

Botanikbrief 2/ Januar 2019

Liebe Botanikfreunde,

Kalle hat keine Pickel ...



Das ist Kalle, unser Chef-Schaf. Kalle ist ein Kamerunschaf und frisst normalerweise fast alles. Sogar Walnüsse mit Schale! Ich denke immer, jeder Zahnarzt bekäme schlaflose Nächte, wenn er hörte, wie dieses „Pflanzenfressergebiss“ die harten Walnüsse knackt! Also B-Vitamine hat dieses Schaf genug. Nebenbei gesagt ist Kalle ein total verschmustes Schaf. Ich glaube, er ist in Wahrheit die Inkarnation eines Hundes, anders ist diese Anhänglichkeit nicht zu erklären. Lange Rede ... Kalle hat keine Pickel! Und braucht demnach auch kein Anti-Pickelkraut, keine Blutreinigung, keine Frühlingskur... nicht das, was wir so brauchen nach den Weihnachtssünden ER hat den ganzen Winter frisches Grünzeug gefressen, wahlweise den alten Tannenbaum und vom Komposthaufen sogar die Kiefernadeln! Selbstredend,

dass er auch keine Erkältung bekommt bei der Menge an ätherischen Ölen, die er zu sich nimmt. Außerdem frisst er im Herbst Walnussblätter!! Mit einer Menge an Gerbstoffen, die wahrscheinlich auch den letzten Parasiten in seinem Darm tötet ...

Nun, bei minus 7 Grad gibt es auch auf der Schafweide keine Kräuter mehr, bis auf ... am Zaun ein Riesefeld frisch-grünes knackiges Kletten-Labkraut. Ich wollte unserm Schaf etwas Gutes tun und kam mit 2 Händen voll davon auf die Wiese ... und? Nichts! Veschmäht, kein Bissen, kein Blättchen, nicht das geringste Interesse!

Für uns ist das Kletten-Labkraut DIE Reinigungsquelle! Neben Bärlauch und Vogelmiere und Löwenzahn und Co ... aber davon im nächsten Rundbrief. Also wir lernen daraus: Schafe leben so gesund mit all den frischen Wildkräutern, dass sie einfach nichts mehr für die Schönheit und die reine Haut brauchen ...

Forever faltenfrei und schön mit Kletten-Labkraut



Abb.

Kletten-Labkraut: Das ist wahre Schönheit!

Unschuldig, aber anhänglich

Mein Lieblingskraut dürfen Sie nicht mit der Klette verwechseln. Die ist viel größer und mit ihren bis zu 30 cm langen Blättern eher als Toilettenpapier zu gebrauchen als für den Salat. Ich rede hier vom Kletten-Labkraut, einem rankenden zarten Schätzchen, das sich mit Kletthaaren überall anschmiegt. Es sieht ähnlich aus wie Waldmeister, mit minikleinen weißen Blütchen. Um die Blüte zu entdecken, brauchen Sie Ihre Lesebrille. Oder fragen Sie Kinder, die haben besser Augen. Oder nehmen Sie eine professionelle Lupe mit, und bewundern Sie dann die vier winzigen Blütenblättchen in der Unschuldssfarbe weiß. Kein Wunder, dass beim Genuss dieses Schätzchens unser Inneres reinlichst sauber wird und die Pickel sich davonmachen!

Einfach praktisch ... und fürs Selbstbewusstsein ...

„Aber das klettet doch so!“ sagen meine Kursteilnehmer dann immer. Ich sage Ihnen den ultimativen Vorteil: Beim Gänseblümchen-Blätter pflücken müssen Sie jedes Blättchen einzeln pflücken und – wenn Sie mittags einen Salat für eine Person machen wollen – dafür einen ganzen Vormittag einplanen. Hier haben Sie mit einem Griff zehn Pflanzen komplett in der Hand. Und einen Sammelkorb brauchen Sie auch nicht. Kleben Sie sich das Zeug einfach an die Jacke. Und wenn einer komisch guckt? Betrachten Sie es als eine Übung zur Stärkung des Selbstbewusstseins. **Oder nehmen Sie es – statt Hund – als Kommunikations-Instrument, um mit dem nächsten Passanten ins Gespräch zu kommen. Vielleicht lernen Sie dabei noch Ihren Traumpartner kennen!**

Ein Kraut für alle Fälle

Es gibt noch einen weiteren Grund, warum ich dieses Kraut so liebe. Mit Hilfe dieses unscheinbaren Krautes sind Sie vor allen Krankheiten gefeit. Das weiß ich übrigens erst seit meiner Ausbildung zur Kräuterefachfrau. Die bekannte Dortmunder Heilpflanzenschule Phytaro schreibt in ihrem Skript über das Kraut: „Wurde seit jeher gegen Hautkrankheiten eingesetzt. Im frischen Kraut sind **krebsfeindliche Substanzen. Stärkt und stimuliert das Immunsystem. Es ist ein Heilmittel gegen langwierige Virusinfektionen, gegen extreme Mattigkeit nach schweren Krankheiten. Es ist ein Diuretikum und lässt sich auch gegen Prostataentzündung verwenden**“. Ein Diuretikum? Ist das etwas Gefährliches?! Nein! Es treibt den Harn und damit die Gifte raus. Ein Salatkraut,

das gleichzeitig die Universalapotheke ist? Und viel besser schmeckt als bittere Tinkturen? Genial!

Blendendes Aussehen ...

Falls Sie nicht genug Kletten-Labkraut im eigenen Garten oder im Stadtpark finden, fragen Sie doch die Nachbarn, ob bei Ihnen noch etwas in der Hecke klettert. Die werden es Ihnen gerne überlassen, denn nur die wenigsten Zeitgenossen wissen um die zauberhaften Eigenschaften unseres Schätzchens. **Ihre Nachbarn werden Sie aber spätestens nach ein paar Wochen fragen, warum Sie plötzlich so blendend aussehen.** Wenn Sie nun die Wahrheit sagen, ist es natürlich vorbei mit der Labkraut-Quelle des Nachbarn. Vielleicht entwickelt sich aus dem Gespräch aber auch eine lebenslange Freundschaft oder eine Verabredung zu einem Detox-Tag ...

Die Krautgurke

Und jetzt noch einen Gurkensaft ganz ohne Gurke! Mit einem städtischen Unkraut. Ohne holländische Spritzmittel, weite Transportwege und Plastikhülle. Nehmen Sie (Sie wissen schon, mit nur einem Griff) ein Knäuel frisches Kletten-Labkraut und füllen Sie es in eine Glaskanne. Sie dürfen die ruhig dicht vollstopfen, auch das Kraut vorher noch etwas quetschen. Dann gießen Sie mit Wasser auf, lassen das Ganze drei Stunden stehen und genießen das apfelgrün gefärbte Wasser wie Gurkensaft. Schmeckt erfrischend in heißen Stadtsommern, entschlackt und macht weniger Arbeit als die Gurkenscheiben auf den Augen. Der Unterschied? **Gurkenscheiben auf den Augen sind nicht so harntreibend ...**



Der „Gurkentrank“ (Foto Yasmin Kuhr)

Ernten Sie ganz ungeniert!

Nach diesen Lobeshymnen hoffe ich, dass das Kletten-Labkraut nicht irgendwann auf der Roten Liste der gefährdeten Arten stehen wird. Bauen Sie es also ruhig im Garten an oder als Guerilla-Gärtner auch auf allen städtischen Brachflächen. Das fällt mit Sicherheit keinem auf. Dann haben Sie immer eins vor Ort. Als Kaffee-Ersatz können Sie zum Beispiel die reifen Samen trocknen, rösten und mahlen. Unser Schatz ist, glauben Sie mir, tatsächlich mit dem Kaffee nahe verwandt!

Mehr solcher Geschichten in meinem Buch:



Die Engelbohne



Ist das ein Engel auf der Bohne? Die Geschichte von der Bohne geht so: Es war damals, im dreißigjährigen Krieg, da kam eine Schar feindlicher Soldaten, die eine Kirche plündern wollten. Der Priester wollte das wichtigste retten, was es bei ihnen gab, das war die goldene Monstranz. Diese vergrub er auf einem Feld. Viele Jahre später, als alle, die damit zu tun hatten, längst tot waren und die ganze Geschichte lang vergessen war, säte ein Bauer weiße Bohnen auf dem Feld. An einer Stelle zeigten die Bohnen ein besonderes Muster, einen Engel? Als der Bauer dort grub, fand er die goldene wertvolle Monstranz aus der Kirche in der Erde ... Seitdem heißt die Bohne Monstranzbohne (weil die Zeichnung auf ihr so aussieht) oder Engelbohne. Seitdem wir sie verehrt, aus ihr werden Rosenkränze gemacht. Eine Bohne im Portemonnaie soll Glück und Reichtum bringen

Wollt Ihr mehr über geheimnisvolle Bäume, Samen und botanische Kuriositäten hören? Incl. Smoothie und einer Bohne für jeden:

Kurioser Foto-Vortrags-Abend in meinem gemütlichen Wohnzimmer: Mythos Baum/Baumgesichter/ Kuriositäten

Mi, 20.3., **Baummythen, Baumheilkunde, Baumgesichter**, incl. Mythos-Baum-Quiz, Botanisches Kuriositätenkabinett zum anfassen, incl. Skript, Smoothie und einer Engelbohne für jeden

30 Euro, Anmeldung

uschi.stratmann@web.de, . *Treffpunkt:* Sprockhövel,

Schultenbrinkstr. 18, bitte in der Schulstr. Parken und von dort die 200 m zu Fuß kommen, da man in der Schultenbrinkstr. nicht parken kann



Cid aus Ice-Age ist an dem Abend auch dabei und sonst noch einige ...



Schwarze Salbe gegen Muttermale – Kräuterguru Yasmin Kuhr ist begeistert!!

Aus Spiritandhealthkongress 2015

„Amerikanische Indianer nutzten die Schwarze Salbe vor mehreren Jahrhunderten Überlieferungen zufolge zuerst. Auch Hildegard von Bingen (1098 – 1179 n. Chr.) setzte im Mittelalter Kräutersalben gegen Tumore ein. Im 17. Und 18. Jahrhundert therapierten Ärzte in England und Frankreich mit Schwarzer Salbe, doch das Wissen über die besondere Heilwirkung dieser Salbe ging später unter. Seit einigen Jahren aber ist sie wieder im Gespräch und das nicht zuletzt aufgrund des Buches „Schwarze Salbe – Heilung von Brust- und Hautkrebs im 21. Jahrhundert“ von Adrian Jones, der auch auf dem Spirit of Health-Kongress 2014 in Kassel als Referent zu Gast war.

Inhaltsstoffe der Schwarzen Salbe sind Blutwurz, Galgant, Graviola, Chaparral, Zinkchlorid, Glycerin, DMSO und destilliertes Wasser. Blutwurz ist eine Pflanze mit leuchtend gelben Blüten, deren Wurzelstock einen roten Farbstoff enthält. Im Sinne der Signaturenlehre wurde sie daher schon früher als Mittel gegen Blutungen eingesetzt. Graviola (Stachelannone) ist eine in tropischen Regionen beheimatete Pflanze aus der Familie der Annonengewächse, ein immergrüner Baum, deren Blätter an Lorbeer erinnern. Die Frucht dieses Baumes ist botanisch betrachtet eine große Beere. Galgant ist ein Ingwergewächs. Er gehört in der Hildegardmedizin zu den wichtigsten Heilpflanzen. **Chaparral galt bei nordamerikanischen Indianern und in der Volksmedizin Mexikos schon lange als Mittel zur Prävention vor bzw. Heilung von Krebsleiden** sowie als Naturmedikament gegen Bakterien, Parasiten und Viren. **Samen dieser Pflanze** sind übrigens auch in Deutschland erhältlich. Hier: <http://www.kraeuter-und-duftpflanzen.de/Heilkraeuter/Andere-Heilkraeuter/Chaparral-Saatgut>

Mehr über Chaparral hier:

Auf deutsch heißt Chaparral Kreosotbusch, vor der innerlichen Anwendung wird allerdings gewarnt wegen Leber- und Nierenschäden: Mehr hier:

<https://de.wikipedia.org/wiki/Kreosotbusch>

Tipp von mir:

Bitte die Salbe nicht verwechseln mit der, die es z.B. bei amazon viel preiswerter gibt: Die ist zum Splitter rausziehen auf der Basis von Bitumen wie z.B. Ichtholan, die macht zwar evtl. Pickel weg, aber wohl keinen Krebs.

Hier ist der Erfahrungsbericht von meiner Freundin und Kräuterguru Yasmin Kuhr,

Huhu, du Liebe!

Ich bin unglaublich begeistert von der schwarzen Salbe! Es ist einfach Zauberei.

Bei Recherchen im Internet bin ich vor einigen Jahren auf die Schwarze Salbe gestoßen, dabei natürlich auch auf ein paar Schauergeschichten... Auf Facebook bin ich der Gruppe „Schwarze Salbe“ beigetreten. Dort haben viele von ihren Erfolgen mit der Salbe erzählt und diese bildlich dokumentiert.

Irgendwann habe ich den Mut gefasst, habe die Salbe aus dem Kühlschrank geholt und ein Probemuttermal im Gesicht ausgewählt. Das Muttermal hat mich seit Jahren gestört. Es sah hässlich aus. Ich wollte es endlich los werden... Mit einer Nagelfeile habe ich die Oberfläche des Muttermals leicht angeraut, die Salbe auf das Muttermal geschmiert und für 24 Stunden mit einem Pflaster abgeklebt. Die Salbe hat sofort reagiert und das Muttermal ausgetrocknet. Die Stelle hat ein paar Tage ganz schön gebrannt und gezwirbelt. Nach ein paar Tagen ist das Muttermal abgefallen und zurück blieb ein kleiner Krater. Dieser ist ganz schnell geheilt. Man sieht fast gar nichts mehr.

Bis heute habe ich bestimmt über 10 Muttermale mit der Salbe entfernt. Der Verlauf war immer gleich. Je nach Muttermalgröße hat der Ablösungsprozess zwischen 5 und 10 Tagen gedauert. Ich habe leider ab und zu mal an der Kruste herumgeknibbelt. Das sollte man auf jeden Fall lassen, dann ist die Muttermalentfernung sogar komplett narbenfrei.

Es ist wirklich Zauberei! Ich bin so dankbar, die Salbe gefunden zu haben. Das schafft kein Chirurg so exakt und narbenfrei zu arbeiten. Es wird wirklich nur das entartete Gewebe entfernt!!!

Angeblich soll die Salbe nur bei Hautkrebs funktionieren. Nein, sie funktioniert bei sämtlichen Muttermalen. Sie braucht dann nur einen kleinen Impuls (anrauen des Muttermals). Ich habe damit sogar schon Dornwarzen entfernt. Das ist aber deutlich schwieriger, weil sich die Salbe erstmal durch die Hornhaut arbeiten muss. Da muss die Salbe öfter aufgetragen werden und die Hornhaut vorher entfernt werden. Muttermale lassen sich viel einfacher damit entfernen.

Anbei 2 Fotodokumentationen (Stirn und Rücken)

LG Yasmin





Nur hier gibt es schwarze Salbe, die Muttermale
und Krebs beseitigen soll:

[http://www.terra-nature-store.de/30g-Indian-
Black-Salve-Balm-Schwarze-Salbe-Adrian-Jones](http://www.terra-nature-store.de/30g-Indian-Black-Salve-Balm-Schwarze-Salbe-Adrian-Jones)

Termine:

Kuriose Foto-Vortrags-Abende in meinem gemütlichen Wohnzimmer:

20., und 21.2., je 19-21.30 Uhr 2 Mythos Baum/ Natur macht gesund!

MI, 20.3., **Baummythen, Baumheilkunde, Baumgesichter**, incl.

Winterkräutersmoothie, Botanisches Kuriositätenkabinett zum anfassen

DO, 21.2., **Natur macht gesund** (Wald, Kräuter, Schönheit, Gartentherapie ...)

Pro Abend 30 Euro, Anmeldung uschi.stratmann@web.de, Alle Abende mit Vortrag, kurzen Filmchen, Tee, Keksen, Likör, Quiz mit Fotos, Riechen von Baum-ätherischen Ölen etc. *Treffpunkt:* Sprockhövel, Schultenbrinkstr. 18, Seiteneingang. Bitte in der Schulstr. parken und die 150 m zu Fuß zu mir kommen.

BILDUNGSURLAUB

BOCHUM, 18.3.-22.3.2019, je 9.30-16.30 Uhr, Bildungsurlaub Heilkräuter mit allen Sinnen, 5 Tage, (nur noch wenige Plätze frei!)

Wir kochen mehrgängig mit wilden Kräutern und setzen evtl. erste Tinkturen an. Mit Exkursionen und Salbe kochen!

Können wir unsere eigene Heilkräuter-Apotheke anlegen? Mit Wildkräutern und Pflanzen aus dem Kräuterbeet? In diesem kurzweiligen und sehr informativen Bildungsurlaub über die Grundlagen der Kräuterheilkunde lernen Sie, wie man Tinkturen herstellt und wie man Heiltees richtig sammelt, trocknet und zubereitet. Das ist etwas völlig anderes als der Kamillentee vom Discounter! Wir riechen, probieren, malen, trinken Kräutertee., kochen, malen und kochen ein bis Salben. Dazu gibt es Kräuterquiz, Kräutermärchen, kleine Filme und Skripten. Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum Gebühr in EUR: 280,00, Dauer: 40 Kursstunden, 5 Tage, Anmeldung: fbw-bochum.de oder 0234/67661

WILDKRÄUTERSALAT - SELBST GEPFLÜCKT

BOCHUM // MI 24.4.2018, 18-21 Uhr

Anti-Aging-Wildkräuter-Delikatessensalat - selbst gesammelt!

und dann festlich verspeist mit Kräuterbutterbroten und Likörchen in Haus Oveney! Die Kräuterfluten am Kemnader Stausee sind legendär und haben deshalb schon im Buch "Kräutertour de Ruhr" 4 Kapitel für sich bekommen! Und sie reichen für die ganze Stadt! Wir sammeln schmackhaftes Zeug, dazu gibt es Kräutergeschichten, Vitamintabellen und Blick auf Schwäne und Romantik. Jippie!!

Treffpunkt: Parkplatz Oveney (Sackgasse, Minigolfhütte), **45 Euro pro Person** incl. Salat Kräuterbutter, Kräuterlikör und Brot, Anmeldung über uschi.stratmann@web.de oder 02324/9690125

TINKTURENTAG

BOCHUM // 28.4., SO, / 10-16 Uhr **TINKTURENTAG: WIR MACHEN UNSERE HAUSAPOTHEKE SELBST**

Wir machen für jeden zum mitnehmen Ur-Tinkturen, als Mundspülung bei Zahnfleischproblemen oder Halsschmerzen, als Einreibung gegen Muskel- und Nervenschmerzen, zur Anregung von Leber, Galle und Entgiftung, zum "in die Schuhe stellen", zur Warzenbehandlung, gegen Ekzeme und vieles mehr. Wir gastieren in Haus Oveney, dort gibt es Theorie, dann 2 Exkursionen, und wenn wir zurück sind, setzen wir vor Ort Tinkturen an. Viele Kräuter bringe ich zudem aus meinem Garten mit. Dazu bitte folgendes mitbringen: 2 Flaschen Wodka, mindestens 10 kleine Schraubdeckelgläschen (Marmeladengläser, leere, ideal 50-100 ml), ein Messer, ein Brettchen, Sammeltütchen und Schreibzeug. Mittags können wir in Haus Oveney Mittagessen. (Eine Urtinktur kostet im Internet pro 20 ml im Moment ca. 27 Euro, Fa. Ceres ... Nur so zum Vergleich, hier könnt Ihr literweise ansetzen für die ganze Familie).

80 Euro pro Person incl. Skript. Treffpunkt: Parkplatz Oveney (Sackgasse, Minigolfhütte), Anmeldung über Kontakt oder uschi.stratmann@web.de

KRÄUTERTOUREN

Zu all **diesen** Touren kann man **einfach hinkommen, ohne Voranmeldung.**

Pro Person **20 Euro**, incl. dickem Skript, Kräuterlikörchen und Sammeltüten. Jeder Ort bietet andere Kräuter und andere Schönheiten. Im Frühling sammeln wir anders als im Sommer oder im Herbst. **Bitte kurz vorher noch mal hier schauen, ob sie wirklich stattfinden!!**

*** Diese Touren sind an der Ruhr**

24.3. SO, 10-12 Uhr **BOCHUM**, Oveneystr. Parkplatz, Minigolfhütte *

24.3., SO, 15-17 Uhr, **ESSEN**, Langenberger Str. 1, Bootshaus Ruhreck *

31.3., SO 10-12 Uhr, **WETTER-WENGERN**, Trienendorfer Str. 6, Hotel

31.3. SO, 15-17 Uhr **HATTINGEN**, Am Wallbaum 16 *

6.4., SA, 10-12 Uhr **WUPPERTAL**, Rudolfstr. 46, Nordbahntrasse

6.4., SA, 15-17 Uhr, **HERDECKE**, Mühlenstr. 11, vor Extrablatt *

7.4., SO, 10-12 Uhr **ESSEN-KETTWIG**, Am Mühlengraben 4 *

13.4. SA, 10-12 Uhr, **DORTMUND**, Wittbräucker Str. 980, Hotel Diekmanns

13.4.,SA, 15-17 Uhr **BOCHUM**, Gräfin-Imma-Str. 212, Dorfkirche *



Rescue-Tropfen aus Storchschnabel

Alle Termine für 2019 findet Ihr schon hier: Tinkurentage, Knospenmedizin, Salat essen, Bildungsurlaube, Kräutertouren in 20 Städten, meine Stände bei Manufactum und beim Saatgutfestival, bunte Kräuterabende in meinem Garten und Exotenkräuterseminare in 8 Städten:

<http://www.kraeutertour-de-ruhr.de/ALLE-KRAEUTERTERMINE/>

News immer hier: <https://www.facebook.com/kraeutergurus/>

Herzliche Grüße

Eure Kräutergurus

Ursula Stratmann und Yasmin Kuhr

www.kraeutertour-de-ruhr.de

www.kraeuterguru.de