

«Die Selbstheilungskräfte ankurbeln helfen»

Seit über 1½ Jahren schreibt die Mandacherin Maja Stürmer «Saft und Kraft auf Maja's Chrüterstübli» für die «Kleine Botschaft». Jetzt wurde ihr «Mystiktee» vom Kanton mit dem «Best of Agriculture»-Preis ausgezeichnet.

(tf) – «Das Anpflanzen, Jäten, Ernten und die spätere Verarbeitung der Kräuter ist für mich ein Ausgleich und zugleich ein Abtauchen in eine andere Welt.» Das hat Maja Stürmer vor einigen Jahren gesagt und, so sehr die Aussage auch heute vielleicht noch zutreffen mag, die Kräuter sind im Leben von Maja Stürmer längst viel mehr geworden als «nur» ein Ausgleich. Innert zehn Jahren ist aus ihrem einstigen Hobby ein sehr wichtiges Standbein ihres Betriebes, dem Rösselerhof, geworden. Mittlerweile kann die Mutter eines 15-jährigen Sohnes und einer 16-jährigen Tochter von ihrer Arbeit als Kräuterfrau durchaus leben. Sehr beliebt sind neben den Kräuterprodukten aus ihrer «Kräuterküche» vor allem die Kräuterwanderungen und die Kurse, die sie in Zusammenarbeit mit dem «Jurapark Aargau» anbietet.

Maja Stürmer, an der ALA (Aargauische Landwirtschaftliche Ausstellung) wurden Sie mit dem «Best of Agriculture»-Preis in der Kategorie Jurapark ausgezeichnet. Was ging Ihnen im Moment der Verkündung durch den Kopf?

Ich war total überrascht, ich habe überhaupt nicht damit gerechnet. Der Preis ist für mich eine grosse Anerkennung. Endlich werde ich ernst genommen. Die Auszeichnung geht indirekt aber auch an all die Leute, die mich seit Jahren unterstützen, seit Jahren an mich geglaubt haben und mich somit motiviert haben weiterzumachen – auch wenn es mal Gegenwind gab.

Was meinen Sie mit Gegenwind?

Nun, als Kräuterfrau wird man gerne ein wenig belächelt und schnell in die esoterische Ecke geschoben. Dabei arbeite ich mit der Natur, der reinsten Natur. Kräuterkunde ist keine Hexerei, es ist eine Art der Landwirtschaft. Dass



Sie sprachen von Kräuterkunde, wer sind diesbezüglich Ihre Vorbilder?

Ich halte mich da an die frühen Naturärzte wie Hippokrates, Paracelsus oder den Kräuterpfarer Johann Künzle. Alle waren sie in ihrer Zeit mit grossen Widerständen gegen ihre Philosophie konfrontiert, sie haben aber echte Weisheiten formuliert. Hippokrates war es, der gesagt habe soll «Der Arzt kuriert – die Natur heilt». Das sehe ich auch so. Die Natur ist für mich die Apotheke Gottes und die nutze ich. Ich muss aber auch sagen: Ich er-

fand ich sie einfach nur schön. Aber ich begann Bücher zu Kräutern zu lesen, und mein Interesse

Diesen Menschen sage ich in der Regel, dass das, was ich mache, das genaue Gegenteil von Esoterik ist. Ich bin sehr bodenverbunden und gehe, auch für meine Kräutermischungen, mit dem Lauf der Natur und von natürlichen Erlebnissen aus. Ich würde nie ein Produkt verkaufen, an dessen Wirkung ich selbst nicht glaube. Mit der Natur zu gehen, sie zu nutzen und sie genau zu beobachten, das ist für mich nicht esoterisch, sondern eher ursprünglich. Jeder Mensch, der draussen Zeit verbringt, erfährt das so. Weil die Menschen heute aber immer weniger draussen sind, wissen sie vielleicht nicht mehr, was ein, wenn wir schon von Esoterik sprechen, natürliches Wunder ist.

Frau Stürmer, wie kamen Sie eigentlich zu den Kräutern?

Alles begann eigentlich mit dem Garten meiner Grossmutter, den ich vor ungefähr 15 Jahren übernommen habe. Die Kräuter in diesem Garten stachen mir von Beginn weg ins Auge, aber zunächst

Das kann ich leider nicht verraten. Vielleicht nur so viel: Es sind immer mindestens 24 Kräuter drin.

Wie entsteht denn so ein Produkt wie der «Mystiktee»?

So einfach lässt sich das nicht beantworten. Grundsätzlich habe ich bis heute immer aus praktischen Gründen zur Natur gefunden. Ich habe also das Gras für die Pferde zusammengereicht und bin dabei auf ein unbekanntes Kraut gestossen.

Daneben lebe ich vom Austausch mit den Menschen. Wenn Leute auf eine Kräuterwanderung kommen, dann lernen Sie von mir, ich aber auch von ihnen. Es findet ein guter Austausch statt. Drittens geht es für mich immer ums Ausprobieren. Dabei stösst man regelmässig auf Neues, hat vielleicht plötzlich die Idee, «Hey, daraus könnte man ja vielleicht auch einen Sirup machen».

Sie nennen mit Sirup das Stichwort. Was hat es mit dem «Kei-Ahng-Sirup» auf sich?

Ich bin ein Mensch, der im Moment lebt. In meinem Kräutergarten hat es viele Minzensorten. Offenbar haben einige davon zu einer neuen, unbekanntem Sorte mutiert. Als mich jemand fragte, welche Minze das sei, war meine spontane Reaktion «Kei Ahng».

«Grundsätzlich habe ich bis heute immer aus praktischen Gründen zur Natur gefunden.»

«Kräuterkunde ist keine Hexerei, es ist eine Art der Landwirtschaft.»

nun gerade die Landwirtschaftliche Abteilung des Kantons diese Arbeit honoriert, ehrt mich sehr. Es macht meine Arbeit glaubwürdiger, und Glaubwürdigkeit ist im heutigen Geschäft matchentscheidend.

finde nicht alles neu. Häufig greife ich für meine Rezepte auf altes Wissen zurück.

Wie sehr stört es Sie, dass Sie als Kräuterfrau regelmässig in die esoterische Ecke gestellt werden?

stieg. Bald bemerkte ich, wie vielfältig die Welt der Kräuter ist und dass das, was gemeinhin als Unkraut bezeichnet wird, auch ein nutzbares Kraut sein kann. Ich fing an auszuprobieren, machte bald ersten Tee, erste Salben, Essig und Öle. Meine Mutter half mir dabei – ihr kamen plötzlich wieder Sachen von früher in den Sinn. Jedes Unkraut wurde zum Heilkraut, und je mehr ich las und ausprobierte, desto mehr wollte ich über einheimische Kräuter wissen. So entstanden mit der Zeit ziemlich viele Kräuterrezepte.

Was ist im prämierten «Mystiktee» drin?

Seither heisst die Minze so, und der Sirup aus ihnen ist ein echter Renner.

Zum Schluss noch diese Frage: Sehen Sie sich selbst heute als Therapeutin?

Nein, auf keinen Fall. Zum einen habe ich nie irgendeinen Kurs besucht, sondern mir das Wissen in vielen Jahren selbst erarbeitet. Zum anderen gebe ich Tipps, nicht mehr, aber auch nicht weniger. Ich bin überzeugt davon, dass Kräuter wirken und jeder Mensch ein Stück weit sein eigener Arzt sein kann. Mit Kräutern kann man die Selbstheilungskräfte ankurbeln helfen.