

# Der Zauber der Natur

Annette Wallner aus Irschen vertraut auf die Kraft der Kräuter für Wohlbefinden und Gesundheit. Ihr Wissen, das von Frau zu Frau weitergegeben wurde, gründet auf jahrhundertalter Erfahrung.

VON CAMILLA KLEINSASSER

Die Hex' hätt'ma uns aber älter vorg'stellt!“ Das hört Annette Wallner oft, wenn sie im prachtvoll blühenden und genauso bunt duftenden Irschener Kräutergarten mit einnehmendem Lächeln auf die Besucher zuspaziert und sie für eine Stunde in die Welt der Heil- und Gewürzpflanzen entführt.

Wenn, dann gleicht die 41-Jährige mit ihrer zarten Statur und den fröhlich strahlenden Augen eher einer Kräutergefee, als einer Hexe. „Obwohl, wenn ich's mir recht überlege, wäre ich in einem früheren Leben wohl auf dem Scheiterhaufen gelandet“, lacht Wallner. „Früher wurden Kräuter nämlich vor allem in der Magie eingesetzt. Sandelholz, Nelken, Iriswurzel, Rosenblüten etwa für Liebeszauber. Keltische Schamanen traten durch das Kräuterräuchern mit ihren Göttern in Kontakt. Beifuß ist auch so ein uraltes Rauchkraut für Rituale. Minzen wurden und werden für magi-

## KRÄUTERFESTIVAL

**Fest.** „Düfte für's Leben“ lautet das Motto des 14. Irschener Kräuterfestivals, das am 6. und 7. Juli im Oberen Drautal stattfindet.

**Programm.** Es gibt Führungen durch das Kräuterdorf, Marktstände mit Kräuterprodukten, Vorträge, Brauchtum & Köstliches aus der Kräuterküche.

sche Wünsche verwendet“, sagt Wallner leise, als würde sie lang gehütete Geheimnisse uralter Hexenküche preisgeben.

Dann zwinkert sie aber mit den Augen: „Ich selbst befürworte das nicht. Bei so etwas muss man auch immer bereit sein, die Konsequenzen zu tragen“, sagt sie, zupft an Lavendel, Schnittlauchblüten, Kranewitten und Palmkätzchen und wirft die so gewonnene Mischung behutsam in eine gusseiserne Pfanne, aus der be-



harrlich, wie ein hauchdünner Schleier, Rauch aufsteigt.

### Medizin aus dem Wald

Eine zarte Brise weht die graue Wolke über den Holztisch vor dem geschichtsträchtigen Fundahof und gibt den würzigen Duft der Kräuter frei. Annette Wallner schließt die Augen, atmet tief ein: „Ich gebe auch gern Waldweihrauch – also Baumharz – hinein. Er ist wohlriechend, enthält ätherische Öle, wirkt antiviral, anti-

bakteriell und entzündungshemmend. In Verbindung mit Salbei werden damit Häuser ausgeräuchert, um bei Erkrankungen Keime zu beseitigen.“ Kräuterduft hilft auch bei Stress, wirkt entspannend und bindet schlechte Gedanken.

Wer's ausprobieren will: „Zum Räuchern braucht man nicht viel: Eine Schale, Sand, der die Hitze absorbiert, etwas Räucherkohle und getrocknete Kräuter. Johanniskraut wäre etwa ein Schutz-



„Die Natur gibt uns alles, was wir zum Wohlfühlen brauchen. Wir müssen es nur nutzen.“ Da ist sich Annette Wallner sicher. In ihrem Kräutergarten wachsen über 100 verschiedene Kräuter – teils von ganz allein

WEICHELBRUNN (5)

kraut, das Sorgen und Angst lindert“, erklärt die Naturheiltherapeutin, nimmt ein Salbeiblatt in den Mund und grinst: „Das hat mein Opa auch gemacht. Kein Spaziergang, bei dem er nicht auf irgendetwas herumgekaut hat, das er vom Wiesenrand gepflückt hat. Wiesensalbei zum Beispiel ist wie natürlicher Kaugummi, gut für die Mundfrische. Verräuchert wirkt er unterstützend bei Husten und Angina.“ Schon von klein auf wusste Annette Wallner

die Geschenke von Mutter Natur zu schätzen.

#### Alte Kräuterweib'ln

„Meine Mutter sagt mir oft, wie sehr ich sie an ihre Mutter erinnere. Die Oma war ein richtiges Kräuterweib'ln, tiefreligiös und durch den Krieg gewohnt, alles zu verwenden, was die Natur ihr gab.“ Nie wird Annette Wallner die täglichen Spaziergänge mit ihren Großeltern vergessen, das Heimkommen mit der duftenden

Beute von Wiesen und Wäldern, wie es aus dem Kessel dampfte von dem Gebräu, das die Großmutter „Kaffee“ nannte, aber aus Wurzeln der Wegwarte gewann.

„Oder schaut's da unten.“ Wallner deutet auf ein altes Paar, das die Straße entlangspaziert, die weißen Häupter im Nieselregen. Hand in Hand lächeln sie einander an. „Er ist über 90 Jahre alt und sie kocht ihm täglich ihren Kräutertee.“ Solche Kräuterfrauen haben im Oberen Drautal Tra-

dition. Sie schöpfen aus jahrhundertaltem Erfahrungsschatz. „Von ihnen habe ich viel gelernt, vor allem von der Oma, die über 90 wurde“, sagt Wallner stolz, die ihr Wissen heute wiederum an ihre beiden Töchter und den Sohn weitergibt – und an wissbegierige Besucher.

#### Das Video.

Mit Annette Wallner im Kräutergarten unterwegs

[www.kleinezeitung.at/kaernten](http://www.kleinezeitung.at/kaernten)

