



## *Buch*

Wer im Einklang mit dem Mond gärt, kann auf Dünger und Pestizide verzichten, gewinnt Erntefrüchte von lebendiger Bio-Qualität, genießt ein Blütenmeer und bewahrt das feine Gleichgewicht der Natur. Ob Nutz- oder Zierpflanzen, ob Garten, Balkon oder Terrasse – Johane Paungger und Thomas Poppe vermitteln hier zeitlos gültiges und wertvolle Wissen für jeden Gartenliebhaber.

## *Autoren*

Johanna Paungger und Thomas Poppe haben als Erste das Wissen um den Einfluss des Mondes wiederentdeckt. Ihre Bücher und Kalender sind Bestseller und dienen immer mehr Menschen Jahr für Jahr als verlässliche Wegweiser. JOHANNA PAUNGGGER wuchs in engster Vertrautheit mit den Mond- und Naturrhythmen auf. Ihr Großvater ließ sie teilhaben an seinem immensen Wissen um eine gesunde Lebensführung und Vitalität bis ins hohe Alter. THOMAS POPPE, Autor und Übersetzer, beschäftigt sich seit vielen Jahren mit den Einflüssen der Mondrhythmen auf den Alltag.

### *Von den Autoren außerdem im Programm:*

- Meditieren zum richtigen Zeitpunkt (auch als E-Book erhältlich)
- Bauen mit dem Mond (auch als E-Book erhältlich)
- Fit zum richtigen Zeitpunkt (auch als E-Book erhältlich)
  - Alles erlaubt (auch als E-Book erhältlich)
  - Aus eigener Kraft (auch als E-Book erhältlich)
  - Das Mondlexikon (auch als E-Book erhältlich)
  - Fragen an den Mond (auch als E-Book erhältlich)
  - Moon Power (auch als E-Book erhältlich)
- Das Mond-Jahrbuch (auch als E-Book erhältlich)
  - Das Tiroler Zahlenrad
  - Lebenschance Tiroler Zahlenrad
  - Mondkalender. Die Jahresübersichten bis 2036

### *Jährlich neu erscheinend:*

#### DAS MONDJAHR

Taschenkalender (farbig und schwarzweiß) · Foto-Wandkalender ·  
Wochenkalender · Tagesabreißkalender · Wand-Spiralkalender · Garten-  
Spiralkalender · Familienkalender · Streifenkalender

Johanna Paungger  
Thomas Poppe

# Der lebendige Garten

Gärtnern zum richtigen Zeitpunkt

In Harmonie mit Mond- und Naturrhythmen

GOLDMANN

Der Verlag behält sich die Verwertung der urheberrechtlich geschützten Inhalte dieses Werkes für Zwecke des Text- und Data-Minings nach § 44b UrhG ausdrücklich vor.  
Jegliche unbefugte Nutzung ist hiermit ausgeschlossen.

Dieses Buch ist in ähnlicher Form unter den Nummern 17581 und 17023 bereits im Goldmann Verlag erschienen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

18. Auflage

Neuausgabe Mai 2019

Copyright © Wilhelm Goldmann Verlag, München,  
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,  
Neumarkter Straße 28, 81673 München  
produktivsicherheit@penguinrandomhouse.de  
(Vorstehende Angaben sind zugleich  
Pflichtinformationen nach GPSR.)

Umschlag: Uno Werbeagentur, München

Umschlagmotiv: FinePic®, München

Mondzyklus: FinePic®, München

Satz: Uhl + Massopust, Aalen

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

CH · Herstellung: IH

ISBN 978-3-442-17814-8

[www.goldmann-verlag.de](http://www.goldmann-verlag.de)

*Dieses Buch ist allen Menschen guten Willens gewidmet.  
Allen Menschen, die Achtung empfinden  
vor der Natur, dem Wasser, der Erde, jedem Lebewesen.  
Wir gehören alle zusammen.*



# Inhalt

In eigener Sache – Teil eins .....	10
In eigener Sache – Teil zwei .....	13
Das Schneckenvorwort .....	16



## I. Teil

<b>Zehn Schlüssel zum lebendigen Garten .....</b>	<b>23</b>
1. Die kleine Entscheidung zum Guten .....	23
Was sind denn »kleine Entscheidungen zum Guten«? .....	24
2. Die Wahl des richtigen Zeitpunkts .....	29
Ein kleines Stück Papier .....	29
Am Anfang war die Erfahrung .....	33
Die sieben Monde .....	40
Der Zeitpunkt der Information .....	49
Der Mondkalender – das wichtigste Gartenwerkzeug .....	52
3. Das Werkzeug für den lebendigen Garten .....	57
Holz – der Stoff mit der besten Sendeleistung .....	57
Eine kleine Metallkunde .....	61
Ein komplettes Team .....	66
Harmonie in der Bewegung – Arbeit ohne Kraftaufwand .....	76

---

<b>4. Die Gartenanlage – von der freundlichen Aufnahme in Ihr Haus</b> .....	83
Schritt für Schritt .....	84
Plätze an der Sonne – Plätze im Schatten .....	86
Woher kommt Ihr Wasser? .....	91
Wohin mit Topf und Gerät, Erde und Holz? .....	93
Lebendige Steine im lebendigen Garten .....	94
Treppen in den Himmel .....	97
Zäune zum richtigen Zeitpunkt .....	99
Lebendige Hausmauern .....	100
Grüne Wälle .....	104
Der Gartenteich .....	105
Der Garten für Kinder .....	107
<b>5. Die Wahl der Gartenfamilie</b> .....	111
Das Gute wächst so nah .....	112
Alpha und Omega – Ernährungstyp und Pflanzenfamilie .....	116
Kräuter – die Kraftwerke der Natur .....	124
Von Blumen und Hecken .....	141
<b>6. Säen, setzen und pflanzen – unvergängliche Regeln</b> .....	145
Erste Schritte .....	145
Von Anfang an – der Mond .....	155
Gutes Miteinander – gutes Nacheinander .....	163
»Was möchtest du von mir?«, sagte der Löwenzahn .....	168
<b>7. Die Ernährung des Gartenvolks</b> .....	173
Kompost – Motor des lebendigen Gartens .....	174
Vom richtigen Düngen .....	183
Vom Sinn des Mulchens .....	190
Gießen und Bewässern – vom richtigen Umgang mit Wasser .....	192

<b>8. Pflege im Wachstum – natürlicher Schutz</b> .....	199
Beetpflege im Gartenjahr .....	199
Pflugeschnitt oder nicht? .....	202
Von der Heckenpflege .....	204
Das »Geheimnis« des Obstbaumschnitts .....	205
Veredeln – der richtige Zeitpunkt .....	209
Das Umtopfen von Balkon- und Topfpflanzen .....	210
Vom Kampf zum Miteinander – Schädlinge und Unkraut verstehen .....	213
Geheimnisse der Schädlings- und Unkrautabwehr .....	216
Von der Unkrautabwehr zum richtigen Zeitpunkt .....	225
Pflanzenschutz durch Tierschutz .....	227
<b>9. Der Lohn der Freude – vom richtigen Ernten und Lagern</b> ...	235
Ernten zum richtigen Zeitpunkt .....	236
Von der Weisheit der alten Pflanzen .....	242
<b>10. Das Bild von Schönheit</b> .....	243
Ein persönliches Gefühl .....	244



## II. Teil

### **Ein bunter Gartenkorb** .....

255

### **Salat und Gemüse** .....

263

Salat 263 · Kohlrabi 265 · Bohnen 267 · Tomaten 271

Linsen 277 · Blumenkohl 278 · Sellerie 279 · Zwiebeln 281

Rote Bete 283 · Rhabarber 284 · Karotten 286 · Kartoffeln 288

Erbsen 291 · Weißkohl 292 · Gurken 293 · Spinat 295

<b>Obst</b> .....	297
Zwetschgen und Pflaumen 298 · Aprikosen 300 · Kirschen 302	
Äpfel 304 · Birnen 305 · Himbeeren 306 · Erdbeeren 308	
Brombeeren 310 · Johannisbeeren 311 · Stachelbeeren 313	
<b>Blumen und Zierpflanzen</b> .....	316
Aster 317 · Clematis 318 · Dahlien 319 · Fingerhut 320	
Hortensien 320 · Kornblumen 321 · Fleißiges Lieschen 322	
Geranien 322 · Margerite 323 · Petunien 323 · Ringelblume 324	
Rittersporn 325 · Rosen 326 · Sonnenblume 326 · Sonnenhut 327	
Tagetes 328 · Tulpen 328	



### III. Teil

<b>Der richtige Zeitpunkt in den Tierkreiszeichen</b> .....	331
---	-----



<b>Nachwort – nicht nur für Gartenbesitzer</b> .....	345
<b>Anhang</b> .....	349
Neues aus der Paungger-Poppe-Werkstatt .....	
Stichwortverzeichnis .....	349
Jahresübersichten 2026–2029 .....	358
Jahresübersichten 2026–2029 .....	366

## In eigener Sache – Teil eins

*Johanna Paungger-Poppe*

Mit diesem Buch möchte ich Ihnen ein Geschenk machen, nämlich dasselbe Geschenk, das mir in meiner Kindheit unser Garten und die Obstbäume auf unserem Bauernhof gemacht haben.

Der Garten hatte nie Kunstdünger und Pestizide erlebt, wurde niemals bewässert. Wir säten und pflanzten eine Vielfalt von Gemüse und Kräutern zum richtigen Zeitpunkt, wir freuten uns am Wachstum, an den Schmetterlingen, Bienen und Vögeln, wir ernteten den Überfluss zum richtigen Zeitpunkt – ohne zu viel Arbeit, mit viel Dankbarkeit. Und wir waren nie traurig über irgendeinen Mangel, irgendein Gemüse, irgendeine Beere, die in einem Jahr nicht so reiche Ernte schenkte, denn der Sinn davon war uns vertraut. Die Natur schwingt in Wellen, wie sich auch der Mensch in Wellen entwickelt – mit Bergen und Tälern, mit Hochs und Tiefs.

Zur Reifezeit leuchteten die Apfelbäume rot oder gelb, die Zwetschgenbäume waren blau, unsere Aprikosenbäume orange, die Birnbäume waren gelb. Alles leuchtete und war so voll und schwer beladen mit Früchten, dass man die grünen Blätter kaum mehr erkennen konnte.

Die Früchte kamen Jahr um Jahr, mal beim einen Baum weniger, dafür beim anderen mehr, ohne chemischen Dünger und ohne jeden Baumschnitt. Bogen sich die Äste unter ihrer Last bis auf den Boden, war nichts zu tun. Hingen sie schwer in der Luft, dann – in Gottes Namen – wurden sie manchmal gestützt. Die Stützen dazu lagerten in allen Größen im Schuppen. Trotz gewaltiger Schneemengen im Winter dachte niemand an die Gefahr brechender Äste, weil nicht gedüngte und nicht geschnittene Bäume nicht brechen.

Die Bäume und ihre Früchte waren für uns da und unsere Erntedankfeste waren nicht nur leeres Brauchtum. Diese Bäume hielten bei mir ein Gefühl am Leben, das mich bis heute nicht verlassen hat: Dass die Freige-

bigkeit der Natur und ihre Weisheit grenzenlos sind. Und dass selbst Unbarmherzigkeit und Härte, die scheinbar von ihr ausgeht, einen tiefen Sinn hat, den zu ergründen nicht schwerfällt, wenn man sich traut zu schauen und zu fühlen.



Als ich in die Schule kam, bot sich anfangs ein anderes Bild. Wir hatten offenbar den »Fortschritt« ein wenig verpasst. Es gab in unmittelbarer Umgebung Nachbarn, die nach neuen Methoden anbauten, die Kunstdünger und Pestizide verwendeten und auch die größeren Äpfel ernteten. Dafür aber waren sie wässriger und schmeckten nach nichts. Man ließ uns spüren, dass der Fortschritt sogar behindert wird, wenn man weder Kunstdünger noch Pestizide und Maschinen verwendet. Jedes Kind aber will seine Eltern überholen, will ihnen beweisen, dass es gut ist und was kann. Auch ich hatte diesen Wunsch, und deshalb bekam ich manchmal Probleme und hatte das Gefühl, zwischen den Stühlen zu sitzen.

In der Schule wurde uns wörtlich gesagt: »Natürlich gibt es noch vereinzelt primitive Bauern, die alles ablehnen und womöglich sogar noch nach dem Mond gehen. Sie erzählen dann auch noch herum, dass Kunstdünger und Pestizide Gift sind. Das tun sie aber nur, weil sie verschleiern wollen, dass sie sich den Fortschritt nicht leisten wollen.« Dieser Schachzug war sehr unfair, denn einerseits wurde der Ankauf der Chemikalien und Maschinen zum Teil bis zur Hälfte des Kaufwertes vom Staat unterstützt, und andererseits gab es wahrlich gute Gründe, diesen Fortschritt zu verachten.

Fast alle hielten zusammen: Lehrer, Bürgermeister, Lagerhaus, Bank, Gemeindeverwaltung. Ein »Bündnis für Arbeit«. Nämlich für die Arbeit der Chemiker und Ärzte, die in Zukunft sehr gut verdienen würden mit all den ernährungsbedingten Krankheiten, die wir Bauern vorbereiten halfen.

Dann kam mein Umzug nach München. Natürlich habe ich mich damals, als junges Mädchen auf dem Weg in die Großstadt, auch ein wenig

über »sture« Eltern geärgert, wenn sie von »ungesunder Cola und Büchsenahrung« sprachen. Eine Dose Ravioli ist schnell zubereitet, es ist »alles drin«, was der Mensch braucht, es schmeckt gut. Das Gefühl des Schadens im Körper kommt ja erst später. Dann aber ist man schon abhängig und rennt den Suchtstoffen hinterher, die in Konserven und Fertigkost enthalten sind.

So viele meiner Altersgenossen ließen sich von Bequemlichkeitsversprechen und Werbefrasen verführen. Mein Glück war meine große Neugier und die Erinnerung an meinen Großvater, der mir immer in aller Ruhe die Zusammenhänge in der Natur gezeigt hatte. Selbstverständlich glaubte ich anfangs den schönen Worten im Großstadtgetümmel, den Fortschrittsparolen, verschlang die süßen Hüllen um die bitteren Hintergedanken. Ganz allmählich erst gewann ich die Kraft, eigene Wege zu gehen und immun zu werden gegen die Verführungskünste der Industrie und Wissenschaft. Auch die Kraft, mir eine klare Meinung zu bilden über den Unterschied zwischen echtem Fortschritt und nur scheinbarer Entwicklung. Das Gefühl, einen guten Weg zu gehen, wurde mir schließlich wichtiger als der Schmerz, eine Außenseiterin zu sein.

Mit diesem Buch möchte ich Ihnen Mut machen, auch diesen Weg zu gehen und so viel wie möglich selbst im Garten anzubauen und zu ernten, so viele Kräutertöpfe und Pflanzenkübel zu betreuen wie nur möglich. Das wäre die Medizin, die wir brauchen! Das Geschenk all der Pflanzen und Bäume, der Früchte und Beeren in meiner Kindheit an mich und an Sie besteht darin, dass dieser Überfluss immer für uns da ist, fast ohne etwas dafür tun zu müssen. Einen lebendigen Garten zu führen ist eine der einfachsten Sachen der Welt.

Eines glücklichen Tages werden wir alle begreifen, dass die wahren Apotheken unsere Bioläden, dass die wahren Umweltschützer unsere Biobauern sind. Kommen Sie mit uns auf die Reise zu diesem glücklichen Tag.

## In eigener Sache – Teil zwei

*Thomas Poppe*

»Ich schreibe, wie sie denkt und fühlt, und sie spricht, wie ich denke und fühle« – diese Antwort gab ich kürzlich auf die Frage eines Journalisten, worin das Geheimnis unseres Erfolges und der guten Zusammenarbeit mit meiner Frau liegt. Das war eine ganz spontane Antwort, und erst einige Zeit später fiel mir auf, dass in der Antwort auch eine Antwort auf die Frage zu finden ist, warum ich so lange Zeit gezögert hatte, gemeinsam mit Johanna ein Buch über das Gärtnern zu schreiben. Die Bergbauerntochter hat der Stadtpflanze einfach so ungeheuer viel Erfahrung im Bereich von Garten und Landwirtschaft voraus, dass ich mir fast überheblich vorgekommen wäre, so einfach Ja zu sagen zu einem Paungger-Poppe-Buch zu diesem Thema. Und als bloßer Ghostwriter sehe ich weder meine Vergangenheit noch meine Zukunft.

Zudem erschlägt mich immer bei meinen regelmäßigen Besuchen in Buchhandlungen das Angebot in der Gartenabteilung. Unfassbar, wie viele Bücher es zum Thema gibt, wie bunt, komplex, dick und fett, wie »wissenschaftlich fundiert« und breit gefächert das Angebot ist. Für jeden einzelnen Aspekt des Gärtnerns, vom Kompostieren bis zum Regenwurmzüchten, für alles gibt es mindestens ein Buch zum Thema, meistens sogar zehn bis hundert. Warum also noch eins schreiben?

Schuld war der Rhabarber.

Er kam mit der Post und ließ uns nicht ahnen, was aus ihm werden sollte. Ein kleines Pflänzchen, gehüllt in feuchtes Papier, zu uns geschickt – fast als ob der Begleitbrief sagen würde: »Das ist seine letzte Chance.« Wir pflanzten ihn schon bald in eine magere Ecke des Gemüsegartens – anwässern, ein paar gute Wünsche, fertig. Kein Kompost, kein Dünger, nichts. Ein paar gute Gedanken, das war's.

Jahre sind seither vergangen. In dieser Zeit ist es bei den guten Wün-

schen geblieben. Keine Gießkanne, kein Dünger, kein Kompost, kein Mist im Herbst, nichts. Aber was für ein Anblick! Jedes Jahr wächst und gedeiht der Rhabarber, als gälte es, Preise zu gewinnen. Mit seinen gigantischen Blättern nimmt er inzwischen eine Fläche von vier Quadratmetern ein und beschenkt uns jedes Jahr reichlich – Kompott, Marmelade, was auch immer. Gesund und vitaminreich. Ohne dass wir auch nur einen Finger rühren, um ihn zu pflegen oder zu pöppeln. Nichts außer unseren guten Wünschen – die müssen schon sein.

Kürzlich dann blätterte ich in einer Buchhandlung in einem dicken Standardwerk zum Thema »Garten« und stolperte über das Stichwort »Rhabarber«. Und was stand da? Ganze vier Seiten zum Thema »Rhabarber und seine Pflege«! Fast eine wissenschaftliche Abhandlung, nach deren Lektüre für mich die Überzeugung stand, man müsse Chemie und Physik und Gartenbau und Geologie studiert haben, um es wagen zu dürfen, erfolgreich ein Rhabarberpflänzchen zu setzen. Ehrfurcht einflößend, kompetent und detailliert. Anders gesagt: Eine einzige Katastrophe!

Durch die Brille des Laien begann ich daraufhin, in anderen Gartenbüchern zu blättern, und mein Entsetzen wuchs. Generell gewann ich den Eindruck, dass die Verlage und Autoren kaum darüber nachdenken, ob ihre Werke auch alltagstauglich sind. Mit anderen Worten: Liest ein Anfänger die Bücher, wird er entmutigt. Liest sie der Fachmann, erfährt er nichts Neues oder gleich so Exotisches, dass es nicht praktikabel oder irrsinnig teuer ist. Viele schöne Bilder mit wenig praktischem Wert.

Letztlich wirkten fast alle Bücher auf mich wie Betriebsanleitungen zum Führen eines Turbo-Gartens – zu einer höchst komplizierten Maschine, die von Menschenhand erschaffen ist und ohne Zutun von Experten stillstehen und verkommen muss. Vorausgesetzt allerdings, man investiert genug Zeit, Mühe, Arbeitskraft und Geld, und nähert man sich mit Hilfe eines Spezialwissens dieser Maschine, dann könnte sich das Ergebnis der Mühen »sehen« lassen, dann lohnt sich der Aufwand und der Ertrag stimmt.

Von wem sehen lassen? Und wofür? Ich empfand diese Bücher fast als Zumutung für den Laien. Und begriff immer deutlicher, was Johanna

meinte, wenn sie immer wieder sagte, dass unser Buch »einfach« geschrieben sein sollte. Im Laufe der Jahre mit Johanna hatte ich ja auch einige Praxis im Garten erworben und niemals das Gefühl gehabt, es wäre irgendetwas kompliziert daran.

Lebenslang hatte mich eine Gewissheit aus meiner Kindheit begleitet, nämlich dass die Natur perfekt ist und wir diese Perfektion nur *sehen* müssen – statt blind immer nur einen kleinen Aspekt zu erfassen und sogleich nach unserer begrenzten Vorstellung von »Ästhetik« und »Ertrag« zu formen und letztlich zu kastrieren.



Unser Entschluss stand fest: Wir wollen zeigen, dass es anders geht. Unsere große Hoffnung steht auch fest: Dass es uns mit diesem Buch gelingen ist. Es ist kein Handbuch, sondern ein Kopf- und Herzbuch. Sie erfahren nicht, wie man Rosen züchtet und Zierbeete anlegt, nicht, wie man Begonien düngt und Tomaten bewässert. Sie erfahren stattdessen, wie man zum richtigen Zeitpunkt sät, setzt und erntet, wie man die Natur in Frieden lässt, damit sie tun kann, wofür Gott sie geschaffen hat – nämlich in vielfältigster Weise für uns da zu sein, damit wir unseren Weg im Leben finden, gestärkt an Leib und Seele.

Und jetzt wissen Sie auch, wem Sie dieses Buch zu verdanken haben: Einer kleinen Rhabarberpflanze, die sich zu einem Prachtexemplar entwickelt hat, aller Wissenschaft und aller Untauglichkeit ihrer Umgebung zum Trotz. Rhabarberpflänzchen zum richtigen Zeitpunkt in die Erde, angießen, ein paar gute Gedanken – fertig. Seit sechs Jahren reiches Wachstum in magerster, lehmiger Erde, hart wie Beton bei Trockenheit. Wir danken diesem Pflänzchen für die Inspiration zu diesem Buch. Möge es Ihnen nützlich werden und ein treuer Begleiter auf Ihrem Weg in eine gute Zukunft für uns alle.

## Das Schneckenvorwort

Mit diesem Buch geben wir Ihnen *das* Werkzeug in die Hand, um die Schneckenplage in Ihrem Garten loszuwerden. Nur zwei Kleinigkeiten müssen Sie dafür erfüllen: Sie müssen erstens ab sofort etwas *nicht mehr* tun, und zweitens ist eine Einsicht nötig.



Doch zuerst eine kleine Anekdote: Unser Haus liegt in einer sehr trockenen Region mit wenig Niederschlägen, mit viel Wärme und der einen oder anderen Dürreperiode im Sommer und vor allem mit viel Wind. »Ohne regelmäßiges Gießen und Bewässern geht hier gar nichts im Garten« – diesen Eindruck vermittelte dort nicht nur jeder Gärtner, als wir einzogen, auch die Zahl der automatischen Beregnungs- und Bewässerungsanlagen in den Privatgärten sprach eine deutliche Sprache. Zudem mussten nach dem Hausbau Mengen an Gartenerde herbeigeschafft werden, und auch der neu angelegte Rasen machte den Eindruck, täglich neu zu verdursten. Also ließen wir uns überzeugen und machten uns mit Gartenschlauch und Gießkanne ans Werk. Fast schien es uns jetzt, als ob die Erde umso mehr austrocknete, je mehr wir bewässerten.

Nach einer der seltenen Regennächte wachten wir eines Morgens auf, holten die Zeitung aus dem Postkasten – und erblickten Hunderte, wenn nicht Tausende von Nacktschnecken überall! Auf den Wegen, vor der Garage, auf Holztreppe und am schlimmsten: Hunderte, so kam es uns vor, waren über Nacht *die Wände unseres Hauses hinaufgeklettert! An allen vier Seiten!* So wie wir müssen sich die Leute im Film *Die Vögel* von Alfred Hitchcock gefühlt haben beim Anblick des Krähenschwarms! »Bis hierher und nicht weiter!«, dachten wir und hörten auf zu gießen und zu

bewässern – *wie wir es früher schon immer getan haben*. Wir entschieden uns, lieber auf einen Garten zu verzichten, als unter solchen Umständen einen zu besitzen. Viel Arbeit, viel Wasser, viele Schnecken. »Schluss!«, dachten wir. Kein Gießen mehr – so wie wir es aus Johannes Heimat konnten und früher beherzigt hatten.

Das hatte Folgen:

Heute ernten wir wieder Tomaten, die vom ersten Angießen der Pflänzchen bis zur letzten Ernte im November (!) keinen Tropfen Wasser erhalten. Wir bereiten uns Tee zu mit den Blättern von Salbei, Zitronenmelisse und vielen anderen guten Kräutern aus unserem Garten, die niemals einen Tropfen künstliches Nass erhalten. Wir ernten Kohlrabi bis in den Dezember hinein, ausgegraben unter dem Schnee, wunderbar saftig, kein bisschen holzig, ohne dass er jemals die Gießkanne zu Gesicht bekommen hätte. Zwar wird unsere Wiese ein wenig braun, wenn Trockenheit herrscht, aber nur Stunden nach dem Regen erstrahlt sie wieder in frischem Grün. Salat, Spinat, Blumenkohl, Früchte, Beeren, Gemüse – alles aus lehmigem Boden, steinhart bei Trockenheit, ohne Gießen und Bewässern. Und ohne Schnecken! Womit Sie die erste Bedingung erfahren hätten, um Ihre Schnecken loszuwerden. Weiter hinten im Buch erfahren Sie die Zusammenhänge noch genauer.

Die zweite Bedingung erfordert nur ein wenig Einsicht Ihrerseits: *Sie müssen mit ganzem Herzen begreifen, es muss Ihnen in Fleisch und Blut übergehen, dass jegliches Bekämpfen auf dieser Welt von Anfang an sinnlos ist. Von Anfang an und ohne jede Ausnahme.*



Was geschieht, wenn ein Tyrann das Nachbarvolk angreift, fast ausrottet, und dann vom angestammten Land vertreibt? Die erste Generation des unterdrückten Volkes ist noch überrascht, betäubt und vielleicht »besiegt«. Die zweite Generation steht auf, die dritte Generation wird sehr

stark und »immun« gegen die Schmerzen. Und schlägt zurück. Für offene Augen und Ohren, für vernunftbegabte Wesen und Wesen mit Liebe im Herzen ist dieses Naturgesetz überall zu beobachten:

Was geschieht, wenn Menschen anderer Religion, Hautfarbe, Parteizugehörigkeit, Besitzstandes sich bekämpfen, statt sich zu verstehen und das Miteinander zu entwickeln? Diese »andersartigen« Menschen werden sich immer wehren, bis der Kampf vorbei ist.

Was geschieht, wenn eine Krankheit bekämpft wird, statt sie zu verstehen, wie etwa Krebs, AIDS, Herzkrankheiten, Alzheimer, Parkinson? Niemals wird es gelingen, sie zu beseitigen, es sei denn, ich verstehe die Ursachen: fleischreiche, zucker- und weißmehlreiche, leere Kost, Impffolgen nach Jahrzehnten, mangelnde Wasserqualität, Atomkraft, Erdstrahlen, Handystrahlen, Elektrosmog.

Was geschieht, wenn Bakterien und Viren bekämpft werden, statt die wahre Ursache der überstarken Vermehrung zu verstehen? Die Bakterien und Viren werden nach und nach resistent gegen Heilmittel und stärker als je zuvor.

Was geschieht, wenn man im Winter übertrieben stark heizt und im Sommer den Einfluss der Klimaveränderung mit Klimaanlage bekämpft? Die Natur wird mit immer stärkeren Signalen auf ihre Not aufmerksam machen. Überall spürbar, aber anscheinend nicht bei den verantwortlichen Politikern, die in klimatisierten Räumen leben und arbeiten. Müssten diese Politiker und ihre Kinder sich nur einen Monat lang aufhalten in überfüllten U-Bahnen, in überhitzten Schulräumen, in nicht klimatisierten Fahrzeugen, in vom Schwerlastverkehr verpesteten Alpentälern – wir hätten andere Gesetze.

Was geschieht, wenn das »unberechenbare« Verhalten von Wasserläufen mit Flussbegradigungen bekämpft wird, statt der Natur und ihrer Weisheit zuzuschauen? Wir ernten Überschwemmungen.

Was geschieht, wenn »Schädlinge« und »Unkraut« bekämpft werden, statt die natürlichen Kreisläufe und den Sinn eines Zuviel an Insekten und Begleitpflanzen zu verstehen? Wir ernten Gemüse und Früchte, die uns alle vergiften.

Was geschieht also, wenn Sie Schnecken bekämpfen, statt zu verstehen, warum sie hier sind? Sie vergiften sich mit dem Gemüse, das Sie ernten, und laden die Schnecken ein, in Massen über Sie herzufallen.

Das Prinzip ist so einfach zu formulieren: *Was ich bekämpfe, das lade ich ein, zu mir zu kommen, in größerer Stärke und Macht als zu Beginn des Kampfes. Ausnahmslos durch das Verständnis von Zusammenhängen und Ursachen lassen sich die Dinge zum Guten wenden – im Kleinen wie im Großen.*



Denken Sie einmal darüber nach: Wildkräuter, Wildblumen, alles, was in der Natur ohne Eingriff des Menschen in Üppigkeit und Schönheit wächst und gedeiht, ohne Gießkanne und Bewässerungsanlage erdulden zu müssen – all das wäre schon längst verschwunden, von Schnecken aufgefressen, und nicht nur von denen, wenn dort dieselben Gesetze herrschen würden, die wir im Garten angeblich anwenden »müssen«.

Es ist wirklich kaum zu fassen, was in Gartenbüchern, in Pflanzkalendern, auf den Gebrauchsanweisungen der Samen und Pflanzen steht – bis hin zu der törichten Empfehlung, überwinternde Pflanzen fest zu gießen. All diese Torheit wird hingenommen wie ein Trend in der Schuhmode. Nur dass dabei kein Schaden entsteht, während die herrschende Mode im Gartenbereich großen Schaden bringt, für Mensch und Tier.

Abgesehen von der Vergiftung durch Chemie: Gehen Sie einmal in Ruhe der Frage nach, was ein Salat in Ihrem Körper bewirkt, wenn Sie sein Gedeihen mit der Vergiftung und Beseitigung zahlloser Schnecken, zahlloser Lebewesen »erkauft« haben? Wie schmeckt gestohlene Schokolade? Wie wohnt es sich in einem Haus, das der vorherige Besitzer aufgrund einer Notlage zwangsversteigern musste? Wie lebt es sich als wohlhabender Mensch, dessen Reichtum auf Ausbeutung seiner Angestellten beruht? Wie genießt man einen Erfolg, der durch Lüge und Verstellung zustande kam?

Wir sind sicher: In Ruhe über diese Fragen nachgedacht, und das Schneckenproblem in Ihrem Garten ist gelöst. Und so ganz nebenbei viele andere Probleme und Schwierigkeiten ebenfalls, die das Leben für Sie bereithält und noch bereithalten wird.



Zum Schluss der Beitrag eines Freundes, der sich dem Thema »Schnecken im Garten« schon 1979, kurz nach der ersten Schneckeninvasion, gewidmet hat. Er soll uns auch daran erinnern, dass Humor ein unentbehrliches Gewürz ist bei allem, was wir tun – eine echte Medizin.

### *Schneckentod*

*Schneckentod! – Mein Garten ist bedroht!  
Aus allen Hecken und Ecken überfallen mich die Schnecken.  
Ich hab sie schon x-mal chemisch verseucht und versuppt:  
Hat sich leider als Fehlschlag entpuppt!  
Dutzendweis hängen's an Kraut und Salat,  
»Wann de Hundsviecher amoi da Deifi hol'n dat!«*

*Seit einem Jahr bin ich jetzt ein Umstellbetrieb,  
Mein Garten läuft nach dem Ökoprinzip:  
Den Pflanzen gut zuredn, fleißig kompostiern,  
Kein Kunstdünger, kein Spritzmittel, halt a bisserl mit Hirn!  
Die Mondphasen beachten, manchmal drauß'n übernachten.  
Ich hab jetzt überhaupt eine sanftere Tour einschlagn:  
Die Viecherl werd'n absammelt und kübelweis in den Wald  
'naustragn*

Ein Schild hab ich gmalt: Schnecken, hier »Halt«!  
 Und weil Schnecken nur nachts gehen, hab ich's angstrahlt.  
 Ich hab Pflanzen gepflanzt, die den Schnecken nicht schmecken,  
 Doch es tat den Eindruck erwecken, als wollten's mich  
 derblecken.  
 Weil meinen Schnecken selbst diese Pflanzen noch schmecken.  
 Dutzendweis hängen's an Kraut und Salat,  
 »Wann de Hundsviecher amoi da Deifi holn dat!«

Mein Nachbar is neulich direkt durchdraht:  
 »Jetzt«, hat er gsagt »wird alles niederg'maht!«  
 Übern Zaun hat er noch gschrien: »Jetzt ist ausgeschneckselt!«  
 Und hat das ganze Gemüse durch den Rasenmäher gehäcksel.  
 Und ab in die Tonne für die Müllabfuhr.  
 Jetzt frisst er halt seinen Schweinsbraten pur.

Als Biogärtner bin ich da schon aus Prinzip dagegen:  
 Da muss es doch eine Alternative geben!  
 Ich hab lang überlegt, aber i bin a net der Dümma.  
 Und dann is mir eingfalln: »Schnecken können net schwimma!«  
 Einen zwei Meter breiten Ringkanal hab ich in meinem Garten  
 betoniert,  
 Um das eine Beet halt, weil der Rest ist kanalisiert.

Jetzt muss ich halt mit dem Kahn  
 Übers Wasser zum Schnittlauchholn fahrn,  
 Aber es ist alles schneckenfrei, wunderbar!  
 Wenn bloß der blöde Kohlweißling net waar!

Werner Meier\*

\* Bayrischer Liedermacher und Kabarettist, erreichbar unter [www.wernermeier.de](http://www.wernermeier.de). Ein kleiner Schnellkurs in Bayrisch zum Verständnis des Gedichts: Deifi = Teufel, dat = täte, niederg'maht = abgemäht, derblecken = verspotten, durchdraht = durchgedreht, waar = wäre.




# I. Teil

## Zehn Schlüssel zum lebendigen Garten

### 1. Schlüssel

#### Die kleine Entscheidung zum Guten

*In welchem dargelegt wird, dass die »kleine Entscheidung zum Guten«, der kleine Schritt, die kaum erkennbare Veränderung im Alltag des Einzelnen, die unmerkliche Bewegung – dass dieses »Kleine« an der Wurzel zu allem Großen liegt und deshalb von größerer Tragweite ist als jede Nachricht, die den Weg in die Zeitungen findet.*



**D**er erste Schlüssel zum Bau Ihres persönlichen, lebendigen Paradiesgartens verbirgt sich in einer Überzeugung, in einem tiefen Gefühl, das Sie haben oder auch nicht. Wenn Sie es haben, sind Sie wahrscheinlich ein glücklicher Mensch oder auf dem besten Wege, einer zu werden. Wenn nicht, dann möchten wir hier den Versuch wagen, Ihnen den Mut zu machen, dieses Gefühl, diese Überzeugung zu entwickeln. Es wäre nur ein winziger Schritt.

Das Gefühl, von dem wir sprechen, ist das Gefühl, dass jede einzelne Entscheidung in Ihrem Leben eine Entscheidung von Tragweite ist, nicht nur für Sie selbst in Ihrem Alltag und »engem Umkreis«, sondern für

die ganze Welt, ja für das ganze Universum. Ihre Entscheidungen bewegen die Welt.

Sie glauben das nicht? Dafür haben wir Verständnis.

Die Entscheidung, den Eisernen Vorhang zu beseitigen oder den Tunnel zwischen Frankreich und England zu bauen oder die Europäische Union zu besiegeln – solche Taten scheinen unendlich viel größer und bedeutender für uns alle als beispielsweise Ihre persönliche Entscheidung für oder gegen den Einsatz eines Pflanzenschutzmittels.

Dennoch: Es scheint nur so. Was unsere Welt wirklich bewegt, geschieht ausnahmslos hinter den Kulissen der in den Medien sichtbaren Welt. Ausgelöst von scheinbar unbedeutenden Kleinigkeiten, wie beispielsweise die Entscheidung für oder gegen eine Zigarette.

Der Nachbar, der sich mit dem Nachbarn versöhnt, der Chef, der seine Angestellten respektvoller führt und nicht ausbeutet, der Handwerker, der sich den Stolz auf geleistete Arbeit von jenen, die auf ihn herabschauen, nicht nehmen lässt, der Mensch, der unerkannt und »unbelohnt« etwas Gutes tut, und eben Sie, der sich vielleicht nach der Lektüre dieses Buches für einen lebendigen Garten entscheidet – sie alle verhindern Kriege, Naturkatastrophen, Epidemien.

### **Was sind denn »kleine Entscheidungen zum Guten«?**

Vielleicht haben Sie sich noch nie für die Herkunft der Äpfel interessiert, die Sie kaufen. Hauptsache preiswert und es schmeckt. Irgendwie. Eines Tages entscheiden Sie sich, keine Äpfel mehr zu kaufen, die aus Übersee kommen, weil Sie der Meinung sind, das heimische Obst müsse gefördert werden. Mit der Folge, dass wieder einige Landwirte sich entscheiden, auf Bio umzusteigen.



Vielleicht haben Sie, seit Sie denken können, das Kaugummipapier während des Autofahrens zum Fenster rausgeworfen. Eines Tages halten Sie inne und beschließen, das Papier ab sofort immer nur noch zu Hause in den Recyclingbehälter zu werfen. Ohne dass Sie es merken, folgen Hunderte Menschen Ihrem Tun.

Vielleicht haben Sie jahrzehntelang von Ihrer Heizung erwartet, in kurzen Hosen und Hemd durch die Wohnung spazieren zu können, selbst wenn es draußen schneit und friert. Eines Tages entscheiden Sie sich, die Temperatur um zwei Grad herunterzuregulieren, und ziehen einen Pullover an. Ihre Entscheidung hat zur Folge, dass Unmengen von schädlichen Gasen nicht mehr die Umwelt belasten, weil sich viele von Ihrem Entschluss inspirieren lassen.

Sie entscheiden sich, jemandem, der Ihnen vor langer Zeit Unrecht getan hat, in Gedanken endlich zu verzeihen. Nicht nur geht es Ihnen jetzt besser, auch ein Diktator in fernen Landen lässt endlich sein Herz ein wenig rühren und trifft Entscheidungen, die seine Leute weniger als bisher ausbeuten.

Sie entscheiden sich, ab jetzt, wo es nur möglich ist, statt Kunststoff Holz zu verwenden. Sie entscheiden sich, ab jetzt viel weniger oder gar kein Fleisch mehr zu essen. Beide Entscheidungen retten mehreren Tierarten das Leben.

Sie entscheiden sich für ein Pfund biologischer Tomaten vom Biobauern aus Ihrer Heimat statt für Treibhaustomaten aus fernen Landen? Eine Entscheidung von größerer Tragweite als jede Politikerrede.

Sie haben sich bisher Fernsehsendungen angeschaut, wie beispielsweise »Pleiten, Pech & Pannen«, deren Erfolg auf der Schadenfreude beruht, und mitgelacht, ohne darüber nachzudenken, wie Sie sich wohl fühlen würden, wenn Sie selbst dort im Fernsehen gerade knapp an diversen Knochenbrüchen vorbeischrappen. Sie erinnern sich, dass der Fernseher einen Schalter hat, und entscheiden sich, nicht mehr zum Erfolg solcher Sendungen beizutragen.

Eine der Megaentscheidungen, die unsere Welt in eine paradiesische Zukunft katapultieren würde: Sie entscheiden sich, ab sofort mit jedem Ih-

rer Familienmitglieder mindestens doppelt so viel zu sprechen und vor allem zuzuhören wie bisher. Solche Entscheidungen sind der Stoff, aus dem eine gute Zukunft für uns alle gebaut ist.



Den ersten Schlüssel zum lebendigen Garten haben Sie schon fast umgedreht, wenn Sie bis hierher gelesen haben. Diese Mühe, diese Gedankenarbeit hat schon etwas ausgelöst, worauf Sie zu Recht stolz sein können. Immer und überall sind es solche kleinen Bewegungen, die winzigen Schritte, die kleinen Menschen, die das Große auslösen und bewegen. Die »kleine Entscheidung zum Guten« rettet die Welt. Solange sich aber Nachbarn darum streiten, wem die Äpfel gehören, die vom Baum in Nachbars Garten fallen, solange wird es Kriege geben.

### *Ein ewiger Kreis*

Beobachten Sie die Natur mit ihren wunderbaren, sinnreichen Kreisläufen. Werden und Vergehen, Werden und Vergehen. Frühling, Sommer, Herbst und Winter. Aktivität für alle, Ruhe für alle, Nahrung für alle, Wasser für alle, Luft für alle. Und pausenlos dieser unendlich geduldige Dienst am Menschen, der Krone der Schöpfung. Es entfährt uns manchmal ein Seufzer bei diesem Gedanken: »Ach, wäre es schön, wenn er diese Krone endlich aufsetzen würde...« Denn dann wird er erfahren, welche Verantwortung damit verbunden ist, welcher Gegendienst, welche Freude und welches friedliche Miteinander aller Lebewesen, aller Menschen.

Sie glauben, das alles sei nur ein schöner Wunschtraum? Nein, das ist für jeden Menschen unmittelbar greifbare Wirklichkeit. Nämlich dann, wenn er den Frieden zuerst in sich selbst verwirklicht und die Verantwortung übernimmt, statt sich zu beklagen oder die Hände in den Schoß zu legen. Denken Sie ab jetzt immer an die »Kraft der kleinen Entscheidung«!

Liest man regelmäßig die Tageszeitung, dann könnte man radikal verzweifeln. Doch diese Verzweiflung ist ein reiner Luxus, denn alles, was dort geschrieben steht, ist änderbar – mit Ihren persönlichen alltäglichen kleinen Entscheidungen! Gewinnen Sie das Vertrauen und die Gewissheit, dass das eine Tatsache ist. Dann haben Sie einen gigantischen Schritt in eine gute Zukunft getan – für uns alle und für sich selbst! Mit unseren Büchern helfen wir Ihnen ein Stück entlang dieses fröhlichen Abenteuers. Auch mit diesem Buch.

Ihr Gespür wird Ihnen den Weg weisen und Sie niemals im Stich lassen, wenn Sie ihm Gehör schenken.

*Als Kind sagte mir mein Gespür, dass die Wege meiner Eltern die besseren sind: Das Obst schmeckt besser, die Bäume sind widerstandsfähiger, Mensch und Tier sind gesünder. Aber jeden Tag dieses Trommelfeuer an Parolen der Werbung, dass die alten Wege überholt sind. Hinzu kam, dass dann nach Jahren tatsächlich die größeren Birnen, die größeren Tomaten auf den Markt kamen. Wenn dir nun diese Birnen oder Tomaten nicht schmecken, wird dir eingeredet, dass du unter Geschmacksverirrung leidest. Bis nach Jahrzehnten dieses Irrsinns tatsächlich eine Biotomate viel zu »intensiv« schmeckt, weil man den Geschmack der Industrietomate als das Normale angenommen hat. Also bist du nicht nur primitiv und hinter dem Mond, sondern du leidest auch noch an Sinnestäuschung und Geschmacksverirrung.*

Der Schaden für Umwelt und Gesundheit tritt ja nicht unmittelbar ein. Welches Kind setzt sich dann durch mit dem bloßen *Gespür*, dass hier etwas nicht stimmt? Bevor Asbest verboten wurde, haben zahlreiche wissenschaftliche Studien dessen Unschädlichkeit nachgewiesen.

Um den Unterschied zwischen gesunder Ernährung und Normalkost, zwischen einer Biotomate und Glashaus-Nährlösungskugeln zu erfahren, bedarf es zuerst der Empfindsamkeit und dann der Willenskraft, um sich für einen anderen Weg zu entscheiden. Beides wird systematisch

durch unsere Normalernährung untergraben und betäubt, unterstützt durch verschiedenste andere Methoden, Lehrpläne, Zeitgeist, Moden, Werbung, durch die Beigabe von Fluor\* zum Trinkwasser und Salz, und so fort.

Diese Situation, diese Teufelskreise zu erkennen ist *eine* Sache, sie zu durchbrechen eine andere. Wenn Sie sie zornig bekämpfen, sich selbst bemitleiden, über sie schimpfen: Sie werden sie nicht ändern, sondern nur verbittern oder verzweifeln. So ist das Universum eingerichtet. Wir stehen zu jedem Zeitpunkt unter Schutz, haben aber unseren freien Willen nicht ohne Grund geschenkt bekommen. Wissen und Information tragen in erster Linie Verantwortung in unser Leben, dann erst Bewegungsfreiheit und Chancen.



Der beste Rat zum Schluss: Machen Sie es sich doch ganz einfach, und lassen Sie sich bei Ihren kleinen Entscheidungen zum Guten von jener Kraft lenken, die alles leicht und durchsichtig und einleuchtend macht: von der Liebe.

*Die großen Taten der Menschen,  
sind nicht die, welche lärmern.  
Das Große geschieht so schlicht  
wie das Rieseln des Wassers,  
das Fließen der Luft,  
das Wachsen des Getreides.*

Adalbert Stifter


\* Fluor ist ein starkes Nervengift, das die Willenskraft langsam untergräbt. Dass es den Zahnschmelz härtet, ist ein Märchen, das diejenigen erfunden haben, bei denen Fluor als Abfallprodukt anfällt. Sie fanden eine Lösung für die Frage, wie man die teure Entsorgung umgehen kann.

## 2. Schlüssel

# Die Wahl des richtigen Zeitpunkts

*In welchem Sie erfahren, welche Bedeutung das Wissen um die Einflüsse der Mondphasen und des Mondstandes im Tierkreis hatte und hat. Bis kurz vor dem Ersten Weltkrieg zeigte fast jeder Kalender auch den Mondstand im Tierkreis an. Das Kapitel will Ihnen den Grund näher bringen.*

### Ein kleines Stück Papier



**N**ur ein kleines Stück Papier genügt, und schon könnte alles anders aussehen. Mit einem Stück Papier können Sie Ihr Leben um vieles einfacher und schöner machen, Sie können gesünder leben und auch glücklicher. Sie können Geld sparen – sehr viel Geld sogar im Laufe der Jahre –, und Sie können einen Beitrag zum Schutz unserer Umwelt leisten, dessen Wirkung und Tragweite Sie sich kaum erträumen können. Ein kleines Stück Papier genügt, und wir alle könnten einen riesigen Schritt machen in Richtung einer guten Zukunft für uns alle.

Nein, es geht nicht um ein Stück Papier mit vielen Ziffern drauf. Es geht um einen *Mondkalender* – um einen Kalender, der zusätzlich zu den üblichen Angaben auch die Mondphasen und den Stand des Mondes im Tierkreis angibt.

Dieser Kalender ist der zweite und vielleicht sogar wichtigste Schlüssel zum lebendigen Garten. Dass dieses kleine Stück Papier heute wieder überall zur Verfügung steht – für alle Menschen, die sich selbst etwas Gutes tun wollen und damit uns allen –, das ist eine große Freude und ein echter Fortschritt.

Im Herbst 1991 ist unser erstes Buch *Vom richtigen Zeitpunkt* erschienen – das Buch, das der Wiederentdeckung des Wissens um die Mondrhythmen

den Weg ebnete, in zweiundzwanzig Sprachen übersetzt wurde und bis heute auf den Bestsellerlisten zu finden ist. Nach einem kurzen Jahrhundert des Vergessens ist das jahrtausendealte Wissen um den *richtigen Zeitpunkt*, um die Einflüsse der Mondrhythmen jetzt also auf dem besten Weg, sich seinen rechtmäßigen Platz in unserem Alltag zurückzuerobern. Seine Wiederentdeckung und Anwendung leistet überall einen großen Beitrag zu unserer eigenen körperlichen und geistigen Ganzwerdung und Gesundung – und damit automatisch zur Gesundung unserer Erde.

Vielleicht kann das Mondwissen noch nicht im »großen Stil« vorbeugend wirken und uns die Dürrezeiten und die Überschwemmungen aufgrund von Raubbau und Kurzsichtigkeit und die Ausbreitung der Torheit Gentechnologie ersparen, aber wenn es später ums Aufräumen und Heilen, ums Aufforsten und Wiederbeleben geht, dann kommt seine ganz große Stunde. Es liegt an Ihnen, ob Sie daran teilhaben.

### *Wie Fische im Wasser*

Natürlich mag es sein, dass Sie hier zum ersten Mal überhaupt davon hören, dass der Mond einen solch weit reichenden Einfluss auf unser Leben hat. Die Fairness gebietet, dass wir Sie nicht zwingen, erst unsere früheren Bücher zu lesen, um die Zusammenhänge zu verstehen. Wir möchten Ihnen deshalb hier eine kurze Einführung über die Zusammenhänge und Wechselwirkungen zwischen Mondphasen, Mondstand im Tierkreis und vielen Abläufen unseres Alltags geben. Sie werden dann besser verstehen, was in diesem Buch auf Sie zukommt. Der zweite Schlüssel zum *lebendigen Garten* wird Ihnen im Laufe der Lektüre noch oft begegnen.

Eigentlich ist es erstaunlich: Da übt der Mensch eine Kunst aus – jahrtausendlang, so selbstverständlich, wie für Fische das Leben im Wasser ist, und so wertvoll, wirksam und erfolgreich wie nur irgendeine Fähigkeit, die der Mensch mitbekam, um sein Überleben zu sichern und sein Leben zu gestalten. Und da geschieht es, dass – in historischen Zeiträumen ge-



messen fast über Nacht – im Laufe weniger Jahre diese Kunst zuerst in Verachtung, dann in Vergessenheit gerät. Es war, als ob die Fische über Nacht das Schwimmen verlernt und sich obendrein entschieden hätten, die Kunst des Schwimmens für Aberglauben zu erklären.

Es geht nicht um fremdländische Rituale aus irgendeinem tibetischen Hochtal – nein, in der ganzen Welt, von Alaska bis Feuerland, von den Philippinen bis Neuseeland, wurde und wird es ausgeübt. Bauern, Gärtner, Heilkundige, Handwerker, Holzhändler – überall lebten sie »nach dem Mond«, so wie die Kids von heute mit dem Fernseher aufwachsen. Nicht im Traum wären diese Menschen auf die Idee gekommen, *nicht* zuerst den Mondkalender zu Rate zu ziehen, bevor sie säen und ernten, heilen und pflegen, bauen und Quellen suchen. Waldbauern beispielsweise erstellten Jahresarbeitspläne für das Aufforsten, Auslichten und Holzschlagen fast ausschließlich auf der Basis des Mondlaufs.

Wollten Sie das ganze Ausmaß des Verzichts auf dieses Wissen mit einem Blick erfassen, dann müssten Sie sich unsere Situation wie bei einem jungen Menschen vorstellen, der, obwohl kerngesund und ohne jede Behinderung, tagein, tagaus auf Krücken geht. Bis die Muskeln seiner Beine so kraftlos geworden sind, dass er sich nur allzu gerne einen Rollstuhl verkaufen lässt, weil es »bequemer« ist. Und warum? Weil ein Rollstuhlhersteller einen schlauen Verkäufer beschäftigt hat, der seinem Opfer erfolgreich dieses törichte Verhalten einredete. Der Rollstuhl ist »Fortschritt«, ist »cool« und wird »von allen Experten empfohlen« als das Förderlichste in seiner Situation. So viele »Krückenhersteller« gibt es heute, die wiederum ganz eng mit »Rollstuhlherstellern« zusammenarbeiten.

Ebenso gedankenlos würde unseren Vorfahren und manch wissenden Zeitgenossen das Verhalten der Menschen heute erscheinen, die zu willkürlich gewählten Zeitpunkten im Garten arbeiten, Obstbäume beschneiden, düngen und spritzen, die Felder bearbeiten und ernten, die Wäsche waschen, die Zähne behandeln lassen etc.



Der richtige Zeitpunkt kann Ihren Garten in ein Paradies verwandeln – nur: Sie müssen den richtigen Zeitpunkt kennen lernen und dann beherzigen. Fürs Kennenlernen sind wir da, das Beherzigen ist Ihr persönliches Abenteuer.

## Am Anfang war die Erfahrung

Die genaue Beobachtung der Natur, der Tier- und Pflanzenwelt und das Leben in Harmonie mit ihr waren es, die unsere Vorfahren zu Meistern des richtigen Zeitpunkts gemacht haben. Amazonas-Indianer können zahllose Grüntöne genau unterscheiden, je nach Nutzen, den die Pflanzen für sie haben. Eskimos kennen über vierzig verschiedene Arten von Eis und Schnee, weil sich nur wenige davon zum Bau von Iglus eignen.

Wenn das Überleben ganzer Sippen von guten Ernten abhängt und gleichzeitig die Gifte und künstlichen Dünger der modernen Industrie nicht zur Verfügung stehen, blieb den Landwirten aller früheren Jahrhunderte keine andere Wahl, als ihren vielen Künsten auch die Kunst der Wahl des richtigen Zeitpunkts hinzuzufügen und besonders dem Mondlauf und verschiedenen anderen Naturrhythmen Aufmerksamkeit zu schenken. Die Liste ihrer Erkenntnisse ist lang. Direkte persönliche Erfahrung hatte unsere Vorfahren zur Einsicht geführt,

- dass zahllose alltägliche und weniger alltägliche Handlungen von Naturrhythmen beeinflusst werden – vom Holzschlagen über Feld- und Gartenarbeit, Kochen, Essen, Brotbacken, Milchverarbeitung, Haarschneiden, Düngen, Waschen bis zur Anwendung von Heilmitteln, Operationen und vieles mehr. Sogar wann Fische am willigsten anbeißen, da hat der Mond ein Wörtchen mitzureden.
- dass Pflanzen und ihre Teile von Tag zu Tag unterschiedlichen Kräften ausgesetzt sind, deren Kenntnis ausschlaggebend für erfolgreichen Anbau, Pflege und Ernte der Früchte ist, dass Kräuter, zu bestimmten Zeiten gesammelt, ungleich wirksamer sind als zu anderen. Und dass Nah-

rungsmittel aus diesen Pflanzen zu unterschiedlichen Zeiten vom Körper unterschiedlich vertragen werden.

- dass Operationen und Medikamentengaben, an bestimmten Tagen durchgeführt, hilfreich sind, an anderen Tagen nutzlos oder gar schädlich – oft unabhängig von Dosis und Qualität der Medikamente oder von aller Kunst des Arztes.
- dass zahlreiche weitere Geschehnisse in der Natur – Ebbe und Flut, Geburten, das Wetter, der Zyklus der Frauen und vieles mehr – in Beziehung zur Mondwanderung stehen. Zahllose Tierarten beispielsweise richten sich in ihrem Verhalten streng nach Mondlauf und Mondstand im Tierkreis. Von über achthundert Tierarten ist das sogar schon wissenschaftlich belegt, es sind aber viele Hunderttausende, in vieler Hinsicht sogar alle, wenn man sich mit der Beobachtung genügend Zeit lassen würde.

Zusammengefasst: Unsere Vorfahren lebten nach der Erkenntnis, dass der Erfolg einer Absicht nicht nur vom Vorhandensein der nötigen Fähigkeiten und Hilfsmittel abhängt, sondern entscheidend auch vom Zeitpunkt des Handelns. Und dass dieser günstige Zeitpunkt weitgehend von der Mondphase und vom Stand des Mondes im Tierkreis abhängt. Diese Erkenntnis war – wie wir heute aus zahlreichen Zuschriften und Kalendern aus allen Teilen der Welt wissen – verbreitet und lebendig, von Alaska bis nach Australien, von Japan bis Feuerland.

Viele Kalender der Vergangenheit richteten sich nach dem Lauf des Mondes, weil die vom Mondstand im Tierkreis angezeigten und angekündigten Kräfte von weit größerer Bedeutung für den Alltag der Menschen als die des Sonnenstandes sind. Heute noch werden alle unsere »beweglichen« Feiertage nach dem Stand des Mondes berechnet: Ostern wird stets am ersten Sonntag gefeiert, der dem ersten Vollmond nach Frühlingsanfang folgt.

### *Das Interesse am Vergessen*

Wie konnte es also geschehen, dass zu Anfang des 20. Jahrhunderts dieses unschätzbar wertvolle Wissen fast über Nacht in Vergessenheit geriet? Noch bis zum Ersten Weltkrieg gab nämlich fast jeder Kalender auch Mondphasen und Mondstand im Tierkreis an. Den verschiedenen Antworten auf diese Frage werden Sie im Laufe des Buches noch öfters begegnen, weil die Kenntnis der Zusammenhänge – neben der persönlichen Erfahrung mit Wirksamkeit und Wert der Anwendung des Mondkalenders – Sie immun macht gegen alle Versuche aus Ihrer Umgebung und seitens »interessierter Kreise«, dieses Wissen herabzuwürdigen. Das Mondwissen ist nicht nur ein Schlüssel zu Ihrem lebendigen Garten und Ihrem persönlichen Glück, sondern auch eine Säule echten Fortschritts.

Sicherlich einer der Hauptgründe für das Vergessen ist in der Tatsache zu suchen, dass man dieses Wissen nicht in Bargeld verwandeln kann. Im Gegenteil: Wir würden viel gesünder leben, Produkte würden um vieles haltbarer und kämen ganz ohne Gifte zur Konservierung, Imprägnierung usw. aus. Viele Industrien, die jetzt noch gut von der Missachtung und Ausbeutung der Natur leben, müssten den Gürtel enger schnallen oder sich endlich auf die Herstellung menschen- und umweltfreundlicher Produkte verlegen.

Nach dem Zweiten Weltkrieg hatte sich nämlich die große Maschinerie der Technik und Industrie darauf verlegt, statt Kriegsmaterial die »schnelleren« Lösungen für alle Probleme des Alltags zu produzieren – statt Sprengstoff Kunstdünger, statt Giftgas Pflanzenschutzmittel, statt Atombomben Maschinen zur radioaktiven Bestrahlung von Lebensmitteln. Mit anderen Worten: Nur für Sie persönlich ist das Mondwissen bares Geld wert. Die Umsätze der Firmen, die mit der Ausbeutung der Erde Geld verdienen, würden sinken.

Die Jugend in Aufbruchstimmung lachte über Eltern und Großeltern, sprach von »Mondaberglauben« und begann, sich allein auf Wissenschaft und Forschung zu verlassen – in erster Linie, weil sie den Fortschrittspa-

rolen vertraute und geblendet war von der Aussicht auf schnellen materiellen Aufschwung. Die Vertreter der Industrie belagerten die Landwirtschaftsschulen, um den Jungbauern Kunstdünger und Pestizide als »Segen der Neuzeit« zu verkaufen, ohne auch nur einen Gedanken an die Folgen zu verschwenden. Es kam zum übertriebenen Einsatz von Maschinen, Dünger, Pestiziden, Umweltgiften und Kunststoffen.

Die Jugend wurde dazu verführt, das Wissen ihrer Eltern vom rechten Zeitpunkt zu ignorieren und alle »nichtwissenschaftlichen« Erfahrungswerte der Jahrtausende über Bord zu werfen. Steigende Erträge und »schönere« Äpfel, die Erfolge der Medizintechnik und der Kunststoffindustrie schienen ihr lange Zeit Recht zu geben. So entfernte sie sich immer mehr von den Kreisläufen der Natur und begann, die Zerstörung unserer Umwelt nicht mehr wahrzunehmen oder gar als »notwendiges Übel« in Kauf zu nehmen, immer unterstützt von einer Industrie, die nur Wachstum, Umsatz und Gewinn im Auge hat, nicht aber Mensch und Natur.\*

Diese Verführung ist eines der größten Verbrechen bestimmter Kreise in Wissenschaft und Industrie, denn hier haben sie tiefe Gefühle und Sehnsüchte missbraucht und ausgebeutet, die keinem Menschen fremd sind. Kein Kind, kein Jugendlicher in Aufbruchstimmung möchte das Gefühl haben, nicht »dazuzugehören«, nicht »modern« zu sein. Die Akademiker, die Universitäten, die »Experten«, die an die landwirtschaftlichen Schulen und zu den Bauernhöfen geschickt worden sind, die von der Industrie bezahlten Redakteure der Fachzeitschriften – wenn sie alle das Gleiche in die Gehirne der Jugend waschen –, nämlich wie *erstrebenswert* der Fortschritt ist, wie *modern* ein begradigter Fluss, ein von Schädlingen freies Feld, ein kahl geschlagener Bergrücken ist, dann gehört schon viel Rückgrat dazu, sich diesem allgemeinen Wahn zu verschließen. Nur wenige junge Land-

\* Noch im Jahr 2003 wurde ein Schulbuch für Landwirtschaftliche Schulen vorgeschrieben, mit dem Titel *Unkräuter auf Kulturland* (Verlag Jugend und Volk, Wien). Es enthielt eine lange Liste von Pflanzen samt detaillierter Beschreibung ihrer Ausmerzung und genauer Angaben der Chemikalien und ihrer Hersteller. Fast jedes der beschriebenen Kräuter ist ein kraftvolles Heilkraut!

wirte und mutige Gärtner schafften es; und gerade ihnen haben wir heute viel zu verdanken. Beispielsweise dass wir überhaupt Bioahrungsmittel kaufen können.

Besonders die rasante Entwicklung der Chemie und Pharmazie verführte die Menschen, die Schulmedizin *und* die Patienten zu der Überzeugung, ungestraft die Ganzheit des Lebens missachten zu können. Sie haben eine Erkältung? Nehmen Sie Penizillin. Sie haben eine Verstopfung? Nehmen Sie diese Supertablette. Sie haben ein Herzproblem? Essen Sie weiter wie bisher, weil wir ein Mittel oder eine erfolgreiche Operationstechnik oder was auch immer für Sie haben.

Schnelle Schmerz- und Symptombeseitigung galt als »Therapieerfolg«, die Ursachenforschung und Vorbeugung, die Geduld und Bereitschaft zu langfristiger Zusammenarbeit mit dem Patienten traten in den Hintergrund. Echte Heilkundige wurden und werden ins Abseits getrieben.

Ja, und heute? Heute kann kaum noch jemand die Augen verschließen vor dem hohen Preis, den wir für die Missachtung der Rhythmen und Naturgesetze bezahlen müssen – die Zivilisationskrankheiten breiten sich aus, Allergien sind an der Tagesordnung, gehören fast zum »guten Ton«. Die Erträge in der Landwirtschaft sinken, Schädlinge haben leichtes Spiel, weil der Boden ausgebeutet wird, ohne sich schützen und regenerieren zu können, der Einsatz von Pestiziden hat sich in wenigen Jahrzehnten vervielfacht, ohne nennenswerten Erfolg, Qualität und Gesundheitswert der Erntefrüchte gehen gegen null, lebensnotwendige Mineralstoffe haben den Boden verlassen, die Trinkwasserqualität sinkt.

Dass dieser Wahnsinn sich so erfolgreich verbreiten konnte und von Politik, Wissenschaft und Industrie heute noch als der »Weisheit letzter Schluss« verkauft wird, hat einen einfachen Grund: Das entstandene System profitiert in weiten Bereichen vom *Schaden*, nicht von dessen Vermeidung. Ein Beispiel von vielen: Die heute üblichen zerstörerischen Anbaumethoden und Bewässerungstechniken machen die Pflanzen in höchstem

Maße anfällig für zu geringe Niederschläge. Statt die Ursachen der Anfälligkeit zu beseitigen, erhalten die Bauern Ausgleichszahlungen für Dürreschäden! Die Lösung wäre doch so einfach: Würden die Bauern für Dürreschäden bestraft und nicht belohnt, dann gäbe es keine Dürreschäden. Machen Sie sich selbst ein Bild, und beobachten Sie, welche Gewächse in der Natur eine Dürre von langer Dauer überstehen und warum.

Ärzte, Pharmazie und Krankenkassen machen ihre Umsätze und beziehen Macht und Größe aus Krankheit, nicht aus Gesundheit. Echte Vorbeugung, wie beispielsweise genaue Information über gesunde Ernährung, findet nicht statt. Im Gegenteil: Heutige Ärzte wissen nicht einmal selbst, was gesunde Ernährung bedeutet. Sie sind auf Ernährungswissenschaftler angewiesen, deren »letzter Stand der Forschung« fast täglich wechselt.

Stattdessen werden uns »Vorsorgeuntersuchungen« als Fortschritt verkauft, die letztlich nur dazu führen, dass bei den Untersuchungen fast immer etwas gefunden wird – weil die Pharmazie immer mehr normales Verhalten als »Störung« und »Krankheit« einordnet, um dann ein Medikament dagegen zu entwickeln. Ein erhöhter Cholesterinspiegel beispielsweise aufgrund einer kurzzeitigen Stresssituation, der mit etwas Ruhe von selbst vergangen wäre, muss dann »bekämpft« und »behandelt« werden. Ein quicklebendiges Kind mit ein wenig mehr Bewegungsdrang als der »Durchschnitt« wird zum »Patienten«.

Insgesamt also kein guter Nährboden für eine Besinnung auf das Einfache, Natürliche und Wesentliche. Aber auch jene Menschen, die guten Willens waren und liebend gerne mit Hilfe des Mondes gelebt und gearbeitet hätten, konnten das Wissen nicht kennen lernen und darauf zurückgreifen. Denn es gab noch einen Grund, warum es verloren gegangen ist und erst seit wenigen Jahren wiederbelebt wird: *Es war nirgends aufgezeichnet!* So selbstverständlich war früher der Umgang mit dem richtigen Zeitpunkt, dass die Zusammenhänge nirgends vollständig zusammengefasst sind. Nur in Bruchstücken, als belächelte »Bauernregel« und unter Eingeweihten hatte das Wissen überlebt. Genau die Menschen guten Willens sind es,

die mit Freude die Wiederbelebung des Mondwissens begrüßt haben und sich heute nicht mehr vorstellen können, jemals darauf zu verzichten. Viele unserer Leser gehören dazu.

Am Schluss des Buches finden Sie auch aus gutem Grund keine Literaturliste. Alle von uns vorgestellten Regeln und Naturgesetze wurzeln ausschließlich in persönlicher Erfahrung und eigenem Erleben, teilweise vom ersten Lebenstag an. Nichts stammt nur vom Hörensagen, nichts beruht auf Vermutungen oder Überzeugungen, nichts stammt aus zweiter Hand oder ist »wissenschaftlich erforscht und auf dem neuesten Stand« (und damit morgen schon wieder überholt). Sie können sich auf diese gelebten Informationen verlassen.



Es gibt natürlich noch viele weitere Rhythmen und Einflussfaktoren in der Natur, etwa in Zusammenhang mit dem Biorhythmus, mit der Aktivität der Sonnenflecken, mit Weltraum- und Erdstrahlungen und dergleichen. Einen großen Teil davon haben wir in unseren bisherigen Büchern vorgestellt (siehe Seite 354ff.). Sie sind aber für die Entstehung eines lebendigen Gartens nicht so wichtig. Es genügt, sich mit sieben verschiedenen »Zuständen« des Mondes vertraut zu machen, nämlich:

- Neumond
- ☾ Zunehmender Mond
- Vollmond
- ☾ Abnehmender Mond

Der jeweilige Stand des Mondes in einem Tierkreiszeichen

- ☽ Aufsteigender Mond
- ☾ Absteigender Mond