

Wie bereits in der letzten Folge erwähnt, gehört die Pappel in die Familie der Weidengewächse (Salicaceae). Sie ist mit zahlreichen Arten über die Erde verbreitet; wir wollen uns hier auf die bei uns in Mitteleuropa anzutreffende beschränken.

Am bekanntesten dürfte uns die Schwarzpappel (*Populus nigra*) sein. Sie imponiert vor allem durch ihre mächtige Krone und ihre Höhe von bis zu 35 Metern. Ihr Name rührt her von ihrer grauschwarzen, borkigen Rinde.

Die Pappel in der Naturheilkunde

Die Schwarzpappel wächst häufig in Parks oder als Straßenbaum, da sie recht unempfindlich gegen Abgase und Staub ist.

Von der Schwarzpappel stammt die schlanke, hoch gewachsene Pyramidenpappel (*Populus nigra pyramidalis*) ab.

Wir alle kennen die langen Reihen dieser Bäume entlang Straßen und Flüssen. NAPOLEON ließ die Stecklinge eines „Ur-Baums“ als Zeichen seines Besitzanspruches entlang der Heerstraßen anpflanzen. Dass diese Pappeln, wie gesagt, Abkömmlinge eines Baumes sind, erklärt, dass es (fast) nur männliche Pyramidenpappeln gibt, die wiederum ausschließlich durch Stecklinge vermehrt werden können; es erklärt auch die große Ähnlichkeit dieser Bäume und schließlich ihre Krankheitsanfälligkeit mangels frischen Erbgutes.

Die kanadische Pappel (*Populus canadensis*) ist der Schwarzpappel sehr ähnlich, jedoch ist sie besonders schnellwüchsig. Häufig finden wir auch die Silberpappel (*Populus alba*), die ihren Namen aufgrund der weißfilzigen Unterseite ihrer Blätter bekommen hat.

Im Gegensatz zu den bisher erwähnten Pappeln ist die Espe oder Zitterpappel (*Populus tremula*) ein kleiner Baum von ca. 20 m Höhe. Sie steht gern allein oder in lichten Wäldern. Den Namen Zitterpappel erhielt sie wegen ihrer beim geringsten Windhauch zitternden und flimmernden Blätter.

Alle Pappeln sind zweihäusig, d.h. männliche und weibliche Blüten wachsen auf verschiedenen Bäumen. Alle Arten blühen im März (April) mit länglichen, teils hängenden, teils aufrecht stehenden Kätzchen, noch bevor die Blätter erscheinen. Im Herbst sind die reifen Samen der Pappeln von einem baumwollartigen Flausch umgeben, der leicht vom Wind fort getragen wird. Man hat ihn früher als Füllmaterial für Kissen und Decken verwendet.

Pappeln sind äußerst fruchtbar, bzw. vermehrungsfähig. Jeder Steckling (ein abgebrochener und in die Erde gesteckter Ast) geht an und wächst heran. Häufig treiben auch grüne Zweige aus gefällttem Pappelholz, ebenso aus den Stümpfen der gefällten Bäume, und Meter entfernt von der Mutterpflanze wachsen aus ihren Wurzeln Schösslinge zu Bäumen heran. Dieser Vorgang des Wachsens vollzieht sich mit imposanter Geschwindigkeit; Pappeln sind das schnellwüchsigste einheimische Nutzholz. Aufgrund dessen ist ihr Holz leicht, weich, hell und leicht spaltbar und wird vorwiegend für Sperrholz und zur Zelluloseherstellung verwendet. Doch werden auch Streichhölzer aus Pappelholz hergestellt, ebenso die als Klompen bekannten Holzschuhe sowie Schnitzarbeiten und Holzkästchen. Pappelrinde wurde früher zum Gerben verwendet, ebenso kannte man die Verarbeitung zu einem gelben Farbstoff, mit dem Leinen eingefärbt wurde.

Medizinische Verwendung

Die medizinische Verwendung der Pappeln, insbesondere der **Knospen**, ist uralte. Diese enthalten das Glykosid Populin (Monobenzoylsalicin), Salicylpopulin und Flavonderivate neben ätherischen Ölen und Harzen. Mit Alkohol als Geist oder Tinktur zubereitet, gibt man sie innerlich bei Blasenkatarrhen, Bettnässen und Entzündungen der Atemwege. — Als Tee zubereitet (1 Teelöffel getrocknete oder frische Knospen auf 1 Tasse kochendes Wasser, 5 Minuten ziehen lassen, täglich 2 Tassen), helfen sie bei

Harnwegserkrankungen, Bronchitiden, Arthritiden, Rheuma, Gicht und Prostataerkrankungen. — Salbe aus Pappelknospen wird seit Jahrhunderten als Wundheilmittel eingesetzt, sowie bei Verbrennungen, Gliederschmerzen und gegen Hämorrhoiden. In der Kosmetik wird sie für die Hautpflege verwendet. **Pappelholzkohle**, in etwas Wasser aufgeschwemmt, wird als aufsaugendes Mittel bei Magen-Darm-Katarrhen, mit und ohne Durchfall, gegeben, ebenso hilft sie gegen Blähungen und Sodbrennen.

Die Pappel in der Homöopathie

1. **Balsampappel oder Ontariopappel (Populus canadensis):** wird in der Urtinktur oder in tiefen Potenzen verwendet und hat eine deutliche Beziehung zu den Atemwegen.

Symptome: Brennende Reizung von Augen, Nase, Mund, Hals und Atemwegen; akute Heiserkeit und Aphonie (Populus canadensis lässt sofort die Stimme wieder kommen). Der Patient spricht mit jedem über seine Symptome.

Schwellungs- und Taubheitsgefühl der Zunge, trockenes Gefühl im Rachen und Kehlkopf mit trockenem Husten; Patient sitzt vorgebeugt.

2. **Amerikanische Zitterpappel (Populus tremuloides):** Verwendet werden die frische innere Rinde der jungen Zweige und die Blätter. Wesentliche Inhaltsstoffe: das Glykosid Salicin und dessen Benzoylderivate Tremuloidin und Tremulacin, ferner Populin und Phenolglucoside. Die einheimische Espe oder Zitterpappel (Populus tremula) hat die gleichen Inhaltsstoffe und kann in ihrer Wirkung Populus tremuloides gleichgesetzt werden. Meistens wird die Urtinktur oder D1 verwendet, nach VOISIN auch die C4 oder C5. Populus tremuloides erzeugt besonders Magen- und Harnwegssymptome und wird demnach häufig eingesetzt bei Blasenkatarrhen — besonders bei alten Menschen —, Blasenbeschwerden nach Operationen, Vaginal- und Uterusbeschwerden in Verbindung mit Blasenkatarrhen.

Symptome: Brennen beim Harnlassen, Harn übel riechend, trüb und schleimig, enthält Eiter; Harnreaktion infolge Prostatahypertrophie, Verdauungsbeschwerden mit Blähsucht, Hyperazidität und chronischem Durchfall; Schwangerschaftserbrechen.

Die Pappel in der Bach-Blütentherapie

Auch in der Bach-Blütentherapie wird die Zitterpappel oder Espe, bzw. ihre Blüten verwendet. Der englische Name ist **Aspen**.

Der Aspen-Patient hat Schwierigkeiten mit der Realität: Die Abgrenzung der bewussten von der unbewussten Ebene ist bei ihm nur sehr dünn, das bedeutet, dass diese Menschen viel häufiger als andere mit Gefühlen, Vorstellungen und Ahnungen aus ihrer emotionalen oder astralen Ebene konfrontiert werden, die sie nicht einordnen können. Dies erzeugt Angst vor dem Unsichtbaren, Irrationalen, vor etwas, das nicht zu bestimmen, aber dennoch vorhanden ist.

Aufgrund dieses Kontaktes zu anderen Ebenen sind Aspen-Menschen auch in positiver Hinsicht äußerst sensibel bzw. sensitiv. Sie spüren Atmosphären, haben Ahnungen, unter ihnen sind die Hellsichtigen und Hellhörigen. Diese Fähigkeiten führen andererseits oft in die soziale Isolation, da sie von nicht so sensiblen Zeitgenossen wenig verstanden werden. Sie sind häufig allein — auch in ihrer Angst —, und dies umso mehr, wenn sie versuchen, ihre Ängste vor anderen zu verstecken, um nicht mit deren Unverständnis konfrontiert zu werden.

Aspen verhilft den Betroffenen dazu, sich mit ihren „irrationalen“ Ängsten auseinandersetzen zu können und zu der Fähigkeit, ihre subtilen Wahrnehmungsmöglichkeiten nicht weiter zu unterdrücken, sondern als „real“ zu akzeptieren und für ihr „reales“ Leben zu nutzen

Die Pappel in der indianischen Medizin

Indianer setzten (und setzen wohl noch) die Pappel als Heilpflanze bei folgenden Beschwerden ein:

1. Zitterpappel (Populus tremuloides):

Tee aus den zerkleinerten trockenen Winter-Blätterknospen gegen Heuschnupfen und Rosenallergie. Zubereitung aus Blättern, Rinde und Knospen gegen Magenübersäuerung und verschiedene Prostatabeschwerden.

2. Gileadbalsam-Pappel (*Populus gileadensis* oder *balsamifera*): Unter dem Namen „Tacomahaca“ werden die Gileadbalsam-Knospen aus den USA nach Europa eingeführt. Diese Knospen sind reich an „Propolis“- Harzstoffen und Salicin, das sich im Körper in Acetylsalizylsäure wandelt. Indianer erzielen mit der Inhalation von stark harzölhaltigen Dämpfen und der gleichzeitigen Einnahme von Knospentee gute Heilerfolge bei diversen Erkältungskrankheiten und anderen Infektionen, z.B. bei durch Verletzungen hervorgerufenen. Täglich 1-2 Tassen Tee oder 1/2-1 Teelöffel der Tinktur bis zu 3xtäglich.

3. Des Weiteren spielte die Balsampappel in der Geburtshilfe, zur Einleitung und Verstärkung der Wehen, eine Rolle. Ich konnte jedoch die Art der Anwendung nicht in Erfahrung bringen.

Die Pappel in der Mythologie

Bei den Griechen galt die Zitterpappel als ein Baum der Unterwelt und als Sinnbild der Totenklage. Bei uns steht sie wegen ihrer zitternden Blätter als Symbol für Schmerz und Klage. Schmerzfreiheit und Unempfindlichkeit gegen Feuer verspricht ein altes Rezept: „Wenn Du die Hände mit Pappeln- oder Bingelkraut- Saft schmierest, magst Du ohne Schaden die Hände oder Finger in heiß zerflossenen Bley stoßen und rühren.“¹ Ein anderes magisches Mittel zur Beschleunigung des Haarwuchses lautet: „Bohre ein Loch in eine Pappel, stecke einige Haare hinein, verschließe es mit einem Keil, so bekommst Du lange und gesunde Haare.“² Entsprechend der Sympathielehre wird auf diese Weise eine magnetisch-sympathetische Verbindung zwischen Haar und Pappel hergestellt, wodurch sich der Schnellwuchs des Baumes auf das Haar überträgt. Sollten Sie Erfahrungen mit einem der beiden letzten Anwendungsbeispiele machen, so teilen Sie mir diese doch bitte mit.

Literatur beim Verfasser

- 1 Schöpf, Hans: Zauberkräuter. Graz (ADEVA),1986.
- 2 ders.

© 2001 by Jörg Pantel