

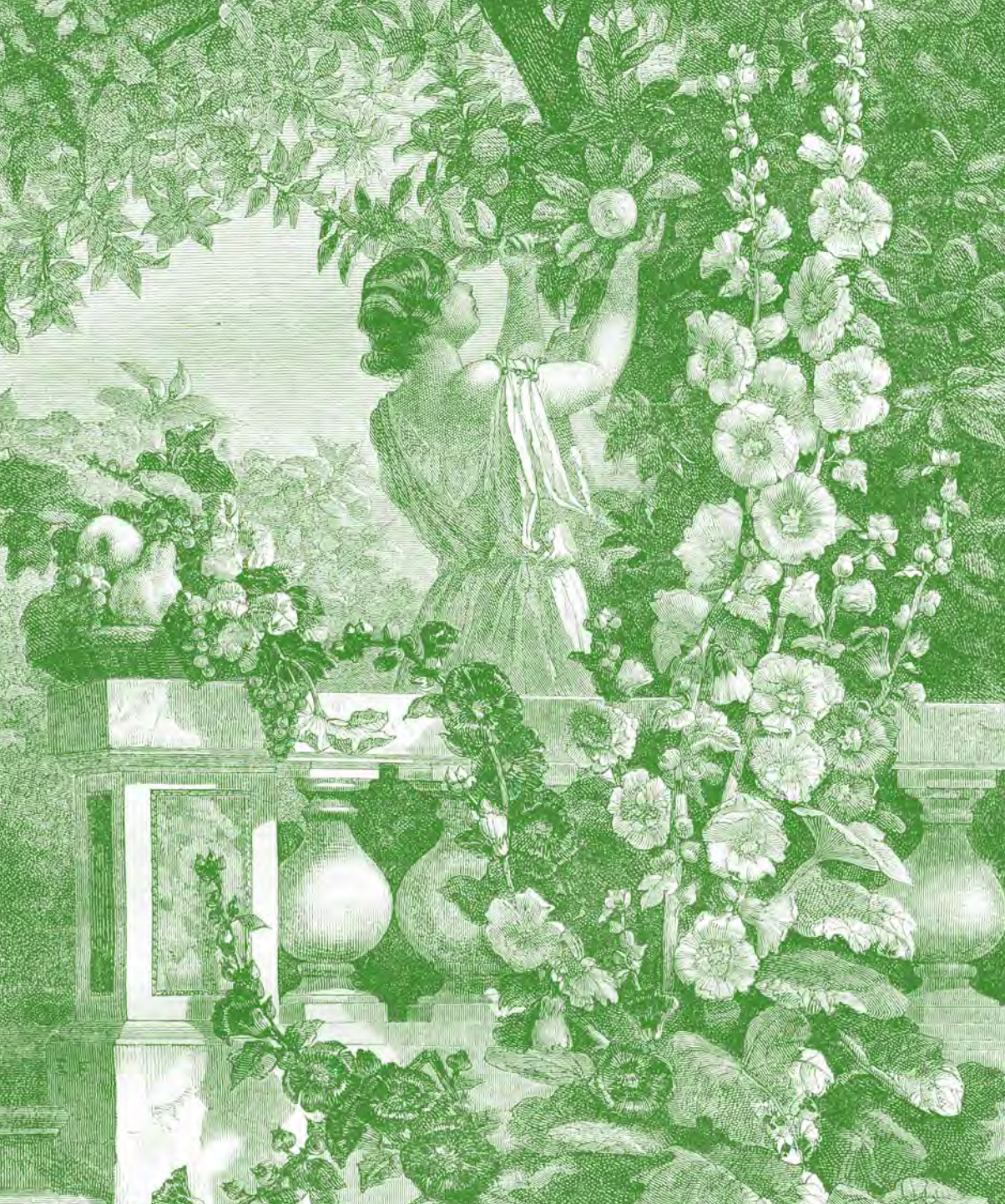




# Mein Gartenglück

Für Frauen, die Gärten lieben





## INHALT

### **Für das Glück ein Leben lang**

Ein Garten schenkt Freude 4

### **Im Einklang**

Gärten haben heilende Kraft 11

### **Mensch sein heißt Gärtner sein**

Von der beruhigenden Wirkung der Gartenarbeit 15

### **Das Hohelied des Regenwurms**

Was man von einem Garten lernen kann 21

### **Kleine Paradiese**

Ein Garten ist voller Schönheit 25

### **Der Mohn ist aufgegangen**

Ein Garten ist ein Ort zum Träumen 31

### **Ankommen im Grün**

Ein Garten entschleunigt 35

### **Im Garten atmet die Zeit freier**

Ein Ort zum Loslassen und Staunen 41

### **Verbeugung vor dem Gras**

Ein Garten schenkt Demut 46

### **Nach jedem Ende folgt ein Anfang**

Im Garten wächst die Zuversicht 51

A vibrant bouquet of flowers is displayed in two glass vases hanging from a wooden post. The bouquet includes a large pink cosmos, a bright yellow daisy, a purple chrysanthemum, a red zinnia, a pink rose, and several smaller pink and white flowers. The background is a soft-focus garden scene with green foliage and more flowers.

Für das Glück  
ein Leben lang

Ein Garten  
schenkt Freude

## REZEPT FÜR EIN GUTES LEBEN

Willst du für eine Stunde glücklich sein,  
so betrinke dich.

Willst du für drei Tage glücklich sein,  
so heirate.

Willst du für acht Tage glücklich sein,  
so schlachte ein Schwein und gib ein Festessen.

Willst du aber ein Leben lang glücklich sein,  
so schaffe dir einen Garten.

*Aus China*



## RHAPSODIE IN BUNT

Löwenmäulchen farblich alle Sorten,  
frisches Rosenrot erblüht an Herzensorten.

Gelb ist fröhlich quietschend die Zitrone,  
nein, das hier ist Kürbis, nicht Melone.

Träumend gaukelt schwarz-weiß schwerelos ein Falter,  
fruchtgrün singt der Apfelbaum und liebt sein Alter.

Orangenrot getigert stolcht der Kater,  
warum nur macht der Rittersporn tiefblau so ein Theater?

Lila! Tönt es aus wilden Akeleien-Ecken,  
sandhell leuchten zärtlich Weinbergschnecken.

Lavendel gibt es Gott sei Dank in blau und weiß,  
glücklich drehen Sonnenblumen sich im Kreis.

Niemals kann ich mich satt hören und satt sehen,  
will bei Tag und Nacht in meinen Garten gehen.

*Cornelia Elke Schray*

Was für eine glückliche Frau bin ich, dass ich in einem Garten lebe, mit Büchern,  
Kindern, Vögeln und Blumen und reichlich Muße, all das zu genießen.

*Elisabeth von Arnim*

## EIN GARTEN MACHT GLÜCKLICH

Manchmal denke ich, ich bin mehr als alle meine Bekannten gesegnet, weil ich so leicht zu meinem Glück finde (...) Was kann das Leben in der Stadt schon an Vergnügungen bieten, verglichen mit der Freude an irgendeinem dieser stillen Abende, die ich in diesem Monat verspürte, wann immer ich allein am Fuß der Verandatreppe saß, umgeben vom Duft junger Lärchen, wenn der Maimond niedrig über den Buchen hing und die schöne Stille in ihrer Friedlichkeit nur noch tiefer wurde durch das ferne Quaken der Frösche und das Rufen der Eulen.

*Elisabeth von Arnim*

## SCHUTZRAUM

Der Garten ist mein Zufluchtsort, der Ort, an dem ich Schutz suche, nicht das Haus (...) Dort fühle ich mich gut aufgehoben und geborgen, jede Blume und jedes Kraut ist mir ein Freund und jeder Baum ein Geliebter. Wenn ich mich über etwas geärgert habe, laufe ich zu ihnen hinaus, um Trost zu finden, und wenn ich ohne triftigen Grund angespannt war, finde ich bei ihnen Erlösung. Hatte jemals eine Frau so viele Freunde?

*Elisabeth von Arnim*

## KLEIN UND FEIN

Ein Garten muss nicht groß sein. Von meiner Himbeerpflanze, die auf dem Balkon im linken Eimer wächst, habe ich in diesem Jahr nicht nur ein halbes Kilo Himbeeren geerntet, ich habe mich auch monatelang an den Bienen erfreut, die sie täglich anfliegen. Himbeerblüten müssen für Bienen besonders lecker sein, sie haben wirklich jede gefunden. Im rechten Eimer wachsen Bohnen und Prachtwinde. Wenn ich morgens mit meinem Kaffee auf den Balkon trete, begrüße ich zuerst die Pflanzen. Die Himbeere, die Cosmeen, Kornblumen, Phazelien, die Kapartenglockenblume, den Mohn, die Winde, den weißen, roten und gelben Klee, die Kapuziner. Ich freue mich über jeden dieser stillen Begleiter, deren Werden und Vergehen ich Jahr für Jahr miterleben darf. Ich berühre ihre Blätter. Schau sie ihre Blütenkunstwerke an, sehe nach, ob noch genug Wasser in den Flaschen ist. Denn die Blumen in den Kästen sind meine Flaschenkinder. Damit die Erde feucht bleibt, habe ich in jedem Kasten kopfüber drei Flaschen mit einem Tonkegel gesteckt, über den das Wasser gleichmäßig abgegeben wird. Schließlich sollen meine pflanzlichen Mitbewohner nicht verdursten.

Kann es etwas Schöneres geben, als jeden Morgen seine Blumen zu begrüßen? Dieser Balkon ist immer wieder ein Wunder für mich. Er gibt mir alles, was ein Garten geben kann. Ich hatte schon sehr große Gärten. Ich habe sie alle geliebt. Der jetzige ist mein kleinster. Sechs Kästen und zwei Eimer. Also knapp zwei Quadratmeter Erde. Und so viel Glück, als wären es Tausend.

*Doris Bewernitz*





### **Mit Texten von:**

**Rose Ausländer:** S. 45 Im Garten, aus: dies., Gesammelte Werke / Und preise die kühlende Liebe der Luft, © S. Fischer Verlag, Frankfurt am Main. **Elisabeth von Arnim:** S. 6, aus: dies., Elizabeth and her German Garden, 1889. **Doris Bewernitz:** S. 7, 10, 13, 14, 36, 40, 42, 49, 50, 54 © bei der Autorin; S. 22ff Das Hohelied des Regenwurms, aus: dies., Wo die Seele aufblüht. Warum ein Garten glücklich macht, © 2018 Verlag am Eschbach, Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG, Eschbach. **Karel Čapek:** S. 18f aus: ders., Das Jahr des Gärtners. Aus dem Tschechischen von Grete Ebner-Eschenhayn, © der deutschen Übersetzung Insel Verlag, Frankfurt und Leipzig 1956. **Michaela Deichl:** S. 44, 52 © bei der Autorin. **Reinhard Ellsel:** S. 48 © beim Autor. **Ilka Haederle:** S. 33 © bei der Autorin. **Gerhard Heilmann,** S. 9, 32 © beim Autor. **Jörn Heller:** S. 37 aus: ders., Ab heute: gut drauf! Gedichte zum Losleben, © 2024 Verlag am Eschbach, Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG, Eschbach. **Friedrich Georg Jünger:** S. 43 Im Grase, aus: ders., Iris im Wind. Gedichte, © Vittorio Klostermann GmbH, Frankfurt am Main 1952. **Thomas Knodel:** S. 8, 38 © beim Autor. **Julia Kospach:** S. 16, 17 © bei der Autorin. **Ute Elisabeth Mordhorst:** S. 34 © bei der Autorin. **Antje Sabine Naegeli:** S. 12 © bei der Autorin. **Andreas Noga:** S. 54 © beim Autor. **Gudrun Pausewang:** S. 10 © Gudrun Pausewang Erben. **Maria Sassin:** S. 14, 28f © bei der Autorin. **Catrina E. Schneider:** S. 24 © bei der Autorin. **Isabella Schneider:** S. 44 © bei der Autorin. **Cornelia Elke Schray:** S. 5, 9, 13, 19, 47, 48, 49 © bei der Autorin. **Anne Steinwart:** S. 38, 39 © bei der Autorin. **Carola Vahldiek:** S. 20 © bei der Autorin. **Angelika Wolff:** S. 33, 37 © bei der Autorin.

### **Bildnachweis:**

Fotos: BIOSPHOTO (Umschlag), Mina Hesse (S. 4), Karin Goldbach (S. 11), BIOSPHOTO/Jean-Michel Groult (S. 15), JS Sira (S. 21), Martin Desjardins (S. 25), Danièle Dugré (S. 31), Virginie Quéant (S. 35), BIOSPHOTO/Frédéric Desmette (S. 41), Julia Korte (S. 46), GWI/Ron Evans (S. 51), alle Flora Press. Grafische Zeichnungen: iStock/bauhaus1000, iStock/benoitb, iStock/clu, iStock/ilbusca, iStock/Pimpay, iStock/Val\_Iva, iStock/Кусмарцева Дарья, shutterstock/Morphart Creation, shutterstock/Vector Tradition.

Alle Rechte vorbehalten

© 2025 Verlag am Eschbach,

Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG, Ostfildern

Im Alten Rathaus/Hauptstraße 37

D-79427 Eschbach/Markgräflerland

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

[kundenservice@verlag-am-eschbach.de](mailto:kundenservice@verlag-am-eschbach.de)

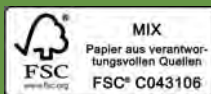
Gestaltung und Satz: Angelika Kraut, Verlag am Eschbach

Kalligrafie: Ulli Wunsch, Wehr

Druck: Grafisches Centrum Cuno GmbH & Co. KG, Calbe

Hergestellt in Deutschland

ISBN 978-3-98700-151-2



Gedruckt auf umweltfreundlichem Papier, ausgezeichnet mit dem EU Ecolabel und FSC®-zertifiziert. Als Einbandmaterial wurde Nautilus Classic verwendet – ein 100 Prozent recyceltes Papier aus 100 Prozent Altpapier – ausgezeichnet mit dem blauen Umweltengel, EU Ecolabel und FSC®-zertifiziert.

Näheres zur Nachhaltigkeitsstrategie der Verlagsgruppe Patmos auf unserer Website [www.verlagsgruppe-patmos.de/nachhaltig-gut-leben](http://www.verlagsgruppe-patmos.de/nachhaltig-gut-leben)



Manufakt

Dieser Baum steht für Erhaltung unserer natürlichen Lebensgrundlagen, umweltschonende Ressourcennutzung und nachhaltige Herstellung Individuell und mit Liebe gemacht.