

Vorwort.....	8
Einführung	10
Die Grundlagen	14
Biologisch, organisch, natürlich – was heißt das?	16
Die Idee der Gemeinschaft	16
Unsere Erde	17
Der Boden, auf dem ein Garten entsteht.....	19
Humus – das Traumziel des Gärtners	21
Lebenselemente der Pflanzen	28
Pflanzenleben in der Erde – wunderbare Welt der Wurzeln	31
Das »Gehirn« im Boden	32
Pflanzenleben über der Erde – grüne Blattfabrik mit Sonnenmotoren.....	33
Kein Krieg im Garten.....	38
Aus Schädlingen wird man klug.....	38
Starke Pflanzen überleben.....	39
Unkraut – ein großes Missverständnis.....	40
Der grüne Zeigefinger.....	40
Gartenleben – möglichst – ohne Gift.....	41
Gärtner mit der Natur.....	42
Am Anfang steht das Umdenken	42
Wenn der Garten »ausflippt« – die Schwierigkeiten der Umstellung	42
Wenn der liebe Nachbar spritz	43
Das Ziel heißt: biologisches Gleichgewicht.....	43
Das Ergebnis	44
Ein Garten ohne Ängste.....	44
Die Früchte der naturgemäßen Methode: Qualität, Aroma, Gesundheit.....	45

Die Praxis

Der Kompost	50
Eine Brutstätte neuen Lebens	50
Was geschieht beim Kompostieren?	50
»Kohlen« für die Stickstoffverwertung.....	52
Vom Abbau zum Aufbau	52
So wird Kompost komponiert.....	53
Der Aufbau einer Kompostmiete.....	56
Kompost auf kleinstem Raum	58
Spezialkomposte	58
Kompostverwendung im Garten	59
Alltagsfragen aus der Praxis	59
Mulchen und Flächenkompostierung	63
Warme Decken für die nackte Erde.....	63
So werden die Teppiche im Gartenausgelegt.....	64
Das Material für natürliche Decken.....	66
Nie mehr umgraben	68
Naturgemäße Bodenlockerung 68 • Ausnahmen von der Regel 69 • Wintervorbereitungen 69	
Die Düngung im naturgemäßen Garten.....	70
Pflanzennahrung – Bodennahrung.....	70
Bodensäure und pH-Werte.....	73
Nützliche Bodenanalyse	74
Die wichtigsten Düngemittel für den biologischen Garten	75
Jauche – flüssige Düngung	78
Brennnessel-Jauche 78 • Andere Jauchen 80 • Natürliche Mineraldünger 81	
Bodenverbesserungsmittel	82
Gesteinsmehle 82 • Kalk 83 • Torf 84 • Rindenmulch und Rindenhumus 85 • Stroh 85	

Fruchtwechsel und Mischkulturen.....	86	Biologische Maßnahmen gegen weit verbreitete Plagegeister.....	122
Damit die Erde nicht müde wird	86	Blattläuse 122 • Wühlmäuse 123 • Schnecken 126	
Naturgemäßer Fruchtwechsel: die Mischkultur.....	87	Der große Überblick.....	129
Signale durch Wurzeln und Düfte	88	Vorbeugen ist besser als spritzen	140
Bunte Mischung – gut durchdacht.....	88	Der integrierte Pflanzenschutz.....	142
Gute Nachbarn – schlechte Nachbarn.....	90	Biologisch für Fortgeschrittene	143
Bewährte Mischkulturen zum Ausprobieren	92	Säen und Pflanzen im Zeichen des Mondes	143
Fruchtbare Hügelbeete.....	95	Keine Hexerei: Kompostkräuter selbst gemixt.....	144
Hügelbeet-Pioniere in Ost und West.....	95	Im Kreis gärtnern	145
Der Bau eines Hügelbeetes	96	Verschiedene biologische Methoden.....	147
Die Bepflanzung des Hügels.....	97	Ein Blick nach Asien.....	147
Funktion und Lebensdauer des Hügels	98	Die Pioniere des Westens.....	149
Vorteile der Hügelbeetkultur 98 • Einwände gegen das Hügelbeet 98 • Das Hochbeet – ein Hügel in der Kiste 99		Die biologisch-dynamische Methode.....	149
Tiere als Helfer im Garten.....	100	Die organisch-biologische Methode	150
Erkennen – beobachten – schützen.....	100		
Der Regenwurm oder die unterirdische Kuhherde	103		
Pflanzen als Helfer im Garten.....	108		
Phytonzide – rätselhafte Pflanzenstoffe.....	108		
Die Zeichensprache der Pflanzen.....	111		
Biologische Mittel zur Schädlingsabwehr.....	112		
Die »Schädlinge«	112		
Tiere 112 • Pilze 114 • Bakterien und Viren 115			
Hilfsmittel in der Not.....	115		
Kräuterjauche – Kräuterbrühe 115 • Die Grund- rezepte 115 • Die wichtigsten Spritzbrühen 116 • Stäuben 118			
Mechanische Abwehrmittel.....	119		
Biotechnische Maßnahmen 120 • Der »Bio-Tod« – eine Illusion 120			
Biologische Pflanzenschutzpräparate im Handel.....	121		
		Der Nutzgarten.....	152
		Allgemeine Praxis	154
		Hilfreiche Ordnung	154
		Feste Wege 154 • Die Beeteinteilung 154 • Bodenvorbereitung 154	
		Warme Füße für den Frühling: Anzucht unter Glas und Folien.....	156
		Aussaat im Freiland	159
		Pflanzen und pflegen.....	160
		Ernten und konservieren	161
		Salate und Gemüse	165
		Salate rund um das ganze Gartenjahr	165
		Grün und gesund: Blattgemüse	169

WAS SIE IN DIESEM BUCH FINDEN

Hülsenfrüchte in Hülle und Fülle.....	171	Ein ganz besonderer Platz.....	242
Zwiebelgemüse – die heilkraftigen Scharfmacher im Gemüsegarten	174	Zu schwer ist leicht was 242 • Den Wind bändigen	242
Wurzelgemüse – die Vorratskammern der Natur.....	177	Die passenden Gefäße	243
Kohl mit Köpfchen – Deftiges und Feines zur Wahl.....	182	Pflanzengerechte Behältnisse.....	244
Saftige Delikatessen aus der Kürbisfamilie.....	186	Fliegengewichte 244 • Rieselfeste Innenverkleidungen	
Kartoffeln – die braunen Äpfel aus der Erde.....	190	245 • Was ökologisch unbedenklich ist 245 • Nicht	
Tomaten – Liebesäpfel und Indianerfrüchte	190	leckern lassen 246	
Delikatessen aus dem eigenen Gemüsegarten	193	Immer an der Wand entlang.....	246
Nachtisch aus dem Gemüsegarten	197	Gemüse in Hoch- und Tischbeeten	246
Der Kräutergarten.....	198	Kaufen oder bauen 246 • Dessous für den Beetrahmen 246 • Hochbeete in Leichtbauweise 247 • Hochbeete richtig befüllen 247	
Ein- und zweijährige Kräuter	199	Anbaupraxis im Topf.....	248
Ausdauernde Kräuter.....	204	Erde statt Boden	248
Die Wildkräuter-Ecke	209	Die Qual der Wahl – Substrat-Sorten 248 • Substrate aus eigener Herstellung 249 • Saisonende – aus Alt mach Neu 249	
Der Obstgarten	211	Kraftnahrung für Topfbewohner	250
Erdbeeren – süß wie der Sommer.....	211	Flüssige Dünger 250 • Neuer Schwung fürs Bodenleben 251	
Empfehlenswerte Sorten.....	214	Das kleine 1 x 1 des Gießens	251
Beeren von Sträuchern und Ranken	214	Heinzelmännchen fürs Wässern 252	
Obstbäume – Paradiesfreuden	222	Mulchen – das macht müde Erde munter	252
Baumformen und Sortenwahl 223 • Die Pflanzung 223 • Allgemeine Schnittregeln 225 • Schnitt der Spindelbüsche 226 • Schnitt der Buschbäume 227 • Schnitt der Halb- und Hochstämme 227 • Düngung und Pflege 227 • Schutz vor Krankheiten und Schädlingen 228 • Ernte und Konservierung 229 • Kernobst 230		Auf gute Gesundheit.....	252
Steinobst	234	Überwinterung	253
Schalenobst.....	237	Richtig auswählen und los geht's	254
Gärtnern ohne Garten	238	Mischkultur und Fruchtfolge	254
Klein aber mein	240	Die Gefäße füllen und bepflanzen.....	254
Die etwas anderen Standortbedingungen.....	240	Bitte Abstand halten 255 • Gemüse in der Bäckerkiste 255	
Den Temperaturen anpassen 241 • Auf der Sonnenseite tobt das Leben 241		Gemüse auf Balkon und Terrasse	255
		Kräuter in Töpfen und Kisten	258
		Obst auf kleinstem Raum.....	260
		Verwöhnt will es werden 260	

Der Ziergarten	262	Naturnaher Garten.....	364
Blütenfest für einen Sommer: einjährige		Hausverkleidung aus Blättern und Blüten	367
Blumen	264	Pflanzenauswahl für alle Himmelsrichtungen.....	369
Unentbehrlich – die zweijährigen Sommerblumen.....	278	Geborgen hinter dichten Hecken	375
Farbenpracht für viele Gartenjahre: die Stauden	282	Frei wachsende Hecken aus heimischen Gehölzen 375 •	
Prachtstauden und Wildstauden 282 • Bodenvorbereitung		Frei wachsende Blütenhecken 376 • Hecken mit	
und Pflanzung 283 • Vermehrung 283		bunten Früchten 376 • Kleine Hecken für kleine Grund-	
Gräser – »das Haar der Mutter Erde«	304	stücke 376 • Der Lebensraum Hecke 377 • Die Pflanzung	
Gräser, die Schatten und Feuchtigkeit lieben 304 • Gräser		der Hecke 377 • Hecken, die geschnitten werden 378	
für trockene Sonnenplätze 304 • Gräser, die sich im Wasser			
spiegeln 306 • Im Blickpunkt – die Riesengräser 306			
Farn – Pflanzen aus der Urzeit.....	307	Wunderbare Wasserwelt	379
Bunte Blüten aus braunen Zwiebeln und		Ein Teich lockt Leben in den Garten	379
Knollen.....	308	Ein selbst gebauter Teich 379 • Der Wassergarten wird	
Frühlingsblüher.....	309	beplanzt 380 • Von der trüben Brühe zum klaren	
Sommer- und Herbstblüher	315	Spiegel 381	
Teppiche aus Blättern und Blüten geknüpft:		Rasen – Blumenrasen – Blumenwiese.....	383
die Bodendecker	321	Eine grüne Augenweide: der Rasen	383
Bodendecker für sonnige Plätze und lichten Schatten.....	321	Vom Gänseblümchen zum Blumenrasen	385
Bodendecker für schattige Plätze	326	Schmetterlingstraum und Feldblumenzauber –	
Rosen – eine Gartenkönigin und ihr Hofstaat	330	ein Wildblumen-Beet	386
Pflanzung 331 • Schnitt 331 • Pflege 332 • Rosen-Arten		Eine richtige Wildblumenwiese	387
und -Sorten 333 • Schutz vor Schädlingen 336 • Gute			
Nachbarschaft 336			
Dauerhafter Gartenschmuck: die Ziersträucher	337	Arbeitskalender	390
Blühende Hecken	353	Von Januar bis Dezember	392
Bäume für den Garten	354		
Laubbäume	355		
Nadelgehölze.....	359	Anhang.....	418
		Biogarten-Videos im Überblick	416
		Adressen	418
		Literaturhinweise	423
		Stichwortverzeichnis.....	425
		Über die Autorin/Impressum.....	432