

Der ewige Kampf Gut gegen Böse

Pflanze der Woche: Das Johanniskraut

Von Maike Hoberg



Gut für Massagen: das Johanniskraut.

MEPPEN. Wer sich schon etwas mit Heilpflanzen auskennt, dem wird das Johanniskraut sicherlich nicht unbekannt sein. Aber auch jeder, der sich in der heimischen Kräuterküche nicht zu Hause fühlt, sollte vielleicht einmal von dieser Pflanze gehört haben.

Um dieses Kraut ranken sich viele Sagen, vor allem vom ewigen Kampf Gut gegen Böse. Schon die Germanen verehrten es als Lichtbringer und Symbol für die Sonne. Geerntet wurde es zur Sommersonnenwende am 21. Juni. Und zu Sonnenwendfeiern tragen Frauen und Mädchen auch heute noch Kränze aus Johanniskraut.

Mit der Christianisierung verschob sich die rituelle Bedeutung auf Johannes den Täufer, da die Pflanze um den Johannistag, den 24. Juni, herum blüht. Eine Legende sagt, dass aus dem Blut von Johannes dem Täufer, nachdem er geköpft wurde und das Blut auf die Erde tropfte, das Johanniskraut wuchs. Falls man einer anderen Legende Glauben schenkt, so wuchs das Johanniskraut unter dem Kreuz Christi und fing dort das Blut Jesu auf.

Im Mittelalter verwendete man darum das Johanniskraut, um den Teufel zu vertreiben. Der Sage nach stammen die kleinen Löcher im Blatt des Johanniskrauts vom Teufel, der aus Bosheit über

die Macht, die dieses Kraut über böse Geister und über ihn selbst besaß, die Blätter mit Nadeln zerstoßen haben soll. In Wirklichkeit sind es aber sichtbare Drüsen, die ein aromatisch riechendes Öl produzieren.

Tatsache ist, dass das Johanniskraut ein sehr weit verbreitetes Mittel zur Behandlung von Nervenkrankheiten ist. So wird es beispielsweise bei Schlafstörungen, depressiven Verstimmungen, nervöser Unruhe oder Angst in Form von Tee, Kapseln oder Dragees verabreicht. Außerdem lässt sich aus ihm ein wunderbares Öl, auch Rotöl genannt, zur Massage und Behandlung von Wunden und Verbrennungen herstellen.

Johanniskrautöl selber machen

Zutaten: 1 Marmeladenglas
1 Glas Johanniskrautblüten
(Blätter könnten mitverwendet werden)
Sonnenblumen- oder Olivenöl

Zubereitung: 1 Marmeladenglas voll Blüten des echten Johanniskraut pflücken. Tierchen heraus suchen. Blüten im Glas mit Löffel quetschen. Danach gutes Oliven- oder Sonnenblumenöl hinzugeben, soviel bis alle Blüten bedeckt sind. Glas 6–8 Wochen an sonnigen Ort stellen. 2 mal in der Woche Glas schütteln. Das Öl wird sich rot färben. Abschließend Blüten durch ein Teesieb abgießen. Fertige Öl lichtgeschützt aufbewahren.