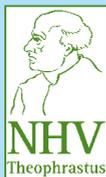


Johanniskraut

Hypericum perforatum

Die Jury des NHV Theophrastus hat für den Verein das JOHANNISKRAUT
zur HEILPFLANZE DES JAHRES 2019 gekürt.



NHV Theophrastus

– Organisationsbüro –

Reichenhainer Straße 175 · 09125 Chemnitz

Telefon 03 71 6 66 58 12 · Telefax 03 71 6 66 58 13

www.nhv-theophrastus.de · orgbuero@nhv-theophrastus.de

„Von dem Sankt Johannes-Kraut

Der Name dieses Krautes ist Perforata und dieser Name ist gut und wohl gesetzt. Ich werde ihn auch nicht verändern. Ich will euch berichten, was von diesem Kraut da ist, was davon zu halten ist und wozu es nützlich ist.“⁽¹⁾

Theophrastus Bombast von Hohenheim, genannt Paracelsus (1493–1541), der große Arzt, Forscher und Philosoph der beginnenden Neuzeit, widmete dem Johanniskraut (*Hypericum perforatum*) in seinem Buch „Von den natürlichen Dingen“ aus dem Jahr 1525 ein ganzes Kapitel.

Darin beschreibt er die besondere Wirkung und Anwendung dieser Pflanze. Paracelsus' Erkenntnisse sind heute immer noch aktuell und sie werden uns bei der Beschäftigung mit der Lichtpflanze Johanniskraut begleiten.



Johanniskraut – Eine Pflanze des Lichtes

Die Sonne leuchtet vom strahlend blauen Himmel. Keine Wolke trübt das tiefe Blau. Es ist Mittag und warm, jedoch noch nicht die brütende Hitze der Augusttage. Die Blumen recken ihre Blüten der Sonne entgegen. Manche sind schon trunken vom Licht. Der Hahnenfuß streckt die gelben Blüten als offene Schalen der Hingabe zur Sonne. Weiße Margeriten leuchten mit den zarten blauen Glockenblumen und dem knalligen Klatschmohn um die Wette. Die Erde strebt dem Himmel entgegen. An Wegrändern oder auf Lichtungen, wo die Sonne die Erde ungehindert erreicht, wächst das Johanniskraut, eine Pflanze, deren Wachstum ganz von Licht und Sonne durchwirkt ist. Zur Sommersonnenwende ist die Erde dem Licht und der Wärme der Sonne ausgebreitet. Keine Steigerung ist im Jahreslauf mehr möglich. In dieser Zeit beginnt das Johanniskraut zu blühen.

In manchen Gegenden Deutschlands wurde diese Pflanze mit den leuchtend gelben Blüten auch Veitskraut genannt, denn der 15. Juni ist dem Namen des Sankt Veit oder Vitus gewidmet. Üblicherweise begann an diesem Tag die Heuernte. In ganz Sachsen ist es heute noch Brauch, dass eine Johannis-Andacht am Abend auf den Friedhöfen im Freien stattfindet. So wird in der Jahresmitte sowohl der Fülle als auch der Vergänglichkeit gedacht. Im Erzgebirge sammelten die Bauern am Abend des Johannistages neunerlei Kräuter, neben dem Johanniskraut auch Kamille und Flieder. Sie flochten daraus einen Kranz, der in die Stube gehängt wurde. Dieser sollte vor Krankheit und Unheil bewahren. Wünschelrutengänger schnitten an diesem Abend ihre Haselnusszweige für ihre Arbeit. Es folgt die Johannisnacht. Feuer werden ent-



Das Johanniskraut trägt seinen Namen nach Johannes dem Täufer, an den am 24. Juni gedacht wird.



Die langen Tage locken zum Mittsommer-Ausflug ins Freie.

zündet. Wenn zwei Freunde Hand in Hand über das Johannfeuer springen, dann ist die Freundschaft geläutert. In den Alpen rollten pechgetränkte Holzscheiben als Feuerräder die Berge hinab und vertreiben die bösen, lichtscheuen Geister. Aus gleichem Grund wurden Johanniskrautbüschel an die Scheunenwände gehängt. Und wo kein Feuer die Johannisnacht erhellt, sorgen unzählige Glühwürmchen im Schatten der Bäume für Beleuchtung. Die Elfen tanzen ihren Reigen dazu. Das Licht hat selbst in diesen hellen Nächten die Dunkelheit besiegt. Zahlreiche Bräuche, Märchen und Geschichten sind mit der hohen Zeit im Jahr aber auch mit dem Johanniskraut verknüpft. Und über aller Freude und Ausgelassenheit schwebt schon der Abschied, das Kürzerwerden der Tage, die Melancholie der Vergänglichkeit. Da das Johanniskraut nach dem Verblühen noch lange seine grüne Blätterfarbe behält, galt es in der Volksmedizin als Pflanze für ein langes Leben.

Johanniskraut hat die Kraft, das Sonnenlicht ganz in sich aufzunehmen und in zweifacher

Weise zu speichern. Es finden sich an den Blättern und Blüten schwarze Öldrüsen, welche die roten, an Blut erinnernden Farbstoffe der Hypericine enthalten. Hypericin und Hyperforin, phenolische Ringverbindungen, sind die Hauptwirkstoffe der Pflanze. Weil diese Pflanze um den Johannistag beginnt zu blühen und der rote Farbstoff mit dem Blut von Johannes dem Täufer verbunden wurde, erhielt die Pflanze den Namen Johanniskraut. In vorchristlicher Zeit wurde es Elfenblut oder Blutkraut genannt.

Weiterhin wird in den Blättern ätherisches Öl gespeichert. Dieses ist beim Johanniskraut sogar sichtbar, wenn das Licht durch die grünen Blätter fällt. Die Blätter erscheinen dabei punktiert „durchlöchert“, so dass die Pflanze ihnen die Bezeichnung „perforatum“ verdankt. Diese hell durchscheinenden Zellen sind die Sammelstellen für ätherisches Öl, dem stoffgebundenen Licht.

Außerdem finden sich im Johanniskraut in allen oberirdischen Pflanzenteilen Flavonoide.



Das sind gelbe Farbpigmente, welche beim Menschen entzündungshemmend wirken, die

Pflanzenzellen aber vor dem schädigenden Einfluss der UV-Strahlen schützen.

/11/, /2/, /3/, /9/, /11/, /12/, /14/



Die Pflanze

„Jedem Arcanum entspricht der Willen Gottes. Wenn nun der Willen Gottes geschehen soll, so muß ihn der Arzt suchen, wo er liegt. ... Gott hat in der Perforata einen besonderen Willen und ein besonderes Arcanum für den Menschen geschaffen, ... Dann da ist eine Herrschaft in diesem Kraut über andere.“ ⁽²⁾

Das Echte Johanniskraut oder auch Tüpfel-Hartheu genannt, braucht das Sonnenlicht zur Entwicklung. Selbst die Samen keimen nur unter Sonneneinstrahlung. Liegen sie im Dunklen oder an feuchten Orten, so regt sich jahrelang kein Keim. So bevorzugt das Johanniskraut helle Wald- und Wegränder, Kahlschläge, lichte Gebüsche und Feldraine oder Waldlichtungen mit trockenen, mageren Böden.

der Grund zum Namen „Hartheu“. Die kreuzweisen, gegenständig angeordneten Seitentriebe streben schräg nach oben und enden in einer Blüte. Durch die Versetzung der Seitentriebe um 90° schrauben sich die Blüten der Sonne entgegen. So gleicht die Pflanze einer Pyramide, die auf ihrer Spitze steht. Die Ausgewogenheit des Stängels vermittelt Stabilität und Balance.

Eine kräftige, verästelte Wurzel entwickelt sich und treibt im Frühjahr einen zweikantigen Stängel senkrecht in Richtung Himmel. Dieser fast saftlose Stängel verdorrt und verholzt sehr schnell und war

Die unscheinbaren, elliptischen Blätter stehen ebenfalls gegenständig und eng am Stängel. Hier wiederholt sich immer wieder die Blattstellung der Keimblätter. So entwickelt sich ein etwas steifer, gleichmäßiger, sich wiederholender Spross. Die Blätter selber sind mit schwärzlichen Drüsen am Rand besetzt und mit den im



Gegenlicht leuchtenden Öldrüsen punktiert. Aus der Balance des letzten Blattpaars eines Triebes wächst die krönende Blüte, einer Explosion des Lichtes gleichend. Die Blüten stellen eine Trugdolde dar und scheinen über den Blättern zu schweben. Die fünf unscheinbaren, lanzettlichen Kelchblätter sind wie die gelben Blütenblätter mit dunklen Drüsen besetzt. Die ebenfalls fünf lichtgelben Blütenblätter sind nicht symmetrisch angeordnet. Sie geben sich völlig dem Licht hin. Mehr noch durch ihre propellerflügelartige Form und Anordnung scheinen sie sich in das Sonnenlicht zu schrauben. Dabei ist bei jeder Blüte ein eindeutiger Drehsinn feststellbar. An einer Pflanze halten sich „links-“ und „rechtsdrehende“ Blütenräder die Waage.

Diese Hingabe zum Licht verstärkt sich weiter in den Staubgefäßen. Sie stehen in drei großen Büscheln um einen Fruchtknoten mit dreiteiliger Narbe. Eine reiche Pollenbildung ist an den Staubgefäßen zu beobachten. Die Wärme trocknet die Pollensäckchen aus, so dass sie zu

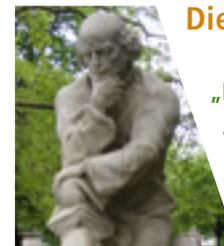
Blütenstaub zerfallen. So verbindet sich in dieser Pflanze das Grobstoffliche mit dem Feinstofflichen. Die Materie scheint sich im Licht aufzulösen.

Die herzförmige, dreikantige Kapsel Frucht enthält zahlreiche dunkelbraune Samen.

Die abgeblühten Blüten erinnern an die Farbe von eingetrocknetem Blut, die Blätter dagegen vertrocknen erst im Herbst. Die oberirdischen Teile sterben ab und der Wurzelstock treibt neue Grundblätter, welche überwintern, um im Frühjahr weiter zu treiben.

Eine Wildsammlung sollte bei trockenem, sonnigem Wetter morgens oder vormittags erfolgen. Gepflückt werden die Blüten mit dem oberen Drittel der Stängel. Verwelkte Blüten und eingetrocknete Samenkapseln werden nicht verwendet. Die Blüten werden, als Strauß aufgehängt, in der Sonne getrocknet und anschließend weiter verarbeitet oder in verschlossenen Dosen aufbewahrt.

/11/, /13/, /17/, /18/



Die Signatur

„Ich zeige den Willen Gottes an, weil der Mensch wissen soll, daß die Arznei nichts ist als nur der Willen Gottes. ... Die Arznei ist aber nicht so, sie muß die Erfahrung haben, wo der Wille Gottes liegt und gegen wen. Denn wenn einer gestochen oder geschlagen wird, gibt es eine Arznei, in der Gott die Heilung geschaffen hat.“ ⁽²⁾

„Ich habe an einigen Orten gemeldet, wie aus der Bezeichnung („Signatum“) erkannt werden soll, was in einem Ding ist und was Gott zum Nutzen des Menschen in das Ding gelegt hat. Dieses Zeichen soll auch hier vorgenommen werden, nämlich die Durchlöcherung, die Form der Blätter und Blüten, die Äste und auch die Adern in den Blättern.“ ⁽³⁾

In der Signaturenlehre wurde von den Pflanzeigenschaften wie Aussehen, Form, Standort, Blühverhalten, Fruchtbildung usw. auf Heilwirkungen derselbigen geschlossen. Paracelsus war ein Meister darin, die Sprache der Erscheinung zu deuten, d. h. in Pflanzen oder Gesteinen zu „lesen“ und deren Wirkung zu ergründen. Typische Merkmale des Johanniskrautes sollen nun erläutert werden.

- **Lichtpflanze:** Eine Pflanze, die das Sonnenlicht speichert und es weitergibt. Licht stärkt die Nerven, die ja Körper und Seele miteinander verbinden. Es wird mit der Sonne, dem Gold und dem Herz im übertragenen Sinn assoziiert. Dadurch erklärt sich die stimmungsaufhellende Wirkung des Johanniskrautes.
- **Gelbe Blüten:** Die Farbe gelb hat meist einen Bezug zur Tätigkeit der Leber und lässt eine Wirkung auf den Gallefluss vermuten.
- **Perforierte Blätter:** Hierfür gibt es verschiedene Deutungen. Im Volksglauben war die Wirkung des Johanniskrautöles gegen Stichwunden verankert. Auch seelische

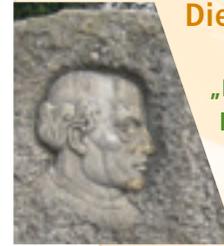
„Stichverletzungen“ gehören dazu. Weiterhin wurde ein Bezug zum Hexenschuss, der Lumbalgie oder Ischialgie, gesehen. Paracelsus ging noch weiter. Er verstand die perforierten Blätter als Symbol zur Ausleitung durch alle „Löcher“, d. h. durch alle Poren der Haut.

- **Geäderte Blätter:** Die auffälligen Blattnerven weisen auf eine Wirkung auf das Nervensystem hin.
- **Roter Pflanzensaft:** Das Johanniskraut wird bei Blutungen und Wunden zur innerlichen wie äußerlichen Anwendung empfohlen.
- **Symmetrische Blattanordnung:** Diese vermittelt Balance und Harmonie und verspricht eine ausgleichende Wirkung, in diesem Fall auf die Psyche und die Nerven.
- **Verholzende Stängel:** Ist eine solche Signatur zu beobachten, werden kräftigende und festigende Eigenschaften z. B. in Bezug auf Narben oder Venen mit der Wirkung des Hartheus verbunden.

/10/, /2/, /7/



Die Heilwirkung



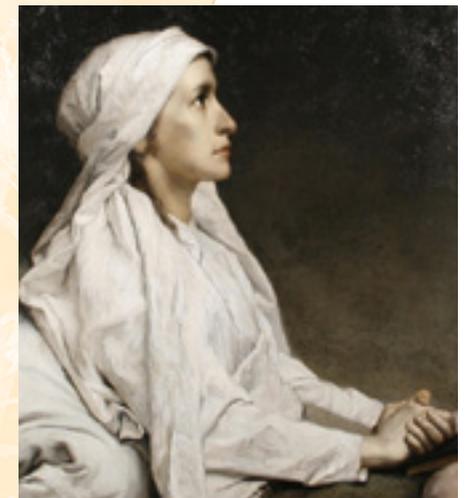
„Ich habe die vier Kräfte gemeldet, die in der Perforata sind, nämlich gegen die Phantasie, gegen Würmer, gegen Wunden und die balsamische Tugend.“ ⁽⁴⁾

Johanniskraut gegen die Phantasmata

„Die Adern auf den Blättern sind ein Zeichen, daß Perforata alle Phantasiegebilde („Phantasmata“) im Menschen austreibt. Denn die Phantasiegebilde rufen Erscheinungen hervor, so daß der Mensch Geister und Gespenster sieht und Phantasien hört. ... Merket euch von diesen, daß Phantasma eine Krankheit ohne Körper und Substanz ist. Nur im Geist wird ein anderer Geist geboren, von welchem der Mensch regiert wird. Wenn nun dieser Geist geboren wird, gibt er dem Menschen andere Gedanken, ein anderes Gebaren ganz wider die angeborene Natur und Sinnlichkeit. ... Es sind die Krankheiten, die die Leute zwingen, sich selbst zu töten. Sie kommen von Sinnen, fallen in Tobsucht, Aberwitz und dergleichen. ... Gegen diese Krankheit sind nicht viele Arzneien von Gott bestimmt. Nur Perforata und die Korallen sind mir bekannt.“ ⁽⁵⁾

Das Wissen um die Heilkraft des Johanniskrautes zieht sich von der Antike bis zur Gegenwart. Hippokrates empfahl es gegen Frauen- und Lungenkrankheiten; Andromachus aus Kreta, der Leibarzt Neros, verwendete Hypericum in Lebenselixieren; im Gothaer Arzneibuch aus dem 14./15. Jahrhundert wird die Behandlung von Wunden beschrieben und Konrad von Megenberg (1309–1374) zeigte darüber hinaus noch eine leber- und nierenstärkende Wirkung an.

Paracelsus war der erste, der ausführlich auf die Wirkung des Johanniskrautes auf die Psyche aufmerksam machte. Diese Wirkungen werden heute rund 500 Jahre später von wissenschaftlichen Studien untermauert. Auch der schwäbische Dichterarzt Justinus Kerner (1786–1862) beschreibt in seinem Buch



„Die Seherin von Prevorst“ eine Heilung der psychisch kranken Gräfin von Magdalehm mittels Johanniskrauttee durch die Hilfe der Seherin.



Der Dichterarzt Justinus Kerner beschäftigte sich intensiv mit psychischen Erkrankungen und betreute Patienten auch über Jahre hinweg zu Hause. Das führte ihn u.a. in das Gebiet der Geistererscheinungen. Erfahrungen daraus verarbeitete er humoristisch in seinen „Klektographien“.



Johanniskraut ist heute das einzige pflanzliche Antidepressivum mit klinisch belegten stimungsaufhellenden und antriebssteigernden Eigenschaften. Die Kommission E des Bundesgesundheitsamtes empfiehlt die Anwendung entsprechend der Positiv-Monographie.

Die Wirksamkeit von Johanniskrautpräparaten wurde bei leichten und mittelschweren Depressionen belegt und ist der Wirkung chemischer Antidepressiva vergleichbar, nur dass die Nebenwirkungen deutlich milder sind. Dabei wurde festgestellt, dass dieser Effekt in seiner vollen Wirkung nur mit der ganzen Pflanze erzielbar ist, jedoch nicht mit Präparaten aus einzelnen Inhaltsstoffen wie Hypericin oder Pseudohypericin. So wird die Anwendung des Johanniskrautes bei leichten bis mittelgradigen Depressionen, auch saisonal abhängigen Depressionen, psychovegetativen Störungen,

nervös bedingter Unruhe und leichten Angstzuständen empfohlen. Natürlich sollte die Diagnosestellung und Verordnung einem Arzt oder Therapeuten vorbehalten bleiben, da diese psychischen Erkrankungen in der Regel ein therapeutisches Maßnahmenpaket verlangen und nicht nur mit einem Tee oder einer Tablette allein zu behandeln sind.

Weiterhin kann es bei der Einnahme hoch dosierter Johanniskrautpräparate ab 600 mg täglich zu Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln wie Immunsuppressiva, Anti-HIV-Mitteln, Blutgerinnungshemmern vom Cumarin-Typ oder Herzmitteln wie Digitoxin kommen. Da der Wirkstoff Hyperforin die Entgiftung über bestimmte Enzyme, die Cytochrome, anregt, kann auch die Wirkung von hormonellen Verhütungsmitteln eingeschränkt sein. Eine Wechselwirkung bei Johanniskraut-Einnahme

mit UV-Strahlung (z. B. Sonne) wird seit Jahren in der Literatur diskutiert. Neuere Studien belegen, dass keine verstärkte Lichtempfindlichkeit der Haut bei üblicher Dosierung auftritt.¹

In der Regel tritt die volle psychogene Wirkung erst nach einer regelmäßigen Einnahme von zwei Wochen ein.

¹ Schulz HU et al. *Arzneim.-Forsch./Drug Res.* 2006; 56: 212-221 /6/, /12/, /13/



Johanniskraut gegen Würmer

„Es ist eine Universalmedizin für den ganzen Menschen. Ihr Saft ist für die Würmer zu stark, darum fliehen sie vor ihm, wo es liegt.“⁽⁴⁾

... Für die Würmer ist auch keine Verbesserung notwendig, sondern das Kraut soll so gebraucht werden, wie es an sich selbst von Gott zusammengesetzt ist.⁽⁶⁾ ... soll man es auf die Wunden legen, in denen Würmer wachsen. Oft kommt dies durch

Verwahrlosung und durch eine schlechte Arznei vor, ... Wenn sie aufgelegt wird, fallen die Würmer von der Wunde. Wo mehr solche Würmer sind, die wegen der Fäulnis im Körper wachsen, soll Perforata auf den Nabel aufgelegt werden und sie vertreibt die Würmer. Aber man soll den Unterschied der Würmer kennen, daß nicht alle durch Fäulnis entstehen. ... Wo dies nun so ist, soll man Perforata auf die Haut oder den Nabel legen. Dann soll man die Würmer durch eine gelinde Purgation ganz austreiben.“⁽⁶⁾

Was Paracelsus als Würmer bezeichnet, würden wir heute als Fliegenmaden ansehen, welche sich auf unsauberen Wunden oder der Haut angesiedelt haben. Man erhält so einen Eindruck von den hygienischen und medizinischen Problemen der damaligen Zeit. In den schriftlich vorbereiteten und überlieferten Baseler Vorlesungen empfahl Paracelsus später an einer Stelle Hypericumtinktur, also den alkoholischen Auszug, innerlich gegen Askariden.

Auch wenn uns die Welt, in der Maden die menschliche Haut besiedeln, in Europa zum Glück recht fremd geworden ist, so müssen wir uns mit entzündlichen Hauterkrankungen wie

z. B. der Neurodermitis und ihren Folgeinfektionen auseinandersetzen.

Professor Dr. Christoph Schempp von der Freiburger Universitäts-Hautklinik forschte an der Wirkung von äußerlichen Johanniskrautextrakten bei bakteriellen Hautinfektionen und entwickelte entsprechende Salben. Er fand Wachstumshemmungen bzw. Abtötung bei Staphylokokken- sowie Streptokokkenbesiedlungen und sogar bei Eitererregern und multiresistenten Keimen. Dabei beschränkte er sich besonders auf das Hyperforin, welches keine Wechselwirkung mit dem UV-Licht eingeht.

/6/, /15/, /16/



Johanniskraut gegen Wunden

„Perforata kann zu einer großen Arznei für Wunden bereitet werden. Dies geschieht durch einen sehr subtilen und gründlichen Vorgang. Dann werden alle Wunden und Stiche von dieser Arznei geheilt.

[Anweisung 1 – Anm. d. Verf.] ... [Modifizierung – Anm. d. Verf.] **ist es ein vortrefflicher Balsam für die Sehnen, für alle Wunden der Sehnen. Es verhindert das Schwinden und zieht das Geäder zusammen, so daß es keiner Naht bedarf. Es verhindert Verkrümmungen und Lähmungen, wo lähmende Wunden sind oder entstehen könnten. ...**

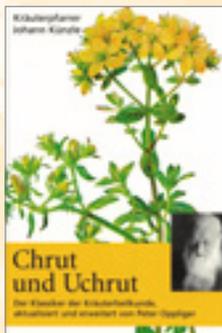
[Anweisung 2 – Anm. d. Verf.]

So entsteht ein Balsam, der solchen, tödlichen Wunden allen gewachsen ist und sie ungefährlich macht. Dabei sollet ihr auch wissen, daß noch eine andere Gattung der balsamischen Art da ist, die getrunken werden soll. Diese balsamische Art ist die beste Wundarznei. Sie soll bei allen Stichen, inneren Körperwunden und Wunden der wichtigen Glieder eingenommen werden. ... Es ist eine große Tugend, wenn eine Arznei den Menschen erhält, so daß er nicht faulen kann. Denn da entstehen keine offenen Schäden, keine Abszesse und keine Ulzerationen. ... Vom Lebenden und Ganzen fault nichts, wenn an dem Ort Perforata ist.“ (7)

Auch der Kräuterpfarrer Johann Künzle (1857–1945) empfahl Johanniskrautöl als das beste und wirksamste Hausmittel bei Wunden, Verbrennungen und Verbrühungen, Schürfungen und Insektenstichen.

Der „Wasserdoktor“ Sebastian Kneipp (1821–1897) verordnete als bekennender „Johanniskrautfan“ die Einreibung mit Rotöl bei Blutergüssen, Quetschungen, Hexenschuss, rheumatischen Erkrankungen, Gicht und Verrenkungen. Bei Leibschmerzen empfahl er, innerlich einige Tropfen auf Zucker zu nehmen.

Kräuterpfarrer Künzles Rezept zur Rotölherstellung:
Offene und halboffene Blüten des Johannis-



krautes werden zerquetscht und in ein Glas Olivenöl eingelegt, dann gut verschlossen 8–10 Tage der Sonnenbestrahlung ausgesetzt. Nachher sieht man das Öl in dunkle Flaschen ab. Paracelsus legte besonders bei der Ölherstellung auf die ausgiebige Sonneneinstrahlung großen Wert.

Kneipp empfahl eine sechswöchige Auszugszeit in der Sonne.

Kneipp und auch Künzle nutzten den Tee aus Blüten und Blättern des Johanniskrautes zur Behandlung bei Verschleimungen der Brust und Lunge, zur Stärkung der Leber, zur Kräftigung der Niere und der weiblichen Unterleibsorgane, bei Blut im Urin sowie bei Bettnässen,

Blasenkatarrh, Magendrücken und Depressionen.

Teeherstellung: 1–2 Teelöffel getrocknetes Johanniskraut pro Tasse mit nicht mehr kochendem Wasser aufgießen und 10 Minuten ziehen lassen, abseihen und 1–3 Tassen pro Tag trinken.

/6/, /17/, /18/



Die balsamische Tugend

„Seine Tugend kann gar nicht beschrieben werden, wie groß sie eigentlich ist und gemacht werden kann. Es gibt keine andere Arznei in allen Rezepten, die ohne Schaden und ohne Zufälle so gut und ganz heilt wie diese Perforata. ... Da ist auch ein Balsam, wenn sie dazu bereitet wird, der in allen Tugenden jedem natürlichen Balsam gleicht. ... Jeder Arzt soll dies aufs beste verstehen.“ (8)

Johanniskraut gibt es neben **Tee und Rotöl** in verschiedenen Zubereitungen.

Der **Frischpflanzensaft** wird bei nervöser Erschöpfung, Überreizung, verminderter Leistungsfähigkeit und Konzentrationsstörungen empfohlen.

Die **CERES-Urtinktur** Johanniskraut lindert psychovegetative Störungen, Schlafstörungen, nervöse Erschöpfungszustände, Wetterföhligkeit, Nervenverletzungen und Entzündungen, Schnittwunden, Rückenschmerzen und Herpes.

Die nervenstärkenden und aufhellenden Eigenschaften der **spagyrischen Johanniskrautzubereitung** der Firma Soluna werden in den Solunaten Nr. 5 (zur Herzstärkung) sowie Nr. 17 (leichtes Antidepressivum) genutzt.

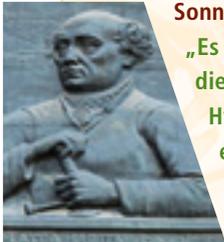
Johanniskraut-Trockenextrakt kann bei leichten depressiven Verstimmungen helfen und sollte, wegen der besseren Qualität, in der Apotheke gekauft werden.

Homöopathisches Hypericum perforatum in verschiedenen Potenzen wird allgemein als das „Arnika der Nerven“ bezeichnet und bei Nervenverletzungen eingesetzt. Bei einem inoffiziellen Ranking der Top Ten der homöopathischen Ischialgiemittel belegt es den 5. Platz und wird durch den typischen, schießenden Ausstrahlungsschmerz entlang des Nervs bis in den Fuß charakterisiert. Der Schmerz verschlechtert sich durch Kälte und Feuchtigkeit. Aber auch Steißbeinschmerzen, schmerzhafte Kieferstarre, Punktionswunden sowie Schockwirkungen, krampfhaft verspannte Nacken-

muskeln und Schultern, Wadenkrämpfe und stechende Schmerzen in Fingerspitzen oder

Zehen reagieren auf Hypericum.

/19/, /20/



Sonnenpflanze – Mondpflanze

„Es ist zu merken, daß jeder Stern auf Erden sein Kraut hat, welches die Art seines Sternes vollbringt und den Schaden wendet. ... Denn Hypericon ist die Sonne. ... Denn die Sterne lehren die Krankheiten erkennen, die Kräuter lehren sie heilen. ... Es sind hier zwei Wege und auf beide soll der Arzt sein Auge gestellt haben. ... Wenn er die Kräuter erkennt, überlege er, was er gebrauchen soll.“⁽⁹⁾

Das Johanniskraut ist eine Lichtpflanze par excellence und das nicht nur, weil sie zur Zeit der Sommersonnenwende blüht. Sie gibt sich dem Licht hin, nimmt es auf, verwandelt das Sonnenlicht in den roten Farbstoff Hypericin, in Hyperforin, in ätherisches Öl, die Flavonoide und Gerbstoffe. Der Mensch darf diese Komposition nutzen.

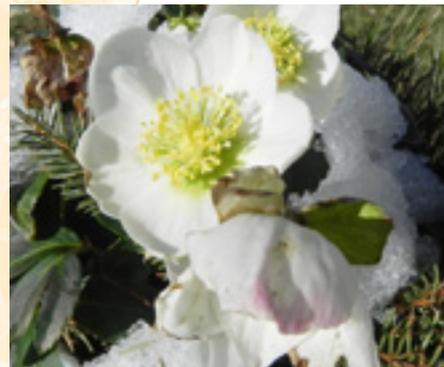
So wie es Sonnenpflanzen gibt, existieren auch Mondpflanzen, und in unseren Breiten konkret eine, welche zur Zeit der Wintersonnenwende

blüht, zu einer Zeit, in der die Hoffnung auf das Licht wächst. Es ist die Christrose (Helleborus niger).

Auch die Mistel blüht im Winter, jedoch sehr unscheinbar. Es rührt uns gerade die Christrose im Innern, wenn sie mit ihren lebenden Blüten der Schneestarre trotzt. Johanniskraut und Christrose sind die zwei pflanzlichen Gegenpole: hier das Licht – dort die Nacht, hier Wärme – dort Kälte, hier der Hinweis auf Johannes den Täufer – dort auf Christus.



Sonnenpflanze – Johanniskraut



Mondpflanze – Christrose

Die Christrose selbst ist giftig und eignet sich nicht zum direkten Gebrauch, auch wenn sie durch die Jahrhunderte in bestimmten Zubereitungen gegen psychiatrische Störungen eingesetzt wurde.

Paracelsus wusste um die Heilkraft der Christrose, auch schwarze Nießwurz genannt, und er unterschied sogar die Wirkungen von Blatt- und Wurzelzubereitungen. Blattzubereitungen setzte er prophylaktisch für Alterserkrankungen, wie Schlaganfall, Arthrose, Nierenschwäche oder Geschwüre ein. Ein langes Leben mit fröhlicher Gesundheit war die Folge.

Dass die Christrosenblätter auch zur Demenzvorbeugung eingesetzt werden könnten, kann aus seinen Schriften herausgelesen werden. Für Wurzelpräparate hatte Paracelsus ebenfalls

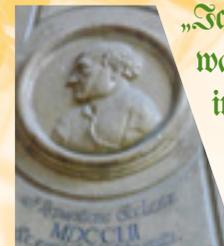
klare Indikationen: Gicht- und Gelenkerkrankungen, Epilepsie, Nierenschwäche mit Ödembildung sowie gynäkologische Beschwerden.

Während Johanniskraut für eher sensible Personen mit zarterem Körperbau geeignet scheint, verordnete Paracelsus die Christrose mehr fülligen, leicht phlegmatischen Menschen.

In der anthroposophischen Medizin wird heute intensiv an der Christrose als Mittel bei Tumorerkrankungen geforscht. Als homöopathische Zubereitung steht sie dem Therapeuten zur Verfügung.

Johanniskraut – die Sonnenpflanze und die Christrose – ein Kind des Mondes, zwei Pflanzen an den Wendepunkten des Jahres.

/20/, /21/, /22/



„Ich nehme an, wir Menschen sind so, daß uns gleich alles, was wir wollen, ohne Arbeit, Mühe, Kunst, Sammer und Not in das Maul flöge. Das ist aber alles bei Gott nicht geschehen, sondern es ist sein Wille, daß wir im Schweiß unseres Angesichts uns nähren und unseren Nächsten dabei helfen sollen. Durch die Mühe und Arbeit wird Gottes Willen erfüllt. Wisset, daß Gott den Menschen mit allem, was er braucht, versorgt hat und seinen Willen in die Natur gesetzt hat. Der Willen Gottes ist das Arcanum, das in den natürlichen Dingen ist. Es gibt so viele Arcana, wie viele des Menschen Not erfordert.“⁽¹⁰⁾

Zitate

- (1) Paracelsus: Sämtliche Werke, Band 3, Hrg. Dr. Bernhard Aschner, Verlag Gustav Fischer, Jena, 1930, S. 628
- (2) Ebenda S. 629
- (3) Ebenda S. 630
- (4) Ebenda S. 631
- (5) Ebenda S. 630–631
- (6) Ebenda S. 633
- (7) Ebenda S. 635–636
- (8) Ebenda S. 632
- (9) Ebenda S. 861
- (10) Ebenda S. 628/629

Literatur

- /1/ Kranich, Ernst Michael: Pflanzen als Bilder der Seelenwelt, Verlag Freies Geistesleben, Stuttgart, 1996, S. 156 ff
- /2/ Kalbermatten, Roger: Wesen und Signatur der Heilpflanzen, AT Verlag, Aarau, 2002, S. 81 ff
- /3/ Vonarburg, Bruno: Homöotanik Band 2: Blütenreicher Sommer, Karl F. Haug Verlag, Stuttgart, 2005, S. 81 ff
- /4/ Schauenberg, Paul: BLV Bestimmungsbuch Heilpflanzen, BLV Verlagsgesellschaft, München, 1981, S. 94 ff
- /5/ Autorenkollektiv: Pflanzen und Tiere, Ein Naturführer, Urania-Verlag, Leipzig, Jena, Berlin, 1979, S. 94
- /6/ Brück, Michael: Heilkräft und Aberglaube, KVC Verlag, Essen, 2004
- /7/ Pelikan, Wilhelm: Heilpflanzenkunde II, Verlag am Goetheanum, Dornach (CH), 2012, S. 38 ff
- /8/ Kuprecht, Karl: Tage wie ein saches Ungefähr, St. Arbogast Verlag, Muttenz (CH), 1980, S. 58
- /9/ Künßberg, E.; Dopsch, H.; Pahlow, M.: Die Heilpflanzen des Paracelsus, Amt der Salzburger Landesregierung, Abt. 12, Salzburg (AUS), 1993, S. 24
- /10/ Rippe, Olaf; Madejsky, Margret: Die Kräuterkunde des Paracelsus, AT Verlag, Baden und München, 2006, S. 88 ff, S. 177
- /11/ Blechschmidt, Manfred: Das erzgebirgische Kräuterbuch, Altis-Verlag GmbH, Berlin, 1997, S. 82
- /12/ Kompass Komplementärmedizin: Die Arzneipflanze 2015: Echtes Johanniskraut, aus Natur und Medizin Nr. 1, 2015, Natur und Medizin e.V., Essen, 2015
- /13/ Meyer, Ernst-Albert: Das Johanniskraut, aus Der Heilpraktiker Nr. 12, 2018, Verlag Volkshelkunde, Bonn, 2018, S. 21-23
- /14/ Michels, Bernhard: Altes Wetterwissen wieder entdeckt, BLV Buchverlag GmbH & Co. KG, München, 2011, S. 171-172
- /15/ Sommer, Markus: Heilpflanzen, Verlag Freies Geistesleben & Urachhaus GmbH, Stuttgart, 2011, S. 130 ff.
- /16/ Deutsche Apothekezeitung: Dermatopharmazie: Johanniskrautextrakt-Creme wirksam bei subakuter Neurodermitis, DAZ Nr. 32, 2003, S. 44
- /17/ Künzle, Johann: Chrut und Uchrut, AT Verlag, Baden und München, 2008, S. 99
- /18/ Pfarrer Kneipp: Die natürliche Heilkräft des Wassers, Compact Verlag, München, 1997, S. 157
- /19/ Rupp, Sibylle: Die Behandlung der Ischialgie mit ihren vielen Gesichtern Teil 2, in Naturheilpraxis Nr. 12, 2018, Richard Pflaum Verlag GmbH & Co. KG, München, 2018, S. 62



- /20/ Boericke, William: Homöopathische Mittel und ihre Wirkungen, Verlag Grundlagen und Praxis, Leer/Ostfriesland, 1991, S. 264/265
- /21/ Wilkens, Johannes: Die Heilkräft der Christrose, AT Verlag, Aarau und München, 2014, S. 19 ff
- /22/ Sommer, Markus: Heilpflanzen, Verlag Freies Geistesleben & Urachhaus GmbH, Stuttgart, 2011, S. 294 ff

Verfasserin: Dipl.-Ing. Anke Herrmann, Heilpraktikerin, Großvoigtsberg, 2019

Titelzeichnung: C. Matthes
Illustrationen S. 6: A. Herrmann

Fotos ©:

- S. 3 A. Herrmann
- S. 4 wikimedia commons, CC BY-SA 4.0 – Andy Dufresne & Red: Johannes der Täufer vor St. Nikolaus in Greimerath; S. Herrmann
- S. 5 Blüte G. Hanke; Blätter NHV Theophrastus
- S. 8 NHV Theophrastus
- S. 9 wikimedia commons, gemeinfrei – Gabriel von Max, Portrait der Friederike Hauffe, 1895
- S. 10 wikimedia commons, gemeinfrei – Justinus Kerner, beim Maultrommelspielen von einer Erscheinung überrascht; ebenda: Kleksographien. Stuttgart, DVA, (1890); S. 79 (Ausschnitt)
- S. 12 Ausschnitt vom Buchtitel „Chrut und Uchrut“ von Johann Künzle, AT-Verlag, Titelscan von A. Herrmann; wikimedia commons, CC BY-SA 3.0 – Richard Mayer: Sebastian-Kneipp-Denkmal in Bad Grönenbach, Allgäu
- S. 14 CC BY-SA 4.0, Prímaciálny palác v Bratislave_Paracelsus_Lure; Slowakei; NHV Theophrastus; M. Kummer (Christrosen)
- S. 16 wikimedia commons CC BY-SA 3.0: Roland Fischer, Zürich_Paracelsus-Park in Einsiedeln/Schweiz

Layout: IMAGIC DTP Dresden GmbH

Der Text ist urheberrechtlich geschützt.
Medien-Nr.: 02-19-0658

Herausgeber: NHV Theophrastus, Sitz München,
VR-Nr. 16437, Steuer-Nr.: 143/223/81205
Vorstand: Konrad Jungnickel (1. Vorsitzender)
Kontakt: NHV Theophrastus, Organisationsbüro
Reichenhainer Straße 175, 09125 Chemnitz
Tel. +49 (0) 371 666 58 12, Fax +49 (0) 371 666 58 13
orgbuero@nhv-theophrastus.de, www.nhv-theophrastus.de

Stand: Februar 2019

Die Autorin sowie der Herausgeber übernehmen keine Haftung für Schäden jedweder Art, die direkt oder indirekt bei der Anwendung der hier vorgestellten Behandlungsmöglichkeiten entstehen können.



„Der höchste Grund der Arznei ist die Liebe.“

Allegorische Paracelsus-Plastik im Park seiner Geburtsstadt Einsiedeln/Schweiz