

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 79 (2001)
Heft: 5

Artikel: Ein Garten für die Sinne
Autor: Störchlin, Ruth
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-724124>

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: 08.02.2026

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

Ein Garten für die Sinne

Ein grünes Umfeld entspannt – sei es ein grosser Garten, eine ausladende Terrasse oder ein kleiner Stadtbalkon. Wer jetzt Sommerflor pflanzt, erfreut nicht nur das Auge, sondern verwöhnt auch die Nase. So herrscht in der heissen Jahreszeit eine doppelte sinnliche Freude.

VON RUTH STÖRCHLIN

Wer sich mit Pflanzen umgibt, kommt beim Lustwandeln im Garten, beim Geniessen der warmen Sommertage auf der Terrasse und der lauen Nächte auf dem Balkon nicht zu kurz: Was für eine unglaubliche Formenvielfalt und Farbenpracht bietet uns doch die Natur! Aber sie wartet mit noch mehr Überraschungen auf – mit Düften.

Duftgärten werden momentan wieder entdeckt. Denn wer möchte nicht nur das Auge, sondern gleichzeitig auch die Nase verwöhnen? Selbst Ohrenmenschen kommen im Duftgarten auf ihre Rechnung: Sie werden mit einem emsigen Summen und Brummen von Bienen und anderen Kostgängern beglückt.

Natürlich muss nicht gleich alles duften. Jedoch empfiehlt es sich, in seinem Garten eine Ecke, vielleicht gleich in Sitzplatznähe, zu reservieren, um sich einige wohlriechende Gäste einzuladen. Auf einem Balkon reicht schon ein Topf oder Kistchen mit wenigen Duftpflanzen aus, um während des Sommers an seiner ganz persönlichen Komposition von Lieblingsdüften Freude zu haben.

Möglichst viel Wärme und Licht

Für ein optimales Dufterlebnis entscheidend ist die Sonneneinstrahlung. Denn die meisten Duftstauden und -kräuter setzen ihre Geruchsstoffe erst vollumfänglich frei, wenn sie möglichst viel Licht und vor allem Wärme erhalten. Das erklärt übrigens auch, warum der Oleaner im Süden immer viel betörender riecht als in unseren Breitengraden. Wer jedoch darauf achtet, ihm einen möglichst geschützten Winkel zuzuweisen,



Eine Idee für duftenden Zimmerschmuck: der Strauss aus frischen Gewürzpflanzen, ergänzt mit farbigen Sommerblumen, in einem Brotkörbchen arrangiert.

kann auch hier bei uns mehr von seinem Wohlgeruch erfahren – immer vorausgesetzt, der Wettergott spielt mit.

Das Spektrum der Düfte ist gross und vielfältig. Es reicht von fruchtig-frisch über herb-würzig bis zu schwer-süss. Daher ist es empfehlenswert, die Duftecken klar zu definieren und die Pflanzen – es gibt Blattdüfter und Blütendüfter – zusammen anzusiedeln, deren Düfte gut miteinander harmonieren. Ausserdem liebt nicht jeder Mensch dieselben Düfte, denn diese haben Auswirkungen auf die Emotionen. Überdenken Sie Ihre Wahl

also genau und entscheiden Sie sich bereits in der Planungsphase für ein bestimmtes Duftbouquet.

Anregend frisch sind sämtliche Zitrusdüfte. Wer sich also eine belebende und leicht anregende Wirkung wünscht, pflanzt sich Zitronenverbena, Zitronengras, den feinblumigen Orangen-Thymian, den immergrünen Zitronen-Thymian oder Zitronen-Katzenminze – damit machen Sie erst noch Ihrer Katze eine Freude. Frische verströmen aber auch all die anderen ungefähr vierzig bekannten Minzesorten. So ist die Bergminze ein



KEystone

Süss, betörend und intensiv ist der Geruch des Lavendels. Es gibt davon rund fünfzig Arten. Lavendel schützt zudem die Rosenstöcke vor Blattlausbefall.

BODYGUARDS IM GARTEN

Natürlich sind die Pflanzendüfte nicht einfach da, um des Menschen Nase zu verwöhnen. Sie haben, wie alles in der Natur, auch ganz bestimmte Funktionen: Düfte gehören zur Überlebensstrategie der Pflanzen, indem sie einerseits Bestäuberinsekten anlocken, andererseits aber auch Feinde in die Flucht schlagen. Dies können sich Gartenfreunde und Gemüsegärtner zu Nutze machen:

Lavendel schützt Rosen vor Blattlausbefall. Und wer in seinem Rosenbeet nebst Läusen auch Ameisen als ungebetene Gäste registrieren muss, kann es zusätzlich mit Majoran versuchen.

Meerrettich schlägt den Kartoffelkäfer in die Flucht.

Wermut hält Säulenrost von Johannisbeeren fern.

Bohnenkraut, zwischen die Bohnen gesät, schlägt die Schwarze Bohnenlaus in die Flucht.

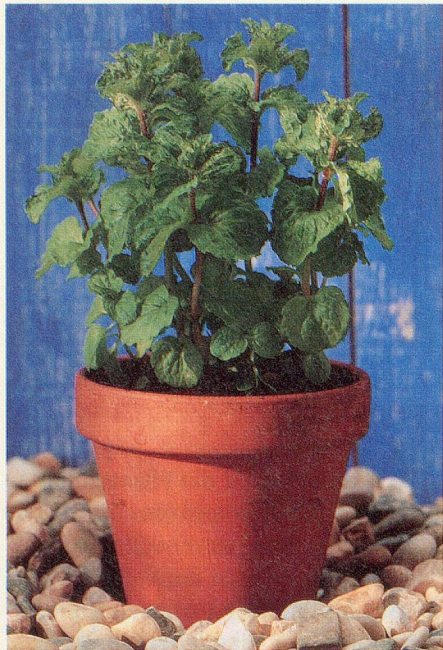
Knoblauch und Zwiebeln wirken gegen den Grauschimmel bei Erdbeeren.

Lauch und Rübli verhindern die Schmetterling-Eiablage bei Weisskohl.

Zwiebeln in Kombination mit Rübli schützt Letztere vor Rüblifliegen und Wurzelläusen.

Salbei, Ysop, Borretsch, Thymian halten viele Schadinsekten ab, sind aber gleichzeitig eine gute Bienenweide.

Ausserdem: Tomatenblätter oder diejenigen des Nussbaums, in einer Vase eingestellt, vermiesen Fliegen und Mücken den Aufenthalt.



KEYSTONE

Auch für das Balkonkistchen geeignet: die wohlriechende Minze im Topf.

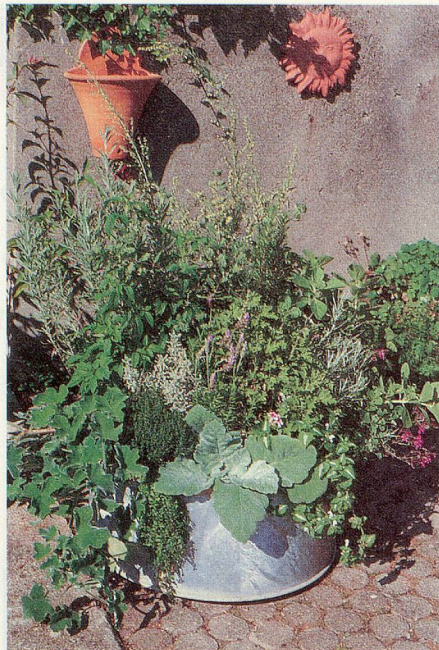
idealer Kumpan für Rosen und nährt ausserdem die Bienen.

Süsslich betörend sind nicht nur die vielen verschiedenen Lavendel. Unter den rund fünfzig Arten ist der dunkelblaue Lavendel bekannt für seinen besonders intensiven Duft. Auch die Purpur-Bartnelke, die in edel-samtem Purpur blüht, Phlox und Eisenkraut oder der märchenhaft zarte Elfenspiegel gehören in diese Duftkategorie. Und ganz speziell ist der Pfirsich-Salbei mit seinen hübschen Blüten in Rosa-Pink. Er ist von Mai bis September zu geniessen. Danach aber muss er drinnen überwintert werden.

Nichts gegen kalte Temperaturen einzuwenden hat dagegen das Seifenkraut mit seinen gefüllten rosa Blüten. Die mehrjährige Staude verströmt einen lieblichen Duft und bildet von Jahr zu Jahr grössere Stöcke – eine attraktive Pflanze für Duftgartenliebhaber. Wer schweren Moschus-Duft liebt, sollte den Sommer über einen Muskateller-Salbei pflegen.

Würzig und romantisch

Würzig wird die Atmosphäre mit den beliebten Ysop-Stauden. Eine Besonderheit ist der lila blühende, mexikanische Strauch-Oregano, dessen Blätter ein pfeffriges Aroma besitzen und in Mexiko zum Würzen verwendet werden. Auch die verschiedenen Schafgarbensorten duften eher herb.



SCHWEIZER GARTEN E. WEPF

Kräuter bereichern die Küche und sind ein Genuss für alle, die Düfte lieben.

Fast wie von einem anderen Stern wirkt dabei der Sternkugellauch. Seine Blütenkugeln setzen lustige lila Fixpunkte im Gartengrün und sein Lauchgeruch ist einmalig. Ein Geheimtipp in dieser Duftkategorie ist auch der Samt-Salbei. Er besitzt lange, lanzettförmige Blätter und verströmt ein intensives Aroma. Allerdings entfaltet diese herbe Pflanze ihre hübschen, violett-lila Blütenrispen erst spät im November. Mit ihr lassen sich auch Sträusse binden.

Wer laue Sommernächte liebt, sollte sich unbedingt seine ganz persönliche Mondscheinsonate der Düfte zusammen-

stellen. Denn es gibt einige Pflanzen, die ihr Duftgeheimnis erst in der Nacht preisgeben: Die wohl bekannte und pflegeleichte Nachtkerze gehört da genauso dazu wie der Nachtpflox. Aber auch das liebliche Duft-Leimkraut, Levkoien und Ziertabak sind wohlriechende Nachtschwärmer, ebenso die schnell wachsende japanische Wunderblume. Aber Achtung: Wer keine Nachtfalter liebt, sollte diese Pflanzen meiden.

Kinder und andere Schleckmäuler dürften an zwei ganz eigenwillig duftenden Pflanzen ihre Freude haben: Erfrischend und nach Cola duftend präsentiert sich der Cola-Strauch. Er besitzt feines, zierliches Laub und ist sowohl für Staudenrabatten als auch für Sträusse geeignet. Und eine Pflanze aus den Trockengebieten Chiles riecht sogar nach Gummibärchen!

Die Königin unter den Duftpflanzen ist natürlich seit einigen Jahrhunderten die wohl bekannte und von vielen geliebte Rose. Sie ist in sämtlichen der oben aufgeführten Duftvarianten erhältlich – vor allem alte, klassische Arten reichern die Lüfte ganz verführerisch an.

Wer den Düften völlig verfallen ist, legt sich vielleicht gleich einen Duftteppich in den Garten. Ideal dafür ist die römische Kamille, der ein fruchtiges Blataroma eigen ist und die auch im Halbschatten gedeiht. Und wer sich einen Dufrasen aus Sandthymian anlegt, träumt im heimischen Liegestuhl vielleicht schon bald von Südfrankreich – denn nichts ruft so schnell Erinnerungen hervor wie Düfte! ■

DUFTE TIPPS

Da die meisten Duftpflanzen aus südlichen Ländern stammen, brauchen sie einen sonnigen, geschützten Standort. Die Erde soll locker und durchlässig sein, am besten durchsetzt man sie mit etwas Sand. Staunässe ertragen die meisten dieser Pflanzen schlecht. Darum muss zuunterst in den Kistchen und Töpfen immer eine Schicht aus Kieselsteinen oder Blähton eingelegt werden. Auch empfiehlt es sich, keine Untersetzer zu verwenden. Wer beim Setzen frische Erde verwendet, muss erst nach dem Rückschnitt im Spätsommer düngen.

Je nach Sorte und Art können die einen Duftpflanzen, vor allem die mehrjährigen Staudengewächse, auch ins Freiland gesetzt werden. Andere wiederum sind nur einjährig oder aber müssen drinnen überwintert werden. Fragen Sie also beim Kauf unbedingt den Fachmann, welche Ansprüche die duftenden Pflanzen Ihrer Wahl haben.

Viele Duftpflanzen sind in Gärtnereien und Gartencentern erhältlich. Auf Duftpflanzen spezialisiert ist auch die Staudengärtnerei Frei in Rudolfsingen.