



Liebe Leserin, lieber Leser!

Es ist Wintersonnwend-Zeit!

Ein magischer Moment, der überall auf der Welt zu allen Zeiten rituell begangen wurde. Wenn die Sonne scheint, so sehen wir sie spät im Südosten aufgehen und früh im Südwesten wieder untergehen – und oft genug bekommen wir sie gar nicht zu Gesicht.

Aber der Mond! Hast Du ihn gesehen am 3. Advent, als er voll war? Wie hoch am Himmel er stand?

Weil die scheinbare Umlaufbahn der Sonne um die Erde, die Ekliptik, gegenüber dem Himmelsäquator um $23,5^\circ$ gekippt ist, verschieben sich Auf- und Untergangspunkt der Sonne im Jahreslauf von Nordosten bzw. Nordwesten nach Südosten und Südwesten auf dem Weg von der Sommersonnenwende bis zur Wintersonnenwende und dann wieder zurück. Im Frühlingspunkt (0° Widder) und im Herbstpunkt (0° Waage) geht die Sonne genau im Osten auf und im Westen unter. Zur Sommersonnenwende erreicht die Sonne ihren höchsten Kulminationspunkt und zur Wintersonnenwende den tiefsten.

Der Mond bewegt sich spiegelbildlich dazu. Seine Umlaufbahn um die Erde ist aber zur Ekliptik noch einmal um $5^\circ 09'$ gekippt. Außerdem wandern die Mondknoten, also die Kreuzungspunkte der Mondbahn mit der Ekliptik im Laufe von 18,61 Jahren einmal rückwärts durch den Tierkreis. Daraus folgt, dass der Mond seinen Kulminationspunkt im Winter manchmal noch höher hat als die Sonne im Sommer, manchmal weniger hoch. Und derzeit steht er so hoch wie nur möglich. Es ist ein beeindruckendes Schauspiel.

Noch eine andere Finesse des kosmischen Uhrwerks: Ich habe gesagt, dass der Auf- bzw. Untergangspunkt der Sonne zur Wintersonnenwende den Südosten bzw. Südwesten erreicht und sich die Bewegung dann umkehrt. Die beiden Punkte kehren aber nicht gleichzeitig um. Der Untergang verspätet sich schon ab dem 11./12. Dezember jeden Tag ein winziges bisschen, während der Aufgang noch südwärts wandert und also Tag für Tag später erfolgt. Er kehrt erst etwa zur Jahreswende um. Zwischen diesen beiden Daten bleibt die Tageslänge gleich. Warum das so ist, habe ich noch nicht verstanden. Vielleicht kann ich es Dir im nächsten Jahr erklären – oder Du weißt es und erklärst es mir.

Jetzt wünsche ich Dir frohe Weihnachten, fruchtbare Rauhächte und ein glückliches Neues Jahr 2025.

Cornelia

Die weißbeerige Mistel (*Viscum album L.*)

Im Dezember, im Weihnachtsmonat, ist die weißbeerige Mistel allgegenwärtig. Aus dem Angelsächsischen kommend, ist sie heute auch aus dem Weihnachtsbrauchtum hierzulande nicht mehr wegzudenken. Viele hängen einen Zweig über die Tür und küssen sich darunter – oder sie verwenden ihn nur als Dekoration.

Die Mistel ist eine ganz und gar ungewöhnliche Pflanze. Sie blüht in der Zeit von Januar bis April und fruchtet im Winter, im November/Dezember. Ihre Samen werden von Vögeln, z.B. Eichelhähern, verbreitet, die die Früchte fressen, aber die Samen nicht verdauen können und sie darum mit dem Kot ausscheiden. Wenn ein Same auf dem Ast eines geeigneten Wirtsbaums mit noch junger Rinde liegen bleibt, bildet der Same zunächst eine Haftscheibe aus und dann Senker, die in

den Ast eindringen, bis sie die Leitungsbahnen erreichen. Erst dann entwickelt sich der sichtbare Teil der Mistel. Die Mistel betreibt auch selbst Photosynthese; d.h. sie braucht von ihrem Wirt eigentlich nur Wasser und Mineralien. Sie ist ein Halbschmarotzer. Sie kann ihren Wirt umbringen, sie unterstützt ihn andererseits aber auch dabei, mit Strahlung aus dem Untergrund fertigzuwerden, z.B. wenn der Baum über einer Wasserader steht.

Die Mistel ist immergrün. Die Pflanzen entwickeln im Laufe der Jahre eine kugelige Gestalt mit einem Durchmesser von bis zu einem Meter. Die Sprossen verzweigen sich in gleichförmigem Rhythmus gabelig immer in zwei (oder manchmal mehr) neue Sprosssteile. An den Enden der Sprossachsen sitzen gegenständig ungestielte Blätter, die abfallen, wenn das nächste Sprosspaar austreibt.

In den obersten Blattachseln sitzen die Blüten, immer zu dreien oder fünf beisammen. Die Mistel ist zweihäusig, wobei männliche und weibliche Pflanzen oft auf demselben Ast wohnen. Die männlichen Blüten leuchten golden und duften intensiv nach schwarzen Johannisbeeren oder Kiwi. Die Staubblätter besitzen keine Staubfäden, sondern die auf der Rückseite mit den Blütenhüllblättern verwachsenen Staubbeutel öffnen sich mit vielen Poren. Auch die Blätter der männlichen Pflanzen zeigen einen goldenen Grünton. Die weiblichen Blüten sind unscheinbarer und duften kaum. Die Blütenanlagen sind bereits im Juli fertig da, öffnen sich aber



frühestens im Januar des folgenden Jahres; die Früchte brauchen dann bis zum Herbst, bis November meist, zum Reifen. Der Zyklus der Mistel geht also über zwei Jahre. Die Früchte bestehen aus einer dünnen, durchscheinenden Außenhaut, durch die man die Keimlinge innen (meist zwei oder drei, selten vier) sehen kann. Das



Fruchtfleisch enthält Schleim- und Leimstoffe; letztere sorgen dafür, dass das, was Vögel nach ihrer Mahlzeit davon wieder ausscheiden, auf dem Ast kleben bleibt, wo der Keimling dann gegebenenfalls einen Senker bilden und zu einer neuen Mistel heranwachsen kann. Die Embryonen und das restliche sie umgebende Nährgewebe sind grün, und so kann der Keimling sofort Photosynthese betreiben, sobald er auf einem

Ast einen Senker gebildet hat. Der Durchgang durch das Verdauungssystem des Vogels ist aber für die Keimfähigkeit nicht nötig. Der Leim gab der Pflanze den botanischen Namen *Viscum*, vom lateinischen Wort für Leim (das Wort Viskosität ist davon abgeleitet, z.B.). Früher wurde dieser Leim aus den Beeren zur Herstellung von Vogelleim zum Fangen der Vögel benutzt. Misteln lassen sich leicht im Wildgarten ansiedeln: es ist nicht mehr nötig, als eine reife Beere auf einen geeigneten Ast zu kleben.

Es gibt viele verschiedene Mistelarten; in Mitteleuropa gedeiht nur die Weißbeerige Mistel. Sie wächst auf verschiedenen Laubbäumen: Apfelbäume, Linden, Pappeln, Weißdorn, Birke, Eberesche, Ahorn, Birnbaum, Pflaumenbaum u.a.; aber auch Kiefern, Tannen und Fichten können ihr als Wirt dienen. Beeren von Laubbaummisteln keimen nicht auf Nadelbäumen und umgekehrt.

Inhaltsstoffe sind Polysaccharide, biogene Amine, Flavonoide, Phenolcarbonsäuren u. a. sowie die Mistellektine und Viscotoxine. Die beiden letzteren zeigen eine interessante Verteilung in der Pflanze: Die Senker enthalten nur Lektine, die Sprossen beide in unterschiedlicher Mischung, je weiter außen an der Peripherie der Pflanze, desto mehr Viscotoxine und desto weniger Mistellektine. Beide Stoffe sind giftig. Bei der Verdauung wird die Giftwirkung jedoch abgebaut. Tiere



essen im Winter gern Misteln, und selbst Menschen haben sie in Notzeiten zur Nahrung genutzt, z.B. zu Mehl zerstoßen in Brot gebacken.

Die Mistellektine haben ihr Konzentrationsmaximum um die Zeit der Wintersonnenwende, die Viscotoxine um die Sommersonnenwende. Misteltee und Extrakte aus der Pflanze werden innerlich bei Kreislaufproblemen verwendet und die Extrakte als intracutane Injektion bei entzündlichen und degenerativen Gelenkserkrankungen. Besonders wertvoll aber ist die Pflanze in der Krebstherapie. Auf diese Verwendung machte Rudolf Steiner erstmals aufmerksam, und die anthroposophische Medizin hat heute viele verschiedene Präparate von verschiedenen Wirtsbäumen zur Verfügung zur begleitenden Krebsbehandlung, zur Prophylaxe und zur Therapie im Frühstadium. Daneben gibt es noch viele andere Indikationen. Übrigens finden sich Rezepte zur Anwendung der Mistel bei verschiedenen Leiden schon bei Hildegard von Bingen. Mit ihnen haben Ärzte unserer Zeit wieder gute Erfahrungen gemacht.

Wenn Du Dich für die Heilwirkungen der Mistel interessierst, empfehle ich Dir das Buch „Misteln. Kraftvolle Krebsheiler aus der Natur“ von Johannes Wilkens und Gert Böhm (AT Verlag 2016).

Literaturauswahl

Da ich danach gefragt wurde, möchte ich an dieser Stelle einmal darstellen, aus welchen **Quellen** ich die Kenntnisse beziehe, die in die Pflanzenporträts einfließen.

Da ist einmal meine Ausbildung in traditioneller abendländischer Pflanzenheilkunde, die ich bei Natura Naturans e.V. in München absolviert habe. Das ist die Grundlage. Dann beziehe ich ab und zu Informationen aus Wikipedia. Die botanischen Artikel sind in der Regel verlässlich. Und weiter bin ich glückliche Besitzerin einer kleinen einschlägigen Bibliothek, deren wichtigste Titel ich hier auflisten will. Es handelt sich um Bücher, die ich wirklich empfehlen kann, falls jemand sich eingehender selbst mit dem Thema beschäftigen möchte.



Siegrid Hirsch & Felix Grünberger, Die Kräuter in meinem Garten, Freya-Verlag, Linz 2005

Olaf Rippe, Margret Madejsky, Die Kräuterkunde des Paracelsus, AT-Verlag, Baden und München 2006

Margret Madejsky, Lexikon der Frauenkräuter, AT-Verlag, 2008

Heide Fischer, Frauenheilpflanzen, Nymphenburger, München 2006
Wilhelm Pelikan, Heilpflanzenkunde Bd.1, 2 und 3, Verlag am Goetheanum,
Dornach, 2012
Wolf-Dieter Storl, Wandernde Pflanzen, AT-Verlag, Aarau und München, 2012
Svenja Zuther, Die Sprache der Pflanzenwelt, AT-Verlag, 2010
Joh. Künzle, Das große Kräuterhandbuch, Verlag Otto Walter AG, Olten, 1945,
unveränderter Nachdruck 1982
Margret Madejsky, Olaf Rippe, Heilmittel der Sonne, AT-Verlag, o.J.

Daneben konsultiere ich je nach der Pflanze, um die es gerade geht, auch speziellere Publikationen, die ich im konkreten Fall erwähnen werde. Auch finden sich in den Literaturverzeichnissen der genannten Bücher noch viele weitere Hinweise für Dich.





Pflanzen auf alten Madonnenbildern

Dies Bild kennst Du vielleicht. Es handelt sich um die sog. Stuppacher Madonna, ein Altarbild von Mathis Neithart Grünewald, das er zwischen 1514 und 1516 gemalt hat, zeitgleich mit dem noch berühmteren Isenheimer Altar, der heute in Colmar im Museum gezeigt wird. Obige Madonna findest Du in der Pfarrkirche im Bad Mergentheimer Ortsteil Stuppach, daher der Name. Das Bild war ursprünglich des Mittelstück eines Flügelaltars. Ein Foto des Gemäldes hängt bei mir zu Hause, so dass ich immer wieder mit Bewunderung die vielen Details betrachten kann.

Es handelt sich nicht um ein Weihnachtsbild. Es gibt ja keinen Stall, keine Hirten, keine Könige, keinen Stern von Bethlehem usw. Die Mutter Maria sitzt in einem Garten – links hinten siehst Du die verschlossene Gartenpforte. Der Garten ist also ein „Hortus conclusus“, ein verschlossener Garten, ein Symbol für die Reinheit Mariens, das auf das Hohelied im Alten Testament zurückgeht. Maria reicht ihrem Sohn einen Granatapfel. Der Apfel ist die Erbsünde, die sie ihm übergibt, damit er sie transformiere. Links im Bild siehst Du auch eine Art Gestell mit mehreren Bienenkörben darin. Auch das ein Symbol: Maria ist der Bienenkorb und Christus die Biene. Die Vielfalt der symbolischen Details ist unerschöpflich, und nicht alles ist heute noch klar zu deuten. Das Weltbild des Künstlers vor 500 Jahren können wir nicht mehr vollständig nachvollziehen.

Aber es sind – wie Du siehst – auch allerhand Pflanzen darauf abgebildet. Deutlich erkennbar sind die Madonnenlilien. Außerdem gibt es Rosen, Nelken und Kamillen, einen Feigenbaum und einen Baum, den ich nicht identifizieren kann. Die Kunsthistoriker sagen, es sei ein Olivenbaum. Hm. Die Lilien jedenfalls deuten auch auf die Reinheit Mariens hin. Die Rosen mit ihren Dornen stehen für das Blut Christi und weisen auf die Kreuzigung hin. Dazu passen auch die Nelken. Sie hießen damals Nägeli oder Nägelein, ein Homonym für die Nägel, mit denen Christus ans Kreuz geschlagen wurde. Dann die Kamillen, die wie die Feigen als Heilmittel gegen die Pest und allgemein als Abwehrmittel gegen alles Böse galten. Die Rosen sind noch viel prominenter auf dem etwas älteren Bild von Martin Schongauer, „Madonna im Rosenhag“, in der Dominikanerkirche in Colmar vertreten, oder auf dem gleichnamigen Bild von Stefan Lochner (ca. 1448, Wallraf-Richartz-Museum Köln), Außerdem finden sich auf Marienbildern oft Walderdbeeren, Maiglöckchen und Akeleien. Die Darstellungen sind wunderbar naturgetreu, wenn auch manchmal überhöht, und nichts ist zufällig. Das ist eine ganze Welt von Bedeutungen, in die einzutauchen spannend ist.