

Kräuterhexen- Newsletter



Nr. 20 – August 2024

Neuigkeiten aus dem Lehrter Heilpflanzengarten



Alle(r) Heiligen



Allerheiligen wird hierzulande am 1. November gefeiert. Aber da liegt schon der Herbst über dem Heilpflanzenbeet, und auch diejenigen Kräuter, die den Heiligen gewidmet sind, sinken allmählich in die Winterruhe. Verrocknete Strünke oder gar gänzlich eingezogene Pflanzen zu präsentieren hat ja keinen Sinn. Deswegen nehmen wir Kräuterhexen den Monat der Kräuterweihe am Tag von Mariä Himmelfahrt, dem 15. August, zum Anlass, Ihnen diejenigen Pflanzen vorzustellen, die nach Heiligen benannt worden sind. Auch da gibt es recht viele, die meisten blühen tatsächlich im August zum ersten oder wiederholten Mal. Und so stellen wir Ihnen eine Auswahl von fünf Kräutern am **Sonntag, 25. August, um 11 Uhr im Park des Krankenhauses an der Manskestraße unter dem Motto „Alle(r)Heiligen“ vor: Kunigundenkraut, Benediktenkraut, Johanniskraut, Guter Heinrich und Jakobskreuzkraut.**

Auch unsere „Wappenpflanze“, die Mariendistel (siehe oben) als Erkennungszeichen der Lehrter Kräuterhexen, sollte ursprünglich dabei sein. Deren Vorstellung wird verschoben, denn ausgerechnet die ist trotz hingebungsvoller Pflege in diesem Jahr in unserem Kräuterbeet nicht präsent. Das Kunigundenkraut rückt nun an deren Stelle.



Lehrter Kräuterhexen im August 2024



Kunigundenkraut

Eupatorium cannabinum

Das Kunigundenkraut wurde nach der Heiligen Kunigunde, der Ehefrau des deutschen Kaisers Heinrich II, benannt. Sie lebte im 10. und 11. Jahrhundert, war hochgebildet und stiftete u.a. das Bistum Bamberg, wo sie noch heute als Heilige verehrt wird.

[Kunigundenkraut](#)



Benediktenkraut

Centaurea benedicta

Der Name „Centaurea“ soll sich auf den Zentauren Chiron beziehen, der in der griechischen Mythologie die Wunde an der Ferse des Achilles mit der Pflanze geheilt hat.

[Benediktenkraut](#)



Johanniskraut

Hypericum perforatum

Heilpflanze der Jahre 1995 und 2019

Arzneipflanze des Jahres 2015

Im Mittelalter galt das Johanniskraut als Dämonen abwehrende Pflanze. Der Teufel selbst soll die Blätter des Johanniskrauts durchlöchert haben, weil er sich über dessen Heilkraft ärgerte.

[Johanniskraut](#)

Guter Heinrich

Chenopodium bonus-hericus



Neben dem heilsamen Guten Heinrich gibt es auch einen Bösen Heinrich, wie das giftige Bingelkraut auch genannt wird.

[Guter Heinrich](#)

Jakobskreuzkraut

Senecio jacobaea



Giftpflanze des Jahres 2010

Etwa 170 Insektenarten (Fliegen, Schwebfliegen, Käfer und Falter) leben von der Pflanze. Für Bienen ist das Jakobskreuzkraut eine Nektarquelle der „2. Wahl“. Sie suchen die Blüten nur auf, wenn sie keine Alternativen haben.

[Jakobskreuzkraut](#)



Sixtinische Madonna von Raffael

Alle(r) Heiligen

Maria, die Mutter von Jesus, lebte mit ihrem Mann und weiteren Angehörigen in Nazareth in Galiläa. Im Neuen Testament wird über sie in den Evangelien, die aber keine biografischen Quellen sind, und in der Apostelgeschichte berichtet. Außerhalb der testamentarischen Berichte gibt es keine historischen Dokumente. Die Namen Maria und Josef werden von vielen Historikern aber als authentisch angesehen.

Seit dem Konzil von Ephesus 431 nimmt Maria eine besondere Stellung ein und wird als Muttergottes verehrt. Ihre Verehrung zeigt sich in bestimmten Andachtsformen (z. B. Rosenkranz) und besonderen

Festen. Viele Gläubige sind der Ansicht, dass Maria als Vermittlerin zwischen Himmel und Erde die Sorgen der Menschen versteht und diese vor Gott und Jesus bringt. Keuschheit, Demut und Gehorsam sind die ihr zugeschriebenen Tugenden.

Maria gilt als die schönste der Frauen. Von ihr wurden im Laufe der Zeit unzählige Portraits gemalt. Auf Bildern trägt sie meistens ein rotes Gewand und darüber einen blauen Umhang. Blau ist die Farbe des Himmels, und Maria ist die Himmelskönigin, die mit Krone und Zepter auf der Mondsichel thront, das Jesuskind auf dem Arm oder auf dem Schoß. Sie wird verehrt, Gott wird angebetet.

Im Lauf des Jahres gibt es zahlreiche Gedenktage, die der Verehrung dienen. „Mariä Heimsuchung“ am 2. Juli erinnert an den Besuch der schwangeren Maria bei der ebenfalls schwangeren Elisabeth. Mit der „Himmelfahrt Mariens“ (Assumptio Mariae/Aufnahme Mariens in den Himmel) am 15. August beginnen die „Frauendreißiger“. „Maria Königin“ folgt am 22. August. **Am 8. September wird des Geburtstags Mariens gedacht**, am 12. September an „Mariä Namen“ und am 15. September an das „Gedächtnis der Schmerzen Mariens“. Martin Luther prangerte die Marienverehrung an, weil sie zu viel Aberglauben enthalten würde.



Aktion zur Kräuterweihe im Berchtesgadener Land

Einer Legende nach wurde nach dem Tod Marias der Sarg mit ihrem Leichnam von den Aposteln noch einmal geöffnet. Doch statt der Toten fanden sie dort Kräuter, Lilien und andere Blumen. Deshalb werden an Mariä Himmelfahrt in manchen Gegenden Kräuterbuschen gebunden. Viele der Kräuter haben eine heilende Wirkung: Rosmarin steht für Mut, Salbei für Weisheit und Erfolg. Baldrian sorgt für guten Schlaf, Wermut verleiht Kraft. Mit Minze stellt sich die Gesundheit ein, mit Kamille Ruhe, Glück und Liebe. Getreide steht für das tägliche Brot und der Apfel verbindet Himmel und Erde. Manche Blumen stehen auch für die Eigenschaften, die für Maria angenommen werden: Gänseblümchen (Bescheidenheit), Veilchen (Demut), Akelei (die sieben Schmerzen), Rose (Königin der Liebe), Lilie (Reinheit), Königskerze (Zepter der Gottesmutter, das in der Mitte des Kräuterbuschens platziert wird).

2019 kam es zu einem Kirchenstreik, in dem die Aufhebung der Machtstrukturen innerhalb der katholischen Kirche gefordert wurde. **Maria 1.0** steht bei dieser Bewegung für die dienende Frau in der Kirche, die im Hintergrund agiert. **Maria 2.0** steht für eine Neudefinierung der Frauenrolle und einen Neuanfang in der katholischen Kirche. Jede Frau sollte Zugang zu kirchlichen Ämtern erhalten. Das Pflichtzölibat sollte aufgehoben und Missbrauchsfälle umfassend aufgeklärt werden.

Benedikt wurde um 480 als Sohn eines reichen Landbesitzers geboren. Seine Zwillingsschwester war die später als Heilige verehrte Scholastica.

Benedikt studierte in Rom. Von der Sittenlosigkeit der Menschen in der Stadt enttäuscht, ging er in die Berge und lebte dort als Einsiedler. Später zog er in eine Höhle, über der im 12. Jahrhundert das Kloster San Benedetto gegründet wurde. 529 zog er mit einer Schar seiner Anhänger (Männer, die an Wissen und Bildung der Bevölkerung überlegen waren) auf den Monte Cassino und gründete dort auf den Grundmauern eines früheren Jupitertempels ein Kloster, das als Mutterkloster der Benediktiner gilt. Er selbst gilt als Begründer des organisierten klösterlichen Mönchtums, die Benediktiner als ältester Orden des westlichen Mönchtums. Benedikt starb am 21. März 547. Er wurde beim Kloster Monte Cassino beigesetzt. Sein Name wurde in der Folgezeit von 16 Päpsten angenommen. Seit dem 11. Jahrhundert wurde seiner an seinem Todestag gedacht. **1970 wurde der Gedenktag auf den 11. Juli gelegt.**

Das Mönchtum nach Benedikt geht auf den Aufruf Christi zurück: „Verlasse alles und folge mir nach!“ Die wichtigste klösterliche Regel für Benedikt lautete: Du sollst Gott den Herrn lieben mit ganzem Herzen, mit



Der heilige Benedikt

ganzer Seele und mit ganzer Kraft, ebenso sollst du den Nächsten lieben wie dich selbst. Weitere Grundsätze im Kloster sind Schweigen, Gehorsam, Demut und Verzicht auf Eigentum. Der einzige Besitz, der den Mönchen zugestanden wurde, war eine Kutte mit Kapuze aus einfachem schwarzem Tuch und ein lederner Gürtel. Benedikt wurde als kluger Hausvater wahrgenommen, der um Ausgleich in der klösterlichen Gemeinschaft und auch über die Klostermauern hinaus bemüht war. „Pax“ (Frieden) ist ebenfalls ein wichtiges Motto. Für die Benediktiner gelten heute 78 Regeln, die teilweise an die zehn Gebote erinnern, aber noch strenger gefasst sind.

Der Grundsatz „Ora et labora“ (Bete und arbeite) wurde erst im Mittelalter postuliert. Gebet (6mal täglich), Arbeit und Studium waren die Schwerpunkte der Mönche. Das Studium antiker Werke setzte Bibliotheken voraus, deshalb begannen die Mönche mit dem Abschreiben von Texten (z.B. über den Obstbau), was wiederum der praktischen Tätigkeit zugutekam und die Mönche zu Experten machte. In Klosterschulen wurde ihr Wissen auch weitervermittelt.

Wetterregeln für den 21. März (Benedikts Todestag): Sankt Benedikt den Garten schmückt. Sankt Benedikt macht Zwiebeln dick. Willst du Gersten, Erbsen, Zwiebeln dick, so säe an Sankt Benedikt.

Benedikt ist der Schutzpatron der Schulkinder und Lehrer, der Bergleute, Höhlenforscher und Kupferschmiede und der Sterbenden. Er wird auch als Patron gegen Fieber, Entzündungen, Gallensteine, Nierensteine, Vergiftung und Zauberei angesehen.

Johannes (Namensbedeutung: „der Herr ist gnädig“) ist der Sohn von Zebedäus und Salome. Mit seinem Bruder Jakobus dem Älteren und Simon Petrus gehörte er zum engsten Kreis der Jünger. Sie lebten in Ephesus und waren Fischer am See Genezareth. Nach dem Zeugnis des Neuen Testaments ist er der Lieblingsjünger Jesu.

Johannes gilt als der Verfasser des vierten Evangeliums und wird auch Johannes der Theologe genannt. Sein Evangelium entstand etwa 100 n. Chr. und unterscheidet sich von den synoptischen Evangelien. Es berichtet z.B. davon, dass Johannes Zeuge des leeren Grabes wird und er als erster den Auferstandenen erkennt. Die Überlieferung setzt den Jünger mit dem Evangelisten gleich. In der neueren Bibelforschung geht man aber von drei Männern „Johannes“ aus, dem Apostel, dem Evangelisten und dem Verfasser der Johannes-Offenbarung. Johannes ist auch ein „Apostel der Liebe“: Ein neues Gebot gebe ich euch. Liebt einander. Wie ich euch geliebt habe, so sollt auch ihr einander lieben.

Wegen seiner „hohen Theologie“ wird Johannes auf Gemälden mit dem Adler dargestellt. Andere Attribute sind ein Buch oder eine Schriftrolle, Schreibfeder und Tintenfass. Es gibt auch Darstellungen mit einem Kelch mit einer Schlange (bezieht sich auf den Versuch, ihn zu vergiften) oder mit einem Ölkessel (Versuch, ihm Schmerzen zuzufügen). Johannes ist der einzige Evangelist, der bartlos dargestellt wird, weil er während des Wirkens von Jesus noch sehr jung gewesen sein muss. Nach dem Text des Johannesevangeliums stand er als einziger mit Maria unter dem Kreuz und soll dort vom sterbenden Jesus den Auftrag erhalten haben, sich um sie zu sorgen.

Die „Legenda aurea“ (Goldene Legende), das populärste religiöse Volksbuch des Mittelalters, das zwischen 1263 und 1273 durch den Dominikanermönch Jacobus de Voragine zusammengestellt wurde, beinhaltet eine Sammlung von Lebensgeschichten der Heiligen. Eine Legende erzählt, dass Johannes im Tempel der Artemis nicht opfern wollte. Deshalb sollte er Gift aus einem Kelch trinken. An diesem Gift waren zuvor bereits zwei Verbrecher gestorben. Johannes schlug ein Kreuz über dem Kelch, das Gift entwich als Schlange und Johannes

konnte trinken, ohne am Gift zu sterben. Bei den Christenverfolgungen wurde er nach Rom gebracht. Er wurde in einen Ölkessel gesteckt – aber das Öl verwandelte sich in ein erfrischendes Bad.

Der **27. Dezember ist der Gedenktag** in der römisch-katholischen und anglikanischen Kirche für den Apostel und Evangelisten Johannes.

Wetterregel: Hat der Evangelist Johannes Eis, dann macht es auch der Täufer heiß.

Johannes der Täufer wurde etwa fünf Jahre vor unserer Zeitrechnung geboren. Seine Eltern sind Zacharias und Elisabeth, die zum Zeitpunkt der Verheißung, dass ihnen ein Sohn geboren werden sollte, beide schon sehr alt waren. Zacharias, der das nicht glauben wollte, bat um ein Zeichen und wurde von Stummheit betroffen. Erst nach der Geburt von Johannes erhielt er seine Sprache zurück, als er den Namen des Kindes auf eine Wachstafel schrieb.

Mit Anfang 30 machte Johannes sich auf, um am Jordan und in der Wüste zu predigen. Er forderte die Menschen auf sich zu ändern und auf den Weg Gottes zurückzukehren. Er verkündete die Ankunft des Messias und taufte die Menschen im Jordan. Später ließ auch Jesus sich von ihm taufen.

Als Johannes die zweite Heirat von Herodes Antipas anprangerte, kam er ins Gefängnis. Er wurde enthauptet, weil die zweite Frau des Herodes seinen Kopf verlangt hatte.

Johannes wird meist mit einfacher Kleidung dargestellt. Er ist der Patron der Lämmer, Schafe und Haustiere. Seine Attribute sind ein Lamm, ein Hirtenstab mit Kreuz und eine Taufschale. Er ist auch der Schutzpatron der Schneider, Weber, Gerber, Kürschner, Färber, der Zimmerleute und Architekten und zahlreicher anderer Berufe.



Johannes der Täufer, Joachim Patinir

Nur die Geburtstage von Maria, Jesus und Johannes werden in der katholischen Kirche gefeiert. **Der Geburtstag von Johannes am 24. Juni**, der von Jesus sechs Monate später, am 24. Dezember. Kurz vor dem Johannistag ist der Tag mit der größten Tageslänge, zu Weihnachten ist die dunkelste Zeit im Jahr. Das Brauchtum um den 24. Juni geht auf die Sommersonnenwende zurück, die die vorchristlichen Kulturen mit Feuer gefeiert haben, um Dämonen und böse Geister abzuwehren.

Der Johannistag ist der Tag, an dem zum letzten Mal Spargel und Rhabarber geerntet werden. An diesem Tag beginnt auch die Heuernte, der Buchweizen wird gesät und die Johannisbeeren werden reif. Die Johanniskäfer (Glühwürmchen) entfalten dann auch ihre Leuchtkraft.

Heinrich II. (973 bis 1024) entstammt dem Geschlecht der Ottonen. Sein Vater Heinrich war Herzog von Bayern, seine Mutter Gisela war die Tochter des Königs von Burgund. 995 übernahm er das Herzogtum Bayern. Als Otto III. starb, wurde Heinrich deutscher König und 1014 zum Kaiser des Heiligen Römischen Reiches Deutscher Nation gekrönt. Verheiratet war er mit Kunigunde, einer tatkräftigen und gebildeten Frau. Seine Ehe blieb kinderlos. Es geht die Legende, dass die Eheleute in Keuschheit lebten. Kunigunde wurde aber fälschlich des Ehebruchs beschuldigt. Sie bezeugte ihre Unschuld, indem sie über glühende Pflugscharen ging, ohne Schaden zu nehmen. Heinrich verfolgte das Ziel, das große Frankenreich wiederherzustellen, und sicherte trotz zahlreicher Fehden dem Reich den äußeren und inneren Frieden. Er verstand seine Macht als „von Gottes Gnaden“ verliehen. Die Kirche und die Bischöfe waren ihm dabei wichtige Stützen, und er



Heinrich II., Evangelistar Seeon

besetzte 62 Bischofsstühle meist mit engen Vertrauten. Viele Klöster und Kirchen wurden in seiner Zeit gegründet, darunter die Michaeliskirche in Hildesheim. Heinrich erließ zudem zahlreiche kirchliche Vorschriften, z.B. das Zölibat, und stellte 1004 das von Otto II. aufgehobene Bistum Merseburg wieder her. Ab 1002 hatte er dort den Dom bauen lassen. 1007 stiftete er das Bistum Bamberg. 1009 beförderte er Meinwerk zum Bischof in Paderborn, damit gewann die Stadt an Bedeutung. 1014 wurde er in der Peterskirche in Rom von Papst Benedikt VIII. zum Kaiser gekrönt.

Er starb 1024. Mit seiner Gattin Kunigunde ist er im Bamberger Dom beigesetzt. 1146 wurde Heinrich durch Papst Eugen II. heiliggesprochen, seiner Ehefrau wurde 1200 diese Ehre zuteil. Seine Heiligsprechung verdankt er dem „Merseburger Wunder“, das im Mittelalter zu den wichtigsten Überlieferungen gehörte.

Nach dem Tod von Heinrich rang der Erzengel Michael an der Himmelspforte mit dem Teufel um die Seele des Kaisers. Seine Taten lagen in einer Waagschale, die sich aber sehr zur Seite der

Verdammnis neigte. Da erschien Laurentius (der Heilige, der auf dem Rost gefoltert worden war, weil er sich weigerte, die Kirchenschätze an den Kaiser auszuliefern und 258 bei der Christenverfolgung starb) und warf einen Kelch in die andere Waagschale, die sich nun zur positiven Seite neigte, so dass das Tor zum Himmel für Heinrich offenstand. Es war eben der Kelch, den Heinrich dem jungen Bistum Merseburg einmal geschenkt hatte. Mit diesem Wunder konnte der Papst eine Heiligsprechung veranlassen. Merseburg wurde zur Pilgerstätte, zu der die Gläubigen hinreisten, um von der Kraft des Kelchs durchströmt zu werden. Das vergoldete Gefäß erlangte eine derartige Berühmtheit, dass für Bamberg eine Kopie angefertigt wurde. Im Bamberger Heiltumsbuch befindet sich eine Darstellung des Kelchs.

Im Schmalkaldischen Krieg ließ Moritz von Sachsen, der zwar dem Bündnis der Protestanten angehörte, aber auf der Seite des Katholiken Karl V. kämpfte (was ihm die Kurwürde einbrachte), den Kelch einschmelzen, um seine Truppen bezahlen zu können. 1553 starb Moritz in der Schlacht bei Sievershausen. **Der Gedenktag für Heinrich ist der 13. Juli.**

Kunigunde (um 980 bis 3. März 1033) war die Tochter des Grafen von Luxemburg. 995 wurde sie mit Herzog Heinrich von Bayern vermählt, der 1002 deutscher König und 1014 Kaiser des Heiligen Römischen Reiches Deutscher Nation wurde. Die Ehe war von Zuneigung geprägt, blieb aber kinderlos. Später wurde sie als Josephe gedeutet.

Um seine Herrschaftsansprüche geltend zu machen, gründete Heinrich zahlreiche Kirchen, Klöster und Bistümer, darunter zusammen mit Kunigunde 1007 das Bistum Bamberg. Während seiner Regierungszeit setzte er 60 Bischöfe im Reich ein.

Bereits zu Lebzeiten waren Heinrich und Kunigunde ein außergewöhnliches Herrscherpaar, das eine konsequente kirchliche Haltung einnahm. Beide waren gebildet und fromm. (Von Kunigunde ist ein in lateinischer Sprache geschriebener Brief erhalten, der ihre hervorragende Bildung belegt.) Zudem versuchten sie Frieden zu stiften. Neben ihrem Mann war Kunigunde auch politisch tätig und traf während seiner Abwesenheit eigenständig Entscheidungen. Sie versuchte, von Herzen die Bergpredigt zu leben und die Menschen zu lieben. Ihr Leben widmete sie überwiegend karitativen Aufgaben, ließ Siechenhäuser für Kranke und Arme erbauen und sorgte mit Stiftungen für das Gedenken des ottonischen Herrscherhauses. Auch die



Heilige Kunigunde, Bamberg

Weiterentwicklung des geistlichen Lebens lag ihr am Herzen. Nach Heinrichs Tod führte sie für kurze Zeit die Regierungsgeschäfte.

1017 gründete sie mit ihrer Nichte Jutta das Benediktinerinnenkloster Kaufungen, in dem sie nach dem Tode ihres Mannes ihr Leben verbrachte. In Bamberg wurde sie mit Reliquien (dem Gürtel der Heiligen Kunigunde, der Schale der heiligen Kunigunde) besonders verehrt. Mehrere alte Linden im Frankenland sind nach ihr benannt und zeugen von ihrer Popularität.

Am 3. April 1200 wurde sie durch Papst Innozenz heiliggesprochen. Ein Jahr später wurden ihre Gebeine in den Bamberger Dom überführt. Im späten Mittelalter wurde sie oft wie Maria verehrt. Seit 1513 ruhen ihre Reliquien dort in einem Marmorgrab von Tilmann Riemenschneider.

Der Legende nach ist Kunigunde über glühende Pflugscharen (Kohlen) gegangen und blieb dabei unverletzt, was als Zeichen ihrer Keuschheit gedeutet wurde. Zu Pestzeiten hat Kunigunde eine Spindel um die Häuser Bambergs geschleudert. Auf diese Weise hat sie eine Schutzmauer um die Stadt errichtet, die nun gegen die Pest geschützt war. Im Zweiten Weltkrieg soll Kunigunde die Stadt Bamberg mit ihrem Schleier (aus Nebel) vor der Zerstörung bewahrt haben. Die Schale der Heiligen Kunigunde enthielt den Lohn für die Handwerker, aber keiner konnte der Schale mehr entnehmen, als ihm zustand.

Wetterregeln: Wenn's zu Kunigunden friert, sie's noch 40 Tage spürt. Ist Kunigunde tränenschwer, dann bleibt gar oft die Scheune leer. Wenn's donnert an Kunigund, bleibt das Wetter lange bunt.

Kunigunde ist die Patronin der schwangeren Frauen und der kranken Kinder. **Ihr Gedenktag ist der 3. März, ihr Todestag.**



Grüne Brötchen

Zutaten:

400 g Mehl
100 g Haferflocken
1 Päckchen Backpulver
100g Butter
250g Magerquark
2 Eier
1/2 TL Salz
gehackte Kräuter wie Giersch, Guter Heinrich (auch die Samen), eventuell Brennnesselblätter und -samen.

Zubereitung:

Die Zutaten werden zu einem glatten Teig verknetet. Dann wird der Teig zu einer Rolle geformt und in gleich große Stücke geteilt. Die Brötchen werden auf ein Backblech gesetzt, kreuzweise eingeschnitten und bei 175° C in 15 bis 20 Minuten gebacken.

Guten Appetit!



Jakobskreuzkraut

Es ist hoffentlich nur buchstäblich in aller Munde: Das

Jakobskreuzkraut. Die ganze Pflanze ist stark giftig, Blüten und Jungpflanzen enthalten die meisten Giftstoffe. Es enthält Alkaloide (Jacobin, Senecionin), in Spuren ätherisches Öl. Früher wurde das Kraut volksheilkundlich bei Menstruationsbeschwerden, Harndrang, Entzündungen und rheumatischen Beschwerden eingesetzt. Wegen der Giftigkeit verbietet sich jedoch jegliche Anwendung. Denn die Alkaloide führen zu einer chronischen Vergiftung, die aber erst mit

Verzögerung eintritt, weil die Leber die Alkaloide nicht abbauen kann.

2007 wurde der „Arbeitskreis Kreuzkraut“ von der Pferdehalterin Sabine Jördens gegründet, nachdem sie ein Pferd verloren hatte, das von der Pflanze gefressen hatte. Nachdem 2009 ein Blatt des Jakobs-Kreuzkrauts versehentlich in eine Packung Rucola geraten war, wird die Vernichtung der Pflanze von verschiedenen Seiten immer wieder befürwortet.

Das Jakobs-Kreuzkraut gehört aber schon immer in unser Ökosystem. Es ist eine typische Pflanze für die Erstbesiedlung von Brachflächen, füllt Vegetationslücken, ist sehr anpassungsfähig und kommt mit extremen Standortbedingungen zurecht. Die Trockenphasen der letzten Jahre haben vermutlich zu einer eskalierenden Ausbreitung beigetragen. Es gibt etwa 25 Kreuzkraut-Arten, die alle mehr oder weniger stark giftig sind. Neben dem Jakobs-Kreuzkraut gibt es bei den Kreuzkräutern weitere giftige Arten: das Gemeine Kreuzkraut (*Senecio vulgaris*), das Fuchskreuzkraut (*Senecio ovatus*), das Frühlingskreuzkraut (*Senecio vernalis*), das raukenblättrige Kreuzkraut (*Senecia erucifolius*) und das



Jakobskreuzkraut ohne Blüte

schmalblättrige Kreuzkraut (*Senecio inaequidens*), das auch „Autobahngold“ genannt wird, weil es oft in Massen an Autobahnen zu finden ist.

Eine effiziente Bekämpfung des Jakobs-Kreuzkrauts ist weder möglich noch nötig. Wichtig ist es jedoch, die extreme Ausbreitung zu stoppen. Um die Bestände der Pflanzen einzudämmen, lassen sich verschiedene Maßnahmen durchführen. Chemische Mittel sind auf landwirtschaftlichen Flächen erlaubt, eine Bekämpfung auf Flächen, die nicht landwirtschaftlich genutzt werden, sollte unterbleiben. Auf gepflegten Weiden ist das Jakobs-Kreuzkraut nicht zu finden. Im Grünland lässt sich die Pflanze durch verstärkte Düngung, erhöhte Schnittfrequenz und Vermeidung von Lücken in der Grasnarbe zurückdrängen. Auf Kahlflächen hingegen erfolgt eine leichte Besiedlung, weil die Pflanze zum Keimen offene Bodenstellen benötigt. Junge Pflanzen vertragen zudem kein Überwachsen durch andere Pflanzen. Beim Entfernen der Pflanzen ist tiefgründiges Ausstechen unbedingt erforderlich, denn aus kleinen Wurzelresten können sich bereits wieder neue Pflanzen bilden. Das Jakobs-Kreuzkraut sollte nicht gemäht und auch nicht zum Kompost gegeben werden, weil die



Blüten stressbedingt zur Samenreife kommen. Auch Mulchen ist nicht sinnvoll. Beim Entfernen der Pflanzen sollten Handschuhe getragen werden.

Weidetiere verschmähen das Jakobs-Kreuzkraut wegen des Geruchs und der Bitterstoffe, die den Pflanzenfressern Giftigkeit signalisieren. Gefährlich für die Tiere wird es, wenn Pflanzen des Jakobs-Kreuzkraut in das Heu oder die Silage geraten, weil der abstoßende Geruch dann verloren geht. Getrocknete Pflanzenteile des Jakobskreuzkrauts verlieren auch die Bitterstoffe – nicht aber ihre Giftigkeit. Pferde sind am stärksten gefährdet. 40 bis 80 g Frischmasse des Krauts je kg Körpergewicht sind für sie bereits tödlich. Schafe und Ziegen sind zwar weniger anfällig, für alle Tiere wird es aber gefährlich, wenn kleine Mengen des Jakobs-Kreuzkrauts über einen längeren Zeitraum gefressen werden. Deshalb muss darauf geachtet werden, dass die Pflanze nicht ins Heu gerät.



Raupe des Jakobskrautbärs (Tyria jacobaeae)



Jakobskrautbär, Karminbär oder Blutbär

Bienen suchen die Blüten des Jakobs-Kreuzkrauts nur auf, wenn sie keine Alternativen haben. Wenn das Jakobskreuzkraut in voller Blüte steht, ist die Blütezeit von Obstbäumen und Linden vorbei. Ein vielfältiges Angebot an anderen Blühpflanzen über das Jahr könnte verhindern, dass Pollen oder Nektar des Jakobs-Kreuzkrauts eingetragen werden. Außerdem soll die Belastung bei Honig aus anderen Ländern deutlich höher sein als bei dem Honig aus heimischer Produktion.

Der Blutbär, auch Karminbär oder Jakobskrautbär (*Tyria jacobaeae*) genannt, ein Nachtfalter, dessen Raupe schwarz-orange geringelt aussieht und der als Falter eine schwarz-rote Färbung annimmt, profitiert von der Giftigkeit der Pflanze. Indem er die Pyrrolidinalkaloide speichert, wird er für Vögel ungenießbar, zudem signalisiert seine Farbe: „Gefahr“.



Das Grüne nach oben!

Tipps & Termine



Der Hundertjährig Kalender zum Sommermonat August:




Je dicker die Regentropfen im August, desto dicker wird auch der Most.


Bringt der August viel Gewitter, wird der Winter kalt und bitter.

Was der August nicht vermocht, kein September mehr kocht.


 **Der BUND lädt ein zum Apfelfest mit Apfelsaftmosterei in Ahlten**

 Samstag, 7. September, 10 bis 14 Uhr. Der genaue Ort wird noch bekannt gegeben.
[Apfelfest und Apfelsaftmosterei in Ahlten \(bund-region-hannover.de\)](https://www.bund-region-hannover.de)


 **Der NABU lädt ein zur naturkundlichen Herbst-Radtour**


 Samstag, 15. September, 14 bis 18 Uhr, Treffpunkt Burgdorf, Schützenplatz.
[Termine-Datenbank: Naturkundliche Herbststradtour \(nabu.de\)](https://www.nabu.de)

 **Der BUND lädt ein zum Tag der Offenen Tür am Badebornteich in Badenstedt**

 Sonntag, 15. September, 15 bis 17 Uhr, mit Führungen durch das vom BUND gepachtete und gepflegte Biotop. [Tag der Offenen Tür beim Badebornteich \(bund-region-hannover.de\)](https://www.bund-region-hannover.de)

 **Medien-Tipp: Der NDR zeigt unsere "Kräuterhexen"**

 Jederzeit in der Mediathek: „Mein Lieblingsplatz“ in der Sendung „Hallo Niedersachsen“ vom 1. Juni 2024

 Auch in diesem Jahr haben im Rahmen der **Offenen Pforte** wieder Privatleute ihre Gärten zur Besichtigung geöffnet. Oft werden auch Kaffee, Tee & Kuchen sowie Ableger, Stecklinge und Saatgut, bisweilen auch Musik, Malerei, Keramik und anderes dazu angeboten.

**offene
Pforte**
GÄRTEN IN & UM HANNOVER



Liebe Gartenfreundinnen, liebe Gartenfreunde,

nach einer Sommerferienpause der Redaktion melden wir uns wieder mit Tipps zur Offenen Pforte. Wir hoffen, Sie haben herrliche Sommertage in Ihrem Garten verbracht, Offene Pforten besucht bzw. nette Gäste bei Ihrer Offenen Pforte empfangen.

Nachdem Regenwasser in diesem Sommer reichlich zur Verfügung steht, zeigen sich die allermeisten Gärten noch in üppiger Pracht. Allerdings freut sich auch das Wildkraut über die feucht-warme Witterung. Ganz zu schweigen von den Nacktschnecken....

Bei den Gastgeber/-inn/en der Offenen Pforte gibt es wertvolle Tipps zum Umgang mit Wildkraut, Schnecken und weiteren Widrigkeiten des Hobbygärtners. Hier folgt eine Auswahl aus dem August-Programm inkl. Anfang September. Bitte beachten Sie bei Ihrer Planung auch Gärten, die nach telefonischer Vereinbarung besucht werden können.

Ihr Team der Offenen Pforte

➔ 24./25. August

5, in Hannover-Vahrenwald sind die Historischen Arbeitergärten in den Paul-Wolf-Höfen zu besichtigen.

69, in Ehlershausen zeigt Ellen Bielert ihren vielseitigen, gut durchdachten Hausgarten.

72, **NEU**, in Lehrte-Immensen öffnen die Grossers ihren kleinen, aber artenreichen Garten.

115, Stadthagen, im Schaugarten des Gartenbauvereins gibt es viele praktische Anregungen.



Mietergärten Hanova

➔ 30./31. August, 1. September

46, in Langenhagen öffnet der Künstler Uwe Spiekermann seinen Skulpturengarten.

74, Hohenhameln: Der Kunsthof Mehrum präsentiert vom 30. August bis 1. September 2024 das erste MehrRUHM-Festival mit drei Tagen Livemusik im Landhausgarten bei freiem Eintritt.

[Homepage Kunsthof Mehrum](#)



Garten Spiekermann

➔ 8. September

86, Familie Gering öffnet ihren Garten in Pattensen.

79, in Ilsede öffnet Annett Heineke ihren liebevoll angelegten Garten.

19, der Vermehrungsgarten Hannover zeigt aktuelle Sorten. Es gibt eine Tomatenausstellung; Saatgut für Winterkulturen und für das kommende Jahr wird abgegeben, der Imker informiert und gibt Honig ab. Lust auf praktische Gartenarbeit? Der Vermehrungsgarten sucht Ehrenamtliche!

[Homepage Vermehrungsgarten](#)



Garten Gering



Die Kräuterhexen bitten zum Treff:

Am Sonntag, 25. August, um 11 Uhr findet die fünfte Heilpflanzen-Führung in diesem Jahr im Park des Klinikums Lehrte, Manskestraße 22, statt. „**Alle(r) Heiligen**“ lautet das Thema. Weitere Angaben siehe oben und Liste unten.



Das **Projekt Heilpflanzengarten**

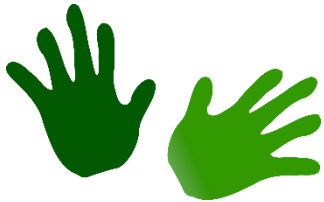
ist dem Verein Stadtmarketing Lehrte angeschlossen. Das Lehrter Stadtmarketing hat jetzt eine schicke neue Homepage bekommen:

[Willkommen](#). Auch die Seite des Heilpflanzengartens bietet interessante neue Angebote. Klicken Sie sich mal durch.



[Heilpflanzengarten](#)

In eigener Sache



Helfende Hände sind auch bei den

Kräuterhexen willkommen! Treffen ist immer montags um 11 Uhr am Heilpflanzenbeet hinter dem Krankenhaus in der Manskestraße

22. Natürlich macht man sich vielleicht auch mal die Hände schmutzig. Aber natürlich benutzen wir Arbeits-Handschuhe. Für jeden letzten Sonntag in der wärmeren Jahreshälfte werden die öffentlichen Vorträge ausgearbeitet. Alle Interessent*innen sind gerne eingeladen, sich den Wirkungskreis anzuschauen und das Team kennen zu lernen. Oder sich per Email zu melden unter Heilpflanzengarten-Lehrte@gmx.de.



Wie orangefarbenen Perlen leuchten die Beeren des Sanddorns.



Roter Sonnenhut (Echinacea purpurea)

Selbstbedienung am

Heilpflanzenbeet ist weder vorgesehen noch gestattet. Im Gegenteil: **Allein aus Selbstschutz und Sicherheitsgründen** sollte sich niemand bei den Gewächsen im Heilpflanzenbeet bedienen. Einige Pflanzen „wandern“ gerne über Rhizome, wuchsfreudige Ranken oder fleißige Samenproduktion durch das Areal. So können sie an Stellen auftauchen, an denen die dortigen Schilder eine ganz andere Pflanze ausweisen. Dies vollkommen zu unterbinden ist selbst bei pingeligster Beetbearbeitung auch den Kräuterhexen nicht möglich. So kann es leicht zu Verwechslungen kommen. Leider ist in jüngster Zeit verstärkt festzustellen gewesen, dass dort Unbefugte tätig geworden sind. Bislang bei „harmlosen“ Pflanzen, soweit sich das überblicken lässt. Aber angesichts zerrupfter Rosmarinbüsche und massenhaft entlaubter Weinreben wird dringend empfohlen, die Finger davon zu lassen und sich im Fachhandel oder im nächsten Supermarkt zu versorgen. Das ist sicherer. Und freundlicher!



Über die Zukunft des Heilpflanzengartens können auch wir Kräuterhexen keine Auskunft geben. Oft fragen BesucherInnen und treue Fans der Führungen, was denn nach der Schließung des Krankenhauses aus dem Heilpflanzengarten wird. Zu diesem Zeitpunkt haben wir keinerlei Anhaltspunkte für Prognosen oder Annahmen jeglicher Art. Nur für dieses Jahr noch ist Bestandssicherheit gewährt. Natürlich hoffen wir auf die Erhaltung und den Weiterbestand dieses Kleinods im Verborgenen hinter den Mauern des Lehrter Klinikums. Das Projekt Heilpflanzengarten ist in dieser Art einzigartig in der Region Hannover und stellt ein Alleinstellungsmerkmal für die Stadt Lehrte dar.



Führungen am Heilpflanzenbeet 2024

1. **Sonntag, 28.04.2024, 11 Uhr: „Alles im grünen Bereich“** - Küchenschelle, Leberblümchen, Frühlings-Adonisröschen, Gundermann, Schlüsselblume
2. **Sonntag, 26.05.2024, 11 Uhr: „Holunder“** - Heilpflanze des Jahres 2024
3. **Sonntag, 30.06.2024, 11 Uhr: „Wasser marsch!“** - Ackerschachtelhalm, Goldrute, Birke, Hauhechel, Bärentraube
4. **Sonntag, 28.07.2024, 11 Uhr: „Aufs Korn genommen“** - Weizen, Hafer, Roggen, Gerste, Buchweizen
5. **Sonntag, 25.08.2024, 11 Uhr: „Alle(r)Heiligen“** - Kunigundenkraut, Benediktenkraut, Johanniskraut, Guter Heinrich, Jakobskreuzkraut
6. **Sonntag, 29.09.2024, 11 Uhr: „Pflanzen des Jahres“** - Rote Bete (Gemüse), Blauregen (Giftpflanze), Blutwurz (Arzneipflanze), Mehlbeere (Baum), Grasnelke (Blume), Holunder (Heilpflanze)

Heilpflanzen kommen wild wachsend in der Natur vor oder werden in Kulturen angebaut. Wenn sie den höchsten Gehalt an Wirkstoffen haben, werden sie gesammelt und verarbeitet. Wirkstoffe sind in den verschiedensten Pflanzenteilen einer Heilpflanze gespeichert.



Hildegard von Bingen (1098 – 1179)

Arzneilich verwendet werden: Wurzeln, Kraut, Rinde, Blätter, Blüten, Früchte, Samen.

Heilpflanzen haben für Menschen schon immer eine große Bedeutung gehabt. Das Wissen um ihre Wirkung wurde von Generation zu Generation weitergegeben.

In der Antike waren es die „Arztbotaniker“ (zum Beispiel Hippokrates 460 – 377 v. Chr.), die das Wissen schriftlich niederlegten. Im Mittelalter erforschten Mönche und Klosterfrauen wie die berühmte Hildegard von Bingen (1098 – 1179) in den Klöstern die Wirkung von Pflanzen. Viele damalige Aussagen über die Heilwirkung der Pflanzen haben auch heute noch Gültigkeit.

Die in den Pflanzen enthaltene Wirkstoffe wie ätherisches Öl, fettes Öl, Alkaloide, Bitterstoffe, Flavonoide, Gerbstoffe, Kieselsäure, Schleim, Saponine, Vitamine, Mineralien oder Spurenelemente werden zu therapeutischen Zwecken und zur Herstellung von Arzneimitteln genutzt.

Heilpflanzenkunde ist heute eine anerkannte Wissenschaft, die als Phytotherapie bezeichnet wird. Aber auch in der Volksmedizin und der Homöopathie wird die Wirkung der Inhaltsstoffe der Pflanzen genutzt.

Schließlich kommen auch in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und in der indischen Heilkunst, der Ayurveda, bestimmte Pflanzen zum Einsatz.

Anfrage bei den Kräuterhexen:
Margaretha Ehlvers, Tel: 05132 - 47 77
Email: Heilpflanzengarten-Lehrte@gmx.de



Heilpflanze des Jahres 2024



Schwarzer Holunder

Sambucus nigra

Die alten Germanen und Slawen verehrten die Liebesgöttin Freya in seinen Zweigen.

[Holunder](#)

Arzneipflanze des Jahres 2024



Blutwurz

Potentilla erecta

Zur Arzneipflanze des Jahres 2024 wurde der Blutwurz gewählt, weil die Pflanze seit langer Zeit medizinisch erfolgreich genutzt wird. Darüber hinaus gibt es Hinweise, dass die Gerbstoffe zur Hemmung von Viren und Bakterien beitragen können. Mit der Wahl zur Arzneipflanze des Jahres 2024 wird zugleich an die Forschung appelliert, die Pflanze weiter zu untersuchen, z.B. auf ihre Verwendung bei Verdauungsstörungen, von denen in der heutigen Zeit viele Menschen betroffen sind.

[Blutwurz](#)

Giftpflanze des Jahres 2024



Blauregen

Wisteria

Trügerische Schönheit: Ein Traum in Lila mit bezaubernder Duftnote. Aber wie sein gelber Verwandter, der Goldregen, ist auch der Blauregen ein äußerst giftiges Gewächs.

[Blauregen](#)



Liebe Pflanzeninteressierte,

mit diesem Newsletter halten die **Lehrter Kräutlerhexen** Sie auf dem Laufenden über die Aktivitäten und Entwicklungen im Heilpflanzengarten am Klinikum Lehrte an der Manskestraße. Rechtzeitig zu Beginn der Vegetationsperiode bis zum Herbst wollen wir Ihnen regelmäßig die Termine und die entsprechenden Themen der bevorstehenden Pflanzenführungen zukommen lassen. Falls Sie persönlich verhindert sind, steht Ihnen mit einem Klick auf die QSML-Codes neben der genannten Pflanze Wissenswertes darüber von unserer Homepage zur Verfügung.

Der Heilpflanzengarten im Park des Klinikums Lehrte wurde im Frühjahr 2009 als Projekt des Vereins Stadtmarketing Lehrte zur Gartenregion der Region Hannover eröffnet. Auf einem 240 Quadratmeter großen Pflanzenhügel haben die **Lehrter Kräutlerhexen** rund 200 verschiedene Heilpflanzen wie Küchenkräuter, Gemüse-, Acker- und Waldrand-, Giftpflanzen und Sträucher angepflanzt, die sie auch ehrenamtlich pflegen. Die Führungen im Heilpflanzengarten kosten keinen Eintritt, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Für Gruppen, Vereine, Kindergärten und Schulklassen vereinbart Margaretha Ehlvers gern Sonderführungstermine unter Telefon (05132) 47 77 oder unter Heilpflanzengarten-Lehrte@gmx.de.



Im Heilpflanzenbeet wachsen auch Pflanzen, die schon beim Berühren, in Teilen oder als Ganzes toxisch sind und schwere bis tödliche Vergiftungen bewirken können – siehe oben. Von Selbstbedienung ist daher dringendst abzuraten.

Hinweis: Alle Angaben „ohne Gewähr“. Obwohl alle Informationen mit großer Sorgfalt zusammengetragen wurden, kann keine Garantie für Vollständigkeit und Richtigkeit übernommen werden. Von einer Selbstbehandlung durch Laien ist dringend abzuraten. Wenden Sie sich bei Krankheiten und Beschwerden an einen Arzt oder Apotheker.

Weitere Informationen finden Sie auf der Homepage des [Stadtmarketing Lehrte](#) oder direkt unter [Heilpflanzengarten](#). Der Newsletter der **Lehrter Kräutlerhexen** ist zu beziehen über die E-Mail-Adresse Heilpflanzengarten-Lehrte@gmx.de. Neuerdings funktioniert das auch über einen Button direkt auf der Heilpflanzengarten-Seite. Falls sie den Newsletter abbestellen möchten, genügt eine Mitteilung an Heilpflanzengarten-Lehrte@gmx.de

Die Vorträge sind sehr informativ und meistens auch äußerst unterhaltsam. Dennoch ist es für viele manchmal einfacher, sie im Sitzen zu verfolgen. Aber Sitzgelegenheiten sind leider nicht in ausreichender Menge vorhanden. **Wir empfehlen deshalb, sich gegebenenfalls Klappstühle/ Campingstühle oder andere leicht transportierbare Sitzgelegenheiten mitzubringen.**

Fotos: AK „Stadt und Natur erleben“, Stadtmarketing Lehrte in Zusammenarbeit mit Mechthild Smolinski und Susanna Veenhuis

Heilige Maria: Jo-B/Pixabay

Frau mit Kräuterbuschen: Bettina Dolansky, Berchtesgaden

Sixtinische Madonna: Wikipedia

Benedikt: Richard Huber/Wikipedia

Johannes: Kunsthistorisches Museum Wien/Wikipedia

Heinrich II.: Wikipedia

Brötchen: Ayurvedashop-AT

Jakobskrautbär: Thomas Huntke/Wikipedia

Jakobskrautbär-Raupe: Quartl/Wikipedia

Kunigunde in Bamberg: Berthold Werner/Wikipedia

Gärten Offene Pforte: LHH/Region Hannover, Hanova, Spiekermann, GeringKastanienbaum: garten-gg/Pixabay

Hände: OpenClipart-Vectors/Pixabay

Hildegard von Bingen: Wikipedia

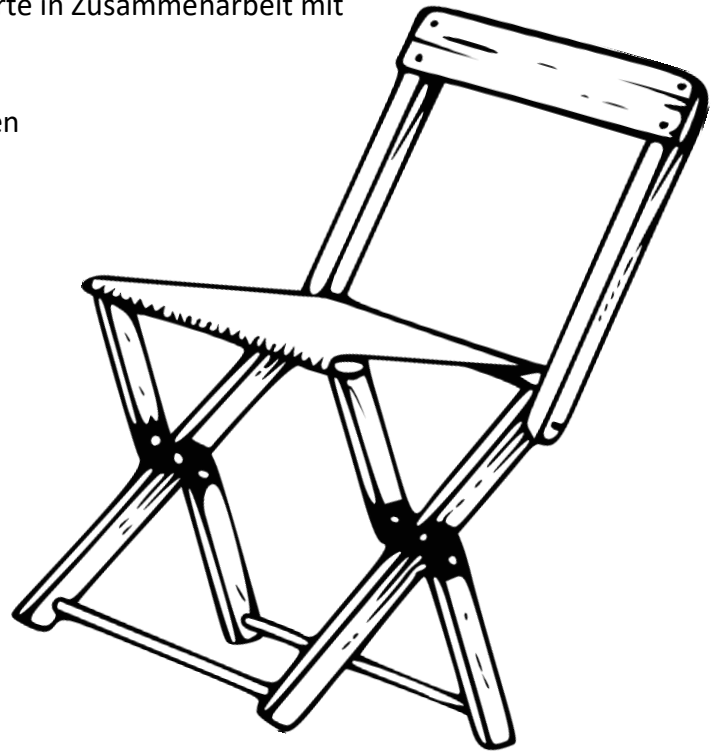
Blutwurz: Tigerente/Wikipedia

Blauregen: Botanischer Garten Wandsbek, Helge Masch

Totenkopf: Wikipedia

Stuhl: OpenClipart-Vectors/Pixabay

V.i.S.d.P.: Susanna Veenhuis



Lehrter Kräuterhexen im August 2024