

Druidenstein

Magazin für Druidentum und Naturspiritualität



LUGHNASADH



CEREMONY OF
THE GATHERING OF BARDS
OVATIONS DRUIDS



Editorial

Die Ernte wird eingefahren, die Hausapotheke aufgefüllt, der Herbst ist nicht mehr weit, so langsam werden die Spinnräder wieder hervor geholt und abgestaubt.

Spinnen ist eine Kunst und Kunst kommt von können, so lehrte man es mich schon in der Ausbildung. Kunst kommt aber auch von Inspiration, Kreativität, die man umsetzen sollte, wenn man kann.

Über Kunst lässt sich auch streiten, wie jeder weiß.

Streiten könnte man aber auch über Götter. Wieder stehen wir vor einem Fest an dem die Götter mit vielen Namen geehrt werden, in englisch-sprachigen wird sogar John Barleycorn bedacht - ohne Malz kein wohlthuender Whisky - aber ob Lug oder Ra, Demeter oder Freya und noch viel mehr, im Grunde ist doch alles EINS.

Aus dem Buch Götter, Gräber und Gelehrte von C. W. Ceram entnahm ich das Zitat von Goethe:

„Es gibt keine patriotische Kunst und keine patriotische Wissenschaft. Beide gehören, wie alles Hohe Gute, der ganzen Welt an und können nur durch allgemeine freie Wechselwirkung aller zugleich Lebenden, in steter Rücksicht auf das, was uns vom Vergangenen übrig und bekannt ist, gefördert werden.“

Wie in freier Wechselwirkung ist wieder eine neue Ausgabe des Druidensteins entstanden und die Götter werden es mir nicht übel nehmen, wenn ich behaupte, daß unsere Zeitschrift einfach wieder göttlich geworden ist, Dank aller Beteiligten. Darüber lässt sich nicht streiten.

Welchen Namen ihr eurem Fest oder euren Göttern auch gebt, laßt es euch dabei gut gehen.

Esme



Druidenstein

Magazin für Druidentum
und Naturspiritualität

Impressum

Zweiter Jahrgang,
fünfte Ausgabe Juli 2010

Redaktion: Angelika Lehnert (Esme),
Serpentia, Palladir
Design und Layout: Palladir
Fotos: Anna, Nico Vermaas, anne-marie,
Peter Speirag, Fingayin, Palladir
Titelfoto: Nico Vermaas

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter
dieser Ausgabe (bunt gemischt ;-):
Robbin, Calluna le Fay, Esme, Sirona,
Tatjana, Angelika, Fingayin, Weißer
Schatten, Rainer, Emrys, Akretia,
Eiskristall

Artikel und Anfragen zur Zeitschrift
richten Sie bitte an:

Angelika Lehnert
Dammheimer Str.11
76879 Bornheim
E-Mail: alehnert.bornheim@online.de

Die Rechte an den Artikeln liegen bei den jeweiligen
Urhebern, sofern nicht anders gekennzeichnet.
Nachdruck von Artikeln, Bildern und Zeichnungen
nur mit schriftlicher Genehmigung. Die jeweiligen
Artikel spiegeln die Meinung der jeweiligen
Verfasserin bzw. des jeweiligen Verfassers wieder,
jedoch nicht notwendigerweise die der Redaktion.

Eine Verantwortung für unverlangt eingesandte
Manuskripte kann nicht übernommen werden; Artikel
und Zeichnungen sind jedoch sehr willkommen.
Ein Honorar für abgedruckte Artikel, Fotos und
Zeichnungen kann nicht gezahlt werden. Die
Redaktion behält sich vor, eingegangene Artikel bei
Abdruck zu kürzen und das Textformat
der Zeitschrift anzupassen.

Alle Einsendungen bitte in gängigen Dateiformaten
einsenden; Bilder und Text separat.

Der Druidenstein erscheint elektronisch
und ist kostenlos zum Download
verfügbar: www.palladir.de

Wir waren dabei: OBOD Dryade Camp 2010

von Robbin; übertragen aus dem Niederländischen von Calluna le Fay

Als ich vor einigen Tagen von der Arbeit nach Hause fuhr, roch ich plötzlich ein mir bekanntes Parfum. Wie fremd kann ein Duft sein, wenn er Bilder von einem Wochenende hervorruft,



dessen Tage schon lange vorüber sind? (Das Deckbett, das ich Melanie Cardwell geliehen hatte, um während des Dryade Wochenendes darunter zu schlafen, lag noch in meinem Wagen, deshalb!)

Meine Erinnerungen an das letzte Dryade Wochenende sind süß. Süßer sogar als an alle anderen Wochenenden, die ich mit vielen von euch schon erlebt habe und süßer als das Parfum, das vorhin kurz meinen Geist berührte. Die Antwort auf die Frage nach dem Warum, die ich mir gestellt habe, ist eben so einfach als ein Duft mir kostbar ist, weil dieser mich an jemanden erinnert, den ich liebe. Was mich trifft ist nicht der Duft an sich, sondern die Bilder, die hervorgerufen werden, weil ich bestimmte Assoziationen damit habe.

Als Teil der Organisationsgruppe bedeutet mir das Druidentum in diesem Zusammenhang, Menschen wie dir und mir – egal ob OBODies oder nicht – die Möglichkeit zu bieten, miteinander das teilen zu dürfen, was uns zutiefst bewegt. Und genau das konnte man spüren bei allen, die uns ihre Talente haben zeigen können, darunter Bernard, Crann, Ezra, Foeke, Gerben, Henkherne, Inan, Jos, Manu, Marjorie, Mart, Melanie, Nicolle, Neil, Saskia, Scathan, und Wannas.

Das ist genau das, worum es im Druidentum für mich geht, insbesondere was die



Wochenenden angeht: einen Freiraum zu schaffen, wo jeder sich sicher fühlt, wirklich das auszuleben, worin er sich auf seinem druidischen Weg entwickelt hat. Das Stück von dem, was ihn oder sie bewegt, anderen zeigen zu können, wodurch wir (die anderen) eine Einicht in eine andere Aussicht auf die Welt als unsere eigene bekommen.

Für mich ist das süß.





Natürlich sprechen wir dabei auch über die Frage der "Qualität", denn wie kann man bestimmen, ob jemand wirklich imstande ist, das oben erwähnte inhaltlich hochwertig in der Gruppe rüberzubringen? Nur Talent reicht ja nicht aus, wenn man an einem Druidencamp Wochenende einen Workshop anbieten möchte, bei dem einem Philip Carr-Gomm und Cairisthea Worthington vorausgegangen sind.

Ein Mensch braucht Übung, damit er sich selbst schulen kann, und um sich selbst schulen zu können, braucht man die Chance, üben zu können! Gea-



Boesenkool und Jan Willem van de Velde von der Stiftung Aarde-werk haben mir damals vor 17 Jahren die erste Chance dazu gegeben, und an diesem Wochenende hat Peter van den Berg meinen Töch-

tern eine ähnliche Chance geboten. Wir können uns unseren Vorlieben nicht entziehen, wir 'Menschen' unterliegen alle unseren Sympathien und Antipathien. Aber manche Chancen tun sich einfach auf, weil jemand anderes dein Talent wahrnimmt und dir die Möglichkeit schafft, etwas damit zu tun. Aber Chancen kann man auch selbst schaffen, und wenn sich herausstellt, daß eine bestimmte Wahl die falsche war – na klar, das gehört eben dazu zum Phänomen „wählen“!

Diejenigen, die an diesem Wochenende die Workshops durchgeführt haben, waren den meisten von uns schon bekannt. Die Absicht und Integrität der geplanten Aktivitäten waren schon überprüft worden.

Objektivität ist in diese Sinne auch eine Illusion, denn abgesehen von den Fähigkeiten der Workshop-Leiter hat man es auch zu tun mit den Erwartungen der Teilnehmer

dieses Wochenendes und deren ganz persönlichen Interpretationen dessen, was



sie vorab über die Workshops gelesen haben.

Damit wir die Erwartungen und das Angebot nächstes Jahr noch besser aufeinander abstimmen können, haben wir dieses Mal alle Teilnehmer gebeten, ein Umfrageformular auszufüllen. Für uns als Organisatoren ist es wirklich erfreulich, daß fast jeder darin





seh

r offenherzig war mit ihrem oder seinem Feedback oder auch Kritik.

Liebe und Vertrauen, die eine solche Umfrage auch mit sich bringen, sorgen dafür, daß das geschriebene Wort auch Wirklichkeit werden kann; daß jeder weiß, daß er oder sie persönlich gehört wird. Auch das ist für mich Druidentum.

Der Erfolg eines Wochenendes wie diesem wird bestimmt von allen, die anwesend sind – und nicht nur von denjenigen, die es organisieren. Die Stärke der Kette wird bestimmt vom schwächsten Glied. Und ob man ein halb gefülltes Glas als halbleer



oder halbvoll erfahren kann, ist der ganz persönliche Beitrag von jedem einzelnen bei diesem Zusammensein. Und dazu möchten wir als Organisationsgruppe positiv beitragen.

Und ganz ehrlich, die Wettergötter haben darin auch eine sehr positive Rolle gespielt! Man hat im Zusammenhang mit den letzten Wahlen erforscht,



men waren, da lag für mich Liebe in der Luft, die man spürbar wie den Sonnenschein aus der Luft pflücken konnte. Und ich vermute, daß dies auch der Fall gewesen wäre, wären wir mit dem



daß die menschliche Wahrnehmung nach einem halben Regentag wesentlich kritischer ist!

Als wir jedoch am Ende dieses Wochenendes auf einem sonnenübergossenen Feld standen, in diesem endlosen Kreis, der sich einerseits immer weiter auszudehnen schien, und andererseits immer enger wurde, da wir uns in diesen zwei Tagen und zwei Nächten immer näher gekom-

Segen des Westen* übergossen worden! Denn gibt es etwas typischer druidisches als „In peace and love we stand...“.

Es ist jetzt einige Wochen später und aus den Umfrageformularen ist hervorgegan-



gen, daß die meisten Teilnehmer die gleichen Erfahrungen hatten wie oben beschrieben. Es stellt sich heraus, daß diese Art des OBOD **D r y a d e** Wochenendes wiederholt werden kann. Wir werden auch nächstes Jahr wieder dem Talent eine Bühne bieten, mit der Organisationsgruppe als Achse, um so gut wie möglich die Qualität zu überwachen, damit alle Teilnehmer so gut wie möglich bedient werden können, einschließlich der Kinder!

Sobald das Thema für das nächste Camp bekannt ist, möchten wir auch gerne euch Leser um Ideen bitten. Diese sollten dann selbstverständlich mindestens so gut sein wie die Workshops von Henk Her-

ne, Marjorie, Neil und/oder allen anderen, die dieses Mal daraus ein Fest gemacht haben. Wenn wir die Umfrage richtig interpretieren, besteht jedenfalls der Wunsch, eine Anzahl von denen, die diese Jahr beigetragen haben, wieder für einen Workshop einzuladen. Wer weiß, vielleicht begegnen wir uns 2011 wieder in einer ähnlichen Zusammensetzung!

Aber zuerst gibt es noch andere Veranstaltungen, wie z.B. das eintägige Festival „Het Pad Van De Bard“ im September, wo Marjorie und Thea noch etwas organisieren werden. Sowohl in England als auch in Deutschland gibt es Ende Juli/Anfang August Lughnasadh Camps, die sicher der Mühe wert sein werden. Letztes Jahr zum Beispiel gab es in Erfurt einen Teilnehmer, der uns die Kunst der Met-Herstellung gelehrt hat (ja wirklich, unser heiliges Honiggetränk!). Andere haben neue Formen für das Arbeiten mit „Awen“ und dem Singen der Runen mit uns geteilt. In England werden auch verschiedene Leute interessante Workshops anbieten, wobei Neil und Philip meistens einen Teil des Tages bestreiten.

So wie ich das im Moment ganz persönlich erlebe, werden wir inzwischen miteinander wunderbar „erwachsen“: die Niederlande haben im Laufe der

Jahre innerhalb des OBOD ihren eigenen Charakter „(re)claimed“!

Wie fremd kann ein Duft sein, der Bilder eines Wochenendes hervorruft, auch lange nachdem diese Tage schon wieder vorbei sind? Mit Respekt für all diejenigen, die ihr alle seid in meinem Erleben, danke ich Euch alle für eine unvergeßliche Erfahrung.

Fortsetzung folgt und...

Blessed Be

X Robbin



Ausblick auf das Internationale OBOD Camp 1.-5. Juni 2011 in Winterswijk (NL), in der Nähe der deutschen Grenze. Weitere Informationen folgen im Herbst 2010.

Eine ungewöhnliche Freundschaft

von Esme

Der Beste bin ich! Dachte Busty selbstbewusst von sich. Nur er konnte so geschwind durch die Wipfel des alten Eichenhains am Rande des Feldes fliegen. Nur er konnte wie der Blitz im Zick-Zack durch das wirre Geäst der Baumkronen wie im Flug seine Beute in Sicherheit bringen; und das ganz ohne Flügel! Ha! Immer mit einem Lächeln auf den Lippen, was die Elstern unverschämtes Grinsen nannten! Sollte dieses geschwätzige Gefieder es ihm doch erst mal nach machen! Ihm machte keiner etwas vor, ihm, dem König der Lüfte!

Busty war sehr in Eile. Das Weizenfeld leuchtete ihm golden entgegen. Bald würden die Menschen kommen und es schneiden. Ein Zeichen für ihn das der Sommer sich dem Ende neigte. Seine vielen Verstecke mussten mit Vorräten aufgefüllt werden. Geschäftig eilte er von einem zum anderen und schaffte herbei was er nur tragen konnte. Als der Tag sich dem Ende neigte sank er erschöpft in seinen Eichkobel. Die Elstern zogen sich mal wieder lautstark in ihre Nester zurück, immer dieser Lärm, aber die konnten wohl nicht anders.

Busty ließ schläfrig seinen Blick über den Wald und das

Feld gleiten, bis er wieder auf diesen kleinen Kerl viel, der am Rande des Feldes zu wohnen schien, in einem Loch! Man stelle sich das vor, unter der Erde, im Dunkeln.



Nur in der Dämmerung traute er sich heraus, streifte durch's Feld, steckte sich Körner und vieles mehr in die Backen und verschwand dann wieder. Armer Kerl, wo es doch nichts Schöneres gab als dem Licht entgegen zu fliegen, hoch über der Erde! Busty fiel ins Land der Träume; und fiel und fiel...

Als er erwachte taten ihm alle Glieder weh, warum brannte sein Rücken wie Feuer? Warum war es noch so dunkel? Was war das für ein klebriges Zeug auf seiner Pfote? Ächzend versuchte er auf-

zustehen.

„Hi du, geht's dir gut?“ Die Stimme aus dem Dunkel vor ihm war nicht ganz geheuer. „Wer bist du? Wo bin ich? Warum ist es so dunkel? Wo ist die Sonne?“ „Draußen, ich bin Sammy und du bist in meinem Bau und du bist aus deinem Nest gefallen. Es war nicht leicht dich herein zu ziehen, die Elstern hatten schon ein Auge auf dich geworfen.“

Busty's Augen gewöhnten sich langsam an die Dunkelheit und er schaute sich leicht beschämt um. „Ach, du bist das. Oh, ... ähm,... ja, Danke dann mal.“ Es war vielleicht ein bisschen eng in dieser erdig duftenden Höhle, aber auch irgendwie gemütlich, er fühlte sich geborgen, beschützt. „Sag mal, was machst du mit dem ganzen Zeug das du dir immer die Backen stopfst?“ „Das kommt in mein Vorratslager, für den Winter, ich werde viel schlafen weißt du? Aber Hunger habe ich auch, so zwischendurch.“

„Aha, jetzt verstehe ich, ich bin ein guter Beobachter;“ Busty wurde schon wieder ganz der Alte; „fand aber keine Erklärung.“

„Manchmal muß man sich einfach mal fallen lassen um eine Antwort zu bekommen.“

antwortete Sammy grinsend. Lachend nahm Busty seinen kleinen, neuen Freund der so anders und doch so gleich war, in die Arme.

„Ich geh dann mal, das Loch in meinem Kobel stopfen bevor es dunkel wird. Danke dir, mein kleiner Freund mit dem großen Herzen und falls du mich brauchst, gib mir ein Zeichen.“ Er deutete mit der Pfote nach oben: „Ich bin immer für dich da.“ Sammy nickte lächelnd: „Ja, du wohnst über der Erde, ich unter der Erde, aber leben tun wir beide auf der Erde. Den

Verband kannst du bald abmachen, die Blätter haben die Blutung gestillt.“

Verwundert schaute Busty auf



seine Pfote, die Schmerzen hatte er ganz vergessen.

Nachdenklich und gar nicht in Eile, immer wieder zurückblickend und winkend machte er sich auf den Weg. In seinem Nest, das dem Himmel, dem Licht so nah war, schaute er nun mit ganz anderen Augen hinunter, zu dem kleinen Fleckchen Erde, in dem sein noch kleinerer, neuer Freund mit dem großen Herzen lebte.

Esme

Meer

von Sirena, der Bardin. Geschrieben am 15. Juni 1990, am Ostseestrand

Mutter unserer Körper,
Erdumfassende, Lebenspendende,
Tausend Krabben
Laufen als Wellen zum Strand
Und erreichen ihn nie.
Tausend Sonnen glitzern im Wasser, im
Sand.
Der Mensch, der den Fuß in Dich setzt,
Wird wieder zum Kind, das empfindet,
nicht analysiert.
Der ewige Wind treibt den Sand

Bis neue Nehrungen stehn,
Als würde das Leben
Das Land neu erobern,
Rollen die Wellen heran.
Der Mensch sitzt und fragt sich,
Warum die Vögel in V-Form fliegen.
Die Erde lächelt nur weise.
Leise sagt sie: „Aus Liebe.“
Erdenmutter, Mutter unserer Körper,
Himmelsvater, Mutter unserer Seelen.

Räucherwerk selbstgemacht

von Tatjana

Räuchermaterial kann man in der Natur sammeln oder käuflich erwerben. Im Handel werden neben den einzelnen Stoffen häufig Mischungen angeboten. Diese kann man nach traditionellen Vorlagen oder kreativ nach eigenen Vorstellungen auch selbst herstellen. Auf diese Weise spart man nicht unbedingt Kosten, hat aber durch den direkten Kontakt und der Arbeit mit den einzelnen Bestandteilen eine besondere Verbindung zum fertigen Räucherwerk.

Eine schöne Mischung zum selber Herstellen ist Kyphi.

Kyphi ist eine alte ägyptische Räucher-Mischung, die zu Zeiten der Pharaonen vermutlich in den Tempeln hergestellt wurde. Archäologen fanden die Rezeptur bei Ausgrabungen in Hieroglyphen an Tempelwände geschrieben, sowie in einigen der ägyptischen Pyramiden. Auch vom römischen Schriftsteller Plutarch (1.JH. n.Chr.) ist eine Anleitung zur Herstellung von Kyphi überliefert. Die einzelnen Rezepturen stimmen im Großen und Ganzen überein, unterscheiden sich in einzelnen Zutaten und der genauen Dosierung derselben. Vermutlich hängt das mit

schwankender Verfügbarkeit und den entsprechenden Preisen zusammen.

Auch wenn die originale Mischung nicht mehr nachvollziehbar ist, so übt doch diese Mischung eine gewisse Faszination auf die Freunde des Räucherns aus. Sowohl in der Literatur als auch in der Vielfalt des WorldWideWeb finden sich unterschiedliche Rezepturen für Kyphi, sei es die Zutaten betreffend oder auch die Anteile der einzelnen Stoffe. Bis zu sechzehn verschiedene Harze, Blüten, Wurzeln und andere Pflanzenteile werden für die Räucher-Mischung verwendet:

Weihrauch, Mastix, Myrrhe, Benzoe Siam, Wacholderbeeren, Kalmuswurzel, Galgant, Kardamom, Zimtblüte oder -rinde, Lemongras, Rosenblätter, Sandelholz, Iriswurzel, Zedernholz, Adlerholz, Styrax.

Je nach Verfügbarkeit und Vorlieben kann man sich aus dieser Liste die gewünschten Zutaten aussuchen, aber diese werden dann nicht einfach miteinander vermischt, sondern wie folgt verarbeitet.

Eine Menge an Rosinen, die etwa der Hälfte des verwendeten Räucherwerks entspricht, in

kräftigem Rotwein über Nacht einweichen. Der Weihrauch wird zusammen mit den anderen Harzen im Mörser zerrieben. Danach werden die weiteren Anteile einzeln gemörsert und mit dem Harzpulver vermischt. Die Rosenblüten sowie das Lemongras werden klein zerpflückt oder geschnitten.

Die Rosinen werden aus dem Wein genommen und im Mörser zu Brei verarbeitet, dann mit den pulverisierten Räucherstoffen vermengt. Außerdem wird so viel flüssiger Waldhonig zugegeben, dass eine knetbare Masse entsteht. Diese wird zwischen den Handflächen zerrieben und zu Bröseln geformt. Das fertige Kyphi wird nun je nach Witterung zwei bis vier Wochen auf einem Tuch ausgebreitet getrocknet. Danach ist es gebrauchsfertig, reift aber in der folgenden Zeit noch nach.

Eine weitere Möglichkeit, Räucherwerk herzustellen sind Räucherkegel. Diese können gut für Rituale in der freien Natur verwendet werden, da sie zum Abbrennen keine Räucherkohle benötigen und man sich nicht um die Entsorgung von Restglut kümmern muss.



Ausserdem kann man daraus ein schönes Projekt für Kinder machen, um ihnen das Räuchern nahe zu bringen.

Als Trägermaterial wird Traganth verwendet, das geruchsfrei und unschädlich verbrennt. Etwa zwei Teelöffel davon werden in einer Tasse mit Wasser verrührt, bis es beginnt leicht zu schäumen.

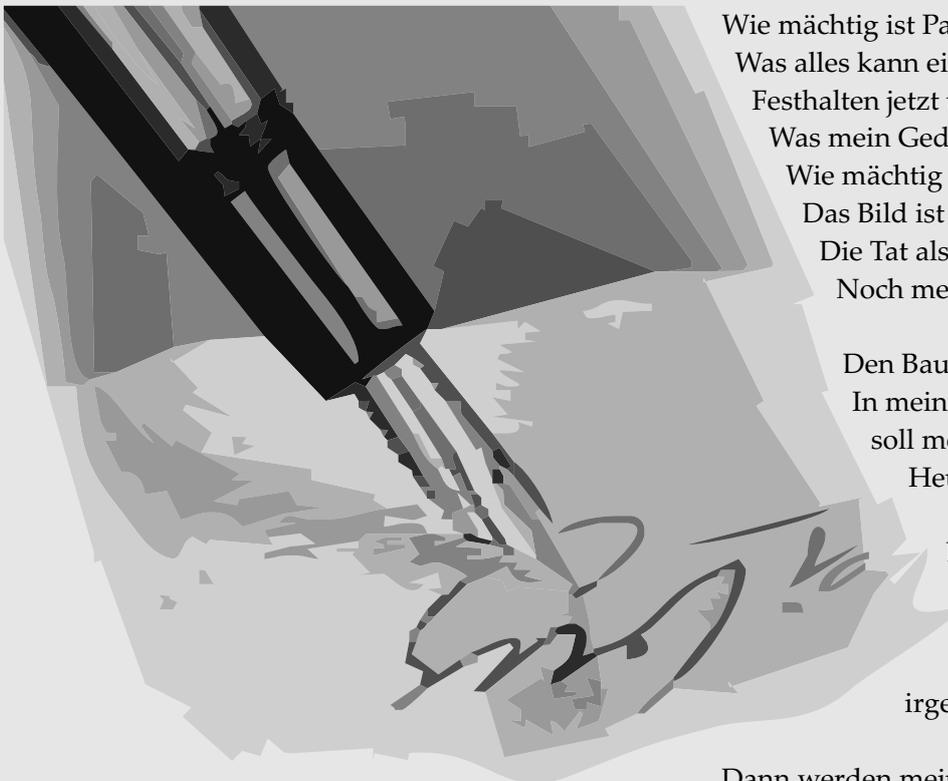
Die benötigte Quellzeit beträgt etwa eine Stunde. In dieser Zeit können nun die ausgesuchten Harze gemörsert, Kräuter kleingeschnitten werden. Im Verhältnis 1:3 werden dann Traganth und Räucherwerk miteinander vermischt. Nach gründlichem Verkneten entsteht eine homogene Masse und es können leicht Kugeln, Kegel oder auch Fantasiegebilde geformt

werden. Falls das Ganze zu bröselig erscheint, gibt man einfach noch etwas Traganth hinzu. Die fertigen Räucherkegel brauchen nun noch einige Tage Trocknungszeit an einem warmen, luftigen Platz, danach können sie abgebrannt werden.

Tatjana Vater
Worpswede im Juni 2010

Papier

von Sirona, der Bardin. Geschrieben am 12. März 2008



Wie mächtig ist Papier,
Was alles kann ein Stift
Festhalten jetzt und hier,
Was mein Gedanke ist.
Wie mächtig ist die Schrift,
Das Bild ist mächtiger noch.
Die Tat als Vorbild zählt
Noch mehr als schönstes Wort.

Den Baum zu pflanzen hier
In meinem Garten klein
soll mein Vermächtnis für
Heute und Morgen sein.

Lass wachsen ihn solange
Ich ihn beschützen kann.
Gehört mir auch kein Boden,
verlassen muss ich ihn
irgendwann.

Dann werden meine Worte
Noch stehn auf einem Blatt,
Wird denken man an mich,
Die einst geschrieben hat?

Herchenbacher Notizen zu Lughnasadh

von Angelika

Die Kleine wollte unbedingt zum Weiher, vielleicht instinktiv, um ein wenig Abkühlung zu suchen, vielleicht auch nur, weil ihr Vater die Staffelei im Garten aufgebaut hatte und sie so weder Zeit noch Platz im Garten hatte, um zu spielen.

Es war Anfang August, und es war heiß, sehr heiß und ein bisschen schwül, so wie es sich für den Hochsommer gehört. Und ich war im neunten Monat schwanger.

Das Dreirad musste mit, und ich hielt es fest an der Stange, damit es den Hang nicht runterrollte, über den der Weg führte. Goldruten und Rainfarn, die ich zum Strauß pflücken wollte, mussten warten, bis ich – so dachte ich – auf dem Rückweg wieder beide Hände frei hätte.

Dicke Schönwetterwolken ballten sich an dem weiten Himmel über den Getreidefeldern, die ersten schon stoppelig, die anderen weißblond und vom Wind gekämmt, der langsam aufkam und gut tat.

Die Weiden am Wasser rauschten, sonst war es still, bedenklich still. Keine Ente zum Füttern, nur ein paar Fische, die sprangen und nach den Mücken schnappten, die in wuseligen grauen Wölkchen über der Wasseroberfläche tanzten.

Und auch die Schönwetterwolken wurden grauer, dicker, grimmiger, so dass ich zum Rückweg drängte.

Natürlich schaffte sie es nicht, mit dem Dreirad bergauf zu fahren, also musste ich es wieder schieben, konnte wieder keine Blumen mitnehmen, aber mir war eh viel zu heiß, der Bauch zu dick zum Bücken und überhaupt – schnell heim.



Laufen wollte sie auch nicht, die Hitze setzte auch ihr zu, so nahm ich sie auf die Schultern, und während ich mich beladen den Berg hinauf kämpfte, strampelte sie mit den Beinchen vor meinen angespannten Brüsten und befahl: „Mama, singen!“

„Gleich, wenn wir zu Hause sind, dann singen wir. Welches Lied möchtest Du denn hören?“
 „Im Märzen der Bauer!“ Es gelang mir trotz der Anstrengung noch zu lachen: „Das Lied passt jetzt aber gar nicht, das singen wir im Frühling.“

„Alle Vögel sind schon da!“
 Aber es waren keine Vögel da,

sie hatten sich alle verkrochen, während der Himmel sich langsam zuzog; nur ein paar Saatkrähen stemmten sich gegen den Wind, der jetzt böig die Hitze linderte, aber auch immer mehr Wolken heranwehte.

„Mama singen! Jetzt!“ befahl sie, immer heftiger strampelnd und trampelnd, so dass ich seufzte „Maria, hilf!“ und dann langsam anstimmte „Meerstern ich dich grüße, Gottesmutter süße, oh Maria hilf!“ und es abgehakt, stoßgeberartig, mit jedem Schritt wiederholte und so tatsächlich Hilfe bekam für jeden schweren Schritt unter dem jetzt dunklen Himmel den Berg hinauf, mit einem Dreirad vor dem Bauch, einem Kind darin und einem anderen auf den Schultern.

Als wir die Haustür aufstießen, war der erste Donner zu hören.

Das Gewitter dauerte so lange, bis sie ihr Abendbrot gegessen und Vaters neues Bild nachgemalt hatte mit ihren Buntstiften; es hieß „der große Berg“.

Als es aufhörte, waren tatsächlich alle Vögel wieder da und sangen ihr in einem magisch klaren Abendlicht ihr Schlaflied.

Nachts setzten die Wehen ein.

Rezepte

von Fingayin

Immer öfter gehe ich mit wachem Blick durch die Natur und immer öfter frage ich mich was man denn so alles an Pflanzen gefahrlos essen kann.

Als ob ich erhört worden bin, bekam ich von einer bekannten ein Kochbuch geschenkt. Nicht irgend ein Kochbuch. Das wäre ja zu einfach. Nein, das "Wald und Wiesenkochbuch" von Dietmar Eirich verlegt vom LUDWIG Verlag. Also ehrlich, wenn ich so lese was man alles essen kann...einfach herrlich.

Mal sehen ob ich Euch inspirieren kann.

Guten Appetit.

Breitwegerichlasagne

Zutaten

Für den Teig:

175g Mehl

Salz

2 Eier

1 EL Wildkräuteröl

Für die Sauce:

1 Zwiebel

2 bis 3 Knoblauchzehen

beliebiges Gemüse etwa 100 gr. (z.B. Tomaten, fein geraspelte Möhren oder eine klein geschnittene Zucchini)

500 gr. Breitwegerichblätter

Salz

Cayennepfeffer

1/2 L Milch

125 gr. Schmand

250 gr. geriebener Emmentaler

3-4 Zweige fein gehackten Gundermann

Zubereitung

Für den Nudelteig Mehl mit Salz, Eiern, Öl und

2 bis 3 Esslöffeln kaltem Wasser verkneten. In einem feuchten Handtuch gewickelt bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

Für die Füllung die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und würfeln. Gemüse putzen, Breitwegerich waschen und in feine Streifen schneiden.

Zwiebel, Knoblauch und Breitwegerich in 2 Esslöffeln heißem Öl bei mittlerer Hitze schmoren. Nach etwa 5 Minuten mit Salz und Cayennepfeffer würzen und abkühlen lassen.

Milch, Schmand, Mehl, Salz und Pfeffer mit dem Handrührgerät kräftig verrühren. Zum Schluss den Käse untermischen.



Den Teig in 4 Stücke schneiden und auf einer bemehlten Arbeitsfläche oder mit der Nudelmaschine zu dünnen Platten in der Größe der Gratinform ausrollen.

Die Form mit etwas Sauce ausgießen. Die Teigplatten, die Breitwegerich-Mischung, den Gundermann und die anderen Zutaten nach und nach hinein schichten.

Jede Schicht mit Sauce begießen. Ganz oben noch etwas Käse draufstreuen.

Die Lasagne im auf 220 Grad vorgeheizten Backofen 30 Minuten überbacken. Aus dem Ofen nehmen, mit gehackten Wildkräutern dekoriert servieren.

Diese herzhaftere Breitwegerichsauce eignet sich nicht nur für Lasagnerezepte, sondern auch als Füllung für Strudelteige.



Da man dafür **Wildkräuteröl** braucht, auch dafür noch ein Rezept zur Herstellung:

Zutaten

Wildkräuter (so viel das sie noch locker in eine Flasche passen, die Kräuter müssen mit Flüssigkeit bedeckt sein!)

Öl für eine Flasche.



Zubereitung

Wildkräuter gut abwaschen und abtrocknen.

In Flaschen geben

Öl darüber gießen und die Mischung mindestens 2 bis drei Wochen stehen lassen.

Genauso kann auch Wildkräuteressig hergestellt werden.

Generell gilt: Immer nur eine einzelne Wildkräuterart verwenden da der Geschmack der verschiedenen Kräuter sehr intensiv sind.



Zeit

vom Weißen Schatten

rasest Du
verharrest Du
bereitest gutes, böses vor?
ich seh' Dich nicht
ich spür Dich nur

einst wollt' ich Dich verhalten
wollt' meine stunden spalten
in nimmer endende momente
manchmal warf ich voll Dich raus
und hatt' dann leere hände

oh Zeit!
unachtsam bist Du meiner
bin von milliarden einer
und Du bist ja äonenschwer
kümmert überhaupt Dich wer?

ich selber habe nur das Heute,
das morgen liegt weit vorm geläute
drum schaffe heut' ich dies gedicht
solang's mir nicht an Dir gebricht

HEUTE. heut' grüß' ich alle lieben
und freu mich auf das morgenrot
kommt's oder, wenn es ausgeblieben
bin morgen ich vielleicht schon tot

nichts aufgeschoben, nicht gezögert
und nicht die Ehrlichkeit verhökert.
weil, Kelten- und auch andre Leute:
Wir haben immer nur DAS HEUTE!

*aus meinem Büchlein
„DRUIDENGESANG“*

Die Steine und die Kreise - Historie von Stonehenge oder...?

vom Weißen Schatten

Vor mehreren tausend Jahren stand ein junger Mann aus uralter Familie von Weisen im Kreise der großen, noch viel älteren Steine. Wochenlang hatte er sich auf seine Prüfung zum nächsten „Wächter des Kreises“ vorbereitet mit Gebeten an die Himmlischen, mit Aufsagen der gelernten Sprüche und Anrufungen; mit Erinnern an die Techniken und Vorgänge der Himmels- und Wetterbeobachtung. Auch rief er sich die handwerklichen Fertigkeiten des Einritzens, des Einschlagens der Zeichen und Male der Beobachtungen in den Stein ins Gedächtnis, auf daß diese sich einprägten für immer.

Er wollte der Beste seines Jahrganges sein und mit allen seinen Kräften früheres Wissen in das Morgen hinüber bringen helfen.

Schon seit Tagen befand er sich hier, manche Stunde im traumhaften Rausch. Scandierend, singend, rezitierend lagerte er unter den offenen Himmeln auf der weiten Ebene völlig allein. Im Singen des Windes und im Wispern des trockenen Grases hörte er die Stimmen und so befand er sich oft mit den Alvorderen und auch mit sich selber im angeregten Gespräch.

Und von dem Gesprochenen:
Was war Wahrheit? Was war Traum?

Die Welten fielen zusammen, die Zeiten mischten sich. War er Er oder war er Andere oder war er im Ich eines seiner Vorfahren? ES nahm ihm die Erschöpfung des Leibes und des Geistes die Antwort ab. Er sah sich selbst und später, viel später einmal, erzählte er seinen Schülern...

„... ich lehne mich ermattet an einen großen, nicht den größten, aber doch an einen der größten Steine des weit fassenden Kreises und die Sonne senkt sich langsam über den Horizont in das wogende Gras des ebenen Landes hinein. Sie

verdeckt sich mit dem Schleier der Abendfeuchte, der aus der Weite aufsteigt nach diesem herrlich warmen Tag. Um Morgen in der Frühe wieder aufzusteigen am entgegengesetzten Orte meines weiten Landes? In der Zeit der Dunkelheit wird sie schnellen Schrittes auf die andere Seite eilen, ein wenig ausruhen und wieder in ein Morgenrot gehüllt oder auch in Trübheit hinaufsteigen die vielen unsichtbaren Stufen ins weite Rund über uns allen. Und ich stütze mich an den Stein, welcher so lange nachklingt, wenn ich ihn mit dem kleinen Faustkeil aus Feuerstein anschlage. Schon mein Lehrer hat dieses getan und vor ihm der seine. Und davor schon viele andere, kluge Männer und Frauen meines Volkes - jedesmal vor dem Hineintauchen der Großen Mutter Sonne in den weit vor uns liegenden Horizont.

Und klingt der größte Stein im Kreis hell und summt er lange nach, so ist uns eine Zeit der Wärme und der Trockenheit beschieden. Tönt er aber dumpf oder gar nicht, so kommen nasse Tage auf uns zu. Das Wissen darum hat meine Sippe bekannt gemacht in weitem Umkreis. Wir können auf viele Sonnenläufe voraussagen, ob die Hohen unter den Sternen uns warme oder kalten Zeiten, Trockenheit oder Nässe vergönnen. Wir schlagen nach diesen Erfahrungen Kerben in die Steine, welche den niedrigen oder den hohen Stand der Großen Mutter Sonne festmachten. Auch weitere Kerben und Kreise und Linien, welche uns sagen, wann diese Ereignisse wieder eintreten könnten und wir merken uns die Zeiten der Aussaat und die Zeiten der Ernte, die Zeiten des Bespringens der Muttertiere durch die Böcke und auch die Zeiten der Geburten des Viehes. Alles das ritzen wir in die Steine – denn Eines wissen wir: nur wenn die Große Mutter Sonne unsere Ebene in stetigen Abläufen erwärmt, dann, und nur dann, kann alles in alter Ordnung und gut für unser aller Gedeihen geschehen. Aus diesem Grunde heraus haben wir in unserem Leben die Sonne zu unserer Behüterin erhoben, sie zu unser Aller

Mutter werden lassen. Und als nach vielen, vielen Winterwechseln diese Zeichen und Zeiten immer noch richtig waren, da begannen wir zu Ehren der Geburt des Viehes, des Einbringens der Körner in die Erde und auch zu Ehren des Erntens Feierlichkeiten festzulegen. Feierlichkeiten, an denen alle teilnehmen; an denen die Frauen und Mädchen im Kreise tanzen und zu deren Gesang die Männer mit ihren tiefen Stimmen den Widerhall der Weiberstimmen formen. Auch über die großen und kleinen Feuer springen wir und Trinken und Essen und Lieben ist angesagt in Hülle und Fülle zum Beginn der warmen Zeit. Ihr Mondblut lassen die Frauen auf die frisch besäten Erdfurchen fließen, damit Leben zu Leben komme und das Menschenblut fruchtbringend in das Erdreich eindringe. Den Jahreskönig oder auch eine Jahreskönigin erwählen wir aus unserer Mitte. Eine Herrschaft, welche für all das Gelingen in unserem Volke den Herrinnen und Herren der Erde und der Himmel ein Fürbitter sein soll. Und wenn nach Jahresablauf dieses Menschenwesen freiwillig, in vollem Bewusstsein seiner Würde und seines Auftrages für das Gedeihen unseres Volkes in den Opfertod geht, dann verströmt auch dieses rote Blut in die Wiesen und Felder, auf die fleischspendenden Tiere und sorgt für Fruchtbarkeit, für Reichtum, für das Leben und für das Überleben aller.

Denn nach dem Prinzip der sympathetischen Magie fließt mit dem lebendigen Blut neues Leben in die Erde, in die Pflanzen und in die trächtigen Tiere zurück. Über diesen Weg auch in uns selber. Gemeinsam brechen wir dann das Brot und gemeinsam trinken wir dann das Wasser aus den heiligen Quellen.

Gemeinsam! Gemeinsam!

Gemeinsam schaffen wir unser Leben unter den Augen der Himmlischen, unter dem strahlenden Anlitz der Sonnen. An diesem Gemeinsamen teilzuhaben, zu diesem Gemeinsamen meinen Anteil zu geben und zu behüten, zu fördern, zu schützen und zu Erweitern das Wissen der Alten, dafür bin ich nun bereit.

Ihr Himmel, ich danke Euch!

Ihr Himmel, ich verspreche Euch, daß ...“

Doch bevor zu Ende geträumt, tauchte er wieder auf in der Wirklichkeit des Seins. Eine lange Reihe weiser Frauen und weiser Männer stand um ihn herum.



Lodernde Fackeln in den Händen. Nacht war es geworden!

Das Ritual seiner Ernennung zum neuen „Wächter des Kreises“ nahm seinen Anfang und niemand außer den Anwesenden hat je die Einzelheiten erfahren.

Bis heute nicht!

Bis heute nicht!

BIS HEUTE NICHT!

Doch ich habe dieses alles in Stonehenge, zwischen den uralten Steinen erträumen dürfen, um Euch davon berichten zu können.

(Auszug aus meinem Buch „DRUIDENGESANG“, welches zu Beltaine 2010 im Buchhandel erschienen ist (ISBN:9783839161739))

Stein - Kreise

vom Weißen Schatten

Wer, Ihr Erdverwurzelten,
Wer hat Euch aufgerichtet?
Wer Euch aufgestellt im Schweiß?

Was, Ihr Aufstrebenden,
Was ist Euch aufgetragen?
Was in Euch hineingemeißelt?

Wie, Ihr Äonenschauer,
Wie habt Ihr Kunde von Zeiten?
Wie Kunde vom Morgen?

Wo, Ihr Zeitlosen,
Wo sind Eure Erschaffer?
Wo Eure Nützlinge?

Wann, Ihr mächtigen Zähne der Erde,
Wann erfahren wir Euer Geheimnis?
Wann erinnern wir?

Tief in eurem Kreis erleben wir
Das Gestern
Das Heute
und
das Morgen wir erahnen.



Termine

31. Juli bis 01. August 2010: **Offene Schwitzhütte** bei Vicky Gabriel und William Anderson mit Übernachtung. Mehr Infos zu beiden Wochenenden und weitere Angebote unter www.deraltepfad.de.

6. bis 8. Juli 2010:
Castlefest in den NL; <http://www.castlefest.nl>

14. bis 28. August 2010, **Geomantische Pilgerreise nach Wales** mit Reinhard Winkler. Mehr Infos direkt auf <http://www.wandlungskunst.de/home.html>

19. bis 23. August 2010:
Visionsfindung und Naturarbeit bei Vicky Gabriel und William Anderson in Alsfeld, Infos auf www.deraltepfad.de

21. bis 22. August 2010:
Harfenkurs mit Ch. Pampuch in Rothenburg.
Kurs in der alten irischen Spieltechnik, die besonders gut für kleine Harfen geeignet ist. Anmeldung bei <http://naturheilzentrum-rotenburg.de/seminare/seminaremain.htm>

10. bis 12. September 2010:
Seelenpfade – Seelenheilung bei Vicky Gabriel und William Anderson in Alsfeld, Infos auf www.deraltepfad.de



17. bis 19. September 2010:
Shapeshifting – Die Realität neu erträumen bei Vicky Gabriel und William Anderson in Alsfeld, Infos auf www.deraltepfad.de

24. bis 26. September 2010:
Zum 7. Mal in Folge laden die KultURgeister ein zum **Heidentag** in Butzbach bei Frankfurt am Main. Infos unter www.magischerkreis.org/html/heidentag_2010.html. Heidentag

Ein besonderes Kraut - die Wegwarte

(*Cichorium intybus*)

von Rainer

Volksnamen der Wegwarte:

Brüssler Chicorée, Blaue Distl, Blaue Sonnenbraut, Blaue Sonnenwende, Faule Gretl, Hansl am Weg, Hindlauf, Hindläufte, Irenhart, Sonnenwirbel, Sonnendraht, Sonnebraut, Sonnewirbel, verfluchte Jungfer, Wendel, Wegleuchte, Wilde Endivie, Ziegeunerblume, u.v.m..

Die gemeine Wegwarte kann ca. einen Meter hoch werden und hat blaue Blüten. Es gibt auch hellere / weiße Sonderformen. Sie ist ein Sonnenkraut par excellence; die Blüten öffnen sich morgens in Richtung der aufgehenden Sonne und folgen dem Sonnenlauf bis zum Abend, wenn sich die Blüten wieder schließen. Sie ist außerdem ist eine wilde Verwandte des Chicorée-Salates.

Man findet sie vorzugsweise an Wegesrändern, Gräben, Wiesen, Mauern, Böschungen, Schotterwegen, Brachland, Ödland ... sie ist relativ anspruchslos.

Die blau blühende Wegwarte ist auch als die "Braut der Sonne" bekannt, einst war sie

die sakrale Pflanze der Weißen Göttin und sie ist eines der wirksamsten Leberheilmittel.

W.D. Storl

Inhaltsstoffe: Als Reservkohlenhydrat speichert die Gemeine Wegwarte in den Wurzeln Inulin. Die Bitterstoffe sind in erster Linie die beiden Sesquiterpenlactone Lactucin und Lactucopikrin.



Weitere Inhaltsstoffe sind Aesculetin, Aesculin, Cichoriin, Umbelliferon, Scopoletin und 6,7-Dihydroxycumarin, sowie weitere Sesquiterpenlactone und deren Glykoside.

Verwendete Pflanzenteile:

Verwendung finden das Kraut und die Wurzel.

Sammelzeit:

Gesammelt wird das Kraut im Juli.

Gesammelt wird die Wurzel im Spätherbst (am Peterstag 1. August)

Medizinische Anwendung:

Es ist entzündungshemmend, stoffwechsellanregend und schwach harntreibend.

Volksmedizinische Verwendung:

Die Wegwarte wird in der Volksmedizin als Mittel bei Galle- und Leberbeschwerden verwendet. Der aus den Blättern gewonnene Saft gilt als Mittel zur Unterstützung einer Behandlung bei Zuckerkrankheit. Auch findet sie sich als eines der wenigen Milzheilmittel wieder, sie ist eines der wenigen Phytotherapeutika für die Milz. Sie wird aber auch zur allgemeinen Reinigung bei Hautkrankheiten und Ekzemen angewendet. Der Tee wirkt auch gegen Hauterkrankungen, die in Verbindung mit Gicht auftreten. Die Wegwarte vermag gereizte Augen zu beruhigen. Eine Breipackung kann auf die geschlossenen Augen gelegt werden, um Entzündungen günstig zu beeinflussen.

Sie wird dem Element Holz, nach der europäischen Phyto-kinesiologie, zugeordnet. In der Bachblütentherapie wird

sie angewandt um Menschen, die ständig um ihre Angehörigen und Bekannten besorgt sind, zu harmonisieren.

Räucherung: Die Wegwarte lässt sich gut mit der Brennessel und der Königskerze verräuchern.

Verwendung als Nahrungsmittel: Die jungen Wurzeltriebe der Pflanze können gekocht und mit Butter gegessen werden. Aus den Wurzelspitzen lässt sich, getrocknet und im Mörser gemahlen, der Zichorienkaffee herstellen, dieser kann auch mit normalem Kaffee vermischt werden, um den Geschmack aufzubessern. Wenn man die Pflanze als Salat essen möchte, sollte man das Kraut lichtgeschützt wachsen lassen. Die Blütenblätter schmecken fein gehackt auf Butterbrot oder gedünstet als Gemüse; die gekochte Wurzel in Saucen. Es gibt allerlei leckere Rezepte.

Geschichtliches: Es wurden auf alten ägyptischen Papyrii aus dem 4. Jahrtausend vor der Zeitrechnung Berichte über die Wegwarte gefunden. Die Pflanze wurde schon von Theophrastos, Plinius, und Dioskurides beschrieben. Die Wegwarte ist möglicherweise auch unter dem Namen Solsequium bekannt, eine der Pflanzen aus der Landgüterverordnung Karls des Großen (der Name ist nicht eindeutig und wurde auch für Ringelblume, Löwenzahn und



Johanniskraut verwandt). Hildegard von Bingen erwähnte die Pflanze. Paracelsus empfiehlt sie als schweißtreibend. Während der napoleonischen Kontinental Sperre empfahl Friedrich der Große aus der Wegwarte Kaffeeersatz herzustellen. Pfarrer Kneipp erwähnt sie bei Magen- Darm- und Lebererkrankungen....

Aus dem "Kreuterbuch" von Hieronymus Bock 1546:

„Eine handvoll Wegwart in wasser gesotten vnd getruncken führt aus die gallen vnd weissen schleim durch den stuhlgang...

Ein decoction gemacht auss dem kraut vnd wurtzel mit wein oder wasser vnnd warm gedruncken eröffnet die Leber vnd Miltz soll genützt werden im anfang der Wassersucht vnd Cachexia.

Solches vermag auch das gebrannt wasser vnnd ist trefflich gut zu dem hitzigen Magen zu allen brennenden Febern vnnd schwachheit des Hertzens getruncken.. dienet auch zum hitzigen Podagra...“

**„Wegwarte stehst so brav am
Wegesrand
Grüßt den Wanderer aus
Stadt und Land
Wer Dich gesehen im
Mondenschein
den weihest Du in deine
Wunder ein“
Sonnwend 2010 – Rainer**

Kräuterkompendium aus dem Jahr 1634:

(Autor unbekannt)

„In Summa, man gebrauche die Wegwarte wie immer man will so sind sie dienlich in allen innern, hitzigen Krankheiten des Herzens, Magens, (...) Bauchflüssen, Verstopfungen der weiblichen Monatsblumen, (...) desgleichen so einem die Lust zum Essen vergangen ist“

Zauberey:

Zauberspruch der Margarete:
Dorst, Hartheu und Wegscheidt,
Tun dem Teufel viel Leid

nach Müller-Eberling, Rätsch, Storl

Diese und ähnliche Formeln beschworen einst der "Zauberey" mächtige, wenn sie im

Sternzeichen Löwen (August) das Kraut "Teufelsflucht" Harthau pflückten und es einzeln oder mit Wegwarte zusammen ins erste Bad eines Säuglings gaben. Aus vergangenen Zeiten sind uns auch einige Sagen bekannt, die der Wegwarte unglaubliche Zauberkräfte zuschreiben. Bevorzugt benutzt wurde sie bei der Liebeszauberey ;-) Es wurde gesagt, daß eine Wegwarte unter dem Kopfkissen der Jungfrau ihr im Traum den zukünftigen Ehemann erscheinen lies. So soll man auch die Pflanze am Peterstag (1. August nach Aug. Lersner, Frankf. Chron. I, 815) mit einem Hirschgeweih ausgraben, dann kann man der Sage nach jede Person betören, die man damit berührt.

Nebenbei schützt solches Kraut auch vor allerlei Gefahr; wer im Schläfe gefesselt wird,

dem zerreißt das Kraut die Fesseln. Auch vor der Untreue des Partners soll die Wegwarte schützen, oder auch die verlorene Liebe zurückgewinnen helfen - hierfür allerdings nur die zerstoßene Wurzel der weiß blühenden Form. Außerdem ist sie ein unverzichtbarer Bestandteil des 9-Kräuterbüschels...;-)

Die Wegwarte, die am Rande der Ortschaft in unkultivierten Gegenden lebt, entspricht hier in ihrer Symbolik dem, was sich Otto Normalverbraucher landläufig einst als Hexe vorstellte..... eben ein besonderes Kraut!

Rainer



Eine Pflanze, die man sehr schön neben seiner Kräuterspirale anpflanzen kann, ist der Beinwell. Er sollte, so wie einige andere Pflanzen auch, nicht direkt in die Spirale gepflanzt werden, da er sehr

Emrys Kräuterspirale: Beinwell

(*Symphytum officinale*)

hoch werden kann und einen wahren Berg aus Blättern bildet.

Die Blätter des Beinwells sind sehr fest mit dem Stängel verbunden und schon Dioskurides nannte den Beinwell Symphytum, was von „Symphain“ („Ich wachse zusammen“) kommt.

Aus allen Namen des Beinwells (Wallwurz, Symphytum, Consolida, Solidago) kann man die Hauptverwendungsweise der Pflanze entnehmen: Dem Zusammenfügen. Der Kräuterarzt Carrichter (1510 – 1567), ein Nachfolger Paracelsus, schrieb folgendes über den Beinwell „umb ihrer wal-

lenden Kraft Willen. So wird's auch genannt Beinwallen, dass sie Beinbrüch heilet und zusammenwaltet.“

Schon seit der Zeit der Römer (und vermutlich schon weit vorher, wie römische Berichte über die Kelten vermuten lassen) wird der Beinwell als Mittel gegen Verstauchungen, Brüche, Zerrungen und offene Wunden erfolgreich verwendet. Marcellus Empiricus war der erste, der angab, Symphytum erfolgreich gegen Tumore angewendet zu haben und auch diese Anwendungsmöglichkeit hat sich über lange Zeit gehalten.

Die gallischen Kelten weichten die Beinwellwurzeln eine Nacht in Wasser ein und zerkochten sie am nächsten Tag zu einem Brei, in den Lehm gemischt wurde. Diese Masse wurde dann auf die zu behandelnde Stelle gelegt und bis zu dem Zeitpunkt, an dem das Gemisch vollständig getrocknet war, dort liegen gelassen.

Paracelsus vertrat die Theorie, dass der Beinwell wie ein Magnet auf Eisen wirke. Der Körper reagiere auf die



Signatur des Beinwells und würde seine Eigenschaften, also das fest Verwachsene, übernehmen. Diese Übernahme funktioniere laut Paracelsus nur, wenn der Körper beschädigt ist, ansonsten bleibe die Wirkung aus.

Auch aus eigener Erfahrung kann ich positives über diese erstaunliche Heilpflanze sagen. Nach einem besonders fiesem Sturz auf der Treppe im Hausflur hat ein Handtuch mit kurz aufgekochten Beinwellblättern (samt des Kochwassers) ausgezeichnet gegen einen geprellten und einen verstauchten Fuß geholfen.

Durch den britischen Mediziner C. J. McAlister, der eine Studie über den Beinwell verfasste, ist bewiesen, was durch die Signaturlehre schon lange zumindest als eindeutige Wirkung bekannt ist. Auf

rein medizinischer Ebene ist der im Beinwell enthaltene Wirkstoff Allantoin (Allantoin) für einen Großteil der Heilwirkung der Pflanze verantwortlich ist. Allantoin beschleunigt den Zellaufbau und die -bildung, sowie die Regeneration der Körperzellen. So wachsen Knochenbrüche und Verstauchungen bei einer äußeren Anwendung mit Beinwell schneller zusammen, und auch zertrümmerte Körperteile wachsen angeblich mit Hilfe von Beinwellumschlägen, die regelmäßig aufgetragen werden, wieder zusammen.

Das Allantoin ist in größter Menge zwischen Januar und März in der Wurzel des Beinwells vorhanden und nimmt im Laufe des Jahres immer mehr ab, bis im Herbst nur noch ein Bruchteil des Stoffes vorhanden ist.

Beinwell sollte nicht mit Metall in Berührung kommen, da das Metall katalytisch zer-



setzend auf das Allantoin wirkt, also dadurch den Wirkstoff verändert.

Neben dem Allantoin wurde im Beinwell vor einiger Zeit der Wirkstoff Pyrazolidin festgestellt. Es ist zwar nicht eindeutig bewiesen, doch vermutlich ist Pyrazolidin in

zu hoher Dosierung krebs-erregend, daher wird von einer längeren Anwendungszeit als sechs Wochen für Beinwellpräparate abgeraten; wobei das Pyrazolidin nur in einer für Menschen im Normalfall unbedenklichen Dosis im Beinwell vorhanden ist.

Selbstverständlich ersetzen diese Angaben nicht den Besuch bei einem Arzt und sollten vor der Einnahme /Anwendung auf eventuelle Unverträglichkeit mit anderen Medikamenten geprüft werden.

Emrys



Emrys Kräuterspirale: Mädesüß (*Filipendula Ulmaria*)

Der Name Mädesüß mag viele Ursprünge haben. Der nachvollziehbarste ist, dass es vom altertümlichen „Mede“ kommt, was Grasland bedeutet. Dies würde auch den englischen Namen „Meadowsweet“ erklären, da die Pflanze auf selbigem wächst. Eine andere Theorie ist, dass die Pflanze zum zusätzlichen Aromatisieren von Met verwendet wurde, also als „Met-süße“, wobei auch andere Alkoholische Getränke mit Mädesüß veredelt wurden.

In einer der Geschichten des Mabinogion – einer Sammlung von walisischen Mythen, die im 12. Jahrhundert zum ersten Mal aufgezeichnet wurden, vermutlich aber schon viele hundert Jahre älter

sind – ist das Mädesüß ein wichtiger Bestandteil. Die ganze Geschichte hier auszuführen wäre entschieden zu viel, also gibt es hier nur eine Kurzfassung.

Arianrhod, die Nichte des Königs Math ab Mathonwy, lebte am Hofe ihres Onkels. Dieser musste seine Füße, Zeit seines Lebens, außer wenn er in den Krieg zog, in dem Schoß einer Jungfrau betten, um nicht aus dem Leben zu scheiden.

Als Math sich eines Tages im Krieg befand wurde die Jungfrau, die für diese ehrenhafte Aufgabe bereit stand, jedoch durch einen Trick von Maths Neffen Gilfaethwy entjungfert. An ihrer statt sollte sich nun Arianrhod für die Füße ihres Herrn und Onkels bereit machen. Zum Beweis, dass sie noch eine Jungfrau war, musste sie über den Zauber-

stab Maths steigen. Als sie den Schritt über den Stab gemacht hatte, gebar sie augenblicklich zwei Knaben: Dylan Ail Ton, und den, der später Lleu Llaw Gyffes genannt werden sollte.

Dylan, schon seit seiner Geburt gesegnet, begab sich sofort zum Meer, sprang ins Wasser und verwandelte sich



dort in eine Meereskreatur. Lleu aber wurde von seinem Onkel Gwydion versteckt und aufgezogen, da er von seiner Mutter verstoßen wurde unter dem Fluch, niemals einen Namen zu besitzen.

Durch einen Trick Gwydions, durch den Arianrhod Lleu und ihn nicht erkannte, benannte sie den Knaben dann doch eines Tages als „Lleu Llew Gyffes“, was „Der hell-haarige mit der Geschickten Hand“ bedeutet. Aus Zorn auf sich selbst und Math's Trick verfluchte Arianrhod ihren Sohn ein zweites Mal. Dieser Fluch besagte nun, dass Lleu niemals eine Frau besitzen werde, die aus Fleisch und Blut geboren ist.

Nach langem Überlegen schlossen sich Gwydion und sein Onkel Math zusammen und woben aus den Pflanzen „Oak, Broom and Meadow-sweet“, also Eiche, Besenginster und Mädesüß, die Blütenfrau Blodeuwedd und hauchten ihr mit Magie Leben ein.

Lleu und Blodeuwedd führten von da an ein glückliches Leben, bis die Blütenfrau den Jäger Gronw erblickte. Die beiden begannen eine Liebschaft und planten Lleu zu töten. Als sie dies versuchten (mit Hilfe eines vergifteten Speeres) verwandelte sich

Lleu in einen Adler, schwang sich in die Luft und flog davon. Math jedoch verfolgte die vor ihm flüchtende Blodeuwedd und verwandelte sie in eine Eule.



Nachdem er Lleu mit Magie wieder hatte genesen lassen, stellt dieser Gronw zum Kampf. Gronw forderte eine Waffe seiner Wahl, die ihm von Lleu gewährt wurde. So verschanzte er sich also hinter

einem großen Stein. Lleu, beseelt von Zorn und Rache durchschlug jedoch mit seinem Speer den Stein und tötete Gronw. Dieser Stein, mit einem scheinbar von einem Speer geschlagenen Loch, steht heute noch in Wales im Gebiet Gwynedd.

Ich sehe in dieser Geschichte zum Teil Paracelsus' Ausspruch „Sola dosis facit venenum“ - die Dosis macht das Gift. Blodeuwedd, die Pflanze, wird von Lleu im Übermaß genossen. Er hat sie jeden Tag um sich und liebt sie von ganzem Herzen. Durch dieses Übermaß ist er, körperlich wie geistig, gesättigt und verdirbt sich durch die ständige Einnahme seiner „Medizin“. Nach seiner tödlichen Verwundung leidet Lleu noch einige Zeit, besiegt dann aber Gronw, der hier das Resultat des Übermaßes darstellt, durch reine Willenskraft.

Bemerkenswert ist, dass in den Geschichten neben dem Mädesüß beinahe immer eine der folgenden Pflanzen zu finden sind: Echter Baldrian, Blutweiderich, Brennessel, Beinwell oder auch Sumpfschachtelhalm. Letzter sollte nicht verwendet werden, da er sehr giftig ist. Findet man neben einem vermeintlichen Ackerschachtelhalm Mädesüß, sollte man also tunlichst davon absehen, den

Schachtelhalm zu pflücken.

Salicylsäure ist wohl der wichtigste Stoff des Mädesüß', da der Körper aus ihm reines, natürliches Aspirin herstellt. Von der Salicylsäure kommt auch der mandelartige Geruch der Blüten. Aspirin wurde früher, als man es noch nicht chemisch gewinnen konnte, aus Mädesüß und der Silberweide extrahiert. Die chemische leicht veränderte Version der Salicylsäure ist die Acetylsalicylsäure, die auch heute noch in beinahe allen Kopfschmerzmitteln vorhanden ist.

Wie heute auch noch, verwendeten vermutlich schon die Kelten die Blätter, Wurzeln und Blüten des Mädesüß als Tee oder Aufguss um Fieber zu behandeln. Dies gab der Pflanze eine besondere Stellung, da Fieber vor 2000 Jahren eine sehr bedrohliche, oft tödlich endende Krankheit

war.

Plinius berichtet von den gallischen Kelten, dass bei ihnen 9 Ärzte gleichzeitig einen Patienten, der ein Geschwür hatte, mit einer Salbe aus Mädesüß einrieben. Um die Heilung zu vollenden musste der Patient anschließ-



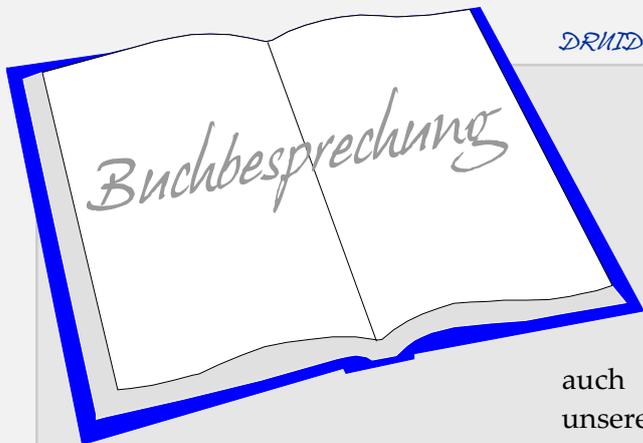
end dreimal auf die Erde spucken. Diese Anwendung ist nachgewiesener Weise richtig, da die Salicylsäure bei der Therapie von bestimmten Krebsarten unterstützend wirkt.

Neben der medizinischen Wirkung wurde das Kraut von den Kelten auch zum Räuchern verwendet, um Dämonen und Geister zu verscheuchen. Daraus folgt, dass auch bei großen Zusammenkünften, zum Tanzen oder für eine Liebesnacht blühendes Mädesüß auf der Erde verteilt wurde, um den Platz für den Zeitraum der Aktivitäten frei von Bösem zu halten.

Noch während der Herrschaft von Königin Elisabeth I. wurde dieser Brauch beibehalten. Angeblich hatte Elisabeth sogar das ganze Jahr über ihre Zimmer mit Mädesüß bedeckt; ein Grund, warum sie auch „die jungfräuliche Königin“ genannt wurde, da das Mädesüß als Symbol für die unbefleckte Reinheit stand.

Emrys





Das Märchen-Tarot

Autorin: Lisa Hunt

Eine Buchbesprechung von Akretia

Sobald wir die Worte „Es war einmal...“ vernahmen, reisen wir auf magische Weise in eine Welt voller Riesen, sprechender Tiere, Drachen, Burgen, Zwerge, Gestaltwandler und Prinz-(essinn)en.

Im Märchen schlummern hinter den Masken der Protagonisten nur allzu menschliche Verhaltensweisen, tiefgründiges Verlangen und emotionale Sehnsüchte. Märchen sind deshalb ein Spiegel bewusster und unbewusster Vorstellungen und Ideen über das eigene Selbst. Sie regen an, sich auf diese Aspekte zu konzentrieren, indem sie das korrespondierende Grundthema fokussieren. Dadurch verführen sie trotz ihrer immensen Inhaltsdichte und Detailfülle nicht zum Abschweifen, sondern begünstigen einen umfassenden Auseinandersetzungsprozess mit dem eigenen Handeln und Denken. Sie ermöglichen uns, Grenzen und Ängsten entgegen zu treten, so-

wohl die hellen als auch die dunklen Aspekte unseres Seins zu betrachten und Hindernisse zu überwinden.

Märchen sind den meisten Menschen aus ihren Kindheitstagen vertraut. Das Märchen-Tarot nutzt diesen Anknüpfungspunkt und führt unser Bewusstsein auf eine fantasiereiche Ebene. Diese Ebene können wir betreten, um unsere Intuition zu schärfen und neue Blickwinkel zu entwickeln. Durch die bildhafte Sprache, die genügend persönliche Spiel-

räume zulässt und die es uns ermöglicht, eine ganz individuelle Landkarte unserer Identität nachzuvollziehen, wird der Zugang zu unserem Wesenskern erleichtert.

Deshalb laden uns Tarot und Märchen ein, das magische Wirken der inneren Welt zu erkunden. So nimmt uns Lisa Hunt auf eine geradezu neugierig machende und inspirierende Weise mit in diese Welt archetypischer Akteure und innerer Wahrheiten. Dies gelingt ihr vor allem durch ihren klaren und theoretisch unbelasteten Stil. Dabei erfüllt sie ihr Anliegen, eine Anregung für die eigene innere Transformation durch die Auseinandersetzung mit dem Selbst zu geben.

Das Kartendeck basiert auf einer Auswahl internationaler Märchen und dem Rider-Waite-Tarot. Die künstlerisch schön gestalteten Karten (s. auch Cover links animieren zur intensiven Betrachtung und zum „in-die-Hand-Nehmen“.





Im Hauptteil werden die einzelnen Karten besprochen und die ihnen zugrunde liegenden Märchen erzählt. Neben der Angabe über die kulturelle Herkunft der jeweiligen Geschichte finden sich dazugehörige Schlüsselworte zur leichteren Orientierung.

Zum Abschluss jeder Kartenbesprechung stellt Lisa Hunt eine sehr gelungene Interpretation der Märchen-Figuren und -Symbole im Stil der analytischen Psychologie nach C. G. Jung vor. Ergänzende Hinweise der Autorin erleichtern den Transfer dieser Inhalte in das tägliche Leben des Reisenden und zeigen auf, wie Märchen und Tarot für die Selbsterforschung und für Veränderungen genutzt werden können.

Der Schlussteil stellt verschiedene Legesysteme dar und leitet dazu an, eigene Erfahrungen durch Perspektivwechsel und Selbstreflexion zu machen.

Lisa Hunts Märchen-Tarot



bietet Neulingen die Möglichkeit, sich den Mysterien des Tarots auf eine „erzählte“ Weise zu nähern.

Fortgeschrittene werden ihre Freude daran haben, die Mysterien des Märchens zu erforschen und für sich wieder zu entdecken. Es ist eine hervorragend gemeisterte Umsetzung einer Symbiose aus Märchen und Tarot.

Akretia

Das Begleitbuch des Märchen-Tarots gliedert sich in drei Teile. Im Einführungsteil erfährt der Leser interessantes über Märchen im Allgemeinen und deren mögliche Bedeutung für die menschliche Entwicklung im Besonderen. Durch das Aufzeigen psychologischer Zusammenhänge wird die Grundlage für ein In-Gang-Setzen von Veränderungsprozessen geschaffen.

192-Seiten-Buch, 78 Tarot-Karten (7,0 x 11,7 cm), in Klappschachtel, 17,0 x 24,0 cm
ISBN 978-3-86663-042-0

Über die Autorin:

Lisa Hunt ist eine international bekannte Tarot-Künstlerin und hat schon mehrere erfolgreiche Tarots gestaltet. Ihr Animals Divine Tarot gewann in den USA mehrere Preise. Sie hat eine akademische Ausbildung in Kunst und Jungianischer Psychologie. Sie lebt mit ihrer Familie in Florida, USA.

Mehr Information über Lisa Hunt sind auf ihrer Homepage und ihrem Blog zu finden: www.thefairytaletarot.com oder <http://lisahuntart.com/blog/about>



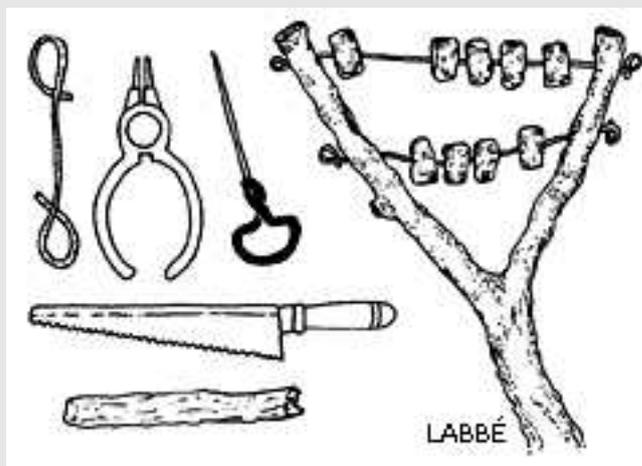
Kinderseite

Miraculix zum Ausmalen



Rassel aus Eschenholz

Die Esche war schon bei den keltischen Druiden etwas besonders. Sie hatten nämlich einen Stab, der oft aus Eschenholz geschnitzt wurde. Druiden waren als Heilkundige, Priester und Richter sehr angesehen. Wenn du einige Äste aus dem Wald mit nach Hause bringst, kannst du dir ein wohlklingendes Musikinstrument bauen. Bohre vier Löcher in eine Astgabel. Von dem zweiten Ast sägst du ca. 10 Scheiben. Die Scheiben bohrst du mit einem Handbohrer in der Mitte auf und fädelst die Klangscheiben auf zwei Drähte. Jetzt bohrst du vier Löcher in die Astgabel und ziehst durch diese die Drähte fest.



Lugnasadh

von Eiskristall

Nun ist sie da,
die Zeit der Ausreifung.
Die Schatten werden länger,
der Zenit wurde fast unbemerkt überschritten.
Alles hat eine eigene Zeit, ein eigenes Tempo.
Alles wächst und gedeit zur Vollendung.
Und so wie unser Blick über gereifte Kornfelder und Apfelbäume schweift,
fallen uns, fast unwillkürlich, die Schatten, die Dunkelheit auf.
Dort am Scheitelpunkt der Zeit steht sie,
die dunkle Frau, in der Hand die Silbersichel.
Sie wartet.
Ihr Gesicht gleicht dem Zwilling,
eine helle und eine dunkle Seite
welche als Gegenätze vereint in ihr in Erscheinung treten.
Ist ihre Zeit gekommen so trennt sie das tote vom Leben,
auf dass wir uns verabschieden können.
Später wird sie das Leben selbst zu Ruhe betten.
Wird darüber wachen
und es im nächsten Frühling
mit aller Kraft wiedergebären...



