь молочнокислых бактерий), квас на ржанных сухарях и изюме (там живут дрожжи и факультативные анаэробы), и бродиловка из местных трав с корнями. Весной я специально сею на любом месте, где есть навоз, зёрна овса и ячменя: когда трава вырастает, я собираю её вместе с корнями — это живой концентрат почвенной жизни.

Поливаю я так: развожу эти микробные концентраты в воде, добавляю немного сахара. Без доступа воздуха они квасятся неделю — и за это время образуется огромное количество метаболитов и анаэробных микробов и проливаю почву. Почва оживает, потому что в неё приходит не «чужая армия» из банок, а свои, местные микроорганизмы, которым здесь комфортно.

Знаете, иногда меня отвлекают: тощенки, то кошечка попросит поцеловать в ушко. И пусть отвлекают — в этом тоже есть смысл. Садоводство — это не только про формулы и графики, это про жизнь рядом с землёй, с животными, с погодой. И если среди всех этих забот у вас остаётся минута, чтобы попробовать снежок и улыбнуться — значит, вы на правильном пути.

Мы разобрали много способов: полив по корню, опрыскивание по листу, разные виды бродиловок и микробных за-

квасок. Но самое главное — это компостная куча, где миллиарды бактерий размножаются и становятся теми самыми «кабанчиками», которые кормят корни.

На сегодня, пожалуй, хватит. Я замёрз, да и пора идти к своим: показать щенят, погладить кошечку, проверить, как там курочки. Мысль я сказал, остальное вы сделаете сами — по своему саду, по своей земле, по своему северному календарю. До новых встреч у грядки и у сугроба. Пусть ваша почва оживает, а растения радуют.

Подарим любимым экологическую, природную жизнь рядом с нашим крыльцом».

Здравствуйте, дорогие мои садоводы и огородники!

Ну вот... С утра в январе разгрёб снег на дорожках, при-сел, перевёл дух, почти каждый день так. — И снова ощу-тил это особое чувство: зима на дворе, а в голове уже вес-на. Да, кругом сугробы, ветер гуляет по саду, но внутри — будто искра тлеет: скоро земля проснётся, и мы снова будем шептаться с почвой, слушать, как она дышит, и помогать ей оживать.

Через день у моей жены день рождения. Ей исполняется семьдесят восемь лет... А я, простите, мысленно в детство провалился, ведь для меня она всё равно та самая девчонка, которая с утра первым делом идёт кормить кроликов, потом хватает ведро и бежит по хозяйственным делам, а энергии в ней столько, что сад будто заряжается от одного её шага.

Я её спрашиваю: «Что тебе подарить в твой день?» А она, не задумываясь, отвечает: «Ты мне уже подарил самое главное — экологическую, природную жизнь рядом с нашим крыльцом». И знаете, в этих словах — вся суть того, чему я вас учу.

У нас в саду — полный подвал овощей и фруктов. И всё

это выросло на целебной почве: без «минералки», без пестицидов, без гербицидов. Уже сорок лет мы регенерируем землю вокруг нашего озера, и теперь там растут райские яблоки и добрая сотня разных плодов, овощей и ягод. Но дело даже не в урожае. Дело в том, что там — чище воздух, приятнее тишина, и слышно, как поют птицы. Там можно пройтись с внуками, показать им десяток бабочек, столько же разных пчёл, гусениц, муравьёв и прочих маленьких тружеников, без которых никакой сад не живёт. Можно сорвать прямо с ветки яблочко, грушу, сливу, вишню, черешню, абрикос, горсть смородины — и почувствовать, как эти ягоды не просто вкусны, а будто возвращают силы, улучшают наш внутренний микробиом, связывают нас с землёй.

Вот что я хочу вам дарить — не коробки с удобрениями, не «золотые таблетки», а возможность создать такую же зону чистой экологии вокруг себя. Регенерация почвы — это не просто восстановление плодородия и повышение урожайности. Это создание живого пространства, где на хорошей почве растут здоровые растения, живут птицы и полезные насекомые, а в самой земле кипит невидимая, но невероятно важная жизнь: миллиарды бактерий, архей, грибов, простейших, червячков, жучков и паучков. Все они приносят пользу, увеличивают разнообразие и создают десятки экологических ниш, где растения и животные живут в симбиозе.

Рядом с нашим садом — поле, где растут капуста, тыква, свёкла, морковь. И там тоже сложились свои экологические

зоны, свои маленькие миры. Природа сама выстраивает эти связи: археи с минимумом генов перерабатывают одно, бактерии — другое, амёбы с вакуолями и лизосомами — третье, и так по цепочке, от микробов до высоких хвойников и низких берёз. Всё это вступает во взаимодействие, если мы не мешаем, не травим химией, а, наоборот, кормим землю органикой, не убираем листву и даём возможность возникать симбиозу.

Я не спорю с теми, кто учил раньше — Бублик, Курдюмов и другие мастера — они видели мир своим инженерным умом и делали великое дело. Но сейчас наука шагнула вперёд: экология, биохимия, генная инженерия открывают новые грани. И я выбираю из этого потока знаний крупинцы, которые помогают глубже понять природные взаимосвязи, и дарю их вам.

Регенеративное земледелие — в узком смысле — это восстановление убитой почвы. В широком — создание разнообразных экологических ниш, где в симбиозе живут бактерии, микробы и все живые существа. И когда вы выходите в такой сад, у вас поднимается настроение, вас лечат запахи, чистый воздух и сама атмосфера места, где не летают молекулы глифосата, а витают фитонциды, создавая и поддерживая разнообразие.

Чем больше цветов, бабочек, бактерий — тем богаче генетический обмен, тем сильнее влияние на наш микробиом. Это не магия, а биология: микробы из окружающей среды

взаимодействуют с нашими внутренними сообществами, повышают их разнообразие и устойчивость. Я видел это не только в книгах: бывал в Африке, на Занзибаре, жил в простых бунгало с местными жителями, наблюдал, как люди, живущие в гармонии с природой, сохраняют здоровье. И знаю: даже те, кто столкнулся с серьёзными проблемами, порой начинают восстанавливаться, когда попадают в чистую, живую среду, где нет химии и патогенов, зато есть естественные микробные сообщества.

Мне часто говорят: «Дайте схему, дайте золотую таблетку». Понимаю: хочется простого рецепта. Но настоящая регенерация — это система, это комплекс мер, и я дам вам три главные заповеди, которые работают даже без сложных книг.

Первая заповедь: не слушайте «танцующих блогеров», которые продают «золотые таблетки». Выбросьте все готовые биопрепараты, минеральные удобрения, пестициды и гербициды. Купите хорошие семена — не от соседей, а от надёжных фирм, пусть даже гибридные: огурцы, томаты, перцы. Они вырастут, потому что изначально здоровы. Но перед посадкой обязательно заселите их полезными бактериями и грибами, смойте с них всю химию, которая могла остаться после заводской обработки.

Вторая заповедь: используйте аэрированный компостный чай. Его можно приготовить из простых вещей: кожуры картофеля, коры, сорняков, корней — даже тех, что можно выкопать из-под снега. Добавьте немного старой, «древней»

земли, где давно не ступала нога человека и не лилась химия. Размешайте всё это в трёх литрах воды, дайте настояться при пропускании воздуха — и получите концентрат жизни. Этим чаем поливайте всходы, и вокруг корней начнёт формироваться огромное биоразнообразие микробов, которые пробудят ваши томаты, огурцы и перцы даже на самой бедной и заражённой земле.

Третья заповедь: на втором этапе, когда растения уже растут, возьмите перегной из старой мусорной кучи с луга или полянки, промойте её, чтобы выделить споры полезных грибов и микоризы, накопайте корешков, потряхните с них споры — и внесите это в почву. Ваши корни сами вступят в симбиоз, начнут «брат» питание и защиту у грибов. А чтобы стимулировать фотосинтез, используйте молочную сыворотку с микроэлементами, но в очень слабой концентрации — в 5–10 раз слабее, чем указано на упаковке. Главное — не кормить растения избытком азота или калия, а именно стимулировать их естественные процессы.

И ещё один секрет: чередуйте аэробный компост с анаэробным. Аэробный — это тот, что «дышит», а анаэробный можно сделать, залив полуперепревший компост рассолом от квашеной капусты и оставив на неделю-две под крышкой. Получится своего рода силос — мощный биостимулятор. Его нужно сильно разбавлять — даже в 20 раз — и поливать растения. Остатки можно класть маленькими кучками прямо в лунки. Запах у такой закваски похож на луговую

подстилку, и почвенные жители её обожают: миллионы «едоков» миллионы лет питались именно такой средой, и для них это лучшее угощение. Они начнут строить свои микронорки, а следом придут полезные грибы — сотни видов, которые будут работать на вас, формировать почвенные микрогранулы и возвращать жизнь даже самой «убитой» земле. Сверху чуть-чуть замульчируйте — и почва начнёт оживать прямо на глазах.

Не бойтесь, что это сложно. Любая бабушка может сделать аэрированный компостный чай или заквасить компост квашеной капустой. Главное — делать это системно и не поддаваться на обещания мгновенных результатов. Помните: избыток азота заставит растения «жировать», а избыток калия в неподходящее время заблокирует кальций и приведёт к болезням. Азот нужен растению в самом начале, но не в виде мочевины или аммиака, а в форме живых бактерий из компостного чая, которые на 50 % состоят из аминокислот и ферментов. Зачем вам химия, если можно стимулировать жизнь?

В завершение хочу сказать: не дарите близким коробки с удобрениями. Дарите им экологию, разнообразие, радость от того, что внуки гоняются за бабочками, учатся любить курочек и разговаривать с петушками. Это и есть настоящее счастье, здоровье и долголетие.

Я делюсь с вами этими знаниями не ради рекламы и не ради славы. Просто в свободное время, два раза в неделю, я с

удовольствием улыбаюсь вам и передаю то, чего пока не найти на просторах интернета, — те крупницы мудрости, которые проверены годами и землёй. Прочитайте отрывки Кристины Джонс, но помните: всё должно быть в системе, всё — в комплексе.

Спасибо за внимание! Пойдём дальше жить, улыбаться, работать и заботиться о нашей почве и наших братьях меньших. Пусть ваш сад будет живым, разнообразным и щедрым!

Самые важные разговоры начинаются не с громких слов.

(я дал возможность поговорить с вами своей жене)

Здравствуйте, дорогие наши садоводы и огородники! Рада снова видеть вас — пусть даже через эти строки. Чувствуете, как мороз пощипывает щёки, а воздух звенит от зимней тишины? Вот и я сегодня с утра разгребла снег на дорожках, присела на скамейку, огляделась — и вдруг так остро поняла: зима на дворе, а в сердце уже шелестит зелёная весна.

Знаете, иногда самые важные разговоры начинаются не с громких слов, а вот с такой простой паузы — когда ты сидишь, смотришь на заснеженный сад и чувствуешь: земля не спит. Она просто затаилась, слушает, копит силы. И мы с вами — её верные помощники.

А ещё сегодня утром я любовалась подарками мужа: орхидеями, такими хрупкими и в то же время упрямыми — они будто шепчут: «Жизнь не останавливается». И ещё у нас с ней теперь есть комнатный ананас — будем ухаживать за ним вдвоём, учиться у него терпению и стойкости. И знаете, я верю: у нас всё получится. И у вас тоже.

Сегодня, в последний день января, мы снова встретимся на той же веранде, в полдень. Помните, как три дня назад мы сидели тут, пили чай и говорили о самом главном? О том, как сделать землю живой, а урожай — не просто обильным,

а по-настоящему целебным.

В прошлый раз мы рассказывали о простых, но очень мудрых лайфхаках — о тех самых идеях, которые любая бабушка может взять и сразу применить: как с помощью сыворотки, микроэлементов и заботы о почве вырастить растения, которые не болеют, а плоды у них — сладкие, насыщенные, будто впитавшие в себя всю силу земли. Да, бабушка не изменит глобальную экологию планеты, но она может подарить здоровье своим внукам, продлить свою жизнь, наполнив её смыслом и трудом. И это уже огромное дело.

Но мир устроен сложнее. Есть и глобальные проблемы, с которыми не справиться в одиночку — их создают крупные промышленные предприятия, химические заводы, огромные фермы. Однако рядом с этой большой машиной есть и другая реальность: миллионы маленьких хозяйств, частные фермеры, люди, у которых есть дом, земля вокруг города, желание и средства, чтобы эту землю обустроить. В России таких хозяйств — 2–3 миллиона. И именно они могут стать опорой новой, живой агрокультуры.

Я хочу сегодня поговорить не только с «бабушкой», но и с теми, кто всерьёз думает о своём маленьком производстве, кто хочет не просто выращивать овощи, а создавать настоящую экосистему. Да, маленьким хозяйствам непросто пробиться на рынок: крупные сети живут по своим законам, и порой эти законы похожи на паразитизм — они выжимают максимум, не оставляя места для настоящей заботы о зем-

ле и человеку. Но природа учит нас другому: даже паразит может стать сапрофитом, если научиться делиться с ним ресурсами правильно.

Помните, муж рассказывал, как растение через корни делится сахарами с грибами? И вот этот гриб, который мог бы быть вредителем, становится союзником, помогает корням добывать воду и минералы. Точно так же и малые хозяйства могут объединяться в свои сети, создавать локальные рынки, где один помогает другому, где каждый производит то, что не сделают огромные заводы: живую, насыщенную фитонутриентами, витаминами и полезными соединениями продукцию.

И знаете, что самое удивительное? Всё это уже работает в природе — нам нужно только научиться видеть и понимать эти процессы. Например, вода в почве — это не просто жидкость. Вокруг каждого корешка она образует тончайшую плёнку, и в этой плёнке молекулы воды выстраиваются в особую кристаллическую решётку, работают почти как полупроводник, создают микрополя, ускоряют обмен веществ в десятки и сотни раз. Это не магия — это биофизика, и она происходит прямо у нас под ногами, в каждой грануле почвы.

Или возьмите микоризу. Все знают про подосиновики и подберёзовики — они образуют видимую микоризу с деревьями. Но есть и другая, невидимая глазу: тончайшие нити грибов, которые проникают внутрь корня, плетут там сеть, кормят бактерии, помогают растению адаптироваться к пе-

ременам. Эти грибы живут всего несколько дней, но за это время успевают сделать столько, сколько не сделает ни одно минеральное удобрение. Они чувствуют, когда растению нужен фосфор, а когда — калий, умеют менять валентность металлов, делать недоступные элементы доступными именно в тот момент, когда это нужно.

Иногда я думаю: как же всё сложно — и как же просто, если смотреть на это как на единую систему. Вот, например, мотыльки, выходящие ночью вокруг фонаря. На первый взгляд — просто насекомые. А на деле — часть огромной цепи: они откладывают яйца, из них появляются гусеницы, а гусеницами питаются птицы. И если в саду живёт двадцать видов насекомоядных птиц, то ни одна гусеница не съест все листья, ни одно дерево не останется голым. Более того, помёт этих птиц — лучшее удобрение, которое только может быть: в нём уже есть и азот, и фосфор, и калий — в той самой биологической форме, которую растение усваивает мгновенно.

Я помню, как однажды поняла одну простую вещь: чтобы в моём саду не было болезней, мне не нужно опрыскивать растения химией. Мне нужно просто создать условия, чтобы здесь жили птицы, жуки, пауки, бабочки — все те, кто поддерживает природный баланс. И тогда даже если яблочко упадёт и его съест червячок, кто-то обязательно съест и самого червячка — ящерица, жаба, птица. Ничего не пропадает, всё идёт в круговорот.

Ещё одна мысль, которая меня не отпускает, — о кароти-

ноидах. Мы привыкли думать о витаминах как о таблетках из аптеки. А ведь природа создала их в каждом листочке, в каждой травке. Базилик, салаты, морковь, перец — всё это источники каротиноидов, которые защищают зрение, укрепляют иммунитет, делают яйца кур ярко-жёлтыми, а не бледными, как в магазине. И когда я вижу, как синичка клюёт сало, чтобы набраться сил перед гнездованием, я понимаю: ей нужны эти жиры и микроэлементы, чтобы вывести птенцов, которые потом будут есть гусениц, а те — ели листья, и так замыкается круг.

Поэтому, если вы — малый производитель, ваша задача не только в том, чтобы вырастить хороший урожай. Ваша задача — сохранить и приумножить биоразнообразие: высаживать местные травы, которые кормят местных бабочек и мотыльков, не завозить экзотические растения, на которых не живут наши жучки и паучки. Ведь именно эти «незаметные» существа и делают почву живой.

Тридцать лет назад, когда мы с мужем только приехали на свою землю, мы ходили по полям и слышали, как поёт коростель, видели, как прилетают глухари и тетерева. А среди трав нашли Венерин башмачок — редкую орхидею, которая растёт только там, где экология по-настоящему здорова. И знаете, спустя тридцать лет муж снова нашёл её на том же месте. Не одну, а несколько. Потому что вокруг неё — двадцать видов луговых трав, с которыми она живёт в симбиозе. Природа сама подсказывает нам, как всё должно быть

устроено.

Так что давайте сегодня не будем искать сложных схем и готовых рецептов. Давайте учиться видеть эти тонкие связи: как вода становится проводником, как гриб становится союзником, как мотылёк становится частью защиты сада. И пусть кто-то скажет, что это слишком сложно. А я скажу: это просто жизнь, и она прекрасна в своей сложности.

Мы с вами не изменим весь мир за один день. Но мы можем сделать чуть лучше свой уголок земли. Можем посадить липу вместо заморского дерева, можем оставить кусочек луга вместо газона, можем повесить кормушку для синичек и радоваться, когда над нашим фонарём кружатся мотыльки. И тогда вечером прилетят летучие мыши, а утром запоёт иволга. И тысячи таких маленьких, живых систем действительно смогут спасти наш земной шар.

Давайте учиться не по учебникам, а у самой земли. Она всё расскажет — нужно только прислушаться.

Что скажете? С чего начнём?

Знаете, вода — она ведь не просто вода.

Здравствуйте, дорогие мои садоводы и огородники!

Ну вот... С утра в январе разгрёб снег на дорожках, сел, огляделся — и прямо дух захватывает: зима на дворе, всё укрыто, будто природа взяла паузу, чтобы собраться с силами. И в этой тишине особенно остро чувствуешь: ты не просто хозяин участка — ты маленький фермер, у которого в руках — огромная ответственность и великая возможность. Ты хочешь, чтобы твоя почва стала по-настоящему живой, регенеративной. И чтобы этого добиться, нужно заглянуть глубже привычных советов. Нужно понять, как устроена сама жизнь в почве — до мельчайших деталей.

Знаете, вода — она ведь не просто вода. У неё, если хотите, есть своё «четвёртое измерение». Наши корешки, каждый волосок, каждая тончайшая ниточка — всё покрыто тончайшей плёнкой из сложных жиров, живой оболочкой. Вы ведь наверняка видели, как капля на тефлоновой сковороде не растекается, а лежит, словно жемчужина? Или как на гладкой поверхности воды можно аккуратно положить монетку — и она держится? Вот и в почве всё устроено похоже. Вода вступает в контакт с биоплёнками, и там, на этой границе, рождается совсем другой мир.

Там не просто молекулы плавают, как попало. Там выстра-

ивается особая кристаллическая решётка — не аморфная, не хаотичная. Это не кристаллы, как на окне в мороз, и не пар в воздухе. Это шестигранные структуры, связанные в единую огромную сеть. И эта сеть работает почти как кварцевый полупроводник в компьютере: в ней возникают электрические поля, тонкие, порой толщиной в долю микрона или миллиметра, но мощные, как батарейки. Там есть свои «плюсы» и «минусы», свои токи и потоки. И именно в этой зоне химические процессы идут по совсем другим законам.

Когда туда попадают аминокислоты, минералы — они не просто растворяются и впитываются. Они движутся, проникают, выходят — и скорость этих процессов возрастает в миллионы раз. Это не магия, это физика и биохимия живой почвы.

Представьте: эритроцит в капилляре движется не просто потому, что его гонит давление крови. В микромире свои законы — там тоже есть биоплёнки, электрические поля. Эритроцит скользит почти без трения, как поезд на магнитной подушке. Точно так же и бактерии, и питательные вещества всасываются в растения — благодаря сложным электрическим полям, с огромной скоростью. Дальше запускаются сложнейшие биохимические процессы: растение выделяет окислители, работают ферментные системы. Например, тот же марганец — маленький, незаметный микроэлемент — в этих условиях способен расщеплять воду, запускать образование перекиси водорода, и через клетки буквально «протас-

кивать» аминокислоты и соли внутри тканей. Растение питается этим сложным, эволюционно отточенным способом — способом, который мы не можем просто скопировать, смешав пару удобрений в ведре. Но мы уже начинаем это понимать.

Не думайте, что достаточно бросить нитрофоску — и растения сами вырастут. Не получится, если действовать по советам из коротких роликов: «добавь это, убери то». Тут нужно мыслить глобально. Когда я захожу в свой огород, я вижу не грядки и не сорняки — я вижу всю эту сложную картину целиком: потоки веществ, электрические поля, работу ферментов, смену валентностей элементов. И я не даю вам сухие схемы. Я делюсь идеями, чтобы вы могли импровизировать, пробовать, адаптировать под свой участок, делать собственные маленькие открытия.

Вот ещё одна важная вещь, которую знает любой химик и биохимик: поведение минералов сильно зависит от кислотности среды. В щелочной среде фосфор, соединяясь с кальцием, может превратиться в соединение, похожее на зубную эмаль, — и стать недоступным для корней. Сера с кальцием и магнием — в гипс. А в кислой среде эти соединения становятся растворимыми, доступными растениям. Получается, что для одних элементов нужно слегка ощелачивать почву, для других — подкислять. Но самое главное — в такой среде любой металл способен менять свою валентность. Железо может стать неактивной ржавчиной, а может оставаться

двухвалентным — и тогда оно работает. То же самое с марганцем, с фосфором: от труднорастворимого апатита он может переходить к ортофосфорной кислоте. В пробирке это можно менять реактивами, а растение чувствует эти переходы молниеносно: сегодня ему нужен один элемент, завтра — другой. Зона корней — это живая лаборатория, где энзимы и органические кислоты каждую секунду меняют условия.

И ещё один момент, который легко упустить. На бедной почве и на богатой — одно и то же удобрение работает совершенно по-разному. Допустим, вы внесли мочевины. На бедной почве, где мало микробов, она может превратиться в нитрат, который либо уплывёт с водой, либо начнёт «травить» растения. Корни всосут его молниеносно, и локально почва станет щелочной. А в этой щелочной зоне фосфор и кальций перестанут усваиваться — фосфор «закупорится», превратится в те самые труднорастворимые соединения. Казалось бы, вы бросили самую обычную мочевины, а нарушили целый цикл питания. А на богатой гумусной почве, где много органических кислот, всё иначе: там высокая буферность, почва сглаживает резкие скачки, и процессы идут сбалансированно. Об этом всегда нужно помнить.

Ну, хватит на сегодня тяжёлой науки. Давайте о чём-нибудь таком, что не прочитаешь в учебниках, о чём редко говорят. Знаете, с детства я любил птиц: в три года уже различал щегла от чижики, знал, чем кормить насекомоядных, а чем — тех, кто ест ягоды. И вот эта наблюдательность одна-

жды привела меня к одной очень важной мысли.

Сегодня ехал с женой и всё пытался объяснить ей одну вещь — и сам вдруг увидел её яснее. Есть такое понятие — куриная слепота. А ещё есть ночные мотыльки, которые вьются вокруг фонарей в саду. Что между ними общего? На первый взгляд — ничего. Но если посмотреть глубже, откроется целая цепочка связей.

Я сейчас подкармливаю синичку салом, чтобы она свила гнездо у меня в саду. А потом она будет кормить птенцов гусеницами — примерно по 10–20 штук на каждого. И если в конце мая — начале июня синица не найдёт достаточно корма, она не сможет вырастить потомство. А если в моём саду не будет места для ночных бабочек, чтобы они могли откладывать яйца, то не будет и гусениц. А значит, не будет и синиц. Всё связано.

Воробьи в мае и июне тоже становятся насекомоядными — они кормят птенцов тем же самым. И получается, что ни один мотылёк, ни одна гусеница не съедят все листья на деревьях — потому что в здоровой экосистеме у них есть свои хищники. Вот это и есть главная мысль: сложность и баланс природы.

Растение на вашем огороде тратит примерно 80 % сахаров на плоды — и только 20 % направляет в почву, чтобы кормить огромную подземную пищевую сеть: от нематод до червей, от микробов до кротов. Это крошечная доля, но именно она держит всю систему живой.

Поэтому, друзья, когда вы выходите на участок, думайте не только о том, как получить урожай. Думайте о том, как сохранить и усилить эту невидимую, но невероятно мощную жизнь. Ведь именно она и делает почву по-настоящему регенеративной.

А теперь расскажите: что вы замечали в своём саду такого, что кажется мелочью, а на деле — целая история? Давайте делиться этими наблюдениями — вместе мы соберём целую мозаику знаний.



Февраль — месяц широких дорог и больших планов

Здравствуйте, дорогие друзья, мои верные спутники в этом бесконечном, но таком увлекательном путешествии по садово-огородному миру! Садоводы, огородники, цветоводы — все, кто сердцем чувствует, как под снежным покровом потихоньку просыпается земля... Я так рад снова быть с вами.

Февраль... Он будто стоит на пороге: ещё зима, но уже слышно, как где-то вдалеке звенит весна. Это месяц широких дорог, больших планов, месяц водогрей, бокогрей, ветродуй, лютень. То выюга закружит, то снегопад укроет всё вокруг пушистым одеялом, то серая оттепель размочит края сугробов, а то вдруг солнце ударит так ярко, что слепит глаза. И вот в этом контрасте, в этой переменчивой февральской погоде — вся прелесть и вся сложность нашего дела.

Да, февраль — ещё зима. Но весной ох как пахнет! И нас, садоводов и цветоводов, охватывает не просто нетерпение — это азарт, почти охотничий. Хочется скорее что-то делать, покупать, планировать, мечтать. Именно сейчас начинаются всевозможные выставки и ярмарки, в садовые центры завозят новые комнатные растения, горы семян, корневищные и луковичные многолетники.

Выберите солнечный день, когда звенит капель, чирикают воробьи и звонко кричат синицы: «Зинь-зинь-таррарах!» — и отправляйтесь всей семьёй на ярмарку. Купите что-нибудь просто по первому желанию, по прихоти, без строгих планов. Пусть это будет маленький подарок каждому. Ведь в этом и есть магия садоводства: в радости от каждого нового семечка, в предвкушении того, как оно прорастёт и станет частью вашего сада.

Основные работы в саду и огороде: февральский ритм

В феврале мы не столько сажаем, сколько готовим почву для будущего изобилия. Мы боремся со снегом и оттепелями, с ярким солнцем, которое обжигает кору, и с морозными утренниками, которые сковывают землю. Мы стратифицируем семена, высаживаем всё новые и новые партии на рассаду, совершаем продуманные покупки, проверяем семена на всхожесть, ставим ловушки для голодных мышей, монтируем подсветки, ремонтируем теплицы и инвентарь, проветриваем укрытия на розах и винограде, выгоняем зелень на окне и красивые луковичные, кормим птиц.

А теперь давайте пройдемся по дням — так, чтобы каждый шаг был осмысленным, а каждый совет работал на восстановление и укрепление почвы, на развитие той самой живой микробиологии, которая и делает земледелие по-настоящему регенеративным.

1 февраля. На грядках появляются первые проталины, на клумбах — голые участки. Это тревожный сигнал: почва обнажена, уязвима, и ей нужна защита. Прикройте эти места лапником или соломой, которую вы заботливо запасли с осени. Это не просто укрытие — это сохранение микроклимата, защита почвенной биоты от резких перепадов температур.

2 февраля. Метели сменяются оттепелями, дождь прихо-

дит вместе с гололёдом. В такие дни ветви деревьев особенно уязвимы: снег и лёд ломают их, как сухие спички. Будьте начеку: держите под рукой приспособления для аккуратного стряхивания снега и льда. Лучше предупредить поломку, чем потом лечить дерево.

3 февраля. Снег с ягодников иногда сходит, и это отличный повод пройтись по участку с ревизией. Срежьте больные и поломанные ветки, переработайте их на щепу — и этой щепой посыпьте проталины на грядках с земляникой. Так вы и участок очистите, и создадите мульчирующий слой, который защитит корни и поможет сохранить влагу.

4 февраля. Самое время для начала стратификации семян груши и яблони. Я сам поступаю так: обрабатываю семена «Превикур Энерджи» — это помогает защитить их от патогенов, не убивая полезную микрофлору. Затем пересыпаю влажным вермикулитом и помещаю на нижнюю полку холодильника. Так семена проходят естественную подготовку к прорастанию, имитируя зимние условия, в которых они находились бы в природе.

5 февраля. С началом схода снега я ещё раз притеняю от февральского солнца нежные ели и туи. Яркое солнце в сочетании с морозом может вызвать ожоги хвои. Можно использовать нетканый материал, но я предпочитаю зелёную сетку от птиц, сложенную вдвое: она даёт лёгкое, но надёжное затенение и не мешает циркуляции воздуха.

6 февраля. Продолжайте убирать лишний снег с газонов

и дорожек. Но не выбрасывайте его — перекладывайте под ягодники и деревья. Снег здесь работает как теплоизолятор, защищает корни от промерзания и постепенно питает почву влагой, когда начнёт таять.

7 февраля. Начинайте сеять на рассаду семена цинерарии, антирринума, лобелии и других долго растущих летников. Ещё не поздно посеять и корневой сельдерей — он требует времени, но результат того стоит. Каждый посев — это инвестиция в будущий цветник и огород.

8 февраля. Приобретите семена экзотической, новой для вас зелени, чтобы выгонять её на окне. Например, полевой салат — он неприхотлив, быстро растёт и даёт свежую зелень даже в условиях короткого светового дня. Экспериментируйте, пробуйте новинки: именно так рождаются свои маленькие семейные традиции и находки.

9 февраля. Пополняйте запасы почвы для рассады. Пролейте её АКЧ (аэрированным компостным чаем) и поставьте в тёплое место. Пусть полезные микроорганизмы активно работают, поедая болезнетворные и создавая здоровую среду для будущих всходов. Помните: сильная рассада начинается не с семечка, а с живой, биологически активной почвы.

10 февраля. Продолжайте подкармливать птиц у окон — на радость детям, и в саду — на радость деревьям. Птицы — наши союзники: они помогают контролировать вредителей и делают сад живым и звучным.

11 февраля. Комнатные растения и всходы рассады про-

должайте подкармливать удобрениями. Лучше органическими типа «Биодженик». Сочетайте их с гуматами или АКЧ — так вы поддержите не только рост растений, но и здоровье почвенной микробиоты. Положите на видном месте таблички: для каких цветов и рассады, в какие сроки и какой состав органических удобрений лучше всего подходит. Это кажется сложным, но на деле всё просто — и именно так вы получите коренастую рассаду и шикарно цветущие комнатные растения.

12 февраля. Ещё раз продумайте планы покупки семян и весенних посадок. За зиму вы наверняка прочитали много нового, узнали интересные приёмы — и планы могут измениться. Это нормально: хороший садовод — это тот, кто умеет гибко подстраиваться под условия и учиться на каждом сезоне.

13 февраля. Не торопитесь с массовыми посадками перцев и томатов. Рассада, посаженная в середине марта, иногда оказывается более урожайной, чем февральская. Но первый зрелый томат и перчик хочется получить уже в мае — поэтому несколько семян для ранних теплиц стоит высадить уже сейчас. Это компромисс между желанием и здравым смыслом, и он работает.

14 февраля. Ещё раз пройдитесь по саду и разложите новые приманки с ядами от голодных мышей. Зимой они особенно опасны: могут повредить кору деревьев и корни растений. Защита участка — это часть заботы о почве и буду-

щем урожае.

15 февраля. Можно заняться перевалкой в новые горшки некоторых комнатных цветов. Это не только даст им больше пространства для роста, но и позволит оценить состояние корней и при необходимости внести корректировки в уход.

16 февраля. Продвинутые садоводы могут начинать делать зимние прививки. Это тонкая работа, требующая внимания и терпения, но именно она позволяет сохранять и размножать любимые сорта, не теряя их уникальных качеств.

Осталось всего три недели до 8 марта — и это последние сроки, чтобы выставить на свет тюльпаны и нарциссы. При температуре 18–20 градусов они зацветут ровно через три недели, и этот весенний букет станет лучшим подарком и для близких, и для вашей души.

17 февраля. Начинаяте монтировать дополнительную подсветку на окнах. Сейчас на рынке много эффективных светильников — как светодиодных, так и люминесцентных. Без них вырастить хорошую рассаду сложно: в феврале световой день ещё слишком короткий, а растениям нужно много света для формирования крепкой корневой системы и здоровых листьев.

18 февраля. Если у вас есть животные и подстилочный навоз, пора чистить парники и набивать их тёплым навозом. Я поливаю навоз АКЧ, ежедневно рыхлю, а через 7–10 дней сверху насыпаю слой перегноя. После этого можно высаживать салаты, редис и множество других культур на рассаду.

Раньше я укрывал парники стеклянными рамами, теперь использую поликарбонат — он легче, удобнее и лучше сохраняет тепло.

19 февраля. Посетите ещё раз подвал. Очистите капусту от загнивших листьев, если подвал тёплый — начинайте обрывать ростки с картофеля, переберите корнеплоды и засыпьте их свежим песком. Так вы сохраните урожай и подготовите посадочный материал к сезону.

20 февраля. Когда оттепели делают проталины на высоких грядках, стоит посадить на них лук, морковь, укроп, петрушку и присыпать компостом. Затем в апреле прикройте их плёнкой — и получите сверххранную зелень. Это простой, но очень эффективный приём, который даёт первые витамины уже в начале сезона.

21 февраля. В саду возле стволов и корней появляются проталины — и тут важно не пропустить момент: если вода застаивается, возникает опасность кольцевого выпревания коры. А его, увы, вылечить невозможно. Прорубите канавки для стока воды. Посмотрите на свои голые деревья, на их силуэты на фоне снега. В это время легко оценить их форму и наметить обрезку на март — так, чтобы она была не просто санитарной, а формирующей.

22 февраля. Таяние снега — опасный период для газона: по нему нельзя ходить, а застоявшиеся лужи надо прокалывать поглубже вилами, чтобы вода быстро уходила и корни не вымокали. Но в сад с фотоаппаратом и детьми сходить обяза-

тельно нужно — не для работы, а для настроения. Сад залит солнечным светом, ослепительно блестит снег, растут и переливаются сосульки, звонко капают капли, а синицы встречают вас своим радостным «Зинь-зинь-таррарах!». В такие моменты понимаешь: всё, что мы делаем, — ради этих мгновений.

23 февраля. Занесите георгины и высадите их в ящики, оставив открытой корневую шейку. Через пару недель отламывайте черенки и высаживайте в отдельную ёмкость. Георгины из черенков меньше болеют и лучше цветут — это проверенный приём, который стоит взять на вооружение.

24 февраля. Как только начнут отрастать пеларгонии, приступайте к черенкованию. Отрезайте молодые побеги с «пяточкой» старого стебля — она не загнивает и даёт сильные корни. Так вы получите новые растения, которые будут точно такими же, как материнское, и сможете размножить любимые сорта.

25 февраля. По мере схода снега проветривайте розы. Если появились участки грибковых болезней, обработайте их «Топазом». Постоянно посещайте ягодники, особенно малинник: удаляйте поломанные ветви и приподнимайте придавленные снегом к земле. Пора срезать веточки яблонь и груш, поставить их в воду, а через неделю оценить степень подмерзания — это поможет понять, какие деревья потребуют особого внимания весной.

26 февраля. К концу месяца заканчивайте ремонт теплиц

и парников, прикройте фрамуги, чтобы яркое февральское солнце быстрее прогрело землю. Когда земля сверху оттаёт, опрысните её АКЧ: почвенные микроорганизмы заработают, и прогревание пойдёт быстрее. Это простой, но мощный приём, который ускоряет старт сезона и поддерживает регенеративные процессы в почве.

27 февраля. Не забывайте: как только появилась петелька всходов перцев, томатов и баклажанов, температуру почвы стоит понизить на 5 градусов, а освещённость — повысить. Переставьте всходы на недельку поближе к светлему окну. Опрысните их микроэлементами с сывороткой, но не более чем 0,1 % концентрацией — так вы укрепите корневую систему и подготовите растения к пересадке.

Если вы купили лук-севок, рассыпьте его в самом тёплом месте у батареи. Его могли хранить на холоде, а значит, ему нужно 5–6 недель тепла, иначе он весь пойдёт в стрелку.

28 февраля. Стоит поставить эксперименты с семенами перцев и томатов. Несколько семян опустите в АКЧ, который продувается воздухом, а другую часть замочите в воде. Вы увидите, что АКЧ ускоряет всхожесть на 2 дня для томатов и на 4–5 дней для перцев. Можно усложнить эксперимент: часть семян проращивать при температуре 18–20 градусов, а часть — при 25–28. Вы поразитесь, насколько разными будут результаты. Это не просто любопытство — это понимание того, как температура и биологическая активность среды влияют на прорастание, и как мы можем управлять этими

процессами.

А моя семья 28 февраля собирается за праздничный стол — ведь у меня сегодня день рождения! И нет лучшего подарка, чем видеть, как ваши сады и огороды становятся всё крепче и живее, как вы осваиваете приёмы регенеративного земледелия и делаете свою землю по-настоящему плодородной и здоровой.

Пусть этот февраль станет для вас месяцем не только забот, но и открытий, месяцем, когда каждый день приносит новое понимание и новые маленькие победы. До встречи в марте — он уже совсем близко!

Февраль. Разгребая снег — строим плодородие

Ну вот, с утра разгрёб снег на дорожках, сел, выдохнул... Ой, зима на дворе! Февраль крепчают метет... Мороз пощипывает щёки, воздух звенит, будто хрустальный. А я сижу и улыбаюсь — потому что знаю: даже в этом снежном безмолвии почва не спит. Она дышит, в ней тихо шевелятся микробиры, готовятся к весне.

Здравствуйте, уважаемые садоводы и огородники! Как же я рад вас видеть — пусть и на страницах этой книги, пусть и в воображении, когда вы будете слушать эту главу. Приятно видеть ваши улыбки, чувствовать ваше нетерпение: хочется ведь уже что-то делать, сажать, растить, видеть, как из земли пробивается зелёный росток. И знаете, это нетерпение — правильное. Но сегодня я хочу поговорить о том, как превратить это нетерпение в настоящую силу — в силу регенеративного земледелия.

Да, на улице снег. Сегодня начало февраля, а у меня с улицы пересажена хризантема — и она всё ещё цветёт! Не верите? А она цветёт, и не просто так. Это не чудо, а результат работы. Стимуляция фотосинтеза, живая почвенная микробиота, щедрый запас гумуса — вот её настоящие удобрения. Моя почва — не просто земля. Это живой организм: плодородная, богатая всеми основными веществами, в ней кипит

жизнь. И именно поэтому хризантема держится, будто не замечая что уже на подоконнике.

Я хочу поделиться с вами не просто советами, а практическим опытом — тем, как сделать вашу почву такой же живой, такой же щедрой. Ведь цель не в том, чтобы «накормить» растения мешками удобрений, а в том, чтобы пробудить саму почву, дать ей возможность кормить растения самостоятельно. Тогда и плоды будут целебными, и растения — здоровыми, и в каждом листочке, в каждой ягодке будет столько витаминов, микроэлементов, биофлавоноидов, полезных сахаров и аминокислот, что никакой дефицит им не грозит. Такие растения не болеют — а значит, и дают нам здоровье. Как моим внукам, как моей семье. И, честно говоря, я пока на здоровье не жалею. Анализы, конечно, не идеал, но хорошие. А всё потому, что почти 90 % пищи у меня — со своего огорода. Хлеб, правда, покупаю — но и тут выбираю осознанно: есть у нас в округе пекарня «Антония», где пекут на закваске, по старинной технологии, без вредных веществ. Любая правильная ферментация — это польза. И сегодня мы понемногу будем говорить именно о ферментации, о регенерации, о том, как вернуть почве силу.

Самая продуктивная почва в мире — не в чернозёмах, не в садах, а в джунглях и саваннах. Но не думайте, что там земля «богата» в привычном смысле. В джунглях Амазонки, например, почва бедна кальцием, богата алюминием и силикатами. Там огромная биомасса — деревья, животные, гри-

бы, микробы, — но почти нет опада, и, если срубить лес, на голой глине ничего не вырастет. Почему? Потому что плодородие там держится не на запасах, а на скорости круговорота: всё, что упало, тут же съедается, ферментируется, перерабатывается.

А вот в саваннах — другая история. Там много солнца, много тепла, короткий сезон дождей, а потом — засуха. Но именно там растут огромные злаки, и продуктивность системы — максимально возможная на планете. Почему? Из-за животных. Антилопы, бизоны, овцебыки — они не просто едят траву, они её «подрезают», пропускают через свой рубец, где она ферментируется анаэробными бактериями. Каждый анаэроб — это примерно 50 % белка. Потом эта ферментированная органика ложится на землю в виде лепёшек, её тут же подхватывают жуки, термиты, черви, простейшие — и начинается новая волна переработки. Образуются копролиты — те самые гранулы, которые не размываются дождём, а становятся основой стабильного гумуса. И этот гумус, в свою очередь, питает новые травы. Круговорот замыкается, плодородие растёт в геометрической прогрессии.

Уберите из саванны крупных животных — и злаки перестанут расти. Они высохнут на солнце, сгорят, уйдут в воздух, а плодородие рухнет. Саванна превратится в пустыню. То же самое происходило и за полярным кругом, когда там бродили мамонты и овцебыки. За три тёплых месяца трава успевала вырасти, её съедали, ферментировали, оставля-

ли на земле — и почва становилась богатой. Сейчас там нет крупных животных, нет этой быстрой переработки, и вместо гумуса образуется торф, который со временем уходит в залежи. Продуктивность солнечной энергии падает в сотни раз.

Что это значит для нас, северных огородников? Что мы можем воссоздать этот круговорот в миниатюре. У нас нет стада антилоп, но у нас есть триммер, есть компостный чай, есть бактериальные препараты, есть черви и жучки, которые готовы работать на нас.

Вот моя практика: я высаживаю узкие ряды — 20–30 см — картошки, морковки, капусты. Между рядами оставляю по 80 см. И за сезон я 10 раз скашиваю траву в междурядьях. Не даю ей высохнуть, не даю ей сгнить — я сразу опрыскиваю её бактериями, аэрированным компостным чаем, вытяжкой из ферментированной органики. Цель — чтобы переработка началась тут же, на месте, а не в желудке коровы, а в почве. Потому что гниение — это не ферментация. Гнилая масса вымывается дождями, уходит в метан, не успевает усваиваться. А ферментация даёт протеины, аминокислоты, биологически доступный азот — то, что растению нужно.

И ещё один маленький, но мощный секрет: кальций. Без кальция гумус не образуется. В джунглях его мало — поэтому там нет стабильного плодородия. А у меня он есть — и я беру его из листвы, из золы подсолнечника, из мраморной пыли, из доломитовой муки. Знаете, в золе подсолнечника

калия в 30 раз больше, чем в торфе. И это не просто цифры — это разница между почвой, на которой ничего не растёт, и почвой, которая кормит.

Если у вас бедная, кислая, силикатная почва — добавьте немного молотого известняка или доломитовой муки. Это повысит содержание магния и калия, и даже на земле, богатой алюминием и железом, начнёт образовываться гумус. А если вы просто будете сеять сидераты и перекапывать их на бедных кальцием почвах — гумуса не будет. Это важно понимать.

Ещё одна идея, которую я хочу вам передать: грибы. Не бойтесь плесени, не бойтесь грибов — бойтесь их отсутствия. Чем больше биоразнообразие грибов в почве, тем лучше. Самые полезные грибы растут на лугах, в разнотравье. И их можно «переселить» к себе на участок. Весной выкопайте ведёрко лугового разнотравья — с тысячелистником, клевером, злаками. Принесите домой, подрежьте, и вы увидите, как на срезах появляется сок — а в нём огромное количество спор и мицелия. Я засыпаю эту почву гранулами люцерны, подсолнечника или свёклы, предварительно пропаренными кипятком, — и жду 3–5 дней под мешковиной. Когда поверхность покрывается грибным мицелием, я знаю: жизнь пришла.

Это не магия. Это биология. Это круговорот веществ, который мы можем воссоздать на своих шести сотках.

Так что, когда в феврале вы разгребаете снег на дорожках

и думаете: «Ну что тут можно сделать?» — помните: можно готовить почву. Можно думать о кальции, о ферментации, о грибах, о том, как ускорить круговорот органики. Можно учиться у саванн, у лугов, у природы, которая миллионы лет оттачивала эти механизмы.

Я даю вам не готовые рецепты, а идеи. А дальше — импровизируйте. Понимайте биологию почвы, и тогда любая технология станет вашей.

До следующей встречи, друзья. Пусть ваша почва будет живой, а урожай — щедрым!

Учимся опрыскивать по листу микроэлементами.

Здравствуйте, дорогие мои садоводы и огородники!

Ну вот, февраль на дворе... С утра разгрёб снег на дорожках, сел, огляделся — и прямо чувствуешь: зима крепко держит землю в своих объятиях. А в голове — не холод, а огонь идей. Ведь именно сейчас, когда сад спит под снежным покрывалом, самое время разложить по полочкам то, что накопилось за год. И сегодня я хочу с вами поговорить о самом главном — о том, как мы помогаем растениям жить, дышать и плодоносить, не ломая природный баланс.

Только что я завершил цикл лекций — целых 80 встреч, две недели подряд, без передышки. И знаете, что меня больше всего греет? То, что всё, о чём я говорил, проверено не в теории, а в моём собственном саду, на каждом кустике, на каждой грядке. За последние полтора года я шаг за шагом проверял научные методы стимуляции фотосинтеза — и ключ к ним оказался в одном: в устранении дефицита микроэлементов. И везде это сработало. Не потому, что я такой умелый, а потому что природа благодарно откликается, когда мы говорим с ней на её языке.

Сколько вопросов сыпалось на меня — особенно про сыворотку! «Сыворотка или не сыворотка?» — спрашивали вы. А я всё время хотел сказать: дело не в сыворотке как та-

ковой. Дело в том, чтобы дать растению то, что ему жизненно необходимо, и в той форме, в которой оно сможет это взять. Сыворотка — это лишь один из инструментов, потому что в ней есть белки, сахара, органические кислоты — готовая энергия для микробов и растений. Но она работает только в связке с микроэлементами, с аминокислотами, с фульвокислотами. Это как дать человеку не просто хлеб, а хлеб с маслом и солью: сытнее, полезнее, вкуснее.

Я столько лет учил вас: основа всего — гумус, симбиоз корней с почвенной жизнью, биоразнообразие. И именно поэтому я столько раз повторял: используйте аэрированный компостный чай, используйте гуматы — но не любые, а те, где много фульвокислот. Они не просто кормят растения — они открывают двери: делают кутикулу листа более проницаемой, помогают микроэлементам проникнуть внутрь, не тратя на это лишнюю энергию. А ведь растение имеет удивительный механизм: оно не станет всасывать то, что может нарушить баланс его внутреннего сока. Вот тут и приходит на помощь хелатирование: аминокислота или фульвокислота берёт ион металла — цинк, железо, медь — в «объятия», нейтрализует его заряд, и растение спокойно забирает нужное, не чувствуя угрозы.

Теперь о самом практическом — о том, что волнует каждого: как правильно опрыскивать, чтобы эффект был, а не просто вода по листьям стекала. Тут мелочей не бывает. Во-первых, размер капли: чем мельче туман, тем лучше. Я пере-

пробовал кучу опрыскивателей — от простых ручных до аккумуляторных с моторчиком, создающих высокое давление. И понял: если капли крупные — они скатываются, не успевая впитаться. А вот микроскопический туман долго висит в воздухе, оседает тонкой плёнкой и работает в десятки раз эффективнее. Сейчас у меня в арсенале и маленький ручной, и большой на 15 литров — для разных задач.

Во-вторых, прилипатель. Без него даже самый лучший состав соскользнёт с листа, как капля дождя. И тут я хочу вас успокоить: не обязательно искать что-то дорогое и «волшебное». Прилипатель на основе растительных масел, даже простой органический ПАВ — уже хорошо. Иногда можно использовать даже средство для мытья посуды с пометкой «органик» — главное, чтобы там не было жёсткой химии, которая убьёт не только грибок, но и само растение. А ещё помните: аминокислоты и даже небольшая доза мочевины сами по себе работают как прилипатели — они создают тонкую плёнку, которая удерживает полезные вещества.

Когда опрыскивать? Не в жару, не в сухую погоду — в это время растение словно сжимается, закрывает устьица, бережёт влагу. А вот рано утром, по росе, или поздно вечером, когда воздух остывает и появляется лёгкая влага, — это самое благодатное время. Я сам люблю выходить в сад на рассвете: слышишь, как поют соловьи, жаворонки, видишь, как бабочки кружатся над цветами, и понимаешь: природа уже проснулась, она готова принимать. И в эти минуты даже са-

мое простое опрыскивание становится почти ритуалом заботы.

Ещё один важный момент: молодые листья — это будущее урожая. Им нужно в десятки, а то и в сотни раз больше микроэлементов, чем старым, потому что они строятся, формируют ферменты, закладывают потенциал. Старые листья уже «наелись», у них есть запасы, и они даже могут делиться ими с молодыми — но этого недостаточно. Поэтому опрыскивайте регулярно: каждые 3–4 дня, особенно в период активного роста. Не бойтесь переборщить с частотой — бойтесь упустить момент, когда растение особенно нуждается в поддержке.

И напоследок — о концентрациях. Тут важна золотая середина: слишком слабый раствор не даст эффекта, слишком крепкий — может обжечь. Но природа удивительно терпелива. Я наблюдал, как малина, покрытая птичьим помётом (казалось бы, концентрат!), через неделю выглядела здоровой — она аккуратно «выбирала» нужное, а лишнее оставляла. Это не повод лить всё подряд, но это напоминание: растения умеют защищаться, умеют регулировать поступление веществ. Наша задача — помочь им, а не давить.

Так что не бойтесь пробовать, не бойтесь учиться. Используйте проверенные комплексы — вроде «Акварина» или смесей с аминокислотами: в них уже сбалансированы пропорции, продумано взаимодействие компонентов. Добавляйте сыворотку не ради «чуда», а ради энергии и хелати-

рующих свойств. Чередуйте составы: сегодня — микроэлементы с фульвокислотами, завтра — аминокислоты, послезавтра — сыворотка. Так вы дадите растению всё необходимое, не перегружая его.

Практика, практика и ещё раз практика — вот что показывает: если мы работаем с почвой и растениями уважительно, если слушаем их потребности и используем науку, а не мифы, урожай обязательно отблагодарит.

А теперь я немного выдохну: суббота и воскресенье — дни тишины. Пусть сад отдыхает, пусть мысли улягутся. До новых встреч, друзья! Пусть ваши грядки будут живыми, а урожаи — щедрыми. До свидания!

Поговорим о профилактике болезней и вредителей

Здравствуйте, дорогие садоводы, огородники, регенераторы и все, кто искренне любит землю и хочет с ней говорить на одном языке!

Февраль порой бывает капризным: то дождь, то выюга, то солнце слепит так, что хочется зажмуриться. Погода будто нарочно проверяет нас на прочность. Но знаете, именно в такие дни особенно хочется заглянуть вглубь — не в календарь, а в самую суть того, почему наши растения болеют, и как мы можем им помочь, не превращая огород в поле химической битвы.

Сегодня я хочу поговорить с вами о профилактике болезней и вредителей — но не так, как это делают в сухих инструкциях. Мы пойдём другим путём: будем смотреть на растение как на живой организм, у которого есть свой иммунитет, свои защитные силы, свои «внутренние лекарства». И поверьте, эта тема — не из лёгких. Я сам целую неделю крутил её в голове, раскладывал по полочкам, спорил сам с собой — и всё равно она остаётся сложной, многослойной. Но до Нового года ещё есть время, и я считаю: надо успеть поговорить о том, о чём в России почти никто не говорит всерьёз.

Давайте начнём с простого, почти бытового примера. Вот лежит у меня лук — крупный, красивый, хранился в тепле

пять месяцев: август, сентябрь, октябрь, ноябрь, декабрь..., и никто его не ест, и ни один вредитель на него не позарился. Вы скажете: «Ну, наверное, у лука свои луковые антиоксиданты, свои метаболиты — вот они и защищают». Да, это правда. Но теперь посмотрите на тыкву: я разрезал её пару дней назад, и уже вижу первые тревожные признаки. А тут ещё и дрозфила — маленькая мушка — прилетела. Через два-три дня она начнёт стремительно размножаться, вносить гнили и плесень... Если я оставлю тыкву в покое, через несколько дней от неё ничего не останется. Никакие «природные щиты» уже не помогут.

И вот тут рождается главный вопрос: почему лук стоит себе спокойно, а тыква сдается почти сразу? Ответ прост и одновременно глубок: как только появляется доступное питание — тут же появляется и вредитель. Повреждение — это приглашение. И не важно, о чём речь: о продуктах за холодильником, где могут завестись тараканы, или о клубнике, в которой поселилась нематода. Вредитель приходит туда, где растение ослабло, где его внутренний щит дал трещину.

Мы привыкли оценивать здоровье ребёнка по температуре — берём градусник, ждём десять минут, смотрим на шкалу. Так вот, у растения тоже есть свой «градусник». Это уровень сахаров в листьях — показатель Брикс. Чем выше Брикс, тем больше в растении вторичных метаболитов — тех самых природных соединений, которые делают его невкусным и даже ядовитым для вредителей. Тля, например, — су-

щество примитивное, ей нужно немного сахара и нитратов. Если уровень сахаров ниже двух единиц по Брикс, то даже не станет трогать растение — ей просто нечего там есть. От двух до пяти — она начнёт активно размножаться. А вот когда уровень поднимается выше пяти-шести, её кишечник буквально не справляется с избытком сахара, и она погибает. При семи и выше — для большинства сосущих вредителей это уже смертельный рубеж.

Я видел это своими глазами. У меня возле теплицы растёт слива — от одного корня, тот же сорт, та же почва, тот же климат, что и у соседа. Но у него слива каждое лето червивая, листья покрыты тлёй, а у меня — ни червячка, ни пятнышка. В чём разница? В уровне сахаров. Я регулярно опрыскиваю свою сливу сывороткой с микроэлементами — это стимулирует выработку сахаров и защитных веществ. И когда я проверил листья прибором, разница оказалась огромной: у соседа — около четырёх единиц, у меня — почти восемь. Вот и весь секрет.

Этот прибор — не волшебство, а простой инструмент, который помогает нам «увидеть» то, что скрыто от глаз. Он показывает уровень сахаров, а значит — косвенно говорит о силе иммунитета растения. И если вы думаете, что это какая-то экзотика, вспомните: учёные во Флориде годами изучали связь между уровнем сахаров в апельсинах, яблонях и землянике и вспышками вредителей. Они пришли к выводу: пока растение не наберёт достаточный уровень защитных

веществ, оно будет лёгкой добычей.

Но самое интересное начинается дальше. Когда уровень сахаров поднимается выше семи-восьми, растение не просто отпугивает вредителей — оно включает целую систему защиты. Оно начинает выделять сахара в почву, питая полезную микробиоту, микоризные грибы, бактерии, которые становятся его союзниками. Корни перестают зависеть от наших подкормок и начинают сами «запрашивать» у почвы именно то, что им нужно: кальций, магний, фосфор, азот в правильной форме. И вместо нитратов, которые любят вредители, растение производит аминокислоты — строительный материал для собственной защиты.

Именно поэтому я всегда говорю: не спешите хвататься за опрыскиватель. Сначала дайте растению шанс стать сильнее. Повышайте уровень сахаров с помощью правильных подкормок, органических мульч, стимуляции микробиоты. Подкармливайте клубнику листовой плесенью, томаты — выдержанной органикой, тыквенные — более жирным гумусом. Для каждого растения — свой рацион, своя стратегия.

Есть и ещё один важный фактор — ультрафиолет. Он нужен растению так же, как ребёнку нужен солнечный свет для выработки витамина D. Ультрафиолет стимулирует образование тирозина — аминокислоты, которая участвует в создании защитных соединений. Именно поэтому помидоры, выросшие под открытым небом, часто вкуснее и устойчивее тех, что росли в теплице из поликарбоната: в теплице ультра-

трафиолета почти нет, даже если там тепло, светло и влажно.

И ещё одна мысль, которую я хочу оставить с вами сегодня: загущение посадок — враг высокого Брикса. На промышленных плантациях, где деревья стоят слишком плотно, уровень сахаров редко поднимается выше шести. А на опушке, где дерево получает достаточно света со всех сторон, оно растёт крепким, красивым, плодоносит без перебоев. Вспомните картины Шишкина: одинокие дубы и сосны на фоне неба — они не просто красивы, они здоровы, потому что у них есть пространство и свет.

Так что, друзья, профилактика болезней — это не про «обработать и забыть». Это про то, чтобы помочь растению стать сильнее, чтобы его внутренние механизмы защиты работали на полную мощность. Измеряйте уровень сахаров, наблюдайте за реакцией, корректируйте подкормки. И помните: самое лучшее средство от вредителей — это здоровое, сильное растение, которое само умеет себя защищать.

В следующий раз я расскажу, как практически поднять уровень Брикса на вашем участке и какие приёмы работают лучше всего. А пока — присматривайтесь к своим растениям, слушайте их, и пусть ваша земля будет живой, плодородной и по-настоящему регенеративной.

До встречи!

Поговорим не просто «как вырастить», а как вернуть земле её голос.

Здравствуйте, дорогие друзья — садоводы, огородники,

искатели настоящего, живого урожая! Февраль! Пятница, двенадцатое... и пусть это не тринадцатое, а день, когда хочется не бояться трудностей, а просто выйти в сад и почувствовать: земля ждёт.

Я продолжаю наш разговор — тот самый, где мы с вами искали не просто «как вырастить», а как вернуть земле её голос. Но знаете, меня всё время спрашивают: «А есть что-то, что вообще не надо покупать, и будет даже лучше?» И я улыбаюсь, потому что ответ у меня есть. Это не чудо-препарат, не секретный порошок. Это веточки. Тонкие, сладкие веточки с яблонь. Те самые, что мы срезаем каждую весну и осень и так и норовим выбросить. А ведь именно из них рождается настоящая, живая почва.

Мне сейчас семьдесят восемь. Пятьдесят лет я строю свой райский сад. И знаете, первые попытки были совсем не райскими. Первый сад я начал на глине. Ничего не получилось: всё промёрзло, рядом дымили заводы, трубы несли химию прямо в грядки, и сад болел. Потом я построил дом за городом, на берегу озера. Там был хороший сад, яблоки — настоящие «райские». Но и они болели. Потом за домом, в трёхстах метрах от дома, я распахал полгектара на песке. И снова неудача. Песок был мёртвый. Колхозники столько лет пахали там картошку, столько раз переворачивали землю, что гумус просто исчез. Его не было — ноль.

Но я не сдался. И последние десять лет я почти не применял минеральные удобрения. Всё меньше и меньше, точечно.

Пестициды — всё реже. А гербициды не применял вовсе. И плоды начали меняться. Яблоки становились всё больше похожи на те самые «райские» — как будто вернулись из времени, когда не было ни труб, ни бензина, ни супермаркетов, где продают не еду, а её имитацию.

Тогда я ещё не знал слова «Брикс», но биологию понимал прекрасно. Ещё пятьдесят лет назад я знал: в плодах важны сахара, аминокислоты, минералы, витамины, антиоксиданты. И чем их больше — тем ценнее плод. Поэтому я всегда говорил: ешьте цветную капусту, брокколи, зелень, красные, зелёные, синие овощи, картофель, помидоры — всё это кладёзь антиоксидантов.

Сейчас я знаю про Брикс, про то, как измеряется сладость и питательность плодов. Но суть не в цифрах. Суть в том, что настоящие райские яблоки — это те, что росли тысячи лет до нашего времени. До выхлопных газов, до супермаркетов, где нет еды, а есть только упаковка. Мой сад — это попытка вернуть то время. Я прихожу туда с внуками и заставляю их есть клубнику прямо с куста, смородину, крыжовник, сливы, вишни, черешню, алычу, груши, яблоки. У меня больше трёхсот сортов — и все можно дегустировать прямо с ветки. Поэтому я и называю их райскими. И каждого, кто приходит ко мне, я угощаю.

А теперь давайте поговорим про «чипсы». Не про те, что в пакетах, а про мои садовые «чипсы» — тонкие щепки из веточек. Каждую весну и осень я срезаю много веточек. Но

я не выбрасываю их в мусорник. У меня там, в саду, есть две огромные ямы — я копал колодец, но воды не достал. Теперь эти ямы служат хранилищем. Веточки лежат там, покрываются грибками, лишайниками, мхом, начинают перегнивать. Они тоненькие, сладкие, в них столько всего полезного!

Потом я привожу их обратно в сад. У меня есть небольшой электрический генератор и чипер — он делает из веточек щепу. Если работать с внуком, можно за час набить десять мешков. Веточки уже начали разлагаться, на них живут споры, бактерии, грибы — вся эта невидимая армия, которая и делает почву живой.

Из этих веточек я делаю не компост, не навоз, а настоящую «райскую почву» — мульчу. Она перегнивает не так, как листья из городского парка. Моя мульча — это живой войлок. Представьте: вы идёте по влажному смешанному лесу, и под ногами — мягкий слой перегнивших веточек, мха, лишайников. Рукой берёте — и получается рыхлая, пористая масса. Местами коричневая, местами чёрная. Её можно выжать — и потечёт влага, но это не торф. Это лучше торфа. Потому что в ней идеальное соотношение всего: углерода, азота, микроэлементов, биоты. В ней миллиарды видов почвенных организмов — они грызут, роют ходы, делают почву дышащей.

Чтобы получить такой компост, не нужно греть кучу до 70 градусов. Грибам и бактериям не нужна стерилизация. Им нужен покой, влажность и кислород. Если вы будете рыхлить

кучу, вы порвёте грибные нити. Лучше сделать несколько отверстий черенком лопаты — под углом, с четырёх сторон. И раз в три дня поливать. А ещё я использую воздуходувку на батарейках: пускаю воздух внутрь кучи. И тогда грибы буквально «поют» — вы почувствуете этот особенный запах актиномицетов, запах настоящей живой почвы.

Важно и соотношение углерода к азоту. Углерод не должен быть сплошным лигнином — например, сухая солома или костра льна не дадут нужного эффекта. А вот люцерна усваивается молниеносно, и не только бактериями, но и миллионами полезных грибов. То же самое — мои «сладкие» веточки: если их измельчить в щепки размером от 2 мм до 2 см, каждая полезная биота найдёт свою нишу.

Я делаю четыре вида компоста: из рубленых сладких веточек; из козьего и кроличьего навоза; куриный подстилочный компост; в мешках — сухие листья.

Они все разные, и ими можно «манипулировать»: сочетать, дозировать, подстраивать под разные культуры. Для огурцов я кладу в лунку более «жирный» компост, для томатов и перцев — старый, менее насыщенный, с большим содержанием соломы. Для лука и салатов — листовой компост, смешанный с кроличьим.

И ещё один секрет: я не копаю землю. На освободившееся место кладу тонкий слой картона, а сверху — 10–15 см мелкой щепы, которая пролежала больше года и превратилась в чёрную, рыхлую, приятно пахнущую массу. И уже на эту

мульчу высаживаю рассаду. Сорняки, если и всходят, вырастают легко — потому что их корни не уходят глубоко.

Вы скажете: «У нас убитая почва, после дождя сразу корка». Да, это так. Но не нужно привозить машину навоза или чернозёма и надеяться, что хватит на пять лет. Лучше понемногу, но постоянно: собирать тонкие веточки ивы, клёна, тополя — их сейчас везде миллионы. После любой прогулки можно принести вязанку. Измельчить в щепу. И добавить в сад.

Даже если вы живёте в городе, вокруг столько зарослей, столько ненужных веточек! А из леса можно принести гнилушки — чёрные, перепревшие. Это не вред экологии, а её помощь: вы убираете бурелом, а взамен получаете живую почву. Только помните: почва из хвойного леса кислая, а из лиственного — совсем другая. Их лучше смешивать.

Не верьте, что нужно обязательно заселять компост триходермой. В лесу живёт миллион полезных грибов — они сами найдут пищу и заселятся. Если вы привезёте материал с бедной земли, можно помочь заселению, а если вы берёте из леса — природа всё сделает сама. Искусственные штаммы и генно-модифицированные биостимуляторы — это технологии для магазинных томатов. А для «райских» плодов нужна «райская» экология: живая, разнообразная, настоящая.

Дождь на такой почве — это не просто вода. Это вытяжка: он смывает питательные вещества, которые за неделю произвели бактерии и грибы, и несёт их к корням на глубину

10–15 см. На бедной почве дождь может вызвать хлороз и дефицит железа, а на моей — наоборот, даёт избыток и железа, и магния, потому что всё это есть в щепе и веточках.

Биоуголь из древесины — это просто пористое вещество. А щепа из сладких веточек — это живая матрица: в ней в 20–30 раз больше пор, чем в биоугле, и в этих порах живут микробы, которые делают кремний и другие элементы доступными для растений. Помните историю про мраморную плиту? Через год под ней корни с микоризой

вытягивают кальций и кремний прямо из камня — потому что выделяют секреты, в которых живут нужные бактерии. Вот так и в нашей почве: чем больше полезной биоты, тем лучше питание растений.

Скоро Весна. Я выйду на грядки. Рядом сосед берёт лопату и «долбит» свою землю — он вносил навоз три года назад, а теперь она снова стала плотной. А я беру лёгкие грабельки или плоскорез: чуть разровнял — и можно высаживать. Лучше я принесу мешочек веточек из леса, чем буду горбатиться с лопатой. И лучше куплю электрический чипер или воздуходувку — это окупится сторицей.

Много я сегодня наговорил. Но это не теория. Это жизнь, которую я видел своими глазами. Делайте райские сады. Не выбрасывайте и не сжигайте веточки — в них спрятана живая почва. Думайте о соотношении, о биоразнообразии, о том, чтобы на корнях, в почве и на листьях жила полезная биота. И помните: самая лучшая «райская земля» для любых

корней — будь то томаты, огурцы или гладиолусы — это старая куча щепы из сладких веточек, которая за лето и осень превратилась в чёрный, рыхлый, живой гумус.

До новых встреч в саду!

Грунт — это не просто «ЗЕМЛЯ В ЯЩИКЕ».

Здравствуйте, дорогие мои садоводы, огородники, все, кто по-настоящему любит землю и хочет с ней говорить на одном языке!

Февраль уже почти позади, и знаете, в воздухе уже чувствуется это тихое, едва уловимое обещание весны. Ещё вчера пахло только морозом и снегом, а сегодня... сегодня земля будто бы начинает дышать. И вот он — первый день марта скоро. Первый день весны! Я поздравляю вас с этим маленьким, но таким важным рубежом. А заодно — заранее поздравляю с 8 Марта. Вы столько раз меня поздравляли в эти дни, что я прямо чувствую эту вашу поддержку — и она мне очень нужна, потому что впереди сложный, но невероятно интересный день.

Сегодня мы подведём итоги прошлых трёх видео и шагнём дальше — туда, где начинается настоящая живая работа. Я ведь обещал вам: конец февраля — старт высадки основных томатов. И я держу слово.

А ещё я хочу поделиться с вами одной маленькой радостью — после перерыва больше чем в пять лет я снова посадил баклажаны. Да-да, те самые импортные F1 гибриды: японский «Навал», великолепную «Фабину и Раму F1», французскую серию. Сухие семена, никакой барботации —

просто положил их сразу в грунт и полил тем самым грибным настоем, о котором я вам уже рассказывал. И знаете, что самое удивительное? На пятый день без всяких манипуляций — всходы! Пока взошли три-четыре семечка из пяти, но чувствуют они себя просто великолепно. Это и есть тот самый момент, когда понимаешь: всё дело в грунте.

Вот сейчас я специально остановлюсь на этом, чтобы вы не пропустили самую суть. Грунт — это не просто «земля в ящике». Это целая вселенная. В этот раз я взял дорогой профессиональный торф, смешал его с биогумусом один к одному и добавил свою родную землю из грядок. А потом пролил... тем самым картофельным корейским супом, который мы с вами уже обсуждали. Да, именно он. И сегодня я буду точно так же сажать томаты.

Посмотрите на эти перчики — вот они, идеальные. Прошлый год жена только их и ела. Осталось всего пять семечек — я их посадил, и теперь они растут, пахнут настоящей паприкой. Это не просто сладкий перец, это маленькое чудо. И эти «Артисты» (сорт такой) — один, два, три, четыре... уже взошли и растут великолепно. Как тут не порадоваться?

И снова повторю: секрет не в каких-то хитрых манипуляциях, а в хорошем грунте и правильной микробной жизни в нём.

Но сегодня я подготовил грунт немного по-другому — и хочу показать вам, как меняется сама динамика жизни в почве. Помните, я рассказывал про барботирование — про то,

как за 24 и 48 часов в растворе нарастает целая микроскопическая цивилизация? Я снова достал каплю этого раствора, посмотрел под микроскопом — и скажу честно, зрелище завораживает.

Ещё позавчера в той капле было одно, а сегодня — совсем другое. Если раньше я просто снимал монитор, то теперь научился вставлять камеру прямо в микроскоп. И вот эта полутора-двухминутная запись — она показывает, как через 48 часов всё буквально «пышет жизнью». Амёбы, инфузории, нематоды — их становится в миллиарды раз больше. Каждый день состав меняется, каждый день — новая картина.

Все эти остатки я слил, разбавил в пропорции три к четырём — и вместе с женой мы пролили ими около пятидесяти горшков с цветами: кактусы, орхидеи — всё, что стоит у меня на подоконниках. Пусть живёт, пусть дышит, пусть в каждом горшке кипит своя маленькая экосистема.

А самое главное — я пролил два ведра земли: ту самую смесь грунта с торфом. И знаете, как она теперь пахнет? Раньше — торфом, а сейчас — актиномицетами. В почве всё бурно размножается. Мне иногда пишут: «Не вдыхайте почву!» А я, как врач, как инфекционист, как кандидат наук, скажу вам прямо: если почва богатая, если в ней преобладают сапрофиты — её не просто можно, её нужно вдыхать. В такой почве не может быть патогенов — потому что полезные микроорганизмы вытесняют всё лишнее. Там миллионы сапрофитов на каждую потенциальную угрозу.

Я делаю картофельный суп для активации микрофлоры — и слежу за ним очень внимательно. Если в тепле идут пузырьки — значит, жизнь кипит. Но больше двух-трёх суток держать не стоит: на третий день баланс начинает меняться, и то, что было полезным, может уйти. Можно делать и «амёбный» суп или АКЧ, но обязательно с аэрацией — чтобы не допустить гибели полезных бактерий из-за уксуснокислых процессов.

Сегодня я покажу вам ещё один эксперимент. Торф я пролил картофельным супом и АКЧ, который барботировался 48 часов. А теперь добавляю стимуляторы корневой системы — Эби-1 и Эби-2. Смотрите: 100 граммов воды, 10 капель Эби-2, 10 капель Эби-1 — в нём как раз много актиномицетов. И вот этими растворами я проливаю землю.

Сейчас я беру пакетик японских томатов F1 — высыпаю ровно пять семян, аккуратно заглубляю на полсантиметра. Семечко синее — японцы специально обрабатывают, чтобы было видно. Набираю раствор Эби — и проливаю прямо на глубину. Может, сверху ещё присыплю снегом — пусть будет по-весеннему.

А сегодня я посажу много сортов — и хочу перечислить их, чтобы вы видели всю палитру экспериментов.

На той неделе я купил голландский F1 черри «Метро» — знакомый фермер сказал, что это самый модный и вкусный. Пять семечек стоили 270 рублей, но я их посадил — и они уже начали всходить. В прошлом году у меня росло три куста

«Метро» — они первыми начали плодоносить, и с каждого куста я снял по два с половиной килограмма. Можете отмотать майские и июньские видео — там я делал экскурсии по теплице, и даже когда ещё лежал снег, эти кусты продолжали работать до самого сентября.

А теперь я снова сажаю «ТМАГ666», «ТМАЕ 683» — эти сорта я выращиваю уже пятый год. Это детерминантные, очень крупные, по 200 граммов, сверхурожайные — и в теплице, и в открытом грунте. Пасынки дают отличный результат.

Сейчас закончу с вами — и буду сажать всё подряд, обязательно подписывая каждый горшочек, чтобы не запутаться. «Пабло» — тоже детерминантный, «Пинк-Прайс» — средний. А вот пошли высокорослые — «Сатовский», «Сливки Дьяволик», «Линда» — великолепный сорт, «Бела Роса»... И снова от «Саката» — два пакетика, один уже открыт. По пять семечек в каждый — и пусть растёт.

Дальше я буду экспериментировать с барботированием, с теплицами, с разными сортами. Но главное, что я хочу донести до вас сегодня: всегда пробуйте что-то новое. Я сам каждый раз делаю что-то чуть-чуть по-другому — и всё равно получаю урожай. Потому что основа — это живая, правильно подготовленная почва.

Если я посею овёс и полью его смесью покупного и лесного компоста — весной будет новая история. А впереди большие посадки свёклы, моркови — там всё проще: достаточно

добавить баночку АКЧ.

Недавно я посмотрел в микроскоп, сколько нарастает микроорганизмов в обычном картофельном супе — и решил поставить ещё один опыт: сравнить, как размножаются два вида Эбис — с аэрацией и без. Наверняка вырастут разные метаболиты, разные споры и бактерии — и это будет работать.

В заключение хочу показать вам ещё одно видео — то, что я снял под микроскопом. Там столько видов инфузорий — и обычные, и хищные. А как хищная амёба поражает обычную — это незабываемо. В природе идёт постоянная борьба и одновременно — симбиоз. И когда ты смотришь в окуляр, видишь, как за 24 или 48 часов нарастает эта жизнь — понимаешь: мы работаем не с «землёй», мы работаем с целой планетой в миниатюре.

И последняя, самая важная мысль: если обрабатывать почву после посадки бактериальным АКЧ, урожай возрастает на 30–50%. Если сочетать бактериальный и грибной компоненты — на 70% и более. А если добавить ещё и простейших — рост может составить 200–300%. Особенно если затем внести силос по японскому методу — сквашенные сорняки или навоз с проростками овса.

Поливайте бактериями, грибами, сапрофитами, простейшими — и подкармливайте так, чтобы в почве жили и красные черви, и выползки. Тогда урожай будет стабильно высоким. А любое опрыскивание сывороткой с микроэлемента-

ми даёт такой всплеск фотосинтеза и симбиоза, что вы просто не узнаете свои растения.

Раньше я только пробовал эти методы, а в этом году буду применять их системно — и смотреть, как реагирует ризосфера, как меняется показатель Брикс, как растения начинают активнее загонять сахара в почву и тем самым кормить микробиом.

Мне говорят: «Вы всё это вдыхаете — и вам лучше!» И знаете, я верю, что так и есть. Мой микробиом становится богаче, и я чувствую себя моложе — даже в свои 78 лет. Главное — чтобы мозг не отключался, а продолжал искать, пробовать, наблюдать.

Продолжение следует. Впереди — новые опыты с АКЧ и картофельным бульоном. Вчера я снова смотрел под микроскопом: через 24 часа — одна картина, сегодня — уже другая. И мне попросили посмотреть ещё раз — и я с радостью покажу вам эти изменения.

Один раз увидеть — лучше, чем сто раз услышать. Так что смотрите, наблюдайте, пробуйте — и пусть ваша земля будет живой, а урожай — щедрым.

До встречи в следующем выпуске!

февраля, день особенный

Здравствуйте, дорогие садоводы и огородники!

Знаете, есть такие дни, когда сама природа будто шепчет: «Пора!» Вот и сегодня, 28 февраля, день особенный — он совпадает с моим днём рождения, а весна уже потихоньку стучится в двери. И знаете, что самое удивительное? В моём саду уже начали зацветать орхидеи — в третий раз за год! В августе я их снимал, а теперь они снова радуют меня, словно дарят маленький праздник.

И это не единственные хорошие новости. Томатики, которые я посадил, уверенно тянутся к свету. Петуния потихоньку пробивается сквозь землю — вот она, первая робкая зелень, от которой на душе становится теплее. Перчики тоже взошли — смотришь на эти крошечные росточки, и сердце радуется: жизнь идёт своим чередом, почва просыпается, а вместе с ней просыпается и надежда на богатый урожай.

Я проверил грунт — всё в порядке, запасов хватит. А ещё я пересмотрел свои старые лекции и хочу вам кое-что сказать: зайдите на YouTube, наберите «Геннадий Распопов». Там есть кругленькая кнопка — нажмите на неё, вбейте «АКЧ» или «сыворотка», и перед вами откроется целый мир: 10–20 моих лекций по этой теме. Не нужно искать хитрые плейлисты — они редко кому нужны. Всё самое важное

уже собрано, осталось только посмотреть.

Кстати, знаете, что меня по-настоящему греет? То, как растут мои подписчики и просмотры — буквально по экспоненте! Ещё в начале прошлого года некоторые видео набирали меньше тысячи просмотров, а сейчас отдельные ролики смотрят по 100 000 человек. Но дело ведь не в цифрах. Дело в том, что люди начинают понимать: можно возрождать землю, можно возвращать ей силу, даже если раньше казалось, что всё безнадежно.

За свои 78 лет я успел поработать с самыми разными почвами — с гольной глиной и гольным песком, с заливными лугами, болотистыми и торфяными участками. В десяти разных местах я возрождал почву, которую до меня буквально «убивали»: щедро сыпали минеральные удобрения, заливали гербицидами и пестицидами, выжимая из неё всё до последней капли. А я делал наоборот: переставал убивать землю химией, привозил навоз, компост, торф, возвращал в неё углерод. И знаете что? Через 10–15 лет почва начинала дышать.

Сейчас у меня остался участок в 14 соток в 15 км от дома, и я постоянно сажаю ещё 20–30 соток. В саду около 4 соток накопилось столько углерода, сколько в чернозёмных местах вроде Воронежа накапливается за тысячу лет! А ведь на юге сейчас чернозёмы деградируют: угольная химия делает своё дело, и земля теряет силу. Поэтому я и делюсь своим опытом — о том, как возрождать почву, как накапливать в ней

углерод разными способами.

Последние полтора года я записал 320 лекций — некоторые длиннее часа. Там и обзорные, и совсем короткие, и ответы на конкретные вопросы. Я говорю правду, не рекламирую никакие фирмы и не пытаюсь продать вам чудо-средство. Просто показываю, что работает, а что нет. Я проверяю, сравниваю, изучаю — и делюсь с вами. Иногда просто дарю идеи, потому что верю: если каждый из нас сможет возродить хотя бы маленький кусочек земли на своей малой родине, мир станет чуточку лучше.

Многие спрашивают: «Как это возможно — получать урожай без химии, без бочки Либиха?» И правда, звучит почти как сказка. Но это делают по всему миру — от Австралии и Новой Зеландии до Канады и Голландии. Есть целые университеты, где студенты серьёзно изучают почвоведение. Например, в Глазго есть университет почвоведения, и уже на третьем курсе студенты делают презентации, которые открывают глаза даже опытным садоводам.

А ведь суть проста: корни растений не должны питаться азотом и фосфором — это не их задача. Их дело — строить фотосинтез и закачивать в почву разные вещества, прежде всего сахара. Так они вступают в симбиоз с почвенной биотой, получают азот в виде аминокислот, экономят силы, привлекают микоризу и учатся бороться с болезнями и вредителями.

Прошлый год я не кормил томаты никакими «капельни-

цами», ничем не опрыскивал, кроме микроэлементов по листу — в нужное время, в нужной форме, в правильных сочетаниях. И они росли! В этом году я специально буду высаживать сорт «Саката» — он уже всходит, тянется вверх, и я верю, что снова всё получится.

Я перепробовал многое: слушал лекции Кристины Джон, Джеймса Уайта, Алексея Перепелицы, изучал опыт корейских и японских дедушек. Всё это я проверил на своих участках, и теперь делюсь с вами не теориями, а реальными результатами.

Но самое главное — не хвататься за всё сразу. Не надо смешивать сыворотку с уксусной кислотой и надеяться, что получится чудо-эликсир. Всему своё время. Корейский картофельный суп не хуже и не лучше сыворотки — просто это разные инструменты, и применять их нужно в свой черёд.

Первые 50 лет моего садоводства были полны ошибок. По Курдюмову не получалось, по Бублику не получалось, по Овсинскому тоже не шло. А когда я начал слушать лекции и пробовать осознанно, всё вдруг встало на свои места. Растения перестали болеть, а мне стало не стыдно есть свои томаты, огурцы, перцы и баклажаны немывыми. Я с радостью даю их внукам, а остатки — курочкам.

Всё, что я делаю, работает по одному простому принципу: я возвращаю в землю жизнь. Привожу листву, щепу, сено, использую навоз и компост — и через моих животных, через работу микроорганизмов всё это превращается в органику,

а органика снова становится почвой. Без бочки Либиха, без микроскопов — просто по кругу, как задумано природой.

Почва — это живой организм. В ней кружатся потоки углерода, работают бактерии и грибы, строятся грибковые сети, формируются агрегаты — те самые крошечные «кубики» почвы, которые держат её структуру. И если мы будем бережно относиться к этой системе, она отплатит нам сторицей.

Скоро начнётся март, и мы приступим к основным посадкам — по крайней мере, для нашей зоны. У каждого региона свои сроки, свои особенности, но общие принципы одни: не убивать почву химией, возвращать в неё углерод, поддерживать жизнь микроорганизмов, учиться у природы.

Посмотрите на мою петунию — она взошла на пятый день. Я проверял грунт, высаживал томаты и перцы, рассаживал их на окне, теперь подсвечиваю небольшой лампой. Это место, где я каждый день вижу, как просыпается жизнь. И я хочу, чтобы вы тоже это почувствовали.

Так что не торопитесь. Смотрите лекции, делайте выводы, пробуйте понемногу. Помните: я начинал с ошибок, шёл медленно, трудно, но каждый шаг приближал меня к тому, чтобы на песке росли райские сады, а почва становилась живой.

Спасибо за ваше внимание, за ваши вопросы и за то, что идёте этим путём вместе со мной. Давайте смотреть, как растут наши посадки, как крепнет почва и как возвращается

жизнь туда, где её почти не осталось.

А теперь давайте заглянем в окно — там уже ждут первые ростки, и они готовы рассказать свою историю.

Март. Экологический календарь садовода и огородника на каждый день.

Дорогие мои садоводы, огородники и все, кто сердцем прикипел к земле! Вот и пришёл март — месяц-загадка, месяц-перевёртыш. Ни я, ни вы, ни модные лунные календари не способны предсказать, каким он будет: сегодня — капель, звонкая, радостная, будто сама природа шепчет: «Весна близко!», а завтра — снова снег да метель, и ветер будто напоминает: «Не торопись, тут свои законы». Мудрые садоводы давно подметили эту особенность: «Сегодня капель, а завтра снег да метель». Да и классики не зря говорили: «Все врут календари».

Но есть одна вещь, в которой сомневаться не приходится: солнце с каждым утром заглядывает в окно всё раньше и ярче. Это верный знак — долгая зима наконец-то сдала свои позиции. Ещё пара недель — и земля начнёт просыпаться, потянется к свету, задышит. Самое время открыть Пришвина и перечитать его про то, как тонко чувствует природа малейшие перемены.

Моя задача сейчас — не диктовать вам расписание по минутам, а напомнить о самом важном, чтобы вы не упустили ключевые моменты начала сезона. Дальше — всё в ваших

руках: следите за погодой, присматривайтесь к соседям (у них порой самые верные приметы!), но будьте мудрее и календарей, и чужих советов. Доверяйте своему опыту — и чутью земли.

Да, зима была непростой, и её следы придётся разбирать внимательно: ревизия растений не обойдётся без огорчений. А весна... Весна — это всегда непредсказуемость: то солнце слепит, то мороз хватает за нос, то дел столько, что голова кругом, а спина напоминает, что она не железная. И насморк, увы, тоже частый спутник первых вылазок в сад. Но знаете, что спасает? Слова моей мудрой жены, которые я повторяю себе каждый март: «Быстрее пошли в сад, вдохнём благоухание весенней земли, услышим свадебные трели птиц, повернёмся лицом к мартовскому солнышку — и помолодеем!»

В феврале мы только ловили намёки на весну, вдыхали едва уловимые запахи. А в марте — всё иначе: весна уже не прячется, она щедро разливает свой аромат, и он наполняет душу радостью. За это мы и любим март: за его нетерпение, за его смелость, за то, что он, несмотря на все капризы, уверенно ведёт нас к лету.

Основные работы в саду и огороде: март

Главная мартовская проблема — оттепели. Они коварны: то согреют, то снова ударят морозом, и последствия приходится устранять с особым вниманием. Но именно в эти дни закладывается фундамент будущего урожая — и фундамент здоровья почвы.

Вот что важно успеть сделать:

Продолжать посев семян на рассаду — но строго по срокам: у каждой культуры свой ритм.

Проводить пикировку всходов, которые вы посадили раньше.

Вынести из подвала луковицы и клубни на проращивание.

Снимать укрытия с роз и других растений — но только по погоде, не торопясь.

Притенять хвойники и нежные растения от солнца — по мере того, как сходит снег.

Обработать раны на деревьях, оставленные зайцами и мышами, удалить поломанные ветки.

Сгребать листву, разравнивать органику по саду и огороду — как только почва начнёт оттаивать.

Сделать водоотводы от штамбов и грядок — это спасёт корни от выпревания.

Провести раннюю обработку сада фунгицидами.

Внести азотные удобрения по всходам ранних луковичных и зеленных культур.

Черенковать многолетние цветочные культуры.

Повторно высадить раннюю зелень в парники.

А теперь — день за днём, чтобы ничего не упустить. Я расскажу так, как делаю сам: без суеты, но и без промедления.

1 марта

Сегодня самое время вспомнить про сельдерей — его сеют раньше всех. Выходит он небыстро, и тут есть маленький секрет: я сутки барботирую семена в воде. Но ещё лучше добавить в воду немного перекиси водорода — это заметно улучшает всхожесть. А если у вас уже готовится аэрированный компостный чай (АКЧ), сделайте ещё хитрее: поместите семена в марлевый мешочек и оставьте в АКЧ на сутки. Так они получат не только кислород, но и полезные микроорганизмы, которые станут первой поддержкой для будущих ростков.

Помните: впереди десятки культур, и у каждой — свой характер. Одни любят тепло, другие не боятся прохлады; одни тянутся к солнцу, другие довольствуются полутенью; одни стойко переносят болезни, а другим нужна особая защита. И наша задача — учесть все эти тонкости, чтобы каждый росток получил именно то, что ему нужно.

2 марта

Томаты, перцы и баклажаны лучше сеять на рассаду в три срока — так вы подстрахуетесь от капризов погоды и получите урожай в разное время. Высокорослые сорта для теплиц сею ещё в конце февраля, для открытого грунта — в конце марта, а в начале марта наступает время для любительских крупноплодных сортов. Сегодня как раз самое время начать барботировать их семена: тогда всходы появятся уже на 4–5-й день.

Определитесь с объёмом: подоконников всегда не хватает, и лучше вырастить меньше рассады, но крепкой, коренастой, чем растянуть её в тени. Если места мало, часть посадок можно сделать позже, а потом распикировать в парники в апреле.

3 марта

Пора доставать из подвала луковицы гладиолусов и клубни георгин. Осмотрите их внимательно: засохшие и загнившие экземпляры лучше сразу выбросить, чтобы не рисковать. Если на клубнях есть небольшие повреждения, обработайте их фунгицидом «Витарос» — он надёжно защитит от грибковых болезней. Затем разложите луковицы и клубни на светлом прохладном подоконнике: скоро появятся первые ростки, и по ним вы поймёте, насколько хорошо пережили зиму ваши любимцы.

В саду тающий и замерзающий снег может ломать ветви, а обильные сугробы при оттепели вызывают подтопление, вы-

мокание и выпревание. Начните бороться с этим злом прямо сейчас: продумайте, как отвести лишнюю воду, и проверьте, не скапливается ли она у корней.

4 марта

Заранее готовьте почву для рассады, в которую будете пикировать томаты или высаживать новые семена через пару недель. Не стоит полагаться на дешёвые покупные грунты: в них часто не хватает того, что действительно нужно растениям. Я использую либо надёжный профессиональный стерильный торфяной субстрат, либо свой выдержанный компост, который обязательно проливаю АКЧ. В последнее время в продаже появился кокосовый субстрат — он отлично подходит для самых капризных культур, где важна стабильная влажность и хорошая аэрация.

5 марта

Начинайте готовить пластиковые ёмкости для рассады: старые нужно тщательно вымыть и продезинфицировать, а если чего-то не хватает — докупить новые. Скоро начнётся напряжённый сезон посадок, и лишняя минута, потраченная на подготовку сейчас, сэкономит вам часы позже.

Срежьте веточки слабовзрослых сортов плодовых и поставьте их в воду. Через две недели вы увидите, насколько они повреждены морозами, и сможете точнее спланировать обрезку и уход.

6 марта

Как только появятся первые петельки всходов томатов, не

медлите: сразу выставляйте их на самое светлое место. Свет в это время — главный ресурс, и его нельзя терять.

Я каждую неделю готовлю свежий АКЧ: сутки он насыщается воздухом от компрессора, и в него я опускаю марлевые пакетики с новыми семенами для следующих посадок. Свежеприготовленными компостными бактериями из АКЧ я регулярно опрыскиваю всё, что растёт у меня дома и в парничках, — включая комнатные растения. А как только сойдёт снег, теми же растворами я обрабатываю и освободившиеся грядки: это помогает запустить почвенную жизнь и защитить молодые всходы от болезней.

7 марта

Начинайте приоткрывать укрытия на розах и проветривать кусты: застойный воздух под укрытием — лучший друг грибковых болезней. Если с грядок земляники уже сошёл снег, прикройте кустики листвой и сухой травой. У меня для этих целей всегда есть мелкая щепка из дроблёных веточек — она хорошо пропускает воздух, но защищает от резких перепадов температуры.

Ещё одно доброе дело марта — ремонт синичников и скворечников. Почините их и развесьте в саду: птицы — ваши первые помощники в борьбе с вредителями, и чем раньше они обживутся, тем лучше.

8 марта

Заранее пересматривайте и сортируйте семена для будущих посадок. Я, например, раскладываю их по отдельным

ящичкам, группируя по срокам посева с разницей в 7–10 дней на ближайшие пару месяцев. Старые семена (2–3-летней давности) обязательно проверяю на всхожесть: иногда они ещё могут порадовать урожаем, а иногда лучше не рисковать и купить свежие.

Достаньте пилы, секаторы, ножи и заточите их заранее. Острый инструмент — это не только удобство, но и здоровье растений: чистые срезы заживают быстрее, а риск занести инфекцию — ниже.

9 марта

Для борьбы с морозобоинами я не окрашиваю деревья известью, а весной и осенью опрыскиваю современными препаратами — например, «Бионур» и «Тиофер». В их составе — тионовые бациллы, которые повышают морозостойкость коры и помогают дереву лучше справляться с резкими перепадами температур.

Если хочется обменяться с соседями черенками смородины — сейчас самое подходящее время. Поставленная в банку веточка в этот период легко даёт корни, и уже к лету у вас будет свой молодой куст.

10 марта

Подготовьте материал для притенения нежных растений от солнца. Подойдёт старый нетканый материал, остатки лапника. Я в последнее время стал использовать мелкую пластиковую сетку от птиц: осенью ею прикрывал ягодники, а теперь складываю её в 2–4 раза — и она отлично защищает

и от солнца, и от возвратных заморозков.

11 марта

Если осенью вы раскладывали органику неравномерно, сейчас самое время её разровнять. По мере оттаивания почвы отгребайте листву и компост, распределяя их равномерно по саду и грядкам. Заранее подготовьте места, куда будете складывать мусор для компоста.

Очень советую приобрести дробилку: не сжигайте веточки из сада — превращайте их в щепу. Щепа — это ценный мульчирующий материал, который защищает почву, сохраняет влагу и постепенно отдаёт питательные вещества.

12 марта

До набухания почек стоит опрыскать ветки деревьев и кустарников 3–5 % раствором мочевины. Это поможет снизить запас инфекции и подготовить сад к активной вегетации. Если в вашем саду свирепствуют грибные и бактериальные болезни, а в конце марта я начинаю опрыскивать почки микроэлементами, самый недорогой способ — сыворотка с аквариумом.

13 марта

Если сад у вас здоров, и вы не применяете пестициды, попробуйте такой приём: в морозную погоду опрыскайте ветки деревьев крупными каплями растопленного сала. Синицы и поползни из ближайших перелесков быстро найдут это угощение, а заодно соберут яйца вредителей. Это простой, но очень эффективный способ привлечь птиц и сделать их со-

юзниками в защите сада.

14 марта

Внимательно следите за прогнозом погоды. Если ожидается солнечный антициклон, посыпьте остатки снега в саду золой, чёрной землёй или торфом. Это снизит отражение солнечных лучей и поможет избежать ожогов у растений. Нежные хвойники дополнительно притените нетканым материалом или сеткой — они особенно уязвимы в это время.

Наводите порядок в саду, но никогда не сжигайте листву, траву и ветки. Лучше перенести мусор из-под яблонь в малинник, а сухую ботву картофеля и томатов разбросать под яблонями. Болезни и вредители у разных культур свои и друг другу не передаются, а органика нужна всем без исключения.

15 марта

Когда на всходах томатов и перцев развернутся первые настоящие листочки, самое время полить их АКЧ с добавкой «Кристаллина» для рассады. В пасмурные дни обязательно делайте подсветку: молодым растениям критически не хватает света. А при появлении яркого солнца, наоборот, притените всходы, чтобы избежать ожогов.

16 марта

Обойдите все деревья и кусты и проверьте, нет ли застоя талых вод у штамба. Если вода скапливается, обязательно сделайте отток — иначе кора начнёт подопревать, а это грозит серьёзными проблемами.

17 марта

Прочистите канавки для стока талых вод в саду и огороде. Это простая, но жизненно важная работа: она спасает корни от вымокания и помогает почве быстрее прогреться.

18 марта

Продолжайте следить за прогнозом: при подходе возвратных заморозков обязательно утеплите розы и грядки с многолетниками. Лучше перестраховаться, чем потом сожалеть о потерях.

19 марта

Как только сойдёт снег, проверьте стволы и ветви на наличие сильных повреждений коры грызунами. Я не использую садовый вар для замазывания ран: практика показала, что надёжнее обмотать повреждение стрейч-плёнкой. Под ней камбий нарастает быстрее и лучше, и дерево быстрее восстанавливается.

20 марта

Если мыши доставляют вам неприятности, после оттаивания земли на посадках тюльпанов и лилий разложите отравленную приманку. Делайте это аккуратно, соблюдая все меры безопасности, чтобы не навредить полезным животным.

21 марта

Рассаду томатов из семян февральской посадки пора распикировать в стаканчики побольше. Это даст корням пространство для роста и сделает растения крепче.

22 марта

В небольших парниках стоит повторно посеять раннюю

зелень: рукколу, кресс-салат и другие культуры, которые быстро дают урожай. Это отличный способ получить свежую зелень уже в апреле.

23 марта

После схода снега обработайте газоны и всходы многолетних, пролейте их АКЧ. (с 2026 г я применял клоностатис.) В неблагоприятные годы без такой обработки фузариоз может уничтожить до половины растений, и профилактика здесь — лучшее решение.

24 марта

Солнца становится всё больше, и это самое подходящее время для посева на рассаду долго растущих культур с мелкими семенами: петунии, львиного зева, немезии и других. Их всходы позже можно перенести в парники и теплички, где они будут чувствовать себя комфортно.

25 марта

Прорастающий лук-севок нужно перебрать и высадить в плошки на зелень. Если вы умеете делать прививки, весь март можно неспешно заниматься зимними прививками на корни садовых растений, которые хранились в подвале. А когда установятся тёплые дни, можно начинать прививки черенком прямо в саду.

Внимательно просматривайте рассаду и выявляйте первые признаки чёрной ножки и других грибных и бактериальных заболеваний. Откажитесь от использования марганцовки и прочих устаревших народных средств: современные

болезни требуют современных решений. Держите под рукой препараты «Фитолавин» и «Превикур Энерджи»: обработка почвы и всходов этими средствами надёжно защищает растения и позволяет забыть о болезнях. Мне проще, моя почва после 4х лет стимуляции фотосинтеза патогенов не содержит совсем.

26 марта

Внимательно осмотрите кусты чёрной смородины: если увидите вздутые почки, значит, растение поражено клещом, а вместе с ним, скорее всего, пришёл и вирус. Такие почки нужно обязательно оборвать. К сожалению, вылечить заражённые вирусом кусты невозможно, поэтому уже весной начинайте размножать смородину от здоровых экземпляров: наклоните ветки, чтобы получить новые посадки. У меня такие кусты только на 3 год РЗ перестали болеть и давали хороший урожай.

27 марта

В конце марта пора высевать на рассаду семена капусты — как очень ранних, так и поздних сортов. Капуста — не томат, ей нужен настоящий солнечный свет, а не тусклый свет подоконника. Я высеваю её в специальные соты, а с появлением всходов сразу выношу в тепличку из поликарбоната: там и света больше, и температура стабильнее.

28 марта

Пока не началось сокодвижение, самое время провести обрезку деревьев и кустарников. Также стоит заняться че-

ренкованием георгин, хризантем, гераней, фуксии и других любимых цветов.

Если почвы в вашем саду бедные, имеет смысл локально внести органические удобрения под деревья и кустарники. Для этого ломиком сделайте лунки по периметру кроны и внесите в каждую по 20–30 г удобрений в 2–3 местах. Удобрения сейчас недешёвые, и если просто рассыпать их по снегу или почве, они уйдут с талыми водами в реки. Локальное внесение — это и экономно, и экологично.

29 марта

Пора сделать последнюю, третью посадку семян томатов и перцев на рассаду для открытого грунта. Одновременно можно высаживать семена огурцов в стаканчики на рассаду для теплиц.

Достаньте из подвала ранний картофель и положите его в светлое место, чтобы проросли глазки. Это ускорит появление всходов и приблизит урожай.

30 марта

В конце месяца высевайте на рассаду крупные семена астр, бархатцев и других любимых однолетников. Солнца уже достаточно, и рассада будет коренастой и крепкой.

Поработайте в малиннике: поднимите пригнутые с осени побеги, удалите поломанные и сухие, подвяжите оставшиеся к шпалерам. Это заложит основу хорошего урожая и упростит дальнейший уход.

31 марта

Снег сошёл — и это сигнал: самое время ремонтировать теплицы и готовить в них почву. В готовые теплицы можно высадить редис и раннюю зелень — они быстро порадуют вас урожаем.

Начните посещать садовые центры: присматривайтесь к ценам и качеству товара, неспешно планируйте покупки новых растений. Пусть это будет не гонка, а вдумчивый выбор: ведь каждое растение — это будущий кусочек вашего живого, дышащего сада.

Пусть ваш март будет плодотворным, спокойным и радостным. Пусть земля отзывается на ваши руки, а каждый день приносит маленькие, но такие важные победы. Удачи вам и щедрого урожая!

1 марта: думаем о главном

Здравствуйте, дорогие друзья — садоводы, огородники, все, кто искренне любит землю и хочет, чтобы плоды с грядки были не просто едой, а настоящей живой силой! Слышу, как у многих из вас уже сердце бьётся в ритме приближающейся весны. Март на пороге, и хочется скорее взяться за дело, но сегодня я хочу вас немного притормозить: давайте сначала подумаем о самом главном.

Вы ведь наверняка слышали, как говорят: «Еда — наше лекарство». Так вот, в регенеративном земледелии эта фраза — не просто красивая метафора, а строгая научная реальность. Я говорю о тех самых антиоксидантах, о противосклеротическом, противомаразматическом действии, о крепком иммунитете — всё это начинается не в аптеке, а на вашей грядке. Но только если вы умеете слышать, что шепчет вам само растение.

Помните, я недавно рассказывал про один маленький, но невероятно важный прибор? Это не какой-то сложный лабораторный агрегат, а простой рефрактометр — он измеряет уровень сахаров в соке листа, то есть показатель Брикс. И вот тут кроется настоящая магия: по этому числу вы можете буквально «прочитать» здоровье растения.

Смотрите, как это работает на практике. Вы срываете листик, отжимаете капельку сока, капаете на призму рефрак-

тометра, смотрите в окуляр — и видите цифру. Допустим, у вашей сливы или клубники показатель всего 2–4 единицы. Что это значит? Это значит, что в растении почти нет ни сахаров, ни антиоксидантов, ни защитных метаболитов. Для тли такой лист — настоящий пир, а для вашего ребёнка — по сути, «мусорная еда»: пользы ноль, одна пустота.

А теперь представьте другую картину. На тех же культурах у меня в саду Брикс стабильно держится на уровне 12–14, а у клубники порой и выше. В таких ягодах не просто глюкоза и фруктоза — там целая симфония органических кислот, витаминов, пигментов и антиоксидантов. Такая клубника слаще лесной земляники, ароматнее, а по содержанию полезных веществ одна ягодка может заменить целый лимон. И самое главное — на такие растения тля даже не садится: для неё они слишком «крепкие», слишком защищённые. Только не путайте, сахара синтезирует лист, и мы измеряем сок листа. Сладость ягоды зависит от сорта и срока созревания, но всегда сахара больше при высоким БРИКС, а антиоксиданты растут после БРИКС 12.

Почему так происходит? Всё дело в балансе. Высокий Брикс — это не случайность, а результат слаженной работы фотосинтеза, корневой системы и почвенной биоты. Когда в листьях достаточно сахаров, растение может активно синтезировать защитные соединения. А когда эти сахара через корни уходят в почву, они становятся пищей для полезных микроорганизмов, микоризных грибов, нематод-хищников

— всей той невидимой армии, которая защищает ваш сад от болезней и вредителей.

Я часто слышу: «Ну ладно, а как этого добиться?» И тут я хочу развеять один миф. Многие думают, что достаточно просто полить растение «какой-нибудь подкормкой», и всё сразу станет хорошо. Но если в растении не хватает ключевых микроэлементов — железа, марганца, бора, кальция, — то никакие общие удобрения не поднимут Брикс. Более того, избыток азота или калия может даже ухудшить ситуацию.

Вот простой пример из моей практики. Берём клубнику. Утром в 8:00 замеряем Брикс — допустим, 6 единиц. Затем опрыскиваем раствором сыворотки (два литра на ведро воды) плюс чайная ложка «Акварина» с микроэлементами. К обеду снова проверяем — и видим, что показатель вырос на 2–3 единицы. Это значит, что растение получило нужные элементы, запустило синтез сахаров, и теперь его листья и ягоды становятся по-настоящему ценными. Если через 3–5 дней повторить обработку, Брикс может дойти до 10–12, а при грамотном уходе — и до 14.

Но здесь важно не просто «прыскать», а понимать, чего именно не хватает. Для этого я делаю точечные тесты: отдельно с железом, отдельно с марганцем, отдельно с бором и кальцием. Смотрю, на какой элемент растение реагирует ростом Брикса, а на какой — нет. Бывает, что все элементы вроде бы есть, а роста нет: это часто связано с «закупоркой» сосудов из-за нехватки бора. В таких случаях я добавляю бор

в очень малых дозах — в 10–100 раз меньше, чем кальция, — и ситуация быстро меняется.

Ещё один важный момент — мульча. Я давно отказался от опилок и чистого навоза: первые могут резко снизить кислотность и вытянуть азот, второй — перекормить растения и нарушить баланс. Вместо этого я использую щепу из молодых веточек клёна, липы, ивы. Почему именно её? Во-первых, в такой щепе есть лёгкие сахара, которые нравятся полезным грибам и микоризе. Во-вторых, она создаёт условия, максимально похожие на лесной опад: стабильная кислотность, медленное разложение, постоянная подпитка почвенной биоты. В результате междурядья не зарастают сорняками, а почва становится живой, дышащей, плодородной.

И напоследок — про долговечность посадок. Многие привыкли менять клубнику каждые 3–4 года, считая, что она «вырождается». А у меня некоторые сорта растут по 30 лет и дают всё те же крупные, ароматные ягоды. Секрет прост: если вы постоянно следите за уровнем сахаров, вовремя восполняете дефицит микроэлементов и поддерживаете почвенную биоту, растение не стареет так быстро. Оно остаётся сильным, устойчивым, продуктивным.

Так что 1 марта, когда хочется скорее бежать в сад, я предлагаю вам сделать паузу и подумать о главном: не о спешке, а о качестве. О том, как превратить каждый листочек, каждую ягоду в источник настоящей живой силы. Возьмите рефрактометр, сделайте первый замер, посмотрите, что скажет вам

ваше растение — и уже исходя из этого строите план работ.

Впереди ещё много всего: и про мульчу, и про обработку, и про защиту от заморозков. Но сегодня я хочу, чтобы вы запомнили одну простую мысль: здоровая пища начинается с здорового растения, а здоровье растения — с понимания его языка. И рефрактометр — это как раз тот переводчик, который поможет вам услышать этот язык.

До встречи на следующей неделе — будем дальше раскрывать секреты регенеративного сада!

Давайте поговорим о сидератах.

Здравствуйте, дорогие друзья — садоводы и огородники!

Сегодня понедельник, скоро праздник. И знаете, в такие дни особенно хочется не просто подводить итоги, а заглянуть чуть вперёд — подумать, как уже этой весной земля снова начнёт дышать, как в ней проснётся жизнь, которую мы так старательно бережём. А потому давайте поговорим о сидератах. Тема, скажу честно, не для тех, кто ищет быстрых и простых ответов, — но она по-настоящему глубокая, живая, и в ней прячется ключ к тому самому регенеративному земледелию, о котором столько говорят, но далеко не все понимают до конца.

Я вот последние пять-шесть лет почти не высаживаю покупные сидераты. И не потому, что они плохие сами по себе, а потому, что научился по-другому смотреть на то, что растёт у меня на участке. Для почвы ведь нет разницы, как мы называем растение — сидерат или сорняк. Ей важно совсем другое: сколько солнечной энергии оно сумеет перевести в углеводы, сколько сахара и глюкозы накачает в корни, чем накормит почвенную биоту. И тут порой оказывается, что тот самый «сорняк», который многие торопятся выкопать, работает на восстановление почвы лучше, чем пакетик с красивыми семенами из магазина.

Да, сидераты продают, и продают охотно: ячмень, рожь,

гречиху, сорго, кукурузу, подсолнечник, горчицу... Зайдите в любой комбикормовый магазин — и увидите те же культуры по смешным ценам: 18 рублей за килограмм. А в садовых центрах те же самые семена лежат в аккуратных пакетиках — и стоят в 20, а то и в 50 раз дороже. Это хороший бизнес, хорошая реклама, и потому сидераты нам настойчиво «навязывают». Да и блогеры повторяют одно и то же, будто по шаблону. Но регенерация почвы — это не про маркетинг. Это про то, как устроена жизнь в земле: про грибы, бактерии, червей, про микоризу, про соотношение азота и углерода, про то, сколько именно энергии растение успевает передать вниз, в почву, а не потратить на надземную массу.

Вот, к примеру, вопрос, который мне недавно задали: мол, если скосить сидераты, на которых могла появиться фитотора или другая гниль, и разложить их сверху на грядки, не принесёт ли это беды? И тут важно понимать: в промышленном земледелии, где почва годами истощалась, стерня действительно становится проблемой — в ней накапливаются патогены, и фермерам приходится покупать биопрепараты, чтобы как-то с этим справляться. Но у меня на участке почва — не «убитая», а живая. В ней столько биоты: разные виды триходермы, сенной палочки, множество червей — что любая свежая органика тут же оказывается в работе. Червячки хватают листик, перерабатывают его, и уже через сутки он превращается в копролиты — в те самые микрогранулы, которые и делают почву структурной, похожей на губку.

И тут есть один очень важный момент, который редко объясняют просто и честно: дело не столько в том, сколько биомассы вы закопаете, сколько в том, сколько энергии растение успело передать в почву через корни. Надземная часть, конечно, тоже полезна, но настоящая магия происходит внизу. Растения с типом фотосинтеза C4 — кукуруза, сорго, просо, а среди «сорняков» — некоторые многолетники (у меня горец Вейриха и окопник) — накачивают в корни в разы больше сахаров, чем растения с типом C1, вроде овса. А эти сахара — прямое питание для почвенных грибов и бактерий. Именно так и строится та самая энергетическая сеть, которая не даёт почве уплотняться, помогает ей удерживать влагу и не терять структуру даже после сильных дождей.

Поэтому я не сажаю один-два вида сидератов. Я смешиваю их, чередую, подбираю по сезону и по экологической нише: злаки холодного сезона (овёс, ячмень) со злаками тёплого (кукуруза, сорго), широколистные культуры, бобовые, которые умеют накапливать азот в клубеньках. И каждый из них по-своему кормит почву. Когда я сажаю, скажем, ячмень вместе с кукурузой, эффект получается не в два, а в четыре раза сильнее — если смотреть на то, сколько углерода и энергии уходит в землю. А если ещё и чередовать их по годам, добавляя в промежутках бобовые и широколистные, то почва начинает буквально «созревать» — становиться глубже, структурнее, богаче гумусом.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.