

Blütenduft und Heilkraft – die Linde ist Heilpflanze des Jahres 2025

Olaf Schmidt

Die Linde wurde vom naturheilkundlichen Verein Theophrastus zur Heilpflanze des Jahres 2025 gewählt. In Mitteleuropa sind zwei Lindenarten heimisch: die Winterlinde (*Tilia cordata*) und die Sommerlinde (*Tilia platyphyllos*). Beide Lindenarten wurden bereits als »Baum des Jahres« ausgezeichnet – die Sommerlinde im Jahr 1991 und die Winterlinde 2016.

Merkmal	Winterlinde (<i>Tilia cordata</i>)	Sommerlinde (<i>Tilia platyphyllos</i>)
Blätter	Ø 5–6 cm Unterseite graugrün, kahl Achselbärte bräunlich	Ø 7–12 cm Unterseite hellgrün, behaart Achselbärte weißlich
Blüten	3–11 pro Blütenstand	2–5 pro Blütenstand
Blütezeit	Juni/Juli 1–2 Wochen nach Sommerlinde	Juni 1–2 Wochen vor Winterlinde
Früchte	5–8 mm, dünnchalig, weich	8–10 mm, hartschalig, kantig
Winterzweige	Sprossachse und Knospen kahl	Sprossachsenspitze und meist auch Knospen behaart

1 Merkmale zur Unterscheidung von Winter- und Sommerlinde.

Sommer- und Winterlinde gehören zur Familie der Malvengewächse und besitzen herzförmige Blätter mit gesägten Blatträndern und wechselständiger Anordnung am Zweig. Die Merkmale zur Unterscheidung der Arten zeigt Abbildung 1. Beide Linden besitzen eine gut zersetzbare Streu mit einem günstigen C/N-Verhältnis und gelten daher als humus- und bodenpflegliche Baumarten. Auch das Holz beider Lindenarten besitzt sehr ähnliche Eigenschaften: es ist hell, zerstreutporig, leicht, schlicht, weich und lässt sich gut bearbeiten. Daher ist und war Lindenholz im Schnitz- und Bildhauerhandwerk sowie zum Drechseln beliebt. Es wird aber auch als Blindholz für Möbel, für Zeichenbretter, Bleistifte und Spielwaren verwendet.

Standortansprüche und Vorkommen in Bayern

Beide Linden sind wärmeliebender als die Buche und gelten als klimastabile Baumarten. Die Sommerlinde stellt jedoch höhere Ansprüche an den Standort als die Winterlinde – sie bevorzugt frische, nährstoffreiche und wintermilde Standorte und meidet sehr trockene Bedingungen. Am besten gedeiht sie in Block- und Schluchtwäldern des Hügellandes und der Mittelgebirge. Die Winterlinde hingegen ist ein Begleiter der Eichenmischwälder und besiedelt auch trockenere und nährstoffärmere Standorte. Sowohl die Sommerlinde als auch die Winterlinde treiben sehr gut wieder aus dem Stock aus, weshalb beide Arten durch die frühere Mittelwaldwirtschaft gefördert wurden.

Linden kommen verstreut in vielen Wäldern Bayerns vor. Besonders wüchsige Linden findet man in den Laubmischwäldern auf der Fränkischen Platte. Daneben weisen noch das Oberfränkische Triasbergland, der Fränkische Keuper, der Fränkische Jura, das Oberpfälzer Becken- und Hügelland und die südbayerischen Auwälder nennenswerte Lindenvorkommen auf. Die Sommerlinde, die eine engere ökologische Amplitude besitzt als die Winterlinde, kommt v.a. in den Schlucht- und Steilhangwäldern der bayerischen Mittelgebirge und der bayerischen Alpen vor.

2 Verbreitung von Winterlinde (li) und Sommerlinde (re). Quelle: Caudullo et al.

