

Inhalt



*Goldmohn bereichert
mit seinem leuchten-
den Gelb den Garten
und wirkt als Heiltee
schlaffördernd.*

- 4 Vorwort
- 6 Vom Paradies zum Hausgarten
- 7 Paradiesgärten
- 10 Woher die Gartenpflanzen stammen
- 12 Eigenschaften der Gartenpflanzen
- 14 Die Wirkung heilender Zierpflanzen
- 15 Balsam fürs Auge
- 18 Duftsensationen
- 24 Zierpflanzen als Arzneipflanzen
- 25 Mit Pflanzen heilen
- 27 Heilendes aus Pflanzen zubereiten
- 29 Ernte & Aufbereitung
- 32 Aussaat und Pflege
- 33 Ansiedlung heilkräftiger Zierpflanzen
- 35 Pflanzenpflege
- 38 Der gesunde Garten
- 40 Gartenbewohner



Die Pfingstrose (*Paeonia officinalis*) wurde schon im 12. Jahrhundert in unseren Klostersgärten als Arzneipflanze kultiviert.

43 Porträts meiner liebsten Heilpflanzen

- 43 Vier »Blaue Schöne«
- 43 Ein- und zweijährige Pflanzen
- 50 Stauden
- 61 Holzgewächse – Sträucher, Bäume
- 68 Heilende Wildkräuter

- 74 Giftige Schönheiten
- 75 Nur zum Anschauen!

- 80 Aus dem Heilgarten –
Rezepte und Tipps
- 81 Essen und Trinken
- 84 Natürliche Pflege für
Haut und Haar
- 86 Beschwerden vorbeugen
und lindern

- 94 Register
- 96 Impressum



Der intensiv duftende Lavendel wird auch als Würzmittel und beruhigender Tee verwendet.