



Böhmfeld und seine Wege durch die Zeit



Streuobstwiese



Giersch

Nach der Besiedelung der Kelten waren es zunächst die Römer, die mit der Ausdehnung des römischen Reiches über die Alpen hinaus ab 15 n. Chr. auch dieser Region ihren Stempel aufdrückten. In deren Blütezeit lag das spätere Böhmfeld in der römischen Provinz „Raetia“, umgeben von mehreren Kastellen, wie z.B. *Biriciana* (Weißenburg), *Sablonetum* (Ellingen), *lciniacum* (Theilenhofen) und *Vetoniana* bei Pfünz (Hintergrund). Die Römer brachten auch Pflanzen mit, die heute – wie z.B. der Giersch – zu unserer einheimischen Flora zählen (Bild links). Mit den Germaneneinfällen in den Jahren 233 und 260 n. Chr. endete auch die römische Ära. Um 400 n. Chr. wurde die Region schließlich durch Zuwanderer aus

Böhmen („baia“) besiedelt. Dieser Verband der „baiovarii“ gilt als „Ur-Volksstamm“ der Bajuwaren („Baieri“). Als „*Pemminveld*“ wird Böhmfeld jedoch erst viel später, im Jahr 1035, in der Gründungsurkunde des Klosters St. Walburg erwähnt. Zu dieser Zeit umfasst der Ort bereits zehn Anwesen und gehört als Hochstift des Klosters zum Bistum Eichstätt. Noch vor dieser Zeit soll nach mündlicher Überlieferung der hl. Bonifazius (672 bis 754) dort in einer aus Holz erbauten Kapelle gepredigt haben. Dies kann durchaus stimmen, denn gesichert ist, dass Bonifazius mehrmals die Bischofssitze in der Region besuchte. Die etwa 200 Jahre später in Böhmfeld errichtete St. Bonifazius-Kirche erinnert an dieses Ereignis.

Wussten Sie schon, ... dass neben ihrem Wanderweg eine „kleine Apotheke“ zur Wund-Erstversorgung wächst ?

Bereits um 100 n. Chr. lag „Böhmfeld“ an einer römischen Straße. Sie verlief zwischen dem heutigen Pförring und Kösching. Auch aktuell liegt Böhmfeld im Einzugsbereich überregionaler Wanderwege, wie z.B. dem nahe vorbeiführenden Panoramaweg. Internationales Flair verleiht der Jakobsweg, der die Pilger auf dem Weg nach Santiago de Compostela direkt durch Böhmfeld führt und hier vor Ort den Kräuterweg kreuzt. Wer solch lange Strecken zurücklegt, weiß, welche Probleme unterwegs auftreten können. Die häufigsten Beschwerden betreffen Füße und Gelenke, wobei die starke Belastung von Muskelverspannungen bis hin zu wund gelaufenen Füßen reichen kann. Ein altes und bewährtes Heilmittel wächst direkt auf oder neben dem Weg und kann sofort verwendet werden: Der Wegerich! Zur äußerlichen Anwendung zerreibt man hierzu frische Blätter (Bild unten), legt sie auf die Verletzungen oder wunden Stellen und fixiert diese mit einer Binde. Bei offenen Fußsohlen kann man im Notfall die Blätter auch direkt in den Schuh legen. Der austretende Pflanzensaft wirkt durch das in ihm enthaltene Aucubin leicht antibiotisch und fördert so den Wundheilungsprozess. Auch der durch Insektenstiche hervorgerufene Juckreiz kann so mit frischem Wegerichsaft eingedämmt werden. Sollten stärkere Verletzungen vor Ort behandelt werden müssen, wie z.B. leicht blutende Schnitt- und Schürfwunden, bieten sich hierfür das Klebrige sowie das Echte Labkraut an (Bild links). Deren blutstillende Wirkung kann man nutzen, indem man das ganze, gequetschte Kraut auf die Wunde legt. Auch Kamille und Wegwarte (Kalender) säumen oft den Weg. Kamillenblütentee wirkt entkrampfend und beruhigend. Und angesichts von Streuobstwiesen (Bild links) sollte der weitgereiste Wanderer auch an ein altes britisches Sprichwort denken und dies befolgen: „An apple a day keeps the doctor away!“



Wegerich

März April Mai Juni Juli Aug. Sept.

Erntezeit



Walnuss, *Juglans regia*:
Bereits Germanen und Römer verwendeten die grünen Schalen zum Haarefärben. Es entsteht ein intensives Braun

Echtes Labkraut, *Galium verum*:
Nach alter germanischer Mythologie wächst es nur an besonderen Orten mit großer Glücksenergie

Kamille, *Matricaria chamomilla*:
Nur die echte Kamille zeigt Wirkung. Zur Unterscheidung teilen Sie das aufgewölbte Köpfchen. Es muss hohl sein!

Wegwarte, *Cichorium intybus*:
Bitter schmeckender Tee - Aufguss aus Kraut oder Wurzel wird bei Stoffwechselstörungen und Leberleiden eingesetzt

Hintergrund: Kastell *Vetoniana* bei Pfünz, Nutzung als „*cohors equitata*“ (Reiterhof), um 180 n. Chr., Nachbau des Nordtores

KRÄUTERWANDERUNGEN - INFORMATION

Beckerwirt · Hauptstraße 15 · 85113 Böhmfeld · Tel. 0 8406/91242 · www.beckerwirt.de

