Ars Herbaria

Karin Mecozzi: Ars Herbaria. Heilpflanzen im Jahreslauf. Verlag am Goetheanum, Dornach 2014, ISBN: 978-3-7235-1521-1, 352 Seiten, 46,00 EUR

Ars Herbaria – «Heilkräuterkunst» – schon im Titel klingt an, dass Karin Mecozzi kein einfaches Kompendium zum Bestimmen von Heilkräutern vorlegt, sondern den Umgang mit Pflanzen als Bereicherung in der Gestaltung eines guten Lebens anregen will. Den lesenden «KünstlerInnen» wird in diesem Buch vermittelt, wie sie sich in der tätigen Begegnung mit Pflanzen in eine gesundende Beziehung zu Natur und Jahreslauf begeben können.

Die Forschungsergebnisse, die die Pharmazie durch wirkstofforientierte und experimentelle pharmako-dynamische Untersuchungen über pflanzliche Substanzen gewonnen hat, müssen – so die Autorin – wieder zu einem lebendigen Ganzen zusammengeführt werden, um eine moderne Naturheilkunde zu entwickeln. Dazu trägt die Arbeit des Herboristen bei, in Italien ein staatlich anerkannter Beruf, der ein Universitätsstudium voraussetzt. Herboristen haben fundierte theoretische und praktische Kenntnisse über Standorte, Herkunft, Anbau und Anwendung von Heilpflanzen. Sie pflegen die Zusammenarbeit mit Pharmazeuten und Ärzten in Fragen der therapeutischen Wirksamkeit und Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten. Aus all diesen Bereichen Wissen zu vermitteln und über Praxis und gezielte Wahrnehmungsübungen eigene Beobachtungen anzuregen ist Anliegen des Buches. Dazu gehören auch die Welt der Mythen und Bräuche, welche die Zusammenhänge zwischen Mensch, Pflanze und Jahreslauf festlich gewürdigt haben, und die traditionelle Heilkräuterkunde.

Das Buch ist reich und einladend illustriert. Die Pflanzen sind in eindringlichen Landschaftsaufnahmen, in ästhetischen Makros und in Darstellungen ihrer Zubereitungen repräsentiert. Auch in ihren Beschreibungen wird die Autorin dem Anspruch einer ganzheitlichen Betrachtung gerecht, insofern ungewöhnlich viele Perspektiven zur Sprache kommen: Die morphologisch goetheanistische Sicht, der Bezug zum Jahreslauf, geo- und ethnobotanische Aspekte, wie auch die substanzorientierte pharmazeutische Blickrichtung.

Eine medizinisch-therapeutische Ratio wird über die Beziehung zwischen Mensch und Pflanze einführend behandelt. Die Autorin zitiert Jochen Bockemühls prinzipielle Aussage über die Art, wie Pflanzen im Menschen heilende Wirkungen entfalten:

> *«Heilen durch eine bestimmte Substanz ist im Grunde ein Spezialfall der Ernährung. Durch eine spezielle Herausforderung soll ein*

in Unregelmässigkeit geratener menschlicher Organismus auf die Spur gebracht werden, sich selbst zu helfen. »

Die Heilkräfte der Natur in Form von pflanzlichen Substanzen sprechen – so die Autorin – die im menschlichen Organismus gegenwärtigen Gesundungs- und Lebenskräfte an.

Es wird das anthroposophische, in drei übergreifende Funktionssysteme gegliederte Menschenbild dargestellt und im Anschluss daran mit sorgfältigen Beschreibungen ein nach den Bereichen Wurzel, Stängel/Blatt und Blüte/Früchte/Samen geordnetes Modell der Pflanze entworfen. Der Bezug zwischen beiden bleibt allerdings in der sehr allgemeinen Form, wie sie im obigen Zitat angedeutet ist. In ihren Beispielen zur therapeutischen Beziehung greift die Autorin auf das traditionelle Heilwissen über die jeweiligen Pflanzen zurück und setzt sie in Bezug zu den Modellen. Die Autorin ist sich aber bewusst, dass die Relation zwischen Erfahrungswerten und hypothetischen Modellen noch keine therapeutische Ratio begründet; sie bringt dies in der Aufforderung zum Ausdruck, die Entwicklung der Substanzen müsse während des Pflanzenwachstums unter spezifischen Umgebungsbedingungen eingehender erforscht werden.

Karin Mecozzi geht es darum, Heilpflanzen nicht nur in bestimmten Fällen einzusetzen, sondern sie in ihren Zusammenhängen zu erleben. Die in den einleitenden Kapiteln versprochene Vielseitigkeit der Betrachtung löst sie auch im Hauptteil ihres Buches ein:

Es werden Jahreszeiten zunächst atmosphärisch und phänomenologisch geschildert, eigene Erfahrungen durch Übungen angeregt, Bilder von Landschaften entworfen, und in diese Zusammenhänge eingebettet erst finden sich Porträts einzelner Pflanzen. In vielen praktischen Anweisungen bis hin zu Rezepten wird das Anliegen deutlich, den LeserInnen einen Erlebnisbereich zu erschliessen, in dem sie durch ihr eigenes Tun in die gesundenden Kräfte der Natur eintauchen können.

Die Anregungen reichen von Sammeltipps über Kochrezepte, Verarbeitung und Herstellung von Kräuterölen, Tinkturen, Badezusätzen, Salben und Wickeln bis hin zur Gestaltung von Jahreslauffesten und meditativen Betrachtungen. Bezeichnend ist auch, dass nicht nur die Wirkungen von Heilpflanzen auf den menschlichen Organismus besprochen werden, sondern auch diejenigen von Aroma- und Duftpflanzen, von Gewürzen und von Wildkräutern.

Immer wieder wird auf die Probleme hingewiesen, die durch den grossflächigen Eingriff des Menschen in die Natur entstanden sind – etwa, dass Wild- und Heilkräuter nur auf biologisch bewirtschafteten Flächen oder in weitgehend unberührter Natur gesammelt werden sollten.

«Ars Herbaria» ist mit seiner ansprechenden Aufmachung und dem breit gefächerten Inhalt her

ein sehr gelungenes Buch für Menschen, die sich über den Umgang mit Pflanzen wieder enger an die Natur anbinden wollen. Es gibt die nötigen Informationen, um dem jahreszeitlichen Atmungsrhythmus der Erde im eigenen Alltag ein stärkeres Gewicht zu geben. Weniger geeignet ist das Buch als Nachschlagewerk für SpezialistInnen, die neben einem durchgehend systematischen Aufbau auch im nachgestellten Register die botanischen Namen der Pflanzen vermissen werden.

Die Stärke des Buches liegt in der Verbindung von praktischen Informationen, tiefgehendem Wissen über Pflanzen, spirituellen Aspekten und der Aufforderung, sich durch Beobachtung und Übung auf einen Entwicklungsweg zu begeben, der die LeserInnen selbst zu Kräuterkünstlern werden lässt.

Ruth Richter