

# Linde

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **56 (1999)**

Heft 7: **Tanz in den Sommer : mit Liebe, Lust und Lebensfreude**

PDF erstellt am: **27.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-558015>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



## Linde

Sommerlinde und Winterlinde, die beiden bei uns am häufigsten vorkommenden Linden, gehören zu einer Familie mit 50 Gattungen und 450 in alle Erdteile verstreuten Arten. Der stattliche Baum mit seiner breit gewölbten Krone wird 30 bis 40 Meter hoch und soll ein Alter von 1000 Jahren und mehr erreichen. Diese enorme Beständigkeit ist sicher einer der Gründe, weshalb vielerorts Dorf-, Gerichts-, Luther-, Goethe- und andere Gedenk-Linden stehen.

Bei den Germanen war die Linde heilig und der Göttin Freya, der Beschützerin des Lebens, gewidmet. Traditionell gilt sie als Baum der Liebenden und der Rechtsprechung, als mütterlich auch und in Ovids «Metamorphosen» als weibliches Gegenstück zur männlichen Eiche.

*Tilia platyphyllos* Scop. heisst die Sommer-, *Tilia europaea* var. *L.* heisst die Winterlinde lateinisch. Das griechische *ptilon*, aus

dem sich *Tilia* ableitet, bedeutet Flügel und bezieht sich auf das Aussehen des Blütendeckblattes. In rund 30 Arten findet man den Laubbaum in der nördlichen Hemisphäre, und von altersher ist er für Menschen, Bienen und Böden ein Segen: von den Blättern über die Rinde und den Bast bis hin zu den sich tief ins Erdreich grabenden Wurzeln und den rund 50 000 Blüten des ausgewachsenen Baumes.



Die Linde von Linn/AG (800 Jahre alt). Mächtigste Linde der Schweiz, vermutlich früherer Versammlungsort.  
Foto: Internationales Baumarchiv, Verena Eggmann, Winterthur



## Vorkommen

Die Sommerlinde bevorzugt Auwälder, die Winterlinde die Hänge des Berglandes bis in eine Höhe von 1500 Meter. Beide säumen gerne Parkanlagen, Alleen und Dorfplätze - die Linde war schon immer ein menschnaher Baum. Als Standorte schätzen die beiden Arten insbesondere frische, nährstoff- und basenreiche, oft kalkhaltige bis mässig saure, steinige Lehmböden.

## Geschichtliches

In der Mythologie und Kulturgeschichte vieler Völker war die Linde der Schicksalsbaum schlechthin: Am Tag der Geburt des Stammhalters, so wollte es der Brauch, pflanzte der glückliche Vater eine Linde. Unzählige Legenden, Sagen und Volkslieder haben die Linde zum Gegenstand - vom Minnesang Walther von der Vogelweide (1170 - 1230) bis zu Franz Schuberts Lied «Am Brunnen vor dem Tore ...».

Praktisch ging es bei den Pfahlbauern zu. Neueren Forschungen zufolge benutzten bereits sie die Linde zur Anfertigung von Flechtwerk, Kleidern, Betten und Matten. Im Mittelalter wurde das weiche Lindenholz auch oft für Schnitzereien und Plastiken verwendet. Die Lindenholzkohle wird als Zeichenkohle geschätzt. Grosse wirtschaftliche Bedeutung besitzt die einzige krautige Gattung mit dem Namen *T. corchorus* - die Jute.

Die Heilwirkungen der Linde wurden erst recht spät entdeckt. Im 17. Jahrhundert beschrieb sie Johann Joachim Becher in seinem «Medizinischen Parnass». Seither gehört sie allerdings zum festen Bestand der natürlichen Hausapotheke.

## Heilkräfte

Die krampfstillenden, schweiss- und harntreibenden sowie leicht fiebersenkenden Eigenschaften der Linde zeitigen bei vielen Beschwerden eine milde, aber nachhaltige Wirkung.

Entsprechend gross ist das Anwendungsspektrum. Im Vordergrund liegen Erkältungskrankheiten, bei denen Schwitzturen angesagt sind. Daneben erleichtert der klassische Lindenblüten-Tee die Harnausscheidung, fördert den Schlaf und soll der Arterienverkalkung vorbeugen. **Tipp:** 1 Teelöffel Blüten (zum Schwitzen können es auch 2 sein) in 1 Tasse Wasser aufbrühen und 3 Tassen pro Tag trinken. Gesammelt werden die Blüten im Juni/Juli.

Innerlich wurde früher die aus dem Lindenholz hergestellte Lindenholzkohle bei akuten Vergiftungserscheinungen, entzündlichen oder katarhalischen Darmerkrankungen, Durchfällen, Erbrechen, Verstopfungen und Blähungen angewandt. Äusserlich wurde sie auf eiternde Wunden, Flechten oder Ekzeme gestreut und abgewaschen. Diese Verwendungen, - ebenso wie diejenige, Lindenbastschleim mit Wasser vermischt auf Brandwunden aufzulegen - gelten heute nicht mehr als

zeitgemäss. Blatt und Rinde werden nur noch selten benutzt.

Eine dieser seltenen Ausnahmen besteht darin, den Saft von frisch gepflückten Blättern mit etwas Weisswein zu vermischen und damit verkrampfte Glieder zu massieren. Das löst die Krämpfe, stillt den Schmerz und tut gut. Zwischen der Sommer- und der Winterlinde bestehen übrigens bezüglich Heileigenschaften keinerlei Unterschiede.

• CU



Sommerlinde



Blätter der Silber-Linde



Wurzelwerk einer Winterlinde