

INNEHALTEN UNTER BÄUMEN

Mystisch

◆ **Lebensraum** «Ein Wald ist ein Wunder», sagt die Schweizer Biologin Diana Soldo. Wir geniessen mit ihr ein «Waldbad» auf dem eibenreichen Uetliberg. ——— EVA NYDEGGER

Ist sie da? Ist es Einbildung? Fast löst sich Diana Soldos Gestalt im zwischen Zweigen hindurchflirrenden Sonnenlicht auf. So meisterhaft tarnt der Wald die braungrünbeigen Farben ihrer Augen, Haare und Kleider. Auch wenn sie ihr Wissen weitergibt, erscheint sie wie eine eichenkundige Druidin. So durchdringt einen der Zauber der Natur – und das an den Hängen des Uetlibergs, nahe bei Zürich.

Dabei fing für Diana Soldo (49) alles eher trocken an, mit einem Biologiestudium an der ETH Zürich. Und als Leiterin des Kompetenzzentrums Pflanzenwissenschaft der ETH, Uni Zürich und Uni Basel engagierte sie sich einst primär für die Forschung. Heute geht es ihr vielmehr um den mitfühlenden Umgang der Menschen mit der Natur. Die italienisch-schweizerische Doppelbürgerin wohnt umgeben von Wald.

Zu den Waldexkursionen, die sie anbietet, passt auch ihr Name: Diana, Göttin der Jagd, der Wildnis und des Waldes. Obgleich sich Soldo durchaus auch in der Mystik auskennt, sind ihre vielschichtigen Erläuterungen nicht esoterisch angehaucht. «Die Kelten verehrten Bäume als Wohnstätte der Götter», erklärt sie und weist auf die heute wissenschaftlich faszinierenden Eiben hin, die es den Kelten so angetan hatten.

Hier, auf dem Zürcher Hausberg, wächst und gedeiht der grösste Eibenwald Europas. Angelockt durch die Aussicht auf Stadt und See, tummeln sich auf dem Uetliberg oft Hunderte Erholungssuchender. Doch nur wenige kommen der Eiben wegen. Dabei verdient der Baum durchaus Beachtung. So alt wie er wird keiner: Er bringt es auf 3000 Jahre! (100 Jahre alt sind Schweizer Bäume durchschnittlich.) Als einzige Bäume betreiben Eiben mit ihren immergrünen Nadeln auch im Winter, wenn alle anderen Bäume schlafen, die nutzbringende Photosynthese. Aber: Keiner ist so gefährlich wie sie! Bis auf das Fruchtfleisch ihrer roten Sommerbeeren ist alles an ihr hochgiftig. Aus der Rinde jedoch wird seit 25 Jahren ein Krebsmedikament hergestellt. Da aus ihrem elastischen Holz jahrhundertlang Pfeilbogen hergestellt wurden, sind Eiben heute sehr selten.

Heidnische und heutige Magie

Zurück zu den Kelten und ihrem Glauben an eine übernatürliche Welt. Auch wenn die Römer und später das Christentum den Naturglauben der Kelten und ihre 200 Götter verdrängten, lebten gewisse heidnische Elemente weiter, in Maifesten etwa. «Und offenbar empfinden Menschen bis heute tief in sich eine starke Verbundenheit ...»

Foto: Christoph Kaminski



Unterwegs auf dem Zürcher Uetliberg: Diana Soldos Gestalt wird fast eins mit dem Wald.

Coop setzt auf Schweizer Holz

◆ **Einheimisch** Die Schweiz hat üppig wachsende Wälder. Rund 10 Millionen Kubikmeter Holz wachsen pro Jahr nach. Ein guter Grund für Coop, wo immer möglich auf Schweizer Holz zu setzen.

2017 stammten 36 Prozent des gesamten Holzes, das Coop verkaufte, aus heimischen Wäldern. Beim Bauholz (Latten, Bretter, Balken) war es fast die Hälfte. Nur drei Jahre zuvor waren erst 28 Prozent der gesamten gehandelten Holzmenge einheimisch gewesen. «Wir suchen in erster Priorität immer zuerst in der Schweiz nach Holzlieferanten für Garten-, Bau- und Bastelmaterial», bestätigt auch Guido Fuchs, Projektleiter Nachhaltigkeit bei Coop.

Ein schönes Beispiel, wie Coop den Schweizer Wald bevorzugt, zeigt sich im Goms VS. Das Holz, das bei der Waldpflege geschlagen wird, verpackt eine einheimische Behindertenwerkstätte. Coop verkauft dieses Holz als Pro-Montagna-Brennholz und lässt pro verkauftes Pack 50 Rappen an die Patenschaft für Berggebiete fliessen. Diese Coop-eigene Stiftung unterstützt wiederum Aufforstungsprojekte, wie zum Beispiel im Schutzwald oberhalb von Engelberg OW. Coop ist auch Partner der Schweizer Pärke. Dieses Netzwerk von heute 19 regionalen Naturlandschaften hat zum Ziel, die Pärke als Wirtschaftsraum nachhaltig zu fördern und sie als Lebensraum mit einer reichen Flora und Fauna zu pflegen. THOMAS COMPAGNO



Still werden und den Geist leeren: Ein Waldspaziergang verbindet mit der Natur – und ist gesund.

... mit der Natur», meint Walddexpertin Diana Soldo. Das erklärt das anhaltende Absatzhoch der Bücher des deutschen Försters Peter Wohlleben (53). «Das geheime Leben der Bäume» war 2016 das am meisten verkaufte Sachbuch Deutschlands und findet weiterhin in der Schweiz und 40 weiteren Ländern zahlreiche vom Wald berührte Leserinnen und Leser (das Interview mit dem Autor auf Seite 17). Diana Soldo ist überzeugt, dass Wohllebens Bücher mit dazu beitragen, dieser Natursehnsucht nachzugehen und bewusster und achtsamer durch den Wald zu pirschen.

Ein «Waldbad» zur Erneuerung

Still werden, lauschen, vielleicht den Weg verlieren. Ein «Waldbad» kann unendlich viel und oft auch Unvorhergesehenes beinhalten. Aus dem vielschichtigen Laubboden stösst vielleicht die erste Primel hervor. In den Baumkronen flüstert der

Wind. Auf einem Stamm zeigt sich die türkise Flechte als Herz. Am Baumstrunk beleuchten Sonnenstrahlen Figuren aus Pilzen und Moos. All das regeneriert nicht nur den Geist: «Wer jede Woche einen halben Tag im Wald verbringt, verdoppelt seine Abwehrkräfte», erklärt Diana Soldo. Dass sie selber in einem Haus leben kann, das im Wald geborgen ist, betrachtet sie als grosses Glück.



Bis auf das Fruchtfleisch der sommerlichen Beeren ist die Eibe hochgiftig.

Fotos: Christoph Kaminski, Alamy; Quelle: BAFU; Grafik: Caroline Koella

Ihre Doktorarbeit handelte von Algen, an der ETH erforschte sie die Waldökologie. Später war sie für Caritas-Wasserprojekte unter anderem in Äthiopien und Mali tätig. Dort wurde ihr klar, welche immense Bedeutung Wälder für einen nachhaltigen Wasserkreislauf haben: 50 Prozent aller Wolken bilden sich über Wäldern. «Wo es an Wald fehlt, gibt es oft kaum Wasser», sagt sie. Wie glücklich kann sich die Schweiz schätzen: 1,267 Millionen Hektaren, also ein Drittel unserer Landesfläche, sind mit Wald bedeckt. Dann zeigt sie auf eine grosse Buche und sagt, dass diese mit ihren herzförmigen Wurzeln im Sommer täglich bis zu 500 Liter Wasser aufnimmt und durch die Photosynthese wieder abgibt – wobei der wertvolle Sauerstoff entsteht.

Riesen unter der Erde

So schön Diana Soldo die Vielfalt der Baumstämme im Winterwald findet, so sehr ersehnt sie den Frühling. «Dann wird ...

BÄUME UND WÄLDER*: DIE SUPERLATVE





Am Fuss einer grossen alten Buche sammelt Diana Soldo Zweige ein.

... der Wald zu meinem Garten», verrät sie. Sie freut sich darauf, sich ihren vitaminreichen Spinat-Ersatz zu pflücken, den ziegenfussförmigen Giersch, oder dem Salat junge Buchenblätter beizumischen. Sie bietet dann interessierten Privatpersonen Waldkräuterführungen an; im Winter sind es dagegen eher Firmen, die bei ihr für die Belegschaft eine Waldexkursion buchen. Im Herbst tut sich dann noch einmal eine andere Welt im Wald auf: Pilze. Zurzeit leben sie, diese grössten Lebewesen überhaupt, vor allem im Untergrund. Was wir später im Jahr sehen und gern verspeisen, sind ihre Fruchtkörper. Die eigentlichen Pilze stecken in der Erde. Seit einigen Jahren gelten sie nicht mehr als Pflanzen, aber auch nicht als Tiere, obwohl sie mit Letzteren viel gemein haben. Sie bilden ein eigenes Reich. Für diverse Bäume sind sie enorm wichtig. Pilze leben mit den Wurzeln der Bäume in Symbiose, tun sich also gegen-

seitig Gutes. Zudem spielen sie eine wichtige Rolle beim Zersetzen toter Bäume.

In Walderinnerungen schwelgen

Diana Soldo bückt sich und beginnt, Zweige von Fichten, Buchen und Eiben sowie moosbewachsenes Altholz einzusammeln. Ab und zu zweige sie aus dem Wald etwas für die Stube alter oder behinderter Menschen ab, die fürs segensreiche Waldbaden nicht mehr mobil genug sind, erklärt sie. «Das Berühren rauer Baumrinde oder zarter Moose kann längst vergangene Walderlebnisse wiederaufleben lassen, das beglückt die Menschen sehr», erzählt Diana lächelnd – und sie sieht jetzt wirklich wie eine gute Fee aus.

Doch der Schweizer Wald beglückt nicht nur, er braucht auch gute Geister und vor allem viel Schutz von uns Menschen. Das ist das Anliegen, das unserer Waldführerin am meisten am Herz liegt. ●



Die Biologin «pflückt» auch moosbewachsenes Altholz. Wenn auf solchem Pilze wachsen, unterstützt dies den Zersetzungsprozess.



Im Web

► Ein Video über Männer, die auch im Winter im Berner Bremgartenwald leben, mehr Infos über die Bäume in Schweizer Wäldern und Diana Soldos und Peter Wohllebens Webseite finden Sie unter:

► www.coopzeitung.ch/wald

«Geht raus in die Natur!»

◆ **Peter Wohlleben**
Seine Bücher sind Waldverführungen: Mit Science und etwas Fiction wurden sie zu Bestsellern.



Der Förster und Autor Peter Wohlleben, 53, lebt im deutschen Wershofen.

Was sagen die Bäume zu den Januarstürmen?

Die sind jetzt im Winterschlaf. Auf die Stürme reagieren sie erst, wenn sie erwachen. Haben sie Spannungsbrüche erlitten, verstärken sie ihr Holz. Wenn ein Baum umfällt, war der Boden beschädigt und die Wurzel konnte nicht tief genug hineinwachsen.

Passt es den Bäumen, wenn es wie im Januar viel regnet?

Es ist ein Segen. Bäume brauchen dies, um die immer trockener werdenden Sommer zu überstehen.

Darf man Sie als Baumflüsterer bezeichnen?

Ich bin Förster, ich beobachte Bäume und in den Büchern übersetze ich wissenschaftliche Erkenntnisse in Alltagssprache.

Dabei vermenschlichen Sie Bäume. Ist das nötig?

Wenn ich schreibe, dass Bäume ihre Sämlinge stillen, können Sie sich doch schneller etwas darunter vorstellen, als wenn Sie hierzu die biochemische Abhandlung lesen.

Sie erwecken den Eindruck, als ob Sie mit Bäumen reden könnten. Tun Sie das?

Nein, da hätten die Bäume auch nichts davon! Dass Bäume untereinander kom-

munizieren und sich vor Insekten warnen, ist seit über 50 Jahren bekannt. Aber das läuft sehr langsam ab.

Umarmen Sie Bäume?

Ich fasse Bäume gerne an, aber umarmen tue ich sie nicht. Es gibt ja Menschen, die meinen, dass Bäume auf ihre Umarmung reagieren. Doch das kann fast nicht sein. Bäume würden Stunden brauchen, bis sie es merken. Und so lange umarmt niemand einen Baum. Im Wald sollte man es aber gemächlich angehen und nicht herumhetzen wie bei einem Geschäftstermin.

Sie plädieren für absichtsloses Waldbaden?

Genau. Wir nehmen durch die Atmung Stoffe auf, welche die Bäume absondern. So stärkt der Aufenthalt im Wald das Immunsystem und senkt den Blutdruck.

Als Förster müssen Sie auch Bäume fällen. Bringen Sie das übers Herz?

Sicher. Ich muss mich ja auch ernähren und brauche dazu Pflanzen und Tiere. Zudem heize ich mit Holz.

Für all die Bücher, die Sie in Umlauf bringen, braucht es viel Holz. Tut das nicht weh?

Ich finde, dass wir Menschen Bäume schon nutzen dürfen. Papier ist langlebig und Bücher sind doch grundsätzlich etwas Gutes.

Ihnen ist es wichtig, Wälder schonend zu nutzen?

Ja, so schonend wie nur möglich. Das ist sogar profitabler, als grosse Maschinen einzusetzen, die beim Vibrieren den Waldboden beschädigen. Im Wald, den ich betreue, transportieren Pferde die gefällten Bäume ab. Die machen das sehr gern.

Gäbe es genug Arbeitspferde, um das mehr zu tun?

Vor allem gibt es nicht genug Förster, die es so machen wollen. Die Besitzer solcher Pferde hätten gern mehr Arbeit!

Welches ist die wichtigste Aussage Ihrer Bücher?

Geht raus und freut euch an der Natur. EVA NYDEGGER



Peter Wohlleben: «Das geheime Netzwerk der Natur. Wie Bäume Wolken machen und Regenwürmer Wildschweine steuern». Im Handel oder für Fr. 28.40 plus Fr. 5.– Versandkosten unter: ► www.coopzeitung.ch/shop