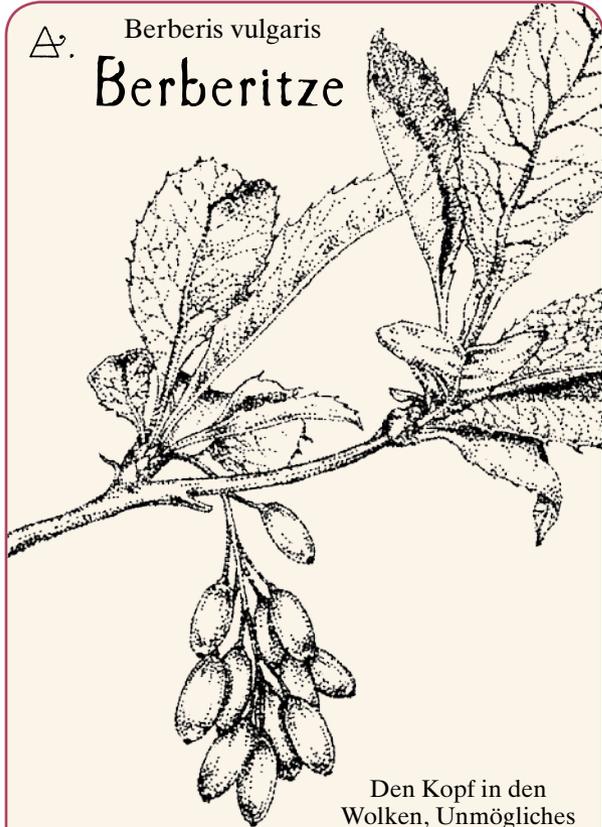




Berberis vulgaris
Berberitze



Den Kopf in den
Wolken, Unmögliches
erträumen.



Winter | 11



Berberitze *Berberis vulgaris*

Den Kopf in den Wolken, Unmögliches erträumen.

Volksnamen: Himmelsbrot, Sauerdorn, Essigbeere, Bubenstrauch

Standort: Sonne bis Halbschatten, Böschungen

Eigenschaften: ausscheidend, reinigend, Harnsäure lösend

Botschaft:

Sauer macht lustig!

Früh im Frühling sind die Blätter der Berberitze sauer wie Sauerampfer.

Mach immer wieder einen Spaziergang zu ihnen und esse sie.

Berberitze blüht und duftet wunderbar und schenkt uns im Herbst sehr saure, Vitamin-C-haltige Beeren.

In alten Kräuterbüchern heißt sie »Himmelsbrot« – sie verbindet dich mit dem Himmel.

Träume dein Leben.

Visualisiere deine Träume – gib dich ihnen hin! Das, was du hier siehst, ist der Beginn der Erfüllung deiner Wünsche und Sehnsüchte.

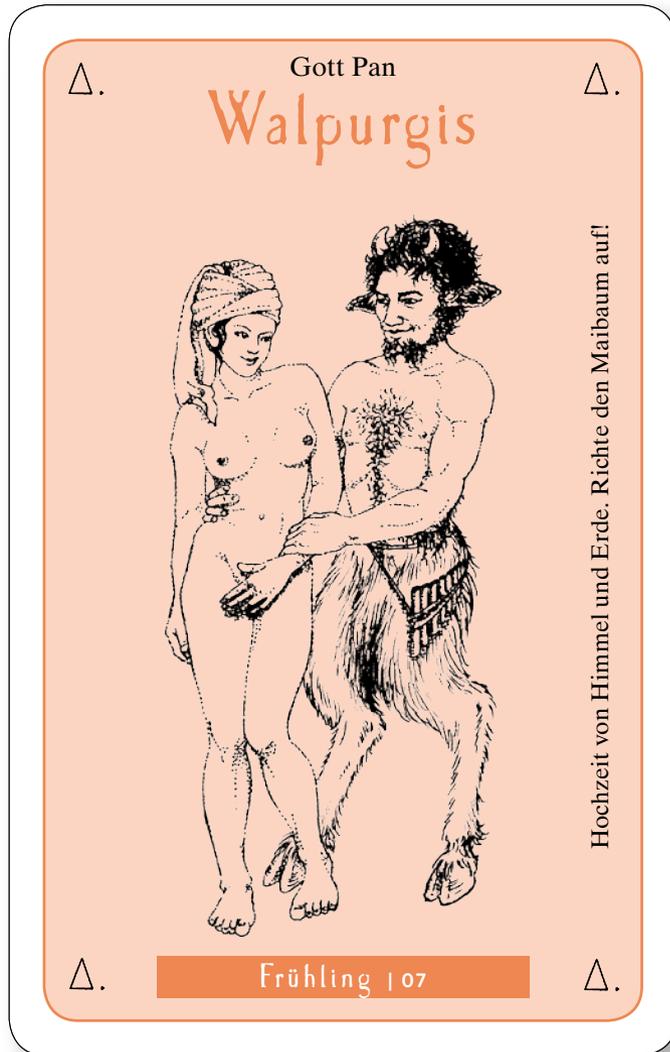
Stärke dich an dieser Vitaminbombe und strecke dich ganz bis in das Himmelsblau hinein.

Lass dich inspirieren und begeistern. Schau, wie in der Natur alles wächst und sprießt und jede Pflanze genau weiß, was ihre Aufgabe ist.

Wachse über dich hinaus. Du kannst es!

Jetzt im Frühling erfreue dich an den Blüten und den leckeren Blättern, im Herbst hole dir die Beeren.

Zwei bis drei Handvoll der Beeren in eine Flasche mit gutem Essig füllen und einfach dort belassen und für Salate verwenden – erst abseihen, wenn die Beeren nicht mehr vom Essig bedeckt sind, ein leckerer Vitamin-C-Vorrat für den Winter.



Gott Pan / Walpurgis

Hochzeit von Himmel und Erde. Richte den Maibaum auf!

Zeitpunkt: Erster Maivollmond

Namen: Walpurgis, Beltane – Sonnenfeuer

Mythologie:

Pan (griechisch Πάν) entspringt der griechischen Mythologie. Der Gott der Hirten hat den Oberkörper eines Menschen und den Unterkörper eines Ziegenbocks. Der dem Tanz und der Musik zugeneigte Pan wird in anderen Quellen auch Dionysos zugeordnet, dem Gott der Ekstase und Fruchtbarkeit, dessen Gefolgschaft er musizierend unterhält.

Der wollüstige, kindliche und verspielte Gott ist meist in der Gesellschaft von Nymphen und Satyrn – so haben wir seiner Leidenschaft für die Nymphe Syrinx die wunderschön klingende Panflöte zu verdanken.

Doch wird er in der ihm heiligen Mittagsstunde gestört, kann er »panischen Schrecken« verbreiten.

Das Christentum des Mittelalters allerdings übertrug die Darstellung des Pan auf den Teufel. So wurden aus Symbolen für Rausch und Lust die Bocksfüße und Hörner Satans, und die einst so hochgeschätzte Ekstase zu einem verwerflichen Zeichen der Wollust.

Freue dich! Gott Pan wird nun aktiv.

Mit fortschreitendem Frühling, in der Jugend, sollten die Menschen nun fähig werden, lustvoll aufeinander zuzugehen.

Lass dich verführen, feiere die Hochzeit des Jahres, den Sieg des Lebens über den Tod, den Beginn des Sommers.

Im Frühling des Lebens, in der Pubertät, werden Kräfte und Triebe aktiv, die älter und stärker sind, als der rationale menschliche Verstand. Überschäumende phallische Kraft drängt, die Natur will befruchten und befruchtet werden, der Schöpfungsprozess will sich erfüllen.

Eine rebellische, begehrende Feuerkraft pocht in den Adern, ein Gefühl entgegen die geltende Moral. Dem Drang des Körpers sind Verbote entgegengestellt und wir haben keine Möglichkeit geschaffen, dieses Drängen begleitet auszuleben, höchstens von Halbwahrheiten verdeckt.

Walpurgis ist das große Fest, das dieses Drängen der Jugend ernst nehmen will, als Rahmen, um erwachende Sexualität auszuleben. Es ist das Fest der Fruchtbarkeit, der Vereinigung und Zeugung.

Bei den Walpurgisfeiern der Kelten gingen Paare in die Büsche und Wälder, und Sex ohne feste Bindung durfte sein – man durfte sich einfach dem Trieb hingeben. Jedes Jahr gab es Raum für erwachende Frühlingsempfindungen und das nicht nur für die Pubertierenden. Unsere Vorfahren sahen darin Vorbereitung und Voraussetzung dafür, Verantwortung übernehmen zu können, eine Familie aufzubauen und zu schützen.

Ein Mann, der Stolz seine Kraft zeigen kann, der seine Kraft kennt und auch erprobt hat, muss sich nicht mehr dauernd unter Beweis stellen. Mann und Frau müssen sich erproben, sollen ihre Kraft kennenlernen, die sie dann ihrem Clan, ihrer Familie zur Verfügung stellen können.

Nach der Zeit der Kälte und der Entbehrungen kommt nun das Halbjahr der Fülle. In dieser Nacht wird die Hochzeit von Mutter Erde mit Vater Sonne gefeiert, durch ihre Vereinigung entsteht das neue Leben in der Natur. Kinder, die einst dieser Nacht entsprangen, waren Töchter und Söhne der Göttin, jeder Mann musste sie als sein Eigen anerkennen.

Es wird gelacht, getanzt, gejauchzt, getrauert, geweint, geliebt und mit allen Sinnen gefeiert – in dieser Nacht ist alles erlaubt.

Frauen dürfen Gericht halten, ekelhaften Menschen werden Fenster und Türen ausgehängt – damit etwas Licht in ihre Köpfe kommt.

Unterdrücker werden öffentlich genannt und mit den Verehrern und den guten und starken Liebhabern wird die Lust gefeiert.

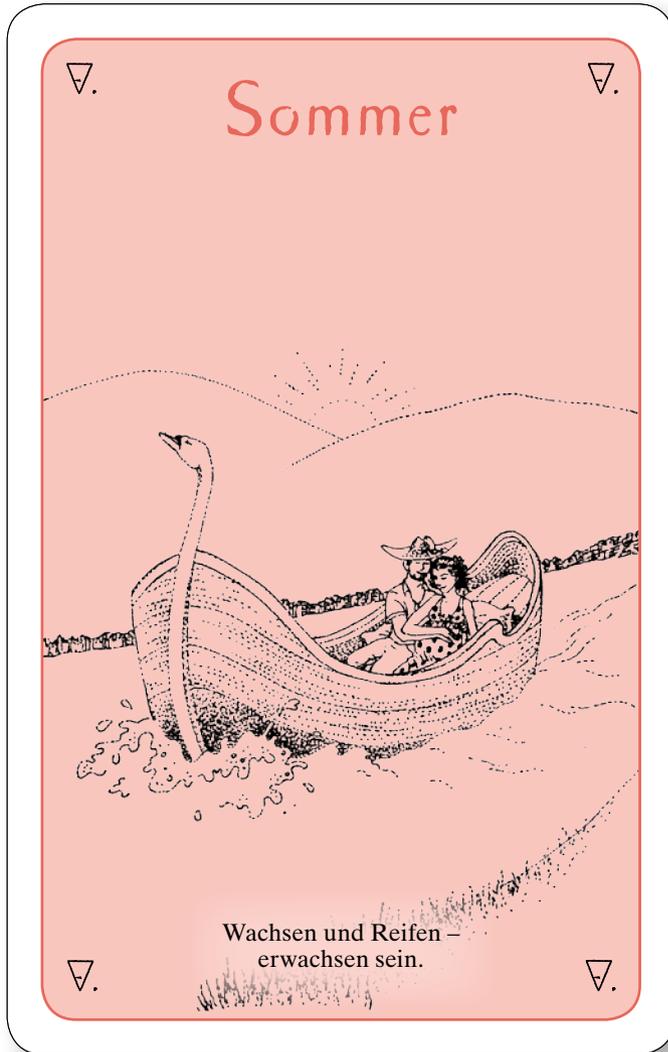
Das ist die Nacht, in der vereinigt wird, was zusammengehört. Sie ist seit Jahrhunderten eine Freinacht, um die eigene Macht zu erproben. Lerne zaubern – Gleiches zieht Gleiches an, Gleiches bewirkt Gleiches, glückliches Zusammensein zieht Glück an, verschwenderische Gelage ziehen den Reichtum an, Lustbarkeiten ziehen Lebenslust an.

Magie und Zauber wirken bedeutet, etwas eigenbewusst und schöpferisch zu bewirken. Erinnerung dich an deine Macht, an deine alten magischen Kräfte, indem du dir in deiner ganzen Tiefe bewusst wirst. Spüre und erkenne die Kraft der Natur.

Rauschhaft-erotische Ausschweifungen kennzeichnen die Frühlingsfeste in allen Kulturen. Die himmlisch-paradiesischen Freuden der Walpurgisnacht wurden erst in Folge der Christianisierung zum Hexensabbat.

Es verwundert nicht, dass der Mai ein Marienmonat ist, Frauen haben sich in diesem schönen Monat den weiblichen Aspekt Gottes bewahrt. Viele Heilpflanzen für frauenspezifische Probleme blühen im Mai. Jetzt kannst du ganze Frauenteeewiesen entdecken.

Suche das Waldmeisterlein, bereite eine Maibowle zu und lerne fliegen, zum Essen empfehle ich Wildpflanzensalat mit Lammmedaillons. Frohes Fest!



Sommer

Wachsen und Reifen – erwachsen sein.

Element Wasser – Mittag – Süden – Vollmond

Zeitpunkt: 21. Juni

Namen: Sommersonnenwende, Alban Hevin, Mittsommer,
Weiße Nacht, Johanni

Zeitqualität / Botschaft:

Verlieben, erblühen, sich in der Begegnung entfalten. In der wirklichen Begegnung, in der Polarität entsteht, was immer du dir wünschst. Der Sommer (die Lebensmitte) unterstützt dich, die Visionen in deinem Leben umzusetzen, die Fülle in und um dich zu feiern.

Im Sommer des Lebens geht es um die Emotionen, die tiefen Wasser in dir, darum, sich tragen zu lassen und selbst nährendes, tragendes Wasser zu sein.

Dem Sommer und dem im Jahreskreis gegenüberliegenden Winter ist das Weibliche zugeordnet: blühend, emotional, zyklisch, nährend, lebensspendend und mit dem Tod vertraut.

Zu Frühling und Herbst gehört alles Männliche: strahlend, hell und klar, zeugend, überschäumend, Verantwortung tragend, die Ernte.

Wird eine junge Frau nach den Frühlingsfestlichkeiten schwanger, leitet sie die Natur, ihr Körper, in die Sommerzeit – zu Mütterlichkeit und Erotik. Sie bekommt Zugang zu den nährenden und pflegenden Prinzipien und beginnt, den Tod zu verstehen, der im Jahreskreis im Winter liegt. Denn mit der Fähigkeit, Kinder zu empfangen und zu gebären, sind untrennbar die Begegnungen mit dem Tod verbunden. Jede Geburt ist eine Grenzerfahrung zwischen Leben und Tod, ein archaisches Sich-Aufbäumen des Lebens, dazu kommen Fehl- und Todgeburten, zu früh geborene und von der Frau zurückgegebene Kinder.

Die schwere Aufgabe des jungen Mannes ist es, sich vom Frühling dem im Jahreskreis gegenüberliegenden Herbst zuzuwenden, das heißt: Verantwortungsgefühl entwickeln. Dankbarkeit und auch Loslassen aller bis dahin vertrauten Gewohnheiten und klärende Schnitte machen. Nur so bleibt er mit dem Frühling verbunden und für seine mütterliche, erotische Frau ein frühlingshafter Liebhaber. So bewahrt er die männliche Aggression, seine phallische Zeugungskraft, die er im Frühling gelernt hat, zu lenken und nun zur Versorgung und zum Schutz seiner Familie verwendet. Bewegt er sich mit seiner Frau in den Sommer, werden beide nährend und pflegend und verlieren die Energie der Walpurgisnacht.

Schwangerschaft, Geburt und Stillen verpflichten eine Frau nicht dazu, einen Mann zu bemuttern. Ein Kind zu gebären und einen Säugling zu pflegen ist Arbeit genug. Wer sagt, dass kochen, putzen und dem Ehemann den Rücken freizuhalten dazugehören?

Die Helden unserer Zeit schützen die Frauen vor völliger Überforderung und Selbstaufgabe. Das Erbringen der dazu notwendigen Opfer ist ein herausragendes Merkmal des Erwachsenseins.

Hat eine junge Frau sich selbst gefunden, wird sie sich auch nicht so schnell wieder aufgeben. Zwei ebenbürtige, starke Menschen werden sich in dieser wichtigen Phase ihres Lebens gegenseitig stützen. Nur so bleiben sie auch interessant füreinander. Nur über Unterdrücker muss man heimlich lästern!

Das Sommerparadies entsteht, wenn selbstbestimmte, in praller Sinnlichkeit stehende Frauen auf mutige, starke Männer treffen.

Du bist am Sonnenhöchststand deines Lebens, deiner Fülle, deiner Erotik, deiner ganzen Eigenmacht, fähig, in Beziehung zu treten und Mütterlichkeit zu leben und Geliebte zu sein, ohne dich selbst zu verlieren.

Ehen werden nicht geschieden, obwohl Frauen sich aufopfern, sondern weil sie sich aufopfern!

Das Wilde gehört zum Sommer. In ihm begegnet man der Natur und kann innere und äußere Kraftplätze suchen.

Bei der Suche nach guten Plätzen oder deiner Pflanze gehe achtsam durch die Natur, nimm Kontakt mit allen Wesen auf. Pflanzen zeigen sich, die Heilkraft zeigt sich dir, du findest genau die Pflanze, die dir in deiner Situation hilft – es ist noch lange nicht alles in Büchern geschrieben.

Die Natur spiegelt dich wider – schau auf den Wind, auf die Wolken, die Vögel, auf alle sommerlichen Begegnungen und stelle die Verbindung zu deiner Urkraft wieder her.

Seinen Platz zu finden, einzunehmen und auch zu verteidigen, gehört zum Erwachsensein, zum Sommer des Lebens.

Nimm deinen Platz ein! Eine Zeit der Begegnungen wartet auf dich.

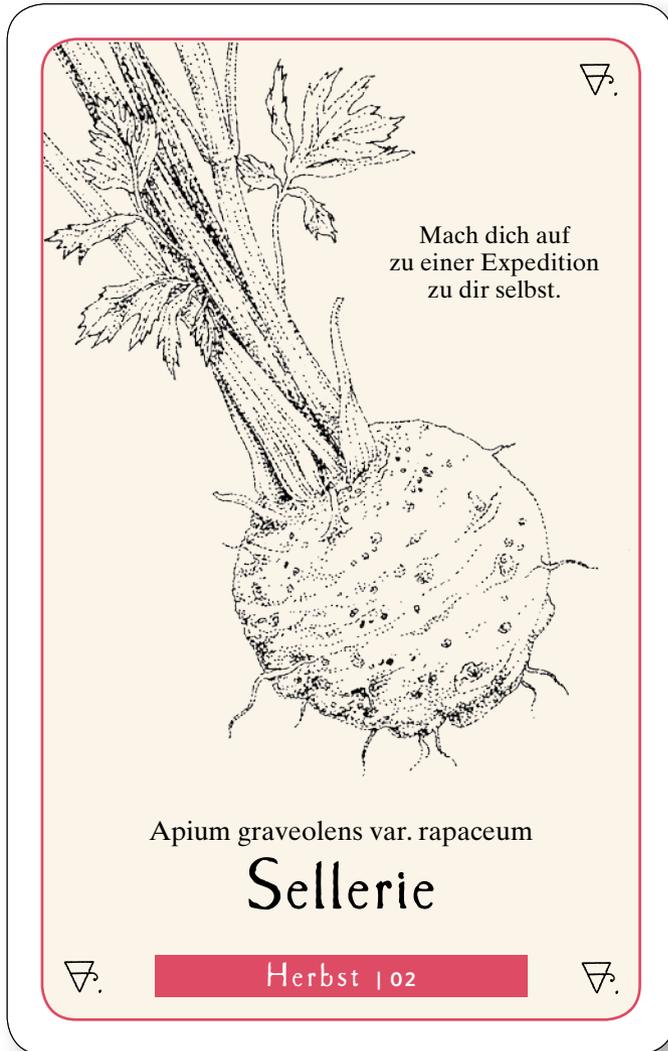
Um dich und andere heilen zu können, musst du heil werden, durch echte Begegnung, durch aufrichtige, mutige Beziehung und wahre, tiefe Berührung.

Feiere das große Fest des Erwachsenwerdens, die Initiation in das Leben und in das Paradies mit einem großen Sonnwendfeuer, mit einem Bad in heiligem Wasser und mit einem Essen von überschwänglicher Fülle und Rosenbowl.

Pflanzen dieser Zeit:

Alle Sonnenkräuter bringen Wärme und Kraft für Herz und Seele und wirken emotional stärkend und heilend.

Mädesüß, Johanniskraut, Arnika – die Seelentrostpflanze, Weißdorn für das Herz, Thymian, Oregano, Dost, Wasserhanf, Muskatellersalbei, Ringelblume und alle mediterranen Küchenkräuter – Basilikum, Ysop, Bohnenkraut, Lavendel.



Sellerie *Apium graveolens var. rapaceum*

Mach dich auf zu einer Expedition zu dir selbst.

Volksnamen: Zellerich, Zelderie oder Zeller

Standort: Wildform: salzhaltige, feuchte bis sumpfige Böden in den Küstengebieten der Mittelmeerländer, in Österreich ist er eine Kulturpflanze

Eigenschaften: blutreinigend, harntreibend, kreislaufstärkend, menstruationsfördernd und nervenstärkend

Bereits im alten Ägypten diente Wildsellerie als Heilpflanze. Zudem wurde er im antiken Griechenland als Schmuck bei Trauerfeiern eingesetzt, galt er doch unter anderem als Symbol der Trauer und Tränen.

Auch in der griechischen Mythologie hat der Wildsellerie seinen festen Platz. So erhielt der Sage nach der nemäische König Lykurgos die Warnung, seinen Sohn Opheltos nicht auf den Boden zu legen, solange dieser des Laufens noch nicht fähig war. Die Amme Hypsipyle handelte dem jedoch zuwider und bettete ihn auf wilden Sellerie. Daraufhin erwürgte eine Schlange Opheltos, was als unheilvolles Omen für den bevorstehenden Feldzug gegen Theben gedeutet wurde. Um die Götter günstig zu stimmen, wurden dem toten Knaben zu Ehren Leichenspiele veranstaltet, bei welchen die Sieger einen Kranz aus geflochtenen Sellerieblättern erhielten.

Beim Sellerie geht es also um lange Märsche, um Helden und den Tod. Mach dich auf zu einer Expedition zu dir selbst.

Sellerie braucht während ihres Wachstums sehr viel Licht und sammelt dieses in seinen großen Knollen – Licht und Energie, die er dir jetzt zur Verfügung stellt.

Sellerie gibt dir Kraft und Ausdauer für lange Märsche.
Er hilft dir, in die Tiefe zu tauchen, wärmt und gibt Beständigkeit.

Frierst du? Hast du Angst vor dem bevorstehenden Winter und Angst vor dem Verlust der körperlichen Kraft?

Erschöpfung und Energieverlust lässt uns frieren.

Sellerie gibt dir Kraft auszuharren, im Chaos stehen zu bleiben.

Er gibt dir die Kraft, den letzten entscheidenden Schnitt zu machen.

Er macht bodenständig und konzentriert die Kraft in den Lenden.

Er stellt dich in die Realität – mach deine Augen und Ohren weit auf!

Sellerie wirkt potenzfördernd im Sinne von Wurzelkraft stärkend und füllt deine Lebensenergie wieder auf.

Schwindende Potenz zwingt dich, deine Seelenwärme zu suchen.

Es ist Zeit, deine geistige Kraft zu stärken.

Hast du Angst, dich ganz zu verlieren?

Angst, alt und krank zu werden?

Angst loszulassen, ohne zu wissen, was du dafür bekommst?

Nur das Sein trägt im Winter, jeder Schein muss jetzt losgelassen werden. Du bist so geworden und es gibt nichts zu verstecken.
Zeige dich, wie du bist, mit allen Ecken und Kanten.

Mit dem Sellerie bekommst du eine Wurzel für die Liebe und die Arbeit an dir selber.

Lass dich von ihm stärken.

Stärke dich mit Sellerie roh als Waldorfsalat, denn die Walnüsse und Äpfel gehören unbedingt zum Sellerie dazu.

Selleriepüree oder -suppe gibt dir die Kraft und die nötige Ausdauer.

Zum Sellerie passen frische Kräuter und Sahne.

Und Randig passt dazu als weitere herrliche Knolle für deine Wurzelarbeit.

Waldorfsalat:

1 Knolle Sellerie

100 ml Zitronensaft

200 g Walnüsse

200 g Crème fraîche

1 EL Honig

4 Äpfel

Salz und Pfeffer

Sellerie schälen und raspeln. Äpfel schälen, raspeln und mit dem Saft einer Zitrone vermischen, damit Sellerie und Äpfel nicht braun werden.

Walnusskerne hacken, alles in eine Schüssel geben.

Crème fraîche mit Salz, Pfeffer und Honig würzen und die Marinade über die Zutaten geben. Im Kühlschrank durchziehen lassen. Abschmecken.

Mit Walnusshälften garnieren.

Selleriepüree:

Sellerieknollen schälen, grob zerkleinern, in wenig Wasser weich dünsten, etwas Sahne und Butter dazugeben, alles pürieren – fertig ist die wählende, kräftigende Seelenspeise.

Dazu passen Fleisch oder ein Spiegelei oder auch nur einige Karotten und Salat.