Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 56 (1999)
Heft: 7: Tanz in den Sommer : mit Liebe, Lust und Lebensfreude

Artikel: Linde
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-558015

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

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 menschennaher Baum. Als Standorte schätzen die beiden Arten insbesondere frische, nährstoff- und basenreiche, oft kalkhaltige bis mässig saure, steinige Lehmböden.

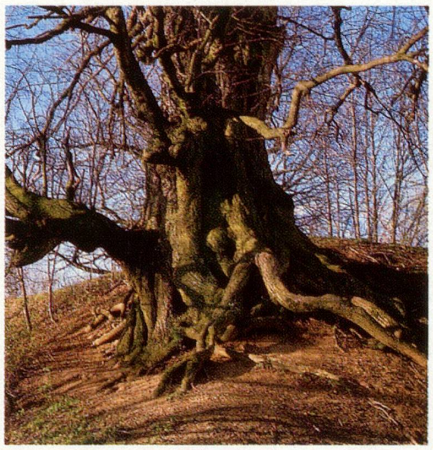
Sommerlinde

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 Vogelweides (1170 – 1230) bis zu Franz Schuberts Lied *«Am Brunnen vor dem Tore ...»*.

Blätter der Silber-Linde

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.



Wurzelwerk einer Winterlinde

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 Schwitztouren 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 katarrhalischen 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 vermengt 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