



seit 1992

Rundschreiben 09/2004

Einen Sommer lang

Zwischen Roggenfeld und Hecken

Führt ein schmaler Gang;

Süßes, seliges Verstecken

Einen Sommer lang.

Wenn wir uns von Ferne sehen,

Zögert sich der Schritt,

Rupftein Helmchen sich im Gehen,

Nimmt ein Blättchen mit.

Hat mit Ähren sich das Mieder

Unschuldig geschmückt,

sich den Hut verlegen nieder

in die Stirn gedrückt.

Finster kommt sie langsam näher,

Färbt sich rot wie Mohn;

Doch ich bin ein feiner Späher,

kenn die Schelmin schon.

Noch ein Blick in Weg und Weite,

ruhig liegt die Welt,

und es hat an ihrer Seite

mich der Sturm gesellt.

Zwischen Roggenfeld und Hecken

Führt ein schmaler Gang;

Süßes, seliges Verstecken

Einen Sommer lang.



Weise gehen in den Garten

Über die heilsame Wirkung von grünen Oasen auf den Menschen. Gärten sind Oasen für den Körper, Geist und Seele. Das ist keine Neuigkeit, aber die Zeiten wachsender Alltagsorgen eine Tatsache, die man sich mal wieder vor Augen führen sollte. Wenn jeder Cent zweimal umgedreht wird und die Lust am hedonistischen Sein (sinnfroh und genussbetont) von der Angst um die Zukunft verdrängt wird, besinnt sich so mancher auf die Haltung: Weg von der extrovertierten Konsum- und Erlebnishaltung, hin zur Besinnung auf Heim und Garten. Als Dahlien statt Disco, Primeln statt Prosecco?

Vielleicht nicht so krass, aber die Tendenz stimmt: Obwohl die Konjunktur schwächelt, haben die Deutschen noch nie so viel Geld für ihr grünes Hobby ausgegeben. Und einen Garten zu pflegen hat in der Tat mehr als nur tröstende Wirkung. Gärten können heilen, bieten therapeutische Hilfe gegen Stress und Niedergeschlagenheit. Von Gärten geht dabei in mehrfacher Hinsicht eine Heilwirkung aus: Der Aufenthalt in gestalteter Natur bietet nicht nur Erholung, sondern dient auch der Selbstfindung, dem Wiederherstellen eines körperlichen und seelischen Gleichgewichts und stimuliert die Sinne.

Wissenschaftler haben festgestellt, dass Farbharmonien blühender Rabatten und Beete therapeutisch wirksame Stimmungen auslösen können. Menschen reagieren zwar auf Farben sehr subjektiv, dennoch können Gemeinsamkeiten festgestellt werden. Die meisten Menschen werden von Farben, wie sie in Staudenrabatten vorkommen, positiv beeinflusst. Von allen Farben wirkt Grün am beruhigendsten, wodurch sich auch das Grün an den Wänden von Krankenhäusern erklärt, das immer öfters klinisches Weiß ersetzt.

Ebenfalls harmonisierend wirken auch die Geräusche und Düfte eines Gartens. Erstaunlicherweise findet sich in klassischen japanischen Gärten schon lange viel von dem verwirklicht, was zeitgenössische Wissenschaftler als neue Erkenntnis feiern: Das sanfte Plätschern von Wasserspielen oder das von einer Brise verursachte Blätterrauschen lenken von Sorgen des Alltags ab.

Und auch andere Sinne erfahren im Garten Positives. Wir besitzen ein oft unterschätztes Gedächtnis für Düfte. Der Geruch von frisch gemähtem Gras, das Aroma von reifenden Beeren in der Nachmittagssonne oder einfach ein Hauch, der nach einem Sommerregen aus dem Boden aufsteigt, können die Erinnerungen an Kindertage oder glückliche Zeiten ins Gedächtnis holen. Anhänger der Aromatherapie wissen ohnehin um die wohltuende und heilende Wirkung von Düften. Es muss jedoch nicht immer etwas Bestimmtes wie beruhigender Lavendelhauch oder berauschender Fliederduft sein, oft genügt es schon, dass überhaupt etwas duftet. Und im Garten duftet eigentlich immer etwas. Wer derart angeregt dann selbst Hand anlegt bei der Gartenarbeit, therapiert sich gleich doppelt, denn die Bewegung an der frischen Luft gehört zu den sinnvollsten körperlichen Betätigungen. Natürlich nur, sofern man es nicht übertreibt und gleich den ganzen Garten umgräbt. Das Beobachten von zyklischem Wachstum und Wandel, die Wahrnehmung, etwas Lebendiges auf den Weg gebracht und damit einen Teil seiner Umwelt gestaltet zu haben, wirkt erhebend. In der Rehabilitation spielt das Gärtnern wegen der psychologischen und physiologischen Auswirkungen auf Patienten mittlerweile oft eine genauso große Rolle wie die Kunst- und die Ergotherapie. Unterstützt wird diese Therapie noch durch den Einsatz von im Garten angebauten Heilkräutern wie Melisse, Salbei und Johanniskraut. Hier kann man auf einen jahrhundertealten Erfahrungsschatz von Koster- und Apothekergärten zurückgreifen. Aber auch von nicht kranken Menschen wird der Garten als Quelle für Gesundheit und Wohlbefinden wahrgenommen: Das Werkeln und Gestalten darin wird zur Selbstverwirklichung, denn nur hier kann man sein kleines reich nach eigenen Vorstellungen gestalten.

Ganz gleich, ob das eigene Gärtchen mit Gartenzweig und Gemüsebeet oder mit Rosenpergola und Staudenrabatte angelegt wird, im Grunde spiegelt sich in allen diesen Entwürfen die Suche nach dem verlorenen Garten Eden wieder: Die Sehnsucht nach einem wiedergefundenen Paradies. Schließen wir mit den Worten: „**Dumme hasten, Kluge warten, Weise gehen in den Garten**“.

Ab Ende Juli/Anfang August reifen die Holunderbeeren

Sie werden meist von wild wachsenden Sträuchern geerntet, die an Weg- und Waldrändern gedeihen. Es gibt auch Zuchtformen, aber die werden in Hausgärten nicht so oft angebaut, meist aus Platzgründen.

Der gute, alte Holundersaft ist sicher auch den jüngeren unter uns bekannt, die älteren erinnern sich bestimmt noch an die köstliche Holunder- oder Fliedersuppe, die an kalten Winterabenden besonders gut schmeckte. Sie wurde mit Apfelschnitzeln verfeinert, mit Sago oder Kartoffelmehl angedickt und dann mit Eischneehäubchen serviert.

Weniger bekannt ist, dass man aus Holunderbeeren ganz köstliche Gelees herstellen kann. Der Saft wird im Erntesaft gewonnen und dann mit Gelierzucker zu Gelee verarbeitet. Mit Vanilleschoten und Gewürznelken kann man den Geschmack variieren und verfeinern. Dabei muss man aufpassen, dass an mit solchen Gewürzen nicht zuviel des Guten tut. Das gilt vor allem für Gewürznelken, die sehr intensiv würzen und die man am besten nur stückweise verwendet. Ein Holunderlikör ist auch eine leckere Sache. Dazu werden die vollreifen, gut verlesenen Beeren mit Alkohol aufgesetzt und ebenfalls gewürzt.

Bei Ernte und Verarbeitung der Holunderbeeren sollte man darauf achten, dass möglichst alle unreifen Beeren ausgelesen werden. Vor allen Dingen muss man wissen, dass man Holunderbeeren auf keinen Fall roh essen darf, sie verursachen dann Übelkeit, Erbrechen und Durchfälle.

Eine Lehrfahrt...

die ist lustig und ist schön, bringt so manchen auf andere Ideen. Was sich die drei wohl ausgedacht haben?

Tolles Wetter, interessante Dinge, Wissenswertes und vieles mehr konnten wir bei den Weleda-Werken in Schwäbisch Gmünd erleben. Vor allem die großen Gärten waren sehr beeindruckend.

„Pfui, Spinne“ sagt man, wenn man sich vor etwas ekelt.

Und nicht selten sind es die Spinnen selbst, die so manchem einen Schauer über den Rücken jagen. Viele Menschen ekeln sich vor den Krabbeltieren, ja es gibt sogar eine regelrecht krankhafte Spinnenangst. Bei all diesen ablehnenden Gefühlen vergessen wir leicht, wie nützlich uns die Tiere sind und wie sehr sie bei der Schädlingsbekämpfung helfen können.



Dass man sie nicht so schrecklich gern im Zimmer hat, ist absolut verständlich, aber selbst im Haus können sie sich nützlich machen. So kann man beobachten, dass Spinnen in Gartenlauben und Lagerräumen die von uns nicht sehr geschätzten Ohrwürmer in Massen vertilgen. Man erkennt dies an den Häufchen zahlreicher Chitinhüllen, die man unter den Spinnennetzen finden kann. Die Radialnetze der Kellerspinnen sind für das Fangen fliegender Insekten gedacht. Und vor allem draußen im Garten helfen uns die Spinnen, z.B. bei der Blattlausbekämpfung. Ihre kunstvoll gesponnenen Netze sind wahre Wunderwerke, und wer sei einmal genauer betrachtet, der wird sich nicht mehr so schnell dazu entschließen, sie zu entfernen.

Besonders im Altweibersommer finden wir sie im Gras und in den Stauden, auf Sträuchern und Bäumen. Mit den glitzernden Tautropfen am frühen Morgen, die in den Netzen hängen, sind sie für mich immer das Zeichen dafür, dass sich der Sommer nun zu verabschieden beginnt. Man freut sich an ihrer filigranen Schönheit und käme nie auf die Idee, ein solches Netz absichtlich zu zerstören.

Nächste Termine

E-Mail: OGVGUELTSTEIN@WEB.DE

- 15.08.2004** Lüssefest mit Sensen – Mähwettbewerb. Hierzu lädt der Liederkranz Deckenfronn ganz herzlich ein. Mitmacher sind erwünscht und sollten sich bis **8. August unter Tel. 75684 anmelden**. Die Bewertung wird hauptsächlich auf Sauberkeit ausgelegt, die Zeit spielt eine untergeordnete Rolle. Auslosung der Mähfelder um 13.30 Uhr. Start 14 Uhr.
Für's leibliche Wohl ist ebenfalls ab 11 Uhr bestens gesorgt.
- 7. August** **Tour de Garden** durch Gültstein mit Abschluss (Änderung) im Pavillon des Erholungsheimes neben der Minigolfbahn, geführt von Gartenbauexperte Manfred Rösler. **Lassen Sie sich inspirieren von einer einmaligen Gartenvielfalt. Denn wir gehen nicht nur vorbei, sondern auch hinein in die Gärten, die sonst so nicht einsehbar sind. Holen Sie sich Anregungen und tauschen Sie ihre Erfahrungen mit Gleichgesinnten. Wir freuen uns auf viele Teilnehmer. Alle großen und kleinen sind herzlich willkommen.**
- 19. August** Sommerschnittkurs an Kernobst mit unserem Fachberater Manfred Nuber.
Treffpunkt Hutner Hütte um 17.30 Uhr
- 01.09.2004** Zwetschgenvorerntebesichtigung in Gültstein. **Treffpunkt 18 Uhr bei der Hutner Hütte.**
- 11. 09.2004** **10 – 18 Uhr Streuobsttag in Aidlingen**
- 19. 09.2004** Schlepper – Formel 1 in Rottenburg – Oberndorf

Mit freundlichen
Grüßen
Obst-und
Gartenbauverein
Gültstein

Du, du liegst mir im Herzen,
du, du liegst mir im Sinn;
du, du machst mir viel Schmerzen,
weißt nicht wie gut ich dir bin;
ja, ja, ja, weißt nicht, wie gut ich dir bin.

Doch, doch darf ich dir trauen,
dir, dir mit leichtem Sinn?
Du, du kannst auf mich bauen,
weißt ja, wie gut ich dir bin.

So wie ich dich liebe,
so, so liebe auch mich!
Die, die zärtlichsten Triebe
fühl ich allein nur für dich.

Und, und wenn in der Ferne
Mir, mir dein Bild erscheint,
dann, dann wünsch ich so gerne,
dass uns die Liebe vereint.

Um 1825 entstandenes Volkslied aus Norddeutschland



Übrigens: Wussten Sie, dass „Küssen“ die Übermittlung einer Drucksache ohne Mitwirkung der Post ist!