

Heilskraft aus der Wildnis

Die Verwendung von Heilpflanzen ist vielfältig: Sie werden zu Arzneimitteln, Kosmetika, Tees, Süßigkeiten, Spirituosen, Farbstoffen, Seifen und Waschmitteln verarbeitet. Bis heute ist die Verwendung von pflanzlichem Ausgangsmaterial insbesondere in der Arzneimittelproduktion meist kostengünstiger als die Synthese chemischer Substanzen. Der enorme Bedarf an Heilpflanzen-Rohmaterial wird noch immer zum Grossteil durch Wildsammlung gedeckt. Auch die medizinischen Ressourcen der Natur werden in Zukunft dann in ausreichender Menge zur Verfügung stehen, wenn man jetzt massvoll und nachhaltig handelt. (wuf)

Aufbewahren von Heilkräutern

Grundsätzlich müssen Heilkräuter geschützt vor direkter Sonneneinstrahlung, vor Feuchtigkeit und vor hohen Temperaturen gelagert werden. Heilkräuter können nicht beliebig lange aufbewahrt werden. Die Haltbarkeit von Heilkräutern ist auf jeden Fall begrenzt. Der Lagerplatz soll dunkel, eher kühl und absolut trocken sein. Ein Medizinrank aus Holz, der nicht direkt über einer Wärmequelle platziert ist, ist ideal. Als Behälter eignen sich Turmmaterialien wie beispielsweise luftdurchlässige Papiertüten. Diese sollten mit dem Erntedatum und der Bezeichnung der Kräuter versehen werden. (bey)

Die chinesischen Heilkräuter

In den Xia- und Shang-Dynastien vor mehr als 3000 Jahren gab es schon medizinischen Alkohol und Kräutertee. Das «Buch der Lieder» der Westlichen Zhou-Dynastie im 11. Jahrhundert v.Chr. bis zum Jahr 771 v.Chr.) ist das früheste Buch, in dem es Berichte über chinesische Heilkräuter gibt. Das heute vorhandene Kräuterbuch «China, Klassiker von Shen Nong's Heilkräutern», erschien zur Zeit der Qin- und der Han-Dynastie vor rund 2000 Jahren. In diesem Buch sind 365 Arten Arzneimittel geschildert. Die Veröffentlichung dieses Buchs setzt einen Meilenstein der Errichtung der Kenntnisse der traditionellen chinesischen Heilkräuter. (pd)

Das Geheimnis der Erde gelüftet

Vielzahl von Studien belegt oder verneint die Wirkung von Heilmitteln aus Echinacea-Extrakten. Für die Naturheilkunde-Pionier Alfred Reil (1902 - 1996) stand die Wirkungsweise seines bekanntesten Heilmittels, dem aus den frischen Pflanzenteilen des Roten Sonnenhutes (Echinacea purpurea) hergestellten Echinacea, aufgrund von Erfahrungswerten fest. Eine Studie aus dem Jahr 2004 eines Forschungsteams unter der Leitung von Dr. Jürg Gertsch am Institut für Pharmazeutische Wissenschaften der ETH Zürich, die von der Firma Bioforce AG (Roggwil) finanziert wurde, wies erstmals auf der zellbiologischen Ebene einen

Eine Idee führt zum Erfolg

Ende April wurde an der ersten Kräuterakademie der Schweiz erstmals eine einjährige Ausbildung angeboten. Das Interesse ist so gross, dass zwei Parallelkurse geführt werden und die Kurse für 2008 und 2009 ausgebucht sind. Für 2010 gibt es bereits eine Warteliste.

Von Heidi Beyeler

Die Initiatorin Regula Boschung, Bäuerin auf Schloss Watt, Mörschwil, und Projektleiter Voji Pavlovic, Landwirtschaftliches Zentrum Rheinhof, Salez, sowie die weiteren Dozenten der Kräuterakademie haben nicht mit einem derart grossen Ansturm an Interessierten gerechnet. Bei der Ausschreibung dieses Weiterbildungskurses waren sie sich einig: «Wenn wir 15 Anmeldungen haben, führen wir den Kurs durch.» Man hoffte, den Kräuterkurs wenigstens alle zwei Jahre durchführen zu können.

Alles kam ganz anders

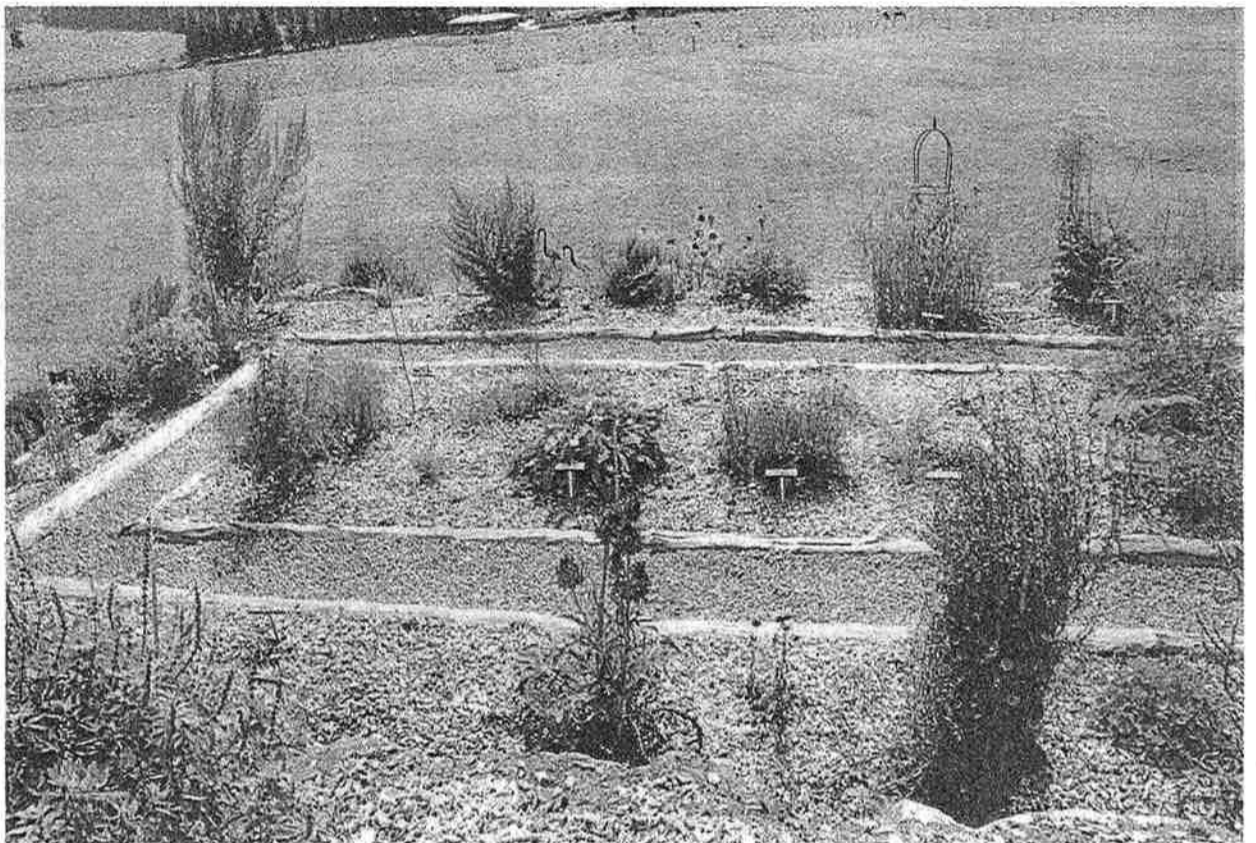
Kaum waren die Ausschreibungsunterlagen versandt, «hagelte» es Anmeldungen. Rasch und flexibel haben die Organisatoren reagiert und sofort einen Parallelkurs in die Wege geleitet. Derzeit besuchen insgesamt rund 40 Personen den Kurs.

Bei der Einführung zum ersten Kurs meinte Projektleiter Voji Pavlovic: «Zentrales Anliegen der Kräuterakademie ist der kompetente und rücksichtsvolle Umgang mit wildwachsenden und kultivierten Pflanzen unserer unmittelbaren einheimischen Pflanzenwelt.» Und er erinnerte daran, dass auch viele unscheinbare, meist übersehene Kräuter oder gar bekämpfte «Unkräuter» über hervorragende Eigenschaften verfügen, die früher genutzt und hoch geschätzt worden seien, aber dann fast in Vergessenheit gerieten.

Mit dem Weiterbildungsangebot am Rheinhof will man dazu beitragen, dass das vielfältige, traditionelle Kräuterwissen als Bereicherung für die Gegenwart und Zukunft neu auflebt und weitergetragen wird. Die Nähe der Kräuterakademie zur Landwirtschaft – in Trägerschaft, Organisation und Durchführung – trage der besonderen Bedeutung der Landwirtschaft für die Natur- und Kulturpflege Rechnung, bekräftigt Pavlovic.

Eine breitgefächerte Ausbildung

Die Kräuterakademie bietet neun



Ein echter Vorzeige-Kräutergarten: Lisa Peyer, Frümsern, hat diesen Garten vor einem halben Jahr neu angelegt; die Kursteilnehmer durften vor Ort einen Augenschein nehmen und sich inspirieren lassen.

Bilder Heidi Beyeler

Kursmodule in Kräuterkunde an, es sind dies: Einstiegsmodul Botanik, vom Wildkraut zum Kräutermenü, heilendes am Wegesrand und verborgene Heilkräfte, Verarbeitung von Heilpflanzen, Wildfrüchte ernten ohne zu säen, heilende Kräfte von Bäumen und Sträuchern, Mythologie der Pflanzen, Färben mit Pflanzen und Kräuternanbau im eigenen Garten. Dazu kommen zwei Module Pädagogik und Öffentlichkeitsarbeit und ein Prüfungsmodul.

Befragt man Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer, wie sie das Weiterbildungsangebot bewerten, beziehungsweise einschätzen, hört man nur lobende und begeisterte Worte. Positiv wird das breite, ausgewogene Angebot bezüglich Theorie und Praxis bezeichnet. Was die Teilnehmenden immer wieder in Erstaunen versetzt, sind das profunde Wissen und die Erfahrungen, welche die Dozenten mitbringen und vermitteln.

Dazu kommt der Austausch unter den Kursteilnehmern selber. Es ist ein buntgemischter Haufen unterschiedlichster Herkunft und Alters: Bäuerinnen, Hausfrauen/Hausmann, Therapeutinnen etc. Und sie können aus einem Fundus an Erfahrungen und Wissen schöpfen, von

dem die Komilitonen profitieren können.

Laufbahnberaterin Rosalia Humm gehört ebenfalls zu den Kursteilnehmern. Wenn sie von der Kräuterakademie spricht, kommt sie ins Schwärmen: «Das ist ein ganz tolles Weiterbildungsangebot auf hohem Niveau. Und, was für viele bedeutend ist, der

Kurs ist erschwinglich, sodass er für eine breite Bevölkerungsschicht auch bezahlbar ist.» Auf der Welle des Erfolges denken die Organisatoren bereits laut darüber nach, aufbauend auf dem Basiskurs, weiterführende Kurse anzubieten, um das Erlernte zu vervollständigen und zu vertiefen.



Heilsalben selber herstellen: Eifrig mischen und rühren Kursteilnehmerinnen nach Anweisung von Dozentin Lisa Peyer (Mitte) Salben mit heilenden Kräutern.

Die Gestalt als Schlüssel der Heilskraft

Wer mehr erfahren will über die Heilkraft von Pflanzen, und wie man diese erkennen kann, erfährt dies über die beiden Bücher «Wesen und Signatur der Heilpflanzen» und «Pflanzliche Urtinkturen».

Von Heidi Beyeler

Interessierte, die sich näher mit Pflanzen und deren Heilkraft befassen möchten, sind gut beraten, sich die beiden Bücher von Roger Kalbermatten zu Gemüte zu führen. Insbesondere «Wesen und Signatur der Heilpflanzen» ist faszinierend und öffnet dem Leser ganz neue Aspekte, wenn er offen durch die Natur geht. Kalber-



Kalbermatten beispielsweise wie folgt: Duldsamkeit, Beugsamkeit, Tragfähigkeit, Opferbereitschaft, Weltenbaum; und er kommt zum Schluss, dass Eschenblätter Linderung bei allen Formen von rheumatischen Erkrankungen, wie auch bei chronischer Polyarthrit und Weichteilrheumatismus schaffen.

In der Natur liegt die Heilkraft Neben den Grundlagen der Pflanzenheilkunde, den Wirkprinzipien und dem Herstellungsverfahren von pflanzlichen Arzneimitteln werden in Kalbermattens Buch 45 einheimische Pflanzen in Bezug auf das Wesen und ihre Signatur beschrieben.

Im Folgeband «Pflanzliche Urtinkturen» werden 71 pflanzliche Urtink-