

Wolf-Dieter Storl

# Kräuterkunde

Das Standardwerk zur Kräuterkunde



kailash

Alle Ratschläge in diesem Buch wurden vom Autor und vom Verlag sorgfältig erwogen und geprüft. Eine Garantie kann dennoch nicht übernommen werden. Eine Haftung des Autors beziehungsweise des Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist daher ausgeschlossen.

Der Verlag behält sich die Verwertung der urheberrechtlich geschützten Inhalte dieses Werkes für Zwecke des Text- und Data-Minings nach § 44 b UrhG ausdrücklich vor.  
Jegliche unbefugte Nutzung ist hiermit ausgeschlossen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

2. Auflage 2025

Copyright © 2012 der Originalausgabe: Aurum  
in Kamphausen Media GmbH, Bielefeld

Copyright © 2024 dieser Ausgabe: Kailash, München,  
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,

Neumarkter Str. 28, 81673 München

produktsicherheit@penguinrandomhouse.de

(Vorstehende Angaben sind zugleich

Pflichtinformationen nach GPSR)

[www.kailash-verlag.de](http://www.kailash-verlag.de)

Alle Rechte vorbehalten.

Illustrationen: Wikipedia

Autorenfoto: © Björn Gaus

Umschlag: Subsonic Media, Bielefeld

Umschlagmotiv: © Wikipedia, Maren Winter

Satz: Sabine Schiche, Bielefeld

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN 978-3-424-63302-3

# Inhalt

<b>Vorwort zur Neuauflage des Buches</b>	<b>6</b>
<b>Vorwort</b>	<b>10</b>
<b>Gebt den Ärzten die Kräuterkunde zurück</b>	<b>12</b>
Reinkräuter statt Synthetika	18
Eine differenzierte Kräuterbetrachtung	21
Das Problem der Standardisierung	27
Digitalis	29
Angst vor Heilkräutern	31
Heidnisch, primitiv, wild und gefährlich	36
Ein Plädoyer	41
<b>Das makrokosmische Wesen der Pflanzen</b>	<b>44</b>
Die makrokosmische Offenheit der Pflanzen	47
Erdkräfte und Rhizosphäre	51
Himmel und Phyllosphäre	55
Rhythmen (Ritam)	62
Der Gang durch die vier Elemente	74
Planetenleiter	75
Gattungsseele	81
Licht des Bewußtseins	82
Holon	85
<b>Blüte, Seele, Ätherische Öle</b>	<b>86</b>
Sulfur, Merkur und Sal	87
Das Tierische der Blüten	91
Vom Wesen der ätherischen Öle	95
Der Geruch der Weltenseele	98
Pflanzenfamilien mit ätherischen Ölen	100
Die Heilwirkungen aromatischer Pflanzen	102
Himmelslüfte	104
Gandharva-Meditationen	110

<b>Die feste Burg: Das Abwehrsystem und die Heilkräuter</b>	<b>112</b>
Der erste Schutzwall: die Haut	113
Kräuterbäder	116
Hautreize: Moxibustion und Punk	119
Husten, Niesen, Blinzeln	121
Etwas für die Lungen	124
Erbrechen und Durchfall	132
Depurgativa	141
<b>Immunreaktion</b>	<b>154</b>
Die zweite Verteidigungslinie	155
Das Nervensystem und der Streß	163
Das autonome Nervensystem und die Heilkräuter	167
Schwitzbäder, Saunas und Fieber	181
<b>Wie man kräuterkundig wird</b>	<b>188</b>
Die ersten Schritte	195
Egotod und Einweihungskrankheit	207
Moderne Kräuterkundige	212
Sebastian Kneipp	213
Johann Künzle	214
Maria Treben	216
Edward Bach	221
Die Unkonventionalität der Pflanzenschamanen	224
Trank und Nahrung	228
Einige Richtlinien	231
Magische Kräutersammelregeln	232
 Literatur	 236

*Gegen jede Krankheit ist  
ein Kräutlein gewachsen!*

Frage:

„Warum soll der Mensch sterben,  
wenn Salbei in seinem Garten wächst?“

Antwort:

„Gegen den Tod ist kein Kräutlein  
im Garten gewachsen!“

(aus den Heilkräuterversen von Salerno, um 1300)



*Salbei*

(*Salvia officinalis*)

## Vorwort zur Neuauflage des Buches

Im Jahr 1985 wurde ich eingeladen, Vorlesungen zum Thema Ethnomedizin (*medical anthropology*) am Sheridan College in Wyoming zu halten. Die Heilkräuter der Indianer, die in dieser Region am Rande der Big Horn Mountains zuhause sind, aber auch die traditionellen Heilpflanzen der europäischen Vorfahren meiner Studenten machten den Hauptteil des Kursinhaltes aus. Gleich bei der ersten Vorlesung brachte ich ein großes Bündel frisch gepflückter Pflanzen mit, die ich herumreichen ließ, damit die Studenten sie nicht nur anschauen, sondern auch fühlen, riechen oder kosten konnten. Pflanzen lernt man eben nicht nur kennen, indem man sie lediglich betrachtet, sondern indem man alle Sinne nutzt und aktiviert.

In der ersten Reihe, direkt vor mir, saß ein ungewöhnliches Paar. Der Mann hatte sich in einen ungemütlich aussehenden Anzug gezwängt, die Frau trug einen modischen Rock und Stöckelschuhe. Als ihnen die Kräuter gereicht wurden, nahmen sie sie nur mit spitzen Fingern entgegen und gaben sie im weiten Bogen an den nächsten Sitznachbarn weiter. Sie rümpften die Nase, als ob es sich bei den Pflanzen um etwas Ekeliges handele.

Nach der Vorlesung kam einer der Studenten auf mich zu und sagte: „Wissen Sie eigentlich, wer da vor Ihnen saß? Das waren der Vorsitzende der Ortsgruppe der *American Medical Association*, des amerikanischen Ärzteverbandes, und seine Sekretärin. Die wollten nur schauen, ob Sie Medikamente verschreiben oder medizinische Ratschläge geben. Das wäre illegal, und dann würde man Sie vor Gericht bringen.“

Da mein Interesse vor allem akademischer Natur war und ich kaum heilkundliche Ratschläge gab, machte ich mir keine Sorgen. Die beiden „Spione“ besuchten noch die nächste Vorlesung und kamen dann nicht

wieder. Als ich über die magischen Lieder (*icaros*) sprach, mit denen die Amazonasindianer die Pflanzengeister rufen, verstanden sie nur „Bahnhof“. Und als ich – im Sinne der Planetenlehre der Renaissance – erklärte, daß in der Brennnessel viel „Mars“ vorhanden sei, und daß sich „Saturn“ im Steppenbeifuß offenbare, da war es nicht weit zur Überzeugung der beiden, daß sie einen Spinner vor sich hatten. Einen langhaarigen, indisch gekleideten Spinner, der keine Bedrohung für die objektive medizinische Wissenschaft darstellte. Daß es – wie die ethnobotanische Forschung immer wieder bestätigen konnte – viele verschiedene Heiltraditionen gibt, die oft bemerkenswerte Heilerfolge aufweisen, überstieg den Horizont dieser beiden Funktionäre.

Die anderen Studenten waren jedoch von dem, was sie hörten begeistert. Sie fragten, ob ich nicht Literatur empfehlen könne, um diese Dinge nachzulesen? Ich musste sie enttäuschen. Vieles von dem, was ich ihnen erzählte, hatte ich von dem Naturweisen Arthur Hermes gelernt, der selber aus einer alten bäuerlichen Tradition hervorgegangen war, in der Überlieferungen nur mündlich weitergegeben wurden. Anderes hatte ich von Kräutersammlern und Bergbauern in den Alpen erfahren, von Heilkundigen in Indien, Mexiko oder sonst wo. Was ich dort lernte, habe ich mir in inzwischen zerfledderte Notizhefte gekritzelt. Weitere Quellen waren „obskure“ anthroposophische Schriften, die es nur in deutscher Sprache gab, kaum zugängliche ethnographische Berichte in irgendwelchen Journalen oder auch vergriffene indische Publikationen mit geringen Auflagen. Also nichts zum Nachschlagen. Daher baten mich die Studenten, ob ich nicht wenigstens meine Vorlesungsnotizen kopieren und zugänglich machen könne? Nun ja, das konnte ich.

Aus diesen Notizen – schön aufpoliert und revidiert – ist dann ein Manuskript entstanden, für das sich die *University Press of California*

interessierte. Ein Komitee von Sachverständigen sollte es noch begutachten. Das Akademikergremium, unter dem sich leider kein Ethnologe befand, hatte Schwierigkeiten mit dem Inhalt. In einem offiziellen Brief wurde mir mitgeteilt, daß sie „ihre Respektabilität und Glaubwürdigkeit aufs Spiel setzten, wenn sie die These mit trügen, daß analphabetische, primitive Schamanen eventuell zu Einsichten fähig seien, die wissenschaftlich geschulten Akademikern entgingen“. An sich sei es ein Werk mit viel wertvollem Inhalt, man könne es aber nur veröffentlichen, wenn ich bereit sei, fragwürdige Passagen, wie etwa jene über schamanische Reisen, kosmische Einflüsse oder feinstoffliche Energien wegzulassen.

Ich merkte, ich hatte nicht nur an ihrem akademischen Ego gerüttelt, sondern auch unabsichtlich an dem gegenwärtig akzeptierten, gesellschaftlich positiv sanktionierten Wirklichkeitsparadigma. Aber das ist nichts Ungewöhnliches; als Völkerkundler geht man oft über die Grenzen des gesellschaftlich akzeptierten kulturellen Konstruktes hinaus und hat dann Probleme verstanden zu werden.

Auf derartige Schwierigkeiten stößt man häufig bei der Vermittlung von Kräuterkunde. Diese Kunde erschöpft sich nicht allein in der botanischen Beschreibung der Pflanzen und in der Analyse der in ihnen vorhandenen molekularen Wirkstoffkomplexe. Heilpflanzenkunde ist auch und vor allem ein kulturelles Phänomen, und jede Kultur besitzt ihr eigenes Paradigma, was Pflanzen, Gesundheit, Krankheit oder Heilung betrifft. Und der Kulturwissenschaftler kann nicht sagen, das eine Bild oder Paradigma sei falsch, das andere richtig. Ebenso wenig kann man behaupten, eine Sprache sei richtig und eine andere falsch.

Kräuterheilkunde ist uralte. Ihre Anfänge verlieren sich in den Nebeln der Altsteinzeit. Ausgrabungen und Pollenanalysen des Bodens unter bestatteten Neandertalern im irakischen Kurdistan deuten an, daß diese Steinzeitmenschen schon vor rund 60.000 Jahren mit Heilpflanzen han-

tierten. Mit anderen Worten: Die Bilder, die Imaginationen, Intuitionen, Methoden und Einsichten, mit denen die Pflanzenheilkunde arbeitet, sind älter als unsere neuzeitige, so genannte objektive Wissenschaftsmethode. Diese ist reduktionistisch, denn sie schließt die visionäre Schau, Empfindungen und Resonanzen, die schamanische Reise in die Tiefe der Seele und der Natur und die mystischen Bilder, mit der die Kundigen das Geschaute und Erfahrene beschreiben, kategorisch aus. Die Heilpflanzenkunde lässt sich aber nicht auf diese Weise reduzieren. Götter und Geistwesen gehören dazu: In Stammesgesellschaften fragt man immer noch, welcher Geist sich in der Pflanze offenbart. Im Mittelalter forschte man nach, welcher Heilige sich in dem Heilkraut kundtue. Oft war es das Leiden, von dem der Heilige selber befallen war, das dieser dann auch heilen konnte. In jeder Kultur sind Kräuterkundige im Besitz einer eigenen Sprache, eines eigenen Symbolsystems, das sich nicht auf unsere kulturgebundene Wissenschaftsmethode reduzieren lässt und dennoch eine effektive Heilkunde darstellt.

Ich glaube, heutzutage hätte das Sachverständigen-Komitee weniger Bedenken, was das Buch angeht. Denn inzwischen weiß man mehr über Pflanzen, über ihre Verbundenheit mit kosmischen Rhythmen und über ihre ökologische Sensibilität; man weiß mehr über ihre feinstofflichen Wirkungen und ihre subtile Interaktion mit menschlichen und tierischen Organismen. Auch das echte Schamanentum wird nicht mehr als überwundener primitiver Aberglaube abgewertet, sondern als Möglichkeit geschätzt, tieferes Verständnis unserer Welt zu erlangen.

Während ich an dem Manuskript arbeitete, lernte ich den Cheyenne-Medizinmann Bill Tallbull kennen, von dem ich lernte, mit den Pflanzen, anstatt nur über sie zu reden. In der deutschen Fassung, die ich dann schrieb und die hier im Aurum-Verlag vorliegt, kommt auch die indianische Sicht der Pflanzen und das Wissen des Medizinmanns zur Sprache.

Heilpflanzenkunde und Ethnobotanik sind ein weites, ja, man kann sagen, nahezu unendliches Feld. Dieses Buch ist kein Nachschlagewerk im Sinne von „Welche Pflanze nehme ich, wenn ich diese oder jene Krankheit habe?“ Solche Ratgeber gibt es zu Genüge. Dieses Buch hat einen anderen Anspruch. Es will helfen, die Tür zum magischen Reich der Kräuterheiler, Kräuterhexen, Pflanzenflüsterer und Wurzelkundigen aufzustoßen.

## Vorwort

Wie kamen die Krankheiten, wie die Heilmittel in die Welt? Die östlichen Waldlandindianer erzählen dazu folgende Geschichte. Einst gab es weder Hunger noch Krankheit. Die Menschen lebten glücklich. Die Tiergeister schenkten den Jägern Wild, und die Frauen sammelten Wildgemüse, Wurzeln, süße Beeren und Nüsse. Aber im Laufe der Zeit wurden die Menschen achtlos und undankbar. Sie jagten mehr, als sie brauchten. Sie schlachteten ganze Herden ab, und die kleinen Tiere, die Käfer und Ameisen, zertrampelten sie rücksichtslos. Auch nahmen sich die Menschen nicht mehr die Zeit, mit den Tieren zu reden oder sie gar freundlich zu grüßen.

So konnte es nicht mehr weitergehen! Alle Tiere versammelten sich in einer Höhle tief im Berg unter dem Vorsitz des alten Weißen Bären, um zu beraten. Nur die Hunde blieben der Versammlung fern, sie mochten die Menschen, halfen ihnen beim Jagen und bekamen dafür Knochen und Kot zu fressen und im Winter manchmal einen warmen Platz zum Schlafen.

Die Tiere drängten darauf, die Menschen zu strafen. Da aber keiner von ihnen mit Pfeil und Bogen oder mit dem Kriegsbeil umzugehen wußte, entschieden sie sich für die Zauberei. Die Hirsche wollten den Jägern, die sich für das erlegte Wild nicht bedankten, Rheuma in die Glieder zaubern. Die Schlangen und Lurche entschieden sich, den Menschen schreckliche Alpträume zu schicken. Die Vögel wollten sie in den Wahnsinn treiben. Der Specht wollte den Frevlern pochende Kopfschmerzen schicken. Und die Käfer und Insekten, die am meisten gelitten hatten, dachten sich dermaßen schreckliche Seuchen aus, daß die Menschheit ganz von der Erde verschwinden würde. Damit waren aber die anderen Ratsmitglieder nicht einverstanden, also mußten die Insekten, deren Anführer ein Madenwurm war, diesen Entschluß zurücknehmen.

Zum Glück waren die Pflanzen den Menschen wohlgesinnt. Sie freuten sich, wenn diese ihre Blüten bewunderten, wenn ihnen die saftigen Beeren schmeckten und wenn sie für die Bäume schöne Lieder sangen. So kamen sie überein, den Menschen zu helfen, sie würden ihnen Heilmittel gegen die Krankheiten geben. Nur mußten die Menschen zu ihnen kommen und sie danach befragen. Sie mußten ihre Medizinleute, die mit den Pflanzen reden können, zu ihnen schicken, wenn sie ihrer Hilfe bedurften.

**Gebt den Ärzten  
die Kräuterkunde  
zurück !**



*Zitronenmelisse*  
(*Melissa officinalis*)



Ein mit mir befreundeter Internist und Kardiologe ließ sich ein neues Praxisschild anbringen. »Naturheilverfahren« stand darauf zu lesen.

»Nanu«, fragte ich erstaunt, »das sieht doch gar nicht nach dir aus. Was machst du denn für Naturheilverfahren?«

Er zeigte mir sein neues Bio-nukleo-elektro-energetisches Feed-back-System, einen absurden Apparat, den nur ein Rube Goldberg\* hätte erfinden können. Das Wundergerät würde diverse körpereigene Energien amplifizieren, Meridiane stimulieren, ja fast die Toten wiederauferstehen lassen.

»Kommt mir eher wie Hokuspokus vor«, war alles, was ich dazu sagen konnte. »Das ist doch alles andere als wissenschaftlich vertretbar!«

»Der Ansicht bin ich eigentlich auch, aber die Patienten wollen so etwas, sie würden mir sonst weglaufen. Und wenn sie positiv auf solche Placebos reagieren, ist es doch in Ordnung!«

Ich fragte meinen Freund, warum er nicht mit Heilkräutern arbeite. Schließlich sind sie die ältesten und universalsten Heilmittel der Menschheit, und trotz des massiven Drucks der transnationalen Pharmakonzerne greifen noch immer gut zwei Drittel der Menschheit auf Heilpflanzen zurück, um den Krankheiten vorzubeugen, sie zu lindern oder ganz auszuheilen.

»Ich glaube einfach nicht an die Wirksamkeit pflanzlicher Mittel«, wies er mich entschieden zurück, »die vermeintliche Heilwirkung der meisten Kräuter beruht auf Einbildung, auf Suggestion. Objektiv gesehen ist da meistens keine oder kaum eine Wirkung vorhanden.«

»Wie kannst du das behaupten? Noch immer stammen fast 60 Prozent der Arzneien von Pflanzen oder sind synthetische Varianten von Molekülkomplexen, die ursprünglich in Pflanzen gefunden wurden.«

---

\* bekannter amerikanischer Künstler, Konstrukteur absurder Maschinen.

»Nun gut«, gab er zu, »aber dabei handelt es sich nicht um Wurzelkram, das irgendein Kräuterweiblein im Mondschein sammelt, sondern um standardisierte, gesäuberte Auszüge bestimmter Substanzen, deren Wirksamkeit in klinischen Experimenten eindeutig nachgewiesen wurde. Da solche Auszüge oder molekulare Nachbildungen genauestens dosiert werden können, ist ein Optimum an Sicherheit für den Patienten gewährleistet.«

Nun, was mein Freund da sagte, ist eine jedem Schulkind und jedem Zeitungsleser geläufige Litanei. Kräuterkunde ist altmodischer Aberglaube, ein Fall für Folkloristen, aber keine moderne Medizin. Bestenfalls sind die Kräuter Behälter für chemische Wirkstoffe, bei denen es sich um Abfallstoffe des sekundären Stoffwechsels handelt. Da Pflanzen keine Nieren und Harnleiter oder sonstige Ausscheidungsorgane haben – so die gegenwärtige Theorie –, schließen sie diese toxischen Nebenprodukte in Sonderzellen und Vakuolen ein. Zufällig können die Pflanzen ihre Feinde, die Insekten und Pflanzenfresser, damit vergiften oder sich wenigstens vom Leibe halten und gegebenenfalls Bienen und Schmetterlinge zu Bestäubungszwecken anlocken. Dadurch erhöhen diese chemisch aktiven Stoffe die Überlebenschancen der Pflanze und werden in der natürlichen Auslese positiv selektiert. Im Reagenzglas aber lassen sich reinere, verbesserte Spielarten dieser biologisch wirksamen Stoffe herstellen und als Pillen oder Spritzen problemloser administrieren als Kräuterpräparate.

All das habe auch ich in der Schule gelernt. Und dennoch ist der Einwand meines Freundes fadenscheinig. Bei näherem Betrachten entpuppt er sich nämlich als ein vorwiegend ideologisches Argument. Es entspringt jener materialistisch-reduktionistischen Betrachtungsweise, der sich die westliche Zivilisation vollends verschrieben hat, und es spiegelt die kommerziellen Interessen einer Pharmaindustrie wider, die jährlich mehrere hundert Milliarden Dollar umsetzt.

Es gibt auch andere Betrachtungsweisen. Etwa die von James Lovelock formulierte *Gaia-Hypothese*. Diese besagt, daß sich die Erde wie ein lebendiger, sich selbst regulierender, intelligenter Organismus verhält. Erdboden, Atmosphäre, Meere, Pflanzen- und Tierarten und der Mensch bilden sozusagen die Organe dieses Lebewesens, dieser Erd- und Lebensgöttin Gaia. Die Pflanzen nehmen Energie von der Sonne auf und geben sie an die anderen Organe weiter, die Atmosphäre dient als Thermostat, die Tiere verkörpern das Seelenleben Gaias und die Menschen das reflektierende Bewußtsein. Wie in jedem Lebewesen befinden sich die einzelnen Organe und Systeme in einem harmonischen Miteinander. Gesundheit besteht in dem fließenden Gleichgewicht aller Teile. Und genau wie unser Organismus mit Hormonausschüttungen und Stoffwechselveränderungen auf Disharmonien reagiert, reagiert auch Gaia. Wenn Menschen oder Tiere erkranken, wenn ihre Hirnströme disharmonische Signale senden und ihr Verhalten destruktiv wird, stellt ihnen Gaia die Heilpflanzen zur Verfügung. Konventionelle Wissenschaftler tun sich schwer zu erklären, welchen Nutzen Alkaloide und andere komplexe Pflanzenprodukte für die jeweilige Pflanze haben. Oft haben sie anscheinend gar keinen. Wenn wir aber akzeptieren können, daß die Pflanze solche Stoffe ebenso wenig für sich selbst produziert wie die Bauchspeicheldrüse das Insulin, kommen wir einem Verständnis näher. Diese pflanzlichen Stoffwechselprodukte üben eine starke und deutliche Wirkung auf die Physiologie von Mensch und Tier aus. Diese Stoffe finden Eingang in den ökologischen Kreislauf, und sie erreichen auch uns, indem sie zu Heilmitteln für unseren Körper und unsere Psyche werden. So wahrt Gaia die universelle Harmonie. (Hoffmann 1985:19) Daß in den letzten Jahren viele Menschen mit psychoaktiven Pflanzenstoffen ihr Bewußtsein verändern (auch das gehört zum viel beschworenen Paradigmenwechsel), könnte als der Versuch Gaias verstanden werden, ein neues Gleichgewicht herzustellen. Der Versuch, die

»Harmonie unter dem Himmel« zu erhalten, ist übrigens auch die Grundlage der chinesischen Heilkunde. Nicht etwa aus Mitleid wird der Kranke behandelt, sondern weil sein Kranksein ein Störfaktor ist.

Auch die traditionellen Völker, die Indianer, die Tibeter und andere, mit denen ich als Ethnologe zu tun hatte, sehen die Dinge anders. Für sie sind Pflanzen keine seelenlosen, protoplasmischen Gebilde, die zufällig Alkaloide, Glykoside, Polyphenole und andere Stoffe als Abfallprodukte des Stoffwechsels anhäufen, sondern Lebewesen, die auch trans-sinnliche Aspekte aufweisen. Es ist ein »grünes Volk«, das sich wahrnehmend und intelligent verhält und dessen Angehörige der berufene Schamane als Freunde ansprechen und beim Heilen als Verbündete anrufen kann. Pflanzen verdanken ihre Kraft den durch sie oder in ihnen wirkenden Göttern, Devas oder Engeln. Mit diesen Wesen kann der Mensch in der Tiefenmeditation, im Traum, in der Ekstase oder im Rahmen eines überlieferten Rituals kommunizieren – Aspekte, denen wir in späteren Kapiteln dieses Buches nachgehen wollen. Komplementär zu dieser Anschauung sind ätiologische Modelle, die Krankheit nicht nur als eine Betriebspanne, als Fehlfunktion eines bio-kybernetischen Mechanismus auffassen, sondern als ein geistig/seelisches Geschehen, als Einfluß dämonischer Entitäten, als Seelenverlust, Disharmonie, karmischer Ausgleich und dergleichen. Mein Freund der Internist würde solche ethnologisch vielfach bezeugten Gesichtspunkte als »Spinnerei« oder längst überwundenen Aberglauben abtun. Einer um Sachlichkeit bemühten, ganzheitlich orientierten Heilkunde jedoch könnten diese Modelle wertvolle Denkanstöße geben.

Die großen Pharmakonzerne sind inzwischen schon viel weiter als der durchschnittliche Mediziner. In Anbetracht der schwindenden Effektivität antibiotischer Wunderwaffen, der Risiken und Nebenwirkungen vieler Synthetika und der immens hohen Kosten für die Entwicklung neuer synthetischer Arzneimittel (nur etwa jede zehntausendste unter-

suchte chemische Verbindung hat eine Chance, am Ende zu einem Medikament entwickelt zu werden (*Pelt 1983:168*), interessieren sich die Konzerne zunehmend wieder für die Heilpflanzen. Sie stellen den Universitätsinstituten beträchtliche Summen zur Ausbildung von ethnobotanischen Feldforschern zur Verfügung. Diese sollen dann in den grünen Ebola-Höllen Afrikas, Südostasiens oder des Amazonasgebiets den *Curanderos*, *Brujos*, Kräuterweibern und Schamanen nachspionieren.

»Wer weiß, vielleicht wächst das Heilmittel für Krebs, Alzheimers, MS oder Aids noch irgendwo unerkannt im Dschungel.« »Wir müssen die in Jahrtausenden gewachsenen Pflanzenheiltraditionen sichten und durchforsten, ehe die letzten tropischen Wälder und die traditionellen Schamanen, die sich darin auskennen, endgültig verschwunden sind.« So lauten die Parolen. Mit einer Fünf-vor-Zwölf Dringlichkeit werden Ethnobotaniker an renommierten Hochschulen wie Harvard ausgebildet. Der jugendliche Idealismus, die Abenteuerlust der Studenten wird angesprochen: Ethnobotanik ist in. Indiana Jones, mit allen Schutzimpfungen versehen, macht Inventur im Lagerhaus Regenwald. Namenlose Kräuter, Rinden und Wurzeln werden getrocknet, eingefroren oder in Alkohol gelegt, und zur chemischen Analyse an die Labors geschickt. Dank der Entwicklung schneller, vollautomatisierter Testverfahren können inzwischen 150.000 Proben pro Jahr durchs Labor geschleust werden. (*Bleich 1996:28*) Die Investition soll sich lohnen. Patentierbare, marktfähige neue Medikamente sind das Ziel. Auch der Aufschwung der Gentechnik hat die Suche nach biologischen Schätzen weltweit auf Hochtouren gebracht.

Der große Vorreiter und Nestor der Ethnobotanik ist Richard Evans Schultes. Über die Jahrzehnte hinweg hat er über 25.000 von den Indianern heilkundlich eingesetzte Pflanzenarten gesammelt und den Labors zukommen lassen. Aber nur höchstens drei Prozent des von Ethnobotanikern sichergestellten Materials enthält, wenn im Labor

getestet, nachweisbare Wirkstoffe. Wenn dieser kleine Rest noch weiter durchgesiebt wird, bleibt enttäuschend wenig übrig, was sich eventuell zum serienreifen Medikament eignet.

Wie kann das sein, wo doch die Curanderos und Enyerberos mit derselben *Materia Medica* befriedigende Resultate erzielen? Eine Antwort ist, daß im grobmaschigen methodologischen Netz der Laborwissenschaft Wesentliches ignoriert wird. Man konzentriert sich bei der Suche auf den essentiellen chemischen Wirkstoff und grenzt alles andere als irrelevant aus: den sozial-kulturell-rituellen Kontext, in dem die Heilpflanze Anwendung findet; die genaue Zeit des Sammelns, Aufbereitens und Anwendens (Tages- und Jahreszeit, Mondphase); die Art der Zubereitung (die ist so wichtig wie beim Kuchenbacken!), die Art der Verabreichung (sinngabendes Ritual, Heilspruch) und schließlich das Verständnis der Pflanze als ein mehrdimensionales Wesen, eines, das sich nicht allein im materialistischen Paradigma erfassen läßt.

»Die Idee, Pflanzen verdanken ihre Wirkung einer einzigen Verbindung, ist schlicht falsch«, sagt der frühere Harvard-Mediziner Andrew Weil. (Weil 1988:123) Und Jean-Marie Pelt, Professor für Botanik an der Universität Metz, schreibt: »Die höchste Komplexität einer lebenden Substanz kann man nie ganz erforschen, geschweige denn synthetisieren.« (Pelt 1983:70)

## *Reinkräuter statt Synthetika*

Natursubstanzen sind komplizierter als die meisten Laborprodukte. Das Alkaloid Coffein ist eben nicht gleich Kaffee. Allein bei der Analyse des Kaffeearomas wurden mehrere hundert Komponenten gefunden. Das Reinalkaloid Kokain ist nicht identisch mit dem Kokablatt, das die Andenbewohner ohne negative Nebenwirkung tagtäglich kauen, um die Leistungsfähigkeit zu steigern und das Hungergefühl zu dämpfen.

Die reinen, raffinierten Auszüge der Pflanzen erweisen sich als viel toxischer als ihre botanischen Ursprünge. Die Gefahr unerwünschter, unvorhersehbarer Nebenwirkungen ist größer bei den Auszügen, und sie begünstigen den Mißbrauch. Davon zeugen die rund 800.000 Medikamentensüchtigen allein in den USA. Reine Kräuterpräparate gehen langsamer ins Blut, denn sie sind *biologisch gepuffert*. Sie verbinden sich mit der körpereigenen Abwehr. Oft sind die natürlichen Molekülkomplexe den körpereigenen Hormonen und Enzymen dermaßen ähnlich, daß sie einige Funktionen übernehmen oder an deren Stelle treten können (etwa die Opium-Alkaloide an die Stelle der körpereigenen Endorphine). Synökologisch und entwicklungsgeschichtlich sind die Kräuter, aufgrund einer langen Ko-Evolution, unserem Organismus viel besser angepaßt als ihre Auszüge oder synthetischen Nachahmungen. Zwei Beispiele:

**1. Das Meerträubelgewächs (*Ephedra* spp.)** ist als *Ma Huang* nachweislich schon seit 5.000 Jahren in der chinesischen Heilkunde bekannt. Es wird als Tee im Anfangsstadium von Viruserkältungen, bei Asthma und als schweißtreibender Dekokt bei Rheuma angewendet. Mexikanische Indianer rauchen *Ephedra* mit Tabak bei Migräne. In den USA ist es als *Mormon tea* bekannt. Viele Mormonen, deren Religion sonst jede »Droge« (Alkohol, Kaffee, Tabak, Schwarztee) verbietet, trinken täglich ein oder mehrere Täßchen des anregenden Aufgusses (er enthält natürliche Amphetamine), ohne sich über irgendwelche Nebenwirkungen zu beklagen. In der Naturheilkunde wird der Tee wegen seiner bronchialentspannenden Wirkung bei Asthma und Lungenemphysem verordnet. Da er entzündete Schleimhäute zum Anschwellen bringt, findet er Verwendung bei Allergien und Heuschnupfen.



1887 wurde das Reinalkaloid *Ephedrin* isoliert und als wirksames Asthmamittel bejubelt. Bald jedoch wurde als Nebenwirkung eine drastische Erhöhung des Blutdrucks bei den Patienten festgestellt. Nicht nur Ephedrin verlor daraufhin an Beliebtheit, auch das Meerträubel an sich wurde als Heilpflanze in Frage gestellt und galt plötzlich als gefährlich. Dabei enthält die Pflanze noch sechs andere Alkaloide und weitere Begleitstoffe, darunter Pseudoephedrin, das die Herztätigkeit sogar verlangsamt und den Blutdruck senkt.

**2. Das Schlangenholz** (*Rauwolfia serpentina*) findet im indischen Ayurveda und in der Volksmedizin seit mindestens 4.000 Jahren Anwendung bei Schlangenbissen, Nesselsucht, Insektenstichen, Fieber, Durchfall, hohem Blutdruck, Epilepsie, Schlaflosigkeit und vor allem bei Geisteskrankheit, die sich in Angst und Aggressionszuständen äußert. Mahatma Ghandi trank jeden Abend sein Täßchen *Rauwolfia*-Tee, da es den Geist beruhigt und die Ojas (Lebensenergie) verbessert.

1952 isolierte der Chemiker Emil Schietter den Hauptwirkstoff, das Alkaloid Reserpin. Ein neues Wundermittel zur Blutdrucksenkung kam auf den Markt. Aber bald häuften sich die alarmierenden Berichte der Ärzte. Die Behandlung mit Reserpin führte bei vielen Patienten zu manisch-depressiven Zuständen, die vereinzelt bis hin zum Selbstmord führten. Bei der ganz belassenen Pflanzendroge, in der nicht nur Reserpin, sondern 160 verschiedene Alkaloide festgestellt wurden, kommt es nicht zu solchen Nebenwirkungen. Indische Mütter geben sogar den Kleinkindern vom Chotachand- (»Kleiner Mond«-) Tee zu trinken, ohne daß sich Probleme ergeben.

In den siebziger Jahren jedoch wurde nicht nur das Reinalkaloid Reserpin unter Rezeptpflicht gestellt, sondern auch die pflanzliche Droge. Heute ist die wertvolle Heilpflanze, deren Export vielen armen indischen Bauern einst ein Einkommen bescherte, nicht mehr erhältlich, da für aber verschiedene dubiose Synthetika aus dem Labor.

Es ist das vereinfachende, reduktionistische Denken, welches die Wirkung einer Heilpflanze auf einen wesentlichen Wirkstoff zurückführen will. Bei diesen Wirkstoffen, meist Alkaloide, handelt es sich vor allem um quasi tote, aus dem Lebensstrom herausgefallene und in Sonderzellen abgelagerte, eher toxisch wirkende Molekülkomplexe. Diese Stoffe sind relativ leicht zu extrahieren und zu raffinieren, sie lassen sich über lange Zeiträume lagern und leicht synthetisch nachbauen. Die Reinsubstanzen sind einfach – oral oder hypodermisch – zu verabreichen und sind deswegen marktgerechter als die eigentlichen Kräuter.

### *Eine differenzierte Kräuterbetrachtung*

Das *Pen Ts' au* des *Shen Nung*, das älteste Kräuterbuch der Chinesen (ca. 2800 v. Chr.), unterscheidet drei Arten von Heilpflanzen:

»**Himmlische« Arzneimittel**, wie Ginseng, Jujube und Süßholz, sind nicht giftig und wirken stärkend auf den menschlichen Organismus. »Sie dürfen so lange eingenommen werden, wie man es für gut findet, sie können nicht schaden.« (*Schneebeli-Graf 1992:19*)

»**Menschliche« Kräuter**, etwa Ingwer, Pfingstrose und Tüpfelfarn, wirken auf die Körperfunktionen ein, wobei einige giftig, andere harmlos sind. »Sie werden eingenommen, wenn man sich von einer Krankheit befreien will, um wieder neue Kräfte zu gewinnen«.

»**Irdische« Arzneimittel** wirken heftig auf die Körperfunktion ein. Es sind giftige Kräuter, wie Rhabarberwurzel, Eisenhut (*Aconitum*) oder Pfirsichkerne, die »gegen die Hitze und Kälte des Körpers wirken«. Sie werden nur in akuten Notfällen verwendet.

In der indischen »Wissenschaft vom Leben« (Ayurveda) werden Pflanzen nach den Grundeigenschaften (*Gunas*), **Sattwa, Rajas** und **Tamas**, eingeteilt:

Eine Heilpflanze mit **sattwischen Eigenschaften**, wie etwa die Zitronenmelisse oder das Wassernabelkraut (*Hydrocotyl*), wirkt harmonisierend, bewußtseins- und meditations fördernd und bringt Licht in die Seele. In einer solchen Pflanze offenbart sich die lichte, reine Weiße Göttin, *Saraswati*, die Shakti des Schöpfergottes Brahma. Sattwische Pflanzen sind die Brahmanen unter den Kräutern.

Pflanzen mit **rajasischen Eigenschaften** aktivieren und energetisieren den Organismus, sie wühlen die Gefühle auf, reizen zur Aktivität und schüren die Leidenschaften. Zu ihnen zählen geil machende Aphrodisiaka, geistig anregende Drogen, wie Kaffee oder Coca, und scharfe Gewürze, wie der Pfeffer, welche die Verdauung anregen. In den rajasischen Pflanzen offenbart sich die Göttin in ihrer Erscheinung als die kriegerische Durga, die Dämonenjägerin. Rajasische Gewächse sind die Krieger (*Kshatriya*) des Pflanzenvolks.

**Tamasische Heilkräuter** wirken abbauend, sedierend, bewußtseinsdämpfend, einschläfernd. Zu ihnen zählen unter gewissen Umständen sehr nützliche Pflanzen, wie Hopfen, Baldrian, Teufelsdreck (*Asafoetida*) oder Schlafmohn. In ihnen kommt Kali, die Göttin in ihrer dunklen, zerstörerischen Gestalt, zum Ausdruck.

Weiterhin unterteilt die ayurvedische Heilkunde die Kräuter nach ihrem Bezug zu den Humoren (*Dosas*): Es herrscht *Pitta* (Feuer) vor, wenn sie erhitzen oder ätzende Säfte enthalten. Pflanzen mit *Kapha* (Schleim) sind saftig, schleimig, schwer, sukkulent und kühl. Gewächse mit viel *Vata* (Luft) sind oft dürr, saftlos und in ihrer Wirkung adstringierend und trocknend. Diese Kategorien werden noch weiter un-

terteilt in Geschmackswirkung, energetisches Schwingungsniveau (*Prana*) und nach den Körpergeweben (*Dhatus*), auf die sie einwirken. Das Ganze ergibt also eine höchst differenzierte Taxonomie der Heilpflanzen.

Auch alteuropäische Völker differenzierten die Heilmittel. Die Germanen zum Beispiel ordneten die Kräuter nach den Eigenschaften ihrer totemischen Seelentiere:

**Kräuter der Freya:** Allgemein bekannte und beliebte Hausmittel, wie Kamille, Wegerich oder Holunder, deren Anwendung von Mutter zu Tochter weitertradiert wurde. Die Kräuter wurden in Bündeln zusammengefaßt und im Augustmond geweiht. Die Hausherrin, der es oblag, für die Gesundheit in Haus und Stall zu sorgen, kochte Kräutersalben und -milch, buk Kräuterwecken und braute Heilkräuterbiere. Auch die Pflanzen der Liebe, die Aphrodisiaka, standen unter der Obhut der Freya, deren Tier die Raubkatze (Luchs) ist.

**Bärenpflanzen:** Wenn die Hausmittel nicht ausreichten, wurde der heilkundige *Lachner* bestellt. Seine Heilpflanzen und Zaubersprüche hatten Bärenkräfte. Solche stark wirkenden Wurzeln waren dem Donar Thor, dem »Asenbär«, dem kosmischen Bären, geweiht, der, mit Blitzkeil bewaffnet, den giftigen, krankheitsbringenden Würmern den Garaus machte. Mit den Wurzeln dieser Kraftpflanzen und dem richtigen Spruch wurden die elbischen Schlangen ausgetrieben, die sich in Mark und Bein einnisten und die Lebenskraft wegsaugen.

**Wolfspflanzen** waren jene äußerst giftigen Gewächse wie Tollkirsche, Seidelbast oder Eisenhut, mit denen man Wölfe und Füchse vergiftete oder beim Gericht die Giftprobe durchführte. Sie waren dem Tyr, dem furchtlosen Bezwiner des Fenriswolfs und Hüter der Gesetze, geweiht. Aber auch Zauberer machten manchmal Gebrauch von Wolfs-

kräutern, da sie, wenn richtig dosiert, die Seele vom Leib zu trennen vermögen und das »Fliegen« ermöglichen. In diesem Fall gehörten sie dem Odin, dem Schamanistischen Zaubergott.

**Kräuter der Holle**, wurden durch den Storch oder die Wildgans dargestellt. Im ersten Fall handelt es sich um Geburtskräuter, denn diese Göttin ist es, die die tief unter der Erde weilenden Seelen ins Licht des Diesseits entläßt. Im zweiten Fall sind es Flugsalbenkräuter, mit deren Hilfe die als *Sejdkoner* bekannten Schamaninnen die jenseitigen Elfen- und Totengefilde erkundeten.

**Hundspflanzen** waren letztlich wertlose, stinkende Kräuter, wie etwa die Hundskamille, der wertlose Hundskerbel oder die giftige Hundschlehe (*Ligustrum*).

Derartige Differenzierungen sind wichtig, denn Heilkraut ist nicht gleich Heilkraut. Der große Phytotherapeut Prof. Rudolf Fritz Weiß führt in seinem Lehrbuch der Phytotherapie (1991), eine ähnliche, zeitgemäße Differenzierung der botanischen Heilmittel wieder ein. Er gliederte die Phytotherapeutika in drei Kategorien:

**mite** (milde, schwach wirksame Mittel)

**media** (mittelwirksame Mittel)

**forte** (stark wirksame Mittel)

Die moderne medizinische Forschung konzentriert sich vor allem auf die *forte*-Mittel, also jene Drogen mit Substanzen, die sich leicht extrahieren, synthetisieren und standardisieren lassen. Die *mite*-Mittel, als »relativ wirkungslose« Substanzen, kommen heute kaum in Betracht.

Die meisten Heilpflanzen, die die traditionelle Erfahrungsmedizin anwendet, sind jedoch gerade diese *mite*-Phytotherapeutika. Bei akuten Zuständen kommen noch die *media*-Mittel hinzu. Diese sanft wirkenden