# Als Selbstversorger einen Waldgarten anlegen? So geht's

Nüsse, Früchte und Kräuter im Überfluss – mit einem Waldgarten erschaffst du dir einen eignen Garten Eden.

Er ist die perfekte Ergänzung für jeden Gemüsegarten und ich möchte dir heute zeigen, welche Vorteile ein Waldgarten besitzt.

## Was ist ein Waldgarten?

**Ein Waldgarten ist ein landwirtschaftliches System, das natürliche Waldökosysteme nachahmt. Waldgärten sind eine Art Permakultursystem. Diese Art von Garten zielt darauf ab, Nahrung bereitzustellen und gleichzeitig die Artenvielfalt und die ökologische Nachfolge zu erhalten.**

Waldgärten sind nicht wie die traditionellen Gemüsegärten, die nur eine Pflanzenart auf derselben Fläche enthalten und chemische Düngemittel und Pestizide verwenden.

Ein Waldgarten enthält viele verschiedene Arten von Pflanzen, Bäumen, Sträuchern und Kräutern, die in einem einzigen Gebiet oder einer Polykultur zusammenwachsen.

Die Pflanzen in einem Waldgarten sind Nahrung für Mensch und Tier. Du baust Gemüse, Obstbäume, Beeren, Nüsse, Kräuter für medizinische Zwecke und Gewürze zum Kochen an.

## Warum ein Waldgarten großartig ist?

Das, was der natürlichen Vegetation in Deutschland und Mitteleuropa am nächsten kommt, ist ein Wald.

**Überlässt man eine Ackerfläche sich selbst, wird sie sich nach einiger Zeit ganz von selbst in einen Wald verwandeln.**

Zunächst siedeln sich krautige Pionierpflanzen an, gefolgt von einer artenreichen Strauchschicht und Pionierbäumen wie der Birke.

Im Schutz der Birken und Sträucher entwickeln sich allmählich Eichen und Hainbuchen, die der ursprünglichen Vegetation hierzulande am nächsten kommen.

Dem Vorbild des natürlichen Waldes folgt auch der selbst angelegte Waldgarten.

Nehmen wir uns also die Zeit und schauen uns den Aufbau unserer Wälder einmal genauer an.

Eine natürliche Waldlandschaft besteht aus drei Schichten:

- Baumschicht
- Strauchschicht
- Krautschicht

Jede dieser Schichten birgt ein ganz besonderes Potenzial, das wir für unseren Waldgarten nutzen.

## Was ist die Krautschicht?

Im Frühjahr, noch bevor die großen Bäume ihre Blätter entwickeln und auch die Sträucher noch nicht aus ihrem Winterschlaf erwacht sind, schlägt die Stunde der Frühjahrsblüher.

Sie nutzen die ersten Sonnenstrahlen und sobald die Tage etwas länger werden, ist der Waldboden übersät von Frühjahrsblüher, besonders vielfältig sind die Zwiebelgewächse.

Bekannte Pflanzen sind Bärlauch, Narzissen, Winterlinge, Schneeglöckchen und viele weitere. Vereinzelt sieht man auch besonders ausdauernde krautige Pflanzen, wie die rote Taubnessel. Jetzt ist die Krautschicht im Wald auf ihrem Höhepunkt angelangt.

Die Krautschicht ist die niedrigste Vegetationsebene, die oft im Schatten gedeiht. Sie bietet ein ausgezeichnetes Buffet für alle Arten von Insekten und kann eine großartige Nektar- und Pollenquelle für Bestäuber und andere Insekten sein. Die Kräuterschicht kann zum Anbau von Kräutern und essbaren Blumen verwendet werden.

Sobald sich das Blätterdach im Frühsommer, je nach Baumart, zwischen Mai und Juli schließt, begeben sich die Zwiebelgewächse wieder zur Ruhe und warten auf das nächste Frühjahr.

Besonders schattenverträgliche Kräuter sind jetzt noch im Wald und vor allem in den Randlagen zu finden.

Darunter sind der allseits bekannte Giersch, Waldmeister, Gundermann, Brennnessel, Gänsefingerkraut, Fingerhut und noch mehr.

Im Vergleich zu ihren Artgenossen, die mehr Sonne zur Verfügung haben, bilden sie kleinere Blätter aus und blühen üppiger.

Lies auch

Diese 11 essbaren Wildkräuter sammelst du im Frühling – welche Wildkräuter dir jetzt die nötige Power bringen – Lerne, wie einfach es ist, die elf häufigsten essbaren Wildkräuter im Frühling zu benennen und was du mit ihnen alles machst. Diese Wildkräuter bringen Power.

## Was ist die Strauchschicht?

Besonders am Waldrand und entlang von Wegen finden wir eine recht ausgeprägte Strauchschicht.

Hier wachsen Brombeeren, Haselsträucher, Rosen, Schlehen, Holunder, Hagebutten und weitere meist recht wehrhafte Sträucher, um ihre wertvollen Früchte vor allzu gefräßigen Tieren zu schützen.

Mitunter findest du diese Sträucher auch im Wald, dort verharren sie scheinbar. Brombeeren, die unter einem Blätterdach von Buchen- oder Eichen stehen, bekommen zwar genug Licht, dass sie nicht verhungern, aber auch zu wenig, um zu wachsen und Blüten zu bilden.

Wenn dann einer der mächtigen Bäume umfällt, erobern sie im Nu den freigewordenen Platz. Sie wuchern, bilden Blüten und Früchte, bis das Loch in der Waldkrone wieder geschlossen wird und sie wieder auf eine günstige Gelegenheit warten.

Die Strauchschicht ist die zweite Vegetationsschicht im Waldgarten. Sie beginnt dort, wo die Krautschicht endet, und bildet auch eine Schutzbarriere, die das Licht blockiert und die Pflanzen darunter schützt.

## Was ist die Baumschicht?

Die Baumschicht ist das markante Merkmal des Waldes. Hier thronen mächtige Bäume wie Buchen, Eichen, aber auch Wildkirschen, Holzäpfel und Nadelbäume sind zu finden.

Sie bilden das Gerüst des Waldes, wonach sich die weiteren Pflanzen aus Kraut- und Strauchschicht unterordnen müssen.

Je nachdem, welche Bäume im Wald vorherrschen, entwickeln sich danach die unteren Schichten. In reinen Fichtenwäldern finden sich Sträucher und Kräuter nur in den Randregionen.

Im Nadelwald selbst haben lediglich Moose ausreichend Licht, um zu gedeihen. Recht lichte Laubwälder werden dagegen mit einer Fülle von weiteren Pflanzen besiedelt.

Eine Baumschicht ist ein wichtiger Bestandteil des Waldgartens. Es ist eine Gruppierung von Bäumen, die so skaliert sind, dass sie in Größe, Form und Höhe relativ einheitlich sind. Baumschichten bieten Schatten, Nährstoffkreislauf, Windbruch und Lebensraum für Wildtiere.

## Welche Nahrung liefert ein Waldgarten?

Vielleicht ahnst du es nun schon: Ein Waldgarten liefert uns vorwiegend Nüsse, Früchte und Blattgemüse.

Das ist nach westlichen Gewohnheiten selbstverständlich kein vollwertiger Speiseplan, aber darum geht es auch nicht. Selbst wenn wir nur einen Teil unserer Nahrung durch einen Waldgarten decken, haben wir mehrfach Gutes getan.

Zum einen waren Haselnüsse in der frühen Geschichte der Menschheit eine der Hauptnahrungsquellen, wie steinzeitliche Funde nahelegen und Wildpflanzen sind in der Regel reich an Proteinen, Vitaminen und Mineralstoffen. Und wusstest du, dass du auch Bucheckern oder Eicheln essen kannst?

Passend dazu habe ich auch zwei ausführliche Ratgeber geschrieben. Lies hier, was du im Sommer im Wald zu Essen findest und hier, was es im Winter alles Essbares gibt.

Während moderne Züchtungen meist auf Ertrag und Aussehen gezüchtet wurden, so steckt in den Wildpflanzen noch etwas urtümliches.

Im ersten Moment ist das oftmals bittere an den Wildpflanzen gewöhnungsbedürftig, unserer Gesundheit weisen wir mit dem Verzehr solcher Pflanzen aber einen Dienst.

Zum anderen erfüllt ein Waldgarten noch vielfältige ökologische Funktionen. Nicht nur wir werden uns an seinen Früchten bedienen, auch allerhand Tiere werden in jedem noch so kleinen Waldgarten Nahrung und ein Zuhause finden.

Damit leistet jeder, der einen Waldgarten anlegt, einen wichtigen Beitrag zum Artenschutz.

Ein Waldgarten ist ein landwirtschaftliches System, das natürliche Waldökosysteme nachahmt. Waldgärten sind eine Art Permakultursystem. Diese Art von Garten zielt darauf ab, Nahrung bereitzustellen und gleichzeitig die Artenvielfalt und die ökologische Sukzession zu erhalten.

## Wie viel Arbeit macht ein Waldgarten?

Eine Aussage ist grundlegend falsch: dass ein Waldgarten nur einmal angelegt werden müsse und als einzige Beschäftigung darin nur noch Erntearbeiten anfallen.

Es ist wahr, im Vergleich zu einem Gemüsegarten ist der Waldgarten langlebiger und stabiler. Weder muss der Boden umgegraben werden, noch muss die Fläche Jahr für Jahr neu bestellt werden.

Dennoch gibt es eine Reihe von Arbeiten, die in einem Waldgarten anfallen, denn ganz ohne Pflege wird die Artenvielfalt weniger werden.

Besonders konkurrenzstarke Arten werden sich ausbreiten und andere unterdrücken. Damit dies nicht geschieht, muss, wo immer es nötig ist, **regulierend eingegriffen werden**.

Bäume müssen gestutzt werden, einjährigen Kräutern die Möglichkeit zur Selbstaussaat geboten werden und Himbeerruten gehören geschnitten.

Eine der wichtigsten Aufgaben ist zu Beginn das **regelmäßige Mulchen**. Der Waldgarten wirft erst nach vielen Jahren genügend organisches Material ab, damit es für seinen Bedarf reicht, deswegen sollte in den Anfangsjahren regelmäßig mit zusätzlichem Material gemulcht werden.

Unterschätzt werden sollte auch nicht die Arbeit, die für das **Ernten** aufgebracht wird. Wahrscheinlich wird es in einem Waldgarten ein wenig drunter und drüber gehen und du bist bemüht, ein Gleichgewicht zwischen Ordnung und Chaos herzustellen.

Das heißt, dass die Früchte teilweise schwer zu erreichen sind und die Ernte sehr viel länger dauern wird, als wenn du die einzelnen Pflanzen getrennt voneinander anbauen würdest.

## Die Baumschicht im Waldgarten – Ideen fürs Anpflanzen

Oftmals verfügst du über ein begrenztes Platzangebot für den Waldgarten und so scheiden die klassischen Bäume des Waldes wie Buchen und Eichen von vornherein aus.

Nadelbäume wären verheerend, da sie weder eine Strauch,- noch eine Krautschicht zu ihren Füßen zulassen. Wir setzen daher auf eher klein bleibende Bäume, die uns zusätzlich noch Nahrung liefern.

Mit der Walnuss solltest du vorsichtig sein. Zum einen haben die Wallnusserträge hierzulande durch das Einschleppen der Wallnussfruchtfliege stark gelitten und die Zeiten, in denen die ausladenden Bäume zentnerweise schmackhafte Früchte abwerfen, sind vorbei.

Zum anderen werden die Bäume sehr groß und in ihrem Schatten und zwischen dem schlecht verrottendem Laub gedeihen andere Pflanzen schlechter.

Das Gleiche gilt für Esskastanien, sie finden nur Platz im Waldgarten, wenn der nötige Raum zur Verfügung steht, denn diese Bäume müssen stets zu zweit stehen, damit sie überhaupt Früchte hervorbringen. Schnell werden sie bald alle anderen Pflanzen im Waldgarten überragen.

Hier eine Auswahl, was sinnvoll scheint anzupflanzen:

- Volle Sonne: Exoten wie Pfirsich, Aprikosen, Feigen und Mandeln.
- So viel Sonne wie möglich: Birnen und Maulbeeren
- Halbschatten: Apfel, Pflaume, Mirabelle,
- Schattenverträglich: Sauerkirsche, Mispel, Holunder, Hasel

Die Haselnuss solltest du in deinen Waldgarten mit aufnehmen

## Die Strauchschicht im Waldgarten – Ideen fürs Anpflanzen

Die Strauchschicht im Waldgarten bedarf besonderer Planung bei der Anlage.

Es sei so viel gesagt, dass die meisten Obststräucher mehr Ertrag bringen, wenn sie mehr Sonne bekommen –trotzdem heißt das noch lange nicht, dass du nicht auch an etwas geringeren Erträgen Freude haben kannst

Dafür leiden die Pflanzengesellschaften im Waldgarten seltener unter Krankheiten und Schädlingen, was den vermeintlichen Ertragsausfall wegen vermehrter Beschattung wieder wett macht.

Hier eine Auswahl, was sinnvoll ist anzupflanzen:

- Volle Sonne: Himbeeren
- Halbschatten: Johannisbeeren, Jostabeeren, Stachelbeeren, japanische Weinbeere
- Schatten: Brombeeren und Holunder

# Die Krautschicht im Waldgarten – Ideen fürs Anpflanzen

Das meiste Gemüse benötigt mehr Sonne und Pflege, als wir im Waldgarten anbieten können. Deswegen setzen wir auf robuste und genügsame Gemüsepflanzen oder Wildkräuter.

Der geliebte Gemüsegarten muss also nicht für den Waldgarten weichen, ganz im Gegenteil. Eine Menge an Wurzel- und Fruchtgemüse können wir auch im Waldgarten anbauen.

- Sonne bis Halbschatten: Gemüsekohl, Brokkoli, Meerkohl, Kapuzinerkresse, Mangold, Salat, Hirschhornwegerich, Spinat, Zichoriensalate, Frühlingszwiebel
- Schatten: Topinambur, Bärlauch, Minze, Brennnessel, Knoblauchsrauke, Giersch, Gundermann, Brunnenkresse, Feldsalat

Hier können wir noch viel mehr ins Detail gehen, daher habe ich einen ausführlichen Artikel nur über die Krautschicht des Waldgartens erstellt.

Klicke hier und schau dir die 20 besten Pflanzen für die Krautschicht an.

## Die Planung des Waldgartens

Bei der Planung eines Waldgartens solltest du dir genügend Zeit lassen und auch nehmen.

Während du im Gemüsegarten jedes Jahr wieder von Neuem starten kannst, geht das beim Waldgarten nicht.

Der Spruch „einen alten Baum verpflanzt man nicht“ trägt so viel Wahres in sich. Bäume, die einmal angewachsen sind, vertragen ein Umpflanzen, wenn überhaupt nur schlecht.

Sträucher verzeihen eine solche Behandlung besser, aber auch sie benötigen Zeit, um mit der Störung umzugehen.

Lies auch

16 schnell wachsende Gemüsepflanzen, um sie in einer Krise anzubauen (Krisennahrung aus dem Garten) – Wenn die Regale im Supermarkt wegen einer Krise leer sind, baust du besser dein eigenes Gemüse an. Hier sind 16 großartige, schnell wachsende Gemüsepflanzen.

## Die 5 häufigsten Fehler bei der Planung eines Waldgartens

### Fehler Nr. 1: Zu dichtes Pflanzen

Nehme den empfohlenen Pflanzenabstand mal 1,5. So gehst du sicher, dass sich die Bäume und Sträucher später nicht in die Quere kommen. Es ist leichter, im Nachhinein dichter zu pflanzen, als schweren Herzens auszudünnen.

### Fehler Nr. 2: Schattenverträglichkeit nicht beachtet

Wenn Pflanzen wie der Holunder mit Schatten zurechtkommen, dann gehören sie auch dorthin. Nutze die Sonnenplätze besser für anspruchsvollere Pflanzen wie Himbeeren.

### Fehler Nr. 3: Zu wenig Ränder

Die ertragreichsten Zonen im Waldgarten sind die Ränder. Lege den Waldgarten so an, dass durch geschickte Pflanzung und Gestaltung von Wegen möglichst viele Ränder entstehen.

### Fehler Nr. 4: Keinen Platz für Leitern

Besonders wenn du Obstbäume pflanzt, bedenke, dass du die Bäume auch irgendwann einmal ernten möchtest.

### Fehler Nr. 5: Die Baumschicht wirft zu viel Schatten

Anders als im Eichen-Hainbuchenwald willst du nicht, dass sich die Baumkrone vollständig schließt. Wähle die Baumschicht mit Bedacht und nehme Einfluss auf das Wuchsverhalten durch die geeignete Wahl von Unterlage, Sorte und Erziehungsschnitt.

Lies auch

Stecklingsvermehrung – Erfahre, wie du Sträucher und Pflanzen zum Nulltarif bekommst – Eine der besten Möglichkeiten, deine Pflanzen und Sträucher kostenlos zu vermehren, sind Stecklinge. Diese Anleitung zeigt dir, wie es einfach funktioniert.

## Fazit: Ein Waldgarten ist die perfekte Ergänzung für einen Selbstversorgergarten

**Der Waldgarten versorgt dich mit Nüssen, Früchten und Kräutern. Diese Produkte sind ideal, um deine Familie und dich gesund zu ernähren.**

Fakt ist: Den idealen Waldgarten gibt es nicht. Es ist viel Pioniergeist gefragt, wenn es darum geht, die idealen Pflanzengesellschaften zu finden.

Fingerspitzengefühl wird gebraucht bei der Pflege und Planung eines Waldgartens.

Aber all das soll dich nicht davon abhalten, sich auf das Experiment einzulassen, denn eigenen Waldgarten anzulegen.

Es ist eine wundervolle Erfahrung, die dir viel über unsere Umwelt lehrt und dich mit wertvollen

Nahrungsmitteln beschenkt.

---

# Über den Autor des Ratgebers

## Martin Gebhardt

Hey, ich bin Martin und ich bin Wildnis-Mentor. Auf meinem Blog lernst du die Basics sowie zahlreiche Details zum Outdoor-Leben. Schnapp dir meine 35 einfach umsetzbaren Survival-Hacks, um ab morgen nicht mehr planlos im Wald zu stehen. Lies mehr über mich auf meiner "Über mich"-Seite.

Besuche ihn auf seiner Website https://survival-kompass.de