

Sedm důvodů, proč zahradničit

Existuje nejméně sedm důvodů, proč se věnuji zahradničení a proč se mu chci nadále v maximální míře věnovat. Napadlo mě se o ně podělit, protože si myslím, že třeba můžou někoho motivovat k tomu, aby si založil zahradu. Nebo můžou být impulsem, aby se někdo do zahradničení ponořil hlouběji. Možná Vám dodají energii a nadšení.



1) Zahradničení mě udržuje v dobré fyzické kondici. Nedávno vyšla v časopise British Journal of Sports Medicine [studie](#), která prokazuje, že lidé, kteří jsou nějak fyzicky aktivní, mají nižší riziko infarktu a mrtvice a dožívají se vyššího věku. Studie potvrdila, že pravidelná fyzická aktivita, jako třeba práce na zahradě, má stejně prospěšný účinek pro zdraví jako sport. Takže pro delší a zdravější život není třeba sportovat. Stačí se starat o zahradu.

2) Druhý důvod se týká zdravé výživy. Podle studie publikované letos v časopise [Journal of Epidemiology & Community Health](#) konzumace sedmi a více porcí ovoce a zeleniny denně snižuje riziko úmrtí až o 42% (ve srovnání s požíváním méně než jedné porce). Na zahradě si lze vypěstovat značnou část tohoto množství ovoce a zeleniny. Navíc čerstvější rajčata, saláty nebo ředkvičky v obchodě neseženete, protože při samozásobení se vzdálenost mezi místem produkce a místem spotřeby blíží nule. A v neposlední řadě potrava z vlastní zahrady nebude obsahovat rezidua chemických postřiků, pokud se sami nerozhodnete je použít.

3) Třetí důvod je ekonomický. Zahradničením lze ušetřit peníze za nákup potravin. Někteří lidé říkají, že pěstovat jídlo se nevyplatí, když si ho lze koupit poměrně levně v supermarketu. To je ovšem pravda jen pro jisté typy potravin. Některé potraviny mohou být v obchodech naopak velice drahé nebo prakticky nesehnatelné. Říkám jim [luxusní potraviny](#). Patří sem například český česnek, sušená rajčata, divoká rajčata, bobulovité ovoce z keřů jako rakytník, muchovník či josta apod. Luxusní potraviny se pěstovat vyplatí.

4) Čtvrtý důvod je ekologický. Každý kousek monokulturního pole či anglického trávníku přeměněný na zahradu zvyšuje [rozmanitost](#) naší krajiny. Rozmanitost je velice důležitá pro stabilitu ekosystému a pro jeho schopnost zvládat stres a adaptovat se na nové podmínky. Rozmanitost je navíc (podle mého vkusu) malebná a krásná. V rozmanité krajině se cítím mnohem víc doma, než v homogenních průmyslových monokulturách.

5) Pátý důvod se týká semínek. Asi víte, že existují tzv. [neregistrované odrůdy](#) zeleniny a jiných zemědělských plodin, které nejsou komerčně běžně dostupné. Patří sem různé staré, krajové, rodinné a jiné neprůmyslové a vzácné odrůdy. Protože jsou špatně dostupné, lidé je pěstují jen málo a tyto odrůdy jsou proto ohroženy zánikem. Zahrada se může stát jakousi oázou pro uchování těchto odrůd pro budoucí generace. Stačí takovou odrůdu někde získat a začít ji semenařit.

6) Šestý důvod se týká budoucnosti. Protože jsem chodil do skautu, vzal jsem si tak nějak k srdci skautské heslo „Bud' připraven!“. Z různých důvodů si myslím, že éra blahobytu a dostatku pravděpodobně končí. Potraviny zřejmě nebudou tak levné a snadno dostupné jako byly posledních dvacet let. Hrozby jako energetická či ekonomická krize, klimatická změna s dopady na zemědělství či snad dokonce válka mohou dostupnost potravin výrazně omezit. Budování zahrady a zahradnických dovedností je jakási pojistka proti tomu. Samozásobení je určitý způsob zabezpečení se proti riziku drahých a špatně dostupných potravin.

7) Sedmý důvod souvisí s tím, že pořádám [samozásobitelské a permakulturní kurzy](#). Takže potřebuji experimentovat, zkoušet nové postupy, techniky a plodiny, abych mohl své zkušenosti předávat dál. Letos jsem například dokončil další vyvýšený záhon. Zkouším pěstovat česnek ze semínek. Mám rozpěstováno asi patnáct odrůd rajčat, které chci porovnat a vytipovat mezi nimi nejlepší odrůdy do mých podmínek. Budu set více než dvacet odrůd fazolí. Opravdu jsem zvědavý, které z nich se osvědčí jako nejlepší. Těším se zejména na polopopínavé fazole, které byly indiány šlechtěny pro společné pěstování v jedné polykultuře s kukuřicí a dýněmi (tzv. tři sestry). Každý rok se snažím vyzkoušet něco nového, neustále se učím a velmi mě to baví.

Závěrem shrnutí všech sedmi důvodů, proč zahradničit: Fyzická kondice, zdravá strava, úspora peněz, rozmanitější krajina, uchování ohrožených odrůd, příprava na budoucnost a radost z experimentování a sdílení zkušeností.

PS: Pokud Vás tento text zaujal, pošlete ho svým známým, sdílejte ho s přáteli. Šiřte ho bez omezení dle libosti.

O autorovi: Jmenuji se Marek Kvapil a zahradničím na svém pozemku na Hané. Jsem lektorem a organizátorem těchto kurzů: [Semínkový kurz](#) / [Design permakulturní zahrady](#) / [Základy potravinové bezpečnosti](#).

