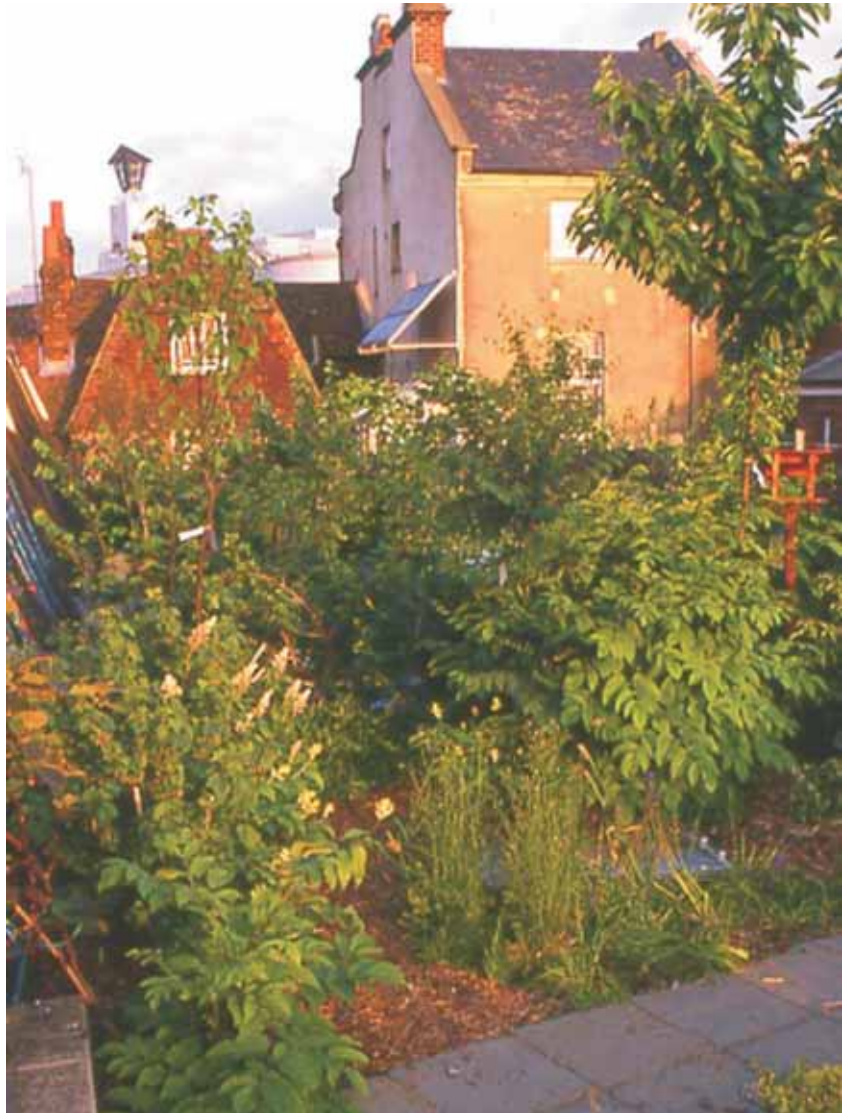


Kristina Peter

Die gesündeste und umweltfreundlichste Methode, sich zu ernähren, ist die Selbstversorgung aus dem eigenen Bio-Garten. Für die meisten Menschen ist das nicht möglich, weil sie nicht die Zeit für die notwendige Gartenplanung geschweige denn für die Durchführung und Pflege haben (wohin welches Beet mit welcher Gemüsesorte, in welcher Fruchtfolge, in welcher Mischkultur, Kompostpflege, Hacken, usw.). Genauso viele Menschen haben überhaupt keinen Garten. Sie leben mitten in der Stadt, haben vielleicht einen Balkon oder eine Terrasse. An Selbstversorgung ist da kaum zu denken. Was aber wäre, wenn Selbstversorgung auch ohne zeitaufwändige Gartenarbeit möglich wäre? Was, wenn man seinen Balkon oder sogar das Hausdach zur Selbstversorgung nutzen könnte? So genannte „Waldgärten“ sind überall möglich und, einmal angelegt, benötigen sie mit der Zeit immer weniger Pflege – ihr Ertrag hingegen wächst von Jahr zu Jahr. Waldgärten bieten Lebensraum für unendlich viele Insekten und Vögel, und sind eine der besten Methoden auf dem Weg zu angenehmerem Klima. Der alljährliche Kauf von Saatgut fällt weg, Gentechnik hat keine Chance!

Waldgärten statt Monokultur und Gentechnik



Waldgärten sind überall möglich: Auf dem Lande, in der Stadt und, wie hier, sogar auf einem Dach.

In den Schulen wird der mehrstöckige Aufbau des tropischen Regenwaldes gelehrt. Unser heimischer Wald hat damit „natürlich“ nichts zu tun. Der sieht vollkommen anders aus – dafür sorgen Forstwirte und Forstgesetze. Da gibt es fein säuberliche Reihen von Fichtenbäumchen, die so dicht gepflanzt werden, dass dort nicht einmal mehr ein für Nadelwälder typischer Farn überleben kann. Sog. Schädlinge wie der Fichtenborkenkäfer fühlen sich in diesen Monokulturen rundum wohl. Auch wenn die Lösung naheliegender ist (Mischwälder pflanzen), hängt man lieber Fallen für die Borkenkäfer auf. Deren Wirkung ist nicht besonders durchschla-

gend und stellenweise fängt man darin mehr bedrohte Hummelarten als Borkenkäfer.

Neben Nadelbaumreihen gibt es noch eine andere Waldvariante, nämlich die Stadtpark-Version. Dort steht etwa alle 50 Meter ein Laubbaum größeren Ausmaßes. Ein morscher Baum kommt sofort weg (Umsturzgefahr), ein umgestürzter Baum erst recht. Im Wald muss Ordnung herrschen: Saubere Wege, ordentliche Baumreihen, kilometerweite Sicht. Für Waldtiere gibt es kaum noch Unterschlupf. Für Höhlenbrüter werden die Nistmöglichkeiten rar. Für Meisen hängen die Forstwirtschaftsleute Nistkästen auf. Das wirkt so nett und die Waldbesu-

cher loben den augenscheinlichen Naturschutz. **Wald** bedeutet aber nicht *Fichtenmonokultur* und auch nicht *Stadtspark*. Wald bedeutet Abwechslung und Artenvielfalt, Dickicht und Lichtungen, Nahrung und Leben. Wald bedeutet Bäume, die alt werden dürfen, damit der Specht dort tiefe Höhlen hämmern kann, Bäume, die umfallen und liegen bleiben dürfen, weil auf ihrem moosweichen Stamm bald essbare Pilze wachsen, darunter der Dachs eine Wohnung bauen kann und Vögel nirgendwo so viele fette Maden finden wie in einem modrigen Baum. Vögel, die wiederum mit ihrem Kot neue Bäume pflanzen: Vogelbeeren, Wildkirschen, Brombeeren, Heidelbeeren, vielleicht ein wilder Apfelbaum und hie und da ein Zwetschgenbaum. Eichhörnchen werden Nüsse vergraben und im Nu gibt es wieder mächtige Walnussbäume, üppige Haselhecken und in wärmeren Regionen Esskastanien. Auf diese Weise könnten sich Wälder in kleine Schlaraffenländer wandeln, in denen man nicht nur spazieren gehen, sondern auch *satt* werden könnte. Das Sattmachen ist aber nicht mehr Aufgabe des Waldes, sondern die der Getreidefelder und der Gemüsebeete.

Getreidefeld und Gemüsebeet

Ein Getreidefeld ist eine sehr aufwändige Angelegenheit. Boden

vorbereiten (pflügen und eggen), säen, Unkrautvernichtungsmittel ausbringen, Schädlinge bekämpfen, Halmverkürzer spritzen, Kunstdünger verstreuen, dann der Ernteeinsatz – und schließlich dauert es dann noch ein Weilchen, bis aus dem Getreidekorn ein Brot gebacken ist. Ein Feld mit Gemüse ist womöglich noch arbeits- und zeitintensiver. Der biologische Getreide- und Gemüseanbau verwendet zwar keine Chemikalien, dafür ist er nicht weniger aufwändig, weil andere Präparate, Kompost, Mist etc. eingebracht werden – und weil teilweise von Hand gejätet wird. Auf einem Getreidefeld wächst nichts anderes als Getreide, auf einem Gemüsefeld nichts anderes als Kohl, als Rüben oder als Kartoffeln und oft verbringt das Feld den Winter vollkommen nackt und ungeschützt, weil es frisch umgepflügt wurde.

Waldgärten machen mehr Menschen satt

Die o.g. Art des Anbaus kostet viel Arbeit, Geld und Zeit. Außerdem ist sie weder umweltfreundlich noch effizient. Eine Fläche, die nur mit Getreide, nur mit Kartoffeln oder nur mit Salatköpfen bepflanzt ist, kann vielleicht einige Zeit lang einige Menschen satt machen (mit eintöniger Kost aus Getreide, Kartoffeln oder Salat). Würden wir auf derselben Fläche aber einen Waldgarten anlegen, würden von des-

sen Ernte *viel mehr* Menschen leben können. Da in einem Waldgarten eine Vielzahl von Nahrungspflanzen wächst (Gemüse, Kräuter, Grünpflanzen, Nüsse, Pilze, Beeren, Früchte) wäre der Speiseplan dieser Menschen unglaublich abwechslungsreich.

Aus einer Pflanzenliste aus dem 17. Jahrhundert geht hervor, dass die Menschen damals regelmäßig mindestens 73 (!) roh essbare Gemüse- und Wildpflanzen aus den Wäldern mitgebracht haben – für die Zubereitung von gemischtem Salat oder Gemüse.

Ein weiterer Vorteil des Waldgartens ist die Tatsache, dass der zuständige Waldgärtner außerordentlich viel Freizeit hat, weil weder Bodenbearbeitung noch Dünge- und Spritzmittel und auch keine aufwändige Aussaataktionen nötig sind. Gleichzeitig ist der Boden im Waldgarten immer dicht bewachsen und niemals ungeschützt der Witterung preisgegeben. Wie der Name *Waldgarten* schon sagt, gibt es dort eine Menge Bäume. Bäume, deren Wert für die Gesundheit unseres Planeten sicher niemand anzweifeln wird und die deshalb das Wertvollste sind, was ein Mensch in seinem Garten anpflanzen kann.

Ein Waldgarten ist also eine Mischung aus Wald und Garten. Vielleicht sollte man eher *Waldrandgarten* sagen. Einfach deshalb, weil der sonnige Waldrand

Wald bedeutet Vielfalt und Nahrung. Ein natürlicher Wald ist in verschiedene „Stockwerke“ aufgeteilt. Das höchste Stockwerk könnten u. a. Walnussbäume (links) bilden. Das Strauch-Stockwerk könnte aus Sanddorn (Mitte), Schlehen, Weißdorn und Brombeeren bestehen. Im niedrigen Busch-Stockwerk kann man – je nach Klima und Boden – Heidelbeeren (rechts) ernten.



jene Zone ist, wo am meisten für den Menschen essbare Pflanzen wachsen und deshalb im Waldgarten hauptsächlich die Waldrandzone imitiert wird.

Die Stockwerke im Waldgarten

Wie der tropische Regenwald aus verschiedenen „Stockwerken“ besteht, so würde sich – ohne forstwirtschaftliche Eingriffe – auch unser heimischer Wald entwickeln. Wer nicht zufällig Waldbesitzer ist, hat darauf leider wenig Einfluss. Doch Gärten, Balkone, Dächer, Hinterhöfe und Terrassen können ohne forstamtliche Genehmigung in Waldgärten verwandelt werden. In Waldgärten, die voller kulinarischer Geheimnisse stecken, die im Sommer kühl und schattig sind, die im Winter vor Wind und Frost schützen und gleichzeitig vielen Tieren ein Zuhause schenken, gibt es sieben Stockwerke:

0. Das sog. „Erdgeschoss“ wird von Pflanzen gebildet, die dicke Wurzeln haben. Im natürlichen Wald wachsen diese bevorzugt an oder in Lichtungen wie z. B. Meerrettich oder Wilde Möhre.

1. Dicht am Boden – im ersten Stock – wachsen die Bodendecker. Das sind krautige Pflanzen, die dafür sorgen, dass der Boden immer geschützt ist und es keine

Der Waldgarten hat den natürlichen Wald zum Vorbild. Wie der natürliche Wald besteht er aus drei Haupt-Vegetationsschichten: Bäume, Sträucher und Wildkräuter. Da ein Waldgarten so angelegt wird, dass der Mensch möglichst viel davon essen kann, besteht die Baumschicht aus Nuss- und Obstbäumen, die Strauchschicht aus Beeren- und Nusssträuchern, die Krautschicht aus mehrjährigen Gemüsearten und Kräutern. Das Erdreich wird nicht umgegraben und einjährige Gemüsearten werden nur dann verwendet, wenn sie sich selbst aussamen. Aufgrund der verschiedenen „Stockwerke“ wächst eins über dem anderen. So kann auf geringstem Raum eine enorme Vielfalt an Nahrung wachsen und geerntet werden. Solche Gärten werden schon seit langem in vielen tropischen Ländern (Mittelamerika, Indien, Afrika,..) bewirtschaftet. Doch sind Waldgärten nicht nur in den Tropen möglich, sondern überall auf der Welt in allen Klimazonen.

kahle Stellen gibt. Dazu gehören Feldsalat, Wegerich, Vogelmilch und Walderdbeere.

2. Im zweiten Stock gedeihen die etwas höher wachsenden Wildgemüse wie Bärlauch, Knoblauchrauke, Sternmiere, wilder Mangold, Beinwell, Melde und viele andere essbaren Wild- und Heilpflanzen. Sie treiben im Frühjahr als erste aus, wenn die meisten Bäume noch gar keine Blätter haben und die Sonne bis auf den Waldboden scheint. Wenn sich das Blätterdach des Waldes dann schließt, haben viele dieser Grünpflanzen längst geblüht, tragen Samen und ziehen sich langsam wieder zurück.

3. Niedrige Büsche und Beerensträucher bilden den dritten Stock. Heidel-, Brom-, Stachel-, Him- und Johannisbeeren wachsen im natürlichen Wald an Randzonen, wo sie ausreichend Sonnenlicht abbekommen.

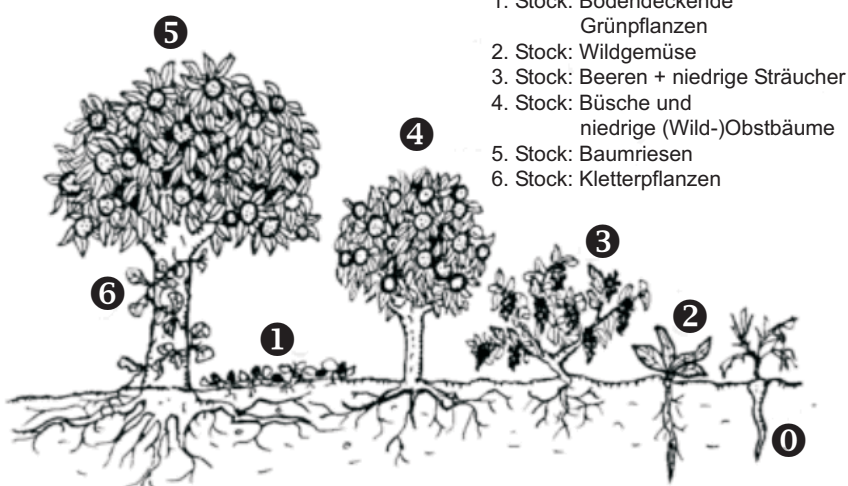
4. Bis in den vierten Stock ragen Haselnusssträucher, Sanddorn und Wildrosen mit ihren vitaminreichen Hagebutten, aber auch Topinambur sowie all die niedrigen Wildobstbäume wie Kornelkirsche, Holunder, Felsenbirne, wilde Pflaumen, Wildkirsche, Aprikose, Pfirsich, Mirabellen, Holzapfel und Holzbirne.

5. Darüber ragt als fünftes Stockwerk das Laubdach der Baumriesen. Das sind hohe Laubbäume (Linden mit schmackhaften Blättern), Fruchtbäume (Hochstammbirnen und -äpfel) sowie Nussbäume (Walnuss, Buchen, Eichen und Esskastanie).

6. Essbare Kletterpflanzen (Kiwi, Wein, Schlingknöterich, Kletterrosen, Stangenbohnen, Kapuzinerkresse) bilden den sechsten Stock. Sie ranken sich durch alle anderen Schichten hindurch.

Jeder, der auch nur ein kleines Stück Garten besitzt, kann das Waldrandprinzip anwenden und sich seinen eigenen Waldgarten schaffen. Durch gezielte Auswahl und Anpflanzung essbarer mehrjähriger Pflanzen und Bäume nach diesem Schema kann sich jeder Gartenbesitzer ein eigenes kleines Paradies erschaffen, das auf kleinstem Raum eine ganze Familie ernähren kann, das ihn mit außergewöhnlich gesunder und sehr vielfältiger Nahrung versorgt, das sehr wenig Zeit und Pflege in Anspruch nimmt und das von allen Gartenarten den höchstmöglichen ökologischen Wert besitzt.

Der Aufbau essbarer Wälder



- Boden (0): Wurzelgemüse
- 1. Stock: Bodendeckende Grunpflanzen
- 2. Stock: Wildgemüse
- 3. Stock: Beeren + niedrige Sträucher
- 4. Stock: Büsche und niedrige (Wild-)Obstbäume
- 5. Stock: Baumriesen
- 6. Stock: Kletterpflanzen

Robert Hart – der Entdecker des Waldgärtnerns

Robert Hart gilt als Pionier des Waldgartens. Er hat diese Art des Gärtnerns wiederentdeckt und den Begriff „Forest Garden“ geprägt. Viele Jahre verbrachte er als Bauer und Gärtner und suchte nach einer Anbaumethode, die in Harmonie mit der Natur steht, die gesund für Menschen und respektvoll gegenüber allen Lebewesen ist. In seinem Wohnort Wenlock Edge in England legte er den ersten Waldgarten an. Dieser versorgte ihn mit Nahrung und benötigte dabei ein Minimum äußerer Hilfe, weder in Form von Arbeit noch von Dünger noch von anderen Hilfsmitteln.

Kleine Waldgärten

Wie geht man vor, wenn man seinen Kleingarten in einen Waldgarten verwandeln bzw. wenn man einen Waldgarten ganz neu anlegen möchte?

Je kleiner der Garten, um so mehr wendet man das Waldrand- oder Waldlichtungsprinzip an. Das bedeutet, man imitiert die Gegebenheiten an einem Waldrand, wohin die Sonne scheinen kann und wo deshalb mehr Gemüse- und Heilpflanzen gedeihen als unter den dichten Blattkronen der großen Bäume. Das fünfte Stockwerk der Baumriesen wird im Kleingarten also vernachlässigt, da schon ein einziger ausgewachsener Walnussbaum mindestens 100 qm für sich beansprucht (und darunter kaum etwas wächst). Gärtner mit wenig Platz konzentrieren sich auf Kleinbäume (die für Balkonzwecke auch im Topf gehalten werden können).

Neben den im Kapitel „Die Stockwerke im Waldgarten“ erwähnten Wildpflanzen integriert man auch viele Kulturpflanzen in den Waldgarten. So können am Boden neben Walderdbeeren und Bärlauch auch Zwiebeln, Poste-

Robert Hart ist der Pionier des Waldgärtnerns. Hier mit seiner Schubkarre, die alles enthält, was er für die Pflege seines Waldgartens braucht: Astschere, kleine Sichel und Mulchmaterial.



lein, Kresse sowie an lichten Stellen mehrjähriger Brokkoli, Spinat, Gemüsekohl, Petersilie, Liebstöckel u.a. Heil- und Gewürzkräuter gepflanzt werden.

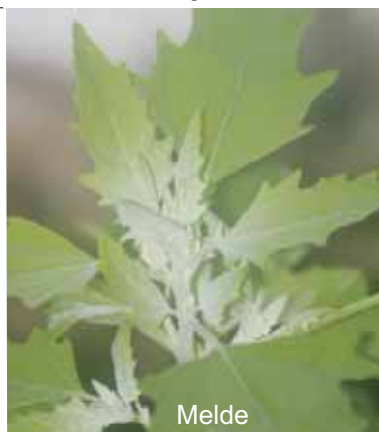
Mehrjährige Gemüse

Während die meisten der heute gebräuchlichen Gemüse- und Salatpflanzen einjährig sind (im Jahre ihrer Aussaat geerntet werden und im Jahr darauf aufs Neue ausgesät werden müssen, wobei immer neues Saatgut gekauft werden muss, siehe Dep. 34/07), liegt das Augenmerk bei der Pflanzenauswahl für den Waldgarten auf *Mehrjährigkeit*. Sobald sie eine

Einige Pflanzen für das erste und zweite Stockwerk des Waldgartens (von links oben nach rechts unten): Die Winterzwiebel ist eine mehrjährige Zwiebel, man erntet hauptsächlich die Blätter. Die Melde schmeckt wie Spinat und bringt gewöhnlich riesige Ernten. Die Blätter des Engelwurz schmecken in Salaten, ihre Wurzel ist ein gutes Heilmittel bei Verdauungsstörungen. Beinwell schmeckt nicht überragend, er wird hauptsächlich als Heilpflanze angepflanzt und außerdem, weil er unerwünschte Wildkräuter aus dem Garten fernhält. Der Sonnenhut ist bekannt für seine Abwehr stärkende Wirkung und der Bärlauch u. a. für seinen vortrefflichen Geschmack.



Winterzwiebel



Melde



Engelwurz



Beinwell



Sonnenhut



Bärlauch

gewisse Größe erreicht haben (nach ca. einem Jahr), können diese Pflanzen ständig beerntet werden, wachsen immer neu nach und treiben im Frühjahr aus ihrem Wurzelstock aus. Dadurch entfällt für den Waldgärtner viel Aufwand – Umgraben, Saat- oder Frühbeete vorbereiten, Aussäen, Ausdünnen, Auspflanzen. Da mehrjährige Pflanzen meist mit einem weit verzweigten Wurzelsystem tief mit dem Erdreich verbunden sind, entfällt auch künstliche Bewässerung.

Einjährige Gemüse

Aber auch einjährige Pflanzen haben im Waldgarten Platz: Melde, Ampfer, Feldsalat, Petersilie säen sich, einmal angesiedelt, selbst aus. Manche benötigen dazu freie Stellen im Erdreich (z.B. Melde). Man nennt diese Pflanzen Pioniergewächse. Ihre Lebensaufgabe ist normalerweise, jedes kahle und damit auch jedes frisch umgegrabene Plätzchen Boden schleunigst zu besiedeln, um die nackte, empfindliche Erde wieder zu bedecken. In der Natur erscheinen solche Pflanzen deshalb selten zwei oder mehr Jahre hintereinander an derselben Stelle. Die Pionierpflanzen machen auf kahlen Flächen (z.B. auch auf frisch gepflügten Feldern, weswegen Pionierpflanzen in der Landwirtschaft gefürchtete Pflanzen sind) stets den Anfang, dann siedeln sich dauerhafte Gewächse an und die Pionierpflanzen verschwinden wieder. Im natürlichen Wald sorgen Rehe, Kaninchen oder Wildschweine immer wieder für kleine kahle Stellen. Imitieren Sie also diese Tiere und befreien Sie einfach *kleine* Flächen an verschiedenen Plätzen von Bewuchs, so dass sich die Samen der einjährigen Pflanzen an diesen Stellen niederlassen und keimen können.

Tomaten, Paprika & Co.

Selbstverständlich hindert Sie niemand daran, an sonnigen Stel-

len kleine Beete mit Tomaten, Paprika, Gurken und anderen „normalen“ Gemüsepflanzen anzulegen. Doch machen Sie auch hier einen Versuch, neben welchen Beerensträuchern oder Kräutern diese meist sehr wärmeliebenden Gartenkinder am besten gedeihen. Das Saatgut für die einjährigen Pflanzen sollten Sie ausschließlich von Spezialversendern beziehen, wo es alte, samenfeste und Ihrem Standort angepasste Sorten gibt (Dep. 34/07).

Pilze

Natürlich werden früher oder später auch Pilze den Waldgarten bevölkern. In tote Baumstämme kann das Myzel, das unterirdisch wachsende Fadengeflecht der Pilze, (Gartenfachhandel) z.B. des Austernpilzes oder des Shiitake-Pilzes geimpft werden.

(Hasel-)Nüsse

Haselnüsse waren in der Steinzeit Hauptnahrungsmittel unserer Vorfahren. Sie stecken voller Mineralstoffe, (gutem) Fett und sind leicht zu ernten. Wenn es im Waldgarten viele Haselnüsse gibt, kann man daraus Brote und Müslis herstellen. Haselnüsse sollte man in der Schale lagern und frisch essen. Gekaufte Haselnüsse sind oft alt und ranzig.

Beeren für Vögel?

Wer reichhaltige Beerenanpflanzungen plant, sollte eine Eberesche nicht vergessen. Zwar schmecken ihre Beeren uns Menschen nicht, den Amseln und Drosseln dafür umso mehr. Sie lassen dann sogar Kirschen, Him-, Brom- und Stachelbeeren links liegen und konzentrieren sich ganz auf die Eberesche.

Das sechste Stockwerk, die Kletterpflanzenschicht könnte die Hauswand oder die Garage begrünen. Wenn Bäume als Klettergerüst verwendet werden, erfordert das Einfühlungsvermögen,

Eine empfehlenswerte Kletterpflanze ist der Schlingknöterich. Er ist an sonnigen Plätzen völlig anspruchslos und liefert den ganzen Sommer massenweise geschmackvolle Blätter. Gleichzeitig lieben die Bienen seine weißen Blüten.



da die Kletterpflanzen mit dem betreffenden Baum um Licht konkurrieren. Dicht belaubte oder verzweigte Bäume eignen sich nicht. Suchen Sie für diesen Zweck Bäume aus, in die Sie zur Erntezeit gut klettern können.

Pflege des Waldgartens

Obwohl der Waldgarten, sobald er einmal angelegt ist, wenig Arbeit bereitet, benötigt er dennoch regelmäßigen Besuch und aufmerksame Augen seines Gärtners. Selten sind mehr als drei Arbeiten nötig: Pflanzen, die sich zu stark ausbreiten und anderen zu viel Licht wegnehmen, sollten zurückgeschnitten werden, dann muss Mulch ausgebracht – und geerntet werden muss (oder besser darf!) natürlich auch noch.

Mulchen

Das Mulchen ist vor allem in frisch angelegten Waldgärten unverzichtbar. Der natürliche Wald ist hier wieder Vorbild. Laub und morsche Zweige fallen im Wald zu Boden. Sie bleiben dort liegen. Niemand reißt sie „ordentlich“ zusammen und keiner bringt sie zur Grüngutsammelstelle. Das wäre der Tod des Waldes! Im Wald nährt verstorbenes Material die lebenden Pflanzen.

Eben so machen wir es im Waldgarten. Organisches Material in Form einer dicken Schicht aus Stroh, Laub, Küchenabfällen sowie Ast- und Rasenschnitt wird zwischen die neu gepflanzten mehrjährigen Gemüse und die jungen Obstbäume verteilt. Mulch verhindert das Erscheinen unerwünschter Wildkräuter, schützt den Boden vor Sonne, Wind und Regen, verringert die Verdunstung, lockt Regenwürmer an und versorgt die Pflanzen mit Nährstoffen. Mulchmaterial jedoch wird auch von Schnecken geliebt! Bevor sie die armen Tierchen vernichten, beobachten Sie, was diese in Ihrem Waldgarten tatsächlich tun! Fressen Sie Ihre Gemüse- und Salatpflanzen? Oder laben sie sich nur an Ihrem Mulchmaterial?

Die Kombination von herkömmlichem Garten mit Waldgarten

Natürlich spricht nichts dagegen, einen Teil des Gartens weiterhin mit einjährigen Gemüsen zu bepflanzen. Wald- und herkömmlicher Garten können sich hervorragend ergänzen. Während im Waldgarten grünes Blattgemüse vor allem im Frühling und Herbst geerntet wird, gibt es im herkömmlichen Garten die meisten Salate im Sommer. Tomaten, Gurken, Paprika, Erbsen und andere einjährige Gemüse werden schon geerntet, wenn Nüsse und viele Früchte des Waldgartens noch am Reifen sind.

Aus Obstwiesen werden Waldgärten

Natürlich brachte die Natur nie ordentlich quadratische Beete mit nur ein oder zwei Gemüsesorten hervor, auch keine reinen Beeren- oder Obstplantagen und selbst die weit verbreitete Streuobstwiese weist etliche ökologische Mängel auf. Gras und Bäume sind eigentlich Konkurrenten, da sie ein ähnlich feines Wurzelwerk besitzen. Die regelmäßige

ge Beweidung durch Tiere oder das Mähen mit Traktoren führt zu einer Verdichtung des Bodens, was Obstbäume sehr unglücklich macht. Eine Umwandlung von Baumwiesen in Waldgärten bzw. bereits eine Unterpflanzung der Bäume mit tiefwurzelnden (essbaren) Wildpflanzen in Kombination mit einer dicken Mulchschicht würde die Bäume aufatmen lassen. Ihre Wurzeln könnten sich endlich entfalten und gesunde, üppige Ernten wären das Ergebnis.

Alte robuste Sorten säen

Im herkömmlichen Garten muss jedes Frühjahr erneut Saatgut (oder die Pflanzen selbst) gekauft werden. Die meisten käuflichen Samen bringen Hybridpflanzen hervor, was bedeutet, dass deren Samen nicht mehr verwendet werden können, da daraus völlig andere, fast immer minderwertige Sorten entstehen, die kaum oder keine Früchte tragen. Die meisten geläufigen Gemüse wurden mittlerweile so gezüchtet, dass sie besonders groß und lagerfähig sind. Geschmack, Nährwert und Widerstandskraft gegen Krankheiten und Schädlinge blieben dabei auf der Strecke. Glücklicherweise gibt es Menschen, die es sich zur Aufgabe gemacht haben, alte, robuste und heimische Gemüse und Kräuter zu erhalten. Dort erhält man gentechnikfreies und samenfestes Saatgut. Letzteres bedeutet, dass Sie Samen aus Früchten Ihrer eigenen Ernte im nächsten Jahr wieder verwenden können, so dass Sie kein fremdes Saatgut mehr zu kaufen müssen.

Waldgarten (mit seinen mehrjährigen Gemüsesorten) plus ausschließlichem Erwerb von alten Saatgutsorten (bei den einjährigen Gemüsen) ist eine wirkungsvolle und gesunde Lösung, um sich dem Einfluss der Saatgutkonzerne zu entziehen. *Arche Noah* oder andere Organisationen, die sich dem Erhalt samen-



Mulch zwischen Knoblauch: Mulchen imitiert einen natürlichen, immer bedeckten Waldboden. Der Boden wird so vor Sonne und Platzregen geschützt. Mulch versorgt die Pflanzen mit Nährstoffen und Regenwürmer mit Futter.

echter Gemüsesorten widmen, bieten Ihnen Saatgut vieler uralter und robuster Gemüsesorten (siehe auch Dep. 34/2007).

Auch Obstbäume sind heute manipuliert und überzüchtet, so dass viele Sorten zwar viele und große Früchte tragen, jedoch entweder ohne Geschmack oder aber krankheitsanfällig sind. Es gibt aber immer noch sog. Ur-Obstsorten. Das sind Apfel-, Birnen- oder Zwetschgenbäume, die nie beschnitten werden müssen und trotzdem reiche Ernten tragen. Ihre Früchte sind oft kleiner, dafür aber robust und prall gefüllt mit Kraft, Saft und Geschmack (siehe Kasten S. 37).

Waldgärten retten Leben. Beispiel Haiti (www.misereor.de)

Haiti ist das ärmste Land des amerikanischen Kontinents. 90 Prozent der Bevölkerung lebt als Kleinbauern, Landlose und Slumbewohner am Rande des Existenzminimums. Nur noch drei Prozent des bergigen Landes sind mit Wald bedeckt. Ganze Regionen drohen vollständig zu verkarsten (kahl zu werden). Jetzt schließen sich immer mehr Kleinbauern zusammen, um gemeinsam ihr Land zu sanieren, es vor Erosion zu schützen und sich damit aus der Armut zu befreien. George Debleds, einer der betroffenen haitianischen Bauern, und seine Nachbarn waren unter den ersten Bauern, die zu diesem Zweck rettende Waldgärten

ten anlegen. Er sagt: „Wir konnten nicht mehr genug ernten, um unsere Familie satt zu machen. Wir wollen aber, dass Haiti wieder grün und fruchtbar wird. Mittlerweile leben wir in unseren Waldgärten wie in einer Oase. Genug Wasser, ein Boden, der uns zwei bis drei Ernten im Jahr schenkt – so reichhaltige, dass wir noch genug auf den Märkten verkaufen können. Ich hoffe, dass wir durch unsere Erfolge viele Nachahmer finden. Dann könnte es bei uns auf dem Land langsam wieder aufwärts gehen.“

Die Bauern auf Haiti Frieden ihr Land mit dichten Hecken ein, um die Gärten vor streunenden Tieren und trockenen Winden zu schützen. Sie pflanzen in regelmäßigen Abständen auf langen Linien Sträucher, um das Wegschwemmen des Bodens zu verhindern. Sie halten den Boden mit Pflanzenmaterial bedeckt und führen ihm regelmäßig Kompost zu, um das Versickern des Regenwassers zu erleichtern und die Fruchtbarkeit zu erhöhen.

Sie pflanzen Bäume entlang der Einfriedung und der Erosionsschutzlinien: Obstbäume für die Nahrungsproduktion, andere Bäume für Viehfutter, Feuerholz, Bauholz und die Herstellung von Möbeln. Die Bäume festigen und verbessern den Boden, regulieren den Wasserhaushalt und vertragen sich mit einjährigen Kulturen wie Mais, Bohnen, Maniok und Yams. Man muss nur die richtigen Arten wählen und sie so anpflanzen, dass jede Pflanze ihr Quäntchen Sonnenlicht erhält. Neben den üblichen Kulturpflanzen wachsen Früchte (z.B. Orangen, Bananen, Ananas), Kaf-

Waldgärten auf Haiti retten Familien aus der Hungersnot und begründen dauerhaft das fast waldlose Land.



Ahornblatt Garten

Urobst für reiche und gesunde Ernten ohne Arbeit

Urobst? Das sind ursprüngliche Obstsorten, die nicht veredelt wurden, sondern auf ihrer eigenen Wurzel wachsen. Bei Ahornblatt gibt es von vielen Obstarten eine Urobst-Variante, z. B. Äpfel, Birnen, Mirabellen, Pflaumen, Pfirsiche, Aprikosen, Wein, etc. Diese Sträucher und Bäume sind widerstandsfähig und pflegeleicht. Sie müssen nicht beschnitten werden und tragen massenweise Früchte. Da es sich um heimische Gewächse handelt, findet deren üppige Blüte in der hiesigen Insektenwelt großen Anklang. Die Früchte sind natürlich kleiner und nicht so süß wie jene der veredelten Kultursorten. Doch übertreffen die Urfrüchte ihre „kultivierten“ Verwandten hinsichtlich des Vitalstoffgehaltes ganz enorm. Im Ahornblatt-Sortiment gibt es ebenfalls viele Wildobstsorten wie Wildrosen, Wilde Reben und Beeren.

Naturgarten-Versand Ahornblatt

Seit Jahren plant und gestaltet das Ahornblatt-Team naturnahe Gärten und Anlagen und beweist, dass es für jeden gärtnerischen Zweck die richtige heimische Pflanze gibt. Mit heimischen Pflanzen lassen sich unverwechselbare, lebendige Gärten gestalten, die ein harmonischer Lebensraum für Menschen, Pflanzen und Tiere sind. Heimische Pflanzen besitzen im Gegensatz zu asiatischen oder amerikanischen Exoten einen unvergleichlich höheren ökologischen Wert.

Bei Ahornblatt gibt's ein reiches Sortiment, von Hundsrose und Schlehe über Wildobst und alte Kulturobst-Sorten bis hin zu seltensten Gehölz- und Rosenformen, die man sonst kaum noch findet. Und noch etwas ist anders bei Ahornblatt: Pflanzen werden hier nicht als beliebige „Ware“ gesehen, sondern als Mitgeschöpfe mit eigener Würde, und auch entsprechend behandelt.

Alle Pflanzen werden versandt. Wer will, der kann die Vielfalt der Farben und Formen aber auch „in Natur“ im Gartenmarkt in Mainz erleben.

Ahornblatt GmbH, 55001 Mainz,
Tel.: 0 61 31 / 7 23 54,
E-Mail: Nachricht@Ahornblatt-Garten.de
www.Ahornblatt-Garten.de

Gartenmarkt: Mainz Zahlbach,
Untere Zahlbacher Straße 1a,
März - Mai, Sept. - Nov., Sa: 10.00 - 14.00



Wurzelechte Mirabelle von Nancy



Wurzelechte Pflaume Kriechepflaume



Die Pillnitzer Vitaminrose hat dreimal so viel Vitamin C wie andere Wildrosen



Echte Wildform der Felsenbirne



Wurzelechte Urtraube: Schwarzsriesling



In England entstand ein Waldgarten auf dem Dach eines Bürogebäudes in der City von Reading: „The Roof Garden“. Im Dachgarten wachsen über 120 essbare oder medizinisch wirksame Bäume und Pflanzen. Neben Obstbäumen, Beerensträuchern, vielen Gemüse- und Kräuterpflanzen gibt es ein Gewächshaus, eine Solar- und Windkraftanlage, Wassertanks und hölzerne Gehwege. Der Papier- und Biomüll der Büros gelangt in zerschredderter Form als Mulchmaterial und Dünger in den Dachgarten. Im Frühjahr 2002 wurde der Dachgarten gepflanzt, drei Jahre später sah er wie im Bild 4 aus. Mittlerweile ist dieser Waldgarten ein beliebter Picknickplatz in Readings Stadtzentrum. Fotos 1 bis 3 zeigen, wie der Waldgarten entstand, von der Vorbereitung des Daches, dem Ausbringen der Erde und schließlich dem Bepflanzen. Auf Bild 4 sieht man deutlich, wie rasch die Pflanzen wachsen und wie sich der Garten in eine abwechslungsreiche Landschaft entwickelt (Quelle: www.risc.org.uk/garden/)

fee und verschiedene Heilpflanzen. Waldgärten bewahren die natürlichen Ressourcen und schenken den Menschen gute Ernten. Sie verwandeln das Land wieder in eine Quelle des Lebens.

Waldgärten sind ein Weg in die Freiheit

Wir sind heute von so vielem abhängig, zum Beispiel von Tankstellen, Stromversorgern, Atomkraftwerken, Heizöl- oder Erdgasunternehmen, vom Wasserwerk, dem Bankautomaten, vom reibungslosen Funktionieren des Lebensmittelnachschubs in den Supermärkten, von der Schulmedizin und bestimmten Medikamenten, vom Telefon, dem Internet und vielem anderen mehr.

Unser Essen und damit unsere Existenz hängen gegenwärtig stark vom Erdöl ab. Bis das Essen auf unserem Teller liegt, sind für jede Nahrungskalorie durchschnittlich 10 Kalorien fossiler Energie verbraucht worden, um es herzustellen. Dies beinhaltet Herstellung und Betrieb von Traktoren und anderen Maschinen, Kunstdünger und Chemikalien, Transport der Nahrungsmittel,

Verarbeitung, Verpackung, Vermarktung, Verteilung an den Einzelhandel, unsere Fahrt zum und vom Supermarkt sowie die Zubereitung durch Kochen, Backen oder Mikrowelle usw.

Ein Waldgarten bietet hingegen die Möglichkeit, aus dieser verschwenderischen und endzeitlichen „Maschinerie“ auszusteigen und – wenigstens zu einem großen Teil – frei und unabhängig zu werden.

Ein Waldgarten von gerade einmal 40 Quadratmetern kommt mit vier Stunden Pflege pro Woche aus und kann – je nach kulinarischer Vorliebe – zwei Personen fast ganzjährig mit Obst und Gemüse versorgen. Je weniger Sie auf minderwertige Supermarktware angewiesen sind, je mehr grüne Blattgemüse und vor allem Wildpflanzen Sie in Ihren Speiseplan integrieren, desto freier, unabhängiger – und gesünder – sind Sie!

Kristina Peter

BUCH-TIPP

Dieses Buch zeigt Schritt für Schritt, wie Waldgärten unter mitteleuropäischen Klima- und Bodenverhältnissen gestaltet werden können. Gemeint sind große und kleine Gärten. Letztere werden wie Miniatur-Waldlandschaften angelegt.

Patrick Whitefield stellt viele geeignete (Wild-)Pflanzen, Gemüsearten und Bäume detailliert vor. Er geht auf das Mulchen und die Regulierung von sog. Schädlingen ein und zeigt zum Schluss anhand eines praktischen Beispiels, wie ein „normaler“ Garten in einen Waldgarten umgestaltet werden kann.

„Das große Handbuch Waldgarten“ von Patrick Whitefield, 178 Seiten
OLV Organischer Landbau Verlag;
ISBN: 3-922201-25-3



Der Mann mit den Bäumen



Sommer 1913: Jean Giono, ein junger Mann von zwanzig Jahren, brach auf, eine lange Fußwanderung auf den von Touristen nicht beachteten Höhen der französischen Alpen zu unternehmen. Nach drei Tagen befand er sich in einer wüstenähnlichen Gegend. Er kampierte neben einem verlassenen Dorf, das aus fünf zerfallenen Häusern bestand. Da er seit dem Vorabend kein Wasser mehr gehabt hatte, machte er sich auf die Suche nach dem Brunnen des Dorfes. Doch die Quelle war längst versiegt. Der heulende Wind blies mit unerträglicher Wucht über die offene Landschaft, in der es außer dünnen Gräsern keine Vegetation mehr gab.

Jean war durstig und zog weiter. Schließlich traf er einen Hirten mit etwa fünfzig Schafen. Der Hirte – ein Mann von fünfundfünfzig Jahren – gab Jean aus seiner Kürbisflasche zu trinken und lud ihn in seine Hütte ein. Er sprach wenig. Doch Jean fühlte sich auf Anhieb in seiner Nähe wohl und vertraute ihm. Das Steinhaus war aufgeräumt, das Geschirr gewaschen, der Boden gekehrt und die Suppe kochte auf dem Herd. Nach der einfachen Mahlzeit holte der Hirte – er hieß Elzéard Bouffier – einen kleinen Sack hervor und schüttete einen Haufen Eicheln auf den Tisch. Er untersuchte sie genau und sortierte die schlechten aus, bis er schließlich hundert vollkommene Eicheln vor sich hatte. Dann ging er schlafen.

Elzéard Bouffier erweckte den Eindruck, dass nichts ihn zu stören vermochte. Wie selbstverständlich lud er den jungen Mann am nächsten Morgen ein, ihn zu begleiten. Er nahm den Sack mit den hundert voll-

kommenen Eicheln, einen Eisenstab und begann bergan zu steigen. Plötzlich hielt er an, stieß seinen Eisenstab in die Erde, legte in das entstandene Loch eine der hundert vollkommenen Eicheln und verschloss das Loch mit Erde. Das machte er hundertmal an diesem Tag. Er pflanzte Eichen!

Jean Giono fragte ihn, ob das Land ihm gehöre. Nein, antwortete der Hirte, und er wisse auch nicht, wem es gehören könnte. Jean stellte viele Fragen und Elzéard antwortete schließlich. Seit drei Jahren pflanze er Bäume in dieser wüstenartigen Einsamkeit. Er habe bereits 100.000 gepflanzt. Von den 100.000 hätten 20.000 getrieben. Von diesen 20.000, so rechne er, werde er noch die Hälfte durch Nagetiere und andere Umstände verlieren. Vermutlich würden etwa 10.000 bleiben. 10.000 Eichen, die plötzlich dort wuchsen, wo es vorher nichts gegeben hatte! Jean war überwältigt und stellte sich diesen Eichenwald in 30 Jahren vor. Doch der Hirte sagte, wenn Gott ihm so lange das Leben gäbe, dann werde er bis in 30 Jahren so viele Bäume gepflanzt haben, dass diese 10.000 wie ein Tropfen im Meer sein würden.

Er hatte neben seinem Haus mit Bucheckern bereits eine Baumschule angelegt. Und weiter unten, wo der Grundwasserspiegel höher sei, wolle er die feuchtigkeitsliebenden Birken pflanzen.

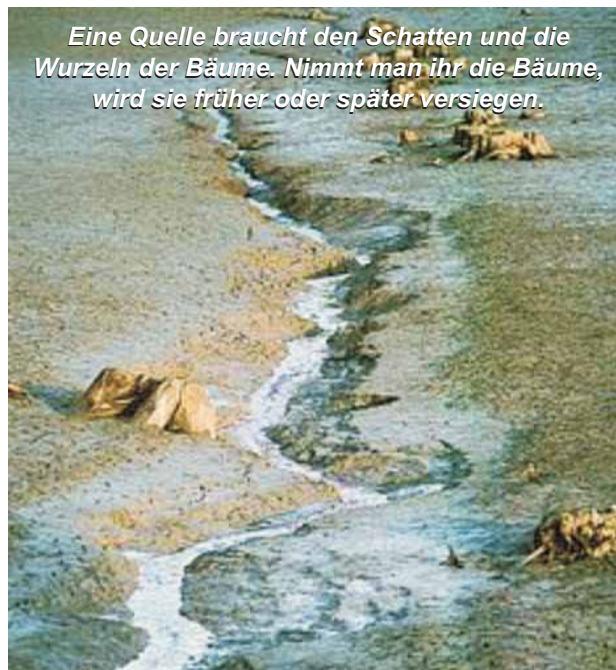
Dann kam der Krieg und Jean kämpfte fünf Jahre lang. Aus dem Krieg entlassen, hatte er ein großes Bedürfnis nach frischer Luft, so dass er sich auf den Weg zu dem Hirten und seinen Bäumen machte. Elzé-

ard hatte nur noch vier Schafe, aber dafür hundert Bienenstöcke. Schafe fressen Baumsetzlinge, Bienen nicht. Um den Krieg hatte er sich nicht gekümmert. Er hatte unbeirrt Bäume gepflanzt. Die ersten Eichen waren mittlerweile 10 Jahre alt, höher als ein Mann und standen kraftvoll und dicht. Schweigend gingen sie durch den jungen Wald. Er maß elf Kilometer in der Länge und drei Kilometer in der größten Breite. Die Buchen reichten Jean bis zur Schulter und wunderbare Birkenhaine aus zarten, schlanken Bäumchen wuchsen dort, wo der Boden feuchter war.

In Gedanken versunken stieg Jean wieder hinab zu jenem verlassen Dorf, wo er einst vergeblich nach Wasser gesucht hatte. Da hörte er fröhliches Plätschern und traute seinen Augen nicht. Die Quelle, die doch längst versiegt war, hatte wieder zu sprudeln begonnen. Wasser floss durch Bachbette, die viele Jahre trocken gelegen hatten. Des Hirten Wald hatte das Wasser in die kahle Einöde zurückgebracht – und mit ihm die Fruchtbarkeit. Weiden, Wiesen und Blumen entstanden dort, wo einst der heulende Wind über kahle Flächen tobte. Die Veränderung jedoch ging so langsam vor sich, dass sich die Menschen an sie gewöhnten, ohne erstaunt zu sein. Niemand entdeckte das Werk dieses einzelnen Mannes.

Im Jahre 1933 bekam Elzéard Bouffier Besuch eines Forstwartes. Dieser Beamte gab ihm die Weisung, draußen ja kein Feuer zu machen, um das Gedeihen dieses *natürlichen* Waldes nicht zu gefährden. Damals pflanzte Elzéard gerade Buchen 12 Kilometer von seinem Haus entfernt. Zwei Jahre später kam eine ganze Delegation, um den *natürlichen* Wald zu besichtigen. Man stellte den Wald unter Staatsschutz und verbot, dort Kohle zu brennen.

Elzéard ignorierte auch den Krieg von 1939, indem er unermüdlich Bäume pflanzte – noch im Alter von 87! Als sich Jean Giono nach vielen Jahren wieder einmal auf den Weg zum alten Hirten machte, erkannte er die Gegend nicht mehr. Das zerfallene Dorf zählte 28 Einwohner. Sie hatten schmucke Häuschen gebaut und mit bunten Gärten umgeben. Statt



der trockenen heftigen Winde hörte man sanftes Murmeln: Es war der Wind in den Wäldern Elzéards. *Überall* sprudelten wieder Quellen – aus den Tiefen empor geholt von den Wurzeln der Bäume. Viele andere Dörfer waren entstanden und die Menschen lebten gut von fruchtbaren Feldern und dem gesunden Vieh auf sattgrünen Weiden. Mehr als 10.000 Menschen verdankten ihr Glück Elzéard Bouffier – ohne es zu ahnen.

1970 wollte ein Journalist die Wälder Elzéard Bouffiers besuchen. Er schrieb an Jean Giono, wie er dort hin finden könne. Jean schrieb ihm:

„Lieber Herr, selbst wenn Sie nach Vergons oder Bannon oder Le Lagne gehen, Sie werden nichts mehr sehen: Seit jener Zeit ist alles verändert und über den Haufen geworfen, um Silos für Atombomben, Schießplätze und mehrere Komplexe von Ölreservoirs anzulegen. Unversehrt blieben nur einige Tannen, wenige Wäldchen von Buchen und Erlen. Sie werden nicht einmal die Spur des Andenkens an Elzéard Bouffier finden. Seien Sie zufrieden mit dem Geist der Sache. Er hat sein Genüge in sich. Herzlich Jean Giono.“

Auch wenn Elzéard Bouffiers Werk zerstört wurde, wir können es zum Vorbild nehmen, es mit unseren eigenen Taten wieder zum Leben erwecken! Wo auch immer Sie leben, suchen Sie nach Möglichkeiten, Bäume zu pflanzen! Und wenn Sie keinen Platz für Bäume haben, dann pflanzen Sie Büsche und säen Sie Blumen.

Kristina Peter

„Der Mann mit den Bäumen“ wurde 1989 verfilmt. Das Buch (Titelfoto S. 39) ist jedoch empfehlenswerter. DVD (€ 25,- plus 3,- Porto) oder VHS (€ 15,- plus 3,- Porto) gibt es bei www.kubnyfilm.de