

## BLUMIG



**Ildiko Röd**  
Buga2015@MAZ-online.de

### Schmetterlinge mit Solarzellen

Lange haben wir gegrübelt, wem die Liebe der Buga-Besucher gehört. Jetzt ist es enthüllt: Zu den meistverkauften Souvenirs zählen: Buga-Schmetterling mit Solarzelle, Wilma Wels als Badefisch, Schlüsselanhänger und Plüschfigur, Tassen, Ansichtskarten. Nun kann man sich natürlich fragen, was mit diesen Devotionalien nach dem Ende der großen Gartenschau passieren wird? Entwickeln sie sich zu begehrten Stücken auf Ebay? Wird es horrenden Wucherpreise für Buga-Schmetterlinge mit Solarzelle geben oder preistreibendes Wettbieten für Wilma Wels als Badefisch? Gut möglich, dass die Gartenschau-Fans ihr letztes Hemd hergeben für solche Kostbarkeiten. Natürlich gibt es auch noch ein zweites, weniger schönes Szenario: Dass nämlich irgendwann in der Zukunft irgendwo auf einem Flohmarkt in Stölln oder Havelberg die oben genannten Schlüsselanhänger oder Buga-Tassen auftauchen. Auf Grabbeltischen zum Schleuderpreis von 50 Cent? Wir können nicht in die Zukunft blicken. Aber uns doch eine niedliche Wilma-Wels-Stofffigur als Erinnerung ins Regal stellen.

### HEISSER DRAHT

Telefon: 03381/5 25 60  
E-Mail: buga2015@MAZ-online.de  
Web: www.MAZ-online.de/buga

### BUGASPLITTER

#### Pilgern auf den Kirchenwegen

**Pritzerbe.** Zum Abschluss wird es noch einmal geistlich: Der Theologe Michael Duhr pilgert am Samstag, 10. Oktober, von Pritzerbe nach Brandenburg. Geistliche Impulse sollen dann zum Austausch auf dem Weg anregen, es werden aber auch Zeiten der Stille eingeräumt. Treffpunkt ist um 10 Uhr an der Kirche Pritzerbe.

# Auf der Spur der Natur

Pflanzenheilkundlerin spricht über die wohltuende Kraft der Kräuter und schwört auf Hildegard von Bingens Vermächtnis

Von Melanie Höhn

**Rathenow.** Lebensmittel sollen eure Heilmittel sein. Diesen alten Spruch von Hippokrates hatte auch Hildegard von Bingen verinnerlicht. Sie war die erste schreibende Ärztin der Geschichte und hinterließ im 12. Jahrhundert ein profundes Wissen über die heilende Kraft der richtigen Nahrung. Die Universalgelehrte befasste sich auch mit Religion, Medizin oder Kosmologie. „Lebensmittel sollen so vital sein, dass ihre Vitalität auf uns übergeht. Sie müssen Qualität haben und uns nicht krank machen“, erklärte die Pflanzenheilkundlerin Kristin Peters. Sie brachte den Besuchern am i-Punkt Grün in den vergangenen Tagen Hildegard von Bingens Vermächtnis näher. Seit vielen Jahren setzt sich die 45-Jährige mit Heil- und Wildpflanzen sowie Klostermedizin auseinander.

Die richtige Ernährungsweise kann als eine Art Kur wirken. Wichtig ist vor allem das regelmäßige Entschlacken des Körpers, zudem sollten Ruhe und Bewegung im Gleichgewicht sein. „Es ist auch wichtig zu versuchen, die seelischen Abwehrkräfte zu aktivieren, am besten durch Selbsterkenntnis: Indem man sich mit dem auseinandersetzt, was einen krank macht“, appelliert Peters.

Nach von Bingens Dogma ist Dinkel das wichtigste Nahrungsmittel, es sei reich an Vitaminen und Spurenelementen. „Ich empfehle, ihn in Form von Suppe, Brei, Reis oder Kaffee in die Nahrung aufzunehmen“, bemerkt die Pflanzenexpertin aus Brunn bei Neustadt/Dosse. Gemüse sollte gedünstet werden, so sei es leicht bekömmlich und gut verträglich. Wie zum Beispiel Fenchel, der heilend auf Magen und Darm wirke. Zudem empfiehlt die Agrarwissenschaftlerin die Edelkastanie, sie gehörte lange Zeit zu einem Hauptnahrungsmittel. Aber auch Sellerie, Bohnen, Kichererbsen, Kürbis, rote und weiße Beete, Möhren sowie Äpfel, Kirschen und Johannisbeeren seien gesundheitsfördernd. Heilende Wirkung habe auch die Mispel, die im Mittelalter weit verbreitet war. Heute hat sie in Europa als Obstbaum keine Bedeutung mehr, ist aber in mehreren Gebieten verwildert. Fleisch empfahl Hildegard von Bingen nur mäßig zu essen, Schweinefleisch war tabu. Fisch

**Hildegard war ein geistiges Zentrum und prophetisches Orakel.“**

**Kristin Evers, Pflanzenheilkundlerin**

hingegen durfte immer auf dem Speiseplan stehen.

Weiterhin spielten Gewürze eine große Rolle in der Lehre der Heilerin, erklärte Peters: „Sie geben dem Essen nicht nur Geschmack und eine Richtung, sondern helfen auch dem Körper, die Nahrung zu verdauen.“ Wer sein Gewürzregal erweitern möchte, kann sich beispielsweise das wärmende Galgastpulver im Bioladen besorgen, es könne gut bei Fieber und Kreislaufschwäche eingesetzt werden. Eine gute Wirkung habe auch Meisterwurz, ein Stärkungsmittel und Aphrodisiakum. Quendel, der wilde Bruder des Thymians, ist eine Heilpflanze für die Haut. Verdauungsfördernd wirken Bertram Schafgarbe. Wermut gebe Menschen nach einem Krebsleiden oder schweren Geburten Stärke; Brennnessel wirke gut gegen Vergesslichkeit.

„Wer Anregung in der Ernährung, beim Würzen, Lebensent-



Für Pflanzenexpertin Kristin Peters ist die ganzheitliche Behandlung des Menschen wichtig: Einheit von Körper, Geist und Seele. FOTO: MELANIE HÖHN

### Hildegard von Bingen-Rezept: Quendelsuppe gegen Hautreizungen

#### Zutaten:

2 Hand voll Quendel oder Gartenthymian  
1 Tasse Dinkelschrot  
2 EL Butter  
1,5 Liter gute Fleischbrühe  
3 bis 4 Blättchen Ysop (auch Bienenkraut genannt) oder Liebstöckel  
2 EL süße Sahne  
1 Messerspitze Muskat, Salz und Pfeffer

#### Zubereitung:

Den Quendel oder Thymian klein hacken (wenn Sie getrockneten Thymian nehmen, reicht ein Teelöffel), in der Butter andünsten, langsam den Dinkelschrot dazu rühren. Wenn es goldgelb ist, nach und nach die Fleischbrühe dazugeben. Etwa 15 Minuten leise simmern lassen. Die gehackten Kräuter dazugeben und mit der Sahne verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Der Trank der Freude,** um das Liebesleben anzukurbeln: Eine Hand voll Rosenblütenknospen, drei aufgeschlitzte Vanilleschoten, drei Zimtstangen und einen Esslöffel zerquetschte Korianderfrüchte in ein Glas geben. Mit 500 Milliliter Portwein übergießen, eine Messerspitze Muskat und Safran einrühren. Gut verschlossen zwei Tage ziehen lassen, dann abseihen und kühl lagern.

stellung oder im Umgang mit sich selbst sucht, sollte sich mit Hildegard von Bingen beschäftigen“, sagte Kristin Peters. „Sie hat sich mit großer Aufmerksamkeit und Liebe den Menschen zugewandt“, habe mit liebenden Augen gesehen. „Das brauchen wir heute. Sie sah die Einheit von Körper, Geist und Seele und wusste, dass ganzheitlich geheilt werden muss.“

Hildegard von Bingen beschrieb ihre Visionen bildreich und hinterließ ein umfangreiches Nachschlagewerk. Sie war ein „propheti-

sches Orakel“, wie Peters es beschrieb und stand in regem Briefwechsel: Viele Geistliche ließen sich von ihr behandeln und beraten. Zeit ihres Lebens wurden ihr 25 Wunderheilungen zugesprochen. Von Bingen wurde als zehntes Kind ihrer Familie der Kirche versprochen und gründete ein Frauenkloster in Rupertsberg. Die Visionärin betrieb eine konsistente Krankheitslehre und betrachtete sich selbst als „Sekretärin des heiligen Gottes“. Sie wurde 81 Jahre alt.

In einem zweiten Vortrag erklärte Kristin Peters, dass bestimmte Pflanzen auch die Fruchtbarkeit steigern können oder Abwechslung in das Liebesleben bringen können, wie beispielsweise Liebstöckel, Rosmarin, Pastinak, Rose, Brennnessel, Hopfen, Weinrebe, Stinkmorchel, Muskatellersalbei oder Sandelholz. Doch Wunder sollte man nicht gleich erwarten, warnt Peters: „Pflanzen wirken subtil, jeder Mensch reagiert unterschiedlich. Man muss rausfinden, welche zu einem passt.“

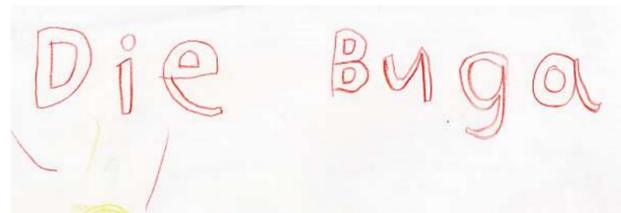
## Ein Buga-Bilderbuch der ganz besonderen Art

Wie eine kleine Gartenschau-Besucherin mit Buntstiften und viel Fantasie der Rathenower Buga ein wunderbares, bleibendes Denkmal setzte

Von Ildiko Röd

**Rathenow.** „Oh Gott, wie niedlich!“ Das war der erste Gedanke, nachdem wir den großen Umschlag geöffnet hatten. Gisela Lange aus Rathenow hatte uns das Kuvert geschickt. Der Inhalt: Ein Bilderbuch, der ganz besonderen Art mit mehreren farbenfrohen Buntstiftzeichnungen. Die Motive stammen alle von der Buga. Dem Bilderwerk beigefügt befand sich eine Postkarte: „Liebe MAZ-Redaktion“, stand da. „Unsere Enkeltochter Hannah – sieben Jahre – aus Braunschweig verbrachte ihren Urlaub bei Oma und Opa in Rathenow. Sie besuchte die Buga in Rathenow und zeichnete ihre gewonnenen Eindrücke, die ich Ihnen hiermit zusende. Liebe Grüße aus der Buga-Stadt Rathenow. Ihre Familie Lange.“

Einen schöneren Gruß zum Ende der Buga kann man sich fast gar nicht vorstellen. Die Bilder sind richtig anrührend und für ein siebenjähriges Kind wirklich beeindruckend. Da sieht man die Flößer mit den Fahrgästen über den Havelaltarm schippern. Daneben die Eisbude und auch der Sonnenschirm dazu darf nicht fehlen. Erstaunlich, was für eine detailge-



Rot ist die Farbe der Liebe.

FOTOS: PRIVAT



Flößer auf dem Havelaltarm.

treue Beobachtungsgabe die kleine Hannah hat. In die bunten Blätter kann man sich hineinverlieben wie in ein Tagebuch der Bundesgartenschau. Danke, liebe Hannah, für diesen tollen Beitrag, um die Erinnerung an das Großereignis wachzuhalten!

Tatsache ist, dass die Gartenschau auch für die kleinen Besucher ein richtiges Highlight war. Auch Hannah hat eine der Hauptattraktionen verewigt: Das Echsensland in Rathenow mit den riesigen Spielgeräten in Form von urzeitlichen Tieren ließ die Fantasie



Besonders niedlich: die Darstellung der Tiere.

der Kinder auf Hochtouren laufen. Besonders die Riesenrutsche am Hang wurde zum Publikumsrenner, dessen Faszination auch viele große Besucher sich nicht entziehen konnten. Auf der Buga hatten alle Besucher bis zum Alter von sechs Jahren freien Eintritt. Klar,

dass das Kinderaugen zum Strahlen brachte!

Das Schöne ist, dass die Spielplätze auch nach dem Ende der Buga erhalten bleiben werden. Egal, ob das der „Schatz auf dem Marienberg“ in Brandenburg/Havel oder die Geräte auf dem Pack-

hofgelände sind – auch künftig wird man hier toben und spielen können. Genau dasselbe gilt für das Echsensland in Rathenow und die anderen Standorte. Insofern hat die Bundesgartenschau auch das Leben der nächsten Blumenliebhaber-Generation eindeutig verschönt.

Nicht zuletzt war die Schau auch eine Bereicherung, was die Wissensvermehrung angeht. Das „Grüne Klassenzimmer“ hatte eine tolle Resonanz. Viele der Veranstaltungen waren schon lange vorher ausgebucht.

Eine Sache bleibt natürlich schmerzlich, da muss man nicht lang drumherum reden: der drohende Abschied von Wilma Wels ist ein großer Schatten, der momentan auf der Buga liegt. Sechs Monate lang konnten sich die Kids am „Wahrzeichen“ erfreuen. Wilma begleitete das Buga-Leben und wuchs den kleinen Besuchern immer mehr ans Herz. Deshalb sollten alle Fans zum Abschiedswochenende kommen, um sich noch einmal ein Erinnerungsfoto mit dem niedlichen Maskottchen zu sichern. Oma und Opa Lange – so viel darf man mutmaßen – werden sicher auch Fotos für die kleine Hannah in Braunschweig machen.