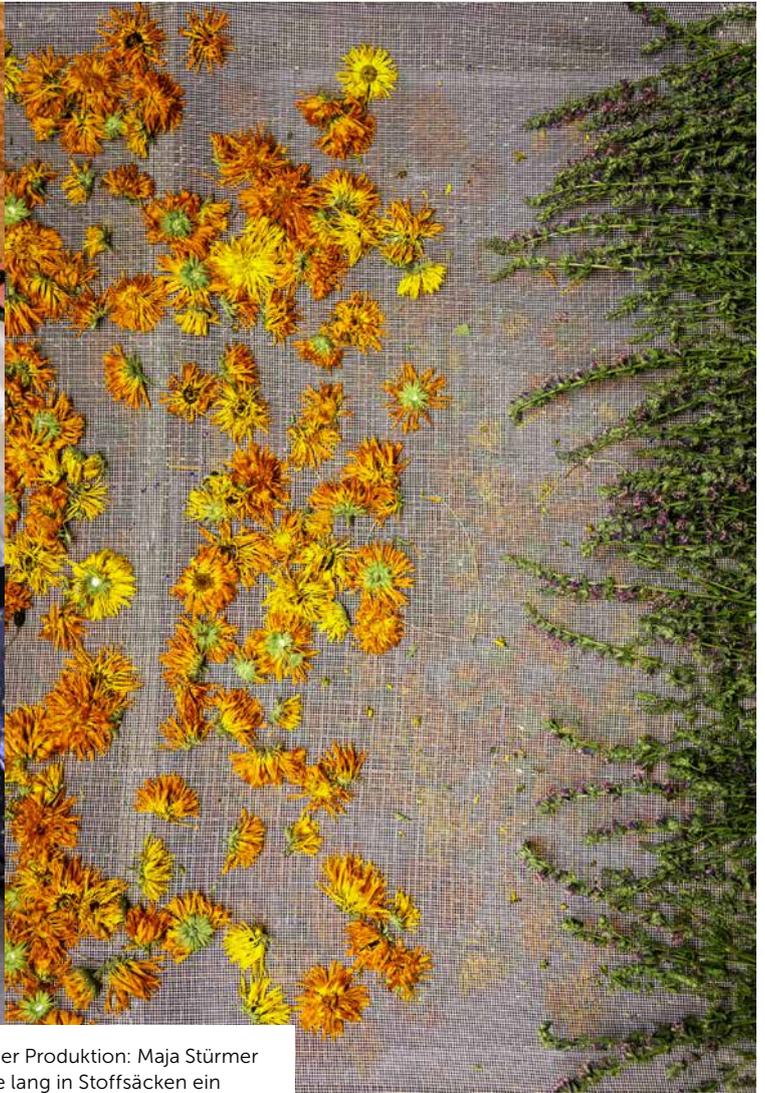




DIE MAGIE DER NATUR

Dort, wo es wild wuchert, fühlt sie sich wohl: Maja Stürmer lässt ihre Ökoflächen natürlich wachsen und zaubert aus den Kräutern Feines für ihr «Chrüterstübli». Mit uns wandert die Kräuterfrau durch ihre Wiese und erklärt, was es mit der «Magie der Natur» auf sich hat.

TEXT PIERA CADRUVI FOTOS KILIAN KESSLER



Nach dem Sammeln ist vor der Produktion: Maja Stürmer friert die Kräuter eine Woche lang in Stoffsäcken ein (abtöten von Milben), lässt sie bei 42 Grad trocknen und verarbeitet sie dann zu Tees, Gewürzen und Salben.



Kräuter für den Herbst

Mandach, Kanton Aargau. Hier lebt Maja Stürmer. Im Talkessel am Fusse des Juras bewirtschaftet sie mehrere Ökoflächen. «Die bringen viel Arbeit mit sich. Aber schauen Sie, wie schön es hier ist. All diese Kräuter und Insekten!» Sie blickt umher, beobachtet das Treiben in der Brache und schmunzelt: «Der Schachbrettfalter zeigt sich heute von seiner schönsten Seite!»

Zielstrebig läuft sie weiter, von Kraut zu Kraut. «Etwas hier, der Dost.» Sie zupft mehrere Blätter aus, gibt sie zum Probieren. Und gibt die Erklärung gleich mit: «Der Dost ist ein Stimmungsaufheller, das heisst, er wirkt antidepressiv.» Ist die Kräuterfrau mit einer Gruppe auf einer Wanderung, ermuntert sie die Teilnehmer, die Kräuter zu probieren – manchen sei dies aber nicht geheuer. «Die Leute haben zu viel Angst. Dabei haben wir hier in der Schweiz fast keine giftigen Kräuter.»

Sinn des Jätens nicht gesehen

Seit zwanzig Jahren setzt sich Maja Stürmer intensiv mit Kräutern auseinander und gibt ihr Wissen auf Kräuterwanderungen weiter. «Wie ich dazu gekommen bin? Ich habe den Sinn des Jätens einfach nicht mehr gesehen. Denn ich finde, jedes Kraut ist für etwas gut – auch Unkraut. Disteln verarbeite ich beispielsweise zu Parfüm, Bauern-Kaviar oder Schnaps.»

Behutsam geht sie weiter durch die Ökofläche. «Man muss Respekt haben vor der Natur. Kindern sage ich oft: «Passt auf, ihr lauft auf unseren Tellern herum.»» Immer wieder streift Maja Stürmer mit ihren Händen über ein Kraut und erklärt zugleich. So führt ihre Tour von der Blacke (schmerzstillend bei Verbrennungen und Arthrose), der Karde (gegen Borreliose und Streptokokken – «es ist das Zukunftsmittel gegen



Holunderbeere:

immunstärkend, dient als natürliche Vorbereitung auf den Winter.



Beinwellwurzel:

abschwellend und wundheilend, hilft bei Knochenbrüchen oder Narben.



Eibischwurzel:

beruhigt die Schleimhäute (auch im Magen), schleimlösend.

Bakterien») über den weissen Honigklee (für die Venen), das Labkraut (gegen Magen-Darm-Infektionen) bis hin zur Wegwarte. Dort bleibt die Kräuterfrau stehen und betrachtet die Blüten genauer – «es ist bestimmt nach 14 Uhr, oder? Denn nach 14 Uhr schliesst die Wegwarte ihre Blüten.»

Zusammenhänge erkennen

Die gesammelten Kräuter verarbeitet Maja Stürmer auf ihrem Hof in Mandach zu Tee, Sirup, Gewürzen oder Salben und verkauft diese dann in ihrem «Chrüterstübli». Bei den Kombinationen für diese Produkte hört die 47-Jährige auf ihr Gefühl: «Wieso ein Kraut eine bestimmte Wirkung hat, weiss ich nicht. Ich habe keine Phytotherapie-Ausbildung gemacht.» So kann es natürlich auch kommen, dass etwas nicht gelingt – «dann lerne ich etwas daraus und weiss, dass ich es nächstes Mal anders machen muss. Ich möchte die Zusammenhänge der Natur sehen und verstehen – und so daraus lernen.»

Neues entdecken

Ist Maja Stürmer im Talkessel rund um Mandach unterwegs, fallen ihr immer wieder neue Kräuter auf. «Erst letztes Jahr habe ich hier in der Umgebung das wilde Frauenmänteli wiederentdeckt. Seit 17 Jahren habe ich dieses Kraut nicht mehr gesehen. Ich habe mich so darüber gefreut!»

Der Natur Sorge tragen, das bezeichnet die Kräuterfrau als ihre Lebensphilosophie. Beobachten, welche Kräuter wie wachsen und welche Insekten sie anziehen. Und herausfinden, welches Kraut welche Wirkungen auf uns Menschen hat. «Das ist nicht Esoterik – das ist die Magie der Natur.»

←



Eine Tour durch Maja Stürmers Ökofläche: der Schachbrettfalter auf dem Dost und die weisse Gierschblüte.