

rudi beiser

Experte für Wild- und Heilpflanzen
Sachbuchautor, Journalist und Dozent
Kräuterfachmann aus dem sonnigen Oberrheintal

instagram.com/rudi.beiser

rudibeiser.de

verzeichnis

| 1 | ÜBER MICH

| 2 | MEINE BÜCHER

| 3 | SEMINARE

| 4 | VORTRÄGE & WORKSHOPS

| 5 | REZENSIONEN & PRESSE

| 6 | KONTAKT

über mich



RUDI BEISER

Ich beschäftige mich schon seit über 45 Jahren mit Heilpflanzen und essbaren Wildkräutern. Mein Interesse gilt auch der Volksmedizin unserer Vorfahren und dem Kräuterbrauchtum längst vergangener Zeiten.

1984 gründete ich einen der ersten Naturkostläden der Region, wobei der Schwerpunkte auf gesunder Ernährungsweise und der Nutzung von volksmedizinischem Wissen lag.

1993 gründete ich die La Luna Kräutermanufaktur, wo ich 20 Jahre lang hochwertige Kräutertees in Demeter-Qualität produzierte.

Inzwischen bin ich als Dozent an verschiedenen Instituten und als Buchautor tätig. Meine Bücher werden unter anderem beim Kosmos-, Ulmer-, Trias- und AT-Verlag verlegt.

Seit einigen Jahren schreibe ich beim Heilpflanzen-Blog von Thieme regelmäßig Beiträge zu den Themen Heilpflanzen und Wildkräuter.

Seit Juni 2020 bin ich auch auf Instagram unterwegs, wo ich regelmäßig mein Wissen zu verschiedenen Themen meiner breit gefächerten Interessengebiete teile.

Seit 2021 bin ich außerdem
Mit-Herausgeber der Fachzeitschrift "Heilpflanzen" (Thieme-Verlag).

meine bücher



UNSERE ESSBAREN WILDPFLANZEN

Das Standardwerk für Wildkräuter-Sammler*innen! Über 115.000 verkaufte Exemplare! Sicher bestimmen: Klare Abgrenzungen zu giftigen Verwechslern. Ausführliche Porträts der essbaren Pflanzen mit Rezepten und Hinweisen zur Heilwirkung.

294 Seiten; 18,00 €
Kosmos



KRAFT UND MAGIE DER HEILPFLANZEN

Kraft und Magie der Heilpflanzen ist ein wunderbares Nachschlagewerk über Kräuterbrauchtum, Jahreskreisfeste und Pflanzenmagie. Lassen Sie sich von dem wundervoll gestalteten Buch verzaubern und in die geheimnisvolle Welt der magischen Heilpflanzen entführen. Erscheint schon in der 3. Auflage!

256 Seiten; 34,00 €
Ulmer

meine bücher



HEILPFLANZEN UND KRÄUTER AUS DEM EIGENEN GARTEN

Heilpflanzen und Kräuter im eigenen Garten oder auf dem Balkon selbst anbauen! Hier erfahren Sie alle über den erfolgreichen Anbau von Heilpflanzen. Mit zahlreichen Verarbeitungstipps und Rezepten!

160 Seiten; 20, 00 €
Ulmer



TEE AUS KRÄUTERN & FRÜCHTEN

Das Standardwerk für alle, die selbst Kräutertee sammeln, trocknen und genießen wollen! Im Buch finden sich die Grundlagen um eigene Teemischungen für Genuss und Gesundheit herzustellen. Mit vielen Rezepten und Hinweisen zum optimalen Erntezeitpunkt. Über 28.0000 verkaufte Exemplare.

186 Seiten; 18,00 €
Kosmos

meine bücher



ESSBARE WILDKRÄUTER UND WILDBEEREN FÜR UNTERWEGS

Das beliebte Wildkräuter-Bestimmbuch für unterwegs. 140 essbare Arten einfach bestimmen! Die Pflanzen sind nach den Lebensräumen Wald, Wiese, Ackerland und Gewässer sortiert. Über 80.000 verkaufte Exemplare.

176 Seiten; 14,00 €

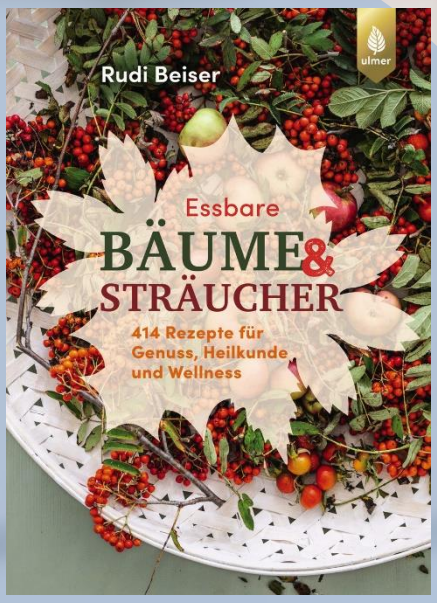


HEILPFLANZEN FINDEN!

Das ideale Buch für Einsteiger*innen in die Heilpflanzenwelt: Schritt für Schritt wird das Sammeln und Verarbeiten der wichtigsten Heilpflanzen erklärt.

128 Seiten; 12,00 €

meine bücher



ESSBARE BÄUME & STRÄUCHER

Das große Buch der essbaren Bäume und Sträucher! In den Porträts von 32 Arten Wild- und Kulturgehölze erfahren Sie Verblüffendes zur Biologie, zum Brauchtum und zur Nutzung damals und heute. Über 400 Genuss-, Heil- und Wohlfühlrezepte machen das Buch zu einem wahren Fundus für alle, die sich für Wildpflanzen und Obstgehölze begeistern und diese sammeln und verarbeiten möchten.

384 Seiten; 40,00 €



HEILPFLANZEN-GUIDE

Das ideale Buch für Einsteiger*innen in die Heilpflanzenwelt: Ein interaktives Buch über die wichtigsten Heilpflanzen und wie man sie sammelt und verarbeitet. Mit zahlreichen Rezepten und Tipps. QR-Codes führen zu weiterführenden Videos und Infos.

144 Seiten; 20,00 €

meine bücher



GESUNDE KNOLLEN

Wurzeln und Knollen sind wahre Kraftpakete. Lernen Sie Neues über bekannte Gemüse wie Sellerie und Pastinake und entdecken Sie vergessene Wurzeln wie Kerbelrübe oder Haferwurz.
38 Rezeptvorschläge lassen keine Wünsche offen!

160 Seiten; 10,00 €
TRIAS



ÖLE, CREMES UND SALBEN AUS HEILPFLANZEN

In diesem neuen Buch finden Sie auf 160 Seiten das Basiswissen für die Herstellung von Ölen, Cremes und Salben mit optimaler Wirkung.
76 Rezeptvorschläge lassen keine Wünsche offen!

160 Seiten; 22,00 €
Ulmer

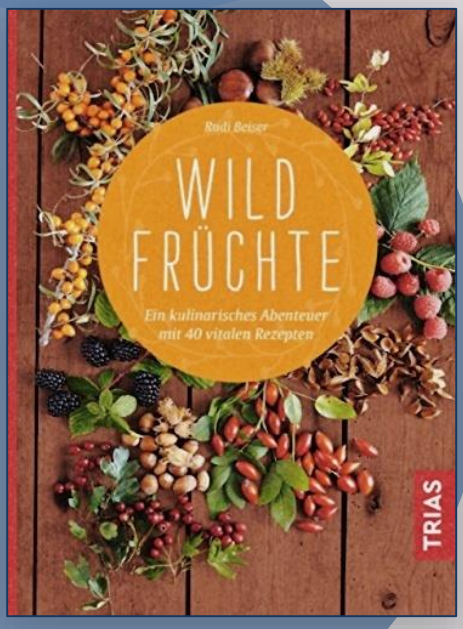
meine bücher



GEHEIMNISSE DER HECKEN

Lernen Sie die Geheimnisse der 23 wichtigsten heimischen Heckensträucher kennen: Neben der ökologischen Bedeutung der Hecken erfahren Sie viel über Brauchtum, Heilkunde und Nutzung der Wildfrüchte.

256 Seiten, 32,00 €
Ulmer

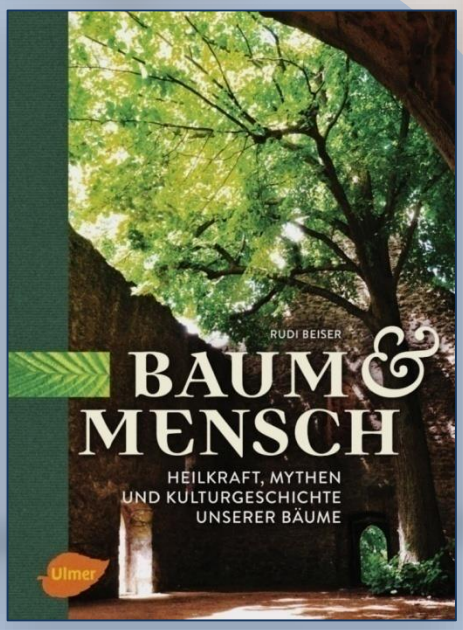


WILDFRÜCHTE

Das Buch "Wildfrüchte" hat den Schwerpunkt bei der Nutzung von Blüten, Blättern und Früchten unserer heimischen Bäume und Sträucher.
Mit 40 kulinarischen Rezepten zum Ausprobieren!

160 Seiten; 12,00 €
TRIAS

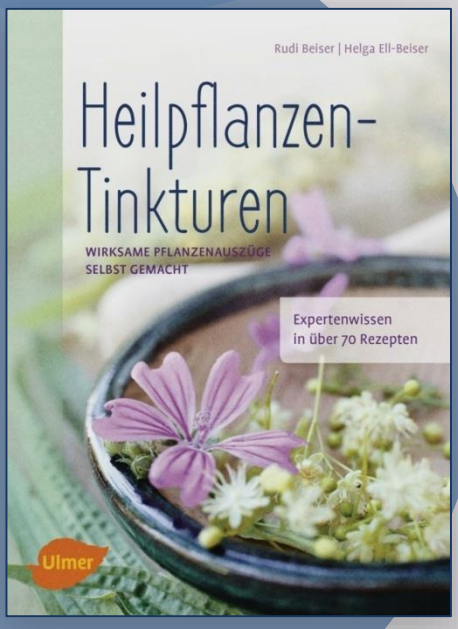
meine bücher



BAUM & MENSCH

Eine spannende Reise durch Wald- und Kulturgeschichte. Sie lernen die 34 wichtigsten Baumarten kennen mit vielen Rezepten zu Baum-Heilmitteln und Baum-Genüssen.

256 Seiten; 29,90 €
Ulmer

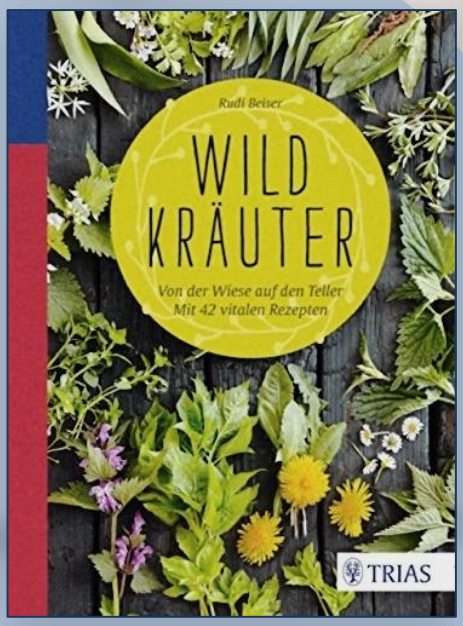


HEILPFLANZEN-TINKTUREN

Selbst gemachte Tinkturen: Ein spezielles Herstellungsverfahren garaniert optimale Qualität! Mit über 70 Rezepten für alle wichtigen Beschwerden. Über 12.000 verkaufte Exemplare.

160 Seiten; 22,00 €
Ulmer

meine bücher



WILDKRÄUTER

"Born to eat wild": Das Wildkräuterbuch für Einsteiger: Erfolgserlebnis garantiert! Sicheres Erkennen der Pflanzen und viele leckere Rezepte!

160 Seiten, 22,00 €
TRIAS



VERGESSENE HEILPFLANZEN

Eine spannende Entdeckungsreise zu heimischen Wildpflanzen vor unserer Haustür, die heute vergessen sind, aber früher eine bedeutsame Rolle innehatten.

240 Seiten, 22,00 €
AT

meine bücher



VERMARKTUNG VON KRÄUTERPRODUKTEN

Hier steht alles, was rechtlich zu beachten ist, wenn man Kräuterprodukte aus eigener Herstellung verkaufen will.

120 Seiten, 18,00 €
Ulmer



WILD- UND HEILKRÄUTER, BEEREN & PILZE FINDEN

Zusammen mit Christine Schneider und Maurice Gliem entstand das dicke Einsteigerbuch für Wildkräuter, Heilpflanzen, Wildbeeren und Pilze!

460 Seiten, 18,00 €
Ulmer

meine bücher



GEHEIMNISSE DER UNKRÄUTER

Ein Buch für alle, die Unkräuter lieben. Es werden die 30 häufigsten Wildkräuter aus Acker und Garten vorgestellt. Sie erfahren alles über die Nutzung als Nahrung und Medizin, mit über 85 Rezepten. Spannende Mythen und Überlieferungen aus früheren Zeiten runden die Porträts ab.

190 Seiten; 32,00 €



LA LUNA KRÄUTERBUCH

Das erste Kräuterbuch von mir entstand 2009 im Eigenverlag aus der Praxis des Kräuteranbaus in der La Luna Kräutermanufaktur.

216 Seiten; 22,50 €
Selbstverlag

Hinweis: Das Buch ist leider ausverkauft und wird nicht mehr neu aufgelegt.

meine bücher



KRÄUTERGLÜCK

Das Standardwerk für Kräuterliebhaber
in Garten und Küche: Lernen sie über 170 Gewürz- und Heilkräuter kennen, die sie in ihren Garten holen können.
Mit leckeren Rezepten!

288 Seiten, 15,00 €
Ulmer

Hinweis: Das Buch ist leider ausverkauft und wird nicht mehr neu aufgelegt.



13 MAGISCHE HEILPFLANZEN

13 magische Heilpflanzen intensiv kennenlernen: Botanik, Anbau, Kulinarik, Legenden, Brauchtum und Heilwissen.
Mit vielen Tipps und Rezepten!

208 Seiten, 29,90 €
Kosmos

Hinweis: Das Buch ist leider ausverkauft und wird nicht mehr neu aufgelegt.

seminare

HEILPFLANZEN BIOLOGISCH ANBAUEN

Tagesseminar · ca. 6,5 Stunden
Vom richtigen Standort bis zur erfolgreichen Ernte
Wer Heilpflanzen im eigenen Garten anbauen möchte, sollte ihre besonderen Bedürfnisse kennen. Denn viele Heilkräuter stellen ganz andere Ansprüche an Boden, Standort und Pflege als unsere gewohnten Gemüsearten.
In diesem praxisorientierten Seminar erfahren wir, worauf es beim biologischen Anbau von Heilpflanzen wirklich ankommt. Wir beschäftigen uns mit der Auswahl geeigneter Standorte, Aussaat und Vermehrung, natürlicher Düngung und Mischkultur sowie dem richtigen Umgang mit Krankheiten und Schädlingen. Auch die Überwinterung empfindlicher Kräuter kommt nicht zu kurz.
Je nach Jahreszeit ergänzen praktische Übungen das Seminar, beispielsweise zur Bodenuntersuchung, Aussaat, zum Pikieren oder zur Stecklingsvermehrung.
Auch als zweitägiger Intensivkurs möglich: mit zusätzlichen Themen wie Bodenanalyse mitgebrachter Gartenerde, Substratherstellung und den Besonderheiten des Kräuteranbaus in Töpfen auf Balkon und Terrasse.

HEILKRÄUTER OPTIMAL ERNTEN UND VERARBEITEN

Tagesseminar · ca. 6,5 Stunden
Der richtige Zeitpunkt entscheidet über die Qualität
Wann entfalten Heilpflanzen ihre größte Wirkstofffülle? Und wie lassen sich ihre wertvollen Inhaltsstoffe, Düfte und Aromen möglichst schonend bewahren? Ähnlich wie Obst und Gemüse besitzen auch Heilpflanzen eine optimale Erntereife. Jede Heilpflanze hat eine eigene zeitlich begrenzte Erntezeit, in der die Heilkräfte besonders stark vertreten sind.
In diesem Seminar lernen wir die optimalen Erntezeiten wichtiger Heilpflanzen kennen und beschäftigen uns ausführlich mit schonenden Ernte- und Trocknungstechniken. Ziel ist es, hochwertige, wirkstoffreiche und aromatische Kräutertees selbst herstellen zu können.
Ein Blick in die Vergangenheit führt uns außerdem zu den überlieferten magischen Sammelritualen unserer Vorfahren, die auf diese Weise versuchten die Heilpflanzen mit besonderen Kräften auszustatten.
Wenn möglich, wird das Seminar durch eine Exkursion in die Natur oder den Besuch eines Heilpflanzengartens ergänzt.

seminare

DIE KUNST GUTE HEILMITTEL HERZUSTELLEN

Tagesseminar · ca. 6,5 Stunden
Wie lassen sich aus Heilpflanzen hochwertige und wirkstoffreiche Heilmittel herstellen? Entscheidend ist nicht nur die Auswahl der richtigen Pflanzen, sondern auch die Art ihrer Verarbeitung.
In diesem praxisorientierten Seminar beschäftigen wir uns mit der Herstellung von Heilkräutertees, Teemischungen, Frischpflanzentinkturen, Gemmo-Mazeraten und Ölauszügen. Dabei erfahren wir, worauf es bei den verschiedenen Zubereitungsverfahren ankommt und wie sich die wertvollen Inhaltsstoffe der Pflanzen möglichst gut bewahren lassen.
Neben den fachlichen Grundlagen werfen wir auch einen Blick auf die traditionelle Heilmittelherstellung und lernen Rituale kennen, mit denen unsere Vorfahren die Heilkraft ihrer Zubereitungen zu unterstützen versuchten.
Je nach Jahreszeit ergänzen praktische Übungen das Seminar, beispielsweise die Herstellung von Tinkturen, Kräuterölen, Salben oder Cremes.

EIN STREIFZUG DURCH DIE NATURGESCHICHTE DER HEILPFLANZEN

Tagesseminar · ca. 6,5 Stunden
Von steinzeitlichen Heilritualen bis zur Klostermedizin und Hexenheilkunde Heilpflanzen begleiten die Menschheit seit Jahrtausenden. Sie dienten nicht nur als Medizin, sondern spielten auch in religiösen Vorstellungen, magischen Ritualen und im alltäglichen Brauchtum eine bedeutende Rolle.
Dieses Seminar lädt zu einer spannenden Zeitreise durch die Geschichte der Pflanzenheilkunde ein. Wir begegnen den Heilritualen früher Kulturen, tauchen ein in die Welt der schamanischen Heilkunde und lernen die Vorstellungen der antiken Medizin kennen. Weitere Stationen führen uns in die mittelalterlichen Klostergärten und zur geheimnisvollen Welt der Hexen- und Zauberpflanzen.
Anhand ausgewählter Heilpflanzen entdecken wir, wie eng Heilkunde, Volksglaube und magisches Brauchtum miteinander verwoben waren. Dabei erfahren wir auch, welche alten Vorstellungen und Anwendungen bis heute in unserer Volksmedizin und unseren Bräuchen weiterleben.

seminare

GESETZLICHE GRUNDLAGEN FÜR DIE VERMARKTUNG VON KRÄUTERPRODUKTEN

Tagesseminar · ca. 6,5 Stunden
Wer selbst hergestellte Kräuterprodukte verkaufen möchte, sieht sich schnell mit einer Vielzahl gesetzlicher Vorschriften konfrontiert. Denn ob Kräutertee, Tinktur, Kräutersalz oder Naturkosmetik – je nach Produkt gelten unterschiedliche rechtliche Anforderungen.
Dieses Seminar vermittelt einen verständlichen und praxisnahen Überblick über die gesetzlichen Grundlagen bei der Herstellung und Vermarktung von Kräuterprodukten. Wir beschäftigen uns mit der rechtlichen Abgrenzung von Lebensmitteln, Arzneimitteln und Kosmetika und erfahren, welche Vorschriften bei Kennzeichnung, Deklaration und Werbung zu beachten sind.
Weitere Themen sind Hygieneanforderungen, die Ausstattung von Betriebsräumen, die Novel-Food-Verordnung sowie die Sicherheitsbewertung kosmetischer Produkte.
Ziel des Seminars ist es, mehr Sicherheit im Umgang mit den rechtlichen Anforderungen zu gewinnen und typische Fehler bei der Vermarktung selbst hergestellter Kräuterprodukte zu vermeiden.

BAUM UND MENSCH

Tagesseminar · ca. 6,5 Stunden
Bäume begleiten die Menschheit seit Jahrtausenden. Sie lieferten Holz, Nahrung und Medizin, spendeten Schutz und waren zugleich heilige Orte, Wohnsitze von Göttern und Geistern und Sinnbilder des Lebens.
Dieses Seminar lädt zu einer spannenden Entdeckungsreise durch die Natur- und Kulturgeschichte unserer heimischen Bäume ein. Wir lernen die wichtigsten Baumarten und ihre Erkennungsmerkmale kennen, beschäftigen uns mit ihrer Verwendung in der Volksmedizin und entdecken überraschende kulinarische Möglichkeiten.
Daneben begegnen uns zahlreiche Mythen, Sagen und überlieferte Bräuche, die zeigen, welche besondere Bedeutung Bäume im Leben unserer Vorfahren hatten. Auch der Frage, wie wir Bäume mit allen Sinnen wahrnehmen und ihre besondere Ausstrahlung erleben können, wollen wir nachgehen.
Wenn möglich, ergänzt eine mehrstündige Exkursion in den Wald oder einen Park das Seminar. Dort können wir die Bäume unmittelbar kennenlernen und ihre vielfältigen Besonderheiten entdecken.

seminare

GEHEIMNISSE DER HECKEN

Tagesseminar · ca. 6,5 Stunden
Hecken sind weit mehr als grüne Grenzen zwischen Feldern und Gärten. Seit Jahrtausenden liefern sie den Menschen Nahrung, Heilmittel, Schutz und wertvolle Rohstoffe. Zugleich gehören sie zu den artenreichsten Lebensräumen unserer Kulturlandschaft.
In diesem Seminar entdecken wir die faszinierende Welt unserer heimischen Heckensträucher. Wir lernen wichtige Arten wie Holunder, Weißdorn, Schlehe und Heckenrose kennen und erfahren, wie ihre Blüten, Blätter und Früchte in der Volksmedizin und in der Küche verwendet wurden und teilweise bis heute genutzt werden.
Auch die geheimnisvolle Seite der Hecken kommt nicht zu kurz: Um manche Sträucher ranken sich zahlreiche Mythen, Sagen und magische Vorstellungen. So galten Holunder und Weißdorn einst als besonders schutzkräftige Pflanzen und wurden mit übernatürlichen Wesen in Verbindung gebracht.
Ein weiterer Schwerpunkt ist die ökologische Bedeutung der Hecken als Lebensraum, Nahrungsquelle und Rückzugsort für zahlreiche Tiere.
Wenn möglich, erkunden wir bei einer längeren Exkursion die Vielfalt unserer heimischen Hecken unmittelbar in der Natur.

WILDKRÄUTERTAG MIT SAMMELN UND VERARBEITEN

Tagesseminar · ca. 6,5 Stunden
Unsere heimische Natur hält eine erstaunliche Vielfalt essbarer Wildpflanzen bereit. Viele von ihnen sind nicht nur schmackhaft, sondern auch reich an wertvollen Inhaltsstoffen.
An diesem Tag lernen wir die wichtigsten essbaren Wildkräuter kennen und erfahren, woran man sie sicher erkennen und von möglichen giftigen Verwechslungspflanzen unterscheiden kann. Dabei geht es nicht nur um Bestimmung und Sammeln: Wir werfen auch einen Blick auf die wertvollen Inhaltsstoffe der Wildkräuter und darauf, welche gesundheitlichen Vorteile sie im Vergleich zu manchem Kulturgemüse bieten können.
Bei einer mehrstündigen Exkursion gehen wir gemeinsam auf Entdeckungstour, sammeln saisonale Wildkräuter und lernen dabei ihre Besonderheiten, Verwendungsmöglichkeiten und Geschichten kennen. Anschließend werden die gesammelten Schätze gemeinsam verarbeitet und natürlich auch probiert.
Ein Tag für alle, die ihre heimische Natur mit neuen Augen entdecken und die faszinierende Welt der Wildkräuter unmittelbar erleben möchten.

seminare

KLOSTERHEILKUNDE UND HEXENMEDIZIN

Zweitagesseminar · jeweils ca. 6,5 Stunden · Seminartage auch einzeln buchbar (siehe unten)
Klosterheilkunde und Hexenmedizin – zwei scheinbar gegensätzliche Welten, die im Mittelalter dennoch eng miteinander verbunden waren. Während hinter Klostermauern antikes medizinisches Wissen bewahrt und weiterentwickelt wurde, lebten in der Volksheilkunde zahlreiche ältere Heiltraditionen und magische Vorstellungen fort.
In diesem zweitägigen Seminar begeben wir uns auf eine spannende Spurensuche zu den Wurzeln beider Heilsysteme. Wir lernen ihre typischen Heilpflanzen, Behandlungsmethoden und Vorstellungen von Gesundheit und Krankheit kennen. Dabei beschäftigen wir uns unter anderem mit der antiken Viersäftelehre, mittelalterlichen Klostergärten, der Hildegardmedizin und den geheimnisvollen Rezepturen der Hexensalben.
Wir entdecken Gemeinsamkeiten und Unterschiede und gehen der Frage nach, wie sich beide Traditionen gegenseitig beeinflusst haben.
Praktische Einheiten, bei denen wir ausgewählte historische Heilmittel herstellen, ergänzen unsere Reise durch die Geschichte der Pflanzenheilkunde.

KLOSTERHEILKUNDE - Tagesseminar

Ca. 6,5 Stunden
Über viele Jahrhunderte waren Klöster wichtige Zentren der medizinischen Versorgung. Hier wurde das Heilwissen der Antike bewahrt, übersetzt und weiterentwickelt. In den Klostergärten wuchsen zahlreiche Heilpflanzen, von denen manche erst durch die Mönche und Nonnen in Mitteleuropa verbreitet wurden.
In diesem Seminar tauchen wir ein in die faszinierende Welt der mittelalterlichen Klostermedizin. Wir lernen bedeutende Heilpflanzen und historische Rezepturen kennen und beschäftigen uns mit den medizinischen Vorstellungen jener Zeit, insbesondere mit der Viersäftelehre und der Heilkunde Hildegards von Bingen. Darüber hinaus werfen wir einen Blick auf die christliche Volksmedizin, in der sich religiöse Vorstellungen mit älteren magischen Heiltraditionen verbanden. Als praktische Ergänzung stellen wir ein bekanntes Heilmittel aus der Tradition der Klostermedizin her: den Klosterfrau-Melissengeist.

seminare

HEXENMEDIZIN - Tagesseminar

Ca. 6,5 Stunden
In vorchristlicher Zeit, aber auch im frühen Mittelalter war die magische Heilkunde der Kräuterhexen noch Bestandteil der medizinischen Versorgung der Bevölkerung. Die heilkundige Frauen verfügten über ein umfangreiches Wissen zu Heilpflanzen, das häufig mit magischen Vorstellungen und Ritualen verbunden war. Viele dieser Überlieferungen reichen weit in die Vergangenheit zurück und haben bis heute Spuren in der Volksmedizin hinterlassen.
In diesem Seminar tauchen wir ein in die geheimnisvolle Welt der Hexen- und Zauberkräuter. Wir beschäftigen uns mit alten Heilritualen, der Signaturenlehre, schamanischen Vorstellungen, Hexensalben, Beschwörungen und magischen Schutzhandlungen. Auch Liebeszauber, Wetterzauber und die Vorstellung, Krankheiten auf Pflanzen übertragen zu können, gehören zu den spannenden Themen.
Dabei gehen wir auch den historischen Wurzeln des Hexenglaubens nach und untersuchen, welche gesellschaftlichen und religiösen Entwicklungen zu den Hexenverfolgungen der frühen Neuzeit führten.
Wenn möglich, wird das Seminar durch die Herstellung einer historischen Kräuterzubereitung ergänzt.

KRÄUTERBRAUCHTUM RUND UMS JAHR

Zweitagesseminar · jeweils ca. 6,5 Stunden
Ob Barbarazweige, Gründonnerstagssuppe, Maibaum oder Weihnachtsbaum – viele unserer heutigen Bräuche haben eine lange Geschichte. Häufig spielen dabei Pflanzen eine zentrale Rolle, deren ursprüngliche Bedeutung längst in Vergessenheit geraten ist.
In diesem Seminar begeben wir uns auf eine spannende Reise durch das Kräuterbrauchtum im Jahreslauf. Wir lernen die großen Feste des bäuerlichen und religiösen Jahreskreises kennen und entdecken, welche Pflanzen bei den verschiedenen Ritualen verwendet wurden und welche Hoffnungen, Wünsche und Vorstellungen sich damit verbanden.
Doch nicht nur die Jahreskreisfeste, auch das menschliche Leben war von Pflanzenritualen begleitet. Von der Geburt über Taufe und Hochzeit bis zum Tod sollten bestimmte Kräuter Glück bringen, vor Unheil schützen oder den Übergang in einen neuen Lebensabschnitt begleiten.
Darüber hinaus beschäftigen wir uns mit den überlieferten Sammelritualen, mit denen unsere Vorfahren die Heil- und Zauberkraft der Pflanzen zu beeinflussen versuchten.

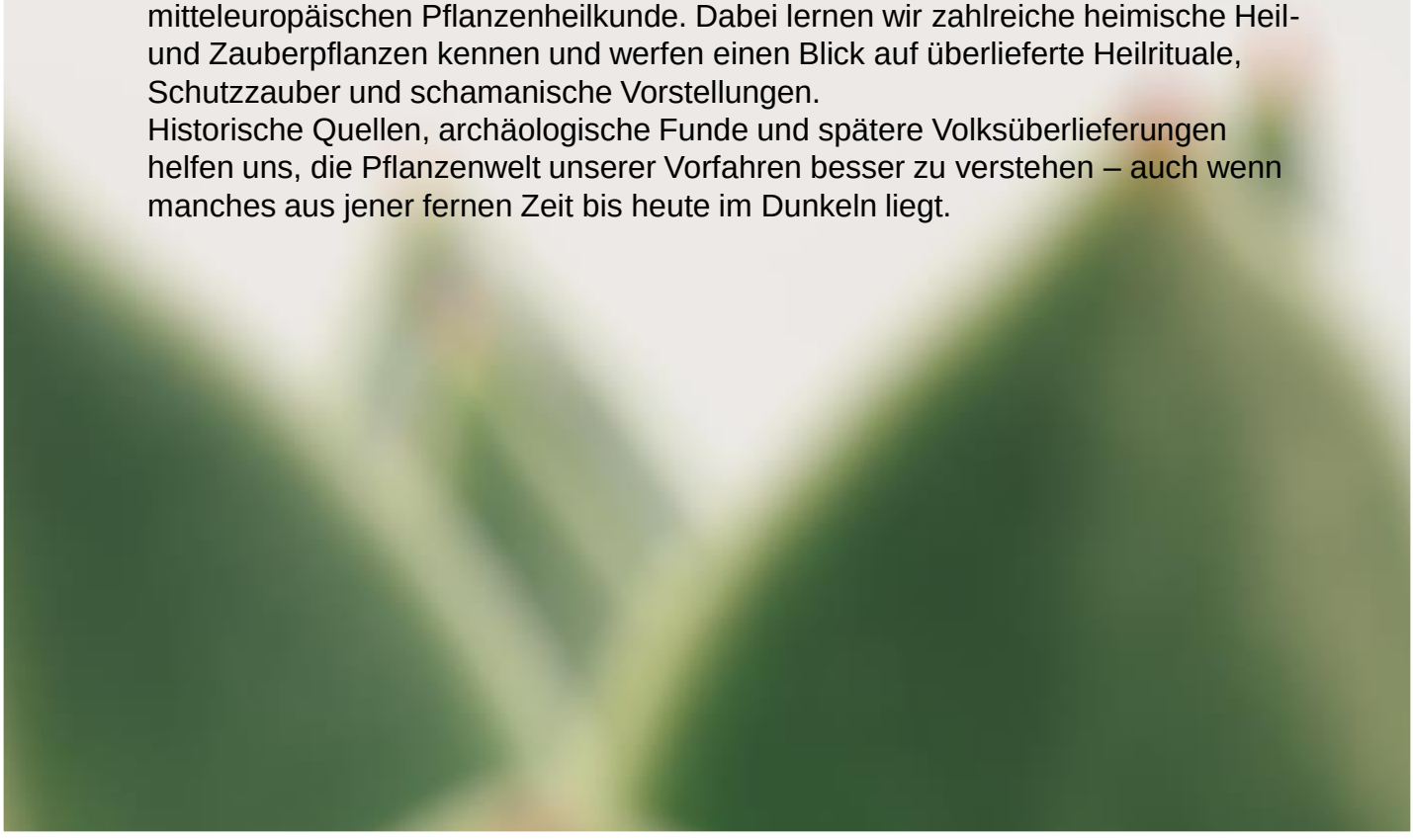
vorträge & workshops

ES HEILT WORT UND WURZ

Vortrag · ca. 1,5–2 Stunden – auch online möglich
Warum galt der Freitag als besonders günstiger Tag zum Kräutersammeln? Weshalb sollten manche Heilkräuter vor Sonnenaufgang geerntet werden? Und warum schrieb man gerade der Zahl Neun eine besondere Heilkraft zu?
Dieser Vortrag führt uns in die faszinierende Welt der Kräutermagie und des überlieferten Pflanzenbrauchtums. Wir entdecken, welche Vorstellungen hinter den alten Sammelritualen, Zaubersprüchen und Heilbräuchen steckten und weshalb unsere Vorfahren dem gesprochenen Wort ebenso viel Bedeutung beimaßen wie der Heilkraft der Pflanzen.

DIE HEILPFLANZEN DER GERMANEN

Vortrag · ca. 1,5–2 Stunden – auch online möglich
Welche Pflanzen nutzten die germanischen Völker zur Heilung von Krankheiten? Und welche Rolle spielten Kräuter in ihren religiösen Vorstellungen und magischen Ritualen?
Wir begeben uns auf eine Entdeckungsreise in die frühe Geschichte der mitteleuropäischen Pflanzenheilkunde. Dabei lernen wir zahlreiche heimische Heil- und Zauberpflanzen kennen und werfen einen Blick auf überlieferte Heilrituale, Schutzzauber und schamanische Vorstellungen.
Historische Quellen, archäologische Funde und spätere Volksüberlieferungen helfen uns, die Pflanzenwelt unserer Vorfahren besser zu verstehen – auch wenn manches aus jener fernen Zeit bis heute im Dunkeln liegt.



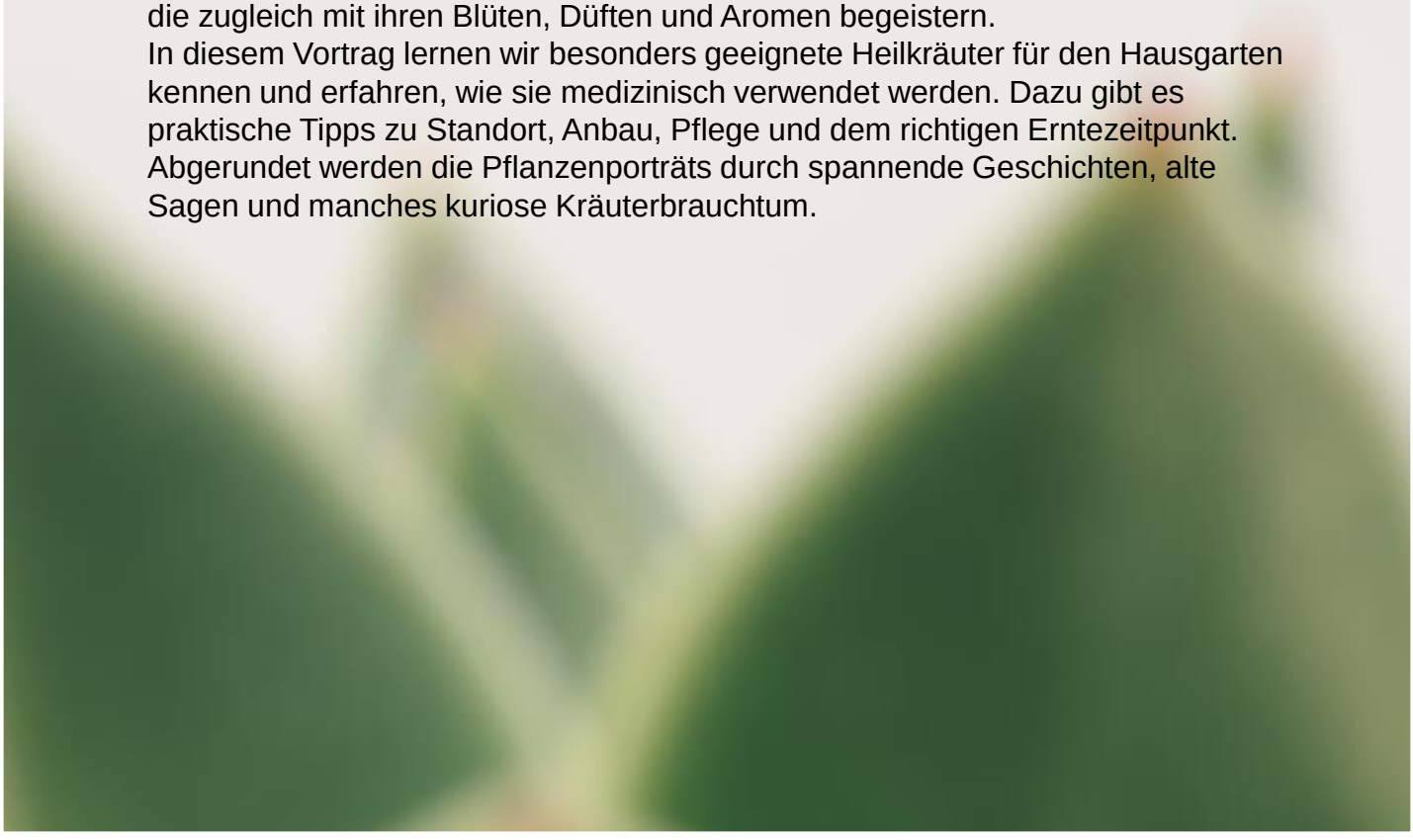
vorträge & workshops

BEDEUTENDE KRÄUTER DER KLOSTERHEILKUNDE

Vortrag · ca. 1,5–2 Stunden – auch online möglich
Mit der Ausbreitung der Klosterkultur durch die Benediktinermönche gelangten zahlreiche Heilpflanzen und medizinische Vorstellungen aus dem Mittelmeerraum nach Mitteleuropa. In den Klostergärten wurden sie angebaut, erforscht und für die Behandlung unterschiedlichster Beschwerden genutzt.
Dieser Vortrag stellt bedeutende Heilpflanzen der mittelalterlichen Klostermedizin vor und erzählt ihre spannenden Geschichten. Dabei begegnen uns historische Heilrezepte, überlieferte Bräuche und überraschende Einblicke in die Medizin vergangener Jahrhunderte.
Ergänzend gibt es praktische Tipps für den Anbau und die Verwendung ausgewählter Klosterkräuter im eigenen Garten.

HEILPFLANZEN IM HAUSGARTEN

Vortrag · ca. 1,5–2 Stunden – auch online möglich
Ein eigener Heilkräutergarten muss weder groß noch aufwendig sein. Schon auf wenigen Quadratmetern lassen sich zahlreiche wertvolle Heilpflanzen kultivieren, die zugleich mit ihren Blüten, Düften und Aromen begeistern.
In diesem Vortrag lernen wir besonders geeignete Heilkräuter für den Hausgarten kennen und erfahren, wie sie medizinisch verwendet werden. Dazu gibt es praktische Tipps zu Standort, Anbau, Pflege und dem richtigen Erntezeitpunkt. Abgerundet werden die Pflanzenporträts durch spannende Geschichten, alte Sagen und manches kuriose Kräuterbrauchtum.



vorträge & workshops

ESSBARE WILDKRÄUTER – GESUNDHEIT AUS HEIMISCHER NATUR

Vortrag · ca. 1,5–2 Stunden – auch online möglich
Brennnessel, Giersch, Löwenzahn und viele andere Wildkräuter werden im Garten oft als lästige Unkräuter betrachtet. Dabei verbergen sich unter ihnen wertvolle Nahrungspflanzen, die unsere Küche auf vielfältige Weise bereichern können. Dieser Vortrag stellt die wichtigsten essbaren Wildkräuter vor und beleuchtet ihre wertvollen Inhaltsstoffe und ihren gesundheitlichen Nutzen. Dabei erfahren wir, welche ernährungsphysiologischen Besonderheiten Wildpflanzen gegenüber unserem gewohnten Kulturgemüse besitzen.
Spannende Geschichten, alte Sagen und überliefertes Kräuterbrauchtum runden die Entdeckungsreise durch die essbare Natur vor unserer Haustür ab.

VERGESSENE HEILPFLANZEN: SCHÄTZE VOR UNSERER HAUSTÜR

Vortrag · ca. 1,5–2 Stunden – auch online möglich
Direkt vor unserer Haustür, in Gärten, an Wegrändern und auf Wiesen wachsen zahlreiche Wildpflanzen, die heute kaum noch jemand als Heilkräuter kennt. Teilweise werden sie sogar als lästiges „Unkraut“ betrachtet. Dabei gehörten manche von ihnen über Jahrhunderte zum festen Bestandteil der Volksmedizin. In diesem Vortrag entdecken wir einige dieser vergessenen Pflanzenschätze wieder und begeben uns auf eine spannende Entdeckungsreise in die Heilpflanzenkunde unserer Vorfahren. Wir erfahren, wie die Pflanzen einst verwendet wurden, welche Geschichten und magischen Vorstellungen sich um sie rankten.
Dabei werfen wir nicht nur einen Blick auf historische Heilüberlieferungen, sondern beziehen auch aktuelle pharmakologische Erkenntnisse ein. So zeigt sich, dass manche dieser alten Heilpflanzen durchaus eine neue Betrachtung verdienen.

vorträge & workshops

ANTIVIRALE PFLANZEN

Vortrag · ca. 1,5 Stunden – auch online möglich
Können Heilpflanzen bei Virusinfektionen eine unterstützende Rolle spielen? Tatsächlich enthalten zahlreiche Pflanzen Inhaltsstoffe, die in wissenschaftlichen Untersuchungen antivirale Eigenschaften zeigen oder unser Immunsystem vorbeugend stärken.
In diesem Vortrag lernen wir ausgewählte Heilpflanzen kennen und beschäftigen uns mit ihren Wirkstoffen und möglichen Einsatzgebieten. Dabei erfahren wir, auf welche Weise pflanzliche Inhaltsstoffe das Andocken der Viren an die Wirtszellen sowie ihre Vermehrung behindern können.
Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der Frage, was durch wissenschaftliche Studien tatsächlich belegt ist und wo interessante Laborergebnisse bestimmte Heilpflanzen in den Fokus der weiteren Forschung rücken.

DER RICHTIGE ERNTEZEITPUNKT

Vortrag/ Workshop · ca. 1,5 -2 Stunden – auch online möglich
Wann besitzen Heilpflanzen ihre größte Wirkstofffülle? Und weshalb kann der richtige Erntezeitpunkt entscheidend für die Qualität eines Kräutertees sein? Ähnlich wie Erdbeeren oder Tomaten haben auch Heilpflanzen eine optimale Erntereife. Denn ihre wertvollen Inhaltsstoffe sind nicht das ganze Jahr über in gleicher Menge vorhanden. Oft entscheidet ein Zeitraum von wenigen Wochen darüber, wie wirkstoffreich und aromatisch die Ernte ausfällt.
In diesem Vortrag lernen wir die optimalen Erntezeiten wichtiger Heilpflanzen kennen und erfahren, worauf es beim Sammeln von Blättern, Blüten, Früchten und Wurzeln ankommt.
Ein Blick in die Vergangenheit zeigt außerdem, welche Bedeutung unsere Vorfahren dem richtigen Sammelzeitpunkt beimaßen und welche Rituale die Kräuterernte begleiteten.

vorträge & workshops

SCHONENDE ERNTE UND TROCKNUNG VON HEILPFLANZEN

Vortrag · ca. 1,5 Stunde– auch online möglich
Ein guter Kräutertee beginnt nicht erst beim Aufbrühen, sondern bereits bei der Ernte. Denn durch unsachgemäßes Sammeln, Trocknen und Lagern können wertvolle Inhaltsstoffe, Aromen, Düfte und Farben verloren gehen.
In diesem Vortrag erfahren wir, wie Heilpflanzen möglichst schonend geerntet, getrocknet und aufbewahrt werden. Wir beschäftigen uns mit geeigneten Trocknungstemperaturen, unterschiedlichen Trocknungsverfahren und den Besonderheiten empfindlicher Blüten, Blätter und Wurzeln.
Zahlreiche praktische Tipps zeigen, wie sich hochwertige, wirkstoffreiche und aromatische Kräutertees selbst herstellen lassen.

GEHEIMNISSE DER WILDHECKE:
Ökologische Bedeutung, Heilkraft, Mythen und Kulturgeschichte

Vortrag · ca. 1,5–2 Stunden – auch online möglich
Holunder, Schlehe, Weißdorn und Heckenrose – unsere heimischen Heckensträucher sind nicht nur ökologisch wertvoll, sondern begleiten die Menschen seit Jahrtausenden als Nahrungs-, Heil- und Schutzpflanzen.
Dieser Vortrag lädt zu einer Entdeckungsreise durch die faszinierende Welt der Wildhecken ein. Wir erfahren, welche Bedeutung sie für die Artenvielfalt besitzen, welche ihrer Früchte und Blüten sich nutzen lassen und wie sie früher in der Volksmedizin verwendet wurden. Dabei werfen wir auch einen kritischen Blick auf die heute im Siedlungsbereich weitverbreitete Heckengestaltung mit exotischen Ziersträuchern und fragen, welchen ökologischen Wert diese im Vergleich zu heimischen Gehölzen besitzen.
Daneben begegnen uns geheimnisvolle Sagen, alte Schutzbräuche und magische Vorstellungen, die sich um manche Heckenpflanzen ranken. So verbinden sich Naturkunde, Kulturgeschichte und überlieferte Pflanzenheilkunde zu einem abwechslungsreichen Streifzug durch die heimische Landschaft.

vorträge & workshops

GUTE HEILMITTEL SELBST HERSTELLEN - 4 Vorträge

Vier Vorträge oder Workshops · jeweils ca. 1,5 Stunden – auch online möglich

- **Tinkturen – heilsame Elixiere für den Alltag**
  Wie lassen sich aus frischen oder getrockneten Heilpflanzen hochwertige Tinkturen herstellen? Wir lernen einfache, aber wirkungsvolle Herstellungstechniken kennen und erfahren, worauf es bei der Auswahl des Alkohols, dem richtigen Mischungsverhältnis und der Extraktionsdauer ankommt. Ziel ist es, möglichst wirkstoffreiche Pflanzenauszüge für den Hausgebrauch herzustellen.
- **Ölauszüge aus Heilpflanzen – optimale Techniken, vielseitige Verwendung**
  Heilpflanzenöle sind vielseitig verwendbar und bilden die Grundlage zahlreicher Salben und Hautpflegemittel. Wir lernen verschiedene Herstellungstechniken kennen und erfahren, wie sich die wertvollen Pflanzeninhaltsstoffe möglichst schonend ins Öl übertragen lassen. Dabei geht es auch um die Auswahl geeigneter Öle, die Haltbarkeit und typische Fehler bei der Herstellung.
- **Wirkungsvolle Salben und Cremes aus Heilpflanzen**
  Aus Heilpflanzen lassen sich mit einfachen Mitteln hochwertige Salben und Cremes herstellen. Wir lernen die wichtigsten Grundlagen der Salbenherstellung kennen und erfahren, welche Fette, Öle, Wachse und weiteren Zutaten sich dafür eignen. Auch die Unterschiede zwischen Salben und Cremes sowie Fragen der Haltbarkeit und Konservierung werden besprochen.
- **Richtig gute Teemischungen selbst herstellen**
  Eine gute Heilkräuterteemischung ist mehr als die Summe ihrer Zutaten. Wir erfahren, wie sich Heilpflanzen sinnvoll kombinieren lassen, welche Rolle Geschmack, Aroma und Wirkstoffe spielen und worauf es bei der Zusammenstellung ankommt. Außerdem lernen wir, wie man hochwertige Kräutertees richtig zubereitet, damit sich ihre wertvollen Inhaltsstoffe möglichst gut entfalten können.

vorträge & workshops

BIOLOGISCHER HEILPFLANZENANBAU - 4 Vorträge

Vier Vorträge · jeweils ca. 1,5 Stunden – auch online möglich

- **Standort, Boden und Düngung – wo sich Heilkräuter wohlfühlen und gesund entwickeln**
  Heilpflanzen stellen ganz unterschiedliche Ansprüche an ihren Standort. Manche lieben Sonne und trockene Böden, andere bevorzugen Schatten und Feuchtigkeit. Auch bei der Düngung gibt es große Unterschiede. Wir erfahren, wie sich die Bedürfnisse der einzelnen Kräuter erkennen und erfüllen lassen, damit sie gesund wachsen und möglichst viele wertvolle Wirkstoffe und Aromen ausbilden.
- **Wie sich Kräuter optimal vermehren lassen**
  Ob Aussaat, Stecklinge, Teilung oder Absenker – Heilkräuter lassen sich auf ganz unterschiedliche Weise vermehren. Dabei gibt es einige Besonderheiten zu beachten: Manche Samen benötigen Licht zum Keimen, andere müssen zunächst eine Kälteperiode durchlaufen. Wir lernen die wichtigsten Vermehrungstechniken kennen und erhalten zahlreiche praktische Tipps für die erfolgreiche Anzucht eigener Heilpflanzen.
- **Kräuter in Töpfen kultivieren – auf Terrasse oder Balkon**
  Auch ohne eigenen Garten muss niemand auf frische Heil- und Küchenkräuter verzichten. Viele Pflanzen lassen sich hervorragend in Töpfen auf Balkon oder Terrasse kultivieren. Doch welche Gefäße eignen sich am besten? Welches Substrat brauchen die verschiedenen Kräuter und worauf kommt es beim Gießen, Düngen und Überwintern an? Zahlreiche praktische Tipps zeigen, wie das Kräutergärtnern auch auf kleinem Raum gelingt.
- **Kräutergarten-Sprechstunde: Was tun bei Krankheiten und Schädlingen?**
  Blattläuse, Schnecken, Mehltau oder kümmernder Wuchs können die Freude am Kräutergarten erheblich trüben. Doch nicht immer sind Schädlinge die eigentliche Ursache. Häufig stecken ungünstige Standortbedingungen oder Pflegefehler dahinter. Wir lernen typische Probleme beim Kräuteranbau kennen und erfahren, wie sich Krankheiten und Schädlinge mit biologischen Methoden vermeiden oder wirksam eindämmen lassen.

rezensionen & presse

“

Rudi Beiser ist ein toller Referent mit einem wahnsinnigen Wissen und unglaublich viel Erfahrung, alles wissenschaftlich und mit eigenen Versuchsreihen untermauert.

KRAEUTERWERKSTATT-RAVENSBURG.DE

“

Rudi Beiser schafft es, seine Leser mit der eigenen Liebe zu Kräutern regelrecht anzustecken. Während des Lesens erfährt man so unheimlich viel, dass man richtig Lust bekommt, Kräuter zu pflanzen, an die man zuvor niemals gedacht hätte.

LITBLOG.GROSSE-LITERATUR.DE

“

Der Funke von Rudis Begeisterung für unsere heimischen Kräuter springt sofort über und ich bin im Kräuter-Fieber.

DIESTADTGAERTNER.DE

“

Mit unglaublich viel Sympathie & Humor schafft es Rudi Beiser sein fundiertes Wissen kurzweilig zu transportieren.

WILDEKRAEUTERKUECHE.DE

kontakt

SO ERREICHEN SIE MICH:

Rudi Beiser
Herrenstraße 12
77948 Friesenheim-Schuttern

+49 (0)7821 / 997761

info@rudibeiser.de



instagram.com/rudi.beiser

rudibeiser.de