



Achtsam. Auf Zehenspitzen sucht Angelika Ambrusch (rechts) in den oberen Zweigen des Hagebuttenstrauchs nach frischen Knospen. Silvia Beck inspiziert die Äste weiter unten.

KLEINE GROSSE WUNDER

Es sind winzige Kostbarkeiten, zarte Knospen, die an den Sträuchern der Parndorfer Heide im Burgenland sprießen. Angelika Ambrusch und Silvia Beck sammeln diese Perlen und zaubern ihre Kraft in abwehrstärkende Heilmittel.

TEXT: Carolin Giermindl FOTOS: ASA12/Philipp Schönauer

Wattweiße, samtige Kätzchen lugen schon neugierig aus ihrem Winterquartier an den Salweiden. Frische Vogelmiere grünt und kräuselt sich üppig entlang des Wegrands. In Neudorf, diesem kleinen Ort nah an Ungarn und der Slowakei, kann man die Ungeduld der Pflanzen fast spüren. Es liegt eine leise Ahnung von Frühling in der Luft.

„Ja, bei uns erwacht die Natur früher als woanders“, sagt Angelika Ambrusch und lächelt. Die Frau mit den kurzen Haaren lebt mit Mann und Tochter nicht weit vom Gemeindeamt ihres Heimatortes.

Mit Silvia Beck, die im 25 Kilometer entfernten Gols wohnt, ist sie auch heute dem Frühling auf der Spur. Die beiden Frauen stehen vor einem ausladenden Wildrosenstrauch, einer Hundsrose, die gleich hinter dem Dorf wächst. „Heitscherl“ nennen wir die roten Hagebutten“, sagt Silvia Beck und zeigt auf eine der Vitamin-C-Bomben, die noch zahlreich an den dornigen Ästen hängen. Doch sie und Angelika sind heute an etwas ganz anderem interessiert: an den ersten frischen Knospen der Hundsrose. „Da steckt die geballte Urkraft drin, das sind nämlich wahre Energiebündel. Kein

anderer Teil der Pflanze birgt eine derart hohe Konzentration an heilenden Wirk- und Inhaltsstoffen. Deswegen braucht man nur ganz wenig“, sagt Angelika Ambrusch. Abwehrstärkend, immunisierend und entzündungshemmend wirken die Knospen der Hagebutte. Schon Hildegard von Bingen schwor auf deren heilsame Wirkung bei Erkältungen, Migräne oder Ohrenschmerzen.

Mit Daumen und Zeigefinger, ganz vorsichtig, hält Silvia jetzt einen langen, biegsamen Zweig des Strauchs, hebt und senkt ihn und sucht prüfend nach einer guten Stelle. „Man soll Knospen immer nur ➤

Unsere Kräuterfrauen

Ihr Leben,
ihre Weisheiten,
ihre Rezepte



Löffel für Löffel. Abwehrkraft aus der Naturapotheke: kleingeschnittene Holunderknospen, in Honig gerührt.



Perle für Perle. Behutsam löst Angelika eine rot geflammte Hagebuttenknospe. Jene in der selbst getöpferten rosa Schale stammen vom Holunder. Auch seine Triebe wirken wahre Wunder. Silvia (links) und Angelika vor einer Wildrosenhecke.

achtsam und mit viel Bedacht sammeln. Sonst schwächt man die Pflanze“, erklärt sie und löst dann eine etwa pfefferkorngroße, himbeerrötlich geflammte Knospe vom Ast. Als hätte sie eine kostbare Perle in Händen – langsam, die Augen dabei streng auf dieses Kügelchen gerichtet –, lässt sie es ganz behutsam in das Glas kullern. „In der Knospe steckt die gesamte genetische Information der Pflanze, da ist alles Leben drin“, sagt Angelika.

Jedes kleine Detail, von der Form und Feinheit kleiner Blattrillen bis hin zur Länge des Blütenstängels, alles ist unwiderrüflich

in diesen zarten, zerbrechlichen Trieben angelegt. „Das sind kleine große Wunder“, sagt Silvia und lächelt. „*Gemma*, das lateinische Wort für Knospe, bedeutet übersetzt Edelstein, Auge, Juwel“, erklärt Angelika, während sie zu einem Holunderstrauch in der Nähe weiterzieht. Auch dessen Knospen lassen sich in wundersame Medizin, speziell gegen Erkältungen, verwandeln. Gleich nach dem Spaziergang werden die Frauen die Perlen dieses Hollers in Honig rühren. Gibt es einen kürzeren Transportweg?

Vor fünf Jahren haben sich Silvia und Angelika kennengelernt, bei einem Kurs

über die Heilkraft ätherischer Pflanzenöle. „Es war, als ob wir beide uns schon ewig gekannt hätten“, sagt Silvia. „Ein fast magischer Moment“, schwärmt Angelika. Ihre Freundschaft verlief von Anfang an harmonisch. „Wir ergänzen uns. Alles ist unkompliziert. Jede kann so sein, wie sie ist“, sagt Silvia. Angelika ist die Pragmatische, die Strukturierte. Silvia ist weniger kopflastig, mehr an Dingen hinter den nüchternen Fakten interessiert.

Nur die Liebe zu Pflanzen war gleichermaßen seit früher Kindheit in beiden angelegt. Bloß: Interessiert hat das zunächst

Kein anderer Teil der Pflanze birgt eine so hohe Konzentration an heilenden Wirk- und Inhaltsstoffen.

keine von ihnen. „Für mich war’s die größte Strafe, wenn ich im Gemüsegarten meiner Mutter, einer passionierten Gärtnerin, Unkraut zupfen musste“, erzählt Angelika, die aus einer Gastwirtfamilie kommt. Silvias Eltern waren Weinbauern. Sie selbst hatte sich bewusst für einen Beruf in der Wirtschaft, ein Leben in der Stadt entschieden. Bis die Geburt ihrer Tochter dann alles durcheinanderwirbelte.

SPÄT ENTFACHTE LEIDENSCHAFT

Erst der Entzug, so erklärt es sich Angelika, die früher als Marketing-Expertin tätig war, habe ihre Leidenschaft für die Pflanzen freigelegt und entfacht. Seitdem lebt sie viel bewusster, hinterfragt die Dinge. „Wer sich mit Pflanzen beschäftigt, lernt, genau hinzuschauen. Die gesamte Wahrnehmung sensibilisiert sich“, sagt sie.

Eine kleine Schale zarter Holunderknospen steht jetzt vor den beiden auf dem Tisch. Neben dem Glas mit den Hagebuttenknospen liegen Pappelzweige, die der Wind gestern von den Bäumen geweht hat. Silvia und Angelika werden die Knospen von Pappel, Wildrose und Holler nun klein schneiden, um ihre Zellwände aufzubrechen und sie zu heilenden Essenzen zu verarbeiten.

Vier bis sechs Wochen verweilen die Kostbarkeiten danach im Glas. Spätestens dann hat auch der Frühling mit seiner ganzen Pracht in Neudorf Einzug gehalten.

Angelika Ambrusch und Silvia Beck sind Kräuterpädagoginnen. Nähere Informationen zu ihren Seminaren, aktuellen Terminen und Rezeptanleitungen unter: kraudarei.at



Hagebutten-Gemmomazerat

Zutaten

Hagebuttenknospen
1 Teil Glycerin
1 Teil siebzigprozentiger Alkohol
1 Teil destilliertes Wasser

(Für 100 ml würde man 1 TL Knospen und je 30 ml Glycerin, Alkohol und destilliertes Wasser nehmen.)

Anwendung

Dreimal täglich 1-3 Sprühstöße in den Mund sprühen und gut auf den Schleimhäuten verteilen, bevor man schluckt. Im Akutfall alle 20 bis 30 Minuten 1-2 Sprühstöße bzw. dreimal täglich 20-30 Tropfen in ein wenig Wasser auflösen und schluckweise trinken.

Wirkung

Schmerz- und krampflindernd. Stärkt das Immunsystem. Bei grippalen Infekten, Migräne oder entzündlichem Rheumatismus.

Holunderknospen-Honig

Zutaten

1 EL Holunderknospen
100 g Honig

Die Knospen bleiben im Honig und können mitgegessen werden.

Anwendung

Löffelweise, in lauwarmem Tee oder auf einem Stück Brot.

Wirkung

Stärkt das Immunsystem und die Abwehrkraft. Wirkt entzündungshemmend. Bei Bronchitis und Husten.