

5. Buchtipp: Grünkraft. Kräuterleute im Porträt [Rezensionsexemplar]

Hüttenwirtinnen, Bergführerinnen, Fährleute – ich freue mich immer, wenn Daniela Schwegler wieder ein Buch veröffentlicht. Sie porträtiert immer besonders spannende Menschen in der Schweiz. In ihrem neuesten Buch sind es Menschen mit einer besonderen Beziehung zu Kräutern – ein Thema, das mich bisher nicht sonderlich berührt oder interessiert hat. Daniela Schwegler hat es dennoch geschafft, mich über Stunden mit ihren Portraits zu beschäftigen.

Ganz wichtig zu erwähnen: die Kräuterexpertinnen erzählen nicht nur aus ihrem Alltag, von ihren Berufen als Schamanin oder als Heilerin, als Pädagogin oder Kochbuchautorin, sie verraten uns auch ihre Rezepte. Ein Rezept für ein Haarpflegemittel aus Brennesseln, für einen Kompott aus Alpenblacke/ wildem Rhabarber oder Erika-Bier. Es klingt manchmal schon sehr esoterisch und sehr ungewohnt, wenn man sich mit diesen Themen wenig beschäftigt – aber wenn man sich darauf einlässt, fragt man sich, warum das alles so fremd und ungewohnt ist. Es ist doch die Natur vor unserer Haustür!

Also vor Schweizer Haustüren natürlich, aber sich Zeit nehmen für Geschichten und Geschichte, das Weitergeben von Wissen, das Entdecken von „Zauberpflanzen und Heilkräutern“, das geht vor jeder Haustür. So macht dieses Buch eher wenig Reiselust wie die früheren Bücher von Daniela Schwegler, aber es weckt Interesse, sich mehr mit der „Wildnis“ vor der eigenen Haustür zu beschäftigen.

Siehe [Himmelwärts](#) | [Bergfieber](#) | [Uferlos](#)



Buchtipp Grünkraft von Daniela Schwegler

Infos zum Buch: „Grünkraft – Kräuterleute im Portrait“ von Daniela Schwegler, Trix Barmettler (Illustrationen) und Gerry Amstutz (Fotos). Erschienen 2024 im Wörterglück Verlag/ AS Verlag, ISBN 978-3-03913-051-1. Hier kannst du [Grünkraft bei Amazon bestellen](#)* oder hol es dir in deiner Lieblings-Buchhandlung.

6. Lael rides around the world – der Film

Im Mai war die großartige Lael Wilcox in München. Sie und ihre Frau, die Filmemacherin Rue Kaladyte, haben dort ihren Film zu der Tour gezeigt, mit der Lael einen neuen Guinness Rekord für die schnellste Rund-um-die-Welt-Fahrt aufgestellt hat. Ein toller Abend und ein richtig toller Film, den du jetzt auch auf Youtube anschauen kannst. So inspirierend!