

Vom Religionslehrer zum Kräuterspezialisten

Ein gesichertes Leben als Lehrer ließ der Innsbrucker Joseph Heim hinter sich und ging als „Alminger“ in die Berge. Dort lernte er, die Almkräutern in ihrer ganzheitlichen Wirkungsweise zu verstehen. Sein Wissen gibt er heute in Beratungen, Seminaren, Wanderungen und bei seinem Kräuterverkauf weiter.

von **Helene K. Giner**

Naturverbunden, diese Bezeichnung wurde Joseph Heim wohl in die Wiege gelegt. Sein Vater arbeitete im Zillertal als „Alminger“, das heißt er kümmerte sich im Sommer auf der Alm als Selbstversorger um die Tiere. Sohn Joseph entschied sich jedoch zunächst für eine theologische Laufbahn: er studierte in Wien Theologie und unterrichtete anschließend ein Jahr lang in Wien an der HTL Religion. Wieder zurück nach Tirol war er zwei Jahre lang in Hall in Tirol in der Jugenddekanatsstelle beschäftigt, dann erhielt er eine Stelle als Religionslehrer an der Berufsschule am Lohbachufer, wo er über neun Jahre lang unterrichtete. Am 2. Mai 1997 setzte Joseph Heim jedoch eine deutliche Zäsur in seinem Leben: er trat aus der katholischen Kirche aus. „Die Struktur der katholischen Kirche war für mich pädagogisch nicht mehr tragbar und auch nicht mehr lebbar. Mein eigenes

inneres Erkennen nahm in dem System ein engstirniges Denken und eine ungemeine Starre wahr.“ Von der Schule wurde dieser Schritt natürlich nicht goutiert und so wurde der praktizierende Religionslehrer anderthalb Monate vor Schulende entlassen. Dennoch bereut der Innsbrucker seinen Schritt nicht: „Ich brauche keine Struktur, um mit Gott verbunden zu sein. Gott ist überall, für mich besonders in der Natur. Als Kind Gottes bin ich mit Gott über meinen Geist und meinem Herzen direkt verbunden. Ich habe den direkten Draht nach oben über die Schönheit der Natur“, beschreibt er seine Erkenntnis vom Leben.

Neue Freiheit als „Alminger“

Außenstehende konnten den Schritt aus der Sicherheit des Systems von Joseph Heim nicht nachvollziehen, er selbst

fühlte sich jedoch unheimlich glücklich und befreit: „Die Angst vor dem Schritt wurde mit dem Tun von einer unbeschreibbaren unendlichen Freiheit abgelöst.“ Seine neue Freiheit plante Joseph Heim in eine gänzlich andere Richtung: quasi in die Fußstapfen seines Vaters tretend begann er Ende Mai 1997 seinen ersten Job als „Alminger“ auf der Glotzenalm am Vögelsberg in Wattens. „Die Idee auf eine Alm zu gehen war verbunden mit einer romantischen Verklärung, mit dem Reiz nach einer neuen Herausforderung, der absoluten Unsicherheit, dem Nichtwissen, was auf verschiedenen Ebenen kommt, wo es nichts zu planen gibt“, resümiert der Innsbrucker. In der Anfangszeit unterstützte ihn sein Vater mit seinem Wissen über das Leben auf der Alm. Vor allem machte ihm der erfahrene „Alminger“ die Tür zur Kräuterkunde auf, den Bereich, der Joseph Heim sofort in seinen





Bann zog. Speziell die Meisterwurz stand zunächst im Mittelpunkt des Interesses: „Mein Vater erklärte mir: ‚Joseph, wenn du keine Ahnung hast, warum ein Tier krank ist, nimm die Meisterwurz und einen Schachtelhalm, mach einen Sud daraus und gib diesen dann dem kranken Vieh‘. Zwei Jahre später erinnerte ich mich an diese Worte, als eine Kuh im Sterben lag. Ich braute den Sud, flößte ihn dem kranken Tier ein und die Kuh stand am nächsten Tag bereits wieder auf.“

Mit der Erde und der Natur verbunden

Seit elf Jahren findet nun „Alminger Joseph“ auf verschiedenen Almen in Tiroler Tälern Kräuter, seit zwei Jahren hauptberuflich. Beginnend mit der Meisterwurz arbeitet er sich durch die Fachliteratur und studiert die uralten typischen Tiroler Almkräuter eingehend. Sein ursprüngliche Ziel, jeden Sommer auf der Alm fünf Kräuter mit ihrer Heilweise kennen zu lernen, musste er revidieren. Mittlerweile weiß Joseph Heim, dass man Jahre braucht, um ein einziges Heilkraut wirklich zu erforschen. Dabei stieß er in der Fachliteratur auf einige Widersprüche. „Ich musste selbst meine Schlüsse aus den Erfahrungen ziehen und die Wahrheit erforschen.“

Seine Almkräuter in reinster Qualität sammelt der Kräuterkundige nur oberhalb von 1400 Meter. Dabei berücksichtigt er den gesamten Kontext, um ein Heilkraut zu pflücken: Den Platz, den Blick auf die Sonnenbestrahlung, in welchem Zeichen der Mond steht, die Erlaubnis des Krautes selbst, es einzusammeln und auch das richtige Trocknen: auf Holzlattenrosten luftig und schattig mit Leintüchern darüber. Joseph fühlt sich mit den Kräutern verbunden: Er öffnet dafür all seine Sinne und lernt von den Kräutern. „Es ist die Lust, sich gegenseitig Ernst zu nehmen.

Die Kräuter sagen mir, ob ich sie mitnehmen darf und ob auch der richtige Zeitpunkt dafür ist. Sie vermitteln mir ihre Heilweise. Die Naturwesen zeigen mir auch die besten Plätze zum einsammeln. Ich lege mich zum Beispiel unter einen Zirbenbaum, in ein Almrosen- oder auch Latschenfeld, da wird mein Geist geöffnet und ich erlebe und kommuniziere mit den verschiedensten Wesenheiten, die es am Berg gibt. Dies habe ich von den Kindern gelernt, die noch die Gabe besitzen, die Naturwesen zu erkennen“, erklärt der Kräuterexperte seinen ganzheitlichen Ansatz. Jedes Almkraut gibt, so erläutert er, je nach Wuchsplatz einen bestimmten Impuls. Kräuter, die körperlich öffnen, öffnen auch geistig. So stabilisieren beispielsweise Kräuter, die eine Verstopfung lösen, das ganze Immunsystem. Je nach psychischem Zustand des Menschen eignen sich unterschiedliche Kräutermethoden: ölig, räuchernd oder auch in würziger Form, je nach den Energien der Natur und der Bereitschaft des Menschen, sich der Heilweise zu öffnen.

Tiroler Druiden und Hexen haben sich für ihn als Helfer eingestellt

Anhand seiner Erfahrungen mit dem Schachtelhalm schildert der Alminger, wie er die Wirkungsweise der Kräuter einordnet: „Zunächst holte ich mir Informationen über das Kraut aus der Fachliteratur. Als ich zufällig einen Topf mit einem nassen Knäuel Schachtelhalm reinigte und dann die Kräuter ins Feuer warf, sah ich den Knäuel als Kugel samt Struktur der Kieselerde. Der Schachtelhalm gab mir selbst die Information. So sehe ich im Schachtelhalm das Sprachrohr der Mutter Erde. Er wirkt daher gut für Entgiftung, Reinigung, das Entschlackung der Organe und des Blutes, er dient zur Stabilisierung von Haaren, Nägeln, Zähnen, Knochen und

der Muskulatur. Ganz besonders empfehle ich Frauen mit Cellulitis das Kraut. Der Schachtelhalm ist überall einzusetzen, wo es einer Reinigung und einer Stabilisierung bedarf. Genauso wie der Schachtelhalm teilen mir alle Kräuter ihre Wirkungen mit“. Joseph Heims Wissen um die Heilweisen der Kräuter nehmen inzwischen immer mehr Menschen in Anspruch. Unterstützt wird er auch von einigen Tiroler Druiden und Hexen, die ihn mit ihren Tätigkeiten helfen. Seit seinem Ausstieg aus der religiösen Berufswelt geht der Innsbrucker mit anderen Werteskalen an die Dinge heran: „Weltliche Wertesystem suchen nach schlechten Dingen, in der Kräuterkunde ist es anders – da sucht man nach guten Dingen. Die Schulmedizin zieht mit den wichtigen Veränderungen nicht mit. Doch die Natur lehrt Ursachen zu beheben, nicht nur die Symptome“, beschreibt der Naturexperte seine Erkenntnisse im Umgang mit den Kräutern. In der Stille und Entspannung am Berg konzentrierte man sich auf das Einfachste und Wesentlichste. „Das Bewerten, das System, die Strukturen und die Protektionen behindern die Menschen, sie sind verhaftet im System“, erklärt Joseph Heim, der sich von dieser Sichtweise distanziert. „Ich brauche das alles nicht mehr, ich schaue lieber auf die Werte in Sinnlichkeit.“

Mag. Joseph Heim berät und verkauft seine Almkräuter in der **Innsbrucker Markthalle (Fr + Sa 10.00- 14.00/9.00- 14.00)** und jeden **Mittwoch-Markt in Hall am Oberen Stadtplatz (15.00 - 19.30)**. Zudem bietet er auch Seminare und Kräuterwanderungen in näherer und weiterer Umgebung an (Bayern, Südtirol).
Kontakt Joseph Heim: 0699/ 11 81 31 80