

Heilpflanzen einfühlsam und dankbar begegnen

Für Bruno Vonarburg sind Heilkräuter gute und treue Begleiter und Helfer



Bruno Vonarburg war von 1979 bis 1986 der erste Sekretär der Naturärzte Vereinigung Schweiz. Schon früh machte er sich einen Namen als Experte für Heilpflanzen und trat als solcher verschiedentlich auch im Schweizer Fernsehen auf. Seine Praxis als Naturheilpraktiker im ausserrhodischen Teufen hat er mittlerweile in jüngere Hände weitergegeben, noch immer leitet er jedoch ab und zu ein Seminar über Pflanzenheilkunde und ist daran, ein weiteres Buch über Heilpflanzen zu schreiben. Hans-Peter Studer hat mit ihm über seinen tiefen Bezug zur Pflanzenwelt gesprochen.

Herr Vonarburg, Sie können ohne Übertreibung als einer grössten Heilpflanzenexperten der Schweiz bezeichnet werden. Wie sehen Sie sich selber?

Ich würde es anders ausdrücken. Ich fühle mich mit den Heilpflanzen verbunden. Diese Verbundenheit ist so tief, dass ich hoffe, dass die Pflanze, wenn ich über sie rede, sich nicht durchschüttelt und sagt: "Was erzählt der für einen Blödsinn!" Was heisst das? Ich will bezogen auf die Pflanzen nicht Bücherweisheiten wiederholen, sondern ich will der Pflanze begegnen. Ich will herausfinden, wie sie riecht, wie sie aussieht, welche schöne Form sie hat, ob sie mir sympathisch ist oder ob sie stinkt. Ich will sie ganz nah an mich heranlassen. So entsteht eine Beziehung. Jede Pflanze ist auf diese Welt gekommen, um uns zu helfen, um uns Sauerstoff, Vitamine oder Nahrung zu geben. Sie dient uns, und ich wertschätze diesen Dienst, wenn ich mich zu ihr in Beziehung setze.

Sie nehmen eine Pflanze als ein Lebewesen wahr, das Sie in seiner Ganzheit möglichst gut erspüren und erfassen wollen?

Richtig. Dabei spielt nicht nur das Materielle eine Rolle, wie das in der heutigen Wissenschaft der Fall ist. Eine Pflanze wird untersucht: Welche Wirkstoffe sind da drin, welche Auswirkung auf meinen Körper haben sie? All das ist gut und recht, ich verneine es nicht, aber für

mich hat die Pflanze auch eine Strahlung, eine Energie. Ich kann sie in die Hand nehmen, ich kann sie abtasten und spüren: Da drin ist noch mehr als nur Substanz.

Das gilt im Besonderen für Heilpflanzen?

Wenn es mir nicht gut geht, sage ich nicht zuerst: Der Knochen hat sich abgenützt oder da in diesem Gelenk ist eine Entzündung. Ich spüre als erstes: Es geht mir nicht mehr so gut. Ich bin nicht mehr gut beieinander. Das heisst, ich will ein Heilmittel, das mich zuerst in meiner Befindlichkeit anspricht. Dieses Befinden wird nicht mit der Substanz beruhigt oder therapiert, sondern mit der Strahlung, mit dem Licht, mit dem Immateriellen. Für mich ist die Pflanze eine Einheit zwischen Stoff und Feinstofflichkeit.

Die Pflanzenheilkunde hat eine lange Tradition. Früher aber wusste man noch nichts von Inhaltsstoffen, sondern man nahm eine Heilpflanze in ihrer Ganzheitlichkeit wahr?

Paracelsus zum Beispiel – einer der grössten Ärzte – lebte im 16. Jahrhundert und hat über Pflanzen Bücher geschrieben. Wenn ich darin nachschaue, finde ich nicht einen einzigen Namen eines Wirkstoffs, den wir heute kennen. Er spricht bei Pflanzen immer nur von Heilprinzipien. Als ich seine Bücher zum ersten Mal las, ging mir der Gedanke durch den Kopf: Um

Himmels willen, wusste der nicht einmal, was es da drin hat. Aber er konnte es ja nicht wissen.

Denn Wirkstoffe wurden erst viel später entdeckt?

Der erste Inhaltsstoff einer Pflanze wurde 1805 gefunden, von einem Apotheker in Paderborn, Friedrich Adam Sertürner. Der Schlafmohn, der *Papaver somniferum*, bildet als Samenstand eine Kugel aus, aus der ein Harz austritt. Darin fand Sertürner einen Stoff, ein sogenanntes Alkaloid, das beruhigend, besänftigend, narkotisierend wirkt. Er gab ihm deshalb den Namen Morphin, analog dem griechischen Gott des Schlafes und des Traumes, Morpheus. Als er das fand, ist natürlich die Wissenschaft erwacht und hat immer mehr Pflanzen untersucht. Was ist da und was ist dort drin?



Als erster pflanzlicher Wirkstoff wurde 1805 das Morphin in der Samenkugel des Schlafmohns entdeckt.

Das war der Anfang der modernen Arzneimittelforschung?

Ja, daraus entwickelte sich die sogenannte Pharmakologie. Wenn ich gesund werden wollte, wusste ich nun: Für meine Depressionen benötige ich Hypericin des Johanneskrauts, gegen meine Schmerzen wirkt Salizyl der Wiesegeissbartblüte, und Valepotriate des Baldrians helfen, wenn ich Lampenfieber habe oder unruhig bin. Das stimmt alles. Diese Substanzen sind vorhanden, sie haben eine Wirkung, aber ihre Wirkung ist erst optimal, wenn ich die Pflanze mit ihrer Strahlung stofflich und feinstofflich betrachte.

Das aber ist etwas verloren gegangen? Man hat sich auf die pharmazeutische Wirkung

konzentriert, entsprechende Stoffe gefunden und sogar versucht, sie synthetisch nachzubauen?

Durch die wissenschaftliche Forschung sind die Pflanzen eigentlich auf ihre Wirkstoffe reduziert worden. Das Wissen um ihre Feinstofflichkeit ist uns letztlich verloren gegangen. Allerdings können wir heute auf neue Erkenntnisse wie diejenigen von Professor Popp aus Kaiserslautern zurückgreifen. An der Universität in Erlangen machte er sogenannte Biophotonenmessungen mit dem Ziel, das Licht in den Zellen sichtbar zu machen. Mit seinem Photonenmesser konnte er messtechnisch unterscheiden, ob ein Gemüse biologisch angebaut oder ob es in einer Monokultur hochgetrieben wurde. Beide Gemüse sehen gleich aus, aber sie haben eine andere Photonen-Strahlung.

Das Gleiche gilt für Heilpflanzen?

Ja, wenn ich gesund werden will, benötige ich doch Pflanzen, die eine Höchststrahlung haben, die direkt aus der Natur kommen, die sorgsam eingesammelt und schonend verarbeitet werden. Wichtig ist, die Pflanze nicht zu zerstören, wenn ich sie zu einem Heilmittel verarbeite, sondern sie schonend zu behandeln, so dass sie ihre Strahlung beibehalten kann. Weil sie dann beides hat, Wirkstoffe und Strahlung, ist sie tiefer wirksam: Ich kann es spüren, es tut mir gut, es hat mich innerlich angesprochen. Der Schmerz hat sich durch den Wirkstoff und die Strahlung gebessert.

Mit Pflanzen heilen zu wollen, setzt voraus, ihnen einfühlsam zu begegnen?

Wenn ich Pflanzenheilkunde praktizieren will, und ich nehme alle Bücher aus allen Bibliotheken zur Hand und will die Pflanzen so einsetzen, wie sie beschrieben worden sind, werde ich in einen Zustand kommen, bei dem ich nicht mehr weiss, wie ich vorgehen soll. Ich kann mir nicht vorstellen, dass ich Pflanzen für einen Kranken in Anwendung bringen kann, wenn ich dieser Pflanze nicht draussen begegne, wenn ich nicht sehe, wie sie wächst, wie sie blüht, wie sie duftet, wie sie geht und im nächsten Jahr wieder kommt. Indem ich sie begleite und wie einen guten Freund vor meinem Haus habe, bekomme ich eine Beziehung zu ihr. Wenn ich gleichzeitig auch eine Beziehung zum Kranken

habe, dann weiss ich genau, welche Pflanze er für sein Kopfweg braucht und welche Pflanze der andere für dessen Kopfweg. Wenn ich das auf eine Ebene bringe, dann ist etwas Harmonisches wie eine Vermählung vorhanden, etwas wird zusammengebracht, das zusammen wieder etwas Gesundes werden lassen kann.

Können Sie hierzu ein Beispiel geben?

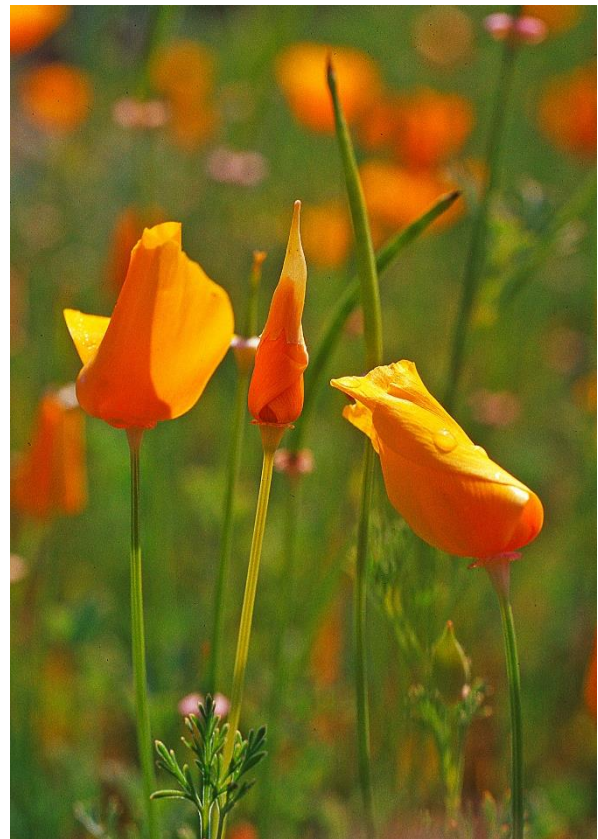
Nehmen wir jemanden, der nicht gut schlafen kann. Das kann jedem passieren. Wenn jemand mit diesem Problem zu mir kommt, schaue ich zuerst, worin die Schlaflosigkeit begründet liegt, wie sie entstanden ist. Wenn wir die Dinge richtig betrachten, dann ist der Schlaf nicht eine Sache der Betäubung. Ich kann zwar in den Goldenen Löwen gehen und mich dort betrinken. In der Folge bin ich halb betäubt und kann schlafen, der Schlaf wird aber keine gute Qualität haben. Der Schlaf ist ein zeitliches Geschehen, bei dem meine Augen das Dunklerwerden in der Natur über die Netzhaut wahrnehmen und Signale an die Zirbeldrüse abgeben, Melatonin zu produzieren, um ihn einzuleiten. Am Morgen, wenn es wieder heller wird, nehmen das meine Augen wahr und geben der Zirbeldrüse wieder einen Impuls, nämlich Serotonin zu produzieren, und ich erwache.

Ein gesunder Schlaf hat also viel mit natürlichen Rhythmen zu tun?

Es kann sein, dass jemand zu mir kommt, der schlecht schläft, weil er die zeitlichen Biorhythmen mit den Lichteinheiten verloren hat. Er hat den Tag zur Nacht und die Nacht zum Tag gemacht. Er hat die Fähigkeit nicht mehr, sich bei Dunkelheit zurückzuziehen und wieder aktiver zu werden, wenn es heller wird. Er hat die physiologischen Lichteinheiten verloren und braucht wieder harmonische Impulse.

Die kann ihm die Natur neu vermitteln?

Ja, ich kann in die Natur hinausgehen und schauen: Gibt es eine Pflanze, die die Lichteinheiten so wie wir Menschen selbst produziert? Beim kalifornischen Mohn ist das sehr ausgeprägt der Fall. Wenn die Sonne morgens um sieben Uhr hinter dem Berg hervorkommt, öffnet diese Pflanze ihre orangerote Blüte innerhalb von fünf Minuten, und die Mohnfelder sehen binnen kurzem aus wie ein orangerotes



Der kalifornische Mohn ist eine Pflanze, die bei gestörten Tag-Nacht-Rhythmen helfen kann.

Meer. Am Abend, wenn die Sonne untergeht, schliessen sich alle Blüten wieder, und mit dem letzten Sonnenstrahl ist das orangerote Meer graugrün geworden. Das heisst, diese Pflanze hat sehr ausgeprägt die Eigenschaft, sich mit dem Licht zu öffnen und sich am Abend wieder zu schliessen. Genau das fehlt dem Patienten im Schlafgeschehen. Klar hat der kalifornische Mohn auch eine beruhigende Wirkung, er kann aber vor allem den Impuls für den natürlichen Schlafrhythmus vermitteln. Da muss ich als Therapeut nicht erstaunt sein, wenn der Patient wieder zum Schlaf zurückfindet.

Was hilft, wenn Schlafstörungen andere Ursachen haben?

Es gibt andere Schlafpflanzen, zum Beispiel den Hopfen. Das ist eine Pflanze, die im Frühling aus dem Boden kommt und eine Stange oder etwas Ähnliches benötigt, an der sie rechtsdrehend hochklettern kann. Der Hopfen will in die Höhe hinauf, sechs Meter ab Boden, weil er gleichsam Karriere machen will. Er will im wahrsten Sinn hoch hinaus, will schnell Blüten entwickeln, damit er dann Früchte tragen kann.

Wenn er das geschafft hat, wenn er die Höhe gefunden und geblüht hat, wenn die Hopfenfrüchte wie Bleikugeln herunterfallen, dann war das derart anstrengend, dass er sozusagen nervlich zerrüttet ist.

Bei manchen Menschen ist das auch so?

Es gibt schlaflose Leute, die das im Leben auch so machen. Sie strengen sich derart an, dass sie dann, wenn sie endlich ihr Ziel erreicht haben, ihre Nerven kaputt gemacht haben und nicht mehr schlafen können. Da nützt der kalifornische Schlafmohn nichts, sondern hier muss ich Hopfen geben, denn sein Bild passt für diese Art von Schlaflosigkeit. Wenn ich das erkennen und in Übereinstimmung bringen kann, sehe ich, dass ich plötzlich mehr Erfolg mit Pflanzen habe. Das bereitet mir Freude – ich habe nicht danebengeschossen, sondern aus der Beobachtung der Natur, aus der Signatur das Richtige gefunden.

Das setzt aber viel Erfahrung voraus, oder kann das jeder lernen?



Der Hopfen ist eine Pflanze, die rasch hoch hinauswill und bei Schlafstörungen helfen kann, die mit übermässigem Ehrgeiz zusammenhängen.

Jeder kann das. Was am meisten hilft, ist die Freude, die Begeisterung. Dann lerne ich das Zehnfache. Wenn ich etwas lernen *muss*, dann ist es schwieriger. Früher war ich in der chemischen Industrie tätig, in der chemischen Forschung, und habe durch glückliche Zufälle den Weg zur Naturheilkunde gefunden. Mit meinen chemisch orientierten Augen war ich von ihr begeistert, und das hat mir enorm geholfen. Ich benötigte nur eines, das Hinausgehen, um alles anzuschauen, Fragen zu stellen und sie nicht von einem Buch beantworten zu lassen, sondern von der Pflanze selber: Du siehst schön aus. Warum bist du blau? Wieso wachst du in die Höhe? Wieso hast du Dornen? Da erkannte ich: Da ist Leben und eine Idee drin – mit einem Konstruktionsbüro und einem Planer –, da gibt es Intelligenzen in dieser Pflanze, von denen wir keine Ahnung haben. Und ich habe angefangen zu staunen.

So können wir letztlich auch unsere eigenen Heilpflanzen in der Natur suchen?

Vielleicht stelle ich mir die Aufgabe, für mich selber herauszufinden: Gibt es in der Natur eine Pflanze, bei der es mir bereits besser geht, wenn ich ihr begegne, die mich mit ihrer Farbe oder ihrem Duft anspricht und mir wohltut, wenn ich sie in die Hände nehme? An einigen Sonntagmorgen kann ich das üben und danach zu einem Drogisten oder einem Apotheker gehen, der eine Ahnung von Pflanzen hat, und ihn fragen, was das für eine Pflanze ist und ob es gut ist, wenn ich sie für meine Gesundheit einsetze. Unter Umständen wird er mir dann sagen: Nein, die Pflanze ist giftig, sie dürfen sie höchstens homöopathisch verwenden. Oder ich kann sie nur schon zuhause aufstellen und daran riechen, dann kann mir das bereits einen gewissen Heilimpuls geben. Ich muss nicht immer alles konsumieren, sondern begegnen, zusammen sein und das wohlige Empfinden haben, das kann schon ausreichen.

Haben Sie sich so auch schon selber helfen können?

Weil ich wissbegierig war, habe ich mich früher oft mit Informationen überfüllt. Ich litt in der Folge immer wieder an einem "Brummschädel". Als ich mit der Naturheilkunde in Kontakt kam, fragte ich mich: "Gibt es für mich auch so



Die Pestwurz wirkt entkrampfend und lindernd, wenn einem wegen intellektueller Überanstrengung der Kopf fast zerplatzt.

eine Pflanze?" Ich musste sie suchen gehen, auch vom optischen her. Es war die Pestwurz. Sie kommt aus dem Boden, wenn noch Schnee liegt, und hat einen riesig aufgeblähten Knospenboden. Mit der Wärme platzt der Boden auf und dann gibt es die erste Blüte, die sich in der Frühlingssonne badet. Danach wird die Pflanze gross und hat riesige Blätter. Aber das Wesentliche ist, sie kommt aus dem Boden und es zerplatzt sie sozusagen. Das war ähnlich wie mein Kopfweg, das ich früher hatte. Es zerplatzte mich oft fast vor lauter Wissen in meinem Kopf.

Das änderte, als Sie die passende Pflanze als Helfer fanden?

Wenn ich die Pestwurz in einer homöopathischen Verdünnung in Form von ein paar Tropfen zu mir nahm, dauerte es fünfzehn oder zwanzig Minuten und die Kopfschmerzen waren weg. Man muss das erleben. Vieles von dem, was ich in der Natur beobachtet habe, musste ich erleben. Wenn man es selber erlebt, dann überzeugt es einen. Jede Pflanze, die ich in einer gewissen Überzeugung aufnehme, wirkt anders, als wenn ich sie mit tausend Fragen, die ich im Kopf habe, bombardiere. Es geht um eine Bereitschaft, eine Überzeugung.

Bei der auch die Intuition mit ins Spiel kommen sollte, gerade dann, wenn mir vor lauter Denken und Intellekt der Kopf fast zerplatzt?

Die Intuition einerseits, aber auch wieder das Organische, das Klinische. Wenn ich frage "Was enthält die Pestwurz? Wieso wirkt sie so?", so erhalte ich bildlich vorgezeigt, dass da eine Energie drin ist, die zerplatzt. In der Sprache

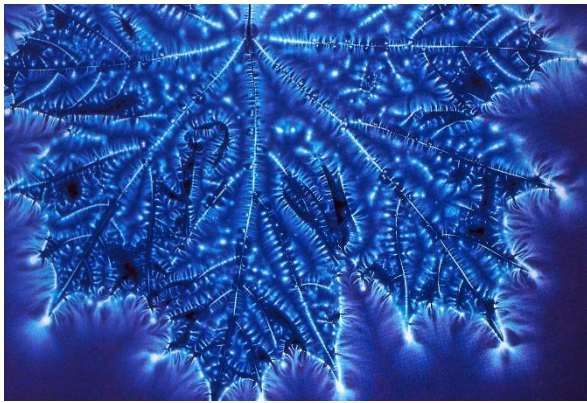
von Paracelsus ist die Tugend dieser Pflanze das Zerplatzen. Aber wichtig ist auch das Stoffliche. Als Hauptwirkstoff der Pestwurz hat man Petasin gefunden. Professor Bucher untersuchte Petasin an der Universität Basel und stellte fest, dass es eine der besten krampf lösenden Pflanzensubstanzen ist, die es gibt. Es entspannt meinen Kopf und lässt den Druck ab wie das Ventil bei einem Dampfkochtopf.

Doch nun kam wahrscheinlich die pharmazeutische Industrie in Basel auf die Idee, Petasin synthetisch herstellen, und zu sagen: So ist das doch viel einfacher.

Das kann man machen. Aber man muss unterscheiden: Was die Pflanze an Wirkstoffen produziert hat, beinhaltet einen lebendigen Prozess. Sie hat Strahlung. Das ist ganz was anderes, wenn ich das in der chemischen Retorte mache. Das ist tot. Denn wenn ich den Gesamtwirkstoff einer Pflanze als Samen in den Boden setze, wächst daraus eine neue Pflanze. Wenn ich aber alles, was in diesen Pflanzensamen enthalten ist, als Inhaltsstoff chemisch, synthetisch zusammenmische und in den Boden gebe, dann vermodert es. Die Pflanze hat Leben. Ausser Professor Popp hat das auch das Ehepaar Kirlian aus Russland nachweisen konnten, indem sie zum Beispiel die Abstrahlung eines Blattes in einem Hochfrequenzfeld zeigen konnten. Alles, was belebt ist, strahlt. Der Mensch strahlt, wenn er lebt. Wenn er nicht mehr strahlt, ist er nicht mehr lebendig. Eine Pflanze, die ich abschneide, verliert ihre Kraft. Ich muss die Pflanze im lebendigen Stadium schonend verarbeiten können, damit sie ihre Kraft als Heilmittel weitergeben kann.

Das wurde auch zu einem wichtigen Ziel von Ihnen als Phytotherapeut?

Ich habe ein Leben lang kranke Menschen behandelt. Und ich sagte mir, ich will sie mit Präparaten behandeln, die schonend verarbeitet sind und aus der Natur stammen, die nicht hochgetrieben sind, die ich zur richtigen Zeit holen gehe, bei denen ich weiss, wo sie wachsen, wo sie gesund sind, wo sie nicht von der Industrie oder vom Verkehr kontaminiert werden. Ich lasse sie auch nicht stunden- und tagelang herumliegen, sondern ich verarbeite sie mit einem schonenden Prozess unmittelbar



Die Kirlian-Fotografie eines Ahornblatts im Hochfrequenzfeld zeigt auf faszinierende Weise dessen lebendige Ausstrahlung.

nach der Ernte, damit ich sie in ihrer Strahlung erhalten und das Heilmittel damit imprägnieren kann.

Wenn jemand als Patient solche sorgfältig hergestellten Pflanzenarzneimittel sucht, wo findet er sie, oder muss er sie selber suchen und herstellen?

Man kann sie selber herstellen oder es gibt sie auf dem Markt – Mittel, die unter dem Namen Trifloris angeboten werden. Das sind schonend verarbeitete Wildpflanzen, die am richtigen Standort gewachsen sind, bei denen der Umweltschutz eine Rolle spielt, die zur richtigen Zeit gepflückt wurden. Ich muss auf den Mond schauen, ist er zunehmend oder abnehmend? Mit dem zunehmenden Mond gehen die Säfte in die Höhe, mit dem abnehmenden Mond gehen sie in die Tiefe. Wenn ich Blüten verwenden will, muss ich sie bei zunehmendem Mond sammeln gehen. Ich schaue auch die kosmischen Konstellationen an, worüber Paracelsus geschrieben hat, und ich weiss, es sind kräftige Pflanzen.

Auch wie sie gepflückt werden, ist wichtig?

Vor allem ist es sehr, sehr wichtig, dass derjenige, der die Pflanzen holen geht und verarbeitet, eine helle Ausstrahlung hat, eine helle Innenwelt, dass er sich bewusst wird: Ich übernehme den Dienst der Pflanze im Dienen für den kranken Menschen. Meine Gedanken, meine Gefühle, mein Empfinden müssen mit der Natur identisch sein. Ich kann nicht einfach abrasieren gehen und sagen: Ich will besitzen, ich will zehn Kilogramm ernten, sondern ich muss

mich der Natur anpassen, beim Pflücken und bei der Verarbeitung, sonst wird sie zerstört. Da werden wir in Zukunft noch viele Entdeckungen machen. Wir werden in Zukunft sehen, dass nicht nur alles ein Konsumieren ist.

Auch nicht seitens des Patienten?

Ich kann dann gesund werden, wenn ich zu diesem Gesundwerden auch gewisse Dinge beibringe. Wenn ich das wieder spüre, kann ich sagen: Das hat mir gutgetan, ich habe etwas aufgenommen, das mehr als nur der Wirkstoff war. Es hat mich verändern können. Es ist etwas in mir drin passiert, das ich gar nicht richtig ausdrücken, aber spüren kann. Wenn ich es richtig sehe, dann ist Gesundheit nicht ein wissenschaftlicher Begriff vom Kopf her, sondern ich spüre sie: "Yuppie, es geht mir oberwunderprächtigt, 5,75-gut!" Das spüre ich. Ich muss dem Patienten auch etwas Mut machen, dass er gesund werden darf. Pflanzen sind ansteckend: So schöne Farben, so feine Düfte, so schöne Formen, das wirkt doch ansteckend! Ich muss es nur aufnehmen können. Ich darf mich sowohl als Therapeut als auch als Patient nicht verschliessen und alles hinterfragen. Nützt denn das etwas? Wichtig ist, sich darauf einzulassen.

Das ist auch etwas, das Sie in ihren Büchern vermitteln oder in Ihren Seminaren, in denen Sie in die Natur hinausgehen?

Mir ist es in Büchern, Artikeln oder in Kursen wichtig, die Zusammenhänge so zu beschreiben, wie ich sie erlebt habe. Ich will auf keinen Fall etwas Trockenes machen, nach dem biowissenschaftlichen Schema: Das ist ein Kreuzblütlergewächs, das gekerbte Blätter und Pfahlwurzeln hat. Da wird man nicht glücklich damit. Sondern ich will das herüberbringen, wie es mir begegnet ist, wie ich es erlebt habe. Das wirkt ansteckend. Wenn ich vor die Leute stehe und ihnen das erzähle, was ich selber erlebt, beobachtet und gefunden habe, dann spüren sie: Der erzählt uns nicht etwas, das er nur gelesen hat. Er hat es selber erlitten, gesucht, und plötzlich ist ein Weg aufgegangen.

Herzlichen Dank für das motivierende Interview, das wohl vielen helfen wird, der Natur neu und sorgsam zu begegnen.