

artgerecht

JUBILÄUMSAUSGABE

FÜNF JAHRE GÖDENROTHER GÄRTEN

Ausgabe Nr. 19 | 11/2024
Schutzgebühr: 3,- EUR



DIE
GESCHICHTE
DER GÖDEN-
ROTHER
GÄRTEN



DER PARACELSUS-GARTEN:
„ALLE DINGE SIND GIFT, ...“ S. 8



HIGHLIGHTS AUS 5 JAHREN
GÖDENROTHER GÄRTEN S. 30

Liebe Freundinnen und Freunde der Gödenrother Gärten!

Bei der Garteneröffnung vor fünf Jahren sagte ich: Es ist mein größter Wunsch, dass die neue Gartenanlage sich weiterentwickelt, dass sie ein Ort der Begegnung und des Austausches wird, dessen Bedeutung weit über die Hunsrückregion hinausstrahlen wird. Dieser Wunsch hat sich erfüllt. Bei zahlreichen Gartenführungen, Veranstaltungen, in Seminaren und Workshops, konnten wir viele Besucher begrüßen. Die Gödenrother Gärten sind inzwischen weit über die Grenzen des Hunsrücks hinaus bekannt. Beigetragen dazu haben auch die Veröffentlichung im Reiseführer „50 Mikroabenteuer Hunsrück“ von Marina Friedt und eine Sendung „Expedition in die Heimat“ des Südwestfunks mit Anna-Lena Dörr. Nun feiern wir fünfjähriges Jubiläum und eröffnen dazu auch einen weiteren Gartenteil, der, als Naturgarten gestaltet, weitere Lebensräume und noch mehr Artenvielfalt anbietet. Zu den wichtigsten Tugenden des Gärtners gehört dabei die Geduld. Geduld ist nicht immer einfach, denn der Garten entwickelte von der Planung über die Umsetzung und das Jahresgeschehen seinen ganz eigenen Rhythmus. Das planvolle und konsequente Handeln des Gärtners in der Gegenwart resultiert aus einem Grundvertrauen in die Zukunft. Gärtner arbeiten konsequent und immer mit dem Blick auf den rechten Moment, denn alles im Garten hat seine Zeit. Mit ihrer Arbeit leisten Gärtner einen großen Beitrag zur gesunden Ernährung, zur Artenvielfalt, zum Umweltschutz, zur Schönheit und zur Lebensfreude. Danke an das PerNaturam-Gartenteam, das mit großem Engagement, mit viel Konsequenz und mit Kreativität diesen Garten mitgestaltet hat, ihn lebendig hält und weiterentwickelt.



Ein großes Team kümmert sich um die Gödenrother Gärten, hinten, v.l.n.r.: Volker Mayer, Tim Keller, Gartenleiter Tobias Klein, Susanna Kreuels, Manfred Heßel. Vorn sitzend: Johanna Raabe, Kevin Koop, Siegrid Steg, Maria Salomé Hoffmann.

Genießen Sie die Gödenrother Gärten, viel Freude dabei wünschen Ihnen,



M. Heßel
Manfred Heßel
Diplom-Ökologe und Phytotherapeut



T. Klein
T. Klein
Leiter der Gödenrother Gärten



Seite 4

Die Gödenrother Gärten lassen in unterschiedlichen Gartenräumen und Biotopen Artenvielfalt erleben

Seite 23

Der Hortulus des Walahfrid Strabo



Seite 16

Der schwarze Holunder: Er war die Hausapotheke der Bauernhöfe, Sitz der Haus- und Hofbesitzerin, der Göttin Hulda

PerNaturam und die Gödenrother Gärten 4

Der Paracelsus-Garten 8

Fünf Jahre Gödenrother Gärten 9

Der Gödenrother Kuhdamm 11

Firmenphilosophie 12

Die Madonnenlilie 14

Schwarzer Holunder 16

Gärten für Kinder 18

Hildegard von Bingen 22

Der Hortulus des Walahfrid Strabo 23

Hortus, unser Lehr- und Schaugarten 26

Highlights aus 5 Jahren Gödenrother Gärten 30

Hunsrücker Minutenböden 34

Nutz- und Permakultur in Gödenroth 36

Wasserwirtschaft im Garten 38



Seite 11

Der Gödenrother Kuhdamm



Seite 18

Gärten für Kinder

IMPRESSUM

artgerecht erscheint in loser Folge als PerNaturam-Hausmagazin.

Herausgeber / Verlag: PerNaturam GmbH · An der Trift 8 · 56290 Gödenroth · Tel. 06762 / 96 36 20

Redaktionsleitung: Manfred Heßel · E-Mail: redaktion@artgerecht-tier.de

Anzeigen: Redaktion artgerecht · E-Mail: redaktion@artgerecht-tier.de

Herstellung: adverto Design & Werbung, Limburg

Bildnachweise: S.1 Titelbild Madonnenlilie: ©vxnaghiyev_AdobeStock | S. 2 u. 32 Borretsch: ©emberiza_AdobeStock | S. 3 Hagedorn: ©scisetti_alfio_AdobeStock | S. 4 Vögel: ©Montipaiton_AdobeStock | Distel: ©Tran-Photography_AdobeStock | S. 5 Schmetterling: ©AdobeStock | S. 6 Schmetterling: ©fovito_AdobeStock | S. 7 Schmetterling: ©Makuba_AdobeStock | S. 9 Schmetterling: ©K.-U. Häbler_AdobeStock_AdobeStock | S. 15 Wappen Lilie: ©Soluto | S. 16 - 17 Schwarzer Holunder: ©domnitsky_AdobeStock | S. 17 Vogel: ©oxie99_AdobeStock | S. 18 Marienkäfer: ©Rena Marijn_AdobeStock | S. 20 Kinderhände: ©New Africa_AdobeStock | S. 20 - 21 Kind im Garten: ©Irina Schmidt_AdobeStock | S. 20 - 21 Kind mit Pflanze: ©Halfpoint_AdobeStock | S. 21 Meise: ©Alexander Potapov_AdobeStock | S. 22 Johanniskraut: ©Maren Winter_AdobeStock | S. 23 Harke: ©Markus Hagenlocher_via Wikimedia Commons. | S. 24 Brennessel: ©photocrew_AdobeStock | Weinbergschnecken: ©Ruckszio_AdobeStock | S. 25 Pflanzen: ©Nikolaus Joseph von Jacquin_Public domain_commons.wikimedia | S. 26 Mariendistel: ©osoznaniejizni_AdobeStock | Ginkgo: ©uckyo_AdobeStock | S. 34 Frosch: ©Ulrike Neumann_AdobeStock | S.35 Ehrenpreis: ©khudolly_AdobeStock | S. 36 Hügelbeet: ©KirstenStrassmann | Herbstgemüse: ©emuck_AdobeStock | S. 37 Wühlmaus: ©stockmotion_AdobeStock | S. 8 Schmetterling: ©Vitalina Rybakova_AdobeStock | S. 38 - 41 Schilf: ©Alexander Potapov_AdobeStock | S. 39 Vogel: ©Robin_AdobeStock | S. 42 Fermentierte Produkte: ©Avocado_studio_AdobeStock | Lavendel: ©eAlisa_AdobeStock | S. 43 Holunderblüte: ©Anastasia_AdobeStock

Alle nicht benannten Bilder sind gemeinfrei über Wikimedia und Pixabay.





Die Geschichte der Gödenrother Gärten ist auch die Geschichte der PerNaturam GmbH und beginnt lange vor unserer Etablierung 2014 hier im Hunsrück.



PerNaturam und die Gödenrother Gärten

PerNaturam ist eine inhabergeführte Manufaktur, die Ergänzungsfuttermittel hauptsächlich aus Kräutern und Pflanzenextrakten herstellt.

Ein wesentlicher Bestandteil unseres Erfolgs ist das spezielle Wissen über Heilpflanzen, ihre Inhaltsstoffe und die besondere Wirkung auf die Ernährung und Gesundheit der Tiere. Wenn Pflanzen Menschen oder Tieren zu mehr Gesundheit und Vitalität verhelfen können, wieviel mehr können sie sich gegenseitig stärken und unterstützen? Es lag uns immer am Herzen, dieses Wissen lebendig zu halten und weiterzuvermitteln und solange wir für und mit Tieren und ihren Haltern arbeiten, haben wir unsere Kenntnisse in zahllosen Informationen, Beratungen und Seminaren weitergegeben. Gibt es für diese Vermittlung einen besseren Ort als einen Garten? Eine der Haupttugenden des Gärtners ist die Geduld. Auch uns wurde viel Geduld abverlangt. Von der Garten-Vision über die Planung und Umsetzung bis hin zur Realisierung hat es lange gedauert. Seit über dreißig Jahren existiert unsere Firma und so lange erzähle ich voller Freude von den Pflanzen und Blüten meiner inneren Gärten. Nach fünf Jahren präsentieren wir einen immer noch jungen Garten. Ein Garten ist nie fertig, das weiß jeder, der einen Garten pflegt. Ein Garten ist eine Aufgabe, er unterliegt permanentem Wandel und der Weiterentwicklung. Begleiten Sie die Gödenrother Gärten in ihrer Entwicklung, in ihrem Werden und Wandel und schauen Sie sich ihre Themen und Inhalte an. Besuchen Sie die Gärten immer wieder mal!

Das Signet der Gödenrother Gärten ist die Lilienblüte, sie wird Ihnen im Garten immer wieder begegnen. Der Gedanke dahinter ist die Blume des Lebens, die sich aus der sechsblättrigen Lilienblüte entwickelt.

Bis weit in die Renaissance ging man mit dem Begriff „Lilie“ sehr großzügig um und verwendete ihn auch für Taglilien, Amaryllis, Gladiolen und Iris. In der Wappenkunde wird die Iris meist als

Lilie bezeichnet, prominentes Beispiel ist die „Französische Lilie“, oder auch die Wappen von Darmstadt, Wiesbaden oder der Stadt Lille. Mit der Madonnenlilie *Lilium candidum* hat diese heraldische Darstellung nichts gemein. Wie die Rose gilt die Lilie als eine der ältesten kultivierten Zierpflanzen überhaupt. Sie wurde im hohen Lied Salomos erwähnt und ist auf antiken Vasen abgebildet. *Lilium candidum*, die Madonnenlilie, wurde Mitte des 2. Jahrtausends vor Christus in Kleinasien kultiviert.

Die Lindentreppe

Der Hauptzugang zu den Gödenrother Gärten erschließt sich unterhalb der Verbindungsbrücke. Eine sanft ansteigende, gestufte Rampe führt hoch auf die Gartenebene. Die Treppe führt von Linden gesäumt zum Treffpunkt Garten. An dieser Stelle sieht man auf nahezu alle Gartenbereiche und kann sich entscheiden, in welchen Bereich man sich zuerst wenden will. (Einen barrierefreien Zugang gibt es über den oberen Weg an der Terrasse.)

Hortus, der Lehr- und Schaugarten

Das Zentrum der Gödenrother Gärten ist der Lehr- und Schaugarten. Wir bezeichnen ihn als *Hortus* und erinnern uns dabei auch an Walahfrid von der Reichenau, genannt *Strabo*. Er lebte von 809 bis 849. Der Benediktinermönch war Botaniker, Dichter und Diplomat, von 838 bis 849 war er der Abt des Reichenauer Klosters. Um 840 schrieb er das Buch *Über die Kultivierung der Gärten*, bekannter unter dem Namen *Hortulus*, das Gärtchen. Es ist eines der bedeutendsten botanischen Werke des Mittelalters. Lesen Sie dazu den gesonderten Bericht auf Seite 23. Unser Hortus besteht aus 16 Beeten, rund um einen zentralen Platz, der mit einer im Boden eingelassenen sechsblättrigen Blüte betont wird, dem Liliensignet.

Über diesem Platz erhebt sich eine Ringergola, die noch von Kletterpflanzen aus den Hochbeeten berankt werden wird.



Heute zeigt der Garten in verschiedenen Gartenräumen eine große Artenvielfalt aus über 1000 Heil-, Nutz- und Zierpflanzen. Dazu kommen noch zahlreiche Wildpflanzen.





Jedes Beet hat sein eigenes Thema und in den Beeten sind die Heilpflanzen nach therapeutischen Gesichtspunkten gruppiert. Drei Pflanzenfamilien, die besonders reich an Heilpflanzen sind, stellen wir in eigenen Beeten vor: Lippenblütler, Doldengewächse und Korbblütler. Wer Heilpflanzen sammelt, sollte auch Giftpflanzen kennen, darum haben wir auch diesen ein eigenes Beet gewidmet. Unterschiedliche Beetgrößen und -höhen laden ein zum Erkunden. Durch Sehen, Fühlen und Riechen sollen die Pflanzen (be)greifbar gemacht werden. Verschiedene Accessoires in den Beeten verdeutlichen, wofür die Pflanzen eingesetzt werden können. Noch sehen Sie viele Setzlinge und Jungpflanzen, sie sind auch noch ziemlich klein, aber bald werden sie üppig wuchern.

Steppenbeete an der Straße

Die Steppenbeete zeigen eine artenreiche, blühwillige und insektenfreundliche Möglichkeit, einen Garten ohne große Pflege- und Gieß-Ansprüche anzulegen. Trockenresistente Pflanzen



sind in die Erde gepflanzt, der Boden wurde mit einer Steinschicht abgedeckt. Die mineralische Mulchschicht reduziert den Wildkrautaufwuchs, speichert Wärme und wirkt klimatisch ausgleichend. Hier fühlen sich viele Blütenpflanzen, Zwiebelgewächse und Steppengräser sehr wohl. Pflegemaßnahmen sind zweimaliges Jäten und ein moderater Rückschnitt. In Stängeln und Samenständen sollen Vögel und Insekten auch im Winter Nahrung und Schutz finden.

Steppenbeet: Üppige Blütenpracht ohne viel zu Gießen.



Die Themen der 16 Beete

- 1 Atemwege
- 2 Herz, Kreislauf und Gefäße
- 3 Leber, Galle und Bauchspeicheldrüse
- 4 Artemisia-Arten und andere Bitterpflanzen
- 5 Haut und Haar, Fell und Gefieder
- 6 Nieren und Urogenitaltrakt
- 7 Magen, Darm, Verdauung
- 8 Bewegungsapparat, Knochen und Gelenke
- 9 Heilige Pflanzen / Marienpflanzen
- 10 Duft- und Räucherpflanzen
- 11 Giftpflanzen
- 12 Phytobiotica: Pflanzen für das Immunsystem
- 13 Frauenheilpflanzen
- 14 Mediterrane Pflanzen und Lippenblütler
- 15 Doldenblütler
- 16 Korbblütler

Der Heidegarten

Hier sind ebenfalls Pflanzen versammelt, die mit wenig Wasser zurechtkommen. Im Gegensatz zum Steppenbeet wurde der Boden hier mit Rindenmulch abgedeckt, um ein feuchtsaures Bodenmilieu zu erhalten. Typisch für die Heide sind Birke, Kiefer, Erika-Arten, Wacholder, Waldrebe und verschiedene Wildbeeren.

Obstbäume

Im weiteren Jahresverlauf werden wir am Weg entlang einen Obstgarten mit alten Sorten und Arten anpflanzen. Vorher wollen wir den verdichteten Boden auflockern. Dazu helfen uns Gründüngung, Kompost und zahllose Bodenorganismen, die die Erde wieder kulturfähig machen, damit dort die Bäume auch wachsen können. Wir werden dokumentieren, wie wir die Erde aufbereiten.

Der Teichgarten

Wasser ist ein wichtiges Lebelement, ein Garten ohne Wasser ist nicht denkbar. Im Teichgarten bilden der Wasserlauf, der mit Kolken gegliedert ist, zusammen mit dem Teich Lebensraum für verschiedenen Pflanzen und Tiere. In den feuchten Standorten wachsen Weide, Mädesüß, Schilf, Brunnenkresse, Wolfstrapp, gelbe Sumpf-Iris, Blutroter Weiderich, Kalmus, Sumpf-Knöterich und andere Pflanzen feuchter Standorte. Die Holz-Pavillons an der Teichterrasse können für Veranstaltungen genutzt werden.

Hildegard-Rabatten

Die Pergola begleitet die Produktionshalle und überspielt die Höhenübergänge. In den Rabatten entlang der Pergola sind Pflanzen der Hildegard-Medizin angepflanzt. Die heilige Hildegard von Bingen war Benediktinerin; sie lebte 1098 bis 1179; sie verstarb im Kloster Ruppertsberg bei Bingen, das sie selbst gegründet hat. Als Mystikerin, Äbtissin, Dichterin, Komponistin und Heilkundige war sie eine Universalgelehrte der damaligen Zeit. Die Gebeine der heiligen Hildegard ruhen in der Pfarrkirche zu Eibingen bei Rüdesheim, der ehemaligen Klosterkirche des von Hildegard gegründeten Filial-Klosters Eibingen. Die Abtei St. Hildegard in Eibingen wurde erst am Anfang des 20. Jahrhunderts begründet.

Hildegard beschrieb in ihren visionären Werken *Causa et Curae* und *Physica* viele Pflanzen und benutzte dabei im lateinischen Text deutsche Namen. Dadurch wurden viele deutsche Pflanzennamen erstmals dokumentiert. Hildegard verwendete überwiegend einheimische Pflanzen; in ihren Ernährungsempfehlungen erwähnt sie auch Obst, Gemüse, Wein und Getreidearten wie Emmer und Dinkel. Einige größere Pflanzen, vor allem Doldengewächse, haben hier in den Hildegard-Beeten einen Standort gefunden.



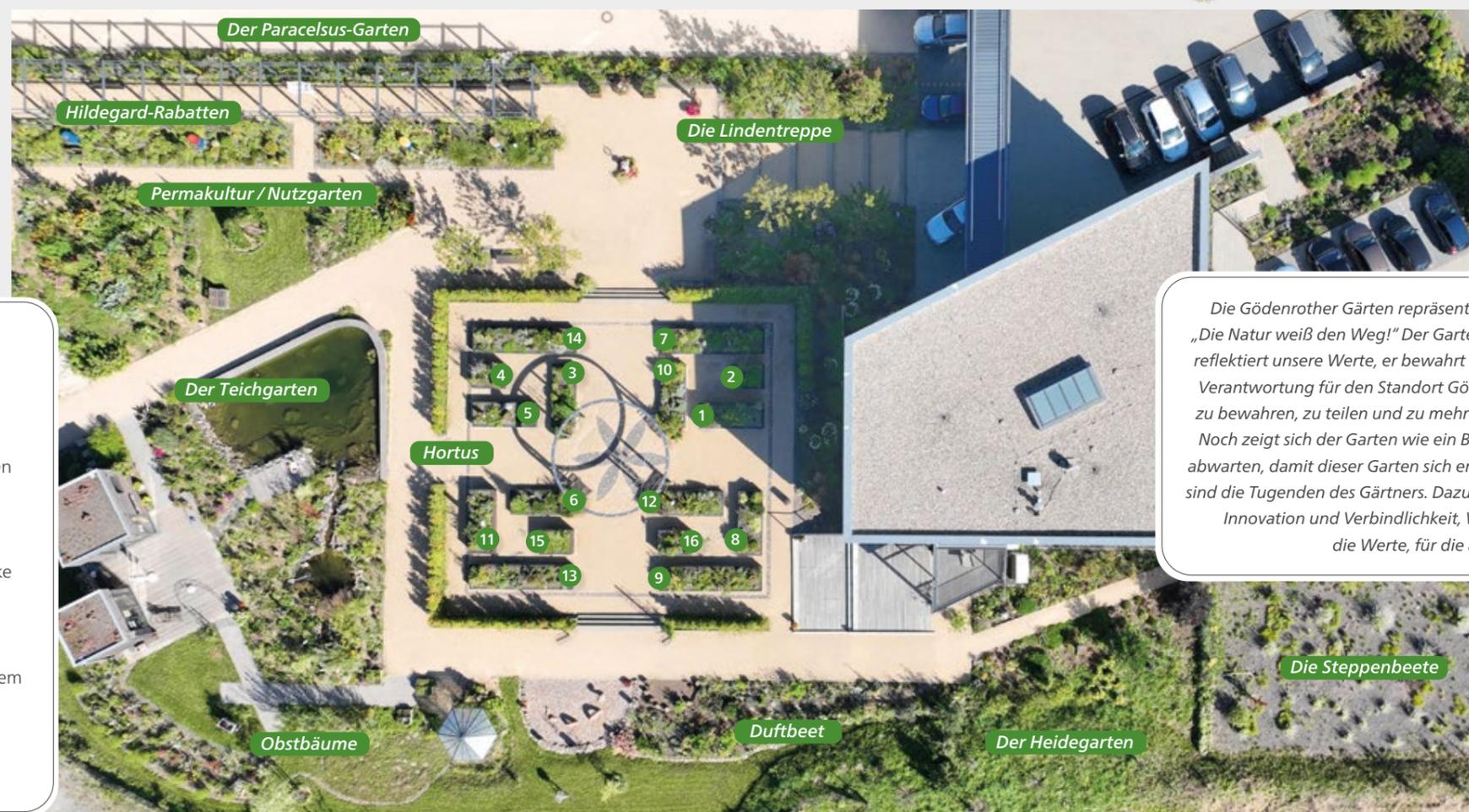
Die Pflanzen der Hildegardmedizin werden nach der antiken Viersäftelehre vorgestellt und charakterisiert.



Tobias Klein und Manfred HeBel werden nach der antiken Viersäftelehre vorgestellt und charakterisiert.

Permakultur / Nutzgarten

Auf der anderen Seite des Weges mit den Hildegard-Rabatten, schließt sich unser Nutzgarten an, den wir in Permakultur bewirtschaften. Die schweren Lehmböden des Hunsrücks sind für Bauern und Gärtner eine große Herausforderung. Bei Nässe schmierig wie Seife, bei Trockenheit hart wie Beton. Dazwischen liegt nur ein kurzes Zeitfenster, in dem eine vernünftige Bodenbearbeitung möglich ist. Bei der Bearbeitung muss man den Bedürfnissen des Bodens folgen. Mit kluger Fruchtfolge, Gründüngung und Kompostwirtschaft können die Bodenlebewesen gefördert, die Bodenstruktur verbessert und die Bearbeitung des Bodens erleichtert werden. Die Hochbeete im Nutzgarten werden mit Kompost versorgt. In den Permakulturbeden wird permanent gepflanzt und geerntet, ständig wird neu anfallendes organisches Material zur Kompostierung hinzugefügt.



Die Gödenrother Gärten repräsentieren das Motto der PerNaturam GmbH „Die Natur weiß den Weg!“ Der Garten ist das Ergebnis jahrelanger Planung, er reflektiert unsere Werte, er bewahrt unser Wissen. Er ist ein Zeichen für unsere Verantwortung für den Standort Gödenroth und soll uns helfen unser Wissen zu bewahren, zu teilen und zu mehren, um es weiter in die Zukunft zu tragen. Noch zeigt sich der Garten wie ein Baum im Jugendstadium, jetzt müssen wir abwarten, damit dieser Garten sich entwickeln kann. Geduld, abwarten können, sind die Tugenden des Gärtners. Dazu bedarf es Verbundenheit, Verantwortung, Innovation und Verbindlichkeit, Werte, die der Garten darstellt, es sind die Werte, für die auch PerNaturam steht.

Der Paracelsus-Garten

Ein Heilpflanzengarten, in dem auch die Signaturen der Kräuter besprochen werden sollen, muss auch dem als Namensgeber dienenden Arzt, Alchemisten und Naturphilosophen Reverenz erweisen.

Theophrastus Bombast von Hohenheim, genannt Paracelsus

Wo andere sich abwandten, hat er sich hingewandt, das galt den Armen und auch den unheilbar Kranken, das galt auch in wissenschaftlichen Fragen der Medizin, der Chemie und der Botanik. Paracelsus schaute überall sehr genau hin. In unserem Garten haben wir ihm das Schattenbeet an der Pergola-Böschung gewidmet. Wie Hildegard erhielt auch Paracelsus eine Ausbildung bei den Benediktinern. Er war Schüler im Kloster Einsiedeln in der Schweiz, wo er 1494 in der Nähe von Egg geboren worden war. Er kannte die Schriften der Hildegard von Bingen. Wie sie bevorzugte auch er Heilpflanzen aus der Region. Im Zusammenhang mit der Signaturrenlehre und der Kommunikation mit den Pflanzen erwähnt Paracelsus Hildegard von Bingen und ihre Visionen. „Warum“, fragte Paracelsus, „träumte der heiligen Hildegard die Heilkraft der Arzneien?“ Und er beantwortete die Frage: „Weil sie in ihren barmherzigen Gedanken mit ihren Kräutern und mit ihren armen Kranken immerfort Umgang pflog.“

Paracelsus riet seinen Schülern in den aufgeschlagenen Büchern der Natur zu lesen, ergänzte aber dazu, dass derjenige, der erst die Buchstaben lernen müsste, sich dabei schwertäte.



Von Paracelsus stammt das Zitat

„Alle Dinge sind Gift,
und nichts ist ohne Gift.
Allein die Dosis macht,
dass ein Ding kein Gift ist.“

Sein Grabstein (rechts) steht in Salzburg und trägt die Inschrift: Beerdigt ist hier Philipp Theophrast seines Zeichens Doktor der Medizin, der jene unheilvollen Leiden Lepra, Gicht, Wassersucht und anderes Unheilbares, für den Körper Ansteckendes mit wunderbarer Kunst wegnahm.



Paracelsus starb 1541 in Salzburg, vermutlich an einer Quecksilbervergiftung. Er wurde 1541 auf dem Salzburger Friedhof der Kirche St Sebastian begraben. Ruhe fand er dort keine, denn zweihundert Jahre später, 1752, wurden die Gebeine exhumiert und im Kreuzgang am Treppenaufgang zur Kirche beigesetzt. Ein großes Grabmal zeugt von der andauernden Wertschätzung des großen Gelehrten; die lateinische Grabinschrift ist ins Deutsche, Englische und Französische übersetzt. In unserem Paracelsus-Garten haben wir Efeu von dem Salzburger Friedhof St. Sebastian angepflanzt und etwas von der Erde, in der er wuchs, ausgebracht.

Manfred Heßel

Im Jahr 2020 begann die erste Vegetationsperiode der Gödenrother Gärten, in diesem Jahr wurden die Gärten feierlich eröffnet. Wegen Corona konnte die Eröffnung nicht wie geplant im Frühling stattfinden, wir feierten deswegen erst im September. Bei allem Stolz auf den jungen Garten, die Vegetation war noch etwas bescheiden und man sah dem Garten die Baustelle immer noch an.

Seitdem hat sich hier vieles weiterentwickelt. Die Bodenfruchtbarkeit ist durch eine stimmige Kompost-Wirtschaft verbessert worden, die Vegetationsdecke ist dichter und besser strukturiert. Der Garten hat auch an Höhe und Vielfalt gewonnen. Im Laufe der Zeit haben viele Skulpturen und Deko-Elemente ihren Platz im Garten gefunden, sie lassen sich bei einem Rundgang entdecken und überraschen durch die besonderen Arrangements und Stimmungen.

Im hinteren Gartenbereich wurde mit dem Erdaushub von Teich, Zisterne und Wegebau eine attraktive Landschaft gestaltet, die dem Naturgarten Struktur und Erlebnischarakter verschafft.

Die Gartenbühne, die inzwischen Schauplatz mehrerer kultureller Veranstaltungen war, bildet den Übergang vom architektonisch gestalteten vorderen Teil zum landschaftlich gestalteten hinteren Bereich. Zusammen mit dem 3,5 t schweren Monolith aus Bundenbacher Schiefer, betont die Bühnentreppe die diagonale Hauptachse durch den Garten, die sich an der Diagonalen des Verwaltungsgebäudes anlehnt.



Fünf Jahre Gödenrother Gärten

Die handbehauenen Buntsandsteine der Bühne und des Treppenaufgangs stammen aus dem Rheinhessischen, sie sind in Gödenroth in zweiter und dritter Verwendung verarbeitet. Auch die verschiedenen Basalt-Pflastersteine, sie kommen aus Hunsrücker Höfen, wurden schon mehrfach verlegt.

Der Naturgarten in dem hinteren Bereich des Gartens, der auch als Ausgleichsfläche des Gewerbegebietes dient, bildet einen Kontrast zum Lehr- und Schaugarten im vorderen Bereich. Im Naturgarten geht es um Naturverständnis, um die vielfältige einheimische Flora, um Wild- und Streuobst und um die Darstellung verschiedener Wiesentypen.



Manches entfaltet sich am besten in freiem Wildwachstum, anderes bedarf der pflegenden und ordnenden Hand der Gärtnerinnen und Gärtner. Aus diesem Dialog entsteht der Garten immer wieder neu.



Durch den Graben und den Naturteich sorgen wir hier dafür, dass Regenwasser im Gelände bleibt und versickert und nicht oberflächlich abläuft. Diese Form des Wassermanagements ist zukunftsweisend. Denn Böden regeln die Verfügbarkeit von Wasser und Nährlösungen für die Pflanzen. Sie dienen als Filter und Reaktionsraum bei der Fixierung und dem Abbau von Schadstoffen und schützen damit die Pflanzen als Grundlage unserer Ernährung, sowie das Grund- und Trinkwasser. Die Aufnahme und zeitlich verzögerte Abgabe der Niederschläge (Retention) verhindert das Abschwemmen von Böden (Boden-erosion) und verbessert die Bildung von Grundwasser.



Pläne für die Zukunft

Am Naturteich wird ein Wasserlauf installiert. Die Gödenrother Gärten wollen sich dem Netzwerk Essbare Wildpflanzenparks (Ewilpa Stiftung) anschließen. Ziel ist es, für Naturliebhaber Flächen auszuweisen, auf denen Wildpflanzen und Kräuter gesammelt werden können zum Genießen wie auch zur therapeutischen Nutzung.

Wenn 2029 die Bundesgartenschau im Oberen Mittelrheintal stattfindet, sollen die Gödenrother Gärten im Begleitprogramm als besuchbare Privatgärten mit aufgeführt werden.

Um den Garten für Besucher attraktiver zu machen, werden gegenwärtig Möglichkeiten einer Bewirtung diskutiert.



Die Kuh Lieselotte wacht über den Gödenrother Kuhdamm, der Verbindungsweg, der an den Obstwiesen am Naturgarten entlangführt.



Der Gödenrother Kuhdamm

Bei der Erschließung des hinteren Gartenteils hatten wir die Aufgabe, eine Drainage zu installieren. Dazu wurde am Nordrand des Grundstücks ein Graben ausgehoben und der Aushub als Wall aufgeschüttet. Geplant war eine leicht bewegte Führung, herausgekommen ist ein schnurgerader „Nordwall“.

Der Graben wurde zur Drainage mit Schotter gefüllt, mit Flies bedeckt und anschließend mit einer Feinschicht abgedeckt. Diese Drainage war eine der ersten Arbeiten, die im Garten durchgeführt wurden. Damit war der aufgeschüttete Wall auch der erste Gartenbereich, der bepflanzt werden konnte.



Diese Bepflanzung startete bereits im Dezember 2017. An einem Wintertag wurden 5.000 Blumenzwiebeln gesteckt und 100 Wildrosenbüsche gepflanzt. Im folgenden Jahr kamen noch weitere Stauden- und Zwerggehölze hinzu. Somit gehört die Wallbepflanzung zum ältesten Teil des Gartens, was man an dem dichten und üppigen Bewuchs leicht nachvollziehen kann. Mit der weiteren Entwicklung des Landschaftsgartens wurde die gerade Linienführung etwas unterbrochen und mit Hilfe von mehreren Pergolen neue Gartenräume geschaffen. Der ursprüngliche Arbeitstitel „Gödenrother Boulevard“ erschien dann doch etwas hochgestochen. Wir haben dann überlegt, wie die Prachtstraßen der deutschen Großstädte so heißen: Königsstraße, Unter den Linden, Schlossallee, Kurfürstendamm... Das Gartenteam hat sich überlegt, passend zu unserer Firmenanschrift „An der Trift“ (Triften sind Wege, auf denen das Vieh zur Weide getrieben wurde oder auch zu den Viehmärkten in die Städte), diesen Weg „Kuhdamm“ zu taufen. Viele Gödenrother nutzen diesen Weg bereits, als Weg zur Arbeit, zum Sportplatz oder als Spazierweg. Von der Straße „Hinter der Kirch“ passiert man einen Holzbogen, der von zwei Birnbäumen flankiert wird: das „Gödenrother Tor“. Anlässlich unseres Festes „5 Jahre Gödenrother Gärten“ am 1. Mai 2024 haben wir den „Kuhdamm“ feierlich eröffnet. Willkommen in den Gödenrother Gärten!



Mit der Platzierung von Skulpturen und der Errichtung von Pergolen und Portalen hat unser Gartenteam den „Kuhdamm“ als einen besonderen Erlebnisraum gestaltet.

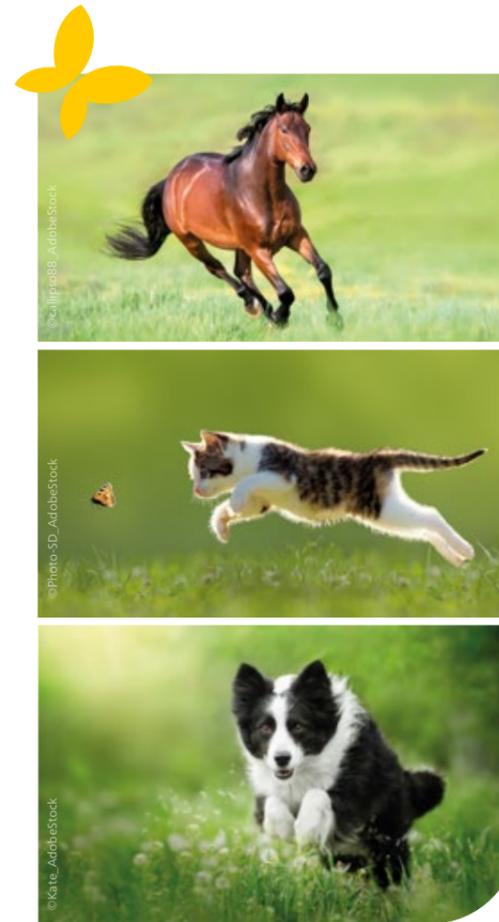
Firmenphilosophie: „Die Natur weiß den Weg“

PerNaturam heißt *durch die Natur* und zusammen mit unserem Leitspruch „Die Natur weiß den Weg“ ist die Philosophie von PerNaturam bereits umrissen.

Im Mittelpunkt unserer Arbeit steht der Mensch mit seinem Tier. Wir pflegen eine enge Beziehung zu unseren Kundinnen und Kunden mit ihren Tieren. Durch die intensive Beratung ermöglichen wir den Tieren ein vitales Leben mit hoher Lebensqualität und langer Lebenserwartung. Seit 1986 teilen wir unser Fachwissen mit unseren Tierhaltern und beraten sie in Ernährungsfragen. Unsere besondere Kompetenz liegt dabei im Einsatz von Kräutern und Pflanzenwirkstoffen. Dieses Fachwissen beruht auf traditionellem gesammeltem Wissen, auf der ständigen Auseinandersetzung mit unseren Kunden, mit ihren Tieren und deren Problemen, steht aber auch im ständigen Dialog mit aktuellen wissenschaftlichen Ergebnissen. PerNaturam blickt heute auf die Erfahrung aus nahezu vier Jahrzehnten Arbeit mit Tieren zurück.

In der Rezeptentwicklung untersuchen wir die Lebensräume der wildlebenden Verwandten und der Vorfahren unserer Haustiere. Wir vergleichen deren Nahrungsangebote mit den Zusammensetzungen gängiger Futter, gleichen Defizite aus und achten in der Ernährung auf die jahreszeitlichen Rhythmen. Biologische und ökologische Studien haben uns ganzheitliche Betrachtung gelehrt. Im Austausch mit Haltern und Therapeuten untersuchen wir immer wieder die Haltungs- und Umwelteinflüsse auf unsere Tiere.

Das große Vertrauen, das PerNaturam-Kunden in unsere Beratung setzen, ist uns Ansporn und Aufgabe, in Fragen der Tierernährung und Haltung immer weiter kompetente Antworten zu finden, Lösungen anzubieten und unser erworbenes Wissen zu teilen und weiterzugeben.



Unsere Leitlinien

- ✦ Bei unserer Arbeit stellen wir das Team Mensch und Tier mit dessen individuellen Bedürfnissen in den Mittelpunkt.
- ✦ Der Schutz der Natur und der Umwelt ist unser Anliegen und Maßstab bei unseren Entscheidungen.
- ✦ Unsere sorgfältig erarbeiteten Rezepturen unterstützen Gesundheit, Vitalität und Wohlbefinden der Tiere. Die daraus resultierende Lebensfreude für die Tiere und deren Halter ist uns Anerkennung und Bestätigung.
- ✦ Auch mit unseren Lieferanten arbeiten wir partnerschaftlich und vertrauensvoll zusammen, mit einigen schon seit Jahrzehnten.
- ✦ Bei der Auswahl unserer Rohstoffe und Produkte achten wir auf beste Qualität und ökologischen Ursprung.
- ✦ Wir beraten unsere Kunden einfühlsam, hören zu und helfen auch mit Tipps, ohne zu verkaufen. Wir wollen Wege aufzeigen und lassen sie mit ihren Problemen nicht allein.



- ✦ Wir beraten mit qualifiziertem und fundiertem Wissen und wir bilden uns ständig weiter. Wir wollen altes Wissen bewahren und aktuelle alternative Forschungen unterstützen.
- ✦ Eine gute Kommunikation ist uns wichtig, wir hören einander zu und sprechen miteinander eine klare und verständliche Sprache.
- ✦ Wir pflegen einen respektvollen Umgang, mit Offenheit, Toleranz und Vertrauen, im Team, mit Kunden, mit Lieferanten.
- ✦ Nur in der Gemeinschaft der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter können wir unsere Firmenphilosophie umsetzen und PerNaturam ständig neu entdecken und weiterentwickeln.

Die Madonnenlilie

Lilium candidum, Familie der Liliengewächse

Die großen trompetenförmigen Blüten mit den gelben Staubbeuteln beeindrucken die Menschen seit jeher. In der Antike symbolisierte die Lilie verschiedene Göttinnen, besonders Aphrodite und Venus, im Mittelalter wurde sie Maria als Symbol ihrer immerwährenden Jungfräulichkeit zugeordnet. Auf Darstellungen von Mariä Verkündigung trägt der Erzengel Gabriel den Lilienstängel in der Hand.

Die Heimat der Madonnenlilie liegt vermutlich in der östlichen Türkei und in Afghanistan. Die Phönizier verbreiteten sie im Mittelmeerraum, die Römer brachten sie nach Mitteleuropa und nach England. Als Heil- und Zierpflanze wird sie seitdem in Gärten angepflanzt. Der verwandte Türkenbund *Lilium martagon* war in ganz Eurasien heimisch, heute ist er selten und streng geschützt. Der typische Blattquirl der Lilienstängel und die Blattschuppen der Knolle (Schuppenzwiebel) sind ein Hinweis auf die zentrierenden Kräfte, die sich in der Energie der Blume des Lebens als Mandala wiederfindet. Die Madonnenlilie erblüht von Juni bis Juli, an alten Exemplaren können sich an den hohen Stängeln 10 bis 20 Blüten bilden.

Gesundheit und Schönheit

Hildegard von Bingen empfahl Lilienwasser und -salben gegen Hautausschläge, unreine Haut und für ein schönes Gesicht. Sie schrieb dieser reinen Blume auch gemütshebende Wirkungen zu. Noch heute werden Lilienöl und Lilienextrakte in hoch-

wertiger Naturkosmetik verarbeitet. Lilienzwiebeln und Lilienblüten sind essbar, und sie wurden in der Heilkunde bei Melancholie genutzt. Sie enthalten ätherische Öle, Flavonoide, Schleimstoffe, Saponine. Antike Ärzte empfahlen die Madonnenlilie bei Frauenleiden. Ägyptische Ärzte verwendeten die schleimhaltige, zerriebene Zwiebel für Umschläge bei Tumoren, Entzündungen und Verbrennungen. Lilienöl linderte Brandwunden und Ohrenschmerzen.

Die Lilie überwindet Gegensätze. Die gestauchte Lilienzwiebel in der Erde und die Auflösung in Stängel und Blüten Richtung Sonne offenbaren die Kräfte der Lilie. Sie löst Verspannungen und Stauungen im physischen und im emotionalen Bereich. Die Betonung der Oberfläche durch die Schuppenzwiebel, Blatt und Blüte verweist auf Haut und Schleimhäute, dort kann die Lilie Harmonie, Reinheit und Schönheit erhalten und regenerieren.

Neben der Rose ist die Lilie die zweite Königin der Blumen. Seit tausenden Jahren begleiten beide die Menschen als Zierpflanzen, schmückten Tempel und Altäre und erfreuten die Menschen bei besonderen Festen mit ihrer Schönheit.

Das Lilienbeet war in den Heilpflanzengärten eine Referenz an Maria, die himmlische Helferin und Heilerin. Der Benediktiner Walahfrid Strabo beschrieb sie sehr poetisch in seinem botanischen Werk *De cultura hortorum*, das wir als den *Hortulus* kennen, siehe Seite 24.



Wappenblume aus den Sümpfen der Schlachtfelder



Römische Adelige integrierten die Lilie, das Symbol für Reinheit, Hoffnung und Unversehrtheit, in ihre Wappen. Die Königsfamilie der Bourbonen griff diese Idee um das Jahr 1200 auf. Seit dieser Zeit ist die stilisierte Fleur des Lys das Symbol dieser Königsfamilie. Wer nun genau hinschaut, der erkennt, dass es keine Lilie, sondern eine Iris ist und zwar die gelbe Iris oder Sumpfschwertlilie, *Iris pseudacorus*.

Die Sumpfschwertlilie konnte helfen, eine Schlacht zu gewinnen, denn die gelbe Iris zeigt seichte Stellen in Flüssen an. Das gibt in Schlachten entscheidende Hinweise, wo man einen Fluss überqueren konnte, um einen Überraschungsangriff zu starten oder einem gegnerischen Angriff auszuweichen. Lys steht für *fleur de lys*, für die Lilie. Lys ist aber auch ein französisch-belgischer Fluss, der bei Gent in die Schelde mündet und an dessen Ufern immer wieder Schlachten geschlagen wurden, auch noch in den beiden Weltkriegen.

Heraldische Legenden sollten auch den Herrschaftsanspruch der Monarchen göttlich legitimieren. Die französische Lilie ist im Siegel seit Robert des Frommen 996 bis 1036 belegt. Philipp II. trug im Jahr 1187 einen blauen Krönungsmantel mit goldgestickten „Lilien“. Aber bereits um 500 soll der Merowinger König Chlodwig der Legende nach die Lilie (Iris) von einem Engel überreicht bekommen haben. Chlodwig konvertierte um 500 zum Christentum und wurde in Reims getauft.

Das mittlere Blütenblatt der französischen Lilie steht für das Christentum, die seitlichen Blätter werden als Militär und Klerus interpretiert, sie waren die drei staatstragenden Kräfte der französischen Monarchie. Die Kombination der drei Wappen-Lilien steht für die Dreifaltigkeit Gottes.



Die Deutsche Schwertlilie

Die Blaue oder Deutsche Schwertlilie, *Iris germanica*, kam erst im späten Mittelalter zu uns. Der Artnamen *germanica* irritiert, denn zumindest die Vorfahren dieser Pflanze stammen aus dem Mittelmeerraum. *Iris germanica* ist vermutlich ein Bastard. Die Deutsche Schwertlilie ist in Mitteleuropa steril und lässt sich nur durch Teilung der Wurzelstöcke vermehren, in Südeuropa bildet sie aber fruchtbare Samen aus. Der Name Iris steht für den Regenbogen. Die griechische Götterbotin Iris führte die Seelen der Verstorbenen über einen Regenbogen in das Reich des ewigen Friedens. Sie bekam ihre Aufträge hauptsächlich von der Göttin Hera, während Hermes, als Sohn von Zeus, dessen Botschaften überbrachte.

Die Iris in der Heilkunde

Hier wird vor allem der getrocknete, geschälte Wurzelstock (*Iris germanica*) verwendet, besonders als Zahnungshilfe für Kleinkinder. Iriswurzeln werden als Veilchenwurzel gehandelt, weil der Geruch nach Veilchen durch die Trocknung sehr intensiv wird. Die Heilkunde verwendet ausschließlich die Wurzeln der Deutschen Schwertlilie, *Iris germanica*, die Parfümindustrie nutzt auch andere Irisarten.

Manfred HeBel

Schwarzer Holunder

Sambucus nigra, Familie der Moschuskrautgewächse

Als Strauch oder Baum wird der Holunder 7 bis 10 m hoch. Holunder wächst meist als Strauch, selten in Baumform. Die junge Rinde ist glatt, später reißt sie borkig auf. Wer mit der Bestimmung des schwarzen Holunders unsicher ist, bricht einen Zweig ab. Der schwarze Holunder enthält ein luftiges, weißes Mark. Ein Holunderstamm kann bis zu 100 Jahre alt werden. Da der Holunder aus seinem knorrigen Wurzelstock immer wieder austreibt, kann ein Baum sich immer wieder verjüngen, regenerieren und ein deutlich höheres Alter erreichen. Bereits in der Antike wurde Holundersaft benutzt, um grauen Haaren vorzubeugen. Hundezüchter nutzen den hohen Eisengehalt des Holundersaftes, um die Melaninfärbung, also die dunkle Pigmentierung von Haut und Haaren, zu unterstützen und um Stichelhaare zu reduzieren.



*Vom Holunder sagt man,
dass jeder Teil
Menschen und Tieren
auf irgendeine Weise
zum Segen gereicht:*

*„Rinde, Beere,
Blatt und Blüte,
jeder Teil ist Kraft
und Güte.
Jeder Teil ist
segensvoll.“*

Blüten und Beeren in der Therapie

Die Beeren stärken das Immunsystem und können als Saft, Sirup, Mus und Gelee genutzt werden oder auch als getrocknete Beeren. Sie enthalten Flavonoide, Anthocyanoglykoside, Bitterstoffe und Vitamine (A, B1, B2, C). Die Blüten nutzt man als schweißtreibendes, fiebersenkendes und beruhigendes Mittel. Sie beinhalten Flavonoide, Hydroxymethylsäurederivate, ätherisches Öl und Gerbstoffe. Holundertee ist ein starkes Mittel, um fest-sitzenden Schleim in den Bronchien zu lösen und das Abhusten zu erleichtern. Dazu sollte der Tee möglichst warm verabreicht werden, ideal ist das Inhalieren, dabei werden auch die Nebenhöhlen befreit.

Ein Schutzbaum für Haus und Hof

Viele Volksbräuche zeigen den uralten Glauben an die Schutzkraft des Holunders und die Verbundenheit mit den Menschen. Man wusste in ganz Europa, dass der Holunder die guten Hausgeister beherbergt und der Baum Haus und Hof hütet. Davon zeugen prächtige Holunderexemplare an alten Bauernhäusern. Der Holler im Hausgarten galt als Lebensbaum und als Schutzbaum. Er ist ein Abwehrmittel gegen Zauber und schwarze Magie, er schützte vor Feuer und Blitzschlag. Daher brachte es großes Unglück, wenn man einen Holunder verstümmelte oder gar aushackte.

Frau Holle und der Holunder

Der Holunder ist der Baum der großen Göttin Holla oder Hulda. Wir kennen sie als Frau Holle aus dem Märchen der Gebrüder Grimm. Dort erscheint sie als Urbild der weisen und gutmütigen Mutter mit ihren nährenden und heilenden Aspekten. Das Märchen von der Frau Holle ist eine kosmische Erzählung, die den Jahreskreis darstellt und die Entwicklung des Mädchens Marie mit seiner dunklen und seiner hellen Seite zeigt. Neben den Aspekten des Sonnenjahrs repräsentieren die beiden Mädchen Marie starke Bezüge zum Mond, der einmal licht, freundlich und in der zunehmenden Phase als fleißig charakterisiert wird. Später ist er unwillig, abnehmend und faul, bis er als Neumond gar nichts mehr tut. Zunehmender und abnehmender Mond verhalten sich so, wie Goldmarie und Pechmarie, genauso, wie es ihrem Wesen entspricht.

Ein Baum der Verbundenheit

So wie der Holunder seine strahlenden Blüten in schwarze Beeren wandelt, so ist der ganze Baum ein Baum der Verwandlung und des Übergangs, ein Mittler zwischen den Welten. Er überschüttet uns zur Blütezeit mit weißen Sternchen und er biegt uns im Spätsommer seine reifen Früchte hingebungsvoll entgegen. Wir kennen zwar keine Holunderalleen, aber es gibt wundervolle Hohlwege, die von Holunder überwachsen sind und in die man eintauchen kann – in die Kraft und den Geist des Holunders. Der Holunder reckt seine Zweige hin zum Kosmos und hat doch eine enge Verbindung zu den

Erdkräften. Darum ist der Holunder ein Baum der Verbundenheit. Er ist der Baum, in dem sich die Hüter des Hauses und Hofes niederlassen und sowohl die Lebensgemeinschaft Mensch-Tier und das Individuum beschützen.

Menschen und Tieren, die häufig an Erkältungskrankheiten leiden, kommt der Holunder in direkter Weise entgegen. Seine Energien helfen, die Wärmeenergien zu regulieren, er wirkt besänftigend und kühlend, auch auf aufbrausende Gemüter. Der Holunder nährt das ganze Wesen, er wurzelt im Herzen, er hilft uns, zu uns selbst zu finden, er schöpft aus der nie versiegenden Lebensquelle.

Manfred Hebel

*Holunderblüten locken
zahlreiche Insekten an.
Aus Blüten und Früchten
lassen sich zahlreiche
Köstlichkeiten zubereiten.*



Traditionell findet man den Holunder an alten Klöstern oder Burgen.



Aus Holunder kann wunderbare Marmelade oder Saft hergestellt werden.



 In Gärten wird die große Natur abgebildet. Hier erleben Kinder die natürlichen Rhythmen, das Erwachen des schlafenden Lebens im Frühling, die Zeit des Wachsens, Reifens, der Ernte und das Vergehen in die Ruhezeit des Winters. In Gärten dürfen Kinder eingreifen und gestalten und dabei erleben, wie die Natur antwortet. So kann sich eine lebenslange Beziehung zwischen Mensch und Natur bilden, die ihm Erholung und Freude bringt und ihm hilft, inmitten der Natur zu sich selbst zu finden.

Gärten für Kinder

Leben lernen im Garten

Sie graben und harken und pflanzen mit großer Begeisterung, sie begießen die Pflanzen, lockern den Boden und jäten Unkraut. Und wenn es dann ans Ernten geht, ist die Freude riesig. Das konnten wir schon in den letzten beiden Jahren in unserem PerNaturam-Garten erleben. Ganz besonders die Kartoffelernte hatte es ihnen angetan. Da konnten sie mit Stolz zuhause zeigen, was sie geleistet hatten. Und die reifen Tomaten landeten häufig direkt im Mund.

Ein Erwachsener muss sie zum Gärtnern hinführen, indem er sie an seinen Erfahrungen teilhaben lässt. Für ihn muss Gärtnern ein unentbehrlicher und beglückender Teil seines Lebens sein. Die Freude an Pflanzen, Tieren und an der notwendigen Arbeit springt über auf die Kinder. Gärtnern müssen die Kinder als einen Weg zu ihrem persönlichen Glück erleben.

 Kinder muss man aktiv im Garten erleben, will man verstehen, was Gärtnern für Kinder bedeutet.



Im Garten erleben die Kinder auch den ständigen Dialog zwischen Natur und Kultur. Es ist genau das, was uns Menschen ausmacht: Wir sind sowohl Naturwesen als auch Kulturwesen und „artgerecht“ für uns Menschen bedeutet, diese beiden Wesenheiten zu einem Ganzen zusammenzuführen. Im Ökosystem Garten erleben Kinder unmittelbar, wie lebendige Systeme funktionieren, was Vernetzung bedeutet und wie abhängig das Naturwesen Mensch von seiner Umwelt und Mitwelt ist. Sie lernen, Verantwortung zu übernehmen und aus Rückschlägen, auch selbstverschuldeten, die richtigen Folgerungen zu ziehen. Das macht demütig gegenüber den Wundern der Natur.

diese Fähigkeiten für ein erfülltes Leben. Feingefühl und die dafür nötigen motorischen Fähigkeiten kann man nirgends besser lernen als im Umgang mit Lebewesen.

Im Garten werden Lebensmittel produziert, aber auch Blumen, an denen wir Menschen uns erfreuen. Die Ernte ist dann die Belohnung für viel Fleiß und Arbeit. Die erlernte Sicherheit macht stolz und stärkt damit das Selbstbewusstsein, das die Kinder so nötig für ihr Leben brauchen. Der Garten führt die Kinder durch diesen Lernprozess.

Im Garten lernen die Kinder Geduld; sie müssen weitsichtig planen, eine Fähigkeit, die sie in ihrem Leben vielfältig verwenden können. Weitsichtiges Planen erfordert das Erkennen von Zeit und das Einschätzen von Zeiträumen, von Dynamik und Veränderung, von Kreislauf und Rhythmus. Der Garten schult alle

Der Garten ist Realität. In ihrem Alltag erleben die Kinder fast nur noch virtuelle Welten. Computerspiele gaukeln Welten vor, die es nicht gibt, formen aber nachhaltig die sich entwickelnde Persönlichkeit, ihren Charakter, ihre Gedanken und oft auch ihr Handeln. Damit werden viele Zugänge zu den realen Geschehnissen verbaut. Auch die vielen Tierfilme und Filme

über Pflanzen sind virtuell. Sicher, sie zeigen die Vielfalt und die Wunder der Natur. Aber das persönliche Erleben ersetzen sie nicht. Das aber findet im Garten statt und eher in einem belebten Komposthaufen als in einem Film über die afrikanische Steppe. Man muss den Kindern nur nahe bringen, welche Aufgaben Asseln, Spinnen, Insekten und Regenwürmer oder auch Pilze und Bakterien im Kreislauf des Lebens verrichten. Das ist nicht weniger spannend als ein Film über Lebewesen in fernen Ländern.

Vor allem Stadtkindern, aber auch solchen vom Lande ist die lebendige Natur zunehmend fremd geworden. Diese Entfremdung begann bereits zu Beginn der 70er Jahre des letzten Jahrhunderts. Der gut gemeinte und auch notwendige Schutz der Natur und damit vieler Pflanzen und Tiere führte zu dieser Entfremdung. Viele Wildpflanzen wurden geschützt und damit war es nun verboten, sie auszugraben und in den heimischen Garten zu pflanzen. Allerdings

wussten die meisten gar nicht, um welche Pflanzen es sich handelte; das blieb den wenigen Fachleuten überlassen. Das Verbot aber war allgegenwärtig.

So ließ man dann lieber gleich die Finger von allen Pflanzen, um nicht bestraft zu werden; und genau das hat dazu geführt, dass die Natur als fremd gesehen und gemieden wird, besonders von den Stadtkindern. Begleitet wurde es davon, dass ein Fachheimatkunde verschwand und Lehrer in ihrer Ausbildung keine Pflanzen- und auch Tierkenntnisse als Grundwissen mehr vermittelt bekamen. Keine Kaulquappe durfte mehr von da an aus einem Teich entwendet



und zu Hause in einem Terrarium großgezogen werden, kein Schmetterling und kein Käfer durfte gefangen werden. Dann kam es auch noch zu einer Reduzierung des Biologieunterrichtes und somit der Kenntnisse von Arten.

Mit diesem Verlust ging dann die Achtung vor der Natur und ihren Wundern bei vielen Kindern verloren. Die Kinder von damals sind nun die Eltern oder schon die Großeltern von heute. Was können die noch von der Natur vermitteln?

Die Natur wurde zu einer fremden Welt, zu der wir Menschen eigentlich nicht gehören. Menschen sind nicht Natur; so empfinden es die meisten Menschen und auch viele Kinder. Sie sehen sich außerhalb ihrer und lernen, dass wir Menschen die Beherrscher der Natur sind, die wir beliebig manipulieren können. Dieses mechanistische Weltbild prägt unsere Zeit bis in jeden Winkel unseres Lebens hinein und nicht zuletzt in die Ernährung und die Medizin. Nun ist es aber so: Was man nicht kennt, wird man nicht achten; was man nicht achtet, wird man nicht lieben. Was man nicht liebt, wird man nicht schützen. Und so wird dann der Naturschutz zur Farce und erreicht wird das Gegenteil.

Die Wunder der Natur erleben die meisten Kinder nicht mehr hautnah, sondern allenfalls im Fernsehen und damit ebenfalls virtuell. Über die Heimat und über die Natur der Heimat wird kaum mehr etwas vermittelt. Kein Schmecken mehr, kein lebendiges Erkennen von Formen und Farben, kein Anfassen, kein Beriechen, kein Einordnen von Standorten und Abhängigkeiten der Lebewesen untereinander.

Anstatt Liebe zur Natur empfinden viele nur Angst, zumal ihnen aus der Unkenntnis ihrer Lehrer und Eltern heraus und nicht zuletzt durch Infos aus dem Internet vermittelt wird, dass die Natur vor allem giftig und deshalb gefährlich ist; sie ist nicht mehr Mutter, sondern Furie, die man nur mit Abstand anschauen darf. Das kann man ändern; das müssen wir ändern. Dafür stehen Gärten und Menschen, die diese Kenntnisse vermitteln können, und die Liebe zu Pflanzen und Tieren, die Freude am Wachsen, Blühen und Ernten. Nur so können sich Kinder zu reifen Persönlichkeiten entwickeln.

*Klaus-Rainer Töllner,
Birgitta Goldschmidt*



Hildegard von Bingen



Universalgelehrte des Mittelalters

Am 17. September ist der Gedenktag der heiligen Hildegard von Bingen. 1179, also vor 845 Jahren, starb sie an diesem Tag in dem von ihr gegründeten Kloster auf dem Rupertsberg bei Bingen.

Hildegard von Bingen ist bis heute eine einzigartige Erscheinung in der deutschen Geschichte. Ihr von Gott gegebenes visionäres Charisma lässt sie uns heute als Ausnahme-Persönlichkeit erscheinen. Das Außergewöhnliche an dieser mutigen, starken und visionären Frau des 11. Jahrhunderts waren ihre ungewöhnlich vielseitigen Interessen und Kenntnisse auf verschiedenen Gebieten der Wissenschaft. Sie war Äbtissin, Theologin, Dichterin und Komponistin, Naturwissenschaftlerin, Ärztin und – die wohl größte Mystikerin Deutschlands.

Bereits im 3. Lebensjahr – als kränkliches Kind – hatte sie göttliche Visionen. Laut Überlieferungen sah sie eines Tages ein überaus helles (göttliches) Licht. Fortan begleiteten sie Schauungen bis ans Ende ihres Lebens, in denen sie Gottes unmittelbare Gegenwart erfuhr.

In zahlreichen eindrucksvollen Werken, die beispiellos sind in der europäischen Geschichte des Mittelalters, in Schriften und Briefen schrieb sie ihre Vorstellungen und Überzeugungen nieder. Ihre großartigen Werke entstanden nach Schauungen, in denen sie den Weisungen Gottes folgte, ihre in diesen Visionen erlangten Erkenntnisse der Öffentlichkeit zugänglich zu machen.

Hildegard von Bingen wurde im Jahr 1098 als 10. Kind in Bermersheim geboren. Im Alter von 8 Jahren wurde sie von ihren Eltern zusammen mit der 8 Jahre älteren Verwandten und Klausnerin Jutta von Sponheim in das Kloster auf dem Disibodenberg gebracht. Jutta übernahm fortan die Erziehung der kleinen Hildegard und sorgte für einen geeigneten Lehrmeister.

Nach Jutta von Sponheims Tod im Jahr 1136 übernahm Hildegard die Leitung der Frauenkloster. Um 1150 gründete sie ein eigenes Kloster auf dem Rupertsberg bei Bingen. Diesen Konvent und das später erworbene Kloster Eibingen führte sie bis an ihr Lebensende im Jahr 1179.

Hildegard von Bingen war eine mutige und richtungsweisende Frau, bei der sich Menschen aller Stände (auch Kaiser Barbarossa) Rat einholten. Sie scheute keine Auseinandersetzungen mit den mächtigsten Männern der Kirche und nahm damit auch politisch Einfluss.

In ihrem umfassenden Werk *Causae et Curae* über das Wesen von Gesundheit und Krankheiten, sowie deren Behandlungsmöglichkeiten, zeigt Hildegard von Bingen ein tiefes Verständnis in die psychosomatischen Beziehungen zwischen Geist und Körper. In ihrer naturkundlichen Schrift *Physica* behandelt Hildegard von Bingen die Eigenarten der Dinge und schreibt über: Kräuter, Elemente, Bäume, Steine, Fische, Vögel, Landtiere, Kriechtiere und Metalle. Den wichtigsten und größten Teil nehmen hierbei die Kräuter ein, über 280 Pflanzen werden von ihr beschrieben. Hildegard geht es dabei vor allem um den Nutzen des Naturwissens für die Heilkunde, insbesondere um die Vorbeugung von Krankheiten im Sinne von gesunder Ernährung.

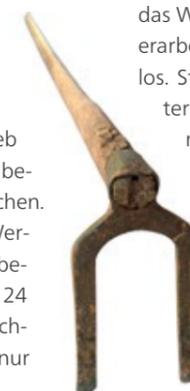
Ihr tiefes Wissen um den Einklang der Schöpfung, der gegenseitigen Abhängigkeit von Belebtem und Unbelebtem im Sinne eines echten ganzheitlichen Verständnisses des Kosmos, all dies ist gerade in unserer heutigen Zeit ein wichtiger Beitrag für eine holistische Wahrnehmung von Leben, Natur, Umwelt und Seelenheil und erklärt die Faszination dieser Heiligen bis in die Gegenwart.

Dr. Frauke Garbers



Der Hortulus Ein Lehr- und Schaugarten des Walahfrid Strabo

Walahfrid – genannt Strabo – war Abt des Reichenauer Klosters. Er lebte von 809 bis 849. Der Benediktinermönch war Botaniker, Dichter und Diplomat; von 838 bis 849 war er der Abt des Reichenauer Klosters. Um 840 schrieb er das Buch *Über die Kultivierung der Gärten*, bekannter unter dem Namen *Hortulus*, das Gärtchen. Es ist eines der bedeutendsten botanischen Werke des Mittelalters, da es einen realen Garten beschreibt. In Versform sind dort, in 23 Strophen, 24 Heilpflanzen sowie deren Anwendungsmöglichkeiten aufgeführt. Er vermerkt, dass er nicht nur



das Wissen der Alten gelesen, sondern alles auch selbst erprobt und erarbeitet habe. Das macht ihn authentisch, liebenswert und zeitlos. Strabos Kräutergarten ist der Urtypus eines klösterlichen Kräutergartens. Der dem Original nachempfundene Kräutergarten nördlich des Reichenauer Münsters ist für alle interessierten Besucher geöffnet.

Der Garten wird also fleißig gehackt, Unkrautwurzeln entfernt, der Boden wird mit reifem Kompost gedüngt und das Beet, das sich nun etwas über dem Wegeniveau erhebt, wird mit einem Holzrahmen oder Geflecht umgeben.

Manfred HeBel



Die Klosterinsel Reichenau, 2000 von der UNESCO zum Weltkulturerbe ernannt, ist die Heimat von Strabos Kräutergarten, der ursprünglich im 9. Jahrhundert angelegt wurde.



Holzgefasste Beete im Reichenauer Hortus. Im Vordergrund das Beet mit Poleiminze, links daneben die Weiße Lilie, leider verblüht.

Walahfried Strabo von der Reichenau: *Liber de Cultura*



VOM GARTENBAU

Frühling, du Anfang des kreisenden Jahrs und Schmuck seines Laufes!
Wenn dann reinere Lüfte die heiteren Tage eröffnen,
Kräuter und Blumen, vom Zephyr geweckt, ihre schüchternen Triebe
Aus den Wurzeln senden zum Licht, die im finsternen Schoße
Lang sich verbargen, scheuend und hassend die eisigen Fröste,
Wenn die Wälder mit Laub und die Berge mit üppigen Kräutern,
Lachende Wiesen schon grünen mit Gras, eine Weide der Augen,
Dann haben Nesseln den Raum überwuchert, der vor meiner Türe
östlich zur Sonne sich wendet als Garten auf offenem Vorplatz,
Und auf den Flächen des Feldchens ist übles Unkraut gewachsen,
Pfeilen vergleichbar, verderblich bestrichen mit ätzendem Gifte.
Wie dem zu wehren? So dicht war durch unten verkettete Wurzeln
Alles verwachsen, gleichwie im Stalle der Wärter ein grünes
Flechtwerk verfertigt, kunstvoll gewirkt aus biegsamen Ruten,
Wenn die Hufe des Pferds in gestaueter Feuchtigkeit leiden,
Weich und morsch wird der Hornschuh,
den schwammigen Pilzen vergleichbar.
Ungesäumt greife ich an mit dem Karst, dem Zahn des Saturnus,
Ruhende Schollen, breche das leblos starrende Erdreich
Auf und zerreiße die Schlingen der regellos wuchernden Nesseln,
Und ich vernichte die Gänge, bewohnt von dem lichtscheuen Maulwurf,
Regenwürmer dabei ans Licht des Tages befördernd.
Dann im Südhauch, bestrahlt von der Sonne, erwärmt sich das Gärtchen,
Und ich umzäume mit Holz es im Viereck, damit es beharre,
Über dem ebenen Boden ein wenig höher gehoben.
Allerwärts wird dann die Erde mit krummer Hacke zerkleinert,
Gärstoff des fetten Düngers darauf gestreut in den Boden.
Manche Kräuter sucht man aus Samen zu ziehen, durch alte
Stecklinge andre zu frischem Keimen und Wachse zu bringen.

Beständiger Fleiß des Gärtners und Frucht seiner Arbeit.



Der Reichenauer Mönch Walahfried Strabo hat mit seinem Lehrgedicht *Liber de Cultura Hortorum* oder auch einfach *Hortulus* im Jahre 827 ein frühes botanisches Werk geschaffen. So beklagt er sich in dem Kapitel *Schwierigkeiten des Gartenbaus* über die Brennnesseln, die im Frühjahr seinen Garten überwuchern und einen dichten Wurzelfilz gebildet haben.



Salbei – *Salvia officinalis*

Leuchtend blühet Salbei ganz vorn am Eingang des Gartens,
Süß von Geruch, voll wirkender Kräfte und heilsam zu trinken.
Manche Gebresten der Menschen zu heilen, erwies sie sich nützlich,
Ewig in grünender Jugend zu stehen hat sie sich verdient.
Aber sie trägt verderblichen Zwist in sich selbst: denn der Blumen
Nachwuchs, hemmt man ihn nicht, vernichtet grausam den
Stammestrieb. Lässt gierigem Neid die alten Zweige ersterben.

Schwertlinie – *Iris germanica*

Da will ich nicht übergehen, Gladiole, deren Benennung
Nach dem Namen des Schwerts freischaffende Sprache gebildet.
Du bescherst mir den Schmuck deiner purpurfarbenen Blüte
Früh im Sommer an Stelle des dunkellieblichen Veilchens.
Oder du gleichst Hyacinth, der am Altar Apollos als Blume
Widererstand, aus dem Tod des zarten Jünglings geboren
Und an der Blüte Stirn seines Namens Zeichen verewigt.
Deiner Wurzel getrocknete Stückchen lösen zerrieben
Wir in flüssigem Wein, und der Blase grausame Schmerzen
Dämpfen nicht minder wir trefflich mit diesem künstlichen Heiltrank.
Du gibst dem Walker das Mittel, mit dem er das Leinengewebe
Glänzend und steif appretiert und ihm Duft wie von Blumen verleiht.



Die Lilie – *Lilium, lilium candidum*

Leuchtende Lilien, wie soll im Vers und wie soll im Liede
Würdig euch preisen die dürftige Kunst meiner nüchternen Muse?
Euer schimmerndes Weiß ist Widerschein schneeigen Glanzes,
Holder Geruch der Blüte gemahnt an die Wälder von Saba.
Nicht übertrifft an Weiße der parische Marmor die Lilien,
Nicht an Düften die Narde. Und wenn die tückische Schlange
Listiger Art gesammeltes Gift aus verderblichem Munde
Spritzt und grausamen Tod durch kaum erkennbare Wunde
Sendet ins innerste Herz, dann zerreiße Lilien im Mörser,
Trinke den Saft, dies erweist sich als nützlich, mit schwerem Falerner.
Oder bei Quetschungen lege man sie auf die bläuliche Stelle,
Als bald wird man auch hier zu erkennen vermögen die Kräfte,
Die diesem heilenden Stoffe gegeben sind, Wunder bewirkend.
Schließlich ist Liliensaft auch gut bei Verrenkung der Glieder.

Hortus, unser Lehr- und Schaugarten

Erläuterung der 16 Beete

Atemwege

Die Atmungsorgane haben wegen des Gasaustausches für den Organismus eine ganz besondere Rolle. Pflanzenheilkundliche Mittel werden gerade im Bereich der Atemwege besonders stark genutzt. Sie helfen, Krämpfe im Brustbereich zu lösen, festsitzenden Schleim zu verflüssigen und das Abhusten zu erleichtern.



Mariendistel

In diesem Beet sind Salbei, Thymian und Eibisch die traditionellen Pflanzen, die bei Atemwegsproblemen eingesetzt werden. Der Huflattich liegt uns hier besonders am Herzen, denn er war die erste Heilpflanze im Garten. Er siedelte sich bereits während der Bauarbeiten an und erfreute uns mit seinen großen Blättern und üppiger Blüte.



Der Hortus: eine moderne Interpretation des klassischen Klostersgartens.

Herz, Kreislauf und Gefäße

Der Herzmuskel hat niemals Ruhe. Das sehen wir oft als ganz selbstverständlich an und gewähren ihm keinerlei Schonung oder Pflege. Wir verstehen das Herz als Sitz der Vitalität und der Lebensenergie, die sich aus der Liebe speisen.

Erst wenn Herz und Kreislauf sich gegen diese Überbeanspruchung wehren, denken wir darüber nach, welche Zumutungen wir durch unsere ungesunde Lebensweise dem Herzen zugefügt haben.

In diesem Beet sind Pflanzen vereint, die regulatorisch auf den Kreislauf wirken und den Herzmuskel unterstützen. Pflanzen, die die Durchblutung der Kapillargefäße in den Geweben verbessern, sorgen dafür, dass Zellen besser versorgt und Stoffwechselprodukte besser abtransportiert werden können.

Leitpflanzen sind Weißdorn, Rosmarin und Herzgespann. Wegen seiner Größe wurde der Weißdorn an die Böschung gepflanzt. Auch ein Ginkgo hat seinen Platz im Beet und im Garten an der Drachenskulptur gefunden.



Ginkgo biloba

Leber, Galle und Bauchspeicheldrüse

Die Leber ist ein Universalorgan, Galle und Bauchspeicheldrüse helfen ihr bei ihren zahlreichen Aufgaben in der Steuerung des Stoffwechsels und der Entgiftung. Leber, Galle und Bauchspeicheldrüse spielen für eine geregelte Verdauung eine entscheidende Rolle. Erkrankungen dieser drei Organe haben deshalb oftmals einen großen Einfluss auf die Verträglichkeit von Speisen und Getränken. Verdauungsbeschwerden nach einem üppigen, fettreichen Essen können bereits erste Anzeichen für Fehlfunktionen sein.

Leber, Galle und Bauchspeicheldrüse sorgen für den Aufschluss und Umbau der Nahrung, damit sie vom Körper aufgenommen werden kann, gleichzeitig unterstützen sie den Körper beim Ausscheiden der unverwertbaren oder gar giftigen Stoffe. Die Leitpflanzen in diesem Beet sind Mariendistel, Geißbraute und Wegwarte.

Artemisia-Arten und andere Bitterpflanzen

Die traditionelle Medizin unterschiedlicher Kulturkreise weltweit misst den Bitterstoffen allergrößte Bedeutung bei. Bitterstoffe gehören zu den wichtigen Ausgangsmitteln für eine gute Gesundheit und eine hohe Lebenserwartung. Im westlich geprägten Kulturkreis ist diese Ansicht verdrängt worden, ja die Nahrungs- und Futtermittelindustrie hat das Geschmackserlebnis auf süß und salzig reduziert. Die Bitterstoffe wurden den Nahrungs- und Futterpflanzen weitgehend weggezüchtet. Dabei dienen Bitterstoffe als Stärkungsmittel und unterstützen im Besonderen das Verdauungssystem. Sie stimulieren die Sekretion der Verdauungssäfte und verbessern so die Verdauung, halten die Darmflora stabil und helfen mit, den Säure-Basen-Haushalt zu regulieren. Leitpflanzen in diesem Beet sind die Artemisiaarten wie Wermut, Eberraute und Beifuss. Die bitterste Pflanze der europäischen Flora ist der Gelbe Enzian aus den Alpen.



Salbei (links)
Fingerhut (rechts)
Eibisch (unten links)
Rosmarin (unten rechts)



Haut und Haar, Fell und Gefieder

Glatte und gut durchblutete Haut, glänzendes Haar, Fell oder Gefieder sind wesentliche Merkmale einer gesunden Erscheinung. Das intakte Äußere lässt Rückschlüsse ziehen auf einen guten Stoffwechsel, eine funktionierende Darmflora und ein gutes Immunsystem. Darum sind auch die Nahrungs- und Heilpflanzen hier versammelt, die den Stoffwechsel unterstützen, die Darmgesundheit verbessern und die Ausleitung anregen. Auch essentielle Stoffe wie Omega-3-Fettsäuren leisten dazu einen wichtigen Beitrag. **Nachtkerze** und **Borretsch**, **Brennnessel**, **Ackerstiefmütterchen** und **Aloe vera** gehören hier zu unseren Leitpflanzen.



Nieren und Urogenitaltrakt

Die wichtigsten Funktionen der Nieren sind die Regulierung des Wasserhaushaltes, die Ausscheidung der harnpflichtigen Substanzen sowie die Kontrolle des Blutdrucks, des Elektrolythaushaltes und damit auch des Säure-Basen-Haushaltes. Sie nehmen wichtige Aufgaben im Vitamin-D-Stoffwechsel wahr und produzieren Hormone. Die Nieren sind also weit mehr als ein Organ zur Entwässerung. Als äußerst sensibles Organ im Flüssigkeitshaushalt reagieren sie auch auf emotionalen Stress.

Pflanzen, die die Nierentätigkeit unterstützen, wirken deshalb auch stimmungsaufhellend. Die entwässernden Pflanzen entziehen dem Körper kaum Mineralstoffe und Spurenelemente, im Gegensatz zu den pharmazeutischen Diuretika. In der Pflanzenheilkunde spricht man daher

Die Brennnessel weiß um ihre wertvollen Inhaltsstoffe. Ihr eigener Schutz und die Selbstverteidigung sind die Folge.

von aquoretisch und nicht von diuretisch wirkenden Pflanzen. Wir zeigen hier u. a. **Brennnessel**, **Goldrute** und **Bärentraube**.

Magen, Darm, Verdauung

Verdauungsstörungen sind oft ein Zeichen falscher Ernährung und falscher oder fehlender Bewegung. Sie können auch durch Schädigung der Schleimhäute in Magen und Darm oder durch Störungen der Darmflora verursacht werden. Die Natur bietet eine große Menge hilfreicher Pflanzen, die Entzündungen hemmen, Schleimhäute beruhigen und gasbildende Keime im Darm zurückdrängen können. All das hat nur dann Sinn, wenn nicht nur die Symptome bekämpft, sondern auch die Ursachen dafür gefunden und abgestellt werden, wie etwa falsche Ernährung oder Stress. **Kümmel**, **Süßholz** und **Dost (Origanum)** sind Stellvertreter für viele magen- und darmaktive Pflanzen, die als Gewürz und als Tee genutzt werden können.

Bewegungsapparat, Knochen und Gelenke

Die Bedeutung der Gelenke erschließt sich den meisten erst, wenn's knirscht oder schmerzt. Gelenke sind hohen mechanischen Belastungen ausgesetzt. Naturheilkundliche Mittel sorgen für eine bessere Durchblutung der Knochenhaut, über die



Beet Haut und Haar, Fell und Gefieder

Knochen und Gelenke durch Diffusion versorgt werden, sie unterstützen die Produktion von Gelenkschmiere, sie reduzieren entzündliche Prozesse in den Gelenken und ermöglichen geschmeidigere Bewegungsabläufe.

Weide, **Mädesüß**, **Ingwer** und **Giersch** sind wichtige Heilpflanzen für den Bewegungsapparat.

Heilige Pflanzen / Marienpflanzen

Germanische und keltische Religionen waren Naturreligionen mit heiligen Plätzen an Bäumen, Quellen und Felsen. Der Jahreskreis und das Pflanzenwachstum wurden intensiv wahrgenommen, viele Pflanzen als heilige Pflanzen den germanisch-keltischen Göttern zugeordnet.

Die Christianisierung belegte viele Pflanzen mit einem Negativeimage. Neue wirkungsvolle Heilpflanzen aus dem Mittelmeerraum wurden bevorzugt eingesetzt, sie dienten so auch der Christianisierung, weil sie an die Stelle alter Zauberpflanzen traten. Viele Pflanzen waren den Menschen aber so wichtig, dass sie nicht von ihnen lassen wollten. So wurden auch sie mit christlichen Legenden belegt und damit christianisiert. Wer mittelalterliche Madonnenbilder anschaut, findet darauf ein großes Spektrum an Heilpflanzen, die Maria zugeordnet wurden. **Rose**, **Lilie** und **Iris** geben nur ein kleines Spektrum einer großen Gruppe heiliger und mythischer Pflanzen wieder.



Goldrute

©korawik_ AdobeStock

Nachtkerze

©ksena32_ AdobeStock

Beifuß

©nadin333_ AdobeStock

Fingerhut

©Harald Biebel_ AdobeStock

Ringelblume

©Pasinee_ AdobeStock

Duft- und Räucherpflanzen

Mit dem Beherrschen des Feuers entdeckten die Menschen, dass sie beim Verbrennen von bestimmtem trockenem Pflanzenmaterial aromatischen Rauch erzeugen konnten. Sie lernten so, wie sie sich mit dieser ursprünglichen Aromatherapie reinigen, heilen und schützen konnten. Das Räuchern ist eine uralte Tradition aller Kulturen und Religionen und wird mit seiner spirituellen Komponente bis heute im religiösen, therapeutischen und privaten Bereich vielseitig angewandt. **Salbei**, **Beifuß** und **Lorbeer** gehören zu den Pflanzen, mit denen in verschiedenen Kulturen weltweit geräuchert wird.

Giftpflanzen

Wer sich mit Heilpflanzen auseinandersetzt und sie auch selbst sammeln möchte, der sollte auch die Pflanzen kennen, die schon in geringen Dosierungen gefährlich werden können. Deswegen gehört in unseren Heilpflanzengarten auch ein Beet, in dem wir heimische Giftpflanzen vorstellen wollen. Der Fingerhut zeigt die Problematik bei der Klassifizierung, denn er ist auch eine wertvolle Heilpflanze. Hier zitieren wir Paracelsus: „Die Dosis macht das Gift.“

Phytobiotica: Pflanzen für das Immunsystem

Antibiotikaresistenz und multiresistente Keime sind für Menschen und Tiere eine große Bedrohung geworden. Es ist ein menschengemachtes Problem, was durch maßlose und unkontrollierte Anwendung der Medikamente im Laufe von wenigen Jahrzehnten entstanden ist. Dabei verfügt die Natur über eine ganze Reihe von wirksamen Stoffen, die Bakterien oder Mikroben, Viren und Pilze in der Entwicklung hemmen und abtöten können, ohne dabei die Darmflora zu stören oder erwünschte Keime zu beseitigen. **Kapuzinerkresse**, **Meerrettich** und **Roter Sonnenhut** gehören zu den Pflanzen, die wir als natürliche Antibiotika oder Phytobiotica bezeichnen.

Frauenheilpflanzen

Viele Frauen wünschen sich ganzheitliche, sanft wirkende Heilmethoden. Für das innere Gleichgewicht und zur Stabilisierung

der Hormonlage eignen sich Zubereitungen aus Heilpflanzen ganz besonders. Sie können auch über längere Zeit angewandt werden und sind vielen Frauen eine große Hilfe. **Taubnessel**, **Rotklee** und **Mönchspfeffer** sind die Leitpflanzen in diesem Beet.

Mediterrane Pflanzen und Lippenblütler

Viele aromareiche Pflanzen sind aus dem mediterranen Raum zu uns gekommen. Besonders die Familie der Lippenblütler liefert zahlreiche aromatische Gewürze und Heilpflanzen. Sie fallen auf durch raffinierte Blüten, interessante Bestäubungsvorgänge, verführerische Düfte und aromatische Würzkraft. **Thymian**, **Lavendel**, **Salbei** und **Rosmarin** sind typische Heilpflanzen aus dem Mittelmeerraum.



Die Engelwurz (Angelica archangelica) kann über 2 m hoch werden. Bei der Samenreife bildet die Dolde nahezu eine Kugel.

Doldenblütler

Alle Doldengewächse bilden einen schirmartigen Blütenstand aus, den die Botaniker als Doppeldolde klassifizieren. Das heißt, eine Dolde ist aus vielen kleinen Döldchen zusammengesetzt. Der Stängel der Pflanzen ist in der Regel hohl, häufig bilden sie eine auffallende Wurzel, eine Rübe oder Knolle aus, so wie Fenchel, Sellerie oder Möhre. Doldengewächse werden vielfach im Bereich der Atemwege und im Magen-Darbereich eingesetzt. **Möhre**, **Fenchel**, **Koriander** und **Bärwurz** sind hier unsere Leitpflanzen. Weitere großwüchsige Doldengewächse zeigen wir in den Hildegard-Rabatten.

Korbblütler

Korbblütler zeichnen sich dadurch aus, dass viele kleine Einzelblüten in einem „Korb“ einen gemeinsamen Blütenstand bilden. In Europa gehört sie zu den artenreichsten Pflanzenfamilien. Auch unter den Heilpflanzen finden wir zahlreiche Arten aus dieser Gruppe, von der hohen Sonnenblume bis zum winzigen Gänseblümchen. Leitpflanzen des Beetes sind **Kamille**, **Ringelblume** und **Schafgarbe**.

Manfred Heßel

Highlights aus 5 Jahren Gödenrother Gärten

Die Eröffnung
des „Kuhdamms“
2024

Garten-
Eröffnung
2020



Moulaye Seck mit Africans Drums
aus Mainz sorgten für Stimmung



Workshops im Garten:
Salben kochen am
offenen Feuer

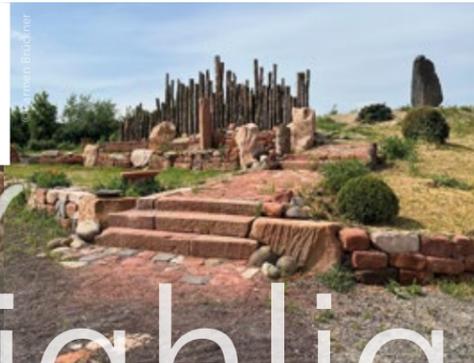


Weidentunnel seit 2021

Bagger-Baustelle



Eröffnung der
Gartenbühne 2021



Monolith setzen:
3,5 t Bundenbacher
Schiefer aus den Huns-
rückter Steinbrüchen

Kräuterexperten bei der
Planung der Hochbeete



oben: Der Filia Frauengeschichte-Vortrag „Die deutsche
Prophetin: Hildegard von Bingen“ beim Hildegardfest.



links: Manfred
Heßel führt
durch den
Weidentunnel

oben: Die aus dem Hunsrück stammende Ham-
burger Journalistin Marina Friedt besuchte unseren Garten und beschrieb
ihn in ihrem Reiseführer „50 Mikroabenteuer im Hunsrück“.

Highlights



Kräuterwanderung (SWR):
Abenteuerliche Kräuterwanderung
im Hunsrück mit Anna-Lena Dörr



Kräuterwerkstatt: SWR Folge 302 zu Gast in den
Gödenrother Gärten mit der Kräuterwerkstatt von
Maria Salomé Hoffmann und einer Führung durch
den Hortus von Manfred Heßel



Tag der offenen Gartentür
2022: Leiter des Gartens,
Tobias Klein, im Gespräch
mit Gästen



Skulpturen und Kunstwerke zieren
den Garten von Anfang an

Hunsrücker Minutenböden

Als Minutenböden werden Böden mit sehr hohen Tongehalten bezeichnet, die nur bei einem bestimmten Feuchtegehalt bearbeitet werden können und die oft Probleme bei der Kulturführung mit sich bringen. Trocken sind sie steinhart, nass sind sie schmierig, nicht zu befahren und schon gar nicht zu bearbeiten. Das Zeitfenster der Bearbeitung ist eng und stark witterungsabhängig. Häufig beträgt es nur wenige Tage im gesamten Jahr und an diesen unter Umständen nur einige Stunden. Daher der Name Minutenböden.

Diese Tonböden weisen vor allem Feinporen auf, die viel Wasser halten können, dieses aber kaum wieder abgeben. Deshalb können Kulturpflanzen auf Minutenböden trotz vorhandener und sogar sichtbarer Bodenfeuchte unter Trockenstress stehen.

In den Gödenrother Gärten war es also die Herausforderung, den dichten Boden zu lockern die Wasseraufnahme zu verbessern und damit auch die Wasserverfügbarkeit für die Pflanzen zu steigern. Dieser Prozess dauert an, aber wir konnten erste Erfolge verzeichnen. Die ersten beiden Vegetationsperioden der Gödenrother Gärten waren von Trockenheit geprägt, das hat den Pflanzen, dem Garten und den Gärtnern einigen Stress bereitet.

Ein Lösungsansatz war der Lavamulch, der in den Beeten ausgebracht wurde und der nach und nach in den Boden einwächst. Die Lavasteine nehmen rasch Wasser auf, sie erwärmen sich schnell und, im Boden eingearbeitet, bringen sie Sauerstoff und Lufträume in den Wurzelbereich.

Bei PerNaturam legen wir großen Wert auf nachhaltiges Arbeiten und so verarbeiten wir einen Großteil der im Betrieb anfallenden Pflanzenreste zusammen mit anderen organischen Abfällen zu Kompost. Viele Gödenrother unterstützen uns, indem sie uns ihr Herbstlaub zur Mulchabdeckung in den Garten bringen. Danke dafür!

Der reife Kompost und die Aktivitäten der Bodenlebewesen lockern den dichten Boden, vergrößern das Porenvolumen, erleichtern die Bodenbearbeitung und verlängern das Zeitfenster, in dem sich der Boden bearbeiten lässt. In Seminaren über



Oberflächenwasser kann auf verdichteten Böden nicht abfließen

Bodenkunde und Kompostwirtschaft teilen wir dieses Wissen. Denn jeder, der im Hunsrück ein Haus gebaut hat und plötzlich, oft mit wenig Erfahrung, einen Garten mit Lehm- oder Bauschutt-Boden bewirtschaften soll, muss sich mit diesem Thema auseinandersetzen. Aus der Unwissenheit heraus, auch wegen fehlender oder falscher Beratung, werden zwei Wege begangen, die in eine Sackgasse führen: Der Thujahecken-Rasengarten oder der auf Folien angelegte Schottergarten. Beide sind aufgrund ihrer Strukturlosigkeit und ihrer Artenarmut ökologische Katastrophen.

In diesen Gärten sind keine Insekten, keine Vögel und keine Schmetterlinge zu Hause. Viele andere Tiere, die meist verborgen leben, fehlen auch. Weder ein Vogelhäuschen noch ein Insektenhotel können da Abhilfe schaffen. Denn die Tiere brauchen Strukturen im Garten, offene sowie bewachsene Böden, Futter, Schutz und Versteckmöglichkeiten. All dies fehlt. Wegen dieser fehlenden Elemente bilden sich ungünstige Kleinklimate, die Gärten heizen sich auf, sie tragen zur Umwelterwärmung bei, der Aufenthalt darin ist nicht entspannend und nicht erholsam.

Dabei gibt es Alternativen: Ja, es gibt auch in den Gödenrother Gärten einen Garten mit Schotter, einen Steppengarten. Bei dem ist der Name *Garten* auch gerechtfertigt. Wärme- und trockenresistente Pflanzen wachsen in einem Beet, das dick mit Schotter abgemulcht ist. Unter den Steinen gibt es keine Folie, Regenwasser kann eindringen und verdunsten, ein Gasaustausch findet statt. Aus der Schotterschicht lassen sich unerwünschte Pflanzen leicht entfernen, wegen der besonderen Pflanzenauswahl muss selten gegossen werden.

Aber: Es blüht von Frühling bis Herbst, es summt und flattert, im Steppenbeet konnten sich auch seltene Schmetterlinge und Insekten ansiedeln, sogar eine Gottesanbeterin war schon zu Gast.



Das Steppenbeet ist eine blühende Alternative zum tristen Schottergarten



Die Kräuterspirale bietet auf kleinstem Raum Platz für Heil- und Gewürzpflanzen

Nutz- und Permakultur in Gödenroth

Die Gödenrother Gärten sollen ein Treffpunkt für Gespräche über altes und neues Gärtnerwissen werden. Ob Laie oder Profi, ob alt oder jung, jeder ist willkommen!

Was versteht man unter Permakultur?

Einfach übersetzt bedeutet das Wort Permakultur „dauerhafte Landwirtschaft“ oder „dauerhafte Kultur“. Es ist ein nachhaltiges Konzept für Landwirtschaft und Gartenbau. Permakultur ist eine Form der naturnahen Bewirtschaftung, die sich an natürliche Ökosysteme und natürliche Kreisläufe anlehnt und diese nachahmt. Einige grundlegenden Prinzipien sind zum Beispiel, natürliche Ressourcen zu verwenden und die Nutzfläche auf kleinstem Raum optimal auszunutzen. Ein Hügelbeet erfüllt diese Eigenschaften und ist ein zentrales Element in der Permakultur.



Das Anlegen von Hügelbeeten gehört zum alten Wissen

In Südchina nutzt man diese Art der Gartenwirtschaft schon seit Jahrhunderten. Auch wir von PerNaturam werden Hügelbeete anlegen. Wir werden zeigen, wie es geht.

Warum gerade in Asien solche Beete angelegt werden, ist schnell erklärt. Wo so viele Menschen zusammenleben, muss jeder Quadratmeter Boden optimal ausgenutzt werden, ohne dabei den Boden auszulaugen. Die Intention: Es soll ein möglichst hoher Ertrag mit möglichst wenig Aufwand auf kleinstem Raum erwirtschaftet werden. Die Idee: das Hügelbeet. Ein sanft gerundetes und erhöhtes Beet vergrößert die Anbaufläche auf das Doppelte bis Dreifache. Die Erde ist durch die Kompostierung des eingearbeiteten Pflanzenmaterials mit organischem Dünger bestens versorgt und leicht zu bearbeiten. Auch die Drainage funktioniert hervorragend. Es kann über Jahre viel geerntet werden, ohne dass die Fruchtbarkeit nachlässt. Diese Gartenpraxis ist von der Natur abgeschaut. Die Natur weiß den Weg; sie vergeudet nichts; alles kehrt in den Kreislauf zurück. Aus Totem entsteht neues Leben.

Aufbau eines Hügelbeetes:

- | | |
|--|---|
| 1. Strauchschnitt 50 cm | 5. Humusschicht 5 cm |
| 2. Rasenplatten oder Stroh und Gartenabfälle 15 cm | 6. Mistkompost optional 5 cm |
| 3. Mutterboden 10 cm | 7. Grobkompost 15 cm |
| 4. Laub-Erde-Mischung 25 cm | 8. Schlusschicht aus Kompost und Gartenerde 15 cm |

Der Bau eines Hügelbeetes

Ein chinesisches Hügelbeet ist einfach aufgebaut: Die Grundfläche wird umgegraben und von Steinen und Wildkräutern gesäubert. Danach wird die Fläche mit Kompost und organischem Dünger angereichert und zum Schluss mit einer Schicht guter Muttererde abgedeckt. Schon ist das Beet fertig zum Bepflanzen, am besten mit einer Mischkultur. Unsere Hochbeete sind etwas größer, der Aufwand auch. Dafür behalten diese Beete viel länger ihre Fruchtbarkeit. Die Breite beträgt ca. 1,80 m, die Länge wählt man nach Bedarf und Möglichkeit. Das Beet wird 60 bis 70 cm hoch. Hat man sich für einen Standort entschieden, werden 25 cm vom Oberboden bzw. der Grassoden abgetragen und beiseitegelegt. Um für ausreichend Belüftung zu sorgen, wird die unterste Schicht etwa 50 cm hoch aus zerkleinerten Ästen, harten Stängelstücken von Stauden und anderen groben Materialien gebildet.



Reiche Ernte:
Das Hügelbeet macht
es auch auf kleinstem
Raum möglich

Die zweite Lage besteht aus Rasenplatten, die mit der grünen Seite nach unten (!) über den Reisigkern gelegt werden. Alternativ zu Grassoden können Grasschnitt, Stroh oder gemischte grobe Gartenabfälle verwendet werden. Die Schichtstärke beträgt ca. 15 cm. Darüber werden dann 10 cm gute Muttererde verteilt und das Ganze leicht festgeklopft. Nun kommt eine 25 cm dicke Laubschicht aus gemischten Blättern, diese sollte unbedingt feucht sein, am besten mit etwas Erde vermengt, diese wird mit weiteren 5 cm Humus abgedeckt. Falls vorhanden, kann man zusätzlich 5 cm Mistkompost mit möglichst vielen Regenwürmern aufschichten. Hinzu kommt eine etwa 15 cm dicke Schicht Grobkompost, die über dem Laub aufgehäuft wird. Die oberste Deckschicht des Hügelbeetes besteht aus einem 15 cm dicken Erdmantel; einer Mischung aus reinem Kompost und Gartenboden.

Die Hangausrichtung sollte möglichst in Nord-Süd-Richtung erfolgen, um einen heißen Süd- und einen schattigen Nordhang zu vermeiden (Ost-West-Lage). Die organischen Materialien des Hügelbeetes werden nun von Jahr zu Jahr abgebaut und mineralisiert, es entsteht Humus. Das Hügelbeet kann nun mehrere Jahre bepflanzt werden, ohne dass die Nährstoffversorgung der Pflanzen nachlässt.

Wurde das Hügelbeet richtig aufgebaut, ist eine gute Drainage gesichert. Es kann keine Staunässe entstehen und wegen des lockeren, humusreichen Aufbaus entwickelt sich ein sehr gutes Wurzelwachstum.

Bepflanzen können Sie das Hochbeet nach allen Regeln der Mischkultur. Aufgrund der hohen Nährstoffversorgung, die das Beet liefert, sollten aber in den ersten zwei Jahren nur Starkzehrer wie zum Beispiel Tomaten, Kohl, Sellerie, Lauch und Gurken angebaut werden. Dieses Gemüse gedeiht dort prächtig und gesund. In kleinen Gärten kann ein Hügelbeet die Selbstversorgung mit frischem Gemüse gewährleisten.

Bei einem frisch aufgesetzten Hügelbeet ist die Wärmeentwicklung am größten. Gerade im Hunsrück, wo ein raues Klima herrscht, kann dadurch im Frühling früher ausgesät und gepflanzt werden.

Ob Sie nun ein Hügelbeet anlegen oder nicht ist eine Frage der gärtnerischen Leidenschaft. Um Erfahrungen zu sammeln, probieren Sie doch zuerst mal den nur sanft gerundeten chinesischen Hügel aus. Damit bleiben Sie näher am Boden, und diese Hügel haben sich schon seit Jahrhunderten bewährt.

Tobias Klein

Ein paar Probleme, die auftreten können:



- Wichtig ist der richtige Aufbau, wie beschrieben, damit es nicht zu Fäulnisbildung kommen kann, was eine Gefahr für die Wurzeln wäre.
- Durch den schrägen Hang kann es an sehr heißen Sommertagen zur Austrocknung kommen. In den ersten Jahren muss daher häufiger gegossen werden. Das kann man aber mit großblättrigen Gemüsen, wie z. B. Kürbis reduzieren.
- Mäuse und Wühlmäuse benutzen die Hügelbeete gern als Unterschlupf.



Tobias Klein ist Umweltschutz-Ingenieur und leidenschaftlicher Landwirt. Bei PerNaturam leitet er die Gödenrother Gärten. Dabei ist ihm der gesunde Boden ein besonderes Anliegen. Er hat sich der Herausforderung gestellt, den schweren, lehmigen Hunsrückboden mit natürlichen, nachhaltigen Mitteln wie Kompost und Pflanzenfermenten wiederzubeleben und die Bodenfruchtbarkeit zu verbessern. In den Gödenrother Gärten liegt ihm der Permakultur-Garten sehr am Herzen.

Wasserwirtschaft im Garten

Wasser ist die Basis allen Lebens, ohne Wasser kann kein Leben existieren. Wasser ist auch die einzige Ressource, die uns frei Haus geliefert wird. Die letzten, sehr trockenen Sommern zeigten uns mit dünnen Rasenflächen und verhaltenem Wachstum der Pflanzen, welche Bedeutung Wasser für unsere Gärten hat.

Bei Starkregen-Ereignissen, die häufig auf Trockenperioden folgen, ist der ausgetrocknete Boden nicht in der Lage, Wasser aufzunehmen, er ist verdichtet und wasserabweisend. Das Wasser fließt oberflächlich ab, in den niederen Lagen sind Hochwasser und Überschwemmungen die Folge.

Der verantwortungsvolle Umgang mit dem Regenwasser, aber auch mit dem Boden, sind für ein erfolgreiches Wassermanagement entscheidend. Es ist nicht mehr zeitgemäß, Regenwasser von Dächern oder versiegelten Flächen über die Kanalisation abzuleiten. Heute besteht unsere Aufgabe darin, das Wasser zu bewahren und die Überschüsse dem Grundwasser zuzuführen. Dafür nutzt man Versickerungsmulden oder -gruben, in größeren Gärten oder Parks wasserspeichernde Gräben, Retentions-

becken oder WADIs (Akronym für Wasser, Abfluss, Drainage und Infiltration), im Englischen Swales (Senken).

Diese Versickerungsareale sind eine ökologische Bereicherung, sie tragen mit einer angepassten Bepflanzung auch zu einer Verbesserung des Stadtklimas bei. Wer nur einen kleinen Garten hat, sollte in einer Regentonne oder Zisterne Wasser sammeln, damit in Trockenzeiten kein Trinkwasser verwendet werden muss.

Oberflächenwasser kann mit einem Wall oder Graben an Bäume oder Hecken geleitet werden. In einer mit Kies gefüllten Grube kann auf kleinstem Raum Wasser aufgenommen und dem Boden langsam zugeführt werden.

Ziel ist es, die Wasseraufnahme im Boden so zu steigern, dass er sich zum Schwammboden entwickelt, dass er das Wasser in der Region behält und dem Grundwasser zuführt. Dies ist nicht nur die Aufgabe des Gärtners, sondern aller, die den Boden bearbeiten und mit Wasser und Abwasser befasst sind.



Gräben und Mulden dienen zur Wasseraufnahme und Versickerung. Durch Kompost (im vorderen Bereich) wird die Wasseraufnahmekapazität des Bodens zusätzlich verbessert.

Die schönste Art Regenwasser zu sammeln: Regentonnen.

Ein Boden eignet sich aber nur dann zum Schwammboden, wenn er richtig bearbeitet und eine Humusschicht aufgebaut wird. Die Kompostwirtschaft, eine durchdachte Fruchtfolge und Mischkulturen mit Gründüngung sind dafür bedeutend. Das organische Material auf und im Boden ernährt Millionen von Kleinstlebewesen, Insekten, Würmern und Kleinsäugern.



Die Wurzelmasse der einjährigen Gründüngung lockert den Boden und hinterlässt nach dem Absterben poröse Gänge, eine schwammähnliche Struktur zur Wasseraufnahme und für einen besseren Gasaustausch. Die Humusschicht kann ein Vielfaches ihres Volumens an Wasser aufnehmen. Die verbesserte Porosität und die besonders von Würmern gegrabenen Gänge, ermöglichen auch bei trockenen Böden die Aufnahme von Wasser. Es kann in tiefere Schichten versickern, auch bei größeren Niederschlagsmengen.

Einmal angelegt verbessert der Wasserspeicher und die Wasserversickerung die Wasserversorgung der Pflanzen und es entwickelt sich eine höhere Artenvielfalt.

Die Verantwortung, die jeder mit seiner Fläche und mit seinem Garten trägt, zeigen folgende Zahlen. Es gibt in Deutschland rund 17 Mio. Gärten, ihre Gesamtfläche beträgt 6.800 km². Etwa doppelt so groß, mit 13.014 km² ist die Fläche der Naturschutzgebiete in Deutschland.

Gartenbestellung und jede Bodenbearbeitung bedeuten also auch eine Verpflichtung.

Wer im Hunsrück einen Garten hat, der kennt die Probleme der schweren Lehmböden, häufig kämpft er zusätzlich mit Bodenverdichtungen. Auch hier sind Kompost, tiefwurzelnde Pflanzen in der Gründüngung und das Ausbringen von Mulchschichten die ersten Schritte zum Humus-Aufbau und zur Verbesserung der Wasseraufnahmekapazität.

Zu guter Letzt ist die Pflanzenauswahl entscheidend. Bäume, Sträucher, Stauden, Zierpflanzen wie Nutzpflanzen sollten an den Standort angepasst sein.

Fachgärtnereien geben Tipps und bieten auch trockenresistente Pflanzen an, die mit weniger Wasser auskommen. Inzwischen gibt es ganze Sortimente, die als Steppenbeetpflanzen angeboten werden. Einmal angewachsen benötigen sie nur wenig Pflege und bieten Lebensraum für viele Insekten und Vögel.



Durch Höhlenbauten beschleunigen Kleinsäuger und Bodenbewohner die Versickerung im Boden. Das Wasser läuft nicht oberflächlich ab.



Auf verdichteten Böden sammelt sich Staunässe.



Welche wasserschützenden Maßnahmen können wir im Garten umsetzen?

- 1 Offene Bodenflächen hacken, um sie aufnahmefähiger zu machen. Einmal Hacken nutzt genauso viel wie dreimal Gießen.
- 2 Ein aktiver Humusaufbau steigert die Wasserspeicherkapazität im Boden. Mit wertvollem Kompost füttern wir den Boden, um das Bodenleben zu fördern. Die Mikro- und Makrolebewesen durchmischen den Boden, bringen Sauerstoff hinein und helfen, ihn fein krümelig sowie großporig zu machen.
- 3 Offene Flächen mulchen (Rasenschnitt, Laub, Häcksel etc.) oder mit einer Zwischenaussaat (Gründüngung) begrünen, dies schützt den Boden vor Verdunstung.
- 4 Regenwasser von den Dachflächen zum Gießen nutzen. Spart zusätzlich Geld.
- 5 Eine Zisterne anlegen. Für die Gartenbewässerung oder die Toilettenspülung kostenlos nutzbar.
- 6 Regensammler (Regendieb) an Fallrohre anbringen und wenn die Regentonne voll ist, den Schlauch öfter mal hier, mal dort im Garten und auf der Wiese liegen lassen. Dann kann der Boden sich nach und nach vollsaugen.
- 7 Gemeinden können Regenrückhaltebecken und Teiche anlegen, diese können zu einem Biotop werden und verringern die Hochwasserspitzen.
- 8 Zisternen sollten von den Gemeinden gefördert werden.
- 9 Flächenversiegelungen sollten vermieden werden.
- 10 Dachbegrünungen reduzieren bzw. verschieben die Hochwasserspitzen und reduzieren die Lufttemperatur. Gleichzeitig werden neue Lebensräume für Pflanzen und Tiere geschaffen.
- 11 Kleine bepflanzte Versickerungsmulden anlegen und das Dachwasser einleiten, um den Grundwasserspeicher zu füllen.



Oben: Mädesüß und Hopfen zeigen feuchte Stellen an.

Unten: Gelbe Sumpfris und Blutweiderich sind typisch für feuchte Gebiete.





Gödenrother Gärten

Veranstaltungen & Workshops 2024



Grundlagen des Fermentierens

21. November, 17.30 bis ca. 20.00 Uhr

Fermentieren ist eine altbewährte und einfache Methode, um Lebensmittel zu konservieren. Es entstehen probiotische Stoffwechselprodukte, die immunstärkend, verdauungsfördernd und entzündungshemmend sind. Was genau dahinter steckt, erfahren wir in diesem spannenden Workshop.

Kursgebühr: 30,- Euro

Garten im Klimawandel

3. September, 17.00 bis ca. 19.00 Uhr

Heiße, trockene Sommer, viel Wind und Starkregen schaffen, ebenso wie längere Vegetationszeiten, neue Bedingungen in unseren Gärten. Wir können den Garten anders gestalten und bepflanzen, damit er weiterhin ein Wohlfühlraum bleibt, der Freude macht.

Anmeldung und Kursgebühr über die VHS: <https://www.vhs-hunsrueck.de/>
Tel.: 0 67 63 / 910 - 155

Kostbare Pflanzenwässer zu Hause herstellen

29. August, 17.00 bis ca. 20.00 Uhr

Erleben Sie, wie Hydrolate (Pflanzenwässer) entstehen und wie vielfältig die kostbaren Wässer in der Anwendung sind. In diesem Workshop bekommen Sie die Gelegenheit hautnah dabei zu sein bei einem faszinierenden alchemistischen Prozess. In unserer Kupferdestille extrahieren wir gemeinsam die Essenz der Pflanze. Das Ergebnis nehmen Sie pur oder als selbstgemachtes Kosmetikprodukt mit nach Hause.

Kursgebühr: 38,- Euro

Orchideen umtopfen

27. September, 17.00 bis ca. 19.00 Uhr

Wir sprechen im Workshop über die richtige Düngung und den Rückschnitt der abgeblühten Rispen. Wir werden gemeinsam mitgebrachte Orchideen umtopfen und zeigen, wie man die Wurzeln zurückschneidet und die Orchideensubstrate austauscht. So verhelfen wir selbst kümmernden Pflanzen zu neuer Vitalität und regen die Blütenbildung an.

Anmeldung und Kursgebühr über die VHS: <https://www.vhs-hunsrueck.de/>
Tel.: 0 67 63 / 910 - 155

Gartenführungen durch die Gödenrother Gärten

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich

Termine

jeweils von 17.00 bis 18.00 Uhr

- 3. April Frühling im Garten
- 1. Mai Hexenkräuter und Giftpflanzen
- 5. Juni Wildbienen im Garten und ihre Futterpflanzen
- 3. Juli Duftpflanzen im Garten
- 7. August Hausapotheke
- 4. Sept. Dahlien-Arten und Klassen
- 2. Oktober Permakultur und Bodenverbesserung

Preis pro Person: 5,- Euro
(Kinder bis 14 Jahre frei)



Gartengespräche

Gartenrunde mit Garten-Gesprächen und optional Picknick in den Gödenrother Gärten.

Termine

jeweils von 14.00 bis ca. 16.30 Uhr

- 1. Mai Maikräuter und Bräuche sowie Kuhdammeröffnung
- 23. Juni Sommersonnenwende
- 22. Sept. Erntedank

In den Gödenrother Gärten veranstalten wir dreimal im Jahr eine Garten-Runde. Hier treffen sich Garten- und Naturliebhaber zum geselligen Austausch über Pflanzen, Gartengestaltung, Heil- und Wildkräuter, Permakultur und vieles mehr. Interessierte Gäste sind herzlich willkommen.

Eine Anmeldung ist nur erforderlich, wenn ein Picknick gebucht wird. Picknick-Anfrage an: info@krautabenteuer.de



Weitere Informationen zu den Veranstaltungen und zur Anmeldung finden Sie auf unserem Eventportal: events.pernaturam.de oder auf



Gödenrother Gärten

www.goedenrother-gaerten.de

An der Trift 8 · 56290 Gödenroth
Tel. +49 (0) 67 62 - 96 36 2 - 0
www.pernaturam.de

Ein Gemeinschaftsprojekt mit



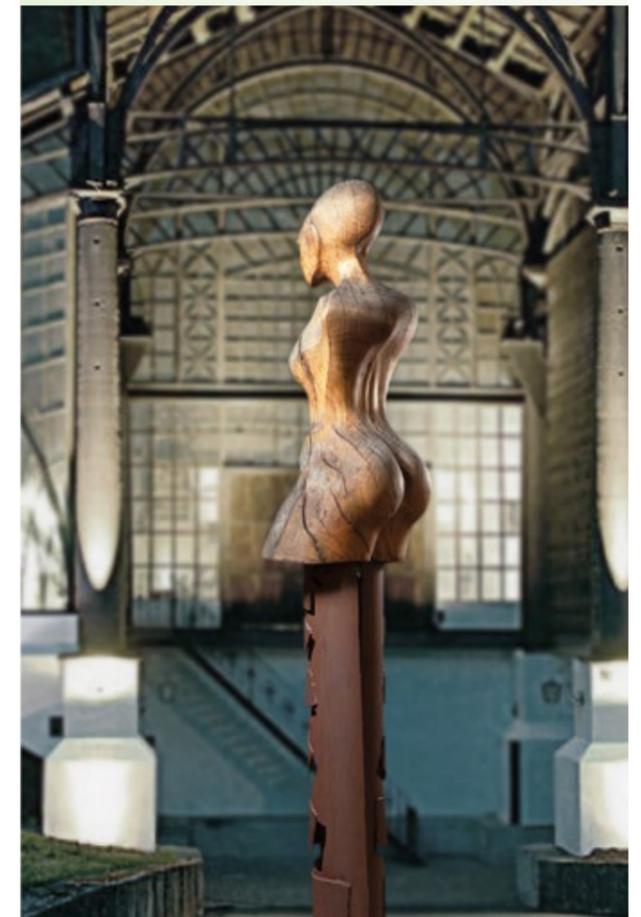
Dietmar Bürger ist ein renommierter Bildhauer aus Sohren (DE), dessen beeindruckende Werke in Stein, Holz, Stahl und Bronze eine tiefe künstlerische Intuition und technische Versiertheit zeigen. Seine Kunstwerke zeichnen sich durch eine einzigartige Fähigkeit aus, traditionelle Materialien in moderne Skulpturen zu verwandeln, die sowohl in privaten Sammlungen als auch in öffentlichen Ausstellungen zu finden sind.

Bürger begann seine künstlerische Laufbahn in den späten 1980er Jahren und hat seitdem einen unverwechselbaren Stil entwickelt, der die rohe Schönheit seiner Materialien hervorhebt. Jedes seiner Werke trägt eine eigene Geschichte in sich, die oft von der Natur inspiriert ist oder sich mit menschlichen Emotionen auseinandersetzt. Seine Fähigkeit, unterschiedliche Materialien zu meistern, ermöglicht es ihm, vielschichtige und dynamische Skulpturen zu schaffen, die Betrachter sowohl visuell als auch emotional ansprechen.

Neben seiner Arbeit als Bildhauer ist Dietmar Bürger auch als Perkussionist tätig. Diese musikalische Seite fließt häufig in seine Kunstwerke ein, indem rhythmische Elemente und Bewegungsaspekte in den Skulpturen erkennbar sind. Diese musikalische Dimension seiner Kunst fügt eine weitere Ebene der Interpretation und Interaktion für das Publikum hinzu, da sie die Werke nicht nur sehen, sondern auch fühlen können.

Besucher sind in seinem Atelier in Sohren nach Anmeldung herzlich Willkommen.

Dietmar Bürger | Bildhauer | Hauptstr. 14 | 55487 Sohren
dietmar-buerger.de





© Rita Kochmarjova_AdoBisStock



PerNaturam ist die gelebte Vision vieler engagierter Menschen – getreu dem Motto:
Die Natur weiß den Weg

