



*Dido Nitz*

# Kräuterzauber

*Ein ABC der Heil- und  
Zauberpflanzen*

ars≡edition



# Vorwort

Pflanzen schenken. Selbst der versierte Kenner der wunderbaren Vielfalt neigt dazu, die Gewächse der Natur auf ihre Inhaltsstoffe zu reduzieren und sie in Kraut und Unkraut einzuteilen. Er betrachtet Garten und Acker als eine Art unerschöpfliche Quelle an Rohstoffen für Industrie, Heilkunde und Kochtopf – oder einfach nur als Augenweide im Blumenkasten.

Der altheidnische Schamane dagegen nahm drei mal drei Kräuter, um Gift und Verderben fernzuhalten, wie er es von seinem Gott Odin gelernt hatte. Er fand Pflanzen, die zu seinen Füßen wuchsen, jede einzelne beschwörend. Der christliche Mensch des Mittelalters hielt es ähnlich. Ob als Bündel von neunerlei oder zwölferlei Kräutern oder als einzelnes Kraut, betrachtete er die Pflanze als Teil seines gesamten Weltbildes. Was er der Natur entnahm, gab er ihr in irgendeiner Weise zurück, sei es in Form von Opfern oder Beschwerlichkeiten, die er auf sich nahm, oder von Gebeten und Ritualen, mit denen er das „Entwenden“ der Pflanze begleitete.

Wie unglaublich lebendig und farbenreich, wie fantastisch muss dieses Leben gewesen sein! Und wie furchterregend und grausam! Ein beschwerliches Dasein, in dem sich der Mensch von übernatürlichen Mächten Wunder erhoffte. Mächten, denen man andererseits auch alle Verantwortung

für Elend und Krankheit zuschrieb. Hoffnung, Erfahrungen und Überlieferungen aus älteren Zeiten mischten sich zu Sagenhaftem und verwoben Heilkunde, Glauben und Aberglauben zu einem dichten Geflecht.

Ernüchtert betrachtet der heutige Mensch jene Historie. Und rückt Wegerich und Giersch, Löwenzahn und Beifuß mit der Giftspritze zu Leibe. Das Kraut zu seinen Füßen trotzt. Manches ist seit Tausenden von Jahren daran gewöhnt, sich seinen Lebensraum nach seinen Bedürfnissen zu erobern. Anderes stirbt aus. Und mit ihm Wissen und Geschichten, flüsternd und raunend, verwehende Vielfalt im Fortschreiten der Zeit.

Die Auswahl der Pflanzen in diesem Buch ist willkürlich, eine je Buchstabe unseres Alphabets. Allen gemeinsam ist, dass sie im mitteleuropäischen Raum zu finden sind, vor unserer Haustür, in Gärten und Blumentöpfen, am Wegesrand. Und dass es viel über sie zu erzählen gibt: nicht nur über ihre reichen Gaben, ihre besondere Schönheit, ihre vielfältige Heilwirkung, ihren sinnlichen Duft und Geschmack. Sondern über die Menschen selbst, mit denen sie seit alter Zeit zusammenleben.







# Alraune

MANDRAGORA OFFICINARUM

- + **FAMILIE:** Nachtschattengewächse Solanaceae + **STEHT FÜR:** Unverwundbarkeit, Macht, Reichtum
  - + **WICHTIGE INHALTSSTOFFE:** Alkaloide + **VORKOMMEN:** Mittelmeerraum, milde Gegenden Mitteleuropas
  - + **HEILPFLANZE:** Nicht mehr verwendet. Früher gegen Kopfschmerz und als Beruhigungsmittel
- GIFTIG! STRENG GESCHÜTZT**

Eine Mark und 50 Pfennige für Glück, Macht und Reichtum. Zu erstehen im Berliner Warenhaus Wertheim; dort wurden um 1910 für jeden, der nur daran glaubte, „Glücksalraunen“ verkauft, hübsch in Medaillons eingefasste, verhütelt braune Erdgebilde. Derart einfach war es nicht immer gewesen, an den seltenen Wurz heranzukommen: das seit uralter Zeit viel gerühmte Nachtschattengewächs Mandragora – die „Königin der Zauberpflanzen“!

Vor beinahe zwei Jahrtausenden gab der Historiker Flavius Josephus exakte Anweisung, wie der heiß begehrten, aber scheinbar lebensgefährlichen Pflanze beizukommen sei. Das Problem liege vor allem in der überraschenden Behändigkeit der Widerspenstigen. Der Rat des Gelehrten:

*„Sie auszureißen ist sehr schwer, denn dem Nahenden entzieht sie sich und hält nur dann still, wenn man Urin oder Monatsblut daraufgießt. Auch dann ist bei jeder Berührung der Tod gewiss, es sei denn, man trage sie so in der Hand, dass die Wurzelspitze nach unten schaut. Doch bekommt man sie ohne Gefahr auf andere Weise, und zwar so: Man gräbt rings die Erde ab,*

*sodass nur noch ein kleiner Rest der Wurzel unsichtbar ist. Dann bindet man einen Hund daran, und wenn dieser dem Anbinder schnell folgen will, so reißt er die Wurzel aus, stirbt aber auf der Stelle als ein stellvertretendes Opfer dessen, der die Pflanze nehmen will. Hat man sie einmal, so ist keine Gefahr mehr.“*

Die hinterhältige Methode mit Hund blieb hartnäckig bis weit über das Mittelalter hinaus in Gebrauch. Mancherorts hieß es, die Alraune sei am besten um Mitternacht der Sommersonnwende zu erlangen, in anderen Gegenden genügte ein beliebiger Freitag vor Sonnenaufgang, und manchmal musste das bedauernswerte Tier durchaus schwarz sein und mit seinem Schwanz an die Wurzel gebunden werden.

Ebenso beharrlich hielt sich der schreckklüsterne Aberglaube, die seltene Mandragora, auch „Galgenmännlein“ genannt, sprieße bevorzugt aus dem Harn oder Sperma gehängter Verbrecher. Es sei der markerschütternde Schrei der ausgegrabenen Alraune, den der Mensch niemals ertragen könne.

+ ANDERE NAMEN: Ciceron + Dollwurz + Drachenpuppe + Dudaim +  
Galgenmännlein + Hausväterchen + Hundsapfel + Liebesapfel + Liebeswurz +  
Menschenwurzel + Schreiendes Kraut + Teufelslampe + Zauberwurz

---

Die Pflanze an sich bietet rein äußerlich wenig Spektakuläres. Ihre mehrfach längs gespaltene Wurzel reicht bis zu 60 Zentimetern in die Tiefe der Erde. Darüber kurzgestielte, eiförmig längliche Blätter, die eine dunkelgrüne Rosette bilden. Einmal im Jahr blüht die Mandragora und entwickelt gelbe, kugelige Beeren, über deren halluzinogene Wirkung sich schon mancher keltische Druide gefreut haben mag. Aber darauf kommt es meist nicht an. Entscheidend war seit jeher das Verborgene, die Wurzel also, die entfernt an eine menschliche Gestalt erinnert, ob als „Männlein“ oder „Weiblein“, mit haarigem Köpfchen und knorrigen Armen und Beinen. Sie wurde in kostbare Kleider gehüllt und gehütet wie ein Schatz, eine kleine, hässliche Puppe, wertvoller als so mancher Edelstein. Und die Kunde ihrer Zauberkraft furchtsam flüsternd weitergetragen durch die Jahrhunderte – nicht umsonst besitzt das Wort „Alraune“ denselben etymologischen Stamm wie „raunen“.

Unverwundbar soll sie machen. Unsichtbar nach Wunsch. Krankheiten fernhalten. Sie soll unterirdische Schätze anzeigen und so den Weg weisen zu unermesslichem Reichtum. Ein Geldstück zur Mandragorawurzel gelegt, verdopple sich bis zum nächsten Tag, mancherorts sagte man, der Alraun trüge es durch den Schornstein ins Haus. Auf Wienerisch zog man bei einem, der beim Spiel gewinnt, den messerscharfen Schluss: „*Der muss a Oraunl im Sack haben!*“

Und was wäre eine mächtige Zauberpflanze ohne Einfluss auf das begierigste und bedingungsloseste

Verlangen des Menschen – die Liebe? An dieser Stelle nicht die Wurzel, sondern der süßliche Duft der goldenen Früchte, Sinnbild der berauschten Leidenschaft. Im Altertum galt die Mandragora als Pflanze der griechischen Göttin Hekate, der „Herrin der Unterirdischen“, der „Gebieterin der Dämonen“ und der „Dämonin der Liebestollheit“.

Hildegard von Bingen (1098 – 1179) schreibt, wegen ihrer Menschenähnlichkeit wohne der Alraune der Teufel mehr inne als anderen Kräutern. Man solle sie einen Tag und eine Nacht in Quellwasser legen, so werde ihr das Böse ausgetrieben; wasche man sie nicht in dieser Weise, könne man sie jedoch zu magischen Zwecken verwenden.

### Was ist dran?

Tatsache bleibt, dass die Einnahme aller Pflanzenteile Rauschzustände hervorruft, seit alters wurde sie vielseitigst einerseits als Schlaf-, Schmerz- und Betäubungsmittel, andererseits als Aphrodisiakum und Halluzinogen verwendet. Heutzutage findet die Pflanze in unserer Heilkunde keine Anwendung mehr. Der Rest ist uralte Geschichte. Und wen wundert's, dass in vielen Kulturen ein schwunghafter Handel mit den sagenumwobenen Alraunenmännchen getrieben wurde? Für gefälschte Schnitzereien aus Mohrrüben wurde manch einer sogar gehängt. Die Berliner „Glücksalraune“ aus dem Warenhaus war übrigens auch keine echte Mandragora, sondern ein Wurzelstückchen des weit billigeren Allermannsharnisch. Auch nicht verkehrt, denn der wiederum steht nach Überlieferung für wirksame Abwehr von Unheil aller Art.



Die klügsten Waldgeister sind die Alräunchen,  
langbärtige Männlein mit kurzen Beinchen,  
ein fingerlanges Greisengeschlecht,  
woher sie stammen, man weiß es nicht recht.

HEINRICH HEINE (1797 – 1856)

Da stehen sie umher  
und staunen,  
vertrauen nicht dem  
hohen Fund.  
Der eine faselt von  
Alraunen,  
der andre von dem  
schwarzen Hund.

JOHANN WOLFGANG VON GOETHE

(1749 – 1832), FAUST

### Berühmte Alraunenbesitzer:

- + Karl der Große
- + Johanna von Orleans
- + der Magier, Wahrsager und Astrologe Doktor Faustus
- + der Franziskanermönch Berthold Schwarz,  
der im 14. Jahrhundert das Schießpulver erfand

### Autoren, die Alraunen lieben:

- + William Shakespeare in etlichen Dramen
- + Ludwig Tieck in Der Runenberg
- + Ludwig Achim von Arnim in Isabella
- + Friedrich de la Motte Fouqué in Mandragora. Eine Novelle
- + Hanns Heinz Ewers in Alraune. Die Geschichte eines lebenden Wesens
- + Lee Falk, Phil Davis u. a. in der Comicserie Mandrake, der Zauberer
- + Rochus Hahn in seinem Erotik-Comic Alraune
- + Joanne K. Rowling in Harry Potter







# Beifuß

ARTEMISIA VULGARIS

- + **FAMILIE:** Korbblütler Asteraceae
- + **STEHT FÜR:** Macht, Abwehr von Unheil; Frauenkraut
- + **WICHTIGE INHALTSSTOFFE:** Bitter- und Gerbstoffe und ätherische Öle, u. a. Thujon und Campher
- + **VORKOMMEN:** An Weg- und Autobahnrändern, Hecken, Zäunen, Ödland und Mauern; sehr häufig
- + **HEILPFLANZE:** Mittel zur Verdauungsförderung. Für Tee werden die Blätter verwendet. Vorsicht bei Schwangerschaft, kann in großen Mengen abortiv wirken!
- + **KÜCHE:** Feines Gewürz für deftige Fleischgerichte. Erntezeit Juli bis September. Man schneidet die oberen Triebspitzen, solange die Blütenkörbchen noch geschlossen sind.

Man gehe am Karfreitag rückwärts und schweigend zu einer Beifußpflanze und grabe die Wurzel aus. Daran muss sich ein schwarzes Würmchen befinden. Dieses lasse man vorsichtig in eine Flasche gleiten, die nun sorgfältig aufzubewahren sei. Der frischgebackene Würmchenbesitzer wasche sich neun Tage lang nicht, bete auf keinen Fall in dieser Zeit und werfe jeden Tag beim Mittagessen ein Stückchen Brot unter den Tisch. Nach neun Tagen hebt der Wurm zur Rede an und gewährt seinem neuen Herrn alles, was er sich wünscht. Soweit ein Rezept aus Böhmen.

Ganz generell wurde dem Gewöhnlichen Beifuß eine anziehende Wirkung auf zauberkräftiges Ringelgetier zugeschrieben. Der mächtige Haselwurm zum Beispiel gab nach mittelalterlicher Vorstellung jeden Widerstand sofort auf, wenn man ihn nur mit Beifuß bestreute. Wer dann schließlich das gefangene Tier verspeiste, soll Macht über alle Geister erhalten und darüber hinaus die Gabe besessen haben, sich jederzeit unsichtbar machen zu können.

Im altenglischen Neunkräutersegen ist der Beifuß der erste von neun sagenhaften Wunderzweigen, mit denen der Gott Odin den giftigen, Verderben bringenden Lindwurm bezwang. Denn den Germanen und Kelten galt das widerstandsfähige Kraut als schlagkräftigste unter den Pflanzen. Sie nannten ihn Mugwurz, was man mit „Machtwurz“ übersetzen könnte.

*Kräuter und ihre Kräfte im Liede besingend, erachte ich's für recht und billig, die Mutter aller Kräuter an den ersten Platz zu stellen. Diana nämlich, Artemis genannt, soll ihre Heilwirkung als Erste gefunden haben und deshalb trägt die Pflanze ihren Namen.*

ODO VON MEUNG, MACER FLORIDUS, 11. JH.



+ ANDERE NAMEN: Besenkraut + Gänsekraut + Johanniskraut + Muggert +  
Mugwurz + Roter Buck + Sankt Johanniskraut + Schoßwurz + Sonnenwundkraut

---

### „Mutter aller Kräuter“ und „Frawenkraut“

Die botanische Bezeichnung *Artemisia* weist auf die altgriechische Göttin Artemis hin, Jagdgöttin einerseits, Schützerin des weiblichen Schoßes andererseits. Um den Bauch gebunden stand das „sonderlich frawenkraut“ in dem Ruf, bei Menstruationsbeschwerden, schweren Geburten und gegen Unfruchtbarkeit zu helfen.

### Sonnenwundzauber

21. Juni, Sonnenwende. Die *Artemisia*-stauden blühen jetzt überall. Beim Sonnenwundfeuer feiert die keltische Dorfgemeinschaft mit einem Gürtel aus Beifuß und anderen duftenden Kräutern den höchsten Stand der Sonne und damit den Höhepunkt der Fruchtbarkeit in der Natur. Den Gürtel wirft man anschließend in die Glut und ruft: *„All mein Unglück gehe hinweg und werde verbrannt mit diesem Kraut.“*

Ebenfalls in der Sonnenwundnacht, der Johanniskrautnacht, soll man laut litauischer Überlieferung glühende Kohlen unter den Beifußpflanzen finden. Gräbt man sie zwischen elf und zwölf Uhr aus, gelten sie als wirksames Mittel gegen Fieber und Epilepsie. In anderen Gegenden sollen die wertvollen Kohlen nur dann zu bekommen sein, wenn man sie mittags exakt mit dem Glockenschlag zutage fördert. Ist der Ton verklungen, sind auch die Kohlen verschwunden. Darüber hinaus werden sie mancherorts von einem grauenerregenden, riesigen, schwarzen Hund mit tellergroßen Augen bewacht.

### Was ist dran?

Und was soll eigentlich der Name „Beifuß“? Man schrieb der Pflanze die Kraft zu, die Füße vor Ermüdung zu schützen. Schon der römische Naturforscher Plinius der Ältere empfahl, sich einfach vor der Wanderung ein Blättchen in den Schuh zu legen.

Heutzutage genießt man Beifuß in erster Linie in der Kräuterküche, wunderbar an schweren Fleischspeisen wie Gänse- oder Schweinebraten, aber auch an Huhngerichten oder Fisch. Die Erfahrungsheilkunde lehrt den Gebrauch als mild wirkendes Mittel zur Verdauungsförderung und bei Menstruationsbeschwerden.

*Erinnere du dich, Beifuß,  
was du verkündetest,  
was du anordnetest  
in feierlicher Kundgebung.  
Una heißest du,  
das älteste der Kräuter;  
du hast Macht gegen  
drei und gegen 30,  
du hast Macht gegen  
Gift und gegen Ansteckung,  
du hast Macht gegen das Übel,  
das über das Land dahinfährt.*

NINE HERBS CHARM, 9./10. JH.

### Rezept zur Erlangung des Liebsten:

1 Sträußchen Beifuß ans Bein binden und bei sich tragen, das steigert nebenbei auch die Liebeslust!



Wenn eine Frau  
im Wochenbett liegt,  
nimme Artemisiam und  
binde es auf ihre Leiste.

KLOSTERHANDSCHRIFT, 14. JH.

Wenn eine Weibsperson ihre  
Monatsblum nicht recht hat,  
die nehm eine Hand voll Beifuß,  
lass den in der halben Elsässer  
Maß Weins den dritten Teil  
einsieden und trinke davon  
abends und morgens, jedes Mal  
einen guten Becher voll warm.

JACOB THEODOR, NEW KREUTERBUCH, 1588





# Christrose

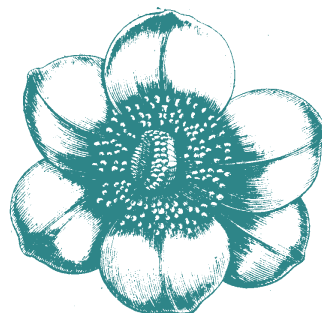
HELLEBORUS NIGER

- + **FAMILIE:** Hahnenfußgewächse Ranunculaceae + **STEHT FÜR:** Wetterorakel, Geisterabwehr
  - + **WICHTIGE INHALTSSTOFFE:** Glykoside + **VORKOMMEN:** Alpenpflanze, Zierpflanze in Gärten
  - + **HEILPFLANZE:** Nicht mehr verwendet. Früher gegen Herzschwäche und Wahnsinn
- GIFTIG!**

Alles schläft. Es ist um die Zeit der Raunächte, in denen Odins Geisterschar über die Lande zieht. Der eisige Wind heult um die Häusersrecken und alles, was Farbe war, ist unter einer schweren, glitzernden Schneedecke verschwunden. Nur vielleicht an einer Stelle aufgebrochen, einem kleinen Fleck, wo tags die Sonne hingeschienen hat. Blattwerk, das dunkelgrün und mehrfingrig aus dem Löchlein hervorspitzt, als hätte es da seit jeher gewartet. Dann das Wunderwerk, die Blüte, strahlend weiß, wie der Schnee, der sie umgibt.

Wer weiß, vielleicht ist ja was dran an der Erzählung, dass die germanische Göttin Freya Mitleid mit einem armen Mädchen hatte, das von seiner bösen Tante in die kalte Winternacht hinausgejagt wurde. Sie erbarmte sich der anmutigen Jungfrau und verwandelte sie in eine leuchtende kleine Blume mitten im Schnee.

Wenn die wundersame Christrose genau um Weihnachten herum ihre weißen Kelchblätter entfaltet, wird ein fruchtbares Jahr folgen, so die alte Überlieferung. Wer an Heiligabend zwölf Blütenknospen ins Wasser stellt, eine für jeden Monat des kommenden Jahres, der kann daran die meteorologischen Verhältnisse ablesen; die sich öffnenden Blüten deuten auf gutes Wetter hin.



**PLAUTUS:** *elleborum potabis faxo aliquos viginti dies*  
(Du wirst Nieswurz trinken und das zwanzig Tage.)

**AEGROTUS:** *neque ego insanio!*  
(Ich bin doch nicht verrückt!)



+ ANDERE NAMEN: Christblume + Christwurz + Güllkraut + Kirchenrose +  
Krätzenblum + Märzenkaibl + Schellmerwurzel + Schneeblume + Schneekaderl +  
Schwarze Nieswurz + Unserherrgottsblume + Weihnachtsrose + Weinblume

---

Der Name Christrose oder -blume oder Weihnachtsblume erklärt sich selbstredend aus der Blütezeit. Eine andere bekannte Bezeichnung für die Pflanze ist weit weniger poetisch: Sie wird auch „Schwarze Nieswurz“ genannt. Der pulverisierte schwarze Wurzelstock reizt die Schleimhäute aufs Heftigste und wurde in Minimaldosierung gern für Schnupftabak verwendet.

Die hochwirksame Pflanze wurde seit der Antike gegen Wahnsinn, Depressionen und Epilepsie geschätzt, und so soll sie schon den starken Herkules von einem Tobsuchtsanfall geheilt haben.

Ebenso galt sie als Mittel gegen Herzschwäche und Infektionskrankheiten; etwa seit dem 16. Jahrhundert war man sich allerdings der gefährlichen Wirkung bei Überdosierung wohl bewusst und es galt der Spruch: „Drei Tropfen machen rot, zehn Tropfen machen tot.“

Plinius schrieb, dass die gallischen Krieger ihre Jagdwerkzeuge mit dem Saft der Pflanze bestrichen, das solle das Fleisch zarter werden lassen. Allerdings schnitten sie dann die Wunden der erlegten Tiere großflächig aus, um selbst nicht mit dem Gift in Berührung zu kommen.

Als Zauberpflanze wurde die heutige Christrose seit dem Altertum hoch geschätzt. Sie galt als geisterabwehrend und jugenderhaltend, war gut gegen Viehkrankheiten und zur Reinigung des Hauses.

Man vermutet sogar, sie könnte hinter dem geheimnisvollen homerischen Kraut „Moly“ stecken. Das nämlich hatte der Götterbote Hermes persönlich dem listigen Seefahrer Odysseus gegeben, um ihn vor der Zauberin Kirke zu schützen. Dessen Glück, denn seine Gefährten wurden in schwarze Warzenschweine verwandelt!

Der berühmteste Pharmakologe des Altertums, der griechische Arzt Dioskurides, berichtet, man müsse beim Ausgraben der Pflanze darauf achtgeben, dass einem nicht etwa ein Adler zusehe, ansonsten sei man dem Tod geweiht. Außerdem müsse die Pflanzenbeschaffung rasch vor sich gehen und man müsse Knoblauch und Wein dabei zu sich nehmen.

### Was ist dran?

Man kann sich vorstellen, dass die außergewöhnliche Blütezeit Grundlage für allerlei Sagenhaftes lieferte. Heutzutage wird man sich jedoch wohl eher an die Gartenpflanze halten, den ersten Frühlingsboten, der das neue Jahr begrüßt. In der Volksmedizin findet die Christrose gelegentlich noch als Brech- und Abführmittel sowie gegen Wassersucht und Harnverhalt Verwendung. Allerdings ist von der Einnahme aller Pflanzenteile wegen ihrer Giftigkeit dringend Abstand zu nehmen!