



Waldpädagogin Stephanie Erhardt an einer Rotbuche. Sie ist darüber hinaus Kräuterpädagogin, Streuobstpädagogin und Fachwirtin im Obst- und Gartenbau.

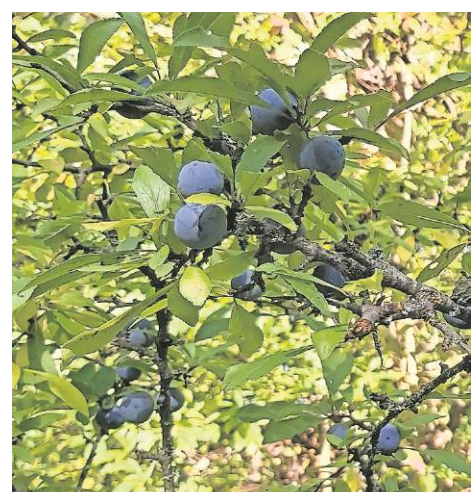
GB-Foto: Holom

Auf den Spuren der Geheimnisse im Unterholz

Mötzingen: Der Apfelbaum kommt aus Asien, Douglasiennadeln schmecken nach Mandarine und Brennesselsamen waren früher in Klöstern verboten – Waldpädagogin Stephanie Erhardt führt durch die Natur und verrät allerlei Faszinierendes über sie.

VON KATJA FUCHS

Durch den Wald spazieren kann jeder, seine Geheimnisse kennen dagegen nur wenige. Es gibt dort nämlich unheimlich viel zu entdecken, weiß die Mötzinger Waldpädagogin Stephanie Erhardt. Die Rinde der Eiche wirke in einer Salbe super gegen Schweißfüße. Douglasiennadeln schmecken nach Mandarine und junge Buchenblätter wie Sauerampfer. Die seien noch dazu gut fürs Immunsystem. Wer sich die Füße mit Breitwegerichblättern einwickle, bevor er Socken und die Wanderschuhe darüberziehe, bekomme keine Blasen, berichtet sie von ihrer Erfahrung. Schlehensaft wirke gegen Erkältung, aber man solle mit dem Ernten der kleinen lila Beeren warten, bis der erste Frost den Fruchtzucker zutage gefördert habe. Und die Brennnessel sei die Königin der Heilpflanze, die gegen nahezu alles helfe. Tee aus ihren Blättern entgifte. Lustiger Fakt: „Im Mittelalter war in den



Der Schlehendorn hat kleine, blaue Beeren, die erst süß schmecken, wenn der erste Frost da war. Zu Saft gepresst helfen sie laut Erhardt gut gegen Erkältung.

Klöstern ein Rezept für Brennesselsamen mit Pfeffer und Ei verboten, weil Brennesselsamen angeblich die Wollust der Damen steigerte“, verrät Erhardt.

Es gibt kaum etwas, das sie nicht weiß. „Die Wildkirsche erkennt man an ihren Querstreifen im Holz“, erklärt sie und deutet auf einen recht dünnen Baum am Wegesrand. Und die Hainbuche, die daneben wächst, gehöre in Wirklichkeit zu den Birkengehäusen, während die Rotbuche eine echte Buche sei. Bei der Ausbildung zur Waldpädagogin, damals vor zwölf Jahren, musste sie mindestens 40 Stunden mit Förstern ableisten. „Da habe ich Sämtliche in der Umgebung kennengelernt und jeder gibt sein Wissen weiter.“

Wer sich, wie Erhardt, schon so lange mit der Natur beschäftigt, bekommt einen anderen Blick darauf. „Man kann nicht schätzen, was man nicht kennt. Und nur, was man schätzt, betrachtet man auch als schützenswert“, meint sie mit Blick auf eine vertrocknete Linde. „Vermutlich wird sich erst in den nächsten zwei oder drei Jahren zeigen, was dieser Sommer angebracht hat.“ Nachhaltigkeit sei das Stichwort. Die Waldpädagogik ziele darauf ab, Jung und Alt den Wald wieder nahe zu bringen. Es werde Zeit, dass der Mensch etwas mehr zur Natur zurückfinde. Ganz abgesehen von der Erholungsfunktion des Waldes. „Es hat schon seine Gründe, dass in Japan Waldbaden ärztlich verordnet wird.“ Die meisten Menschen seien inzwischen regelrecht von der Natur entfremdet. „Wenn man früher krank war, hat man zuerst zu Heilkräutern gegriffen und geschaut, wie einem die Natur helfen kann. Wenn das nicht geklappt hat, ist man zum

Arzt. – Heute ist es anders herum.“

Eigentlich ist Erhardt Erzieherin und hat lange verschiedene Kindergärten geleitet. Und immer überlegt, was sie den Kindern mitgeben kann. Besonders Tage im Wald kamen gut an. Der Wald bedeute für die Kinder Freiheit. „Dort gibt es nie Streit, sie langweilen sich nie, obwohl es dort kein vorgefertigtes Spielzeug gibt, und sie verhalten sich im Wald sozialer und helfen sich gegenseitig viel mehr“, habe sie beobachtet. Das sei für sie der Anlass gewesen, in die Ausbildung zu starten. Und natürlich, dass sie schon immer naturverbunden war.

„Der Wald hat mich von klein auf interessiert. Ich komme aus einer sehr ländlichen Gegend bei Waldenbuch.“ Dem Vater habe sie schon früh beim Holz sägen geholfen. Die allgemeine Entfremdung von der Natur kann sie nicht nachvollziehen.

„In Böblingen wollte die Leitung eines Kindergartens dafür sorgen, dass die Kinder einen Tag in der Woche im Wald verbringen können. Die Eltern haben das aber verhindert. Sie hatten Angst, dass den Kindern dort etwas passiert“, erzählt sie. Dabei, so Erhardt, lasse sich vom Wald so vieles lernen. „Wir müssen ihm nur zuhören, indem wir in die Stille lauschen und uns mit ihm beschäftigen.“ Es sei wichtig, dass Kinder die Natur selbsthandelnd erfahren. „Koordination und Bewegung werden dort viel besser geschult, weil die Kinder auch mal über etwas drüber klettern oder auf unebenem Boden laufen müssen.“

Der Wald habe ihrer Meinung nach viel Respekt verdient. „Er gibt uns so viel und sorgt für frische Luft. Und wer hinschaut, erkennt, wie wunderschön die Natur ist“,

sagt sie. „Wir sollten unser Glück nicht nur aus Materiellem ziehen, sondern uns an dem freuen, was um uns herum ist.“ Erhardt weiß, wovon sie redet, denn als sie etwa zehn Jahre alt war, sei der liebste Treffpunkt der Kinder ein Apfelbaum gewesen. Sie haben in seinem Schatten gesessen, seien darauf herumgeklettert oder haben Hängematten hineingehängt. Dann habe an seiner Stelle ein Haus gebaut werden sollen. „Wir haben eine Demo gemacht und wollten verhindern, dass er gefällt wird“, erinnert sie sich. Er habe letztendlich aber dennoch weichen müssen,

Erhardt ist nicht nur Waldpädagogin, sondern auch Kräuter- und Streuobstpädagogin. Gibt es da noch Steigerungsmöglichkeiten? „Mir schwebt vor, in Mötzingen eine Naturakademie zu gründen“, verrät sie. „Damit die Leute den Wald besser kennenlernen.“ Ein paar Mithelfer hätte sie schon, die bereit wären, Pilz- oder Kräuterwanderungen zu geben. Aber das liege noch ein paar Jahre in der Zukunft. Sie wolle das Projekt in Angriff nehmen, wenn ihre Kinder etwas größer seien. Bis dahin profitieren immer die vom Wissen ihrer Mutter, ebenso wie die Teil-



Das ist ein Breitwegerich-Blatt. Die Pflanze wächst im Wald an Wegesrändern und hat bei Stichen, Blasen oder anderen kleinen Verletzungen eine heilende Wirkung.

GB-Fotos: gb

was für sie und ihre Freunde ein Drama gewesen sei. Noch heute sei der Apfelbaum ihr Lieblingsbaum. „Man hat schon vor Tausenden von Jahren angefangen, Apfelbäume zu kultivieren“, berichtet sie. „Sie kommen aus Asien. Von den Wildäpfeln stammen unsere heutigen Äpfel ab.“

nehmer von Erhardts Kräuterführungen und Fortbildungen. „Der Wald als Biotop ist nicht wegzudenken“, so ihr Fazit. „Wenn der Wald stirbt, dann auch der Mensch.“

■ Weitere Infos gibt es unter <http://allerlei-gruenes.de/>