

HOLZFORSCHUNG

Bäume für die Seele

TEXT Erwin Thoma FOTOS Rachele Z. Cecchini

Forschungsergebnisse zeigen, dass das Holz bestimmter Bäume unser Befinden beeinflusst und dass Menschen mit den Bäumen und Gewächsen, die sie umgeben, inniger und unmittelbarer verbunden sind, als man gemeinhin annimmt.

Die Lärche besiedelt ein breites Spektrum an verschiedenen Klimazonen.



Die Birke ist ein Pionier und besiedelt blitzschnell entwaldete Flächen.



Die Fichte setzt mit flachen Wurzeln allseitig auf gute Nachbarschaft.

Buchtipp

Im Tagebuch der Bäume lesen, ihre Sprache verstehen lernen – das eröffnet eine neue, erfrischende Quelle im Leben. Auch Wissenschaftler beziehen neuerdings ihre Erkenntnisse aus den Bäumen, die für viele Anliegen unserer Zeit eine Lösung bieten: Wie finde ich Holz, das natürlich ist, aber lange hält? Wie baue ich ein energieautarkes Haus? Gibt es tatsächlich gesundheitsförderndes Holz, das mich länger und gesünder leben lässt? Dieses Buch weihet den interessierten Leser in die Sprache der Bäume ein. **«Die geheime Sprache der Bäume»**, Erwin Thoma, gebunden, 208 Seiten, 15,1 x 21,6 cm, Servus Verlag, München, ISBN 978-3-7104-0111-4, ca. CHF 25.–



Ein ganz einfaches Experiment im Holzforschungszentrum der Thoma Holz GmbH hat eine erstaunliche Verbindung zwischen Mensch und Baum zutage befördert. Für die Besucher wurde ein Sesselkreis mit einer Besonderheit aufgestellt: Alle Holzstühle in diesem Kreis waren zwar genau gleich angefertigt, jedoch bestand jeder Stuhl aus einer anderen Holzart. So musste sich jeder Besucher entscheiden, ob er sich auf Erle oder Eiche, Birke oder Linde, Fichte oder Lärche, Tanne, Zirbe oder Kiefer, Ahorn oder Buche setzen wollte. Die Besucher fällten ihre persönliche Entscheidung ohne nachzudenken, wenn sie freundlich aufgefordert wurden, sich doch auf irgendeinen der Stühle hinzusetzen. Im Kreis gibt es ja keine vorgegebene Sitzordnung.

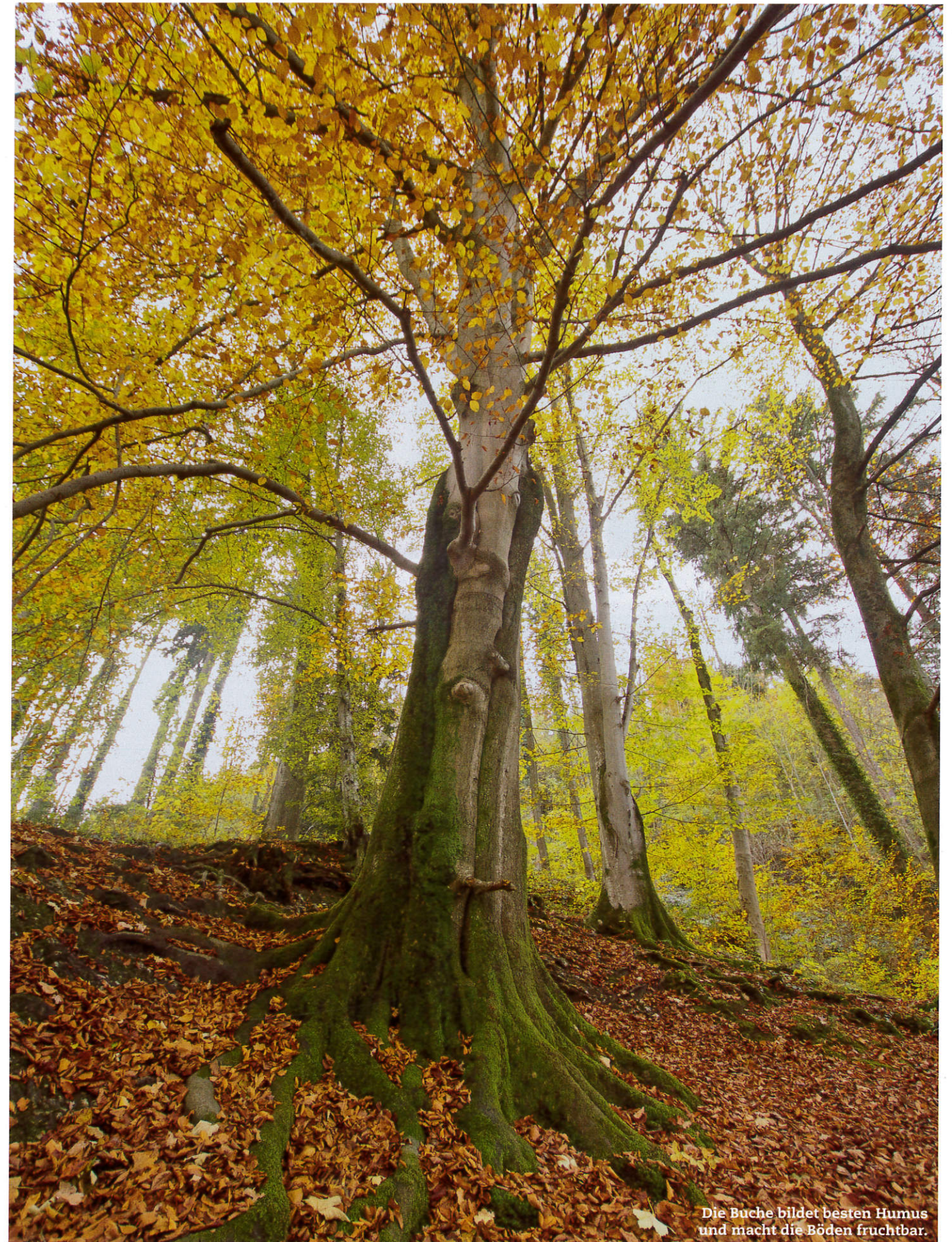
Berg-Ahorn für Trost und Heilung

Das Holzforschungs-Team staunte nicht schlecht, als sie beobachten konnten, dass sich bestimmte Menschentypen immer zu bestimmten Holzarten hingezogen fühlten. Die erdige Eiche etwa zog erdige Typen an. Beim kühlenden Berg-Ahorn fühlen sich Menschen besonders wohl, die

Trost und seelische Heilung suchen. Die Birke unterstützt die Kreativität und löst Gedanken. Die Fichte steht für Ausgleich und Kooperation. Mutet das nicht etwas seltsam an? Kann man denn an einem naturwissenschaftlichen, bautechnischen Holzforschungszentrum solche Schlüsse ziehen?

Arvenholz beruhigt den Herzschlag

Erst vor Kurzem wurde an der renommierten Medizinischen Universität Graz nachgewiesen, dass ein Raum aus Arven-, Fichten- oder Tannenholz den menschlichen Herzschlag beruhigt. Wer das Glück hat, in einem Schlafzimmer aus echtem, unbehandeltem Holz zu schlafen, erspart sich jede Nacht eine ganze Stunde Herzarbeit – so sehr beruhigt uns das Holz der bisher untersuchten Nadelbäume. Auch das vegetative Nervensystem wird in seiner Vitalität signifikant gestärkt, der Schlaf wird verbessert und die Gesundheit dadurch wesentlich unterstützt. Dieselbe positive Wirkung von Holz auf unseren Körper wurde inzwischen nicht nur im heimischen Schlafzimmer, sondern auch in Schulräumen und Büros nachgewiesen. →



Die Buche bildet besten Humus und macht die Böden fruchtbar.



Die Kiefer wächst an trockenen Südhängen und ebenso in den kältesten Regionen des Nordens.

Die Pioniere begründen neue Wälder:

Baum	Aufgabe in der Natur	steht für
Birke	besiedelt blitzschnell entwaldete Flächen	Beweglichkeit, Leichtigkeit, Kreativität
Erle	wächst sogar im Sumpf und pumpt stehendes Wasser weg	Überwindung alter Denkmuster
Haselstrauch	wuchert im Mittelgebirge regelrecht über Gestrüpp und erstickende Schlagvegetation	Sorglosigkeit
Holunder	wächst im Wald sogar durch Brombeeren hindurch und bereitet den Boden für die grossen Bäume vor	Selbstbewusstsein

Die Dauerhaften haben die Aufgabe, das Erreichte zu bewahren:

Baum	Aufgabe in der Natur	steht für
Buche	bildet besten Humus, wodurch saure Böden auch für andere Bäume fruchtbar werden	Mütterlichkeit
Fichte	setzt mit flachen Wurzeln und schmalen Kronen allseitig auf gute Nachbarschaft	Kooperation
Esche	verbindet das Harte, Dauerhafte der Eiche mit der schnellen Leichtigkeit der Birken, besitzt ein elastisches und dennoch hartes Holz	Licht
Eiche	bildet eines der härtesten und beständigsten Hölzer, das ohne Nachzugeben den wildesten Stürmen trotzt; ihr Wurzelsystem ist tief, breit und unverwüstlich	Kraft, Beständigkeit

Die Extremen besiedeln Orte, an denen andere Bäume nicht mehr wachsen können:

Baum	Aufgabe in der Natur	steht für
Arve	steigt ins höchste Gebirge und hält unendlich lange durch	Ruhe, Ausdauer
Kiefer	wächst an sehr trockenen Südhängen und ebenso in den kältesten Regionen des Nordens	Geborgenheit
Lärche	besiedelt ein grosses Spektrum an Klimazonen	Bewältigung verschiedener Situationen

↳ **Wirksame Inhaltsstoffe**

Bislang wurden solche Aussagen ins Reich der Spekulationen abgeschoben. Nun haben wir aber Forschungsergebnisse einer angesehenen Universität auf dem Tisch. Da tauchen gleich die nächsten Fragen auf: Wie kann ich das nutzen? Sind alle Holzarten in ihrer Wirkung gleich? In der Tradition unserer Naturheilkunde haben schon früh heilkundige Menschen, etwa Hildegard von Bingen oder Paracelsus, über die verschiedenen Inhaltsstoffe der Bäume Bescheid gewusst. Gezielt wurden Hölzer, Blüten, Blätter, Wurzeln, der Rauch beim Abbrennen bestimmter Baumarten sowie auch deren Asche zur Behandlung diverser Leiden eingesetzt. Einzelne Holzarten ordnete man demzufolge bestimmten Menschentypen und Lebenssituationen zu.

Bäume und ihre «Berufung»

Wer genau in den Wald hineinschaut, der kann tatsächlich verschiedene Eigenschaften und Qualitäten der Bäume erkennen.

Wie bei uns Menschen gibt es auch bei den Bäumen Spezialisten für alle möglichen Aufgaben. Da müssen Hänge vor dem Abrutschen gesichert, Sümpfe trockengelegt oder Naturgewalten wie Stürme, Schneelast, Frost und Erosion getrotzt werden. Die Liste aller Aufgaben unserer Wälder lässt sich unendlich fortsetzen. Daraus ergibt sich die spannende Beobachtung, dass jeder Baum eine bestimmte Aufgabe besser beherrscht als alle anderen. Diese Arbeit ist dann sozusagen seine «Berufung». Es gibt Tiefwurzler wie Lärchen und Eichen, die wie Bollwerke dem Sturm widerstehen. Es gibt Pioniere wie die Erle, die Sümpfe auspumpen, oder die Birken, die sehr schnell verwundete Böden besiedeln und beschützen. Es gibt mütterliche Bäume wie die Buche, die mit ihrem Laub besonders wertvollen Humus bildet. Extrembergsteiger wie die Arve besiedeln die obersten Regionen unserer Alpen, während Weiden und Pappeln gelernt haben, Überschwemmungen im tiefen Auwald beizukommen.

Schöpfen aus Quellen der Natur

Was kann ein Baum besonders gut? Wofür steht er und womit dient er der Waldgemeinschaft? Fragen dieser Art führen uns schon sehr nahe zum Wesen eines Baums und zum Verstehen seiner Ausstrahlung. Auch Bäume verfügen über individuelle Fähigkeiten und verschiedene Lebenskonzepte. Wer in den Wald geht und unter einem Baum verweilt oder wer sich dessen Holz ins Haus holt, der holt auch dessen Inhaltsstoffe, Maserung und Kraft ins eigene Leben. Und es tut gut, aus solchen Quellen der Natur zu schöpfen. •



Baumfreund Erwin Thoma mit seiner Hündin «Fee».