

Margret Madejsky

LEXIKON DER FRAUENKRÄUTER

Inhaltsstoffe, Wirkungen, Signaturen und Anwendungen

Mit über 180 Heilkräuterrezepten



A T VERLAG

Margret Madejsky

LEXIKON DER FRAUENKRÄUTER

Inhaltsstoffe, Wirkungen, Signaturen und Anwendungen

Mit über 180 Heilkräuterrezepten



AT VERLAG



»I found him beneath a tree.« (»Ich fand ihn unter einem Baum«, W. Blake, 1793)

Margret Madejsky

LEXIKON DER FRAUENKRÄUTER

Inhaltsstoffe, Wirkungen, Signaturen und Anwendungen

Mit über 180 Heilkräuterrezepten

AT Verlag

Zur Beachtung!

Die in diesem Buch aufgeführten Rezepte und Behandlungshinweise verstehen sich ausschließlich als Lehrbeispiele und können daher auch weder den Arztbesuch noch eine individuelle Beratung durch eine Hebamme oder einen Heilpraktiker bzw. eine Heilpraktikerin ersetzen. Die Einnahme der genannten Heilmittel wie auch die Anwendung der Rezepturen oder das Befolgen der Therapieempfehlungen geschieht stets auf eigene Verantwortung und ist individuell unbedingt sorgfältig abzuwägen. Denn Heilkräuter wirken nicht bei jedem Menschen gleich – was Ihnen hilft, muss anderen nicht zwangsläufig auch helfen und umgekehrt. Daher ist es empfehlenswert, im Zweifelsfall kompetenten Rat bei einem Arzt oder einer Ärztin, einer Hebamme, einem Heilpraktiker oder einer Heilpraktikerin einzuholen. Die abgedruckten Informationen sind nach bestem Wissen und Gewissen zusammengestellt, dennoch übernehmen weder die Autorin noch der Verlag die Haftung für Schäden, welcher Art auch immer, die sich direkt oder indirekt aus dem Gebrauch der hier vorgestellten Heilkräuteranwendungen ergeben könnten. Daher ist es in jedem Fall ratsam, sich vor der Einnahme oder vor der Anwendung eines Heilmittels über mögliche Gegenanzeigen oder Nebenwirkungen zu informieren. Auch sollte die angegebene Dosierung überprüft und nötigenfalls individuell angepasst werden. Bitte beachten Sie ebenso alle Warnhinweise und

Anwendungsbeschränkungen sowie den Abschnitt
»Möglichkeiten und Grenzen der Selbstbehandlung« im
Anhang.

3. Auflage, 2010

© 2008

AT Verlag, Baden und München

Lektorat: Ralf Lay, Mönchengladbach

Umschlagfotos: Margret Madejsky

Lithos: Vogt-Schild Druck, Derendingen

ISBN(epub) 978-3-03800-638-1

www.at-verlag.ch

eBook-Herstellung und Auslieferung:

Brockhaus Commission, Kornwestheim

www.brocom.de

Inhalt

Vorwort

Einführung

Die Pflanzen der Göttin

Rot wie das Menstrualblut

Pflanzenhormone und hormonartig wirkende Heilpflanzen

Einmaleins der Pflanzeninhaltsstoffe

Was Schwangere meiden sollten

Frauenkräuterporträts von A bis Z

Alant - Sonnenkraft für die Wechseljahre

Aloe - Balsam für die Scheidenhaut

Angelika - Die Lichtbringerin für Bauch und Seele

Arnika - Erste Hilfe bei Geburtsblutungen

Bärentraube - Ein pflanzliches Antibiotikum bei Zystitis

Bärwurz - Die Kraftwurzel für die Gebärmutter

Basilikum - Fördert Hingabe und Empfängnisfähigkeit

Baumwolle - Mutterkornersatz bei Wehenschwäche

Beifuß - Universalmedizin für Geburt und Mondblutung

Beinwell - Knochenheil und Osteoporoseprophylaxe

Benediktenkraut - Krebsdistel und Wundarznei

Berberitze - Naturmedizin bei Myomen

Bertram - Ein Liebesmittel mit Tradition

Besenginster - Gleicht Herzrhythmus und Hormone aus

Betonie - Spendet Seelenkraft und Nervenstärke

Bilsenkraut - Bierwürze und krampflösendes Hexenkraut

Bingelkraut - Das Wundkraut des Heilgottes Merkur

Blasentang - Jodlieferant und Fatburner-Alge

Blutwurz - Die Blutstillerin des Paracelsus

Blutwurz, Kanadische - Das Polypenmittel der Indianer

Brennnessel - Die Eisenpflanze weckt die Amazone in der Frau
Damiana - Aphrodisiakum und Fruchtbarkeitspflanze der Maya
Eberraute - Reinigt die Gebärmutter
Efeu - Reduziert Schwangerschaftsstreifen
Eiche - Die Kraftspenderin bewahrt vor Fruchtwasserverlust
Einhornwurzel - Das Gebärmuttertonikum der Indianerfrauen
Eisenkraut - Das Geburtskraut der Mondgöttin Isis
Erdrauch - Aktiviert den Hautstoffwechsel bei Kraurose
Färberginster - Bietet Schutz vor Osteoporose
Fenchel - Regt die Milchbildung an
Frauenhaarfarn - Venuskraft für die Nieren
Frauenmantel - Die Allesheilerin unter den Frauenkräutern
Frauenwurzel - Wurzelkraft für eine sanfte Geburt
Gänseblümchen - Die »Arnika der Gebärmutter«
Gänsefingerkraut - Das Krampfkraut der Volksmedizin
Geißraute - Kraftfutter für die Milchbildung
Gelbwurz, Kanadische - Heilt Muttermündentzündungen
Ginseng - Ein Tonikum für weise Frauen
Goldrute - Pflanzengold für Haut und Nieren
Granatapfel - Pflanzenhormone für die ewige Jugend
Greiskraut - Kräftigt den Beckenboden
Gundelrebe - Reinigt Blut und Gebärmutter
Himbeere - Die bewährte Dammschnittprophylaxe
Hirtentäschelkraut - Die Blutstillerin der Volksmedizin
Holunder - Spendet Fruchtbarkeit und entgiftet die Seele
Hopfen - Pflanzenhormone für die Wechseljahre
Ingwer - Schenkt Lebenswärme und Sexualkraft
Johanniskraut - Spendet Seelenbalsam und pflegt Narben
Kaffee - Verhütet Dammschnitte
Kamille - Venuskraft für die Gebärmutter
Kapuzinerkresse - Das Breitbandantibiotikum aus dem Pflanzenreich

Keimzuppe - Wehenhemmerin verhütet Fehlgeburten
Kermesbeere - Die Helferpflanze für Brust und Stillzeit
Knoblauch - Schutz vor V(amp)iren und Bakterien
Koloquinte - Das Zystenmittel der Homöopathie
Küchenschelle - Reguliert die Gelbkörperhormone
Kümmel - Der Milchbildner der Volksmedizin
Lavendel - Die Pflanze der Abgrenzung und Reinheit
Lebensbaum - Bekämpft Feigwarzen und stärkt die Abwehrkräfte
Liebstöckel - Maggikraut löst die »Verhocktheit« der Frauen
Löwenzahn - Der grüne Helfer bei Mastopathie
Madonnenlilie - Regeneration für rissige Scheidenhaut
Majoran - Wärmende Gewürzpflanze vertreibt Pilze
Mariendistel - Schutz für Leber, Brust und Psyche
Melisse - Grünkraft kontra Viren
Mistel - Die Fruchtbarkeitspflanze der Volksmedizin
Mönchspfeffer - Macht keusch wie ein Lamm
Muskatellersalbei - Weckt die sinnliche Seite der Frau
Mutterkraut - Das pflanzliche Aspirin des 19. Jahrhunderts
Mutterkümmel - Beruhigt die Magensäfte
Myrrhe - Bekämpft Pilze und heilt Muttermundgeschwüre
Nachtkerze - Liefert hautregenerierende Omega-Fettsäuren
Odermennig - Der heimische Grüntee-Ersatz
Orthosiphon - Nierenstärkung für Feinsinnige
Petersilie - Fördert die Mondblutung und die Geburt
Pfingstrose - Heilt Hämorrhoiden und Analfissuren
Poleiminze - Die Uterusreinigerin unter den Frauenkräutern
Preiselbeere - Beugt bakteriellen Blasenentzündungen vor
Rainfarn - Gürtelkraut erleichtert die Geburt
Raute - Hormondoping bei frühzeitigem Wechsel
Rhapontikrhabarber - Reguliert Wechseljahrsbeschwerden
Ringelblume - Die sonnenhafte Wundheilerin
Rose - Venusblume für die Vagina

Rosmarin - Pflanzenfeuer für die Liebeskraft
Rotklee - Der heimische Sojaersatz
Salbei - Ein Volksmittel zum Abstillen und Schweißhemmen
Sanddorn - Vitamindoping fürs Immunsystem
Sanikel - Das Knochenheilmittel des Paracelsus
Schafgarbe - Bodenheilerin und Wundkraut des Achill
Schierling - Bringt Brustknoten zum Einschmelzen
Schneeball - Lindert Endometriosebeschwerden
Schöllkraut - Die Goldwurz der Alchimisten
Shatavari - Die ayurvedische Liebespflanze für die Frau
Silberkerze - Gleicht auf sanfte Weise Östrogenmangel aus
Silbermantel - Die Blutstillerin der Volksmedizin
Soja - Liefert Phytoöstrogene für den Wechsel
Steinklee - Wiesenduft und Venendoping
Steinsame - Das Verhütungsmittel der Indianerfrauen
Stiefmütterchen - Regenerationskraft für die Scheidenhaut
Storchschnabel - Der Kindsmacher der Volksmedizin
Taigawurzel - Die Kraftpflanze fürs Immunsystem
Taubnessel - Balsam für die Scheidenhaut
Teebaum - Ein antimikrobielles Multitalent
Tigerlilie - Der asiatische Keuschlammersatz
Veilchen - Die Narbenheilpflanze der Hildegard von Bingen
Walnuss - Erleichtert die Häutung der Seele
Weidenröschen - Die Helferpflanze bei Reizblase
Wermut - Bringt Galle und Blutung ins Fließen
Wiesenknopf - Die Blutstillerin der Volksmedizin
Wolfstrapp - Sanftes Regulans bei Schilddrüsenleiden
Yamswurzel - Lieferant für natürliches Progesteron
Zinnkraut - Strukturkraft für Knochen und Immunsystem

Anhang

Möglichkeiten und Grenzen der Selbstbehandlung
Medizinisches Glossar mit Therapiehinweisen
Zum Umgang mit den Rezepten
Dank

Quellen- und Literaturverzeichnis
Adressen und Bezugsquellen
Stichwortverzeichnis

Der Artemis

Königin, höre mich an,
Vielgerufene Tochter des Zeus,
Donnernde, hochgelobte Titanin,
Erhabene Bogenschützin!
Allerleuchtende, Fackelträgerin,
Göttin Diktyнна, dem Kindbett hold;
Helferin in den Wehen,
Selbst aber dem Kindbett fremd.
Gürtellöserin, Freundin des Wahnsinns,
Sorgelösende, Jagende,
Rennerin, schleudernd die Pfeile,
Freundin der Jagd, die die Nacht durchstürmt;
Rufende, freundlich den Bitten,
Erlösende, männlich Gestaltete,
Orthia, Helferin bei der Geburt,
Der Menschen männernährende Gottheit;
Ambrosische, Göttin der Erde,
Tiertötende, gnädig Fügende;
Du besitzt als Eigen
Die Eichwälder der Berge,
Hirschjägerin, Heilige, Hehre,
Allkönigin, herrliches Reis,
Prangend in ewiger Schönheit!
Eichwaldgöttin, umbellt von den Hunden,
Kydonias, schimmernd Gestaltete:
Komm, helfende, freundliche Göttin,
Dem Flehn der Geweihten geneigt;
Herrliche Früchte entsende der Erde,
Frieden und lieblich gelockte Gesundheit;
Krankheit und Leiden lass fahren dahin
Auf die Gipfel der Berge!

Orphischer Hymnos an die Mondgöttin Artemis

Vorwort

Es ist nun bald ein Vierteljahrhundert her, dass mir einmal ein Freund in einem Gespräch gesagt hat: »Wenn du wirklich ein Buch schreiben willst, dann musst du ein Feuer in dir fühlen, das dich nachts aus dem Bett treibt, um zu schreiben; ein Feuer, das dir keine Ruhe mehr lässt ...«

Zwar habe ich schon mit Leidenschaft Bücher geschrieben, aber ein solches Feuer, wie ich es dieses Mal fühlte, kannte ich bislang noch nicht. Genau genommen spüre ich dieses Seelenfeuer, das mich zahllose Stunden an den Schreibtisch gebannt hat, seit der Geburt unseres Sohnes im Mai 2006. Denn dank meiner rund zwanzigjährigen Erfahrung im Umgang mit Heilpflanzen und Naturarzneien für Frauen konnte ich eine unbelastete Schwangerschaft und Hausgeburt erleben. Dank der Erfahrungen mit Frauenkräutern konnte ich mich während der Schwangerschaft selbst behandeln, die Geburt optimal vorbereiten und den Geburtsablauf günstig beeinflussen. Ohne Heilpflanzen hätte ich während der Schwangerschaft Medikamente nehmen müssen, die dem kindlichen Organismus geschadet hätten. Auch hätten wir die Hausgeburt wegen Wehenschwäche abbrechen müssen, und sicher wäre ein Dammschnitt oder ein Kaiserschnitt nötig geworden. Doch so wurde diese Geburt für mich eine Einweihung in das weibliche Urmysterium des Lebenschenkens.

Aus der unendlichen Dankbarkeit, die mich über dieses wichtigste Ereignis in meinem Frauenleben erfüllt, entflammte ebenjenes Seelenfeuer, das mich in den letzten

Monaten angetrieben hat, alles, was ich über Frauenkräuter weiß, nochmals zu sichten, zu sortieren, erneut nachzuschlagen, schließlich alles niederzuschreiben und immer wieder zu überarbeiten. Es fühlte sich wie ein höherer Auftrag an, der keinen Aufschub duldete.

Mit dem »Lexikon der Frauenkräuter« möchte ich meine Erfahrungen nun allen zur Verfügung stellen, die an Frauengesundheit interessiert sind. Durch die Verbreitung von fundiertem Pflanzenwissen soll die Frauenheilkunde und Geburtshilfe neue Impulse bekommen. Sowohl Therapeutinnen als auch betroffene Frauen sollen in diesem Nachschlagewerk Antworten auf ihre Gesundheitsfragen erhalten.

Wenn ich heute all meine Erfahrungen in einem Satz zusammenfassen müsste, dann könnte ich nur sagen: Grün ist die Hoffnung. Denn mit Heilpflanzen lässt sich scheinbar Unglaubliches bewegen. Insbesondere in der Frauenheilkunde und Geburtshilfe kann die Phytotherapie zahlreiche Lücken schließen. Die meist seit Jahrhunderten erprobten Frauenkräuter bergen geradezu ungeahnte Kräfte in sich. Mit ihnen lassen sich Blutungen anregen oder stillen, Entzündungen und Schmerzen lindern, Zyklusstörungen und hormonelle Schwankungen regulieren, Wehen hemmen oder anregen ... Die meisten Antibiotikagaben lassen sich durch Heilpflanzen ersetzen, ebenso kann man in vielen Fällen Hormonpräparate sowie Schmerzmittel umgehen, sofern man die Pflanzenkräfte richtig einsetzt. Nicht zuletzt wird bei sachkundiger Anwendung von Frauenkräutern sogar so manche Operation unnötig, insbesondere bei »schlechtem« Pap-Test, bei Myomen oder Zysten; und auch Kaiserschnitten kann man vorbeugen.

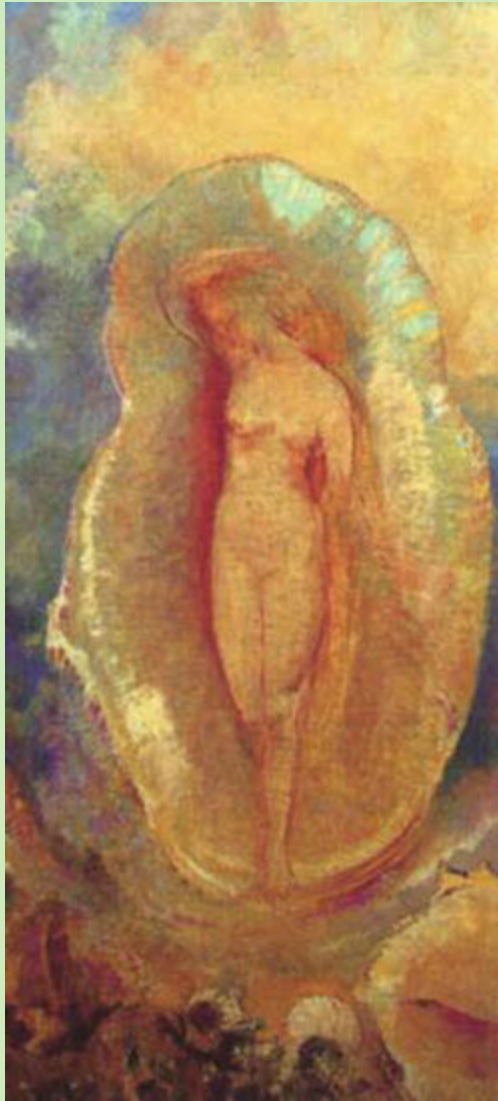
Obwohl die Pflanzenforschung heute recht weit vorgedrungen ist und oftmals die empirisch gewonnenen Erkenntnisse der Hebammen und Kräuterweiber des Mittelalters bestätigen konnte, haben es bislang nur eine

Handvoll Arzneipflanzen in die Frauenarzt- und Hebammenpraxen geschafft. Dabei stammen die stärksten Medikamente der Schulmedizin ursprünglich aus dem Pflanzenreich, zum Beispiel enthält die Silberweidenrinde Salicin, eine Vorstufe von Aspirin, die schmerzstillenden Opiate der Krebstherapie leiten sich vom Schlafmohn ab, und die ersten Hormonpräparate wurden einst aus der Yamswurzel synthetisiert - um nur einige Beispiele zu nennen. Die Macht der Pflanzen ist groß, und die Möglichkeiten, die sich durch die Naturheilkunde eröffnen, sind noch lange nicht ausgeschöpft. Auch verlangen immer mehr Frauen nach sanften Alternativen aus der Natur.

Nie zuvor hat sich beispielsweise die natürlichste Sache der Welt, das »Kinderkriegen«, weiter von der Natur entfernt, als es heute der Fall ist. Sofern eine Schwangere bereits Fehlgeburten hatte, wird sie inzwischen routinemäßig mit einem halben Dutzend Arzneien versorgt, darunter Jodid, Folsäure, Magnesium, Gelbkörperhormone, Heparin und ASS. Dabei könnten die vorgenannten Arzneistoffe in vielen Fällen durch Frauenkräuter und Naturheilmittel ersetzt werden. Denn gegen fast jedes Frauenleiden sind Kräuter gewachsen - nur gegen das Schicksal kann und will die Natur nicht ankommen.

Nun wünsche ich Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, viel Vergnügen und hoffe, dass Sie hier zu allen Frauenangelegenheiten fündig werden.
Möge Mutter Natur Ihnen wohlwollend beistehen!

*Margret Madejsky,
zur Sommersonnenwende 2008*



Aphrodite in der Muschel (O. Redon, 1912)

Einführung

Die Pflanzen der Göttin

Das Pflanzenreich beschenkt den Menschen seit Anbeginn der Zeit mit Nahrung, mit Baumwolle für Kleidung und Tücher, mit Holz für Gebrauchsgegenstände von der Wiege bis zum Sarg und nicht zuletzt mit Heil-, Schmerz- und Genussmitteln. Dabei macht Mutter Natur gewiss keinen Unterschied zwischen Frau oder Mann. Ihre Geschenke, die Heilkräuter, lässt sie seit Urzeiten für alle Geschöpfe gleichermaßen sprießen. Selbst die weniger naturverbundenen Menschen müssen doch zugeben, dass ohne die Gaben der Natur keine menschliche Existenz möglich wäre – wir hätten keinen Sauerstoff zum Atmen, unsere Tiere hätten nichts zu fressen, und unsere Teller wären leer ... Spätestens wenn man sich dieser Tatsache bewusst wird, müssen einfach Dankbarkeit und Ehrfurcht aufkeimen.

Ebendiese Dankbarkeit und Ehrfurcht haben wohl unsere frühen Vorfahren empfunden, wenn sie das Wunder der sich ständig selbst gebärenden Natur beobachten konnten, die sich im Lauf der Zeiten unermüdlich erneuert und die als ewige Amme den Menschen wie alle anderen Geschöpfe dieser Erde beherbergt und nährt. Daher verehrten die alten Völker die Natur als Ausdruck göttlichen Wirkens, aber auch als Wohnort der göttlichen Mächte, und erhoben besonders wichtige Pflanzen schließlich zu Attributen ihrer Götter. Man denke dabei nur an die geburtsmächtige Mondgöttin Artemis, der die Artemisiagewächse wie etwa

der Beifuß oder der Wermut unterstehen, die seit Urzeiten in der Frauenheilkunde und Geburtshilfe Verwendung finden. Oder an das Kornmädchen Persephone, deren pflanzliche Attribute, Granatapfel und Mistel, bis heute frauenheilkundlich gebraucht werden. An Frau Holle, der einst als Muttergottheit und Seelengeleiterin Milchopfer dargebracht wurden und deren Name noch im Holunder mitschwingt. Oder man denke an Maria, welche die heidnischen Göttinnen im Zuge der Christianisierung abgelöst und deren Attribute übernommen hat (siehe die Tabelle auf [Seite 16](#)).

Zwar waren die alten Völker wie etwa die Griechen, die Römer oder die Kelten und Germanen bereits von Männern dominierte Gesellschaftsformen, doch das weibliche Urmysterium der Fruchtbarkeit und der Geburt hatte seinen Zauber in der Antike wie auch in der frühen Neuzeit noch lange nicht verloren. Vor allem in bäuerlichen Gemeinschaften erkannte man die Analogien zwischen Menschen-, Tier- und Pflanzenreich. Wie die Bäume, Sträucher und Pflanzen in Feld, Wald und auf der Wiese Früchte hervorbringen, so trugen eben Mensch oder Tier Leibesfrüchte aus. Daher brachten die Alten vor allem die fruchtragenden Gewächse wie etwa den Granatapfel, den Holunder, die Mistel oder den Mönchspfeffer mit ihren Fruchtbarkeitsgöttinnen in Verbindung. Die Ehre, einer Göttin unterstellt zu werden, wurde jedoch nur den wirkungsvollsten Pflanzen zuteil, die sich bei Mensch und Tier zuvor schon erprobt hatten.

Nicht weniger bedeutsam war wohl die Beobachtung, dass allein solche Bäume Früchte hervorbringen konnten, die zuvor geblüht hatten. Man erkannte sicherlich rasch, dass die Regel »Ohne Blüte keine Frucht« ebenso auf den Menschen zutreffen musste, und nannte die Mondblutung der Frauen daher »Monatsblum«, denn ohne dieses sichtbare Zeichen der Fruchtbarkeit konnte eine Frau keine Leibesfrucht empfangen und austragen. Daher waren

alle menstruationsfördernden Kräuter von großer Bedeutung.

Das heilkundliche Interesse unserer Vorfahren drehte sich also hauptsächlich um die Fortpflanzungsfähigkeit sowie um die Geburt und um alles, was damit in Zusammenhang stand. Daher genossen ebenjene Heilkräuter und -wurzeln besonders hohes Ansehen, die über Kräfte verfügten, eine Mondblutung hervorzubringen, die Fruchtbarkeit zu steigern, eine Geburt zu erleichtern, eine Geburtsblutung zu stillen oder das lebensbedrohliche Wochenbettfieber zu verhüten. Alle Pflanzen, die den Frauen in ihren einst ureigenen Angelegenheiten beistanden, wurden früher oder später den zuständigen Göttinnen unterstellt und als Geschenke oder Attribute dieser Göttinnen verehrt, geheiligt oder geweiht und natürlich zu Heilzwecken verwendet. Daher ist auch der Umkehrschluss möglich, dem zufolge jede Pflanze, die einst mit einer Göttin assoziiert wurde, irgendwann einmal in der Frauenheilkunde oder Geburtshilfe eine Rolle gespielt haben muss. Beispielsweise finden alle Marienkräuter bis heute entweder in der Frauen- oder in der Kinderheilkunde Verwendung.

Die Ursprünge des Gebrauchs von Frauenheilpflanzen verlieren sich irgendwo in den Nebeln der Vorzeit. Bis ins Mittelalter hinein wurde das Frauenkräuterwissen üblicherweise innerhalb der Sippen mündlich weitergetragen. Meist war es die Dorfälteste, die während einer Geburt zu Hilfe gerufen wurde oder die man um Rat fragte, wenn zum Beispiel der Kindersegen zu lange ausblieb. Solche erfahrenen Frauen, in den alten Kräuterbüchern »empirische Weiber« genannt (oder geschimpft), kannten mitunter auch Möglichkeiten, dem übermäßigen Kindersegen mit Hilfe bestimmter Kräuter Einhalt zu gebieten, und endeten wegen ihrer Kenntnisse zur Geburtenregelung zu Abertausenden auf den Scheiterhaufen der Inquisition.



Schwertlilien sind Attribute der Götterbotin Iris. (Foto: M. Madejsky)



Blühende Myrte ist als Blume der Liebesgöttin Aphrodite bis heute im Hochzeitsbrauchtum vertreten. (Foto: O. Rippe)



Nach der Legende verfügt die Frühlingsgöttin Ostara über einen Schlüsselbund, mit dem sie die Herzen der Menschen aufschließen kann. Vermutlich dient die Schlüsselblume (*Primula veris*) der Göttin als Schlosskraut. (Foto: M. Madejsky)



Klostergarten auf der Fraueninsel, Chiemsee (Foto: O. Rippe) Viele Kräuter aus der Klostermedizin werden seit Urzeiten in der Frauenheilkunde verwendet.



Baldrianblüte (Foto: M. Madejsky)

Nach der Legende reitet die Göttin Bertha auf einem hopfengezäumten Hirsch durch den Götterhimmel und hält eine Baldriangerte in der Hand. Beide Gewächse, Baldrian wie auch Hopfen, zügeln im übertragenen Sinn die männliche Sexualkraft, die durch den Hirsch verkörpert wird.



Marienlinde in Linden bei Wessobrunn (Foto: M. Madejsky)

Ab dem 9. Jahrhundert löste Maria die heidnischen Muttergöttinnen ab. Zuvor galt die Linde als Wohnsitz der Ehegöttin Frigga, und der Frauenmantel war ebenfalls eines ihrer Attribute.



Verkündigung mit Madonnenlilie (J. W. Waterhouse, 1914)



Frauen im Hag (Holzschnitt, um 1500)



Die Akelei ist der Liebesgöttin Freya heilig und mit den Elfen im Bunde, daher auch der Name Elfenhandschuh. In der Gotik wurde sie zu einer Symbolpflanze Marias. Foto: O. Rippe.



Göttin Juno (Aquarell von G. Moreau, 1881)

Gewiss wurde ein Großteil des Frauenkräuterwissens zusammen mit den Hexen verbrannt, bei denen es sich nicht selten um kräuterkundige Hebammen handelte. Der

Begriff Hexe, hegse oder hagsche leitet sich nämlich ursprünglich vom »Hag« ab, dem Wirkungsort dieser weisen Frauen, der eine Art Kräutergarten bezeichnet. Doch die Hexenpflanzen, Frauenkräuter und Mutterwurzeln, welche die hagschen einst gesammelt und angewendet haben, gibt es immer noch, und manche von ihnen werden nun schon seit unzähligen Jahrhunderten in der Frauenheilkunde und Geburtshilfe genutzt. Auch die Kräuterbücher des 16., 17. und 18. Jahrhunderts sind noch immer Schatztruhen voller Pflanzenwissen. Dort finden sich zahllose Hinweise auf die Kräfte der Frauenkräuter. Ein reichhaltiger Fundus, der neu entdeckt und wieder nutzbar gemacht werden will, denn jedes dieser Bücher beschenkt uns mit Dutzenden von frauenheilkundlich relevanten Stichwörtern - um nur einige zu nennen: »ehlich Werk befürdern« oder »reizet zu ehelichen Werken« (wirkt aphrodisierend), »Empfengnuß fürdern« (Fruchtbarkeit steigern), »stillet die übrige Zeit der Frawen« (wirkt blutflusshemmend), »verstandene Weiberzeit treiben« (regt die Menstruation an), »leget das Grimmen der Beermutter« (wirkt krampflösend), »Brüst so hart sind und Knollen haben von der Milch« (wirksam gegen Milchknoten), »Geburt fürdern und das Bälgle forttreiben« (Geburt und Nachgeburt austreiben), »treibet das Bürtlin« (wirkt geburtserleichternd), »Kindbetterin reinigen« (Wochenfluss anregen), »leget die Geschwulst der heimlichen Oerter« (heilt Wunden und Geschwüre am Genital) ...

Göttinnen und ihre pflanzlichen Attribute

Aphrodite: griechische Liebesgöttin (römische Venus)	Rose (<i>Rosa centifolia</i> u. a.): Gebärmutterarznei und Symbolpflanze der Liebe Madonnenlilie (<i>Lilium candidum</i>): Fruchtbarkeitspflanze Myrte (<i>Myrtus communis</i>): Symbol für Ehe und Kindersegen Rosmarin (<i>Rosmarinus officinalis</i>): Hochzeitspflanze, Aphrodisiakum und Emmenagogum
Artemis: griechische Mond-, Jagd- und Geburtsgöttin (römische Diana)	Artemisiagewächse wie Beifuß (<i>Artemisia vulgaris</i>), Eberraute (<i>Artemisia abrotanum</i>) oder Wermut (<i>Artemisia absinthium</i>): Emmenagogum und Geburtsmittel
Bertha: keltische Fruchtbarkeitsgöttin	Hopfen (<i>Humulus lupulus</i>): Fruchtbarkeitspflanze Baldrian (<i>Valeriana officinalis</i>): Beruhigungsmittel
Brigida: keltische Muttergöttin	Birke (<i>Betula</i> sp.): Schamanenbaum und Wiegenholz
Demeter: griechische Vegetationsgöttin, Kornmutter	Getreidearten wie Hafer (<i>Avena sativa</i>) oder Roggen (<i>Secale cereale</i>): Kraftnahrung und Fruchtbarkeitssymbole Mutterkorn (<i>Secale cornutum</i>): Abortivum und Geburtsmittel Mohn (<i>Papaver</i> ssp.): Krampf- und Schmerzmittel
Freya: germanische Liebesgöttin	Linde (<i>Tilia</i>): Hochzeitsbaum und Geburtsmittel Akelei (<i>Aquilegia vulgaris</i>): alte Liebespflanze Frauenhaarfarn (<i>Adiantum</i> ssp.): Nierenheilpflanze
Frigga: germanische Göttin für Ehe und Kindersegen	Frauenmantel (<i>Alchemilla</i> ssp.): Universalheilpflanze für Frauen Erdbeere (<i>Fragaria</i> ssp.): Liebes- und Fruchtbarkeitssymbol Rotklee (<i>Trifolium pratense</i>): Symbolpflanze der dreifaltigen Göttin
Hekate: griechische Unterweltsgöttin	Alraune (<i>Mandragora officinarum</i>): Zauberwurzel, Aphrodisiakum, Betäubungsmittel und Abortivum Weide (<i>Salix</i> ssp.): Schmerzmittel
Hera: griechische Muttergöttin	Mönchspfeffer (<i>Vitex agnus-castus</i>): Symbolpflanze der Keuschheit; Anaphrodisiakum und Fruchtbarkeitspflanze
Holda oder Holle: frühgermanische	Holunder (<i>Sambucus nigra</i>): Gedeihbaum der Sippe, Fieberheilpflanze und Kindermittel

Muttergöttin und
Seelengeleiterin

Iris: griechische
Göttin des
Regenbogens;
geflügelte
Götterbotin und
Totengeleiterin

Iris (*Iris versicolor*): Symbolpflanze für
Fruchtbarkeit und Wiedergeburt, Zahnungsmittel
und Kosmetikum

Isis: altägyptische
Fruchtbarkeits- und
Mondgöttin

Eisenkraut (*Verbena officinalis*):
Fruchtbarkeitspflanze und Wehenmittel;
Diplomatenkraut der alten Römer

Juno: römische
Muttergöttin

Madonnenlilie (*Lilium candidum*), die »Rose der
Juno«, entspross aus Junos Muttermilch

Maria: christliche
Muttergöttin

Frauenmantel (*Alchemilla*): Symbolpflanze der
unbefleckten Empfängnis und »Allerfrauenheil« der
Volksmedizin

Lavendel (*Lavandula angustifolia*): Symbolpflanze
der Reinheit

Mariendistel (*Carduus marianus*): Leberheilmittel
und Milchbildungspflanze

Mariengras (*Hierochloa odorata*):
Räucheropferpflanze

Mönchspfeffer (*Vitex agnus-castus*): Symbolpflanze
der Keuschheit

Melitta:
babylonische
Fruchtbarkeitsgöttin

Mistel (*Viscum album*): volksmedizinische
Fruchtbarkeitspflanze

Ostara:
germanische
Frühlings- und
Sonnengöttin

Gänseblümchen (*Bellis perennis*): Emmenagogum,
Hautheilpflanze und Milzmittel

Persephone:
griechische
Vegetationsgottheit;
Kornmädchen und
Tochter der
Demeter

Granatapfel (*Punica granatum*): Symbolpflanze der
Wiedergeburt und Quelle natürlicher
Pflanzenhormone

Mistel (*Viscum album*): Schlüssel zur Unterwelt und
volksmedizinische Fruchtbarkeitspflanze

Pappel (*Populus ssp.*): Unterweltsbaum und
Wundarznei



Alraune und Zaunrübe, aufgenommen auf der Kykladeninsel Amorgos
(Foto: M. Madejsky).



Alraunweiblein (J. W. v. Cube, 1485)
Nach dem Aberglauben wohnt in der anthropomorphen Alraunenwurzel
ein Totengeist.



Auch im weißen Bilsenkraut kommen krampflösende Alkaloide vor, mit denen sich Regelbeschwerden »weghexen« lassen. (Foto: M. Madejsky)



Hexe mit Alraunpuppe (J. H. Füssli, 1812)
Weil die Alraune ihrem Besitzer Zauberkräfte verleihen soll, wurde sie im Mittelalter teuer gehandelt und vielfach gefälscht.