



Der Druid Sepp Matsche vor seiner Präsentation „Heilkräuter und ihre Wirkung“.

– Foto: Brummer

## Apotheke der Natur v. 23.03.2026

Sepp Matsche referiert beim Gartenbauverein über „Heilpflanzen und ihre Wirkung“

**Simbach.** Für einen Vortrag beim Simbacher Gartenbauverein konnte die Vorsitzende Frieda Brummer mit ihrer Vorstandschaft den Druiden Sepp Matsche einladen. Der Titel „Heilpflanzen und ihre Wirkung“ lockte über 80 Gäste in den Lokschruppen.

Sogleich begann der Referent mit seinen Erfahrungen und seinem Wissen. Einst waren die Heilkräuter die einzig verlässliche Medizin, die einem Kranken Linderung bringen konnten. Dabei blieben Beobachtung, Erforschung und Erfahrung nicht nur auf diverse Leiden beschränkt, sondern wurden auch auf die Einwirkung der Kräuter auf das Wesen der Menschen erweitert. So entstand neben dem Wissen um die Heil-

kraft der Kräuter auch ein Wissen um ihre Zauberkraft.

Der Dozent für Erwachsenenbildung weiß auch, dass es in Europa 12 000 verschiedene Pflanzen gibt, davon 1500 genießbare. „Und wir benutzen 400 Heilpflanzenarten.“

Das Wissen über Ayurveda ist durchgehend 4000 Jahre alt. In Europa wechselten die Bewertungen, so entstand immer wieder ein kultureller Bruch und Wissen ging verloren. „Das Gesamtkraut macht die Pflanze“, sagt der Druid. Bioaktive Wirkstoffe halten Schädlinge ab und sorgen für einen Schutzmechanismus. Ein einfaches, aber sehr wichtiges Mittel ist der Tee aus Lindenblü-

ten und wer Johanniskraut im Garten hat, darf stolz sein. Paracelsus war der Vater der modernen Medizin und er sagte: „Alles, was du brauchst, wächst 200 Meter in deinem Umkreis.“

Zur Phytotherapie der Heilpflanzenkunde zählt man die klassische Pflanzenheilkunde, die Aromatherapie, die Homöopathie, Spagyrik, Bachblüten-/Blütenessenzen und Räucherungen. Matsche weiß auch, dass Bachblüten bei Kindern gut wirken. Zitronenmelisse am Abend bringt eine gute Wirkung, dass Wacholder desinfiziert und Kamille ausgleicht. Beinwell fördert die Kalusbildung und sorgt für neues Gewebe. Vom Holunder, der auch „Heiliger Baum“ genannt wird,

kann alles genommen werden. Ebenfalls die ganze Pflanze wird bei der keltischen Kräuterkunde genommen.

Die fünf gefährlichsten Giftpflanzen in Mitteleuropa sollte man laut Matsche kennen, es sind dies: Eisenhut, Fingerhut (Digitalis), Herbstzeitlose, Tollkirsche und Riesenbärenklau. Aber auch den gefleckten Wasserschierling sollte man als besondere Giftpflanze noch kennen.

Nach über zwei Stunden informativen und vielen unbekannten Erklärungen, teils mit Bildern dargestellt, bekam Sepp Matsche gebührenden Applaus von den Gästen.

– fb