

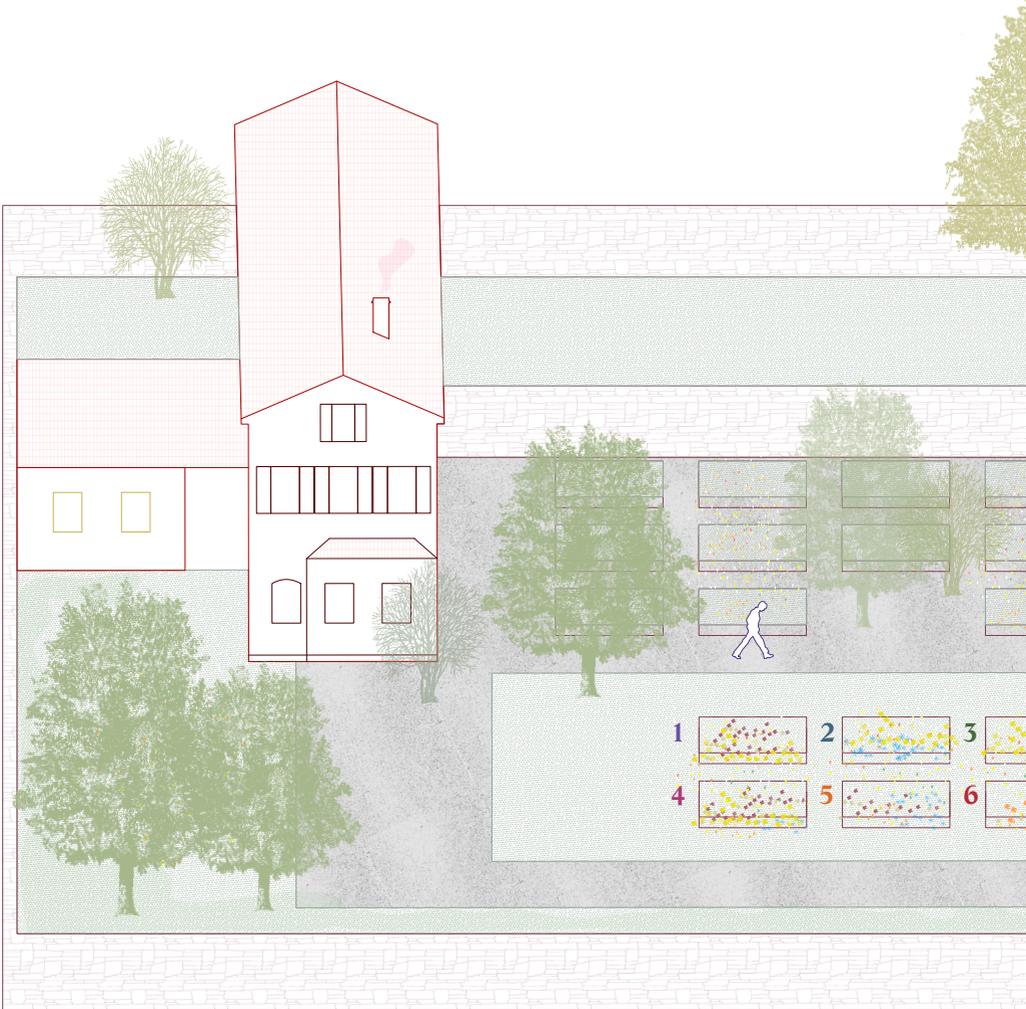
Aphrodisierender Garten
Aphrodisiac Garden

Der „Aphrodisierende Garten“ im Zeller-Mörike-Garten in Nagold ist ein öffentlicher und inklusiver Garten der Luste. Er nimmt die Vielfalt sexueller Praktiken in den Blick und eröffnet dabei einen Raum für randständige oder vergessene Formen der Intimität. Der vorhandene historische Apothekegarten wird um sechs thematische Beete erweitert, die unter anderem in Sex-Booster, Liebestränke, Orgasmen und Frauenheilkunde unterteilt sind.

Die Landschaftsarchitektin Céline Baumann und die soziale Gärtnerei von Q-Prints & Service aus Pforzheim geben im Nagolder Garten neue Einblicke in aphrodisischer Pflanzenkunde. Sie stoßen damit einen Austausch über Intimität, Botanik und Gesundheit an. Ein Verzeichnis über die Nutzung und Wirkweise der Pflanzen wurde in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Naturheilbund recherchiert und erstellt. Im Garten entsteht außerdem ein neuer „Green Room“ in Form einer labyrinthartigen Installation aus Eibenhecken. Dieser Ort bietet eine neue Bühne für sinnliche Begegnungen. Diskrete Eingriffe, darunter Löcher unterschiedlicher Größen und ein Spiegel in der Hecke, laden zur Selbstbetrachtung, aber auch zum Voyeurismus ein. Der „Aphrodisierende Garten“ ist ein Ort, an dem einsame Wanderer ihre innersten Gefühle ausdrücken können. Die Öffentlichkeit ist eingeladen, den Garten zu nutzen und zu beleben. Sie kann ihn beispielsweise für Hochzeiten und Picknicks nutzen, aber auch Performances, Banketts oder queere Filmabende.

Ornamenta's "Aphrodisiac Garden" in Nagold's Zeller-Mörike-Garden is a public and inclusive pleasure garden. It celebrates a variety of sexual practices and provides a space to honour marginalized or lesser-known forms of intimacy. The historical pharmacy garden in the town of Nagold now includes six themed herbal beds. These beds cover topics like sex boosters, love potions, orgasms, and gynaecology.

French landscape architect Céline Baumann, in collaboration with the regional non-profit initiative Q-Prints and Service Pforzheim, added these to give new insights into ideas about intimacy, botany and health. The German Naturopathic Association supported the group in compiling a list of the arousing herbs and plants as well as their applications. The garden features a new 'Green Room', a labyrinthine space formed by hedges, serving as a stage for sensual encounters and playful seduction. Discreet interventions in the greenery, such as variously sized holes, encourage visitors to engage in voyeurism. The "Aphrodisiac Garden" is a place where solitary wanderers can comfort their inner feelings. It is open to the public to use and host events like weddings and picnics, but also welcomes performances, dinners, and queer movie nights.



1
Rauschmittel
 Narcotics

2
Stärkungsmittel
 Tonics

4
Volkskundliche Gynäkologie
 Folk's gynaecology

5
Pflanzen mit entspannender Wirkung
 Relaxing Plants



3
Zauberkraft
Witchcraft

6
Liebestränke
Love potions

7
Green Room

Rauschmittel

Rauschmittel können unsere Wahrnehmung verändern und inspirieren die Kräfte der Liebe. Der Schlafmohn (*Papaver somniferum*) hat sowohl stimulierende als auch narkotisierende Eigenschaften; der Wilde Lattich (*Lactuca virosa*) wirkt schmerzlindernd; Wermutkraut (*Artemisia absinthium*) fördert künstlerische Inspiration und war das bevorzugte Rauschmittel der Bohème.

Narcotics

Narcotics enable to warp reality and inspire the powers of love. The opium poppy (*Papaver somniferum*) has both stimulating and narcotics properties; the wild lettuce (*Lactuca virosa*) has analgesic properties; the wormwood (*Artemisia absinthium*) inspires artistic inspiration and was the bohemian's favoured intoxicant.



Rauschmittel

Narcotics

Schlafmohn

Papaver somniferum

Das schmerzstillende Alkaloid Morphin wird aus dem eingedickten Milchsafte der Mohnpflanze gewonnen. Dieses alte Arzneimittel wird auch als Rauschmittel und Aphrodisiakum sehr geschätzt. Opium enthält eine komplexe Mischung von Wirkstoffen, die sowohl stimulierende als auch narkotische Eigenschaften haben.

Opium poppy

Papaver somniferum

The analgesic alkaloid morphine is obtained from the thickened milky juice exuding from the poppy plant. It is an ancient medicine, but also a much-hyped intoxicant and aphrodisiac. Opium contains a complex mixture of active ingredients with both stimulating and narcotic properties.



Rauschmittel

Narcotics

Wermutkraut

Artemisia absinthium

Wermut ist eine der ältesten Heilpflanzen. Im 19. Jahrhundert wurde der aus der Pflanze hergestellte Absinth zu einer berüchtigten Droge der Bohème. Damit sollte nicht nur die künstlerische Inspiration, sondern auch die Liebeskraft angeregt werden. Wermut enthält Thujon, das psychedelisch-aphrodisierende, aber leider auch toxische Wirkung hat.

Common wormwood

Artemisia absinthium

Wormwood is one of the oldest medicinal plants. In the 19th century, absinthe liquor made from the plant became a notorious drug of the bohemians. It was not only supposed to inspire artistic inspiration but also the powers of love. Wormwood contains thujone, which has psychedelic-aphrodisiac effects but unfortunately also toxic effects.



Rauschmittel

Narcotics

Petersilie

Petroselinum crispum

Im Mittelalter hat man mit den Stängeln der Petersilie Liebeszauber gesprochen. In der Frühmoderne wurde die Wurzel in Salben gemischt, um erotische Ekstasen auszulösen. Die Petersilie ist reich an Apiol, einem ätherischen Öl, das eine reizende und leicht psychotrope Wirkung hat.

Parsley

Petroselinum crispum

In the Middle Ages, parsley stems were used to cast love spells, and in the early modern period, the root was mixed to ointments that caused erotic ecstasies. It is rich in the essential oil apiol, which has an irritating and mildly psychotropic effect.



Rauschmittel

Narcotics

Große Brennnessel

Urtica dioica

Die Brennhaare der Pflanze enthalten eine stark hautreizende Flüssigkeit. Diese Eigenschaft wurde seit dem Mittelalter als sexuelles Stimulans genutzt. Bei der sogenannten “urticatio”- Zeremonie, dem Geißeln mit Brennnesselruten, wurden frische Brennnesseln auf den nackten Körper, vor allem im Schambereich, gepeitscht, bis wollüstige Gefühle auftraten.

Stinging nettle

Urtica dioica

The stinging hairs of the nettle contain a highly skin-irritating substance. Since the Middle Ages, this property has been used as a sexual stimulant. In the so-called “urticatio” ceremony, or nettle flagellation, fresh nettles were whipped on a naked body, especially in the pubic area, until voluptuous feeling occurred.



Rauschmittel

Narcotics

Wilder Lattich

Lactusa virosa

Die ganze Pflanze produziert einen milchigen Saft, der nach dem Trocknen rituell als Stimulans geraucht werden kann. Enthalten ist der Bitterstoff Lactucin, der für seine leicht schmerzlindernde und sedierende Wirkung bekannt ist.

Wild lettuce

Lactusa virosa

The whole plant produces a milky sap, which once dried can be smoked ritually as a stimulant. It contains the morphine alkaloid lactucin, known for its mild analgesic and sedative effects.

Stärkungsmittel

Stärkungsmittel sorgen für die Kräftigung von Körper und Geist. Sie umfassen Gewürzpflanzen und Kräuter, die den Körper wärmen. Die Schärfe von Spanischem Pfeffer (*Capsicum annuum*), Schwarzem Senf (*Brassica nigra*) und Meerrettich (*Armoracia rusticana*) soll Liebesdrang und Verlangen steigern.

Tonics

Tonics strengthen body and soul. They encompass spices and herbs which warms the body such as chili pepper (*Capsicum annuum*), black mustard (*Brassica nigra*), and horseradish (*Armoracia rusticana*). Those hot foods are renowned to fuel love and stimulate desire.



Stärkungsmittel

Tonics

Spanischer Pfeffer

Capsicum annuum

Chili gilt als „scharfes Essen“, das sexuelles Verlangen stimuliert. Capsaicin und verwandte Verbindungen, die so genannten Capsaicinoide, sind die Substanzen, die Chilischoten ihre Schärfe verleihen. Sie können direkt verzehrt oder in Form von Cremes oder Salben verwendet werden.

Chili pepper

Capsicum annuum

Chili is considered a “hot food” that stimulates sexual desire. Capsaicin and related compounds known as capsaicinoids are the substances that give chili peppers their intensity. They can be directly eaten or used as creams or ointments.



Stärkungsmittel

Tonics

Süßkartoffel

Ipomoea batatas

Die Süßkartoffel ist in erster Linie ein Nahrungsmittel. Wird sie im Übermaß verzehrt, soll sie den Sexualtrieb der Frau steigern. Die Wurzel enthält Stärke und Zucker, sowie verschiedene hormonartige Substanzen.

Sweet potato

Ipomoea batatas

The sweet potato is first and foremost a food. If consumed in excess, it is considered to raise woman sexual drive. The root contains starch and sugar, as well as various hormone-like substances.



Stärkungsmittel

Tonics

Meerrettich

Armoracia rusticana

Wie andere scharfe Gewürze soll auch Meerrettich die Liebe anheizen. Um bei sexueller Erschöpfung wieder zu Kräften zu kommen ist der Verzehr besonders wirksam. Die frische oder getrocknete Wurzel des Meerrettichs enthält unter anderem Senfölglykoside, die leicht antibakteriell und reizend auf die Schleimhäute wirken.

Horseradish

Armoracia rusticana

Like other hot spices, horseradish is acclaimed to fuel love. It is particularly efficient to eat it in order to regain strength when sexually exhausted. The fresh or dried root of horseradish contains, among other things, mustard oil glycosides, which have a mild antibacterial and an irritating effect on the mucous membrane.



Stärkungsmittel

Tonics

Wilde Möhre

Daucus carota

Die Wurzel der Karotte hat, wenn roh verzehrt, bekanntermaßen erregende Wirkung und soll nach dem griechischen Pharmakologen Dioskurides zum Geschlechtsverkehr anregen. Sie ist reich an Vitamin A, K und B-Carotin, das für die orange Farbe des Gemüses verantwortlich ist.

Wild carrot

Daucus carota

The root of the carrot is known to have, when eaten raw, exciting effects and is according to the Greek pharmacologist Dioscorides able to induce to sexual intercourse. It is rich in vitamin A, K and B-carotene, responsible for the orange colour of the vegetable.



Stärkungsmittel

Tonics

Anis

Pimpinella anisum

Anis wird seit der Antike als Aphrodisiakum und Antidot verwendet, laut dem griechischen Pharmakologen Dioskurides fördert er den Geschlechtstrieb. Anisfrüchte eignen sich hervorragend zur Verfeinerung von aphrodisierenden Speisen und Getränken. Sie verstärken nicht nur deren Wirkung, sondern machen diese Zubereitungen auch leichter verdaulich und allgemein schmackhafter. Enthält ätherisches Öl.

Anise

Pimpinella anisum

Anise has been used as an aphrodisiac and antidote since the antiquity as, according to the Greek pharmacologist Dioscorides, it encourages sexual intercourse. Anise fruits are very suitable for refining aphrodisiac dishes and drinks. Not only do they increase their effect, but they also make these preparations easier to digest and generally tastier. Contains essential oil.



Stärkungsmittel

Tonics

Schwarzer Senf

Brassica nigra

Die Senfkörner haben eine stark reizende Wirkung auf die Schleimhäute. Senf und Senfsamen wird eine potenzfördernde Wirkung nachgesagt, weshalb sie im Mittelalter in Mönchsklöstern meist verboten waren.

Black mustard

Brassica nigra

The mustard seeds have a strong irritating effect on the mucous membrane. Mustard and mustard seeds are said to have potency-stimulating effects and were usually forbidden in male monasteries in the Middle-Ages.



Stärkungsmittel

Tonics

Echter Galgant *Alpinia officinarum*

Die Wurzeln dieser ingwerartigen Pflanze werden für ihren süßlich-würzigen Geschmack und ihren aromatischen Geruch geschätzt. Bekanntlich fördert Galgant die Verdauung und wirkt appetitanregend.

Lesser galangal *Alpinia officinarum*

It is a ginger-like plant whose rhizomatic root, called galangal, is valued for its sweet spicy flavour and aromatic scent. It is known to promote digestion and stimulate physical appetite.

Zauberkraft

Zauberkraft stellt Pflanzen vor, die von so genannten Hexen und Druiden in Nicht-christlichen Religionen und Brauchtum verwendet werden. Einige Pflanzen aus der Familie der Nachtschattengewächse wie Schwarze Tollkirsche (*Atropa belladonna*) und Schwarzes Bilsenkraut (*Hyoscyamus niger*) sind hochgiftig und dürfen nur von geschulten Händen in kleinen Dosen verabreicht werden. Knoblauch (*Allium sativum*) ist ein traditionelles Aphrodisiakum und dient als Lebensmittel, Gewürz und Medizin.

Witchcraft

Witchcraft encompasses plants used in pagan rituals. Some plants of the nightshade family such as the deadly nightshade (*Atropa belladonna*) and the black henbane (*Hyoscyamus niger*) are highly toxic and may only be used by expert hands in moderate quantities. Garlic (*Allium sativum*) is a traditional aphrodisiac also used as a food, spice and medicine.



Zauberkraft

Witchcraft

Knoblauch

Allium sativum

Die Knoblauchzwiebel dient als Nahrungsmittel, Gewürz, Medizin und wurde in der Hexenkunst als Aphrodisiakum verwendet. Die Römer widmeten sie der Fruchtbarkeitsgöttin Ceres und stellten einen Trank aus Knoblauch und Koriander her. Der Verzehr von Speisen, die Knoblauch enthalten, soll eine erotisierende Wirkung haben.

Garlic

Allium sativum

Onion serves as food, spice, medicine and was used in witchcraft as an aphrodisiac. The Romans dedicated it to the fertility goddess Ceres and made a potion from garlic and coriander. Eating meals containing garlic is known to have an erotic effect.



Zauberkraft Witchcraft

Schwarzes Bilsenkraut *Hyoscyamus niger*

Das Schwarze Bilsenkraut ist eine giftige Pflanze aus der Familie der Nachtschattengewächse, das angeblich von Hexen zur Herstellung ihrer berüchtigten, wahnsinnig machenden Tränke verwendet wurde. Die Blüten werden im Volksmund „Teufelsaugen“ genannt. Der Rauch der verbrannten Samen wurde früher als Mittel gegen leichte Schmerzen inhaliert. Auch in mittelalterlichen Badehäusern wurden die Samen geröstet, um bei den Gästen für eine erotische Stimmung zu sorgen.

Black henbane *Hyoscyamus niger*

Henbane is a poisonous plant from the nightshade family. Witches are said to have used it to make their infamous, maddening potions. Its flowers are popularly called “devil’s eyes”. The smoke from the burnt seeds was once inhaled as a remedy to mild pain. The seeds were also roasted in medieval bathhouses to create an erotic atmosphere among the guests.



Zauberkraft Witchcraft

Schwarze Tollkirsche *Atropa belladonna*

Die Wurzeln dieser giftigen Pflanze aus der Familie der Nachtschattengewächse wurden von den thessalischen Hexen mit Wein vermischt und zu einem äußerst wirksamen Trank verarbeitet. Im Mittelalter wurde die Schwarze Tollkirsche gerne Getränken beigemischt, um die Unkeuschheit zu fördern. Alle Teile der Pflanze enthalten hochwirksame Alkaloide, die in der richtigen Dosierung das Liebesverlangen steigern, jedoch in großen Mengen zum Tod durch Atemlähmung führen können.

Deadly nightshade *Atropa belladonna*

It is a toxic plant from the nightshade family. Its roots were mixed by Thessalian witches with wine to make an extremely effective potion. In the Middle Ages it was a popular addition to drinks intended to encourage unchastity. All parts of the plant contain highly effective alkaloids, which in the right dosage increase the desire for love but may also in high quantity lead to death due to respiratory paralysis.



Zauberkraft

Witchcraft

Echtes Eisenkraut

Verbena officinalis

Das Eisenkraut war eine der wichtigsten Heilpflanzen germanischer und keltischer Völker. Die Druiden verwendeten es als Zauberpflanze und Aphrodisiakum und glaubten, dass der Verzehr des Krautes die männliche Potenz steigert.

Common vervain

Verbena officinalis

Vervain was one of the most important medicinal plants of the ancient Germanic and Celtic tribes. Druids used it as a magic plant and aphrodisiac and they believed that that consuming the herb increased male potency.

Volkskundliche Gynäkologie

Volkskundliche Gynäkologie umfasst Kräuter und Blumen, die traditionell zur Linderung von Frauenleiden verwendet werden. Spitzlappiger Frauenmantel (*Alchemilla vulgaris*) ist besonders hilfreich bei gynäkologischen Beschwerden. Die entzündungshemmende und krampflösende Wirkung der Gewöhnlichen Schafgarbe (*Achillea millefolium*) hilft bei Menstruationsbeschwerden. Die Wurzelrinde der Levante-Baumwolle (*Gossypium herbaceum*) wurde in der Volksmedizin zur Einleitung der Wehen und bei Wechseljahrsbeschwerden eingesetzt.

Folk's gynaecology

Folk's gynaecology stages herbs and flowers used traditionally to soothe women's ailments. Lady's mantle (*Alchemilla vulgaris*) is particularly helpful to alleviate gynaecological grievances. The common yarrow (*Achillea millefolium*) has anti-inflammatory and antispasmodic effects and counteract menstrual cramps. The root's bark of the levant cotton (*Gossypium herbaceum*) was taken in folks medicine to induce labour and release menopausal disorders.



Volkskundliche Gynäkologie

Folk's gynaecology

Gemeine Schafgarbe

Achillea millefolium

Die Schafgarbe enthält unter anderem Bitterstoffe und ätherische Öle und wird traditionell für Aufgüsse und Tees verwendet. Die Blüten haben eine entzündungshemmende, wundheilende und krampflösende Wirkung. Tee, Trockenextrakte und Tinkturen können innerlich gegen Appetitlosigkeit, leichte Magen-Darm-Krämpfe oder Menstruationsbeschwerden eingesetzt werden.

Common yarrow

Achillea millefolium

The yarrow contains bitter substances and essential oils, among other things, and is traditionally used for infusions and teas. The flowers have an anti-inflammatory, wound-healing and antispasmodic effect. Tea, dry extracts and tinctures can be used internally to counteract loss of appetite, mild gastrointestinal or menstrual cramps.



Volkscundliche Gynäkologie

Folk's gynaecology

Prunkwinde

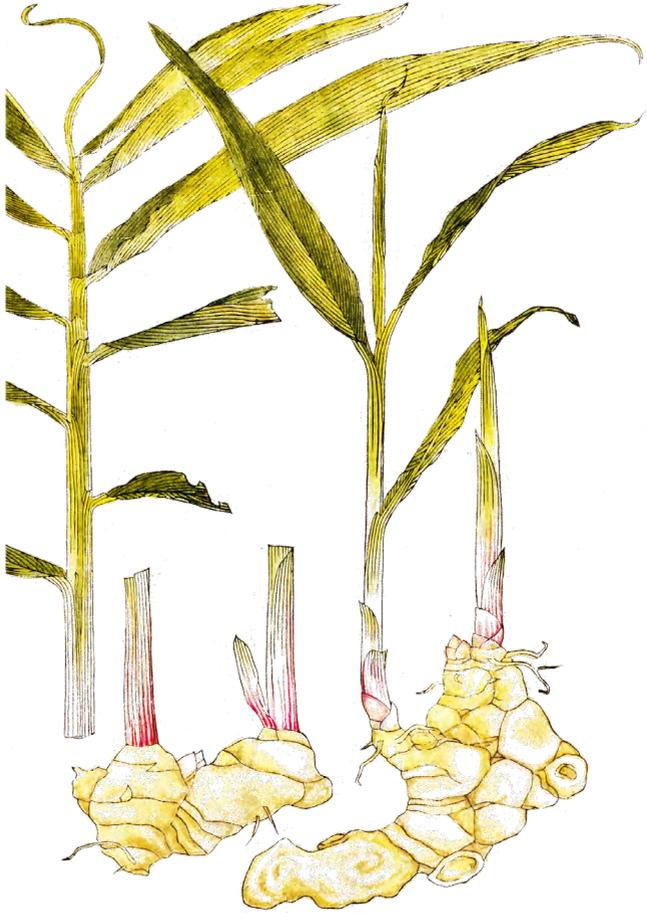
Ipomoea violacea

Die Samen werden in der Gynäkologie gegen Frauenbeschwerden verschrieben. In kleinen Dosen (2 bis 3 Samen) erfolgt eine direkte Wirkung auf den Unterleib und stimuliert die Sexualität. In höheren Dosen (4 bis 6 Samen) kann eine starke psychedelische Wirkung eintreten.

Beach moonflower

Ipomoea violacea

The seeds are prescribed in gynecology to solve women grievances. In small doses (2 to 3 seeds), it has a direct effect on the abdomen and stimulate sexuality. In higher doses (4 to 6 seeds), it may have a strong psychedelic effect.



Volkskundliche Gynäkologie

Folk's gynaecology

Ingwer

Zingiber officinale

Der von der äußeren Korksicht befreite, getrocknete Wurzelstock des Ingwers hat mit der enthaltenen Schärfe und den ätherischen Ölen eine krampflösende Wirkung die sich besonders gut zur Linderung von Menstruationsbeschwerden eignen. Tees und Arzneimittelprodukte werden aus Ingwerpulver und Trockenextrakten hergestellt.

Ginger

Zingiber officinale

The dried rootstock of ginger, freed from the outer cork layer, contains essential oil and pungent substances that have antispasmodic effects and are especially efficient to alleviate menstruation cramps. Teas and finished medicinal products are made from ginger powder and dry extracts.



Volkskundliche Gynäkologie

Folk's gynaecology

Levante-Baumwolle

Gossypium herbaceum

Die Wurzelrinde der Levante-Baumwolle ist ein altes Heilmittel. Vor allem in der volkskundlichen Gynäkologie wurden Extrakte bei Schwangerschaftsabbrüchen, zur Einleitung der Wehen, bei Beschwerden in den Wechseljahren und während der Menstruation eingenommen. Im Ayurveda gilt die Wurzelrinde als Stärkungs- und Verjüngungsmittel.

Levant cotton

Gossypium herbaceum

The root bark is an ancient medicinal remedy. Extracts were taken especially in folk gynaecology for abortion, to induce labour, for menopausal complaints and during menstruation. In Ayurveda, the root bark is considered as a tonic and rejuvenating agent.



Volkskundliche Gynäkologie

Folk's gynaecology

Gemeiner Beifuß

Artemisia vulgaris

Beifuß ist bekannt für seine stärkende Wirkung auf alle Aspekte der Weiblichkeit. Die Pflanze wurde in der Antike als wirksames Hebammenkraut verwendet und steht für geistige Klarheit, innere Stärke und Ausdauer.

Common mugwort

Artemisia vulgaris

Mugwort is a herb known to strengthen all aspects of femininity. It was used in ancient times as an effective midwife's herb. The plant stands for mental clarity, inner strength and endurance.



Volkscundliche Gynäkologie

Folk's gynaecology

Spitzlappiger Frauenmantel

Alchemilla vulgaris

Frauenmantel gilt in der traditionellen Medizin als Allheilmittel. Wie der Name vermuten lässt, ist er besonders hilfreich bei Menstruationsbeschwerden und anderen gynäkologischen Leiden.

Lady's mantle

Alchemilla vulgaris

In traditional medicine, lady's mantle is considered an all-rounder remedy and as the name suggests, it is particularly helpful for alleviate gynaecological and menstruation grievances.

Pflanzen mit entspannender Wirkung

Pflanzen mit entspannender Wirkung schenken besonderes Wohlbefinden. Viele von ihnen enthalten ätherische Öle, wie z. B. Echter Lavendel (*Lavandula angustifolia*), Heiliges Basilikum (*Ocimum tenuiflorum*), Rosmarin (*Rosmarinus officinalis*) und Salbei (*Salvia officinalis*). Sie werden als Sud oder in Tees verwendet und können als Badezusatz ihre angstlösende Wirkung entfalten.

Relaxing Plants

Relaxing Plants bring a precious well-being to their users. Many of them contains essential oils, such as true lavender (*Lavandula angustifolia*), holy basil (*Ocimum tenuiflorum*), rosemary (*Rosmarinus officinalis*), and common sage (*Salvia officinalis*). They are used in teas, as decoctions and can be added to a bath to increase their anti-anxiety effects.



Pflanzen mit entspannender Wirkung

Relaxing Plants

Echter Salbei

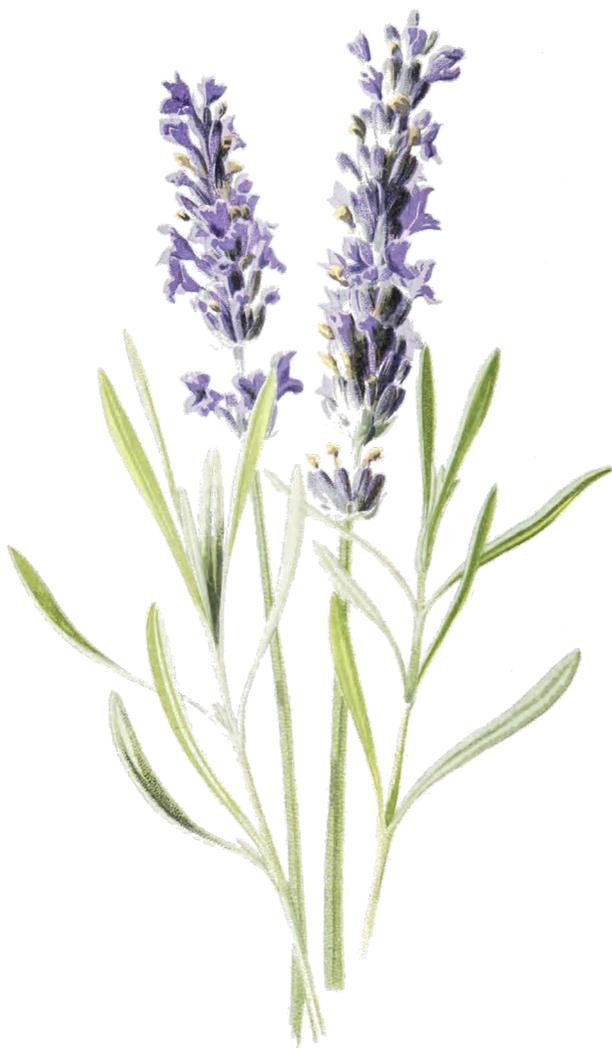
Salvia officinalis

Salbei wird traditionell von Benediktinermönchen in deren Klostergärten angebaut. Er wird üblicherweise als Tee zum Gurgeln verwendet und gilt als beruhigend und ausgleichend für den Seelenfrieden. Die Pflanze hat eine reinigende Wirkung auf das Gefühlsleben und hilft, emotionale Blockaden zu lösen.

Common sage

Salvia officinalis

Sage has traditionally been grown in local monastery gardens by Benedictine monks. It is commonly used as a tea for gargling. It is considered soothing and balancing for peace of mind. The plant has a cleansing effect on the emotional life and helps to release emotional blockages.



Pflanzen mit entspannender Wirkung

Relaxing Plants

Echter Lavendel

Lavandula angustifolia

Die Blüten des Lavendels enthalten ein ätherisches Öl, das angstlösend und entspannend wirkt. Tees und Öle des Lavendels können zur Behandlung von leichtem Stress und Müdigkeit sowie als Schlafmittel verwendet werden. Das Öl kann als entspannender Badezusatz eingesetzt werden.

True lavender

Lavandula angustifolia

The lavender flowers contain an essential oil that has an anti-anxiety and relaxing effect. Lavender teas and oils can be used to treat mild stress and fatigue and as a sleep aid. The oil can also be used externally as a bath relaxing additive.



Pflanzen mit entspannender Wirkung

Relaxing Plants

Heiliges Basilikum

Ocimum tenuiflorum

Neben seiner hervorragenden gesundheitsfördernden Wirkung sorgt das Heilige Basilikum für ein erfülltes Sexualleben, bei dem nie Langeweile aufkommt. Verantwortlich dafür sind die ätherischen Öle, Gerbstoffe und Vitamine, die in allen Arten des Basilikums zu finden sind.

Holy basil

Ocimum tenuiflorum

The holy basil does not only provide an excellent health, but also ensure a never-boring, and fulfilling sex life. All types of basil contain essential oils, tannins and vitamins that ensure that effect.



Pflanzen mit entspannender Wirkung

Relaxing Plants

Ringelblume

Calendula officinalis

Die Ringelblume ist eine der bekanntesten Pflanzen der Kräuterkunde. Sie wird gerne als Hilfsmittel gegen belastende äußere Einflüsse wie Hitze oder Kälte sowie bei Verletzungen durch Schläge oder Stöße eingesetzt.

Pot marigold

Calendula officinalis

Marigold is one of the most well-known plants in the herbal tradition. It is often used as support against all types of negative external influences: heat, cold, blows or shocks amongst others.



Pflanzen mit entspannender Wirkung

Relaxing Plants

Rosmarin

Rosmarinus officinalis

Als altes Heilmittel regt Rosmarin den Kreislauf an und fördert die Verdauung. Von Schamanen als Zauberkraut verwendet steht die Pflanze für Tatkraft, Lebensfeuer, Begeisterung und geistige Beweglichkeit und soll das fehlende innere Feuer zurückbringen. Die Wirkung wird am besten durch ein Rosmarinbad erzielt.

Rosemary

Rosmarinus officinalis

Rosemary is an ancient remedy, which stimulates the circulation and stimulates digestion. This plant is used by shamans as a magic herb. It stands for drive, fire for life, enthusiasm and mental agility and is supposed to bring back the missing inner fire. The effects are best achieved by taking a rosemary bath.

Liebestränke

Liebestränke werden zubereitet und getrunken, um das Verlangen zu wecken. Ein Liebestrank der Antike bestand aus Koriander (*Coriander sativum*) gemischt mit Wein (*Vitis vinifera*). Ein Sud aus den Blütenblättern der Sonnenblume (*Helianthus annuus*) kann als Aphrodisiakum getrunken werden, bekannt dafür eine „eine größere Kraft für die eheliche Arbeit“ zu schenken.

Love potions

Love potions are beverage prepared and drunk to induce love. Coriander (*Coriander sativum*) mixed with vine (*Vitis vinifera*) was drunk in ancient time as a love potion. Sunflower (*Helianthus annuus*) petals can be boiled and drunk as an aphrodisiac, known to have “great power for marital work”.



Liebestränke

Love potions

Gartenkürbis

Curcubita pepo

Kürbiskerne können getrocknet oder geröstet gegessen oder medizinisch verwendet werden. Wenn Frauen Kürbiskerne kauen, geben sie damit ein Zeichen der sexuellen Zustimmung. Die in den Kernen enthaltenen fetten Öle, Eiweiß und Vitamin E sind wichtig für ein gesundes Sexualleben.

Pumpkin

Curcubita pepo

Pumpkin seeds can be eaten dried or roasted or used medicinally. When women chew pumpkin seeds, they are giving a sign of sexual consent. The seeds contain a fatty oil, protein and vitamin E, which are important for a healthy sex life.



Liebestränke

Love potions

Weinrebe

Vitis vinifera

Wein gilt als wunderbarer Liebestrank - allerdings kommt es auf die richtige Dosierung an. Die aphrodisierende Wirkung, die man dem Wein seit der Antike zuschreibt, ist sicherlich auf seinen Alkoholgehalt zurückzuführen.

Common grape vine

Vitis vinifera

Wine is considered a wonderful love potion – although all depends on the proper dosage. The aphrodisiac effects that have been assigned to wine since ancient times are certainly due to its alcohol content.



Liebestränke

Love potions

Liebstöckel

Levisticum officinale

Alle Teile der Pflanze verströmen bei Berührung einen typischen Geruch, der sowohl an Sellerie als auch an Petersilie erinnert. Sowohl das Kraut als auch die Wurzel gelten seit der Antike als Aphrodisiakum. Liebestränke werden meist mit der frischen Wurzel hergestellt.

Lovage

Levisticum officinale

All parts of the plant release a typical smell, reminiscent both of celery and parsley, when touched. Both the herb and the root have been considered aphrodisiacs since ancient times and love potions are usually made with the fresh root.



Liebestränke

Love potions

Koriander

Coriander sativum

Koriander gilt seit der Antike als Aphrodisiakum und Liebestrank, insbesondere in Ägypten und Palästina. Schon Dioskurides empfahl, Koriander mit Wein gemischt zu trinken, um die Spermienproduktion zu steigern.

Coriander

Coriander sativum

Coriander has been considered an aphrodisiac and love potion since ancient times, especially in Egypt and Palestine. Dioscorides already recommended drinking coriander mixed with wine to increase sperm production.



Liebestränke

Love potions

Sonnenblume

Helianthus annuus

Bereits die Maya kochten die Blütenblätter der Sonnenblume und tranken sie als Aphrodisiakum. Sie enthalten als Hauptwirkstoff Chlorogensäure, die eine stimulierende Wirkung hat. Der deutsche Botaniker Adam Lonitzer empfahl, die frischen Blütenblätter in Öl zu braten und mit Salz und Pfeffer zu verzehren, da sie „eine größere Kraft für die eheliche Arbeit“ schenken.

Common sunflower

Helianthus annuus

The ancient Maya boiled the petals of the sunflower and drank them as an aphrodisiac. They contain cholorgic acid as their main active ingredient, which has stimulating effect. The German botanist Adam Lonicer recommended to fry the fresh petals in oil and to eat them with salt and pepper, because of their “greater power for marital work”.

Aphrodisierender Garten: ein Park für Intimität, Botanik und Gesundheit

Aphrodisiac Garden: a yard for intimacy, botany and health

Zeller-Mörrike-Garten, Nagold

Anlässlich / On the occasion of
Ornamenta 2024

Kuratiert von / Curated by
Katharina Wahl, Willem Schenk, Jules van den Langenberg

Herausgeben von / Edited by
Céline Baumann

Mit der Unterstützung / With the support of
Diogo Faria

Englische Fassung / English texts
Céline Baumann

Deutsche Übersetzung / German translation
Katharina Wahl