



Timo Tynkkynen

OMAVARAISEN

KÄSIKIRJA

OMAVARAISEN KÄSIKIRJA

TIMO TYNKKYNE

SISÄLLYSLUETTELO

Esipuhe	7
Tee itse lannoite kasveillesi	10
Säilöntäaineet	20
Puolukkatuoremehu	27
Ruoka-ainesten kuivaaminen	28
Umpioiminen	38
Voikukan käyttö	41
Ruokaöljyn valmistaminen	45
Kuusenkerkkäuute	46
Havupuu-uute	48
Pihkavoide	52
Koivuntuhkauute	55
Särkylääkkeet luonnosta	57
Luonnonlääkkeitä	61
Ampiaisen pistoon	66
Flunssan oireiden lievitys	67
Jauhojen jauhaminen	73
Haavan hoito	75
Hygienia	77
Saippuan valmistaminen	79
Hammastahnan tekeminen	80
Kotikosmetiikkaa	82

Etikan käyttö pesuaineena	87
Ihon kuorinta	90
Tahrannoisto	95
Kehääminen	101
Parsiminen	103
Vaatteiden kaavojen teko	105
Vaatteiden korjaaminen	106
Villalanka ja huovuttaminen	108
Hyttyskarkote	110
Kärpästen torjunta	112
Etikkaa hyttysten karkotukseen	115
Korujen puhdistus	118
Parkitseminen	121
Nahkakenkien tekeminen	125
Omatekoinen liima	132
Itsetehty muste	134
Keittomaali	136
Punamultamaalin tarkempi ohje	138
Tervan poltto	141
Rautamalmi	143
Puukon teko	145
Puukon terän taonta	150
Kuksan teko	152
Suksien veistäminen	153

Metsästysjousen teko	154
Atrain luonnosta	159
Veneen veistäminen	162
Riukuaita	168
Maakellari	172
Sauna	178
Savusauna	179
Kaivon kaivaminen	181
Tuulivoimalan tekeminen	184
Immuunipuolustuksen vahvistaminen	188
Luonnon antibiootteja	196
Loppupuhe	203

ESIPUHE

Tein tämän kirjan, koska sille oli selvää tilausta. Ylläpitämässäni omavaraisuuteen liittyvässä some-ryhmässäni minulla on ollut tapana julkaista näitä erilaisia ohjeita ja vinkkejä, joissa neuvotaan ja opastetaan kaikenlaisiin omavaraisuutta toteuttaviin asioihin. Miten esimerkiksi tehdään hyvää lannoitetta puutarhaan, miten tehdään omatekoista hammastahnaa, miten hyödynnetään erilaisia luonnontuotteita terveydenhoidossa, miten tehdään maakellari, rakennetaan savusauna tai vaikkapa soutuvene.

Myös vähän nykyaikaisemmat asiat olen ottanut tähän kirjaan esille, kuten omatekoisen tuuligeneraattorin tekemisen.

Olen pyrkinyt monipuolisesti tuomaan vähän elämän joka osa-alueelle kuuluvia ohjeita ja vinkkejä kirjaan mukaan. Näihin erilaisiin tarpeisiin olen saanut vinkkejä some-ryhmistäni sekä vuosien omakohtaisesta kokemuksestani omavaraisuuden parissa.

Minulla on aina ollut jonkinlainen pakkomielle yrittää valmistaa kaikki itse. Olen halunnut aina löytää ohjeet, selvittää ainesosat ja toteuttaa itse niin paljon kuin mahdollista.

Tämä on kuitenkin tällainen melko kevyehkö katsaus näihin tee se itse -hommiin. Enemmänkin materiaalia olisi voitu kerätä tähän kirjaan, mutta toisaalta en ole halunnut alkaa kuitenkaan tehdä mitään varsinaista tietoteosta vaan tällaisen jokamiehen ja -naisen peruskäsikirjan, josta löytyy hyviä vinkkejä melko tavallisiin arkielämän asioihin.

Olisin mieluusti lisännyt kirjaan myös pontikankeitto-ohjeet, koska alkoholin itse valmistaminen voisi olla poikkeustapauksissa ainoa keino saada hankittua sitä.

Alkoholia tarvitaan hyvin paljon moneen muuhunkin kuin viihdekäyttöön, kuten tässä kirjassa kerrottujen monien uutteiden valmistukseen. En kuitenkaan ole tohtinut laittaa viinankeitto-ohjeita mukaan, koska viinankeittäminen on Suomessa laitonta, enkä halua olla yllyttämässä ketään laittomuuteen.

Näin ollen jokaisen omalle vastuulleen jääkin sitten se, mistä ja miten alkoholia saa, jos ei sitä voida kaupasta hankkia.

Luonnontuotteet toki ovat hyviä lääkkeinäkin, mutta en ota omalle kohdalleni vastuuta siitä, mikäli niillä aiotaan kokonaan korvata lääkärin ohjeistama hoito. Huomatkaa, en sano, että lääkärin ”määräämä” hoito, koska pyrin irtautumaan tällaisista kahlitsevista sanoista, kuin ”määräys”.

Sellainen kielellinen ilmaisu sotii yksilön itsemääräämisoikeutta vastaan, ja omavarainen elämäntyyli on suoraan yhteydessä siihen, miten paljon voimme itse määrätä omista asioistamme.

Aloitan ajallisesti keväästä, jolloin omavaraisella viljelijällä alkavat kevättyöt, kun lumet ovat sulaneet.

Etenen näiden aihepiirien tuntumassa ja siirryn pikkuhlijaa ikäänkuin aasinsiltojen kautta seuraaviin aihepiireihin, käyden lopulta läpi arkielämän perusasiat.

TEE ITSE LANNOITE KASVEILLES!

Kun luonnonlannoitteita käytetään, samalla ruokitaan maaperää ja sen rikasta mikroeliöstöä. Luonnonlannoitteet parantavat maaperän humuspitoisuutta ja lisäävät kasvien hapen- ja vedenottokykyä.

Kevään tullen on lannoitustan aika, kun kasvit alkavat vihertää. Etenkin toukokuussa kasvien kasvukausi on niin voimakasta, että ne tarvitsevat ravinteita pystyäkseen kehittymään parhaalla mahdollisella tavalla.

Monivuotisia kasveja on lannoitettava juhannukseen saakka, jolloin kasvien kypsyminen alkaa.

Yksivuotisia kasveja ja ruukuissa olevia kasveja voidaan lannoittaa koko kasvukauden ajan.

Kalkki auttaa pH-arvon tasapainottamisessa, joten se on myös tärkeä osa puutarhan hoitoa.

Liian alhainen pH-arvo tekee maaperästä liian happaman ja kasvien kyky ottaa maahan lisättyjä ravinteita kärsii.

Oman lannoitteen tekeminen on ekologista ja taloudellista.

Virtsaa on kaikkein yksinkertaisin lannoiteaine, ja sitä voidaan sekoittaa niin kutsutuksi kultavedeksi, johon tulee 9 osaa vettä ja yksi osa virtsaa.

Myös ihmisulostetta voidaan käyttää pienimuotoisesti puutarhassa, mutta on hyvä antaa ulosteen seistä kompostissa pari vuotta ennen käyttöä.

Nokkosvesi on hyvin ravinnepitoinen lannoitusaine, joka on helppo tehdä itse. Kerätään ämpärillinen nokkosia lehtineen ja varsineen. Täytetään ämpäri vedellä ja annetaan seistä muutaman päivän ajan.

Tästä syntyy voimakashajuinen tiivisteneste, joka laimennetaan veden kanssa suhteessa 1:9. Mitä kauemmin seoksen annetaan seisoa, sitä vahvempi siitä tulee. Jos seoksen annetaan seistä yli viikon, on vettä lisättävä sekaan enemmän.

Nokkosissa on monia tärkeitä ravinteita ja keväällä typpi-, fosfori- ja kaliumpitoisuudet ovat erityisen suuria. Kesällä nokkosten rautapitoisuus lisääntyy ja syksyllä lisääntyy muiden hivenaineiden pitoisuus.

Nokkosvesi sisältää myös monia hyödyllisiä hajottajabakteereja, jotka ovat hyväksi maaperälle etenkin kateviljelyn yhteydessä.

Nokkosvedellä kannattaa kastella kaikkea, mille halutaan antaa kasvuvauhtia.

Koska nokkosvesi on typpipitoista, se sopii kaiken vihreän lannoittamiseen. Kukkiville kasveille sopii taas paremmin sellainen lannoite, jossa on enemmän fosforia.

Kompostin ravinnesisältö riippuu siitä, mitä kompostissa on. Monimuotoinen komposti on yksi parhaita maanparannusaineita.

Yksipuolinen komposti, kuten kuiva lehtikomposti on hyvää ainesta maanparannukseen, mutta siinä on niukasti typpeä. Sitä onkin hyvä täydentää ruohosilpulla tai jollakin typpipitoisella lannoitteella, kuten kanankakalla.

Madot hajottavat puutarhakompostin karkeimmat ainesosat. Mikro-organismit, kuten bakteerit ja sienet hajottavat jätettä edelleen ja ravinteita vapautuu kasvien juurille. Vastineeksi mikroeliöstö saa glugoosia eli hiihihydraatteja, jota kasvit valmistavat fotosynteesissä.

Puutarhajätettä, kuten vaikkapa ruohonleikkuujätettä voidaan laittaa kasvien ympärille antamaan ravinteita, mutta samalla ne myös vaikeuttavat rikkakasvien kasvua.

Kompostiteetä voidaan myös valmistaa, ja se perustuu siihen, että sekoitellaan kasvinosia, kompostia ja vettä, ja päinvastoin kuin nokkosvedessä, teeheon lisätään happea pumpulla ja lisätään ravintoa, kuten sokeria, melassia tai muita makeutusaineita mikro-organismeille.

Teen annetaan käydä noin kolme päivää. Tuloksena saadaan ravinneseostivastetta, jossa on paljon mikro-organismeja. Kompostiteen sekoitussuhde on 1:9.

Kanankakka on hyvin typpipitoista ja sopii monenlaisille ravinteita vaativille kasveille, kuten kaalille, kesäkurpitsalle, purjolle, valkosipulille sekä kurpitsalle.

Kun halutaan pitkävaikutteinen lannoite, sekoitetaan kanankakka multa ja veteen sekoitettuna saadaan kanankakasta nopeavaikutteista.

Kompostoitu lehmän- tai hevosenlanta ei ole niin typpipitoista kuin kanankakka, mutta lehmänlannassa on kuitenkin enemmän typpeä kuin hevosenlannassa. Kannattaa käyttää jonkin aikaa seissyttä lantaa maanparannusaineena maassa, jossa kasvatetaan juureksia ja lehtivihanneksia.

Edellä mainittujen ohjeiden lisäksi on monta hyvää keinoa valmistaa luonnollista ravinnetta puutarhan kasvien lannoittamiseksi.

Banaaninkuori on yksi parhaita valintoja lannoitteen valmistukseen. Banaaninkuori sisältää kaliumia. Tämä välttämätön mineraali on yksi kaikkein tärkeimpiä ravinteita kasveille typen lisäksi. Kaliumilla on tärkeä tehtävä fotosynteesissä sekä kestävien kudosten muodostamisessa. Lisäksi kalium auttaa ravitsemaan kasveja silloin, kun niiden kukinta-aika on jo mennyt ohi tai ne näyttävät muuten nuupahtaneilta.

Banaaninkuoria voidaan käyttää kahdella tavalla, joko sellaisenaan luonnontilassa tai valmistamalla niistä lannoitenestettä.

Lannoiteneste valmistetaan siten, että leikataan kuoret useampaan suikaleeseen ja laitetaan ne kiehumaan veteen 15 minuutiksi.

Seuraavaksi laitetaan lämpö pois ja annetaan veden viilentyä omia aikojaan. Lopuksi suihkutetaan lannoitenestettä kasvien ympäristöön.

Omenaviinietikka on myös hyvä lannoite. Etikkahappo auttaa lannoittamaan kasveja, jotka sopivat happamalle maaperälle. Etikan ravinteiden imeytyminen auttaa pitämään kasveja hyvässä kunnossa ja estää lehtien muuttumisen palaneiden näköisiksi.

Laitetaan ruokalusikallinen omenaviinietikkaa veteen, jota aiotaan käyttää kasvien kastelemisessa. Toistetaan tätä ainakin kuukauden ajan.

Kananmunankuoret ovat myös hyvä lannoite, joka toimii niin muiden aineiden kanssa kuin yksin sellaisenaankin. Kananmunankuorissa on runsaasti kalsiumia ja ne estävät tomaatin, paprikan ja munakoison kukintojen mädäntymistä.

Murskataan useita kananmunankuoria ja laitetaan kuorensirpaleet kasvien alle tai ruukun pohjalle.

Kuorien voidaan antaa myös kuivua ja sen jälkeen jauhaa niistä hienoa jauhetta. Jauhetta levitetään kasvien ympäristöön.

Puun tuhkasta valmistettu lannoite auttaa monia kukkia ja kasveja kasvamaan ja kypsymään. Puun tuhkassa on runsaasti kaliumina ja fosforia, jotka ovat tärkeitä maaperän rikastamisessa.

Lisäksi puun tuhkassa on aineita, jotka karkottavat muurahaisia ja muita tuholaisia.

Puun tuhkaa ei pidä kuitenkaan antaa happamassa maaperässä kasvaville kasveille, koska se muuttaa liikaa maaperän pH-tasoa.

Otetaan runsas määrä puun tuhkaa ja annetaan sen sekoittua veteen.

Kaadetaan tätä seosta kasveille, joita halutaan lannoittaa.

Voidaan myös levittää ohut kerros tuhkaa 2 - 3 sentin päähän kasvin varresta.

Levä on myös hyvä luonnollinen lannoite, mutta se ei ole kovin monelle tuttu. Levää voidaan käyttää tuoreena ja kuivattuna. Levä sisältää hyviä hivenaineita, joita hyvät maaperässä elävät mikrobit käyttävät ravintonaan.

Olen kerännyt tähän kirjaan monenlaisia ohjeita omavaraistelussa tarpeellisiin asioihin. Mukana on ohjeita puutarhan hoitoon, luonnonlääkintään, pesuaineisiin, hygieniaan, vaatteiden korjaamiseen, maalien ja musteiden valmistamiseen, tervan polttoon, rautamalmin sulattamiseen, kalastamiseen, metsästämiseen, säilömiseen, puukon tekoon, veneen veistoon, rakentamiseen ja muuhun sellaiseen.

Emme koskaan voi varmuudella sanoa, milloin näitä taitoja tarvitsemme, mutta sitten kun sellainen tilanne tulee, se saattaa tulla niin yllättäen, että siinä vaiheessa on jo liian myöhäistä alkaa näitä asioita harjoitella. Siksi kannattaa perehtyä näihin ohjeisiin jo hyvän sään aikana, että olisi valmiudet toimia, kun todellinen tarve tulee.

Ja vaikkei tulisikaan välttämätöntä pakkoa osata näitä taitoja, on ne kuitenkin kiva tietää, kuuluuhan tämä tietotaito omavaraisuuden ylläpitämiseen ja harrastamiseen jo muutenkin.