



# Entstresste Natur, entspannte Menschen

Mehrjährige Blühflächen sind ein Stück Wildnis in der Agrarlandschaft: Natur, wie der moderne Mensch sie kaum noch kennt. Sie wecken die Sinne und lehren Gelassenheit.

TEXT: IDA BERG



Ackerflächen, auf denen es wild blüht, summt und krabbelt, wirken nachweislich positiv auf Seele, Geist und Körper des Menschen.

Fotos: Jakob und Franziska Lipp; Steingrafik; memoryfoto/Shutterstock.com; Illustration: Val\_Ivar/Stock.com

» Im ersten Jahr blühten Sonnenblumen, Phazelen und Öllein – ich war überwältigt von der Blütenpracht. «

JAKOB LIPP, BLÜHFLÄCHENBAUER IM BAYERISCHEN RECHTMEHRING

ROT, BLAU, WEISS, GELB, VIOLETT blüht es, dazwischen brummt es und summt, zwitschert und zirpt. Düfte und Gerüche nach Gemüse, Holz, Blüten und Kräutern umspielen die Nase – eine mehrjährige Blühfläche, ein kleines Stück Wildnis in der Agrarlandschaft, spricht alle Sinne an. Unter engagierten Wildbiologen und Landwirten gelten Blühflächen als das Instrument für Artenvielfalt und Biodiversität. Wildtiere finden hier Unterschlupf, doch solche absichtlich verwilderten Ackerflächen – mal üppig, mal zerzaust – machen auch etwas mit uns Menschen. Und das ist überraschend wohltuend. Der Naturbegriff ist dehnbare: Für die einen ist Natur eine kleine Grünfläche in der Vorstadt. Für die ande-

ren der eigene Garten samt gepflegtem Rasen und sorgsam gehegtem Gemüsebeet. Andere wiederum geben sich nicht mit weniger als einem geschützten Nationalpark oder einem tiefen Wald fernab jeglicher Zivilisation zufrieden. Die Natur wird idealisiert und romantisiert, ausgebeutet und missbraucht. Dabei ist sie Ressource, Lebensgrundlage und wichtiger Bestandteil einer florierenden Volkswirtschaft. Wie neueste wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, ist Natur aber auch ein wesentlicher Faktor für das menschliche Wohlbefinden: Körper und Geist entspannen sich im Grünen auf ganz einzigartige Weise. Es scheint, als würde die Natur an unsere Herkunft – unsere Urinstinkte – appellieren. Manche For- ➤

schers nehmen an, dass sich der Mensch gegen diese positiven Reaktionen gar nicht zur Wehr setzen kann, weil sie angeboren sind. Widerstand zwecklos!

Diesen Umstand machen sich Leute wie Dr. Christof Janko zu Nutze. Für den Wildbiologen von der Bayerischen Landesanstalt für Landwirtschaft (LfL) soll Natur vor allem eines sein: intakt. Sein Ziel ist es, die „Entrückung des Menschen von der Natur wieder zu ändern“: „Viele fragten sich, „wozu brauche ich Artenvielfalt überhaupt, was nützt mir die Wilde Karde, der Feldhase oder der Fuchs?“ Biodiversität und Artenvielfalt sind Jankos Anliegen, aber auch die Sensibilisierung der Bevölkerung: „Unser Ökosystem besteht aus einer Vielzahl von Tieren und Pflanzen, die in unseren Kulturraum gehören. Die Auswahl an ‚gut‘ oder ‚böse‘ ist selektiv und emotional.“ In Europa gebe es praktisch keinen Quadratmeter echte Wildnis mehr. „Wir alle - inklusive Wildtiere – leben in einer vom Menschen geprägten Kulturlandschaft.“

Dass ein unberührtes Stück Natur eine andere Wirkung auf Spaziergänger oder Radfahrer hat als schnurgerade Maisfelder, liegt auf der Hand. Bei der Wirkung von Natur auf den Menschen zählt aber nicht nur das Visuelle: Studien zeigen, dass auch Gerüche und Geräusche – sogenannte „soundscapes“ und „smellscapes“ – die menschlichen Sinne ansprechen und zur ganzheitlichen Wirkung beitragen.

### Bauch- und Herzensentscheidung

Diese Erkenntnisse kann der Landwirt Jakob Lipp aus dem oberbayerischen Rechtmehring aus Erfahrung bestätigen. Der Mittvierziger hat daraus seine Schlüsse gezogen: „Unsere hofeigenen Ackerflächen wurden seit vielen Jahrzehnten in immer denselben Rhythmen bestellt. Die Entscheidung, sie für fünf Jahre in Blühflächen umzuwandeln, kam aus dem Herzen und aus dem Bauch. Und rückblickend war sie zu hundert Prozent richtig“, sagt er.

Mehrjährige Blühflächen sind eine Agrarmaßnahme des Kulturlandschaftsprogrammes des Bayerischen Landwirtschaftsministeriums, und so wurde auch Lipp darauf aufmerksam. Bei der Auswahl des Saatgutes wurde er umfassend beraten. Fünf verschiedene



## Echter Buchweizen

Buchweizen ist ein Knöterichgewächs und kam schon im 14. Jahrhundert mit den Mongolen nach Europa. In China und Russland zählt er zu den Grundnahrungsmitteln: Er ist reich an Eisen, Magnesium, Kalium und Calcium sowie den Vitaminen B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub> und E. In den Blühflächen bereichert der Buchweizen vom Frühjahr bis in den Herbst den Speiseplan von Feldhasen und Rehen. Während sie die Blätter knabbern, bevorzugt das Federwild die reifen, dreieckigen Körner. Wegen des hohen Zuckergehalts seines Nektars wird der Buchweizen auch gut von Bienen angenommen. Buchweizen ist glutenfrei und erlebt aktuell eine Renaissance in der modernen Ernährung. Die Körner müssen vor dem Verzehr gekocht werden. Sie eignen sich zum Backen, als Beilage oder für die Zubereitung von Suppen und Aufläufen.



Fotos: steingrafik; Jakob und Franziska Lipp; scisetialfo, hydrangea100/beide iStock.com; dabjola/Thinkstock.de; Illustration: Val\_Iva/iStock.com

## Phazelle

Büschelschön, Bienenweide oder Bienenfreund wird die Phazelle im Volksmund genannt: Und damit ist ihr wichtigster Aspekt auch schon genannt. Die Phazelle ist während ihrer drei- bis vierwöchigen Blütezeit für Bienen eine wichtige Trachtpflanze mit einem ähnlich hohen Pollen- und Nektarertrag wie Raps. Auch andere Insekten wie Hummeln, Schmetterlinge und Schwebfliegen tummeln sich über den blau-violetten Blüten mit dem intensiv süßen Duft. Ursprünglich stammt die Pflanze aus Nordamerika, aber vor etwa hundert Jahren kam sie nach Europa. In der Landwirtschaft wird sie vor allem als Zwischenfrucht, für Brachen und als Futterpflanze geschätzt. Die anspruchslose Phazelle fördert die Bodenfruchtbarkeit, indem sie Nährstoffe im Erdreich bindet. Außerdem bedeckt sie mit ihren Ausläufern schnell den Boden eines brachliegenden Feldes, wodurch sie das Aufkommen von Unkraut verhindert.



ne Blühmischungen gibt es: Eine jede umfasst zwischen 31 und 44 in Bayern heimische Einzelpflanzen, variierend je nach Standort. Der Nebenerwerbslandwirt hat zwei unterschiedliche Blühmischungen auf seinen Ackerflächen ausgesät. „Im ersten Jahr war ich überwältigt von der Blütenpracht von Sonnenblumen, Phazelle, Öllein, Buchweizen und Klatschmohn“, sagt er im Rückblick. „Im zweiten Jahr dominierten die Wilde Karde, Weiße Lichtnelke, Färberwaid und Wegwarte, und im dritten Jahr kamen Echtes Johanniskraut, die Moschusmalve und der Wiesenkümmel.“

Dass die Blühflächen Passanten ins Auge fallen, freut ihren Erzeuger sehr. Immer wieder studieren Spaziergänger und Radfahrer die Info-Schilder, die er am Wegesrand angebracht hat, es kommt nicht selten vor, dass er konkret angesprochen wird: „Manche Leute bleiben ganz bewusst mit dem Auto stehen, um sich die Flächen anzuschauen. Sie erkundigen sich nach deren Sinn oder fragen gezielt nach einzelnen Pflanzen, die sie nicht kennen. Sie sind ganz begeistert, wenn ich ihnen erzähle, dass Blühflächen eine Maßnahme für die Natur und die Tiere sind. Sie freuen sich über den Farbtupfer in der Landschaft“, erzählt er. „Für mich ist das eine schöne Bestätigung, wie sehr sich Menschen über Natur freuen können. Und es sind nicht nur Städter, die sich dafür in- ➤

## Kleiner Odermennig

Der Odermennig, im Volksmund auch bekannt als Ackerkraut, Kunigundenkraut oder Leberklette, verfügt mit seinen gelben, vierblättrigen Scheibenblüten über ein reiches Pollenangebot: Verführung pur für Honigbienen, Schwebfliegen, Fliegen und Käfer, die auch die Bestäubung der Pflanze vornehmen. Die glockenförmige Frucht ist mit Widerhaken versetzt, die sich im Fell von Wildtieren anhaften und weitergetragen werden. Die aufrecht wachsende Wildstaude kann bis zu zwei Meter hoch werden und ergänzt mit ihrer langen Blütezeit von Juni bis September naturnahe Staudensäume im eigenen Garten. Der Odermennig war bereits in der Antike als Heilpflanze bekannt. Seine getrockneten Blüten können zu Teemischungen verarbeitet werden. Das Kraut enthält Gerb- und Bitterstoffe, ätherisches Öl, Kieselsäure, Schleimstoffe und Flavonoide und soll bei Magen-, Darm-, Blasen-, Nieren-, Gallen- und Leberleiden sowie bei Durchfall helfen.

teressieren. Auch Leute, die ohnehin auf dem Land leben und von Natur umgeben sind, sind ganz glücklich über das, was ich hier tue.“

Insgesamt hat der Bauer 2,6 Hektar seines Landes in mehrjährige Blühflächen umgewandelt. Damit ist er einer der größten Blühflächenanbauer im Freistaat. Diese gelten aktuell als Top-Maßnahme, weil gerade die Langfristigkeit wichtig für die Artenvielfalt ist. Der Biologe Dr. Christof Janko von der Bayerischen Landesanstalt für Landwirtschaft sieht die Blühflächen zugleich als direktes Bindeglied zum Bürger: „Eine hohe Anzahl an Arten – Insekten, Wildbienen, aber auch Vögel – ist vom Aussterben bedroht, viele sind schon verschwunden. Jeder Quadratmeter zählt“, sagt der Wildlebensraumberater. Die Aufgabe, die Biodiversität zu verteilen, müsse auf viele Schultern verteilt werden. Sein Institut bringt deshalb Landwirte, Jäger und Naturschützer zusammen. Die Verbesserung der Bodenqualität ist ein weiteres Argument: Blühflächen sind nicht nur ein natürlicher Erosionsschutz, auch das Bodenleben wird sich, so die Prognose der Experten, im Laufe der Jahre sogar versechsfachen.



## Markstammkohl

Der frostharte Markstammkohl fällt durch seine kuriosen Formen auf: Bei idealen Bedingungen kann er bis zu zwei Meter hoch werden und wirkt fast wie eine Palme. In Deutschland lässt sich sein Anbau seit dem 16. Jahrhundert nachweisen. Wird er im Herbst von den Wildtieren noch verschmäht, steigt seine Beliebtheit bei Rehen und Feldhasen nach den ersten Frösten, denn er ist eine karotinreiche Nahrungsquelle im Winter. Markstammkohl wurde früher in ganz Europa angebaut. Heute hat er nur noch in der Küche der ostdeutschen Prignitz einen festen Platz und ist Bestandteil des Winter-Nationalgerichts „Knieperkohl“. Der Markstammkohl ist eine alte Gemüsesorte, über deren Anpflanzung man auch im eigenen Gemüsegarten nachdenken könnte: Er hat einen milden, leicht buttrigen Geschmack und kann bis weit in den Dezember geerntet werden.

## Ein Stück Wildnis im eigenen Garten



Auch im eigenen Garten oder auf dem Balkon können Sie einen Beitrag zur Artenvielfalt leisten: Körper, Geist und Seele freuen sich, wenn wieder mehr Schmetterlinge, Bienen, Wildtiere und Vögel die Umgebung bevölkern:

- » **Hummeln, Wildbienen & Co.** benötigen **ungefüllte Blüten** wie Kornblumen, Klatschmohn, Ackerwinden, Fetthenne, Hauswurz, Rainfarn, Rittersporn, Fingerhut, Türkenbund, Nachtkerze und Wiesensalbei. Auch ein blühendes Kräuterbeet bietet Nahrung.
- » **Trockenmauern, Totholzhaufen** und heimische **Bäume** und **Hecken** bieten lebenswichtige Verstecke für Vögel und Igel, aber auch für Eidechsen. „**Wilde**“ Gartenabschnitte und **ungedüngte Mähstreifen** sind ideal für Insekten.
- » **Vermeiden Sie Zierpflanzen** wie Forsythie oder Rhododendron. Sie bieten den Tieren kaum Nahrung.
- » **Insekten- oder Wildbienenhotels** bieten Unterschlupf. Adäquate Wasserstellen nicht vergessen!
- » **Verzichten Sie auf Pestizide** und **Herbizide**.
- » Richten Sie Ihr Augenmerk auf **heimische** Pflanzen, Gemüse- und Obstsorten, Hecken und Sträucher.
- » **Nicht zu oft mähen** und nicht an sonnigen Tagen, an denen viele Bienen fliegen. **Hecken nicht** während der Brutmonate **März bis Juni schneiden**, da sich dort besetzte Vogelnester befinden können.
- » Durch die Ansaat und Pflanzung von ein- oder mehrjährigen Pflanzenmischungen kann Lebensraum für Bienen geschaffen werden. Bei der Auswahl und Zusammenstellung sollten jedoch verschiedenste Aspekte wie etwa der Standort berücksichtigt werden. Anleitungen finden Sie in der Broschüre „Das große Einmaleins der Blühstreifen und Blühflächen“ des Instituts für Agrarökologie und Biodiversität Mannheim (IFAB), die Sie gratis als pdf herunterladen können <http://www.ifab-mannheim.de/Broschuere%20Einmaleins%20der%20Bluehflaechen.pdf>

Fotos: EvergreenPlanet, Gobbaiphotographer, Zsozsi/alle iStock.com, Richard Griffin/Shutterstock.com; Illustration: Val\_Ivar/Stock.com

## Wilde Karde

Die Wilde Karde ist ein wichtiger Strukturbildner in der Landschaft, da sie bis zu zwei Meter hoch wird. Damit ist sie in den Blühflächen eine wichtige Antrittswarte für Singvögel, die auch die Besonderheit der Pflanze schätzen: Nach Regen sammelt sich in den breiten Blattachsen der Stängelblätter Wasser, das sowohl Vögel als auch Insekten gerne trinken. Der lateinische Name „Dipsacus“ der Wilden Karde leitet sich von dem griechischen Wort „dip-sa“ für Durst ab. Nicht selten wird die Wilde Karde durch ihre Stacheln fälschlicherweise für eine Distel gehalten: Die zweijährige Pflanze blüht von Juli bis August, wobei ihr Blütenangebot besonders für Hummeln und langrüsselige Schmetterlinge von Bedeutung ist. Schon im Mittelalter diente die Wurzel der Wilden Karde als Heilmittel, heute bedient sich die Homöopathie der Pflanze. Ihre Wurzel wird zu Tee, Tinkturen und Kapseln verarbeitet.



Christof Janko glaubt, dass jeder einzelne etwas tun kann, um die Artenvielfalt zu schützen, nicht nur im eigenen Garten (siehe Kasten links). Wer sich im Supermarkt für die regionale Bio-Milch entscheidet, stärke die heimischen Bauern: „Eine intakte Landwirtschaft ist die beste Voraussetzung, dass auch Wildtiere einen intakten Lebensraum vorfinden.“

### Die Schönheit des Unperfekten

In Herbst und Winter verwandelt sich die Blütenpracht dann allerdings in ein wirres, zerzaustes Dickicht – schön im landläufigen Sinn ist das nicht. Seine Wirkung übt dieses Stück Natur dennoch aus, davon ist der Landwirt überzeugt: „Auch wir Menschen sind nicht vollkommen, haben unsere guten Tage, sehen manchmal besser, manchmal schlechter aus. Aber wir alle erfüllen eine Aufgabe.“ So ist es auch mit den Blühflächen: Im Sommer locken sie Insekten an, im Winter sind sie eine wichtige Nahrungsquelle für Wildtiere. Manche Insektenarten brauchen die

Flächen auch über den Winter, um sich dauerhaft etablieren zu können. Viele legen beispielsweise in den Stängeln von Sonnenblumen ihre Brut ab oder überwintern dort. Der Vorteil von Blühflächen sei es, „dass die Natur uns auf ihre ganz eigene und wunderbare Weise das Prinzip des Werdens und Vergehens vorlebt. Nichts ist gestriegelt oder getrimmt. Vom allgemeinen Leistungsdruck, den wir heutzutage der Agrarlandschaft auferlegen, hat sich dieses Stück Natur befreit. Und schon diese Symbolik ist sehr entspannend.“

Seine Blühflächen, erzählt der Landwirt, lehrten ihn, auch einmal alle Fünfe gerade sein zu lassen – „und einfach nur da zu sein“. So zeigt die Natur auf ihre ganz eigene, subtile Art, dass auch das Unperfekte wunderschön und sinnstiftend sein kann. Wer sich schwer tut, Menschen und Dinge so zu akzeptieren, wie sie nun einmal sind, sollte sich ein möglichst unberührtes Stück Natur in seine Nähe holen: Man kann sich davon einiges abschauen. 🌿