

Einleitung	9
Lösungen für eine komplexe Welt	13
Ein neuer Mittelpunkt.....	13
Selbstbestimmt handeln.....	14
Auf der Suche nach Gleichgewicht.....	15
Was ist Permakultur?	17
Entscheidungen mit Weitblick.....	18
Beobachten und Verknüpfen	21
Unendliche Muster.....	21
• Was ist ein Muster?	21
• Wellen.....	24
• Stromlinien.....	25
• Spiralen.....	25
• Lappen.....	27
• Verzweigungen	28
• Netze	29
• Sphären	30
Verschachteln und stapeln.....	31
Ein Mosaik aus Mustern	33
An den Rändern	34
Von der Wiese zum Wald	36
Stabile Ökosysteme	40
Kein Regen ohne Pflanzen – der globale Wasserkreislauf	45
Wasser in der Landschaft.....	50

Lebensgrundlage Boden	53
Nährstoffe, Bodenleben und Pionierpflanzen	53
Bodenstruktur erhalten, aufbauen und stärken	61
Kompostierung verstehen und Kompost selbst herstellen	64
• Was macht Kompost so wertvoll?	65
• Das richtige Verhältnis von Kohlenstoff zu Stickstoff.....	66
• Wasser und Luft	69
• Der Kompost startet nicht	69
• Der Kompost wird sehr heiß und stinkt.....	70
• Wann ist der Kompost reif?	70
• Was darf auf den Komposthaufen und was nicht?	71
Schutz und Nahrung für den Boden – Einsatz von Mulch.....	72
• Heu & Stroh	73
• Kompost.....	74
• Rasenschnitt	75
• Blätter	75
• Gründüngung.....	77
Mischkultur und Fruchtfolge.....	79
Ein „No-Dig“ Gemüsebeet anlegen.....	81
Schnecken, Läuse und Wühlmäuse.....	84
• Schnecken.....	85
• Läuse.....	88
• Wühlmäuse.....	90
Den Boden kennenlernen.....	93

<i>Einen Garten gestalten</i>	97
Ideen und Ziele	97
Ressourcen	99
Rechtliche Grundlagen	100
Einflüsse auf ein Grundstück.....	101
• Sonne	102
• Mond.....	103
• Wind.....	105
• Jährlicher Niederschlag.....	107
• Klima.....	108
Vom Gemüsegarten bis zum Naturteich –	
 Elemente eines Permakulturgartens.....	110
• Gemüsegarten	110
• Gewächshaus.....	114
• Obstgarten.....	117
• Hecke.....	120
• Tiere	123
• Komposttoiletten	127
• Erdkeller.....	130
• Gartenhütte	132
• Sonnenfalle	133
• Schlüssellochbeete	134
• Kräuterspirale	135
• Hügelbeete	136
• Wildniszone.....	137
• Wasser im Garten:	
Teiche, Wassertanks und Sickergräben	138

Zonierung im Permakulturgarten	145
Mikroklima	146
Fruchtbare Pflanzengemeinschaften	149
Verknüpfen, was sich ergänzt und unterstützt.....	150
Die richtigen Pflanzen auswählen	155
Helfer aus aller Welt	157
Fertigstellung einer Permakulturgestaltung.....	161
Einen Baum pflanzen	162
<i>Wege zu einem neuen Miteinander</i>	165
Ein Wandel in der Landwirtschaft	165
Vielfältige Regionen.....	169
Faires Geld.....	172
Kostbare Ressourcen	175
Harmonische Architektur.....	177
Neugierige Kinder	181
Rhythmen der Natur	183
Die Welt unverzerrt wahrnehmen	186
Samen säen.....	189
Dank	190
Literaturverzeichnis.....	191