

Meinungen

Ratgeber Wildkräuter

Heilpflanze mit umstrittener Wirkung

Die Stechpalme (*Ilex aquifolium*) wurde früher als Heilpflanze verwendet.

Die Stechpalme wird zur Weihnachtszeit gerne als Dekoration in Gestecken und Kränzen genutzt. An Palmsonntag wird sie in den Palm gebunden, daher wahrscheinlich auch der Name Palme. Stechpalmen sind unter dem Namen *Ilex* bekannt. Die europäische oder gewöhnliche Stechpalme wird als *Ilex aquifolium* bezeichnet, sie gehört zur Familie der Stechpalmengewächse (*Aquifoliaceae*). In Mitteleuropa ist die Pflanze die einzige heimische Vertreterin. Aus diesem Grund zählt sie zu den geschützten Pflanzen. Ihre Verwandten wachsen in den Tropen, beispielsweise der Matebaum in Paraguay.

Die Stechpalme ist ein immergrüner Strauch, sie kann bis zu 15 Meter hoch werden. Sie hat glänzende Blätter mit dornigen Zacken an den Rändern und rote Beeren, die sie von September bis November ausbildet. Nur an den weiblichen Pflanzen wachsen diese leuchtend ro-



Die Stechpalme zeichnet sich durch ihre glänzenden Blätter mit dornigen Zacken aus.



Nur an den weiblichen Pflanzen wachsen die roten Beeren.

Bilder: Silvia Baumung

ten Beeren. Sie wird gern als immergrüne Hecke angepflanzt. Die weissen oder rosafarbenen Blüten blühen von Mai bis Juni. Die Stechpalme bietet einen guten Sichtschutz und ist das ganze Jahr über ein schöner Anblick. Für Brutplätze bietet sie Vögeln den nötigen Schutz vor Räubern. Zudem werden die roten Beeren als Nahrung geschätzt. Sie ist auch als Bienenweide sehr wertvoll. Früher wurden die Blätter als Winterfütterung für Schafe und Ziegen genutzt.

Umgangssprachlich wird die Stechpalme auch als Christdorn, Hülsdorn, Hulstbaum, Palmendorn, Stechhülsen, Stechlaub, Walddistel oder Winterbeere bezeichnet. Die Namen «Hülse» und «Hulste» stammen wohl aus dem Altdeutschen. «*Ilex*» stammt aus dem Lateinischen

und erinnert an die Eiche. «*Aquifolium*» deutet auf die Stacheln an den Blättern hin. Die Bedeutung der Stechpalme in der Naturheilkunde ist heute kaum noch von vorhanden. Früher wurde sie hauptsächlich in der Phytotherapie verwendet. Die Früchte setzte man als Abführmittel ein, und die Blätter fanden ihren Einsatz als fiebersenkende und harntreibende Drogen und wurden bei Grippe, Bronchitis und Rheuma eingesetzt. Aufgrund ihrer giftigen Inhaltsstoffe sind die Stechpalme und ihre Heilwirkung umstritten.

Man sollte nie selbst mit der Pflanze experimentieren, denn die Einnahme kann zu Erbrechen, Durchfall, Magen- und Darmbeschwerden und Diarrhoe führen. Besonders gefährlich sind die Beeren für kleine

Kinder. Erste Symptome können schon beim Verzehr von wenigen Beeren auftreten. In der Homöopathie findet sie Anwendung bei Gicht und Rheuma, und als Bachblüte «*Holly*» steht sie für Liebe.

Im Mittelalter schmückten die gesammelten Zweige mit Beeren die Wohnstätten und sollten Geistern, Feen und guten Walddämonen in der Kälte Unterschlupf bieten sowie Schutz vor Blitzen, bösem Zauber und Verwünschungen. In einzelnen Regionen der Schweiz hängen auch heute noch auf Bauernhöfen Stechpalmenzweige an Haus und Stall. Auch hier dienen sie zur Abschirmung des Bösen.

Ich wünsche Ihnen eine schöne Adventszeit und viel Freude beim Schmücken.



Silvia Baumung

Silvia Baumung ist eine Kräuterrfrau und Köchin aus Praz. Sie bietet verschiedene Kurse an. www.kraeutergeruss.ch

Im Ratgeber behandeln Fachexperten und Fachexpertinnen vielfältige Fragen aus den Themenbereichen Gesundheit, Recht, Stil, Beziehungen, Erziehung, Geld und Daheim.



Barbara Hallensleben

Barbara Hallensleben ist Professorin für Dogmatik an der Theologischen Fakultät der Universität Freiburg.

Fakten in der Diskussion rund um die Windkraft

Ein Leserbrief zum Artikel «Die Windmessungen beginnen», FN vom 11. Dezember.

Im Kanton Freiburg wird derzeit über die Errichtung neuer Windräder diskutiert. Wie immer bei solchen Vorhaben gibt es kontroverse Stimmen. Dass sich jedoch schon vor der Prüfung der Projekte 16 der 21 potenziell betroffenen Gemeinden pauschal dagegen aussprechen, stimmt mich traurig.

Aus Sicht des Naturschutzes stellen sich berechtigterweise einige Fragen bezüglich der Störung von Lebensräumen für Vögel und Fledermäuse. Diese stellen meines Erachtens aber nicht zu gewichtig dar, wenn die Vorprüfung der Standorte gewissenhaft durchgeführt wird. Vielmehr sehe ich die Alternativen zur Energiegewinnung als viel problematischer an. Selbst die als sehr naturschonend betrachtete Wasserkraft kann durch die Aufstauung komplette Lebensräume zerstören. Im Vergleich stellen Windräder einen verkräftbaren Einfluss auf betroffene Gebiete dar.

Die kommende Debatte sollte sich nicht nur auf potenzielle Risiken konzentrieren, sondern auch auf die Chancen, die die Windkraft bietet. Angesichts der fortschreitenden Klimakrise und der dringenden Notwendigkeit, fossile Energieträger zu ersetzen, sind erneuerbare Energien wie die Windkraft ein

Schlüssel zu einer nachhaltigen Zukunft. Jede Tonne CO₂, die durch erneuerbare Energien eingespart wird, trägt dazu bei, das Artensterben langfristig zu reduzieren – sei es durch die Verhinderung von Lebensraumverlust oder die Eindämmung extremer Wetterereignisse.

Darüber hinaus geht es um unsere Energiesicherheit. Die geopolitischen Herausforderungen der letzten Jahre haben deutlich gemacht, wie wichtig es ist, unabhängig von fossilen Energieimporten zu werden. Windkraft ist eine heimische Ressource, die uns hilft, dieses Ziel zu erreichen. Sie bietet zudem die Möglichkeit, Arbeitsplätze in der Region zu schaffen und lokale Wertschöpfung zu generieren.

Natürlich müssen Windprojekte sorgfältig geplant werden, um sensible Ökosysteme zu schützen. Doch pauschale Ablehnung ist keine Lösung. Es braucht einen pragmatischen Ansatz, der wissenschaftliche Erkenntnisse berücksichtigt und den Dialog zwischen Befürwortern und Kritikern fördert.

Die Herausforderungen des Klimawandels erfordern mutige Entscheidungen. Windkraft ist ein Teil der Antwort – nicht das Problem. Lassen wir uns in der Debatte von Fakten leiten, nicht von Mythen.

Nina Zosso, Schmitten

Lang lebe der Marronggele-Büüm!

Ein Leserbrief zur geplanten Fällung des Kastanienbaums auf dem Klein-Sankt-Johann-Platz.

Es ist also geplant. Nach der Fasnacht werden sie mit Motorsägen kommen und den ehrwürdigen Marronggele-Büüm vor dem Tirlu in der Bassevilla umsägen. Wir sind uns einig: Die Seele des Quartiers ist der Klein-Sankt-Johann-Platz. Und die Seele des Platzes ist der alte Kastanienbaum. Schon in den 1950er-Jahren, als ich in die Neiglenschule ging und unter dem Baum die Marronggele aufgelesen und damit Spielzeuge gebastelt hatte. Die Jahre vergingen, das Quartier wandelte sich, sehr stark sogar. Manche der alten Familien zogen aus den feuchten und engen Wohnungen in die Blöcke im Musy oder Torry. Dafür zogen neue Leute in die renovierten Wohnungen in die Bassevilla. Von den einst über ein Dutzend Metzgereien, Milchläden, Spezereiläden und Bäckereien sind alle bis auf das «Écu-reuil» verschwunden, und die Alten wissen nicht mehr, wo einkaufen. Viele der Beizen sind zu oder serbeln vor sich hin, und die Bassevilla wird langsam zum Museum. Doch der Marronggele-Büüm, der war und ist immer noch da. Was hat er nicht alles gesehen und gehört: den ersten Kuss eines verliebten Pärchens, das ausufernde Fest nach dem Aufstiegsspiel Gottéron – Zürich, Faschnachten, Velorennen und gelegentlich wohl auch eine Bagarà.

Und unter ihm Leute auf den Bänken, sich die neuesten Geschichten erzählend oder einfach Schattensuchend. Fast wie unter den heiligen Baobab-Bäumen in Afrika. Ja, der Marronggele-Büüm vor dem Tirlu ist eigentlich der Baobab der Bassevilla. Und jetzt das. Irgendwelche Planer fanden, der Baum müsse weg. Und die Stadtregierung, die rotgrüne Notabene, folgt dem Irrsinn. Die sind doch sonst für alles Nachhaltige, für Umwelt, Klimaplan, Schattenzonen und so, oder die Bäume im Amazonas schützen ist auch gut, unbedingt! Aber der alte Baum in der Bassevilla: Der muss weg. Natürlich haben sie ein Argument: Der Baum ist krank! Also wie immer, wenn ein Baum stört. Schon vor Jahrzehnten haben sie das gesagt. Dann hatte man den Wurzeln etwas mehr Luft gegeben, und er fand nicht gerade zu einer neuen Jugend, aber doch zu so etwas wie einem würdigen Alter. Ich wette, dass der Baum noch in zehn Jahren steht, wenn man zu ihm schaut. Und ich wette auch, dass die Stadtbehörden unter den Leuten vor dem Tirlu niemanden finden, der es gut findet, dass der alte Baum gefällt wird. Doch dazu müsste man raus aus den Büros und mit den Leuten reden. Und zuhören. Aber das scheuen sie wie der Teufel das Weihwasser, weil sie die Antworten kennen.

Michel Roggo, Freiburg

Moment mal

Gott würfelt nicht

Es gibt «schöne Überraschungen» und «böse Überraschungen». Nicht immer ist das Neue, das unerwartet eintritt, erfreulich. Deshalb sind wir in Bezug auf «adventliche» Ankündigungen zwiespältig. Manchmal sehnen wir sie herbei. Manchmal wollen wir lieber unsere Ruhe haben und fühlen uns im Bekannten und Vertrauten sicherer, auch wenn nicht alles optimal läuft. Das Volk Israel will gerettet werden – und als die Befreiung die Form einer Wüstenwanderung annahm, sehnt es sich nach den «Fleischtopfen Ägyptens» zurück. Nicht nur in der Bibel geht es so zu: Albert Einstein fand heraus, dass in der Natur nicht alles nach festen Gesetzen abläuft – und tat alles, um doch zu beweisen: «Gott würfelt nicht!» Gott beschert keine Überraschungen!

Die Adventszeit löst in der Regel keine grossen Erwartungen aus. Wir wissen ja, was kommt: Das rührende Kindlein liegt zuverlässig zum rechten Zeitpunkt in der Krippe, und

«Mit den Geschenken trifft oft nur ein, was wir mit einem diskreten Wink rechtzeitig in Auftrag gegeben haben.»

alles ist wie immer. An Weihnachten sind viele Menschen und Familien sogar besonders darauf bedacht, die üblichen «Riten» von der Bescherung bis zu den Weihnachtsrezepten so wenig wie möglich stören zu lassen. Und selbst mit den Geschenken trifft oft nur ein, was wir mit einem diskreten Wink rechtzeitig in Auftrag gegeben haben.

So mag es gut sein, sich an den grossen Überhang von adventlicher Erwartung zu erinnern, den das weihnachtliche Geschehen enthält. Im Advent geht es um die grösste Überraschung, die man sich nur denken kann bzw. die man sich kaum selbst ausdenken kann: Gott selbst tritt unwiderfürlich in die Geschichte ein, um die Geschenke seiner Geschöpfe zu teilen und zum Guten zu führen. Einstein hatte in paradoxer Weise recht: Gott «würfelt nicht». Gott handelt nicht willkürlich und «von oben herab». Wer sich – wie Gott – auf die Geschichte einlässt, so grausam und unrettbar, wie sie uns begegnet, riskiert, in Zerreißen zu geraten. Advent bietet