

Internationale Fachgruppe Heil-, Gewürz- und Kosmetikpflanzen (HGK) am Goetheanum

*NEWSLETTER 8
Januar 2023*

Liebe Mitglieder und Freunde der Fachgruppe Heil-, Gewürz- und Kosmetikpflanzen!

Noch immer werden die Geschehnisse in der Welt stark durch die Corona-Krise geprägt – auch wenn sie angesichts der Ukraine-Krise etwas in den Hintergrund gerückt ist. Es werden glücklicherweise zunehmend Maßnahmen zurückgenommen und Vorschriften gelockert. Geblieben sind bei vielen Menschen jedoch eine tiefe Verunsicherung - und nach einer Erkrankung oft mehr oder weniger starke Nachwirkungen: Die Gesundheit – oder auch nur das Gesundheitsgefühl – bleiben häufig angeschlagen. Einige Menschen leiden auch lange nach ihrer Genesung von akuten Symptomen noch mehr oder weniger unter Long-Covid-Erscheinungen, die nur schwer in den Griff zu bekommen sind. Und bei fast allen Menschen sitzt der Schrecken tief über das, was in den vergangenen Jahren geschehen ist und gegenwärtig noch geschieht. Wie kann man das überwinden und wieder ins Gleichgewicht kommen?

Manchmal hilft da ein Blick in die Grundsätze des Pflanzenschutzes. Der aus meiner Sicht wichtigste lautet: *Bevor Du eine Pflanzenkrankheit diagnostizierst, schließe Nährstoffmangel aus!* Dazu müssen beim gesunden Menschen nicht unbedingt aufwändige Laboruntersuchungen stattfinden. Es reicht vielfach schon aus, bewusster Heil- und Wildpflanzen in die Ernährung zu integrieren. Hier ein Brennnessel-Tee, dort ein Grüner Smoothie mit Staudensellerie und den ersten frischen Wildkräutern können schon Wunder wirken. Und Hildegard von Bingen empfiehlt 'Gelöschten Wein' – mehr dazu findet Ihr weiter unten am Ende dieses Newsletters.

***Gesundheit und viele glückliche Momente in Euren Gärten wünscht Euch Bettina!
Und Michael und Ola lassen natürlich auch grüßen!!***

1) Zunächst einmal: Am Leitungsteam hat sich nichts geändert!

Nach wie vor sind wir ein Dreier-Team, bestehend aus Bettina Billmann, Michael Straub und Ola Aukrust. Auf der Homepage der Fachgruppe stellen wir uns wie gewohnt vor. Allerdings möchten Bettina und Michael sich im Laufe der nächsten Jahre anderen Aufgaben zuwenden. Und deshalb würden wir uns sehr freuen, wenn sich neue Kräuterfans fänden, die ebenfalls Interesse haben, dem biodynamischen-Heilpflanzenanbau neue Impulse zu geben. Vielleicht fühlen sich auch aus den Kreisen der Gewürz- und Kosmetikpflanzen-Anbauer*innen Menschen berufen, mit dem Landwirtschafts-Team am Goetheanum zusammenzuarbeiten? Wir würden uns sehr über Euer Interesse freuen!!

2) Literatur aus dem Team, die auch für Heilkräuter-Fans hilfreich sein könnte

Publikationen Bettina Billmann et al.

- FiBL Merkblatt *Anbau und Absatz von Bio-Zierpflanzen*, Frick 2012
- FiBL Merkblatt *Pflanzenschutz im Bio-Zierpflanzenbau*, Nr.1573, Zweite überarbeitete Auflage 2020
- FiBL Merkblatt *Biologische Imkerei*, Nr. 1402, Frick 2022

(Alle Merkblätter sind auch zum kostenlosen Download erhältlich unter www.fibl.org)

Publikationen Michael Straub et al.

- *12 Magische Heilpflanzen*, Ulmer Verlag 2022
- *Anthroposophische Pharmazie*, Kapitel 7.2; Salumed 2016
- *Wissen der Weleda-Gärtner*, Weleda/ Ulmer Verlag 2019

Weitere Publikationen aus dem Umfeld

- *Status Quo und Potentiale des ökologischen Heil-, Kosmetik- und Gewürzpflanzenanbaus in Baden-Württemberg*, [Universität Hohenheim 2022](#)
- *Wie Kräuter und Pflanzen heilen: Die Kraft der grünen Resilienz*, Karin Mecozzi 2023

Und eine 'Publikation' aus dem Anbau von Heilpflanzen darf natürlich auch nicht fehlen: Hier ein Eindruck aus dem Kräutergarten von Ola Aukrust im Norden Norwegens!



Versuch «Artgemäßer Heilpflanzenanbau» in der norwegischen Bergwelt:
Anis-Ysop im entstehenden Steingarten (Foto: Ola Aukrust)

2) Perspektiven in der Fachgruppenarbeit

In den Anfangsjahren hat sich die Fachgruppe vor allem der Leitbildarbeit gewidmet. Dieser 'allgemeine Teil' wurde mit einer Folienzusammenstellung abgeschlossen, die alle Fragen aus dem ersten Fachforum 2018 und deren Einordnung in ein größeres System enthält. Auf der letzten Folie zeigte sich deutlich: Im Mittelpunkt steht das Thema '*Qualität*'.

Hier geht es sowohl um die Qualität des Anbauprozesses als auch um die des Produktes. Bei beiden wäre es sinnvoll, so etwas wie 'mitwachsende' Handlungsanweisungen zu haben. Diese müssen natürlich zunächst einen Status Quo haben, von dem aus dann weiter gearbeitet werden kann. Und mit der Sammlung und Aufbereitung dieses grundlegenden Wissens möchten wir uns in den kommenden Jahren befassen.

Ein Mittel dazu sind aus unserer Sicht Arbeitsgruppen, die sich einer bestimmten Frage oder einer konkreten Kultur widmen. Diese könnten entweder lokal entstehen und sich zum Beispiel einer bestimmten Kultur widmen. Oder sie arbeiten mit Hilfe der neuen Vernetzungstools - wie z.B. Zoom - überregional an allgemeineren Fragen wie z.B. Qualitätsfragen oder Präparate-Einsatz. Wie das alles im Einzelnen laufen soll, wissen wir selbst noch nicht genau: Der Weg muss beim Gehen entstehen! Bitte meldet Euch, wenn Ihr mitmachen möchtet - Ihr seid herzlich willkommen!

3) Rückblick auf die Aktivitäten an der Landwirtschaftlichen Tagung 2023

3.1) Programm des Fachgruppen-Treffens

Donnerstag 2. Februar 15:15-16:30 Uhr

- Kurze Vorstellungsrunde
- Bericht über die Aktivitäten des letzten Jahres
- Buchvorstellung/Lesung "12 Magische Heilpflanzen" deutsch und englisch
- Fragen und Diskussion zum Buch
- Abschlussrunde und Vorbereitung für den 2. Tag, Wünsche der Teilnehmer

Freitag 3. Februar 15:15 Uhr -16:30 Uhr

- Nach-Denk-Runde - welche Ideen haben sich über Nacht in den Gedanken entwickelt? Wie könnte die Umsetzung aussehen?
- Lesung weiteres Kapitel "12 Magische Heilpflanzen"
- Künstlerische Übung mit Torsten Arncken
- Weitere Zusammenarbeit der Fachgruppe im kommenden Jahr
- Beitrag der Fachgruppe zum Goetheanum-Jubiläum: Gemeinsame Pflanzenbetrachtung und Anbaubeobachtung *Calendula officinalis* im Laufe des Jahres 2023
- Nächstes Fachgruppentreffen im Juni auf dem Andreashof und Verknüpfung der Fachgruppe mit den Vereinen [Netzwerk Kräuter e.V.](#) und [Hortus officinarum](#)
- Abschlussrunde/ Termine etc.

3.2) Bericht aus den beiden Fachgruppen-Treffen

Das Treffen im Glashaus begann am ersten Tag mit einer ausgiebigen Vorstellungsrunde: 31 Gäste aus elf Ländern stellten sich mit Namen, Herkunft, Tätigkeit und Wünschen an die Fachgruppe vor. Danach widmeten sich die Teilnehmenden den „12 Magischen Heilpflanzen“. Michael Straub, stellte aus seinem gleichnamigen, gemeinsam mit Dr. Frank Meyer verfassten Buch das Kapitel vor, in dem über die Begegnung Rudolf Steiners mit dem heilkundigen Kräutersammler Felix Koguzki berichtet wird. Dieses Treffen inspirierte Steiner wohl letztlich dazu, sich näher mit der Volksmedizin zu beschäftigen.

Am zweiten Tag wurde zur Einstimmung auf die Wahrnehmungsübungen mit Torsten Arncken das Kapitel „Vom Wesen zur Wirkung“ aus dem o.g. Buch gelesen. Hier wird am Beispiel der *Calendula officinalis* die Polarität der Pflanze zwischen dem üppig wachsenden, von vegetativen Bildekräften dominierten, wässrigen, fast wucherndem Stängel-Blattbereich und der stark strukturierten Blüte herausgearbeitet. Weiterhin wird auch der Zusammenhang der chemischen, physikalischen Eigenschaften mit dem Standort, dem Anbau und der Sorgfalt der Verarbeitung auf die Wirkung verdeutlicht.

Im Anschluss konnten die Teilnehmenden Blätter von zwei während der Wachstumszeit unterschiedlich beleuchteten Pflanzen von *Salvia officinalis* (Heilpflanze des Jahres 2023) verkosten und ihre Wahrnehmung in farbigen Bildern ausdrücken. Die 'Kunstwerke' wurden anschließend ausgewertet, wobei sich deutliche Unterschiede zeigten. Steiner beschreibt diese Methode als einen Weg von der Sinneswahrnehmung zur Imagination.

Auf unsere Frage in die Gruppe, wer sich der Initiativgruppe anschließen möchte, um mittelfristig die Leitung zu übernehmen, meldeten sich zwei der Teilnehmenden: Jennifer Ruge, Gartenleiterin Weleda UK, und Raphael Balboni, Bauer und Musiker aus Brasilien.

4) Neues auf der Website

Ein großes Anliegen der Fachgruppe ist die Vernetzung der vielen verschiedenen Heilpflanzen- und Kräuterbetriebe weltweit. Um dies zu ermöglichen, haben wir schon vor Jahren in Zusammenarbeit mit der Sektion begonnen, auf der Website der Fachgruppe eine internationale Plattform für Portraits biodynamischer Heilpflanzen- und Kräuterbetriebe aufzubauen. Über weitere Betriebsportraits würden wir uns natürlich freuen - das Formular zum Ausfüllen mit dem Titel '*Biodynamische Fachbetriebe stellen sich vor*' findet sich unter <https://www.sektion-landwirtschaft.org/arbeitsfelder/kraeuter-heilpflanzen>

5) Heilpflanzen des Jahres 2023

Die Wahl des Gremiums aus Mitgliedern des 'Naturheilverein Theophrastus' fiel für dieses Jahr auf die **Weinrebe *Vitis vinifera***. Der Studienkreis *Entwicklungsgeschichte der Arzneipflanzenkunde* am Institut für Geschichte der Medizin, Universität Würzburg, hat zudem den **Salbei *Salvia officinalis*** auserkoren.

Da es in die Jahreszeit - und vielleicht auch zur gegenwärtigen politischen Situation - passt, hier jetzt mal ein Rezept für *Gelöschten Wein* aus dem Fundus der Hildegard von Bingen. *"Eine ganz besonders frohmachende, den Zorn und die Traurigkeit beseitigende Wirkung hat der gelöschte Wein, den man warm und schluckweise trinken soll (...) Er enthält kaum Alkohol (Restalkoholgehalt ca. 3%). Man nimmt ein Glas weißen oder roten Wein und erhitzt ihn zum Sieden, bis Bläschen erscheinen. Dabei verlässt der Alkohol den Wein, denn er siedet bereits bei 80°C. Wenn man die Bläschen sieht, gießt man sofort einen Schuss kaltes Wasser in den erhitzten Wein, nimmt den Wein vom Feuer und trinkt ihn warm und schluckweise. Wenn sich die ganze Familie geärgert hat, bringt der gelöschte Wein sogleich wieder den Frieden ins Haus."*was zu beweisen wäre.... ☺

(Strehlow, W.: Die Ernährungstherapie der Hildegard von Bingen, Weltbild 2007, S. 114 f)

6) Berichte & Veranstaltungen

Dezember 2021: Das Netzwerk Kräuter hat in Zusammenarbeit mit der Universität Hohenheim am 3. Dezember 2021 die Online-Fachtagung "Arzneipflanzenanbau in Zeiten des Klimawandels" veranstaltet. Ein Bericht über die Tagung findet sich auf der Website des [Netzwerk Kräuter](#).

Juni 2022: Exkursion des Netzwerk Kräuter zum Heilpflanzengarten Terra Medica der DHU in Staffort bei Bruchsal. Der Exkursionsbericht 2022 findet sich ebenfalls auf der Website des [Netzwerk Kräuter](#).

Save the date – Sommer 2023: Am Abend des 23. Juni trifft sich die Fachgruppe 'Heil-, Gewürz- und Kosmetikpflanzen' am Bodensee - der Ort wird noch bekannt gegeben. Am 24. und 25. Juni 2023 finden dann Exkursionen zum Heilpflanzengarten [Andreashof](#) - wo die Lichtyam kultiviert wird - und zur [Insel Mainau](#) statt. Nähere Informationen dazu finden sich demnächst auf der Homepage des [Netzwerk Kräuter](#).

7) Regelmäßige Online-Treffen der Fachgruppe

Gerne würden wir eine intensivere Online-Zusammenarbeit auf den Weg bringen. Aber wir haben festgestellt, dass dieses von uns allein nicht leistbar ist! Wer diesbezüglich Ideen und Ressourcen hat, ist herzlich willkommen: Bitte meldet Euch!!

8) Und zu guter Letzt eine Bitte in eigener Sache

Wenn alles gut läuft, wird dieser Newsletter einer der letzten sein, die Bettina, Michael und Ola gemeinsam auf den Weg bringen. Bettina und Michael würden gern nach dem Goetheanum-Jubiläum im kommenden Jahr den Staffelstab an jüngere Leute mit neuen Ideen weitergeben. Das soll natürlich nicht ohne eine gewisse Art von Einarbeitung oder 'Hintergrund-Begleitung' geschehen, wenn dies erwünscht wäre. Bitte lasst von Euch hören! Wir freuen uns auf Euch und sind für unverbindliche Gespräche natürlich jederzeit offen!

Und nun wünschen wir der ganzen Gemeinschaft der biologisch-dynamischen Kräuterfreunde ein gutes und kräftigendes Kräuterjahr 2023!

Seid ganz herzlich begrüßt von

Bettina Billmann, Michael Straub und Ola Aukrust