Meine persönliche Kräuterführung

Abschlussarbeit zur Erlangung des zertifizierten Kräutermeisters an der Weinviertler Kräuterakademie in Mistelbach
2010

von

Dagmar Pretsch

Inhalt

Thema: Eine Reise in das Zwielichtland

Einleitung

Erste Station: der Waldrand

A) Die Birke
B) Der Fliegenpilz
C) Echtes Mädesüß
D) Baldrian
E) Engelwurz
F) Gewöhnlicher Dost

Zweite Station: Die Hecke

G) Haselstrauch

Dritte Station: Der Wald

H) Fichte
I) Farn
J) Roter Fingerhut
K) Eisenhut
L) Erle

Plan der Wanderung

Gedanken zu Arbeit

Eine Reise in das Zwielichtland

Im Waldviertel und anderswo
(nach Lotte Ingrisch)

Einleitung

Taufrisch und nordisch. Mit sattem Grün, dunklen Wäldern, moosigen Granitblöcken, knallroten Mohnfeldern, klaren Seen und tiefen Mooren: Hier im Waldviertel bin ich aufgewachsen und dieser Ort, den ich euch vorstellen möchte war mein Paradies zu dem ich immer wieder heimkehre um neue Kraft zu tanken, um Mut zu fassen und um mich selbst zu finden, wenn ich zu weit vom Weg abgekommen bin. „Gehen wir zur Höllmühl?" das war die fast täglich gestellte Frage an Geschwister, Freunde, Eltern und Verwandte. Gemeint hatte ich ein Gebiet, in dem sich der Kamp seinen Weg durch Granitblöcke erkämpft um in einem idyllischen Tal seinen Frieden zu finden. Seine Wasserqualität ist sehr gut. Die typische gelbliche bzw. rostbraun-rötliche Färbung des Wassers spiegelt die Moore und Pflanzen im flachen Quellgebiet wider und zeigt die Eisenbestandteile, die der Fluss aus dem Gestein löst. Das Kamptal selbst gilt als eines der schönsten Durchbruchstäler Europas. Die sanften Formen der „Böhmischen Masse" werden hier durch Wasserläufe steil durchbrochen, das Hochplateau von Schluchten mit schroffen Felsformationen zerschnitten. In den zahlreichen Biotopen leben seltene Tiere wie Schwarzstörche, Fischotter und Smaragdeidechsen. Ca. 1km lang war der Weg von dem kleinen Dörfchen Haselbach im Bezirk Zwettl, dessen Namen es von dem dort wuchernden Haselstrauch hat, zu diesem sagenumwobenen Ort. Gebadet haben wir in seinem Wasser, meine Freundin und ich im zarten Alter von 17, unbekleidet, wie Nymphen fühlten wir uns eins mit der Natur. Fast jeden Sommer sind wir barfuß den Höllfall hinauf geklettert. Stets mit dem Gefühl, dass Kinder schon gewaltsam hinunter in die Tiefe gerissen wurden, die man dann nie wieder gefunden hat, weil es unmöglich ist in die von den Steinformationen gebildeten unterirdischen Gänge zu gelangen. Jedes Mal ein Spiel mit dem Tod, und trotzdem, oder gerade deswegen übte, und übt er immer noch, diese ungeheure Anziehungskraft auf mich aus.

"There are more things in heaven and earth than are dreamt of you in your phantasy." William Shakespeare, Hamlet.

Als mir vor ein paar Wochen das Buch „Eine Reise in das Zwielichtland" von Lotte Ingrisch in die Hände gefallen ist, in der sie ihre Verbundenheit zum Waldviertel schildert, entdeckte ich in Ihr eine Seelenverwandte die mir aus dem Herzen spricht wenn sie schreibt:

Im niederösterreichischen Tibet (Waldviertel), gerät man geradewegs in die Unterwelt, und in die Obere auch. Hier wie dort von gleichen gewaltigen Störzonen durchzogener Granit – eine Schwelle aus Zwielicht, über die wir in die Anderswelt der Feen und Toten eintreten. Lebendige Steine, die wir für tot halten, weil sie sich in einer anderen Zeit bewegen als wir.
Wir können uns im Spiegel der Landschaft erkennen. Wer den Wald liebt, steht dem Märchen, dem Jenseits, dem Totenreich näher als der gewohnten Wirklichkeit. Die Reise in die Anderswelt ist eine Reise in das eigene Herz.
Die Kelten sind unsere Vergangenheit. Und vielleicht, da das römische Zeitalter der Technokratie untergeht, unsere Zukunft. Der Geist kehrt zurück und vertreibt das Gespenst des Materialismus. Und so können wieder Götter in unsere Seele einziehen.
(Lotte Ingrisch erhielt als Pionierin der Jenseitsforschung für ihre Aufklärungsarbeit das Ehrenkreuz der Republik für Wissenschaft und Kunst.)

Erste Station: Der Waldrand

Unsere Reise beginnt hier im Kulturland außerhalb der Hecke.
Die Naturvölker gingen davon aus, dass unsere gesamte Welt, jeder Berg, jeder Fluss, jedes Kraut, jeder Baum beseelt, d.h. der Sitz einer lebendigen, Himmel und Erde verbindenden Wesenheit ist. Auch Paracelsus knüpfte an alte Schriften an, als er schrieb: „In jeder Pflanze und in jedem Stock wohnt ein Geist inne, der eine große Kraft verbirgt, die von der Materie nur festgehalten werde. Doch kann man die Pflanze an ihrer Signatur genau erkennen und auf deren Heilkräfte schließen."
Die Götter wohnten in den Bäumen und in den aus Bäumen erbauten Tempeln. – Also dem heiligen Hain. (Die Edda)

A) Die Birke (Betula pendula)

Als ersten Baum sehen wir hier die Birke. Der Geist der Birke erschien den archaischen Menschen als eine in Licht gehüllte Jungfrau, voller Zauber- und Heilkraft. „Bhereg" nannten die Urindogermanen die gütige, menschenfreundliche Göttin und wird mit Reinheit, Licht und Neuanfang assoziiert. Die Kelten sahen in ihr Brigit, die weiße jungfräuliche Lichtgebärerin. Ihr zu Ehren wurde am 2. Februar das Imbolc- Fest gefeiert. Nach dem keltischen Kalender beginnt hier der Frühling. Dieser Tag wird bei den Christen Lichtmesstag bezeichnet. Um das Zunehmen des Lichtes zu begrüßen, stellt man an diesem Abend eine Kerze ans Fenster und schmückt sie mit Lichtmesskräutern: Gänseblümchen für die Reinheit, Winterkresse und Hirtentäschel für das lebensspendende Grün und zarte Birkenzweige für das junge Licht. In dieser Zeit zapften die Naturvölker die Birken an, um den kostbaren Birkensaft zu gewinnen. Dieser treibt Harn und Galle, entschlackt und reinigt das Blut, stärkt Niere und Harnorgane. Die harntreibende Wirkung führt zum Ausscheiden von Harngries und Nierensteinen. Äußerlich angewendet heilt der Saft Hautverletzungen schneller und wirkt gegen Schuppenbildung. Der Birkenblätter Tee wird bei Gicht, rheumatischen Erkrankungen und Blasenkatarrh verwendet.

Die Germanen dachten beim Anblick des hell leuchtenden Baumes an Frigga, der Mutter-Erdgöttin. Im Himalaja wird die weiße Göttin, deren Reittier der Schwan

oder die Gans ist, Sarasvati genannt. Dort inspiriert sie die Menschen mit Weisheit und Gelehrsamkeit, mit Schreib- und Redekunst. Sie bringt alles zum Fließen, auch den Fluss der heilerischen und dichterischen Inspiration. Auch in Europa galt die Birke als Baum des Lernens.

Die Birke steht wie die weiße jungfräuliche Göttin selbst für Anfang und Neubeginn. Sie ist jung und frisch, gleich einem ungeschriebenem Blatt auf dem sich zukünftiges manifestieren kann. Weiters steht sie für den Anfang der Liebe. In vorchristlicher Zeit steckten verliebte Burschen frische Birkenzweige vor das Haus der Angebeteten und segnete Brigit das junge Paar mit der Geburt eines Kindes, dann begrub man die Plazenta als Dankesopfer an die Göttin unter einer Birke.

Im Mai wenn alles blüht, kam zu Beltane der strahlende Sonnengott Belenus vom Himmel um seine schöne Braut, die Blumengöttin Belisama (vorher Brigit), zu freien. Diese Hochzeit von Himmel und Erde wurde mit einem rauschenden Fest der puren Lebensfreude gefeiert. Die Göttin ist die Maikönigin, die nach dem Tanz bei ihrem göttlichen Partner liegt und die Fruchtbarkeit für dieses Jahr sichert. Im Maibaum- meist eine geschälte Birke – und einem mit bemalten Eiern, roten, in Opferblut getauchten Bändern geschmückten Blumenkranz, nahm das göttliche Paar unmittelbare Gestalt an.

Die Druiden machten die Birke zum ersten Buchstaben ihres Baumalphabets und zum ersten Monat des Baumkalenders.

Die Germanen kannten eine Birken-Rune, ein magisches Zeichen, das die weiblichen Wachstumskräfte des Frühlings vermittelte.

Die Birke galt allgemein als der Baum, aus dessen Ästen der Hexenbesen gebunden wurde. Der Hexenbesen war ursprünglich ein schamanisches Geisterpferd.

B) Der Fliegenpilz *(Amanita muscaria)*

Gleich neben der Birke sehen wir hier einen Fliegenpilz. Dieser wächst nicht zufällig an dieser Stelle. Der psychedelisch wirkende Fliegenpilz (Amanita muscaria) wird mit der Birke nämlich symbiotisch assoziiert. Mit seiner Hilfe klettern die Schamanen der nördlichen Halbkugel den Weltenbaum „hinauf" bis zu den Wurzeln, um die Götter und Geister zu besuchen. Er wurde von Schamanen, Orakelpriestern und Heilern als rituelles, einzigartig wirkendes Rauschmittel eingenommen, um in einem gewünschten, veränderten Bewusstsein nekromantische Riten auszuführen, die Seelen Erkrankter aus der Unterwelt zu befreien und allgemein die seherischen Fähigkeiten zu verbessern. Höhlen galten dabei allgemein als Eingänge zur Unterwelt und wurden vielfach für nekromantische Rituale und Opferhandlungen genutzt. Der Pilz wurde bei der Schamanischen Einweihung (Unterweltsreise) verwendet. Das Wissen um den Gebrauch des Fliegenpilzes war wenigen Wissenden vorbehalten. Um dieses Wissen zu schützen, wurde der Pilz öffentlich als giftig oder gefährlich hingestellt. Die meisten Menschen im deutschen und englischen Sprachraum glauben – ungeachtet ihres Bildungsstandes -, dass Fliegenpilze tödlich giftig sind und dass man sie unbedingt meiden muss. Die paracelsische Binsenweisheit, dass allein die Dosis macht, ob ein Ding Gift oder Heilmittel wird, ist anscheinend noch nicht durchgesickert. In der toxikologischen Literatur ist kein einziger Fall einer tödlichen Fliegenpilzvergiftung bekannt geworden. Die tödliche Dosis liegt bei über 100g. Für die psychoaktive Wirkung ist, das nach Trocknung reichlich vorhandene Muscimol verantwortlich, weiters wurden Spuren von Bufotenin und von dem Tropanalkaloid L-Hyoscyamin festgestellt. Sie wirken als Agonist der normalen Neurotransmitter des Gehirns und zerstören die Koordination zwischen dem Katecholamin- und Serotonin- System und haben eine halluzinogene Wirkung, ähnlich der, die durch Einnahme von LSD und Harmin erzeugt wird.

Die Erwartungshaltung (set) hat einen mächtigen Einfluss auf das Erleben einer Rauscherfahrung. Glaubt man, der Fliegenpilz sei giftig, so sieht man Schreckgespenster; betrachtet man ihn als ein genießbares Rauschmittel, so wird man angenehme Visionen und Gefühle haben. Auffällig häufig wird bei den Visionen von Reisen in die Welt der Zwerge und von einem Gefühl des Fliegens berichtet (Rätsch). Damit erklärt sich auch dessen Anwendung als einer der zahlreichen Zutat in der Hexensalbe.

„Ein Männlein steht im Walde

Ganz still und stumm.

Und hat von lauter Purpur

Ein Mäntlein um.

Sagt wer mag das Männlein sein?

Das da steht im Wald allein!

Mit dem pur-pur roten Mäntelein."

Kinderlied

Im Birkenwald

Rieselt der Wind und rinnt leis
Durch herzförmiges Laub.
Die Stämme leuchten schneeweiß

Aus dem Gras
Sprießt ein Zauber-Ei,
Rundet sich rot, fleckt sich weiß
Und springt entzwei

Eine Hexe wünscht ich mir,
Vierzehn Jahre alt.
Ich ritte mit ihr
Durch den Fliegenpilzwald
Zarte Haut, glattes Fell.

Was mit Zauberkraft
Sie leise berührt,
Verliert sein Gewicht und wird
In die Lüfte entführt.

Stock, Stiel oder Bank,
Es ist gleich. Sie hebt, hebt
Rund und zart den Leib
Sanft fliegt sie und schwebt.

Ich merk`s, der wald ist verhext.
Wer vom Fliegenpilz isst,
Der wird verrückt, der tanzt,
Singt, fliegt und vergisst.

Von Friedrich Georg Jünger

C) Echtes Mädesüß *(Filipendula ulmaria)*

Was die Birke unter den Bäumen, sehen wir hier das Mädesüß unter den Kräutern: ein junges Mädchen, sich selbst noch nicht ganz bewusst, tief im Seelenwasser wurzelnd, den Körper wiegend im Wind, den Kopf hoch zum Himmel gereckt. Es ist eine Pflanze des (Neu-)Anfangs. In ihr wirken Mond, Jupiter und Merkur. Dem Mond sind die Flüssigkeiten, insbesondere die Milch, zugeordnet. Deshalb ist das Mädesüß eine Heilpflanze des Milchviehs. Früher wurden Kühe und Ziegen mit ihm beräuchert und die Euter mit dem Absud gewaschen. Auch die Bienenstöcke wurden mit der Blüte des Krautes ausgewischt. Daher wird es auch „Impenkraut" genannt. Das Mädesüß eignet sich generell für Waschungen zur energetischen Reinigung – auch beim Menschen. Die Blüten enthalten unter anderem ätherische Öle (mit ca. 75% Salicylaldehyd) und Flavonoide. Sie wirken entzündungshemmend, fiebersenkend und schmerzlindernd. In der Volksmedizin hilft es bei rheumatischen Erkrankungen und wird wegen seiner harn- und schweißtreibenden Wirkung bevorzugt gemeinsam mit Holunder- und Lindenblüten in Grippetees gemischt. Aspirin enthält einen künstlich hergestellten Abkömmling der Salicylate. Sein Name leitet sich von dem alten Pflanzennamen Spiraea ulmaria ab. Obwohl sie schwach giftige Glykoside enthält, wurden die Wurzelknollen gegessen. Bei all seinen Anwendungen war es wichtig, dass das Mädesüß, auch Sonnenwendwedel oder Sonnenwendfäden genannt, zur Sonnenwende geerntet wurde. Beim Räuchern hilft es, Altes loszulassen und neu zu beginnen. Es lässt unser inneres Kind wieder unbeschwert lachen. Alte Verhärtungen werden abgebaut, und die Gefühle kommen in Fluss. Es ist ein Kraut der jungen Mädchen, und steht als Ritualpflanze für die Zeit der ersten Blutung, für den Übergang zum Frausein. Zusätzlich fördert es wie alle Mondpflanzen die Intuition und die Träume.

D) Der Baldrian *(Valeriana officinalis)*

„Das Herz, den Sinn, die Nervenbahn beruhigt uns der Baldrian."

An feuchten Waldrändern, am Rand von Gewässern und an Plätzen, an denen sich Elfen und Nixen tummeln, steht wie hier aufrecht und anmutig der Baldrian. Im Volksmund wird er auch Mondwurz oder Elfenwurz genannt – und diesen Namen trägt er zu Recht. Er soll nämlich helfen diese Naturwesen stärker wahrzunehmen. Die Plätze an denen er wächst sind voll von ihnen. Mit Hilfe seiner in einer Vollmondnacht gesammelten Blüten (eingenommen als Tee oder geräuchert) hilft er uns dabei, diese Naturwesen im Traum oder im Wachbewusstsein (je nach Menschentyp) zu sehen.

Auch in alten Schriften ist der Zusammenhang von Baldrian und Naturwesenheiten genannt, wobei Letztere allerdings meist verteufelt werden und Baldrian eingesetzt wird, um sich vor den Unheilsamen unter ihnen zu schützen. Überliefert ist auch, dass der Baldrian, als „Unruh" an die Decke gehängt, die Anwesenheit von Hexen anzeige: Der an die Decke gehängte Baldrian bewege sich in der Raumluft, sobald aber ein böses Wesen den Raum beträte, hielte er still. Auch glaubten die Menschen früher, dass er schlechten Zauber aus der Milch filtere, wenn dies nicht buttern wollte. Zu diesem Zweck gossen sie die verhexte Milch durch einen Kranz aus Baldrian. Eine Deutung für diesen damaligen Umgang mit

Baldrian kann vielleicht sein, dass er dem Fließenden und dadurch Veränderlichen zugeordnet ist. Böses oder Lebensfeindliches lässt die Lebensenergie stocken, und dieses zeigt er an. – Andererseits kann er bei psychischen Blockaden auch entspannend wirken, sofern er bewusst und dosiert verwendet wird. Die gefiederten Blätter und sein gerillter Stiel weisen ihn als ausgezeichnetes Nervenheilmittel aus, heißt es in der Signaturenlehre. In der Dämmerung leuchtet seine weißrosige Blüte wie der volle Mond. Wie er da im Waldschatten an dunklen Tümpeln sein sanftes Licht streut, so durchhellt er auch unsere menschlichen Seelentiefen, denn mit Seelenwassern ist er bestens vertraut. Er bringt unser tiefes Wissen ans Licht, damit wir es sanft und unaufdringlich aussenden können. Wird dieses nicht geachtet oder achten wir selbst es nicht, so wird mit seiner Hilfe diese Stimme der Intuition so laut und aufdringlich wie der penetrante Geruch seiner Wurzel. „Katzenkraut" ist ein anderer Name des Baldrians, denn die Katzen lieben ihn. Katzen und Hexen werden Magie und freie Sexualität zugeordnet. Auch der Baldrian trägt diese beiden Aspekte in sich. Er ist magisch wirksam und in hoher Verdünnung fördert der Geruch der Wurzel die Lust und Erotik. Er wurde für Bindezauber verwendet oder als Liebesamulett getragen. „Vetiver", ein aus der Aromatherapie und Parfümherstellung bekanntes Aphrodisiakum, ist ein ostasiatisches Baldriangewächs.

Bei Räucherungen der Blüte wird die Intuition, bei Räucherungen der Wurzel die Lust, gefördert. In Tinkturen oder Tees kommt die Wirkung der beruhigenden Valerensäure in der Wurzel zum tragen. Diese fördert die Schlafbereitschaft, wirkt beruhigend und entkrampfend, psychisch ausgleichend und antriebssteigernd mit Steigerung des Konzentrations- und Leistungsvermögens und besserer Bewältigung von Stresssymptomen. In der Volksmedizin wird der Tee bei Darmkoliken von Kindern, bei Migräne und bei Klimakteriumsbeschwerden von Frauen eingenommen.

E) Echte Engelwurz *(Angelica archangelica)*

„Die schau`n wie Engel aus!" rief mein Sohnes Elias (5 Jahre) bei diesem Anblick

Wie ihr Name schon sagt, wirkt in der Engelwurz die Energie der höchsten Engel. Diese geflügelten Luftwesen verbinden sich in ihr mit der Wurzel, die tief in die Mutter Erde ragt. Unten und oben in harmonischer Verbindung – diese Balance drücken die Engel in Pflanzengestalt aus. Kein Wunder also, dass die Engelwurz durchlichtet ist und uns sensibel macht für das Licht.

Wir erkennen mit ihrer Hilfe das Licht in unserem Leben und sie umhüllt uns mit einem schützenden Lichtmantel, an dem nichts Dunkles zerren kann. Wie sie uns hilft das innere Licht zu erkennen, so macht sie uns auch lichtdurchlässig für die Sonne. Verantwortlich dafür sind die Furanocumarine. Während der inneren Anwendung sollte daher auf Sonnenbäder verzichtet werden.

Dass die Engelwurz ein Nerventonikum ist, erkennen wir hier genauso wie beim Baldrian an den Merkurkräften, die sich in den zwei bis dreifach gefiederten Blättern und dem hohen Schlangenwuchs zeigen (Signaturenlehre). Tatsächlich wird in der Phytotherapie eine leicht antidepressive Wirkung angeführt. Bei schizophrenen Patienten, bei denen sich die eigenen negativen Gedankenformen zu einer Art eigenständigen Wesenheit verdichten, kann die Engelwurz gute Dienste erweisen. Sie hilft, unbewusste Aspekte zu integrieren und lässt das hohe Selbst durchdringen. Der Engel in Pflanzengestalt unterstützt Selbstfindung und das Erkennen der eigenen Berufung. Sie ist eine der größten Schutzpflanzen der nördlichen Halbkugel. Deshalb findet sie häufig Anwendung in Schutzräucherungen. Vor allem Wurzeln werden zur Reinigung alter Häuser verwendet. Blüten und Samen wirken geräuchert als Antidepressivum.

Die weiteren Inhaltstoffe der Wurzel wie ätherische Öle, Bitter- und Gerbstoffe schützen vor Verdauungsstörungen, Husten, Grippe und vor Schwächezuständen.

F) Gewöhnlicher Dost *(Origanum vulgare)*

„Roter Dost!

Hätt ich dich gewosst,

Hätt ich dich vernomme,

wär ich net daher gekomme!“

„Ein paar Büschel reichen, um sogar dem Teufel das fürchten zu lehren.“

Beim Weitergehen finden wir hier den Dost, der wilder Majoran genannt wird und zu den Ätherischen-Öl-Drogen (vor allem Thymol) gehört und in der Volksheilkunde wie Quendel, der Wilde Thymian, angewendet wird. Daneben enthält er Bitter- und Gerbstoffe. Er hat einen festen Platz als Küchengewürz. Verwendet wird das blühend gepflückte und getrocknete Kraut als Tee bei Erkältungen, Magen- und Darmkrämpfen sowie Blähungen.

Besonders bewährt haben sich seine krampflösenden Eigenschaften für Kinder: als Tee, Kräuterbäder oder Kräuterkissen.

Neben dem Tee wird auch aus etwa drei Esslöffel der Droge auf einen halben Liter Olivenöl, das dann zwei Wochen warmgestellt wird, ein Einreibmittel gewonnen, das vor allem bei rheumatischen Schmerzen, aber auch bei Husten und Fieber zur Einreibung der Brust verwendet wird. Leicht erwärmt wird das Öl bei Ohrenschmerzen in den Gehörgang geträufelt. Bei Bronchitis hilft ein Badezusatz aus Dost.

Dost ist häufig Bestandteil des Kräuterbuschens, der an Mariä Himmelfahrt in der Kirche geweiht wird. Der Kräuterbuschen stellte früher die bäuerliche Hausapotheke für Mensch und Tier dar und sollte darüber hinaus vor Unheil und Blitzschlag schützen.

Zweite Station: Die Hecke

Bevor wir nun in das Reich des Waldes eintreten, sehen wir hier noch wie jener von verschiedenen Sträuchern schützend umgeben wird, die die Hecke bilden.
Die einheitliche Welt der Primitiven teilte sich im Laufe der Zeit in zwei Bereiche: dem Kulturland und der hinter der Hecke befindlichen Wildnis. Jede Siedlung, jeder Clan hatte eine weißhaarige Alte, die mit der Wildnis verbunden war. Sie hatte noch Zugang zum Inneren der Natur. Sie kannte die Tiefen des Waldes ebenso wie die Tiefen der Seele. Innen und Außen – beide sind letztlich dasselbe. Im Winter saß die Alte am Herd, im Sommer aber ging sie zum Hag, zur dornigen Hecke am Rande der Siedlung. Es ist ihre Aufgabe Kleinholz zu sammeln. Sie kannte sich aus in „neunerlei" Arten Holz. Sie wusste, welches Holzfeuer heilende Wärme gibt, welches kränkelnde Kinder gesund macht, mit welchem sich Geister ausräuchern lassen. Auch „neunerlei" Kräuter fand sie hier, mit denen sich würzen, zaubern und heilen lässt. Und wenn sie sich dann unter einem Holunder, Weißdorn oder einer Hasel ausruht, kommt die Traumzeit greifbar nahe. Als sprechender Vogel, als Käfer oder in der Gestalt eines Männleins tritt ein Geistwesen an sie heran und raunt ihr Geheimnisse zu. Manchmal ist es sogar Frau Holle selbst. Da die Großmutter oft in der Hecke weilte, nannten sie andere Dorfbewohner „Heckensitzerin"; Hagadise, Hagezusse, „das Weib (Zussa) oder der Geist (Diese) im Hag". Aus Hagezusse ist im Mittelalter das negativ besetzte Wort Hexe geworden.

G) Der Haselstrauch *(Corylus avellana)*

Als oft auftretendes Heckengewächs finden wir hier den Haselstrauch. Schon immer erwartete man von der Haselnuß Schutz vor den chaotischen Kräften und Energien des Jenseits – vor Blitzschlag, Feuer Schlangen, wilden Tieren, Krankheiten und Zauber. Andererseits verbindet das kleine Heckengehölz geradezu mit den jenseitigen Dimensionen. Schläft man darunter, hat man zukunftsträchtige Träume, heißt es. Und der Alchemist Dr. Max Amann rät: „Unter Haselsträuchern kann man sich leicht mit freundlichen Naturgeistern in Verbindung setzen."

Wahrscheinlich haben schon in der Steinzeit Zauberer mit Hilfe der Haselrute die mächtigen Energien der jenseitigen Welt angezapft und sie der diesseitigen Welt vermittelt. Es ist nur folgerichtig, dass der schlangenumwundene Zauberstab des Hermes – er ist der grenzüberschreitende Schamanengott der Antike – ein Haselstab ist. Dieser Stab wurde zum Symbol des Handels, des Heilens, der Diplomatie und des Geldflusses. Als Hermes die Menschen mit der Haselrute berührte, konnten sie zum ersten Mal sprechen.

Haselruten gelten bei Radiästheten noch immer als beste Energistrom-Leiter. Mit ihnen vermag der Sensitive Wasseradern und auch edle Metalle (Silber und Gold) aufzuspüren.

Mein Onkel ist ein gefragter Mann, wenn es um Auffinden von Quellen, Wasseradern und –kreuzungen geht. Die alteuropäischen Schamanen benutzten

Haselruten um Regen zu machen. Noch im Mittelalter scheint es solche Regenmacher gegeben zu haben. In Hexenprozessen aus dem 17. Jahrhundert lesen wir: „Ein Teufel überreicht einer Hexe einen Haselstab und heißt sie damit in den Bach zu schlagen, worauf ein Platzregen erfolgt." Oder: „Ein Hexenbub peitschte mit einer Haselgerte das Wasser, bis ein Wölkchen davon aufsteigt. Nicht lange darauf ging ein Gewitter nieder."

Wenn es stark blitzt und hagelt soll man einige Haselkätzchen aus dem am Mariahimmelfahrtstag geweihten Kräuterbüschel ins Herdfeuer werfen. Bis in dieses Jahrhundert wusste man, dass der Haselstrauch mit Fruchtbarkeit zu tun hat. „In die Haseln gehen" bedeutet nichts anderes als zu koitieren. In der Symbolsprache des Mittelalters galt die Hasel als „Baum der Verführung." Kein Wunder, dass die Nonne Hildegard von Bingen nicht sonderlich gut auf die Hasel anzusprechen war: „Der Haselbaum sei ein Sinnbild der Wollust, zu Heilzwecken taugt er kaum – es sei denn als Mittel gegen männliche Impotenz." Bei Kinderlosigkeit wurde damals ein Haselzweig über das Bett der Eheleute gehängt. Und als Zeichen, dass sie schwanger war, trug die Frau Haselzweige mit Nüssen. „Wenn`s Haselnüsse gibt, gibt's auch viele uneheliche Kinder." Solche Sprüche gibt es in ganz Europa. Als Erklärung ist wahrscheinlich, dass Natur verbundene Menschen sich unwillkürlich auf die Fruchtbarkeitsrhythmen des Waldes einstellen und daran teilhaben. Unsere Vorfahren glaubten, dass die Ahnengeister selber es seien, die die unverbrauchten Kräfte der Wildnis und des Jenseits, den Lebenden vermitteln. Sie sind es, die die Kinder schicken und die Felder mit frischem, grünem Leben segnen.

Auch der Wintergott der Kelten, der grüne Mann, der zur Wintersonnenwende die Häuser, Herde, und Herzen der Menschen besuchte, trug Haselruten, deren Schlag fruchtbar, zeugungsfähig und milchreich macht. Am altkeltischen Totenfest Samain im November zogen die Kinder von Haus zu Haus. Man schenkte ihnen Haselnüsse und Äpfel. Die Germanen steckten Haselnussstecken auf die Gräber.

Nicht nur die Fruchtbarkeit ist ein Geschenk der anderen Welt, sondern auch jene Weisheit, die den gewöhnlichen Menschenverstand weit übersteigt. Die Haselnuß macht die Weisheit den Lebenden zugänglich. Keltische Richter trugen Haselstäbe. Die Germanen umsteckten den Platz, wo Rat gesucht wurde mit Haselstäbe. Auf diese Weise konnte der Donnerer Thor, dessen Hammer das Recht verkörpert, anwesend sein. Diesem Gott der Fruchtbarkeit, des fruchtbaren Regens, dem Hüter der Erdschätze und Gebieter der Schlangen, war der Haselstrauch geweiht.

Ihm gehörten auch die verborgenen Schätze, die sich mit der Wünschelrute aufspüren lassen. Aber auch der Schamanengott Odin/Wotan, Herr der Barden und Zauberer, wollte nicht auf die Haselrute verzichten. Der ihm geweihte Zauberstab wurde am Wotanstag (Mittwoch) aus der Hasel geschnitten und mit geröteten Runen verziert. Von der Hasel heißt es, sie sei der Schlangen Feind. Der heilige Patrick, Patron der Iren, vertrieb angeblich alle Schlangen mit einem Haselstab von der grünen Insel. Im Schwarzwald gab man Kindern die weit zu gehen hatten, einen Haselstab, damit sie vor Schlangen sicher waren. Und zieht man mit einem Haselstab einen Kreis um eine Schlange, so kann sie nicht hinaus.
Dennoch glaubte man, dass der Haselwurm – eine weiße Schlange mit goldener Krone – unter einer sehr alten Haselstaude haust, und zwar einer, die von einer Mistel befallen ist. Augenzeugen beschreiben diese Schlangen als halb Mensch, halb Schlange. Sie hätte einen Kopf wie ein Säugling und weine wie ein Kind. Paradeiswurm wird sie im Mittelalter genannt, weil man glaubte, es handle sich um dieselbe Schlange, die einst die ersten Menschen im Paradies verführte. Demjenigen jedoch, der diese Schlange findet und von ihrem Fleisch isst, kommen wunderbare Kräfte zu: Er wird Macht über die Geister haben, wird sich unsichtbar machen können und wird die verborgenen Heilkräfte aller Kräuter kennen. Paracelsus soll einen solchen Wurm verspeist haben, „deshalb haben die Kräuter, wenn er auf das Feld hinausgegangen, gesprochen und ihm kund getan, gegen welches Übel und Krankheit sie heilsam wären". Vor Sonnenaufgang an einem Neumondtag soll man hingehen. Dazu muss man selbstverständlich die richtigen Sprüche kennen: zum einen, um die Haselstaude anzusprechen, zum anderen, um den Wurm zu beschwören. Damit es ruhig bleibt, muss man das Zaubertier mit getrocknetem Beifuss bestreuen.
Bei diesem mysteriösen Wurm handelt es sich um die in der Tiefenmeditation erscheinende Imagination des archaischen Hirnstamms samt limbischem System (gekrönter Schlangenkopf). In diesem ältesten Teil des Nervensystems sind die Instinkte verankert. Sexualität, Fruchtbarkeit, auch Ahnungen und Stimmungen haben hier ihre physiologische Basis. Die Hasel kann diesem Zentrum feine Impulse vermitteln.

Dritte Station: Der Wald

Nun treten wir ein in die andere Seite des Zwielichtlandes. Der Wald ist oft voller Schrecken, für jemanden der nicht darin lebt. Die archaischen Jäger und Sammler waren eins mit dem Wald, sie lebten im Einklang mit den Waldgeistern. Man war sich bewusst, dass es nur dank der ungezähmten Kraft der Wildnis möglich war zu überleben. Aus dem Wald kamen Feuerholz, Fleisch, Heilkräuter und Pilze. Wenn nach einigen Jahren die kultivierte Erde verbraucht war, wurde sie an die Wildnis zurückgegeben. Sie nahm sie wieder auf, überwucherte sie mit frischem Grün und regenerierte ihre Fruchtbarkeit. Von jenseits der Hecke kam die Kraft, kam die Fruchtbarkeit, das Leben. Als amerikanische Behörden die Indianer des Nordwestens zwingen wollten, Farmer zu werden, gab ein Indianer seinem Entsetzen mit folgenden Worten Ausdruck: „Ihr verlangt, ich soll den Boden pflügen? Soll ich ein Messer nehmen und die Brust meiner Mutter aufreißen? Wenn ich dann sterbe, wird sie mich nicht in ihrem Schoß ruhen lassen. Ihr wollt, dass ich Steine ausgrabe? Soll ich die Knochen unter ihrer Haut herausnehmen? Wenn ich dann sterbe, wird ihr Körper mich nicht wieder aufnehmen, so dass ich wiedergeboren werden kann!"

Die westliche Welt hat sich mittlerweile dermaßen von der Natur entfremdet, dass auch für sie der Wald zum Schreckensort geworden ist. Man fürchtet sich vor

tollwütigen Füchsen, man hat Angst, Himbeeren, Heidelbeeren oder die süßen Walderdbeeren zu essen, diese könnten ja mit Fuchsbandwurmeiern kontaminiert sein. Und dann gibt es noch die Zecken, deren Biss die Borreliose und Enzephalitis hervorrufen kann. Am besten man geht gar nicht in den Wald! Wer weiß, vielleicht stürzt ja ein Baum um? Nüchtern betrachtet entpuppt sich diese Angst als Hysterie. Die Wahrscheinlichkeit von Tollwut, Fuchsbandwurm oder infektiösem Zeckenbiss befallen zu werden, ist kleiner, als die, dass einem ein Flugzeug auf den Kopf fällt (Rätsch). Die Angst vor dem Wald ist die Angst vor der eigenen Seele, vor der „bösen Hexe", vor dem Schatten der eigenen Persönlichkeit.
Bei vielen Menschen des 21. Jahrhunderts ist die Naturhellsichtigkeit verschwunden, die Menschen sind seelisch blind. Die neue Wissenschaft ist der Blindenstock, mit dem sie im Dunkeln tappen. Indem die Naturgeister im menschlichen Bewusstsein verblassten, wurden die Tiere traurig und stumm, und die verbannten Götter immer zorniger und bedrohlicher. Die holde Freya offenbart sich immer mehr als Hel, als Wahnsinn und Zerstörung stiftende Hekate, als schwarze und blutrünstige Kali. Das grüne Land wird immer mehr zur Wüste. Der Himmel, jene ätherischen Höhen, auf denen die Götter wandelten, ist nun zum leeren Raum geworden, voll schwarzer Löcher und Chaos.

H) Fichte *(Picea abies)*

Wahrscheinlich fällt Euch hier gleich auf, welcher Baum der Dominierende ist - die immergrüne Fichte aus der Familie der Kieferngewächse (Pinacea). Sie war den Germanen ein Symbol der Hoffnung und Baldur, dem Lichtgott, geweiht. Und gerade diesen Baum schmücken wir heute zu Weihnachten als Lichterbaum mit brennenden Kerzen. Hildegard von Bingen bezeichnet ihn als Sinnbild innerer Kraft.

Auf Anhöhen einzeln stehende, große zerzauste Wetterfichten sind ein gewaltiger Anblick: sie strahlen ursprüngliche Kraft und Würde aus. Der Fichte wird auch nachgesagt, dass ein weiblicher, mütterlicher schützender Baumgeist, die Vegetationsgöttin in ihr wohnt, sodass es kein Wunder ist, wenn wir uns ihr gern anvertrauen.

Wenn ich mich beim Wandern, von einem Regenschauer überrascht, Schutz suchend unter einer dieser alten Wetterfichten flüchte, fühle ich mich stets geborgen. Ich lehne mich an ihren breiten Stamm und beobachte die vorbeiziehenden Nebelschleier. Dabei überkommt mich eine leicht melancholische Ruhe. Es ist ein guter Platz zum Warten, bis die Sonne sich wieder zeigt und ich vergnügt weiterwandern kann.

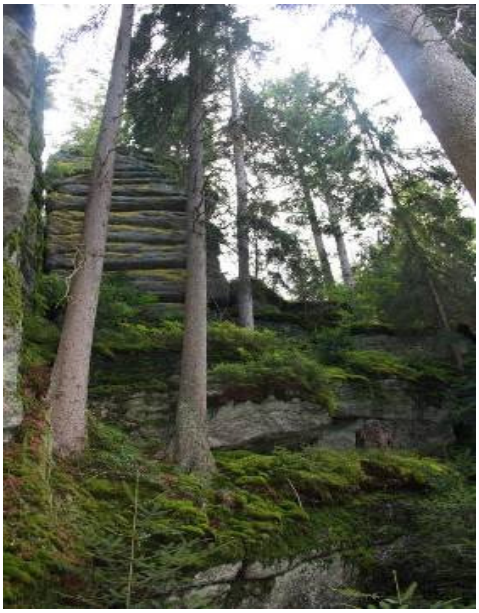
Viele Menschen haben bei dem Wort „Fichte" leider nur unsere eintönigen, toten Monokulturen vor Augen. Sie lehnen deshalb die Fichte ab, ohne zu sehen, dass es der Mensch ist, der der Fichte ihre Individualität raubt. Diese Wälder sind ein Bild unserer Gesellschaft und nicht ein Bild der Fichte. Die Germanen verehrten die Fichte noch. Die „Irminsul", ein germanisches Baumheiligtum, war eine Fichte. Karl der Große (8.Jhd.) hatte ihre Zerstörung befohlen, er wollte damit den alten Glauben vernichten.

Auch der heutige Maibaum ist eine Fichte. In manchen Orten kommen zu den Fichten noch Birken hinzu, um den Neubeginn zu unterstreichen. Der im Wonnemonat errichtete Fichtenmaibaum birgt die Vegetationsgottheit in sich. Diese hat im Schutz des immergrünen Gehölzes den Winter überdauert. Im Frühlingsmonat Mai ist der Winter – und damit der Tod – endgültig besiegt und die Lebenskraft kann sich erneut über die Felder verströmen. Triumphierend wird der Maibaum aufgestellt. (siehe auch Birke).

Lange bevor die „edlen Harze" wie Weihrauch und Myrrhe zu uns gelangten, wurde schon das Harz der Fichte geräuchert. Es ist sehr einfach, an das Fichtenharz zu gelangen. Wenn wir mit offenen Augen beim Spazierengehen durch einen Fichtenwald gehen, fallen uns sicher bald die alten mit Harz verschlossenen Wunden mancher Bäume auf. Oft gibt es dicke Wülste aus Harz. Wir können sie abnehmen, doch es ist sehr wichtig, darauf zu achten, die alte Baumwunde nicht wieder zu öffnen oder gar den Baum zu verletzen! Selbstverständlich fragen wir erst den Baum und nehmen nur so viel, dass es dem einzelnen Baum nicht schadet. Dieses Harz sollte bereits so alt sein, dass es nicht mehr klebrig ist. Es ist dann außen grau und innen rosa-weiß. Dann eignet es sich optimal zum Verräuchern. Über Apotheken kann man Burgunderharz bestellen. Dabei handelt es sich um gereinigtes Fichtenharz. Es wird in festen gelben Brocken geliefert. Die energetische Kraft dieses Harzes ist aber nicht mehr so hoch wie die der selbst gesammelten. Ich bin der Meinung, dass der Weg das halbe Ziel ist. Wenn man meditativ von Baum zu Baum geht und die Stämme nach alten Wunden absucht, steigen in einem selbst, noch nicht geheilte Wunden wieder auf. Sie kommen zum Ausheilen ans Licht. Die Fichte als „Lichterbaum" hilft einem dabei. Dieser Licht bringende und heilende Aspekt ist auch beim Verräuchern des Harzes wirksam. Zusätzlich verhilft er uns zur besseren Konzentration, reinigt die Aura und klärt den Geist. Es lässt uns tief durchatmen, macht den Brustraum frei und das Herz weit.

Die in der Phytotherapie in Tees, Ölen oder Bäder verwendeten Fichtenspitzen enthalten neben Flavonoiden und Vitamin C hauptsächlich ätherische Öle. Sie werden bei Erkältungskrankheiten und Bronchitis eingesetzt. Für den Tee nimmt man 1 TL klein geschnittener Nadeln, die mit 150ml heißem Wasser übergossen werden. 7 Minuten bedeckt (weil ätherische Öle flüchtig sind) ziehen lassen und abgießen. Mit Honig gesüßt schmeckt dieser wirklich köstlich!

Für den Fichtensprossensirup werden 200g Fichtensprossen in 1l Wasser 10 Minuten gekocht, abgeseiht und mit 1kg Zucker eingedickt. Für den Fichtenspitzenhonig werden Maitriebe einfach in den flüssigen Honig gegeben und 2 Wochen im Warmen stehen gelassen. Die Fichtenspitzen können mitgegessen werden.



I) Der Farn *(Aspidium filix-mas)*

Die Krautschicht dieses Waldes wird hauptsächlich vom Farn gebildet. Aber auch Huflattich, Sauerklee, Sumpfschachtelhalm und Moose überziehen den Boden.
Das gefiederte Urzeitgewächs ist unheimlich. Den finsteren Mächten nahe, gedeiht es im Dunkeln – sei es um sie abzuwehren oder ihnen zu Diensten zu stehen.
Hildegard von Bingen schreibt „...aber er hat viel Kraft, und zwar solche Kraft, die der Sonne gleicht, denn wie die Sonne das Dunkle erhellt, so treibt er die Fantasien in die Flucht, und daher verschmähen ihn die bösen Geister…"
„..aber der Farnsaft ist zur Weisheit gesetzt und in der Würde der Natur dient er zur Bezeichnung des Guten und der Heiligkeit…"
Sie empfahl ihn bei Gicht, zur Reinigung der Augen, wenn jemand taub ist, wenn ein Mensch vergesslich ist und zur Abwehr des Teufels.
Es gibt eine alte Überlieferung, nach der sie in der Christnacht und an Johanni eine leuchtende Blüte entwickelt. Sie ist viel prächtiger und herrlicher als alle anderen, und lässt gleich danach winzige bleifarbene Samen aus dem Blattgefieder fallen, die geheime Zauberkraft besitzen. Wer den Farnsamen auffängt, bewusst oder unbewusst, dem verleiht er Glück und Macht. Am leichtesten soll er zu erlangen sein wenn ein Komet am Himmel steht.
Auch in anderen Nächten kann der Suchende sein Glück herausfordern; z.B. in der Thomasnacht, in der Nacht vor Pfingsten, Trinitatissonntag,…

In einer Johannisnacht war ein bayrischer Bauer auf der Suche nach seinem entlaufenen Fohlen. Er lief kreuz und quer durch den Wald, unablässig nach dem verlorenen Tier rufend. Dabei fielen ihm unbemerkt einige Farnsamen in die Schuhe. Als er wieder heimkam und in die Stube trat, jagte er seiner Familie einen gehörigen Schrecken ein, denn sie konnten seine Stimme und seine Schritte hören, sein Körper jedoch war nicht zu sehen. Erst als er endlich seine Schuhe ausgezogen hatte, nahm er wieder Gestalt an.

"We have the receipt of fern-seed, we are invisible."
William Shakespeare (1546-1616), Henry 4.

Eine andere Sage erzählt von einem Gänsehirten, dem Farnsamen in die Schuhe gefallen waren. Er traute seinen Ohren nicht! Die ganze Nacht über konnte er das Gespräch seiner Vögel verfolgen. Am nächsten Morgen erzählte er den anderen Knechten und Mägden davon. Die Kunde verbreitete sich wie ein Lauffeuer, und so wurde auch sein Herr, ein reicher Bauer, auf die merkwürdige Geschichte aufmerksam. Er ließ ihn rufen. Das war eine seltene Ehre, und der arme Mann wechselte flugs seine verschmutzte Kleidung, um einen anständigen Eindruck zu machen. Und eben auch seine Schuhe. Herr und Hirt gingen zusammen zu den Gänsen, und auf die Frage des Bauern, was die Tiere denn nun zu sagen hätten, wusste der bedauernswerte Mann auf einmal nichts mehr zu berichten. So wurde er zum Gespött der Leute.
Hier in Niederösterreich gibt es eine eigene Methode zur Gewinnung von Farnsamen an Johanni: Dafür braucht man einen Messkelch, sieben grüne Holunderstecken und ein Hemd. Man ziehe zuerst um sich selbst und die Farnpflanzen einen Kreis, den man dann auf keinen Fall verlassen darf. Ganz genau um Mitternacht bekommt der Farn eine wundersame große, goldgelb leuchtende Blüte. Wenn die Blütenblätter abfallen, wird bei Blitz und Donner die Erde beben, und eine Schar von Teufeln wird den Kreis umlagern, die man nicht beachten darf. Sobald sich schließlich die Samenhülsen öffnen, halte man dem mitgebrachten Messkelch darunter. Danach ziehe man sich nackt aus, breite das Hemd unter dem Farn aus und stecke die Holunderreiser ringsherum in die Erde. Noch vor Sonnenaufgang liegt dann der Farnsame auf dem Hemd.

Weiters gibt es noch eine Methode für den Winter:

Während der gesamten Adventszeit darf man keinesfalls beten und muss sich ausschließlich mit teuflischen Gedanken beschäftigen. In der Christnacht dann zwischen elf und zwölf Uhr muss man sich dann auf eine Wegkreuzung stellen, über die schon ein Leichenwagen gefahren ist. Die erscheinenden Gestalten von bekannten und unbekannten Toten unbedingt ignorieren! Punkt Mitternacht wird der Leibhaftige in Gestalt eines Jägers kommen und einem den Farnsamen in einer Tüte überreichen.

Bereits 1612 erließ das Konzil von Ferrara kurzerhand ein Verbot für das Sammeln von Farnpflanzen in der Johannisnacht. Man kann sich vorstellen, wie groß die Hysterie um die Zaubersamen gewesen sein muss, die eine solche Maßnahme rechtfertigt.

Eine Blüte oder einen Samen hat noch keiner an einem Farn entdeckt! Aber wie ist er in der Lage, sich zu verbreiten? Das muss mit übernatürlichen Dingen zugehen, nahmen unsere Vorfahren an und erfanden die Sage vom wundersamen Zaubersamen, nach dem man sich zu gegebener Zeit auf die gefahrvolle Suche machte.

Vor rund 400 Millionen Jahren war die Erde bedeckt von Wäldern mit Schachtelhalmen und Farnen die damals wie Bäume wuchsen und bis zu 30m hoch waren. Die Pflanzen dieser Urzeit haben etwas gemeinsam Moose, Farne und Schachtelhalme vermehren sich ungeschlechtlich, sie haben keine Blüten und Früchte, sondern Sporen. Die Blütenpflanzen entwickelten sich erst viel später.

In der Enzyklopädie der psychoaktiven Pflanzen von Dr. Christian Rätsch ist der Farn ebenfalls angeführt und zwar der Gemeine Tüpfelfarn Polypodium vulgare L., auch Engelsüß genannt. In der Wurzel befinden sich geringe Mengen eines ätherischen Öls, Tannin, Bitterstoffe, und süß schmeckende Saponine. Er führt auch den Wurmfarn filix-mas, genannt, an. Verwendet wird der Wurzelstock, der nach der Sporenreife, also etwa im September, gesammelt wird. Diese wird unzerteilt bei 35 Grad getrocknet. Höchstens 10 Gramm der pulverisierten Wurzel sind, mit etwas Wasser eingenommen, ein sehr wirksames Mittel gegen Wurmparasiten im menschlichen Darm. Die Parasiten werden gelähmt. Bevor der menschliche Organismus aber die auch für ihn gefährlichen Wirkstoffe aufnimmt, muss, spätestens zwei Stunden nach Einnahme des Wurmfarnpulvers, ein schnell wirkendes Abführmittel genommen werden. Damit werden die Darmparasiten und die giftigen Wirkstoffe ausgeschieden. Ein altes Hausmittel ist ferner, frisch gepflücktes Obst auf eine Lage von Wurmfarnblättern zu legen. So hält sich das

Obst länger ohne Fäulnis. Wissenschaftlich gehört er zu den noch wenig erforschten Pflanzen.

Eine Studie aus den USA hat gezeigt, dass Farne den Boden vom Schwermetall Arsen befreien, indem sie es in den Blättern speichern. Arsenbelastungen vieler Böden (z.B. Reisfelder in China) sind ein aktuelles Umweltproblem. Man sagt um sich vor einer Arsenvergiftung zu schützen soll man täglich 3 Knoblauchzehen verspeisen. Dies hilft übrigens auch gegen Vergiftungen mit anderen Schwermetallen.

J) Roter Fingerhut *(Digitalis Purpurea)*

Die majestätische Präsenz dieser Pflanze zwingt uns hier stehen zu bleiben.
Der in den mitteleuropäischen Gebirgen weit verbreitete Fingerhut gehört zu den stärksten Giftpflanzen. Eine Hexe soll es gewesen sein, die 1775 den damals berühmten Botaniker und Arzt Dr. Withering auf den Fingerhut aufmerksam machte zur Heilung der lebensgefährlichen „Beinwassersucht". Withering beschreibt in seiner berühmt gewordenen Monographie auch die Zeichen der Digitalisüberdosierung: Übelkeit, Sehstörungen und Pulsunregelmäßigkeiten. Dies war der Beginn der Digitalisära. Er enthält so wie der Weißdorn mehrere Herzglykoside. Diese besitzen die Eigenschaft, Schlagkraft und Stärke des Herzens zu steigern, ohne gleichzeitig den Sauerstoffbedarf des Herzmuskels zu erhöhen, d.h. die Leistungsfähigkeit des Herzens wird gesteigert, ohne dabei das Organ zu überanstrengen. Die Herzarbeit wir ökonomisiert.
Laut Dr. Rätsch wird er auch psychoaktiv oder sogar halluzinogen genutzt. Und seit neuester Zeit auch als ein Bestandteil der Hexensalbe angeführt. Genauso wie der Eisenhut der sich gleich 2m neben dem Fingerhut einen Platz gesucht hat.

K) Eisenhut *(Aconitum napellus)*

Der Eisenhut war in der Antike ein gefürchtetes Gift, das mit der legendären colchischen Hexe Medea und der düsteren Unterwelt assoziiert wurde. Er gilt als die giftigste und gefährlichste Pflanze in Europa. Wahrscheinlich diente er schon in der Antike zur Herstellung von Flugsalben. Laut Plinius (Naturgeschichte) zeigt er den Zugang zur Unterwelt an.

Die Wurzel enthält mehr Aconitin und Aconitinsäure als das Kraut und ist damit am gefährlichsten. Auf die Haut aufgetragen, soll er Kribbelgefühle und Halluzinationen auslösen können. Er soll das Gefühl vermitteln ein Federkleid zu tragen. Trägt diese Wirkung zur Flugsalbe bei?

Seelenflug

Hier oben angelangt befinden wir uns am Ende der Wanderung. Hier ist es finster und totenstill. Vielleicht ist euch schon aufgefallen welche Pflanzen hier nachbarschaftlich beieinander wachsen? Fingerhut, Eisenhut, Fliegenpilz, bittersüßer Nachtschatten, Erle,… das alles sind Pflanzen mit psychoaktiver Wirkung, von denen vermutet wird, dass sie Anwendung in der Herstellung der Flugsalbe finden. Derartig giftige Pflanzen haben es in sich die Seele vom Körper zu spalten. So kann die Hexe in die Astralwelt hinter den äußeren Erscheinungen fliegen. Dort begegnen ihr sprechende Tiere, Elementarwesen und Naturgeister oder ihre Seele schlüpft selbst in Tiere, während der Körper in Totenstarre verharrt. Die besten Zeiten um auszufliegen sind die nasskalten nebeligen Novembertage. In den unheimlichen Vollmondnächten des elften Monats – sie stehen im Jahresrad den wonnevollen Mainächten diametral gegenüber – öffnen sich die Gräber. Die Toten schwärmen aus, um der Göttin – nun in der Gestalt der schwarzen Totenherrscherin – zu huldigen. Rastlos schweifen sie, in Schatten und Nebel gehüllt, umher, lassen die Balken knarren und knacken, rütteln an den Fensterläden oder geben Klagelaute von sich. Der schwarze Gott der Unterwelt, den die Kelten als Samain kannten, tritt seine Herrschaft an.

Nebellied

Der Stein zerfließt, der Wald ertrinkt,
Mein Haus versinkt.
Ich weiß nicht mehr, wer ich bin.

Die graue Nebelkönigin
Nimmt mit Gewalt
Uns die Gestalt
Im Spiegel aus blindem Licht

Fürchte dich nicht!
Der blinde Spiegel ist ein Tor,
Du gehst durch Nebel, Fluss und Moor
Und kommst bei den Elben an.

Das Elbenreich schlägt dich in Bann,
Dass du dich selbst vergisst.
Erkenne, wer du bist!

Der Geist von Nebel, Tag und Nacht,
Der Geist, der alle Welten macht,
Der Geist von Mensch und Elb und Wald…
Dein Geist hat nicht Gestalt!

Von Lotte Ingrisch

L) Die Erle *(Alnus spp.)*

Die Erle – auch Schwarzerle, Roterle, Eller oder Els genannt – ist dem Ökotop der Auenlandschaft, Sümpfe und Bachufer gut angepasst.
Erlenbrüche nennt man die Feuchtgebiete, in denen die Erlen wachsen. Sie galten den Menschen schon immer als unheimliche unwirtliche Orte. Manch unvorsichtiger Wanderer ist hier des Nachts von geisternden Irrlichtern in den Tod geführt worden. Lurche, Ottern und Moderwesen treiben hier ihr Unwesen. Die Seelen von Ertrunkenen schweben als Nebelschwaden umher. Tückische Elfen tanzen hier im Mondschein. Kein Wunder, dass es in einem Sprichwort heißt: „Rotes Haar und Erlenloden, wachsen nicht auf gutem Boden." Die dunklen Laubbäume sind ebenso unheimlich wie ihr Standort. Das blasse Holz läuft rot an, wenn man es schlägt. Diese rote Verfärbung galt als ein sicheres Zeichen, dass ein beseeltes Wesen in dem Baum haust. Was für ein beseeltes Wesen lebt denn nun in der Erle? Laut den alten hellsichtigen Menschen wohnt hier eine Elfe, die Erlenfrau oder des Erlenkönigs Tochter. Sie ist es, die blutet und klagt, wenn man die Axt an den Stamm legt. Die dänische Volkssage kennt sie als Ellerkongs (Erlkönigs) Tochter:

Herr Olaf reitet durchs grüne Land um die Gäste zu seiner Hochzeit einzuladen. In der Aue sieht er Elfen tanzen. Erlkönigs Tochter reicht ihm die Hand und lädt ihn ein mitzumachen. Als Herr Olaf sich weigert spricht sie: „Und wollt Herr Olaf nicht tanzen mit mir, soll Seuch und Krankheit folgen dir!" Der Bräutigam schafft es gerade noch nach Hause. Seine Mutter erschrickt, und auf die Frage, was ihm zugestoßen sei, antwortet er, ehe er tot hinsinkt: O Mutter, o Mutter, ich kam in das Reich des Erlkönigs, drum bin ich so blass und bleich."

Hinter der Gestalt Erlkönigs Tochter verbirgt sich die archaische Große Göttin, die sich in ihrer strahlenden Jugend in der hellen Birke und als Mutter in der Haselnuss offenbart. In der Erle ist sie die Totengöttin. Erlengründe und Moore waren schon im Neolithikum Orte der Toten. Bei den keltischen Völkern, die in Europa einfielen, wird der Erlengeist nicht mehr unmittelbar mit der Totengöttin identifiziert, sondern mit Bran, dem Unterweltgott. Aasfressende Raben sind seine Vögel. Ihm gehört der Westen, dort wo der Sonnenheld blutrot in die Unterwelt versinkt, wo die Insel der Seligen liegt. Bran ist der Gott mit dem Kessel, der Tote wieder lebendig macht, der die Vergangenheit in die Zukunft umwandelt. Ein Erschlagener am Abend in den Kessel hineingeworfen, wird am nächsten Tag wieder lebendig – als Jenseitiger. Aus den Knochen der ihm Geopferten wurden orakelnde Flöten geschnitzt ebenso wie aus Erlenholz. Im christlichen Mittelalter verwandelte sich der Gott in den Fischerkönig, den Hüter des heiligen Grals.

Brans Kessel war aber zu allererst Attribut der Großen Göttin.

Es ist ihr Schoß, ihre Vagina, die alle Lebewesen gebiert und dann wieder zu sich nimmt. In ihrem Kessel werden die Auserwählten, die Schamanen und Krieger, zerkocht und zerstückelt. Dann setzt sie die Knochen wieder zusammen und belebt sie erneut. Bran hat die Göttin nicht verdrängt, er ist nur Stellvertreter, ihr Opferpriester, Hüter ihres Schoßes. Dies erklärt so manchen Aberglauben. Es ist nun verständlicher, warum die Iren es als Frevel ansahen, eine Erle zu fällen, und warum die Erle Weggehen, Entsagen aber auch Erneuerung bedeutet: Im Mittelalter entsagte man der Verwandtschaft gänzlich, indem man vor Gericht Erlenholz über dem Kopf zerbrach.

Missliebigen Mädchen, mit denen man nichts zu tun haben wollte, steckte man in ganz Westeuropa, Erlenzweige vor die Tür.

Auch als sakraler Opferbaum, der das Element Feuer (rote Farbe) und Wasser in sich verbindet, geriet die Erle nicht ganz in Vergessenheit.

Im Zuge der Christianisierung verkümmerte das Bild der großen Erlengöttin zur gemeinen Hexe, und der Baum wurde zum Hexenbaum. Walperbaum (Walpurgisbaum) wird er in Deutschland genannt, weil die Hexen bei der Ausfahrt die Knospen essen und mit seinen Zweigen Wetter machen. In der Volksmedizin fand die Erle wenig Verwendung – wahrscheinlich wegen ihrem Ruf als Hexenbaum. Ein Blätterabsud bei Wassersucht und kalten, müden Füßen ist bekannt. Für Hildegard von Bingen ist die Erle das Sinnbild der Nutzlosigkeit. Mit seiner Hilfe hat man sich jedoch gegen Hexerei geschützt („similis similibus caruntur"). Die zerriebenen Blätter hat man gegen Flöhe, Wanzen, Mäuse und anderes angehextes, „elbisches" Getier gestreut, die Zweige in der Walpurgisnacht (30.April) fleißig ums Gehöft gesteckt. Mit der Rinde wurde Leder schwarz gegerbt, aus den Zapfen Tinte hergestellt. Zum Abstillen taten Mütter einen Blätterumschlag auf die Brust und sagten, die Hexe hätte ihnen die Milch gestohlen. Da das Holz nicht fault, benutzten es die neolithischen Pfahlbauern als Stelzen für ihre Häuser; auch Venedig steht auf Erlenpfosten.

Waldviertler Botschaft

Schau dich im Spiegel der Teiche,
Uraltes Elbenreich, an.
Steig aus den Ringen der Eiche,
Tanze mit Buche und Tann!

Zwielichtland zwischen den Welten,
Wildnis aus Mensch und Getier,
Lass deine Schatten, die Kelten,
Auf wieder stehen in dir!

Nie warst ein Knecht du der Zeiten,
Waldherr aus Mohn und Granit.
Elben und Elbinnen reiten
Singend dich. Schrei ist ihr Lied!

Königstier, Bruder der Bäume,
Heimatlos machte dich Mord,
Elend dein raub. Lieb`und träume!
Traumloses leben verdorrt.

Hüter der Schwelle, Holunder,
Neige dein weißes Gesicht
Über mein Herz, bis ein Wunder
Sanft seine Grenzen zerbricht.

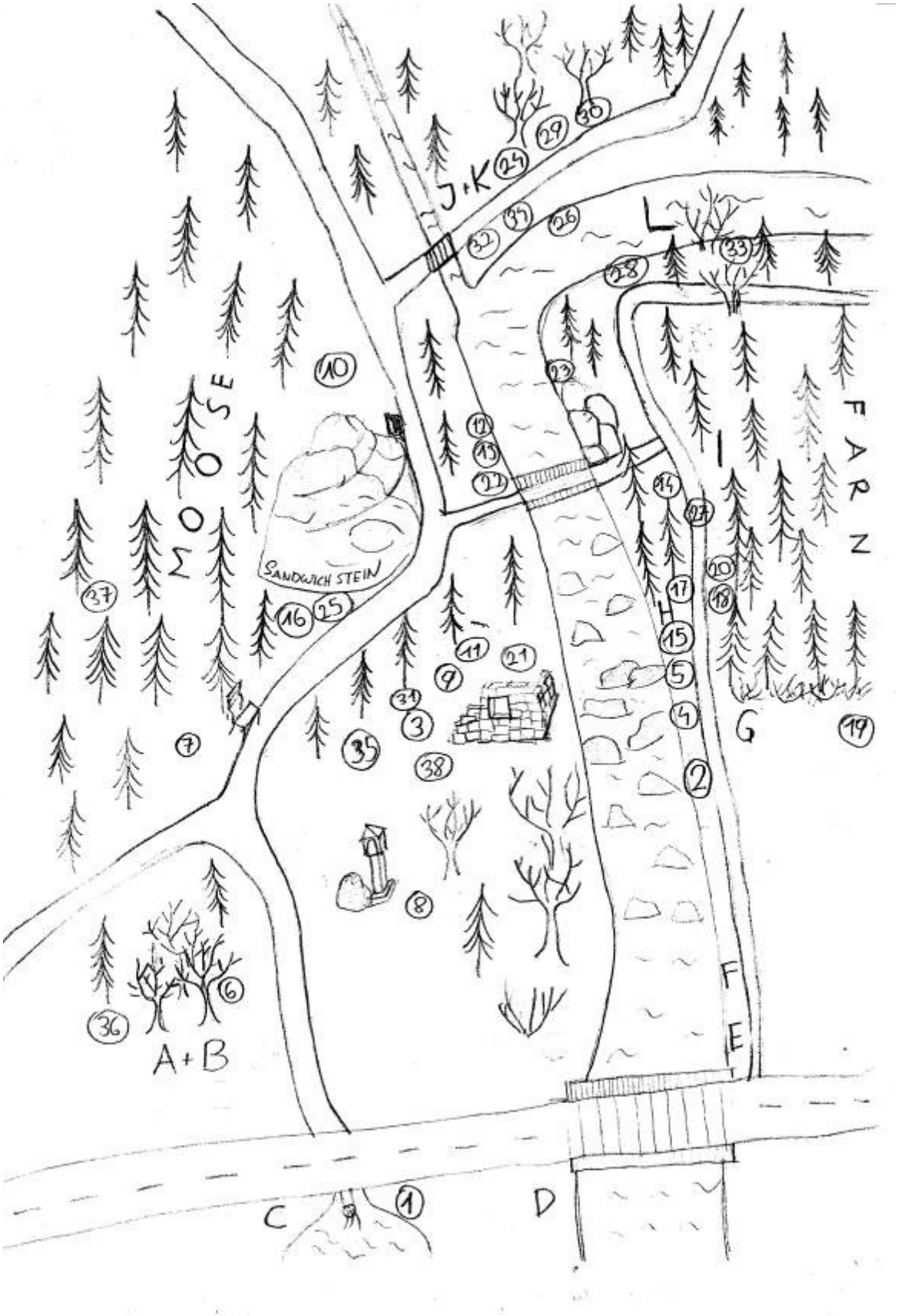
Lotte Ingrisch

Es ist an der Zeit Mauern niederzureißen und Hecken zu pflanzen! Es ist Zeit die Wunder und die Magie der äußeren und inneren Natur wieder herzustellen! Die Wiesen, Wälder und Seelen müssen wieder mit dem lustigen, bunten Elfenvolk, mit den Naturgeistern und mit strahlenden Engeln bevölkert werden, damit wir ihre heilenden Gesänge, Worte und Hinweise wieder aufnehmen können.

Folgende Hölzer und Kräuter begegneten uns bei der Wanderung:

1. Echte Brunnenkresse (Nasturtium officinale) Kreuzblütengewächs
2. Ross-Minze (Mentha longifolia) Lippenblütengewächs
3. Schmalblättriges Weidenröschen (Epilobium angustifolium) Nachtkerzengewächs
4. Schlangenwiesenknöterich (Bistorta officinalis) Knöterichgewächse
5. Stinkstorchschnabel oder Ruprechtskraut (Geranium robertianum) Storchschnabelgewächs
6. Sumpfkratzdistel (Cirsium palustre) Korbblütengewächs
7. Wald-Sauerklee (Oxalis acetosella) Sauerkleegewächse
8. Wald-Ziest (Stachys sylvatia) Lippenblütengewächs
9. Fuchs`Greiskraut (Senecio ovatus) Korbblütengewächs
10. Gewöhnliche Goldrute (Solidago virgaurea) Korbblütengewächs
11. Wiesen-Bärenklau (Heracleum sphondylium) Doldengewächs
12. Wald-Engelwurz (Angelica sylvestris) Doldengewächs
13. Wald-Geißbart (Aruncus divicus) Rosengewächs
14. Gewöhnliche Pestwurz (Petasites hybrides) Korbblütengewächs
15. Wiesenflockenblume (Centaurea jacea) Korbblütengewächs
16. Stängellose Kratzdistel Cirsium acaule) Korbblütengewächs
17. Kleine Braunelle (Prunella vulgaris) Lippenblütengewächs
18. Huflattich (Tussilago far fara) Korbblütengewächs
19. Echte Arnika (Arnika montana) Korbblütengewächs
20. Europäische Haselwurz (Asarum europaeum) Osterluzeigewächs
21. Gewöhnliche Brennnessel (Urtica dioica) Brennnesselgewächs
22. Sal-Weide (Salix-caprea) Weidengewächs
23. Eberesche (Sorbus aucuparia) Rosengewächse
24. Wald-Sanikel (Sanicula europaea) Doldengewächs
25. Gold-Kälberkopf (Chaerophyllum aureum) Doldengewächs
26. Sumpfdotterblume (Caltha palustris) Hahnenfußgewächs
27. Tüpfel-Johanniskraut (Hypericium perforatum) Johanniskrautgew.
28. Großblütiges Springkraut (Impatiens noli-tangere) Balsaminengew.
29. Echter Arznei-Baldrian (Valeriana officinalis) Baldriangewächs
30. Echtes Mädesüß (Filipendula ulmaria) Rosengewächs
31. Gewöhnlicher Dost (Origanum vulgare) Lippenblütengewächs
32. Roter Fingerhut (Digitalis purpurea) Braunwurzgewächs
33. Bittersüßer Nachtschatten (Solanum dulcamara) Nachtschattengew.
33. Blauer Eisenhut (Aconitum napellus) Hahnenfußgewächs
34. Ampfer (Runex obtusifolius) Knöterichgewächs
35. Birke (Betula pendula) Birkengewächse
36. Fichte (Picea abies) Kieferngewächse
37. Himbeere (Rubus idaeus) Rosengewächs

Übersichtsplan der Wanderung



Echte Brunnenkresse

Großblütiges Springkraut | Hain-Ampfer | Ross-Minze | Wald - Ziest

Gewöhnliche Pestwurz | Stängellose Kratzdistel

Fuchs Greiskraut

Weidenröschen

Brennnessel

Wald-Sauerklee

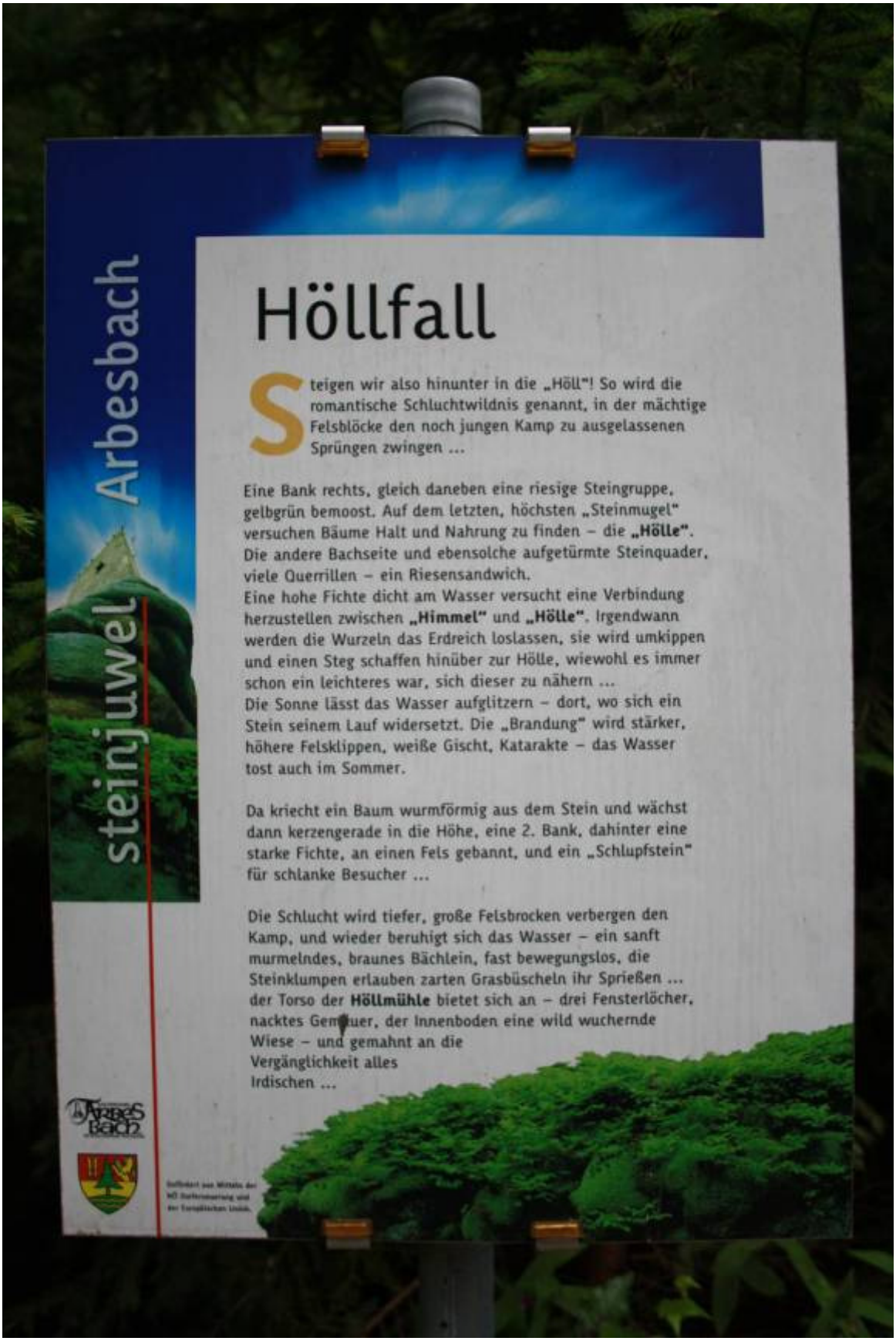
Haselwurz

Sumpf-Schachtelhalm

Echte Goldrute

Wald-Engelwurz

Kleine Braunelle


steinjuwel Arbesbach
Höllfall
Steigen wir also hinunter in die „Höll"! So wird die romantische Schluchtwildnis genannt, in der mächtige Felsblöcke den noch jungen Kamp zu ausgelassenen Sprüngen zwingen ...
Eine Bank rechts, gleich daneben eine riesige Steingruppe, gelbgrün bemoost. Auf dem letzten, höchsten „Steinmugel" versuchen Bäume Halt und Nahrung zu finden – die **„Hölle"**.
Die andere Bachseite und ebensolche aufgetürmte Steinquader, viele Querrillen – ein Riesensandwich.
Eine hohe Fichte dicht am Wasser versucht eine Verbindung herzustellen zwischen **„Himmel"** und **„Hölle"**. Irgendwann werden die Wurzeln das Erdreich loslassen, sie wird umkippen und einen Steg schaffen hinüber zur Hölle, wiewohl es immer schon ein leichteres war, sich dieser zu nähern ...
Die Sonne lässt das Wasser aufglitzern – dort, wo sich ein Stein seinem Lauf widersetzt. Die „Brandung" wird stärker, höhere Felsklippen, weiße Gischt, Katarakte – das Wasser tost auch im Sommer.
Da kriecht ein Baum wurmförmig aus dem Stein und wächst dann kerzengerade in die Höhe, eine 2. Bank, dahinter eine starke Fichte, an einen Fels gebannt, und ein „Schlupfstein" für schlanke Besucher ...
Die Schlucht wird tiefer, große Felsbrocken verbergen den Kamp, und wieder beruhigt sich das Wasser – ein sanft murmelndes, braunes Bächlein, fast bewegungslos, die Steinklumpen erlauben zarten Grasbüscheln ihr Sprießen ... der Torso der **Höllmühle** bietet sich an – drei Fensterlöcher, nacktes Gemäuer, der Innenboden eine wild wuchernde Wiese – und gemahnt an die Vergänglichkeit alles Irdischen ...

Verwendete Literatur:

Ingrisch L.; 2007; Eine Reise in das Zwielichtland. Im Waldviertel und anderswo.

Spohn M. et al.; 2008; Was blüht denn da?

Müller-Ebeling C., Rätsch C. und Storl W. D.; 2009; Hexenmedizin. Die Wiederentdeckung einer verbotenen Heilkunst – schamanische Traditionen in Europa

Rätsch, 2009, Enzyklopädie der psychoaktiven Pflanzen

Bühring U.; 2009, Praxis-Lehrbuch der modernen Heilpflanzenkunde

Bader M.; 2008, Räuchern mit heimischen Kräutern. Anwendung, Wirkung und Rituale im Jahreskreis

Nitz D., Pohl R.; 2010, Kräuterzauber. Ein ABC der Heil- und Zauberpflanzen

Saupe J.; Der Naturdoktor. Gesundheit aus Heilpflanzen

Fink F., 2009; Heilmoor und Kräuter

Gräfin A. Wolfskeel von Reichenberg; 2006; Deine Nahrung sei dein Heilmittel. Ernährung im Biorhythmus

Treben M., Gesundheit aus der Apotheke Gottes. Ratschläge und Erfahrungen mit Heilkräutern

Hildegard von Bingen, 2009; „Physica". Heilkraft der Natur.

Gedanken die während dieser Arbeit auftauchten

Vor zehn Jahren kehrte ich dem Waldviertel, meiner Heimat den Rücken, um hinaus zu ziehen in die große, weite Welt. Die große Weisheit liegt da draußen, weit weg, in Wien. Alle jungen Menschen, die Bildung suchen gehen nach Wien. Aber was genau suche ich dort? Was suchte ich in einer Großstadt, voller Lärm und Schmutz, voller Hektik und Lieblosigkeit? Das wusste ich selber nicht so genau. Ich möchte wissen was den Menschen im Innersten ausmacht. Was ist Bewusstsein? Diese Frage beschäftigte mich schon seit meinem 16. Lebensjahr. Und diese Frage trieb mich in viele Ecken. 4 Semester Medizinstudium und nach einem 1-jährigen Sezierkurs, bei dem ich alles zerstückelte was mir unters Skalpell gekommen ist, einschließlich Herz und Hirn ließen mich zu einer Erkenntnis kommen. Ich konnte alle Muskeln, Knochen, Organe, Nervenbahnen, Blutgefäße,… lokalisieren und mit ihrem lateinischen Namen benennen, aber was Bewusstsein ist, wie der Geist entsteht, oder wo er herkommt, das kann mir das Medizinstudium nicht in 100 Jahren beantworten.

Also beschloss ich in ein Studium zu wechseln, dass etwas „mehr in die Tiefe" geht und inskribierte mich für Biomedizin und Biotechnologie. Ein Studiengang der Zukunft und ich und mein Mann gehörten zu seinen ersten Bachelor Absolventen. Was haben wir nicht alles gelernt, Götter spielten wir, in dem wir Gene von einem Tier in ein anderes hin und her transferierten um zu beobachten ob dieses oder jenes einen Selektionsvorteil in der Natur hat oder ein brauchbares Modell in der Erforschung von neuen Medikamenten abgibt. Der Höhepunkt war ein grün fluoreszierendes Protein, dessen Gen ich in eine befruchtete Eizelle einer Spendemaus mittels Mikromanipulator transferierte. Mittels Embryotransfer wieder in die Gebärmutter eingesetzt, wurden schließlich die Jungen vom Empfängertier, natürlich erst nach einer gehörigen Hormonstimulation, ausgetragen. Und wie groß war die Freude als ich die Jungen unterm UV-Licht betrachtete und sah in welch schönem Grün ihre Haut leuchtete!

Aber was ist mit dem Bewusstsein, mit dem Geist? Lässt er sich ebenfalls so einfach reproduzieren? Steril, im Labor, mit ein paar Reagenzien, Hormonen,….?

Nach dem Studium kam mein Sohn zur Welt und da meine Mutterinstinkte bei dem Gedanken, mein Kind in einer Großstadt groß ziehen zu müssen, streikten, wir aber aus beruflichen Gründen noch in der Nähe von Wien bleiben mussten,

kauften wir uns prompt ein Haus außerhalb von Wien. Während der Häusersuche verliebte ich mich in ein Anwesen im Waldviertel, dass wir besichtigten. Dort hüpfte mein Herz, dort wollte ich bleiben. Es war nicht das Haus sondern mehr die Natur, von der ich mich so angezogen fühlte. Das Haus liegt in einer hügeligen Waldlichtung, umgeben von 7 ha Wiesengrund. Neben dem Haus fließt ein Fluss. Genauso wie damals, beim Höllfall. Ich fühlte mich zu Hause.
Doch wie so oft im Leben, konnten wir es uns nicht leisten und entschieden uns für ein günstigeres, dessen Präsenz jedoch nicht minderer Natur war. Zu meiner Mutter sagte ich oft, sehr oft, ich suche ein Haus mit einer Seele. Und wusste selber nicht so genau was ich damit meinte, aber ich spürte sie eindeutig bei diesem Haus. Eine alte Schule von 1920 mit riesigen und 4m hohen Räumen. Eingerichtet mit antiken Möbeln mit Gesichtern von Engeln. Tische und Sessel mit Löwenbeinen, Lampen mit Drachenschädel, Bilder mit Heiligen und herrschaftlichen Frauen,…Und der Garten, ein Paradies wie Gott es für Adam und Eva selbst geschaffen hat.
Ja, das überzeugte sofort. Aber außerhalb des Hauses und des Gartens schien alles tot zu sein. Mein erster Kontakt mit den Menschen führte mich zu der furchtbaren Meinung: seelenlose Zombies, die Menschen kommunizieren fast nur über Anwälte, Kinder die nicht lachen können, …
Wo war ich hier gelandet? Wenn da draußen die Hölle wartet, mache ich mir hier drinnen, in den eigenen vier Wänden den Himmel und stellte Kerzen auf, hörte keltische Frauenmusik und räucherte mit Weihrauch.
Dies half mir die letzten 4 Jahre nicht durchzudrehen, aber meine Seele durstet, schreit innerlich, mit jedem Tag lauter…

In den letzten 2 Jahren pendelte ich wieder nach Wien. Verhaltens-, Neuro- und Kognitionswissenschaft nennt sich der Masterstudiengang den ich freudig im Internet entdeckt hatte. Das ist es, dachte ich mir. Die Antwort auf die ach so große Frage, nach dem Bewusstsein.

Wo soll dessen Sitz sonst sein, als im Gehirn? Interessant waren sie, die vielen Vorlesungen über die Biologie des Verhaltens. Sind wir wirklich nur hormongesteuerte Säugetiere?

Vom Hirnforschungszentrum erwartete ich mir die ultimative Antwort. Schon immer nannte ich ehrfürchtig den Namen dieses Zentrums, wenn mich jemand fragte, „wo willst du denn mit deinem Studium hin?"
Zweifelnd, ob jemand wie ich dort überhaupt einen Platz haben kann, absolvierte ich ein Monat mit ausgezeichneten Ergebnissen im Bereich „Analyse von Neurotransmitter - Rezeptoren mit Hilfe von Radioliganden." Hört sich mächtig wichtig an, ist aber schlussendlich auch nur Routinearbeit, wenn man sich einmal eingearbeitet hat. Und mehr als die Meinung, dass jegliche Nahtodeserfahrung und andere Phänomene und Wunder, die auf den Besitz einer Seele zurückzuführen wären, dadurch zustande kommen, dass sich ein hirngängiger, affiner Stoff an einen Rezeptor bindet und dort verstärkt Ionen durchlässt, bekam ich nicht.
Das war die größte Enttäuschung. Jahrelanges Studieren und lernen für diese eine Antwort? Erwartet habe ich mir erleuchtete Götter, die wissen wo der Himmel zu finden ist!

In der Zwischenzeit hat mein Mann erfolgreich eine Pharmafirma gegründet und ich freundete mich mit dem Gedanken an, bei ihm zu arbeiten. „Ich glaube nicht, dass du in der Forschung glücklich sein wirst", meinte mein Mann dazu. Ja, da hat er recht, aber wo soll ich hin?

Mittlerweile manifestierte sich eine hartnäckige, chronische Sinusitis, die ich darauf zurückführe, dass ich dem Hilfeschrei meiner Seele, von diesem Ort weg zu ziehen nicht Folge leistete.
Es gibt hier keinen Wald! Ich brauche Wald! Die letzten paar Bäume, die hier standen, hat man mittlerweile auch alle umgesägt. Fast alle, die vor 5 Jahren noch lebten, eiskalt ermordet!
Und zu jeder Zeit wird Unkraut bekämpft. Mindestens 5mal im Jahr wird zuverlässig alles vernichtet, sobald es nur den Kopf aus der Erde streckt!
Bei jedem Baum der fällt, fällt mir das atmen schwerer. Ich habe die Nase voll. Da bin ich doch der perfekt Nährboden für Krankheitserreger!

Die Medizin kann mir nicht helfen. Nach 3 Krankenhausaufenthalte, 80 Tage Antibiotika, Cortison,…
nahm ich dann das erste Mal ein Naturheilkundebuch in die Hand.

Etwas befremdlich war das erste Gefühl, doch dann ging ich mit einer Gartenschere bewaffnet hinaus in meinen Garten, um den Rat der heiligen Hildegard folge zu leisten und Eibenholz zu verräuchern. Und da sprang der Funke über. Das Gefühl, während ich zur Eibe ging und die Hoffnung, aber vor allem die Freiheit brannten in meinem Körper, sodass es mich nach mehr dürstete. Mehr von den wunderbaren Kräutern, die ich nie beachtet habe, die mir jedoch diesen Frieden verschaffen konnten.

Indem ich in den Pflanzen die Seele gefunden habe, habe ich sie in mir selbst gefunden.

> Jeder Mensch, Tier, Pflanze, Molekül,… interagiert mit jedem anderen Menschen, Tier, Pflanze, Molekül, ... wie Synapsen die über unzählbare Nervenbahnen miteinander verbunden sind. Es liegt nur an uns, wie wir die Welt sehen wollen.

Und zum guten Ende freut es mich erzählen zu können wir werden im Oktober in mein Anwesen im Waldviertel übersiedeln!

Na, wenn da keine guten Geister ihre Finger im Spiel hatten!

Diese Arbeit ist mehr als eine Kräuterwanderung, es ist ein Ankommen, ein nach Hause kommen, das Ende einer Suche.

Danke, liebe Eibe
Danke, liebe Frau Ingrisch
Danke, mein lieber Mann Alexander und mein lieber Sohn Elias
Danke an Euch, Ihr lieben Menschen der Weinviertler Kräuterakademie