Heft218_2014_40-51_NR218_2014_40-51.qxd 25.03.2014 12:28 Seite 48

Als sich die Feuerräder drehten

Kult- und Heilpflanzen der Sommersonnenwende

Von Ellen Huber

Nur mit Pflanzengürteln und -kronen bekleidete Gestalten scharen sich ekstatisch singend und tanzend um das prasselnde Feuer inmitten der Urwaldlichtung. Sie springen johlend paarweise oder einzeln hindurch. Fauchend lodern in die Glut geworfene Kräuterbüschel auf. Gleißende Fackeln aus geharzten Stängeln der Königskerzen werden entzündet. So etwa hätten es Beobachter vor hunderten von Jahren zur Sommersonnwende im Bayerischen Wald erleben können. Die Zeit der längsten Tage mit ihrer Lichtfülle und Feuerkraft wurde in alter Zeit durch die Sonnwendfeuer, durch Feuerläufe mit brennenden Fakkeln oder das Herunterrollen von Feuerrädern noch intensiviert. Früher dauerten diese Feste volle zwölf Tage. Nach der Überlieferung sprangen die Feiernden mit Beifuß oder Bärlapp umgürtet, einem Gundermannkranz im Haar und etwas Eisenkraut in der Hand und nur in die „vier Winde gekleidet“ durch die reinigenden Flammen von einer Jahreshälfte in die andere. Die Zeit stand ganz im Zeichen der Fruchtbarkeit und Reinigung von dämonischen Kräften, sowohl für die Menschen, als auch für die Felder, damit sie eine reiche Ernte hervorbringen. Einer der ältesten Pflanzenkulte des Mittsommers ist der Sonnwendgürtel. Als „Gürtlerkräuter“ wurden Beifuß, Bärlapp, Gundermann, Eisenkraut und Rainfarn verwendet. Die Sommersonnwend-Buschen bestanden aus neun Kräutern (manchmal auch sieben, 33, 77, 99). Typische „Johanniskräuter“ für den Buschen waren: Arnika (heute geschützt!), Beifuß, Betonie, Dost, Eisenkraut, Hartheu (= Johanniskraut), Holunder, Kamille, Klette, Königskerze, Echtes Labkraut, Quendel, Rainfarn, Ringelblume, Schafgarbe, Wegwarte, Wermut. Um die Heilkraft der Pflanzen zu erhöhen, wurden die Buschen zum Aufladen ans Feuer gehalten oder die Frauen schauten durch das Büschel hindurch ins Feuer und erbaten mit einem Spruch Gesundheit für das ganze Jahr. Die gepflückten Buschen dienten dem Schutz und der Zukunftsschau. Wer die neun Kräuter unter das Kopfkissen legte, träumte Künftiges. Die Buschen wurden an die Fensterläden gesteckt oder in den Herrgottswinkel und in den Raunächten zwischen Weihnachten und Dreikönig geräuchert, um das Böse zu bannen. Wenn ein Gewitter aufzog, wurden die Buschen als Schutzräucherung vor Blitz und Hagelschlag verbrannt oder als Heilkraut im Winter benutzt.

Beifuß (Artemisia vulgaris) ▲

Die „Mugwurz“ war Symbol für Macht und Stärke

Sie ist das älteste Heilkraut in unserem Kulturkreis und ein weltweit bedeutungsvolles Heilmittel, z.B. als chinesisches Moxakraut. Donnergott Thor verdoppelte seine Kraft mit einem Zaubergürtel aus Beifusskraut. Die Pflanze der Göttin Artemis trug auch den Namen Mutterkraut, was auf ihre fruchtbarkeitssteigernden und wehenerregenden Eigenschaften verweist. Die Förderung der Empfängnisbereitschaft lässt sich auf die entgiftende und erwärmende Wirkung und die Regulierung der Hirnanhangsdrüse als Hormonzentrale zurückführen. Die Bitterstoffe kurbeln sämtliche Verdauungssäfte und den Kreislauf an.

Dost ▼

Der überlieferte Ausspruch: „Dost, Harthaw und Wegscheydt thun dem Teuffel vil Leidt“ verdeutlicht das zauberabwehrende Potenzial.

Nahe verwandt mit Oregano und Majoran sind die enthaltenen Gerbstoffe, Bitterstoffe und ätherischen Öle zur Desinfektion und Verdauungsanregung im Magen-Darm-Trakt geeignet. Bei Atemwegsbeschwerden erzielt der Dost eine ähnliche Wirkung wie Thymian. Der alte Volksname Wohlgemuth verweist auf die psychisch aufbauende Energie. Die kräftigende Wirkung verlieh ihm auch einen guten Ruf als Aphrodisiakum.

Heft218_2014_40-51_NR218_2014_40-51.qxd 25.03.2014 12:28 Seite 49

◀ Echtes Johanniskraut

Das Hartheu war als „Fuga daemonum" das zuverlässigste schutzmagische Mittel.

Die sonnenartigen Blüten sind bekannt für ihre stimmungsaufhellende Wirkung. Ebenso herausragend sind die antibiotischen Effekte die z.B. als Salbe bei Hautinfektionen gute Dienste leisten. Das Rotöl aus den Blüten lindert Muskel- und Nervenschmerzen und besänftigt, abends aufgetragen, über Nacht einen etwaigen Sonnenbrand. Wir erkennen die Pflanze an dem rotfärbenden Saft der zerdrückten Blüten, einem Stängel mit zwei Längskanten und den wie perforiert erscheinenden Blättern.

Schwarzer Holunder ▶

„Um Johanni blüht der Holler, da wird die Liebe noch viel toller" besagt eine alte Redewendung.

Der pheromonartige Geruch, der den Blüten entströmt, erinnert an Katerduftmarken. Die Inhaltsstoffe der Blüten beeinflussen die weiblichen Geschlechtshormone. Neben der bekannten schweißtreibenden, immunstärkenden Wirkung leitet die harntreibende Kraft überschüssige Harnsäure aus. In einer Salbe gegen raue Hände können wir die hautpflegenden Eigenschaften der Blüten und Blätter nutzen. Sicherlich die bekannteste Kultspeise der Sommersonnenwende sind die Hollerküchle.

◀ Echter Ehrenpreis

Seine Bezeichnung „Heil aller Schäden, Heil aller Welt" verdeutlicht die Wertschätzung unserer Vorfahren.

Heute aufgrund seiner Seltenheit eher in Vergessenheit geraten, wäre er nützlich in Teemischungen für chronische Atemwegs- und Hauterkrankungen und nervöse Leiden mit Magenbeschwerden. Auch bei Gicht und Leberschwäche schaffte der Echte Ehrenpreis Abhilfe.

Eisenkraut ▶

Das Isenkraut-Wasser (is = hart, zäh) verwendeten die Schmiede früher zum Stahl härten. Bei Römern und Kelten war es ein heiliges Kraut.

Der ägyptischen Göttin Isis, der Zaubermächtigen geweiht, fördert das Eisenkraut Fruchtbarkeit und Wehentätigkeit. Die Hormonwirkung auf Hirnanhangsdrüse und Schilddrüse scheint außerdem Gelassenheit hervorzurufen. Vielleicht war die Pflanze deshalb wichtigste Begleiterin der Verbenarien, der römischen Gesandten, die diplomatisches Geschick in Verhandlungen beweisen mussten. Einst im Liebeszauber verwendet, hilft es auch heute noch in einer bewährten Fertigarznei bei Nasennebenhöhlenentzündung.

Heft218_2014_40-51_NR218_2014_40-51.qxd 25.03.2014 12:29 Seite 50

Echte Kamille

Die echte Kamille erkennen wir am hohlen Blütenboden.

Ihre ätherischen Öle wirken krampflösend, antiseptisch, wundheilend und entzündungshemmend. Daraus ergeben sich vielfältige Einsatzbereiche wie Inhalationen bei Erkältungen, Erkrankungen des Magen-Darm-Traktes und äußerliche und innerliche Anwendungen in der Frauenheilkunde. Vorsicht, bei längerem Gebrauch trocknet die Echte Kamille die Schleimhäute aus!

Wegwarte

Die Legende beschreibt sie als unglückliche Prinzessin, die am Wegesrand auf ihren Liebsten wartet.

Wurzel und geringer auch Kraut sind aufgrund der Bitterstoffe ein Mittel, um Verdauungssäfte in Fluss zu bringen und die Leber anzuregen. Milz und Bauchspeicheldrüse können regeneriert werden. Im deutschen Volksglauben war die Wegwarte außerdem ein wichtiges Zaubermittel. In der Nachkriegszeit wurde aus der Wurzel der Zichorienkaffee hergestellt.

Die Feuerräder drehen sich heute seltener, wenn Sie aber in die Flammen eines Sonnwendfeuers schauen, dann mögen die Szenen der alten Bräuche vor Ihrem inneren Auge erstehen!

Quendel

Das „Karwendelkraut" wurde früher als dämonenwidriges Bettstroh insbesondere im Wochenbett verwendet.

Was früher als dämonenabwehrende Wirkung bezeichnet wurde, kann heute als stark desinfizierender Effekt interpretiert werden, der in diesem Fall das gefürchtete Kindbettfieber verhindert hat. Der Quendel ist wie der eng verwandte Thymian bei verschiedensten Atemwegserkrankungen einzusetzen. Den milderen Geschmack schätzen vor allem Kinder. Gelobt werden auch seine nervenstärkenden und krampflösenden Eigenschaften. ■

Möchten Sie Pflanzen der Sommersonnenwende live erleben? Dann haben Sie dazu bei meiner Kräutererlebniswanderung „Heilkräfte aus der grünen Apotheke" am 15.06.2014 von 10-13 Uhr in Hohenau, Saulorn 13 Gelegenheit. Gebühr € 5,-.
Die Anmeldung erfolgt über KEB Freyung,
Tel. 08551- 4581,
Mo-Do 8.30-12.30 Uhr.

Mehr erfahren Sie unter
www.heilpflanzenschule-millefolia.de