

# Wie Kräuter heilen können

Naturparkführerin Susanne Merten lädt zur Wanderung in Heyerode und vermittelt dabei viel Wissen



Zahlreiche Kräuterfreunde machten sich am alten Bahnhof mit Naturparkführerin Susanne Merten (rechts) auf zur Wanderung. FOTO: HEIDI ZENGERLING

Von Heidi Zengerling

**Heyerode.** Die Lust, sich mit sommerlichen Kräuterschätzen zu beschäftigen führte zahlreiche Wiederholungstäter und auch neue Gesichter am Sonntag am alten Bahnhof Heyerode zusammen. Nationalparkführerin Susanne Merten begeisterte bei der Wanderung einmal mehr mit ihrem umfangreichen Wissen rund um Kräuterheilkunde.

Während der von Eschen gesäumten Strecke am ehemaligen Bahndamm entlang berichtete sie spannend und aufschlussreich über die Zusammenhänge von Schöpfung, deren Urkraft und menschlichem Wohlbefinden. Sie ließ verlauten, dass Niederschläge das beste

seien, was der Natur passieren könne. Den Giersch, der viele Gartenbesitzer zur Verzweiflung treibt, aber als wirksames Gicht- und Rheumamittel die Harnsäure aus dem Körper treibt, thematisierte Merten ebenso wie den „Frauendreißiger“, der am 15. August mit „Mariä Himmelfahrt“ beginnt und den sommerlichen Kräutern geweiht ist.

Die magische Zahl Sieben spiele hierbei eine Rolle und die Königskerze gelte als botschaftssendende Pflanze, als Himmelsweiserin. Die Gäste erfuhren auch, dass sommerliche Kräuter ihre wahre Kraft in der Glut der Sonne entfalten, dass der Feldsalat ein Baldriangewächs ist und abends genossen beruhigt

auf uns wirkt. Auch der Gute-Laune-Pflanze Oregano, dem wilden Majoran, wurde gedacht, der Wohlgemut genannt, seine stimmungsaufhellende Wirkung offenbart.

Nicht nur Tipps zur sommerlichen Fauna nahmen die Anwesenden mit nach Hause, sondern auch geistige Eindrücke, welche die Nationalparkführerin in Form eines Gedichts von Eva Strittmatter sowie des japanischen Märchens vom dankbaren Baum eindrucksvoll darbot. Der Weg führte vorbei an Inselsberg-, Wartburg- und Helldrasteinblick und am wilden Lauch, dem Vorläufer des Knoblauchs sowie der Wegwarte, aus der der Chicorée entstand.