

Erholung von der Zivilisation

Aussteigerin Susanne Fischer-Rizzi hat Stuttgart vor vielen Jahren verlassen, weil sie die Natur entdecken wollte. Heute kommen Menschen aus ganz Europa zu ihr, um etwas über Pflanzen, Tiere und sich selbst zu erfahren. *Von Freddy Schissler und Steffen Sommer*

Hinter Susanne Fischer-Rizzi rauscht die Iller. Vor ihr im trockenen Kiesbett des Flusses versucht ein Lehrer, zwanzig Sechstklässler dazu zu bringen, still zu sein und der Frau im grünen Kleid zuzuhören. Sie soll ihnen etwas über Heilkräuter erzählen. Doch alle schwatzen durcheinander. Aus einem Handy dringt blecherne Hip-Hop-Musik. „Ich hoffe, wir kriegen sie wenigstens dazu, ihnen eine halbe Stunde Aufmerksamkeit zu schenken“, raunt der Lehrer Susanne Fischer-Rizzi zu und zuckt mit den Schultern.

Die Kräuterfrau klatscht in die Hände. „Kommt, ich will euch eine Geschichte erzählen“, ruft sie – nicht laut, aber bestimmt. Widerwillig bilden die Kinder einen Halbkreis. Das Handy lärm weiter. Susanne Fischer-Rizzi erzählt von zwei Jungs, die im Norden Kanadas mit dem Hundeschlitten unterwegs sind. Weil ein Sturm aufkommt, wählen sie die Abkürzung über den See. Doch sie entpuppt sich als Falle. Das Eis bricht. Ihr Schlitten kracht ins Wasser. Zwei Hunde ertrinken. Mit Mühe und Not schleppen sich die Freunde ans Ufer, triefend und starr vor Kälte.

Kein Hip-Hop mehr. Die Kinder starren die Frau im grünen Kleid gespannt an. „Worauf wartet ihr? Wir brauchen ein Feuer, schnell, sonst sterben sie!“, ruft Susanne Fischer-Rizzi. Eilig kramt sie in ihrem Weidenkorb und verteilt Feuersteine, Schlagstein und Zunderpilzstücke. Jetzt signalisieren die Mienen der Kinder vor allem Ratlosigkeit. Die Kräuterfrau nimmt einen Feuerstein und klemmt mit ihrem Daumen einen der Zunderpilzklappen darunter. Mit der anderen Hand schlägt sie das Eisen auf den Stein, dass ordentlich Funken sprühen. Nach wenigen Schlägen fängt sich einer davon in dem Zunderpilz. „So haben eure Vorfahren Feuer gemacht, und das könnt ihr auch“, sagt sie triumphierend.

Susanne Fischer-Rizzi wurde 1952 in Stuttgart geboren. Als junges Mädchen zog sie oft mit ihrem Großvater los. Tagsüber verdiente dieser sein Geld als Kaufmann. Abends und am Wochenende verwandelte er sich in ein Kräutermännlein – sammelte Pflanzen, um daraus Tees und Salben zu kochen und Tinkturen zu gewinnen. Als die Enkelin zwölf war, schenkte er ihr ein Kräuterbuch. Bis heute hat es einen Ehrenplatz im Regal von Susanne Fischer-Rizzi.

Bis sie selbst ihr erstes Buch veröffentlichte, sollten noch 17 Jahre vergehen. Im Juli 1971, am Tag nach dem Abiball reckte sie am Autobahnkreuz Vaihingen den Daumen in den Wind. Per Anhalter und zu Fuß gelangte sie bis nach Indien, Nepal und Kambodscha. „Ich bin damals ein paar Hundert Kilometer alleine durch Afghanistan geritten“, sagt sie und lacht, als könne sie es selbst nicht fassen. Unterwegs lernte sie von Hausfrauen und Bäuerinnen, welche Kräuter sich zum Würzen eignen und wie man Pflanzen in Medizin verwandelt.

Auch Japaner lesen ihre Bücher

Nach anderthalb Jahren kehrte sie in die Heimat zurück. Sie studierte einige Semester Philosophie, bevor sie an eine Schule für Heilpraktiker wechselte. Mit dem Diplom in der Tasche ging sie wieder auf Wanderschaft, lernte von Kräuterfrauen in Europa, von traditionellen Heilerinnen und Heilern in Amerika und Asien.

An der Iller kreischt ein Mädchen auf. In ihrem Zunderpilz glimmt ein Funke. Im Nu ist das Mädchen umringt von seinen Klassenkameraden. Susanne Fischer-Rizzi sammelt eine Hand voll vertrocknetes Gras, rollt daraus eine lockere Kugel und reicht sie dem Mädchen. „Hier hinein, steckst du jetzt dein Läppchen mit dem Funken“, sagt sie. Mit spitzen Fingern schiebt das Mädchen den glimmenden Fetzen in das Grasbüschel. Rauch steigt auf. „Uhaa! Es brennt, es brennt!“, schreit das Kind.

Drei Jungs rennen davon – mit Armen voller trockener Äste kommen sie zurück. Wenig später lodert ein Feuer am Ufer des Flusses. Susanne Fischer-Rizzi stellt eine verbeulte Emaillanne mit Trinkwasser darauf. „Kommt mit, jetzt gehen wir Kräuter sammeln! Unsere zwei Freunde brauchen schleunigst einen heißen Tee.“ Das lassen sich die Kinder nicht zweimal sagen.

Susanne Fischer-Rizzis erster Heilpflanzenkurs kam zustande, weil Freunde sie gebeten hatten, ihnen etwas von ihrem Wissen weiterzugeben. Das war 1974, vor 36 Jahren. 1981 veröffentlichte sie ihr erstes Buch: „Blätter von Bäumen“ – ein Werk über die heimischen Baumarten, ihre Heilkraft und ihre Mythen. Bisher sind zwölf weitere Bücher dazugekommen. Bücher über Heilkräuter, ein Safran-Kochbuch, ein Buch übers Räuchern, eines über die Bande zwischen Mensch und Tier. In „Mit der Wildnis verbunden“ regt Susanne Fischer-Rizzi dazu an, das wilde Leben vor der eigenen Haustüre zu entdecken. Ihre Bücher werden in vielen Ländern gelesen, manche wurden sogar ins Japanische übersetzt.

Keine Sehnsucht nach der Stadt

Inzwischen kommen Menschen aus ganz Europa, um sich von ihr in die Pflanzenheilkunde einführen zu lassen. An Susanne Fischer-Rizzis Art zu lehren müssen sich manche erst gewöhnen. „Viele sehen in mir so eine Art Wikipedia. Sie glauben, man kann mich anklicken, und dann spucke ich die gewünschten Informationen aus. Aber so funktioniert das nicht“, sagt sie.

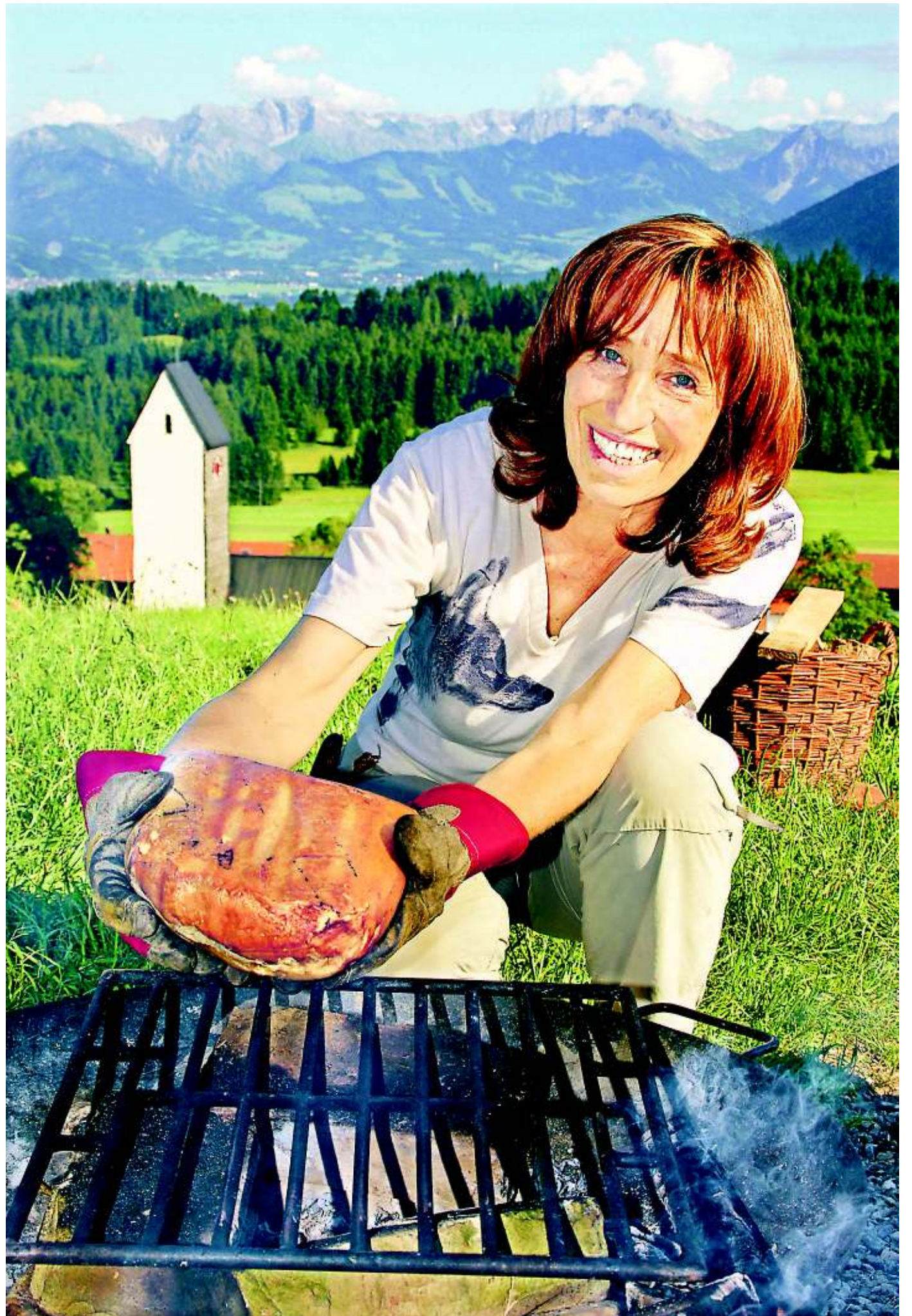
Wie es funktioniert, zeigt sich bei den Kräutersammlern an der Iller. Ein Junge mit Nickelbrille fragt: „Wie heißt diese Pflanze? So eine habe ich noch nie gesehen.“ Anstatt zu antworten, zupft Susanne Fischer-Rizzi ein Blatt von der Pflanze, zerreibt es zwischen Daumen und Zeigefinger und hält es ihm unter die Nase. „Die riecht ja voll nach Kaugummi!“, sagt der Junge. Die anderen wollen auch mal riechen. „Pfefferminz!“, rufen mehrere Schüler.

Auch in Kursen für Erwachsene stellt Susanne Fischer-Rizzi lieber Fragen, als Antworten zu geben: Welche Wildpflanzen wachsen in deiner Nähe? Haben diese Pflanzen eine Heilwirkung? Was hat das mit dir zu tun? Welche Insekten leben von diesen Pflanzen? Welche Vögel leben von diesen Insekten? In den zweijährigen Heilpflanzenkursen beantworten die Teilnehmer Hunderte solcher Fragen. So werden sie immer vertrauter mit dem Ort, an dem sie leben. Am Ende ihrer Ausbildung kennen sie im Umkreis von 15 Kilometern um ihr Heim buchstäblich jeden Grashalm mit Namen. „Und plötzlich begreifen sie, dass sie in einem Netzwerk stehen, und dass sie Verantwortung tragen in diesem Netz des Lebens“, sagt Susanne Fischer-Rizzi.

Die Kinder an der Iller haben außer der Minze noch Schafgarbe, Brennnessel und andere Kräuter gesammelt. Jetzt sitzen sie mit dampfenden Teebechern ums Lagerfeuer. Susanne Fischer-Rizzi erzählt, wie die Brennnessel zu ihren Nesseln kam. Keinen hier scheint es zu stören, dass es schon seit einer halben Stunde regnet.

Ortswechsel: südliches Allgäu, oberhalb der kleinen Gemeinde Sulzberg, Susanne Fischer-Rizzis Wahlheimat. An diesem schönen Spätsommertag hat sie mit Freunden ein Loch gegraben, gut einen halben Meter tief. Eine von drei Feuerstellen in ihrer wilden Küche soll das werden, die Anleitung „Wilde Küche“ gibt es seit kurzem auch als Buch. Leben in der Natur, dazu gehört überraschenderweise auch eine richtige Mahlzeit. Keine Schweinswürstchen werde sie grillen, stellt die Frau mit dem wettergegerbten Gesicht klar, sondern ein mehrgängiges Menü auf den Tisch bringen.

Warmen Schafskäse in Huflattichblättern und Plinis, eine Spezialität aus den russischen Wäldern, gibt es zum Einstieg, da-



„Wir müssen zurück zu den einfachen Dingen“: Susanne Fischer-Rizzi backt einen Laib Brot am offenen Feuer.

Foto: Günter Jansen

„Das Leben, das ich führe, stärkt mein Wohlbefinden, meine inneren Kräfte.“

Susanne Fischer-Rizzi beschreibt ihr Glück

nach kanadischen Lachs, genagelt auf ein Holzbrett, das an die Seite der Kochgrube zum Räuchern gestellt wird. Es folgen auf Heu gedünstetes Gemüse, vermengt mit Hähnchenscheiben und Brennnesselchips. Susanne Fischer-Rizzi sitzt am Ende des Essens, das mehrere Stunden dauert, gedankenversunken auf der Wiese und blickt auf die gegenüberliegende Bergkette. Sie wird unter freiem Himmel schlafen.

Seit über 30 Jahren lebt Susanne Fischer-Rizzi dieses Leben in unmittelbarem Einklang mit der Natur. Nach Stuttgart kommt sie noch, um Bekannte zu besuchen. „Leben könnte ich in einer großen Stadt nicht mehr“, sagt sie. Zu viel habe sich in ihrem Innern verändert in all den Jahren. Bei ihrer Reise durch Indien erfuhr sie, wie bereichernd es sein kann, mit vielen Menschen zusammen unter einem Hüttdach zu wohnen. Bei den Indianern in Nordamerika lernte sie, wie spannend der Umgang mit wilden Tieren ist. Und sie hat sich einen Spruch des Häuptlings Dan George eingeprägt: „Wenn du zu den Tieren sprichst, werden sie dir sprechen, und ihr werdet euch kennen. Wenn du nicht zu ihnen sprichst, wirst du sie nicht kennen, und was du nicht kennst, davor wirst du dich fürchten – und was man fürchtet, das zerstört man.“

Susanne Fischer-Rizzi ist laut ihrer Visitenkarte eine Spezialistin für Aromatherapie, Heilpflanzenkunde, Wildnisreisen, Räucherkernde, die Sprache der Natur und eine „Tierverbündete“. Eine lange Liste für wahr, und es dürfte manchen geben, der angesichts dieser mitunter exotischen Berufsfelder den Zeigefinger an die Stirn führt und sich die Frage stellt: „Hat die Frau noch alle Tassen im Schrank?“ Susanne Fischer-Rizzi ist solche Reaktionen gewohnt. Sie regt sich darüber nicht auf. „Ich versuche auch mit den Skeptikern ins Gespräch zu kommen“, sagt sie.

Ihr gehe es sehr gut, bemerkt die 57-Jährige. Keine Sehnsucht nach Stuttgart: zu viel Lärm und dreckige Luft. „Ich bin dankbar dafür, dass ich kaum krank bin“, sagt sie.

„Das Leben, das ich führe, stärkt mein Wohlbefinden, meine inneren Kräfte und macht mich glücklich.“ Andere wollen an diesem Glück teilhaben. Selbst große Unternehmen schicken inzwischen ihr Führungspersonal zu Susanne Fischer-Rizzi: zum Überlebenstraining in der Natur.

Im Allgäu gibt es noch Orte, wo man kilometerweit keine Menschenseele trifft. Mitten im Wald, mitten in den Bergen. Susanne Fischer-Rizzi ist mit einer Gruppe von Männern unterwegs. Wichtige Männer. Ein Personalchef, ein Abteilungsleiter, ein hoher Beamter von der Polizei. Keiner von ihnen möchte seinen Namen in der Zeitung lesen. Sie sind alle auf der Suche nach einem besonderen Erlebnis – und vermutlich auch nach sich selbst. Die Aufgabe: sich mehrere Tage durch die Wälder schlagen. Ohne Handy und Blackberry. Ohne Essen im Rucksack und ohne ein festes Dach über dem Kopf. Ohne die Gewissheit, was der nächste Tag bringt.

Eine Therapie gegen den Stress

„Mir geht es seit Wochen richtig schlecht“, sagt der Mittvierziger, der Anzug und Krawatte in diesen Tagen gegen Wanderschuhe, Zipphose und einen Fleecepulli getauscht hat. Sein Rücken schmerzt, gegen die Magenschmerzen helfen nur noch Tropfen und Tabletten, am Abend findet er nicht in den Schlaf. Stresssymptome. Der Mittvierziger will abschalten, die Probleme im Büro sollen kein Thema mehr sein. Stattdessen steht er vor der Frage: „Soll ich im Zelt schlafen oder unter freiem Himmel?“ Er entscheidet sich für eine Nacht unter Sternen. Am nächsten Morgen schwärmt er: „Ein einmaliges, ein tolles Erlebnis.“

Dauerhaft helfen werde ihm, sagt Susanne Fischer-Rizzi, wenn er auch im Alltagsleben die Natur nicht aus den Augen verliert und auch mal früher als gewohnt das Büro verlässt. Selbst in einer Großstadt wie Stuttgart begegne man der Natur und der Wildnis. Man müsse nur die Augen aufmachen. Und bewusst suchen.