

## Gartenbauverein Kößlarn

### „Kräuterweiberl's Geheimnisse“

**Kößlarn: Im Rahmen der Jahreshauptversammlung hielt Natur- und Landschaftsführerin Gisela Sebele einen hochinteressanten Vortrag über Frühjahrs- und Sommerkräuter.**

Nach einem Jahresrückblick durch den 2. Vorsitzenden Josef Piller, erfolgte der Kassenbericht durch die Kassiererin Johanna Piller und die Entlastung der Vorstandschaft.

Im Anschluss hielt Herr Sebele aus Bayerbach einen Vortrag über Heilkräuter. Ihr Wissen stammt größtenteils noch von ihrer Oma, die nicht zuletzt wegen ihrer Kräuterkenntnisse ein hohes Alter von 93 Jahren erreichen konnte.

Beinwell, ist wie der Name schon sagt, gut für das Gebein. Eine Essenz hilft beim Tennisarm und ist gut für den Meniskus. Das Mehl aus der Wurzel ist ein ausgezeichnetes Wundpuder. Blutwurz – die Wurzel ist rot wie Blut - hilft bei Entzündungen im Mundraum und ist gut für den Magen und die Verdauung.

Die Brennnessel, von vielen Gärtnern als Unkraut verachtet, enthält ein Vielfaches an Vitamin C, Kalzium und Eisen gegenüber Kopfsalat. Die Referentin stellt aus der Brennnessel ein „Gedächtnisöl“ her, das die Teilnehmer gleich vor Ort testen konnten. Auch gab sie den Tipp, nie ein Kraut länger als 4 Wochen anzuwenden und mindestens drei, sowie höchstens 9 Kräuter zu mischen.

Der Ehrenpreis, auch Wetterblume oder Männertreu genannt, senkt als einziges heimisches Kraut den Cholesterinspiegel.

Aus den frischen Trieben der Fichte, kann ein vorzüglicher Honig bereitet werden und ein Fichtennadelbad wirkt gegen Gicht. „Guten morgen Frau Fichte, nimm mir die Gichte“ wurde deshalb der Baum früher begrüßt.

Das Gänseblümchen kann als Gemüse oder Salat verwendet werden. In Essig eingelegt kann es wie Kapern verwendet werden. Alle Anwesenden erhielten eine Kostprobe von Frau Sebele.

Der Giersch oder Erdholler ist im Garten nicht sehr beliebt, enthält aber so viele Inhaltsstoffe, dass sich ein Vegetarier davon ernähren könnte. Er wirkt gegen die schädliche Harnsäure und sogar gegen Parkinson. Auch kann er als Ersatz für Petersilie verwendet werden.

Günsel enthält reichlich Magnesium und soll bei Ohrgeräuschen helfen.

Die Blätter der Hundsrose oder Heckenrose helfen bei Hundebissen und die Blüten sind ein gutes Mittel gegen Kater. Auch kann ein vorzügliches Rosengelee zubereitet werden, wovon sich die Zuhörer selbst überzeugen konnten. Eine überlieferte Geschichte erzählt: „Luzifer machte sich viele Stacheln an die Rose, damit er besser aufsteigen kann. Der Herrgott hat daher die Zweige nach unten gekrümmt, jetzt rutscht der Teufel immer ab“.

Hirtentäschel auch Blutkraut genannt wirkt überall wo Blut fließt, z.B. bei Nasenbluten.

Männer können es als natürliches „Viagra“ ohne Nebenwirkungen verwenden.

Der Holler ist so wertvoll wie eine ganze Hausapotheke. Es können sowohl Blüten, Beeren und die Rinde verwendet werden. Er wirkt blutreinigend, mild abführend, wassertreibend, schmerzlindernd und schweißtreibend. Hollerkücherl und Likör sind den meisten bekannt.

Zum Huflattich sagt man auch: „der Sohn vor dem Vater“, da zuerst die Blüten und dann die Blätter wachsen. Mit den Blättern kann man starke Kopfschmerzen lindern. Früher hat man die Pflanze als Tabak verwendet.

Auch das Johanniskraut hat viele positive Wirkstoffe und hilft bei Verbrennungen, Sonnenbrand, sowie bei Depressionen. Am besten ist es wenn man das Kraut bei der Sonnenwende (Johannistag) pflückt.

Der Löwenzahn enthält neben Bitterstoffen auch Inulin, das ähnlich wie Insulin wirkt. Die Wurzeln der Pflanze wurden früher als Kaffee-Ersatz verwendet. Außerdem kann man aus Löwenzahn einen Wildkraut Salat, Löwenzahnwein sowie Gelee zubereiten.

Die Zitronenmelisse, auch Frauenwohl genannt, wurde früher gern den Kindbettfrauen gegeben. Im „Klosterfrau Melisengeist“ findet sie noch heute Verwendung. Getrocknet ist die Melisse zusammen mit Lavendel, Gänseblümchen, Labkraut und Pfefferminze in Duftsäckchen enthalten.

Eine Salbe aus Ringelblumen hilft bei allen Hautkrankheiten. Früher wurde die Blume als Ersatz für Safran verwendet und es wurde erzählt, wenn man eine Wurzel der Ringelblume im Schuh trägt, hat man Glück beim anderen Geschlecht.

Das Scharbockskraut auch Skorbuckkraut und Feigwurz genannt enthält viel Vitamin C und die Wurzel wirkt bei allen Warzen.

Die Schlüsselblume heißt auch Schlagkraut, weil sie früher zur Heilung von Schlaganfällen verwendet wurde. Sie steht unter Naturschutz, deshalb darf sie in keinem Fall ausgegraben werden.

Das Schöllkraut ist giftig, deshalb wird nur eine äußerliche Anwendung empfohlen. Der Saft der Pflanze ist wirksam gegen Warzen und beim Grauen Star.

Der Breitwegerich wirkt wie der Spitzwegerich, hat aber mehr Inhaltsstoffe und ist gut bei Hautverletzungen und Insektenstiche.

Der Weißdorn reguliert den Blutdruck und das Wiesenschaumkraut reinigt den Darm.

Zum Abschluss erhielten noch alle Teilnehmer eine getrocknete Meerrettich Wurzel für den Geldbeutel, damit, so die Überlieferung, das Geld nicht ausgeht.