Interview mit der Naturheilkunde-Expertin Angelika Gräfin Wolffskeel, Medizinautorin Susanne Schütte und Kurt Ludwig Nübling, Geschäftsführer der Primavera Life GmbH

Rosenmedizin: „Die Rose ist eine wahre Alleskönnerin für Gesundheit und Wohlbefinden!“

„Die ‚Königin der Blumen‘ gilt in vielen Kulturen als Symbol für Schönheit und Liebe. Sie ist jedoch nicht nur eine oberflächliche ‚Beauty-Queen‘, sondern punktet vor allem durch ihre inneren Werte, die schon seit Jahrhunderten überliefert werden und die auch die moderne pharmazeutische Forschung immer klarer erkennt. Heilkräftige Inhaltsstoffe beruhigen das Herz, schenken der Haut Vitalität und Spannkraft und stärken das Immunsystem, um nur einige der wohltuenden Wirkungen von Rosen oder Hagebutten zu nennen. Dafür will die Rose aber auch sorgsam gepflegt, geliebt und bewundert werden …“ Angelika Gräfin Wolffskeel, Susanne Schütte und Kurt Ludwig Nübling, Autoren des Ratgebers „Rosenmedizin“, haben ihr großes Wissen über die heilsamen Eigenschaften der Königin der Blumen vereint und vermitteln praktische Tipps für Anbau und Pflege sowie bewährte Rosenanwendungen für 100 häufige Beschwerden.

*Die Königin der Blumen gilt in vielen Kulturen als Symbol für Schönheit und Liebe. Wie kam es zu dieser Bedeutung, und warum sind Rosen auch heute noch so beliebt?*

S. Schütte: Aphrodite, die Göttin der Schönheit und Patronin der Liebe, wurde aus der Gischt des Meeres geboren, war nackt wie jedes Baby. Als sie sich ihrer Blöße bewusst wurde, versteckte sich die Schöne hinter einem Busch – einem Rosenstrauch mit weißen Blüten. Seit dieser antiken griechischen Sage steht die weiße Rose für die reine Liebe, für blühende Schönheit. Die lebensfrohe Göttin nahm es aber nicht ganz so genau mit der Treue. Einen ihrer Geliebten, den schöne Adonis, griff dann ein wilder Eber an. Er starb in ihren Armen, und die Tropfen seine Blutes färbten die Blüten des ihr geweihten Rosenstockes rot. Seitdem gilt die rote Rose als Sinnbild der Leidenschaft, für Kraft, Verlangen und Lust. Rosen werden seit mehr als 2000 Jahren gezüchtet und haben bis heute nichts von ihrer Bedeutung eingebüßt, vielleicht ist es der betörende Duft, vielleicht ihr wunderschönes Aussehen oder die bestechende Vielfalt ihrer Farben und Gestalt …

*In keine andere Pflanze wurde so viel an Kreativität und Raffinesse investiert wie in die Rose. Wie viele verschiedene Rosenarten gibt es denn eigentlich?*

K. L. Nübling: Die Mütter aller Rosen sind die Wildrosen; die *Rosa alba* und die *Rosa gallica* waren der Ursprung aller züchterischen Kreativität. Heute gibt je nach Auffassung zwischen 100 und 250 Rosenarten mit 30.000 bis 50.000 Sorten, aufgeteilt in Kulturrosen und Wildrosen. Letztendlich ist es die Wuchsform, die die Rosen in verschiedene Rosengruppen aufgliedert. So gibt es Kletterrosen, Ramblerrosen, Buschrosen, Zwergrosen, Strauchrosen, Wildrosen, Edelrosen und Beet- und Stammrosen.

*Von Anfang an begeisterten sich die Menschen nicht nur für die Schönheit und Vielfalt der Rose, sondern auch für ihre wertvollen Inhaltsstoffe. Was sind die „inneren Werte“ der Blume, und welche Wirkung haben sie auf Körper und Seele?*

Angelika Gräfin Wolffskeel: Schon in der Klostermedizin, auch bei Hildegard von Bingen oder im Rahmen der Bachblütentherapie wurde und wird die Rose hochgeschätzt. Die inneren Werte liegen natürlich in den ätherischen Ölen, die dem menschlichen Organismus zur Verfügung stehen. Blüten und Scheinfrüchte haben eine Vielfalt von wirkkräftigen Inhaltsstoffen unter anderem Vitamine, Bioflavonoide, Terpentene, Fette, Gerbstoffe, Radikalfänger (wie z.B. das Polyphenol Quercetin) sowie Zuckerstoffe. Gerbstoffe etwa helfen gegen Entzündungen und bei Wundsein der Haut, Duftöle wirken auf die Seele z.B. bei Schlafstörungen oder Traurigkeit. Die Bedeutung von Vitamin C, gewonnen aus der Hagebutte, liegt auf der Hand. Sie sehen, das Wirkspektrum ist enorm groß.

*Wer nicht selbst im eigenen Rosengarten Hand anlegen will, hat viele Möglichkeiten, sich am Anblick und Duft der edlen Pflanze zu erfreuen oder mehr über sie zu erfahren. Wo können Rosenfreunde ihre Lieblinge in allen Farben, Formen und Düften am besten erleben?*

S. Schütte: Es gibt in Deutschland wunderbare Rosengärten, die Tausende von Rosen in ihrer ganzen Vielfalt zeigen. Das „Rosarium Glücksburg“, die Gärten der Sababurg, das „Wilhelmshavener Rosarium“, das „Europa-Rosarium“ in Sangershausen, das Rosarium in Uetersen, der „Rosenneuheitengarten“ auf dem Beutig, der Rosengarten in Dresden und viele, viele mehr … In Stadtparks oder rund um historische Schlösser und Burganlagen finden sich Rosen ebenso wie in vielen Apotheker- oder Heilpflanzengärten. Gehen Sie einfach mit offenen Augen durch die Welt, auch so mancher Bauerngarten hat wunderbare Rosen zu bieten!

*Bei zahlreichen Alltagsbeschwerden kann man sich selbst auf natürliche Weise mit Rosen behandeln. Welche sind dies, und was ist bei der Anwendung zu beachten****?***

Angelika Gräfin Wolffskeel: Aus der Erfahrungsheilkunde sind viele Anwendungsmöglichkeiten bekannt. Die Einsatzgebiete von Rosen und Rosenzubereitungen reichen von psychischen Beeinträchtigungen bis hin zu rein körperlichen Leiden. Zum Beispiel werden sie eingesetzt zur Gewichtsreduktion, bei Bluthochdruck, bei Erkältungen, Gelenkbeschwerden, Nervosität und Schlafstörungen, bei Verbrennungen, Wechseljahresbeschwerden und vielem mehr. Bei der Anwendung ist immer zu beachten, wofür ich die Rose einsetzen will: innerlich oder äußerlich, in der Duftlampe, als Kompresse, Tee oder Tinktur? Da die Anwendungen vielfach über Geruchs- und Geschmacksrezeptoren wirken, also über die Sinnesorgane, ist immer eher von einer niedrigen Dosierung auszugehen – Grundlage und Entscheidungskriterium muss auch der individuelle Grad des Wohlfühlens sein.

*Bekanntlich existiert ja keine Rose ohne Dornen – gibt es im übertragenen Sinne auch Eigenschaften oder Inhaltsstoffe, die schädlich für die Gesundheit sind****?***

Angelika Gräfin Wolffskeel: Nein, schädliche Eigenschaften gibt es nicht, und es sind auch keine Gegenanzeigen bekannt. Es ist möglich, dass vielleicht der ein oder andere Mensch den Duft einer Rose ablehnt, aber das ist dann eine ganz persönliche Abneigung.

*Als Zugabe in Ihrem Ratgeber finden sich sogar ungewöhnliche Kochrezepte mit Rosen. Was ist das Besondere an dieser Zutat? Eignen sich dafür auch die Gewächse aus dem eigenen Vorgarten?*

K. L. Nübling: Die Rosen aus dem eigenen Vorgarten sind eine wunderbare Alternative, wenn Sie sie in biologischer Qualität anbauen und nicht mit giftigen Düngemitteln bzw. Insektiziden behandeln. Die Rose besticht natürlich durch ihre dekorative Eigenschaft, aber auch durch ihren besonderen Duft und Geschmack. Wir verbinden den Sommer damit, vielleicht auch tiefe Gefühle und Sehnsüchte. Eine tolle Kombination also, die uns auch in der Speise auf dem Teller erfreut. Natürlich kommen die wertvollen Inhaltsstoffe von Rose und Hagebutten auch in Kochrezepten zur Geltung. Achten Sie nur darauf – wie bei jedem Lebensmittel –, die kostbaren Inhaltsstoffe schonend zu kochen.

*Das Gespräch wurde im Februar 2017 geführt.*



*Der Abdruck des Interviews (auch auszugsweise) mit Hinweis auf den Ratgeber „Rosenmedizin“ (ISBN 978-3-86374-349-92) ist kostenlos möglich. Porträtfotos der Autoren (in Druckqualität) liegen vor. Die Rechte liegen bei: Mankau Verlag GmbH, Postfach 13 22, 82413 Murnau am Staffelsee, Tel. 08841 / 62 77 69-0, Fax -6, E-Post:* *kontakt@mankau-verlag.de**.*

## Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg, Susanne Schütte und Kurt Ludwig Nübling

Rosenmedizin

So sanft heilt die Königin der Blumen

Die besten Anwendungen bei 100 häufigen Beschwerden

*Plus 20 feine Rezepte aus der Rosenküche*

Mankau Verlag, 1. Aufl. Februar 2017

Klappenbroschur, 16 x 22 cm, durchgehend farbig, 287 S.

20,­– € (D) / 20,60 € (A), ISBN 978-3-86374-349-9