

Die Geschichte der Kräuter-Anwendung Teil 1: die Wurzeln

Die Verwendung von Heilpflanzen für die menschliche Heilung ist im Grunde so alt wie die Menschheit selbst! Durch Beobachtung, Ausprobieren und schließlich Erfahrung verfügten die Menschen schon früh über tiefes Wissen um die Kräfte der Kräuter.

Man braucht sich nur einmal die Jahreszahlen vor Augen zu halten: Menschen überleben seit 200.000 Jahren (nach neuesten Funden vielleicht sogar seit 400.000 Jahren) als Homo Sapiens durch das, was die Natur ihnen als Heilmittel gab. Durch chemische Verfahren hergestellte "Pillen" etc., also die moderne pharmazeutisch-chemische Medizin, gibt es dagegen erst seit dem 19. Jahrhundert! Der homo sapiens überlebte also mindestens 199.800 Jahren ohne chemische Medikamente, die heute so überlebenswichtig scheinen – seine Vorläufer natürlich noch viel viel länger, über Millionen von Jahren hinweg. Es gibt sogar neue Thesen, die besagen, dass die Vorläufer des heutigen Menschen sich gar ausschließlich vegan ernährten, d. h. allein Dank der Inhaltsstoffe der Pflanzen überlebten und sich weiterentwickelten.

Kurz: Es gibt uns noch heute und für sämtliche Kulturkreise auf der ganzen Welt ist für Jahrtausende belegt und überliefert, dass Heilmittel aus Pflanzen entwickelt und eingesetzt wurden. Ein riesiger, unschätzbare Erfahrungsschatz, auf den wir zurückgreifen können! Wir konzentrieren uns hier nach einem kurzen Überblick über die überlieferte Anwendung von Heilkräutern in einigen wenigen Kulturen auf die für unseren Kulturkreis wichtigen Daten (auch im nächsten Studienbrief).

Dieser Studienbrief kann nur einen kurzen Überblick geben und keinesfalls die Heiltraditionen der verschiedenen Kulturen erschöpfend behandeln. Hier können Sie sich zunächst Basiswissen aneignen. Zu einem späteren Zeitpunkt wird es separate Module zu einzelnen Richtungen und Traditionen geben, wie Heilpflanzen im Ayurveda, bei Kelten und Ägyptern.

China



Foto: Manfred Schütze / pixelio.de

Um die exakte Rolle der Pflanzenheilkunde in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) zu verstehen, bedarf es eines ausführlicheren Ausflugs in die TCM, der hier den Rahmen sprengen würde. Daher nur ganz kurz: In der rund 2000 Jahre alten TCM sind Arzneimittel eine der Säulen der Lehre. Zur Vorbeugung, Harmonisierung und Heilung setzt man hier auf die Einnahme bestimmter Mittel und Lebensmittel nach bestimmten Gesetzen und Elemente-Lehren. Darunter sind auch pflanzliche Mittel und Heilpflanzenkunde, aber nicht nur - chinesische Naturheilmittel unterscheiden selten zwischen pflanzlicher und tierischer Herkunft.

Ein sehr altes Werk beschäftigt sich mit Ackerbau und Heilpflanzen, es soll zwar viel älter sein, aber nach aktuellem Forschungsstand wurde es um den Beginn unserer Zeitrechnung verfasst, maximal 200 Jahre vorher: Das **Shennong bencao jing**.

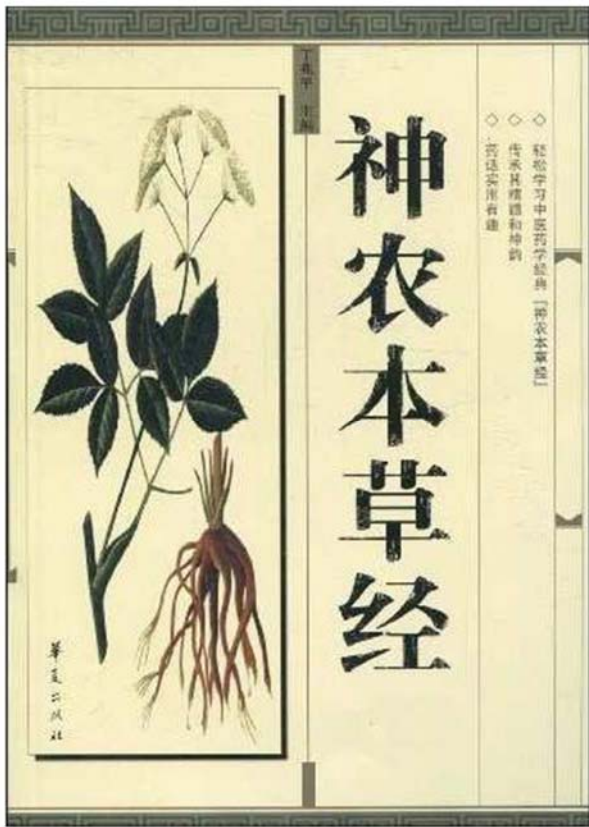


Bild: Pancrat / Creative Commons

Das **Shennong bencao jing** besteht aus drei Bänden:

- Band 1 handelt von 120 Arzneimitteln, welche kräftigend wirken sollen. Die verwendeten Pflanzen sind alle ungiftig. Hier finden sich Beschreibungen von Heilpflanzen wie beispielsweise Ginseng, dem Glänzenden Lackporling, Jujube, Orange, Zimtkassie, Ackerdistel und Süßholz.
- Band 2 beschreibt weitere 120 Heilmittel, die zum Teil giftig sind und für verschiedene Körperfunktionen verwendet werden, hier werden u. a. Ingwer, Pfingstrosen, Tigerlilie, Tüpfelfarn und Schlangengurke genannt.
- Band 3 erwähnt 125 Stoffe, ebenfalls meist giftig und mit speziellen Wirkungsweisen, in diesem Band werden die Mittel „irdisch“ genannt. Hier finden sich Rhabarber, Eisenhut und Pfirsichkerne.

Ein anderes frühes chinesisches Werk ist der Pen Tsao von Shen Nung, ca. 2900 Jahre vor unserer Zeitrechnung verfasst. Dieses Schriftstück fasst Kenntnisse aus der Heilkunde der bereits vorausgegangenen Jahrhunderte zusammen. 365 verschiedene Stoffe kommen hier vor.

Verbreitet waren in China schon sehr früh Rhabarber (Abführmittel), Rizinusöl, Kampfer, Hanf und anderes mehr. Auch Eisenhut kannte man. *Hier die in Asien weit verbreitete Ingwer-Wurzel:*



Foto: W.R.Wagner/pixelio.de

Süd- und Mittelamerika / Maya



Kocastrauch (Erythroxylum coca)

Bild: Sten Porse / Creative Commons

Aus Untersuchungen peruanischer Gräber mit einem Alter von rund 2500 Jahren wissen wir, dass Heilpflanzen auch in dieser Kultur genutzt wurden, so wurden beispielsweise Kocablätter-Beutel gefunden. In Mexiko wiederum fand man bei archäologischen Untersuchungen jahrtausendealte Überbleibsel von Peyote, Aesculus-Samen (Rosskastanie) und anderen Pflanzen.

Heute kennen wir aus Südamerika (bisher) mehr als 100.000 Pflanzen-Arten insgesamt, im Amazonasgebiet allein werden die Arten auf 60-80.000 geschätzt. In Mexiko sind bis heute rund 30.000 verschiedene Pflanzenarten wissenschaftlich erfaßt worden. Ein unfassbarer Schatz, welches sich eben schon die Völker Südamerikas bzw. Mittelamerikas vor 5000 Jahren bedienten.

Mit Heilpflanzen kannten sich offenbar nicht nur die Maya aus, deren Existenz und von vor 300 vor unserer Zeitrechnung bekannt ist, sondern auch andere spätere Kulturen in Mittelamerika, so auch die Azteken. Leider wurde das Wissen nicht schriftlich überliefert, es gibt nur sehr wenige Hinweise. In den letzten Jahren wurden die Mayaglyphen entziffert, vielleicht findet man so weitere Spuren.

Man weiß aber von der Verwendung folgender Heilpflanzen: Agave (*Agave americana*, *Agave* spp.) in Form eines Saftes aus den Blättern, Aloe (*Aloe barbadensis* syn. *Aloe vera*), Avocado-Blätter, Guajakholz, die Kermesbeere, Papaya, Passionsblume (*Passiflora incarnata*), Perubalsam (*Myroxylon balsamum* var. *pereira*), Pfeilwurz (*Maranta arundinacea*), Tomate, Vanille.

Ägypten

Glücklicherweise wurde die Verwendung der Heilpflanzen in Ägypten in Stein gemeißelt. Interessanterweise kennen wir in dieser Weise von 1500 v. Christus die Verewigung von Heilpflanzen im Tempel von Karnak, die man aus Syrien mitgebracht hatte.

Die meisten schriftlichen Aufzeichnungen sind aber auf Papyrusrollen erhalten. Unter den so beschriebenen Heilpflanzen finden sich beispielsweise Olivenöl, Alraune, Stechapfel, Styrax, Hanf, Opium, Weihrauch, Myrrhe, Aloe, Wacholder, Leinsamen, Rizinusöl, Fenchel, Kassie, Sennesblätter, Thymian und Henna.



Papyri (Schriftstücke mit Hieroglyphen) aus der Zeit von vor rund 4000 Jahren enthalten bereits einen großen Schatz an Rezepten für Heilmittel. Diese sind nicht immer rein pflanzlich, jedoch spielen bei den alten Ägyptern Heilpflanzen eine große Rolle bei der Zubereitung von Heilmitteln für alle möglichen Arten von Krankheiten. Ein berühmtes Beispiel – und das älteste seiner Art – für eine solche Rezeptsammlung ist das **Ebers Papyrus (Papyros Ebers) aus dem 16. Jh.** vor unserer Zeitrechnung. Der Name geht auf seinen Entdecker in den 1870er Jahren zurück. In Hieroglyphen gibt die Schrift mehr als 700 Heilmittel an. Es finden sich verschiedenste Rezepturen für eine Vielzahl von Anwendungsgebieten, dabei auch für komplizierte Anwendungen und komplexe Leiden.

In Ägypten war die Heilkunde untrennbar mit Magie und Religion verbunden, diese bildeten eine Einheit. Für die Entstehung der modernen Medizin spielte Ägypten eine herausragende Rolle und beeinflusste die Medizin der Antike, insb. die Griechenlands, maßgeblich.

Asthmamittel zum Inhalieren aus dem Ebers Papyrus / Eb 325 (54,18 - 55, 2):

Ein anderes (Heilmittel): Rauschrot 1, Rötel/Hämatit 1, nicht näher bestimmte Pflanze 1, zerreiben zu einer einheitlichen Masse. Dann sollst Du holen 7 Steine und Du sollst sie erhitzen in der Flamme. Dann sollst Du einen davon holen und Du sollst geben (etwas) von diesem Heilmittel auf ihn. Dann sollst Du ihn bedecken durch einen neuen Topf, indem durchbohrt ist sein Boden. Dann sollst Du geben ein Rohr vom Schilf in dieses Loch und Du sollst geben Deinen Mund an dieses Rohr, auf daß Du schlucken mögest den entstehenden Rauch. Das gleiche mit jedem Stein.