

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 52 (1995)  
**Heft:** 7: Seltene Idylle oder Zukunftsmodell? : Der Ökobauernhof

**Artikel:** Mit Rosen bedeckt, mit Näglein besteckt  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-557939>

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 22.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Mit Rosen bedeckt, mit Nägelein besteckt



Vergessen wir für einen Augenblick alle in Flaschen, Tiegeln und Spraydosen eingefangenen Wohlgerüche. Stellen wir die Flakons mit den Chanel's, Romas, Ekstasen und Moments zur Seite. Denn jetzt ist die geeignete Jahreszeit, mal wieder mit hoch erhobener Nase durch die Natur zu streifen und Gerüche zu sammeln. Leicht ist das nicht, denn in unserer modernen Zeit ist es mit den Düften wie mit den Tönen: dank eines allgegenwärtigen Überangebots an Quantität und Intensität, muß man den Sinn für leisere Genüsse erst wieder beleben.

Zum Glück gibt es viele herrliche natürliche Gerüche. Manche sind so unnachahmlich, daß es noch niemandem gelungen ist, sie in Flaschen einzufangen. Der köstliche Duft des Waldbodens nach einem warmen Sommerregen. Der appetitanregende Geruch von in Butter gebratenen Zwiebelchen. Das zarte Aroma von Zitronenblüten am Baum. Das fruchtige Bouquet von Himbeergelee beim Einkochen. Wer je auf frischem Heu lag, den Geruch eines Hirsches in der Brunft

in der Nase hatte oder sich vom Duft eines Lavendelfelds betören ließ, wird das nicht vergessen. Düfte schaffen Erinnerungen und beflügeln die Phantasie.

Ob Rosen- oder  
Feldblumenstrauß,  
beide bringen subtile  
Düfte ins Haus.



### Flüchtige Eindrücke bewahren

Der Wunsch, «dufte» Eindrücke konservieren zu wollen, ist nur zu verständlich. Dem Gartenbesitzer fällt es im Sommer leicht, die Duft- und Blütenpracht von Sträuchern und Kräutern, Zierpflanzen und Wildblumen ins Haus zu holen. Doch auch beim Spaziergang in Wald und Flur finden sich Gräser, Ge-

treidehalme, Tannenzapfen, Zweige und Blumen, die sich für harmonische Arrangements eignen. Die Blumen lassen sich natürlich in der üblichen Weise mit Wasser in Vasen stellen, es ist aber auch sehr reizvoll, das Naturmaterial trocken in verschiedene Gefäße anzuordnen. Der Phantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt: hübsche alte Hüte, geflochtene Körbe, Tontöpfe, Milchkrüge, Keramikschalen, Suppenterrinen, Biskuitbüchsen, Pralineschachteln, Setzkästen, Kuchenformen, Einmachgläser, große Muscheln, Seifenschalen. Oft haben verwelkende oder getrocknete Blüten, Blätter und Moose einen ganz eigenen Reiz. Die einfachste Methode, Blumen zu trocknen, besteht darin, das meiste Blattgrün zu entfernen, sie so zu bündeln, daß die Blumenköpfe in verschiedenen Etagen liegen, und mit den Stengeln nach oben an einem warmen, trockenen, schattigen Ort aufzuhängen. Wer Wert darauf legt, daß die Farben weniger verblassen, muß die Blüten in einem luftdichten Gefäß drei bis vier Tage mit Silikagel (in Bastel- oder Blumenläden erhältlich) bedeckt trocknen.

### Wunderbare Welt der Düfte

Was duftet denn da? Es sind ätherische Öle, die leicht flüchtigen und besonders wohlriechenden (oder stinkenden) Bestandteile von Pflanzen. Diese Stoffe verschaffen den Pflanzen ein für sie lebensnotwendiges Kleinklima, denn sie locken zum Beispiel Insekten zur Bestäubung an oder vertreiben natürliche Feinde, die den Geruch verabscheuen.

Wir wollen uns diesmal nur den angenehmen Aromen widmen, die in den verschiedensten Pflanzenteilen vorkommen können: in der *Fruchtschale* von Orange, Zitrone, Limette, Mandarine oder Bergamotte; in der *Blüte* von Rose, Jasmin, Lavendel, Nelke und Gewürznelke, Kamille, Linde oder Maiglöckchen; in den *Blättern* von Salbei, Rosmarin, Melisse, Eukalyptus; in den *Früchten* von Anis, Koriander, Vanille, Muskatnuß; im *Holz* von Sandelbaumgewächsen, Rosenholz oder Zeder; im *Harz* wie bei Weihrauch, Myrrhe und Benzoe; in der *Rinde* wie beim Zimt; in der *Wurzel* von Angelikawurzel, Ingwer oder asiatischem Vetivergras.

### Wohlriechende Dekorationen

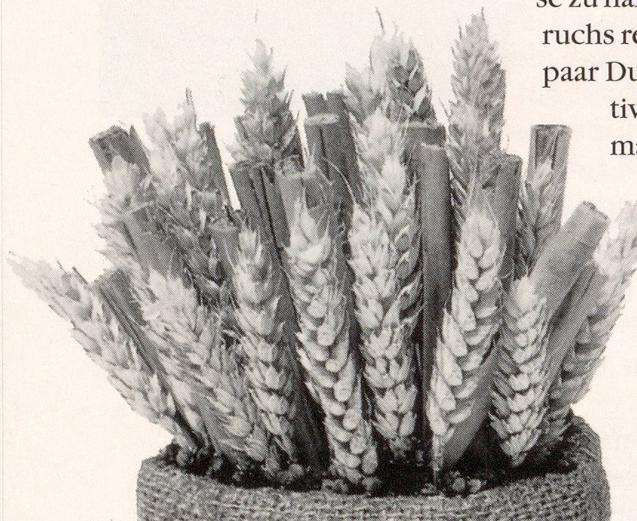
Bei der Klassifikation ätherischer Öle spricht man von drei Ebenen: der «Kopfnote», wie bei den erfrischenden, aber kurzlebigen Zitrusölen, der entspannend und harmonisierend wirkenden «Herznote» der meisten Blütendüfte und der holzigen, lang anhaltenden «Basisnote» von Rinden und Wurzeln. Die leicht flüchtigen Düfte werden in der Parfümindustrie meist mit sogenannten Fixativen kombiniert, die den Duft an sich binden. Das können bestimmte Klebstoffe sein, Wurzeln, Samen und vieles mehr. Für den Hausgebrauch eignen sich Veilchenwurzelpulver oder feingemahlenes Benzoeharz, zer-



Ein alter Holzkasten, gefüllt mit einer Mischung aus Rosen, Gänseblümchen, Rittersporn, Fingerkraut, Malven.

**Ätherische Öle  
(Duftlampen) für Kinder  
unerreichbar lagern oder  
aufstellen.**

**Ein Strauß aus Ähren  
und Zimtstangen,  
in einem Jutesack, der  
zudem Zitronenschalen  
und Gewürznelken  
birgt.**



bröckelte Zimtstangen, Süßholz, Koriander- oder Kümmelsamen. Den Kompositionen mit frischen oder getrockneten Blumen kann man Sternanis, aufgeschnittene Vanilleschoten, Zitronen- oder Orangenschalen, Muskatnüsse, Zimtstangen, Gewürznelken, frische oder getrocknete Kräuter wie Zitronenmelisse, Pfefferminze oder Rosmarinzweige beifügen. Es gibt auch die Möglichkeit, Blätter, Zapfen, Moose oder Rinden direkt mit wenigen Tropfen ätherischen Öls zu beträufeln. Köstliche Aromen verbreiten Sie in Ihren Räumen mit Hilfe der unten angegebenen Duftmischung, die Sie als «Souterrain» für Ihre Arrangements benutzen. Experimentieren Sie ruhig ein wenig und kreieren Ihre eigene Duftnote.

#### **Vertrauen Sie Ihrem guten Riecher**

Bei ätherischen Ölen handelt sich um hochkonzentrierte Essenzen. Beim Kauf empfiehlt es sich daher nicht, sie direkt unter die Nase zu halten oder auf die Haut aufzutragen. Zum Testen des Geruchs reicht es, sich aus einer Distanz von 20 Zentimetern ein paar Duftmoleküle zuzufächeln. Düfte wirken auf das vegetative Nervensystem und vor allem die Psyche. Bedenkt man, daß für ein Vollbad etwa zehn bis zwölf Tropfen ätherischen Öls ausreichen, so ist leicht einzusehen, daß diese Essenzen, die in den Blumenarrangements ja unverdünnt verwendet werden, nicht überdosiert werden sollten. Das Ziel Ihrer Bemühungen ist ja nicht eine Atmosphäre schwüler, «dicker» Luft zu schaffen, sondern einen Hauch von Sommerduft zu bewahren. Suchen Sie die Öle nach Ihrem persönlichen Geschmack aus, meist wählt man genau die, die der eigenen Verfassung am zweckdienlichsten sind.

#### **Basisrezept für Duftmischung**

Das Fixativ (30 g Veilchenwurzelpulver oder gemahленes Benzoeharz) in eine Schale geben, 6 bis 8 Tropfen ätherisches Öl (z.B. je 3 Tropfen Rosenöl und Lavendelöl oder 3 Tropfen Rosenöl und je 2 Tropfen Zitronen- und Pfefferminzöl) zufügen und mit den Fingern zerreiben. 1 l getrocknete Blüten, Blätter oder Samen, 30 g Lavendelblüten und 1 Teelöffel Zimtpulver in die Fixativ-Essenz-Masse geben und mit einem Holzlöffel untermengen. Die Mischung 4 bis 6 Wochen in luftdichter Dose oder Plastikbeutel aufbewahren.

Das Basisrezept eignet sich als duftstarke Unterlage für Arrangements in Körben, Schachteln, Schalen und anderen Behältern, deren Oberfläche mit frischen oder getrockneten Blüten dekoriert werden kann. Sie ist auch verwendbar als Füllung für Zierkissen und Duftsäckchen. Mit selbstgemachten Duftkissen kann man Kleiderschränke, Wäschetruhen, Trockenkräne und vieles mehr parfümieren. Man kann sie zwischen schöne Schreibwaren legen, zwischen die Polster von Sesseln und Sofas stopfen, ins Bett unter die Kopfkissen legen, an die Heizung hängen.