

„Gegen jede Krankheit ist ein Kraut gewachsen“

Kräuterwanderung des OGV Tettenwang mit Burgi Eberl

Tettenwang (hhe) Zu einer äußerst informativen Kräuterwanderung unter dem Thema „Die Welt der Kräuter“ lud der Obst- und Gartenbauverein Tettenwang am Donnerstagabend ein. Treffpunkt war im Hof der Referentin Burgi Eberl in der Dorfmitte – gekommen waren ein Dutzend Frauen und ein Mann.

Zum Auftakt und Begrüßung servierte Burgi Eberl den Teilnehmern einen „Rosenessig“ und „Rosenlikör“. Dass „gegen jede Krankheit ein Kraut gewachsen ist“, erklärt Burgi Eberl anhand von vielen lebenden Beispielen vor Ort und beim Rundgang durch die Tettenwanger Fluren. Dabei konnten die Pflanzen begutachtet werden sowie Geschmacks und Duftproben genommen werden. Eberl bezeichnete die Kräuter als „Apotheke Gottes“. Durch entsprechende Heilkräuter kann man Heilung von Krankheiten erlangen, dabei hat jedes Kraut seine individuelle Heilungswirkung. Erfreut zeigten sich die Teilnehmer über die hilfreichen Tipps & Tricks zu den Kräutern, die am Wegesrand wachsen und wir oft ahnungslos vorbeigehen. Passend zu jedem Heilkraut erzählte die begeisterte Referentin altertümliche und traditionelle Geschichten und gab Hinweise zu deren Anwendung. So heilt die Schafgarbe alle Wunden, wirkt reinigend auf die körperlichen Zellen, beruhigt bei Nervenleiden und stärkt das Immunsystem. In der Natur entdeckten die Teilnehmer Beifuß und Spitzwegerich, der bei Husten und bei Insektenstichen angewandt werden kann. Das gelbe Johanniskraut wirkt beruhigend und entspannend und stärkt die Konzentration. Zur Kräftigung der Haut kann das Johanniskrautöl verwendet werden.

Burgi Eberl erwähnt vor allem den sinnvollen und würdigen Umgang mit der Natur, aus der man wichtige Vitamine in den Kräutern gewinnen könne. Zudem gab die Referentin Tipps, an welchen Orten man am besten Kräuter sammelt und für welche Krankheiten diese angewandt werden können. „Viele Pflanzen sind gut für die Gesundheit, bittere Kräuter sind gut für Verdauung, dazu gibt es eine Vielzahl von Kräutern für Gewürze und zur Herstellung von heilenden Salben“, so die Referentin. Bei Fieber empfahl sie Holunder, ebenso bei Störung des Magen-Darm-Traktes. „Heißer Holundersaft hilft bei starker Grippe“, so die Kräuterfachfrau. Erfreut zeigten sich die Gartler des Obst- und Gartenbauverein Tettenwang, als Eberl die so gefürchtete Brennnessel als Heilkraut erläuterte.