

Staatsminister a. D. Josef Miller, Ehrenvorsitzender der Schutzgemeinschaft Deutscher Wald, Landesverband Bayern Anlässlich der Pflanzung „Baum des Jahres 2022“ Am 25. April 2022 in Bad Wörishofen

Gerne bin ich wieder in der Kneippstadt Bad Wörishofen bei meinem Vorbild Pfarrer Sebastian Kneipp, der heute moderner denn je ist. Er gefällt mir deshalb so gut, weil er korpulentere Menschen wie mich und wie er selbst auch einer war, noch etwas gelten lässt. Durch die Erkenntnisse der Wissenschaft ist er heute mit seiner Heilslehre immer noch aktuell, ja sogar noch aktueller als zu seinen Lebzeiten.

Für mich ist das Pflanzen des „Baumes des Jahres“ in Bad Wörishofen – heuer ist es die Rotbuche – bereits seit Anfang der 90er Jahre eine wichtige und symbolträchtige Handlung, insbesondere weil immer viele Kinder bei der Aktion dabei sind. Zum Baum des Jahres sprechen Herr Ltd. Forstdirektor Rainer Nützel, Leiter des Amtes für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten und Herr Benedikt Leonhard, stellv. Leiter der Bayerischen Staatsforstbetriebe Ottobeuren. Mit der „Allee der Bäume des Jahres“ besitzt die Kneippstadt etwas Einmaliges, in der sowohl Einheimische wie Kurgäste und Wanderer ihr Wissen testen, auffrischen, und damit ihre Kenntnisse über die zahlreichen Baumarten verbessern können.

Unsere Wälder sind artenreiche Biotope

Gerade im Wald können die Kinder viel lernen vor allem was die Nachhaltigkeit anbelangt. Als bayerischer Staatsminister für Landwirtschaft durfte ich auch die Verantwortung für die Forstpolitik und den Staatswald in Bayern tragen. Ich habe mir diese Aufgabe nicht leicht gemacht und eine Jahrhundertreform im Forstbereich durchgeführt. Ich bin stolz auf unsere Försterinnen und Förster und unseren Wald. Es war nämlich ein Förster, der den unstrittigen und viel gebrauchten Begriff „Nachhaltigkeit“ als erster geprägt hat.

Er hieß Georg Ludwig Hartig und hat schon vor 200 Jahren folgende Forderung aufgestellt: „Jede weise Forstdirektion muss die Waldungen so hoch als möglich, aber auch so zu benutzen suchen, dass die Nachkommenschaft wenigstens ebenso viel Vorteil daraus ziehen kann, wie sich die jetzt lebende Generation zueignet.“ Liebe Kinder, er hat damals schon an Euch gedacht und in Generationen vorausgeblickt.

Nirgendwo erlebt man Biodiversität stärker als im Wald. Unsere Wälder sind Ökowälder. Liebe Kinder, macht es wie ich: Ich erfreue mich an den Vogelstimmen, Schmetterlingen sowie an der großen Pracht und Vielfalt von Pflanzen und Tieren.

Der Bezug zum Wald ist mir ein besonderes Anliegen

Viele von Euch kennen den Wald gar nicht mehr, obwohl über ein Drittel unseres Landes mit Wald bedeckt ist. Eine Erhebung, die zu meiner Zeit als Vorsitzender der Schutzgemeinschaft Wald durchgeführt wurde, ergab, dass viele Stadtkinder noch nie im Wald waren. Die Kinder leben häufig in einer virtuellen Welt, die über die Bildschirme des Computers, Fernseher und Smartphones flimmert. Was ihnen fehlt ist ein echtes Naturerlebnis. Nur was Menschen kennen, lernen sie auch schätzen und was sie schätzen, lernen sie auch schützen.

Mir als Ehrenvorsitzender der Schutzgemeinschaft ist es nach wie vor ein großes Anliegen, solche Naturerlebnisse, verbunden mit Informationen über den Wald und im Wald, weiter zu vermitteln. Deshalb habe ich ein Aktionsprogramm „Auf in den Schutzwald“ begründet, das meine Nachfolgerin weiterführt. Vielleicht teilen wir uns heute in vier Gruppen auf, machen Bilder, schicken sie per Video den Eltern mit dem Datum der Pflanzung. Ihr Kinder nimmt Eure Eltern bei der Hand und sagt ihnen, ich will Euch im Wald das Bäumlein zeigen, das wir gepflanzt haben. Wenn ihr dann später einmal mit dem Fahrrad vorbeifahrt oder hier spazieren geht, könnt ihr sagen, diesen Baum habe ich gepflanzt. Damit entwickeln sich emotionale Bindungen zum Wald und zur Natur.

Waldbaden – Gesundheit und Kraft tanken im Bad-Wörishofer Wald

Heute wird der Wald als Gesundheitswald und Heilwald neu entdeckt. „Shinrin-Joku“ wird in Japan das „Baden im Wald“ genannt und als besonders gesunder Lebensstil gepriesen. Erst vor 40 Jahren, im Jahre 1982, hat das dortige Forstministerium diesen Begriff geprägt. Shinrin-Joku bedeutet, mit allen Sinnen in die Stille und Unberührtheit des Waldes einzutauchen. Der Kur- und Tourismusbetrieb Bad Wörishofen bietet Interessierten jetzt Kurse in Waldbaden an. Ausgebildete Waldtherapeutinnen bringen den Teilnehmerinnen und Teilnehmern die Heilkraft des Waldes näher.

Bad Wörishofen hat dafür die besten Voraussetzungen:

- Einen zusammenhängenden Wald in Stadtnähe,
- erschlossen mit dem Bus, mit dem Sie in den Wald und vom Wald heimfahren können
- Ein reichhaltiges Wegenetz, das unterschiedlich lange Waldspaziergänge ermöglicht

Ursachen für das typische Waldinnenklima sind

- Abgemilderte Temperaturextrema, insbesondere bei Hitze
- Ein angenehmes Licht
- Eine erhöhte relative Luftfeuchtigkeit
- weniger Luftschadstoffe und Lärm
- Eine angenehme Klangumgebung durch Vogelgezwitscher
- Natürliche Aromastoffe und ätherische Öle in der Waldluft

Hartmut Netz hat für den Umweltschutzverband NaBu einen Artikel mit der Überschrift „Zu wenig Natur macht krank – Waldbaden setzt auf die Heilkraft der Bäume“ einen sehr interessanten Artikel geschrieben. Darin berichtet er, dass an den japanischen Universitäten Waldmedizin ein anerkanntes Forschungsgebiet sei. Demnach verbessert bereits ein kurzes Waldbad Atmung, Puls und Blutdruck. Ärzte verordnen gegen Bournout oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen eine Waldtherapie.

Herr Netz zitiert die Nippon Medicalscol in Tokio, bei der Wissenschaftler 100 Probanden auf einen Spaziergang geschickt werden. Die eine Hälfte in die Stadt und die andere Hälfte in den Wald. Bei der anschließenden Blutanalyse zeigte sich, dass bei der Stadtgruppe die Konzentration an DHEA-Hormonen unverändert war, bei der Waldgruppe jedoch deutlich erhöht. DHEA ist ein Hormon, das Herzerkrankungen vorbeugt.

In einer anderen Studie schickten Wissenschaftler Probanden einen ganzen Tag lang in den Wald. Die Blutanalyse danach ergab, dass der Gehalt an natürlichen Killerzellen um fast 40 % gestiegen war. Killerzellen töten Viren ab und zerstören Krebszellen.

Man vermutet, so Netz, dass die therapeutische Wirkung des Waldes auf Körper und Seele auf Terpenen beruht, den wichtigsten Ingredienzien ätherischer Öle, die aus Rinde und Blätter von Bäumen, Sträuchern und anderen Pflanzen ausdünsten. Nimmt diese der Mensch über die Haut und Lunge auf, beruhigt sie den Sympathikus, ein Teil des vegetativen Nervensystems, der in Stresssituationen Flucht- und Kampfreaktionen steuert.

Waldbaden entfaltet insbesondere bei Schlafstörungen und depressive Gedanken, physischen Belastungen oder der Aufmerksamkeitsstörung ADH wohltuende Wirkung, erläutert Gisela Im-mich, wissenschaftliche Mitarbeiterin am Lehrstuhl für Public Health und Vorsorgeforschung der LMU München. Sie schreibt „Waldbaden wirkt rein präventiv, ist also eine Maßnahme der Gesundheitsvorsorge.“ Zurzeit arbeitet ihr Lehrstuhl an einem Kriterienkatalog für Kur- und Heilbäder, mit deren Einrichtung sich die bayerischen Heilbäder und Kurorte wie auch Bad Wörishofen, die Heilkraft des Waldes zunutze machen wollen.

Was tut sich beim Projekt „Kur- und Heilwald“ in Bad Wörishofen?

- Beide Waldgesundheitstrainerinnen sind zusätzlich als Waldtherapeutinnen zertifiziert worden
- Im nächsten Jahr startet eine klinische Studie zum Thema Wirksamkeit von waldtherapeutischen Interventionen bei unterschiedlichen Erkrankungen – das Sebastianum ist Studienpartner
- Das Abschlussdokument der LMU liegt vor (siehe Unterlagen.)
- Der Therapieplatz ist fertig und wird bereits genutzt, der Kur- & Tourismusbetrieb bietet ein Angebot
- Beschilderung wird errichtet werden, wenn das Logo vorliegt
- Die Zertifizierung soll im Juni bei einem gemeinschaftlichen Termin der Orte in München erfolgen.
- Fragen beantwortet die stellv. Kurdirektorin Cathrin Held

Angela Weinfurter sagt, „Der Mensch brauche das Grün des Waldes, um sich gut zu fühlen. Zu wenig Natur macht krank. Zu ihr kämen oft Menschen, denen der Bezug zur Natur verloren gegangen sei.“

Wir tragen mit der Pflanzaktion heute dazu bei, dass ein Bezug zur Natur für unsere Kinder ermöglicht wird. Lassen Sie uns mit den Kindern aus dem Kindergarten der Gartenstadt heute den Baum des Jahres eine Rotbuche, pflanzen.

Der französische Theologe und Philosoph Teilhard de Chardin hat es einmal sehr treffend so formuliert: „Das Los des Menschen ist an der Natur selbst gebunden.“ Ich ergänze: „Der Mensch ist Teil und gleichzeitig die Krone der Schöpfung und er hat die Verantwortung für die Schöpfung.“