

MASTERARBEIT / MASTER'S THESIS

Titel der Masterarbeit / Title of the Master's Thesis

„Übersetzung und Kräuterkunde.

Untersuchungen der Unterschiede zwischen Bosnisch, Kroatisch und Serbisch
anhand dreier Übersetzungen von Maria Trebens „Gesundheit aus der Apotheke
Gottes“

verfasst von / submitted by

Sanja Ikinić

angestrebter akademischer Grad / in partial fulfilment of the requirements for the degree of

Master of Arts (MA)

Wien, 2016 / Vienna, 2016

Studienkennzahl lt. Studienblatt /

A 060 331 342

Degree programme code as it appears on
the student record sheet:

Studienrichtung lt. Studienblatt /

Masterstudium Übersetzen

Degree programme as it appears on
the student record sheet:

Betreut von / Supervisor:

Univ.-Prof. Mag. Dr. Gerhard Budin

*“The job of the linguist, like that of the biologist or the botanist,
is not to tell us how nature should behave,
or what its creations should look like,
but to describe those creations in all their messy glory
and try to figure out what they can teach us about life,
the world, and, especially in the case of linguistics,
the workings of the human mind.”*

Arika Okrent

Danksagung

Zuallererst möchte ich meinem Betreuer, Herrn Univ. Prof. Mag. Dr. Gerhard Budin, meinen Dank aussprechen, der mich während der Verfassung meiner Masterarbeit tatkräftig unterstützt hat und immer als Ansprechperson für etwaige Fragen und Probleme zur Seite gestanden ist.

Ein besonderer Dank gilt auch Frau Mag. Dr. Sibylle Pot d'or für ihre ständige Hilfsbereitschaft und wertvolle Ratschläge während des ganzen Masterstudiums.

Schlussendlich möchte ich mich bei meinem Bruder und meiner besten Freundin Vanja Alibašić, sowie bei allen meinen FreundInnen bedanken, die mich ständig ermutigt und motiviert haben. Ein großer Dank geht an meine Studienkolleginnen Dragana Đuričić und Maja Stanišić, die mir sowohl bei der Themenfindung als auch beim Verfassen meiner Arbeit viel geholfen haben. Durch ihre fachliche Unterstützung und selbstlose Mithilfe trugen sie maßgeblich zum Gelingen meiner Masterarbeit bei. Vielen Dank für eure Unterstützung!

Für meinen Vater...

Inhalt

EINLEITUNG	1
1 EINFLÜSSE DER HISTORISCHEN ENTWICKLUNGEN AUF DIE SPRACHPOLITIK.....	3
1.1 Sprachliche Strömungen am Anfang des 19.Jahrhunderts.....	3
1.1.1 Wiener Abkommen.....	4
1.2 Politische und sprachliche Situation zu Beginn des 20. Jahrhunderts.....	6
1.2.1 Erster und Zweiter Weltkrieg.....	7
1.3 Die Entstehung Jugoslawiens.....	9
1.3.1 Das Abkommen von Novi Sad.....	10
1.3.2 Die Rolle der Verfassung 1974.....	13
1.4 Zerfall Jugoslawiens – Geschichte und Einflüsse auf die Sprache	14
1.4.1 Linguistische Entwicklungen in Kroatien	16
1.4.2 Linguistische Entwicklungen in Bosnien	17
1.4.3 Linguistische Entwicklungen in Serbien.....	22
2 SPRACHLICHE ASPEKTE DES BOSNISCHEN, KROATISCHEN UND SERBISCHEN	24
2.1 Unterschiede zwischen B/K/S.....	24
2.1.1 JAT-Laut und Aussprachevarianten	24
2.1.2 Strukturunterschiede zwischen B/K/S	26
2.1.3 Unterschiede in den Normierungen	31
2.1.4 Fachwortschätze	39
2.1.5 Regionale Unterschiede.....	42
2.2 Ansichten von Linguisten bezüglich der Frage des B/K/S	42
3 TERMINOLOGIE	45
3.1 Terminologie und Wichtigkeit der terminologischen Arbeit	45
3.2 Definition und Geschichte der Kräuterkunde.....	46
3.3 Biographie von Maria Treben	47
3.4 <i>Gesundheit aus der Apotheke Gottes</i>	49
3.5 Glossar	50
3.5.1 Bärlapp.....	51
3.5.2 Bärlauch, Bärenlauch	53
3.5.3 Beinwurz, Beinwell.....	55
3.5.4 Brennessel	57
3.5.5 Ehrenpreis.....	59
3.5.6 Frauenmantel.....	61
3.5.7 Goldrute.....	63

3.5.8	Hirtentäschel.....	65
3.5.9	Großer Huflattich, Pestwurz	67
3.5.10	Huflattich	69
3.5.11	Johanniskraut	71
3.5.12	Kalmus	73
3.5.13	Kamille	75
3.5.14	Käsepappel, Malve.....	77
3.5.15	Labkraut.....	79
3.5.16	Löwenzahn.....	81
3.5.17	Mais	83
3.5.18	Mistel	85
3.5.19	Nussbaum	87
3.5.20	Odermennig.....	89
3.5.21	Ringelblume.....	91
3.5.22	Salbei	93
3.5.23	Sauerklee	95
3.5.24	Schafgarbe	97
3.5.25	Schlüsselblume	99
3.5.26	Schöllkraut	101
3.5.27	Spitzwegerich.....	103
3.5.28	Gelbe Taubnessel.....	105
3.5.29	Thymian, Feld- oder Sandthymian.....	107
3.5.30	Kleinblütiges Weidenröschen	109
3.5.31	Zinnkraut.....	111
3.6	Schlussfolgerungen	113
4	ZUSAMMENFASSUNG	115
	BIBLIOGRAPHIE.....	116

EINLEITUNG

Die vorliegende Arbeit ist eine übersetzungsrelevante Terminologiarbeit im Fachgebiet der Kräuterkunde, deren Untersuchungsgegenstand die Unterschiede zwischen der bosnischen, kroatischen und serbischen Sprache anhand dreier Übersetzungen von Maria Trebens Buch mit dem Titel „Gesundheit aus der Apotheke Gottes“ sind.

Die Entwicklungen in der Alternativmedizin und insbesondere im Bereich der Phytotherapie in den letzten zwanzig Jahren brachten unter anderem den Bedarf an Benennung neuer und Übersetzung bereits existierender alternativmedizinischer Begriffe und Pflanzennamen mit sich. Durch persönliches Interesse an Kräuterkunde entstand der Wunsch, eine Masterarbeit zu diesem Thema zu verfassen.

Nach dem Zerfall der Sozialistischen Föderativen Republik Jugoslawien (SFRJ) kam in den Nachfolgestaaten die Beziehung zwischen Nation und Sprache immer mehr zum Ausdruck, was folglich tiefgreifende Auswirkungen auf die Sprachpolitiken der jeweiligen Länder hatte. Anschließend folgte die Sprachfragmentierung des serbokroatischen Standards in vier Nachfolgesprachen: Bosnisch, Kroatisch, Serbisch und Montenegrinisch, was sich auch auf die Übersetzungspraxis auswirkte. So wurden manche Werke sowohl ins Bosnische, Kroatischen als auch Serbische übersetzt.

Das Ziel dieser B/K/S-Deutschen Terminologiarbeit liegt darin herauszufinden, inwiefern eine „dreifache“ Übersetzung im Kontext der Kräuterkunde aus rein kommunikativer Perspektive notwendig ist. Dies soll anhand des Beispiels Maria Trebens *Gesundheit aus der Apotheke Gottes* aus dem Jahr 2013⁹² untersucht werden.

Im ersten Teil wird zunächst der theoretische Rahmen der Arbeit formuliert und in groben Zügen auf die sprachpolitischen Hintergründe der aktuellen Normierungen eingegangen. Im Anschluss daran wird die Umsetzung der jeweiligen Sprachpolitiken in den Nachfolgestaaten näher beschrieben, um die Unterschiede in den Übersetzungen des Werkes besser klassifizieren zu können.

Den zweiten Teil der Arbeit bildet das Glossar, in welchem alle Termini aufgelistet und mit den nützlichen Zusatzinformationen wie Definition, Quelle und Kontext versehen sind. Daraus werden konkret die Differenzen in den Übersetzungen herausgefiltert und darauf aufbauend generelle Rückschlüsse über die fachterminologischen Unterschiede gezogen. Schließlich soll diese Analyse die Antwort auf die oben genannte Forschungsfrage geben.

Hier ist zu erwähnen, dass die bosnische Übersetzung eine Unvollständigkeit aufweist und die bosnischen Entsprechungen zu manchen deutschen Fachtermini fehlen. Ferner sind die Abbildungen in dieser Arbeit ausschließlich zur besseren Veranschaulichung der Kräuter integriert. Die Zustimmung des Urhebers zur Nutzung von Fotos einzuholen, war mein stän-

diges Bemühen, jedoch wird im Falle der Feststellung einer Urheberrechtsverletzung um Information gebeten.

1 EINFLÜSSE DER HISTORISCHEN ENTWICKLUNGEN AUF DIE SPRACHPOLITIK

Für ein besseres Verständnis der heutigen sprachpolitischen Situation in Bosnien-Herzegowina, Kroatien und Serbien ist eine Analyse der sprachpolitischen Entwicklungen in diesen Ländern unabdingbar. Wie sich die politischen Beziehungen zwischen den Ländern änderten, so änderten sich auch die Ziele in Hinsicht auf die Sprache. Für die Entwicklung des Bosnischen, Kroatischen und Serbischen ist die jugoslawische Epoche von besonderer Bedeutung, da in dieser Zeit der Grundstein sowohl für den Wunsch nach einer gemeinsamen Sprache als auch für den Wunsch nach Eigenständigkeit gelegt wurde.

So werden in Gröschels (2009) soziolinguistischer Monographie über den postjugoslawischen Sprachenstreit nicht nur die grundlegenden linguistischen und soziolinguistischen Aspekte diskutiert, sondern auch die historischen Entwicklungen für die Erklärung der aktuellen Lage herangezogen. Somit dient seine Monographie in vielerlei Hinsicht als Bezugswerk für diese Arbeit.

Im Vorwort seiner Monographie unterstreicht er, dass die Quellenlage und bisherige Diskussionen zu diesem Thema sehr oft von der Subjektivität einzelner SprachwissenschaftlerInnen aus der jeweiligen Sprachregion geprägt sind. Folglich kritisiert er jene ausländischen (Süd)Slawisten, die manche Argumente unhinterfragt übernehmen und von der Vermutung ausgehen, dass die Nationalphilologen (MuttersprachlerInnen) eine höhere Kompetenz in der Beurteilung ihrer eigenen Sprachproblematik besitzen (vgl. Gröschel 2009:2).

In den nächsten zwei Kapiteln werden viele verschiedene Aspekte zu historischen Ereignissen aufscheinen. Im Rahmen dieser Arbeit spielt der Grad der Wahrhaftigkeit dieser Schilderungen nur eine untergeordnete Rolle. Vielmehr soll aufgezeigt werden, wie die sprachpolitischen Entwicklungen dieser Region den zu einer bestimmten Zeit aktuellen politischen Ambitionen folgten und demzufolge nie als getrennte Phänomene betrachtet werden können.

1.1 Sprachliche Strömungen am Anfang des 19. Jahrhunderts

Anfang des 19. Jahrhunderts entwickelten sich in Kroatien, je nach Region, verschiedene schriftsprachliche Traditionen. Die drei wichtigsten Dialekte waren Kajkawisch, Štokawisch und Čakawisch – basierend auf dem Fragewort „was“. Um Zagreb wurde Kajkawisch (was – kaj), in Dalmatien Čakawisch (was – ča) und in Slawonien und Region um Dubrovnik Štokawisch (was – što) gesprochen. Im serbischen Sprachraum entwickelte sich eine künstliche Schrifttradition mit zahlreichen russischen und kirchenslawischen Elementen, die aber im

üblichen Sprachgebrauch kaum verwendet wurde (vgl. Greenberg 2004: 25). Da ein Großteil Balkans unter osmanischer Herrschaft war, wirkte sich das auch auf die Sprache der Region aus. Sehr lange wurden als Literatursprachen Arabisch, Persisch und Türkisch bevorzugt. Darüber hinaus gab es auch eine mündliche Volksdichtung sowie Aljamijado-Literatur¹ in der damals sogenannten bosnischen Sprache (vgl. Okuka 1998: 41f). So stellen viele Turzismen immer noch eine Besonderheit der bosnischen Sprache dar.

In seinem ersten Kapitel betont Gröschel (2009: 6-10), dass die Herausbildung einer gemeinsamen Standardsprache von Anfang an einen sprachplanerischen Aspekt hatte. Der serbische Philologe Vuk Stefanović Karadžić nahm das Štokawische als dialektale Basis für die serbische Schriftsprache und auf kroatischer Seite machte Ljudevit Gaj, Führer der Illyrischen Bewegung, denselben Schritt. Nach Lehfeldt (1981: 245-251) gab es doch einen wesentlichen Unterschied – während Karadžić die Schaffung einer gemeinsamen Schriftsprache für die serbische Nation anstrebte (für ihn gehörten alle Sprecher des Štokawischen zur serbischen Nation), sahen Gaj und Anhänger der Illyrischen Bewegung eine transnationale Sprache mit anderen Elementen kroatischer Dialekte sowie anderer südslawischer Sprachen vor.

Ab 1836 folgte die kroatische Standardsprache dem Programm des Illyrismus und verwendete ausschließlich den štokawischen Dialekt. Seine Favorisierung basierte auf der Tatsache, dass sich die Mehrheit der Bevölkerung dieses Dialektes bediente. Gleichzeitig diente diese Wahl der Kroaten als Abwehr vor Magyarisierungs- und Germanisierungsströmungen (vgl. Okuka 1998:17). So wurde das Fundament zur ersten europäischen Sprache mit phonetischer Orthographie gelegt - einer Sprache, die sich sowohl der lateinischen (kroatische Variante) als auch kyrillischen Schrift (serbische Variante) bediente (vgl. Gröschel 2009:10).

Die Idee von einer gemeinsamen Sprache der Kroaten und Serben wurde im Jahr 1850 durch das „Wiener Abkommen“ konkretisiert.

1.1.1 Wiener Abkommen

Am 28. März 1850 trafen sich damalige führende Philologen und Schriftsteller - Vuk Stefanović Karadžić, Franjo Milošić, Vinko Pacel, Ivan Kukuljević, Stjepan Pejakovic, Dimitrije Demeter, Đura Daničić und Ivan Mažuranić - auf einer Konferenz in Wien, auf der ein Sprachabkommen oder wortwörtlich gesagt eine Schriftsprachen-Vereinbarung (književni dogovor) verabschiedet wurde. Okuka (1998:11) zitiert es wie folgt:

„Wir, die Unterzeichneten – wohl wissend, daß ein Volk eine Literatur haben muß, und daher mit Trauer zusehend, wie unsere Literatur, nicht nur in der Schrift, sondern auch

¹ Aljamijado-Literatur: In der Literatur werden sowohl der Begriff Alhamijado als auch der Begriff Aljamiado verwendet, um jene Literatur zu bezeichnen, die zwar in der arabischen Schrift verfasst wurde, nicht aber auf einen arabischen Ursprung oder arabische Wurzeln zurückgeht.

noch in der Rechtschreibung, zersplittert ist - , haben uns in diesen Tagen getroffen, um zu besprechen, wie es zur Zeit möglich wäre, uns in der Literatur noch besser zu verständigen und zu vereinigen.“

So unterzeichneten sie eine Vereinbarung über die Vereinheitlichung der kroatischen und serbischen Schriftsprache, deren Grundlage der štokawische Dialekt ijekawischer Aussprache war (vgl. Greenberg 2004: 26). Laut Okuka (1998:11) wählten sie den südlichen Dialekt, weil die Mehrheit der Bevölkerung diesen Dialekt sprach und die Mehrzahl der Schriftsteller, unabhängig von deren Religionsbekenntnis, so schrieb. Darüber hinaus war der štokawische Dialekt dem Altslawischen am nächsten.

Die Frage des Sprachennamens blieb offen. Im Abkommen war nur die Rede von „unserer Sprache“, „einer Literatur“ und „einem Volk“ und hier wurde kein konkreter Sprachename erwähnt. Das primäre Ziel dieses Treffens war die Vereinheitlichung der juristischen Terminologie für die in Österreich-Ungarn lebende südslawische Bevölkerung. Da dies nicht zustande kam, wurden separate Fachwortschätze für die kroatischen, slowenischen und serbischen Landesgebiete veröffentlicht (vgl. Gröschel 2009:11).

Das Wiener Abkommen war von Anfang an umstritten und in der Sprachpraxis schwer durchsetzbar. Auf der kroatischen Seite gab es mehrere Einstellungen – in Zadar wurde der ikawische Dialekt als Basis für die gemeinsame Schriftsprache propagiert und während es in Rijeka Versuche für die Beibehaltung älterer Formen bei der Adjektivdeklinations gab, wurde in Zagreb für die etymologisch orientierte Rechtschreibung plädiert. In Serbien befürworteten einige noch die Verwendung des Slawenoserbischen. Erst die Veröffentlichung des *Wörterbuches der kroatischen oder serbischen Sprache (Rječnik hrvatskoga ili srpskoga jezika)*, herausgegeben 1880 von der Südslawischen Akademie der Wissenschaften und Künste in Zagreb (Jugoslavenska Akademija Znanosti i Umjetnosti, JAZU), war das erste Anzeichen der tatsächlichen Akzeptanz einer gemeinsamen Schriftsprache. In 1899 erschien auch die Tomo Maretićs *Grammatik und Stilistik der kroatischen oder serbischen Sprache (Gramatika i stilistika hrvatskoga ili srpskoga jezika)* (vgl. Gröschel 2009:11f). Nach Okuka (1998:20) hatte die JAZU im Rahmen des Parlaments eine Abstimmung über den Sprachennamen initiiert und die Mehrheit sprach sich für die Benennung „Südslawisch“ (jugoslavenski) aus. Der Wiener Hof lehnte sie ab und im Weiteren wurden die Bezeichnungen Kroatisch und Serbisch als offizielle Sprachen im kroatischen Gesetz verankert.

Als die Serbische Königliche Akademie der Wissenschaften und Künste (Srpska kraljevska akademija nauka i umetnosti) 1886 gegründet wurde, kam es durch ein Dekret zur Umstellung vom Ijekawischen zum Ekawischen. Das kulturelle Zentrum Novi Sad schloss sich an und dies führte zu einer gravierenden Abweichung vom Vukschen Modell (vgl. Gröschel 2009: 12).

Betreffend die Benennung der offiziellen Amtssprache in Bosnien gab es auch Unstimmigkeiten. Die Zeit der osmanischen Herrschaft wurde durch eine Offenheit Bosnien-Herzegowinas

gegenüber Einflüssen aus anderen Teilrepubliken gekennzeichnet und der offizielle Sprachename war Bosnisch. Daher erschienen in dieser Zeit einige Regelwerke, wie zum Beispiel das türkisch-bosnische Wörterbuch von Muhamed Hevai Uskufi (1631). Unter österreichisch-ungarischer Herrschaft war die Sprachpolitik, genauso wie die dortige Rechtslage, ziemlich chaotisch. Ende des 20. Jh. wurde nach langem Insistieren von Benjamin Kállay, der von 1882 bis 1903 als Oberhaupt Bosniens amtierte und den bosnischen Patriotismus förderte, die offizielle Benennung *bosnische Sprache* wieder eingeführt. Daraufhin kam es zu erbitterten Konflikten um den Terminus Bosnisch: während ihn die Muslime und die Regierung willkommen hießen, stieß er bei den bosnischen Serben und Kroaten auf Widerstand (vgl. Okuka 1998:54f). Anfang des 20. Jh. wurden die kroatischen und serbischen Nationalbewegungen immer stärker und 1907 kam es zu einer Wende in der Sprachpolitik Bosniens. Im Rahmen der Vorbereitungen für die Annexion Bosniens zu Österreich-Ungarn wurde die bisherige Bezeichnung *Bosnisch* abgeschafft und *Serbokroatisch* als offizieller Amtssprachename eingeführt. Bosnien-Herzegowina war das erste Land, das Serbo-Kroatisch als Amtssprache einführte, jahrelang propagierte und sich als letztes Land im ehemaligen Jugoslawien von dieser Bezeichnung verabschiedete (vgl. Okuka 1998:59f).

1.2 Politische und sprachliche Situation zu Beginn des 20. Jahrhunderts

Die Bestrebungen zur Vereinheitlichung der Schriftsprache in Serbien und Kroatien waren schon in den ersten Jahrzehnten des 20. Jh. bemerkbar. Theoretisch wurde eine kroatisch-serbische Einheit schon erreicht, in Praxis fehlte sie noch. So erwähnt Okuka (1998:36f) den Philologen Jagić, der Anfang des 20. Jh. behauptet, die größten Stolpersteine auf dem Weg zur Einheit wären die unterschiedlichen Namen (Serben und Kroaten) und Schriften (Latiniza und Kyrilliza). Gleichzeitig trafen zwei entgegengesetzte politische Strömungen aufeinander: die Befürworter der jugoslawischen Idee, Volks-, Staats- und Spracheinheit und jene, die in erster Linie nationale und regionale Besonderheiten betonten. Darüber hinaus bildeten sich zwei unterschiedliche Einstellungen zur Sprachentwicklung heraus. Die Kroaten betrieben einen Sprachpurismus, wohingegen sich die Serben für eine natürliche Sprachentwicklung einsetzten.

Nichtsdestotrotz gab es viele, die für die Vereinheitlichung der Sprache völlig bereit waren. So nennt Okuka (1998:37) den Kroaten Milan Marjanović, der in seinem Artikel in der Agramer Zeitschrift *Die Glocke (Zvono)* Kroatoserbisch als gemeinsame Sprache aller Jugoslawen vorschlug und vor allem die ekawische Aussprache unterstützte. Im Jahr 1912 wiederholte der Germanist Pero Slijepčević seinen Vorschlag zur Anwendung des Ekawischen mit der Begründung, dass die Zentralisierung der geistigen Arbeit notwendig sei, um die Kultureinheit zu erlangen. Auf der serbischen Seite ist Borivoje Popović zu nennen, der die lateini-

sche Schrift als Schrift aller in einer Gemeinschaft zusammenlebenden Kroaten und Serben propagierte. Nach dem Sieg im Zweiten Balkankrieg und insbesondere durch die Gründung des *Königreichs der Serben, Kroaten und Slowenen* (*Kraljevina Srba, Hrvata i Slovenaca*) im Jahre 1918 erfuhr der jugoslawische Nationalismus einen starken Auftrieb. Die Idee der Einheit aller drei Völker rückte wieder in den Vordergrund.

1.2.1 Erster und Zweiter Weltkrieg

Dem Erfolg in den Balkankriegen folgte eine enthusiastische Zeit und das Thema der sprachlichen Einheit wurde wieder aktuell. In der Zeitschrift *Der serbische Literaturbote* (*Srpski Književni Glasnik*) schrieb 1913 der bedeutende Literaturkritiker Jovan Skerlić, dass die sprachliche Vereinheitlichung von beiden Seiten Opfer verlangte: die Kroaten sollten die ijekawische Aussprache und die Serben ihre kyrillische Schrift aufgeben. Die kroatischen und serbischen Gelehrten wurden um ihre Meinung zum Vorschlag gebeten und die Mehrheit sprach sich für die ekawische Aussprache und lateinische Schrift aus. Nach dem Skerlićs Tod fasste Vladimir Ćorović seinen Aufruf zur gemeinsamen Schriftsprache zusammen und war ebenso der Überzeugung, dass die Südslawen das Ekawische als eine gemeinsame Schriftsprache aufnehmen werden (vgl. Okuka 1998:38). Es zeigte sich später, dass ihre Begeisterung für die vereinte Schriftsprache illusorisch war. Die Serben waren nicht dazu bereit, auf das grafische Symbol ihres kulturellen Bewusstseins, die Kyrilliza, zu verzichten und die Kroaten, abgesehen von einigen kroatischen Schriftstellern, schrieben weiterhin ijekawisch, da diese Gewohnheit in ihrer Sprachtradition tief verwurzelt war. Für beide Seiten war die Überbrückung ihrer Unterschiede und Uneinigkeit eine schwere Aufgabe und ihr Zusammenleben führte zu immer wachsenden Problemen und Konflikten (vgl. Okuka 1998:39).

Unmittelbar nach dem ersten Weltkrieg und der Gründung des Königreichs der Serben, Kroaten und Slowenen, im Jahr 1918, setzte sich die Staatsführung für die Erfindung eines einheitlichen Staatsvolkes – des sogenannten serbokroatoslowenischen Volkes (*srpsko-hrvatsko-slovenački narod*) ein. Analog zu diesem Ereignis wurde das *Serbokroatoslowenisch* als Amtssprache eingeführt. Brborić (1996:29f) definiert dieses Glottonym als „dreiarmliges sprachliches Phantasiegebilde“, beziehungsweise als „phantomhafte trinationale Sprache“. Trotz der offiziellen Verwendung des Glottonyms *Serbokroatoslowenisch* hatte die serbische, ekawisch-kyrillische Sprach- und Schriftform den Vorzug. Nach Umbenennung in *Königreich Jugoslawien* blieb die Bevorzugung des Serbischen weiterhin bestehen (vgl. Samardžija 2000:85). Die starke Übermacht der Serben rief bei Kroaten Widerstand hervor und eine heftige Auseinandersetzung zwischen dem Agramer und Belgrader Regime war unvermeidbar. Im Jahr 1928 wurde vom jugoslawischen Ministerium für Bildung eine Rechtschreibkommission einberufen, die die Unterschiede zwischen den zwei gegenübergestellten Orthographien, der Boranićs *Rechtschreibung der kroatischen oder serbischen Sprache* und Belićs *Recht-*

schreibung der serbokroatischen Sprache, eliminieren sollte. Daraus entstand eine *Rechtschreibanweisung für alle Grund-, Mittel- und Fachschulen des SHS-Staates (Staat der Slowenen, Kroaten und Serben)*, welche die auf der Karadžićs Sprachreform basierte Orthographie vorschrieb (vgl. Okuka 1998:68). Laut Mønnesland (2004:135) wurden die bosnischen MuslimInnen zu dieser Zeit ihrer nationalen Identität beraubt und dazu gezwungen, sich entweder als KroatInnen oder SerbInnen zu bekennen.

Die Stärkung der nationalen Politik brachte neue Tendenzen zur eigenen Sprache mit sich. Mit der Gründung der Banschaft Kroatien (Banovina Hrvatska) kam es wieder zum Wechsel des Sprachennamens. Das Glottonym *Serbokroatoslowenisch* wurde offiziell abgeschafft und *Kroatisch/Serbisch* wieder eingeführt (vgl. Gröschel 2009:18).

Greenberg (2004:54) schildert die Zeit vor dem zweiten Weltkrieg als die Zeit der Unbeständigkeit, die sich stark auf die Politik und Spracheinheit auswirkte. Der Zusammenbruch ethnischer Einheit führte bei Kroaten zu Trennungsbestrebungen und folglich verkehrte sich der Sprachunitarismus in Sprachnationalismus.

Im Jahr 1941 wurde der *Unabhängige Staat Kroatien (Nezavisna Država Hrvatska – NDH)* proklamiert und Kroatisch als offizielle Amtssprache eingeführt. Der betriebene Sprachpurismus kam durch die Hervorhebung der Unterschiede zur serbischen Sprache zum Ausdruck und das Hauptziel war die Säuberung von allen als serbisch angesehenen Wörtern (vgl. Gröschel 2009:18f). Um die Wiederherstellung der reinen kroatischen Sprache zu sichern wurde eine strenge polizeiliche Kontrolle eingeführt und das *Staatsamt für die kroatische Sprache (Hrvatski državni ured za jezik)* eingerichtet. Das wichtigste Dokument der Forderung nach Eigenständigkeit war der *Gesetzesentwurf über die kroatische Sprache, über ihre Reinheit und über die Rechtschreibung (Zakonska uredba o hrvatskom jeziku, o njegovoj čistoći i o pravopisu)*. Die in ihm vertretene Hauptthese lässt sich wie folgt zusammenfassen:

„Die Sprache, welche die Kroaten sprechen, ist ihrem Ursprung, ihrer historischen Entwicklung nach, ihrer Verbreitung auf dem kroatischen Volksgebiet nach, der Ausspracheart, den grammatischen Regeln sowie der Bedeutung einzelner Wörter nach, die authentische und besondere Sprache des kroatischen Volkes, und sie ist weder mit einer anderen Sprache identisch noch ist die Mundart irgendeiner anderen oder der mit irgendeinem anderen Volk gemeinsamen Sprache. Daher heißt sie „kroatische Sprache“. “(Gröschel 2009:19)

In der Monographie *Unterschiede zwischen der kroatischen und serbischen Schriftsprache (Razlike između hrvatskoga i srpskoga književnog jezika)* von Guberina/Krstić werden bereits in der Einleitung die Besonderheiten der historischen Entwicklung der kroatischen Sprache (im Gegenteil zur Entwicklung des Serbischen) und „nationales Eigenbewusstsein der Sprachträger“ als Hauptkriterien für die Absonderung der kroatischen Sprache genannt, wobei das Erkennungsmerkmal einer eigenständigen Sprache das Fehlen von Synonymen sei. Die nationalistischen Tendenzen und die zwingende Säuberung der Sprache von allen Lexemen, die als

„fremd“ betrachtet wurden (in diesem Fall von allen serbischen Wörtern), waren nicht nur in Kroatien, sondern auch in Serbien sichtbar. Im Rahmen des Nedić-Regimes, das sich mit dem Namen *Staat Serbien* schmückte, wurde eine fiktionale Eigenstaatlichkeit gefördert und als Amtssprache ausschließlich Serbisch verwendet. Serbokroatisch wurde noch einmal aus dem amtlichen Gebrauch verbannt (vgl. Gröschel 2009:20).

An der Diskontinuität der Amtssprachlichkeit des Serbokroatischen macht sich am besten bemerkbar, wie stark die politische Unbeständigkeit auf diesem Gebiet die Sprache beeinflusste und wie oft sich der Wunsch nach Einheitlichkeit zum Wunsch nach Eigenständigkeit wandelte. Abhängig von der Phase des Sprachunitarismus bzw. Sprachnationalismus, lag der Fokus entweder auf den Gemeinsamkeiten zwischen den Sprachen oder auf deren Unterschieden. Das hatte seine Auswirkungen auf die Übersetzungspolitik. Anfang des 20. Jh. besagte eine neue Verordnung, dass im behördlichen Verkehr und in allen offiziellen Dokumenten ausschließlich Serbokroatisch zu verwenden ist, wohingegen 1942 durch die Resolution des *Antifaschistischen Volksbefreiungsrats Jugoslawiens* (AVNOJ – *Antifašističko v[i]jeće narodnog oslobođenja Jugoslavije*) festgelegt wurde, dass „[...] alle Beschlüsse und Aufrufe des AVNOJ und seines Präsidiums[...]in serbischer, kroatischer, slovenischer und makedonischer Sprache zu publizieren sind.“ (Gröschel 2009:20).

Mit der Gründung der Sozialistischen Föderativen Republik Jugoslawien (SFRJ) erschienen erneute Vereinheitlichungstendenzen in der Sprachpolitik.

1.3 Die Entstehung Jugoslawiens

Wie im vorangegangenen Kapitel erwähnt, beschloss das Präsidium des AVNOJ im Sinne des Selbstbestimmungsrechts und der Gleichberechtigung der Völker Jugoslawiens, dass alle Ratsbeschlüsse in vier Sprachen herauszugeben waren: Serbisch, Kroatisch, Mazedonisch und Slowenisch. Diese Entscheidung wurde 1944 rechtskräftig und von Josip Broz Tito unterschrieben. Das erste Jahrzehnt im sozialistischen Jugoslawien diente der politischen Stabilisierung und Stärkung der kommunistischen Herrschaft, so dass der Sprachproblematik keine besondere Aufmerksamkeit geschenkt wurde (vgl. Okuka 1998:77). Laut Blum (2002:136) entwickelten sich die kroatische und serbische Sprachpolitik unabhängig voneinander, was durch die erneute Veröffentlichung der Rechtschreibungen von Boranić (1951) und Belić (1952) bestätigt wurde. Wie der kroatische Linguist Samardžija (1998: 134f) anmerkte, wurde zu dieser Zeit der kroatische Wortschatz auf den Stand von 1941 zurückgesetzt und nach 1945 wurden auch alle Wörter, die als Neuschöpfungen des NDH betrachtet wurden und in Wirklichkeit im 19. Jh. entstanden sind, streng verboten. Der Zustand der Unentschlossenheit zwischen dem Unitarismus und Separatismus spiegelt sich vor allem in der Sprachpolitik wider. Die sprachliche Uneinigkeit in den Übersetzungen in der Literatur sowie bei den Verlegern

aus Novi Sad, Belgrad, Zagreb und Sarajevo gab der Leitung der Zeitschrift *Letopis Matice Srpske* den Anlass, eine Umfrage über das Thema der serbokroatischen Sprache durchzuführen. Kroatische und serbische Schriftsteller, Sprachwissenschaftler und Personen des öffentlichen Lebens wurden aufgefordert, ihre Meinung über die Rechtsschreibung und Erstellung eines serbokroatischen, kroatischen oder serbischen Wörterbuchs, aber auch über die Einheitlichkeit und Entwicklungsperspektive zu äußern. Trotz der Meinungsverschiedenheit war der Ton in der Diskussion friedlich und wohlwollend (vgl. Okuka 1998:77). Zum Abschluss der Umfrage (1954) wurde die Vereinbarung von Novi Sad getroffen, auf die im nächsten Kapitel näher eingegangen wird.

1.3.1 Das Abkommen von Novi Sad

Hinsichtlich der Zulassung regionaler sprachlicher Spezifika brachte das Wiener Abkommen keine Klärung und es blieben in Bezug auf die Einheitlichkeit des Serbokroatischen einige Fragen strittig. Demzufolge trafen sich nochmals im Jahre 1954 kroatische und serbische Sprachwissenschaftler in Novi Sad zusammen, mit der Zielsetzung, alle offenen Fragen zu klären. Gröschel (2009:23)² führt den Punkt 1 der Resolution von Novi sad (Novosadski dogovor) an, die nach Sitzungen am 8., 9. und 10.12.1964 verabschiedet wurde:

„Die Volkssprache der Serben, Kroaten und Montenegriner ist eine Sprache. Infolgedessen ist die Schriftsprache, die sich auf ihrer Grundlage um zwei Hauptzentren, Belgrad und Zagreb, entwickelt hat, einheitlich mit zwei Ausspracheformen, der ijekavischen und der ekavischen.“

Im Punkt 3 wurde die Benutzung der Alphabete und ihr Erwerb geregelt:

„Beide Schriften, die lateinische und die kyrillische, sind gleichberechtigt; daher muß angestrebt werden, daß Serben und Kroaten gleichermaßen beide Schriften erlernen, was in erster Linie durch den Schulunterricht zu erreichen ist.“

Auf Wunsch der Teilnehmer dieses Treffens erhielt das Abkommen von Novi Sad keinen Gesetzesrang und blieb, juristisch betrachtet, unverbindlich. Anschließend wurden folgende Sprachbezeichnungen offiziell anerkannt: Serbokroatisch, Kroatoserbisch, Serbisch und Kroatisch, Kroatisch und Serbisch, Serbisch oder Kroatisch, Kroatisch oder Serbisch, Serbisch beziehungsweise Kroatisch, Kroatisch beziehungsweise Serbisch.

Wie Okuka (1998:13) bemerkte, wurden in der zweiten Sprachvereinbarung schließlich alle Völker erwähnt, nur die Muslime beziehungsweise Bosnier fehlten. Außerdem erach-

² Seine Quellen sind: Milosavljević (1997: 397-398, 459-461) und Šipka (2001: 149-157)

tet Okuka (1998:14), dass das Abkommen von Novi Sad für die wesentlichsten Problemstellungen zur Standardisierung der gemeinsamen Sprache keine Lösung anbot. Das kritisieren auch Greenberg (2004:32) und Blum (2002: 138f). Laut Samardžija (1998:141ff) machten sich die Vereinheitlichungsbestrebungen in der Sprache bemerkbar in der Synonymisierung kroatischer und serbischer Wörter im gemeinsamen Wörterbuch (Beispiel: *dušik* – *azot*, D: Stickstoff Azot) und in der lexikalischen Egalisierung, wobei bei Mehrfachentsprechungen ein gemeinsames Lexem als Standard gewählt wurde. Die Periode nach 1950 charakterisierte Brozović (1998:29f) als eine Zeit, in der kroatisch gekennzeichnete Wörter mit Skepsis aufgenommen wurden (*tisuća* statt *hiljada*, deutsch: Tausend) und einige sogar verboten wurden, wie z.B. die als faschistoid angesehenen kroatischen Monatsbezeichnungen. Für die translatorische Tätigkeit ist der Bericht von Avirović (1990) zu nennen, in dem die Autorin zeigt, welche Auswirkungen die Uneinheitlichkeit in der Standardisierung auf die Übersetzungstätigkeit hatte. Ihr zufolge waren zu dieser Zeit ÜbersetzerInnen oft unsicher, welche Regelwerke als Standard zu verwenden waren und was eigentlich die Norm war (vgl. Avirović 1990: 82f).

Bei der Umsetzung der Vereinbarung wird offenkundig, dass viele mit dem Beschluss unzufrieden waren. Die gemeinsame *Rechtschreibung der serbokroatischen (kroatoserbischen) Sprache der Matica Srpska und Matica Hrvatska (Pravopis srpskohrvatskoga (hrvatskosrpskoga) književnog jezika)* erschien erst im Jahre 1960 in zwei Ausgaben: lateinisch-ijekawisch und kyrillisch-ekawisch. Die neue Orthographie stellte eine Kombination von Elementen aus Belićs und Boranićs Rechtschreibung dar und nichtsdestotrotz kam es zu weiteren Diskussionen darüber, wessen Lösung dominant war. In der Öffentlichkeit wurde die gemeinsame Orthographie überwiegend positiv aufgenommen. Jedoch waren gegenseitiges Verständnis und sprachliche Toleranz von kurzer Dauer. Bald folgten heftige Diskussionen über die zwei Versionen der Standardsprache und daraufhin die Entzweigung zwischen kroatischen und serbischen LinguistInnen. Im Februar 1969 beendete die Matica Hrvatska die Zusammenarbeit mit der Matica Srpska und alle Arbeiten an einem gemeinsamen Wörterbuch wurden eingestellt. So scheiterte noch ein Versuch der Vereinheitlichung und stattdessen folgte eine Zeit der Dezentralisierung und sprachlichen Unsicherheit (vgl. Okuka 1998:79).

1.3.1.1 Die Geschichte des Serbokroatischen

Die sechziger Jahre des 19. Jh. in Kroatien waren durch den Liberalismus und verschiedene nationalkulturelle Bewegungen gekennzeichnet. Der bekannte Historiker und zugleich der Mitgründer der Volkspartei (Narodna Stranka), Franjo Rački, schrieb in der Zeitung *Achtung (Pozor)* den Artikel unter dem Namen „*Jugoslawentum*“, der die damalige sprachpolitische Situation in Jugoslawien schilderte. So sagt er:

„Wir Jugoslawen sind in der Sprache, der wirklichen Seele unseres Volkes, dem Hauptanker und oft einzigem Anker der Nationalität, gespalten. Der slowenische, serbo-kroatische und bulgarische Dialekt tönt aus dem Munde von dreizehn Millionen Seelen auf einem Gebiet, das größer als ganz Italien ist und mit dem das wunderschöne Jugoslawien in vielem wetteifert. Wenn das Jugoslawentum ein Volk im geistigen Sinne werden will, muss es bestrebt sein, sich in einer einheitlichen Schriftsprache zu vereinigen.“ (Okuka 1998:22)

Während er den serbo-kroatischen Dialekt als gemeinsame Schriftsprache vorsah, hatte die Regierung in Dalmatien ein anderes Vorhaben: das Slavjanisch-Dalmatinische als offizielle Sprache einführen. Das löste heftige Proteste aus und wurde nicht umgesetzt. So behauptete Natko Nodilo, dass die Sprache nur Serbo-Kroatisch oder Kroato-Serbisch bzw. nur Serbisch oder Kroatisch sein kann, aber keinesfalls Slavjanisch-Dalmatinisch (vgl. Okuka 1998:23).

In der Literatur zum Serbokroatischen, vor allem in der ab 1991 veröffentlichten Literatur, finden sich viele unterschiedliche Informationen zur Datierung des Serbokroatischen. So behauptet Völkl (1999: 323), dass Serbokroatisch (srpskohrvatski) vs. Kroatoserbisch (hrvatskosrpski) als Sprachbezeichnung erst durch das sogenannte Wiener Sprachabkommen (Bečki dogovor) im Jahre 1850 eingeführt wurde. Nach Weinberger (2003: 171) wurde eine gemeinsame Sprache von Serben und Kroaten erst im Jahre 1918 eingeführt.

Allerdings ist sicher, dass der Begriff *serbo-kroatisch* schon früher bekannt war. Im Jahr 1824 übersetzte Jacob Grimm die *Kleine Serbische Grammatik* Vuk Stefanović Karadžićs und in seiner Übersetzung wurde die Bezeichnung serbokroatisch bzw. kroatoserbisch zum ersten Mal erwähnt. Der Terminus wurde sehr schnell international anerkannt. Im Jahre 1836 verwendet Jernej Kopitar auch den Ausdruck *serbochorvatica sive chorvatocoserbica* und 1867 veröffentlichte Pero Budmani, der Schriftsteller, Sprachwissenschaftler und Philologe aus Dubrovnik (Kroatien), die *Grammatica della lingua serbo-croata*. Im Jahre 1877 erschien die *Grammaire de la language serbo-croate* von Dragutin Pančić (vgl. Tošović 2008:19f). Ein lobenswerter Philologe, der durch die im Jahr 1876 veröffentlichte Studie zum serbo-chorwatischen Dialekt die Verbreitung des Begriffs *serbo-kroatisch* erheblich beschleunigte, war Leonhard Masing. Diese umfangreiche Studie weckte das Interesse der Philologen weltweit. In seiner Studie vertritt er die Meinung, dass die Sprache, früher unter dem Namen *Illyrisch* bekannt, das Gebiet zwischen dem Slowenischen, Rumänischen, Ungarischen, Bulgarischen, Albanischen bis zur Adriaküste deckt. Da die Sprachen nur wenig eingreifende dialektale Unterschiede aufweisen, setzt er sich für eine gemeinsame Sprache ein, die nach zwei Hauptbenennungen *serbisch-chorwatische Sprache* benannt werden soll (vgl. Okuka 1998:28). Später wurde es zum Einheitswort *serbokroatisch*. Ihm zufolge ist für die Durchsetzung dieses Begriffs den zwei Philologen zu danken: Vatroslav Jagić, dem Chefredakteur des *Archivs für Slawische Philologie*, und Milan Rešetar, dessen dialektologische Studien *Die serbokroatische Betonung südwestlicher Mundart* und *Der štokavische Dialekt* eine entscheidende Rolle spielten. So verankerte sich der Begriff *Serbokroatisch* in der Ge-

schichte des Slawischen und im nächsten Jahrzehnt waren die Dialekte der Serbokroatischen in der Sprachwissenschaft der Gegenstand starken Interesses.

1.3.2 Die Rolle der Verfassung 1974

Im Jahr 1967 wurde die Deklaration über die Bezeichnung und Situation der kroatischen Schriftsprache proklamiert. Kroatische Philologen forderten das Recht auf die Verwendung des Sprachennamens *kroatisch* ein und setzten die für eine Zeit aufgehaltene Arbeit an einer umfassenden kroatischen Grammatik fort. Der *Verband der Schriftsteller Serbiens* reagierte darauf mit dem Vorschlag, sowohl das Abkommen von Wien als auch das von Novi Sad aufzukündigen (vgl. Gröschel 2009:36). Nach Okuka (1998:87f) äußerten sich die separatistischen Tendenzen bei den Kroaten unter anderem in Sprachlehrwerken, welche die Besonderheiten des Kroatischen und den Unterschied zur Lexik der serbischen Sprache betonten. So zitiert Gröschel (2009:45) den amerikanischen Südslawisten Magner:

“The Croats, stimulated by feelings of nationalism, regionalism, desire for economic and political equity, patriotism, or perhaps simple obstinacy (each observer has his own explanation) have insisted on cultivating their own language variant in such a way as to distance it from the Serbian variant.”

In dieser Zeit sind viele Unterscheidungswörterbücher (*razlikovni rječnici*) entstanden, die wegen der politischen Krise und anschließend des Kriegsausbruchs die Unterschiede zwischen Kroatisch und Serbisch hervorhoben und sogar zu vergrößern versuchten. Greenberg (2004:38) vertritt die Ansicht, dass die neue Verfassung im Jahr 1974 die sprachliche Autonomie der Republiken zusätzlich stärkte und gleichzeitig die Wichtigkeit der beiden Sprachvereinbarungen von Wien und Novi Sad schwächte. Gemäß der Verfassung durfte sich jedes der konstitutiven Völker seiner eigenen Sprache frei bedienen, sowohl in Republiken als auch in Provinzen. In der Bundesverfassung war die Rede von der Gleichberechtigung aller Völker und Nationalitäten Jugoslawiens, aller Sprachen und Schriften, aber der konkrete Sprachname fehlte wieder. Außerdem wird die Kommandosprache auch nicht genannt – es wird nur angegeben, dass „die Kommandosprache eine der Sprachen der Völker Jugoslawiens ist“ (vgl. Okuka 1998:90).

Im Weiteren wurden auch in Bosnien-Herzegowina und Montenegro eigene standardsprachliche Ausdrücke *bosanskohercegovački standardnojezični izraz* und *crnogorski književnojezički izraz* verkündet (vgl. Greenberg 2004:38). Laut Okuka (1998:83) fühlten sich davor die bosnisch-herzegowinischen Abgeordneten sprachlich diskriminiert, weil ihre Reden in serbischer und kroatischer Sprache gedruckt wurden und nicht in der Originalversion. Folglich wurde eine Kommission gegründet, die für die sprachliche Gleichberechtigung zuständig

war und sich aus sieben Sprachsektionen zusammensetzte: Albanisch, Ungarisch, Slowenisch, Mazedonisch, Serbokroatisch (SR Serbien und SR Montenegro), die kroatische Schriftsprache (SR Kroatien) und Kroatoserbisch/Serbokroatisch mit ijekawischer Aussprache (SR Bosnien). In der Verfassung von 1974 sieht Greenberg (2004:41,56) die ersten Indizien für die Sprachfragmentierung und die in den 1990er Jahren final erfolgte Sprachtrennung war nur eine letzte Formalität. Okuka (1998:91f) beschrieb das als „offizielle Aufkündigung der Kooperation durch die Sanktionierung der Varianten der Hochsprache als Staatssprachen.“ Die Verfassung und die Einführung der zwei weiteren standardsprachlichen Ausdrücke in Bosnien und Montenegro führten zur Stärkung der Beziehung zwischen Ethnie, Identität und Sprache und somit zum Aufstieg des Nationalismus. Deswegen erachtet Greenberg (2004:57) dieses Dokument als Basis für die vier Nachfolgesprachen, die schließlich aus dem dualen Standard entstanden sind.

Im folgenden Kapitel wird die finale Sprachfragmentierung nebst ihrem weiteren Entwicklungsweg näher beschrieben.

1.4 Zerfall Jugoslawiens – Geschichte und Einflüsse auf die Sprache

Auf dem Gebiet der SFRJ hing Sprache immer eng mit politischen Ereignissen zusammen. Zu Beginn der 1990er Jahre entstand eine neue politische und gesellschaftliche Situation, die auch wesentliche Änderungen auf sprachlicher Ebene nach sich zog. Laut Greenberg (2004:13) nutzten die Politiken in den jeweiligen Ländern auch die Sprache als ein Mittel zur finalen Trennung, indem sie sprachliche Kommunikationsbarrieren schafften. Die Betonung lag nun nicht mehr auf gegenseitiger Verständigung, sondern auf trennenden Sprachelementen (vgl. Neweklowsky 2010: 188). So ist das Glottonym *Serbokroatisch* in seiner ursprünglichen Funktion als eine gemeinsame Sprache für Kroatien, Serbien, Bosnien-Herzegowina und Montenegro aus dem amtlichen Sprachgebrauch verdrängt worden. Okuka (1998:129) merkt an, dass die Überzeugung der nationalsozialistischen Ideologie, nach der „nationale Identität bzw. nationale Individualität auf der sprachlichen Identität“ basiert, übernommen wurde. In den Nachfolgestaaten – Republik Kroatien, Republik Bosnien und Herzegowina, im sogenannten Rest-Jugoslawien mit den Gliedstaaten Serbien und Montenegro – wurden die neuen Sprachbezeichnungen analog zu den Namen der in den neu entstandenen Staaten dominierenden, in Bosnien-Herzegowina auch koexistierenden, Nationalitäten eingeführt (vgl. Gröschel 2009:1). In seinem Buch stellt Kuhiwczak (1999:218) die Auswirkungen der neuen Sprachpolitiken auf die Dolmetschtätigkeit während des politischen Wirbels als Zusammensturz der Kommunikation dar und merkt an, dass Translation anderen Zwecken als der Überbrückung der sprachlichen und kulturellen Barrieren diene. Dieses Phänomen beschreibt er wie folgt:

“What the Yugoslav crisis should help us to realise is that, contrary to our everyday experience in peaceful times, translation in times of international conflict may be used for other purposes than to bridge the linguistic and cultural gap. To dedicated nationalists, translation in its conventional sense poses a major danger – because it serves as a channel of communication between parties who would not otherwise be able to communicate. To subvert this positive role of translation, they turn it into a tool which helps not to link but to separate, and to prove that communities which once happily used a common language are now so deeply divided and distinct that they need to be interpreted to each other and the outside world.” (Kuhiwczak 1999:221).

Die Rolle der TranslatorInnen ist für diese Arbeit von besonderer Bedeutung. Nach Kuhiwczak (1999:220) änderte sich diese grundlegend – von ihrer Rolle als Kommunikationsvermittler bis zur politischen Rolle. Ein gutes Beispiel dafür sind die in der Schweiz und in den USA stattgefundenen internationalen Verhandlungen zu Bosnien-Herzegowina, bei denen alle postjugoslawischen Delegierten eigene DolmetscherInnen herbeizogen, nicht nur für die Kommunikation mit den internationalen Delegierten, sondern auch für die Kommunikation miteinander. Dieser Auftritt sollte die Ansicht, dass sie separate Staaten mit unterschiedlichen Sprachen sind, sichtbar machen und nach außen verbreiten (vgl. Kuhiwczak 1999:221). Die Separationsbestrebungen kommen auch durch separate Angaben von Zutatenlisten auf verschiedenen Produktverpackungen zum Ausdruck, wobei sie sich nach Kuhiwczak (1999:222f) überwiegend nur hinsichtlich ihres sprachlichen Schreibstils unterscheiden. Nach zwanzig Jahren sind diese gesonderten Angaben immer noch üblich. Einerseits entstehen daraus höhere Übersetzungskosten, andererseits bedeutet das gleichzeitig mehr Arbeit und Umsatz für TranslatorInnen. Daher ist für die TranslatorInnen der Sprachkombination B/K/S von großer Wichtigkeit festzustellen, ob aus kommunikativer Sicht die Notwendigkeit nach einer dreifachen Übersetzung oder Dolmetschung vorliegt bzw. ob die Sprache als rein sprachpolitisches Instrumentarium dient. Die Analyse des Buches von Maria Treben zeigte, dass die Übersetzung in drei Sprachen vom linguistischen Standpunkt aus nicht notwendig ist, da die Kommunikation zwischen den SprecherInnen verschiedener Idiome durch minimale Unterschiede nicht beeinträchtigt ist. Dadurch kann die These aufgestellt werden, dass auf diesem Gebiet die nationale Identität auf der sprachlichen Identität beruht, was dazu führen kann, dass die Separationsbestrebungen auch in der Übersetzungstätigkeit sichtbar werden.

Aufgrund der Tatsache, dass seit dem Krieg separate Sprachpolitiken zu verzeichnen sind, werden in den folgenden Kapiteln die weiteren sprachpolitischen Entwicklungen in den einzelnen Ländern näher dargestellt, beginnend mit Kroatien, das als erstes Land seine sprachliche Autonomie einforderte.

1.4.1 Linguistische Entwicklungen in Kroatien

Wie bereits erwähnt wurden durch die Verfassung von 1974 zum ersten Mal die Sprachen der Nationalitäten konkretisiert. Kroatien war keine Ausnahme, aber seine Verfassung enthielt größere Änderungen als die von den anderen Republiken. Sie verzichtet auf das Glottonym *kroatoserbische Sprache* und nennt ihre Sprache nur *Kroatisch*. Außerdem wird die Sprache in der Verfassung Kroatiens anders definiert als in den anderen Verfassungen. Während alle Republiken und Provinzen den Begriff *Amtsgebrauch* nutzen, wählt Kroatien als einziges Land den Terminus *öffentlicher Sprachgebrauch* (vgl. Okuka 1998:91). Okuka (1998:91) erachtet diese Formulierung für zweideutig, wo die „kroatische Standardsprache im öffentlichen Gebrauch ist – die Standardform der Sprache des Volkes der Kroaten und Serben in Kroatien, die sich kroatische oder serbische Sprache nennt.“ Einige Kritiker interpretierten das als nationalistisch und separatistisch und andere sahen darin unitaristische Bestrebungen.

In der Verfassung von 1990 wurde die kroatische Sprache mit lateinischer Schrift als Amtssprache festgelegt, jedoch wurde die Verwendung anderer Sprachen und kyrillischer Schrift unter den bestimmten gesetzlich vorgegebenen Bedingungen zugelassen. In der Zeit von 1990 bis 1995 wurden eine forcierte Kroatisierung und ein starker Purismus gefördert. Darüber hinaus erfolgte eine gründliche Säuberung der kroatischen Sprache von Serbismen und anderen Fremdwörtern. Nach S. Babić (in: Okuka 1998:115) vollzog sich diese Kroatisierung einerseits, indem man „in das Jahr 1918 zurückging und dort ansetzte, wo die kroatische Sprachtradition unterbrochen worden war, und andererseits durch den Rückgriff auf das Jahr 1945 bzw. die Wiederherstellung der Wörter, die bis dahin bereits verbannt oder geächtet waren.“

In den 1990er Jahren wurden in Kroatien zwei für die Sprachpolitik zuständige Einrichtungen gegründet: auf der einen Seite der *Ausschuss für die kroatische Sprache (Jezično povjereništvo)* und auf der anderen der *Staatsrat der kroatischen Sprache des Kroatischen Parlaments*. So nennt Gröschel (2009:155) die in der Literatur am meisten propagierten Strategien der Kroatisierung: Säuberung von serbischen Elementen, Internationalismen und Anglizismen sowie Wiederaufnahme der Archaismen und der auf den nichtštokawischen Dialekten basierten kroatischen Sprache. Einige Beispiele für die Ersetzung von Serbismen sind: *dozvoliti* → *dopustiti* 'erlauben', *zvaničan* → *služben* 'dienstlich', *izviniti se* → *ispričati se* 'sich entschuldigen'. Puristische Neubildungen sollen Internationalismen verdrängen: *ambasada* → *veleposlanstvo* 'Botschaft', *budžet* → *proračun* 'Budget', *ekonomija* → *gospodarstvo* 'Ökonomie'. Zahlreiche Zeitschriften, Sprachratgeber und andere Medien unterstützten den Prozess der Kroatisierung, jedoch vertraten nicht alle Linguisten dieselbe Ansicht. Wegen der zu dieser Zeit eingeschränkten Presse- und Meinungsfreiheit verfestigte sich im Ausland der Eindruck, dass es sich um eine Mehrheitsmeinung unter kroatischen Sprachwissenschaftlern handle (vgl. Gröschel 2009:163).

Um die Jahrtausendwende bildeten sich nach Greenberg (2004:125-129) zwei linguistische Strömungen heraus: die DeskriptivistInnen und PräskriptivistInnen. Zwei getrennte Orthographien wurden herausgegeben: im Jahr 1990 die fünfte Ausgabe der schon erwähnten Orthographie *Hrvatski pravopis* von Babić und im Jahr 2001 *Pravopis hrvatskoga jezika* von Anić und Silić. Während die erste Orthographie die östliche Variante bevorzugte und kaum sprachliche Variationen und Dubletten erlaubte, war die Orthographie von Anić und Silić offener gegenüber sprachlichen Variationen und führte sowohl östliche als auch westliche Termini an. *Hrvatski pravopis* wurde von den PräskriptivistInnen und *Pravopis hrvatskoga jezika* von den DeskriptivistInnen befürwortet. Die DeskriptivistInnen halten die Ideologie der PräskriptivistInnen für nationalistisch und letztere schreiben den DeskriptivistInnen die Ideologie der SFRJ zu. Heutzutage wird in kroatischen Schulen die Orthographie nach Babić gelehrt.

Wie bereits erwähnt, hatten die Sprachpolitik und ihre Entwicklung einen großen Einfluss auf die translatorische Tätigkeit. Anfang der 1990er Jahre gab es viele Versuche, eine Kommunikationsgrenze zwischen den Sprechern südslawischer Sprachen zu ziehen, hauptsächlich durch die Übersetzung serbischer Dokumente ins Kroatische, Untertitelung serbischer Filme und Gerichtsdolmetschen bei Verhandlungen mit serbischen Parteien (vgl. Škiljan 2002:278). Diese Beispiele zeigen nochmals, dass auch TranslatorInnen an politischen und gesellschaftlichen Veränderungen aktiv mitwirkten. In erster Linie hatten sie eine symbolische Rolle und ihre persönlichen, nationalen, ethnischen und sprachlichen Präferenzen wurden sensibilisiert wahrgenommen. Wie die sprachlichen Neuerungen von der Bevölkerung aufgenommen wurden, ist für die TranslatorInnen eine Frage von besonderer Bedeutung, da gerade die Bevölkerung eine der Zielgruppen von TranslatorInnen ist.

Gröschel (2009: 169-174) vergleicht die Ausführungen verschiedener kroatischen Linguisten und merkt an, dass die kroatische Bevölkerung gegenüber Neologismen und Veränderungen in der Sprache skeptisch war, was zu einer sprachlichen Unsicherheit und Anarchie führte. Nach Greenberg (2004:134) wollten die SprecherInnen keine Wörter oder Wortbildungen verwenden, die nicht als rein kroatische Lexeme betrachtet wurden. Daraus lässt sich schlussfolgern, dass die kroatische Bevölkerung für den sprachlichen Ausdruck der anderen nationalen Gruppen höchst sensibilisiert war und gleichzeitig versuchte, sich an die vorgeschriebene Norm zu halten, um von anderen nicht kritisiert zu werden.

1.4.2 Linguistische Entwicklungen in Bosnien

Der Sprachgebrauch in Bosnien übte vor den tragischen Ereignissen eine Mittlerrolle zwischen dem serbischen und kroatischen Standard aus, alle Formen standen zur stilistischen Verfügung, wozu noch das reichhaltige Material der lokalen Dialekte kam (vgl. Neweklowsky 2000a, 558).

Angesichts der komplexen Bevölkerungszusammensetzung und Offenheit Bosnien-Herzegowinas gegenüber Einflüssen aus anderen Teilrepubliken war eine für alle auf diesem Gebiet lebenden Völker akzeptable sprachpolitische Lösung unerlässlich. Laut Šipka (2001:180) beruhte diese auf der Festlegung der vier Grundsätze, die Anfang der 70er Jahre die wichtigste Säule bosnisch-herzegowinischer Sprachpolitik bildeten:

- Annahme der serbischen Sprache als einer Sprache mit allen Verschiedenheiten und Variantenunterschieden;
- Pflege des autochthonen „bosnisch-herzegowinischen schriftsprachlichen Ausdrucks“ – des Schatzes aller Völker Bosnien-Herzegowinas;
- Offenheit und Toleranz gegenüber sprachlichen Einflüssen aus allen Teilrepubliken;
- volle Individualität und Freiheit bei der Wahl der sprachlichen Ausdrucksmittel.

In einer multinationalen Gesellschaft war das wahrscheinlich die beste und einzig akzeptable Lösung. So wurden zu dieser Zeit viele Tageszeitungen abwechselnd in lateinischer und kyrillischer Schrift gedruckt und die Ortstafel und Straßenschilder in beiden Schriften abgefasst. Die Umsetzung erfolgte auch in den Schulen – SchülerInnen waren dazu verpflichtet, eine Woche in lateinischer und die folgende in kyrillischer Schrift zu schreiben (vgl. Cvetković-Sander 2005, 37).

Nach dem Bürgerkrieg folgte die Sprachpolitik den politischen Entwicklungen – jede der drei damals herrschenden nationalen Parteien hatte ihre Ideologie und ihre Sprache. Aus dem Serbokroatischen bildeten sich drei Sprachen heraus: Bosnisch, Kroatisch und Serbisch. Okuka (1998:105) bezeichnet das als „nationale Homogenisierung in der Sprachpolitik“. In den Kriegsjahren bekam die bosnische Sprache ethnospezifische Züge und wurde zur Standardsprache der muslimischen Bevölkerung, obwohl sie ursprünglich als Sprache aller EinwohnerInnen Bosnien-Herzegowinas angesehen wurde (vgl. Okuka 1998:106). Neweklowsky (2000b:13) beschreibt dies wie folgt:

„Die bosnische Sprache (bosanski jezik) war zunächst im Rahmen eines ungeteilten Bosnien-Herzegovina als Sprache aller Bosnier, ungeachtet ihrer Volkszugehörigkeit, gedacht [...]. Als sich die Serben dem Sprachgebrauch in Serbien und die Kroaten demjenigen in Kroatien anschlossen, wurde die bosnische Sprache zur Sprache der Muslime (Bosniaken).“

Greenberg (2004:136) merkt an, dass durch die Einführung des nationalen Namens *Bosnia-Innen* die Verbindung zwischen Sprache und Nation hergestellt wurde.

Die Entwicklung der bosnischen Sprache verlief in zwei Phasen: die Periode von 1990 bis 1993 war durch die forcierte Verwendung kroatischer Sprachelemente gekennzeichnet und

in der zweiten Phase von 1993 bis 1996 wurden regionale muslimische Sprachbesonderheiten in die Sprache integriert. So wurden längst vergessene Turzismen und das Phonem *h* in allen möglichen Wörtern, sogar bei Städtenamen (z.B. *Hlivno* statt *Livno*), vermehrt verwendet (Okuka 1998:109f).

In Anlehnung an den Artikel von Ford (2002) erwähnt Greenberg (2004:147ff) zwei Ereignisse, die einen großen Einfluss auf die bosnische Sprachpolitik in der Nachkriegszeit hatten: das *Symposium zur bosnischen Sprache* und die Veröffentlichung der *Erklärung über die bosnische Sprache (Povelja o bosanskom jeziku)*.

Am Symposium, das am 7. und 8. September 1998 in Bihać stattfand, bildeten sich mehrere Gruppen von LinguistInnen, die sich für verschiedene Standardisierungsprozesse einsetzten. Die sogenannten PräskriptivistInnen mit Dževad Jahić und Senahid Halilović an der Spitze traten für eine aktive Korpusplanung der bosnischen Norm ein, die vom kroatischen und serbischen Standard völlig unabhängig ist (vgl. Ford 2002:351f). Die Vertreter der zweiten Gruppe, Ibrahim Čedić und Josip Baotić, die laut Greenberg (2004:152) für ein pluri-zentrisches Einheitsmodell des Bosnischen plädierten, waren der Kodifizierung einer komplett neuen bosnischen Norm skeptisch gegenüber. Nach Ford (2002:355f) nahm Muhamed Šator den Mittelweg. Einerseits unterstützte er die Wiederbelebung einiger ungerechterweise von kroatischen und serbischen Sprachwissenschaftlern als Archaismen klassifizierten türkischen Wörter und andererseits kritisierte er die übermäßige Verwendung des Phonems *h*, gewisser türkischer Lehnwörter und die Übernahme der Neologismen.

Im Jahr 2002 wurde die *Erklärung über die bosnische Sprache* von Jahić, Čedić und Halilović unterzeichnet, die sich aktiv am Prozess der Sprachstandardisierung beteiligten. Im Dokument sind die Argumente für das Recht der MuslimInnen auf eine eigene Sprache angeführt, aber der Sprachename *Bosnisch* wurde von kroatischer und serbischer Seite nicht akzeptiert, mit der Begründung, dass sich die Namen *Kroatisch* und *Serbisch* auf die Ethnie beziehen und *Bosnisch* ausschließlich auf das Territorium (vgl. Greenberg 2004: 155, 139ff). Okuka (1998:110) nennt die Argumente, mit denen im Rahmen der größten Kampagne für die Anerkennung des Sprachennamens Bosnisch die Einführung der bosnischen Sprache in den Schulen gefordert wurde:

- die bosnische Sprache hat eine jahrhundertelange Tradition;
- beim Zensus sprachen sich 92% der Muslime für diese Bezeichnung aus;
- die Bosnier im Ausland nennen ihre Sprache auch Bosnisch;
- wenn eine bosnische Nation existiert, muss sie auch eine Sprache haben;
- von bosnischer Sprache zeugt auch die bosnische Literatur.

Aufgrund der Existenz dreier Standardsprachen ist die Lage Bosnien-Herzegowinas sehr komplex und die Befürchtungen, die Karadža (1999:36) schon am Symposium anmerkte,

wurden wahr. So orientierten sich nach dem Bürgerkrieg die bosnischen Kroaten am kroatischen Standard bzw. am Sprachzentrum in Zagreb, die bosnischen Serben am serbischen Standard bzw. jenem in Belgrad und die BosniakInnen am bosnischen Standard mit dem Sprachzentrum in Sarajevo (vgl. Mønnesland 2004:156).

Die o.g. Ereignisse brachten auch gewisse rechtlich-politische Verbindlichkeiten für DolmetscherInnen und ÜbersetzerInnen. So berief sich Petar Milić, der damalige Vizepräsident der Kroatischen Volksversammlung in Bosnien-Herzegowina, auf die Gleichberechtigung der drei offiziellen Amtssprachen in BiH und behauptete, eine Anklageschrift in bosnischer Sprache nicht zu verstehen, weswegen er eine/n DolmetscherIn forderte (vgl. Begić 2001). Dieses Beispiel bestätigt die schon aufgestellte Vermutung, dass die Sprache und somit auch die Translation in den 1990er Jahren hauptsächlich eine symbolische Funktion hatten.

1.4.2.1 Bosnisch/Bosniakisch

Nach dem Bürgerkrieg gab es viele Kontroversen um den Sprachennamen der bosnischen MuslimInnen, so dass hinsichtlich der Glottonyme *Bosnisch/Bosniakisch* sogar unter den bosnischen LinguistInnen eine große Unstimmigkeit herrschte. Auf die Initiative der SDA-Partei³ wurde der Ausdruck *Muslimani (Muslime)* durch *Bošnjaci (Bosniaken)* ersetzt und laut Gröschel (2009:200) war es zu erwarten, dass sie als Vertreter einer bosniakischen Nation demgemäß ihre Sprache als *bosniakische Sprache* bezeichnen. Stattdessen propagierte die politische Führung das Glottonym *Bosnisch (bosanski)/bosnische Sprache (bosanski jezik)*. Die Befürworter der Bezeichnung *Bosnisch* nennen folgende Argumente für ihre Stellungnahme: die Historizität bzw. kontinuierliche Existenz des Sprachennamens, das Recht eines jeden Volkes auf die freie Wahl der offiziellen Benennung seiner Sprache und die Benennung der Sprache nach dem Staatsnamen (vgl. Gröschel 2009:201ff).

Neweklowsky (2000b:13) und Čedić (2001:69) negieren die Existenz des Ausdrucks *Bosniakisch*, was in der *Charta der bosnischen Sprache (Povelja o bosanskom jeziku)* wie folgt begründet wurde:

„Versuche, den Bosniaken statt einer historisch bestätigten sowie in der Praxis akzeptierten Bezeichnung Bosnisch (bosanski) die Sprachbenennung Bosniakisch (bošnjački) aufzudrängen, stellen eine Politisierung dar, welche die Folge eines überlebten und noch nicht überwundenen serbischen und kroatischen Paternalismus und einer Negierung der bosniakischen nationalen Eigenständigkeit ist.“ (Gröschel 2009:201f)

³ SDA-Partei: Partei der demokratischen Aktion

Auf der anderen Seite wurde das von muslimischer Seite propagierte Idiom *Bosnisch* von kroatischen und serbischen LinguistInnen explizit abgelehnt und ausschließlich die Bezeichnung *Bosniakisch* akzeptiert. Laut Gröschel (2009:210) wird den BosniakInnen durch den Sprachennamen *Bosnisch* „eine Art von linguistischem Alleinvertretungsanspruch für die Gesamtregion BiH“ eingeräumt und weiterhin „politische Prioritätsansprüche der Bosniaken gegenüber Serben und Kroaten“ gefordert.

In den bosniakischen Regelwerken, die in den 1990er Jahren entstanden sind, ist überall die Sprachbezeichnung *Bosnisch* (*bosanski*) zu finden, bspw. *Die bosnische Sprache* (*Bosanski jezik*) von Senad Halilović, *Die Orthographie der bosnischen Sprache* von Halilović und das *Wörterbuch des charakteristischen Wortschatzes in der bosnischen Sprache* (*Rječnik karakteristične leksike u bosanskome jeziku*) von Alija Isaković (vgl. Tošović 2008:49).

Analoge Texte in englischer Sprache verwenden sowohl den Ausdruck *Bosniac* (als Entsprechung zu *bošnjacki*) als auch die Bezeichnung *Bosnian* (als Entsprechung zu *bosanski*) (vgl. Ivić 2001, Greenberg 2004). In seinem Aufsatz weist Ivić (2001) auf die Symmetrie von Ethnonym und Glottonym hin:

“According to the ethnonym, one would expect the name of the language to be ‘Bosniac’, but in Sarajevo the name ‘Bosnian’ is insisted upon (corresponding to the name of the country, Bosnia), which reflects the ambition for the language of the Muslims to be imposed on the Serbs and Croats in that republic.”

Nach den zahlreichen Diskussionen um die Verfassungen der Republika Srpska und der Federacija wurden im August 2000 aufgrund ihrer Unvereinbarkeit mit der Verfassung des Gesamtstaates die Amtssprachenregelungen für beide Entitäten außer Kraft gesetzt und es trat ein Zustand der Amtssprachenlosigkeit auf dem ganzen Gebiet ein. Am 19.4.2002 wurden unter dem Druck des Hohen Kommissars neue Verfassungsbestimmungen getroffen:

„Amtssprachen der Föderation Bosnien und Hercegovina sind: die bosnische Sprache (*bosanski jezik*), die kroatische Sprache (*hrvatski jezik*) und die serbische Sprache (*srpski jezik*). Amtssprachen der Republik [Republika Srpska] sind: die Sprache des serbischen Volkes (*jezik srpskog naroda*), die Sprache des bosniakischen Volkes (*jezik bošnjačkog naroda*) und die Sprache des kroatischen Volkes (*jezik hrvatskog naroda*).“ (Gröschel 2009:222)

Die Sprachbezeichnungen in beiden Entitäten wurden somit festgelegt, was aber wiederum nicht bedeutete, dass das als linguistisch relevantes Kriterium für die Klassifizierung eines Idioms als gesonderte Sprache genommen werden kann. Die Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen den drei auf dem Gebiet von BiH gleichberechtigten Sprachen werden im nächsten Kapitel ausführlicher untersucht und aufgezeigt, wodurch eine bessere Perspektive zu den sprachlich relevanten Aspekten jeder einzelnen Sprache geschaffen werden soll.

1.4.3 Linguistische Entwicklungen in Serbien

Nach dem Zerfall der SFRJ blieb die aus Serbien und Montenegro zusammengesetzte Bundesrepublik Jugoslawien noch bis zum Jahre 2003 bestehen. Darin wurde nach Greenberg (2004:59) das plurizentrische Einheitsmodell der Sprachpolitik weitergeführt und die Amtssprache wurde von Serbisch in serbische Sprache ekawischer und ijekawischer Aussprache umbenannt (vgl. Gröschel 2009:262). In der Verfassung wurden beide Schriften – sowohl das Kyrillische als auch die Lateinschrift – zugelassen, wobei im Amtsverkehr die kyrillische Schrift bevorzugt wurde. Greenberg (2004:60) sieht den Zweck dieser Regelung in der Zusammenführung des serbischen und montenegrinischen Volkes. Folglich unterteilt Greenberg (2004:65ff) die LinguistInnen in drei Strömungen:

- Die sogenannten Status-quo-LinguistInnen wollten den einstigen serbokroatischen Standard bzw. die östliche Variante weiter behalten. Zu dieser Gruppe gehörten die meisten Vertreter des Instituts für Serbische Sprache an der SANU und Sprachwissenschaftler an der Universität von Novi Sad.
- Die zweite Strömung bestand aus den LinguistInnen an der Universität von Nikšić (Montenegro) und an der Universität Belgrad und ihre Vertreter wurden als Neo-VukianerInnen bezeichnet. Sie setzten sich für eine Rückkehr zu den im Wiener Abkommen enthaltenen Vorstellungen über die serbische Sprache ein, die hauptsächlich von Vuk Karadžić vertreten wurden. Das würde die Einführung der ijekawischen Aussprache im gesamten serbischen Sprachraum bedeuten.
- Zur dritten Gruppe zählten extreme SprachnationalistInnen, die mit der Serbischen Radikalen Partei sympathisierten und die Erklärung über die serbische Sprache (Slovo o srpskom jeziku) unterzeichneten. Sie traten für ein orthodoxes Serbisch ein und waren gemeinsam mit den Neo-VukianerInnen gegen die Status-quo-LinguistInnen.

Greenberg (2004:83) zufolge hatten die Neo-VukianerInnen den größten Erfolg und waren im 1997 gegründeten Ausschuss für die Standardisierung der serbischen Sprache sichtbar dominant. Während in der SFRJ auch Parteizugehörige gewisse Rechte hinsichtlich der Sprachpolitik hatten, waren hier dafür ausschließlich die SprachwissenschaftlerInnen zuständig. So erwähnt Greenberg (2004:84) die Regelung des Status und der Bezeichnung der bosnischen Standardsprache als eine der ersten Schritte der Neo-VukianerInnen.

Die serbischen LinguistInnen betonen, dass die Internationalismen im Serbischen nicht wie im Kroatischen zwanghaft abgeschafft wurden, nur die verdrängte kyrillische Schrift wurde wieder ins Leben gerufen (vgl. Tošović 2008:55). Greenberg (2004:85) und Gröschel (2009:260f) merken noch an, dass die serbische Sprache nicht von einem Differenzierungs- und Abgrenzungsbestreben wie die kroatische und bosnische Sprache geprägt war. Nach Völkl (1999:330) gab es bei den Serben im Vergleich zu Kroaten und Bosniaken die „Kom-

plexe einer Kleinsprache“ nicht, weswegen in ihrer Sprachpolitik keine Maßnahmen zur Betonung der sprachlichen Unterschiede zu anderen Varianten unternommen wurden.

Škiljan (2004:76) nennt auch ein translationsbezogenes Beispiel: Die serbische Minderheit in Kroatien forderte die Übersetzung kroatischer Schul- und Lehrbücher ins Serbische „with the perspective of integration into Serbian space“ ein, obwohl in Wirklichkeit keine Unterschiede zur kroatischen Sprache festgestellt worden sind. Das bestätigt den expansiven Charakter der serbischen Sprachpolitik und auch das Mitwirken der TranslatorInnen an den Veränderungen der gesellschaftlichen Strukturen.

Im Rahmen dieser Arbeit wird der Entwicklung der montenegrinischen Sprachpolitik keine besondere Aufmerksamkeit geschenkt, da sie für die in dieser Arbeit aufgestellte These keine erwähnenswerte Bedeutung hat.

2 SPRACHLICHE ASPEKTE DES BOSNISCHEN, KROATISCHEN UND SERBISCHEN

2.1 Unterschiede zwischen B/K/S

Dieser Abschnitt nimmt keine Rücksicht auf die Gleichheit, sondern fokussiert sich ausschließlich auf das Differenzierende zwischen den Sprachen. Das bedeutet wiederum nicht, dass die Unterschiede zwischen B/K/S größer als die Gemeinsamkeiten sind, vielmehr nur, dass sie als Untersuchungsgegenstand gelten. Der Rahmen dieser Arbeit reicht nicht aus, um auf alle sprachlichen Ebenen gleichermaßen einzugehen. Die meisten Neuerungen sind im Bereich des Wortschatzes anzutreffen und davon zeugen auch die im vorigen Kapitel erwähnten Differenzwörterbücher, die nach den politischen Veränderungen in Jugoslawien „wie Pilze aus dem Boden schossen“ (Okuka 1998:88). Deshalb wird der Schwerpunkt dieses Kapitels auf dem Wortschatz liegen bzw. auf den puristischen Neubildungen im Kroatischen und Revitalisierung von Archaismen im Bosnischen (Gröschel 2009:155). Außerdem werden die Unterschiede im Allgemein- und Fachwortschatz analysiert, die es bei der translatorischen Tätigkeit besonders zu beachten gilt.

In den folgenden Kapiteln werden in dieser Reihenfolge dargestellt: die strukturellen Unterschiede vor dem Sprachzerfall, dann die Normierungsunterschiede nach der Sprachfragmentierung und zuletzt die Unterschiede im Fachwortschatz sowie regionale Unterschiede in Bezug auf die Terminologie dieser Arbeit.

Ob die Differenzen zwischen den Sprachen in dem Ausmaß gravierend sind, dass sie die Kommunikation zwischen den Sprechenden erschweren, sind sich die Linguisten nicht einig. Aus diesem Grund wird im letzten Abschnitt darauf näher eingegangen, indem verschiedene Ansichten von LinguistInnen einander gegenübergestellt werden.

2.1.1 JAT-Laut und Aussprachevarianten

Basierend auf den unterschiedlichen lautlichen Realisierungen des Halbvokals *Jat* (ě) sind aus dem Altslawischen drei verschiedene Reflexe des štokawischen Dialektes hervorgegangen: Ijekawisch, Ikawisch und Ekawisch.

Langes *Jat* weist ein e (ekawisch), ije (ijekawisch) oder i (ikawisch) auf:

‘schön’ - <i>lepo</i>	‘Milch’ - <i>mleko</i>	‘Kind’ - <i>dete</i>
<i>lijepo</i>	<i>mlijeko</i>	<i>dijete</i>
<i>lipo</i>	<i>mliko</i>	<i>dite</i>

Kurzes Jat ergibt ein e (ekawisch) oder je (ijekawisch):

‘Brot’ - <i>hleb</i>	‘Schönheit’ - <i>lepota</i>	‘Glaube’ - <i>vera</i>
<i>hljeb</i>	<i>ljepota</i>	<i>vjera</i>

Ikawisch wird in Nord- und Mitteldalmatien, in der westlichen Herzegowina und in Teilen Serbiens gesprochen. Der ikawischen Aussprache bedienen sich auch die Serben in der Baranja und Kroaten in der Posavina.

Der vom Kirchenslawischen beeinflusste **ekawische Dialekt** wird von Serben in Serbien gebraucht und hier wird zwischen zwei Dialekten unterschieden: Šumadija-Vojvodina-Dialekt (Vojvodina sowie das westliche Zentralserbien) und Kosovo-Resava-Dialekt (Ostserbien und Nordkosovo).

Ijekawisch/Jekawisch wird in Kroatien, Montenegro, Bosnien-Herzegowina und Teilen Westserbiens gesprochen. Der Ostbosnien-Dialekt wird in Zentralbosnien gebraucht und der Ostherzegowina-Dialekt findet seine Verwendung in Teilen Slawoniens und Westserbiens, Süddalmatien, in der Lika, dem Kordun, im West- und Ostbosnien sowie im Norden Montenegros (vgl. Tošović 2016).

2.1.1.1 Dialekte

Die Namensgebung der drei Hauptdialekte im postjugoslawischen Raum basiert auf der Bezeichnung für das Fragepronomen *was*, das in verschiedenen Regionen mit *kaj*, *ča* und *što* übersetzt wird (vgl. Okuka 1998:131). Nach Gröschel (2009:5) liegen die bedeutendsten Unterschiede zwischen den drei Dialektgruppen im Bereich der Lexik, Flexionsmorphologie und des Akzentsystems. Weiterhin führt er aus, dass Kajkawisch und Čakawisch im Vergleich zum Štokawischen nur in synchron-soziolinguistischer Perspektive als Dialekte einzuordnen sind. Laut Kloss (1969:73, 75-77) handelt es sich hier um „vermundartlichte bzw. scheindialektalisierte Abstandsprachen“, die in der serbokroatischen Literatur die Funktion eines Mediums von Sachprosa hatten und erst nach deren Verlust überdacht worden sind.

Die Dialektkarte in Gröschels Monographie (2009:7) zeigt die Verteilung der einzelnen Dialekte auf dem Gebiet des ehemaligen Jugoslawiens.

Das Čakawische findet seine Verwendung an der kroatischen Küste. Es wird von Istrien über den Küstenbereich um Rijeka bis zu kroatischen Inseln gesprochen. Außerdem ist dieser Dialekt auch in bestimmten Teilen des dalmatischen Festlandes (Gebiet um Zadar und Split) zu hören. Der Begriff *Čakawisch* stammt vom Fragewort *ča* (deutsch: was) ab. Dieser Dialekt wurde durch die italienische Sprache stark beeinflusst, vor allem durch das Venetische (vgl. Nehring 2002).

Im Norden Kroatiens wird hauptsächlich **das Kajkawische** gesprochen. Durch den Einfluss der slowenischen Sprache unterscheidet sich die kajkawische Mundart durch das Fragewort *kaj* (deutsch: was), aber auch durch die Bildung des Futurs. In der Standardsprache wird das Futur I vom Verb *htjeti* (deutsch: wollen) und Infinitiv verwendet und in der kajkawischen Sprechergruppe das Futur II des Verbs *biti* (deutsch: sein) und eine ältere Form des Partizips II Aktiv (*Budem ti kupil*). Zum kajkawischen Sprachraum gehören auch die Städte Zagreb und Varaždin, jedoch mit fallender Tendenz, da der Dialekt sowohl durch die Standardsprache als auch Zuwanderungen stark beeinflusst wird (vgl. Lončarić 2002).

Das Štokawische spielte die zentrale Rolle bei der Standardisierung der serbokroatischen Sprache und wird heute in Montenegro, Serbien, Kroatien und Bosnien-Herzegowina gesprochen. Das ist der am weitesten verbreitete Dialekt und gleichzeitig der einzige, bei dem alle drei Varianten des Jat-Reflexes – Ikawisch, Ijekawisch und Ekawisch – anzutreffen sind (Gröschel 2009:6).

Das Torlakische findet seine Verwendung in Süd- und Ostserbien, aber auch in den angrenzenden Gebieten Bulgariens und Mazedoniens. Somit ist dieser Dialekt eine Mischung aus dem Serbischen, Mazedonischen und Bulgarischen.

2.1.2 Strukturunterschiede zwischen B/K/S

Seit dem 19. Jh. sind die strukturellen Differenzen zwischen Kroatisch und Serbisch von vielen Linguisten thematisiert worden, jedoch dieses Kapitel basiert zu einem großen Teil auf der Zusammenfassung von Gröschel (2009). Bosnisch ließ er vorab aus, was sich damit erklären lässt, dass die bosnische Sprache zur Zeit Jugoslawiens nicht als offizielle Nationalsprache anerkannt war und deshalb keine Standardregelwerke zu finden waren.

Daher werden vorerst die bosnischen Belegformen ausgelassen und nur die wichtigsten Strukturunterschiede zwischen Kroatisch und Serbisch vor der Sprachfragmentierung behandelt. Anschließend wird auf die Strukturmerkmale des bosnischen Idioms näher eingegangen. Als Ausgangspunkt dienen die Ausführungen von Gröschel (2009) und Čedić (2009). Neben den Aussprachevarianteen erwähnt Gröschel (2009: 47-50) folgende wesentliche Unterschiede zwischen der kroatischen und serbischen Variante (in der Reihenfolge: Kroatisch/Serbisch):

- Rechtschreibung: phonetisch mit Konzessionen an morphologisches Prinzip/
konsequent phonetisch: *kupit ću / kupiću* 'ich werde kaufen'
Originalschreibweise / adaptierte Schreibweise fremder Namen:
Shakespear / Šekspir
- Flexion: Deklination der Possessivadjektiva auf –ov / -ev und -in nach Muster
der Substantiva / nach Muster übriger Adjektiva:
kraljeva mača / kraljevog(a) mača 'des Schwertes des Königs'
Genusunterschiede bei Fremdwörtern:
leksem masc. / leksema fem. 'Lexem'
- Wortbildung: Suffixunterschiede bei Erbwörtern:
liječnik / lekar 'Arzt'
gledatelj / gledalac 'Zuschauer'
čistoća / čistota 'Sauberkeit, Reinheit'
jezični / jezički 'sprachlich, Sprach-'
slovenski / slovenački 'slovenisch'
glasovati / glasati '(ab)stimmen'
Suffixunterschiede bei Fremdwörtern:
doktorica / doktorka 'Ärztin'
kolegica / koleginica 'Kollegin'
autobuski / autobusni 'Autobus-'
kandidirati / kandidovati 'kandidieren'
obrana / odbrana 'Verteidigung'
sugovornik / sagovornik 'Gesprächspartner'
izvanredan / vanredan 'außerordentlich'
- Syntax: Frequenzunterschiede im Hinblick auf die Bevorzugung des
Infinitivs nach Hilfsverben / Bevorzugung einer Umschreibung des
Infinitivs mittels da + Präsens:
ja moram čitati / ja moram da čitam 'ich muss lesen'

Wie Gröschel bemerkt (2009: 48), sind die wichtigsten Unterschiede zwischen Kroatisch und Serbisch im Bereich der Lexikographie. Er nennt folgende Dubletten:

Unterschiedliche Wörter für identische Objekte:

innerhalb des Erbwortschatzes: *kruh/ hleb* 'Brot'

volkssprachliche vs. kirchenslawische Lautform: *općina / opština*
'Gemeinde'

Neologismen vs. Lehnwörter: *putovnica / pasoš* 'Reisepass'

Neologismen vs. Fremdwörter / Internationalismen: *ljekarna /*
apoteka 'Apotheke'

Identische Wörter für unterschiedliche Objekte sind seltener anzutreffen:

odojče 'Säugling' / 'Ferkel'

deva 'Kamel' / 'Mädchen'

Zudem werden Unterschiede bei Namen und Wörtern fremder Herkunft angegeben, welche auf verschiedene Entlehnungsquellen zurückzuführen sind (bei den Kroaten lateinischer Kulturkreis, bei den Serben griechischer Kulturkreis):

Atena / Atina 'Athen'

Babilon / Vavilon 'Babylon'

historija / istorija 'Geschichte'

ocean / okean 'Ozean'

In diesem Zusammenhang nennt Greenberg (2004:51f) das Suffix *-isati*, der im serbischen Sprachraum häufig verwendet wird und aus dem Griechischen kommt, wohingegen das im Kroatischen häufiger auftretende Suffix *-irati* deutschen Ursprungs ist. Ihm zufolge sind die Entlehnungen auf unterschiedliche historisch-politische Einflussbereiche und kulturell-religiöse Einflüsse zurückzuführen. In Bosnien-Herzegowina sind aufgrund der heterogenen Bevölkerung unterschiedliche Sprachvarianten zu finden.

Čedić (2009:42) merkt an, dass es im Bosnischen Normierungstendenzen gab, die Variationen im bosnisch-herzegowinischen standardsprachlichen Ausdruck zu reduzieren. Nichtsdestotrotz blieben die meisten in der Standardsprache erhalten, was Čedić (2009:43f) mit den Beispielen aus dem bosnischen Regelwerk von Jahić/Halilović/Palić (2000), *Gramatika bosanskog jezika*, illustriert:

kruh – hljeb 'Brot'
autobusni – autobuski 'Autobus-'
studentica – studentkinja 'Studentin'
znanost – nauka 'Wissenschaft'
suradnik – saradnik 'Mitarbeiter'
leksem – leksema 'Lexem' (Genusvariation)

Ihm zufolge können diese Illustrationen auch zur Veranschaulichung der sprachlichen Merkmale in Bosnien-Herzegowina vor der sprachlichen Trennung dienen. Anhand der Analyse unterschiedlicher Medien in Bosnien-Herzegowina sei laut Čedić (2009:43f) bezüglich des realen Sprachgebrauchs sogar eine größere Übereinstimmung mit dem einstigen bosnischen Idiom festzustellen. Hierzu führt er folgende Lexeme an:

tisuća – hiljada 'Tausend'
uvjet – uslov 'Bedingung'
općina – opština 'Gemeinde'
kontrolirati - kontrolisati 'kontrollieren'.

Aus den genannten Beispielen wird ersichtlich, dass unterschiedliche sprachliche Varianten in Bosnien-Herzegowina sowohl auf lexikalischer (Präfix- und Suffixbildung) als auch morphologischer Ebene (Wortbildung) auftreten.

Mit den Strukturmerkmalen des Idioms der muslimischen Bevölkerung befasste sich auch Gröschel (2009:226f). Er fasst die wichtigsten Besonderheiten des bosnisch-herzegowinischen sprachlichen Ausdrucks zusammen, wobei seine Angaben auf Daten von Brozović (1992:368f), Okuka (1998:102-111) und Thomas (1999:77f) beruhen:

- Etymologisches h ([x]) im Wortinlaut anstatt von Lautnull im Kroatischen und Serbischen:
lahka 'leicht' (anstelle von *laka*)
mahrma 'Kopftuch' (anstelle von *marama*)
vehnuti '(ver)welken' (anstelle von *venuti*)
- Unetymologisches h ([x]) im Wortanlaut anstatt von Lautnull im Kroatischen und Serbischen:
hrvati se 'ringen' (anstelle von *rvati se*)
hmiljeti 'kriechen' (anstelle von *miljeti*)

hudovica 'Witwe' (anstelle von *udovica*)

eingeschränkt auf die Position vor *a*, bei auf Bosnien-Herzegowina beschränkten Turzismen:

havaz 'Stimme' (türkisch *avaz*)

hadet 'Gewohnheit, Brauch, Sitte' (türkisch *âdet*)

hambar 'Getreidespeicher' (türkisch *ambar*)

Nach Gröschel (2009:229) und Čedić (2009:47) ist das etymologische *h* [x] eine sprachliche Besonderheit der muslimischen Bevölkerung, die auch vor der Sprachtrennung ein Teil des bosnisch-herzegowinischen (bh.) standardsprachlichen Ausdrucks war.

Hinsichtlich des Wortschatzes nennt Gröschel (2009:230f) eine häufige Verwendung von Turzismen und Orientalismen als wichtigstes sprachliches Spezifikum des Idioms der bosnischen Muslime, wodurch sich dieses vom Kroatischen und Serbischen unterscheidet. Obwohl sie in allen südslawischen Sprachen vorzufinden sind, ist wegen des islamisch-religiösen Einflusses ihre erhöhte Frequenz im Sprachgebrauch der muslimischen Bevölkerung zu sehen. Laut Čedić (2009:46) seien viele Turzismen (rechts aufgelistet) nur die Synonyme anderer im Alltag häufiger verwendeten Wörter:

zid – duvar 'Wand'

prozor – pendžer 'Fenster'

sedmica – hefta 'Woche'

Hinsichtlich der Lexeme aus dem religiösen Bereich nennt Gröschel (2009:48) die Strukturunterschiede zwischen dem katholischen (kroatischen) und orthodoxen (serbischen) Idiom und lässt den islamischen (bosniakischen) Wortschatz aus. Er führt folgende Wörter an:

križ / krst 'Kreuz'

biskup / vladika 'Bischof'

samostan/ manastir 'Kloster'

Die Beispiele für islamisches (bosniakisches) Idiom werden aus Čedić (2009:45) entnommen (islamisch markierte Lexeme links und ihre Entsprechungen rechts von S.I. angeführt):

džehenem / pakao 'Hölle'

dženet / raj 'Himmel'

dženaza / sahrana 'Beerdigung'

Bezogen auf die Unterschiede in der Lexik deutet Gröschel (2009:49) darauf hin, dass in manchen Fällen als ausschließlich typisch kroatisch oder serbisch geltende Wörter nicht exklusiv kroatisch bzw. serbisch sind, sondern sehr häufig auch außerhalb des jeweiligen Idioms verwendet werden. Vor allem macht er darauf aufmerksam, dass oftmals auch Lexeme miteinander verglichen werden, die im anderen Idiom jedenfalls existieren, aber in anderen sprachlichen Registern vorkommen. Ihm zufolge fehlen immer noch empirische Untersuchungen, um das reale Ausmaß der Unterschiede zu bestimmen.

Hier darf nicht vergessen werden, dass es während der SFRJ einen sprachlichen Austausch unter den einzelnen Republiken gab und dadurch zu einer wechselseitigen Beeinflussung der Sprachen kam. Daher soll die tatsächliche Dimension der lexikalischen Differenzen nicht überschätzt werden. Nach dem Zerfall gab es zunehmend Versuche, diesen Prozess umzukehren.

2.1.3 Unterschiede in den Normierungen

Kroatisch

Nach der Sprachfragmentierung wurden in der Sprachpolitik der jeweiligen Länder die Tendenzen zur sprachlichen Trennung immer stärker und mit der Wiederherstellung der Unabhängigkeit kam erneut der Wunsch nach der Wiederherstellung der jeweiligen Sprachen in ihrer Reinheit. Im Reformprozess waren die Änderung der Grammatiken und die Normierung der Rechtschreibregeln die wichtigsten Schritte.

Nach Okuka (1998:74) war Kroatien das erste Land, das den Reformprozess einleitete, was folglich zur größten Umgestaltung der Orthographie in der Geschichte der kroatischen Schriftsprache führte. Auf der Tagesordnung waren nun die Verstärkung der Kroatizität und die Entserbisierung und im Mittelpunkt der trennenden Bestrebungen stand die Lexik der kroatischen Sprache. Die Beispiele im folgenden Abschnitt wurden größtenteils Gröschel (2009:155ff) entnommen. So nennt er folgende Wörter als Beispiele für die Ersetzung der Serbismen (nach dem Pfeilsymbol angeführt):

dozvoliti → *dopustiti* 'erlauben, gestatten'

izviniti se → *ispričati se* 'sich entschuldigen'

netrpeljiv → *nesnošljiv* 'unduldsam'

podozriv → *sumnjičav* 'argwöhnisch'

prevazići → *prevladati* 'überwiegen'

zvaničan → *služben* 'dienstlich'

Des Weiteren führt Gröschel puristische Neubildungen an, die Internationalismen verdrängen sollen:

ambasada → *veleposlanstvo* 'Botschaft'

budžet → *proračun* 'Budget'

direktor → *ravnatelj* 'Direktor'

disciplina → *stega* 'Disziplin'

elastičan → *gibak* 'elastisch'

ekonomija → *gospodarstvo* 'Ökonomie'

civilizacija → *uljudba* 'Zivilisation'

Hinsichtlich der jeweiligen Standardnormierungen gibt es auch unter den Linguisten verschiedene Meinungen und deshalb können die hiesigen Beispiele nur als eine Orientierung dienen.

So behauptet Samardžija (1998:149), dass die Lexeme *gospodarstvo*, *veleposlanstvo* und *uljudba* gegen Ende des 19. Jh. wegen extralinguistischer Umstände aus dem Gebrauch verdrängt worden sind und dann in den 1990er Jahren wieder eingeführt. Aus diesem Grund klassifiziert er sie nicht als puristische Neubildungen wie Gröschel, sondern lediglich als wiedereingeführte Wörter. Er nennt auch weitere Beispiele (wiedereingeführte Wörter in der rechten Spalte):

reklame → *promidžba* 'Werbung'

muzika → *glazba* 'Musik'

sistem → *sustav* 'System'

Laut Gröschel (2009:157) gelten auch die Archaismen, die vor dem NDH-Regime geprägt und nach 1991 wiederbelebt wurden, als wiedereingeführte Lexeme. Er führt die Beispiele aus dem administrativen, rechtlichen und militärischen Bereich an:

oficir → *časnik* 'Offizier'

taksa → *pristojba* 'Gebühr'

artiljerija → *topništvo* 'Artillerie'

staralac → *skrbnik* 'Vormund'

policija → *redarstvo* 'Polizei'

Die nach dem Pfeilsymbol angeführten Lexeme wurden nach 1918 unter Einfluss der serbischen Sprache durch die in der linken Spalte verzeichneten Lexeme verdrängt und nach 1991 bzw. mit der Erlangung der Unabhängigkeit wieder eingeführt.

Darüber hinaus wird zu dieser Zeit eine Gefahr für das kroatische Sprachgefühl in Anglizismen, vor allem in Amerikanismen, gesehen, so dass sie immer mehr durch puristische Neubildungen ersetzt wurden (vgl. Gröschel 2009:157), wie zum Beispiel:

bypass → *premosnica* 'Überbrückung'

menadžer → *voditelj* 'Leiter'

samit → *vrhoskup* 'Gipfeltreffen'

šoping-centar → *opskrbni centar* 'Einkaufszentrum'

Eine Kroatisierung der englischen Begriffe aus den Fachbereichen wurde stark angestrebt, insbesondere der gesamten Computerterminologie und der sprachwissenschaftlichen Terminologie. So zitiert Gröschel (2009:158) die Vorschläge von Babić (1995:63, 264f) und Bulcsú László (in Babić 1995:261):

adapter → *prilagođivač/pretvornik* 'Anpasser'/'Umformer'

display → *pokazivač/predočnik* 'Vorzeiger'

kompjutor → *računalo* 'Rechner'

notebook → *bilježnica* 'Notizbuch'

etimologija → *iskonoslovlje* 'Ursprungslehre'

leksikologija → *rječoslovlje* 'Wortlehre'

sintaksa → *skladnjoslovlje* 'Zusammenstellungslehre'

Darüber hinaus führt Gröschel (2009:159) aus, dass die kroatische Schriftsprache nicht nur von Fremdwörtern (Internationalismen und Serbismen) gesäubert wurde, sondern auch von gemeinserbokroatischen Wörtern, zu welchen kroatische Synonyme vorhanden sind. So liefert Babić (1995:32) eine eindeutige Anweisung dafür:

„[...] wenn bei Synonyma ein gemeinsames existiert, die Kroaten aber ein eigenes besitzen, nimmt man dieses eigene, z.B. kroat. *porijeklo* und *podrijetlo*, serb. *por(ij)eklo* [‘Abstammung’, ‘Herkunft’, ‘Ursprung’]. Die Kroaten nehmen *podrijetlo*.“

Abschließend erwähnt Gröschel (2009:169), dass das Neokroatische in realer Sprachpraxis nicht ohne Skepsis akzeptiert wurde und dass unter den kroatischen Sprechern eine Unsicherheit im Umgang mit Neologismen und neuen Ausdrücken herrschte. Das könnte sich sehr wohl auch auf die translatorische Tätigkeit ausgewirkt haben.

Bosnisch/Bosniakisch

Was das Bosnische angeht, ist sogar bei den wichtigsten VerfasserInnen der nach 1991 entstandenen bosnischen Regelwerke keine einheitliche Norm zu sehen, was von vielen VerfasserInnen kritisiert wurde. Der bosnischen Sprache wird die Inkonsequenz und Unvollständigkeit vorgeworfen, was unter den SprecherInnen zu einer Unsicherheit bezüglich der zu verwendenden Normen führte (vgl. Čedić 2009:42, Vajzović 2009:134).

Wie bereits erwähnt, zeichnet sich die bosnische Sprache vor allem durch Turzismen und den Laut *h* aus. Um einen besseren Überblick über die Normierung der bosnischen Schriftsprache zu geben, werden im Folgenden einige Beispiele angeführt, wobei die Čedićs (2009:43) Untersuchung der bosnischen Orthographie von Halilović als Anhaltspunkt dient. Er führt die Beispiele aus verschiedenen Bereichen – Bauwesen, Handel, gesellschaftliches Leben etc. – an:

amidža – *stric* ‘Onkel’ (Bruder des Vaters)

daidža – *ujak* ‘Onkel’ (Bruder der Mutter)

ahbab – *prijatelj* ‘Freund’

mahala – *gradska četvrt* ‘Stadtviertel’

Laut Okuka (1998:145) wurden im Bosnischen viele Turzismen wiedereingeführt, wohingegen im Kroatischen und Serbischen einheimische Wörter verwendet wurden (in der Reihenfolge Bosnisch – Serbisch, Kroatisch):

adet – *običaj* ‘Brauch’

amanet – *oprost* ‘Verzeihung’

badava – *uzalud* ‘vergeblich’

čifteli – *nesrećan* ‘unglücklich’

džehennem – *pakao* ‘Hölle’
šehid – *junak* ‘Held’
hajvan – *stoka* ‘Vieh’
hefta – *ned(j)elja, tjedan* ‘Woche’
skrlet – *uzrujanost* ‘Aufregung’
zeman – *vr(ij)eme* ‘Zeit’

Čedić (2009:47) nennt auch jene Lexeme, die im allgemeinen Sprachgebrauch üblich waren, obwohl sie in der einstigen bosnischen Norm nicht zu finden waren:

hrzati ‘wiehern’
lahko ‘leicht’
hrđa ‘Rost’
duhan ‘Tabak’

Außerdem merkt Gröschel (2009:232) an, dass in Bezug auf den Wortschatz neben lexikalischen Dubletten auch viele Triplete die bosnische Sprache prägen werden. Der Autor nennt folgende Beispiele, gibt aber keine Quellen an:

	kroatisch	bosniakisch	serbisch
‘Dattel’	<i>datula</i>	<i>hurma</i>	<i>urma</i>
‘Kaffee’	<i>kava</i>	<i>kahva</i>	<i>kafa</i>
‘Woche’	<i>tjedan</i>	<i>hefta</i>	<i>sedmica</i>
‘Stunde’	<i>sat</i>	<i>sahat</i>	<i>čas</i>
‘Truthahn’	<i>puran</i>	<i>tukac</i>	<i>ćuran</i>

Bezogen auf die Frage, ob das Bosnische/Bosniakische mehr Gemeinsamkeiten mit dem Kroatischen oder Serbischen aufweist, ist keine Regelmäßigkeit festzustellen. Als Vermutung gilt aber, dass das Bosnische eine Zwischenposition zwischen dem Serbischen und Kroatischen einnimmt. Auf Basis der Untersuchung der als normativ angesehenen Lexika des Bosniakischen unterscheidet Mønnesland (2002:320ff) folgende Fälle (beginnend mit den sprachlichen Erscheinungen mit der größten Anzahl der vorliegenden Belege):

- Zulassung von kroatisch-serbischen Dubletten als Parallelförmern im Bosniakischen (99 Belege)

flaša/boca 'Flasche'

sudija/sudac 'Richter'

otok/ostrvo 'Insel'

- Übereinstimmung mit dem Serbischen (23 Belege)

čorba 'Suppe' (kroatisch: *juha*)

hiljada 'tausend' (kroatisch: *tisuća*)

Slaven 'Slave' (kroatisch: *Sloven*)

- Übereinstimmung mit dem Kroatischen (21 Belege)

berza 'Börse' (serbisch: *burza*)

šolja 'Schale' (serbisch: *šalica*)

puhati 'blasen' (serbisch: *duvati*)

- erhebliche Verstärkung der Übereinstimmung mit dem Serbischen durch die Verwendung zahlreicher Internationalismen und das Fehlen kroatischer puristischer Neologismen und Archaismen

direktor 'Direktor' (kroatisch: *ravnatelj*)

jubilej 'Jubiläum' (kroatisch: *obljetnica*)

protest 'Protest' (kroatisch: *prosvjed*)

Das Verhältnis von Kroatismen und Serbismen im Bosniakischen wird von einzelnen LinguistInnen unterschiedlich veranschlagt. Während Neweklowsky (2000a:554f) der Meinung ist, dass die bosniakischen Gemeinsamkeiten mit dem Kroatischen auffälliger sind als mit dem Serbischen, vertritt Rehder (2001:497) die Ansicht, dass im Bosniakischen serbische Formen bevorzugt werden. Lehfeldt (1999:89) untersuchte bosniakische Zeitungsmedien aus der Zeit von 1997 bis 1999 und kam zum Schluss, dass der Anteil der kroatischen und serbischen Lexeme im Bosniakischen sogar innerhalb eines Pressemediums bzw. von einem Artikel zum anderen schwankt (vgl. Gröschel 2009:233).

Aufgrund der bereits dargestellten Inkonsistenzen in der Festlegung der bosnischen Norm erscheint es in diesem Zusammenhang nützlich, einen besseren Einblick in die allgemeinen Richtungen der verschiedenen von Gröschel (2009) untersuchten bosnischen Regelwerke zu geben. Im Jahr 1993 erschien das *Wörterbuch des charakteristischen bosnischen Wortschatzes in der bosnischen Sprache* (*Rječnik karakteristične leksike u bosanskoj jeziku*) von Isaković, welcher sein Ziel wie folgt definiert:

“The present *Dictionary* is the first attempt to put things right and to enrich our common language – which everybody names according to his own tradition, with the wealth that the Bosnian language has to offer.” (Isaković 1992:27)

Im Werk versucht der Autor jenen Lexika, die in der früheren Norm unberücksichtigt blieben oder als provinziell markierte Wörter erachtet wurden, Geltung zu verschaffen (vgl. Gröschel 2009:234).

Im Gegensatz zum Wörterbuch von Isaković hat die *Rechtschreibung der bosnischen Sprache (Pravopis bosanskoga jezika)* von Halilović (1996) sehr wohl normative Zielsetzungen. Gröschel (2009:236) kritisiert die Orthographie wegen der Unklarheiten hinsichtlich der lexikalischen Normvorgaben. Obwohl Halilović zu Beginn seiner Rechtschreibung ankündigte, Dubletten zu reduzieren und auf diese Weise die sprachliche Auswahl zu erleichtern, blieb das unerreicht (vgl. Čedić 2009:43).

Die erste nach der Sprachfragmentierung erarbeitete grammatische Darstellung des Idioms der BosniakInnen von Vajzović und Zvrko erschien 1994 unter dem Titel *Gramatika bosanskog jezika. I.-IV. razred gimnazije*. Gröschel (2009:238) sieht den Mangel darin, dass die in der Grammatik enthaltene Norm „auf den Sprachgebrauch von Unterschichten oder gar von nichturbanen Sprechergruppen“ ausgerichtet sei. Okuka (1999:636) gibt das „Markt[händler]milieu“ als Quelle des beschriebenen Sprachkorpus an.

Als umfassendstes Regelwerk gilt die 2000 veröffentlichte *Grammatik der bosnischen Sprache* von Jahić/Halilović/Palić, welche vor allem wegen der Plagiatvorwürfe von vielen Sprachwissenschaftlern kritisiert wird (vgl. Gröschel 2009:241f). So behauptet Riđanović in seiner Rezension (2003), dass ein Großteil des Buches von der *Hrvatska gramatika* abgeschrieben wurde. Die Dimension des Plagiiens beschreibt er wie folgt:

„Wenn man von der *Gramatika* [von Jahić/Halilović/Palić mit 476 S.] alles, was ein Plagiat ist, abzöge, würde sich das jämmerliche Buch auf etwa fünfzig Seiten reduzieren.“ (Riđanović 2003:34)

Zuletzt erwähnt Gröschel (2009:243) die nach seinem Wissenstand jüngste Grammatik von Čedić, die 2001 unter dem Namen *Grundlagen der Grammatik der bosnischen Sprache (Osnovi gramatike bosanskog jezika)* erschienen ist. Ihm zufolge ist sie von allen in den 1990er Jahren erschienenen bosnischen Regelwerken die seriöseste Grammatik, der ein passender sprachgeschichtlicher Zugang und eine adäquate Aufnahme der Sprachspezifika der bosnischen Muslime zugeschrieben wird.

Weitere nennenswerte Regelwerke sind das 2007 veröffentlichte bosnische Wörterbuch von Čedić (*Rječnik bosanskog jezika*) und das orthographische Handbuch des B/K/S (*Pravopisni priručnik bosanskog/hrvatskog/srpskog*), das 2013 erschienen ist und v.a. die

bosnisch-herzegowinische Diaspora als Zielpublikum hat. Anhand der in diesem Abschnitt genannten Beispiele lässt sich im Bosni(aki)schen eine generelle Offenheit gegenüber sprachlichen Normen und Variationen feststellen.

Serbisch

In Anlehnung an Gröschel (2009) wurde die Sprachnormierung in Serbien bereits im Rahmen des letzten Abschnitts zu den strukturellen Unterschieden zwischen dem Bosnischen, Kroatischen und Serbischen erläutert. Demzufolge wird der Abschnitt zum Serbischen nur kurz dargestellt.

Im Unterschied zum Kroatischen und Bosnischen wurde die serbische Sprache nicht von einem Differenzierungs- und Abgrenzungsbestreben geprägt. Der wichtigste Entscheidungsträger bei sprachlichen Fragen war der sogenannte *Ausschuss für die Standardisierung der serbischen Sprache* bzw. *Odbor za standardizaciju srpskog jezika*, der sich aus acht Unterschüssen zur Klärung von einzelnen Problemen (z.B. Rechtschreibung) zusammensetzte (vgl. Gröschel 2009:260f). In der serbischen Sprache gab es keine Schutzmechanismen in Form von Serbisierungsversuchen, was Sučić (1996:12) darauf zurückführt, dass sich die Serben nicht wie Kroaten gegen sprachliche oder kulturelle Überfremdung wehren mussten. Bugarski (2004:58) kommentiert dies wie folgt:

“Serbian did not have to prove it was different, nor did it wish to affirm its separate identity. In other words there were no official interventions in the language apart from these external things like changing the official name.”

So erschien im Jahr 1993 *die Ortographie von Pešikan/Pižurica/Jerković* in zwei Varianten (ijekawisch/ekawisch), die sich kaum von der östlichen Variante des Serbokroatischen unterschied.

Nach Greenberg (2004:57) ist die Problematik der Standardsprachen in den Nachfolgestaaten umso komplizierter, weil für alle vier aus dem Serbokroatischen entstandenen Sprachen der štokawisch-ijekawische Dialekt als Norm gilt. In den 1990er Jahren wird im Serbischen eine steigende Offenheit gegenüber Kroatismen bzw. der einstig westlichen Variante des Serbokroatischen und Internationalismen sowie eine zunehmende Verwendung der *da* + Präsenskonstruktion (*Nemoj da se stidiš* – *dass du dich nicht schämst*) verzeichnet (vgl. Radovanović 2004:19f). Allgemein sind aber im Sprachkorpus der serbischen Sprache keine großen Änderungen zu registrieren.

2.1.4 Fachwortschätze

Die Unterschiede in der Fachlexik wurden bereits in vorherigen Kapiteln angesprochen. Nach Gröschel (2009:48f) soll die bestehende Dimension von Diskrepanzen im Wortschatz nicht überschätzt werden. Während die Alltagslexik in den Sprachen beinahe identisch ist, ist die Mehrheit der Unterschiede in der fachlichen Terminologie zu finden, weshalb Bugarski (2012:231f) die Translation in fachlichen Kontexten für notwendig hält.

Wie bereits erwähnt, war der primäre Anlass des Wiener Abkommens die Vereinheitlichung der juristischen Terminologie, was endgültig nicht umgesetzt wurde. Folglich scheiterte auch der Versuch der Erstellung einer gemeinsamen Terminologie für diverse Fachbereiche durch das Abkommen von Novi Sad (vgl. Neweklowsky 2010:189). Gröschel (2009:49) führt diese lexikalischen Diskrepanzen in den drei Sprachformen auf die Entwicklungen im 19. Jahrhundert zurück. Neweklowsky (2010:174f) führt aus, dass die industrielle Revolution und die politischen Ereignisse dieser Zeit neue Erscheinungen und neue Termini mit sich brachten, welche dann benannt werden sollten. So entstand der sogenannte *Zivilisationswortschatz*, den Neweklowsky (2010:175) als jenen Wortschatz definiert, der in den Berichten über die neuen Entwicklungen in den fachlichen Bereichen verwendet wurde. Allmählich wurden diese Termini zum Allgemeinwortschatz und können heute im eigentlichen Sinne nicht als Fachwortschatz betrachtet werden.

Aufgrund der Tatsache, dass die slawischen Völker damals unter unterschiedlichen Einflüssen lebten (Österreich-Ungarn, Osmanisches Reich, Russisches Zarentum), entwickelten sich unterschiedliche terminologische Ausrichtungen. Laut Gröschel (2009:49) lehnte sich Kroatien mit seinem Sprachzentrum in Zagreb an Deutschland, Ungarn und Tschechien an und vertrat eine puristische Tradition. Hingegen war Serbien mit dem Belgrader Zentrum deutlich offener gegenüber Internationalismen. Zwischen den beiden sprachlichen Varianten gab es aber hinsichtlich der Lexik keine strenge Abgrenzung.

Nach Samardžija (2000:81) sind vor allem die Lexikographen Dragutin Antun Parčić und Bogoslav Šulek zu nennen, die einen bedeutenden Beitrag zur Erstellung der kroatischen fachlichen und wissenschaftlichen Termini für unterschiedliche Fachbereiche leisteten, welche später auch im kroatischen Alltagswortschatz Verwendung fanden. Hierzu werden folgende Beispiele (in der Reihenfolge: kroatisch, serbisch, deutsch) genannt (vgl. Samardžija 2000:82):

tvarstvo (*materializam*, 'Materialismus')

mudroslovlje (*filosofija*, 'Philosophie')

brzjav (*telegraf*, 'Telegraph').

Die genannten Wörter gehören zur Gruppe der nach der Sprachfragmentierung wiedereingeführten Lexeme, von denen bereits im vorherigen Abschnitt die Rede war.

Wegen des deutlichen Mangels an kontrastiven Analysen der Fachterminologie würde die detaillierte Vergleichsanalyse einen hohen Zeit- und Arbeitsaufwand erfordern und zugleich über den Rahmen dieser Arbeit hinausgehen. Daher wird nur auf zwei Fachgebiete kurz eingegangen, bei welchen die größten Diskrepanzen zu registrieren sind: Recht und Computerwesen.

In der jugoslawischen Periode bezogen sich die Vereinheitlichungstendenzen vor allem auf die Verwaltungs- und Rechtssprache, wobei die damit verbundene „erneute Serbisierung der Rechtslexik“ laut Kirfel (2000:124) von Kroaten nicht aufgenommen wurde, weswegen wieder einstig verbreitete Termini eingeführt wurden. Somit wurden wieder die Begriffe *skupina*, *obitelj* und *ozljeda* statt der serbischen Lexeme *grupa*, *porodica* und *povreda* (*Gruppe*, *Familie*, *Verletzung*) verwendet.

Einen Überblick der aktuellen Unterschiede der Rechtssprachen bietet die Analyse von Gesetzestexten der FBiH (*Die Föderation Bosnien und Herzegowina*) von Mešanović-Meša (2011), welche wegen der bestimmten amtssprachlichen Regelungen in bosnischer, kroatischer und serbischer Sprache publiziert wurden. In der folgenden Auflistung werden einige Beispiele genannt, wobei die kroatischen Begriffe in der linken Spalte, die serbischen in der rechten Spalte und die bosnischen in der Mitte angeführt sind:

podtočka – *alineja* – *alineja* ‘Absatz’

povjerenstvo – *komisija* – *komisija* ‘Kommission’

tajnik – *sekretar* – *sekretar* ‘Sekretär’

osoba – *osoba/lice* – *lice* ‘Subjekt’

tijelo – *organ* – *organ* ‘Organ’

kazneni – *krivični* – *krivični* ‘strafrechtlich’ (Mešanović-Meša 2011:126-150).

Die Autorin merkt sehr oft an, dass bei vielen Ausdrücken nur eine unterschiedliche Häufigkeit in der Verwendung festzustellen ist und dieses Verzeichnis nur als Orientierung dienen soll. In den meisten Fällen stimmt die bosnische Rechtsterminologie mit der serbischen Lexik überein.

Die schnelle Entwicklung der Technologie brachte die Gelegenheit für die Benennung bisher nicht existierender Fachbegriffe mit sich. Das nutzte vor allem die kroatische Sprachpolitik und setzte auch im Computerwesen ihre puristische Tradition fort. Die Auswirkungen der Sprachpolitik, insbesondere im Fachsprachensektor, waren sichtbar im Versuch, die ganze Computerlexik zu kroatisieren. So führt Gröschel (2009:158) einige Empfehlungen von Babić (1995:63, 264f) an (zunächst die englischen Termini und nach dem Pfeilsymbol die kroatischen):

adapter → *prilagođivač ili pretvornik* 'Anpasser'/'Umformer'

display → *pokazivač ili predočnik* 'Vorzeiger'

hardware → *očvrsje* 'Festzeug'

kompjutor → *računalo* 'Rechner'

notebook → *bilježnica* 'Notizbuch'

program → *naputak* 'Anweisung'

Die Untersuchungen von Mihaljević/Štebih Golub (2009: 139ff) stellen im Gegensatz zu Babić den realen Sprachgebrauch dar. Im Folgenden werden einige Beispiele genannt, wobei die kroatischen Termini in der linken Spalte, die serbischen in der Mitte und die englischen Entsprechungen in der rechten Spalte aufgelistet sind:

pisač – štampač – 'Printer'

prijenosno računalo – laptop – 'Laptop'

poslužnik/poslužitelj – server – 'Server'

programska podrška – softver – 'Software'

pričaonica – soba za ćaskanje – 'Chatroom'

davač/davatelj – provajder – 'Provider'

Aus den Beispielen lässt sich schließen, dass im Kroatischen überwiegend die kroatischen Ausdrücke statt der Fremdwörter verwendet werden, wohingegen im Serbischen viele Internationalismen und Anglizismen übernommen und morphologisch angepasst wurden. Die bosnischen Entsprechungen wurden nicht genannt, aber aus den bisherigen Untersuchungen geht eindeutig hervor, dass im Bosnischen eine Offenheit gegenüber Internationalismen (u.a. Anglizismen) bemerkbar ist.

Hinsichtlich der Fachterminologie gab es einerseits Unifizierungsbestrebungen zur Zeit des serbokroatischen Standards und andererseits Differenzierungsbestrebungen in der postjugoslawischen Periode, wovon auch der Versuch der Erstellung einiger Unterscheidungswörterbücher zeugt. Langfristig könnte das zu Problemen beim Wissenstransfer und bei der Verwertung wissenschaftlicher Publikationen führen, was zweifellos ein Verlust für alle Länder wäre (vgl. Ivić 1992:103). Somit wäre die Tätigkeit der ÜbersetzerInnen und DolmetscherInnen des B/K/S sehr herausfordernd, da sie die neu geschaffene Fachterminologie in allen drei Sprachen studieren müssten. Obwohl es ziemlich zeit- und arbeitsaufwändig wäre, kann es zugleich eine Bereicherung bedeuten.

2.1.5 Regionale Unterschiede

Anhand der Übersetzung des Kräuterbuchs von Maria Treben werden in dieser Arbeit die Unterschiede zwischen Bosnisch, Kroatisch und Serbisch untersucht. Hier stellt sich unausweichlich die Frage, wie die Idiome B/K/S klassifiziert werden können. Laut Gröschel (2009:66) wird zwischen den nationalen und territorialen Varianten unterschieden. Beim ersten Variantentyp bedient sich eine Nationalität einer Variante wie zum Beispiel die britische/irische/amerikanische Variante des Englischen. Bei territorialen Varianten gebrauchen die Angehörigen unterschiedlicher Nationalitäten auf einem Territorium eine gemeinsame Variante wie zum Beispiel die Varianten des Quechua (Ecuador-, Peru-, Argentinien-, Kolumbien- und Bolivien-Quechua). In der Klassifikation von Idiomen als nationale oder territoriale Varianten sieht Gröschel (2009:67) die Gefahr, dass solche Bestimmungen nicht konstant sind, da sie immer politisch bedingt sind und von der aktuellen Ideologie der SprecherInnen dieser Idiome abhängen.

Im Rahmen dieser Arbeit wurden die Idiome B/K/S als drei separate Varianten betrachtet und als solche verglichen und analysiert. Jedoch sollen die regionalen Unterschiede nicht ignoriert werden. Sie hängen nicht mit einer Nationalität oder einem Territorium zusammen, sondern treten innerhalb eines Staates oder einer Ethnie auf.

In diesem Zusammenhang wird aus allen drei Übersetzungen ersichtlich, dass sich die Übersetzungen der Kräuternamen in erster Linie an den standardsprachlichen Ausdruck des jeweiligen Idioms orientieren. So ist z.B. der Begriff *Bärlauch* auf dem Gebiet von Bosnien-Herzegowina und Kroatien als *divlji luk* bekannt und in Serbien als *sremuš* (Treben 2003:5). Weiterhin wird aber die Bezeichnung *sremuš* in Banjaluka (Republik Serbien – Teil Bosniens) verwendet. Weitere Beispiele sind: das Labkraut (*K: broćika, S: ivanjsko cveće*), in einigen Regionen Kroatiens auch *ivanjsko cvijeće* genannt, kleinblütiges Weidenröschen (*K: vrbovica, S: mala/sitnocvetna mlečika*), in einigen Gebieten Serbiens auch als *vrbovica* bezeichnet, Salbei (*K: kadulja, S: žalfija*), in Bosnien beide Bezeichnungen üblich.

2.2 Ansichten von Linguisten bezüglich der Frage des B/K/S

Die Tatsache, dass die Sprachen Bosnisch, Kroatisch und Serbisch genetisch verwandt sind, aber nicht als eine Sprache betrachtet werden, macht dieses Thema noch komplexer und spannender. Das Phänomen ihrer typologischen Abgrenzung bietet umfassendes Material für sprachwissenschaftliche Studien, jedoch befassten sich nur wenige Sprachwissenschaftler ernsthaft damit, weil „die Realität nach keiner schnellen und klaren Lösung verlangt hat und

die Slawistik andere, vordringlichere Aufgaben hatte“ (vgl. Babić 2004:22). So bildeten sich unter Linguisten viele gegensätzliche Positionen und Ansichten zu dieser Thematik.

Snježana Kordić, eine bekannte kroatische Sprachwissenschaftlerin, ist der Meinung, dass die Kommunikation durch die minimalen Unterschiede zwischen den Sprachen nicht beeinträchtigt wird:

„Zwischen der Standardsprache in Kroatien, Serbien, Bosnien und Herzegowina und Montenegro gibt es Unterschiede, aber ihr Anteil ist im Vergleich zu den Gemeinsamkeiten in der Standardsprache dieser Länder klein. Es handelt sich um für das System unwesentliche Unterschiede, die die gegenseitige Verständigung nicht erschweren und die Kommunikation nicht hemmen.“ (Kordić 2004: 258)

Laut Barbara Kunzmann-Müller (1994:9) sind die Unterschiede, insbesondere im grammatischen Bereich, eher unbedeutend und beeinträchtigen die Kommunikation nicht.

Bugarski (1997: 39) betont, dass nirgendwo sonst in der Welt zwei oder sogar drei Idiome mit einem derart hohen Grad an Gleichheit in linguistischer Hinsicht als unterschiedliche Sprachen betrachtet werden würden. Ihm zufolge unterscheiden sich Bosnisch, Kroatisch und Serbisch hauptsächlich im Namen, wesentlich weniger in der Substanz und kaum in der Struktur (vgl. Bugarski 1997:14).

Daraus lässt sich schließen, dass viele SprachwissenschaftlerInnen die These vertreten, dass die Unterschiede im Vergleich zu den Ähnlichkeiten eher unbedeutend sind und aus sprachpolitischen Gründen künstlich produziert werden. Von einer forcierten Kroatisierung war bereits in den vorherigen Kapiteln die Rede. Laut Ćorić (1998:559) bemühten sich die LinguistInnen, „auf Grund der zu geringen Zahl an Unterschieden innerhalb der Standardsprache“ Unterschiede künstlich zu produzieren.

Gleichzeitig besteht auch eine Reihe von LinguistInnen, die Bosnisch, Kroatisch und Serbisch als separate Sprachen erachten (Mønnesland 2004, Jahić 1999, Katičić 1995). Ihnen zufolge steht die Sprache in einem engen Verhältnis zur Nation und kann als deren konstitutives Merkmal gesehen werden. In diesem Zusammenhang führt Entwistle (1953:27) aus:

“The connection between language and nationality seems to be essentially modern. Its effect is practical: to insist that where there is a language there must be a nation, or where there is a nation there must be a national language. In this respect language has proved to be one of the most dangerous divisive forces of our time.”

Aus linguistischer Perspektive würden laut Katičić (2009:32f) auch die Termini aus dem Čakawischen und Kajkawischen als Fremdwörter im Kroatischen angesehen werden.

Tošović (2011) meint wiederum, aus linguistischer Sicht sei es eine Sprache, aber soziolinguistisch gesehen drei getrennte Standardsprachen, welche in den jeweiligen Ländern

separat existieren. Diesem Thema widmet sich auch Gröschel (2009) und merkt an, dass manche AutorInnen den Begriff der *Ausbausprachen* von Kloss missdeuteten und aufgrund dieser Interpretation separate Standardsprachlichkeit vom Bosnischen, Kroatischen und Serbischen annahmen. Ihm zufolge handele es sich aus soziolinguistischer Perspektive um eine Standardsprache mit mehreren Varianten, aus welchen durch die getrennten Normierungen nach dem Zerfall Jugoslawiens autonome Standardsprachen entstanden sind (vgl. Gröschel 2009:330-350, 367).

Wie bereits erwähnt sieht Bugarski (2012:231f) den größten Unterschied zwischen Bosnisch, Kroatisch und Serbisch in ihren nationalen Namen. Aus dem Grunde hält er die Übersetzungen zwischen den einzelnen Sprachvarianten nicht für notwendig bis auf zwei Ausnahmen: in fachlichen und symbolischen Kontext.

Das Thema der Übersetzung fachlicher Texte wurde bereits im Kapitel 2.1.4. behandelt. In symbolisch behafteten Kontexten agieren die ÜbersetzerInnen und DolmetscherInnen als politische Symbole und sind folglich sehr häufig mit negativen Reaktionen der LeserInnen und ZuhörerInnen konfrontiert. Gleichzeitig sind sie dazu verpflichtet, bestimmte politische und amtliche Regelungen zu beachten, insbesondere betreffend die Rahmenbedingungen, in denen Bosnisch, Kroatisch und Serbisch als eine Sprache bzw. drei eigenständige Sprachen geregelt sind.

Isabelle Der-Kévorkian (2008:25), die seit 2005 am ICTY⁴ in Den Haag als Translatorin tätig war, berichtet, dass die Bezeichnung *BCS* vom Strafgerichtshof als politisch korrekte Lösung für die Nachfolgesprachen des serbokroatischen Standards, jedoch nicht als linguistisches Faktum angesehen wird. Einerseits forderten manche Angeklagten mit nationalistischen Ansichten die Übersetzungen in ihre „eigene“ Sprache mit dem Argument, sie sei die einzige Sprachvariante, die sie verstehen, und andererseits entstand dadurch eine enorme Last für TranslatorInnen.

Ungeachtet der Gemeinsamkeiten und Unterschiede existieren in Wahrheit separate Standardregelwerke für Bosnisch, Kroatisch und Serbisch, an welche sich ÜbersetzerInnen und DolmetscherInnen halten und gleichzeitig eine Verständigung zwischen den SprecherInnen verschiedener Varianten ermöglichen müssen. Ob es sich nun um eine oder drei Standardsprachen handelt, spielt im Rahmen einer translatorischen Tätigkeit nur eine untergeordnete Rolle. Für die TranslatorInnen ist es vielmehr wichtig, wie die Sprachen zueinander in unterschiedlichen Kontexten stehen und in welchen Kontexten eine Übersetzung relevant ist. Das nächste Kapitel widmet sich der Übersetzung fachlicher Terminologie, die für die translatorische Tätigkeit von besonderer Relevanz ist.

⁴ ICTY: Internationaler Strafgerichtshof für das ehemalige Jugoslawien

3 TERMINOLOGIE

3.1 Terminologie und Wichtigkeit der terminologischen Arbeit

Die ständige Entwicklung der Fachbereiche der Wissenschaft und Technik führt zu einem stetig wachsenden fachlichen Wortbestand, was sich nicht nur auf den Tätigkeitsbereich der jeweiligen ExpertInnen auswirkt, sondern auch auf den Arbeitsbereich der ÜbersetzerInnen (vgl. Arntz et al. 2009:1).

Nach Arntz (2009:1) führt das zu wachsenden Kommunikationsschwierigkeiten, welche nicht nur zwischen LaiInnen und Fachleuten, sondern sogar unter Fachleuten entstehen, die häufig einander nicht verstehen können. Ihm zufolge ist es deshalb erforderlich, die neu entstandenen Fachbegriffe möglichst schnell in eine Datenbank aufzunehmen und ihre Bedeutung zu definieren, damit sie für die jeweiligen Interessensgruppen jederzeit zugänglich sind.

Aus dem Grunde sind die FachübersetzerInnen nicht nur mit einer größeren Menge der zu übersetzenden Texte, sondern auch mit deren konstant wachsendem Schwierigkeitsgrad konfrontiert. So ist eine besondere Herangehensweise entstanden, durch welche den ÜbersetzerInnen die jeweiligen Fachwortbestände bereitgestellt werden und somit diese Vorarbeit erspart wird. Diese Aufgabe übernehmen die Terminologiefachleute, die Fachtermini sammeln, kategorisieren und regelmäßig ergänzen, was den Übersetzungsvorgang für TranslatorInnen erleichtert, aber auch den wissenschaftlichen ExpertInnen eine bedeutende Quelle der Fachterminologie bietet (vgl. Arntz et al. 2009:1).

Bei einer Terminologearbeit geht es darum, die Fachbegriffe aus einem Text oder mehreren Texten zu sammeln und mit bestimmten Zusatzinformationen (wie z.B. Quelle, Definition, Kontext) in zwei oder mehreren Arbeitssprachen anzureichern. In Bezug auf die Form der Terminologearbeit verweist Arntz (2002:219) auf die folgenden Faktoren: „die Zielsetzung der Arbeit, die in aller Regel auch den Umfang der Arbeit bestimmt; die Zielgruppe bzw. die Zielgruppen, die es anzusprechen gilt [...]; die verfügbare Zeit, die verfügbare Dokumentation und die verfügbare Datentechnik.“

In der Regel verfügen die FachübersetzerInnen über die nötigen Kompetenzen und Fähigkeiten, um aus der bereits bestehenden Terminologie optimal Nutzen zu ziehen oder wenn keine vorhanden ist, neue Terminologien zu einem Fachgebiet zu erstellen. Hierfür müssen sie jedoch terminologische Arbeitsprozesse kennen und darüber zumindest ein Basiswissen besitzen (vgl. Arntz et al. 2009:2f).

3.2 Definition und Geschichte der Kräuterkunde

Seit jeher werden die Pflanzen für verschiedene Zwecke angewendet: als Brennstoff und Nahrungslieferanten, für die Herstellung von Fasern und Ölen und als Heilmittel bei verschiedenen Beschwerden und Erkrankungen. Mit den Fortschritten unserer Zivilisation kam es auch zur Entwicklung des Kräuteranbaus. Die ersten Kräutergärten im alten Ägypten gab es bereits vor etwa 4000 Jahren. Sie wurden vorwiegend in der Nähe von Tempeln angelegt aus dem pragmatischen Grund, dass die Kräuter hauptsächlich in religiösen Kulthandlungen ihre Anwendung fanden. Die Kräutergärten wurden mit der Zeit immer beliebter und im 13. Jh. hatte fast jedes Herrschaftshaus einen Kräutergarten. Ab dem 16. Jh. wurde diese Tradition auch von den Universitäten übernommen, wobei die Kräutergärten in erster Linie den Lehrzwecken dienten. Die Universität, die 1545 den ersten Heilkräutergarten anlegte, war die Universität von Padua. Dem Beispiel folgten auch andere Universitäten, so dass Ende des 17. Jh. fast jede Universität mindestens einen Heilkräutergarten hatte (vgl. Bown 2005:10-14).

Die Kräuterkunde, Pflanzenheilkunde oder Phytotherapie ist eine der ältesten Therapieformen, die ihre Wurzeln in der Volksmedizin hat. Unsere Vorfahren entdeckten die Heilkräuter auf der Suche nach Nahrung und nutzten sie bei der Behandlung verschiedener Verletzungen und Krankheiten. Das Testen verlief nach dem Prinzip „trial and error“ und über die Zeit wurden die Zubereitungsmethoden ständig verfeinert. Heute ist die Pflanzenheilkunde ein wichtiger Bestandteil der traditionellen chinesischen Medizin, des indischen Ayurvedas und der japanischen Kampoo-Medizin, aber auch der westlichen Medizin (vgl. Urban et al. 2001:13). Sie wird definiert als:

„die Heilung, Linderung und Vorbeugung von Krankheiten und Beschwerden durch Arzneipflanzen, durch deren Teile wie Blüten, Wurzeln oder Blätter, durch Pflanzenbestandteile wie ätherische Öle oder durch Zubereitungen aus Arzneipflanzen (Phytopharmaka) wie Trockenextrakte, Tinkturen oder Presssäfte.“ (Gesellschaft für Phytotherapie, 2016)

Als die älteste Kräuterkunde gilt die chinesische, die über die älteste schriftliche Überlieferung verfügt. So werden Kräuter schon in einer über 3000 Jahre alten Hinduschrift namens *Rigveda* erwähnt (vgl. Bown 2005:14). In einem der ältesten Bücher über Heilkräuter, dem *Chen Nong Bencao Jing*, sind 365 Heilpflanzen angeführt, die vom Verfasser selbst getestet worden seien. Das Buch wurde ca. 2800 v.d.Z. von einem chinesischen Kaisergott verfasst. Die Anwendung von Heilkräutern zur Heilung der Krankheiten und Erhaltung der Gesundheit wurde ab dem Mittelalter auch in Europa gepflegt. In diesem Umfeld erschien das medizinische Lehrbuch von Hildegard von Bingen mit dem Titel „Die Ursachen und die Behandlung der Krankheiten“ (vgl. Urban et al. 2001:15).

Paracelsus war der erste Befürworter der ärztlich eingesetzten Phytotherapie. Er definierte die Wirkstoffmenge als den entscheidenden Faktor bei der Bestimmung einer Pflanze als heilwirkend oder giftig: „Alle Dinge sind Gift und nichts ist ohne Gift. Allein die Dosis

macht, dass ein Ding kein Gift ist.“ (Urban et al. 2001:16). Erst im 19. Jh. begann eine intensive Erforschung der pflanzlichen Inhaltsstoffe und ihrer Wirkung. Einzelne Wirkstoffe wurden aus den Pflanzen chemisch isoliert und untersucht, was für die moderne Medizin sehr bedeutend war. So wurde das Risiko der Vergiftung durch Pflanzen drastisch verringert und die genaue Bestimmung der Dosierungsmenge leicht machbar. Wie bereits erwähnt, ist die Phytotherapie die Behandlung von Krankheiten und Beschwerden mit pflanzlichen Mitteln, die als Phytopharmaka bekannt sind. Hier geht es um Pflanzen(teile), die durch Trocknen zu Arzneidrogen werden und lange haltbar sind oder um verschiedene Zubereitungen aus den Pflanzen, wie Tinkturen oder Extrakte, die in weiterer Folge zu Kapseln, Tabletten etc. verarbeitet werden können (vgl. Urban et al. 2001:16-19). Im Wörterbuch von Urban et al. (2001:19f) werden auch vier wichtige Grundsätze der Phytotherapie genannt:

- Die Wirkung basiert auf bestimmten Inhaltsstoffen der Pflanzen, die auf physikalischer Ebene zu einem Effekt führen.
- Beziehung von Dosis und Wirkung – um einen therapeutischen Effekt zu erzielen ist eine bestimmte Dosis bzw. eine Mindestdosis erforderlich. Da bei einer Überdosierung unerwünschte Wirkungen eintreten können, ist hierbei eine gewisse Vorsicht anzuraten.
- Pflanzliche Arzneimittel stellen ein Vielstoffgemisch dar, auch wenn sie nicht aus mehreren, sondern aus einer einzigen Pflanze produziert werden.
- Die Qualität und Wirkung der angewendeten Arzneimittel lässt sich anhand medizinisch-naturwissenschaftlicher Methoden überprüfen.

Die Phytotherapie erlebt seit einiger Zeit ein Revival, da immer mehr Menschen die Vorteile dieser natürlichen und sanften Therapierichtung nutzen wollen. Obwohl es nachgewiesen ist, dass eine Reihe von Beschwerden und Krankheiten mit den passenden Arzneipflanzen behandelt werden kann, ist es nicht ratsam, bei schweren Erkrankungen wie Krebs, Bluthochdruck etc. auf die medizinisch verschriebene Therapie zu verzichten, sondern die Phytopharmaka nur unterstützend zur klassischen Therapie anzuwenden.

3.3 Biographie von Maria Treben

Maria Treben wurde am 27. September 1907 in Saaz in Böhmen geboren, wo sie auch aufwuchs. Sie hatte zwei Schwestern und verschiedene Quellen sind sich nicht einig, ob sie die älteste oder die mittlere der drei Schwestern war. Ihre Mutter war eine Hausfrau und kümmerte sich um die drei Mädchen und ihr Vater besaß eine Buchdruckerei und war selbst als Zeitungsverleger tätig. Laut Überlieferung starb er bei einem tragischen Autounfall, als Maria nur 10 Jahre alt war.

Daraufhin zog ihre Mutter mit den drei Töchtern nach Görkau im Sudetenland und zwei Jahre später weiter nach Prag. Dort besuchte sie die Schule, das Lyzeum, und nach dem Abschluss fing sie als Praktikantin beim „Prager Tagblatt“ an, wo sie später eine feste Anstellung erhielt und 14 Jahre lang beschäftigt war. Nebenberuflich arbeitete sie als Sekretärin für den Schriftsteller Max Brod.

In 1939, im Alter von 32 Jahren, heiratete Maria Ernst Gottfried Treben, einen Ingenieur der Oberösterreichischen Kraftwerke AG. Da Ernst ein Böhmenwälder war, zog das Ehepaar nach Kaplitz in sein Elternhaus und Maria wurde zur Hausfrau. Dort kam einige Jahre später der einzige Sohn Kurt Treben zur Welt.

Ende 1945, in der Nachkriegszeit, wurde die Familie Treben wie viele andere Deutsche ausgesiedelt aus Prag. Maria kam mit ihrem kleinen Sohn in verschiedene Flüchtlingslager und Ernst Treben wurde gefangengesetzt. Anfang 1947, als sie in einem Flüchtlingslager in Bayern war, erkrankte sie an Typhus und da es fast keine Medikamente gab, befürchteten die Ärzte, dass Maria daran sterben würde. Eine Krankenschwester wollte ihr helfen, sammelte Schöllkraut und nach kurzer Zeit hat sich ihr Zustand bedeutend verbessert. In einigen Monaten war sie wieder völlig gesund. Sie verdankt ihr Leben dem Schöllkrautsaft und die besondere Liebe zu dieser Pflanze blieb ihr ganzes Leben lang erhalten.

Mit dem Motto „Man muss ja helfen“ beschäftigte sich Maria Treben ihr Leben lang intensiv mit Heilkräutern und widmete ihr Leben der Natur und Pflanzen. Sie war keine Heilpraktikerin, sondern nur eine Hausfrau, die Leidenden und Kranken zu helfen versuchte. Die Begegnung mit dem Biologen Richard Wilfort löste in ihr eine intensive Begeisterung für die Heilpflanzen aus. In 1971 kam ihr erster Vortrag zur Kräuterkunde und ab 1977 hielt sie zahlreiche Vorträge in Deutschland. Sie hatte immer mehr Zuhörer und füllte die Säle mit mehreren tausend Menschen, als ihr ein Verleger anbot, ihr erstes Kräuterbuch zu veröffentlichen. Im Jahre 1980 erschien ihr erstes und wohl bekanntestes Buch „Gesundheit aus der Apotheke Gottes“. Mit über 8 Millionen Auflagen und mehr als 20 Übersetzungen war das Buch ein Welterfolg. Maria war vom Erfolg selbst überrascht und in den nächsten Jahren schrieb sie noch viele bekannte Bücher, in welchen sie ihr Wissen zu Kräutern weitergab. So wurde sie als Kräuterkundige weltweit bekannt. Sie schätzte sehr die Arbeit vom Pfarrer Sebastian Kneipp und somit ist ihre Lehre, genauso wie seine, vom christlichen Glauben durchdrungen.

Als Inspiration nutzte sie drei verschiedene Quellen: alte Kräuterbücher, Volksüberlieferungen und ihr Vertrauen zu Gott. Ihr Schwerpunkt lag auf heimischen Kräutern, was der Heilkunde der ländlichen Bevölkerung sehr ähnlich ist. Diesen Fokus teilt sie mit dem Schweizer Arzt, Philosoph und Naturforscher, Paracelsus, dessen Lehre insbesondere auf der Anwendung heimischer Kräuter basiert. Von den heimischen Kräutern schätzte Maria besonders die Schwedenkräuter, aus denen aller verschiedenste Lebenselixiere bereitet worden sind. Sie wurden nach zwei bekannten schwedischen Ärzten benannt – Dr. Urban Hjärne und Dr. Claus Samst, die im 17. Jahrhundert lebten. Durch regelmäßige Anwendung von Heilpflanzen

erreichten beide Ärzte ein hohes Alter – Dr. Samst wurde 104 und Dr. Hjärne 83 Jahre alt, was damals als ein Wunder galt.

Nach der Zeit in verschiedenen Flüchtlingslagern war die Familie Treben wieder vereint. Sie lebten einige Jahre im Mühlviertel (Oberösterreich) und ließen sich dann 1951 in Grieskirchen nieder, wo Maria Treben am 26. Juli 1991 starb.

3.4 *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*

Das Buch *Gesundheit aus der Apotheke Gottes* erschien erstmals 1980 in deutscher Sprache und ist inzwischen in mehr als 20 Sprachen verfügbar. Unter den Gesundheitsratgebern wurde es zum Bestseller und mit 8 Millionen verkauften Exemplaren brach das Buch schon längst alle Rekorde. Es wurde in folgende Sprachen übersetzt: Deutsch, Englisch, Französisch, Italienisch, Niederländisch, Schwedisch, Spanisch, Dänisch, Finnisch, Norwegisch, Ungarisch, Tschechisch, Polnisch, Bosnisch, Bulgarisch, Griechisch, Slowenisch, Rumänisch, Russisch, Kroatisch, Serbisch, Japanisch und Türkisch.

Mit der Veröffentlichung des Buches „Gesundheit aus der Apotheke Gottes“ belebt Maria Treben altes Wissen wieder und versucht die Menschen auf Kräuter und ihre Heilkräfte hinzuweisen. Mit dem Motto „Gegen jede Krankheit ist ein Kraut gewachsen!“ teilt sie selbstlos ihre Erfahrung mit den Heilkräutern und viele bewährte Ratschläge für eine Reihe von Krankheiten und Beschwerden.

Das Werk von Maria Treben besteht aus fünf Kapiteln. Das erste Kapitel ist ein allgemeiner Teil, der die Anleitungen zum richtigen Sammeln, Aufbewahren und Zubereiten der Heilkräuter gibt. Im zweiten Teil werden insgesamt 31 Heilpflanzen ausführlich beschrieben und ihre Anwendungsarten – als Tee, Frischsaft, Tinktur oder Bad – erklärt. In den nächsten zwei Kapiteln werden die Ratschläge für häufig auftretende Krankheiten gegeben, wobei sich das letztere Kapitel ausschließlich den bösartigen Krankheiten widmet. Das fünfte Kapitel enthält die Kräuter-Abbildungen, alphabetisch aufgelistet nach lateinischen Bezeichnungen. Das Buch ist in einfacher und verständlicher Sprache geschrieben und somit nicht nur für Ärzte, sondern auch für Laien geeignet. Die vorliegende Arbeit bedient sich zum Zweck der Analyse der 92. Auflage des Buches, die 2013 unter dem Ennsthaler Verlag herausgegeben wurde.

3.5 Glossar

Im Rahmen der vorliegenden Terminologearbeit wurden anhand dreier Übersetzungen vom Buch „Gesundheit aus der Apotheke Gottes“ die Differenzen zwischen Bosnisch, Kroatisch und Serbisch untersucht. Die Ergebnisse dieser Analyse liegen in Form eines Glossars vor. Darüber hinaus wurden die Fachtermini mit den nützlichen Zusatzinformationen versehen. Das Glossar besteht aus insgesamt 31 Fachbegriffen, wobei in der bosnischen Übersetzung aus unbekannten Gründen sogar 15 Kräuternamen bzw. Fachtermini ausgelassen wurden. Alle Abbildungen im Glossar stammen von der Website: www.travarisrbije.com.

3.5.1 Bärlapp

Wissenschaftlicher Name: Lycopodium clavatum

DE: Bärlapp

Anwendung: Im Volksmund wird der Bärlapp auch Drudenfuß, Gichtmoos, Harnkraut, Hexenkraut, Krampf-kraut und Schlangenmoos genannt. Er findet seine Anwendung bei allen Erkrankungen der Harn- und Geschlechtsorgane und gilt sogar als ein Wundermittel bei Leberzirrhose. In der Homöopathie ist er eines der Lieblingsmittel und wird sehr oft von homöopathischen Ärzten verordnet.



Abbildung 1

Kontext: „Der Bärlapp ist eine radiumhaltige Heilpflanze und durch seine weit ausholenden, seilartigen Ranken und den gelben Blütenstaub seiner Kolben leicht von den übrigen Moosarten zu unterscheiden. Er wächst nur in nordseitigen Hochwäldern und Waldrändern ab einer Höhenlage von 600 Metern. Nach Schlägerungen (Kahlschlägen) vergilbt die Pflanze und verschwindet schließlich gänzlich, da sie unter direkter Sonneneinwirkung ihre Lebenskraft verliert.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 13

B: Crvotočina obična

Primjena: Drugi nazivi za ovu biljku su lisicjak, lisicji rep, prečica, plavun, zmijina mahovina. Primjenjuje se u liječenju mnogih bolesti kao što su bolesti jetre, mokraćnih i polnih organa, te se preporučuje kod hemoroida i hroničnih proliva. Pomaže i kod reumatskih oboljenja i gihta. Ova biljka ima široku primjenu u homeopatiji, te homeopati tvrde da ova biljka može da izliječi svaku bolest ako se primjeni u pravom trenutku.

Kontekst: „Crvotočina obična je ljekovita biljka koja sadrži radij, a po njezinim velikim, konopastim vriježama i žutom cvijetnom prahu njezinih klasića lako ju razlikujemo od ostalih vrsta mahovine. Raste samo iznad 600 metara nadmorske visine na sjevernoj strani visokih šuma i u šumovitim obronaka. Nakon sječe drveća biljka požuri i konačno posve nestane, jer se pod dejstvom sunčeve svjetlosti njezina životna snaga gubi.“

Izvor: Treben, Maria (2006) *Zdravlje iz božje apoteke*, Bosna i Hercegovina, S. 50

K: Crvotočina obična

Primjena: Čaj od crvotočine se preporučuje oboljelima od gihta i reumatskih bolesti, te donosi poboljšanja i kad su se već pojavile promjene na zglobovima. Koristi se za liječenje oboljenja mokraćnih i spolnih organa, te kod hemeroida i kroničnog zatvora stolice. Pokazuje izvrsne rezultate u liječenju svih oboljenja jetre, te je veoma poznato da može darovati život čak i onima koji boluju od zloćudnih bolesti jetre. Jastuci napunjeni crvotočinom uspješno liječe grčeve u nogama i listovima.

Kontekst: “Sama sam godinama patila zbog visokoga krvnoga tlaka. Najčešće on nastaje uslijed prejakog rada bubrega. Preko noci sam stavila vrecicu napunjenu crvotocinom u blizinu bubrega. Sljedeći dan je moj krvni tlak pao od 200 na 165. Od tada s vremena na vrijeme vrecicu napunjenu svježom crvotocinom stavljam u predio bubrega. Kod grčeva u listovima crvotocinu stavimo u maramu i omotamo oko lista. Možemo pripremiti i kupku za noge, a kod grčeva u mjehtu sjedecemo kupku (Vidi Opći dio, “Sjedeca kupka”).”

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 4f

S: Prečica

Primena: Prečica se u narodu često naziva i Vučja kandža. Posедуje mnoga lekovita svojstva i koristi se u lečenju bubrega, jetre, mokraćnih kanala i reproduktivnih organa. Jedan bitan sastojak čaja od prečice je huperzin koji poboljšava kognitivne funkcije mozga i na taj način unapređuje memoriju. Korištenje čaja od prečice se toplo preporučuje kod amnezije i alchajmerove bolesti. Pored toga, stavljanje ovog čaja na površinu kože pozitivno utiče na zaceljivanje rana i druge povrede kože.

Kontekst: „Prečica je lekovita biljka koja sadrži radijum i lako se razlikuje od ostalih vrsta mahovine po dugačkim konopastim viticama i žutom cvetnom prahu svojih klipova. Uspeva samo na osojnim stranama visokih šuma i na ivici šuma koje se nalaze na preko 600 metara nadmorske visine. Na prisojnim stranama koje su osunčane biljka brzo požuti da bi ubrzo sasvim nestala pošto izgubi svoju životnu snagu zbog izloženosti direktnim sunčevim zracima. U Austriji i Nemačkoj prečica je pod strogom zaštitom zakona. Zato vam preporučujem da svoje potrebe za ovom biljkom zadovoljavate u apotekama ili u specijalizovanim biljnim apotekama. Veletrgovina prečicu uvozi iz Skandinavije, tako da je njen kvalitet zagarantovan.“

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 9

3.5.2 Bärlauch, Bärenlauch

Wissenschaftlicher Name: *Allium ursinum*

DE: Bärlauch, Bärenlauch

Anwendung: Der Bärlauch, bekannt auch als Wilder Knobfel, Ränzel, Waldknoblauch, Hexenzwiebel, Zigeunerlauch oder Latschenknofel, ist heilwirksam bei Magenkrankungen und lindert die Verdauungsbeschwerden. Dadurch, dass er das Blut reinigt, hat er eine antibakterielle Wirkung auf den ganzen Organismus und eignet sich insbesondere zu Entschlackungs- und Reinigungskuren. Außerdem hilft der Bärlauch bei chronischen Hautkrankheiten, sowie bei hohem Blutdruck.



Abbildung 2

Kontext: „Die frischgrünen, lanzettartigen, glänzenden, dem Maiglöckchen ähnlichen Blätter kommen aus einer länglichen Zwiebel, die von weißen, durchsichtigen Häuten umgeben ist. Der glatte, hellgrüne Stengel mit der weißen Blütenkugel wird bis 30 cm hoch. Bärlauch wächst nur auf humusreichen, feuchten Wiesen, schattigen und feuchten Auen, unter Gebüsch, in Laub- und Gebirgswäldern. Seinen starken Knoblauchgeruch spürt man, noch ehe man die Pflanze mit den Augen wahrnimmt.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 16

B: Divlji luk

Primjena: Divlji luk, poznat i pod nazivima medvjedi luk, sremuš, cremuš i šumski luk, spada u prve vjesnike proljeća. Divlji luk ima osobine češnjaka, ali čak snažnija ljekovita svojstva. Pomaže kod hroničnih oboljenja kože, te uspješno liječi hronično nečistu kožu. Osim toga, ova ljekovita biljka ima blagotvorno djelovanje na crijeva i želudac. Primjena divljeg luka se preporučuje kako kod akutnih tako i kod hroničnih proljeva. On je veoma poznato prirodno sredstvo za snižavanje krvnog pritiska.

Kontekst: „Divlji luk raste samo na humusom bogatim vlažnim livadama, sjenovitim i močvarnim i cvjetnim livadama, ispod grmlja, te bjelogoričnim i planinskim šumama. Jak miris po češnjaku osjeti se prije no što biljku ugledamo. Taj mu je miris takođe donio ime "divlji češnjak" i sa sigurnošću isključio zamjene s listovima đurđice ili otrovnog mrazovca. U rano proljeće brojne su bjelogorične šume na močvarnim riječnim obalama pokrivene svježim, zelenim lišćem divljeg luka. U njemu je skrivena velika ljekovita moć i priča se, da ga traže i medvjedi nakon svog zimskog sna, da njime pročiste želudac, crijeva i krv.“

Izvor: Treben, Maria (2006) *Zdravlje iz božje apoteke*, Bosna i Hercegovina, S. 56

K: Divlji luk

Primjena: Divlji luk, poznat i kao medvjedi luk, spada u visoko ljekovite biljke i čak je i ljekovitiji od samog češnjaka. Posebno je djelotvoran kod tvrde stolice, ali i kod akutnih i hroničnih proljeva. Sok od divljeg luka pospješuje zacjeljivanje otvorenih rana i daje odlične rezultate u liječenju kronično nečiste kože. Ovo ljekovito sredstvo se preporučuje u slučajevima vodene bolesti ili tuberkuloze. Osim toga divlji luk i djeluje na snižavanje krvog tlaka. Rakija od divljeg luka je veoma ljekovita za starije ljude koji imaju trajni prsni katar i disajne tegobe.

Kontekst: „U rano proljeće brojne su bjelogorične šume na močvarnim riječnim obalama pokrivene svježim, zelenim lišćem divljega luka. Proklija u travnju i svibnju, katkada i ranije. Procvjeta tek sredinom svibnja i u lipnju. U njemu je skrivena velika ljekovita moć i priča se, da ga traže i medvjedi nakon njihova zimskoga sna, da si njime pročiste želudac, crijeva i krv. Divlji luk ima u biti osobine češnjaka, ali je mnogo ljekovitiji. Zbog toga je posebno dobar za proljetnu kuru pročišćavanja i poboljšavanje kroničnih kožnih bolesti.”

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 5

S: Sremuš, medveđi luk

Primena: Sremuš, isto kao i češnjak, sadrži visoku koncentraciju eteričnih ulja koja u sebi imaju sumpor što mu daje terapijsko delovanje. Pokazao se veoma korisnim u tretiranju visokog krvnog pritiska, arterioskleroze i svih bolesti jetre. Osim toga, sremuš stimulise rad želuca i creva, te se koristi u terapiji oboljenja disajnog sistema kao što su astma, bronhitis i mnoga druga. Veoma poznata je i kupka od sremuša koja pogoduje zarastanju otvorenih rana, te pomaže kod ekcema, dermatitisa i hematoma.

Kontekst: „Njegov prodorni miris belog luka oseti se i pre nego što se biljka ugleda. Zbog ovog mirisa se zove i divljim belim lukom i nikako ne može da se pobrka sa đurdevkom ili sa otrovnim mrazovcem iako su im listovi slični. Već u rano proleće su mnoge vlažne šume pokrivene svježim zelenim listovima sremuša. Oni iz tla inače izrastaju u aprilu i maju, a ponekad i ranije. Cvetovi mogu da se vide tek sredinom maja i u junu. U sremušu se krije velika lekovita moć, a priča se da ga i medvedi traže kada se probude iz zimskog sna da bi njime očistili želudac, creva i krv, pa je jedno od narodnih imena ove biljke i "medveđi luk" (isto je značenje i njegovog naziva na latinskom, prim. prev.). Sremuš ima bitne osobine našeg belog luka, samo je mnogo lekovitiji.“

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 11

3.5.3 Beinwurz, Beinwell

Wissenschaftlicher Name: Symphytum officinale

DE: Beinwurz, Beinwell

Anwendung: Der Name "Beinwell" kommt aus dem Althochdeutschen und setzt sich aus zwei Begriffen zusammen: "Bein" für Knochen und "wallen" für innig vermischen. Diese Heilpflanze, die noch Beinheil, Schwarzwurz, Kuchenkraut und Wallwurz genannt wird, ist eines der besten natürlichen Mittel, das die Wundheilung fördert und dessen Blätter zur Heilungsbeschleunigung bei Verletzungen des Bewegungsapparates angewendet wird. Der Beinwell hat in erster Linie eine entzündungshemmende und schmerzstillende Wirkung und hilft bei zahlreichen Erkrankungen und Beschwerden, wie zum Beispiel Arthrose, Blutarmut, Durchfall, Gastritis, Gelenkschmerzen und Nierenerkrankung.



Abbildung 3

Kontext: „Die Beinwurzinktur, die man sich leicht selbst bereiten kann, birgt eine wunderbare Kraft in sich. Kranke, die jahrelang gegen Rheumatismus und Gelenksschwellungen mit allen vorzüglichen Mitteln behandelt wurden und keine Heilung fanden, erreichen mit der Beinwurzinktur rasche Hilfe.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 18

B: Gavez

Primjena: Gavez, koji je u narodu poznat i kao crni gavez, crni korijen, kilnjak, vela konsolidacija, opašica i volovski jezik, spada u najljekovitije biljke koje možemo naći u prirodi. Sadrži alantoin koji podstiče rast i obnovu ćelija u kostima, vezivnom i potkožnom tkivu. Zbog toga se prvenstveno primjenjuje za zacijeljivanje rana, kako unutarnjih, tako i vanjskih kao što su posjekotine, ogrebotine, lomovi i krvarenja. Ova biljka pokazuje široki spektar djelovanja, te se koristi i kod iščašenja, nategnuća mišića i tetiva i uganuća, a pomaže i kod psorijaze, čireva, proširenih vena i deformacije palca.

Kontekst: „Za spoljnu upotrebu protiv gihta i kostobolje nema boljeg lijeka od svježeg nas-truganog gaveza kojim se oblažu oboljela mjesta. Kad nema na raspolaganju svježe biljke koristi se tinktura gaveza. Ona takođe povoljno djeluje protiv neuralgičnih bolova, posebno protiv nesenosnih bolova na licu. Budući da gavez snažno djeluje na centralni nervni sistem, valja ga uzimati samo u malim dozama.“

Izvor: Treben, Maria (2006) *Zdravlje iz božje apoteke*, Bosna i Hercegovina, S. 26

K: Gavez

Primjena: Gavez je nezahtjevna ljekovita biljka koja može da raste na bilo kojem zemljištu. Odlikuje je zadivljujuća sposobnost da regeneriše ćelije i zbog toga se koristi kod zarastanja unutarnjih i spoljašnjih rana, te i kod drugih povreda tijela kao što su nagnječenja, posjekotine, modrice, zapaljenja zglobova, prijeloma kostiju i mnogih drugih. Osim toga, donosi veliko poboljšanje pri tretiranju gihta, reume i proširenih vena. Gavez liječi bronhijalni i želudčani katar, te unutarnja krvarenja iz pluća, crijeva i materice.

Kontekst: „[...] Injekcije su doduše kratkoročno otupljivale bolove, gnojenje kosti nije ipak izliječeno. U tom je stanju došla k nama u posjetu, zaista prava hrpa nesreće. Bez pretjerivanja mogu reći: topli kašasti oblozi s gavezovim brašnom pomogli su preko noći. Već sljedeći dan mogla je žena sjediti i ležati bez bolova. Kupivši u trgovinama biljem sitno narezano gavezovo korijenje mudra ga je tetka prosušila u pećnici, samljela u brašno u starom mlinu za kavu (i mlinac za mak može poslužiti istoj svrsi). Te je kašaste obloge (recept vidi pod "Načini uporabe"!) stavljala tako dugo dok tegobe nisu nestale.”

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 7

S: Gavez

Primena: Biljka, koja je u narodu poznata i pod nazivima sodul ili sodula, crni koren, pljušč, kilnjak i kuhinjsko zelje, se smatra čudesnim sredstvom za obnavljanje ćelija, pa zbog toga nalazi široku primenu u tretiranju svih preloma i rana, kao i krvarenja unutrašnjih organa. Čak i kod oduzetosti koja je uzrokovana povredom nerava u kičmi tinktura gaveza donosi golemo olakšanje. Pored toga, gavez je u narodu poznat i kao sredstvo za poboljšanje cirkulacije i krvne slike. Koža koja je oštećena upotrebom veštačkih kozmetičkih sredstava se uz pomoć tinkture od gaveza jako brzo regeneriše i pomladi, a bore se vidljivo smanjuju.

Kontekst: „Tinktura od gaveza, koju lako možete napraviti sami, krije u sebi čudesnu snagu. Bolesnicima koji su se svim mogućim sredstvima godinama lečili od reume i oticanja zglobova a nisu se izlečili, tinktura od gaveza brzo će pomoći. Jedna žena, koja je svojom desnom rukom jedva mogla da se služi (rameni zglob je bio gotovo nepokretan a lekar je već konstatovao da je reč o ukrućenosti), na moj savet je svakodnevno utrljavala tinkturu gaveza u desnu nadlakticu i u rameni zglob. Iz dana u dan je osećala kako joj se stanje poboljšava. Danas joj je rameni zglob normalno pokretan i ona ponovo može da obavlja poslove u svom domaćinstvu.“

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 13

3.5.4 Brennnessel

Wissenschaftlicher Name: *Urtica dioica*

DE: Brennnessel

Anwendung: Die Brennnessel zählt zu den besten Pflanzen, die die Natur für uns bereithält. Sie hat die blutreinigende und blutbildende Wirkung und wird sehr oft bei Blutarmut, Bleichsucht, Anämie und anderen Bluterkrankungen angewendet. Weiterhin senkt sie den Blutzuckergehalt und hilft bei Entzündungen der Harnwege. Bei Ermüdungs- und Erschöpfungszuständen, die auf Eisenmangel zurückzuführen sind, wirkt der eisenhaltige Brennnesseltee Wunder.



Abbildung 4

Kontext: „Leidet man an irgendeiner Art von Allergie (auch Heuschnupfen gehört dazu), dann trinkt man längere Zeit hindurch Brennnesseltee. Die Brennnessel nimmt die Anfälligkeit für Erkältungen und hilft bei gichtischen und rheumatischen Erkrankungen. Eine Dame aus Eichstätt stand drei Jahre lang mit schmerzhafter Ischias in ärztlicher Behandlung. Im Laufe eines halben Jahres hatte sie nach sechs Brennnessel-Vollbädern mit je 200 g Kräutern alle Schmerzen verloren.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 22

B: Velika kopriva

Primjena: Kopriva, u narodu poznata kao velika ili pitoma kopriva, pasja kupina ili žara, je najpoznatija biljka za pročišćavanje krvi koja ujedno i povećava broj crvenih krvnih zrnaca. Vrlo uspješno liječi anemiju, bljedilo i ostala oboljenja krvi. Ukoliko se kombinuje s drugim ljekovitim biljkama koristi se za liječenje čira na želucu i dvanaestopalačnom crijevu. Otklanja nervozu i nesanicu, te se takode koristi i kod želudačnih tegoba, grčeva i čireva. Iako pokriva širok spektar oboljenja, izmedju ostalog reumatska, te oboljenja jetre i gušterače, njeno ljekovito dejstvo se prvenstveno veže za liječenje oboljenja krvi.

Kontekst: „Otkad znam koliko je **kopriva** ljekovita, navikla sam u projeće s mladicama i u jesen nakon otave, kad posvuda ponovo rastu mladice, provesti četverotjednu terapiju s pijenjem čaja. Ujutro pola sata prije doručka natašte popijem jednu šoljicu a jednu do dvije šoljice u gudjajima tokom dana. I čaj prije doručka valja piti gutljaj po gutljaj radi boljeg djelovanja. Nakon jedne takve terapije osjećam se izuzetno dobro i uvijek mi se čini da mogu uraditi triput više no obično.“

Izvor: Treben, Maria (2006) *Zdravlje iz božje apoteke*, Bosna i Hercegovina, S. 59f

K: Velika kopriva

Primjena: Velika kopriva ili žara je biljka koja je, pored toga što sadrži veliku količinu gvožđa, bogata i ostalim korisnim sastojcima: pantotenskom kiselinom, vitaminima A, C, B2 i K, fosforom, kalcijumom, bjelančevinama i ugljikohidratima. Koristi se za pročišćavanje krvi, jetre i pluća, te liječi čitav niz oboljenja krvi poput malokrvnosti i bljedila. Na taj način vraća se poletnost, energija, a umor i uznemirenost nestaju. Budući da velika kopriva pozitivno utiče na gušteraču, istovremeno snižava nivo šećera u krvi. Ljudima koji vode borbu sa ekcemima i fistulama se preporučuje čaj od koprive, koji nakon njegove primjene u kratkom vremenskom periodu u potpunosti nestaju.

Kontekst: „Nedavno sam upoznala 50-godišnju gospodu, koja je zbog svoje rijetke kose morala nositi vlasulju. I ostaci kose bi joj tako potpuno propali. Savjetovala sam joj da pere kosu u vodi prokuhanoj sa svježom koprivom i dodatno u vodi prokuhanoj s korijenom koprive. Poslušala je moj savjet i iz tjedna u tjedan se moglo vidjeti kako se kosa oporavlja i postaje gusta. Posebno korisna za svaku kosu je tinktura od koprive koju svatko sam može pripremiti od korijena koprive izvađenog u proljeće ili ujesen (Vidi Nacini uporabe -"Pranje kose" i "Tinktura od koprive"!)."

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 9

S: Kopriva

Primena: Kopriva je najpoznatije lekovito sredstvo za lečenje anemije ili manjka željeza od kojeg pati veliki broj današnje populacije. Osim toga, kopriva pomaže i kod drugih oboljenja krvožilnog sistema, pa čak i kod leukemije. Proletna kura čajem od koprive je veoma preporučljiva za čišćenje celog organizma, pre svega jetre, gušterače i slezene. Ova lekovita biljka se koristi i kod lečenja groznice, malarije, bronhitisa, tuberkuloze, vodene bolesti, a poznata je i kao sredstvo protiv opadanja kose. Kada bi ljudi bili svesni njenog delovanja na celokupni organizam, sigurno bi koprivu uvrstili u svakodnevni život.

Kontekst: „Jednom sam savetovala majku sedmero dece, koja je od poslednjeg porođaja neprestano patila od ekcema, da pije čaj od koprive. Ubrzo su ekcemi nestali, a prestale su i glavobolje koje je od onog vremena takođe imala. Pomislila sam da je kod ove žene reč o poremećaju rada bubrega do kojeg je došlo nakon poslednjeg porođaja, pa sam joj savetovala da pije čaj od koprive pošto kopriva sprečava stvaranje peska u bubrezima i bešici. Sa bubrežnim oboljenjima često podruku ide i glavobolja. I zaista, za veoma kratko vreme nestali su i ekcemi i glavobolja.”

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 14

3.5.5 Ehrenpreis

Wissenschaftlicher Name: Veronica officinalis

DE: Ehrenpreis

Anwendung: Der Ehrenpreis hat viele volkstümliche Namen: Allerweltsheil, Grundheil, Bunger, Frauenlist, Wundheilkraut, Heil aller Schäden, Hühnerraute, Köhlerkraut, Männertreu, Veronika und Schlangenkraut. Er ist besonders bekannt dafür, dass er den Juckreiz lindert und ist beim lästigen Altersjucken wärmstens zu empfehlen. Darüber hinaus hat sich der Ehrenpreis bei chronischen Ekzemen und Neurodermitis bewährt. Der Ehrenpreistee wird auch gegen Nervosität und geistiger Überanstrengung angewendet. Die Gedächtnislücken und Nervenschwäche verschwinden in kürzester Zeit und die Konzentration und ein besseres Gedächtnis sind sehr schnell zu bemerken.



Abbildung 5

Kontext: „Da Ehrenpreis in alten Kräuterbüchern auch als Wundkraut angepriesen wird, empfehle ich ihn bei entzündeten und schwer heilenden Wunden, besonders in Schienbeinnähe. Die Wunden werden zuerst mit einem Teeabsud gebadet; später legt man über Nacht Umschläge, die mit einem frisch abgebrühten Tee getränkt wurden, auf die Wunden und hüllt sie warm ein.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 26

B: Razgon – čestoslavica

Primjena: Čestoslavica, u narodu poznata i kao zmijina čestoslavica, šumska veronika, veronika, trava od ušljame, pročišćava krv i na taj način liječi i kožne bolesti. U kombinaciji sa koprivom može čak i da izliječi ekcem. Ova biljka ima ljekovito djelovanje na kožu, a posebno je djelotvorna kod staračkog svraba. Povoljno utiče na želudac i crijeva, te se koristi i kod bolesti disajnih organa. Nadalje je poznata i kao izvanredno sredstvo protiv nervoze, te poboljšava pamćenje i otklanja tzv. blokade memorije.

Kontekst: „Razgon povoljno utiče na želudac (katar i poremećaj rada crijeva), na čišćenje krvi (važan dodatak svih čajeva za čišćenje krvi), pluća (dugotrajni katar za lakše iskašljavanje), jetru (kod žutice), slezinu, bubrege i mokraćni mjehur. Kod ekcema pomaže pomiješana sa vrhovima koprive. Ima umirujuće dejstvo kod nervoze, poboljšava pamćenje i otklanja depresiju. Svjež sok se koristi za saniranje spoljašnjih rana.“

Izvor: Treben, Maria (2006) *Zdravlje iz božje apoteke*, Bosna i Hercegovina, S. 21

K: Čestoslavica

Primjena: Čestoslavica ili veronika je ljekovita biljka koja zaista sadrži mnogo aktivnih tvari poput polifenola, tanina, manitola, smole, eteričnih ulja, vitamina C, K, E i mnoge druge. Jako uspješno liječi mnoga kožna oboljenja uključujući psorijazu i ekceme, te djeluje umirujuće na iritiranu kožu. Potpomaže varenje, sprečava dijareju i ima pozitivan učinak na jetru. Čestoslavica se preporučuje za tretiranje reume, gihta, ali i oboljenja respiratornog sistema. U kombinaciji sa celerom je odlično sredstvo protiv depresije i nervne slabosti.

Kontekst: „Kada su svojedobno Rimljani zauzeli zemlju, koju su nastavali Germani, saznali su od starosjedilaca za ljekovitu biljku, cestoslavicu, koju su Germani iznad svega cijenili. Nazivana je "temeljnim lijekom za sve ozljede" i još ju danas u narodu nazivaju "lijekom za sve". I Rimljani su se, što sam citala u jednom starom bilinaru, uvjerali u njezinu veliku ljekovitu moc. Kada su htjeli iskazati posebnu cast nekom znancu ili prijatelju, govorili su da ima toliko dobrih osobina kao visoko cijenjena cestoslavica.”

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 12

S: Razgon, veronika

Primena: Razgon, u narodu poznat i kao trava od ušljame, vetrovalj, lekovita čestoslavica, prava ili šumska veronika, te bela boća, je najpoznatije efikasno sredstvo protiv staračkog svraba, ali i svih ostalih kožnih obolenja. Osim toga, čaj od razgona se koristi za iskašljavanje sluzi i lečenje respiratornih bolesti. Snižava nivo holesterola u krvi i sprečava zakrčenje krvnih sudova. Pozitivno utiče na organe za varenje i želudac. Tinktura od razgona leči kostobolju, reumu i giht. Za ljude koji se bave umnim radom veronika čini čuda tako što poboljšava memoriju i koncentraciju, te otklanja mentalne blokade.

Kontekst: „Želela bih naročito da ukažem na to da razgon (veronika) ima veličanstveno lekovito dejstvo kada je reč o nervozi koja se javlja kao posledica psihičke prenapregnutosti. Šolja čaja uveče, pre spavanja, svojim umirujućim dejstvom čini čuda. Švajcarski paroh Kingle ovaj čaj za smirenje preporučuje ljudima koji mnogo umno rade. Oni čaj treba da piju pre spavanja. Pamćenje će se poboljšati i neće nestati nesvestice. Veronika pomešana sa korenima celera otklanja slabost živaca i depresiju, a izuzetno povoljno deluje i kod žutice, peska u mokraći i kod bolova zglobova koji se javljaju kao posledica reume i gihta.”

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 18

3.5.6 Frauenmantel

Wissenschaftlicher Name: Alchemilla vulgaris

DE: Frauenmantel

Anwendung: Der Frauenmantel ist noch unter den folgenden Namen bekannt: Frauenhilf, Herrgotts-mäntelchen, Marienkraut, Weiberkittel und Tränen-schön. Der lateinische Name „alkemelych“ stammt aus dem Arabischen und steht für „Alchemie“. Es ist bekannt, dass die Alchemisten im Mittelalter aus dem Tau dieser Pflanze den Stein der Weisen hergestellt haben. Diese Pflanze wirkt sich wohltuend bei Menstruationsstörungen, Wechseljahresbeschwerden und Weißfluss, sowie bei Leberbeschwerden, Magen-Darm-Erkrankungen und schlechtem Schlaf. Außerdem leistet der Frauenmanteltee gute Dienste als Hautlotion bei Ekzemen und Hautausschlägen.



Abbildung 6

Kontext: „In Fällen, in denen sich bei jungen Mädchen die monatliche Regel trotz ärztlicher Medikamente nicht einstellen will, ist es der Frauenmantel zusammen mit Schafgarbe (zu gleichen Teilen gemischt), der alles ins richtige Lot bringt. Frauenmantel wirkt zusammenziehend und sehr rasch heilend, man verwendet ihn auch als wassertreibendes und herzstärkendes Mittel, bei Wundfieber, eitrigen Wunden und vernachlässigten Geschwüren. Nach dem Zahnziehen ist Frauenmanteltee als eines der besten Mittel zu empfehlen.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 27

B: Vrkuta

Primjena: Vrkuta, trava od ušljeme ili biserak je biljka koja ima čudesan učinak na ženske reproduktivne organe. Pomaže kod bijelog pranja, neugodnih pojava u klimaksu, a u kombinaciji sa hajdučkom travom u najkraćem roku reguliše menstrualni ciklus. Vrkuta se koristi za jačanje srca i otkanjanje vode, te za unutrašnje i vanjske rane (npr. Poslije vađenja zuba). Korištenje vrkute se preporučuje trudnicama radi očuvanja ploda, ali i ženama koje su imale težak porod, pa je nužno jačanje stijenki materice.

Kontekst: „Vrkuta steže i vrlo brzo liječi, djeluje i kao sredstvo za otklanjanje vode i jačanje srca. Koristimo ju kod groznice izazvane ranama, gnojnih rana i zapuštenih čireva. Posebno preporučujemo čaj od vrkute nakon vađenja zuba. Nakon višekratnog ispiranjarana zacijeli u jednom danu. Otklanja slabost mišića i udova, te pomaže kod slabokrvnosti. Kod povreda nakon poroda, omlitavljenog trbuha u žena, koje su imale težak porod ili kod sklonosti po- bačaju za učvršćivanje ploda i jačanje stijenki materice vrkuta je velika pomoć.“

Izvor: Treben, Maria (2006) *Zdravlje iz božje apoteke*, Bosna i Hercegovina, S. 65f

K: Vrkuta

Primjena: Vrkuta je biljka koja se od davnina koristi za sve ženske tegobe, od neredovitih i bolnih menstruacija pa do tegoba u klimakterijumu. Pruža veliku pomoć ženama koje su sklone pobačaju ili onima koje su imale težak i kompliciran porod. Korištenje vrkute se toplo preporučuje kod groznice izazvane zapaljenjem rana, gnojnih rana i zapostavljenih čireva. Čak se vjeruje da je ova biljka toliko ljekovita da je u stanju zrelijim ženama vratiti čvrstinu grudi i mlađim djevojkama obnoviti himen. Jača srce i skuplja krvne sudove, te ima visoku stopu uspjeha kod liječenja anemije.

Kontekst: „Vrkuta, koja raste u višim predjelima, u narodu se naziva i srebrnom vrkutom, jer joj se listovi s unutrašnje strane srebrnasto sjaje. Srebrna je vrkuta posebno korisna kod gojaznosti. Dvije do tri šalice čaja dnevno su jako djelotvorne. Dobro djeluje kod nesanice; šeceraši bi ga trebali često piti. Slabunjava djeca vidljivo ojačaju, ako im u vodu za kupanje dodajemo vrkutu ili, još bolje, srebrnu vrkutu. Za jednu kupku uzmemo oko 200 g bilja (Vidi Opći dio, "Potpune kupke"!)."

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 14

S: Virak

Primena: Ova lekovita biljka, u narodu poznata kao rosanica, gospin plašt ili plašt device Marije, je najpoznatije prirodno rešenje za čitav niz ženskih tegoba poput bolnih i obilnih menstruacija, nelagodnih pojava u prelaznom dobu i belog pranja, a u kombinaciji s hajdučicom vrlo povoljno utiče na regulisanje neredovnog menstrualnog ciklusa. Oblik njenih listova asocira na ženski plašt iz srednjeg veka, pa otuda je ova “ženska” biljka i dobila ime. Vrkuta je odličan diuretik i sredstvo za jačanje srca, te se koristi i kod epilepsije, preloma, unutarnjih i vanjskih rana.

Kontekst: „U slučajevima kada se kod mladih devojaka mesečno krvarenje ne uspostavi regularno uprkos lečenju pod nadzorom lekara, upotrebljava se virak pomešan u jednakim delovima sa hajdučkom travom. Ova lekovita biljka deluje tako što skuplja krvne sudove i brzo leči, a koristi se i kao diuretik i sredstvo za jačanje srca, zatim kod groznice zbog zapaljene rane, kod zagnojene rane, pa i nelečenih i zapostavljenih čireva. Čaj od virka se preporučuje kao najbolje sredstvo za prestanak krvarenja posle vađenja zuba. U roku od jednog dana rana će zarasti ako se više puta ispira ovim čajem. On takođe otklanja slabost mišića i udova i pomaže kod malokrvnosti.”

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 19

3.5.7 Goldrute

Wissenschaftlicher Name: *Solidago virgaurea*

DE: Goldrute

Anwendung: Der lateinische Name setzt sich aus den Wörtern „solidus“ und „agere“ zusammen, was dann bedeutet „fest zusammenfügen“. Das deutet darauf hin, dass das Kraut als Wundheilmittel eingesetzt wird. Die Goldrute ist insbesondere bei Nierenbeschwerden zu empfehlen, da sie harntreibend und entzündungshemmend wirkt. Dafür sorgt einer der wichtigsten Wirkstoffe - Leiocarposid. Außerdem findet diese Pflanze auch bei Rheuma, Gicht, Diabetes, Bronchialasthma, Darmentzündung und Blähungen ihre Anwendung.



Abbildung 7

Kontext: „Goldrute wirkt zusammen mit Labkraut und gelber oder weißer Taubnessel selbst bei Nierenschumpfung, Nierenberieselung und Anschluß an die künstliche Niere. In allen drei Fällen konnte ich durch die angeführte Kräuterbehandlung Erfolge erzielen: Ein 52-jähriger Mann, seit Jahren mit unheilbarer Nierenschumpfung von den Ärzten abgeschrieben und in Frührente, kam keuchend und schwitzend über die Stiege in den ersten Stock zu mir und warf sich - nach Atem ringend - in einen Sessel. In einer knappen Woche, nachdem er täglich drei Tassen der angegebenen Teemischung getrunken hatte, ging es ihm schon wesentlich besser. Er verwendete aber alle Kräuter frisch aus der Natur. Nach der dritten Woche war er bereits ohne Beschwerden.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 29

B: Zlatnica

Primjena: Zlatnica koja se u narodu jos naziva i zlatna šiba, štapika ili čelebi-grana je prvenstveno poznata kao najljekovitije sredstvo protiv bubrežnih oboljenja i oboljenja mokraćne bešike. Budući da je zlatnica diuretik, koristi se i kod reume i gihta, te ima pozitivan uticaj na čovjekovu psihu.

Kontekst: „Veliki švicarski travar, piše u svojim zapisima o jednom gotovo 45 - godišnjem muškarcu, koji je patio od teškog bubrežnog oboljenja koje se stalno pogoršavalo. Na kraju mu je odstranjen jedan bubreg. I drugi se bubreg zagnojio i više nije mogao pravilno funkcionirati. Čovjek je tada započeo terapiju sa zlatnicom. Miješao je zlatnicu, broćiku i žutu mrtvu koprivu u jednakim dijelovima, pripravljaio od te mješavine čaj i pio 3 do 4 šoljice dnevno gutljaj po gutljaj, nakon čega su njegove tegobe potpuno nestale, kako je rekao, za 14 dana.“

Izvor: Treben, Maria (2006) *Zdravlje iz božje apoteke*, Bosna i Hercegovina, S. 68

K: Zlatnica

Primjena: Zlatnica ili zlatica je biljka koja je veoma ljekovita kod bolesti bubrega i mokraćne bešike, te se primjenjuje i kod crijevnih tegoba, te krvarenja iz crijeva. Donosi izvrsne rezultate kod otežanog mokrenja koje se vrlo često javlja poslije porođaja. Čaj od zlatice se toplo preporučuje kod psihičkog opterećenja i duševnih tegoba, jer donosi snagu i smirenje.

Kontekst: „Sve psihičke smetnje ljudi odražavaju se na bubrežima. Zato nakon psihičkog šoka bilo zbog iznenadne smrti dragog rođaka ili nekog nesretnog slučaja bubrezi najviše stradaju. Zlatnica se pokazala kao ljekovita biljka koja najbolje utječe na čuvstveni život čovjeka. Stoga svakako valja u depresiji i ostalim psihičkim opterećenjima piti čaj od zlatnice. Anđeo ljekovitoga bilja stoji tik uz zlatnicu. Kao ruku koja miluje i gladi osjećamo umirujuće djelovanje te biljke u teškim psihičkim stresovima. I sam pogled na zlatnicu u prirodi djeluje na nas umirujuće. Moramo biti zahvalni što u našoj blizini postoji biljka koja nam donosi utjehu.”

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 15

S: Zlatnica

Primena: Zlatnica, zlatna rutvica ili štap Sv. Petra ima diuretičko i protuupalno delovanje, te se primenjuje kod čitavog niza bolesti mokraćnih organa, te uspešno otklanja pesak i kamen u bubregu. Ima pozitivan učinak na grlobolju, bronhijalnu astmu i upalu dušnika. Osim toga se koristi kod rana kao što su ubodi i posekotine, te za tretiranje depresije i ostalih psihičkih stanja.

Kontekst: „Zlatnica zajedno sa žutim ivanjskim cvećem i žutom ili belom mrtvom koprivom pomaže čak i kod atrofije bubrega, hidronefroze (vodene bolesti bubrega) i kada je bolesnik priključen na veštački bubreg. U sva tri slučaja sam postigla uspeh u lečenju navedenim biljkama. Jedan 52-godišnji čovek koji je godinama patio od neizlečive atrofije bubrega i kojeg su lekari već bili otpisali pa je morao prevremeno da se penzioniše, zadihan i oznojan se popeo kod mene na prvi sprat i, boreći se za vazduh, stropoštao se u fotelju. Posle tačno nedelju dana, pošto je dnevno pio po tri šolje navedene čajne mešavine, bilo mu je znatno bolje. Napominjem da je sve biljke koristio u svežem stanju, direktno iz prirode. Posle treće nedelje nije više imao nikakve tegobe.“

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 21

3.5.8 Hirtentäschel

Wissenschaftlicher Name: *Capsella bursa-pastoris*

DE: Hirtentäschel

Anwendung: Das Hirtentäschel führt auch die Namen Gänsekresse, Herzel- oder Blutkraut, Löffeldieb, Buren-schinken, Bettseicherle. Wie der Name „Blutkraut“ schon sagt, hat diese Pflanze eine blutstillende Wirkung und hilft bei allen Blutungen, wie zum Beispiel bei Magen-, Darm, Nieren-, Gebärmutter- und Menstruationsblutungen, aber auch bei blutenden Hämorrhoiden. Außerdem gleicht diese Pflanze den Kreislauf aus und hilft sowohl bei zu hohem als auch zu niedrigem Blutdruck. Auch bei Hautekzemen ist das Hirtentäschel wärmstens zu empfehlen.



Abbildung 8

Kontext: „Unser Täschelkraut ist aber auch - ähnlich wie die Mistel - eine kreislaufausgleichende Heilpflanze und sowohl bei zu hohem, als auch zu niedrigem Blutdruck ganz besonders zu empfehlen. Im Gegensatz zur Mistel, die im kalten Ansatz über Nacht hergestellt wird, brüht man diesen Tee. Man nimmt zwei Tassen täglich und hört mit dem Trinken auf, wenn sich der Kreislauf normalisiert hat. Eine ebenso gute Heilwirkung wie die Mistel hat das Hirtentäschel bei Gebärmutterblutungen. Der Tee wird auch in diesem Fall nur eine Zeit lang getrunken.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 31

B: Rusomača

Primjena: Rusomača, koja se u narodu još naziva hoću-neću, poljska preslica ili pastirska torbica, je veoma cijenjena ljekovita biljka koja raste skoro pa svuda. Poznata je po tome što zaustavlja unutarnja krvarenja iz sluznica probavnog sistema, ali i krvarenje vanjskih rana. Povoljno utiče i na pritisak, te pomaže u regulisanju i niskog i visokog pritiska.

Kontekst: „Ona steže krvne sudove, te se zbog toga koristi za zaustavljanje krvarenja želudca, crijeva, nosa i rana, te bubrega, pluća i materice. Rusomača sadrži materiju koja djeluje na ritmičko skupljanje muskulature materice i na peristaltiku crijeva, te se koristi kao sredstvo za pospješivanje trudova i olakšavanje porođaja, zatim za ubrzavanje rada lijenih i sporih crijeva, jer reguliše stolicu. Ljekovito dejstvo ispoljava i u regulaciji krvnog pritiska, i visokog i niskog.“

Izvor: Treben, Maria (2006) *Zdravlje iz božje apoteke*, Bosna i Hercegovina, S. 42f

K: Rusomača

Primjena: Rusomača ili tarčužak je veoma dragocjena biljka koja pokazuje veliki uspjeh u zaustavljanju svih vrsta krvarenja, primjerice krvarenja iz crijeva, želuca, bubrega i nosa, ali i vanjskih rana koje neprestano krvare. Nadalje se koristi i kod neredovitih i oblinih menstruacija, te hemeroida. Krvni tlak dovodi do balansa, a istovremeno je odličan diuretik sa antiseptičkim djelovanjem.

Kontekst: „Dvije do tri šalice čaja od rusomace dnevno pomažu s velikim uspjehom kod svih vrsta krvarenja, kao primjerice kod krvarenja iz nosa, želuca, crijeva i neredovite menstruacije. Oparak od rusomace daje upravo zacudjuće rezultate u rana, u kojih se krvarenje ne može zaustaviti. Kod jakih menstruacijskih krvarenja valja piti dnevno dvije šalice oparenog čaja (na jednu šalicu uzme se puna čajna žlica rusomace) osam do deset dana prije menstruacije. Taj čaj koristimo i za reguliranje menstruacije u pubertetu. U doba klimakterija svaka bi žena trebala piti dnevno dvije šalice čaja kroz četiri tjedna, zatim napraviti pauzu od tri tjedna i tada ciklus ponoviti.”

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 15

S: Rusomača

Primena: Rusomača je dragocena biljka koja je u narodu još poznata i pod nazivima devojačka trava, oću-neću i torbičica. Zaustavlja kako unutrašnja tako i vanjska krvarenja, te se koristi kod bolnih menstruacija i obilnih krvarenja. Rusomača sadrži visoke količine kalijuma, pa na taj način utiče povoljno na srčani mišić. Žene koje pate od prolapsa ili pojave ispadanja materice mogu da imaju veliku korist od ove biljke. Ona jača tkivo materice, pa se ispijanje čaja od rusomače preporučuje i posle porođaja. Pored navedenih beneficija, rusomača pomaže i kod regulisanja krvnog pritiska, arterioskleroze i angine pektoris.

Kontekst: „Narodna imena ove biljke su: tarčužak, oću-neću, devojačka trava, poljska preslica, torbičica, pastirska torbica. Nepravilno nazubljeni listovi obrazuju rozetu sličnu onoj kod maslačka. Stabljika je visoka do 40 cm. Vreme cvetanja: od marta do novembra. Sićušni cvetovi prljavobele boje čine gronju, koja se proteže u dugački oplodni grozd; na tanušnim peteljkaма vise male kožaste mahune srcastog oblika, veoma omiljene kod živine. Čim sneg počne da se topi i nema mraza u prirodi, naša rusomača je opet tu, sveža i zelena.”

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 21

3.5.9 Großer Huflattich, Pestwurz

Wissenschaftlicher Name: Petasites officinalis

DE: Großer Huflattich, Pestwurz

Anwendung: Die Pestwurz wird hauptsächlich für die Vorbeugung von Migräne und Kopfschmerzen eingesetzt. Allgemein findet diese Heilpflanze ihre Anwendung bei allen Schmerzen und Krämpfen. Darüber hinaus hilft sie bei Fieber, Husten, Asthma, Fallsucht, Reizblase, Schlaflosigkeit und Ängstlichkeit.



Abbildung 9

Kontext: „Der große Huflattich wächst an Flußufern und Bächen, Gräben und Waldrändern. Er ist wesentlich größer als der gelbe Huflattich, zu dessen Familie er gehört. Seine Blätter werden hutgroß, sind leicht gezähnt und auf der Unterseite mit einem grauen Flaum bedeckt. Die schmutzigweißen bis blaßrosa, körbchenartigen Blüten sitzen dicht am oberen Teil des Stengels. Man sammelt die fieberwidrige Wurzel, die in Pestzeiten große Beachtung gefunden hat, noch vor der Blütezeit. Der schweißtreibende Tee wird bei Fieber, Atemnot, Gicht und Fallsucht angewendet. Man trinkt tagsüber schluckweise ein bis zwei Tassen.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 33

B: In der Übersetzung fehlt die bosnische Entsprechung.

K: Veliki podbjel

Primjena: Veliki podbjel ili crveni lopuh je biljka koja izaziva znojenje, pa se koristi za skidanje temperature, kod teškog disanja, padavice i gihta. Listovi velikog podbjela pomažu kod svih upaljenih rana, uganuća i iščašenja.

Kontekst: „Podbjel raste na obalama rijeka i potoka, jarcima i na obroncima šuma. On je bitno veći od žutoga podbjela u čiju porodicu pripada. Listovi dostignu veličinu šešira, slabo su nazupčani i na donjoj strani prekriveni sa sivim dlačicama. Prljavobijeli do svjetloružicasti košarasti cvjetovi zbijeni su na gornjem dijelu stabljike. Još prije cvjetanja vadimo korijenje, izuzetno cijenjeno u doba kuge, zbog toga što skida temperaturu. Čaj izaziva znojenje, pa ga koristimo kod temperature, teškoga disanja, gihta (kostobolje) i padavice. Tijekom dana valja popiti jednu do dvije šalice čaja, u gutljajima.“

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 17

S: Veliki podbel, repuh

Primena: Veliki podbel ili repuh se upotrebljava kod groznice, otežanog disanja i padavice. Osim toga, repuh ima pozitiven učinak na giht, iščašenja i upaljene rane.

Kontekst: „Koren velikog podbela se vadi pre cvetanja biljke i dobar je protiv groznice; u vreme epidemija kuge bio je mnogo cenjen. Čaj od velikog podbela izaziva znojenje i zato se upotrebljava kod temperature (groznice), zatim kod gušenja, gihta i padavice (epilepsije). U toku dana treba u gutljajima piti do dve šolje ovoga čaja. Veliki sveži listovi repuha koriste se za obloge ne samo kod uganuća, iščašenja i izranavljenih stopala nego i kod bilo koje vrste gangrene, zloćudnih tumora i rana koje peku.“

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 23

3.5.10 Huflattich

Wissenschaftlicher Name: Tussilago farfara

DE: Huflattich

Anwendung: Der Huflattich hat eine schleimlösende und entzündungshemmende Wirkung und wird vor allem bei Heiserkeit, Reizhusten, Asthma, Bronchitis, Kehlkopf-, Augen- und Ohrenentzündung angewendet. Diese Pflanze, deren botanischer Name „tussilago“ Husten bedeutet, enthält Flavonoide, die Krämpfe lindern und dadurch das Atmen erleichtern. Seine volkstümlichen Namen sind Rosshuf, Bachblümlein, Tabakraut und Ladderblätter. Darüber hinaus ist der Huflattich auch bei anderen Erkrankungen wirksam, wie zum Beispiel bei Darmentzündung, Nerven- und Kopfschmerzen, Gastritis und Frühjahrsmüdigkeit.



Abbildung 10

Kontext: „Von den Naturärzten des Altertums bis zu Pfarrer Kneipp herrscht über den Huflattich einhelliges Lob. Die frischen Blätter gewaschen und als zerdrückten Blätterbrei auf die Brust gelegt, helfen bei jeder schweren Lungenerkrankung, bei Rotlauf und bei Gewebeverletzungen, die blaurote Anschwellungen haben und sogar bei Schleimbeutelentzündungen. Die Wirkungen dieser Breiumschläge sind verblüffend. Umschläge mit starkem Absud von Huflattichblättern werden bei skrofulösen Geschwüren angewendet. Huflattichdämpfe, sowohl von Blüten als auch von Blättern, sollen bei chronischer Bronchitis mit einhergehenden Anfällen und erstickender Atemnot mehrmals am Tag eingeatmet werden. In kürzester Zeit stellt sich eine große Erleichterung ein. Geschwollene Füße sollten Sie öfters in einem Absud aus Huflattichblättern baden.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 34

B: Podbjel

Primjena: Narodna imena pod kojim je poznata ova biljka su lepuh, repušina, konjsko kopito i vinogradska kopačica. Kao što se može zaključiti iz latinskog naziva, podbjel se prvenstveno koristi protiv svih oboljenja pluća i grla kao što su astma, bronhitis, tuberkuloza pluća i katar disajnih organa. Takođe pomaže i kod uporne promuklosti i pušačkih tegoba. List ove dragocjene biljke je poznat lijek narodne medicine koji se primjenjuje za upale, posjekotine i ubode.

Kontekst: „Sa svojim rastvarajući i protuupalnim svojstvima uspješno liječi bronhitis, katar grla i ždrijela, bronhalnu astmu i porebriću, jednako kao i tuberkulozu pluća. Kod dugotrajnog kašlja i uporne promuklosti valja češće preko dana piti jako vruć podbjelov čaj s medom.“

Izvor: Treben, Maria (2006) *Zdravlje iz božje apoteke*, Bosna i Hercegovina, S. 70

K: Podbjel

Primjena: Podbjel, poznat i pod narodim imenima lapuh, lepuh, konjsko kopito i pustica, je najpoznatiji lijek alternativne medicine za kašalj, promuklost, bronhijalnu astmu i katar grla i ždrijela. Koristi se također za obloge za ublažavanje svih upalnih reakcija, posebice upala vena, posjekotina i opekotina. Pored toga, podbjel se preporučuje i kod manjka apetita, gastritisa i upale crijevnog trakta.

Kontekst: „Kod astme i dugotrajnih bronhijalnih i pušačkih tegoba, u proljeće nam izvrsno pomažu dvije do tri čajne žlice svježe istisnutoga soka podbjelova lišća pomiješana s mesnom juhom ili toplim mlijekom. Kod upale vena možemo od svježih, istucanih listova i svježoga skorupa (vrhnja) pripremiti tvar sličnu masti koju stavljamo na upaljena mjesta i lagano zatim povežemo s krpom. Svježe istisnut sok podbjelova lišća nakapan u uho pomaže kod bolova u uhu.”

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 18

S: Podbel

Primena: Podbel, poznat i kao kozja brada, belo kopitnjakovo lišće i konjski lopuh, leči gnojne rane, posekotine i otekline te upaljene vene. Uspješno deluje na probavne grčeve, gastritis i zapaljenje creva, ali istovremeno pročišćava krv i otvara apetit. Ipak podbel je prvenstveno poznat kao dragoceni prirodni lek za stišavanje i lečenje napada astme, tuberkulozu pluća i uporni kašalj. Zovu ga i “lekovitim korovom”, a svakako je neizostavan u svim čajevima protiv kašlja.

Kontekst: „Od prirodnjaka i travara staroga veka do sveštenika Knajpa svi su jedinstveni u hvaljenju podbela. Sveži oprani listovi izgnječeni u kašu i upotrebljeni kao oblog pomažu kod svakog težeg oboljenja pluća, kod crvenog vetra i kod povreda tkiva s crvenomodrim oteklinama i upali sluzne kese (ciste). Dejstvo ovih obloga je zapanjujuće. Oblozi sa jakim ekstraktom od listova podbela primenjuju se kod skrofuloznih čireva. Inhalacija parom bilo od cvetova, bilo od listova podbela treba da se primenjuje više puta dnevno kod hroničnog bronhitisa i kod iznenadnih napada gušenja.”

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 24

3.5.11 Johanisskraut

Wissenschaftlicher Name: Hypericum perforatum

DE: Johanniskraut

Anwendung: Johanniskraut, im Volksmund auch Jesuswundenkraut, Johannisblut, Alfblut und Mannskraft genannt, hat eine beruhigende Wirkung auf die Nerven und wird vor allem bei Depression, Stimmungsschwankungen, Unruhe, Nervosität und Angst angewendet. Schon in der Antike war das Johanniskraut dafür bekannt, dass es bei Muskelschmerzen und Wunden hilft. Zur Behandlung von Brandwunden, Entzündungen, Verbrennungen und Stichverletzungen ist das Johannisöl ein ausgezeichnetes Mittel. Darüber hinaus wirkt sich das Johanniskraut positiv auf das Verdauungssystem aus, indem es die Magenbeschwerden und Darmentzündung lindert.



Abbildung 11

Kontext: „Am Johannistage, dem Sinnbild heiliger Licht- und Wärmekräfte, erstrahlt das Johanniskraut in seiner herrlichsten Blütenpracht. In früherer Zeit flochten Mädchen Kränze daraus, und wer um das Johannisfeuer tanzte, mußte einen Kranz aus Johanniskraut, die Johanniskrone, tragen. In dieser geheimnisvollen Nacht wurden auch Zweige davon ins Wasser gestreut und das jungfräuliche Mädchen sah am Aufblühen der verwelkten Blüten, wie es im nächsten Jahr mit dem Freier bestellt sein würde.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 36

B: Kantarion

Primjena: Kantarion ili gospina trava je veoma ljekovita biljka koja se već od davnina koristi za tretiranje depresije, promjena raspoloženja, nervoze i nemira. Odličan je lijek protiv glavobolje i migrene, upale grla, astme i bronhitisa. Osim toga, kantarion je veoma korisno sredstvo za zarastanje rana, posjekotine i opekotine, upale kože, herpes, modrice i ekceme. Pospješuje rad jetre i bubrega, te ubrzava izbacivanje bubrežnog kamena i pijeska. Utrljavanje kantariona ublažava bolove, tako da se primjenjuje kod bolova u leđima, krstobolje, reume, gihta i išijasa.

Kontekst: „Najviše se upotrebljava ulje od gospine trave, koje se najviše koristi u liječenju rana, ali i za unutrašnju upotrebu. Ulje se stavlja na rane koje teško zacjeljuju, na starije opekline, a isprobano i dokazano kod zubara, prilikom vađenja zuba, rane bolje zacjeljuju ako se u njih stavi tampon namočen u ulje gospine trave.“

Izvor: Treben, Maria (2006) *Zdravlje iz božje apoteke*, Bosna i Hercegovina, S. 38

K: Gospina trava

Primjena: Gospina trava spada u ljekovite biljke koja je od davnina poznata i jako cijenjena. Čaj od Gospine trave pomaže kod svih oštećenja nervnog sistema i živčanih tegoba, nesanice i depresije. Ulje od Gospine trave se koristi kod otvorenih rana, podljeva i posjekotina, ali i masiranje kod neuralgija, reumatizma, išijasa i lumbaga. Pospješuje rad crijeva i zaustavlja proljev. Uporaba ulja od Gospine trave se preporučuje i kod oteknuća žlijezda, te u kratkom roku eliminiše otok i bolove.

Kontekst: „Na Ivanje, simbol snage svete svjetlosti i topline zažari Gospina trava u svojoj veličanstvenoj cvjetnoj raskoši. U ranijim su vremenima djevojke plele od nje vijence i svi koji su plesali oko ivanjskih krjesova morali su nositi vijenac od Gospine trave, ivanjsku krunu. U toj su tajanstvenoj noći također bacali u vodu grančice Gospine trave i mlada je djevojka nakon ponovnoga procvata vec uvelih cvjetova mogla vidjeti hoće li sljedeće godine imati obožavatelja. U Gornjoj Austriji po starom običaju seljak stavlja biljku između dva komada kruha i s tim hrani stoku i tako ju štiti od bolesti. Danas se nažalost taj starodrevni narodni običaj sačuvao samo u rijetkim religioznim seljačkim obiteljima.”

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 19

S: Kantarion

Primena: Kantarion, u narodnoj medicini poznat i pod imenom Gospina trava, je najbolje prirodno sredstvo za psihičke tegobe poput depresije, nervoze, nesanice i napada histerije. Kantarion često i doktori prepisuju kao lek za depresiju. Ova lekovita biljka takođe ima pozitivan uticaj na creva i jetru, te pospešuje probavu i zaustavlja dijareju. Kod otvorenih rana, posekotina, upala kože i oteklih žlezda kantarion čini čuda. Masaža kantarionovim uljem ublažava bolove u leđima, te tegobe prouzrokovane išijasom ili reumom. Kod mladih devojaka u kratkom vremenskom roku reguliše neredovne menstruacije.

Kontekst: „I protiv trigeminusne neuralgije se možemo boriti ako dnevno pijemo dve do tri šolje čaja od kantariona a spolja tokom dužeg vremena u obolela mesta utrljamo ulje od ove biljke. Kao "arnika živaca" označava se jedna tinktura od kantariona koju i sami možete da napravite i da je uspešno upotrebite kod nervnih tegoba, kod upala živaca, neuroza, nesanice i kod živčane slabosti. Ona se kao tinktura upotrebljava spolja, za utrljavanje, ili se pije 10 do 15 kapi dnevno sa velikom kašikom vode.”

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 25

3.5.12 Kalmus

Wissenschaftlicher Name: Acorus calamus

DE: Kalmus

Anwendung: Diese Wasserpflanze hat viele volkstümliche Namen: Magenwurz, Kalmuswürze, Ackermann, Acker- oder Brustwurz, Bajonettstangen. Man bezeichnete ihn auch als „deutschen Ingwer“. Der Kalmus ist ein wirksames Mittel gegen Kopf- und Zahnschmerzen, Erschöpfung und Entzündungen der Mundschleimhaut. Er hat eine appetitanregende Wirkung und hilft sehr gut bei Darm- und Magenkrämpfen, Blähungen und Magengeschwüren. Außerdem enthält diese Heilpflanze das Asaron, das dem Kalmus eine aphrodisierende Wirkung nachsagt.



Abbildung 12

Kontext: „Die Kalmuswurzel wird nicht nur wegen ihrer stärkenden Kräfte bei allgemeiner Schwäche der Verdauungsorgane, bei Magen- und Darmblähungen sowie bei Kolikanfällen angewendet, sondern sie leistet auch bei Drüsenerkrankungen und Gicht beste Hilfe. Die Wurzel trägt zur Erwärmung und Entschleimung des phlegmatischen Magens und Darms un- gemein viel bei. Bei Stoffwechsel- und Darmträgheit kann man sie ebenso empfehlen, wie bei Bleichsucht und Wassersucht.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 38

B: In der Übersetzung fehlt die bosnische Entsprechung.

K: Iđirot

Primjena: Iđirot, u narodu poznat kao mirisni korijen, sabljjar, kalamus ili vodena sabljica, je poznat po svom ljekovitom djelovanju na probavne organe. Pomaže kod općenite slabosti organa za probavu, nadutosti, lijenih crijeva, grčeva i povraćanja. Čaj od iđirota se preporučuje i kod slabokrvnosti, vodene bolesti, te gihta. Povećava tek i pruža pomoć pušačima u odvikavanju od pušenja. Iđirotove kupke su odlična pomoć za ozeblina i druge ozljede koje nastaju uslijed smrzavanja, a iste uspješno pomažu i kod hladnih ruku i nogu.

Kontekst: „Neobicno mršavi ljudi, koji nisu izgubili svoju težinu zbog pomanjkanja dobre ishrane, trebaju piti čaj od iđirotova korijena i katkada koristiti potpune kupke s dodatkom iđirota. Iđirot otklanja manjak apetita, pomaže kod oštećenja bubrega i dobro je sredstvo za pročišćavanje cijeloga tijela. Čaj štoviše pomaže i djeci koja ne probavljaju žitarice, što je u posljednje vrijeme ucestala pojava. Osušeni korijen, polagano žvakan, može pušacu pomoci u

odvikavanju od pušenja. Slab vid se može popraviti, ako svježe istisnutim sokom idirotova korijena češće mažemo zatvorene ocne kapke.“

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 20

S: Iđirot

Primena: Ova biljka poseduje čitav niz narodnih imena: baban, kolmež, mačinac, vodeni božur, meček, mirisava trska. Iđirot je u Kini prozvan kao „biljka koja produžava život“. Ispijanje čaja od idirota se preporučuje kod tromosti creva i želuca, prekomernih plinova i dugotrajne slabosti organa za varenje. Manjak apetita i gađenje prema jelu se takođe uspešno tretira čajem od idirota. Osim toga, ovaj čaj je odličan izbor za decu koja ne podnose žitarice (gluten). Poboljšava cirkulaciju i otklanja slabokrvnost.

Kontekst: „Koren iđirota se zbog svog dejstva da jača organizam koristi ne samo kod opšte slabosti organa za varenje, kod nadutosti želuca i creva i grčeva nego izvanredno pomaže i kod oboljenja žlezda i kod gihta. Takođe izuzetno mnogo doprinosi pokretanju tromog želuca i tromih creva i otklanjanju katara ovih organa. Preporučuje se i kod usporenog metabolizma i lenjosti creva, kao i kod bledila kože i vodene bolesti.“

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 27

3.5.13 Kamille

Wissenschaftlicher Name: Matricaria chamomilla

DE: Kamille

Anwendung: Die Kamille gehört zur Gruppe der am häufigsten verwendeten Heilpflanzen. Sie wird auch Mutterkraut, Hermel, Feld- oder Kornkamille und Drudenkraut genannt und im alten Ägypten trug sie den besonderen Namen „Blume des Sonnengottes“. Schon im Mittelalter war die wohltuende Wirkung der Kamille bei allen Frauenbeschwerden bekannt und deswegen wurde diese Pflanze vor allem in der Frauenheilkunde eingesetzt. Dem ätherischen Öl der Kamille werden zahlreiche positive Eigenschaften zugeschrieben,



Abbildung 13

unter anderem hat es eine entzündungshemmende und krampflösende Wirkung, weshalb die Kamille bei allen Krämpfen, Blähungen, Magen- und Darmleiden, Sodbrennen und Durchfall verwendet wird. Kamillenblüten eignen sich gut zur Behandlung von Hauterkrankungen, Wunden, sowie juckenden Hautausschlägen. Sie wird auch zum Inhalieren verwendet und hilft bei Erkrankungen der Atemwege und Erkältungen. Darüber hinaus wirkt sie beruhigend auf das Nervensystem und wird bei Nervosität und innerer Unruhe angewendet.

Kontext: „Die Kamille wirkt schweißtreibend, beruhigend und krampfstillend, außerdem desinfizierend und entzündungshemmend bei Entzündungen aller Art, besonders der Schleimhäute. Äußerlich verwendet man als Umschläge und Waschungen die Kamille bei entzündeten Augen, Bindehautentzündungen, bei juckenden und nässenden Hautausschlägen, zum Gurgeln bei Zahnschmerzen, zu Waschungen von Wunden. Bei einem Ärger sollte man sich jedesmal eine Schale Kamillentee brühen; die Beruhigung tritt sofort ein, bevor noch das Herz Schaden erleidet. Sehr zu empfehlen ist ein trockenes Kräuterkissen als warme Auflage auf schmerzende Stellen.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 41

B: In der Übersetzung fehlt die bosnische Entsprechung.

K: Kamilica

Primjena: Kamilica spada u najstarije lijekove narodne medicine. Efikasan je lijek protiv osipa na koži, opekotina, zapaljenja kože i sluzokože, te rana i čireva, a uporaba kamilice kod klistiranja i ispiranja ojeda i polnih organa je visoko preporučljiva. Pomaže kod oboljenja želuca, crijeva, jetre, grčeva i nadutosti. Čaj od kamilice ima umirujuće dejstvo, te se stoga koristi kod nervoze, nesanice, unutarnjeg nemira i premorenosti. Inhalacija pare kamilice dovodi do brzog poboljšanja kod prehlade i upale sinusa.

Kontekst: „Kamilica pospješuje probavu, a da ne izazove proljev zbog cega je podesna za liječenje hemoroida, koje vanjskom primjenom možemo liječiti s kamilicinom mašću. Tu mast možemo koristiti i za liječenje rana. Hunjavica i zacepljenost nosa brzo se lijece inhaliranjem kamilicinih para. Jasno je da nakon inhaliranja moramo ostati u toplom. Ulje od kamilice koristilo se još u antici za masažu u slučajevima neuralgije i trganja u udovima. Stari su Egipćani kamilicu cijenili kao cvijet boga Sunca zbog njezina djelovanja na skidanje temperature. Ime Matricaria potjece od latinskog "mater" što znaci majka, kamilica se, dakle, koristila kod bolesti majki i žena. U starim bilinarima citamo da ulje kamilice otklanja umor udova, a kamilica skuhana u vodi i stavljena na bolesni mjehur, ublažava bolove.“

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 23

S: Kamilica

Primena: Kamilica je jedna od najpoznatijih lekovitih biljaka i skoro da ne postoji domaćinstvo koje je ne koristi. Ona pomaže kod niza oboljenja i tegoba, a budući da ima antibakterijsko i umirujuće dejstvo, koristi se kod svih upala kože i sluzokože, osipa, rana, ali i za ispiranje očiju, nosa, ušiju, usta i zubnog mesa. Potpomaže pražnjenje creva i leči hemoroide, a čaj od kamilice se preporučuje i kod nadutosti, izostanka menstruacije i kod oboljenja želuca, bubrega i jetre. Snižava telesnu temperaturu, a inhaliranje pare kamilice leči kijavicu i upalu sinusa. Osim toga, kamilica se pije kod duševne klonulosti, iscrpljenosti, nervoze i razdražljivosti.

Kontekst: „Ulje od kamilice upotrebljavalo se još u antička vremena - utrljavalo se kod neuralgija i reumatizma zglobova. Kod starih Egipćana kamilica se zbog ublažavajućeg dejstva na groznicu i snižavanja temperature smatrala cvetom boga Sunca. Naziv Ma1psapa dolazi od latinskog tater- majka, što znači da se upotrebljavala kod bolesti majki i žena. Imala sam prilike da u starim knjigama o lekovitom bilju pročitam da se utrljavanjem ulja od kamilice otklanja zamor udova, a kamilicom skuvanom u vodi i kao oblog stavljenom na bešiku ublažavaju bolovi.“

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 29

3.5.14 Käsepappel, Malve

Wissenschaftlicher Name: Malva vulgaris

DE: Käsepappel, Malve

Anwendung: Im Volksmund wird die Käsepappel auch Gänsepappel, Käslein, Krallenblumen, Schafkas, Schwellkraut und Hasenpappel genannt. Mit ihren schleim-lösenden und reizmildernden Eigenschaften findet sie bei allen Erkrankungen der Atmungsorgane ihre Anwendung. Der Malventee wird vor allem bei Bronchitis, Heiserkeit, Bronchialkatarrh und Reizhusten empfohlen. Er bewährt sich auch bei Gastritis, Entzündungen der Blase, Magengeschwüren, Zahnfleisch- und Kehlkopfentzündungen. Man verwendet die Käsepappel sehr oft bei den Hautkrankheiten, Gesichtsalergien, Abszessen, Geschwüren, Wunden und geschwollenen Füßen oder Händen. Die Malve galt in der Antike sogar als Schwangerschaftstest.



Abbildung 14

Kontext: „Auch bei Lungenverschleimung, Bronchialkatarrh, Husten und starker Heiserkeit kann sie besonders empfohlen werden, aber auch bei Kehlkopf- und Mandelentzündung und trockenem Mund. Um die Schleimstoffe nicht zu vernichten, setzt man sie im sogenannten Kaltansatz über Nacht an. Als Tagesration nimmt man zwei bis drei Tassen leicht angewärmt und schluckweise. Sogar bei überaus hartnäckigem und oft als unheilbar hingestelltem Lungenemphysem, das mitunter schwerste Atemnot hervorruft, hilft Käsepappel ausheilend. Man trinkt mindestens drei Tassen am Tag, wie oben erwähnt, und gibt über Nacht die abgeseihten und gut erwärmten Blätter und Blüten als Umschläge über Bronchien und Lunge.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 43

B: In der Übersetzung fehlt die bosnische Entsprechung.

K: Crni sljez

Primjena: Crni sljez, koji se još naziva veliki sljez, divlji sljez, guščja trava, sitna sljezovača ili purja trava, se prije svega koristi kod upala disajnih organa i ždrijela, te za ispiranje nosa i grla. Uspješno liječi upalu grla, kašalj i promuklost. Crni sljez je blago sluzno sredstvo, pa se stoga preporučuje kod probavnih tegoba, gastritisa, upale mokraćnih puteva i zubnog mesa. Ispiranje toplim sljezom je odličan lijek za oboljenja kože, alergije, otoke ruku ili nogu, rane i bolesti očiju.

Kontekst: „Čaj od crnog sljeza prije svega pomaže kod upale sluznica u organizmu, gastritisa, upale sluznice mjehura, crijevnih i želučanih kanala, usne šupljine, kao i kod čira na želucu i crijevima. U tom slučaju možemo pripremiti juhu od lišća crnoga sljeza i ječma. Najprije skuhamo ječam i kada se ohladi, dodamo listove crnoga sljeza. Također ga možemo toplo preporučiti kod plućnoga i bronhalnoga katara, kašlja i jake promuklosti kao i pri upali grla, krajnika i suhih usta.“

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 24

S: Crni slez

Primena: Crni slez, u narodu poznat i kao planinski slez, ćureća trava i guščernjak, je sredstvo koje pomaže kod upala sluznica mnogih organa, tako da je čaj od ove lekovite biljke prvenstveno delotvoran kod gastritisa, upale sluznice mokraćne bešike, promuklosti, upala grla, upornog kašlja i emfizema. Obloge od crnog sleza se koriste za suve oči, a pored toga su efikasne i kod upala kože i zubnog mesa, alergija, rana i otečenih ruku i nogu.

Kontekst: „Kod nedostatka suzne tečnosti izvanredno su se pokazali kupke i oblozi s mlakim čajem od crnog sleza. Sušenje očiju nije česta pojava, ali je veoma neprijatno i bolesnika u izvesnom smislu čini bespomoćnim. Kod alergijskih osipa na koži lica koji svrbe i peckaju, umivanje mlakim čajem od crnog sleza veoma prija. Spolja se crni slez upotrebljava kod rana, čireva i otoka nogu ili ruku koji potiču od preloma ili od upala vena. U ovim slučajevima primenjuju se kupke nogu ili ruku (vidi načine upotrebe).“

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 31

3.5.15 Labkraut

Wissenschaftlicher Name: Galium verum

DE: Labkraut

Anwendung: Das Labkraut, noch bekannt als Wundkraut, Klaber- oder Klebgras, Hafta und Zaunkleber, leistet im Bereich der Heilkräuterkunde gute Dienste. Als Frischsaft findet das Labkraut bei Hautproblemen seine Anwendung. Es soll auch bei Hysterie, Nervenleiden und epileptischen Anfällen helfen. Darüber hinaus hat es eine reinigende Wirkung auf Nieren, Leber, Milz und Bauchspeicheldrüse. Der Labkrauttee eignet sich zur Behandlung von Stimmbänderlähmungen, Nierenleiden, Gebärmutterbeschwerden und sogar krebsartigen Hautleiden.



Abbildung 15

Kontext: „In letzter Zeit häufen sich Fälle von Stimmbänderlähmungen. Es scheint sich hier wahrscheinlich um eine Viruserkrankung zu handeln. Gurgeln und Spülen mit Labkrauttee schaffen rasch Abhilfe. Nach dem Schweizer Pfarrer Künzie ist er auch ein zuverlässiges Mittel bei schwersten Nierenleiden oder Nierenvereiterungen, selbst wenn alle anderen Mittel versagen. Ganz besonders wirksam, wenn Labkraut zu gleichen Teilen mit Waldgoldrute und Gelber Taubnessel gemischt wird. In diesem Fall zeigt sich die Wirkung sehr rasch. Er spricht von 14 Tagen. Der Tee wird nur gebrüht und vorerst eine halbe Tasse nüchtern 30 Minuten vor dem Frühstück, der Rest tagsüber schluckweise getrunken. Bei schwerer Erkrankung soll man vier Tassen am Tag nehmen.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 47

B: In der Übersetzung fehlt die bosnische Entsprechung.

K: Broćika

Primjena: Broćika je poznata po tome da pročišćava limfni sustav, ali i gušteraču, slezenu, jetru i bubrege. Ukoliko su otečene limfne žlijezde, preporučuje se ispijanje čaja od broćike, jer ih on postepeno čisti i potiče na normalnu funkciju. Izvana se ovaj čaj primijenjuje kod svih kožnih bolesti, akni i potkožnih čireva. Spriječava padavicu i histeriju.

Kontekst: „Čaj od broćike pročišćava bubrege, jetru, gušteraču i slezenu, i sprečava nastanak bolesti. Tko ima smetnje u sustavu limfnih žlijezda mora taj čaj piti svakodnevno. Učinkovit je i u slučajevima slabokrvnosti u mladim djevojaka, vodenebolesti i probadanja u slabinama. Čaj primijenjen izvana vrlo brzo pomaže kod svih kožnih bolesti, rana, potkožnih čireva i

bubuljica. Umivanje s toplim čajem zateže kožu na svenulom licu. Vrlo uspješno djeluje i svježe istisnut sok, ako njime dnevno mažemo oboljelo mjesto na koži i pustimo da se osuši.“

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 26

S: Ivanjsko cveće

Primena: Ivanjsko cveće je biljka koja zauzima posebno mesto u narodnoj medicini. Ova biljka pre svega ima funkciju pročišćavanja organizma, a posebno pročišćavanja jetre i slezene, te gušterače i bubrega. Koristi se kod slabokrvnosti i vodene bolesti, a istovremeno sprečava napade histerije, epilepsije i nervne bolesti. Pored toga, ivanjsko cveće se primenjuje kod oboljenja štitnjače i oduzetosti glasnih žica. Vanjska primena ivanjskog cveća leči mnoga kožna oboljenja, uključujući i zloćudne tumore.

Kontekst: „U narodnoj medicini se ivanjsko cveće preporučuje i kod epilepsije, histerije, horeje (grčenja mišića usled kojeg nastane čudno kretanje udova ili trupa, glave i lica - prim.prev.), nervnih bolesti, zastoja urina i tegoba kod peska i kamena u bubregu. Čaj pomaže kod gušavosti ako se tokom dana grlo energično ispira njime. Jedna žena mi je ispričala kako se čajem od ivanjskog cveća oslobodila ne samo guše nego i oboljenja štitaste žlezde.”

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 33

3.5.16 Löwenzahn

Wissenschaftlicher Name: Taraxacum officinale

DE: Löwenzahn

Anwendung: Der Löwenzahn, im Volksmund noch Butter- oder Mönchsblume, Milchstock, gebräuchliche oder gemeine Kuhblume und Wiesen-Löwenzahn genannt, wächst von allein und hat eine harntreibende, tonisierende, blutbildende, magen- und leberstärkende Wirkung. Er hilft sehr gut bei Gallenleiden, sowie bei Magen- und Leberbeschwerden. Der Löwenzahn enthält auch Bitterstoffe, die das Immunsystem stärken. Außerdem wird er zur Behandlung von Verdauungsbeschwerden, Blähungen, Völlegefühl und Verstopfung genutzt. Diese Pflanze wird noch bei rheumatischen Erkrankungen, Pickeln, Ekzemen, Allergien und Warzen empfohlen.



Abbildung 16

Kontext: „Heute weiß ich, daß frische Blütenstengel, täglich fünf bis sechs Stück roh genossen, bei chronischer Leberentzündung (heftig stechender Schmerz bis unter das rechte Schulterblatt) rasch Hilfe bringen. Sie helfen auch bei Zucker. Zuckerkrankte sollten diese Stengel, täglich bis zehn Stück, essen, solange der Löwenzahn in Blüte steht. Die Stengel samt Blüten werden gewaschen, dann erst die Blütenköpfe entfernt und langsam gekaut.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 49

B: Maslačak

Primjena: Maslačak se smatra najrasprostranjenijim korovom i ne bi trebao izostati u kućnoj apoteci. Sadrži gorke materije koje podstiču varenje i apetit, ali i rad cijelog kardiovaskularnog sistema. Pozitivno utiče i na pročišćavanje krvi i bubrega, liječi reumu i giht, te reguliše neredovne menstruacije. Osim toga, maslačak uspješno liječi poremećaje u radu žuči i jetre. Ljekovito mlijeko od maslačka je bilo poznato još u staroj Grčkoj i koristilo se kod bradavica, fleka i akni, plikova i ujeda insekata.

Kontekst: „Posebno se preporučuje dijabetičarima, osobito da svakodnevno upotrebljavaju u ishrani stabljike ove biljke (stabljike polako žvakati). Stabljika je pomalo gorkog ukusa, hrskava je i sočna, i jede se kao list salate. Preporučljiv je kod kožnih bolesti, gojaznosti, mišićnog reumatizma, otoka srčanog porijekla. Jača slezinu i pankreas, te je dobar za dijabetičare.“

Izvor: Treben, Maria (2006) *Zdravlje iz božje apoteke*, Bosna i Hercegovina, S. 22f

K: Maslačak

Primjena: Maslačak ima čitav niz narodnih imena: žutonica, mliječnjak, kravlja gubica, popina pogačica, talijanska salata i radič. Maslačak je nadasve ljekovita biljka koja pomaže kod mnogobrojnih tegoba, između ostalog kod fleka i akni, alergija, kožnih ekcema i uboda. Odličan je lijek kod kronične upale jetre, a pomaže također i kod šećerne bolesti. Stabljike od maslačka vrlo bezbolno rastvaraju žučne kamence, te regeneriraju jetru. Maslačak čisti krv, podstiče cirkulaciju i pomaže kod anemije.

Kontekst: „Korijenje maslačka, sirovo, ali i osušeno, upotrijebljeno kao čajni iscjedak pročišćuje krv, pospješuje probavu, znojenje i mokrenje te djeluje okrepljujuće. Čini krv žitkom i odlično je sredstvo protiv grušanja krvi. U starim bilinarima piše da su žene nekada koristile oparak od biljke i korijena kao sredstvo za ljepotu. S tim su njegovale umivanjem oči i lice i "nadale se, da će tako imati ljepšu put". Maslačak se ubraja u one biljke za koje nema zimskog sna i čiji listovi tjeraju i u zimskom razdoblju.”

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 28f

S: Maslačak

Primena: Maslačak, u narodu poznat i kao vetrokaz, popino guvno i milosavka, je veoma dragocena biljka koja leči niz oboljenja i tegoba, a prvenstveno je poznata kao odlično sredstvo za podsticanje rada jetre i žuči. Regeneriše jetru, uspešno uklanja žučni kamenac, te ubrzava izlučivanje mokraće. Pored svega navedenog, maslačak ubrzava metabolizam, ali i pojačava apetit i varenje. Upotreba maslačkase toplo preporučuje i dijabetičarima, jer u kratkom vremenskom roku reguliše nivo šećera u krvi. Ljekovit je i za sve promene na koži kao što su osipi, alergije, plikovi, akne i bradavice.

Kontekst: „Stabljike pomažu i kod drugih tegoba. Otklanjaju svrab kože, lišajeve i osipe, popravljaju sastav želudačnog soka, a želudac čiste od svakojakih štetnih materija. Sveže stabljike mogu bezbolno da rastvore kamen u žuči, te podstiču rad jetre i žuči. Osim mineralnih soli, u maslačku se kriju i važne lekovite i gradivne materije koje su veoma bitne u lečenju poremećaja metabolizma. Zbog svog dejstva pročišćavanja krvi pomaže kod gihta i reume; otok žlezda se povlači ako se tri do četiri nedelje drži kura sa svežim stabljikama. Maslačak se uspešno primenjuje i kod žutice i oboljenja slezine.”

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 35

3.5.17 Mais

Wissenschaftlicher Name: Zea Mays

DE: Mais

Anwendung: Der Mais hat einen hohen Anteil an Ballaststoffen und hilft somit bei Verdauungsproblemen. Die Wirkung dieser Pflanze ist harntreibend und deswegen wird sie bei Harnwegserkrankungen und Blasenentzündungen eingesetzt. Der Mais fördert die Ausscheidung und erleichtert das Abnehmen. Zudem wird er bei Stoffwechselstörungen, Verstopfung, Gicht, Nierensteinen und Bluthochdruck angewendet. Auch im Kosmetikbereich wird der Mais verwendet, da er sich positiv auf das Hautbild auswirkt. Außerdem steigert er die Konzentration und stimuliert das Zellwachstum.



Abbildung 17

Kontext: „Bei Erkrankung der Harnorgane mit Steinbildung, bei Herzwassersucht und Ödemen ist der Maisbarttee ebenso wirksam wie bei Nierenentzündung, Blasenkatarrh, Gicht und Rheuma. Er kann auch gegen Bettnässen der Kinder und auch der alten Leute, sowie bei Nierenkoliken erfolgreich angewendet werden. Bei all diesen Erkrankungen nimmt man alle zwei bis drei Stunden einen Eßlöffel voll von diesem Tee.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 51

B: In der Übersetzung fehlt die bosnische Entsprechung.

K: Kukuruz

Primjena: Kukuruzni čaj obiluje vitaminima, bitnim mineralima poput gvožđa i kalcijuma, te prirodnim šećerima. Kukuruzova kosa je nadasve poznata kao odlično sredstvo za izlučivanje mokraćne, pa tako podstiče mršavljenje. Čisti mokraćne kanale i bešiku, a pomaže i kod migrene i glavobolje. Ispijanje čaja od kukuruzne svile se preporučuje kod reume i gihta.

Kontekst: „Trebate li pouzdano sredstvo za mokrenje, pijte čaj od kukuruzove kose koji je usto djelotvorno, neškodljivo sredstvo za mršavljenje, i protiv gojaznosti (vrijedi za mnoge s prekomjernom težinom kojih ima u našem bogatom društvu). Ako kukuruzova kosa nije potpuno suha i ako je duže uskladištena gubi svoje svojstvo diuretika i izaziva proljev.“

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 29

S: Kukuruz

Primena: Čaj od kukuruzne svile je odličan diuretik i izuzetno je efikasan kod svih oboljenja mokraćnih puteva i upale bubrega. Ispijanje ovog čaja je preporučljivo kod edema, gihta, reume i vodene bolesti srca. Snižava krvni pritisak, ali pomaže i kod rahitisa. Odstranjuje toksine iz organizma i istovremeno je dobro sredstvo za umirenje nervnog sistema. S obzirom na to da je kukuruz odličan diuretik, potpomaže mršavljenje i preventira gojaznost.

Kontekst: “Kod oboljenja mokraćnih puteva koja su praćena kamencem čaj od kukuruzne svile efikasan je isto kao i kod vodene bolesti srca, kod edema, upale bubrega, katara bešike, kod gihta i reume. Uspešno može da se upotrebi i kod mokrenja dece i starijih ljudi u krevet, kao i kod bubrežnih kolika. Kada je reč o svim navedenim bolestima, svaka dva do tri sata treba popiti po jednu veliku kašiku ovoga čaja.”

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 36

3.5.18 Mistel

Wissenschaftlicher Name: Viscum album

DE: Mistel

Anwendung: Aufgrund ihrer immergrünen Blätter trägt die Mistel auch den Namen "Immergrün". Sie reguliert den Blutdruck und ist als ein ausgezeichnetes Mittel gegen Epilepsie bekannt. Darüber hinaus kann man durch die regelmäßige Einnahme von Misteltee alle Begleitscheinungen, die vom anormalen Blutdruck kommen, wie zum Beispiel Tinnitus, Schwindelgefühle und Sehstörungen, in kürzester Zeit bekämpfen. Er hat



Abbildung 18

auch eine Heilwirkung bei chronischen Krämpfen, insbesondere bei Menstruations- und Gebärmutterkrämpfen. Die Mistel wirkt beruhigend und hilft bei Nervenschwäche.

Kontext: „Gegen Arterienverkalkung ist die Mistel ein ganz vorzügliches Mittel, hochgeschätzt und empfohlen bei Schlaganfall, der kaum eintritt, wenn man vorher regelmäßig Misteltee getrunken hat. Sollte es schon zu einem Schlaganfall gekommen sein, trinkt man sechs Wochen lang täglich drei Tassen, drei Wochen zwei Tassen und zwei Wochen eine Tasse Misteltee und zwar die erste Tasse vor und nach dem Frühstück, die zweite Tasse vor und nach dem Mittagessen und die dritte Tasse vor und nach dem Nachtmahl, immer jeweils zur Hälfte.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 53

B: Bijela imela

Primjena: Bijela imela, koja se još naziva i lijepak, višće ili visk, je poznata ljekovita biljka koja reguliše krvni pritisak i potpomaže razmjenu materija u organizmu. Imela je izvanredno sredstvo za sve tegobe povezane sa srcem i krvotokom, ali i za sve poremećaje metabolizma i hormonalnog sistema. Osim toga odličan je diuretik, te se upotrebljava kod svih bubrežnih i mokraćnih tegoba. Valunzi, gušenje, aritmija i zamor koji veoma često prate klimaks se uspješno tretiraju imelom. Ublažava grčeve mišića i menstrualne bolove, te ima i umirujuće djelovanje na nervni sistem.

Kontekst: „Imelu ne koristimo samo zbog stare tradicije, već uistinu zbog njezine ljekovitosti, koja pomaže u mnogim bolestima, a i dalje se istražuje njezino djelovanje za liječenje raka i AIDS-a. Čaj protiv ateroskleroze: Uveče dvije velike kašičice listova imele staviti u 4 dl hladne vode, ujutro pripremiti oparak: 1 velika kašičica cvijeta nevena, 1 velika kašičica korijena jaglaca i 1 velika kašika podanka pirike.“

Izvor: Treben, Maria (2006) *Zdravlje iz božje apoteke*, Bosna i Hercegovina, S. 44f

K: Bijela imela

Primjena: Bijela imela se u narodu još naziva hmelina, obična imela, lijepak, melina, visk i veoma je tajanstvena biljka koju su stari Germani poštovali kao svetu biljku. Najpoznatija je po tome što pozitivno utiče na krvni tlak i normalizuje ga ukoliko je povišen ili snižen. Kura od imele pomaže kod dijabetesa i hormonalnih poremećaja. Ispijanje čaja od imele se preporučuje i u klimakterijumu, jer ublažava valunge, umor, nervozu, vrtoglavice i ostale klimakterične tegobe. Imela uspješno liječi hronične poremećaje metabolizma i ima preventivno dejstvo kod moždanog udara i arterioskleroze.

Kontekst: „Kako imela jako povoljno utječe na sve žlijezde, ona je odlično sredstvo za metabolizam. Istovremeno je njezin utjecaj na gušteraču tako dobar, da nakon duže kure pijenja imelina čaja nestane uzrok šećerne bolesti. Upravo bi ljudi koji pate od kroničnih tegoba s metabolizmom, morali jednom pokušati pravilno uzimati čaj od imele bar pola godine. Ako postoji poremećaj u djelovanju hormona, imela izvrsno pomaže. U tom slučaju valja dnevno popiti najmanje dvije šalice čaja, uvijek ujutro i uvečer.”

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 30

S: Bela imela

Primena: Bela imela nosi mnogobrojna narodna imena: amelje, viks, omela, hmelina, višce i lepak. Prvenstveno je poznata po svom lekovitom delovanju na kardiovaskularni sistem i po tome što pospešuje rad limfnog sistema. Reguliše krvni pritisak i pomaže kod šećerne bolesti. Bela imela ima antispazmodičko delovanje, te se koristi za ublažavanje grčeva i zaustavljanje krvarenja. Odlično je sredstvo protiv epilepsije i neuroza, ali istovremeno povećava energiju i koncentraciju. U menopauzi se preporučuje redovno ispijanje čaja od imele da bi se otklonile nuspojave koje ovaj period sa sobom donosi. Deluje preventivno protiv moždanog udara, a sok od imele je veoma koristan i kod steriliteta.

Kontekst: „Imela predstavlja veoma dobar lek za srce i cirkulaciju krvi, posebno kod težih oblika poremećaja krvotoka. Pošto sadrži materije koje utiču na normalizovanje metabolizma u čitavom organizmu, događa se nešto nezamislivo: pod dejstvom ovih aktivnih materija visoki krvni pritisak se snižava, a niski raste. Time se ujedno smiruje nervozno srce i jača njegov rad. Sve propratne pojave neregularnog krvnog pritiska, kao što su nagli priliv krvi u glavu, nesvestica, zujanje u ušima i poremećaj vida, mogu da se otklone imelom.”

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 37

3.5.19 Nussbaum

Wissenschaftlicher Name: Juglans regia

DE: Nussbaum

Anwendung: Der Nussbaum führt auch die Namen Welschnussbaum, Wallnuss, Christ- oder Steinnuss. Er ist reich an Proteinen, Vitaminen und Mineralien und wirkt gesundheitsfördernd auf den ganzen Organismus. Außerdem enthält der Nussbaum viele B-Vitamine und Folsäure, die Nerven und Gemüt stärken. Sehr oft wird diese Heilpflanze bei Appetitlosigkeit, Magenschwäche und Verdauungsproblemen angewendet, aber auch zur Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems. Der Nussbaum hat auch eine blutreinigende Wirkung und ist ein ausgezeichnetes Mittel gegen Hautprobleme - Warzen, Pickel, Fußpilz und Ekzeme.



Abbildung 19

Kontext: „Ein Nußblätter-Absud als Badezusatz ist sehr wirksam sowohl bei allen skrofulösen und rachitischen Erkrankungen, Knochenfraß und Knochenaufreibungen, also auch bei eiternden Finger- und Zehennägeln. Waschen Sie bei Milchschorf, Kopfgrind und Krätze die betroffenen Stellen mit Absud von grünen Nußblättern, der Erfolg wird sich bald einstellen! Waschungen bzw. Bäder mit diesem Zusatz helfen bei Akne, eitrigen Ausschlägen, Fußschweiß und Weißfluß. Gegen Mundfäule, Zahnfleisch-, Hals- und Kehlkopferkrankungen werden Spülungen gemacht.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 55

B: Orah

Primjena: Orah izgledom podsjeća na ljudski mozak, ali takođe i djeluje na ovaj najvažniji organ u ljudskom organizmu. Sadrži omega-3 masne kiseline koje su veoma bitne za normalno funkcionisanje mozga. Na način da povećava nivo tiroksina, orah pomaže i kod tegoba sa štitnom žlijezdom. Čaj od listova oraha se upotrebljava za čišćenje i jačanje krvi, podsticanje sistema za varenje i probleme sa kožom, kao što su ekcemi, akne, bradavice i kraste.

Kontekst: „Orah se koristi kao lijek za različite probleme sa žlijezdama, uključujući i tegobe izazvane oboljenjem štitne žlijezde. U jednom istraživanju svježi sok od zelenih oraha udvostručavao je nivo tiroksina. Ukuhan sok od zelenih oraha pripremljen tako što se orasi kuhaju oko 10 minuta, uticalo je na povećanje nivoa tiroksina za najmanje 30 %. Orahe treba jesti u velikim količinama, a može se koristiti i ulje oraha kao aromatični dodatak prelivima salata.“

Izvor: Treben, Maria (2006) *Zdravlje iz božje apoteke*, Bosna i Hercegovina, S. 40f

K: Obični orah

Primjena: Obični orah je košunjavo voće koje sadrži mnoštvo vitamina, minerala i antioksidanata, te je stoga izvrsna hrana za mozak, jer podiže koncentraciju i poboljšava pamćenje. Koristi se kod svih probavnih smetnji, želučanih tegoba, a njen pozitivan učinak je posebice poznat kod zatvora. Svježi listovi oraha su odličan lijek za zagnojene rane, kraste, akne i bradavice. Osim toga, čaj od orahovih listova se preporučuje kod unutarnjih krvarenja, menstrualnih tegoba, hemeroida i dijabetesa.

Kontekst: „Jak uvarak od orahova lišća, stavljen u vodu za kupku, liječi ozeblina. Također ga možemo koristiti kod jakog ispadanja kose, tako da njime marljivo masiramo vlasište. Odlično je sredstvo protiv ušiju koje su se nedavno ponovo pojavile. Svježim listovima uništavamo i druge nepoželjne insekte. Od zelenih oraha (lako ih možemo probušiti), ubranih pred Ivanje, dakle oko sredine lipnja, pripremimo odličnu orahovu rakiju, koja pročišćuje želudac, jetru i krv, otklanja slabost želuca i truljenje u crijevima. Pored toga je izvrsno sredstvo protiv zgušnjavanja krvi.”

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 32

S: Orah

Primena: Orah je veoma zdrava namirnica bogata omega 3-masnim kiselinama i vitaminom B koja snižava nivo holesterola u krvi i poboljšava rad mozga. Ispijanje čaja od orahovog lista se preporučuje kod svih oboljenja žlezda, pre svega kod oboljenja štitne žlezde. Na taj način se pročišćava krv i povećava nivo energije. Obloge i kupke od orahovog lista se koriste kod rahitisa, otoka i gnojenja kostiju, oboljenja i krvarenja desni i protiv belog pranja. Pored toga, ovaj čaj jača nervni sistem i pozitivno utiče na raspoloženje. Tretman čajem od oraha daje dobre rezultate kod bubuljica, krasti, bradavica i ostalih promena na koži.

Kontekst: „Čaj od orahovog lišća je dobar lek za probavne smetnje, dakle protiv zatvora stolice, odsustva apetita i za pročišćavanje krvi. S uspehom se upotrebljava i kod šećerne bolesti i protiv žutice. Čaj od orahovog lišća kao dodatak vodi za kupanje veoma je delotvoran kako kod svih skrofuloznih bolesti i rahitisa, kod truljenja i bujanja kostiju, tako i kod zagnojenih noktiju na prstima ruku i nogu. Kada je reč o krastama uopšte i o onima naglavi, ili je posredi šuga, pogođena mesta ispirajte čajem od orahovog lišća i rezultat će se ubrzo pokazati!”

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 39

3.5.20 Odermennig

Wissenschaftlicher Name: Agrimonia eupatoria

DE: Odermennig

Anwendung: Im Volksmund wird der Odermennig auch Bruchwurz, Königskraut, Ackermennig, Odermandli, Bubenläuse, Heil aller Welt und Leberklee genannt. Er wirkt entzündungshemmend und wird bei einer Reihe von Entzündungen verabreicht. Innerlich findet Odermennig seine Anwendung bei Kehlkopf- und Rachenentzündungen, Zahnfleischentzündungen, Angina, Nieren- und Blasenbeschwerden und Leberstockung und äußerlich wird er vor allem bei Hautentzündungen angewendet. Außerdem stärkt er die Stimmbänder und hilft bei anderen Beschwerden wie Durchfall, Appetitlosigkeit, Rheuma, Wassersucht und Harnsteine.



Abbildung 20

Kontext: „Schon die alten Ägypter kannten sie. Odermennig besitzt große Heilwirkung bei allen Hals-, Mund- und Rachenentzündungen. An ihn sollte man bei Angina, Halskrankheiten, Mundfäule oder Entzündungen der Mundschleimhaut denken. Menschen, die berufsmäßig viel sprechen oder singen, sollten vorbeugend täglich mit Odermennigtee gurgeln. Die Blätter wirken hervorragend bei Blutarmut und Wunden und werden bei Rheuma, Hexenschuß, Verdauungsbeschwerden, Leberverhärtung, Leberstockungen und Milzerkrankungen erfolgreich angewendet. Man kann täglich bis zwei Tassen Tee trinken.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 56f

B: In der Übersetzung fehlt die bosnische Entsprechung.

K: Turica

Primjena: Turica, u narodu poznata i pod imenima kravica, griznik, repik, oskorusica, ranjenik, zmijina trava i dubačac, je ljekovita biljka koja se prije svega koristi kod svih tegoba usta i grla, ali i za zaustavljanje raznih krvarenja. Odličan je lijek za bolesti želuca i crijeva, žučne kamence, bolesnu slezenu i oboljenja bubrega i mjehura. Izvana se koristi za čitav niz kožnih bolesti, te kod proširenih vena i čireva. Poznato je i da turica snižava krvni tlak, te pomaže kod reume i gihta.

Kontekst: „Turica se zbog svojeg ukupnog djelovanja i svojih ljekovitih sastojaka ubraja među naše najljekovitije biljke. Dr. Schierbaum kaže: "Tripot dnevno po jedna šalica čaja liječi proširenje srca, želuca, crijeva i pluća, zatim oboljenja bubrega i mjehura, ako to sredstvo primjenjujemo duže vrijeme." Toplo preporučujem turicinu mast kod proširenih vena i

čireva na gnjatu (Vidi "Načini uporabe!"), koja se koristi kao mast od ljekovitoga nevena. - Kod oboljenja jetre pijemo čajnu mješavinu od 100 g turice, 100 g broćike i 100g lazarkinje. Dnevno popijemo natašte jednu, a tijekom dana gutljaj po gutljaj dvije šalice čaja.“

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 33

S: Petrovac

Primena: Ova lekovita biljka ima mnogo narodnih naziva, a neki od njih su kraljevska trava, kostolom, mali ili ovčiji čičak, trava od poseke i ranjenik. Petrovac je biljka sa najboljim učinkom kod svih upala grla, usne šupljine i ždrela, te se ispijanje čaja od petrovca preporučuje svim ljudima koji često koriste glas kao što su govornici i pevači. Pored toga, odličan je lek za sve kožne bolesti i zarastanje rana. Koristi se kod katara na želucu, oboljenja creva, žuči i jetre, ali i niza drugih tegoba kao što su migrena, proliv, manjak apetita, reuma, giht, otečene žlezde i konjuktivitis.

Kontekst: „Petrovac ima veliko lekovito dejstvo kod svih upala u grlu, usnoj šupljini i ždrelu. Na njega valja misliti kada je reč o angini, o bolestima grla, bakterijskim oboljenjima usne šupljine i upali sluznice usne šupljine. Osobe od kojih zanimanje zahteva da mnogo govore ili pevaju, preventivno bi trebalo da grgotanjem ispiraju usta i grlo čajem od petrovca. Listovi odlično deluju kod malokrvnosti i rana, a s uspehom se primenjuju i kod reume, krstobolje sa probodima, tegoba sa varenjem, ciroze jetre i oboljenja slezine. Dnevno se pije do dve šolje čaja.“

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 40

3.5.21 Ringelblume

Wissenschaftlicher Name: Calendula officinalis

DE: Ringelblume

Anwendung: Die Ringelblume besitzt eine starke Heilkraft und ist unter den heimischen Kräutern sehr begehrt. Sie führt auch die folgenden Namen: Butter- oder Dotterblume, Ringelrose, Ringula, Regen- oder Warzenblume, Magdalensblume, Sonnenwende. Früher wurde sie auch „Krebskraut“ genannt. Die Ringelblume hat teilweise eine tumorhemmende Wirkung und heilt verschiedenste Geschwüre. Sie ist vor allem dafür bekannt, dass sie bei Hautentzündungen, Ekzemen,



Abbildung 21

Brand- und Schnittwunden, Venenentzündungen und Pilzerkrankungen hilft. Innerlich wird der Ringelblumentee für Verdauungsorgane, Frauenbeschwerden und Nervensystem angewendet.

Kontext: „Die Ringelblumensalbe ist auch eine hervorragende Helferin bei Fußpilzbefall. Viele Zuschriften bestätigen es mir und zwar in Fällen, wo vorher alle anderen angewendeten Mitteln versagt haben. Auch Ringelblumenabsud von frischen Kräutern kann bei dieser Erkrankung mit Erfolg angewendet werden. Sollte eine Pilzerkrankung die Scheidengegend erfaßt haben, müßten Waschungen oder Sitzbäder erfolgen. Man nimmt 50 g getrocknete oder zwei gehäufte Doppelhände frischer Ringelblumen pro Sitzbad.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 59

B: Neven

Primjena: Neven ili žutelj je veoma ljekovita biljka koja se prvenstveno koristi za njegu i liječenje kože i sluzokože, te je jako popularna u kozmetičkoj industriji. Pomaže kod lišaja, ekcema, lakših opekotina, uboda, akni i hemeroida, ali je i odlično sredstvo za vidanje rana. Čaj od nevena se preporučuje za ublažavanje menstrualnih bolova, regulisanje neredovnih menstrualnih ciklusa i zatvora, te za žuticu. Blagotvorno djeluje na jetru, želudac i crijeva, a osim toga pomaže i kod oteklih žlijezda i pospješuje znojenje.

Kontekst: „Od nevena se spravljaju lijekovi, za spoljašnju i za unutrašnju upotrebu. Spolja on liječi razne ozljede, čireve, zapaljenje kože i sluzokože itd. Upotrebljava se u obliku jakog odvara za obloge i za ispiranja. Posipa se i u obliku sitnog praha ili se prah od nevena izmiješa s nekom mašću ili zejtinom i načini ljekovit mehlom. Za unutrašnju upotrebu sprema se odvar od nevena koji se pije radi preznojavanja u slučaju nazeba, kao blago sredstvo protiv bolova i grčeva u organizmu za varenje, za bolje lučenje žuči i dr.“

Izvor: Treben, Maria (2006) *Zdravlje iz božje apoteke*, Bosna i Hercegovina, S. 46

K: Neven

Primjena: Neven ima mnogobrojna narodna imena: prstenčac, nevenovo cvijeće, ognjac, žutelj, zimorod, poljski neven. Služi kao antibiotik i koristi se za tretiranje mnogih vanjskih i unutarnjih stanja. Spolja se koristi za ispiranje i vidanje rana i čireva na koži, ali i za akne, ekceme, kraste, osipe, opekotine i otečene žlijezde. Čaj od nevena ima pozitivan učinak na gastritis i čir na želucu, upalu debelog crijeva, vodenu bolest i sve bolesti jetre, naročito na zaraznu žuticu. Uporaba nevena je preporučljiva i kod nervnih bolesti, te kod bolnih i neredovitih menstruacija.

Kontekst: „Mast jako brzo pomaže i kod upale vena, otvorenih čireva na venama, fistula, ozeblina i rana od opekotina. Mast i ostatke od pripravka masti koristimo kod čireva na dojki, čak i ako su zloćudni (rak dojki). Jednoj su poznanici posve iznenada morali odstraniti dojk. Dok je još ležala u bolnici, a mi svi za nju strahovali, pripremila sam za nju mast od nevena. S tom je mašću kod kuće mazala ogromnu ranu nakon operacije, zbog čega se jako zatezanje rane uskoro izgubilo. Pretrage nakon operacije su pokazale da su njezini ožiljci od operacije u usporedbi s onima drugih bolesnika vrlo lijepo zarastali, tako da je bio potreban samo dio predviđenih zračenja.”

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 34

S: Neven

Primena: Neven, poznat i kao ognjac, zimorod ili žutelj, je lekovita baktericidna biljka koja suzbija mnoge virusne i bakterijske infekcije. Nevenova mast je najbolji izbor za rane na koži, ekceme, opekline, promrzline, ubode i ujede insekata, a pomaže i u lečenju psorijaze. Budući da neven pročišćava krv, koristi se kod zarazne žutice. Osim toga podstiče cirkulaciju i dobro je sredstvo protiv proširenih vena. Neven je posebno poznat po tome što leči rak i kancero-gene tumore. Upala debelog crijeva, dijareja, gastritis, krv u mokraći i sva oboljenja jetre se uspešno tretiraju čajem od nevena.

Kontekst: „Neven je veoma sličan našoj arnici, ali je po lekovitosti daleko iznad nje. Arnika, na primer, sme da se upotrebljava samo pod lekarskim nadzorom pošto čaj od ove biljke srcu može više da naškodi nego pomogne, dok se čaj od nevena može piti bez ikakvih negativnih posledica. Kao biljka koja pročišćava krv, neven najbolje pomaže kod zarazne žutice. Jedna do dve šolje čaja od nevena dnevno čini čuda. Neven pročišćava krv, podstiče cirkulaciju i ubrzava zarastanje rana.”

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 41

3.5.22 Salbei

Wissenschaftlicher Name: Salvia officinalis

DE: Salbei

Anwendung: Der Name der Pflanze stammt vom lateinischen „salvare“ und bedeutet „heilen“. So gilt der Salbei als ein Allheilmittel, das viele Beschwerden lindern kann. Im Volksmund ist er auch als Edelsalbei, Salfat, Zupfblatteln, Königssalbei und Scharleikraut bekannt. Er wirkt desinfizierend und zusammenziehend und wird zur Linderung schmerzhafter Entzündungen im Mund- und Rachenraum angewendet. Außerdem ist der Salbeitee ein Wundermittel bei Zahnfleischentzündungen und Halsschmerzen. Der Salbei als Heilpflanze wird auch bei Rheuma, Blähungen und Verdauungsstörungen, Bronchitis, übermäßigem Schwitzen und leichten Depressionen verwendet.



Abbildung 22

Kontext: „Salbeitee, öfters getrunken, kräftigt den ganzen Körper, verhütet Schlaganfälle und wirkt sehr günstig bei Lähmungen. Bei Nachtschweiß ist er neben Lavendel die einzige Heilpflanze, die Abhilfe schafft; sie heilt die Krankheit aus, die den Nachtschweiß verursacht, sie nimmt durch ihre belebenden Kräfte die große Schwäche, die mit diesem Leiden einhergeht. Viele Ärzte haben die guten Eigenschaften des Salbeis erkannt: sie gebrauchen ihn bei Krämpfen, Rückenmarkleiden, Drüsenerkrankungen und auch bei Zittern der Glieder mit bestem Erfolg. Bei oben angegebenen Leiden trinkt man tagsüber schluckweise zwei Tassen.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 62

B: In der Übersetzung fehlt die bosnische Entsprechung.

K: Kadulja

Primjena: Kadulja, poznata jos pod nazivima žalfija, divlji kuš, pitomi pelin, slavulja i krstašica, je biljka koja jača cijeli organizam i djeluje protuupalno, tako da se koristi kod svih zapaljenja sluzokože i desni, angine i upala unutrašnjih organa. Čisti jetru i bubrege i regulira hormone u pubertetu i menopauzi. Pomaže da se stabilizira menstrualni ciklus i jedina je biljka osim lavande koja smanjuje noćno znojenje. Pročišćava krv i jača nervni sustav. Ima jako pozitivan učinak na želudac i otklanja nadimanje i gasove.

Kontekst: „Kaduljin čaj, ako se češće pije, jača cijelo tijelo, sprečava moždani udar i djeluje jako povoljno kod oduzetosti. Jedina je ljekovita biljka, uz lavandu, koja pomaže kod noćnog

znojenja. Liječi bolest koja prouzrokuje noćno znojenje, svojom okrepljujućom snagom otklanja veliku slabost, povezanu s tom bolešću. Mnogi su liječnici upoznali dobra svojstva kadulje: s najboljim rezultatima koriste ju kod grčeva, bolesti ledne moždine, oboljenja žlijezda, kao i drhtanja udova.“

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 36

S: Žalfija

Primena: Žalfija, kaloper, salvija ili kadulja je kao i što sam latinski naziv govori biljka koja je veoma lekovita i na neki način spasonosna. Koristi se protiv svih upala – od zapaljenja grla i ždrela, pa sve do upale bubrega, bešike i vaginalnih upala. Pomaže kod prehlade, promuklosti, katara, bronhitisa i noćnog znojenja. Otklanja tegobe sa želucem i nadimanjem, a istovremeno čisti jetru i bubrege. Ispijanje čaja od žalfije se prije svega preporučuje u menopauzi, jer dovodi hormone u balans.

Kontekst: „Za spoljnu upotrebu, čaj od žalfije se koristi kod svih upala krajnika i grla, kod gnojnih žarišta zuba, upala ždrela i usne šupljine. Kod mnoge dece i odraslih operacija krajnika bila bi izlišna da su blagovremeno koristili žalfiju. Kada nema krajnika, koji kao policajci organizma zadržavaju i neutrališu otrovne materije, one dolaze u direktnu vezu sa bubrežima. Čaj od žalfije pomaže i kod krvarenja iz desni, klimavih zuba, paradentoze i plikova na desni. Upotrebljava se za ispiranje i grgotanje, ili se njime nakvasi vata koja se potom upotrebljava kao oblog.“

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 43

3.5.23 Sauerklee

Wissenschaftlicher Name: Oxalis acetosella

DE: Sauerklee

Anwendung: Der Sauerklee, auch Himmelsbrot, Hasen- oder Waldklee genannt, ist eine Pflanze, die reich an Vitamin C ist und immer in frischem Zustand verwendet wird. Durch seine entzündungshemmende und blutreinigende Wirkung ist der Sauerklee ein ausgezeichnetes Mittel bei Leber- und Verdauungsbeschwerden. Weiterhin wirkt er auch harntreibend und wird bei Nierenentzündungen angewendet. Bei allen krebsartigen Geschwüren und bei beginnendem Magenkrebs wird empfohlen, täglich den frisch gepressten Saft zu trinken. Außerdem hilft der Sauerklee bei weiteren Beschwerden wie Sodbrennen, Schüttellähmung (Parkinson) und Gelbsucht.



Abbildung 23

Kontext: „Die Volksheilkunde empfiehlt den frischgepreßten Saft bei beginnendem Magenkrebs, krebsartigen inneren und äußeren Geschwüren und Geschwülsten. Der Frischsaft wird in der Haushaltszentrifuge gewonnen. Jede Stunde trinkt man drei bis fünf Tropfen verdünnt in Wasser oder Kräutertee. Auf krebsartige äußere Geschwüre wird der frische Preßsaft direkt gestrichen.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 63

B: In der Übersetzung fehlt die bosnische Entsprechung.

K: Zečja soca

Primjena: Zečja soca, poznata i kao zečji kiseljak, kisela djetelina, božji kruhek, sočica i cecelj, ima pozitivan učinak na organe za varenje i lučenje želučanih sokova. Podstiče mokrenje, pa se njena uporaba preporučuje i kod upale bubrega. Čajni oparak je odličan lijek za žuticu, skorbut i kožne osipe. Ovom ljekovitom biljkom se uspješno tretiraju vanjske i unutarnje kancerogene izrasline, kao i početni stadij raka želuca.

Kontekst: „Narodna medicina preporučuje svjež sok u ranom stadiju raka na želucu i kancerognih unutarnjih i vanjskih čireva i otekline. Svjež sok dobijemo u sokovniku. Svaki sat popijemo tri do pet kapljica razrijeđenih u vodi ili biljnom čaju. Na kancerogene vanjske čireve izravno namažemo svjež sok. Kod tzv. drhtavice (Parkinsonova bolest) pijemo svakog sata tri do pet kapljica soka u oparenom čaju od stolisnika, a za vanjsku primjenu masiramo

kralješnicu. Razrijeđivanje i doziranje savjesno moramo primjenjivati kako kod raka želuca, čireva i otekline tako i kod Parkinsonove bolesti.”

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 37

S: Zečja soca, kisela detelina

Primena: Kisela detelina poseduje mnoga narodna imena: žuta ili zečja detelina, zečji kupus, slanica, ljuta detelina, obični cecelj, sočica. Sadrži prilične količine oksalne kiseline što je i čini lekovitom. Otklanja probavne smetnje i žgaravicu, kao i poremećaje u radu jetre. Čisti krv i preporučuje se kod zarazne žutice, skorbuta, glista, upale bubrega i osipa na koži. Masiranje kičme svežim sokom od kisele deteline, kao i istovremeno ispijanje čaja, se primenjuje kod Parkinsonove bolesti. Sveži sok je takođe preporučljiv kod zloćudnih tumora i lečenja početnog raka želuca.

Kontekst: „Zečju socu ne treba sušiti, ona se upotrebljava sveža. Otklanja smetnje koje izaziva želudačna kiselina i lakše poremećaje jetre i varenja. Kod ovih tegoba, čaj treba da se pije rashlađen, dve šolje dnevno. Žutica, upala bubrega, osip na koži i gliste leče se navedenom količinom čaja, koji se pije topao.”

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 44

3.5.24 Schafgarbe

Wissenschaftlicher Name: Achillea millefolium

DE: Schafgarbe

Anwendung: Schafgarbe hat ähnliche Wirkung wie die Kamille und wurde eigentlich in Regionen, wo die echte Kamille nicht zu bekommen war, statt Kamille verwendet. Wie die Beinamen „Blutstillkraut“, „Soldatenkraut“ und „Heil aller Schäden“ sagen, hilft diese Pflanze sehr gut bei Verletzungen und durch ihre zusammenziehende Wirkung stillt sie auch die Blutungen. Außerdem enthält die Schafgarbe Bitterstoffe, die ihr eine verdauungsfördernde und krampflösende Wirkung verleihen. Sie regt den Appetit an und schafft Abhilfe bei Magen-Darm-Erkrankungen.

Die Schafgarbe ist ein ausgezeichnetes Mittel bei Frauenbeschwerden und Krämpfen. Sie hat sich auch bei Hautentzündungen und Entzündungen der Schleimhäute in Mund und Rachen bewährt.



Abbildung 24

Kontext: „Die Schafgarbe ist eine aus unserem Leben nicht wegzudenkende Heilpflanze. Sie ist zwar für viele schwere Erkrankungen unser bester Helfer, in erster Linie aber ein Heilkraut für Frauen. Ich kann die Schafgarbe den Frauen nicht genug empfehlen. Pfarrer Kneipp meint in seinen Schriften: »Viel Unheil bliebe den Frauen erspart, würden sie ab und zu einmal nach Schafgarbe greifen!« Ob es sich nun um ein junges Mädchen handelt, das zu unregelmäßigen Monatsblutungen neigt, oder um eine ältere Frau, die mitten im Wechsel steht oder diese Zeitspanne überschritten hat, für jede, jung oder alt, ist es wichtig, immer wieder einmal eine Tasse Schafgarbentee zu trinken.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr S. 64

B: In der Übersetzung fehlt die bosnische Entsprechung.

K: Stolisnik

Primjena: Stolisnik, poznat još po nazivima hajdučica, rmanj, romonika, kunica i kostrijet, se u narodnoj medicini koristi za vidanje, zarastanje rana i ublažavanje bola. Sadrži vitamin C, pa se stoga koristi kod prekomjernog krvarenja i hemoroida. Stolisnik se ubraja u čajeve za čišćenje i jačanje krvi i probavnog sustava, a pomaže i kod želudačnih tegoba, prekomjernog lučenja žuči i nadimanja. Pobuđuje apetit, poboljšava resorpciju hrane i ublažava tegobe izazvane reumom i gihtom. Stolisnik je također poznat i kao odličan lijek za razne osipe kože,

posebice psorijazu, gdje se istovremeno stavljaju obloge po tijelu i sprovodi kura čišćenja krvi.

Kontekst: „Kod upale jajnika često već prva sjedeća kupka sa stolisnikom smanji bolove, upala postupno prestaje. Jednako su te kupke uspješne kod mokrenja u postelju starijih ljudi i djece kao i kod bijelog pranja. U tim slučajevima valja dodatno piti dvije šalice stolisnikova čaja dnevno. - Kod spuštene maternice primjenjujemo također duže vrijeme stolisnikove sjedeće kupke, usto pijemo svakodnevno u gutljajima po četiri šalice vrkutina čaja te tinkturom rusomače masiramo od rodnice prema trbuhu. Miomi nestanu ako duže vrijeme svakodnevno primjenjujemo stolisnikove sjedeće kupke sve dok liječnički nalaz ne bude negativan.“

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 38

S: Hajdučka trava

Primena: Hajdučka trava ima mnogobrojna narodna imena: hajdučica, roman, ravanj, sporiš, stolistnik, romanika. Kalijum koji je prisutan u ovoj lekovitoj biljci ima pozitivan učinak na bubrege i krvotok, dok vitamin C pročišćava krv, pa se zbog toga koristi za jačanje srca, kod krvarenja i hemoroida. Hajdučka trava reguliše metabolizam i povećava apetit. Potpomaže izlučivanje želučanog soka, ublažava grčeve i nadimanje, te pomaže kod gastritisa. Upotreba ove lekovite biljke se preporučuje kod neredovitih menstruacija, nesanice i nervnih bolova. Korisna je u lečenju žutice i svih oboljenja jetre, gušterače i slezene, a njena primena je posebno preporučljiva kod psorijaze i ostalih kožnih osipa.

Kontekst: „Dr med. Luce (Lutze) čaj od hajdučke trave preporučuje kod "navale krvi u glavu praćene bolovima kao da će mozak pući, kao i protiv nesvestice, nagona za povraćanje, zatim kod oboljenja očiju praćenih sekretom i suzenjem, kod jakih bolova u očima i krvarenja iz nosa." Napad migrene kao posledica preosetljivosti na promenu vremena ili na pojavu toplog vetra nestaje već posle jedne šolje čaja od hajdučke trave koji ćete popiti u gutljajima, što je moguće topliji.“

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 45

3.5.25 Schlüsselblume

Wissenschaftlicher Name: *Primula officinalis*

DE: Schlüsselblume

Anwendung: Die Schlüsselblume führt viele volkstümliche Namen: Bärenohr, Eierkraut, Auritzel, Frauen- oder Heirats-schlüssel, Gichtblume und Himmelschlüssel. Sie wirkt schleim-lösend und entkrampfend und hilft beim Husten. Außerdem lindert sie alle Entzündungen, wie zum Beispiel Hals-, Mundschleimhaut-, Kehlkopf- und Zahnfleischentzündungen. Die Schlüsselblume ist eine nervenstärkende Heilpflanze, die bei Neuralgien, Schlaflosigkeit und Migräne eingesetzt wird. Weiterhin hat sie eine blutreinigende Wirkung und wird oft bei Gicht, Arthritis, Herzschwäche und Rheuma angewendet.



Abbildung 25

Kontext: „Pfarrer Kneipp war ein großer Anhänger der Schlüsselblume. Man sieht ihn auf einem Bild mit der Schlüsselblume in der Hand. Durch ihre blutreinigende Wirkung scheidet sie alle Giftstoffe aus, die zu Gicht und rheumatischen Erkrankungen führen. Pfarrer Kneipp sagt: »Wer Anlage zur Gliedersucht oder Gliederkrankheit (er meint damit Gicht und Rheuma) hat, trinke längere Zeit hindurch täglich ein bis zwei Tassen Schlüsselblumentee. Die heftigen Schmerzen werden sich lösen und mit der Zeit ganz verschwinden.«“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 67

B: In der Übersetzung fehlt die bosnische Entsprechung.

K: Jacalac

Primjena: Jacalac, jagorčevina ili sunašce je jedno od najefikasnijih prirodnih sredstava protiv nesanice i izvrstan lijek kod duševne iscrpljenosti. Nadalje liječi glavobolju, migrenu, vrtoglavicu, te pročišćava krv. Jacalac kao prirodni diuretik pospješuje izbacivanje viška vode iz organizma što je odlično svojstvo za liječenje gihta i artritisa. Čaj od ove biljke se koristi protiv prehlade, bronhitisa i kašlja i svih bolesti disajnih organa. Budući da pospješuje cirkulaciju, ispijanje čaja od jagorčevine se preporučuje i kod srčanih tegoba.

Kontekst: „Župnik Kneipp je bio veliki pristaša jaglaca. Na jednoj se slici vidi s jaglacem u ruci. Svojom sposobnošću pročišćavanja krvi odstranjuje iz tijela sve otrove koji prouzrokuju giht i reumatska oboljenja. Župnik Kneipp kaže: "Tko naginje bolestima udova ili kostobolji (s tim je mislio na giht i reumu) mora duže vrijeme piti jednu do dvije šalice čaja od jaglaca dnevno. Jaki će bolovi popustiti i s vremenom posve nestati.“

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 40

S: Jaglika

Primena: Jaglika, poznata i kao jagorčevina, je bogata vitaminom C i poseduje antioksidativna svojstva, tako da jača imuni sistem i smanjuje nivo holesterola u krvi. Potpomaže iskašljavanje i uspešno leči oboljenja respiratornih organa. Deluje i kao sedativ, pa je odlično sredstvo protiv nesanice, nervne napetosti, anksioznosti i glavobolje. Regeneriše kožu i utiče na brže zarastanje rana. Blagotvorno deluje na srce i jača imuni sistem. Pomaže kod respiratornih tegoba, jer podstiče izbacivanje sluzi. Pored svega, jaglika se preporučuje kod svih oboljenja mišića i ligamenata, leči uzetost i reumatizam.

Kontekst: „Rekla sam mu da znam za jedan odličan čaj protiv nesanice. Istovremeno sam se pitala da li će čaj biti delotvoran pošto je čovek veoma dugo pio najjače lekove za spavanje. - Prihvatio je moj predlog. Bio je 7. decembar 1976. kada smo se upoznali. Nakon sedam dana posetila sam njegove prijatelje i oni su me još s vrata radosno obavestili da naš zajednički poznanik najzad opet može da spava. Više nije bilo ni bolova u stopalu. Čajem od jaglike je za veoma kratko vreme povratio zdravlje i oslobodio se svih nervnih poremećaja. Kasnije ga je lekar koji ga je lečio zamolio da mu da recept za specijalni čaj protiv nesanice.“

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 47

3.5.26 Schöllkraut

Wissenschaftlicher Name: Chelidonium majus

DE: Schöllkraut

Anwendung: Im Volksmund wird das Schöllkraut Marienkraut, Nagel- oder Augenkraut, Herrgottsblatt, Schwalbenwurz und Gottesgabe genannt. Es wird vor allem bei Leber- und Gallenbeschwerden eingesetzt und fördert den Gallenfluss. Weiterhin lindert das Schöllkraut die Magen-Darm-Krämpfe und Menstruationsleiden. Wegen seiner krampflösenden Wirkung wird es auch bei Reiz- und Krampfhusten eingesetzt. Viele Kräuterkundige schwören auf seine Anwendung bei Augenentzündungen. Außerdem wird es gegen Ekzeme, Akne, Warzen und andere Hauterkrankungen verwendet.



Abbildung 26

Kontext: „Schöllkraut ist ein zuverlässiges Mittel bei schwerem Leberleiden, wenn man es in homöopatischer Form verwendet. Als blut- und leberreinigend wirkt es auch bestens für den Stoffwechsel. Bei Gallen-, Nieren- und Lebererkrankungen wird dieses Heilkraut erfolgreich angewendet. In Wein angesetzt (30 g Schöllkraut samt Wurzeln ein bis zwei Stunden in einen halben Liter Weißwein gelegt), beseitigt es sehr schnell Gelbsucht. Bei Hämorrhoiden mit Brennen am After, Stechen und Schneiden beim Harnen sowie bei Ohrensausen kann man es nur empfehlen.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 68f

B: In der Übersetzung fehlt die bosnische Entsprechung.

K: Rosopas obični

Primjena: Ova višegodišnja zeljasta biljka, poznata pod nazivima rusa, zmijino mlijeko i korijen za oči, je odlično sredstvo za liječenje bolesti probavnog trakta, prije svega žuči, jetre, bubrega i želuca. Ublažava grčeve, te se stoga koristi kod menstrualnih bolova, bolova pri mokrenju i hemeroida. Žuti sok od rosopasa uspješno uklanja bradavice, kurje oči i žuljeve, te pomaže i kod ostalih oboljenja kože. Uporaba ove biljke se također preporučuje kod oslabljenog vida i mrežnice.

Kontekst: „Dlakavost lica i jaka obraslost ruku i nogu kod žena ukazuju na bubrežne smetnje. Zahvaćena mjesta namažemo rosopasovim sokom, kojega napravimo u sokovniku (svjež sok možemo čuvati pola godine u hladnjaku); ostavimo ga nekoliko sati da se upije, operemo s blagim sapunom i namažemo sada isušenu kožu s mašću od nevena, kamilicinim

uljem ili uljem Gospine trave (Vidi "Načini uporabe"!)). Usto valja provoditi kuru s koprivnim čajem pijući dnevno najmanje tri do četiri šalice čaja, kao i sjedeće kupke s poljskom preslicom za bolju prokrvljenost bubrega (Vidi i "Poljska preslica"!)).

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 42

S: Rusa, rosopas

Primena: Rusa poseduje čitav niz narodnih imena: zmijino mleko, žuta trava, Marijina trava, zlatni koren, rosopas, Božji dar, zmijsko grožđe. Zbog sposobnosti ove biljke da producira crvena krvna zrnca i pročišćava krv, ispijanje čaja od ruse se preporučuje kod leukemije. Siva mrena, krvarenje iz rožnjače i oslabljen vid se uspešno tretiraju sokom od rosopasa. Na taj način se mogu ukloniti i najuporniji lišajevi, bradavice i ekcemi, ali i izlečiti mnogobrojna kožna oboljenja. Bolesti probavnog sistema, pre svega žuči, jetre i bubrega se veoma uspešno leče čajem od ruse. Osim toga, preporučuje se i kod malokrvnosti i ženskih bolesti.

Kontekst: „Rusa je pouzdani lek protiv teških oboljenja jetre ako se upotrebi u homeopatskoj formi. Odlična je i za metabolizam jer pročišćava krv i jetru. Ova lekovita biljka se s uspehom upotrebljava za lečenje oboljenja žuči, bubrega i jetre. Stavljena u vino (30 g ruse zajedno sa korenom držati dva do tri sata u pola litre belog vina), veoma brzo leči žuticu. Preporučuje se i kod hemoroida praćenih peckanjem u završnom crevu i kod probadanja i bolova pri mokrenju, kao i kod zujanja u ušima. U ovim slučajevima može se dnevno piti dve do tri šolje čaja, u gutljajima (čaj ne treba kuvati, samo ga popariti).”

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 48

3.5.27 Spitzwegerich

Wissenschaftlicher Name: *Plantago lanceolata*

DE: Spitzwegerich

Anwendung: Der Spitzwegerich, bekannt auch unter den Namen Schlangenzunge, Wegreich, Rossrippen, Lügenblatt, Rippenkraut und Heilwegerich, wirkt besonders gut bei allen Erkrankungen der Atmungsorgane wie Asthma, Bronchitis, Katarrhe, Verschleimung, Halsentzündung und –schmerzen. Auf zinkhaltigen Böden speichert er Zink und das Kauen seiner Wurzel ist bei Zahnschmerzen wärmstens zu empfehlen. Sein zweites Anwendungsgebiet ist die Wundheilung. Der Spitzwegerichsaft kann man sowohl gegen Verdauungsstörungen als auch gegen Hämorrhoiden, Insektenstiche, offene Wunden und Verbrennungen verwenden. Weiterhin entgiftet er den Körper und hilft somit bei Leber- und Blasenbeschwerden, sowie bei schwachen Lungen und Nieren.



Abbildung 27

Kontext: „Der Wegerich wird in erster Linie gegen alle Erkrankungen der Atmungsorgane angewendet, besonders bei starker Verschleimung, Husten, Keuchhusten, Lungenasthma, ja selbst bei Lungentuberkulose. Der Schweizer Pfarrer Künzie, der urwüchsige Naturarzt und Kenner der großen Heilkraft unserer Pflanzen, schreibt: »Verwendung findet der ganze Wegerich in all seinen Sorten mit Wurzel, Kraut, Blüte und Samen. Er reinigt wie kein zweites Kraut Blut, Lunge und Magen, ist daher gut für jene Leute, die wenig oder schlechtes Blut, schwache Lungen und Nieren, bleiches Aussehen haben, Ausschläge, Ruden, Flechten produzieren oder gar etwas hüsteln, heiser sind, mager bleiben wie die Geißen, selbst wenn man sie in Butter hineinstellen würde.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 71

B: In der Übersetzung fehlt die bosnische Entsprechung.

K: Trputac

Primjena: Trputac, žilovlak ili mala bokvica, ima zaista jako antibakterijsko djelovanje, te se ubraja u najbolje prirodne lijekove protiv katara, astme, bronhitisa, tuberkuloze i kašlja. Često se koristi u kombinaciji s majčinom dušicom, jer ona pojačava njeno djelovanje. Ublažava upale i podstiče regeneraciju i zarastanje tkiva, te se koristi za vidanje rana, zaustavljanje krvarenja, liječenje hemoroida i kožnih oboljenja. Čaj od ove biljke se preporučuje svima koji

su malokrvni, imaju lošu krv i slabe bubrege ili pluća. Trputac je biljka koja je poznata još od davnina i vrlo rado korištena u narodu.

Kontekst: „Seljacima je poznato da je trputac još od davnina omiljeno sredstvo za liječenje rana. Kada se jednom neki seljak na polju ozlijedio nekim orudem uzeo je na moje iznenađenje trputcev list, zdrobio ga i stavio na ranu. Iako list nije bio opran, rana se nije upalila. Svježi smravljeni listovi pomažu kod ogrebotina, posjekotina, uboda osa, čak i kod ugriza bijesnih pasa, otrovnih životinja i zmija, kod ovih posljednjih u nuždi, ako nema lijecnika. U starim knjigama o bilju piše: "Ako žabu krastacu ubode pauk, ona se lijeci s trputcem. Taj joj pomaže.“

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 43

S: Uskolisna bokvica

Primena: Uskolisna bokvica je u narodu poznata i pod nazivima konjska rebra, glavor, koncula, mala bokvica, ovčji jezik, vučac, žilovlak, mala bokvica i krepatec. Od davnina je poznata kao biljka koja potpomaže zaustavljanje krvarenja i brže zarastanje rana, ali i posekotine, ugriza pasa, ogrebotina i uboda insekata. Svrstava se u biljke koje najbolje pročišćavaju krv, želudac i pluća, te otklanjaju toksine iz organizma. Posebno u kombinaciji sa timijanom je korisno sredstvo protiv svih disajnih oboljenja kao što su astma, tuberkuloza i katar. Uskolisna bokvica je odličan izvor vitamina C i provitamina A, ali i sluzi, pa zato ima blagotvorno delovanje na želudac i creva. Pomaže i kod gušavosti.

Kontekst: „Bokvica se prvenstveno upotrebljava protiv oboljenja disajnih organa, naročito kod jakog katara, kašlja, velikog kašlja, kod plućne astme, pa i kod tuberkuloze pluća. Švajcarski paroh Kincle, samouki lekar - prirodnjak i poznavalac velike lekovite moći naših biljaka, piše: "Upotrebljava se cela bokvica, bilo koje vrste, zajedno sa korenom, zeljem, cvetom i semenom. Kao nijedna druga biljka, ona čisti krv, pluća i želudac i zato je dobra za one koji imaju malo krvi (ili im je ona loša), slaba pluća i slabe bubrege, bled izgled, osip, hrapavu kožu i lišajevе, ili koji kašlju i pate od promuklosti i koji ostaju mršavi kao koze čak i kada bi ih neko stavio u maslac.“

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 50

3.5.28 Gelbe Taubnessel

Wissenschaftlicher Name: *Lamium galeobdolon*

DE: Gelbe Taubnessel

Anwendung: Im Volksmund ist die Gelbe Taubnessel auch als Wurm- oder Todnessel, Bienensaug, Zauberkraut und Löffelblume bekannt. Der Tee davon hilft sehr gut bei Menstruations- und Unterleibsbeschwerden, sowie bei Verdauungsstörungen. Alle Nierenerkrankungen - Nierenschrumpfung, Berieselung der Niere und Nierenentzündungen - kann man sehr erfolgreich mit dieser Pflanze behandeln. Beste Ergebnisse bringt die Gelbe Taubnessel in



Abbildung 28

Kombination mit Labkraut und Goldrute. Die Blüten dieser Pflanze sind bei Harnleiden, Herzwassersucht, Blasenlähmung und brennendem Wasserabgang zu empfehlen. Äußerlich werden die Umschläge von diesem Teeabsud bei Hautausschlägen, Krampfadern und Geschwüren verwendet.

Kontext: „Die Blüten und Blätter der Gelben Taubnessel verwendet man bei ähnlichen Beschwerden, besonders bei schlechtem Urinabgang, Harnleiden, Wasserbrennen, schweren Nierenerkrankungen und bei Herzwassersucht. Die Blüten sind bei Störungen der Verdauung, bei Skrofulose und Hautausschlägen zu verwenden. Man trinkt für diesen Zweck eine Schale Tee am Vormittag. Bei Geschwüren und bei Krampfadern helfen Umschläge von diesem Teeabsud.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 74

B: In der Übersetzung fehlt die bosnische Entsprechung.

K: Žuta mrtva kopriva

Primjena: Žuta mrtva kopriva, u narodu poznata i kao krock ili znek, je jako djelotvorna za sve ženske bolesti, te se ispijanje čaja od žute mrtve koprive preporučuje svim mladim djevojkama koje imaju stomačne tegobe. Osim toga olakšava izlučivanje mokraćne i pomaže kod bolesti mokraćnih organa. Ima pozitivan učinak na živce i otklanja nesanicu. Poremećaji probavnog sustava, kao i teška bubrežna oboljenja se uspješno tretiraju žutom mrtvom koprivom. Nadasve, ova biljka pomaže i kod osipa na koži i čireva.

Kontekst: „Žutu mrtvu koprivu mogu najtoplije preporučiti kod paralitickog mjehura u starijih ljudi, nadalje kod prehlade mjehura i upale bubrega. Posebno je blagotvorna sjedeca kupka s dodatkom uvarka ove biljke. Kod neizljecivoga skvrčavanja bubrega i prikapcanja na

umjetni bubreg postizemo s žutom mrtvom koprivom, pomiješanom u jednakim dijelovima s brocikom i zlatnicom, najbolje rezultate pri liječenju.”

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 45

S: Žuta mrtva kopriva

Primena: Budući da žuta mrtva kopriva uveliko pomaže kod tegoba izazvanih upalom jajnika i menstruacijom, odlična je biljka za žene i ispijanje dve šalice čaja od ove biljke uveliko olakšava pomenute tegobe. Bolno mokrenje, slabo izlučivanje urina i vodena bolest srca su samo još neke od tegoba koje se uspešno leče pomoću ove čudesne biljke. Nadalje se žuta mrtva kopriva u vidu obloga koristi kod skrofuloze i osipa na koži, te kod proširenih vena i čireva. Delovanje čaja od žute mrtve koprive se pokazalo kao veoma delotvorno kod mnogih bubrežnih oboljenja.

Kontekst: „Cvetovi i listovi žute mrtve koprive upotrebljavaju se kod sličnih tegoba, naročito kada je reč o slabom izlučivanju mokraće, raznim bolestima mokraćnih puteva, teškim oboljenjima bubrega i vodenoj bolesti srca. Cvetovi se upotrebljavaju kod poremećenog varenja, kod skrofuloze i osipa na koži. U tim slučajevima treba piti jednu šolju čaja u toku prepodneva. Kada je reč o čirevima i o proširenim venama praćenim grčevima, pomažu oblozi od ostatka čaja ove koprive.”

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 52

3.5.29 Thymian, Feld- oder Sandthymian

Wissenschaftlicher Name: Thymus serpyllum

DE: Thymian, Feld- oder Sandthymian

Anwendung: Seit der Antike nimmt Thymian einen besonderen Platz unter den Heilpflanzen ein. Seine krampf- und schleimlösenden Eigenschaften machen ihn zur idealen Pflanze gegen Husten und Bronchitis, aber auch gegen Hals- und Zahnfleischentzündungen. Er hilft bei Magenbeschwerden, Sodbrennen und Verdauungsschwäche und schützt vor grippalen Infekten. Der Thymian ist in der Frauenheilkunde sehr geschätzt und wird bei Menstruationsstörungen, Menstruationskrämpfen und Wechseljahresbeschwerden eingesetzt. Weiterhin findet der Thymian seine Anwendung bei Schlaflosigkeit, Nervenschwäche und Epilepsie, sowie äußerlich bei Wunden, Aknen und Ekzemen.



Abbildung 29

Kontext: „Bei Erkrankungen der Luftwege, schwerster Bronchialverschleimung, ja selbst bei Keuchhusten ist Thymian im Verein mit Spitzwegerich zu gleichen Teilen ein altbewährtes Mittel. Man gibt in eine Tasse heißes Wasser eine Scheibe Zitrone und einen Teelöffel Thymian-Spitzwegerich hinein. $\frac{1}{4}$ Minute ziehen lassen. Der Tee soll sehr heiß schluckweise getrunken werden. Er wird vier- bis fünfmal am Tage frisch zubereitet; bei Gefahr einer Lungenentzündung wird dieser Tee, stündlich schluckweise getrunken, seine Wirkung nicht verfehlen.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 76

B: Timijan

Primjena: Timijan ili majčina dušica je biljka koja ima antimikrobno djelovanje, jer sadrži supstancu timol koja ima sposobnost da uništi štetne organizme, a čije djelovanje je još jače u kombinaciji sa karvakrolom. Timijan se prvenstveno upotrebljava kod ženskih tegoba i tegoba respiratornog sistema. Podstiče i reguliše menstruaciju, pomaže kod infekcije materice, ali i kod bronhitisa i akutnog kašlja. Liječi bolesti želuca, bubrega i mokraćne bešike, a korištenje čaja od timijana se preporučuje i kod raznih neuroza, depresije i alkoholizma.

Kontekst: „Zbog jakog antiseptičkog djelovanja, timijan slovi kao jedno od najvažnijih prirodnih sredstava za dezinfekciju. Djeluje na lučenje bronhijalne sluzi i pomaže njeno iskašljavanje, zbog čega se koristi u liječenju bronhitisa i infekcije gornjih disajnih puteva. Biljka ulazi u sastav različitih sredstava protiv kašlja, a takođe i zubnih pasta te vodica za ispiranje usta.“

Izvor: Treben, Maria (2006) *Zdravlje iz božje apoteke*, Bosna i Hercegovina, S. 12

K: Majčina dušica

Primjena: Majčina dušica je u narodu poznata i pod nazivima pepriš, bukovica, babja dušica, vrisak i poponak. Rastvara sluz i jak je antiseptik, pa se stoga koristi u svrhu liječenja astme, bronhitisa, tuberkuloze i ostalih plućnih oboljenja. Ublažava menstrualne grčeve i želudačne smetnje, te podstiče izlučivanje mokraće i menstruacije. Majčina dušica zauzima važnu ulogu u liječenju alkoholizma prirodnim putem. Izazivajući nelagodu u stomaku dovodi do gubljenja volje za daljnim konzumiranjem alkohola. Smiruje nerve i preporučuje se onima koji pate od depresije.

Kontekst: „Kod želučanih i menstruacijskih grčeva, kao i grčeva u trbuhu preporučujem majčinu dušicu kako za vanjsku, tako i za unutarnju primjenu. Tijekom dana pijemo po dvije šalice čaja. Za vanjsku primjenu kod grčeva koristimo biljne zamotuljke od cvjetova i stabljika ubranih po podnevnom suncu. Prije spavanja zagrijemo taj jastučić u tavi i stavimo na želudac ili trbuh. Kod otekline i kontuzija kao i stare reume preporučujem također biljne jastučiće. Kod oboljenja dišnih puteva, najtežih slučajeva prekomjerne sluzi u bronhima i bronhalne astme, pa čak i kod hripavca, majčina dušica je zajedno s jednakim dijelom trputca davno prokušano sredstvo.”

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 46

S: Timijan, livadski

Primjena: Livadski timijan, pepriš, bukovica ili divlji bosiljak, se upotrebljava za liječenje bolesti digestivnih i respiratornih organa, a posebno je koristan za čitav niz ženskih tegoba. Infekcije genitalnog trakta, menstrualni grčevi i miomi se veoma uspješno tretiraju čajem od livadskog timijana. Osim toga, timijan jača imunitet i pozitivno utiče na raspoloženje tako što ima umirujuće dejstvo na živce. Leči malokrvnost, nesanicu, padavicu i anginu. Ulje od timijana se preporučuje kod multiple skleroze, epileptičnih napada, paralize, uganuća, reume i atrofije mišića.

Kontekst: „Timijan se kako za spoljnu, tako i za unutrašnju upotrebu preporučuje kod grčeva u želucu i u materici, kao i kod menstrualnih bolova. Tokom dana treba piti dve šolje čaja. Kada je reč o grčevima, na bolno mesto se stavlja jastučić napunjeno osušenim cvetovima i stabljikama timijana ubranog na podnevnom suncu. Ono se pre spavanja ugrije u šerpi i stavi na stomak ili na prepone. Upotreba ovih jastučića preporučuje se i kod otekline, nagnječenja i kod hroničnog reumatizma.”

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 53

3.5.30 Kleinblütiges Weidenröschen

Wissenschaftlicher Name: *Epilobium parviflorum*

DE: Kleinblütiges Weidenröschen

Anwendung: Das kleinblütige Weidenröschen, im Volksmund auch als Feuer- oder Antinskraut, Froweblüemeli und Waldröschen bezeichnet, fand bis vor einigen Jahren in den Kräuterbüchern kaum Beachtung. In den letzten Jahren wurde die Heilwirkung dieses Männerkrautes gegen Prostatabeschwerden wissenschaftlich nachgewiesen. Das Weidenröschen enthält viele Schleimstoffe und dadurch wirkt es entzündungshemmend, aber auch antibakteriell und wassertreibend. Es hilft sehr gut gegen Beschwerden der Harnorgane, wie zum Beispiel gegen Harnentzündungen. Das Weidenröschen eignet sich gut für die Behandlung der Nieren- und Magen-Darm-Entzündungen, sowie als begleitende Therapie bei Prostatakarzinom.



Abbildung 30

Kontext: „Viele, die an Prostata leiden, können durch das Kleinblütige Weidenröschen wieder gesunden, oft sogar, ohne sich einer Operation unterziehen zu müssen. Ist eine Operation schon durchgeführt worden, nimmt der Weidenröschentee das Brennen und die anderen Beschwerden, die sich nachher oft zeigen. In jedem Falle sollte aber ein Arzt konsultiert werden.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 80

B: In der Übersetzung fehlt die bosnische Entsprechung.

K: Vrbovica

Primjena: Vrbovica ili kiprovina je prirodni antiseptik, adstrigen i antikarcinom i posebno je poznata u liječenju svih oboljenja prostate. Ona je neizostavna u tretiranju svih upala prostate, prostatitisa i akutnih upala izazvanih bakterijama E.Coli, ali i tumora i hipertrofije prostate. Osim toga, vrbovica je efikasna i kod liječenja infekcija i upala bešike i bubrega. U slučaju oboljele prostate ili raka mjehura se ispijanjem čaja od vrbovice vrlo često može izbjeći operacija ili, ako je ona već uslijedila, značajno ubrzati oporavak pacijenta.

Kontekst: „Drugacije je bilo s mojom majkom! Sakupljala ju je svake godine i pomagala mnogim ljudima s oboljenjima mjehura i bubrega. Njezina je ljekovita moc tako velika da cesto jako brzo nestanu sve tegobe kod oboljenja prostate. Bilo je slucajeva kada su muškarci

bili tik pred operacijom, mokraca je istjecala još samo na kapljice, jedna jedina šalica čaja već je donosila olakšanje. Jasno je, da za izlječenje valja čaj piti duže vrijeme.“

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 48

S: Mala (sitnocvetna) mlečika

Primena: Mala sitnocvetna mlečika, u narodu poznata još i pod imenima kao što su svilovina, planinska ili šumska vrbovica, se zadnjih 30-ak godina koristi u lekovite svrhe, a najefikasnija je u lečenju oboljenja urinarnih organa, pre svega prostate. Upotrebom ove biljke se veoma često mogu zaobići operativni zahvati, a u slučaju da je on već usledio, podstaći brz oporavak pacijenta i ublažiti peckanje. Nadalje je mlečika odličan lek za upalu bubrega ili mokraćne bešike, kao i za katar. U slučaju oboljenja od karcinoma, preporučljivo je da se čaj od mlečike koristi kao popratna terapija.

Kontekst: „Evo jednog dopisa iz Švarcvalda (Schwarzwald): "Moja snaha je u toku zračenja koje je usledilo kao terapija materice pretrpela oštećenja, i to tako što je dobila jednu pukotinu na crevu i jednu na bešici. Imala je tako jake bolove u bešici da je lekar morao da joj prepíše morfijum. Po Vašoj ilustraciji iz "Božje apoteke" tražili smo malu mlečiku, pronašli je i posle nedelju dana, pošto je pila čaj, svekrvi su prestali svi bolovi. To je zaista pravo čudo iz Božje Apoteke!" Mnogi kojima je prostata obolela mogu da ozdrave pomoću male mlečike, pa čak i da izbegnu operaciju. A ako je ona već izvršena, čaj od mlečike će otkloniti žarenje i druge postoperativne tegobe. U svakom slučaju, međutim, pacijent mora da konsultuje lekara.“

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje., S. 57

3.5.31 Zinnkraut

Wissenschaftlicher Name: Equisetum arvense

DE: Zinnkraut

Anwendung: Das Zinnkraut, übrigens als Ackerschachtelhalm und Pferdeschwanz bezeichnet, enthält wertvolle Kieselsäure und wird deswegen bei Nieren- und Blasenkrankheiten, sowie bei Bindegewebsschwäche eingesetzt. Es hat eine harntreibende und blutreinigende Wirkung und stärkt das Immunsystem. Außerdem fördert es die Wundheilung und eignet sich hervorragend für die Behandlung von Frostbeulen, Mundschleimhautentzündungen, Geschwüren und Hautausschlägen. Das Zinnkraut hilft auch bei rheumatischen Erkrankungen und Gicht.



Abbildung 31

Kontext: „Bei schmerzhaften Blasenerkältungen und krampfartigen Schmerzen gibt es kein besseres Mittel als einen gebrühten Absud von Zinnkraut, dessen Dämpfe man, 10 Minuten in einem Bademantel gehüllt, auf die Blase einwirken läßt. Einigemal wiederholt, bringt man das Übel rasch zum Abklingen. Alte Leute, die plötzlich nicht urinieren können und sich unter größten Schmerzen winden, weil der Harn gar nicht oder nur tropfenweise abgeht, werden durch diese heißen Zinnkrautdämpfe von ihren Schmerzen befreit, ohne daß der Arzt mit dem Schlauch das Wasser holen muß.“

Quelle: Treben, Maria (2013) *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr, S. 83

B: In der Übersetzung fehlt die bosnische Entsprechung.

K: Poljska preslica

Primjena: Poljska preslica, u narodu poznata i kao kositerka ili šutkavac, se ubraja u najbolje prirodne lijekove za plućna krvarenja i hronični bronhitis, pa čak i za tuberkulozu. Sadrži silicijumsku kiselinu, pa se stoga preporučje za regeneraciju kostiju i prevenciju osteoporoze. Odličan je diuretik i pomaže kod uvećanja prostate, upale prostate ili mokraćnih kanala, te eliminaciju bubrežnih kamenaca. Zaustavlja krvarenja sluzokože, hemeroida i menstrualna krvarenja, a dobar je lijek i za giht i reumatska oboljenja.

Kontekst: „Kod bubrežnog pijeska, bubrežnih kamenaca i kamenaca u mjehuru primjenjujemo vruće, sjedeće kupke od preslice, pijemo usto gutljaj po gutljaj njezin topli čaj, zadržavamo mokracu, da bi ju konacno pod pritiskom ispustili. Na ovaj način kamence vecinom izbacimo. Na osnovu tih uputa primila sam pisma koja gornju tvrdnju samopotvrduju: s

korištenjem preslice bubrežni kamenci su otišli, a bolesnici se osjećaju dobro i bez ikakvih su tegoba.“

Izvor: Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga, S. 51

S: Rastavić, preslica

Primena: Rastavić, kositrena trava ili njivska preslica, se ubraja u veoma lekovite biljke sa širokim spektrom delovanja. Ima pozitivan učinak na izbacivanje tečnosti iz organizma, pa je čaj od rastavića nadasve preporučljiv kod svih bolesti bubrega, bešike i mokraćnih kanala. Daje dobre rezultate kod benignog uvećanja prostate, ali i gihta i reume. Sveži sok od preslice podstiče stvaranje crvenih krvnih zrnaca i pomaže kod malokrvnosti. Čisti krv, a spolja se upotrebljava u vidu obloga kod preloma, kožnih osipa, ekcema, lišaja i čireva.

Kontekst: „Kod osipa na koži koji svrbe, pa i ako imaju koru ili su krastavi i zagnojani, pomaže ispiranje čajem od rastavića. Ispiranjem i kupkama ovom lekovitom biljkom leče se i gnojna upala zanoktice, otvorene rane na nogama, gnojenje kostiju, stare zagađene rane i kancerozni čirevi, ispucale pete, fistule, bradati lišaj i drugi lišajevi i lupus; može da se stavi i oblog od poparene preslice umotane u tkaninu. Kada je reč o hemoroidima i hemoroidnim čvorovima, njih je dobro obložiti kašom od sveže preslice, koja se priprema na sledeći način: preslica se dobro opere i oklagijom gnječi na dasci sve dotle dok se ne dobije kaša.”

Izvor: Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje, S. 60

3.6 Schlussfolgerungen

Die unten stehende Tabelle soll zur besseren Veranschaulichung der untersuchten Terminologie dienen:

DEUTSCH	BOSNISCH	KROATISCH	SERBISCH
Bärlapp	Crvotočina obična	Crvotočina obična	Prečica
Bärlauch/Bärenlauch	Divlji luk	Divlji luk	Sremuš, medveđi luk
Beinwurz/Beinwell	Gavez	Gavez	Gavez
Brennnessel	Velika kopriva	Velika kopriva	Kopriva
Ehrenpreis	Razgon, čestoslavica	Čestoslavica	Razgon, veronika
Frauenmantel	Vrkuta	Vrkuta	Virak
Goldrute	Zlatnica	Zlatnica	Zlatnica
Hirtentäschel	Rusomača	Rusomača	Rusomača
Gr.Huflattich/Pestwurz	-	Veliki podbjel	Veliki podbel, repuh
Huflattich	Podbjel	Podbjel	Podbel
Johanniskraut	Kantarion	Gospina trava	Kantarion
Kalmus	-	Idirot	Idirot
Kamille	-	Kamilica	Kamilica
Käsepappel/Malve	-	Crni sljez	Crni slez
Labkraut	-	Bročika	Ivanjsko cveće
Löwenzahn	Maslačak	Maslačak	Maslačak
Mais	-	Kukuruz	Kukuruz
Mistel	Bijela imela	Bijela imela	Bela imela
Nussbaum	Orah	Obični orah	Orah
Odermennig	-	Turica	Petrovac
Ringelblume	Neven	Neven	Neven
Salbei	-	Kadulja	Žalfija
Sauerklee	-	Zečja soca	Zečja soca, kisela detelina
Schafgarbe	-	Stolisnik	Hajdučka trava
Schlüsselblume	-	Jacalac	Jaglika
Schöllkraut	-	Rosopas obični	Rusa, rosopas
Spitzwegerich	-	Trputac	Uskolisna bokvica
Gelbe Taubnessel	-	Žuta mrtva kopriva	Žuta mrtva kopriva
Thymian, Feld- oder Sandthymian	Timijan	Majčina dušica	Timijan, livadski
Kleinblütiges Weidenröschen	-	Vrbovica	Mala (sitnocvetna) mlečika
Zinnkraut	-	Poljska preslica	Rastavić, preslica

Anhand der tabellarischen Übersicht der bosnischen, kroatischen und serbischen Kräuternamen lässt sich feststellen, dass sich Bosnisch und Kroatisch größtenteils der gleichen Fachterminologie bedienen, während Serbisch teilweise über eine eigenständige Terminologie verfügt. Möglicherweise trug die nach der Sprachfragmentierung forcierte Kroatisierung der bosnischen Sprache dazu bei, den kroatischen Bezeichnungen den Vorzug gegenüber den

serbischen zu geben und sie in die Standardsprache aufzunehmen. Das heißt wiederum nicht, dass Kroatismen im tatsächlichen Gebrauch bevorzugt werden. Dies deutet darauf hin, dass, während sich die TranslatorInnen in ihrer Übersetzungstätigkeit strikt an die vorgeschriebene Sprachnorm halten, die SprecherInnen des jeweiligen Idioms öfters auf die Sprachtradition zurückgreifen und hauptsächlich die in ihrer Kultur verwurzelten Begriffe verwenden.

Einer der wesentlichen Unterschiede zwischen der bosnischen, kroatischen und serbischen Sprache besteht in den Aussprachevarianten (i, e, ije/je), wie zum Beispiel bei den folgenden Termini: crni slez – crni sljez (Käsepappel), bela imela – bijela imela (Mistel) und podbel – podbjel (Huflattich). Es soll hervorgehoben werden, dass es sich hier weder um terminologische Unterschiede noch um die aus der Sprachtrennung resultierenden Differenzen handelt, sondern um drei verschiedene Reflexe des štokawischen Dialektes, die auch vor der Herausbildung der autonomen Sprachen existierten.

Wie bereits im Kapitel zur allgemeinen Fachterminologie erwähnt, weisen generell die Fachwortschätze des Bosnischen, Kroatischen und Serbischen bedeutende Differenzen auf. Aufgrund der Unterschiede im politischen und rechtlichen System sind sie besonders in den Bereichen wie Verwaltungs- und Rechtswesen evident. Sie dürfen nicht außer Acht gelassen werden und sollen bei jedem einzelnen Übersetzungsauftrag vorsichtig untersucht werden. Jedoch sind die fachterminologischen Differenzen in den Übersetzungen des Buches von Maria Treben, und daraus ableitend wahrscheinlich auch im Bereich der Kräuterkunde, gering und beeinträchtigen die Kommunikation nicht. In jeder der drei Übersetzungen sind in den meisten Fällen die Fachausdrücke der anderen zwei Idiome als Synonyme angeführt, wodurch eine hundertprozentige Verständlichkeit gegeben wird.

Demzufolge ist die dreifache Übersetzung des Werkes aus meiner Sicht nicht notwendig und bedeutet aus rein linguistischer Perspektive mehr Zeit- und Arbeitsaufwand. Möglicherweise ist die Übersetzung sowohl ins Bosnische als auch ins Kroatische und Serbische aus soziopolitischer Perspektive relevant und sinnvoll. Die höhere Sensibilisierung des Volkes für die Sprache in der Nachkriegszeit und das ständige Streben nach Anerkennung der drei nationalen Sprachen spielen dabei vermutlich die bedeutendste Rolle. Eine weitere Erklärung für die drei Übersetzungen könnte die Existenz dreier autonomer Sprachenzentren im Rahmen der drei neuen Staaten sein, so dass jedes Werk im jeweiligen Zentrum übersetzt wird und auf dieser Ebene keine Zusammenarbeit besteht.

4 ZUSAMMENFASSUNG

In dieser Arbeit wurden die terminologischen Unterschiede zwischen dem Bosnischen, Kroatischen und Serbischen im Bereich der Kräuterkunde untersucht. Anhand dreier Übersetzungen des Buches *Gesundheit aus der Apotheke Gottes* von Maria Treben wurde der Frage nachgegangen, inwiefern eine Übersetzung in alle drei Idiome aus rein kommunikativer bzw. linguistischer Sicht notwendig ist.

Dafür wurden zunächst die historischen, sprachpolitischen und terminologischen Hintergründe des Forschungsgegenstandes erörtert. Die Untersuchung der Übersetzungen zeigte schließlich, dass jede der drei genannten Sprachen zu einem Großteil über dieselbe Terminologie verfügt. Aus der kontrastiven terminologischen Analyse geht hervor, dass die linguistischen Unterschiede minimal sind und dadurch die Kommunikation zwischen den SprecherInnen verschiedener Idiome nicht beeinträchtigt wird. In allen drei Übersetzungen sind neben den lateinischen Bezeichnungen die Fachbegriffe des jeweiligen Idioms auch in anderen Idiomen als Synonyme angeführt, weswegen eine hundertprozentige Verständlichkeit gegeben ist. Meiner Meinung nach war eine dreifache Übersetzung aus rein kommunikativer Sicht nicht notwendig und eine Übersetzung mit der Angabe von Synonymen hätte den gleichen Effekt erzielt.

Diese Herangehensweise ist keinesfalls auf alle Fachbereiche anwendbar. Wie die Analyse der linguistischen Unterschiede der drei Idiome zeigte, gibt es Kontexte (beispielsweise im Bereich Recht), in denen eine dreifache Übersetzung nicht nur sinnvoll, sondern notwendig ist.

Daher ist es von enormer Bedeutung, diese Tatsache nie aus den Augen zu verlieren und bei jeder Terminologearbeit empirische Untersuchungen durchzuführen, um den realen Ausmaß der Unterschiede zwischen den Sprachen hinsichtlich der Fachterminologie zu bestimmen. Abschließend plädiere ich dafür, das Thema der Beziehung zwischen Sprachpolitik und Translation auch im Rahmen der Lehrveranstaltungen an sprachwissenschaftlichen Universitäten zu behandeln, insbesondere im Rahmen der Lehrveranstaltungen für Bosnisch/Kroatisch/Serbisch (B/K/S).

Betreffend Kräuterbezeichnungen im Bosnischen, Kroatischen und Serbischen wäre in einer weiteren Recherche (beispielsweise in der Dissertationsarbeit) interessant herauszufinden, ob und inwieweit es regionale Unterschiede in den Bezeichnungen gibt. Der Anlass dafür liegt in der Feststellung, dass viele Fachbegriffe im Kontext der Kräuterkunde, die als standardsprachlich eingestuft werden, regionalspezifisch sind und von der Standardsprache abweichen können.

BIBLIOGRAPHIE

Primärliteratur

Bown, Deni. 2005. *Die neue Kräuter-Enzyklopädie*. The Royal Horticultural Society. München: DK-Verlag.

Halilović, Senahid. 1996. *Pravopis bosanskoga jezika*. Sarajevo: Preporod.

Isaković, Alija. 1993. *Rječnik karakteristične leksike u bosanskome jeziku*. Wuppertal: Bambi.

Jahić, Dževad/ Halilović, Senahid/ Palić, Ismail. 2000. *Gramatika bosanskoga jezika*. Zenica: Dom štampe.

Kunzmann-Müller, Barbara. 1994. *Grammatikhandbuch des Kroatischen und Serbischen*. Wien: Lang.

Urban, Barbara/ Leprich, Christoph/ Länger, Reinhard. 2001. *Kleines Wörterbuch der Pflanzenmedizin*. Wien: Pharmig, Vereinigung pharmazeutischer Unternehmen.

Sekundärliteratur

Arntz, Reiner/Picht, Heribert/Mayer, Felix. 2009. *Einführung in die Terminologearbeit*. 6. verbesserte Auflage. Hildesheim [u.a]: Olms

Arntz, Reiner; Picht, Heribert; Mayer, Felix. 2002. *Einführung in die Terminologearbeit*. Hildesheim: Olms Verlag.

Avirović, Ljiljana. 1990. *Persistence and Change. Current features of Serbo-Croatian and how they affect the training of interpreters*. In: The Interpreters' Newsletter 3, 81-87.

Babić, Stjepan. 1995. *Hrvatski jučer i danas*. Zagreb: Školske novine, 323 S.

Babić, Stjepan. 2004. *Hrvanija hrvatskoga: Hrvatski u koštacu sa srpskim i u klinču sa engleskim*. Zagreb: Školska knjiga.

Begić, Tihomir. 2001. *Diskriminacija hrvatskog jezika i pokušaj jezične asimilacije Hrvata u Bosni i Hercegovini*. In: Motrišta 21. Mostar: Matica Hrvatska.

Blum, Daniel. 2002. *Sprache und Politik. Sprachpolitik und Sprachnationalismus in der Republik Indien und dem sozialistischen Jugoslawien (1945-1991)*. Würzburg: Ergon.

Brborić, Branislav. 1996. *Predistorija i sociolingvistički aspekti*. In: Radovanović, Milorad. 1996. *Srpski jezik*. Opole: Uniwersytet Opolski – Instytut Filologii Polskiej, VII.

Brozović, Dalibor. 1992. *Serbo-Croatian as a pluricentric language*. In: Clyne, Michael (ed.) *Pluricentric languages. Differing Norms in Differing Nations*. Berlin/New York: Mouton de Gruyter, 347-380.

Brozović, Dalibor. 1998. *Povijesna podloga i jezičnopolitičke i sociolingvističke okolnosti*. In: Lončarić, Mijo (Hg.) *Hrvatski jezik. Najnowsze dzieje języków słowiańskich*. Opole: Uniwersytet Opolski, Instytut Filologii Polskiej, 3-34.

Bugarski, Ranko. 1997. *Jezik u društvenoj krizi*. Beograd: Čigoja štampa.

Bugarski, Ranko. 2004. *Language in the Former Yugoslav Lands*. Bloomington, Indiana: Slavica Publishers.

Bugarski, Ranko. 2012. *Language, identity and borders in the former Serbo-Croatian area*. In: *Journal of Multilingual and Multicultural Development* 33:3, 219-235.

Cvetković-Sander, Ksenija. 2005. *Sprachpolitik im sozialistischen Jugoslawien. Der Fall Bosnien-Herzegowina*. In: Neusius. 2005. *Sprache und Kultur in Südosteuropa*. München: Forst.

Čedić, Ibrahim. 2001. *Bosanskohercegovački standardnojezički izraz – bosanski jezik*. In: Mønnesland/Baotić/Čedić (Hrsg.), 69-77. In: Gröschel, Bernhard. 2009. *Das Serbokroatische zwischen Linguistik und Politik*. München: LINCOM GmbH, 201.

Čedić, Ibrahim. 2009. *Bosanskohercegovački standardnojezički izraz – bosanski jezik*. In: Tošović, Branko/ Wonisch, Arno (Hg.) *Bošnjački pogledi na odnose između bosanskog, hrvatskog i srpskog jezika*. Graz - Sarajevo: Institut für Slawistik der Karl-Franzens-Universität – Institut za jezik, 41-50.

Ćorić, Božo. 1998. *Anatomija naopake hrvatske jezičke politike*. In: Srpski jezik. Nr. III/1-2. S. 551-552.

Der-Kévorkian, Isabelle. 2008. *Delivering Multilingual Justice. A look into the International Criminal Tribunal for the Former Yugoslavia*. In: ATA Chronicle, 24-26.

Entwistle, William J. 1953. *Aspects of language*. London: Faber and Faber, IX, 370 S.

Ford, Curtis. 2002. *Language planning in Bosnia and Herzegovina: The 1998 Bihać Symposium*. In: Slavic and East European Journal 46: 2, 349-361.

Greenberg, Robert. 2004. *Language and Identity in the Balkans*. Oxford: Oxford University Press.

Gröschel, Bernhard. 2009. *Das Serbokroatische zwischen Linguistik und Politik*, München: LINCOM GmbH.

Ivić, Pavle. 1992. *Language planning in Serbia today*. In: Bugarski, Ranko/ Hawkesworth, Celia (eds.) *Language Planning in Yugoslavia*. Columbus/Ohio: Slavica, 101-110.

Ivić, Pavle. 2001. *Language planning in Serbia today. International Journal of the Sociology of Language*. Berlin. 151, 7-17.

Jahić, Dževad. 1999. *Lingvistički i kulturno-historijski izvori bosanskog jezika*. In: Čedić, Ibrahim (Hg.) *Simpozij o bosanskom jeziku*. Sarajevo: Institut za jezik, 25-30.

Karadža, Melvida. 1999. *Sociolingvistički aspekti jezičke situacije u Bosni i Hercegovini*. In: Čedić, Ibrahim (Hg.) *Simpozij o bosanskom jeziku*. Sarajevo: Institut za jezik, 31-39.

Katičić, Radoslav. 1995. *Serbokroatische Sprache – Serbisch-kroatischer Sprachstreit*. In: Lauer, Reinhard/ Lehfelddt, Werner (Hg.) *Das jugoslawische Desaster. Historische, sprachliche und ideologische Hintergründe*. Wiesbaden: Harrassowitz, 29-79.

Katičić, Radoslav. 2009. *Kako postoji hrvatski jezik*. In: *Jezik* 56: 1, 32-34.

Kirfel (-Kukavica), Sabine. 2000. *Die kroatische Sprache des Rechts – Kontinuität in der Diskontinuität*. In: Kunzmann-Müller. 2000. *Die Sprachen Südosteuropas heute. Umbrüche und Aufbruch*. Frankfurt/M. – Berlin – Bern [etc.]: Lang, 118-136.

Kloss, Heinz. 1969. *Grundfragen der Ethnopolitik im 20. Jahrhundert. Die Sprachgemeinschaften zwischen Recht und Gewalt*. Wien/Stuttgart, Braumüller. In Gröschel, Bernhard. 2009. *Das Serbokroatische zwischen Linguistik und Politik*. München: LINCOM GmbH.

Kloss, Heinz. 1978. *Die Entwicklung neuer germanischer Kultursprachen seit 1800*. Düsseldorf: Schwann, 463 S. In: Gröschel, Bernhard. 2009. *Das Serbokroatische zwischen Linguistik und Politik*. München: LINCOM GmbH.

Kordic, Snježana. 2003. *Pogled unazad, pogled unaprijed* (odgovor S. Damjanoviću i M. Grčeviću). In: *Književna republika* 1/1-2, Zagreb, 150-178, online unter http://bib.irb.hr/datoteka/430281.POGLED_UNAZAD_POGLED_UNAPRIJED.PDF

Kordic, Snježana. 2004. *Autizam hrvatske filologije* (odgovor I. Pranjkoviću). In: *Književna republika* 2 /7-8, Zagreb, 254-280, online unter: https://bib.irb.hr/datoteka/430121.AUTIZAM_HRVATSKE_FILOLOGIJE.PDF (Stand: 28.2.2016).

Kuhiwczak, Piotr. 1999. *Translation and Language Games in the Balkans*. In: Anderman, Gunilla/ Rogers, Margaret (eds.) *Word, Text, Translation. Liber Amicorum for Peter Newmark*. Clevedon: Multilingual Matters, 217-224.

Lehfeldt, Werner. 1981. *Zum Unterschied der Standardsprachkonzeptionen bei den Serben und Kroaten zur Zeit der nationalen Wiedergeburt*. Südostforschungen. München: 40, 239-253. In: Gröschel, Bernhard. 2009. *Das Serbokroatische zwischen Linguistik und Politik*. München: LINCOM GmbH.

Lehfeldt, Werner. 1999. *Zur gegenwärtigen Situation des Bosnischen*. Wiener Slavistisches Jahrbuch. Wien: 45, 1, 83-90. In: Gröschel, Bernhard. 2009. *Das Serbokroatische zwischen Linguistik und Politik*. München: LINCOM GmbH.

Magner, Thomas F. 1981. *Language mitosis in the Slavic world*. Columbus, Ohio: Folia Slavica 4, 2/3. In: Gröschel, Bernhard. 2009. *Das Serbokroatische zwischen Linguistik und Politik*. München: LINCOM GmbH.

Mešanović-Meša, Emira. 2011. *Kontrastivna analiza bosanskog, hrvatskog i srpskog jezika u zakonima Federacije Bosne i Hercegovine*. Sarajevo: Slavički komitet.

Milosavljević, Petar. 1997. *Srbi i njihov jezik. Hrestomatija*. Priština: Narodna i univerzitetska biblioteka (Biblioteka Svetilnik, 6). In: Gröschel, Bernhard. 2009. *Das Serbokroatische zwischen Linguistik und Politik*. München: LINCOM GmbH.

Mønnesland, Svein. 2002. *Bosnisk, kroatisk, serbisk grammatikk*. Oslo: Sypress Forlag, 336 S. In: Gröschel, Bernhard. 2009. *Das Serbokroatische zwischen Linguistik und Politik*. München: LINCOM GmbH.

Mønnesland, Svein. 2004. *Is there a Bosnian language?* In: Bugarski, Ranko/ Hawkesworth, Celia (eds.) *Language in the Former Yugoslav Lands*. Bloomington: Slavica, 127-161.

Neweklowsky, Gerhard. 2000a. *Serbisch, Kroatisch, Bosnisch, Montenegrinisch – Perspektiven*. In: Zybatow. 2000. *Sprachwandel in der Slavia. Die slavischen Sprachen an der Wende zum 21. Jahrhundert. Ein internationales Handbuch*. Frankfurt am Main: Lang, Teil 2.

Neweklowsky, Gerhard. 2000b. *Kulturelle und sprachliche Verflechtungen Bosniens und der Herzegovina. Die Welt der Slaven*. München: 45, 1-26. In: Gröschel, Bernhard. 2009. *Das Serbokroatische zwischen Linguistik und Politik*. München: LINCOM GmbH.

Neweklowsky, Gerhard. 2010. *Die südslawischen Standardsprachen*. Wien: Verlag der österreichischen Akademie der Wissenschaften.

Neweklowsky, Gerhard. 2010. *Soziolinguistische Forschung zum Serbokroatischen und seinen Nachfolgesprachen, Sociolinguistica*. Band 14, Heft 1, Seiten 192–196, ISSN, online unter: <http://www.degruyter.com.uaccess.univie.ac.at/view/j/solin.2000.14.issue-1/9783110245196.192/9783110245196.192.xml>

Okuka, Miloš. 1998. *Eine Sprache – viele Erben: Sprachpolitik als Nationalisierungsinstrument in Ex-Jugoslawien*. Klagenfurt und Wien: Wieser

Okuka, Miloš. 1999. *Gramatika i nacionalna ideologija (ili: od jednog tolerantnog udžbenika do etnički pročišćenih jezičkih priručnika)*. Beograd: Srpski jezik 4 1/2.

Radovanović, Milorad. 2004. *From Serbo-Croatian to Serbian: external and internal language developments*. In: Bugarski, Ranko/ Hawkesworth, Celia (eds.) *Language in the Former Yugoslav Lands*. Bloomington: Slavica, 15-23.

Rehder, Peter. 2001. *Soziolinguistische Überlegungen zum Bosnischen von heute (anhand neuerer Literatur)* *Südostforschungen* 59/60. München: 490-498 In: Gröschel, Bernhard. 2009. *Das Serbokroatische zwischen Linguistik und Politik*. München: LINCOM GmbH.

Ridanovic, Midhat. 2003. *Totalni promašaj. Prikaz 'Gramatike bosanskog jezika' Dž. Jahića, S. Halilovića i I. Palića*. Sarajevo: Šahinpašić.

Samardžija, Marko. 1998. *Leksik*. In: Lončarić, Mijo (Hg.) *Hrvatski jezik. Najnowsze dzieje języków słowiańskich*. Opole: Uniwersytet Opolsky, Instytut Filologii Polskiej, 133-152.

Samardžija, Marko. 2000. *Internationalismen in der kroatischen Sprache – Vergangenheit und Gegenwart*. In: Kunzmann-Müller. 2000. *Die Sprachen Südosteuropas heute. Umbrüche und Aufbruch*. Frankfurt/M. – Berlin – Bern: Lang.

Šipka, Milan. 2001. *Standardni jezik i nacionalni odnosi u Bosni i Hercegovini (1850-2000). Dokumenti*. Sarajevo: Institut za jezik. In: Gröschel, Bernhard. 2009. *Das Serbokroatische zwischen Linguistik und Politik*. München: LINCOM GmbH.

Šito-Sučić, Darija. 1996. *The fragmentation of Serbo-Croatian into three new languages. Transition. Events and issues in the former Soviet Union, and East Central and Southeastern Europe*. Prague: Open Media Research Institute, 2, 24, 10-13 In: Gröschel, Bernhard. 2009. *Das Serbokroatische zwischen Linguistik und Politik*. München: LINCOM GmbH.

Škiljan, Dubravko. 2002. *Govor nacije. Jezik, nacija, Hrvati*. Zagreb: Golden marketing.

Škiljan, Dubravko. 2004. *From Croato-Serbian to Croatian: Croatian linguistic identity*. In: Bugarski, Ranko/ Hawkesworth, Celia (eds.) *Language in the Former Yugoslav Lands*. Bloomington: Slavica, 67-83.

Thomas, Paul-Louis. 1999. *Frontières linguistiques, frontières politiques*. In: *Histoire Épistémologie Langage* 21:1, 63-82.

Tošović, Branko. 2008. *Die Unterschiede zwischen dem Bosnischen/Bosniakischen, Kroatischen und Serbischen (Razlike između bosanskog/bošnjačkog, hrvatskog i srpskog jezika)*. Wien: LIT VERLAG GmbH & Co. KG.

Tošović, Branko. 2011. *Jezici u Bosni i Hercegovini. Autoegzistencija i/ili koegzistencija*. In: Gavrić, Saša (Hg.) *Jezička/e politika/e u Bosni i Hercegovini i njemačkom govornom području*. Sarajevo: Goethe-Institut, 13-22.

Treben, Maria. 2003. *Zdravlje iz božje apoteke*. Slovenija: Mavrica d.o.o. Celje.

Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje apoteke*. Bosna i Hercegovina.

Treben, Maria. 2006. *Zdravlje iz božje ljekarne*, Zagreb: Mozaik knjiga.

Treben, Maria. 2013. *Gesundheit aus der Apotheke Gottes*, Ennsthaler Verlag, Steyr.

Vajzović, Hanka. 2009. *Savremena jezička situacija – komunikativna simbolička funkcija jezika*. In: Tošović, Branko/ Wonisch, Arno (Hg.) *Bošnjački pogledi na odnose između bosanskog, hrvatskog i srpskog jezika*. Graz - Sarajevo: Institut für Slawistik der Karl-Franzens-Universität – Institut za jezik, 125-142.

Völkl, Sigrid Darinka. 1999. *Die Sprachensituation nach dem Zerfall Jugoslawiens*. Ohnheiser/Kienpointner/Kalb.

Weinberger, Helmut. 2003. *Hrvatski i srpski*. In: Ohnheiser, Ingeborg. 2003. *Komparacja systemów i funkcjonowania współczesnych języków słowiańskich*. Opole: Uniwersytet Opolski – Instytut Filologii Polskiej.

Internetquellen

Čajevi za. 2014. Kopriva lekovita biljka. In: <http://cajeviza.net/kopriva-lekovita-biljka/>, Stand: 15.10.2015.

Gesellschaft für Phytotherapie e.V. 2006. Definition Phytotherapie. In: <http://phytotherapy.org/de/die-gpt/>, Stand: 4.9.2016.

Heilkräuter. Kräuterlexikon. In: <http://www.heilkraeuter.de/lexikon/baerlapp.htm>, Stand: 20.12.2015.

Herbalia. Lekovito bilje. In: <http://www.herbalia.org/index.php?id=lekovite-biljke>, Stand: 22.1.2016.

Heilpflanzen online. Alle wichtigen Pflanzen auf einen Blick. In: <http://www.heilpflanzen-online.com/heilpflanzen-a-z/>, Stand: 11.10.2015.

Langwhich. 2014. Serbokroatisch. In: <http://www.langwhich.com/lexikon/sprachen-und-voelker-der-erde/serbokroatisch>, Stand: 20.2.2016.

Lončarić, Mijo. 2002. Kajkawisch. In: <http://wwwg.uni-klu.ac.at/eoo/Kajkawisch.pdf>, Stand: 12.5.2016.

Memić, Nedžad. 2011. Balkanesische Sprachverwirrung. In: <http://derstandard.at/1317019346121/Sprachpolitik-in-Ex-Jugoslawien-Balkanesische-Sprachverwirrung>, Stand: 15.1.2016.

Nehring, Gerd-Dieter. 2002. Čakawisch. In: <http://wwwg.uni-klu.ac.at/eoo/Cakawisch.pdf>, Stand: 12.5.2016.

Pfeil, Ulrike. 2010. Vom Übersetzen in und aus drei Sprachen, die im alten Jugoslawien einmal eine waren. In: <http://www.tagblatt.de/Nachrichten/Vom-Uebersetzen-in-und-aus-drei-Sprachen-die-im-alten-Jugoslawien-einmal-eine-waren-216525.html>, Stand: 20.2.2016.

Priroda leči sve. Lekovite biljke. In: http://www.priroda-leci-sve.com/lekovite_biljke.htm, Stand: 22.1.2016.

Seidlmayer, Aldijana. 2012. Serbokroatisch. In: <http://www.bosnisch-kroatisch-serbisch.de/kontakt/blog-de/68-serbokroatisch>, Stand: 15.3.2016.

Tošović, Branko. Bosnisch/Bosniakisch, Kroatisch und Serbisch (B/K/S). In: http://www-gewi.uni-graz.at/gralis/alt/2.Slawistikarium/BKS/Herausbildung_des_BKS_Allgemeine_Information.htm, Stand: 20.8.2016.

Travari Srbije. 2006. Lekovito bilje. In: <http://www.travarisrbije.com/>, Stand: 15.7.2016

Prirodno liječenje. 2012. Ljekovite biljke. In: <http://www.prirodnolijecenje.net/ljekovitebiljke.htm> Stand: 20.11.2015.

Abbildungsverzeichnis

ABBILDUNG 1	51
ABBILDUNG 2	53
ABBILDUNG 3	55
ABBILDUNG 4	57
ABBILDUNG 5	59
ABBILDUNG 6	61
ABBILDUNG 7	63
ABBILDUNG 8	65
ABBILDUNG 9	67
ABBILDUNG 10	69
ABBILDUNG 11	71
ABBILDUNG 12	73
ABBILDUNG 13	75
ABBILDUNG 14	77
ABBILDUNG 15	79
ABBILDUNG 16	81
ABBILDUNG 17	83
ABBILDUNG 18	85
ABBILDUNG 19	87
ABBILDUNG 20	89
ABBILDUNG 21	91
ABBILDUNG 22	93
ABBILDUNG 23	95
ABBILDUNG 24	97
ABBILDUNG 25	99
ABBILDUNG 26	101
ABBILDUNG 27	103
ABBILDUNG 28	105
ABBILDUNG 29	107
ABBILDUNG 30	109
ABBILDUNG 31	111

Abstract (Deutsch)

Die vorliegende Masterarbeit befasst sich mit der Untersuchung der Unterschiede zwischen der bosnischen, kroatischen und serbischen Sprache anhand dreier Übersetzungen von Maria Trebens Buch mit dem Titel „Gesundheit aus der Apotheke Gottes“.

Im theoretischen Teil wird zunächst auf die Sprachfragmentierung nach dem Zerfall der Sozialistischen Föderativen Republik Jugoslawien (SFRJ) und die sprachpolitischen Aspekte der aktuellen Sprachnormierungen näher eingegangen. Hierbei wird der engen Beziehung zwischen Nation und Sprache besondere Aufmerksamkeit geschenkt. Anhand übersetzungsrelevanter Beispiele wird aufgezeigt, wie sich die Entstehung der drei nationalen Sprachen auf die Übersetzungspraxis ausgewirkt hat.

Darauf aufbauend wird im praktischen Teil das Glossar in den Kategorien Definition, Kontext und Quelle bearbeitet. Dieses dient zur kontrastiven Analyse der bosnischen, kroatischen und serbischen Terminologie im Fachgebiet der Kräuterkunde.

Das Hauptziel dieser Arbeit liegt darin, die Auswirkungen der sprachpolitischen Veränderungen in den Nachfolgestaaten Bosnien-Herzegowina, Kroatien und Serbien auf die Übersetzungstätigkeit darzustellen und insbesondere zu untersuchen, inwiefern eine „dreifache“ Übersetzung im Kontext der Kräuterkunde aus rein kommunikativer Perspektive notwendig ist. Das soll ÜbersetzerInnen auf die Praxis besser vorbereiten und ihr Bewusstsein über die Verantwortung und ihre gesellschaftliche Rolle stärken.

Abstract (Englisch)

The following master thesis examines the differences between the Bosnian, Croatian and Serbian language on the basis of the translations of Maria Treben's book "Health through God's Pharmacy" in these three languages.

At the beginning, in the theoretical part, the language division after the breakup of the Socialist Federal Republic of *Yugoslavia* (SFRY) and the language policy aspects of the current language standards are described in detail, paying particular attention to the close connection between nation and language. Using examples relevant to translation, it is shown how the formation of the three national languages has also affected the translation practice.

Based on this theoretical part, in the practical part a glossary was created with the following categories: definition, context and source. This glossary serves the contrastive analysis of the Bosnian, Croatian and Serbian terminology in the field of herbology.

The main aim of this paper is to illustrate the impact of the changes in language policy in the successor states of Bosnia and Herzegovina, Croatia and Serbia on the work of translators, and particularly to examine the extent to which the translation in these three languages is indeed necessary in the context of herbology from the point of view of mere communication. This should help translators to be better prepared for the practice and also raise their awareness about their responsibility and role in society.

LEBENS LAUF

AUSBILDUNG

2014 – dato	Bachelorstudium Lehramt: Deutsch, Philosophie und Psychologie, Universität Wien
2011 – dato	Masterstudium „Fachübersetzen“ (Bosnisch/Kroatisch/Serbisch - Deutsch - Englisch), Universität Wien
2009 – 2010	Bachelorstudium „Deutsche Philologie“, Universität Wien
2004 - 2008	Diplomstudium „Deutsche Sprache und Literatur“, Universität Tuzla, Bosnien-Herzegowina
2000 - 2004	Gymnasium Mesa Selimovic, Tuzla; Abschluss mit Matura im Mai 2004

BERUF SERFAHRUNG

2014 – dato	Assistentin der Geschäftsführung, Firma: Ventum Consulting GmbH
2011 - 2013	Sachbearbeiterin und Buchhaltungsaushilfe, Firma: Vienna Classic Online Ticket Office
Jul. 2013 – Dez. 2013	Kursleiterin am Sprachinstitut “Aktives Lernen”
2009 - 2010	Kundenberaterin bei der Firma „UPC“
2008-2013	Nachhilfelehrerin (Deutsch, Englisch)