

A close-up portrait of an elderly man with a long, white beard and hair, smiling slightly. He is surrounded by autumn foliage, including green and red leaves and small blue berries. The background is dark, making the man and the leaves stand out.

**WOLF  
DIETER  
STORL**

**EINSICHTEN  
UND  
WEITBLICKE**

Das Wolf-Dieter Storl Lesebuch

atVERLAG

**WOLF  
DIETER  
STORL**

**EINSICHTEN  
UND  
WEITBLICKE**

Das Wolf-Dieter-Storl-Lesebuch

**at**VERLAG

# INHALTSVERZEICHNIS

- 7 **EINFÜHRUNG:** Wie goldene Fische ...
  
- 12 **BIOGRAFISCHES**
- 14 Lebensernte
- 17 Wie die grünen Kräuter uns den Weg in die Gesellschaft ebneten
- 21 Zauberfetisch: Schafgarbenkraut in einer Hirschblase
- 31 Angreifende Harpyien
  
- 36 **PFLANZLICHES**
- 38 Seidenpflanze und Schmetterlinge
- 43 Invasive Aliens – Die Sache mit den Neophyten
- 48 Industriewüsten: Paradiese für Neophyten
- 50 Pflanzenschätze Indiens
- 60 Pilze sind keine Pflanzen
- 62 Die stillen Meister des Lebens
- 66 Psychedelische Tomaten und andere Schatten der Nacht
- 86 Ackerschachtelhalm
- 90 Schafgarbe
- 91 Der Löwenzahn bei Hildegard von Bingen
- 92 Flachs
- 93 Sempervivum: Die Dachwurz
  
- 97 **TIERISCHES**
- 98 Von Pferden und Menschen
- 101 Treue Hunde
- 104 Regenzauber und die Kraft der Frösche
- 109 Wölfe und Karpfen in Sachsen
- 112 Riding Bronco
  
- 113 **REISESCHUHE**
- 114 Wyoming: Bighorn Mountains
- 117 Südafrika: Muthi-Medizin
- 124 Mexiko: Verschleimte Totenzähne
- 130 Sommersonnwende am östlichen Ufer der Ostsee
- 138 Pilgerreise zum Kailash
- 148 Schamanentreffen und Filmreise am Ganges
- 154 Manitus Grüne Krieger
- 160 Indian Summer, Rostgürtel und Alchimistenküche
- 164 Pflanzenfreunde und die letzten Wampanoag
- 169 Der chinesische Phönix
- 173 Mongolische Grassteppe und sibirische Taiga
- 179 Wo die kleinen Drachen wohnen
  
- 183 **HEILKUNDLICHES**
- 185 Meister Lugh und die ätherischen Öle
- 189 Pyrrolizidine und Borrelien
- 204 Brücke zwischen globaler und lokaler Medizin
- 208 Forever Young
- 213 Wort und Wurz
- 218 Kräutertees: Die Apotheke Gottes
- 219 Zwei Heilpflanzen, die unsere Aufmerksamkeit verdienen
  
- 221 **JAHRESZEITLICHES**
- 222 Ohne Spannung, ohne Strom: Ein Geschenk des Himmels
- 227 Die vier Speichen des Jahresrads
- 228 Gibt es den Weihnachtsmann?
- 231 Zauber der Wintersonnenwende
- 235 Lichtmessinspirationen
- 237 Winter, ade
- 238 Ungeduldige Gartenzwerge
- 239 Ostaras Segen
- 241 Nimm dir Zeit
- 242 Ein ungewöhnliches Sonnwendfest
- 244 Herbst
  
- 247 **KUNTERBUNTES**
- 248 Märchen: Nahrung der Seele
- 249 Auch die Stadt ist ein Naturlebensraum
- 250 Der Blutmond
- 253 Seniorenentsorgung und Gen-Farmen
- 255 An der Havel
- 258 Warum Rituale?
- 260 Die Erde ist keine Maschine
- 269 Ein wundersames Molekül
- 278 Revitalisierungsbewegungen
  
- 298 **ANHANG**
- 298 Nachwort: Pourquoi faire?
- 300 Stichwortverzeichnis

# EINFÜHRUNG

*Wer den Himmel im Wasser sieht,  
sieht die Fische auf den Bäumen.*

*Chinesisches Sprichwort*



## WIE GOLDENE FISCH ZIEHEN DIE GEDANKEN IM STROM DES BEWUSSTSEINS

Beim Gärtnern, egal ob beim Pflanzen, Säen, Hacken oder Jäten, kommt man leicht in einen meditativen Zustand. Besonders wenn es sich um einen großen Garten handelt, wie den biologisch-dynamischen Garten von Aigues Vertes an der Rhone südlich von Genf, wo ich einst fünf Jahre verbrachte. Auf zwei Hektar versorgten wir eine Gemeinschaft von rund hundertfünfzig Leuten das ganze Jahr über mit Gemüse und Obst aller Art.

Wenn man stundenlang mit der Pendelhacke die wachstumsfreudigen Begleitkräuter zwischen den Reihen hackt, dann geschehen manchmal merkwürdige Dinge mit dem Bewusstsein. Es ist dann, als ob man wie ein Angler am Ufer eines Flusses sitzt und die Gedanken wie Fische vor dem geistigen Auge vorbeischwimmen sieht. Normalerweise sind die Menschen unmittelbar mit ihren Gedanken verstrickt, sodass sie glauben, dass sie ihnen gehören oder dass sie sie selber hervorbringen. Beim Nachsinnen aber wird man gewahr, dass die Gedanken zu einem kommen; es ist, wie man einst sagte, »es dünkt mich«. So betrachtet man die Gedankengebilde, wie sie spontan auftauchen, vorbeischwimmen und dann wieder verschwinden. Das rhythmische Hacken gleicht dem beständigen Schlagen einer Schamanentrommel; jeder Schlag trägt die Seele einen Schritt weiter über das alltägliche Bewusstsein hinaus. Die Rosetten der Wildkräuter, die man heraushackt, gleichen in ihrer geometrischen Form oft einem Mandala und wirken zentrierend auf den Geist. Auch der Duft, der dabei der Erde entströmt, wirkt auf die Seelenverfassung des Gärtners ein.

Die Gedanken – tiefschürfende und oberflächliche, bunte und blasse, freundliche und unfreundliche, erschreckende und beruhigende – flitzen wie Fischlein vorbei. Meistens lässt man sie ziehen und engagiert sich nicht. Manchmal aber sind es goldene Gedanken; diese zieht man aus dem Strom heraus, hält sie fest und betrachtet oder bewundert sie, ehe man sie wieder freilässt. Einige aber landen sozusagen in der »Bratpfanne« und werden Teil eines Artikels oder eines Buches.

In diesem Buch wollen wir einige der »Fische«, die ich im Laufe der Zeit aus dem Fluss des Bewusstseinsstroms geangelt habe, näher anschauen. Auf Papier festgehalten und fixiert, will ich diese Eindrücke und Eingebungen hier zum Besten geben. Einige der kleinen Geschich-

ten, Reisebeschreibungen und jahreszeitlichen Eindrücke sind in meinem Internet-Newsletter oder anderswo erschienen. Es sind sozusagen geräucherte, filetierte, gebratene, eingesäuerte, getrocknete oder gepökelte Gedankenfische, ein *Smörgåsbord* für die hungrigen Seelen unserer Zeitgenossen.

### Eine wissenschaftliche Basis

Was ich da eben geschrieben habe, mag esoterisch klingen. Auch wenn ich mich gerne auf Streifzüge am Rande Midgards begeben oder anders gesagt, an die Grenzen der alltäglichen Wirklichkeit, käme es mir nie in den Sinn, die naturwissenschaftliche Erkenntnismethode zu verwerfen. Es gibt keine bessere Art und Weise, die Gesetze der materiellen Natur zu erkunden, als durch genaue Beobachtung und das Ziehen logischer Schlussfolgerungen. Das Ergebnis dieser Methode darf jedoch niemals endgültiges Dogma sein, sondern sollte immer wieder überprüft und eventuell widerlegt werden können – ein Vorgang, den der Philosoph Karl Popper als die Möglichkeit der *Falsifikation* (Widerlegung) bezeichnete. Auch sollte eine wissenschaftliche Erkenntnis nicht auf Konsens (Übereinstimmung) beruhen. Denn, wie es im tschechischen Sprichwort heißt: »Hundert Dummköpfe sind nicht klüger als einer.« In der echten Wissenschaft kann – wie es Einstein formulierte – eine neue Erkenntnis den Konsensus der Dogmatiker zunichtemachen.

Mir persönlich ist die wissenschaftliche Methode nicht fremd. Primatologie, hominide Evolution, Anatomie, physikalische Anthropologie, auch einige Semester Organische Chemie und Geologie gehörten mit zu meinem Grund- und Aufbaustudium. Als Universitätsdozent für physikalische und kulturelle Anthropologie war ich immer der empirischen Methode verpflichtet, lernte jedoch durch sogenannte »teilnehmende Beobachtung« (*participant observation*) bei meinen Feldforschungen unter nicht-westlichen, indigenen Völkern, dass es auch andere Wege der Erkenntnis gibt, die nicht zu verachten sind und die wahre Einsichten vermitteln: Es gibt eben – wie es Shakespeare in *Hamlet* so treffend sagt – »mehr Ding' im Himmel und auf Erden, als eure Schulweisheit sich träumt«.

Das Problem, das den Esoterikern häufig ein Bein stellt, ist, dass sie die genaue Empirie und schlüssige Logik überspringen und unmittelbar ins Metaphysische gelangen wollen. Sie gleichen somit Bäumen ohne Wurzeln. Ihre Metaphysik besteht dann vor allem aus Fantasien,

Wunschdenken, Übertragungen (Projektionen) und ist oft vom Ego getrieben, das sich mit Schlaueit und Raffinesse zu behaupten versucht. Auch auf diesen Fall trifft ein weiteres Zitat aus Shakespeares *Hamlet* zu: »Im Schwachen wirkt die Einbildung am stärksten.«

### **Bilder, die die Welt uns schenkt**

Nicht allein die Natur – die Vegetation, die Tierwelt, der jahreszeitliche Rhythmus der Wiesen und Wälder –, wie sie sich den Sinnen offenbart, interessiert mich. Ebenso interessant ist es zu sehen, wie die verschiedenen menschlichen Kulturen in ihrer natürlichen Umwelt eingebettet sind, wie sie ihre Welt sehen und erleben.

Dazu gehören auch die Aspekte, die über unsere fünf Sinne hinausgehen und die wir lediglich mit unserem »inneren Auge«, im »Spiegel der Seele«, wahrnehmen. Es sind, wie die Kelten sagten, Erscheinungen der sogenannten Zwischenwelt. Sie tun sich an der Schnittstelle zwischen unserer Seele und den nicht-materiellen inneren Dimensionen der Natur kund. Als wahre Imaginationen werden sie von Dichtern, Sehern und Schamanen, aber auch von einfachen Menschen wie Hirten, Handwerkern oder Bauern am ehesten wahrgenommen und in die vorhandenen Gestaltungsmuster der tradierten Kultur eingepasst. Überall, in jeder Kultur, zeigen Pflanzengeister, lichtverbundene *Devas*, Naturgeister, Elfen, Zwerge und Götter ihr Gesicht. Sie tun das jeweils auf andere Art und Weise.

Die Moderne hat Schwierigkeiten, das zu verstehen. Psychologen und Philosophen fragen sich, worauf sich Imaginationen beziehen. Sind das nur, wie etwa Yuval Harari behauptet, Produkte der menschlichen Fantasie, die es in Wirklichkeit nicht gibt? Sind es »kulturelle Konstruktionen«, die erfunden, weitererzählt und geglaubt werden, um die Menschen zu unterhalten oder gar, um sie gefügig zu machen? Sind es mentale Projektionen auf eine an sich seelenlose Welt, eine, die durch Zufall entstanden ist und die vor allem aus Materie und Energie besteht?

Oder haben wir es mit echten Wahrnehmungen zu tun? Wahrnehmungen von Wesenheiten, die sich nicht auf wissenschaftliche analytische Daten reduzieren lassen, aber dennoch Teil des Seins sind, und die die Natur und unsere Welt beseelen, beeinflussen und tragen? Wesenheiten, die sich gelegentlich in der Tiefenmeditation, im Traum, in der Vision oder in der Ekstase offenbaren und die wir unserem Verstand

zugänglich machen, indem wir ihnen eine kulturspezifische Gestalt geben?

Das sind fundamentale Fragen. Sie sind schicksalsträchtig und führen uns hinein in den Bereich der Religionen, Mythen und Weltbilder. Im gegenwärtigen, postfaktischen Zeitalter, in dem überlieferte Weltbilder zusammenbrechen und vieles durcheinandergewirbelt wird und die Menschen ihre Bodenhaftung und ihren Naturbezug verlieren, ist es wichtig, sich damit auseinanderzusetzen. Wir leben in einer Zeit, in der »alternative Fakten« miteinander konkurrieren und in der sich Grenzen auflösen: Erbgutlinien werden durch genetische Manipulation überwunden, Körperorgane werden hemmungslos transplantiert<sup>1</sup>, Genderrollen relativiert, und traditionelle Kulturen werden von einer globalisierten Wirtschaft, einer Unterhaltungsindustrie und auch durch Massenmigration aufgelöst.

Was mir bei meinen kulturanthropologischen Forschungen die Naturvölker – die Indianer, Inder, mongolische Hirten und die himalayischen Bergvölker wie auch traditionelle Bauern im Alpenraum – erzählt haben, hat mir manche Tür geöffnet. Die Beschäftigung mit unseren Ahnen, den alteuropäischen Waldvölkern, den Bauern und mit den Pflanzen selbst hat mir Dinge gezeigt, die man nicht einfach nach-googeln kann. Diese und andere Themen werden in diesem Buch angesprochen – mit vielen Geschichten, persönlichen Erfahrungen und einer Fülle an Hintergrundinformationen. Es sind kleine silberne, goldene oder regenbogenfarbige Gedankenfischlein, die wir aus dem nimmer endenden Bewusstseinsstrom herausfischen wollen.

<sup>1</sup> Siehe Stori, W.-D.: *Das Herz und seine heilenden Pflanzen*, Aarau und München: AT Verlag, 2009, Neuauflage 2020

dass der Riesenknöterich aus Ostasien bei Venenbeschwerden helfen kann, dass er schwermetallverseuchte Böden zu sanieren hilft, dass Bio-Gärtner mit Auszügen aus den Wurzeln ein Mittel gegen Mehltau, Blattpilz und Feuerbrand zur Hand haben? Dass die Blätter des Essigbaums (Hirschkolben-Sumach) bei den Indianern als Tabak mit in die Friedenspfeife kamen, dass man aus den blauen Beeren der Mahonie einen Wein bereiten kann und so weiter und so fort. Auf meiner Entdeckungsreise habe ich die Neophyten lieben gelernt:

*Auch sie sind Kinder:  
Kinder des Himmels wie wir  
und Kinder derselben Mutter Erde,  
die uns trägt.*

## INDUSTRIEWÜSTEN: PARADIESE FÜR NEOPHYTEN

Im Ruhrgebiet hat sich wie auch in den englischen Midlands, in Lothringen, in Nord-Pas-de-Calais und anderen alten Industrieregionen die Natur, besonders die Pflanzenwelt, auf ungewöhnliche Weise entwickelt. Noch im 18. Jahrhundert war das Ruhrgebiet eine eher ländliche Region. Städte wie Dortmund und Duisburg hatten jeweils nicht mehr als fünftausend Einwohner. Die industrielle Revolution änderte das schlagartig. Der Kohlebergbau und die Stahlindustrie benötigten Hunderttausende Arbeitskräfte. Der Erdboden wurde aufgewühlt, rußige Rauchwolken verdüsterten den Himmel, die Flüsse und Bäche wurden zu chemisch verseuchten Abwasserkanälen, eine ungeordnete Verstädterung überwucherte die Landschaft. Die Bewohner des Ruhrgebiets und der heruntergekommenen Industriestädte sind nicht gerade bekannt für ihre Naturnähe. Wie sollte sich unter diesen Umständen unter den Menschen auch eine innige Verbindung zur natürlichen Mitwelt, zu den einheimischen Tieren und Pflanzen, entwickeln?

Die Zeiten ändern sich. In all diesen ehemaligen Industrieregionen ist die Schwerindustrie inzwischen zum Erliegen gekommen. Überall werden Teile der Landschaft renaturiert; die kanalisierten, einbetonierten Flüsse enthalten zwar noch erhebliche toxische Rückstände, aber sie sind keine offenen Kloaken mehr, und der Himmel ist wieder blau. Besonders interessant entwickelt sich die Vegetation an den verwaisten Industriestandorten. Nirgendwo findet man so viele neu

zugewanderte Pflanzen aus allen Teilen der Welt. Auf den geschundenen Böden wachsen nun Robinien, Eschen-Ahorn, Essigbaum, Seidiger Hartriegel und andere Bäume aus Nordamerika; hinzu kommen der Götterbaum, die Kartoffelrose und der Sommerflieder aus Ostasien. Die offenen Flächen werden von weiteren grünen Zuwanderern wie dem Indischen Springkraut, der kanadischen Goldrute, dem südafrikanischen Jakobskraut, mit Melden und Gänsefußarten aus Zentralasien, Fuchsschwanz und Nachtkerze aus Nordamerika bedeckt. Pionierpflanzen sind das, Pflanzen, die geschundene Böden heilen. Fast alle diese Pflanzen mit »Migrationshintergrund« sind zugleich auch Heilpflanzen für uns Menschen – nur wissen das die wenigsten.

Vor einigen Jahren wurde ich im Herbst von der Heilpflanzen-schule Phytaro nach Dortmund eingeladen, ein Seminar durchzuführen. Da konnte ich zum ersten Mal diese einmalige Ökologie erleben. Wo einst Krupps Schloten rauchten, zwischen Fabrikruinen, Rost und Schlacke, war eine neue aufregende Naturwildnis erstanden. Im Halbschatten unter den exotischen Bäumen entdeckte ich reife rote Erdbeeren. Wie konnte das sein, es war doch September. Aber was konnte es anderes sein als Erdbeeren? Doch dann stutzte ich: Sie blühten noch, und die Blüten waren gelb! Ich kostete eine der vermeintlichen »Erdbeeren«. Kein Erdbeeraroma stieg in die Nase, und sie schmeckten wässrig und fad. Erst später erfuhr ich, dass ich die Indische Scheinerdbeere (*Duchesnea indica*) gefunden hatte, eine Verwandte des Fünffingerkrauts, das eigentlich aus China kommt.

Neben den Neophyten gibt es im Ruhrgebiet selbstverständlich auch noch die herkömmlichen mitteleuropäischen Kräuter, Sträucher und Bäume. Die Pflanzenvielfalt ist in dieser Region überhaupt unerwartet groß, denn ein urbanes Ökotoptop ist wärmer und vielgestaltiger als das eher eintönige grüne Agrarland oder ein Fichtenforst. Da gibt es wirklich viel Nützliches und Aufregendes zu entdecken. Eigentlich wäre es höchste Zeit, dass sich die einheimischen Schimanskis und Co. mit diesen Aspekten ihrer Lebenswelt beschäftigen. Das wäre eine lohnenswerte Aufgabe für die Lehrer in den Schulen.

Es ist also wichtig, mit dem Pferdewesen im Hier und Jetzt zu sein. In der heutigen Zeit sind es vor allem Mädchen, die das gut können. Oft jedoch werden die kühnen Reiterinnen durch die Schule und die vielen Hausaufgaben dem Natürlichen entfremdet. Indem sie lernen, die Welt objektiv zu betrachten, rückt ihnen das Seelenhafte in immer weitere Ferne. Auf einmal sind sie nicht mehr im instinktiven Einklang mit dem Pferdewesen. Je mehr das Pferd von einem ängstlichen Reiter als Gegenstand gesehen wird, umso mehr schwindet das beiderseitige natürliche Vertrauen, und mechanische Dressur tritt an seine Stelle.

Es ist nicht nur wichtig, die eigene Seele mit der des Pferdes in Einklang zu bringen, es ist auch wichtig, die biologischen und ökologischen Eigenschaften dieser Tiere zu verstehen. Zum einen sind Pferde Bewegungstiere, Steppentiere, die in ihrem ursprünglichen Lebensraum bis zu sechzig Kilometer pro Tag laufen. Auf diese Weise blieben auch ihre Hufe gesund. Ihre natürliche Umgebung ist eher trocken und karg, und da ihnen in den Steppen vor allem mageres Gras, dürres Gestrüpp und Stängel zur Verfügung standen, blieben sie schlank und fit. Sie brauchen Raufutter. Unsere mitteleuropäischen Weiden sind meistens zu fett, sie fressen zu viel eiweißhaltiges Gras und laufen Gefahr, schmerzhaftige Hufrehe (Laminitis) zu bekommen.

Pferde sprechen als Säugetiere, wie auch wir es sind, gut auf Heilkräuter an. Bis auf einige Ausnahmen wie den Ackerschachtelhalm, der ihnen nicht gut bekommt, können wir für sie dieselben Kräuter verwenden, die auch uns helfen. Zum Beispiel können Pferde ebenso wie Hunde und Menschen, wenn sie von der Spirochätenerkrankung Borreliose befallen sind, mit der Kardenwurzel behandelt werden. Besitzer eines großen bayrischen Pferdehofes berichteten mir von guten Heilerfolgen, indem sie die Tiere mit diesen Wurzeln fütterten. Die bekannte Tierärztin Alexandra Nadig konnte Ähnliches erfahren. Auf weitere phytotherapeutische Möglichkeiten zur Behandlung kranker Pferde soll hier nicht eingegangen werden. Es gibt jedenfalls noch immer Bauern, Zigeuner und andere, die mit Rossen zu tun haben, die auf eine lange Tradition der Anwendung von Heilpflanzen für Pferde zurückblicken können. Es wäre gut, sie zu befragen, ehe ihr Wissen verloren geht.

## TREUE HUNDE

Wie kein anderes Tier haben Hunde ihr Schicksal mit den Menschen verbunden. Sie sind unsere besten Freunde. Ich kann mir ein Leben ohne Hunde gar nicht vorstellen. In Indien erfuhr ich, dass man Hunde nicht wecken soll, auch wenn sie mitten auf der Straße schlafen und den Verkehr behindern, denn sie träumen von den Göttern. Durch ihr starkes Träumen bringen sie uns die Götter und deren Segen näher. Die Cheyenne-Indianer, mit denen ich viel Zeit verbrachte, glauben Ähnliches. Sie sagen, die Hunde träumen von Fleisch. Und da sie starke Träumer sind, werden ihre Träume wahr, und »dann haben auch wir Indianer genügend Fleisch zu essen«.

Folgendes habe ich auch erfahren können: Oft nehmen Hunde die Krankheiten oder das Leid des Menschen auf, den sie lieben. Sie ziehen Flüche oder Leid von ihm ab, auch wenn sie selbst daran sterben müssen. Wie die Wölfe sind sie bereit, sich für ihre Meute zu opfern.

Der weise Paracelsus sagte einmal, man könne nur das verstehen, was man liebt. Das betrifft auch die lieben Sanftschнауzen, die Schwanzwedler, Kläffer und Köter. Man muss sie lieben, um sie zu verstehen. Die Liebe zwischen Hund und Mensch ist uralte. Sie beruht weniger auf erzwungener Domestizierung, wie es bei anderen Tieren der Fall war, als auf gegenseitigem Interesse. Genetische und archäologische Untersuchungen zeigen, dass schon vor über hunderttausend Jahren, also noch vor der letzten Eiszeit, Wölfe und Menschen in enger Beziehung zueinander standen. Empirisch gesehen, waren es vielleicht die Jagdabfälle und abgenagten Knochen, die die steinzeitlichen Jäger fortwarfen, die diese Tiere anlockten und schließlich zu Begleitern machten; oder es waren niedliche verwaiste Wolfswelpen, die in der Menschengemeinschaft aufgezogen wurden. Auf diese Weise wurde die Menschengruppe von den Wölfchen als ihre eigene Meute angenommen.

Der alte Mediziner Tallbull erzählte mir, dass in Urzeiten die Menschen und alle Tiere in Eintracht lebten. Wenn die Menschen Hunger hatten oder es ihnen im Winter kalt wurde, erlaubten die Tiere ihnen, Fleisch und Fell zu nehmen, damit sie nicht verhungern oder erfrieren müssten. Sie sollten sich aber durch magische Wiederbelebensrituale und -tänze bei ihnen bedanken. Bei solchen Ritualen, wie sie auch die alten Europäer kannten, werden die Knochen der Tiere gesammelt, sorgfältig in der richtigen Reihenfolge zusammengelegt

Ethnomediziner bestätigen, dass die Menschen seit der Altsteinzeit, egal in welcher Kultur oder Zeitepoche, wirksame Therapien zur Gesunderhaltung und Heilung kannten, darunter schamanische Praktiken – also Techniken zur Hervorrufung erweiterter Bewusstseinszustände –, Überhitzungstherapien (Schwitzhütten), Akupressur, Diät und so weiter. Vor allem aber kamen Pflanzen zum Einsatz. Jede Ethnie hatte ihre Kräuterkundigen. Das waren vor allem die Mütter und Großmütter, die ihre Erfahrungen weitergaben. Seit Inquisition und Aufklärung ist vieles von dem tradierten Wissen verloren gegangen. Es wurde im Zeitalter der »heroischen Medizin«<sup>42</sup> dämonisiert oder bestenfalls als Aberglaube, als »Altweiberkram« der Verachtung preisgegeben und dem Fortschritt geopfert.

Zurzeit sind in Europa rund neunzigtausend Medikamente, Produkte der Pharmaindustrie mit unaussprechlichen Fantasienamen, auf dem Markt. Welcher Mediziner hat da noch den Durchblick? Wer hat die Zeit, die vielen Tausend, vor allem in englischer Sprache veröffentlichten neusten Forschungsergebnisse zu lesen?

Amerikaner geben vierzehn Prozent ihres Bruttosozialprodukts jährlich für ihre Gesundheit aus; die Europäer hinken nicht weit hinterher. Da sollten wir alle vor lauter Gesundheit strotzen. Dem ist aber leider nicht so. Trotz bester medizinischer Versorgung sterben in Deutschland jährlich 342 000 an Herz-Kreislauf-Versagen, 220 000 an Krebs; 800 000 sind von Arthritis betroffen; jeder Dritte leidet an Allergien und anderen Autoimmunkrankheiten, die vor hundert Jahren praktisch unbekannt waren. Das Antibiotikazeitalter neigt sich seinem Ende zu: Nicht beherrschbare Krankenhausinfektionen durch multiresistente Keime (MRSA) sind in den USA die vierthäufigste Todesursache. Oft haben Pharmazeutika Nebenwirkungen, die erst später erkannt werden. Unvorhersehbare Wechselwirkungen und persistierende Metaboliten belasten nicht nur den Mikrokosmos des Körpers, sondern auch die

42 Als »Heroische Medizin« wird die offizielle wissenschaftliche Schulmedizin des 17. bis frühen 19. Jahrhunderts bezeichnet, die den volksmedizinischen Aberglauben und die Kräuterheilkunde der Frauen ablehnte, da diese angeblich wenig bewirkten. An ihrer Stelle verwendete die Schulmedizin »heroische Mittel« wie mineralische Gifte, insbesondere Quecksilberpräparate, sowie Purgativa, blasenziehendes Cantharidin, Aderlass und andere drastische Methoden, die beim Patienten »heroische« Reaktionen hervorriefen – etwa Geifern, Schwitzen, Zittern und so weiter. Siehe auch: Storl, W.-D.: *Ur-Medizin*, Aarau und München: AT Verlag, 2015, S. 222, sowie *Borreliose natürlich heilen*, Baden und München: AT Verlag, 2015, S. 226.

Natur. Zwischen fünfzig und neunzig Prozent der synthetischen Medikamente werden nicht verstoffwechselt, sondern belasten Gewässer, Böden und Aufbereitungsanlagen. (Nur ein Beispiel: Die Anwendung des schmerzstillenden, entzündungshemmenden Diclofenac führte in kürzester Zeit zum Aussterben der Geier in Südostasien.)

Haben wir uns vielleicht in einem reduktionistischen medizinischen Paradigma verrannt? Ist vielleicht der Körper mehr als ein hochkomplexer Mechanismus, die Seele mehr als ein Bündel psychischer Reaktionen, und erschöpft sich vielleicht der Geist nicht in neuronalen Netzwerken und Synapsen? Vielleicht wussten die alten Kräuterkundigen mehr, als wir heute glauben.

Inzwischen wissen wir, dass Heilkräuter, auch die ganz gemeinen »Unkräuter«, die im Garten und unter der Hecke wachsen, Meister der molekularen Synthese sind. Seit sie, vor fünfhundert Millionen Jahren an Land gingen, haben sie sich erfolgreich mit Bakterien, Viren und Pilzen auseinandergesetzt. Die moderne Forschung hat inzwischen erkannt, dass Pflanzen in uns nicht nur Keime in Schach halten, sondern auch physiologische und psychologische Wirkungen in Gang setzen können.

Heilpflanzen sind ökologische Medizin, ihre Produktion benötigt keine teuren Fabriken; sie belasten die Umwelt nicht und besitzen weniger Nebenwirkungen.

## MEISTER LUGH UND DIE ÄTHERISCHEN ÖLE

Heutzutage verstehen wir ätherische Öle als komplexe molekulare Gemische leicht flüchtiger, lipophiler Sekundärstoffe (Terpene, Sesquiterpene, Phenole usw.), die vor allem von höheren Pflanzen produziert werden, insbesondere den Doldengewächsen, Lippenblütlern, Korbblütlern, Myrtengewächsen, Lorbeergewächsen, Gräsern, Rautengewächsen, Koniferen und Ingwergewächsen. In ihrer Wirkung hemmen sie Pilze und Bakterien, dienen der Kommunikation mit anderen Mitgliedern des Biotops, und als Blütendüfte locken sie Bestäubungsinsekten an. Der Fokus dieser Sichtweise ist die mikrobiologische Stofflichkeit.

Wie bei jedem Phänomen gibt es alternative Sichtweisen bezüglich dieser aromatischen Substanzen. Einige davon wollen wir hier aufzeigen.

Die Havel ist ein wunderbarer Fluss. Er erinnert an einigen Stellen an den Mississippi. Tatsächlich wurde hier vor nicht allzu langer Zeit ein »Tom Sawyer und Huckleberry Finn«-Film gedreht. Ein guter Ort, um Inspirationen zu empfangen.

## WARUM RITUALE?

Im Namen der wissenschaftlichen Rationalität verwarfen die Philosophen der Aufklärung die religiösen Mythen und den Aberglauben. Sie wollten das Denken von Irrationalitäten und Zauberhandlungen befreien. Ihr Bemühen hatte teilweise Erfolg: Sie hinterließen eine seelisch erkaltete, entmythologisierte Welt, in welcher die Natur zum Gegenstand – also etwas, was uns entgegensteht – degradiert wurde, zum Objekt, das es zu vermessen und zu analysieren galt. Die Götter, Elfen, Zwerge und Naturgeister, die ein Ausdruck der Beseeltheit der Natur sind, mussten verschwinden. Mit dem Feuer und dem Wasser, den Bäumen und Bergen konnte man nicht mehr reden, so wie es Kinder und Naturvölker tun. Der (westliche) Mensch wurde einsam und verlor seine Heimat. Man wählte sich den »primitiven« Naturvölkern, die noch an so etwas glaubten, überlegen.

Allmählich aber merken wir, dass uns etwas fehlt, dass wir spirituell blind geworden sind. Dieser Zustand ist gefährlich; auch gefährlich, weil wir dadurch leicht Scharlatanen, machthungrigen sogenannten »spirituellen Meistern« und sektiererischen Kultfunktionären auf den Leim gehen können, die einem alles Mögliche vormachen. Am besten wendet man sich wieder der Natur zu. Pflanzen und Tiere sind noch mit dem geistigen Urgrund verbunden. Schamanen und Medizinleute der Indianer und Sibirier, die indischen Sadhus und die Weisen der Naturvölker sagen uns, dass Erde und Himmel und alles, was dazwischen ist, beseelt, durchgeistigt und ansprechbar ist, dass man mit Tieren, Pflanzen und sogar den Steinen Zwiesprache halten kann.

Wie macht man das? Erstens durch Innehalten, indem wir aus dem schnell fahrenden Zug der Zeit und aus der Enge des Alltags mal aussteigen. Indem wir schauen und lauschen, was unsere Umwelt für uns bereithält. Aber wie kann man das tun? Die noch mit der Natur und ihrem Wesen verbundenen Menschen sagen uns, dass Naturrituale uns dabei helfen können.

Was aber versteht man unter einem Naturritual? Es ist nicht ein schöngestiger Glaube, sondern es handelt sich um effektive Techniken, die die Menschen seit der alten Steinzeit kennen und anwenden. Dazu gehören:

1. Wiederholender **Gesang** (Mantras, *chanting*); er vermag die rastlose mentale Denkkaktivität vorübergehend zur Ruhe zu bringen.
2. **Räuchern** mit natürlichen Pflanzensubstanzen. Beifuß, Wacholder und Mariengras gehören zu den ältesten Räuchermitteln der nördlichen Halbkugel. Der Rauch bestimmter aromatischer Kräuter wirkt auf das limbische System, in dem die Urinstinkte verankert sind.
3. Das Entzünden von **Feuer** und das Gießen von **Wasser** hat etwas Archetypisches an sich. Aus Feuer und Wasser, den beiden entgegengesetzten Urelementen – das Heiße und das Kühle, das Männliche und das Weibliche –, ist nach alter euroasiatischer Überlieferung die Schöpfung entstanden.
4. Ein geeigneter Ort in freier Natur: ein Fels, eine Quelle oder ein alter **Baum**. Der Baum wird während des Rituals zum Weltenbaum, zum Mittelpfeiler des Universums; seine Wurzeln reichen in die Tiefen bis zum Reich der Frau Holle, und sein Gipfel berührt den Himmel. Er stellt die senkrechte (magische) Dimension des Seins dar.
5. Das **Umwandeln** (Zirkumambulation) des Baumes oder des sakralen Orts muss immer sonnenläufig, also im Uhrzeigersinn, geschehen
6. Ein **Stein** – Indianer nennen ihn »Großvater Stein« – am Fuße des Baumes ist ein Fokus des Handelns. Wasser kann feierlich über den Stein gegossen werden (ähnlich wie beim *Shiva Lingam*) und blutrotes **Ockerpulver** (Eisenoxidrot) kann darauf gestreut werden. Ocker, rote oder rotgelbe Erdfarbe, wurde schon seit den Neandertalern in sakralen Handlungen verwendet.
7. Das Ritual hat seine eigene Zeit. Oft sind es die Geister selbst, die einem sagen, die ein Zeichen geben, wenn es Zeit ist, das Ritual zu beenden: Ein Milan schwebt vorüber, ein Rabe krächzt, ein Hund bellt plötzlich, oder in der Wildnis heult in der Nähe ein Wolf.

## NACHWORT

### POURQUOI FAIRE?

Man fragt mich gelegentlich, warum ich überhaupt Bücher schreibe, warum ich mich mit Pflanzen beschäftige, warum ich gärtner oder der Heilkunde der Naturvölker und unserer steinzeitlichen Vorfahren nachgehe? Nun, die Antwort ist einfach: Weil es mich interessiert! »Interesse« bedeutet ja wortwörtlich »mitten drin« (lat. *inter*) im »Wesentlichen« sein (lat. *esse*). Alles andere wäre Langeweile, Qual, Stumpfsinn. Unser wahres Interesse ist die Weisung der göttlichen Stimme in uns, die Stimme des *Dharma*, der geistigen Führung, die uns durch das Leben lotst. Dem persönlichen *Dharma* folgen, heißt, dem zu folgen, was interessant ist – das ist übrigens etwas anderes als einer ablenkenden und irreführenden Faszination auf den Leim zu gehen.

Jeder Mensch hat sein individuelles *Dharma*, seine aus altem Karma – aus ehemaligen Taten, Worten, Gedanken, Wünschen, Versprechen – hervorgehenden Verpflichtungen, seien sie nun aus diesem Leben oder, wahrscheinlicher, aus früheren Existenzen. Daraus ergibt sich die Lebensaufgabe des Individuums. Auf den Weg in die Verkörperung schenken uns Götter die dafür notwendigen Begabungen – heute würde man eher von »genetischen Veranlagungen« und sozialer Prägung sprechen. Jeder sollte dem eigenen *Dharma* folgen. Wenn er das tut, gedeihen die Dinge, dann bringt auch harte Arbeit Segen.

Also folge ich meinen Interessen und merke, dass damit mein Leben Sinn hat und Freude macht. Und so bin ich im Reinen mit mir und dem Sein, verdiene meinen Lebensunterhalt, bekomme als Zugabe aus unserem Selbstversorgergarten frisches, gutes Gemüse zu essen, erfahre vieles über die Heilkräfte der Natur und darf es in meinen Schriften mit anderen teilen.

Das Schreiben selbst ist wie eine Meditation für mich, es lässt meinen Geist reisen, und ich freue mich, wenn ich dabei gelegentlich auch andere mitnehmen und begeistern kann.

## WOLF-DIETER STORL

Mag. Dr. phil., Kulturanthropologe und Ethnobotaniker. Lehrte als Dozent an verschiedenen Universitäten. Ehrenmitglied der Ethnomedizinischen Gesellschaft AGEM und Dozent bei ETHNOMED, Institut für Ethnomedizin, München. Studienreisen, ethnografische und ethnobotanische Feldforschung. Er hat zahlreiche Bücher publiziert, von denen viele zu erfolgreichen Longsellern wurden. Er lebt auf einem Einödhof im Allgäu.

[www.storl.de](http://www.storl.de)