DIE BIRKE VERKÖRPERT DIE JUGEND

Im Kreislauf des Lebens

RESY STRASSER
Korndoblerhof
Obertrum

naturzeit

RESY STRASSER Die Birke ist als junger Baum am schönsten. Sie übertrifft alle anderen Bäume an Schönheit und Grazie. Die Birke hat einen weißen, schlanken Stamm und ein feingliedriges, zartgrünes Blattkleid. Sie gehört zur Familie der Birkengewächse, genauso wie die Haselnuss und die Erle. Diese drei Bäume stehen im Kreislauf des Lebens. So steht die Haselnuss am Anfang und ist Symbol für die Kinder, die Birke steht in der Mitte und verkörpert die Jugend und die Erle, die am Ende steht, symbolisiert das Alter. Die Birke ist ein Lichtbaum. In dunklen Wäldern kann sie nicht gedeihen. Birkenwälder sind immer licht und hell, das leichte Blätterdach lässt noch genügend Licht durch, außerdem reflektiert die weiße Birkenrinde und wirkt daher hell und strahlend. In einem Birkenwald findet man unter den weißen Stämmen keine reichhaltige Flora, weil sich die Wurzeln die meisten Nährstoffe aus der oberen Bodenschicht holen. Birken wachsen auch in feuchten Gebieten, daher werden sie heute noch zum Entwässern gepflanzt. Sie ist eine wahre Pionierin. Kein Laubbaum ist so winterhart wie die Birke. Sie übersteht die kältesten Winter, weil ihre luftgepolsterte Rinde ein guter Kälteschutz und daher wasserundurchlässig ist. Diese Eigenschaften erkannten die Menschen schon früher und so machten sie aus Birkenrinde Dachschindeln für ihre Häuser. Als Bauholz ist es weniger geeignet, aber als Kaminholz entfaltet es ein helles, strahlendes Feuer. Das Holz brennt auch im frischen und feuchten Zustand durch den eingelagerten Birkenteer.

www.kräuterschnecken.at

DIE BIRKE *ist ein Lichtbaum mit wertvollen Heilstoffen.* Foto: Strasser

Belebender Birkensaft

Im zeitigen Frühjahr, wenn noch die Müdigkeit in unseren Gliedern steckt, ist es Zeit für eine Frühjahrskur. Jetzt erwacht auch die Birke zu neuem Leben. Blätter und Saft enthalten am meisten Heilstoffe, die belebend und reinigend auf unseren Körper wirken. Wenn im März und April die Säfte in den Stamm steigen, ist die günstigste Zeit, den frischen Saft zu gewinnen. Dieser ist glasklar und schmeckt leicht süßlich. Eine Birke pumpt im Frühjahr täglich ca. 50 l von der Wurzel in die Baumkrone. Für eine Trinkkur genehmigt man sich zwei bis drei Wochen lang zwei Stamperl täglich. Der Birkensaft wird mit 1/3 hochprozentigem Alkohol vermischt und im Kühlschrank aufbewahrt. Er hilft auch bei schlecht heilenden Wunden. Auch kann Tee aus Birkenblättern, gemischt mit Brennnesselblättern und Minzeblättern, zum Entschlacken zubereitet werden. Eine Kur sollte nicht länger als drei Wochen dauern. Auch der Birkenzucker (Xylit) gewinnt immer mehr an Beliebtheit. Aber man sollte seine Herkunft genauestens prüfen.