

Dieter Kremp

Holunder,

der geweihte Heilstrauch
der Frau Holle –

der Götterstrauch für die Gesundheit
Der Holunder als Heilpflanze
in der Naturheilkunde

Engelsdorfer Verlag
Leipzig
2011

Bibliografische Information durch die Deutsche Nationalbibliothek: Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://www.dnb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-86268-621-6

Copyright (2011) Engelsdorfer Verlag Leipzig
Alle Rechte beim Autor
Hergestellt in Leipzig, Germany (EU)
www.engelsdorfer-verlag.de

11,80 Euro (D)

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Das Buch ist gewidmet Waltrud Kremp,
Julia Koch, Jutta Kremp, Helena Kremp,
Brunhilde Sick und Ursula Petri.

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Geweihte Pflanzen der Frau Holle

Auf der Suche einer alten Göttin stoßen wir immer wieder auf die germanische Hulda, eine strahlende Weiße Frau, als Märchenfee der Gebrüder Grimm in die Sagenwelt eingegangen. Es ist Frau Holle, die früher in zahlreichen Religionen göttlich verehrt wurde und in zahlreichen Bräuchen heute noch lebt. Sie war auch wie Freia die Göttin der Liebe und der Fruchtbarkeit, der Jugend, eine Göttin, die Segen verheißt, der zahlreiche Pflanzen geweiht sind und von ihr den Namen haben.

Da steht an erster Stelle der Holunder, auch Holler, Holder, Hollerbusch, Hollerstock und Holderstrauch genannt. Er ist der „Götterstrauch“ für die Gesundheit.

Es gibt keine andere Pflanze, die durch die Jahrhunderte hindurch in Nord- und Mitteleuropa so hoch in Ehrenstand und eine derart zentrale Rolle in den Gefühls- und Gedankenswelten der Menschen einnahm, wie der Schwarze Holunder. In jedem Dorf, in jeder Siedlung, auf jedem Bauernhof an der Giebelwand stand dieser heilige Strauch der Frau Holle. Die weißen Sternchenblüten erinnern an die Gestalt der Weißen Frau, an die Schneefee Frau Holle. Wer die Möglichkeit hatte, pflanzte neben seinem Haus einen Holunderstrauch, und das wohl seit dem frühen Mittelalter, an anderen Stellen nachweislich noch viel früher. Bei Steinzeitniederlassungen in der Schweiz und in Norditalien fand man schon Holunderreste. Auch ist bekannt, dass bereits die Griechen und Römer

den Holunder verehrten und seine Blüten als Heilmittel verwendeten.

Es wurde angenommen, dass dem Holunder ein Schutzgeist oder eine Fee innewohne. Zumeist glaubte man, dass der Holunder von der Kraft der Frau Holle (Perchta) beseelt sei. Jeder Holunder ist eine Tür zu ihrem unterirdischen Reich. Man durfte nicht über den „beseelten“ Strauch spotten und brachte ihm kleine Opfer dar, z. B. von jeder Speise ein wenig. Die Wirkungen des Holunderstrauchs waren vielfältig. In einer Sage werden seine guten Eigenschaften auf Frau Holle zurückgeführt. Äste an Türen und Fenstern hielten böse Mächte auf Abstand und behüteten die Bewohner vor schlimmen Krankheiten. Pflanzte man einen Holunder vor den Eingang des Stalls, dann würde das Vieh gegen Zauberei geschützt. Und es war Brauch, am frühen Morgen den Hut zu ziehen, wenn man am Holunderstrauch vorbeiging. Da der Holunderstrauch sehr oft auch auf Gräbern gepflanzt wurde, galt er auch als Baum des Todes, und das Maß zum Sarg wurde vielfach mit einem Holunderstab genommen.

Der Holunder hatte also eine wichtige Funktion als Wächter – und Schutzbaum. Aber er hat noch mehr zu bieten. Die weißen Blüten und die schwarzen Beeren stellen auch die beiden wichtigen Aspekte der Frau Holle dar. Der weiße Aspekt ist die strahlende weiße Frau, die in der Menschenwelt Tugenden und Tätigkeiten überwacht und Menschen belohnt, mahnt und bestraft. Der schwarze Aspekt ist ihre Funktion als Todesgöttin. So zieht sie z. B. mit den Geistern verstorbener Kinder umher und als

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Gemahlin Wodans reitet sie als Anführerin mit der Wilden Jagd.

Frau Holle zugeordnet ist neben dem Schwarzen Holunder, dem eigentlichen Heilstrauch, auch der Rote Holunder, auch Wald – und Hirschholunder genannt, und der Zwergholunder, der auch Attich heißt.

Auch der Maßholder, der Feldahorn, soll in vorchristlicher Zeit eine kultische Bedeutung gehabt haben und besonders an heiligen Orten angepflanzt worden sein. Man findet ihn aber auch besonders bei Frau-Holle-Plätzen und an Mithras-Quellen und Mithras-Tempeln. Aus dem Holz des Feldahorns, einem Hartholz, wurden im Münsterland die Sonntags – Spinnwirtel gefertigt; Frau Holle (Perchta) wird ja auch mit dem Spinnen und Spinnerinnen in Verbindung gebracht. Auch der Maßholder sollte Unheil abwenden.

Eine weitere Pflanze der Frau Holle ist der Wacholder, der als Fruchtbarkeitssymbol angesehen wurde. Im Wacholder ist eine Verbindung zu Wodans Gattin Freia, die auch als Fruchtbarkeitsgöttin galt. Wacholder ist auch ein Symbol des Lebens und hat eine reinigende Wirkung. Er war genauso wie der Holunder schon immer eine heilige Pflanze und wurde früher auch für Räucherungen in Haus, Hof und auf den Feldern verwandt. Auch heute noch wird Wacholder für Räucherungen benutzt, weil er eine sehr starke Reinigungswirkung hat.

Auch die Linde, der Schicksalsbaum der Deutschen, ist der germanischen Göttin Freia (Frigga, Freya = Frau Holle) geweiht, der Hüterin über Liebe, Fruchtbarkeit,

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Heirat, Ehe und Frieden ... die Germanen sollen unter der Linde ihre Hochzeitsriten vollzogen haben. Die Linde war der Baum, unter dem Dorfversammlungen und Gerichtsverhandlungen stattfanden. Dieser germanische Brauch hielt sich bis tief ins christliche Mittelalter. Unter der Dorflinde wurde auch getanzt und im Herzen mancher Dörfer findet man auch heute noch Tanzlinden. Freia und Hulda (Frau Holle) sind in der germanischen Mythologie immer wieder miteinander verwoben. Sie beide thronen auch im „Reich der Naturgeister“. Und seltsam! Wie beim Holunder wirkt Lindenblütentee genau bei den gleichen Beschwerden.

Eine weitere Pflanze der Göttin Holle ist das Liebfrauenstroh oder Liebfrauenbettstroh, später auch „Maria Bettstroh“ genannt. Es sollte zu einer Schwangerschaft verhelfen und war Hilfe beim Gebären. Die „liebe Frau“ war ursprünglich wohl Frau Holle, später übertrug die Kirche diesen Beinamen auf „Mutter Maria“. Mit dem Liebfrauenstroh meint man den Waldmeister, auch Herzfreude, Herzfreund, Leberkraut, Maikraut und Sternleberkraut genannt. In einigen Gegenden Deutschlands nannte man auch den Quendel (Wilder Thymian) Liebfrauenbettstroh.

In abgelegenen Gebirgsgegenden Österreichs nannte man Frau Holle auch die „Holundergöttin“.

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Holunder, Frau Holle stand Pate

Wer hat nicht eine Schwäche für diesen großen buschigen Strauch, der an Wegrändern steht, über Mauern und Zäune schaut, Giebelwände beschattet und sich im Garten ansiedelt? Von einem blühenden Holunderstrauch geht etwas Beruhigendes aus. Als Kinder verglichen wir ihn mit einer Großmutter mit weitem Rock und weißgrauem Haar, die immer auf unser Wohlbefinden bedacht war. Es war der heilige Strauch der Germanen, der Göttin Hulda geweiht.

In den deutschen Bezeichnungen Holunder, Holder, Holler, Hollerstock, Holderstrauch, Husholder, Schwarzholder und Bachholder verbirgt sich die germanische Göttin Hulda, Holla oder Holda, die spätere Frau Holle im Märchen der Gebrüder Grimm. In ihr begegnet uns die germanische Naturgöttin Hulda, die ursprünglich als „Erdmutter“ die Kinder zur Welt bringt, diese beschützt und die verstorbenen Seelen in ihr Reich zurückholt. Brunnen und Höhlen sind im Volksmund unserer Vorfahren Eingänge in ihre Welt. Hulda war gleichzeitig auch die Frühlings- und Fruchtbarkeitsgöttin der Germanen. Auch im Märchen kommt das fleißige Mädchen durch einen Brunnen zu Frau Holle, einer schönen weißen Frau in langen, goldenen Haaren. Das Mädchen schüttelt ihre Betten aus und die weißen Flaumfedern verwandeln sich im Winter in flockige Schneeflocken und im Sommer in die weißen, süß duftenden Blüten des Hollerstrauches.

Als beschützender Hausgeist wohnt Frau Holle in ihrem Strauch, und dort brachten die Germanen ihre Opfer zu

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Ehren der Göttin dar. Nach der Christianisierung wurde dieser Brauch ausdrücklich verboten. Und heute ist Frau Holle die Märchenfee der Deutschen.

Der Ursprung des Märchens liegt weit zurück in vorchristlicher Zeit. Der Name Frau Holle leitet sich ab von „hold“ oder „huld“. Sie war eine den Menschen mild und freundlich gesonnene Göttin, die das Leben der Pflanzen und Tiere beschützte und die Menschen von Krankheiten heilen konnte. Manchmal wurde sie auch Perchtha genannt, was die ursprüngliche Form von Bertha ist. Die eigentliche Bedeutung dieses Namens war „die Leuchtende“, „die Strahlende“. Demnach war sie eine lichtweisende Muttergöttin, eine weise Frau, in der die Menschen die Güte der Mutter Erde und das strahlende Himmelslicht zur gleichen Zeit verehrten.

Im Märchen von der Frau Holle werden noch einige ihrer Attribute beschrieben:

Die Göttin liebte nämlich besonders die Quellen und Brunnen, und wollte ein Sterblicher zu ihr gelangen, musste er zuerst durch einen Brunnen tauchen. Deshalb findet auch das schöne Mädchen durch den Brunnen zur Frau Holle. Die vielen blühenden Blumen im Märchen waren sicherlich Frühlingsblumen, wie Schlüsselblume, Anemone, Veilchen, denn diese waren der Göttin geweiht. Die Brote und Äpfel sind Symbole der Fruchtbarkeit, um die Frau Holle früher unter dem Holunderstrauch gebeten wurde.

In der Zeit der Wintersonnenwende glaubten die Germanen, zieht die Göttin über die Erde, von Wind und Schnee

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

begleitet, um mit den todbringenden Kräften zu ringen und der Erde die Fruchtbarkeit und das neue Leben zu schenken. Die weißen Schneeflocken verglichen sie mit der hellen Erscheinung der Holda. Nachdem man dann später das Fell mit einem Federbett vertauscht hatte, entstand die Vorstellung von der Frau Holle, die ihre Federbetten ausschüttelt, damit es auf der Erde schneit.

Ein Mensch, der nach den Gesetzen der Göttin lebte, wurde von ihr reichlich belohnt. Wer den Weg des Lichtes geht, so glaubten sie, den überschüttet sie mit Erkenntnis und Weisheit, was später symbolisch mit den Goldtalern dargestellt wird. Diese Eigenschaft wird auch viel später noch in vielen Geschichten und Sagen beschrieben.

Einmal war der Frau Holle die Achse ihres Wagens gebrochen, mit dem sie über den Himmel fährt. Mitten im Wald stand sie da, als altes Weiblein verkleidet. Da kam ein Wandergeselle vorbei, den sie bat, ihr doch zu helfen. Das alte Weiblein tat dem Gesellen leid, und er machte sich daran, mit einer Axt einen geeigneten Baum zu fällen und ihn zurechtzuzimmern. Die dabei entstandenen Späne steckte ihm die seltsame Frau in seine Hosentaschen. Er zog sie immer wieder heraus und warf sie auf den Boden. Endlich war die Achse fertig, das Weiblein bedankte sich und fuhr mit dem Wagen davon. Als der Geselle am Abend in seine Tasche griff, stellte er zu seinem Erstaunen fest, dass sich die Späne in pures Gold verwandelt hatten. Leider waren es nur wenige, die anderen hatte er ja achtlos weggeworfen.

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Zu einer Zeit, in der man noch an die Frau Holle glaubte, war es streng verboten, einen Holunderstrauch zu fällen und zu beschädigen.

Noch aus dem 18. Jahrhundert wird berichtet, dass die Menschen sich scheuten, einen Holunderstrauch zu fällen. Wenn man es unbedingt tun musste, z. B. um ein Heilmittel aus ihm herzustellen, hat man den Strauch um Verzeihung gebeten. Man glaubte, wer einen Holunderstrauch beschädigte, der werde eine Krankheit bekommen.

Nach der Einführung des Christentums wurde der alte Brauch, an Quellen und an Brunnen und unter Bäumen zu beten und zu opfern, ausdrücklich verboten. Hohe Haftstrafen wurden angedroht. Aus der weisen Lichtgöttin der Germanen wurde ein gefährlicherer Spukgeist.

Frau Holle ist zur Trügerischen „Frau Welt“ gemacht worden, der man nicht mehr trauen konnte. Sie raubt kleine, unartige Kinder, verdirbt faulen Spinnerinnen den Flachs, schneidet den Menschen den Bauch auf, legt Steine hinein und näht ihn wieder zu.

In der Jahreszeit, in der die ursprünglich gute Göttin durch die Lüfte zog, um neues Leben zu schenken, trieb sie jetzt ihr grausames Spukwesen. In den Rauhnächten, so glaubte man, zieht die „eiserne Bertha“ oder „Perchtha“ mit einer Schar entsetzlich gestalteter Gespenster am Himmel entlang. Auf ihrem unheimlichen Ritt zerschlägt die rasende Perchtha jeden, der ihr in die Quere kommt. In diesen Nächten ist es besser, im Haus zu bleiben.

In der Nähe menschlicher Siedlungen war der Schwarze Holunder (*Sambucus nigra*) immer anzutreffen. Hier

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

spielte er im altbäuerlichen Brauchtum unserer Vorfahren eine magische Rolle. So schrieb man dem Holunder seit jeher eine wichtige Schutzfunktion zu. Der Holunderstrauch stand dicht am Haus. So war er zugleich Symbol des Lebens, der Fruchtbarkeit, der Heiterkeit und Sonnensymbol, blühte er doch um die Sommersonnenwende. In der phänologischen Betrachtung der Jahreszeiten kündigt der Beginn seiner Blüte den Frühsommer an.

Auch wehrte der Strauch den Blitz vom Hause ab. In manchen Gegenden glaubte man, er könne den Teufel und die Schlangen vertreiben. Der Kranke brachte dem Strauch ein Opfer dar, sprach dazu ein Gebet oder eine rituelle Formel, mit der er seine Fieberschauer an den Holunder weitergab, überzeugt von seiner baldigen Genesung. Liebende finden sich unter einem blühenden Holunderstrauch, und ihre Wünsche gehen in der Sommersonnenwende in Erfüllung.

Im Juni kleidet sich der Holunder mit unzähligen honigvollen, stark duftenden, weißen Blüten in schirmförmigen Trugdolden; im Frühherbst biegt sich der Strauch unter seinen fast schwarzen Beerenschirmen. Die Beeren sind eine Lieblingsnahrung verschiedener Vogelarten, die den Samen an oft schwer zugänglichen Stellen aussäen.

Eine „lebende Hausapotheke“ war früher der Holunderstrauch an jedem Bauernhaus. Wenn man in alten Kräuterfibeln nachliest, bekommt man unwillkürlich den Eindruck, dass es sich um einen Wunderstrauch handeln muss: „Hut herunter vor dem Holunder!“ Die Achtung vor dieser Pflanze verstieg sich im Mittelalter so sehr, dass

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Männer der damaligen Zeit den Hut vor ihr zogen. Der Holunder wurde angebetet.

Es stimmt, der Holunder birgt große Heilkräfte in sich.

Der Schwarze Holunder ist vielleicht der am engsten mit Geisterbeschwörung zusammenhängende Baum der Welt. Für eine Hexe von einigem Ansehen war es undenkbar, keinen Holunderstrauch im Garten zu haben, ja man glaubte sogar, dass sie darin lebten. Die Bauern schlugen ungerne einen Holunderstrauch ab, aus Angst, dass aus den Zweigen Blut tropft und man aus Versehen in die Hexe gehackt habe, was sehr unangenehme Folgen haben sollte. Aus diesem Glauben stammt auch die Vorschrift, das Holz des Holunders nicht als Feuerholz zu verwenden und keine Wiege daraus zu machen. Wenn es nötig war, einen Holunder zu schneiden, musste man sich vorher beim Baum dafür entschuldigen. In heidnischer Zeit war der Holunder auch der Göttin Freia geweiht. Später wurde seine Verehrung vom Christentum übernommen, und man sagt, dass sich Judas an einem Holunder erhängt haben soll.

Die alten Germanen benutzten den Holunder beim Bestatten ihrer Leichen, damit der dem Verstorbenen nach dem Tode Segen spende. Der Schreiner ging schweigend zu einem Holunderstrauch und schnitt eine Stange ab, um das Maß einer Leiche zu nehmen, und der Fuhrmann, der die Leiche fuhr, trug statt der Peitsche einen Holunderstock. Die trauernden Verwandten legten auf das Gesicht des Toten einen Holunderzweig auf das teure Grab. Der Legende nach soll unter einer Holunderstaude die Gottesmutter Maria auf der Flucht nach Ägypten gerastet haben,

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

deshalb wird nach altem Volksglauben vor jedem Hollerstock der Hut abgenommen wie vor einem Heiligenbild. Aufgrund seiner schweißtreibenden Wirkung seiner nach Honig duftenden Blüten wurde er in der Volksmedizin gern und häufig gegen Fieber und allerlei fieberhafte Erkrankungen angewendet. Wenn der Betreffende das Fieber herannahen fühlt, so bindet er sich ein Haferstrohseil um den Hals, läuft zu einem Holunderstrauch, schüttelt ihn dreimal und spricht dreimal: „Holunder, Holunder, Holunder, auf mich kriecht die Kälte, bis sie mich verlassen hat, kriecht sie dann auf dich.“ Dann geht er rückwärts und schweigend nach Hause. Ein anderes magisches Rezept aus dem „Sechsten und Siebenden Buch Moses“ laute: „Man gehe vor Sonnenaufgang an einem Freitag zu einem Holunderstrauch und spreche: „Guten Morgen, lieber schöner Holderstängel; ich komm zu dir als wie ein Engel; ich komm zu dir wie ein Samariter, nimm du die Fieber mit dir!“ Diese Worte musste man dreimal sprechen.

Ein Rezept gegen Überbeine aus dem Mittelalter: „Man gehe drei Freitage bei abnehmendem Monde, aber vor Sonnenaufgang, zu einem Holderstrauch, nehme jedes Mal ein Blatt davon und reibe damit das Überbein ein. Die entstehenden Bläschen werden mit einer Nadel aufgestochen.“ Auch gegen allerlei Kopfleiden ist das Holunderblatt gut: „Man binde sich frische Holunderblätter über den Kopf, bis sie sich erhitzen, und wechsele mehrmals diese Blätter; lasse sie aber die ganze Prozedur täglich nicht länger als eine Stunde dauern.“

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Von den Doldenblüten des Holunders wird erzählt, sie rochen darum so gut, weil auf ihnen die Mutter Gottes auf der Flucht nach Ägypten die Windeln des Erlösers getrocknet habe. Seitdem blüht der Holunder schneeweiß und hat so große Kraft, dass sich die Hexen davor fürchten.“

Die jungen Blätter des Flieders, wie der Holunder auch in Norddeutschland genannt wird, eignen sich als Blutreinigungstee, gegen Wasserstauungen im Körper, gegen Harnverhalten, Stuhlträgheit und Rheumatismus. Die Beeren sind leicht abführend, führen aber in höheren Dosen zu Brechreiz und Schwindelgefühlen. Roh darf man sie nicht essen.

In der Teeheilkunde am bekanntesten ist der Holunderblütentee, der auch als Fliedertee oder als Schwitztee bezeichnet wird. Als stark schweißtreibender Aufguss findet er vor allem Verwendung bei fieberhaften Erkältungskrankheiten, Husten und Heiserkeit. Er ist auch ein Vorbeugemittel gegen Erkältungen und Grippe. Es hat sich gezeigt, dass Holunderblüten in hervorragender Weise die körpereigenen Abwehrkräfte mobilisieren. Der angenehm süßlich schmeckende Tee kann mit Lindenblüten gemischt werden. Trinkt man vor dem Saunabad Holunder- Lindenblüten-Tee, schwitzt man doppelt so stark. Und so wird ein Holunderblütentee bereitet: Zwei gehäufte Teelöffel Holunderblüten werden mit $\frac{1}{4}$ Liter kochendem Wasser übergossen und zehn Minuten ausgezogen. In der Erkältungszeit trinkt man täglich drei Tassen davon.

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Aus den Blüten bereitet man ein durststillendes Getränk, das angenehm schmeckt und blutreinigend wirkt. Etwa fünf Blütendolden werden mit einem Liter Wasser kurz aufgekocht, zehn Minuten ziehen gelassen und abfiltriert. Dem Filtrat gibt man etwas ausgepressten Zitronensaft und ein halbes Pfund Honig dazu.

Eine köstliche Delikatesse sind Holunderblütenpfannkuchen. Die frischen Blütendolden werden in Omelettenteig getaucht und im heißen Fett schwimmend gebacken.

Ein Medikament von besonderer Wirkung ist der ausgepresste Holunderbeerensaft. Man verwendet den Saft in Tagesdosen von zwei Dezilitern bei Patienten mit langwierigen schmerzhaften Neuralgien.

Aus den Beeren, mit wenig Wasser weichgekocht und durch ein Sieb passiert, stellt man auch Holunderbeerenmarmelade her. Je nach Geschmack würzt man mit Vanille, Zimt, Gewürznelken oder Rum. Man kann die Marmelade mit Brombeeren, Johannisbeeren oder Apfelmus mischen. Auf drei Kilo Holunderbeeren gibt man 1 ½ kg Zucker. Die Marmelade wird heiß in vorbereitete Gläser gefüllt.

In der Naturkosmetik ist die Holunderblüte eines der begehrtesten Kräuter. Schon seit Jahrhunderten werden die Blüten als Mittel gegen Sommersprossen und gegen Falten im Gesicht verwendet. Das Gesichtswasser als Aufguss der Blüten reinigt den Teint, macht ihn weich und weiß.

Anwendung in der Homöopathie: Man nimmt die Dilution D 2 bis D 30 bei fieberhaften Erkältungskrankheiten, Katarrhen der Luftwege, Asthma bronchiale, Heiserkeit,

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

akutem Schnupfen, Muskel- und Gelenkrheumatismus und bei akuten rheumatischen Affektionen von Muskeln und Gelenken.

Spagyrische Anwendung: Man nimmt die Urtinktur bei fieberhaften Erkältungskrankheiten, Katarrhen der Luftwege und bei Schnupfen.

Den Schwarzen Holunder pflanzt man auch gerne als schattenspendender Strauch rings um den Komposthaufen, zumal ihm auch nachgesagt wird, Wühlmäuse zu vertreiben. Zusammen mit den Blättern des Walnussbaumes stellt man aus Holunderblättern eine Jauche her. Diese gießt man unverdünnt in die Gänge der Wühlmäuse, um die schädlichen Nager im Garten zu vertreiben.

Das Anpflanzen des Strauches rings um Ruhebänke, im Siedlungs- und unmittelbaren Wohnungsbereich des Menschen, an Ruhebänken und Dorfplätzen und in Parkanlagen ist zu empfehlen. Gerade hier ist der anheimelnde Charakter des Strauches zu spüren. Auch zum Bepflanzen von Gehölzrändern, zur Anlage von Hecken und Schutzpflanzungen eignet sich der Schwarze Holunder, der einen radikalen Verjüngungsschnitt gut verträgt. Erwerbsmäßiger Anbau von Schwarzem Holunder mit ausgesuchten Sorten findet sich in Österreich und in der Schweiz. Dazu gehört auch der großfruchtige Schwarze Holunder (*Sambucus canadensis Maxima*), der in Baumschulen angeboten wird. Aus den streng duftenden Blüten entwickeln sich ab September dunkelrote Beeren, die essbar sind. Er liebt frische, nährstoffreiche Gartenböden und eignet sich als

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Solitärgehölz, zur Pflanzung an Waldrändern und Gehölzsäumen.

Blüten und Beeren der nahe verwandten Arten des Schwarzen Holunders, des Roten Traubenholunders (*Sambucus racemosa*) und des Zwergholunders oder Attichs – kein Strauch – sondern eine Staude – sind entweder gar nicht genießbar oder teilweise giftig, wie die Steinkerne des Roten Holunders.

Holunder im Blütenrausch

Wie Honig duftet der Holunder,
wenn Hulda schüttelt ihre Betten aus
und Liebende im Rausch darunter
sich gütlich tun am Blütenrausch.

Symbol des Lebens und der Heiterkeit,
verrat uns deine Fruchtbarkeit!
Vom Hause wehrt er Blitze ab
und bringt die Kranken bald auf Trab.
Frau Holles Fiebertee tut wahre Wunder:
Hut ab vor dem Holunder!

Vorm Hollerstrauch am Gartenzaun
erfüllt sich manch ein Jugendtraum.
Du lieber, schöner Hollerstängel,
du heilest Kranke wie ein Engel!

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Dein weißer Blütenschirm läßt ein
zum Liebesplausch und Stelldichein,
wenn in der Sommersonnenwende
Erd und Himmel reichen sich die Hände.
Märchenhaft fließt deine süße Labe
in kranke Kehlen als wahre Gottesgabe.

Johannistag, der „Holdertag“

„Johannis-Feuer sei unverwehrt,
die Freude nie verloren!
Besen werden immer stumpf gekehrt
und Jungens immer geboren.“

So spricht Johann Wolfgang von Goethe vom „Spargel-silvester“ in der Johannisnacht, die auch „Holdernacht“ genannt wird. Denn in diesen Tagen der Sommersonnenwende fängt der Holunder an zu blühen. Und auch für Goethe war der Johannistag, der „Holdertag“, ein besonders „magischer Tag“. Und bei vielen Bräuchen in der Johannisnacht spielen Pflanzen, darunter gerade der Holunder, eine besondere Rolle.

Dazu zählte vor allem auch der Holunder, der auch in manchen Gegenden „Hollerstock“, „Hollerbusch“ oder auch „Holderstock“ genannt wird. Es ist der heilige Strauch der germanischen Frühlings- und Fruchtbarkeitsgöttin Hulda, der späteren Märchenfee Frau Holle.

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!