



Rosen im Klostergarten Stift Neustift

# Die Königin der Blumen

Die Rose ist die Botschafterin der Liebe, Freude und Jugend

## Die Rose - Rosa

**Familie:** Rosengewächse (*Rosaceae*)

**Gattung:** Rosen

Es gibt Hunderte von Rosensorten, aber ihre typischen Merkmale die Stacheln, Hagebutten und unpaarig gefiederte Blätter machen sie unverkennbar. Die meisten Arten sind auf der Nordhalbkugel beheimatet, man findet die Rose mittlerweile aber auf allen Kontinenten. Man unterscheidet zwischen Wildrosen und Kulturrosen. Seit mehr als 2.000 Jahren werden bereits Rosen gezüchtet. Die Rose ist mehrjährig, mag gerne Sonne und blüht je nach Sorte ab Juni bis August. Sie ist ein sommergrüner Strauch, welcher bis zu 4 m hoch werden kann. Sie mag gern frischen, eher trockenen Boden. Stamm, Äste und Zweige sind meist mit Stacheln besetzt. Die Blüten sind zwischen einem und 10 cm groß und es gibt sie in unzähligen Farben.

Die Frucht der Rosen ist die Hagebutte, welche eine Sammelnussfrucht ist. In ihr befinden sich die Nüsschen, welche oft von Haaren umgeben sind. Sie sind bei Kindern sehr beliebt als Juckpulver. Diese Nüsschen werden meist durch Tiere weiterverbreitet und so kann sich die

Rose in der Wildnis vermehren. Die Rose spielt in vielen Kulturen eine große Rolle. In Persien gibt es seit Jahrtausenden Rosengärten, in welchen die prachtvollsten und duftendsten Rosen gezüchtet werden.

In Mitteleuropa wurden die heimischen Wildrosen von den Kelten und Germanen genutzt, was Funde von Hagebutten in Siedlungen zeigen. Der arabische Arzt Avicenna (ca. 980-1037) widmete der Heilwirkung der Rose sogar ein eigenes Buch. Im Mittelalter wurde die Rose (Apothekerrose *Rosa gallica officinalis*) in Klostergärten als Heilpflanze angepflanzt und vermehrt. Unter Karl dem Großen wurde sie ausdrücklich als anzubauende Heilpflanze empfohlen. Vor allem im Barock und Rokoko setzte sich die Rose in den Gärten durch. Ihre wichtigste Nutzung ist die der Zierpflanze.

Aus den Blütenblättern von Duftrosen, die besonders viel ätherisches Öl enthalten, wird ätherisches Rosenöl hergestellt, welches sehr wertvoll ist und in der Parfümherstellung oft verwendet wird. Um ein Kilogramm reines ätherisches Rosenöl mit Wasserdampfdestillation herzustellen werden ca. 5.000 kg Rosenblütenblätter benötigt. Das dabei ebenso entstehende Rosenhydrolat ist besonders geeignet, um trockene und reife Haut, aber auch empfind-

liche Babyhaut zu reinigen und zu pflegen. Es wirkt beruhigend und antiseptisch. Es ist auch wunderbar, um Naturkosmetik herzustellen und kann zum Beispiel in Cremes oder Lotionen eingerührt werden.



Flora von Deutschland, Österreich und der Schweiz (1885)

**„Sammele die Rosenblätter bei Tagesanbruch und lege sie über die Augen, sie machen dieselben klar und ziehen das „Triefen“ heraus.“**

*Hildegard von Bingen*


Bei gereizten Augen hat bereits Hildegard von Bingen Rosenblätter aufgelegt, da wirken mit Rosenhydrolat getränkte Kompressen besonders gut. In der Volksheilkunde sind nur Rosen interessant, welche entweder wild oder ohne Dünger und Pestizide, am besten im eigenen Garten, wachsen. Die Rose gilt seit jeher als Symbol von Liebe, Freude und Jugend und war unter den Griechen der Aphrodite, dem Eros und Dionysos geweiht. Bei den Römern und den Germanen wurde sie eher dem Tod zugeschrieben.

Es werden vor allem die Blütenblätter und die Hagebutten verwendet. Sie sind gut für Leber und die Nieren. Rosenblütentee dient der Blutreinigung und zur Stärkung von Herz, Nerven und bei starken Menstruationsbeschwerden. Er kann auch bei Zahnfleischentzündungen, Kopfweg und Schwindel eingesetzt werden. Blüten und Hagebutten sind essbar und können vielfältig verarbeitet werden. Man kann Gelee, Zucker, Sirup, Wein, Pesto, aber auch Liköre aus den Blüten herstellen. Die Rosenblütenblätter enthalten vor allem ätherische Öle, Gerbstoffe

und Saponine. Die Hagebutten sind sehr reich an Vitamin C. 25 g davon decken den Tagesbedarf eines Erwachsenen und sind wunderbar zur Steigerung der Abwehrkräfte und zur Vorbeugung gegen Erkältungskrankheiten. Sie können zu Mus oder Gelee verarbeitet werden, getrocknet schmecken sie wunderbar im Tee. Sie wurden früher auch als Stärkungsmittel für geschwächte und stillende Personen verabreicht.

Der Duft der Rosenblüten regt die Ausschüttung von Endorphinen an, die uns ein Gefühl der Entspannung bis Euphorie vermitteln. Beim Räuchern der getrockneten Blütenblätter entwickelt sich ein süßer, sinnlicher, zarter Duft. Da der Rauch belebend und gleichzeitig entspannend wirkt, für inneren Frieden und Ruhe sorgt, Ängste beseitigt und negative Energien vertreibt, werden Rosenblüten oft in Liebes- und Harmonie-Räuchermischungen verwendet. Hier harmonieren sie gut mit Zimt, Rosmarin und Mädesüßblüten.

Wichtiger Hinweis: Allfällige in diesem Artikel angeführten möglichen Heilwirkungen von Pflanzen und Zubereitungen sind nicht als ärztliche Handlungsempfehlungen zu verstehen und ersetzen keinesfalls die fachliche Beratung durch einen Arzt oder Apotheker.

 Mag.<sup>a</sup> phil. Michaela Thöni-Kohler  
Kräuterexpertin, Zammer Kräuterhex  
[www.zammerkraeuterhex.com](http://www.zammerkraeuterhex.com)



Schlicht bezaubernd – die Hecken-Rose

## rezepte

### Rosen-Sirup

3 Hände voll frische Rosenblüten, 1 Bio-Zitrone, 0,5 l Wasser, 500 g Zucker  
Das Wasser mit dem Zucker so lange köcheln bis der Zucker aufgelöst ist. Zitrone in Scheiben und Rosenblüten klein schneiden. Alles zusammen in ein Glas geben und mit dem heißen Zuckerwasser aufgießen. Bei Zimmertemperatur verschlossen etwa zwei Tage lang ziehen lassen und dann abseihen. Danach noch einmal aufkochen und noch heiß in Flaschen füllen. Kühl gelagert ist er ca. 6 Monate haltbar.

### Hagebuttenpulver

Hagebutten sammeln, halbieren, die Härchen entfernen und trocknen. Die getrockneten Hagebutten in einer Küchenmaschine zu feinem Pulver verarbeiten. Das ist ein toller Lieferant für Vitamin C. Es wirkt entzündungshemmend und hilft zur Bindung freier Radikaler.

Fotos: Michaela Thöni-Kohler



Hagebutten sind ein guter Vitamin C Lieferant