Sommerexkursion NETZWERK-KRÄUTER BW e.V. und HORTUS OFFICINARUM zur Wala in Bad Boll

Text und Bilder Michael Straub

Nach der Mitgliederversammlung von Hortus officinarum machten sich die Mitglieder der beiden Vereine auf den Weg zum Sonnenhof. Dort empfing uns der Betriebsleiter Bernhard Klett und erläuterte als erstes Geschichte und Struktur des Betriebes.



Sonnenhof: Wo heilende Kräuter wachsen

Der Sonnenhof ist ein vielseitiger DEMETER-Betrieb mit Grün- und Ackerland, auf dem Futter für die Milchkühe, Getreide für die hofeigene Bäckerei und Gemüse wachsen. Die Betriebsfläche umfasst 180 Hektar landwirtschaftlich genutzte Fläche, davon 80 ha Ackerland und 100 ha Grünland. Auf den Weiden grast eine Herde Fleckvieh, alle Tiere werden auf dem Sonnenhof geboren, wachsen dort auf und werden hier geschlachtet. Auch ihr Futter stammt von den eigenen Wiesen und Äckern. Auf dem dazu gehörenden Iltishof leben Hühner und ein Teil der Rinder.



Fast alle auf dem Hof erzeugten und weiterverarbeiteten Lebensmittel werden über den Hofladen direkt vermarktet. Darunter Gemüse, verschiedene Käse- und Milchprodukte aus der eigenen Käserei, Backwaren der Hof-Bäckerei sowie Fleisch und Wurstwaren aus eigener Schlachtung. Der Hofladen bietet ein vielfältiges Angebot aus hofeigenen Produkten, frischem Obst und Gemüse, mit einem breiten Naturkostsortiment sowie einer Auswahl an Naturkosmetik.

Vor über 30 Jahren wurde der Betrieb auf ökologischen Landbau nach Demeter-Richtlinien umgestellt. Auch Kulturen wie Körnermais, Sojabohnen und saisonales Feldgemüse sind im Anbau. Wie bei der biodynamischen Wirtschaftsweise üblich, spielen geschlossene Kreisläufe und der Boden eine zentrale Rolle. „Ein gesunder Boden ernährt gesunde Pflanzen, diese ernähren wiederum gesunde Tiere und Menschen“, sagt Betriebsleiter Bernhard Klett. „So halten wir diesen Organismus mit unserer Art von Landwirtschaft am Laufen.“

Einer der Produktionsschwerpunkte ist der Anbau von Heilkräutern für die Firma WALA, deren Tochterunternehmen der Sonnenhof ist. Die WALA Heilmittel GmbH produziert anthroposophische Arzneimittel und Dr. Hauschka Kosmetik. Die kurzen Wege von der Ernte der Heilpflanze bis zur Weiterverarbeitung ermöglichen eine ganz besonders hochwertige Qualität

Nach der Einführung in den Hoforganismus startete Bernhard Klett, mit der ganzen Gruppe eine Traktorfahrt, mit zwei Anhängern, von denen aus man die Kulturen in Augenschein nehmen konnte.



Bei mehreren Stopps zeigte er die jeweiligen Heilpflanzen, die natürlich für die Gruppe von besonderem Interesse waren. Es waren u.a. die folgenden Heilpflanzenarten zu sehen: Verschiedene Rosenarten, Lavendel (*L. angustifolia*), Sonnenhut (*Echinacea pallida*), Ringelblume (*Calendula officinalis*), Spitzwegerich (*Plantago lanceolata*), Wermut (*Artemisia absinthium*), Zaubernuß (*Hamamelis virginiana*), Hafer (*Avena sativa*) und vieles mehr. Nach der Rundfahrt bestand noch die Möglichkeit, im Hofladen einzukaufen, was auch rege wahrgenommen wurde.

Im Anschluß konnten wir verschiedene Produkte in der Kantine der Firma WALA genießen, um dann gestärkt in den firmeneigenen WALA-Garten zu gehen.

Der WALA-Garten

Direkt hinter dem Firmensitz in Eckwälden befindet sich der WALA-Heilpflanzengarten, eine Oase, in der 150 verschiedene Kulturen wachsen, welche für die Herstellung der WALA-Arzneimittel und der Dr. Hauschka-Kosmetik biologisch-dynamisch angebaut werden. Bernhard Ehrmann, der Leiter des WALA-Heilpflanzengartens, führte die Gruppe fachmännisch durch das kleine Paradies und konnte neben speziellem Hintergrundwissen über die Wirkung der jeweiligen Arten auch viele gärtnerische Tipps aus seiner langjährigen praktischen Erfahrung mitteilen.



In diesem Garten wird alles noch weitestgehend von Hand gemacht. Die Gärtner:innen gewinnen ihr eigenes Saatgut für die Jungpflanzenanzucht im Gewächshaus, düngen und beleben die Böden mit selbst hergestelltem Kompost; das regelmäßige Jäten der Beete sorgt u.a. dafür, dass die Heilpflanzen genug Licht, Luft und Nährstoffe erhalten. Die Pflege der Beete wird von Hand- oder mit der Pendelhacke durchgeführt, wodurch der Boden gelockert und die Beikräuter schonend entfernt werden. Disteln mit tiefen Pfahlwurzeln werden per Hand herausgezogen. Geerntet werden alle Pflanzenteile, Blüten, Knospen, Blätter und Wurzeln über die ganze Saison. Zur besseren Bestäubung der Blüten und für die Verarbeitung werden eigene Bienenvölker gehalten, zusätzlich wird noch ein Refugium für Wildbienen bereitgestellt. Das große Angebot verschiedener Lebensräume sorgt für ausreichend große Nützlingspopulationen, die während der gesamten Saison die Schädlinge in Schach halten können, ohne Hunger zu leiden.

Alle diese Arbeiten benötigen viel Sorgfalt und Zeit. Als Gäste konnten wir auch die Vielfalt an Bäumen, die Schatten spenden aber teilweise auch geerntet werden, genießen. Die vielen Stauden und Kräuter mit ihren intensiven Blütenfarben und -düften waren ein Fest für die Sinne. Ein Teich im Gartenbereich lud zum Verweilen und Beobachten von Libellen ein.

Im Sommer stehen einige der größten Ernten an, z.B. das Gänseblümchen (*Bellis perennis*), was für die Heilpflanzengärtner:innen ein beliebter Höhepunkt im Juni ist. Die Heilpflanze wird im Vorjahr



ausgesät, überwintert im Beet und zeigt sich im Frühjahr robust, mit behaarten Blättern. Geerntet wird bodennah mit dem Messer, meist in kleinen Büscheln. Der richtige Erntezeitpunkt ist entscheidend: Nur in voller Blüte entfaltet das Gänseblümchen (*Bellis perennis*) seine volle Wirkkraft. In der Volksmedizin ist die Heilpflanze unter anderem als Magen-, Galle- und Lebermittel bekannt. Es wirkt jedoch nicht nur bei Leberbeschwerden, sondern vor allem auch bei Hauterkrankungen.

Ein weiteres Erntebeispiel ist das Johanniskraut (*Hypericum perforatum*), eine wahre Sommerpflanze. Erkennen kann man das an den leuchtendgelben Blüten und am Erntezeitpunkt: Wenn die Sommersonnenwende gekommen ist, ist die Heilpflanze in ihrer vollen Blüte und ihr Wirkstoffgehalt ist am höchsten. In jedem Pflanzenteil steckt Sonne und Wärme, wenn man die goldgelben Blüten zwischen den Fingern zerreibt, verfärben sie sich glutrot, was die charakteristische Farbe des Inhaltsstoffes Hypericin ist. Wenn man die Blätter gegen das Licht hält, kann man Einschlüsse von ätherischen Ölen erkennen, die auch Licht- und Wärmeträger sind. Johanniskraut wird u.a. bei depressiver Verstimmung und nervöser Erschöpfung sowie bei Stimmungsschwankungen in den Wechseljahren eingesetzt.

Im Sommer werden auch die Mariendistel-Köpfe (*Silybum marianum*) und die grünen nicht verholzten Triebe vom Lebensbaum (*Thuja occidentalis*) geerntet.

Der Sonnenhut (*Echinacea pallida*) aus der Familie der Korbblütler wird geerntet, wenn die Blüten voll entwickelt sind. Seine Heimat ist in Nordamerika, in den trockenen Prärien der Südstaaten, von Alabama bis Texas. Er blüht von Juni bis September und verwandelt den Garten in ein rosa- und purpurfarbenes Blütenmeer.

In der kalten Jahreszeit spielt der Sonnenhut bei der Prophylaxe und Behandlung von Erkältungskrankheiten und grippalen Infekten eine wichtige Rolle. Durch die unspezifische Stimulation des Immunsystems werden die natürlichen körpereigenen Abwehrkräfte unterstützt und gefördert. Zur Gewinnung von Essenzen wird das gesamte blühende Kraut des Sonnenhuts geerntet, im Winter die Wurzel.

Voller neuer und schöner Eindrücke ging es dann ins Hotel Sonnenhalde, wo das Abendessen serviert wurde. https://www.wala.world/de/

Zum Abschluss dieses erlebnisreichen Tages stand noch ein Vortrag auf der Tagesordnung. Heilpraktiker und Gartenbauingenieur Dieter Berweiler gab uns einen tiefen Einblick in die Energetik der Heilpflanzen.