

## Der Duft des Glücks

*Zart duftende oder würzig-aromatische Düfte machen Stauden zu einem sinnlichen Erlebnis*

(GMH/BdS) Das Glück duftet nach Maiglöckchen und frischgebackenen Waffeln. Nach Thymian und salziger Meeresluft. Nach sonnenwarmer Haut und einem Hauch von Lavendel. Düfte haben eine geradezu magische, archaische Kraft. In Sekundenbruchteilen bringen sie zurück, was mitunter Jahrzehnte im Verborgenen schlummerte. Erinnerungen an den Kindergeburtstag, zu dem es das langersehnte Fahrrad gab. An die Klassenfahrt nach Italien. An den Frankreichurlaub mit der ersten großen Liebe.



Bildnachweis: GMH/ Bettina Banse

**Bildunterschrift:** Attraktive Blüten auf Nasenhöhe verlocken einfach zum Schnuppern. Umso schöner, wenn sie tatsächlich über einen angenehmen Duft verfügen, so wie viele Schwertlilien (Iris).

Bilddaten in höherer Auflösung unter:

[http://www.gruenes-medienhaus.de/download/2015/04/GMH\\_2015\\_15\\_05.jpg](http://www.gruenes-medienhaus.de/download/2015/04/GMH_2015_15_05.jpg)

„Der Geruchssinn beeinflusst unsere Stimmung und damit unser Wohlbefinden so unmittelbar wie kein anderer Sinn oder gar der



Verstand das vermag“, erklärt Kordula Becker von Stauden Becker in Dinslaken. „Ich zum Beispiel liebe Veilchen nicht nur wegen ihrer niedlichen Blüten, sondern vor allem, weil mich ihr Duft an die Veilchenpastillen aus meiner Kindheit erinnert. Aber ich mag auch zitronige Duftnoten sehr gern, weil sie wunderbar anregend wirken, während Lavendel eher entspannt und beruhigt.“

### **Kleine Fluchten aus dem Alltag**

Gerade im Garten – oder Balkon und Terrasse – kann man sich die Wirkung von Düften sehr gut zunutze machen, indem man Arten und Sorten entsprechend der persönlichen Lieblingsduftrichtungen wählt. „Grundsätzlich unterscheiden wir Duftpflanzen und Aromapflanzen. Duftpflanzen wie Maiglöckchen (*Convallaria majalis*) oder Duft-Veilchen (*Viola odorata*) setzen ihre ätherischen Öle fortwährend frei, während Aromapflanzen wie Rosmarin oder Salbei dafür berührt oder Teile von ihnen zerrieben werden müssen“, erläutert Becker. Rosmarin und Co. stehen daher am Beetrand besonders günstig, wo man sie im Vorübergehen streift oder ganz gezielt mit der Hand über die Blätter streichen kann. Niedrige Vertreter machen zwischen Trittplatten gepflanzt jeden Schritt zum Erlebnis und einige besonders robuste Arten eignen sich sogar als dufter Rasenersatz, beispielsweise Römische Kamille (*Chamaemelum nobile* 'Treneague'), Teppich-Poleiminze (*Mentha pulegium* ssp. *repens*) und viele Thymianarten. „Es muss ja nicht gleich der komplette Rasen sein. Zu meinen Lieblingsplätzen im Garten zählt eine Bank, vor der die Oregano-Sorte 'Compactum' wächst. Jedes Mal, wenn ich mich dorthin setze, duftet es herrlich nach Pizza und ich fühle mich wie im Urlaub.“

### **Immer der Nase nach**

Bei den Duftstauden ist die Auswahl riesig. Sie reicht von fruchtig-frischen Nuancen wie beim Winterling (*Eranthis hyemalis*) über liebliche Düfte wie dem von Mädesüß (*Filipendula ulmaria*) oder Goldlack (*Erysimum cheirii*) bis hin zum honigartigen Aroma der Silberkerze *Cimicifuga ramosa* und dem schweren Parfum von Königs-Lilie (*Lilium regale*) und Lilien-Funkie (*Hosta plantaginea* 'Grandiflora'). In die würzige Richtung tendiert beispielsweise der



Diptam (*Dictamnus albus*). Wer es gerne harmonisch mag, richtet am besten verschiedenen Dufftecken im Garten ein. „Ähnlich wie mit Farben lassen sich aber auch mit Düften spannende Kontraste erzielen, zum Beispiel indem man Rosen den zitronigen Kräuterduft von Bergminze (*Calamintha*) zur Seite gesellt“, findet Kordula Becker. „Was wohin kommt, ist natürlich in erster Linie Geschmackssache. Pflanzen mit schwerem Duft stehen allerdings erfahrungsgemäß besser nicht unmittelbar neben dem Sitzplatz, sondern ein paar Meter entfernt – der Duft kann dann sozusagen in sanften Wellen vorbeiwabern.“ Ähnliches empfiehlt sie für Blumensträuße, für die sich viele Duftpflanzen hervorragend eignen: Ein Bund Maiglöckchen kann eine ganze Wohnung beduften, sollte aber besser nicht gerade im Schlafzimmer stehen.

### **Romantische Nachtdufter**

Ein besonderes Dufterlebnis beschere uns Stauden, die ihren Wohlgeruch erst gegen Abend vollends entfalten. „Wenn die Farben nach Einbruch der Dämmerung in den Hintergrund treten, nimmt man die verschiedenen Duftnuancen viel intensiver wahr“, weiß die Staudenspezialistin. Nachtduftende Pflanzen werben mit ihrem Aroma auf die Aufmerksamkeit der Nachtfalter, entsprechend groß ist die Auswahl an Arten. Was alle gemeinsam haben: So gut, wie sie riechen, so attraktiv sind sie bei Tageslicht betrachtet. „Eine meiner Lieblingspflanzen ist die hellgelbe Zitronen-Taglilie (*Hemerocallis citrina*). Sie verbreitet ein liebliches Zitronenaroma. Jede Blüte öffnet sich nur für eine Nacht und einen Tag, aber da die Taglilie immer neue Blüten hervorbringt, fällt das gar nicht auf“, verrät Becker. „Die Blüten sind übrigens essbar und eine wundervolle Dekoration für Salate und Desserts.“ Einen noch intensiveren, parfumartigen Duft verströmen Nachtviolen (*Hesperis matronalis*), Levkojen (*Matthiola*), Mondviolen (*Lunaria*) und die Türkenbund-Lilie (*Lilium martagon*), der eine feine Zimt- und Vanillenote zu eigen ist. Eine beschwingte Leichtigkeit wohnt hingegen dem zitronigen Duft der Nachtkerze (*Oenothera*) inne. „Ein absoluter Kundenliebling ist der gerade mal 40 cm hohe Wald-Phlox (*Phlox divaricata*) 'Clouds of Perfume', der am Tag, vor allem aber am frühen Abend ein Erlebnis ist. Wo er steht, fragen mich Besucher sehr oft, was denn da so wunderbar duftet. Wenn sie dann auch noch die attraktiven blauviolettten Blüten sehen, landet er oft



ungeplant mit Korb.“ Eine gute Entscheidung: Romantische Momente zur „blauen Stunde“ sind damit garantiert. Wer erst am Feierabend den Garten genießen kann sollte sich auch abends duftende Stauden an den Lieblingsplatz pflanzen.

---

**UNSER ZUSATZANGEBOT:**

Zu diesem Mediendienst bieten wir Ihnen zusätzlich folgende Bildmotive an, die Sie ohne Registrierung unter <http://www.gruenes-medienhaus.de/artikel/9817> herunterladen können:

