

Silberdistel

In jedem Jahr wählen die Stiftung Naturschutz Hamburg und die Stiftung zum Schutze gefährdeter Pflanzen eine selten gewordene Pflanze zur Blume des Jahres. 1997 wurde die auffallend schöne Silberdistel (*Carlina acaulis*), auch Karlsdistel und Eberwurz genannt, zur „Blume des Jahres 1997“ gekürt.

Sie wächst auf sommerwarmen Magerwiesen und Weiden bis über 2000 m Seehöhe in Deutschland und Österreich.

Eine alte Sage - hier kurz gefasst - berichtet uns von Karl dem Großen, mit dem der botanische Pflanzenname *Carlina* zusammenhängen soll: „Als in seinem Heere die Pest ausgebrochen war, erschien Karl dem Großen ein Engel im Traume, der einen Pfeil abschöß und die Eberwurz durchbohrte. Die so markierte Heilwurzel errettete das Heer vor dem Schwarzen Tod, dem Untergang...“. In der Grimmschen Mythologie von 1854 findet sich eine Variante dieser Sage, nach der ein Engel Kaiser Karl befahl, am kommenden Morgen einen Pfeil in die Luft zu schießen. Das Kraut, das der Pfeil beim Niederfallen treffen würde, sollte gegen die Pest Hilfe spenden. Der Kaiser tat, wie ihm geheißen, der herabfallende Pfeil durchbohrte die Eberwurz, die Karlsdistel. Der schwedische Naturforscher Linne` erzählt, dass der Engel Karl V. erschienen sei, als das kaiserliche Heer vor Tunis lag. Darstellungen dieser alten Sage, deren Entstehung sich vielleicht dadurch erklären läßt, daß der Wurzelstock der heilbringenden Karlsdistel wie ein Pfeil senkrecht in die Erde wächst, finden sich auf den sogenannten Pestblättern und in früh-mittelalterlichen Handschriften. Von Paracelsus und anderen mittelalterlichen Botanikern und Ärzten wird die Silberdistel deshalb auch in Anlehnung an diese alte Pestsage Engelsdistel (*Carduus angelicus*) genannt. Der botanische Name „*Carlina herbariorum*“ wurde zum ersten Male von den Botanikern Lobelius und Ruellius angeführt. Es kann auch möglich sein, daß „*Carlina*“ die verfälschte Verkleinerungsform des italienischen Namens „*cardina*“-„*cardelina*“ = Distel (lat. *carduus*) ist. Heute heißt die Silberdistel im Ital. *Cardo* die San Pellegrino. Im berühmten Hortus Eystettensis (1597) wird die Pflanze *Camaeleon niger vulgaris* Schwarze Eberwurz genannt. Der deutsche Name Eberwurz geht auf den Botaniker und kurpfälzischen Leibarzt Tabernaemontanus (1530 - 1590) aus Bergzabern zurück. Er schreibt in seinem „New Kreutterbuch“ 1588: „Die Eber suchen diese Pflanze zur Nahrung auf, wenn sie durch den Genuß von Bilsenkraut gelähmt sind und erhalten dadurch ihre Gliederfrische zurück“. Auch Bauhinius schreibt in seinem Werk *Historia plantarum* 1661,

„daß die Eber den Wurzeln nachstellen“. Die Wurzeln wurden an Haustiere auch als appetitanregendes Mittel verfüttert. Der berühmte Botaniker Hieronymus Bock (1498 - 1554) berichtet in seinem „New Kreutterbuch“ 1539, daß man die Eberwurz auch den Hausschweinen an den Trog nagelte; „und wer den Kühen dreimal mit Brod und Eberwurz über den Rücken streicht, behält gesundes Vieh“

Carlina acaulis - die „Kraftwurzel“

Im Volke wurde die Eberwurz auch Kraftwurzel genannt. Seltsame Dinge wurden damals von dieser Pflanze erzählt: Paracelsus behauptet in einem seiner „Chirurgischen Bücher“ (Straßburg 1605), daß ein Mann, der *Carduus angelicus* bei sich trug, solche Kraft besaß, daß er ein drei Zentner schweres auf sich gebundenes Weinfäß den langen Weg von Rusach gen Sultz im Elsaß zurücklegte. Zwölf Mannen, die er mit sich nahm, habe er alle müde gelaufen, sodaß sie ihm nicht folgen konnten und noch etliche Tage von diesem Gewaltmarsch geschwächt waren. Wer zu einer schweren Arbeit rechte Kraft gebrauchte, der steckte die Wurzel zu sich. Man glaubte auch, daß die Kraftwurzel anderen Wesen Kraft und Stärke auf „sympathische Art“ entzöge, um sie dem glücklichen Wurzelträger zuzuführen. Von den Roßknechten der damaligen Zeit berichtete man, daß sie mit der geheimnisvollen Wurzel ihren besonderen Zauber trieben. In einem Albertus Magnus-Büchlein „Bewährte und approbierte sympathische und natürliche egyptische Geheimnisse für Mensch und Vieh“ wird dazu ein Rezept mitgeteilt, „Wie man einem Pferde seine Stärke benehmen und einem Menschen einpflanzen kann“. Hierzu mußte man sich aus einer Stuterei Erde besorgen und diese sorgfältig mischen. „In diese pflanze man schwarze Eberwurz und lasse sie aufwachsen. Die genannte Wurzel muß aber bald nach dem Neumond eingepflanzt und zwei oder drei Tage vor dem darauffolgenden Neumond genommen werden. Ein Mensch der von dieser Pflanze gegessen, auch davon bei sich trägt und sich eine zeitlang in einem Stalle, wo starke Pferde befindlich sind, aufhält und darin schläft, benimmt den Pferden von ihrer Kraft und eignet sie sich zu“ Die Pflanze wurde deshalb damals auch Roßwurz oder Roßwurzel genannt. In dem Grimmschen Werk „Deutsche Mythologie“ (Göttingen 1854) wird berichtet, daß man auch bei Wettrennen den Pferden die „Zauberische Kraftwurzel“ um den Hals hing. Lange Zeit war unter den Pferdehändlern ein Roßpulver in Gebrauch, das neben anderen Bestandteilen auch die Eberwurz enthielt. Nach altem Volksglauben war auch derjenige, der die Eberwurz bei sich trägt, stets heiter und guter Dinge, wer sie ißt, wird frisch und jugendkräftig. Besonders die Eberwurz war damals

Symbol der Kraft, der Potenz, der starken, liebefähigen Männlichkeit. Im berühmten „Hortus sanitatis“ („Gart der Gesundheit“, Mainz, 1485) ist nachzulesen: „Kroß distel in honig gebeyst dar vor dick male genutzt, ist dem mane gross freude brengen, und syn samen meren un zu unkeuschheit reytzen.“ Den Jägern diene die Eberwurz auch zur Erzielung eines guten Schusses. Die Bauern früherer Zeiten achteten die Silberdisteln wegen ihrer zähen Lebenskraft sehr. Sie glaubten daran, daß die an Hoftore oder über die Stalltüren genagelten Disteln die Kraft besäßen, Schlimmes, so auch Blitz, Feuer, Krankheiten und böse Geister abzuwehren. Aus der Oberpfalz wurde überliefert, daß die Eberwurz dort einst „zur Vertreibung der Blattern von den Augen“ diene. Dazu sollte man die Disteln in ein Leinwand-säckchen einnähen und dieses auf dem bloßen Rücken tragen. Damit das Heilmittel auch wirkte, mußte man beim Pflücken der Disteln sprechen:

„Eberwurz, ich spreche dich an,
Bist du Frau oder Mann,
Behalte du deine Kraft und Saft
Wie die liebe Frau ihre Jungfernschaft.“

Zur Botanik der Großen Eberwurz, Silberdistel (*Carlina acaulis*)

„Zum Wappenschild wähl't ich mir,
Soll't Wappenzier ich tragen,
Kein wild' und grimmig Raubgetier,
Davor die Menschen zagen.
Ich setzte in das Wappen mein
Die Eberwurz, die Distel,
Die hüllt in Schuppenkelch sich ein
Und zottig Dorngestel.
Den Dornstengel hebt sie nicht
Aus ihrem Blätterkranz,
Damit sie trotzig sich einflieht
In grüner Stachelschanze.
Der Wandersmann vorbei ihr geht
Und merket kaum ihr Blühen,
Der Schäfflein keines bei ihr steht,
Wenn sie vorüberziehen.
Doch wenn ihr Dorngeflecht bestrahlt
Die liebe Himmelssonne
Und ihr mit Gold den Kelch bemalt,
Dann öffnet sich mit Wonne
Die Blume schnell; dem Himmelslicht
Entgegen sie sich wendet
Und folgt, bis ihr ins Angesicht
Der letzte Strahl gesendet.“ (O.S.)

Die in dem Gedicht so zutreffend beschriebene Eberwurz, auch Wetterdistel, Karlsdistel, Bergdistel, Stengellose Eberwurz, Erdwurz, Jägerbrot, Oanhagel, Ein-

hackel, Alpachäs, Sunnrosen, Dornrosen... genannt, ist eine auffallende, bewehrte Schönheit in der Familie der Korbblütengewächse (Asteraceae). Die Schauwirkung ihrer imposanten Blütenköpfe haben die Silberdisteln und ihre Verwandten auf besondere Art herausgehoben: Die weißen, silbrig glänzenden, selten rötlichen, 3-6 cm langen Strahlen der prächtigen Blumen sind keine Blüten, sondern die Hüllblätter des Köpfcchens. Die Blütenkörbe sind 4-5, selten bis 8 cm im Durchmesser groß. Die Stengel fehlen bei der Pflanze häufig, deshalb die Bezeichnung *acaulis* = *stengellos*. Die rosettenförmig unter dem Blütenkorb angeordneten stark bewehrten, stacheligen, 8-25 cm langen Laubblätter sind tief buchtig-fiederspaltig bis fiederteilig. Die Silberdistel mit ihrer sehr tiefreichenden, zuweilen bis 75 cm langen und 12 cm dicken, spindelförmigen, verholzten Pfahlwurzel besiedelt Weiden und Triften in den höheren Mittelgebirgen, Magerweiden und Magerrasen, auch Wege und Böschungen in der collinen bis subalpinen Höhenstufe der Alpen. Die Pflanze ist in allen österreichischen Bundesländern verbreitet. Bei der sehr formenreichen Silberdistel gibt es viele Unterarten, Pflanzen mit sitzenden (*stengellosen*), aber auch mit lang gestielten Blütenkörben. Die häufigsten Unterarten sind die Breitzipfel-Silberdistel (*Carlina acaulis*, subsp. *acaulis*) und die Krausblatt-Silberdistel (*Carlina acaulis*, subsp. *caulescens*).

Die Wetterdistel eine Barometerpflanze

Die silbrig-weißen Hüllblätter der Silberdistel sind hygroskopisch, sie schließen sich bei feuchter Luft, bei Nässe und kalter Witterung, um die das Körbchen füllenden Blüten vor dem Regen, die Früchtchen vor dem Verkleben ihrer Flugschirmchen zu schützen - daher auch der bezeichnende Pflanzename „Wetterdistel“. Das Schließen der Hüllblätter wird dadurch bewirkt, daß ein Streifen dickwandiger, auf der Rückseite der Hüllblätter verlaufender Zellen mehr Feuchtigkeit aufnimmt und sich dadurch stärker streckt als die nach innen gewendeten Teile des Zellgewebes. Dadurch erfolgt ein Zusammenbiegen nach innen. Demzufolge mißt die Barometerpflanze den Luftdruck und den Feuchtigkeitsgehalt der Atmosphäre und übertrifft in ihrer „Vegetabilischen Barometrik“ kurzfristig an Genauigkeit moderne technische Hilfsmittel unserer Zeit.

Eberwurz - „Brot und Käs“ der Kinder

Der Blütenboden der silberweißen Distel wurde früher von ärmeren Gebirgsbewohnern in Salzwasser abgekocht und mit einer Tunke angerichtet gegessen. Der dickfleischige Blütenboden schmeckte als „Brot“ oder „Käs“ besonders den Kindern gut. Darauf weisen viele alte, z.T. heute noch gebräuchliche Volksnamen hin:

„Destelbrutla“ (Distelbrötchen) und „Johannisbrutlan“ und „Käslein“ im Riesengebirge, „Jagerbrot“ in der Steiermark, „Wiesenkas“ in Kärnten, „Alpachäs“ und „Käsdorn“ in der Schweiz. Im Salzburgischen nannte man die Silberdistel früher auch „Sonnenwenddistel“. Am Vorabend des Sonnenwendtages wurden von den abergläubischen Menschen so viele Disteln mit Wurzeln ausgegraben, wie Bewohner in einem Hause waren. Die Disteln wurden dann mit Moos und Erde zwischen die Balken der Hauswände gepflanzt. Starben bis zum nächsten Sonnenwendfest Disteln ab, galt das als Zeichen dafür, daß sich in dem Hause Todesfälle ereignen würden.

„Wenn nichts mehr hilft, dann hilft die Eberwurz“ heißt es in einer alten Redewendung.

In der wissenschaftlichen Medizin spielt diese Pflanze keine Rolle, obwohl neuere Untersuchungen am Max-Planck-Institut in Tübingen ergeben haben, daß der Silberdistel-Wurzelextrakt u.a. eine deutliche antibakterielle Wirksamkeit auf Keime der Typhus-, Paratyphus- und Ruhrgruppe besitzt. In der Volksmedizin wird dagegen die Heilkraft der Eberwurz hoch gerühmt. Müller macht in seinem „Großen illustrierten Kräuterbuch“ 1871 für den Gebrauch der Eberwurz folgende - aus unserer heutigen Sicht etwas kuriose, ungeordnete - Angaben: „Gebrauch: Die Wurzel wird 1 Fuß lang, und 1 Zoll dick; sie ist ölig; riecht frisch nicht unangenehm, schmeckt scharf gewürzhaft, und bildet den Hauptbestandteil des Roßpulvers. Als Hausmittel dient diese Wurzel ferner als auflösend im Catarrhe, überhaupt gegen Verschleimung und als magenstärkend, in Form eines Thees, 1-2 Loth auf eine Tasse, oder mit gutem Wein 3-4 Loth auf 1 Schoppen angesetzt und in kleinen Portionen genommen. Das Blütenlager ist eßbar.- Bei Viehseuchen, Schweinskrankheiten und anderen Epidemien unter dem Vieh leistet der Gebrauch der gepulverten Eberwurz vorzügliche Dienste. Die Wurzel gewährt bei der Schweinezucht gefüttert wesentlichen Nutzen. - Die Tauben werden davon angezogen, wenn man von gebranntem Backofenlehm, Honig, Harn, Häringlacke und Eberwurz einen Teig macht und in das Taubenhaus legt. - Siedet man die Eberwurz in Essig, so vertreibt sie als Waschwasser die Raude und andere Unreinigkeiten der Haut, ist auch gut gegen Zahnweh. - Wunden und Geschwüre werden damit rein ausgeheilt, wenn man die Wurzel in Wein oder Wasser siedet und den Schaden fleißig damit auswascht. Ein bekannter Arzt sah eine Frau, welcher man den Fuß wegen des sich einstellenden Brandes abnehmen wollte, und die durch tägliche Umschläge mit diesem Mittel wieder gerettet wurde.- Unter den Arzneien leistet sie stets gute Dienste, und wenn man sie ganz herabgekommenen Thieren zerhackt unter das Futter mischt, so kommen

sie rasch wieder zu Fleisch, und soll ein solches Pferd von den andern abgesondert gehalten werden. Die Alten glaubten, daß ein Pferd, dem ein Theil der Wurzel in das Mundstück eingeflochten sei, den neben ihm gehenden Pferden alle Kraft nehme und auf sich übertrage...“1871 empfohlen! Im Mittelalter wurde die holzige Pfahlwurzel pulverisiert, in Wein eingenommen oder in Essig gesotten und als harntreibende Arznei und Bandwurmmittel angewendet oder auch zu Waschungen bei Hauterkrankungen verwendet. Der berühmte Pfarrer Kneipp schrieb:

„Wer etwas gegessen hat, das ihm schwer im Magen liegt oder wovon er nachteilige Folgen befürchtet, der wird sich von dieser Wurzel leicht Hilfe verschaffen; denn ihr Saft räumt allen Unrat aus den Gedärmen, reinigt den ganzen Körper, insbesondere die Nieren, sodaß der Urin reichlich ausgeschieden wird“. Kneipp gibt dazu eine Rezeptur an:

„Die Eberwurz muss zunächst getrocknet und zu Pulver zerstoßen werden. Davon nimmt man täglich zweimal eine Messerspitze voll; oder man bereitet aus zwei Messerspitzen des Pulvers eine Tasse Tee, welche man im Verlaufe des Tages in zwei oder drei Portionen trinkt“ Kräuterpfarrer Künzle in der Schweiz empfahl die Pflanze als Mittel gegen Leberbeschwerden und gegen den Bandwurm. Die Pflanze gilt auch als schweiß- und harntreibend.

Die Gewöhnliche Golddistel (Carlina vulgaris), Kleine Golddistel, Kleine oder Gemeine Eberwurz, Dreidistel, Feldsafran, Satkraut, Wilde Stichwurz, Dunnerdistel, Herrgottskrone, Schönhärle... ist eine der nächsten Verwandten der Silberdistel, die oft unmittelbar neben ihr wächst. Auch von der sehr veränderlichen Golddistel gibt es unterschiedliche Standortformen und etliche Unterarten. Sie sind noch weiter verbreitet als die Silberdisteln und bewohnen trockene Ruderal-, Sand- und Schotterfluren, Halbtrockenrasen, Wegränder und Föhrenwälder, alpine Zwergstrauchheiden bis etwa 1800 m Seehöhe. Die Golddistel wird etwa 50 cm hoch, sie ist reich verzweigt und trägt meist 2 bis 5 Blütenköpfchen, die viel kleiner als die der Silberdistel sind. Die strahlenden Hüllblätter der im Juli bis September blühenden Pflanze glänzen strohgelb, sie umschließen die gelblichen Röhrenblüten im Inneren des Blütenkopfes. Die Laubblätter werden von der Grundrosette an aufwärts zunehmend kleiner, die Beblätterung wirkt dadurch fast walzenförmig. Die Laubblattspreite ist sparrig-kraus, fiederlappig, oben länglich. An der Spitze befinden sich kurze, zugespitzte Dornen. Der 1688 in Tübingen lehrende deutsche Botaniker und Mediziner Camerarius berichtet, daß ein Aufguß der Pflanze (des „Schönhärles“) als Haarmittel

verwendet wurde: „Dann die Weiber legen's in die Laug zum Hauptwagen (=Haupt-, Kopfwaschen), es macht das Haar schön und licht, tötet die Lauss und Niessen“. Die Golddistel diente nach alten Überlieferungen den Frauen im Mittelalter als dämonenabwehrendes Wunderkraut. Sie war Bestandteil der sogen. Zaubersträuße, der Weihbuschen, die am Tage Mariä Himmelfahrt (15. August) zur Kräuterweihe in die Kirche getragen wurden. Der Weihbuschen, der auch noch andere Blumen (u.a. Alant, Ringelblume, Arnika, Kamille, Königskerze Salbei, Schafgarbe, Wermut und Wacholderzweige) enthielt, sollte so viele Blüten haben, wie Personen und Großvieh auf dem Hofe lebten. Nach der Kräuterweihe wurde der Weihbuschen von der Bäuerin sorgsam gehütet. Ein Tee daraus galt als besonders heilsam gegen all jene Gebrechen, von denen man annahm, daß sie nur von bösen Geistern stammen könnten. Dazu gehörten vor allem die Besessenheit, der Hexenschuß und Alpträume.

Die Langblatt-Golddistel (*Carlina biebersteinii*), Steife Golddistel ist meist wenigkörbig. Die strahlenförmigen Hüllblätter sind ebenfalls strohgelb. Auch bei dieser Art werden die Laubblätter von der Grundrosette aufwärts allmählich kleiner. Die Laubblattspreite ist flach und nur schwach kraus, meist unzerteilt. Die Blätter haben einen unterbrochen dornzähnigen Rand. Die im Juli bis September blühende Langblatt-Golddistel besiedelt Waldschläge, Hochstaudenfluren meist in luftfeuchten Lagen der montanen bis subalpinen Höhenstufe. In Kärnten fehlt die Langblatt-Golddistel wie auch ihre Unterart, die Mittlere Golddistel (*Carlina biebersteinii* subsp. *brevibracteata*).

***Carlina acanthifolia*, die Akanthusblättrige Distel** aus dem Mittelmeergebiet hat die größten Blütenstände dieser Pflanzengattung. Die imposanten Blütenköpfe, die ungestielt in der Blattrosette sitzen, erreichen einen Durchmesser von 15 (20) cm. Die inneren, röhrenförmigen Blüten sind gelblich bis rötlich, die Randstrahlen auffallend bräunlich-gelb. Bei schlechtem Wetter schließen sich die inneren Hüllblätter schützend. Die ausdauernde, höchstens 10 cm hoch werdende stengellose Distel hat rosettig angeordnete Blätter mit rinnig geflügeltem Blattstiel. Die welligen, bis zur Hälfte fiederteiligen, unterseits grauen Blätter sind filzig behaart. Die Akanthusblättrige Eberwurz besiedelt warme, trockene, steinige Böden und lichte Wälder der Gebirge Mittel- und Südeuropas bis etwa 1800 m Höhe. Bei uns kommt diese Pflanzenschönheit leider nicht vor. In Deutschland und in einigen Gebieten Österreichs, z.B. im Pannonischer Raum und im Waldviertel, ist die Silberdistel, die wie ein zu Boden gefallender, silberner

Stern im Rasen trockener Höhen liegt, gefährdet und deshalb geschützt.

Möge die „Sternenblume“ mit dem unverwelklichen Glanze ihres Zackensterns, umkränzt von den Strahlen filigraner, zur Rosette geordneter, stechender Distelblätter auch weiterhin die Blicke der staunend betrachtenden Menschen anziehen.

Bibliographie:

- Abraham, Thinnies, Hexenkraut und Zaubertrank, 1995
Adler, Oswald, Fischer, Exkursionsflora für Österreich, 1994
Aichele u. Schwegler, Blumen der Alpen, 1977
Beuchert, Symbolik der Pflanzen, 1995
Finkenzeller u. Grau, Alpenblumen 1985
Furlenmeier, Wunderwelt der Heilpflanzen, 1978
Hegi et al. , Illustrierte Flora von Mitteleuropa, 1987
Knaurs Pflanzenreich in Farben, 1965
Kneipp, Das große Kneipp-Buch, 1921
Kohlhaupt, Alpenblumen, 1967
Künzle, Chrut und Uchut, 1933
Müller, Das große illustrierte Kräuterbuch, 1971
Pieper, Volksbotanik, 1897
Pritzel u. Jessen, Die deutschen Volksnamen der Pflanzen, 1882
Schöpf, Zauberkräuter, 1992
Sterne, Enders, Unsere Pflanzenwelt, 1956
Sieg, Gottesseggen der Kräuter einst und immerdar, 1936

Verfasser:

Eitel-Friedrich Scholz
St. Daniel 18
A 9635 Dellach,

Foto: Sepp Lederer

