

Müstikum

2.

# DIE NACHT DER HEXEN

DIE WALPURGISNACHT

KRÄUTERKUNDE FÜR ANFÄNGER

DIE GEISTERINSEL

DIE PSI-GENERATION

# EINLEITUNG

„Es gibt mehr Dinge zwischen Himmel und Erden, als Eure Schulweisheit sich erträumt.“

William Shakespeare (Hamlet)

Herzlich Willkommen!

Mystikum entführt dich in die Welt, wo die Wissenschaft an ihre Grenzen stößt. Begleite uns auf eine illustrierte und interaktive Reise zu mystischen Themen und Geschichten, erforsche die Rätsel der Natur, hinterfrage anhand von aktuellen Forschungsergebnissen, wo Religion anfängt und Wissenschaft endet und entdecke die Kraft der alternativen Heilmedizin.

Mystikum setzt sich mit dem noch Unerforschten auseinander, wird in aktuelle Themen der Religion, Spiritualität, Okkultismus, Kryptologie eintauchen und sich im Allgemeinen mit der Welt der Mythen beschäftigen.

Forsche weiter!

Durch zahlreiche Verlinkungen zu den verschiedensten Themen kannst du dich noch tiefer in die Materie vorwagen, dazu die passende Lektüre bestellen und dich im Veranstaltungskalender über kommende Events informieren.

Das Mystikum-Team wünscht dir viel Spaß beim interaktiven Lesen!





## EDITORIAL

In der April-Ausgabe von *Mystikum* berichten wir über die bevorstehende Walpurgisnacht, die als ein bedeutendes Fest von Hexen gefeiert wird. Dazu haben wir uns mit einer praktizierenden Hexe aus Wien getroffen, um mehr über Bräuche, Riten und Feste zu erfahren.

Dazu passend erfährt ihr in einem Spezial-Artikel der Rubrik „Alternative Heilmedizin“, wie verschiedenste Arten von Kräutern zu eurer Gesundheit beitragen können.

Wie die Bewohner Islands mit Elfen, Feen und Gespenster umgehen, könnt ihr im Artikel „Die Geisterinsel“ nachlesen und in der Serie „Mediale Kinder“ berichten wir diesmal über „Hellsichtig mediale Kinder“.

Weiters gibt es einen Nachbericht vom Ersten Wiener Grenzwissenschaftskongress, der im März stattfand und zu dem einige interessante Referenten geladen waren.

**ERKENNE, WER DU IM KERN DEINES  
WESENS BIST, UND DANN WERDE ES.**

**PINDAR, DICHTER (518 v. CHR.)**



# INHALTSVERZEICHNIS



AB SEITE 5

## DIE NACHT DER HEXEN



AB SEITE 12

## DIE PSI-GENERATION



AB SEITE 18

## DIE GEISTERINSEL



AB SEITE 27

**SPEZIAL**

## ALTERNATIVE HEILMEDIZIN



SEITE 2

EINLEITUNG



SEITE 3

EDITORIAL



SEITE 23

ERSTER WIENER GRENZWISSENSCHAFTSKONGRESS



AB SEITE 46

BUCH UND FILM-TIPPS



SEITE 48

VERANSTALTUNGSKALENDER



SEITE 49

VORSCHAU



# DIE NACHT DER HEXEN

In der Nacht vom 30. April auf den 1. Mai findet einer der bekanntesten Feste der Hexengemeinschaft statt. Was hat es mit dieser magischen Nacht auf sich, wie und wo wird sie gefeiert? Und was das Hexendasein in der heutigen Zeit für einen Stellenwert?

Wir haben uns in Wien mit einer bekennenden Hexe getroffen und gehen diesen Fragen auf den Grund.



## HEXENLEBEN

Cara ist 23 Jahre jung, arbeitet hauptberuflich bei einer Versicherungsanstalt und macht kein Geheimnis daraus, dass sie eine praktizierende Hexe ist: „Jeder kann wissen, dass ich der Hexengemeinschaft angehöre, ich verheimliche das nicht.“ Wir haben uns zusammengesetzt und wollten mehr über das Hexentum, über Feste und Bräuche in Erfahrung bringen und uns einen Einblick in das Alltagsleben und das Wesen einer Hexe verschaffen.

Was unterscheidet eine Hexe von anderen Menschen, wollten wir vorweg wissen: „Es beginnt mit der Denkweise“, sagte Cara, „wir akzeptieren und respektieren jedes Lebewesen, so wie es ist und sind sehr naturverbunden.“ Cara fügte noch hinzu: „Das Hexentum gab es bereits vor der Entstehung der Weltreligionen, wir glauben an die Gleichberechtigung und arbeiten im Einklang mit der Natur.“ Letzten Endes macht auch die Kombination von Wissen und Kräften (die man auch erlernen kann) das Wesen einer Hexe aus. Cara wuchs am Land auf, lernte schon in jungen Jahren den Umgang mit der Natur und ihre Geheimnisse und besitzt unter anderem die Fähigkeit, die Aura anderer Lebewesen zu erkennen.



*„Hexen lernen Magie,  
um zu heilen, wo Wunden sind –  
Liebe zu geben, wo Hass ist –  
Mitleid zu spenden, wo Grausamkeit ist,  
um auf das, was falsch ist,  
mit dem zu antworten, was richtig ist –  
Und so üben wir Magie aus,  
um das Gleichgewicht wieder herzustellen,  
um Negatives in Positives umzuwandeln.“*

Phyllis Currott - Wicca Hohepriesterin



## HEXENGESCHICHTE

Warum haben dann Hexen ein nicht gerade positives Ansehen in der Bevölkerung, wollten wir wissen. Cara antwortete uns, dass die katholische Kirche in der Vergangenheit versuchte, die Frauen zu unterdrücken. Sie wollten Heiden und Hexen als ein Abbild des Bösen darstellen, um sie zu verurteilen und um sie beseitigen zu können. Es waren früher ganz normale Frauen, „heute würde man sie als Ärzte oder Apotheker beschreiben“, meinte Cara, Hebammen bzw. Seherinnen, die über Naturwissen und Kräuterheilkunde Bescheid wussten und der Kirche nicht in ihr frauenfeindliches Bild passten.

Der Begriff „Hexe“ stammt übrigens aus dem germanischen Sprachgebiet, also aus Nord- und Mitteleuropa. Hexe kommt von „Hagazussa“, was soviel wie „Zaunreiterin“ bedeutet.

Die erste Hexenverbrennung soll im Jahre 1275 in Frankreich stattgefunden haben. Die Verfolgung richtete sich aber nicht nur gegen Frauen. Auch Männer und Kinder konnten ebenso verdächtigt werden, eine Hexe zu sein. Im Mittelalter wurden aufgrund der Inquisition in fünf Jahrhunderten Millionen von angeblichen Hexen gefoltert bzw. ermordet. Im Jahr 1486 entstand der „Hexenhammer“ (malleus maleficarum) von dem Dominikanermönch Heinrich Kramer. Er beinhaltet neben der Auflistung der Hexenverbrechen auch genaueste Anweisungen zur Durchführung von Hexenprozessen. Der Hexenhammer wurde 200 Jahre

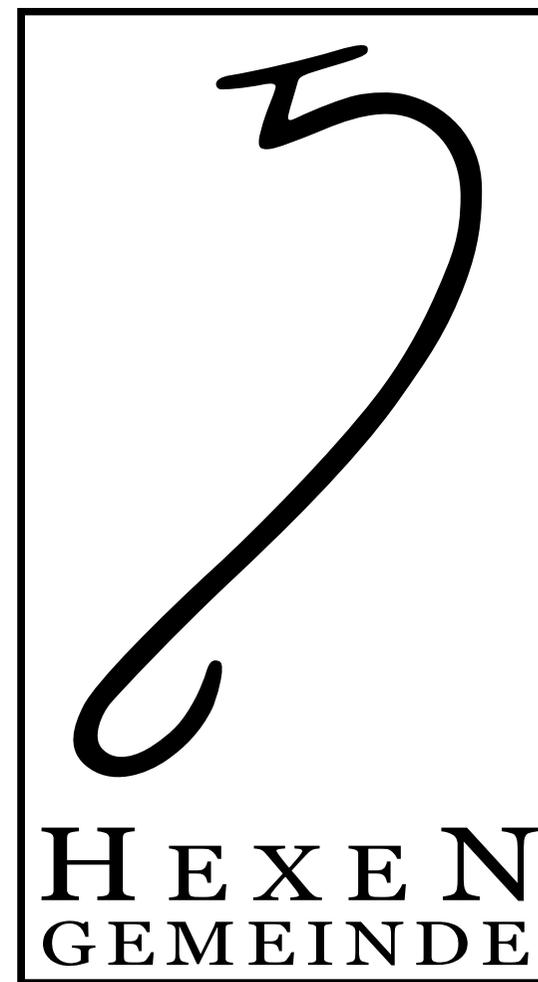


## HEXENGESCHICHTE

lang benutzt und erschien in fast 30 Auflagen in den verschiedensten Sprachen. Wenn man zu jener Zeit jemanden loswerden wollte, der einem nicht passte, verdächtigte man die Person einfach der Hexerei. Bei den Frauen spielte natürlich eine gewisse Emanzipationshaltung eine Rolle, die die Kirche zu unterdrücken versuchte. Einen weiteren Anlass zur Verfolgung lieferte die Tatsache, dass Hexen mehrere Götter verehren, wie z.B. die Göttin Diana, die dem Mond zugesprochen wird.

Heutzutage wird zum Glück niemand mehr verbrannt oder gefoltert, nur weil jemand behauptet, sie oder er übe Magie aus oder ist eine Hexe. In Amerika ist der Wicca-Glaube eine staatlich anerkannte Religion und hat ca. zwei Millionen Anhänger. Wir wollten von Cara wissen, welche Kriterien in Österreich oder Deutschland für eine Religionsgründung vorliegen. Sie meinte, dass in Deutschland die Gesetze etwas schwieriger sind. In Österreich ist es so, dass man 300 Menschen finden müsste, um eine Religionsgemeinschaft

zu bilden, die vom Staat anerkannt wird und die offizielle Anerkennung der Hexengemeinde wäre ein festes Ziel.



# DIE WALPURGISNACHT

Die Walpurgisnacht ähnelt dem keltischen Fest Beltane (das Fest des Lichtgottes Belenus, seine weibliche Entsprechung ist die Feuergöttin Belisama), welches mythologisch als Mondfest in der Nacht des ersten Vollmondes zwischen der Frühjahrs- und der Sommersonnenwende gefeiert wurde. Beltane ist ein Feuer- und Fruchtbarkeitsfest. Die Vereinigung zwischen Gott und Göttin, dem Männlichen und Weiblichen. Die Feuer wurden üblicherweise aus neun Sorten Holz aufgeschichtet und symbolisierten den Sieg des Lichtes über die dunkle Hälfte des Jahres. Zwischen zwei

Feuern wurden Tiere durchgetrieben, da dem Feuer reinigende und heilende Wirkung sowie auch ein Fruchtbarkeitssegen nachgesagt wurde. Die Menschen, die über das Feuer sprangen, versuchten den gleichen Segen zu erhalten.

Ob die heilige Walpurga (710 n. Chr. in England geboren), die später nach Deutschland kam und an einem 1. Mai heilig gesprochen wurde, nicht nur mit ihrem Namen im Zusammenhang mit der Feier steht, ist nicht geklärt und wird noch diskutiert und erforscht.

Traditionell gilt jedoch die Nacht vom 30. April auf den 1. Mai als ein wichtiges Fest für alle Hexen, das zumeist an erhöhten Orten abgehalten wird und als eines der Bekanntesten gilt. „Es ist aber nur ein Fest von vielen, es gibt acht Hexensabbate“, meinte Cara.

Erst im Mittelalter wurde dem Fest die Beschwörung von Dämonen, Tieropfern und Teufelsanbetung angedichtet. Diese Meinung vertritt auch Cara: „Das Christentum hat Gott UND den Teufel erschaffen, nicht das Hexentum.“ Es wäre auch unlogisch, zugleich nicht

## ALLE HEXENFESTE (SABBATE)

Bei den Hexen gibt es acht große Feste, die man als Sabbate bezeichnet: Sie symbolisieren das Rad des Jahres.

**IMBOLC** (Lichtmess) 2. Februar

Imbolc oder Lichtmess ist das Fest des Wiederkehrens des Lichtes. An diesem Tag wird der Sonne gedankt.

**OSTARA** (Frühlingstagundnachtgleiche) 21. März

Ostara ist ein Fruchtbarkeitsfest, das die Ankunft des Frühlings feiert. Das Weibliche und das Männliche sind in Balance. Es ist eine Zeit des Lebens und der Wiedergeburt.

**BELTANE** (Walpurgisnacht) 30. April–1. Mai

**LITHA** (Lichtmess) 21. Juni

Dies ist der längste Tag des Jahres, der mit großen Freudenfeiern gefeiert wird.

**LAMMAS** (Schnitterfest) 2. August

Der Sommer erreicht nun den Höhepunkt, und die Früchte des Jahres werden bald geerntet. Dieser Tag ist zum Dank für die Früchte der Erde und deren Gaben.

**MABON** (Herbsttagundnachtgleiche) 21. September

Es wird für die Ernte gedankt, die Nächte werden jetzt länger, die Dunkelheit nimmt zu.

**SAMHAIN** (Lichtmess) 31. Oktober

Die Zeit, in der das Licht in die Dunkelheit übergeht. In dieser Nacht sollen die Tore zur Anderswelt und zum Totenreich besonders durchlässig sein.

**YULFEST** (Wintersonnenwende) 21. Dezember

Dies ist die dunkelste und längste Nacht des Jahres. Die Sonne wird wiedergeboren.



## DIE WALPURGISNACHT

an den Teufel zu glauben, aber ihn andererseits zu beschwören oder anzubeten.

Gibt es denn keine bösen Hexen, wollten wir in diesem Zusammenhang wissen. „Magie geht immer in Eigenverantwortung“, meinte Cara, „alles was du aussendest, kehrt mindestens drei mal so stark wieder zu dir zurück.“

Im Laufe der Jahrhunderte entstand so schließlich der Mythos von der Nacht der Hexen, den in unseren Breiten sicherlich auch Goethes „Faust“ verstärkt hatte: Er erzählt über die jährliche Versammlung aller Hexen in der Walpurgisnacht auf dem Blocksberg, wohin sie nackt auf ihrem Besen reiten und dort zügellos um ein Feuer tanzen.

Heutzutage wird in vielen Ländern die Walpurgisnacht in der einen oder anderen Art gefeiert, in Schweden (Valborg-Fest) und Finnland (Vappu-Fest) finden in der Nacht große Studentenfeiern statt, in Deutschland und Österreich weist das Maifest viele Parallelen auf.



Hermann Hendrich (1854-1931): **Hexentanz**



# HEXENGEMEINDE

Die Hexen und die Walpurgisnacht haben durch die mittelalterliche Kirche ein bis heute schlechtes Image, obwohl vieles geschichtlich heute aus einem anderen Blickwinkel zu sehen ist. Die Hexengemeinde, die Cara mitgegründet hat, will einfach den natürlichen Umgang mit Energien und der Natur lernen und führt einen anerkannten Verein: „Wir sind ein Verein, der vieles verbindet: Hexen, Magier, Schamanen,

Wicca – dessen Einzigartigkeit sich durch die anerkannte Glaubensgemeinschaft als statutarisches Ziel auszeichnet.“ Jeder (egal ob weiblich oder männlich), der sich dazu berufen fühlt oder Interesse hat, kann nach einem persönlichen Gespräch dem Verein beitreten oder als Novize die Geheimnisse des Hexentums, Kräuterkunde und positive Rituale erlernen.◆

von KARL LESINA

## Bücher zum Thema:



*Spirituelle Magie. Die hohe Kunst der Heiler und Hexen*  
von Phyllis Currott

Preis: EUR 12,95

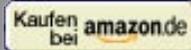
Gleich bestellen →



*Meine Hexen Box*  
von Lucy Summers

Preis: EUR 14,95

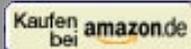
Gleich bestellen →



*Der Hexenhammer. Malleus maleficarum*  
von Heinrich Kramer

Preis: EUR 24,95

Gleich bestellen →



Cara, 23. Mitgründerin der Hexengemeinde in Wien.

## Interessante Links:

Fausts HexenEinmalEins:

◀ <http://www.free-solutions.de> ▶

## Weiterführende Links:

◀ <http://www.hexengemeinde.at> ▶

◀ <http://www.hexethea.de> ▶

◀ <http://www.wicca.org> ▶

◀ <http://www.hexenzirkel.org> ▶

◀ <http://www.muenster.org> ▶

◀ <http://www.kreuz.net> ▶





# DIE PSI-GENERATION

**Die „Hellsichtig medialen Kinder“ sind noch so gut wie nicht erforscht. Wissenschaftliche Belege über diese feinfühligsten Menschen gibt es nicht. Wir möchten dennoch über diese interessanten Wesen berichten.**



## HELLSICHTIG MEDIALE KINDER

Seit der Verfilmung des Fantasy-Epos „Herr der Ringe“ haben Legolas (der scharfsinnige Waldelb) und Gimli (der aufmüpfige, aber gutherzige Zwerg) einen gewissen Kultcharakter erhalten. Doch was antwortet man seinem Kind, wenn es behauptet, im Garten mit Freunden zu spielen, die auch so spitze Ohren wie der Elb Legolas und die Halbelbin Arwen besitzen, oder ab und zu stark behaarte Zwerge anzutreffen?

Mit dieser Frage sah sich Julianes Mutter konfrontiert, als sie mit ihrer neunjährigen Tochter an einem „Herr der Ringe“-Plakat vorbeiging und Juliane nur nebenbei und mit einer natürlichen Selbstverständlichkeit erwähnte, dass Arwen (von Liv Tyler gespielt) genauso lange, spitze Ohren habe wie Julianes Freundinnen, mit denen sie so gerne im Garten spielt.

Dass ihre Tochter anders als die anderen Mädchen in ihrem Alter ist, bemerkte Julianes Mutter schon früher – z.B. malte Juliane einmal sich selbst und ihre Freundinnen, welche sie etwas kleiner, dafür mit großen Libellenflügeln darstellte. Die Luft um ihre Freundinnen herum zeichnete Juliane lilafarben.

Erst nach einiger Zeit begriff Julianes Mutter, dass Juliane ein besonderes Kind ist, welches Fähigkeiten besitzt, die anderen oft verborgen bleiben. Juliane nimmt feinstoffliche Lichtwesen wie Zwerge, Feen und Elfen wahr – sie sind ihre Spielkameraden. Die um die Feen und Elfen lilafarbene pulsierende Energie, die Juliane gemalt hatte, entspricht der Aura der Lebewesen, die Juliane aber auch bei Menschen, Tieren, Bäumen und Pflanzen sieht – ebenso wie die „Lichträder“ (Chakren).



# CHAKREN-ÜBERSICHT

Jedes Chakra (aus dem Sanskrit: „Rad“ oder „Kreis“) entspricht einem feinstofflichen Energiezentrum unseres Körpers. Die oft als kreisende Energiewirbel dargestellten Chakren haben unterschiedliche Funktionen, sind aber dennoch aufeinander abgestimmt. Jedes einzelne

Chakra besitzt eine eigene Farbe, ein bestimmtes Symbol und ein Element.

Sind alle Chakren ganz geöffnet, so entspricht dies dem Zustand der Ausgeglichenheit.

Geschlossene Chakren (stimmen meist mit körperlichen Beschwerden oder psychischen

Belastungen überein) lassen sich mit Hilfe von bestimmten Techniken (z.B. mittels energiereicher Steine, Meditation, Aromaöle) aktivieren. Neben den sieben Hauptchakren gibt es noch zahlreiche Nebenchakren und kleine Nebenchakren.



**KRONEN-CHAKRA** (Sahasrara, auch Kopfchakra, meist weiß; manchmal auch silber oder gold):

Dieses Chakra wird als Kreis dargestellt, der die Leere symbolisiert und ist der Zirbeldrüse zugeordnet („biologische Uhr“ im Körper). Die Aufgabe des Chakras ist es, alle Energiequellen im Körper zu versorgen. Die diesem Chakra zugeordnete kosmische Energie steht für Austausch zwischen Mensch und Kosmos.



**STIRN-CHAKRA** (Ajna, auch Drittes-Auge-Chakra, meist violett; auch indigoblau oder gelb):

Es wird meist mit einem silbernen Punkt symbolisiert und hat die Aufgabe der Kontrolle über alle Organe und Chakren (wird unserer Hormondrüse, der Hypophyse, zugeordnet). Der Zugang zur Intuition läuft über dieses Chakra. Der Mensch soll sich als Teil des Ganzen verstehen.



**KEHLKOPF-CHAKRA** (Vishuddha, auch Halschakra, meist hellblau, auch silbrig oder grünlich-blau):

Das Symbol dieses Chakras ist ein liegender Halbmond in einem weißen Kreis. Die körperliche Zuordnung entspricht der Schilddrüse. Der Mensch erfährt aufgrund von Stimme und Atmung seine Individualität durch seine Kommunikationsfähigkeit mit anderen Individuen.



**HERZ-CHAKRA** (Anahata, meist hellgrün oder zartrosa):

Das dazugehörige Symbol besteht aus einem sechseckigen Stern in gräulicher Farbe. Das dazugehörige körperliche Organ ist die Thymusdrüse. Die Energien des Herzens bestehen aus den Gefühlen Liebe und Schmerz, welche durch bewussten Umgang erkannt und differenziert werden können.



**SOLARPLEXUS-CHAKRA** (Manipura, auch Nabelchakra, gelb bis goldgelb):

Das rote Dreieck symbolisiert dieses Chakra, welchem die Bauchspeicheldrüse aufgrund der Bildung von Energiereserven zugeordnet wird. Kraft und Macht stehen für dieses Chakra (Identitätsfindung).



**SAKRAL-CHAKRA** Sakralchakra (Swadhisthana, orange):

Das durch den weißen Halbmond symbolisierte Sakralchakra entspricht dem Ort des Selbst. Eierstöcke bzw. Hoden sind die dazugehörigen Organe, die den Sitz der Sexualenergie im Sakralchakra haben. In der Begegnung mit anderen erfährt sich der Mensch selbst.



**WURZEL-CHAKRA** (Muladhara, auch Basischakra, feurig-rot):

Das mit einem gelben Quadrat symbolisierte Chakra ist der Sitz der Lebensenergie (der Überlebenswille dominiert). Die Nebennieren werden diesem Chakra zugeordnet, welches Grundbedürfnisse abdeckt.



## HELLSICHTIG MEDIALE KINDER

Juliane ist eines von vielen hellseherischen Kindern, die feinstoffliche Wesen sehen.

Ebenso soll es Menschen geben, die Gedanken lesen können bzw. durch geistige Energieübertragung heilen können. Manche dieser Kinder behaupten auch, ihre Schutzengel oder kürzlich verstorbene Verwandte zu treffen, die sie durchs Leben begleiten.

Jan Udo Holey beschrieb in seinem Buch „Die Kinder des neuen Jahrtausends“ das Leben der hellseherischen Susanne, die die Nähe von Krankenhäusern und Altersheimen meidet, da kranke Menschen unbewusst von gesunden Menschen Energie absaugen und durch die vielen Schutzengeln und Dämonen enorm viele unterschiedliche Emotionen schwingen. Susannes Beschreibung könnte erklären, warum es vielen

Menschen nicht leicht fällt, in Krankenhäuser zu gehen und sie sich nach Krankenhausbesuchen recht erschöpft und ausgelaugt fühlen. Es erscheint auch einleuchtend, dass Friedhöfe friedlichere Orte sind als Krankenhäuser, da sich dort selten böse Geister oder verirrte Seelen aufhalten.

Leider gibt es zu den erwähnten Phänomenen nur wenige stichhaltige Beweise und keine wissenschaftlichen Ergebnisse, die z.B. die Existenz feinstofflicher Wesen beweisen könnten.

Dennoch gibt es sehr viele Schamanen, Heiler, Hexen und Energiearbeiter, die als hellseherische Menschen anhand der Aura auf die Befindlichkeit des dazugehörigen Wesens schließen und auf die Energien in positivem Sinne einwirken können.

**JEDES KIND IST GEWISSERMASSEN EIN GENIE  
UND JEDES GENIE GEWISSERMASSEN EIN KIND.**

**ARTHUR SCHOPENHAUER**





## HELLSINNE-ÜBERSICHT

Der englische Heiler Dr. Paul Lansley behauptet, dass jeder Mensch das Potential dazu hat, geistige Wesen zu sehen und mit ihnen in Kontakt zu treten. Als größtes Problem beschreibt er die Angst, die die meisten Menschen blockiert.

Die meisten Hellsinne werden subjektiv empfunden – der Eindruck entsteht also im Gehirn und wird nicht über die Sinne wahrgenommen (das wäre objektive Hellsinnigkeit über die Sinnesorgane wie z.B. Augen, Ohren, Nase, Zunge).

### HELLSICHTIGKEIT

---

Die Gabe der Hellsichtigkeit wird in zwei Bereiche eingeteilt: Die subjektive Hellsichtigkeit bezieht sich auf optische Eindrücke (Bilder, Farben, Symbole, Gesichter) im mentalen Bereich (Hirn), die wie auf einer Leinwand ablaufen.

Die Eindrücke bei der objektiven Hellsichtigkeit sind physischer Natur – das feinstoffliche Wesen wird mit den Augen wahrgenommen.

### HELLHÖRIGKEIT

---

Die Gabe der Hellhörigkeit (das innere und äußere Hören von Botschaften der geistigen Welt) wird ebenfalls in subjektive Hellhörigkeit (Stimmen und Musik werden im Kopf gehört) und objektive Hellhörigkeit (Stimmen werden mit den physischen Ohren wahrgenommen) eingeteilt.

### HELLFÜHLIGKEIT

---

Bei der objektiven Hellfühligkeit werden feinstoffliche Wesen mit allen Sinnen erfasst. Bei der subjektiven Hellfühligkeit empfindet der Hellfühlende am eigenen Körper die Gefühle des feinstofflichen Wesens.

### HELLSCHMECKEN

---

Geschmackliche Eindrücke treten beim objektiven Hellschmecken auf der Zunge auf, beim subjektiven Hellschmecken entsteht der Eindruck im Gehirn und ist mit Erinnerungen verbunden.

### HELLRIECHEN

---

Beim objektiven Hellriechen nimmt der Hellriechende mit der Nase wahr, beim subjektiven Hellriechen wird der im Kopf empfundene Geruch mit Gefühlen und Erinnerungen verbunden.



## HELLSICHTIG MEDIALE KINDER

Die besondere Gabe einiger hellseherischer Menschen, nämlich das frühere Leben anderer Menschen zu sehen, soll die Reinkarnation beweisen. Sowohl der deutsche Rückführungstherapeut Trutz Hardo Hockemeyer als auch der kanadische Parapsychologe Ian Stevenson belegen viele Fälle von Inkarnationen. Trutz Hardo Hockemeyer ist überzeugt, dass die Ursachen für viele Ängste, Phobien, chronische Krankheiten und Allergien aber auch psychische Probleme in früheren Leben aufzufinden sein können.

Auch wenn immer wieder überzeugend erwähnt wird (z.B. vom Heiler Ted Andrews), dass die Fähigkeit zur Aurasichtigkeit von jedem Menschen

erlernt werden kann, so sind doch viele der bisher genannten hellseherischen Fähigkeiten noch nicht wissenschaftlich bewiesen.

Eltern sollten nicht verschreckt reagieren, wenn ihr Kind von Erscheinungen erzählt, da viele Kinder erst Angst entwickeln, wenn sie die entsetzten Gesichter ihrer Eltern sehen.

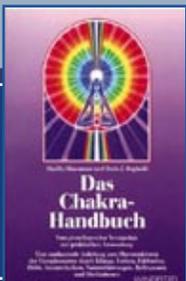
Ebenso sollten Kinder nicht halbherzig belächelt werden, wenn sie von ihrer Gabe etwas preisgeben. Denn weshalb sollten Kinder ihren Eltern oder Großeltern eine Gabe vorlügen, ohne sie zu besitzen? Auf diese Idee kommen vielleicht Kinder nur dann, wenn sie sich nicht genug geliebt fühlen und das Gefühl haben, sie müssten etwas

außergewöhnlich Besonderes können! Daher ist es wichtig, dass sich die Menschen in der heutigen Gesellschaft von diesen Strömungen nicht allzu sehr verleiten lassen, in jedem Kind ein hellseherisch mediales Kind zu sehen, sondern jedem Kind Liebe, Vertrauen und Respekt entgegenbringen – egal ob es nun mit besonderen hellseherisch medialen Fähigkeiten auf die Welt gekommen ist oder nicht! Jedes Kind verdient es, ernst genommen zu werden und so geliebt zu werden, wie es ist. ♦

von KIM WONG

Lies im nächsten Teil der Serie „Mediale Kinder“ über Indigokinder.

### Bücher zum Thema:



*Das Chakra-Handbuch. Vom grundlegenden Verständnis zur praktischen Anwendung*

von Shalila Sharamon

Preis: EUR 12,90

← Gleich bestellen

Kaufen bei **amazon.de**



*Entdecke Deine früheren Leben*  
von Trutz Hardo Hockemeyer

Preis: EUR 12,90

← Gleich bestellen

Kaufen bei **amazon.de**

### DR. PAUL LANSLEY

1962 geb. in London,

Lehrer für spirituelle Philosophie und Persönlichkeits-entfaltung

◀ <http://www.bluerosespirit.com> ▶

### TRUTZ HARDO HOCKEMEYER

1939 geb. in Eisenach,

Autor und Reinkarnationstherapeut

◀ <http://www.trutz-hardo.de> ▶

### Weiterführende Links:

◀ <http://www.energieimpulse.net> ▶

◀ <http://www.verbraucher-schutz-portal.de> ▶



# DIE GEISTERINSEL

Auf Island führen Geister kein Schattendasein. Elfen und Trolle werden ernst genommen, sogar Straßen ihretwegen umgeplant. Das verborgene Volk lässt es sich aber auch gefallen, als Touristenattraktion herzuhalten. Ein Lokalausweis in der Anderswelt.





Die Beschreibung seines Jobs kostet Victor Ingolfsson längst kein Schmunzeln mehr. Er hat mehr damit zu tun, als ihm lieb ist. Immerhin arbeitet er bei der isländischen Straßenbaubehörde – als offiziell Beauftragter für Elfenanfragen. Dass das in Island nichts mit Träumereien zu tun hat, wird schnell klar, wenn er erklärt, er habe jede Woche Anfragen zu prüfen. „Denn immer wieder kommt es vor, dass sich Trolle über geplante Straßen beschwerten, fürchten Elfen um ihre Behausungen.“

Was Binneneuropäern einen kalten Schauer über den Rücken laufen lässt, ist für Isländer Alltag: Es wimmelt von Geistern auf der Insel.

„Viele Isländer nehmen die Existenz von Elfen und Trolen sehr ernst. Dieses, wie wir sagen, Verborgene Volk ist das Gewissen der Insel, sorgt sich um die Umwelt. Die Geister wohnen in Steinen, verbergen sich in Höhlen – und wer sie stört, kann sein blaues Wunder erleben.“ Dreimal kam es in Ingolfssons Karriere deshalb sogar vor, dass die Baufahrzeuge im letzten Moment gestoppt werden mussten. Der jüngste Fall betraf die Ringstraße rund um die Insel. „Eine schriftliche Bitte erreichte uns, dass wir einen riesigen Lavafelsen auf keinen Fall bewegen dürften, weil

## ELFEN UND TROLLE

ein Troll darin wohnte. Wir beherzigten den Hinweis – bauten die Straße daran vorbei.“ Warum? „Es gab einfach zu viele Leute, die an den Troll glaubten.“

Es ist die Landschaft, die einen an alles mögliche glauben lässt. Richtig mystisch wird es vor allem in den unwirtlichen Westfjorden. Dort, im westlichsten Teil Europas, nur noch wenige hundert Kilometer von Grönland entfernt, begegnet man stundenlang keiner Menschenseele, da und dort nur ein verlassen wirkendes Haus am Rande der Schotterpiste. Und doch: Es sind die pittoresken Formen des schwarzen Lavagesteins, die einem stets das Gefühl verschaffen, beobachtet zu werden.





## SAGEN UND GEISTER

Aus den Augenwinkeln tauchen dann die Sinnestäuschungen auf. Seltsame Kreaturen, die ihre Häse recken und mit dünnen Krallen herüber winken. Manche scheinen sich zu ärgern, andere sind einfach nur neugierig.

Isländer sind es gewohnt, auf Zeichen zu achten. Von Anbeginn an taten sie nichts anderes. Mit dem Glauben an die Macht des Übernatürlichen wirbt vor allem die Ortschaft Hafnarfjörður im Süden von Reykjavík. Das huldufólk, jene den Menschen noch am ähnlichsten kommende Spezies der Anderswelt, soll dort schon oft gesehen worden sein. Sogar so genannte Jarðvergar, etwa zehn Zentimeter große Gnome, seien keine Seltenheit, heißt es. Richtig stolz hat Hafnarfjörður aber eine ganz reale Frau gemacht: J.R.R.Tolkiens Nanny stammte nämlich aus dem Ort, und mit ihren Geschichten soll sie dem späteren „Herr der Ringe“-Schöpfer inspiriert haben.

Sagenumwoben ist aber auch das kleine ehemalige Fischerdorf Stokkseyri im Süden der Insel. Didrik Haraldsson, der 56-jährige Leiter des dortigen Geistermuseums hat dennoch keine Angst. Und das, obwohl Mori und Skotta erst kürzlich wieder aktiv wurden.

Es begann vor ein paar hundert Jahren: „Ein Bub namens Mori ertrank in einem Fluss. Er lernte Skotta kennen, ein Mädchen, das einst in einem See ertrunken war. Und irgendwann begannen die beiden, auf dumme Gedanken zu kommen.“

Sie haben es auf Autos abgesehen. Die nervösen Besitzer holen Abschleppdienste. Doch sobald die da sind, lassen sich die Fahrzeuge wieder problemlos starten. So geschah es etwa in den 30er Jahren mit dem ersten Milchwagen, der diese Strecke entlang fuhr. „Und erst vor wenigen Wochen spielte bei einer Touristengruppe im Bus kurz vor Stokkseyri der Tachometer verrückt“, erinnert sich Didrik.

Wieder ganz im Westen der Insel, dort wo einen eiskalten Sturm böen schnell die Zweifel aus der



## MYSTISCHE STIMMUNGEN

Stirn treiben, wird viel von Geistern gesprochen. Im Hotel Hellnar auf der Halbinsel Snæfellsbær verdient man schließlich auch viel Geld damit. „Wir machen Seminare über Elfen und klären die Leute auf“, ist ein Mitarbeiter stolz. Denn eines sei gewiss: „Es ist keine Frage des Glaubens, ob es Elfen wirklich gibt. Es stellt sich vielmehr die Frage, ob man sie sehen will oder nicht.“

Mystische Stimmungen werden in Island gepflegt und vermarktet wie Geysire, Wasserfälle und Islandpferde. Man hat immer das Gefühl, als wüssten die Leute etwas. Als breche jeden Moment eine Naturgewalt herein. Der Volkskundler Arni Björnsson hat eine Erklärung dafür: „Die meisten von uns glauben gar nicht wirklich an Elfen und Trolle, wollen ihre Existenz aber auch nicht ganz leugnen.“ Es handle sich vielmehr um eine Art von Skepsis. „Wir leben in einem unberechenbaren Land. Was heute Gras ist, kann morgen Schnee sein. Daraus haben wir gelernt, uns nicht zu sehr auf den Augenschein zu verlassen.“

Island ist oft still und wirkt aufgeräumt. In der menschenleeren Weite am Rande des Kontinents ist man sich meist selbst überlassen.

Kein Wunder, dass man aus den Augenwinkeln viel entdeckt. ◆

VON MAG. ROBERT PREIS



# ISLAND DATEN

Island ist der zweitgrößte Inselstaat Europas, die größte Vulkaninsel der Welt und seit 1944 eine unabhängige parlamentarisch-demokratische Republik.

Einwohner: ca. 300.000

Gesamtfläche: 103.000 km<sup>2</sup>

Hauptstadt : Reykjavík

Währung: Isländische Krone

## Weiterführende Links:

- ◀ <http://www.ipicture.de> ▶
- ◀ <http://www.botschaft-island.de> ▶
- ◀ <http://www.tripadvisor.de> ▶
- ◀ <http://www.eldey.de> ▶
- ◀ <http://www.cyberelfe.com> ▶
- ◀ <http://dietexter.at> ▶

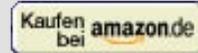


## Bücher zum Thema:

*Island. Die schönsten Bilder (GEO Buch)*  
von Peter-Matthias Gaede

Preis: EUR 19,90

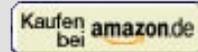
Gleich bestellen →



*Elfen, Feen, Gnome. Das große Buch der Naturgeister*  
von Jeanne Ruland

Preis: EUR 20,40

Gleich bestellen →

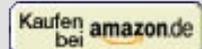


## Film zum Thema:

*Island & Natur pur erleben*

Preis: EUR 9,99

von Alexander Sass



Gleich bestellen →



# ERSTER WIENER GRENZWISSENSCHAFTSKONGRESS

Brunnenkeller

**Am Samstag, den 15. März 2008, wurde zum ersten Wiener Grenzwissenschaftskongress geladen. An die fünfzig Teilnehmer, vier Referenten und die Veranstalter von Kollektiv.org versammelten sich in der Wiener Innenstadt, nahe dem Stephansdom, im Zwölf-Apostelkeller. Mystikum war vor Ort und berichtet über diese interessante Veranstaltung.**



## KONGRESS-NACHBERICHT

Der Zwölf-Apostelkeller in Wien mit seinem historischen Gewölbe strahlte ein mystisches Flair aus. Dieses Ambiente kam bei der Mehrheit der Anwesenden sehr gut an – auch wenn der umfunktionierte Seminarraum räumlich sehr begrenzt war, schaffte er eine gewisse familiäre Atmosphäre. Die Veranstalter waren bemüht, viele Spektren der Grenzwissenschaft abzudecken, der Themenmix der eingeladenen Referenten war genauso unterschiedlich wie deren Präsentationen.

Der erste Vortrag startete mit einem Referenten, der seine spannende Powerpoint-Präsentation mit seinen hervorragenden Rednerqualitäten perfekt kombinierte: Robert Spengler aus Deutschland ging hart in die Offensive zum Thema Klimaschutz, wollte das gespannte Publikum zum Nachdenken animieren, wer von der Klimahysterie profitiere und zählte an dutzenden Beispielen auf, wie er den „Klimaschwindel“ beweisen könne. Sein bekannter Widersacher Al Gore, der sich als Klimaverantwortlicher präsentiert, habe in seinem Film „Die unbequeme Wahrheit“ nicht mit den richtigen Fakten, ja sogar suggestiv gearbeitet und führe die Menschen mit einer gezielten Medienkampagne hinter das Licht, meinte Robert Spengler. Sein Beitrag hat wahrscheinlich einige Ängste aus den Köpfen mancher Zuhörer verbannt, aber auch viele Fragen zum Thema Klima und dessen Schutz offengelassen, denn wie weit jeder selbst etwas zur Umweltverbesserung beitragen will oder kann, muss jeder für sich selbst entscheiden und verantworten.



## KONGRESS-NACHBERICHT

Mag. Manfred Zimmel hatte es bei seinem Vortrag nach seinem Vorredner etwas schwerer.

Zum Thema Astronomie fehlten vielen Teilnehmern die erforderlichen Vorkenntnisse, welche vielleicht durch eine umfangreichere mediale Unterstützung ausgeglichen hätten werden können. Sein Beitrag zum Grenzwissenschaftskongress lautete „Das Schicksalsjahr 2012“ und behandelte den letzten 26 000-Jahres-Zyklus des Maya-Kalenders, der in weniger als vier Jahren endet. Dessen Auswirkungen, die Verbindung zu Geheimplänen

der Illuminati und der drohende Wirtschaftskollaps regten zu einigen größeren Debatten an.

Ganz ohne technische Unterstützung kam der Referent Andreas Mülner bei seinem Vortrag „Was Gedanken alles bewirken“ aus. Seine sehr lebhaft vorgetragene Rede, in der er immer versuchte, das Publikum einzubinden, brauchte keine Unterstützung von Mikrofon oder Filmleinwand. Er regte die Leute anhand von Alltagserfahrungen zum Nachdenken an und es gelang ihm, in spielerischer,

humorvoller Weise aufzuzeigen, was Gedanken in unserem Kopf alles bewirken können. Sein Vortrag beruhte auf der Vorstellung, dass alles, was wir denken, zur Realität wird und inwiefern jeder einzelne einen Nutzen daraus ziehen kann.

Der letzte Dozent an diesem Tag polarisierte und rief wohl am meisten zu Diskussionen auf.

Oliver Gerschitz erläuterte in seinem packenden Vortrag die unglaublichen Ereignisse zum Thema „Das Philadelphia Experiment“, das im



## KONGRESS-NACHBERICHT

Jahre 1943 zu einem Riss in unser „Raum-Zeit Kontinuum“ geführt haben soll. Dahinter soll sich noch mehr verbergen als ein simples Experiment, nämlich eine Verschwörung von Außerirdischen mit dem Ziel der Übernahme des Planeten Erde. Was wie klassische Science-Fiction klingt, versuchte Oliver Gerschitz anhand von zahlreichen Fakten und Beweisen zu bestätigen.

Der von Mario Rank gut organisierte Grenzwissenschaftskongress war sicher für alle Beteiligten eine gute Gelegenheit für einen umfassenden Wissensaustausch der verschiedensten Gebiete der

Esoterik. Die Fachdozenten waren bemüht, sich jeder Diskussion zu stellen, Fragen zu beantworten und versuchten, das Publikum stets mit einzubeziehen. Der Buchshop, welcher jedem Teilnehmer die Möglichkeit bot, sein Wissen zu festigen oder es zu erweitern, und das hervorragende Essen des Zwölf-Apostelkellers rundeten diesen interessanten Tag ab. ♦

VON KARL LESINA

Mystikum wird auf einige Themen des Kongresses noch näher eingehen. In der kommenden Mai-Ausgabe berichtet Oliver Gerschitz über „Das Philadelphia Experiment“ ausführlicher.

### Weiterführende Links:

- ◀ <http://www.kollektiv.org> ▶
- ◀ <http://www.zwoelf-apostelkeller.at> ▶
- ◀ <http://www.osirisbuch.de> ▶
- ◀ <http://www.astrologenverband.at> ▶
- ◀ <http://www.liebe-und-lebe.net> ▶
- ◀ <http://www.starservice.info> ▶

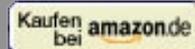


### Buch zum Thema:

*Mystisches Wien. Verborgene Schätze, ...*  
von Robert Bouchal

Preis: EUR 24,90

Gleich bestellen →



## FREIES TREFFEN FÜR GRENZWISSENSCHAFTEN

 **KOLLEKTIV.org**

**2012**  
**DAS ENDE DER ZEIT?**

Referent: Ing. Peter R. Handl

**26.APRIL 2008**

Beginn: 19:00 Uhr  
Unkostenbeitrag: 8,- Euro  
Anmeldungen unter [kongress@kollektiv.org](mailto:kongress@kollektiv.org)  
oder telefonisch unter 0676/842556211

Ort: Gesundheitsschule Hildegard von Bingen  
1070 Wien, Lindengasse 26 | [www.bingen.at](http://www.bingen.at)

Informationen: [www.kollektiv.org](http://www.kollektiv.org)



# KRÄUTERKUNDE FÜR ANFÄNGER

Das uralte Wissen über die Geheimnisse der Kräuterkunde wurde von Generation zu Generation weitergegeben. Kräuter dienen gestern wie heute unserer Gesundheit und können zu unserem Wohlbefinden beitragen – aber Vorsicht, denn nur die richtige Mischung und Zubereitung ist für unseren Körper das Beste.



## KRÄUTERKUNDE

Das Wissen über eine Vielzahl von Kräutern und ihre heilende Wirkungen ist wohl so alt wie die Menschheit selbst. Während die Männer sich auf die Jagd begaben, sammelten die Frauen Früchte und Pflanzen. Nicht nur in punkto Nahrungszubereitung und Verfeinerung, sondern auch hinsichtlich Schmerzlinderung, beruhigende oder anregende Wirkung gaben Frauen ihre Erfahrungswerte an ihre Töchter und Enkelinnen weiter.

Die Hexenmacht über die heilenden und todbringenden Kräuter war im Mittelalter sehr umstritten – vor allem die Geistlichen fürchteten einen Machtverlust.

Bis heute sind Heilkräuter sehr beliebt, da sie die Krankheitssymptome zwar so wie Medikamente unterdrücken, aber vor allem den Körper anregen, die Krankheitsursache zu überwinden.

Die Pflanzenheilkunde (Phytotherapie) wird in den verschiedensten Bereichen eingesetzt – z.B. bei Kreislauf-,

Atmungs-, Erkältungs-, Nieren-, Blasenkrankungen sowie Magen-Darm-Problemen, aber auch bei rheumatischen Beschwerden und Nervenleiden.

Bei aller Euphorie über die natürlichen Heilkräfte der Pflanzen darf jedoch niemals vergessen werden, dass es auch sehr giftige Pflanzen gibt, die der Laie nur sehr schwer von ähnlich aussehenden Pflanzen unterscheiden kann. Daher ist eine gründliche Ausbildung unumgänglich! Bei Fragen oder Unklarheiten bitte immer in Kräuter-Apotheken nachfragen und beraten lassen oder mit Fachkundigen auf Pflanzensuche gehen!



# KRÄUTER UND IHRE WIRKUNGEN

Diese Auflistung kann nicht vollständig sein, sie bezieht sich jedoch auf später angeführte Rezepte. Bei allen Kräutern gilt: Bei Unklarheiten (vor allem Schwangere und stillende Mütter) immer mit Arzt oder Apotheker Rücksprache halten!



## ARNIKA (*Arnica montana*)

Wächst im Gebirge oberhalb von 800 Metern unter Naturschutz! Bitte aus Apotheke holen!  
Anwendung: Arnikablüten und -wurzeln als Tinktur (bei Kreislauf- und Herzproblemen – bitte immer unter ärztlicher Aufsicht anwenden), Tee, Umschläge, Salbe (bei Quetschungen, Prellungen, Muskelzerrungen);



## BRENNESSEL (*Urtica*)

Sammelzeit: März–August  
Anwendung: Kraut und Samen der Brennessel als Tee, im Salat, in der Suppe, als Haarwasser (gegen Haarausfall und Schuppen); gegen Harnwegserkrankungen, Bluthochdruck, Magen-Darm-Beschwerden, Gicht, Rheuma; wirkt blutreinigend, stoffwechselfördernd;



## BALDRIAN (*Valeriana officinale*)

Sammelzeit: Ende April–August (Stiele wachsen ab Ende April, bis zu 2 Meter hoch)  
Anwendung: Wurzeln des Baldrians als Tee, Tropfen, Dragees und Kapseln; Beruhigung von Nervensystem und Körper bei Wechseljahrsbeschwerden, Schlafstörungen, nervösem Magen;



## DAMIANA (*Turnera diffusa*)

Nur in Amerika verbreitet; natürliches Aphrodisiakum und Antidepressivum; aus der Apotheke holen!  
Anwendung: Kraut als Tee und Tinktur, gegen Verdauungsprobleme, Migräne, Müdigkeit, Libido-Störungen, Erschöpfung, Nervosität; wirkt beruhigend, krampf lösend;



## BEIFUSS (*Artemisia vulgaris*)

Wird bis zu 2 Meter hoch und wächst meist an Wegrändern;  
Sammelzeit: Juli–September  
Anwendung: obere Triebspitzen zur Blütezeit werden gebündelt und an der Luft getrocknet und später als Tee aufgegossen (1–2 Minuten Ziehzeit); wirkt verdauungsfördernd;



## EISENKRAUT (*Verbena officinalis*)

Wächst fast überall an Wegrändern, ödem Land;  
Sammelzeit: Juli–September  
Anwendung: das blühende Eisenkraut als Umschlag und Tee gegen Appetitlosigkeit, leichte Magenbeschwerden, Durchfall, Bronchitis, Husten;



## KRÄUTER UND IHRE WIRKUNGEN



### FLOHSAMEN (Plantago ovata)

Wächst in Spanien, Nordafrika, von der arabischen Halbinsel bis nach Afghanistan, Pakistan und Indien; aus der Apotheke holen!

Anwendung: als Beigabe in Speisen (z.B. Müsli) gegen Reizdarm;



### FRAUENMANTEL (Alchemilla vulgaris)

Sammelzeit: Mai–September (nur trockenes Kraut sammeln)

Anwendung: als Tee sowie Salbe gegen Darmstörungen, trockene Haut, verdorbenem Magen, klimakterischen Beschwerden, Menstruationsbeschwerden;



### GARTENKRESSE (Lepidium sativum)

Kulturpflanze (Gartenkressesamen in Schale ansetzen und auf Fensterbank stellen)

Sammelzeit: Frühjahr

Anwendung: schmeckt frisch geschnitten auf Butterbrot, ideal für Aufstriche und Salate; gegen Frühjahrsmüdigkeit, Appetitlosigkeit, Blasenentzündung; wirkt harntreibend;



### HAGEBUTTE (Rosa canina)

Sammelzeit: Herbst

Anwendung: es werden nur die Schalen der Hagebutte verwendet (die „Samen“ dürfen nicht mitverarbeitet werden, da sie Juckreiz hervorrufen können); als Tee gegen Bronchitis, chronische Nieren- und Blasenleiden, Erkältungen; regt Abwehrkräfte an;



### HEIDELBEERE (Vaccinium myrtillus)

Sammelzeit: Juni–August (wobei Wildbeeren nicht roh gegessen werden sollten – Achtung: Fuchsbandwurmgefahr!)

Anwendung: Blätter und Früchte als Likör, Tee, Marmelade; wirkt gegen Blasenschwäche, Hämorrhoiden, Durchfall, Mund- und Rachenentzündung, Zahnfleischentzündung;



### HOLUNDER (Sambucus nigra)

Sammelzeit: Juni

Anwendung: Blüten und Beeren als Tee, Badezusatz, Gesichtereinigung; gegen Erkältungen, fettige Haut, Hautunreinheiten, Rheuma;  
Achtung: frischer Holunder kann leicht giftig wirken und Brechreiz hervorrufen!



# KRÄUTER UND IHRE WIRKUNGEN



## HONIGKLEE (Melilotus officinalis)

Wird bis zu 1 Meter hoch; wächst meist an Wegrändern;  
Sammelzeit: Sommer – Spitzen der Sprossen etwa ¼ Meter abschneiden, bündeln und trocknen; Achtung: es darf keine Feuchtigkeit zurückbleiben, da sonst giftig!  
Anwendung: als Tee (auch als Öl); gegen Einschlafstörungen, Gallen- und Magenbeschwerden, Gelenkschmerzen, rheumatische Gelenkentzündung, Hämorrhoiden, Krampfadern, Prellungen, Quetschungen, Venenentzündungen, Venenschwäche, Wadenkrämpfe;



## JOHANNISKRAUT (Hypericum perforatum)

Sammelzeit: Ende Juni–September  
Anwendung: Blüten als Öl, Hautbalsam, Tee; gegen Angstzustände, Gliederschmerzen, Konzentrationsstörungen, Muskelschmerzen, leichte Depressionen, Magenschmerzen, offene Wunden, Prellungen, Quetschungen, trockene Haut, Verdauungsstörungen, Wechseljahrsbeschwerden, Wetterfühligkeit, Wunden;  
Achtung: Johanniskraut macht empfindlich gegen Sonnenstrahlen – nicht vor Sonnenbädern einnehmen oder einreiben! Die Wirkung mancher Medikamente (z.B. Pille) wird durch Johanniskraut geschwächt. Schwere Depressionen müssen vom Arzt behandelt werden!



## KAMILLE (Matricaria chamomilla)

Wächst an Wegrändern und Böschungen, auch auf Äckern; wird 20-50 Zentimeter hoch;  
Sammelzeit: Mai–Juli (bei Sonnenschein)  
Anwendung: Blüten als Tee, Gesichtsdampfbäder, Badezusatz, Umschläge, Inhalation, Kompressen; gegen Halsentzündung, Husten, Bauchweh, Brechreiz, Hämorrhoiden, Magen-Darm-Beschwerden, Mundschleimhautentzündung, Gastritis, Koliken, Schlaflosigkeit;



## KAPUZINERKRESSE (Tropaeolum majus)

Zierpflanze  
Anwendung: Blüten und Samen eignen sich als Gewürz in Salaten, auch in Wasser aufgelöst (gegen Erkältungen, Bronchitis, Infektion der Harnwege; antibiotisch, blutreinigend), als Tinktur und als Antischuppen-Shampoo;  
Vorsicht: Kann in großen Mengen Magen- und Darmprobleme verursachen!



## KIRSCHBLÜTEN (Cerasus)

Sammelzeit: Juni–Juli  
Anwendung: Früchte, Kerne und Stiele können für Tee oder Likör verwendet werden; gegen Husten, Fieber, Durchfall; blutbildend, harntreibend;



# KRÄUTER UND IHRE WIRKUNGEN



## KÖNIGSKERZE (*Verbascum thapsiforme*)

Wächst an sonnigen Plätzen (z.B. auf Waldlichtungen)

Sammelzeit: Juni–August

Anwendung: Getrocknete Blüten als Tee; gegen Atemwegserkrankungen, Entzündungen der oberen Luftwege, Magenschleimhautentzündung;



## KORNBLUME (*Centaurea cyanus*)

Wächst auf Äckern, Kornfeldern, in Gärten; Sammelzeit: Juni–Oktober (ist aber geschützt!)

Anwendung: Blüten als Umschläge, Bäder, Tee; gegen Appetitlosigkeit, Hautprobleme, Augenentzündung, Husten, Insektenstiche, Juckreiz, Magen-Darm-Beschwerden, Spinnenbisse;

Achtung: Kann allergische Reaktionen hervorrufen; nicht für Schwangere und Stillende geeignet!



## LABKRAUT (*Galium verum*)

Wächst bis zu 1 Meter hoch;

Sammelzeit: Juni–August

Anwendung: Blühendes Kraut als Kompresse oder als Tee; gegen Magen-Darm-Beschwerden, Nieren- und Blasensteine, Blasenleiden, Gebärmutterbeschwerden, Hautunreinheiten, Wasserstauungen;



## LAVENDEL (*Lavendula officinalis*)

Wächst auf Felsen, und trockenen, sonnigen Hängen; wird bis zu 60 Zentimeter hoch; Sammelzeit: Juli–August

Anwendung: Blüten als Tee, Inhalation, Kräuterkissen, Badezusatz, Tinktur, Salbe und ätherisches Öl; gegen Erschöpfungszustände, Gliederschmerzen, Husten, Kreislaufproblemen, Magen-Darm-Beschwerden, Migräne, Nervosität, Ohrenbeschwerden, Rheuma, Schlafstörungen, Schuppenflechte, Schwindel, Übelkeit, Verstauchungen, Zahnschmerzen;



## LIEBSTÖCKEL (*Levisticum officinale*)

Wird auch Maggikraut genannt; wächst auf sandigen und gut gedüngten Boden, kann bis zu 2 Meter hoch werden; Sammelzeit: Blätter im Frühjahr; Samen im August; Wurzeln entweder im Frühjahr oder Spätherbst;

Anwendung: Blätter als Gewürz; Samen ebenso zum sparsamen Würzen; Wurzeln als Badezusatz; Samen, Wurzeln und Blätter als Tinktur oder Tee; gegen Verdauungsprobleme, Blasen- und Nierenleiden, Rheuma und Gicht, Wassersucht; wirkt harntreibend und entkrampfend;

Achtung: Nicht in der Schwangerschaft anwenden! Ebenso nicht verwenden bei Nierenerkrankungen!



## KRÄUTER UND IHRE WIRKUNGEN



### LINDE (*Tilia grandifolia*)

Weit verbreitet;  
Sammelzeit: Blüten im Juni  
Anwendung: Blüten als Tee, Tinktur, Umschlag, Badezusatz; gegen Erkältungen, Reizhusten, Schnupfen; regt Abwehrkräfte an, wirkt entzündungshemmend, krampflösend, schleimlösend;



### LÖWENZAHN (*Taraxacum officinale*)

Weit verbreitet auf Wiesen und in Gärten;  
Sammelzeit: im Frühling  
Anwendung: Blüten, Blätter und Wurzeln als Tee, Tinktur, Öl, Salbe, Gesichtereinigung; zum Würzen von Salat; gegen Appetitlosigkeit, Frühjahrsmüdigkeit, Rheuma, chronische Gelenkerkrankungen, Hautleiden, Wassersucht, Leber- und Gallenbeschwerden;



### MELISSE (*Melissa officinalis*)

Wird auch Zitronenmelisse genannt; wächst wild an Hecken und Weingärten;  
Sammelzeit: Juni–Juli  
Anwendung: Blätter als Tee, Tinktur, Badezusatz, Umschlag, Kompresse, Salbe, ätherisches Öl, als Gewürz für Salat; gegen Erkältungen, Lippen-Herpes, Husten, Asthma, Magenleiden, Gicht, Rheuma, Kopfschmerzen, Ischias, Unruhezustände, Reizbarkeit, Ohren- und Zahnschmerzen, Wechseljahrsbeschwerden, Insektenstiche, Wunden;



### GROSSES HEXENKRAUT (*Circaea lutetiana L.*)

Wird 20-60 Zentimeter hoch und wächst in feuchten Wäldern;  
Sammelzeit: Frühling–Herbst  
Anwendung: Blätter als Tee, Salat, Umschlag; gegen Hautkrankheiten, zur Wundbehandlung, Blutstillung; Konflikte lösend, Ausstrahlung verbessernd (daher früher als magisches Kraut für magische Anziehung in Liebesdingen und zum Schutz gegen Zauber eingesetzt);



### PFEFFERMINZE (*Mentha piperita*)

Sammelzeit: im Frühsommer (bevor die Blüten hervorkommen)  
Anwendung: Blätter als Tee, Umschlag, Badezusatz; gegen Schnupfen, Erkältung, Appetitlosigkeit, Magenprobleme, Migräne, Gallenbeschwerden, Kopfschmerzen, Ischias, Rheuma; wirkt schmerzstillend, krampflösend, keimtötend;



### ROSE (*Rosa centifolia*)

Wächst fast in jedem Garten;  
Sammelzeit: Juni–August  
Anwendung: Blüten als Tee, Umschlag, Salbe, Wein, ätherisches Öl, Mundspülung (gegen Mund- und Zahnfleischentzündung); gegen Leberschwäche, Gelbsucht, Ohnmacht, leichte Herzbeschwerden, Schwindel, Kopf-, Zahn-, Ohren- und Augenschmerzen, Wechseljahrsbeschwerden, leichte Verbrennungen;



## KRÄUTER UND IHRE WIRKUNGEN



### ROSMARIN (*Rosmarinus officinalis*)

Im Mittelmeerraum wild wachsend, bei uns nur im Garten;  
Sammelzeit: April–Mai (bevor die Blüten hervorkommen)  
Anwendung: Blätter und Blüten als Gewürz, Tee, Tinktur, ätherisches Öl (nur äußerlich anwenden!), Badezusatz; gegen Erschöpfungszustände, Kreislaufbeschwerden, niedriger Blutdruck, Rheuma, Verdauungsstörungen; anregend, entzündungshemmend, schmerzstillend;



### SALBEI (*Salvia officinalis*)

In ganz Europa verbreitet, im Garten wachsend;  
Sammelzeit: Mai oder September (bevor die Blüten hervorkommen oder nach der Blütezeit)  
Anwendung: Blätter als Tee, Badezusatz, ätherisches Öl; gegen Heiserkeit, Mandel-, Rachen-, Mundschleimhaut- und Zahnfleischentzündungen, Husten, Erkältung, Verdauungsstörungen; wirkt antibakteriell, entzündungshemmend, harntreibend;



### SCHAFGARBE (*Achillea millefolium*)

Wächst an Wegrändern und auf Wiesen;  
Sammelzeit: Juli–August  
Anwendung: Blüten (oder auch ganzes blühendes Kraut) als Tee, Tinktur, ätherisches Öl, Salbe, Badezusatz; gegen Erkältung, Magen-Darm-Problemen, Durchblutungsstörungen, Bluthochdruck, Eierstockentzündung, Wechseljahrs- und Menstruationsbeschwerden, Wundbehandlung; wirkt blutreinigend, blutstillend, krampflösend;



### SPITZWEGERICH (*Plantago lanceolata*)

Wächst an Wegrändern und auf Wiesen;  
Sammelzeit: Mai–August  
Anwendung: Blätter als Tee, Saft (bei Wunden, Insektenstichen); gegen Husten, Bronchitis, Erkältung, Magen- und Darmschleimhautentzündung; steigert Wundheilung und Abwehrkräfte;



### SÜSSHOLZWURZEL (*Radix Liquiritiae*)

Wächst als Wurzel der subtropischen Süßholzpflanze; bei uns nur im Garten wachsend;  
Sammelzeit: März–April, September–Oktober  
Anwendung: Wurzel als Tee; gegen Husten, Magen-Darm-Beschwerden, Rheuma, Gicht, Kopfschmerzen; blutreinigend, schleimlösend, entzündungshemmend, schmerzlindernd;



## KRÄUTER UND IHRE WIRKUNGEN



### **THYMIAN** (*Thymus vulgaris*)

Wächst hauptsächlich im Mittelmeerraum, aber auch bei uns im Kräutergarten;  
Sammelzeit: April–Oktober  
Anwendung: Blätter als Gewürz, Tinktur, Tee, Badezusatz, Gesichtswasser, ätherisches Öl; gegen Haut- und Atemwegsprobleme, Verdauungs- und Stoffwechselstörungen, Schlaflosigkeit, Alpträume, Nieren- und Blasenentzündung, Nervenschwäche, Menstruationsstörungen, Verstauchungen, Gelenkschmerzen, Schnittwunden, Hautunreinheiten; wirkt antibakteriell, krampflösend, blutstillend, desinfizierend, entzündungshemmend, schleimlösend, schmerzstillend;



### **VERGISSMEINNICHT** (*Myosotis sylvatica*)

Wächst auf feuchtem, sonnigen Boden; wird bis zu 30 Zentimeter hoch;  
Sammelzeit: April–Juni  
Anwendung: Blühendes Kraut als Tinktur, Tee, Umschlag; gegen Nasenbluten, Haut-, Augen- und Darmentzündungen, Lymphknotenschwellung; wirkt beruhigend, entzündungshemmend;



### **WACHOLDER** (*Juniperus communis*)

Eher selten wild wachsend, meist in Gärten als Zierpflanze; bis zu 7 Meter hoch;  
Sammelzeit: April–Juli  
Anwendung: Beeren, Nadeln, Triebspitzen, Holz, Wurzeln als Gewürz, Tee, Sirup, Tinktur, ätherisches Öl, Fußbad; gegen Magen-Darm-Beschwerden, Leberschwäche, Arthritis, Rheuma, Gicht, Ischias, Blasenentzündung, Atemwegserkrankungen, Erkältung, Migräne; wirkt schleimlösend, antibakteriell, blutbildend, blutreinigend, schmerzlindernd;



### **WEINRAUTE** (*Ruta graveolens*)

Wächst selten verwildert, eher in kultivierten Gärten anzufinden;  
Sammelzeit: Mai–Juni  
Anwendung: Blätter als Tee; gegen Magen-Darm-Beschwerden, Kreislaufprobleme, Kopfschmerzen, Menstruations- und Wechseljahrsbeschwerden, Hitzewallungen, Rheuma, Gicht; wirkt durchblutungsfördernd, krampflösend;



## KRÄUTER UND IHRE WIRKUNGEN



### WERMUT (*Artemisia absinthium*)

Wächst in kultivierten Gärten;  
wird bis zu 1 Meter hoch;  
Sammelzeit: Juni–August  
Anwendung: die oberen zarten Teile der Pflanze als Tee, Tinktur, Umschlag; gegen Gallenbeschwerden, Nierenschwäche, Gelbsucht, Ohrenschmerzen, offene Wunden, Verstauchungen; wirkt blutreinigend;  
Achtung: Nicht bei Magen- und Darmgeschwüren anwenden!



### YSOP (*Hyssopus officinalis*)

Einmal im Garten angepflanzt, entwickelt er eine starke, umfangreiche Wuchskraft;  
Sammelzeit: Juni–August  
Anwendung: Alle oberirdischen Pflanzenteile können als Gewürz und Tee verwendet werden; gegen Chronische Bronchitis, Asthma bronchiale; wirkt entzündungshemmend;



### ZITRONENTHYMIAN (*Thymus citriodorus*)

Wächst im Mittelmeerraum (mag es trocken und sonnig); bei uns nur im Kräutergarten;  
Sammelzeit: Mai–September  
Anwendung: Blätter, Kraut als Gewürz, Tee, Badezusatz; gegen Atemwegserkrankungen; wirkt desinfizierend, schleim- und krampflösend, durchblutungsfördernd (Bad);



## REZEPTE FÜR KRÄUTERTEES

Kräutertees gibt es in Bioläden, Reformhäusern, Apotheken und Drogerien!

Kamillen- sowie Pfefferminztee helfen bei Angst und Verdauungsstörungen. Melissentee hilft gegen Schlaflosigkeit, Nervosität, Stress und Magenbeschwerden. Damianatee wirkt Erschöpfungszuständen und Müdigkeit entgegen – genauso wie Baldriantee.

### KAMILLENTÉE:

1–2 gehäufte TL Kamillenblüten mit einer Tasse heißem Wasser überbrühen; nach 10 Minuten abseihen. Tee warm trinken – wirkt wohltuend bei Magenverstimmungen.

### PFEFFERMINZTEE:

1 EL Pfefferminzblätter mit ca. 150ml siedendem Wasser überbrühen und abdecken; nach 5–10 Minuten abseihen und trinken!

### BALDRIANTEE:

4 TL frische zerkleinerte Baldrianwurzeln in ½ Liter kaltem Wasser 8–12 Stunden ansetzen, öfters umrühren und anschließend abseihen.  
Oder auch 1 Kaffeelöffel voll mit kaltem Wasser ansetzen, zum Sieden erhitzen, ziehen lassen und abseihen. Jedoch sollte man nur erhitzen, wenn der Ansatz zu lange dauern sollte.  
Die halbe Menge nach dem Abendessen, den Rest vor dem Schlafengehen trinken, dies sollte die Schlaflosigkeit verringern. Bei anderen Beschwerden trinkt man je 1/3 der Menge früh, mittags und abends

### MELISSENTEE:

1 TL Melissenblätter mit heißem Wasser abbrühen (Wasser nicht aufkochen lassen!).  
5 Minuten ziehen lassen. 1–2 Tassen pro Tag.

### DAMIANATEE:

1–2 TL getrocknetes Damiana-Kraut mit einer Tasse kochendem Wasser übergießen, nach 5 Minuten abseihen. Nach Belieben mit Honig süßen. In kleinen Schlucken trinken.





## REZEPTE FÜR KRÄUTERTEES

Bei Erkältungen oder im Winter helfen vor allem Brennnessel- oder Hagebuttentees gegen Müdigkeit (aber auch Lindenblütentees). Salbeitee wirkt entzündungshemmend im Mund- und Rachenraum.

### BRENNNESSELTEE:

2 TL Brennnesselblätter mit heißem Wasser übergießen und kurz ziehen lassen.

### HAGEBUTTENTEE:

2 TL getrocknete und klein geschnittene Hagebutten mit 1 Tasse heißem Wasser aufgießen, nach 10 Minuten abseihen. Täglich mehrere Tassen trinken, um eine Erkältung abzuwenden.

### LINDENBLÜTENTEE:

2 TL Lindenblüten mit  $\frac{1}{4}$  Liter kochendem Wasser aufgießen und nach 10 Minuten absieben.

In kleinen Schlucken trinken.

1–3 Tassen pro Tag.

### SALBEITEE:

2 TL getrocknete oder frische Salbeiblätter mit heißem Wasser übergießen, nach 10 Minuten abseihen. 2–3 Tassen pro Tag.



## REZEPTE FÜR KRÄUTERTEES

Weitere Teespezialitäten mit Heilkräutern:

### ARNIKATEE:

(nicht trinken, nur zum Gurgeln – immer ausspucken!):

1–2 TL getrocknete Arnikablüten mit ¼ Liter kochendem Wasser übergießen und nach 10 Minuten abseihen. Den lauwarmen Tee nur zum Gurgeln und Spülen verwenden, immer ausspucken, da Arnika giftig ist!

### FRAUENMANTELTEE:

3 TL Frauenmantelkraut mit einer Tasse Wasser heiß aufgießen und 10 Minuten ziehen lassen und danach abseihen. Oder die gleiche Menge Kraut mit kaltem Wasser ansetzen und ca. 5 Stunden ziehen lassen, dann abseihen. Bis zu 3 Tassen pro Tag.

### KORNBLUMENTEE:

3 Gramm Kornblumenblüten mit ¼ Liter heißem Wasser übergießen und nach 10 Minuten abseihen. Bis zu 3 Tassen pro Tag. Regt die Verdauung an, fördert Harnsäureausscheidung, Rheuma, Entzündungen im Mund- und Rachenraum.

### ROSMARINTEE:

1 TL Rosmarinblätter wird mit ¼ Liter kochendem Wasser übergossen und 10 Minuten stehen gelassen.

Man trinkt 2 Tassen Tee pro Tag, besonders dann, wenn man sich auf dem Wege der Besserung befindet und eine allgemeine Stärkung der Organe erwünscht ist.

### SCHAFGARBEETEE:

1 TL Schafgarbenkraut oder Blüten mit einer Tasse kochendem Wasser aufbrühen und 5 Minuten abgedeckt ziehen lassen, abseihen. Bis zu 3 Tassen tagsüber trinken. Bei Magenverstimmung in Kombination mit Melisse und Pfefferminze trinken.

### SPITZWEGERICH-HUSTENTEE:

1–2 TL der geschnittenen, getrockneten Spitzwegerichblätter mit ¼ Liter kochendem Wasser übergießen und 15 Minuten ziehen lassen. 2–3 Tassen täglich, die erste morgens vor dem Aufstehen – langsam und schluckweise trinken.

### THYMIANTEE:

(gegen Atemwegserkrankungen)

1 gehäufte TL trockenes Kraut wird mit ¼ Liter kaltem Wasser zugestellt und einmal aufgekocht. Oder: 1 TL frisches Kraut mit ¼ Liter kochendem Wasser übergießen und 10 Minuten ziehen lassen. 2–3 Tassen täglich schluckweise trinken. Bei Keuchhusten dem Tee 1 TL Honig beifügen.



## REZEPTE FÜR KRÄUTERTEES

### WERMUTTEE:

1 EL der Kräuter mit einer Tasse kochendem Wasser übergießen und 10 Minuten ziehen lassen.

Eine Tasse warmen Tee trinkt man 2–3 mal täglich nach dem Essen. Schwangere Frauen sollten Wermut meiden. Eine übermäßige Einnahme führt zu Nierenentzündungen, Nervosität, Muskelkrämpfen, Kopfschmerzen und Schwindel.

### ZITRONENTHYMIANTEE:

1 TL Thymiankraut mit siedendem Wasser übergießen und 10 Minuten ziehen lassen. Warm 3 Tassen pro Tag trinken.

### KOPFSCHMERZTEE AUS WACHOLDER:

(gegen Kopfschmerzen ohne organische Ursache)

3 g Wacholderbeeren zerdrücken und mit einer Tasse heißem Wasser übergießen. 5 Minuten ziehen lassen, dann abseihen und in kleinen Schlucken trinken. Bis zu 3 Tassen pro Tag.

### BLASENTEE AUS HEIDELBEERBLÄTTERN:

(gegen Blasenschwäche und auch gegen Hämorrhoiden)

Frische oder getrocknete Heidelbeerblätter zerkleinern und 1 TL davon mit ¼ Liter heißem Wasser aufbrühen, 10 Minuten ziehen lassen und abseihen.

### POWERTEE:

(hilft in kraftlosen Winterstunden, für mehr Schwung, Energie und Lebensfreude)  
2 TL pulverisierte Süßholzwurzel in ¼ Liter kaltem Wasser aufsetzen, kurz aufkochen lassen und abseihen. Mehrmals täglich einige Schlucke davon trinken.

### MONDFLUSSTEE:

(kann helfen, den Menstruationszyklus in Einklang mit dem Mond zu bringen; Kur mind. 1 Woche vor Menstruation beginnen; hilft auch zur allgemeinen Entgiftung)  
3 EL getrocknete oder frische Beifußblätter mit ½ Liter Wasser aufgießen, 10 Minuten ziehen lassen, abseihen und in eine Thermoskanne füllen, um den Tee als Tagesdosis über den Tag verteilt zu trinken. Diesen Tee nur in den 2 Wochen der Mondabnahme trinken.

### TRAUMORAKELTEE:

(für mehr Orientierung und bei wichtigen Entscheidungsfindungen)  
Dieses magische Hexenrezept für Frauen soll die Intuition fördern, wobei die meisten Antworten in Träumen auftauchen. Bei Vollmond soll die Ratsuchende bei Sonnenaufgang 3 Hände voll Vergissmeinnichtblüten ohne Stängel sammeln und die Blüten auf der Fensterbank auf einem Papier ausbreiten. Das Mondlicht soll 3 Nächte lang auf die Vergissmeinnichtblüten fallen. Danach jeden Abend etwa 1 TL der Blüten mit einer heißen Tasse Wasser überbrühen und 10 Minuten zugedeckt ziehen lassen. Vor dem Teetrinken sollte eine entscheidende Frage formuliert und verinnerlicht werden.



## REZEPTE FÜR KRÄUTERTEES

### PARISER HEXENTEE:

(zum Verhexen von Männern; für Frauen, die Männer um den kleinen Finger wickeln wollen)

Achtung: Wirkt auf alle Männer (auch die, die bald lästig werden können)!

Das dazu benötigte Liebeskraut heißt „Großes Hexenkraut“ und sollte von der Frau bei zunehmendem Mond oder Vollmond gepflückt werden. Die gesammelten Kräuter in einem Bündel 10–14 Tage zum Trocknen aufhängen. 1 TL getrocknetes oder frisches Kraut mit siedendem Wasser überbrühen und 5–10 Minuten ziehen lassen.

Bei bestimmten Zielsetzungen sehr wirksam (wie z.B. Gehaltserhöhung, Projektzusage, Geschenk)! Zur Verstärkung kann das Kraut auch am Körper in der Jackentasche getragen werden.

Sollten jedoch auch Frauen bei Verhandlungen anwesend sein, ist vom Hexenkraut abzuraten, da es beim gleichen Geschlecht zu Aggressionen führen kann – daher ist eine umsichtige Handhabung notwendig!

### TEE ZUR STÄRKUNG DER EROTISCHEN AURA:

Dieses Teerezept soll den Körpergeruch einer Frau so verändern, dass sie von Männern deutlicher wahrgenommen wird, da sich die weibliche Anziehungskraft durch den Duft bestimmter Liebesblüten verstärkt.

Zutaten: 1 Handvoll Kirschblüten, 1 Handvoll ganze Rosenblüten (*Rosa centifolia*), 1 Handvoll Lindenblüten, ½ Liter Wasser

Im April zur Zeit des Vollmonds morgens vor 10 Uhr eine Handvoll Kirschblüten vom Baum pflücken und zum Trocknen ausbreiten.

Die getrockneten Blüten mit den Rosen- und Lindenblüten zu gleichen Teilen vermischen. Aus dieser Blütenmischung 2 EL entnehmen und mit ½ Liter Wasser aufbrühen, 10 Minuten ziehen lassen und abseihen.

Das aphrodisierende Getränk etwa 1 Stunde vor dem Ausgehen mit 1 EL Honig genießen! Da beim Trinken des Tees die Düfte der Blüten in den Schweiß der Frau übergehen und sich zu einem unwiderstehlichen Duft vermischen, sollte die Frau an diesem Abend auf Deodorant und Parfüm verzichten.

### TEE FÜR DEN LIEBES- UND FRUCHTBARKEITSZAUBER:

(mit krampfösender, entspannender Wirkung)

Zutaten: Weinraute, Eisenkraut, Beifußblätter, Damianablätter, ½ Liter Wasser

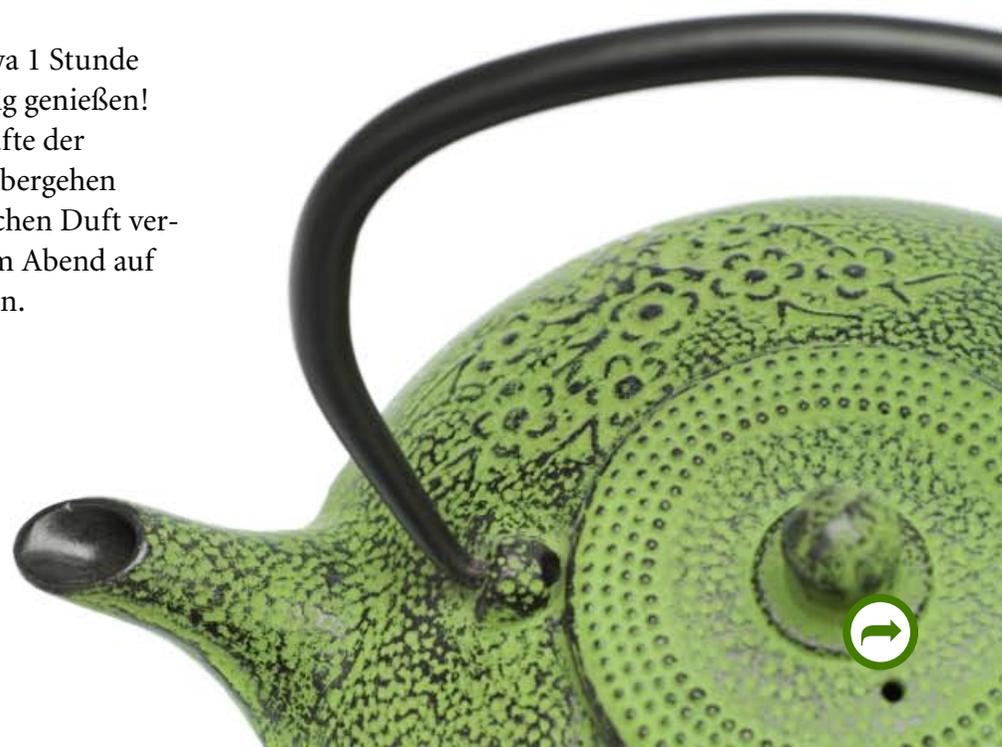
Von der Raute 1 Teil, von den anderen Kräutern je 2 Teile miteinander vermischen. Dann 3 EL dieser Mischung mit einem ½ Liter Wasser übergießen und 10 Minuten ziehen lassen.

2–3 Tassen pro Tag.

Die Weinraute ist eine der ältesten Hexenpflanzen, mit der die Kräuterfrauen im Mittelalter viele Frauenbeschwerden heilten.

**ICH WEISS EINEN BERG, DA WÄCHST EINE WURZEL,  
WER DIE IM MUNDE HAT, DER WIRD VON ALLER  
KRANKHEIT UND ALLEN WUNDEN GEHEILT.**

GEBRÜDER GRIMM



## REZEPTE FÜR DAS WOHLBEFINDEN

### KAMILLE-BAD GEGEN NAGELBETTENTZÜNDUNG:

Eine Abkochung aus 2 EL Kamillenblüten herstellen, diese für 15 Minuten ziehen lassen und mehrmals täglich den betroffenen Finger darin baden.

### HEIDELBEEREN-SPÜLUNG FÜR DEN RACHEN:

2–3 EL getrocknete Heidelbeerfrüchte mit ½ Liter Wasser 30 Minuten kochen und danach absieben. Den Mund- und Rachenraum mehrmals täglich spülen.

### KORNBLUMENABSUD ALS GURGELMITTEL:

5 g Kornblumenblüten mit 100 ml kochendem Wasser übergießen. Täglich mehrmals mit warmer Lösung spülen.

### SALBEISUD GEGEN SCHWEISSFÜSSE UND ACHSELSCHWEISS:

2 EL getrocknete Salbeiblätter mit ¼ Liter Wasser überbrühen, 10 Minuten ziehen lassen. Danach durch ein Sieb gießen, abkühlen lassen. Nach dem Duschen oder Baden jeden Tag Füße und Achselhöhlen mit Salbeisud abwaschen.

### SALBEITEE GEGEN HANDSCHWEISS:

3 Monate lang 3x täglich 1 Tasse Salbeitee trinken.

### STEINKLEEÖL GEGEN KRAMPFADERN:

Zur Zubereitung benutzt man am besten ein fest verschließbares Glas. In dieses füllt man am besten Olivenöl und die Blüten der Pflanze. Das

fest verschlossene Glas stellt man 6–8 Wochen in die Sonne. Danach kann das Öl abgefiltert werden.

Eine Anwendung ist zum Beispiel bei Hämorrhoiden und bei Krampfadern gegeben.

### ARNIKA-MASSAGEÖL:

50ml Olivenöl anwärmen.

Damit 1 EL getrocknete Arnikablüten übergießen und dies 30 Minuten an einem dunklen Ort stehen lassen.

Die Flüssigkeit ab und zu durchrühren und anschließend abseihen.

Das Öl sollte zwischen den Anwendungen in dunklen Flaschen im Kühlschrank aufbewahrt werden.



## REZEPTE FÜR UMSCHLÄGE UND KOMPRESSEN

### ENTZÜNDUNGSHEMMENDER KAMILLEN-UMSCHLAG BEI WUNDEN:

6 EL getrocknete Kamillenblüten mit heißem Wasser übergießen. 10 Minuten ziehen lassen, dann abseihen. In den Sud ein sauberes Geschirrtuch oder Baumwolltuch legen, ausdrücken und das feuchte warme Tuch um die wunde Stelle legen. Um das feuchte Tuch 2 trockene Badetücher wickeln (wie bei Wadenwickeln). Den Umschlag 1 Stunde einwirken lassen und dann gegebenenfalls das Prozedere wiederholen.

### ARNIKA-KOMPRESSE:

Eine Kompresse mit Arnikatee hilft bei Verstauchungen, Insektenstichen, Prellungen und Blutergüssen. Die Kompresse kühlt die Haut und lässt sie abschwellen. Dazu werden 4 EL getrocknete Arnikablüten mit ca. 200 ml kochendem Wasser übergossen. 10 Minuten ziehen lassen. Dann ein dünnes Tuch mit dem Tee tränken und das Tuch mehrere Stunden auf die betroffene Stelle legen. Achtung: Nicht auf offene Wunden legen! Den Tee nicht trinken! Giftig!

### LINDENBLÜTEN-AUFLAGE GEGEN MÜDE HAUT UND FÄLTCHENBILDUNG:

3 TL getrocknete Blüten mit ¼ Liter kochendem Wasser übergießen, 10 Minuten ziehen lassen, danach absieben und abkühlen lassen. Morgens und abends für ca. 10 Minuten mittels eines getränkten Tuches lauwarm auf das vorher gereinigte Gesicht legen.

### LÖWENZAHN-GESICHTSPEELING FÜR REINE UND GLATTE HAUT:

1 große Handvoll frische geöffnete Löwenzahnblüten in 2 Tassen Wasser 15 Minuten lang kochen und dann abkühlen lassen, bis die Mischung lauwarm ist. Dann abseihen und die Flüssigkeit auf das Gesicht auftragen. Die Löwenzahn-Maske antrocknen lassen und mit lauwarmem Wasser abwaschen.

### FRAUENMANTEL-GESICHTSMILCH:

1 Handvoll Frauenmantelblätter mit 1 Tasse Milch ca. 20 Minuten kochen, dann filtrieren und in eine Flasche abfüllen. Kühl stellen und täglich mehrmals verwenden. Verleiht der Haut ein samtiges Schimmern!

### HOLUNDERBLÜTEN BEI FETTIGER HAUT MIT MITESSERN:

15 g Holunderblüten mit ¼ Liter kochendem Wasser übergießen und 10 Minuten ziehen lassen. Warm als Gesichtswasser oder Kompressen anwenden.

### HAUTBALSAM MIT JOHANNISKRAUT:

Dieser Balsam mit Johanniskraut entspannt die Haut, ist entzündungshemmend und beugt einer Narbenbildung vor.

Ca. 1 Handvoll frische Johanniskrautblüten und ca. 100 ml Olivenöl in einem Topf geben und erhitzen. 20 Minuten leicht köcheln lassen, dabei umrühren. Danach die Kräuter abgießen und ca. 10 g Bienenwachs in die Mischung einschmelzen.

In ein sauberes Töpfchen füllen und warten, bis der Balsam abgekühlt ist. Erst danach verschließen. Bis zu 1 Jahr haltbar bei kühler Lagerung.



## REZEPTE FÜR BÄDER:

### YSOP-BAD FÜR EMPFINDLICHE HAUT:

4 EL getrocknete/frische Ysopblüten mit ¼ Liter Apfelessig übergießen und 2 Wochen verschlossen an einem kühlen Platz ziehen lassen, dann abseihen. Den Ysop-Essig dem warmen Vollbad zufügen. Die Essigmenge reicht für 2 Bäder.

### WACHOLDERBEEREN-BADEZUSATZ BEI GLIEDERSCHMERZEN UND HAUTPROBLEMEN:

Aufguss von 100–200 g Wacholderbeeren in 1 Liter Wasser auf ein Vollbad.

### LIEBSTÖCKEL-BADEZUSATZ BEI GLIEDERSCHMERZEN:

Aufguss von 100–250 g Liebstöckelwurzel in 1 Liter Wasser auf ein Vollbad.

### HOLUNDERBLÜTEN-BADEZUSATZ BEI GLIEDERSCHMERZEN:

Aufguss von 250 g Holunderblüten in 1 Liter Wasser auf ein Vollbad.

### THYMIAN-BAD BEI ERKÄLTUNG:

200 g blühendes Thymiankraut mit 2 Liter Wasser erhitzen (nicht kochen!), 15 Minuten ziehen lassen und danach abseihen. Dem Badewasser zugeben. Mindestens 15 Minuten darin baden bei ca. 38° Celsius. Danach ab ins Bett.

### BALDRIAN-BAD ZUR ENTSPANNUNG:

Ca. 75 g Baldrianwurzel mit 2 Liter Wasser kurz aufkochen. Danach 20 Minuten ziehen lassen und dem Badewasser zugeben.

### BADEZUSATZ FÜR EINE WOHLTUENDE WIRKUNG AUF DIE NERVEN:

Aufguss von 500–1000 g Lindenblüten in 3–4 Liter Wasser auf ein Vollbad.

### BERUHIGUNGSBAD MIT LAVENDEL:

1 Liter Wasser und eine gute Hand voll Lavendelblüten aufbrühen und das Ganze für etwa

15 Minuten ziehen lassen. Danach abseihen und dem Badewasser zugeben.

### BADEZUSATZ BEI HAUTPROBLEMEN UND FÜR EINE WOHLTUENDE WIRKUNG AUF DIE NERVEN:

Aufguss von 500–1000 g Salbei in 3–4 Liter Wasser auf ein Vollbad.

### BADEZUSATZ ZUR STÄRKUNG UND FÜR EINE WOHLTUENDE WIRKUNG AUF DIE NERVEN:

Aufguss von 150–500 g Melissenblätter in 2–3 Liter Wasser auf ein Vollbad.

### BADEZUSATZ ZUR STÄRKUNG UND FÜR EINE WOHLTUENDE WIRKUNG AUF DIE NERVEN:

Aufguss von 250–500 g Pfefferminz in 2–3 Liter Wasser auf ein Vollbad.



## REZEPTE FÜR BÄDER:

### ROSMARINVOLLBAD ZUR KREISLAUFANREGUNG:

1 Hand voll Rosmarin mit 1 Liter Wasser aufkochen, mindestens ½ Stunde stehen lassen, abseihen und dem Badewasser beifügen. Das Vollbad sollte ausschließlich morgens oder vor anstrengenden Tätigkeiten genommen werden.

Wir ersuchen nochmal alle Leser, sich artgeschützte Pflanzen nur in einem Fachhandel zu besorgen und bei der Zubereitung von Kräutern bitte immer an das Motto denken: Die falsche Mischung kann aus Medizin Gift machen. 

von DANIELA KORNEK UND FLORA GERBILLINI

### Weiterführende Links:

- ◀ <http://www.naturschutz.at> ▶
- ◀ <http://www.www.bfn.de> ▶
- ◀ <http://www.www.obertreichl.at> ▶
- ◀ <http://www.kraeuter-almanach.de> ▶
- ◀ <http://www.mag-kottas.at> ▶

### Bücher zum Thema:



*Enzyklopädie der magischen Kräuter*  
von Scott Cunningham

Preis: EUR 13,95

Gleich bestellen →



*Kräuter-Rezeptbuch*  
von Siegrid Hirsch

Preis: EUR 19,90

Gleich bestellen →



# BUCHTIPPS



◀ <http://www.amazon.de> ▶

## Die Aura sehen und lesen. Feinstoffliche Energien wahrnehmen und deuten

„Jeder kann die Aura sehen und lesen“, dies behauptet Ted Andrews. In seinem Übungsbuch zeigt er, wie das geht. Es ist methodisch und didaktisch so durchdacht, daß die Übungen - allein und/oder mit Partner - gleich in die Praxis umgesetzt werden können. Sie lernen, die Aura zu messen, sie mit Pendel und Wünschelrute zu untersuchen, die Farben zu interpretieren, Gesundheitsaspekte zu erkennen und schließlich wie Sie Ihre eigene Aura stärken und schützen können.

◀ Gleich bestellen Preis: EUR 24,95

## Zauberschule der Neuen Hexen. Sprüche und Beschwörungen

Das Werk „Zauberschule der neuen Hexen - Sprüche und Beschwörungen“ der Amerikanerin Silver Ravenwolf ist wie die anderen Bücher der Autorin ein Meisterwerk der Magie.

Speziell für „Einsteiger“ verfasst, ist dieses Buch ideal für alle, die sich auf einen Schreiber beschränken wollen, denn die anderen Werke von Silver Ravenwolf ergänzen dieses perfekt.

Das Werk ist in 9 Kapitel gegliedert, die sich jeweils mit einem bestimmten Thema befassen. Ausführlich wird das Ziehen eines Schutzkreises, das Anrufen der Elemente und der Götter beschrieben.

Preis: EUR 12,95 Gleich bestellen →



◀ <http://www.amazon.de> ▶



◀ <http://www.amazon.de> ▶

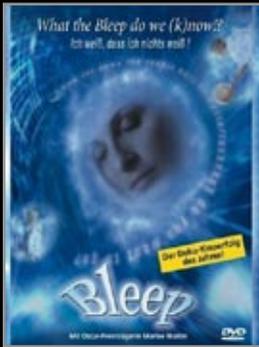
## Das Geheimnis der Dualseen, Seelenfährtin und Seelengeschwister

Dieses Buch handelt von den verschiedenen seelischen Beziehungen und ihren Besonderheiten und Bedeutungen für unser Leben. Den Schwerpunkt bildet die Dualseele, die am meisten missverstandene seelische Verbindung. Das Buch soll jenen Menschen helfen, die nicht wissen, was mit ihnen geschieht, wenn sie ihrer Dualseele begegnen und ihr Leben dadurch gehörig auf den Kopf gestellt wird. Die Autorin möchte einen Weg aufzeigen, der uns hilft, die manchmal scheinbar negativen Aspekte einer seelischen Beziehung zu transformieren und! die ungeheure Chance zum Wachstum der eigenen Persönlichkeit wahrzunehmen und zu ergreifen.

◀ Gleich bestellen Preis: EUR 14,90



# FILMTIPPS

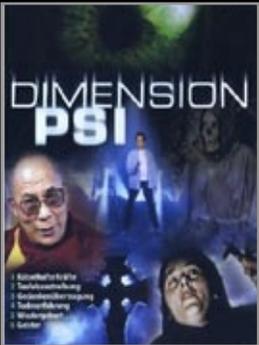


## What the Bleep Do We (K)now?!

Eingebunden in eine humorvolle und bewegende Handlung bieten uns vierzehn renommierte Wissenschaftler(innen) und Dozent(inn)en verblüffende Erklärungen und Erkenntnisse und ermöglichen es uns so, die eigene Lebenssituation zu verstehen und zu verändern. Dabei bedienen sie sich der neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse von der Quantenphysik bis zur Gehirnforschung.

← Gleich bestellen Preis: EUR 17,95

◀ <http://www.amazon.de> ▶

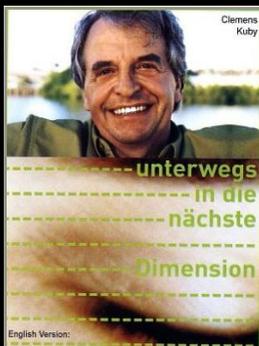


## Dimension PSI (2 DVDs)

Was ist wirklich dran an der so genannten Parapsychologie? DIMENSION PSI zieht Bilanz, abseits von esoterischer Gläubigkeit und misstrauischen Vorurteilen. Kritisch, aufwändig recherchiert und in Zusammenarbeit mit hochkarätigen Wissenschaftlern klärt die Serie auf, entlarvt und entzaubert jahrhundertealten Aberglauben ebenso wie sie über packende übersinnliche Erfahrungen berichtet und zeigt, ob - und wenn wo - es wirklich Dinge gibt, die nicht zu erklären sind.

← Gleich bestellen Preis: EUR 17,99

◀ <http://www.amazon.de> ▶



## Unterwegs in die nächste Dimension

Erleben Sie die faszinierende Welt der Alchimisten, Geistesheiler und Schamanen. Wir begegnen Ihnen auf der ganzen Welt. Doch haben sie wirklich besondere Fähigkeiten? Was ist real? Was ist Magie? Clemens Kuby, der Regisseur von preisgekrönten Filmen, wie Living Buddha reist erneut um die Welt und filmt Phänomene, die uns normalerweise verborgen bleiben. Er beobachtet außergewöhnliche Heilmethode- und Traditionen in Peru, Russland, Philippinen, Nepal, Burma und Korea.

← Gleich bestellen Preis: EUR 30,99

◀ <http://www.amazon.de> ▶





3.

DAS NÄCHSTE **Mystikum** ERSCHEINT AM 1. MAI 2008

## WEITERE THEMEN

In der nächsten Ausgabe werden wir uns unter anderem dem Thema „Außerirdisches Leben“ widmen und berichten, was ein mysteriöser Berg in Frankreich und das „Philadelphia-Experiment“ damit zu tun haben.

Weiters könnt ihr nachlesen, wie sich die Kraft von Steinen heilend auf unsere Gesundheit auswirken kann.

In unserer Serie „Mediale Kinder“ werden Indigo-Kinder näher vorgestellt.

## DER MARS

Ende Mai wird die Phoenix-Sonde auf dem Planeten Mars landen. Zu diesem Anlass hinterfragen wir, warum gerade der Mars immer wieder als möglicher Planet genannt wird, wo Leben herrschen soll oder es gegeben haben könnte. Woher kommen diese Annahmen und worauf begründen sie sich?

## NOCH FRAGEN?

Hast du noch zum E-Magazin Mystikum Fragen oder möchtest du über ein aktuelles und interessantes Thema berichten, dann schreibe uns:

[leserservice@mystikum.at](mailto:leserservice@mystikum.at)