

GOETHES BAUM

PFLANZE DES MONATS APRIL 2010

In einem bekannten Gedicht namens «Gingo biloba» beschreibt Goethe den Ginkgo als Sinnbild von Freundschaft und widmete diese Zeilen prompt seiner späten Liebe Marianne von Willemer. Dazu inspiriert hat ihn wahrscheinlich die Form des Ginkgo-Blattes. Ein sommergrüner Farbton auf dichtem und fleischigem Untergrund macht die Art des Blattes zu etwas speziellem. Dazu kommt die grosse Kerbe, welche das Blatt in zwei von sich unabhängigen Teilen trennt. Diese seltene Erscheinung regt zum Überlegen an.



Nicht nur rein äusserlich kann der Ginkgo zum Denken anregen, er schafft es auch innerlich! Seine, seit vielen Jahren bekannten und geschätzten Inhaltsstoffe, verleihen ihm die Kraft die Durchblutung unseres Körpers zu unterstützen und zu verbessern. Besonders unser Hirn kann von diesen Eigenschaften profitieren. Daher wird die Pflanze häufig bei Konzentrations- und Gedächtnisschwäche eingesetzt. Weiter können die Wirkeigenschaften bei Schwindel, Kopfschmerzen, Ohrensausen und Hyperaktivität bei Kindern unterstützend helfen.

Der Baum stammt aus Ostasien, wo er als Tempelbaum kultiviert wird. Im 18. Jahrhundert wurde er von holländischen Seefahrern aus Japan nach Europa gebracht. Bei uns wird er seit seiner europäischen Ankunft als Zier- und Arzneipflanze geschätzt. Interessant ist auch die Tatsache, dass Ginkgo seit über 290 Millionen Jahren existiert. Er gilt somit als eine der ältesten bekannten Pflanzen überhaupt, die heute noch existieren. Der wissenschaftliche Name von Ginkgo leitet sich aus dem japanischen ab und bedeutet «silberne Aprikose».

Während in Asien der Ginkgo auch als Nahrungsmittel verbreitet ist, kennen wir Europäer den Baum hauptsächlich als Tee- und Heilpflanze. In Zubereitungen kommt ein etwas spezieller Geschmack zum Vorschein. Aus diesem Grund empfehle ich, die getrockneten Pflanzenblättern in eine Teemischung mit ähnlich wirkenden Arzneipflanzen vermischen zu lassen. Wer eher weniger Tee trinken möchte, findet mit der spagyrischen Essenz von Ginkgo eine praktische Alternative. Ebenfalls finden Sie in der Drogerie Roth Ginkgo in Form von Tabletten und in Kapseln. Lassen Sie sich beraten, es lohnt sich.

HOT-TIPP

Ist es Ihnen schon aufgefallen? Im Friedhof Meilen ebenso im Park des Landesmuseums in Zürich stehen Ginkgobäume. Als Zierbaum eignet sich dieser Baum an exponierten Stellen ausgezeichnet, denn er ist äusserst unempfindlich gegenüber Umwelteinflüsse.