

BEVEZETÉS

A bolygó népességének jelentős része urbánus, szuburbánus környezetbe költözött az elmúlt évtizedekben, és a városodási folyamat egyre gyorsul. Az iparosodó mezőgazdaság és a globalizáció hatására az emberek egyre kevésbé vesznek részt saját ételmük megtermelésében. A Föld lakosságának már csak nagyjából 2%-a végez valamilyen mezőgazdasági tevékenységet, míg 100–150 évvel ezelőtt ez a szám még 80% környékén mozgott.

Magyarországon 50–60 évvel ezelőtt az összes megtermelt ételmezőgazdasági termék közel felét a háztáji gazdaságok terményei

adták, ami azt jelenti, hogy a családok nagy része és általuk az ország döntően önellátó volt. A városokba beköltözött vidéki emberek ételmezőgazdasági terményeinek is nagy százaléka származott a rokonság által megtermelt terményekből.

Napjainkban az ételmezőgazdasági termékek eleynyésző része származik önellátó házikertekből, pedig a termőterület továbbra is rendelkezésre áll, az éghajlati adottságok megfelelőek, a szakirodalom pedig korábban soha nem látott mértékben hozzáférhető az internetnek

A kert apró szépségei



köszönhetően. A jelenlegi generációk elkényelmesedése és életmódváltása miatt a házikert művelése most még viszonylag kevesek számára fontos, de egyre több városi és vidéki emberben felmerül az igény, hogy valamilyen módon újra kapcsolódjon az élelemhez, ami az asztalára kerül. Ennek legjobb és legegyszerűbb módja egy kiskert kialakítása. Az összes mezőgazdasági ágazat közül ehhez szükséges a legkisebb terület, mégis rendkívül nagy mennyiségű tápláló terményt tudunk magunknak megtermelni egy kis földdarabon.

A kertészkedésnek és a zöldségtermesztésnek rengeteg előnye van. A természetben, friss levegőn és napfényben végzett könnyű fizikai munka, a termőföldhöz való kapcsolódás jelentősen csökkenti a stresszt, és hozzájárul egészségünk megőrzéséhez. Ráadásul a munka eredménye kiváló minőségű, magas beltartalmi értékű zöldség és gyümölcs lesz, ezek fogyasztása szintén kiemelt szerepet játszik abban, hogy egészségesebbek legyünk. Az elmúlt években tapasztalt válságok a világban majdnem minden ember életére hatással voltak, és sokan kezdtek el azon gondolkodni, hogy nincsenek hatással saját életükre, életmódjukra, hanem nagyobb – gazdasági, társadalmi – folyamatoknak vannak kiszolgáltatva. Az önellátó biokert létrehozása és a saját zöldségszükségletünk megtermelése által rendkívüli önbizalmat szerezhetünk: megtapasztalhatjuk az önmagunkról való gondoskodást, önellátást. Ez akár az első lépés lehet az úton, hogy egyre tudatosabban és magabiztosabban kapcsolódjunk a minket körülvevő világhoz.

Saját példámon keresztül szeretném bemutatni, hogy egy teljesen laikus,

városi gyökerekkel rendelkező ember is bele tud vágni az önellátó zöldségtermesztésbe. Családunkban több generációra visszamenőleg sem voltak már földművesek, így az én életemből kimaradtak a vidéki nagyszülőknél töltött nyarak, hétvégék. Ennek megfelelően, ahogyan elkezdett kialakulni bennem az önellátás iránti igény, teljesen nulláról kellett felfedeznem a lehetőségeket. Szerencsémre ez kifejezetten pozitív irányba vitte későbbi karrieremet, mert már az utam legelején rendkívül hiteles és kiváló szakemberektől tanulhattam a bio-zöldségtermesztésről.

BIOINTENZÍV ZÖLDSÉGTERMESZTÉS

Többévnnyi kertészkedés és gazdálkodás után, 2016-ban ismerkedtem meg a biointenzív zöldségtermesztéssel, mely egyből felkeltette figyelmemet. Az angolszász szakirodalomban már ekkor is terjedelmes anyag állt rendelkezésre, mely azóta is folyamatosan bővül. Mint későbbi kutatásaim során megtudtam, ez a megközelítése a zöldségtermesztésnek egyáltalán nem újkeletű. Párizsi zöldségkertészek már a 18. században is ugyanilyen alapelvek mentén termesztettek zöldségeket, és innovatív technikáik segítségével akkoriban Párizs teljes zöldségszükségletét fedezni tudták az év 12 hónapjában. Ez a fajta hatékonyság és magas fokú önellátás ámulatba ejtett, és azóta is lelkesen alkalmazom az irányzat módszereit, és kísérletezem velük.

Miután a biointenzív zöldségtermesztés alapelvei szerint kezdtem működtetni a gazdaságomat, rövid időn belül megtapasztaltam, milyen hatékonyan lehet kis területen nagy mennyiségű zöldséget



Biointenzív zöldségtermesztés a gyakorlatban:
33 kg burgonyatermés egy 3 négyzetméteres ágyásból

megtermelni. Az elmúlt években számos gazdaságnak segítettem tanácsadóként a módszerek implementálásában, és a pozitív visszajelzések hatására merült fel bennem a gondolat, hogy érdemes lenne a hobbikertészeket is megismertetni ezzel a módszerrel. Így született meg a 3 órás kert ötlete, mely egy teljesen az önellátó hobbikertészek számára felépített koncepció, és a folyamat során még magamat is sikerült meglepnem az újabb pozitív tapasztalatokkal.

A 3 ÓRÁS KERT A 3 órás kerttel arra vállalkoztam, hogy a saját családom zöldségszükségletét megtermeljem mindössze heti 3 óra kertészkedéssel. Ehhez egy kereken 100 négyzetméteres mintakertet alakítottam ki, amely így

könnyen másolható vagy akár skálázható bárki számára. A kertben felállítottam egy 25 négyzetméteres fóliasátrat, melyben két ágyás, illetve a palántázó kapott helyet, a 75 négyzetméteres szabadföldi területen pedig fix ágyásokban termeszték zöldség- és fűszernövényeket. Sokan kételkedve szokták fogadni a 3 órás koncepciót, ez mindenkinek rettentő kevesnek tűnik, ám ha közelebbről megvizsgáljuk a kertet, láthatjuk, hogy a hatékonyság az apró részletekben rejlik.

Először is szeretném kihangsúlyozni, hogy a kertészkedés nem arról szól, hogy stopperórával mérd, mennyi időt töltesz vele. A kerti munka számomra a legjobb kikapcsolódás, szeretek minél több időt a növények között tölteni. A 3 órás kerttel tehát semmiképpen sem azt szeretném üzenni, hogy minimalizáld a veteményesben töltött időt, épp ellenkezőleg, bátorítok mindenkit, hogy minél



A 3 órás kert

többet kertészkedjen, viszont azt tegye hatékonyan és eredményesen.

A 3 órás kert lényege, hogy a megfelelő módszerek és technikák segítségével heti 3 óra kerti munkával meg tudjuk termelni egy család szezonális zöldség-szükségletét. Mit is jelent ez röviden összefoglalva? Egy kert minden évszakban más, és ennek megfelelően a munka is szezonálisan változik. Aki néhány éve már kertészkedik, az tudja, hogy a legtöbb tennivaló általában tavasszal akad a kertben, majd később, miután mindent kiültettünk, csökken a befektetett órák száma. Egy hagyományos kertben az őszi és a tavaszi talajmunka, a vetés és a palántázás mind-mind jelentős idő- és energiabefektetéssel jár. A biointenzív kertben a komposztmulcsos ágyások használatával ezek a munkafolyamatok mind percekben mérhetők. A 3 órás kertben lényegesen több zöldségfélélt indítok palántaként,

mint más zöldségkertészek, ennek ellenére nem töltök heti 3 óránál többet munkával még a tavaszi kiültetésekkor sem. A tavaszi kampánymunkákat követve általában a gyomlálás, a kapálás és a növényápolás időszaka következik. A tavaszi munkákhoz hasonlóan ezeknél a munkafolyamatoknál is megkerülhetetlen a komposztmulcsos rendszer, melyet alkalmazva heti 15 percnél többet soha nem fordítok gyomlálásra. A növényvédelem az egészséges talajba ültetett életerős növényeknek köszönhetően jelentősen csökkenthető. Az egyre forróbb és szárazabb nyarakon az öntözés létfontosságú: a könyv első részében külön fejezetben mutatom be, hogy egy egészen egyszerűen kivitelezhető öntözőrendszer segítségével kényelmesen heti kevesebb mint fél óra alatt elvégezheted az öntözéssel kapcsolatos teendőket.

Amint említettem, a rendszer hatékonysága a részletekben rejlik. Ha bármelyik elemét kivenném, feltehetően már nem valósulna meg a 3 órás kert koncepciója – minden mozzanatot egyformán fontosnak tartok.

ÍGY HASZNÁLD A KÖNYVET A kertet úgy képzelem el, mint egy házat. A lehető legtöbb figyelmet és energiát fordítom a tervezésre, az alap megépítésére, a legjobb eszközök és szerszámok alkalmazására. Minél jobban sikerül kialakítanunk a kezdetekkor a kertet, a következő években annál kevesebb munkát igényel majd, és annál hatékonyabbak leszünk. Ennek megfelelően a könyv két fő részből áll. Az első részben lefektetjük az alapokat. Ez kifejezetten a kert kialakításáról szól a tervezéstől a kivitelezésig. Fontos, hogyha ezeket a lépéseket nem megfelelően végezzük el, vagy bármelyiket kihagyjuk, a végeredmény is változni fog. A könyv végén felsorolt termésmennyiségek és a befektetett munka hatékonysága nem így nézne ki, ha a tervezésnél, a kialakításnál vagy az

eszközöknél bármit megspóroltam volna. A kert legfontosabb elemeit és azok kialakítását mind külön fejezetben mutatom be, így az egyes lépések követésével te is könnyen kialakíthatod a saját 3 órás kertet. Ha a megfelelő időt, energiát és inputot befektetted a kert kialakításába, belevághatsz az igazán izgalmas részbe, a kertészkedésbe.

A könyv második része a 3 órás kert megműveléséről szól, bemutatom az egymásra épülő munkafolyamatokat, illetve az egyes zöldségfélék termesztését, hogy teljes képet kapj. Mint minden máshoz az életben, a biokertészkedéshez is szükséges tapasztalatot szerezni, ennek ellenére úgy gondolom, hogy az optimálisan kialakított biokertben a megfelelő módszerek és technikák alkalmazásával egy kezdő kertész is igazán hatékony és eredményes lehet.

A biokertészkedés elsősorban a diverzitásról szól, ez teszi igazán izgalmassá. A saját kertemben 100 négyzetméteren több mint 50féle zöldség- és fűszernövényt termeszték, és ezeknek számos különböző fajtáját. Egyet sem hagyva ki a felsorolásból átadom a termesztésükkel kapcsolatos legfontosabb tudnivalókat, tippeket és trükköket. A könyv mellékleteiben adatokat és mintákat közlök segítségként a kert megtervezéséhez, a vetéstervezéshez és a termesztéshez. Érdekesképpen és motivációként közzéteszem a 2021-es szezon betakarítási naplóját, amelyben zöldségekre bontva megadtam a betakarított mennyiségeket. Remélem, hogy a könyv segítségével neked is hasonló sikerélményekben lesz részed, és az odavezető úton rengeteg örömet leled a kertészkedésben.

Snidlingvirágok

