

Unsere Heilpflanzen aus keltischem und germanischem Erbe

Marilise Rieder, Basel

Manuskript eingegangen am 15. Februar 1990

In unserer Volksmedizin steckt keltisches und germanisches Erbgut. Fast die Hälfte der noch heute in der Kräuterheilkunde verwendeten Arten waren den Kelten oder Germanen schon bekannt.

Sowohl Kelten wie Germanen zählen zu den indoeuropäischen (indogermanischen) Völkern, die vom «Kurganvolk» abstammen, einem steinzeitlichen Hirtenvolk, das in der südrussischen Steppe an der unteren Wolga gelebt hatte. Von den Archäologen ist dieses Volk nach den Grabhügeln (= Kurgan, russ.) so benannt worden. Überbevölkerung, Übernutzung der Weiden und klimatische Veränderungen zwangen einzelne Stämme zur Abwanderung. Sie hatten bereits das Pferd gezähmt und Wagen gebaut, was ihnen ermöglichte, weite Strecken zu bewältigen. Indoeuropäische Stämme wandern um 2000 v.Z. in Anatolien, Griechenland und Osteuropa ein. Aus den osteuropäischen Stämmen entwickelt sich im Lauf der folgenden Jahrhunderte die Kulturgemeinschaft, welche uns unter dem Begriff «Kelten» bekannt ist.

Im 5. vorchristlichen Jahrhundert (Ende Bronzezeit) tauchen Kelten in Mitteleuropa auf. Die griechischen Geschichtsschreiber Diodoros und Polybios nannten sie «Keltoi» und «Galatai», der Römer Plinius bezeichnete sie als «Celtai» und «Galli».

In der Schweiz entstand zwischen Jura und Alpen, Bodensee und Genfersee ein bedeutendes Zentrum keltischer Kultur: die La Tène-Kultur der jüngeren Eisenzeit, von 400–58 v. Chr. (dem Sieg der Römer über die Helvetier bei Bibracte).

Die Kelten sind das erste europäische «Eisenvolk». Sie schmiedeten als erste Sensen (als Verbesserung der bronzenen Sicheln), Pflugscharen, Reifen um die Wagenräder und Waffen aus Eisen. Schon die Bronzewerkzeuge hatten die Arbeit beschleunigt, um so mehr nun die neuen eisernen. Es wurde möglich, über den Eigenbedarf hinaus zu produzieren und Handel zu treiben. Helvetische Hirtensippen entwickelten sich zu Alpenbewohnern. Sie siedelten auch in den höher gelegenen Tälern und überschritten einige der Pässe. Ihre einstige Abwanderungsrouten vom Schwarzen Meer her, der Donau entlang nach Mittel- und Westeuropa, ergab nun die Handelsverbindung zum Orient. Durch Warenaustausch sind sicher auch fremde Pflanzen eingeschleppt worden, z. B. Schlafmohn (*Papaver somniferum*), Linse (*Lens esculenta*), Erbse

(*Pisum sativum*), Saubohne (*Vicia faba*), wenn die Auswanderer sie damals nicht schon als eigene Kulturpflanzen mitgebracht hatten.

Im 5. nachchristlichen Jahrhundert begann die grosse Völkerwanderung der germanischen Stämme aus dem Norden nach Süden. Beim Verlassen der südrussischen Steppen waren sie einst den Flussläufen entlang nach Norden gewandert in den Raum der Ost- und Nordsee (Skandinavien). Die Alemannen überwältigten die Römer am Rhein und drangen in die Nord- und Mittelschweiz ein, die Burgunder zogen in die Westschweiz und vermischten sich mit den dort noch ansässigen Kelten.

Im 8. und 9. Jahrhundert wanderten dann Alemannenstämme über Grimsel, Lötschenpass und Gemmi ins Wallis. Dort gerieten sie in Konflikt mit der keltoromanischen Bevölkerung. Sie wurden in die unwirtlicheren Nebentäler und höheren Lagen im Oberwallis zurückgedrängt, wo sie als Bergbauern und Viehzüchter ihre Existenz fanden. Bei volkskundlichen Studien über die Walser im Lötschental, Oberwallis, Urserental und Graubünden trifft man wieder auf das alemannische Erbe. Die Bergbewohner nutzten die montanen und alpinen Arten der im Volk bekannten Heilkräuter.

Kelten und Germanen verehrten die Sonne als Lichtspender für alles Leben. Der Sonnenaufgang und der Sonnenuntergang begrenzten den Tag und das Walten der Lichtgötter. In der Nacht herrschten die finsternen, unguten Mächte. Sommer- und Wintersonnwende (Solstitien: 21. Juni, 23. Dezember) waren wichtige Ereignisse des Jahres. Die Daten der Tag- und Nachtgleiche (Aequinoktien: ca. 21. März und ca. 23. September) bei Frühlings- und Herbstbeginn wurden besonders beachtet wegen der beängstigenden Stürme, die sie oft begleiten. Das Christentum musste die heidnischen Daten übernehmen, weil sie im Volk so stark verwurzelt waren:

Ostern von «ostar» = Osten, «Ostara», einer germanischen Frühlingsgöttin.

Gründonnerstag: der «Donars-Tag» ist ein Relikt des Donar-Kultes im Frühjahr; man ass Kohl mit neun Frühlingskräutern, z. B.:

Kohl (*Brassica oleracea*) «haidnischkol», er wurde kultiviert und eingemacht.

Bärlauch (*Allium ursinum*) «rams, ramser» (ahd. = althochdeutsch; Frühmittelalter), «kramo» (keltisch) (s. später: Krautgarten).

Huflattich (*Tussilago farfara*), «rosshueb», «callio-marcus» (gälisch-kelt.), «pav-marc'h» (bretonisch-kelt.), ist ein altes Hustenmittel der Kelten; die Pflanze wurde getrocknet und angezündet, den Rauch zog man durch ein Schilfrohr ein; mit frischen Blättern machten Kelten und Germanen Wundverbände.

Brennessel (*Urtica dioica*), «nezzila, netalan» (ahd.), «linad» (breton.). Ihre Fasern wurden gesponnen und zu Stoffen verwoben, ihr Brennen machte sie zu apotropäischen Pflanzen, die vor bösen Geistern schützten. Die jungen Blätter werden noch heute gegessen.

Ampfer (*Rumex*, div. sp.), «ampra» (ahd.), «trechon» (breton.).

Hirtentäschel (*Capsella bursa-pastoris*), «Pwrs y Bugail» (cymrisch-kelt.).

Sauerklee (*Oxalis acetosella*), «gauchlök», «gauches ampfera», «Kuckeslouch», half gegen Mundfäule, übelnde Wunden, Fieber.

Scharbockskraut (*Ranunculus ficaria*), «fic-, vicwurtz», «louzaouenn an daroued» (breton.), Heilkraut bei Warzen und Hautausschlägen. Scharbock ist eine Verballhornung von Skorbut.

Kressen; es kann sich handeln um: Wiesenschaumkraut (*Cardamine pratensis*); Bitteres Schaumkraut (*Cardamine amara*); Bachbunge (*Veronica beccabunga*), «beccabunga» ist latinisiert aus «becke» = Bach und «bunge» = Zwiebel, Knolle; oder um Brunnenkresse (*Nasturtium officinale*), «cresso» (ahd.), «beruro» (kelt.), wird zu franz. «berle». Was im Quell- und Brunnenwasser wuchs, galt als heilkräftig, Quellen waren den Indogermanen heilig. Sie assen Kresse als blutreinigenden Salat, weil sie diuretisch und purgierend wirkt.

Auffahrt: Himmelfahrt Christi, ist gleichfalls auf einen Donars-Tag gesetzt. Die an diesem Tag gesammelten Kräuter waren besonders heilkräftig.

Pfingsten: Wenn der Holderbusch zu blühen begann, feierten die Indogermanen den Sommeranfang mit einem Fruchtbarkeitsfest, den heutigen Pfingsten. Die Pfingstochsen ersetzten die ursprünglichen Menschenopfer. Die Kelten bekränzten ihre Opfertiere mit Eisenkraut (*Verbena officinalis*), Wermuth (*Artemisia* sp.) und Hartheu (*Hypericum perforatum*).

Johannisfest: die christianisierte Sommersonnwende, «mi-été» der Älp-ler, stand ursprünglich im Zusammenhang mit der Sonnenverehrung, daher die Sitte der Feuer. Sie gab im Lauf der Zeiten Anlass zu magischen, apotropäischen Handlungen. Man sammelte vor Sonnenaufgang neun Heilkräuter; diese wurden zu einem «Johannisbusch» gebunden, durch den Feuerrauch gezogen und dienten ein Jahr lang als Schutz gegen Zauberkräfte und als Heilmittel für Mensch und Tier. Feuer und Rauch waren eine magische Reinigung. Als Johanniskräuter sind bekannt:

Johanniskraut (*Hypericum perforatum*) «harthew», «fuga demonum», «sola regia», «welthopfe»; die vielen Namen bezeugen die grosse Bedeutung der Pflanze. Auch die Germanen bekränzten ihre Opfertiere mit ihr; gelb war die Todesfarbe. Sie ist heute noch eine beliebte Wundheilpflanze.

Beifuss (*Artemisia vulgaris*) «biboz» (ahd.); «mugwurtz» vom kelt. «mic-glo» (= wärmen), «huelenn-wenn» (breton.); wurde als Wurmmittel genutzt, schützte bei Geburten Mensch und Vieh vor böswilligem Zauber.

Rainfarn (*Tanacetum vulgare*), «reinefano» (germanisch), «arwaz» (breton.), diente hauptsächlich als Abortivum.

Dost (*Origanum vulgare*), «dost» (german.), Zauber-Abwehr.

Königskerze (*Verbascum* sp.), «himmelprant» (ahd.), «gore-wenn» (breton.), «Sant-Johanniskerze»; wirkte apotropäisch, heilt speziell Brandwunden, Husten und Bronchitis (ist eine der «sieben pectoralen Pflanzen»).

Spierstaude (*Filipendula ulmaria*), «rouannez-ar-foenn» (bret.), «reine des prés» (franz.); keltische Allheil- und Zauberpflanze. Ihre Blüten warf man in die Sonnwendfeuer. Die knolligen Wurzeln dienten auch als Nahrung.

Eisenkraut (*Verbena officinalis*), «isena» (ahd.), «kroazig» (bret., = kleines Kreuzlein); Allheilmittel der Kelten und Germanen.

Baldrian (*Valeriana officinalis*), «dennemarcha» (ahd.); der Name ist nicht sicher erklärbar. (Weitere Angaben siehe unter «Heilpflanzenbeete».)

Wegwarte (*Cichorium intybus*), «sunnenwirbel», «himmellouch», germani-

sche Zauberpflanze, brachte Liebesglück, wenn sie weiss blühte; Heilpflanze bei Fieber, Leber- und Milzleiden, Wurmmittel. Auch Nahrungspflanze.

Bittersüss (*Solanum dulcamara*), «himmelprant» (ahd.), «sanab» (breton.); weiteres siehe unter «Heilpflanzenbeete».

Gundelrebe (*Glechoma hederacea*), «gundrawe», «gund» (ahd.) bedeutet «Kampf». Stark riechend vertreibt sie böse Geister. Volksheilmittel bei Husten und Bronchitis. Stimulans bei Magen-Darm-Störungen.

Attich (*Sambucus ebulus*), keltische Sonnwendpflanze; Zweige ins Feuer geworfen vertrieben die Unwetter. – Diureticum.

Wohl-verleih (*Arnica montana*), galt bei den Germanen als Sonnwendkraut und «Mutterwurtz» bei Bresten der Gebärmutter. Panazee (Allheilmittel) in der Volksmedizin.

Der «Sonnwendgürtel», christianisiert «Johannissgürtel», am Johannis-tag um den Leib getragen und abends in das Feuer geworfen, nahm alle Bresten des Jahres mit. Solche Gürtel bestanden aus:

Bärlapp (*Lycopodium*arten oder *Huperzia selago*),

Beifuss (*Artemisia vulgaris*),

Gundelrebe (*Glechoma hederacea*), franz. «courroie de Saint-Jean».

Die meisten «Apotropäen», Abwehrmittel von Zauber und Unheil, sind Bestandteile einstiger Opfergaben: Pflanzen, die zu Kränzen und Girlanden gewunden als beschwichtigender Schmuck der Opfertiere, heiliger Bäume, Kultstätten oder Gräber gedient hatten. Dies wird auch der ursprüngliche Sinn der «Donnerkräuter» sein, die dem hammerwerfenden Gott Donar (Thor) gewidmet, speziell vor Blitzeinschlägen schützen sollten:

Donnerrebe (Gundelrebe, *Glechoma hederacea*),

Donnerbart (Hauswurz, *Sempervivum tectorum*),

Donnerbesen (Mistel, *Viscum album*),

Donnerbesen (Besenginster, *Cytisus scoparius*),

Donnerkraut (Wasserdost, *Eupatorium cannabinum*),

Donnernessel (Brennnessel, *Urtica dioica*),

Donnerdistel (*Eryngium* oder *Carlina*).

Weihnacht: Die «Wihinächte», heiligen Nächte der Wintersonnwende, Zeit längster Dunkelheit und häufiger Stürme, gaben wiederum Anlass, die bösen Geister und Götter der Finsternis zu beschwören. Das berühmte Mistelherabholen der keltischen Druiden wird in diese Zeit gesetzt. Tatsächlich sammelt man die Mistel am besten im Winter; sie ist heute noch offizinell. Zusammen mit der gleichfalls immergrünen und offizinellen Stechpalme (*Ilex aquifolium*) wurde sie zum «Glückssymbol» während der Weihnachtszeit in den einst keltischen Ländern: England, Irland, Schottland.

In der keltischen Priesterkaste der Druiden standen die «Ovaten» im zweithöchsten Rang. Sie vollzogen die Opferriten und waren Seher und Ärzte. Ihre Kenntnisse in Natur- und Heilkunde gaben sie mündlich in Lehrgedichten an ihre Schüler weiter. Es waren auch Frauen unter ihnen. Erst nach der Bekehrung zum Christentum begannen einige ihr Wissen aufzuschreiben. In dieser Zeit, unter römischer Herrschaft, kannten sie bereits die Schriften griechischer und römischer Ärzte.

Bei den Germanen waren es Frauen, die «Walen», die «weisen Frauen» (heute noch im franz. Ausdruck «sages-femmes» für Hebammen enthalten), welche die Heilkunst ausübten und als Seherinnen die Geschicke ihres Stammes beeinflussten.

Bei beiden Völkern gab es Heilpflanzenbeete neben den Wohnhäusern: «lubigortos» (ahd.), «lubi» = Gift. Sie kannten giftige Pflanzen, die sie zu nutzen wussten. Daneben pflegten sie in Krautgärten Nahrungs- und einige Faser- wie Färbepflanzen. Aus Grabbeigaben von getrockneten Früchten, Nüssen und Wurzeln, die den Toten als Reiseproviant mitgegeben worden waren, lassen sich Schlüsse über ihre Ernährung ziehen. Es wurden aber auch Bestandteile von Heilkräutern gefunden und Samen von Nutzpflanzen, was eindeutig auf eine Gartenhaltung hinweist. Durch solche Beigaben sollte diese auch im Jenseits ermöglicht werden.

Bilsenkraut (*Hyoscyamus niger*), «bilsen» (ahd.), «louzaouenn-ar-c'housked» (= Schlafkraut, breton.). Die Gallier nannten es «belenuntia» nach dem Gott Belenos, einem Sonnen- und Heilgott. Die Druiden mischten Bilsenkraut in ihre Kultränke, um in Trance zu geraten. Die ganze Pflanze ist giftig und diente als Betäubungs- und Einschläferungsmittel.

Nachtschatten (*Solanum nigrum*), «albkraut», «drusewurtz», «nachtshade», das Kraut der Skadhi, einer nächtlicherweile reitenden Tochter des Thor.

Bittersüss (*Solanum dulcamara*), auch «Hirschkraut», der Name weist auf das den Kelten heilige Tier. Beide Nachtschattengewächse sind giftig und dienen als Betäubungsmittel. – Die Germanen linderten Schmerzen mit beiden Arten, die Kelten kannten eher das Bittersüss.

Seidelbast (*Daphne mezereum*), «Zieland, Wielandbeere», dem germanischen Gott Ziu = Tyr gewidmet, einem Kriegsgott, vergleichbar dem römischen Gott Mars; nach ihnen heissen franz. «mardi», engl. «Tuesday», dt. «Dienstag», Dialekt «Zyschdig». Die Pflanze erinnert auch an Wieland, den Schmied der Heldensagen. Der Bast ist apotropäisch; böse Geister fliehen alles, «was bindet». Die Beeren sind sehr giftig; die Rinde färbt gelb.

Immergrün (*Vinca minor*), «singruon» (ahd.), «sîn» = sein, bleiben; Zauberpflanze und Heilpflanze der Germanen, sie schützte die Jungfräulichkeit, wirkte blutstillend und abortiv.

Baldrian (*Valeriana officinalis*, s.o.), «Wielandswurtz», wiederum nach Wieland, dem Schmied, der auch Arzt war. Baldrian, mit Dost zusammengebunden über Haus- und Stalltüren gehängt, vertrieb durch seinen starken Geruch die bösen Geister. Heute noch Beruhigungsmittel.

Echter Speik (*Valeriana celtica*), «spica gallica», «hirzes gewege». Die Römer bezogen ihn mit «resina gallica» (Lärchenharz) von den Galliern als Heilmittel gegen Krämpfe und als köstliches Parfüm.

Gelber Enzian (*Gentiana lutea*), hiess bei den Römern «aloe gallica», eine andere Droge der Gallier; sie diente als billiger Ersatz für die echte Aloe aus Afrika und Arabien.

Betonie (*Betonica officinalis*), «betonia» (ahd.), «betonig» (breton.), «vetonica» nach dem Stamm der Vettonier in Spanien (laut Plinius), ist eine keltische und germanische Wundheilpflanze. Sie wirkt emetisch und purgierend.

Storcheschnabel (*Geranium robertianum* und *G. sanguineum*), «storkesna-bel» (ahd.); Allheilmittel der Germanen, vor allem für Wunden. Die Wurzeln sind essbar.

Hirschzunge (*Phyllitis scolopendrium*), «hirzeszunga» (ahd.), «herba cel-tica» (röm.), «teod-karv» (= Hirschzunge, breton.), «Milzfarn»; die vielen Namen sind Hinweis auf die Wichtigkeit der Pflanze. Die Kelten nutzten sie als Mittel bei Brust- und Milzleiden, auch gegen Schlangenbiss.

Bärwurz (*Meum athamanticum*), «berwurtz», «Mutterwurz», verbreitet in den einst keltischen Gebieten der Alpen. Meumwurzel gekaut wirkt stimulierend und täuscht über Hungergefühl hinweg. In der Volksmedizin wird sie zum appetitanregenden und verdauungsfördernden Schnaps. Bärwurz soll den Gebärenden als Bettstroh untergelegt geholfen haben, daher der Name.

Meisterwurz (*Peucedanum ostruthium*), «härstrenga» (ahd.), germanische Wundheilpflanze. In der Volksmedizin wird «Astränz» zur Allheilpflanze für Mensch und Vieh. Die Walser kultivierten sie in ihren Gärten.

Die Kelten und Germanen richteten sich bei allen landwirtschaftlichen Arbeiten wie Säen, Pflanzen, Sammeln, Ernten und Holzschlagen nach dem Mond. Die Mondgottheit schickte den Tau und beeinflusste alles Wachstum, aber auch Tod und Wiedergeburt.

Im indogermanischen Krautgarten wuchsen u. a.:

Bärlauch (*Allium ursinum*, s. a. oben), «kremo, kramo» (kelt.); eines der Frühlingskräuter, gehört zu den ältesten in Gärten gezogenen Nahrungspflanzen und wird mit dem Bär in Verbindung gebracht, der ein germanisches «Seelentier» (Totem) ist. – Laucharten galten bei Germanen und Griechen als den kriegerischen Mut fördernd (vielleicht daher der Bär?).

Lauch (*Allium porrum*), «lough» (ahd.), «laukr» (altnordisch); er stand sehr in Ehren. Die germanischen Heldengestalten wurden mit ihm verglichen, weil er schlank, aufrecht und saftig ist!

Mohrrübe, Möhre (*Daucus carota*), «moraha, morach» (ahd.), eine der ältesten kultivierten Nahrungspflanzen; ihre Wurzeln und vor allem die Samen dienten Heilzwecken (Frauenbeschwerden).

Ampfer (*Rumex acetosella*), «ampra», wurde als Gemüse kultiviert. Die Alemannen streckten mit den mehligten Samen ihr Brotmehl; das Kraut wirkt auch purgativ.

Guter Heinrich (*Chenopodium bonus-henricus*) aus der Gänsefussfamilie fällt durch seinen Namen besonders auf: die Kobolde hatten Gänsefüsse und hiessen oft «Heinz», daher auch der Ausdruck «Heinzelmännchen». Sie waren hilfreiche Kobolde. In gedanklicher Übertragung erhielt auch die Pflanze diesen sympathischen Namen, den sie in vielen europäischen Sprachen immer noch trägt: «Heinerli» (Solothurn, Graubünden), «Bon Henri» (Franz. Schweiz, Frankreich), «Buon-Enrico» (Tessin, Italien), «Good King Henry» (England).

Garten und Hofstatt waren von einem Lebhag aus dornigen Sträuchern umgeben, der die wilden Tiere abhielt. Die Einfriedungssträucher schützten nicht nur den Hof nach aussen, sondern auch den Fremdling, der von aussen

hereinkam. Innerhalb der Hecke war «Friede», das Gastrecht galt als heilige Pflicht. Solche Einfriedungssträucher waren:

Weissdorn (*Crataegus monogyna* und *laevigata*), «hagdorn» (ahd.). «skvi-jat» (kelt.); er wird auch neben Haus und Stall gepflanzt, um vor Verzauberung zu schützen. Seine Früchte sind uralte Nahrung und Mittel bei Stein- und Blasenleiden.

Schwarzdorn (*Prunus spinosa*), «slêha» (ahd.); Funde von Früchten kennt man bereits aus neolithischen Siedlungen der Schweiz. Über dem Feuer gedörzt wurden sie geniessbar und konnten als Vorrat gehalten werden.

Hunds-, Hagrose (*Rosa canina*), «hagen, hyffa» (ahd.), «ros-ki» (= Hundsrose, breton.); gehört gleichfalls zu den ältesten Früchten, die gedörzt haltbar waren.

Kreuzdorn (*Rhamnus catharticus*), «hagedorn» (ahd.), »rhafnwydden» (cymrisch-kelt.). Die Beeren waren nur als Purgiermittel in Gebrauch; wirkten auch diuretisch (leicht giftig!).

War ein Zaun als Einfriedung errichtet, sammelten sich von selbst Zaungäste, meist stickstoffliebende Pflanzen wie die schon erwähnten Ampfer, Gänsefussarten und Brennesseln oder auch Melden (*Atriplex* sp.). Sie wurden geschont und schliesslich als Nahrungs- und Futterpflanzen angebaut. Häufig trat auch die Zaunrübe (*Bryonia alba* und *dioica*) auf, «wild curwiz», «stickwurtz», «Gichtrübe». Man respektierte sie als Schutz gegen Verzaubertwerden und gegen Unwetter, ausserdem diente sie als Drasticum und Gichtheilmittel (giftig!).

Auf Dächern, Torpfosten oder Brunnenstöcken hat sich bis auf den heutigen Tag die Hauswurz (*Sempervivum tectorum*) gehalten, «huswurtz» (ahd.), «tonerburz», «dachwurtz»; als «Donnersbart» wehrte sie den Blitz ab. Der Saft ihrer Blätter heilt Wunden. Frühlingsgemüse wurde mit ihren jungen Blättern gewürzt. Die Bergbauern gaben dem Vieh im Frühling beim ersten Weidgang drei Blättlein davon zu fressen, damit sie wohlbehalten in den Stall zurückfanden.

Als indogermanischer «Lebensbaum» beschützte der Holder (*Sambucus nigra*), «holuntar, holar» (ahd.), «skav» (breton.), Haus, Hof und Stall vor bösen Mächten, weil er von einem Hausgeist bewohnt war; es gebührte sich, ihn respektvoll zu grüssen. Als Fruchtbaum war er Symbol für Kindersegen. Tee aus Blüten wirkt fiebersenkend; die Beeren dienten gedörzt als Vorrat. – Bei der Bergbevölkerung nimmt häufig der Vogelbeerbaum (*Sorbus aucuparia*) die Stelle des Schutzbaumes ein. Er war dem Donar gewidmet und wehrte Blitz und «Lintwürmer» ab («lint» = Wasser, kelt.; also Rufen und Lawinen).

Bei allen indoeuropäischen Völkern ist der Baumkult zu finden, heilige Bäume, den Göttern geweiht. Bäume wie Sträucher waren von Baumgeistern bewohnt (z. B. Dryaden der Griechen), die den Menschen hilfreich gesinnt sein konnten, wenn ihnen Ehrfurcht bezeugt wurde. In Sagen und Märchen leben sie fort, z. B. das hilfreiche Bäumchen des Aschenbrödels. – Immergrüne Bäume bewiesen ewiges Leben, es sind die «Lebensbäume», die heute noch als Auferstehungssymbole in Friedhöfen gepflanzt werden:

Stechpalme (*Ilex aquifolium*), «aich».

Eibe (*Taxus baccata*), «ivo» (kelt.), «iwa» (ahd.).

Wacholder (*Juniperus communis*), «chranawito» (ahd.); er ist wie der Holder von «Truden» bewohnt, sein Rauch vertrieb Schlangen und Pestilenz.

Auffallend viele Heilmittel der Kelten und Germanen stammen von Bäumen und Sträuchern. Ihre Blüten, Blätter, Früchte und Rinden boten fast alles, was die Menschen nötig hatten: Nahrung, Heilung, Kleidung, Hausrat, Baumaterial, Waffen und Werkzeug.

Eiche (*Quercus robur* und *Q. petraea*), «eich» (ahd.), «derv» (gälisch), wichtigster Baum der Indogermanen, vermutlich weil er «tausendjährig» werden kann und Urnahrung für Mensch und Tier bot. Daher ist alles, was auf und um die Eiche wuchs, ebenfalls heilkräftig: Moose, Flechten, Farne, selbst Regenwasser in den Stammhöhlungen.

– Mistel (*Viscum album*), «mistil» (ahd.), «uchelwydd» (cymr.), «uhelvarr» (breton.). Sie wirkt blutdrucksenkend und ist offizinell.

– Efeu (*Hedera helix*), «ebehewi, ebheu» (ahd.), «p'edenno» (kelt.) (bedeutet «fussumschlingend»), «fouliar» (breton.). Husten- und Wundheilmittel. Efeuranken schützten Kleinkinder und Tiere vor Verzauberung.

– Engelsüss (*Polypodium vulgare*), «eichfarn» (ahd.), wirkt diuretisch, purgativ und als Wurmmittel. Die Wurzeln sind essbar.

Linde (*Tilia platyphyllos* und *T. cordata*), «linta» (ahd.), «leima» (nordkelt.), «lime» (engl.); häufig bei einstigen Kultstätten, bei Brunnen, auf Dorfplätzen oft als Gerichtslinden. Lindenblüten dienen als Heilmittel und sind eine ausgezeichnete Bienenweide. Aus dem leichten Holz fertigten die Krieger ihre Schilde. Lindenbast «band» die Dämonen.

Birke (*Betula pendula* oder *B. pubescens*), «bircha» (ahd.), «betvâ» (nordkelt.), «betulla» (gallisch-kelt.). Birkensaft und Birkenwein sind uralte Medizin, Birkenteer wurde zu Heilsalben verwendet, Birkenrinde und -bast zu Bekleidung und Hausrat.

Erle (*Alnus glutinosa*, evtl. *incana*), «erila» (ahd.), «gwern» (breton.); ein Erlenkranz, am Gebäude aufgehängt, bewahrte vor Blitzeinschlag. Blätter wurden bei Hämatomen als Umschlag verwendet, Erlenasche und -kohle waren Heilmittel für Mensch und Tier. – Asche und Kohle sind uralte Heilmittel, ursprünglich Reste von Opfergaben, die mit aromatischen Hölzern zur Beschwichtigung der Götter verbrannt worden waren.

Ebereschenarten (*Sorbus* div. sp.) sind alte germanische Fruchtbäume, somit wiederum Lebensbäume, symbolisch für Fruchtbarkeit. Ihre Früchte, durch Dörren und Rösten essbar und haltbar gemacht, ergaben Vorrat für den Winter. Zu Mehl gerieben halfen sie in Notzeiten das Brotmehl strecken. Sie sind auch heilsam bei Durchfall: Vogelbeere (*Sorbus aucuparia*), Mehlbeere (*Sorbus aria*), Elsbeere (*Sorbus torminalis*), Speierling (*Sorbus domestica*).

Weide (*Salix alba, purpurea* und *viminalis*), «saliks» (kelt.); die Behausungen und Befestigungen der Kelten waren grösstenteils aus Weidengeflecht. Das franz. Wort «bâtir» stammt vom Wort «Bast» ab. Aus Weidenrinden und Zweigen entstanden Körbe. Weidenblätter und Samen heilten Husten, Ohrenschmerz und Kolik.

Rotbuche (*Fagus silvatica*), «buocha» (ahd.); Bucheckern sind Urnahrung, es liess sich auch Öl aus ihnen pressen. Wie Eicheln waren sie Schweinemast

(Waldweide). «Runen» (germanische Geheimschriftzeichen) wurden in Buchenstäbe geschnitten, daher unser Wort «Buchstabe».

Hasel (*Corylus avellana*), «hasla» (ahd.), «koslo» (kelt.); der irische Name Mac Cuill (= Sohn der Hasel) zeigt die Verbundenheit der Kelten mit Bäumen. In «cuill» steckt das lateinische «corylus». Haselnüsse sind gleichfalls Urnahrung und Öllieferanten. In neolithischen Gräbern der Schweiz fand man Haselnüsse als Wegzehrung ins Jenseits. Haselzweige, vor Sonnenaufgang geschnitten, bewahrten vor Verzauberung und hatten selbst Zauberkraft.

Esche (*Fraxinus excelsior*), «asch» (ahd.), «osna, onnâ» (kelt.), «ash» (engl.); heiliger Baum der Kelten und Germanen. «Yggdrasil», der «Weltbaum» aus der Edda (altnordische Dichtung), soll eine Esche gewesen sein. Kelten und Germanen fertigten ihre Speere aus Eschenholz. Die gekochten Blätter sind leicht diuretisch und purgierend, auch ein Mittel gegen Gicht. Zu Mehl geriebene Blätter und Samen ergaben Zusatznahrung.

Verständlicherweise galten gute Nahrungspflanzen auch als heilkräftig. Sie stillten den Hunger, der Mensch verspürte wieder Kraft und neuen Mut. Besonders wichtig war die Zeugungskraft, sie bedeutete Gesundheit und Kindersegen, was die Sippe erhielt. Ein Menschenleben dauerte nicht sehr lang. Die Kelten brachten den Stammeskönig um, wenn er nicht mehr zeugungsfähig war. Der Glaube an die Seelenwanderung nimmt dieser Sitte etwas von ihrer Grausamkeit. Bereits in vorgeschichtlicher Zeit waren Pflanzen, die Stärke (Amylum), Zucker (Saccharose) und Fette oder Öle enthielten, erkannt und gezüchtet worden.

Hirse (*Panicum miliaceum*) dürfte die älteste Körnerfrucht der Indogermanen gewesen sein. «Hirsewasser» war Allheilmittel bei fiebrigen Krankheiten. Hirsebrei oder Hirsekuchen sind den Fruchtbarkeitsgöttern geopfert worden.

Gerste (*Hordeum vulgare*) ist, wie Hafer, eine wichtige keltische Nahrungs- und Heilpflanze. Man ass sie ursprünglich ungemahlen, nur geröstet. Gerstenmehl, mit Lerchen-, Fichten- oder Kiefernharz (der «resina gallica») vermengt, war eine geschätzte Heilsalbe.

Hafer (*Avena sativa*), «korkjo» (kelt.), «kerc'h» (breton.) wurde unentbehrlich für die Pferdezucht. Er ist in Europa seit der Bronzezeit nachweisbar (vermutlich zuerst als «Unkraut» mit Gerste und Weizen hereingekommen), erste Funde stammen ausschliesslich aus keltischem Boden. Heute noch sind Gersten- und Haferschleimsuppen die bekömmlichste Stärkung für Kranke.

Dinkel, Zweikorn, Spelz (*Triticum spelta*), «arinca» (kelt.); die Kelten bauten ihn im heutigen Südwestdeutschland und in der Schweiz an, nicht nur als Brotgetreide, sondern ebenfalls zu Heilzwecken. Es wird speziell erwähnt, dass die Ovaten Dinkel in diesem Sinn verwendeten.

Beim Zubereiten der Wintervorräte (Dörren, Rösten von Blättern, Früchten, Gräsern und Wurzeln usw.) kam man auf den Gedanken, diese gleiche Technik auch auf Heilpflanzen anzuwenden.

Ein Erbstück aus alten Zeiten sind die volkstümlichen Masse für Heilmittel:

«eine halbe Haselnusschale voll»,

«eine Walnusschale voll» (Walnüsse wurden im Frühmittelalter noch importiert),

«die Grösse oder das Gewicht einer Eichel, eines Tauben-, Hühner-, Gänse- oder Schwaneneis».

Die Zahlen 3 und 9 spielten bei den Kelten und Germanen eine hervorragende Rolle im magischen Bereich des Heilens:

- «dreimaliges Einnehmen eines Mittels»
- «drei oder neun Kräuter zu einem Heiltrank»
- «neun Kräuter im Sonnenwendbusch»
- «eine Behandlung neun Tage lang durchführen» usw.

In der Edda werden neun heilkundige Jungfrauen genannt.

Aus den alten Namen lässt sich vieles ablesen, sie verraten auch die Pflanzen der Kelten und Germanen. Vorsilben wie «walch-», «wälsch-» deuten auf die Kelten (engl. «welsh» für walisisch, cymrisch). «Donner-» und «Zie-» weisen auf die germanischen Götter «Donar» und «Ziu». «Egilkraut» (*Lysimachia nummularia*) heisst nach «Egil», dem nordischen Tell. «Haidnisch» bezeichnet Pflanzen, deren Anwendung seit urdenklichen Zeiten im Volk von Generation zu Generation weitergelehrt worden ist. Der Ausdruck kann sich nicht nur auf die Indogermanen, sondern gelegentlich auch auf die Sarazenen beziehen.

«Haidnisch Wundkräuter» hiessen:

Wundklee (*Anthyllis vulneraria*), bei Geschwüren, Schlangenbiss, auch apotropäisch für Vieh.

Wasserdost (*Eupatorium cannabinum*), «hirzwundkraut», «hirzklee», gegen Fieber und gegen Skorbut, diuretisch.

Gamander (*Teucrium scorodonia*), «Waldsalbei», gegen Blutungen; wurde vor dem Hopfen auch als Bitterstoff zum Bierbrauen verwendet.

Habichtskraut (*Hieracium pilosella*), «Wundlattich»; mit *Artemisia* zusammen als Wundheiltrank verabreicht.

Alpendost (*Adenostyles alliariae*), «Schisschrut», weil das Kraut bei Kuhfladen wächst; man wusch die Wunden mit einer Abkochung der Blätter aus. Sein starker Geruch galt als Dämonenabwehr. Im Stall aufgehängt, verhinderte er das Behexen der Milch und der kalbernden Kuh.

Die Vorsilben «Bär-» und «Wolf-» in Pflanzennamen weisen auf germanische Herkunft. Bär und Wolf sind germanische «Seelentiere». «Eber-» und «Hirsch-» (heilige Tiere der Kelten) deuten auf keltischen Ursprung der Namen. Nach indogermanischem Glauben waren Tierseelen imstande, in Pflanzen oder auch in Menschen überzugehen. Es war nicht ratsam, Missbrauch mit Tieren oder Pflanzen zu treiben.

In den Kloostergärten erhielten die Pflanzen der Heiden Namen von christlichen Heiligen, oder sie wurden Maria gewidmet. Aus dem «haidnisch Wundkraut» (*Anthyllis*) entstand «Unser Frauen Schuh»; der «hirzklee» wird zum Kunigundenkraut.

Das Wiesel/Hermelin und die Schlange sind «elbische Tiere»; sie kamen aus dem Erdinneren, dem Reich der Elben, Alben. Das Hermelin soll seine Wunden mit Wegerich (*Plantago*) heilen, weshalb er auch «Hermelkraut» hiess. Die Hirten hatten am meisten Gelegenheit, die Tiere, ihre eigenen und die wilden,

zu beobachten. Ihre Erfahrungen sammelten sich im Lauf der Jahrhunderte und brachten Kenntnisse über milchfördernde, blutstillende, purgierende, digestive und nicht zuletzt giftige Pflanzen in die Volksmedizin ein. Die Sorge um das eigene Wohlergehen hatten sie auch auf die Tiere übertragen.

Einige alte Hirtenheilpflanzen sind:

Wegerich (*Plantago major* und *P. media*), «wegarik» (ahd.), «läkeblad» (= Heilblatt, altnordisch), «thadion» (gallisch), «hedledan» (breton.); mit ihren Herdentieren verbreiteten die Hirten den «Wegetritt», d. h. der Samen verschleppte sich per Fusstritt. Gesammelte Samen halfen das Brotgetreide strecken, später dienten sie als Vogelfutter. Die Blätter ergaben ein Wundpflaster, der Saft ein Digestivum.

Salzbunge (*Samolus valerandi*), «samolus» gehört zu den überlieferten Druidenpflanzen; er wurde zu den «Kressen» gereiht, weil er im herabtropfen- den Wasser wächst. Seinen Saft gaben die Hirten den kranken Schweinen und Rindern zu trinken.

Kreuzenzian (*Gentiana cruciata*), «madelger» (mhd.); Wundheilpflanze der Germanen, «madel» sind die Maden, die in den Wunden aufkamen; «ger» ist der Spiess, die Pflanze heisst auch «Spiesskraut»; vermutlich verwendete man sie bei Stichwunden, die übelten. Für die Hirten war sie ein Mittel gegen den «Schelm» (Schweinepest).

Auch die Schmiede standen im Ruf, heilkundig zu sein. Bei Kelten wie Germanen genossen sie hohes Ansehen. Die Kelten begannen als erste, die Hufe ihrer Pferde zu beschlagen; daher bekamen die Schmiede mit den Tieren zu tun. Sie entwickelten eine besondere Geschicklichkeit im Behandeln von Verrenkungen und Knochenbrüchen, bald wussten sie mit Menschen so gut wie mit Tieren umzugehen. Man kann in ihnen die Vorläufer unserer Veterinäre und «Knochenschlosser» sehen. Den Schmieden sei abschliessend das geheimnisvolle Eisenkraut (*Verbena officinalis*) gewidmet, dieses uralte Heil- und Zauberkraut, das einst alle Übel vertrieb, auch die von bösen Geistern verursachten. Es hiess althochdeutsch «isarna» («is» = hart, zäh) und soll sogar mit seinem Saft das Härten von Eisen gefördert haben.

Zusammenstellung der erwähnten Heil-, Zauber- und Nutzpflanzen

Vorwiegend benutzt als H = Heilpflanze, Z = Zauberpflanze, N = Nutz- oder Nahrungspflanze, teilweise zu mehrfachen Zwecken verwendet.

<i>Adenostyles alliariae</i>	Alpendost	H Z
<i>Allium porrum</i>	Lauch	N
<i>Allium ursinum</i>	Bärlauch	N
<i>Alnus glutinosa/incana</i>	Schwarz-, Grauerle	H Z
<i>Anagallis arvensis</i>	Ackergauchheil	H
<i>Anthyllis vulneraria</i>	Wundklee	H
<i>Arnica montana</i>	Wohlverleih	H
<i>Artemisia absinthium</i>	Wermuth	H Z
<i>Artemisia vulgaris</i>	Beifuss	H Z
<i>Atriplex sp.</i>	Melde	N

<i>Avena sativa</i>	Hafer		N
<i>Betonica officinalis</i>	Betonie	H	
<i>Betula pendula/pubescens</i>	Hänge-, Moorbirke	H	N
<i>Brassica oleracea</i>	Kohl		N
<i>Bryonia alba/dioica</i>	Zaunrübe	H Z	
<i>Capsella bursa-pastoris</i>	Hirtentäschel	H	
<i>Cardamine amara</i>	Bitteres Schaumkraut		N
<i>Cardamine pratensis</i>	Wiesenschaumkraut		N
<i>Carlina acaulis</i>	Eberwurz, Silberdistel		Z
<i>Chenopodium album</i>	Weisser Gänsefuss		N
<i>Chenopodium bonus-henricus</i>	Guter Heinrich		N
<i>Cichorium intybus</i>	Wegwarte		Z N
<i>Corylus avellana</i>	Hasel		Z N
<i>Crataegus laevigata/monogyna</i>	Weissdorn	H Z	N
<i>Cytisus scoparius</i>	Besenginster	H Z	
<i>Daphne mezereum</i>	Seidelbast		Z
<i>Daucus carota</i>	Möhre	H	N
<i>Eryngium alpinum</i>	Mannstreu		Z
<i>Eupatorium cannabinum</i>	Wasserdost		Z
<i>Fagus silvatica</i>	Rotbuche		Z N
<i>Filipendula ulmaria</i>	Spierstaude	H Z	N
<i>Fraxinus excelsior</i>	Esche	H Z	
<i>Gentiana cruciata</i>	Kreuzenzian	H	
<i>Gentiana lutea</i>	Gelber Enzian	H	
<i>Geranium robertianum</i>	Storchschnabel, Ruprechtskraut	H	N
<i>Glechoma hederacea</i>	Gundelrebe	H Z	
<i>Hedera helix</i>	Efeu	H Z	
<i>Hieracium pilosella</i>	Langhaar. Habichtskraut	H	
<i>Hordeum vulgare</i>	Gerste	H	N
<i>Hyoscyamus niger</i>	Bilsenkraut	H Z	
<i>Hypericum perforatum</i>	Johanniskraut	H Z	
<i>Ilex aquifolium</i>	Stechpalme	H	
<i>Juniperus communis</i>	Wacholder	H Z	
<i>Lycopodium, Huperzia</i>	Bärlapp-Arten		Z
<i>Lysimachia nummularia</i>	Pfennigkraut	H	
<i>Meum athamanticum</i>	Bärwurz	H Z	
<i>Nasturtium officinale</i>	Brunnenkresse		N
<i>Origanum vulgare</i>	Dost		Z
<i>Oxalis acetosella</i>	Sauerklee	H	
<i>Panicum miliaceum</i>	Hirse	H	N
<i>Peucedanum ostruthium</i>	Meisterwurz	H Z	
<i>Phyllitis scolopendrium</i>	Hirschzunge	H	
<i>Plantago major/media</i>	Wegerich	H	N
<i>Polypodium vulgare</i>	Engelsüss	H	N
<i>Prunus spinosa</i>	Schwarzdorn		N
<i>Quercus robur/petraea</i>	Stiel-, Traubeneiche	H	N
<i>Ranunculus ficaria</i>	Scharbockskraut	H	

<i>Rhamnus catharticus</i>	Kreuzdorn	H	
<i>Rosa canina</i>	Hundsrose		N
<i>Rumex div. sp.</i>	Ampfer		N
<i>Salix alba/purpurea/viminalis</i>	Weiden	H	N
<i>Sambucus ebulus</i>	Attich	H Z	
<i>Sambucus nigra</i>	Holder, Holunder	H Z	N
<i>Samolus valerandi</i>	Salzbunge	H	
<i>Sempervivum tectorum</i>	Hauswurz	H Z	
<i>Solanum dulcamara</i>	Bittersüss	H	
<i>Solanum nigrum</i>	Nachtschatten	H	
<i>Sorbus aria</i>	Mehlbeere		N
<i>Sorbus aucuparia</i>	Vogelbeere	Z	N
<i>Sorbus domestica</i>	Speierling		N
<i>Sorbus torminalis</i>	Elsbeere		N
<i>Tanacetum vulgare</i>	Rainfarn	H	
<i>Taxus baccata</i>	Eibe		N
<i>Teucrium scorodonia</i>	Salbeiblättr. Gamander	H	N
<i>Tilia cordata/platyphyllos</i>	Winter-, Sommerlinde	H Z	
<i>Triticum spelta</i>	Dinkel, Spelz	H	N
<i>Tussilago farfara</i>	Huflattich	H	
<i>Urtica dioica</i>	Brennessel		Z N
<i>Valeriana celtica</i>	Speik	H	
<i>Valeriana officinalis</i>	Baldrian	H Z	
<i>Verbascum sp.</i>	Königskerze	H Z	
<i>Verbena officinalis</i>	Eisenkraut	H Z	
<i>Veronica beccabunga</i>	Bachbunge		N
<i>Vinca minor</i>	Immergrün	H Z	
<i>Viscum album</i>	Mistel	H Z	

Bibliographie

- 1946 BIRKET-SMITH, KAJ: Geschichte der Kultur, Zürich.
1937 BROCKMANN-JEROSCH, H.: Herkunft schweizerischer Kulturpflanzen, Berlin-Dahlem.
1985 DOUSSET, J. C.: Histoire des médicaments, Paris.
1856 DURHEIM, C. J.: Schweizerisches Pflanzen-Idiotikon, Berlin.
1935 ENGLERT, L.: Von altdeutscher Heilkunst, Leipzig.
1929 FISCHER, H.: Mittelalterliche Pflanzenkunde, München.
1975 FISCHER-FABIAN, S.: Die ersten Deutschen, Locarno.
1984 FURGER-GUNTI, A.: Die Helvetier, Zürich.
1975 HÉLIAS, P. J.: Le Cheval d'orgeuil, Paris.
1964 HEMON, ROPARZ: Dictionnaire Breton, Brest.
1975 HERM, G.: Die Kelten, Düsseldorf/Wien.
1978 HOFFMANN, D.: Welsh Herbal Medicine, Abercastell.
1888 HÖFLER, M.: Volksmedizinische Botanik der Kelten, Arch. für Geschichte d. Med., Bd. 5, Leipzig.
1908 HÖFLER, M.: Volksmedizinische Botanik der Germanen, Wien.
1988 JACQUAT, Chr.: Etude archéobotanique d'un village de bronze final. Soc. études et recherches préhist. «Les Eyzies», Bull. 37.
1986 JANSSEN, W.: Mittelalterliche Gartenkultur, in «Mensch und Umwelt im Mittelalter», Stuttgart.

- 1976 MARKALE, J.: Traditions de Bretagne, Verviers.
1909 MARZELL, H.: Über Zauberpflanzen in alter und neuer Zeit, Jena.
1913 MARZELL, H.: Tiere in deutschen Pflanzennamen, Heidelberg.
1922 MARZELL, H.: Die heimische Pflanzenwelt im Volksbrauch und Volksglauben. Leipzig.
1937– MARZELL, H.: Wörterbuch der deutschen Pflanzennamen, Leipzig/Stuttgart/Wiesbaden.
1979
1977 OSTERWALDER, Chr.: Die ersten Schweizer, Urzeit und Frühgeschichte Helvetiens, Bern.
1864 v. PERGER, K.: Deutsche Pflanzensagen, Stuttgart.
1959 POWELL, T. G. E.: Die Kelten, Köln.
1982 SCHMÖCKEL, R.: Die Hirten, die die Welt veränderten; der vorgeschichtliche Aufbruch der indoeuropäischen Völker, Hamburg.
1942 UEHLI, E.: Vorzeit der Schweiz, Zürich.
1860 WUTTKE, A.: Deutscher Volksaberglaube, Hamburg.

Adresse der Autorin:

Marilise Rieder, Heinrichsgasse 8, CH-4055 Basel

ZOBODAT - www.zobodat.at

Zoologisch-Botanische Datenbank/Zoological-Botanical Database

Digitale Literatur/Digital Literature

Zeitschrift/Journal: [Bauhinia](#)

Jahr/Year: 1988-1991

Band/Volume: [9](#)

Autor(en)/Author(s): Rieder Marilise

Artikel/Article: [Unsere Heilpflanzen aus keltischem und germanischem Erbe 191-204](#)