



WOLF
DIETER
STORL

UR-MEDIZIN

Die wahren
Ursprünge unserer
Volksheilkunde

A T VERLAG

WOLF
DIETER
STORL

UR-MEDIZIN

Die wahren
Ursprünge unserer
Volksheilkunde

AT Verlag

© 2015

AT Verlag, Aarau und München

Lektorat: Diane Zilliges, Murnau

Umschlagbild: Ingrid Lisa Storl

Bildaufbereitung: Vogt-Schild Druck, Derendingen

Druck und Bindearbeiten: Westermann Druck, Zwickau

Printed in Germany

ISBN 978-3-03800-872-9

Dieses Buch ist auch als E-Book erhältlich.

www.at-verlag.ch

INHALT

- 7 TRADITIONELLE EUROPÄISCHE MEDIZIN (TEM)**
- 10 Die Quelle des Heils
- 13 Eine moderne Mythe
- 14 Das natürliche Umfeld klassischer Heilsysteme
- 17 Unsere Vorfahren, die Waldbewohner
- 23 Die Große Tradition und die Kleine Tradition
- 25 Kulturelle Konvergenzen

- 28 EINE TASSE TEE, DREIMAL AM TAG**
- 28 Der Kräutertee der Waldvölker
- 30 Chinesischer Kräutertee
- 34 Heilkräuteranwendung in anderen Kulturkreisen
- 38 Feuer und Wasser
- 40 Regen und Sonnenschein
- 45 Vom Bierkrug zum heiligen Gral
- 50 Der Tageskreis
- 55 Das Kreuz als Ursymbol

- 59 STEINZEITLICHE WURZELN: EISZEITMEDIZIN**
- 62 Die Welt der paläolithischen Großwildjäger
- 64 Heilpflanzen und Krankheiten der Alten Steinzeit
- 66 Wichtige zirkumpolare Heilpflanzen
- 79 Schwitzhütte und Backofen
- 88 Erbrechen und Purgieren
- 90 Schamanentum

- 96 DIE HEILKUNDE DER NEOLITHISCHEN BAUERN**
- 96 Die ersten Bauern
- 99 Hexen, Hirsche und Waldmenschen
- 103 Sesshaftigkeit und neue Krankheiten
- 107 Ackerunkräuter (Segetalflora)
- 110 Heimatlos gewordene Gesellen
- 111 Die ganz zähen Wegbesiedler

- 117 INDOEUROPÄISCHE WURZELN
- 118 Das Erscheinen der Steppennomaden
- 121 Krankheit ist ein böser Zauber
- 123 Krankheitsvermittler und Krankheitsursachen
- 129 Heilkünste und Heilgötter
- 137 Vernichtung der krankheitsbringenden »Würmer«
- 155 Vom Wesen der Heilpflanzen
- 159 Signaturen und Zeichen
- 168 Wurzeln und Wurzer
-
- 170 ÜBERGANGSZEIT UND CHRISTLICHES MITTELALTER
- 173 Kloostergärten
- 177 Fromme Legenden
- 189 Heilige und Heilpflanzen
- 199 Wiederkehr und Verwandlung heidnischer Bräuche
- 211 Hildegard von Bingen
- 214 Das Drehen des Rades
-
- 216 ALKOHOL UND SCHEITERHAUFEN
- 217 Professionalisierung
- 220 Ketzer
- 221 Pest und Syphilis
- 227 Arabischer Wortschatz in der Medizin
-
- 236 WEISE FRAUEN UND IHRE HEILMITTEL
- 237 Hausfrauen und Großmütter
- 246 Hirten und Schmiede
- 249 Hebammen
- 252 Zauberfrauen und Schamaninnen bei den Waldvölkern
- 262 Die Heilmittel der Frauen
-
- 277 ZUM AUSKLANG:
WIEDERKEHR DES AHNENWISSENS
- 285 Bibliografie

TRADITIONELLE EUROPÄISCHE MEDIZIN (TEM)

*»Der Wald ist Gottes Haus,
da weht sein starker Odem,
lebendig ein und aus.«*

Wilhelm Müller, Jägers Lust

*»Sie wollen Arzneien aus überseeischen Ländern,
und im Garten vor ihrem Haus wächst besseres.«*

Paracelsus

Die moderne Schulmedizin, die sich heute in Biomedizin umbenannt hat, hat viele Leben gerettet und viele Leiden lindern können. Dennoch stehen ihr immer mehr Menschen skeptisch gegenüber. Trotz all der wunderbaren Chemikalien und computergesteuerten Testgeräte, trotz der Tatsache, dass die westlichen Länder 8 bis 10 Prozent ihres Bruttosozialproduktes für Gesundheitsfürsorge ausgeben, scheint man Asthma, Arthritis, Diabetes, Krebs, Alzheimer und die anderen vielen chronischen, degenerativen Krankheiten kaum heilen oder auch nur beeinflussen zu können (McTaggart 2000:26; Coleman 2006:38). Autoimmunkrankheiten nehmen zu; Kinder erleiden Impfschäden. In den Krankenhäusern kann man sich leicht eine Infektion mit multiresistenten Keimen einfangen, Opfer falscher Diagnosen oder Fehlbehandlungen werden oder auch durch eine Reaktion auf ordentlich verschriebene Medikamente erkranken oder gar sterben. In den USA, wo jedes Jahr rund vierzigtausend Menschen erschossen werden, gibt es dennoch ein dreimal höheres Risiko, von einem Arzt getötet zu werden als durch eine Schusswaffe. Prof. Jürgen Fröhlich, Direktor der Abteilung Klinische Pharmakologie der Medizinischen Hochschule Hannover, hat auf Basis einer umfangreichen wissenschaftlichen Studie errechnet, dass allein in den internistischen Abteilungen deutscher Kliniken jährlich 58 000 Patienten an den Folgen unerwünschter Medikamentennebenwirkungen sterben. Man meint, dass alle medizinischen Verfahren, die heutzutage angewendet werden, wissenschaftlich getestet wurden, etwa in randomisierten, placebokontrollierten Doppelblindstudien und

aufwendigen Tierversuchen. Das ist aber lediglich bei 20 Prozent der Fall, berichtet das Wissenschaftsmagazin *New Scientist*.

Schreckensbilder über den Zustand unserer gesundheitlichen Betreuung füllen inzwischen ganze Bücherregale.¹ Ist es da ein Wunder, dass die Menschen nach alternativen, sanften, natürlichen, weniger gefährlichen Heilmethoden suchen? Seit den 1980er-Jahren werden alte ehrwürdige Systeme aus fernen Kulturkreisen, an erster Stelle die indische Ayurveda und die TCM (Traditionelle Chinesische Medizin), für viele Suchende interessant. Auch Reiki aus Japan, die Huna-Lehre aus Hawaii, dazu Heilmassagen wie Lomi Lomi oder Shiatsu, Tibetische Medizin, koreanischer, tibetischer, indianischer Schamanismus, Prana-Heilung, Qi-Gong, Tai-Chi, Yoga und vieles mehr wird mit mehr oder weniger Erfolg ausprobiert und durchexerziert. Kleine, oft einander widersprechende therapeutische Sekten bilden sich. Das Medizin-Establishment hat dafür häufig nur ein müdes Lächeln übrig: Nette unterhaltsame Spielchen seien das, aber wenn es ernst wird, dann gebe es doch nur die einzig wahre Medizin, die evidenzbasierte wissenschaftliche Biomedizin!

Nichtsdestotrotz ist die TCM wie auch die indische Medizin recht effektiv und beruht auf überlieferter Erfahrung, die Jahrtausende zurückreicht. Dennoch stammen sie aus fremden Kulturkreisen, und ihre Grundvoraussetzungen, ihr Körperbild, die Erklärung ihrer Wirkmechanismen, ihre bildhaften Imaginationen sind uns recht fremd. Oder was versteht man unter »Leberblut«? Wie übersetzt man Qi? Was soll – hier nur als Beispiel – einer unserer Ärzte aus einem medizinischen Text wie diesem machen:

1 Die Literatur zu diesem Thema ist nahezu unerschöpflich. Hier einige der Bücher, größtenteils von professionellen Medizinerinnen geschrieben:

- Amon, Linda, *Todesfalle Krankenhaus*. Wien: Ueberreuter, 2004
 Bartens, Werner, *Heillose Zustände*. München: Droemer, 2012
 Blech, Jörg, *Heillose Medizin*. Frankfurt a. M.: S. Fischer, 2005
 Blüchel, Kurt, *Heilen verboten, töten erlaubt*. München: Bertelsmann, 2003
 Coleman, Vernon, *Wie Sie Ihren Arzt davon abhalten, Sie umzubringen*. Rottenburg: Kopp, 2006
 Ebert, Jenö, *Gefahr Arzt*. Kirchzarten b. Freiburg: VAK, 2005
 Grill, Markus, *Kranke Geschäfte*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, 2007
 McTaggart, Lynne, *Was Ärzte Ihnen nicht erzählen*. Kernen: Sensei, 2000
 Neumann, Bernd, *Ärzte gefährden Ihre Gesundheit*. Rottenburg: Kopp, 2013
 Weiss, Hans, *Korrupte Medizin*. Köln: Kiepenheuer & Witsch, 2008
 Vollborn, Marita, und Vlad Georgescu, *Die Gesundheitsmafia*. Frankfurt a. M.: S. Fischer, 2005

»Wenn der Massenmensch durch die Körperseele wegrafft die Hauchseele,
 das ist: Metall hat Zuviel, so dass Holz nicht ausreicht.
 Wenn der Heilige durch die Hauchseele umtreibt die Körperseele,
 das ist: Holz hat Zuviel, so dass Metall nicht ausreicht.
 Denn die in der Körperseele geborgene Hauchseele
 bewältigt jene ganz, macht sie schweifend,
 und im Schweifen flugt ihr die Körperseele.«

Guan Junzi; in Heise 1996:57

Ähnliche Fragen gelten für die Ayurveda, die Tibetische Medizin und andere Heilsysteme. Jede medizinische Tradition hat – wie auch Sprache, Religion oder andere kulturspezifische Symbolsysteme – einen eigenen einzigartigen Blick auf das Wesen der Krankheit und Gesundheit, auf deren Ursprung und Sinn, auf die Rolle des Heilers und des Patienten. Jedes System ist in sich geschlossen, zusammenhängend, oder wie man heute so gern sagt, kohärent. Jedes macht Sinn. Und auch wenn jedes seine therapeutischen Stärken und auch Schwächen hat, es gibt an sich keine bessere, überlegenere Heilkunde, ebenso wie man nicht sagen kann, dass es bessere und weniger gute Sprachen gibt. Der Glaube, dass unser biomedizinisches Modell universell das Beste und Einzige ist, hat kulturelle Wurzeln; es ähnelt der Annahme, dass

unser Monotheismus uns das einzig wahre Gottesverständnis ermögliche, es andere Götter nicht gebe, das seien Götzen.

In dieser Hinsicht drängt sich für uns Europäer, insbesondere uns Mitteleuropäer, die Frage auf, wie es um unsere eigene ursprüngliche Heilkunde steht. Gibt es jenseits der globalisierten, von internationalen Pharmakonzernen und von aufwendiger Technologie abhängigen Biomedizin eine traditionelle europäische Heilkunde?



*Sbou-Hsing: Gott der Langlebigkeit
 und Medizin mit Pfirsich.*

DIE QUELLE DES HEILS

10

In den Schulen lernen wir, dass es diese TEM (Traditionelle Europäische Medizin) tatsächlich gibt und dass sie aus dem Nahen Osten stammt. Dort, vor rund 10 000 Jahren, wurden im sogenannten Fruchtbaren Halbmond die herumstreunenden, darbenenden Jäger und Sammlerinnen sesshaft; dort begannen sie Getreide anzubauen und Rinder, Schweine, Schafe und Ziegen zu domestizieren. Von der ewig drohenden Hungersnot befreit, konnten die Menschen sich nun geistigen Anliegen zuwenden. Nach der schier endlosen, dumpfen steinzeitlichen Existenz, bei der man von der Hand in den Mund lebte, ging es nun mit der Menschheit aufwärts. Schließlich wurden in dieser Region die ersten Städte gegründet, Verwaltungen organisiert, soziale Hierarchien etabliert, Tempel gebaut, die Schrift erfunden. Gelehrte Priester ersetzten die in Magie und Aberglaube befangenen primitiven Schamanen. Der Vordere Orient ist, wie es der amerikanische Bestsellerautor James A. Mitchner in seinem Megabestseller *The Source* schreibt, praktisch die Quelle jeglicher Zivilisation.²

In den Kirchen lernen wir, dass sich der Garten Eden ebenfalls in dieser Region befand. Hier erlag Eva der Einflüsterung der bösen Schlange, hier offenbarte sich »der einzig wahre Gott«, hier lebte das auserwählte Volk und hier wurde Jesus von der Jungfrau Maria geboren, um die Welt zu retten.

In dem Zusammenhang ist es nicht anders zu erwarten, als dass nur hier, im östlichen Mittelmeerraum, die echte Heilkunde ihren Ursprung haben durfte. Die Medizinhistoriker belehren uns dann auch über das umfassende Heilwissen der alten Ägypter, etwa über den Ebers-Papyrus (15. Jahrhundert v. u. Z.) mit rund 900 Rezepten oder den Smith-Papyrus mit detaillierter Kenntnis der Wundbehandlung oder die in Keilschrift verfassten Tontafeln der Sumerer und Babylonier, die zwar noch an magische Rituale gebunden waren, aber schon vernünftige, empirische Aspekte beinhalteten. Das medizinische Wissen drang dann ins antike Griechenland vor, zu den Heiltempeln des Asklepios (Äskulap) und den Lehren des Hippokrates (470–365 v. u. Z.). Mit ihm gewann eine rational-empirische Heilkunde die Oberhand.

2 Mitchner, James A., *The Source* (New York 1965); deutsch *Die Quelle* (München, 1966)



*Asklepios mit dem
Schlangenstab, der noch
immer Symbol der
Medizin ist.*

Krankheiten wurden nun weniger auf den Fluch der Götter, auf bösen Zauber, Verärgerung der Ahnen oder dergleichen zurückgeführt, sondern auf natürliche Ursachen, wie etwa auf Störungen der Mischung der Körpersäfte (Humoralpathologie) und Umwelteinflüsse. Dieser Impuls fand Eingang ins imperiale Rom und wurde von dem Arzt Galen (130–200 n. u. Z.) zu einem umfassenden System der Medizin ausgearbeitet.³ Der Militärarzt Dioskurides, ein Grieche aus Kleinasien, schrieb zu dieser Zeit das erste Kräuterbuch der westlichen Welt.

Aber dann kam die Völkerwanderung. Raufende, saufende Barbarhorden, dumpfe Berserker, die wenig Verständnis für die Feinheiten der Zivilisation hatten, überrannten die römischen Provinzen. Primitive Völkerschaften waren das, noch ganz in irrationalen, magischen Vorstellungen befangen. Da sie des Lesens und Schreibens nicht mächtig waren, hatten sie auch kein Verständnis für den Wert literarischer Überlieferung; Tempel und Büchereien gingen in Flammen auf. Das Wissen der gelehrten Heiler und ihre Rezepturen standen in Gefahr, für immer verloren zu gehen. Glücklicherweise hegten und pflegten die Mönche diesen Wissensschatz, kopierten die noch vorhandenen alten Manuskripte und retteten sie über das dunkle Frühmittelalter hinweg. In ihren Klöstern legten sie zudem Kräutergärten mit bewährten Heilpflanzen aus dem Mittelmeerraum an. Nach einem mehrere Jahrhunderte dauernden Kampf gegen den Aberglauben und Götzendienst der Heiden, setzte sich die auf der Lehre des Galen basierende Mönchsmedizin durch.

³ Das galenische System, das im Laufe der Zeit verfeinert und ergänzt wurde, bestimmt die medizinische Wissenschaft über die nächsten 1500 Jahre hinweg.



*Gelehrte Ärzte
bei der Disputation;
aus Liber theoricae necnon
practicae Alsaharavii,
16. Jahrhundert.*

Während des 12. Jahrhunderts wurde die Medizinkunde bereichert und ergänzt durch antike Schriften – hauptsächlich hippokratische Aphorismen und Einzelschriften Galens –, die verloren gegangen, aber in arabischen Übersetzungen noch erhalten geblieben waren. Das Interesse an islamischen Quellen führte zur Gründung von selbstständigen Ärzteschulen in Spanien und Süditalien. Nicht nur Alchemie, alkoholische Tinkturen sowie neue pflanzliche und mineralische Pharmaka bereicherten die Heilkunde, sondern vor allem auch Techniken der Diagnostik und Praxis. Diese basierten mehr auf Gelehrsamkeit, rationellem Denken und klarer Beobachtung der materiellen Wirklichkeit als auf irrationaler mystischer Schau. Das waren alles wichtige Schritte in Richtung der objektiven, wissenschaftlichen Medizin und der modernen Pharmazie, die wir heute genießen.

In dieses Schema fällt auch die zunehmend populär werdende TEM (Traditionelle Europäische Medizin), die von alternativen Heilpraktikern oft der »seelenlosen« Apparatemedizin entgegengestellt wird. Auch sie bezieht sich auf nahöstliche, griechische und römische Ursprünge, auf Diätetik, auf Galen und seine komplexen galenischen Mischungen, auf die Lehre von den vier Säften (Humoren) – Schleim, Blut, gelbe Galle, schwarze Galle –, die ausbalanciert werden müssen, und auf die braven Mönche und Nonnen, die in ihren Hospizen mit Kräuterweinen, Salben und Tinkturen, Aderlässen und Klistieren ihre Patienten im Namen des Herrn kurierten, auf die Heilige Hildegard und Paracelsus und auf all das, was sich sonst noch ereignete, bis dann im 19. Jahrhundert die Bakterientheorie auf den Plan trat.

So steht es in den Büchern, so wird es uns dargeboten. Aus ethnologischer Sicht ist diese Geschichte jedoch nichts anderes als eine moderne, westliche Mythe. Mythen sind Ausdruck und Rechtfertigung des Bildes, das sich eine Gesellschaft von Welt und Wirklichkeit macht. Mythen geben Sinn und Ordnung. Der Begriff des »Fortschritts« ist unverrückbarer Bestandteil dieser westlichen Mythe. Nicht jede Kultur nimmt an, dass es so etwas wie Fortschritt gibt. Zum Beispiel ist die Welt für australische Ureinwohner so, wie sie ist; jede Veränderung wäre Verzerrung des ursprünglichen Traums der Ahnen. Für die Indianer Mittelamerikas gibt es im Laufe der Dinge eher Rückgang, und nur durch striktes rituelles Verhalten und Opfer lässt sich das Abnehmen der universellen Energie aufhalten.

Ein weiterer Aspekt dieser mitteleuropäischen Mythe ist die unangefochtene Annahme, dass es eine einzig richtige Sichtweise gibt und dass diese einen einzigen Ursprung hat. Der Drang, andere zu bekehren, zu missionieren, sie an der Wahrheit teilhaben zu lassen, gehören mit dazu. Diese Einstellung bildet dann die ideologische Rechtfertigung für die Kolonisierung von weniger fortschrittlichen Völkern. Die moderne Version dieser Einstellung ist die dem globalen Business dienende One-World-Ideologie, die Durchsetzung sogenannter allgemeingültiger Menschenrechte, die McDonaldisierung der Kultur, die mediale Gleichschaltung durch wenige Nachrichten- und Unterhaltungskonzerne und, natürlich, das von internationalen Pharmakonzerne dominierte, für einzig gültig erklärte Medizinsystem.

Diese One-World entwickelt sich in der post-christlichen Ära zu einer säkularen Religion. Die Hauptikone dieser neuen Religion ist das Foto des Erdplaneten als kleine blaue Kugel im All, aufgenommen von der Raumfähre Apollo 17 im Dezember 1972. Es ist das »Raumschiff Erde«, das, wie uns der technokratische »Visionär« Buckminster Fuller erzählt, Ingenieure und Technologen als Wartungspersonal braucht – Stichwort global engineering –, um es zu steuern und warten (Storl 2012:161). Der Durchschnittsbürger erschauert in Ehrfurcht vor dieser Ikone. In Wirklichkeit jedoch ist es ein Bild der absoluten Entfremdung. Der feuchte, nach Leben riechende Erdboden, in dem die Pflanzen wurzeln, die Luft, die wir atmen, der Wind, der uns durchs Haar fährt, das Rauschen des Waldes, der erquickende Regen, die blühenden

Wiesen, die vertraute Landschaft und die Menschen, die hier mit ihrer eigentümlichen Kultur und ausdrucksvollen Mundart leben – all das rückt in weite Ferne. Oft ist das Fernsehprogramm vertrauter als unsere tatsächliche Umgebung und Facebook-Freunde näher als der Nachbar. Wäre es nicht an der Zeit, wieder zurückzukommen auf das Unmittelbare, auf das Sinnliche?⁴ Und gilt das nicht auch – was unser Thema betrifft – für die Heilkunde?

Ethnomediziner haben zur Genüge belegt, dass jede Ethnie, jeder Stamm, jede Kultur ihre eigene vollkommene Heilkunde hat, ebenso wie sie ihre eigene Sprache besitzt und ihren eigenen Zugang zu der spirituellen Dimension des Seins. Jedes indigene medizinische System wurzelt in der lokalen natürlichen Umwelt, benutzt die Pflanzen und andere Heilmittel, die vor Ort vorhanden sind, setzt sich mit Krankheiten und Gebrechen auseinander, die mit dem lokalen Klima, den Jahreszeiten und der Lebensweise und Ernährung der dort ansässigen Menschen zusammenhängen. Krankheiten waren und sind ebenso ein soziales und kulturelles Erzeugnis wie die Medizin, die sie bekämpft (Porter 2006:13). Jedes Volk, jede Kultur hat ihre Tradition, die sich in ihrem eigenen Kontext entwickelte und die Erfahrung der Ahnen, also vieler Generationen, beinhaltet.

Das gilt natürlich auch für unsere Vorfahren. Auch die eingeborenen Völker und Stämme im mittleren Europa waren in Besitz einer wirksamen, auf Erfahrung basierenden, medizinischen Überlieferung. Es ist diese ursprüngliche, vorchristliche Heilkunde, der wir hier nachgehen wollen.

DAS NATÜRLICHE UMFELD KLASSISCHER HEILSYSTEME

Heilsysteme entstehen nicht in einem Leerraum; sie sind nicht bloß Resultat abstrakter Lehrstuhltheorien. Die Heilkunde, auch die der sogenannten Hochkulturen, ist – was ihr Denkmodell angeht – eingebettet

4 Die Entfremdung von der unmittelbaren Umwelt, von den eigenen Wurzeln ist allgegenwärtig. Der Kulturimperialismus hat beispielsweise auch den urbanen Afrikaner hervorgebracht, der eher französisch spricht als seine Bantu-Muttersprache und dem die Champs-Élysées und der Tour Eiffel näher ist als der Fluss oder der Baobab-Baum vor der Tür.

in den Gegebenheiten der natürlichen Umwelt. Es sind die Jahreszeiten, die geografischen Breiten- und Längengrade, das lokale Wetter und Klima, die vorhandene Tier- und Pflanzenwelt, die Landschaft mit ihren Bergen, Wiesen, Wäldern, Seen und Flüssen, die nicht nur die wirtschaftliche und ökologische Grundlage der Gesellschaft bilden, sondern auch das Denkmodell für das jeweilige medizinische System liefern (Storl 2015:12ff.).

Altägyptische Medizin

Die klassische altägyptische Heilkunde wäre ohne die Lebensader des Nils, dem Fallen und Steigen der schlammigen Fluten, den ausgeklügelten Bewässerungssystemen und den umliegenden Wüsten nicht erklärbar. Für die pharaonische Medizin glich der menschliche Mikrokosmos dem grünen Niltal. War der Verdauungstrakt, vom Mund bis zum After, nicht dem lebensbringenden, großen Strom ähnlich? Glichen die Adern und Venen nicht dem weit verzweigten Kanalsystem, das es zu regeln und sauber zu halten galt? Glich der Puls nicht dem An- und Abswellen des Nils und die verschiedenen Winde der Atmung? Und die Würmer und Egel, die in den Kanälen lebten, konnten sie nicht auch den Menschen krank machen, wenn sie ihn infizierten? Kein Wunder also, dass Abführmittel (Rizinusöl, Sennesblätter, Koloquinten, Feigen) oder verstopfende Gerbstoffdrogen, Wurmmittel, Einläufe, Zäpfchen, harntreibende Mittel, Purgativa, Brechreiz erzeugende Emetika und Aderlässe eine wesentliche Rolle spielten.



*Der göttliche Heiler Thot heilt das
Mondauge des Sonnengottes Re*

Ayurveda

Auf dem indischen Subkontinent sind es die drei unterschiedlichen Jahreszeiten, die den Kern der Ayurveda, der klassischen Medizin der indischen Hochkultur, ausmachen:

- Die Vormonsunzeit mit ihrer gnadenlosen Hitze (45 Grad im Schatten), die alles austrocknet.
- Der Monsun mit seinen starken Regengüssen und der hohen Luft-

feuchtigkeit, der alles feucht, schlammig, schimmelig und schleimig werden und die Landschaft ergrünen lässt.

– Herbst und Winter, die Zeit, in der man die Papierdrachen steigen lässt, wenn es kühler, trockener wird und die Winde vorwiegen.

16

Dieselben Vorgänge finden auch im menschlichen Mikrokosmos statt. Da werden drei Zustände (Doshas) beschrieben: Pitta – Hitze, Infektionen und Entzündungen; Kapha – überschüssige Flüssigkeit, Schleim; Vayu (Vata) – nervöse Störungen, Unruhe. Heilpflanzen und Medikamente werden demnach in diese drei Kategorien eingeteilt.

TCM

Die fünf Wandlungsphasen, Organe, Körperfunktionen und Elemente (Wasser, Holz, Feuer, Erde, Metall) der Traditionellen Chinesischen Medizin wurzeln ebenfalls im Ablauf der Jahreszeiten: Der Winterregen (Wasser) lässt im Frühjahr neue Pflanzen (Holz) sprießen; diese werden durch die Hitze (Feuer) des Sommers versengt, was zu Waldbränden führen kann; die daraus entstandene Asche (Erde) verwandelt sich in Erdboden. Aus der Erde stammen die Erze, etwa Kupfer; auf den Metalloberflächen kondensiert Wasser, sodass sich der Kreislauf schließt (Ody 2004:38). Alles ist miteinander verknüpft und im ständigen Prozess des Wandels. Der Mensch gleicht der Landschaft mit seinem Jahresrhythmus. Die Aufgabe der Medizin ist es zu bewirken, dass dieser Wandel harmonisch verläuft, nicht überhastet, aber auch nicht stockend.

Die Vier-Säfte-Lehre

Ähnlich umwelt- und jahreszeitbezogen wie die TCM war die Vier-Säfte-Lehre (Humoralpathologie) von Hippokrates und Galen. Das warme feuchte Blut stand in Bezug zu dem warmen feuchten Frühling, wie er sich im Mittelmeerraum zeigt; die gelbe Galle, warm und trocken, entspricht dem mediterranen Sommer; die schwarze Galle dem kalten trockenen Herbst und der kalte feuchte Schleim (Phlegma) gehört zum regnerischen Winterwetter.

Der tragende Boden dieser klassischen Medizinsysteme ist die große Natur, der sogenannte Makrokosmos. Im Menschen, dem Mikrokosmos, gelten die gleichen Regeln. Diese gilt es einzuhalten, damit die

Gesundheit gewährleistet ist. Auch die moderne Medizin bedient sich eines Denkmodells, dieses ist aber nicht mehr die Natur, die Jahreszeiten und Landschaften, sondern seit Beginn der Neuzeit die Maschine. Zur Zeit der Aufklärung, im 18. Jahrhundert, wurde die Uhr das Modell, das die Bewegungen der Planeten wie auch die Funktion des Körpers erklärte. Gott der Schöpfer wurde da auf einmal der kosmische Uhrmacher, der die Welt konstruiert und aufgezogen hatte, sodass sie, bis sie am Ende der Zeit stillsteht, von allein tickt. Auch der Mensch wurde, was seinen Körper betrifft, als ein tickender Mechanismus gedacht. Im 19. Jahrhundert, als die Dampfmaschine ihren Siegeszug antrat, wurde der Gedanke einer treibenden mechanischen Energie dem Modell zugefügt. Und im Ausgang des 20. Jahrhunderts wurde das Modell durch das Bild des Computers ergänzt. Der menschliche Mechanismus hat nun einen höchst komplizierten, kybernetisch vernetzten Großrechner, der den Organismus steuert: das Hirn. Völlig losgelöst von der Erde, von der Natur, schwebt nun unser medizinisches Raumschiff. Major Tom hat alles im Griff!

UNSERE VORFAHREN, DIE WALDBEWohner

Wenn hier von den Eingeborenenvölkern Mitteleuropas die Rede ist, dann soll der Begriff nicht allzu eng gefasst werden. Auf keinen Fall sind damit die Bewohner der Nationalstaaten innerhalb der heutigen politischen Grenzen gemeint, sondern jene vorchristlichen Ethnien, die einst die riesigen europäischen Waldgebiete besiedelten und als brandrodende Bauern bewirtschafteten. Es handelt sich vor allem um die Kelten in den Alpen und im Westen, die Germanen im Norden, die Slawen im Osten und die Balten (Letten, Litauer und Preußen) im Nordosten. Auch wenn sich ihre Sprachen und einzelne Aspekte der jeweiligen Kulturen unterschieden, hatten sie dennoch viele Gemeinsamkeiten – auch was ihre Heilkunde betrifft.

Diese Gemeinsamkeiten beruhen darauf, dass ihre Lebenswelt ein ausgedehntes Waldökotop war. Der Wald war die ökologische, ökonomische und spirituelle Matrix, die sie und ihre Lebensweise prägte. Ihre Höfe und Dörfer befanden sich auf kleinen Rodungsinseln in dem immensen Urwald, dem sogenannten europäischen Regenwald, der dank des regenreichen atlantischen Klimas prächtig wuchs. Aus dem Holz

des Waldes bauten sie ihre Häuser; das Geschenk der Bäume wärmte sie im Winter, kochte ihr Essen; die Asche düngte ihre Felder; im Wald fanden ihre Schweine, Rinder und Ziegen Laubfutter und Mast, und für den Winter fand man dort Streu für den Stall; unter den Bäumen und in der Hecke am Waldrand wuchsen vitaminreiche Wildfrüchte – Schlehen, Hagebutten, Brombeeren, Berberitzen, Elsbeeren, Himbeeren, Heidelbeeren, Felsenbirnen, Mehlbeeren, Mispeln, Sanddorn, Stachelbeeren, Bärentraubenbeeren, Preiselbeeren, Vogelbeeren, Hohlunderbeeren, Kornelkirschen, Holzapfel, Haselnüsse, Bucheckern und so weiter –, die man trocknen und für den Winter aufbewahren konnte. Auch die heilkräftigsten Kräuter wuchsen hier im Heckenbiotop, zwischen dem Wald und der Wiese oder dem Acker. Genau diese Pflanzen spielen in der Volkskunde, in der Symbolik und dem »Aberglauben« seit Jahrtausenden bis heute eine wichtige Rolle.

Im Wald begegnete man auch den heilpflanzenkundigen Naturgeistern, den cleveren Zwergen, Zaubertieren, Elfen und Göttern. Der weise, wilde Rübezahl im Riesengebirge ist ein Überlebender dieser beseelten Waldwelt unserer fernen Vorfahren. Ihm verwandt ist der



slawische Geist des Waldes, der Leschij, der oft als kleiner Mann erscheint, sich aber so groß wie eine Tanne machen oder in einen Vogel, Bär, Baumstumpf oder in eine Pflanze verwandeln kann; der Bär und der Wolf sind seine Gefährten; er kann sanft flüstern oder wie der Sturmwind heulen. Zauberer und weise Frauen kommen mit ihm zurecht, manchmal ist er zum Scherzen aufgelegt und führt Wanderer oder Pilzsammler in die Irre. Und dann gibt es die Rusalka, die in Waldtümpeln oder auch in Bäumen lebt, und nackt im Wald

Berggeist Rübezahl, Ludwig Richter, 1848.

im Mondlicht tanzt. Der einsame Wanderer trifft vielleicht auch auf die zur Hexe verkommene alte Waldgöttin, die Baba Yaga (Storl 2014a). Die Balten kannten ihrerseits die grünhaarige, grün gekleidete »Waldmutter«, die die Pflanzen und Tiere des Waldes hütet und Waldfrevel bestraft.

Wir sehen also, die Bäume, die blühenden Auen, die Felsen und Flüsse, die Vögel, Fische und anderen Tiere des Waldes, prägten wie nichts anderes die Vorstellungen und seelischen Imagination dieser Ureinwohner, die zum Teil unsere Ahnen waren.

Selbstverständlich war auch für die Kelten der Wald der Inbegriff des Heiligen. *Nemetonia* war der Name der Waldgöttin der Gallier. *Nemeton* ist der heilige Wald, das *Drunemeton*, der Eichenwald. Die Druiden, die geistigen Führer der Kelten, waren die Wald- oder Baumweisen (*Dru* = »Baum«; *wid* = »Weise«). Nach Julius Caesar dauerte ihre Ausbildung zwanzig Jahre, eine Zeitspanne, in der sie »wie Hirsche« im Wald lebten und dessen Geheimnisse erkundeten. Merlin, der Archetypus der Druiden, wird als Waldmensch dargestellt, in Begleitung eines Wolfs und Hirschs. Waldtiere, wie der Hirsch, der Bär, das Wildschwein, Otter, Biber, Hase, Fuchs, Wolf und so weiter, verkörperten für die Kelten die Seele des Waldes oder galten als Erscheinungen der Götter. Der Wald symbolisierte die Welt an sich, das Ursprüngliche, das Heilige, das Schauer erweckende *Numinosum*.

Alle diese Waldvölker kannten keine protzigen Tempel oder Sakralbauten. Warum auch? Der Wald selbst war für sie der Tempel. »Im Übrigen halten sie es für nicht mit der Größe des Himmlischen vereinbar, die Götter in Hauswände einzuschließen oder in das Aussehen eines menschlichen Gesichtes zu formen: Wälder und Haine weihen sie und nennen mit den Namen von Göttern jenes Geheimnisvolle, was sie allein in der Verehrung schauen«, schreibt der römische »Barbarenexperte« Tacitus im 1. Jahrhundert n. u. Z. über die germanischen Ureinwohner. Ähnlich ist es bei den anderen Waldvölkern. Tempel, die menschenähnliche Götterdarstellungen behausen, sind lediglich späte Entwicklungen und gehen auf den Einfluss der Römer und dann der Christen zurück.

Der Buchenwald war der heilige Ort der mitteleuropäischen Germanenvölker. In den Waldeshallen lauschten die Weisen dem Raunen der Götter; hier schnitten sie Buchenstäbe, ritzten magische Runen

hinein und warfen die mit Blut oder Ocker geröteten Stäbe auf weiße Leinstofflacken, um der Götter Ratschlüsse zu erkunden.⁵ Auch hielten die Priester Pferde in heiligen Hainen und deuteten deren Schnauben und Hufscharren als Orakel. Germanische Schamanen, dem Zaubergott Wotan (Woden, Odin) geweiht, erfuhren ihre Initiation, indem sie drei Tage lang, ohne zu essen oder zu trinken, umgekehrt von einem Ast der Esche hingen, sodass ihre Seele sich vom Körper lösen und in die Anderswelt fliegen konnte. So hatte es ihnen ihr Meister, der Schamanengott Odin vorgemacht, als er – wie es in der Edda heißt – drei Mal drei Tage und Nächte, vom eigenen Speer verwundet, in der Esche Yggdrasil hing.⁶ Und wenn die Welt, am Ende der Zeit, in der Götterdämmerung, auseinanderbricht, dann ist es der schweigsame Widar, der Gott, der den Urwald verkörpert, der sie wieder erneuert und verjüngt.

Bei den Balten diente der Wald noch bis ins 19. Jahrhundert hinein als Versammlungsort, wo den Göttern Opfer dargebracht wurden (Lurker 1991:811). Noch heute werden wichtige Feste, wie die Sommersonnwende (Johanni), in heiligen Hainen gefeiert. Die Götter selbst offenbaren sich in den Bäumen, etwa Perkunos, der blitztragende Herrscher des Himmels in der Eiche, oder Laima, die Schicksalsgöttin, in der Linde. Selbst die Verstorbenen nehmen vorübergehend Wohnung in den Bäumen des Waldes – die Männer meistens in Eichen, die Frauen in Linden. Zugleich streifen sie als Tiere oder Vögel durch den Wald, bis sie sich eines Tages in menschlicher Gestalt wiederverkörpern.

Bei diesen Völkern wurde Adam nicht von einem Schöpfer aus Lehm modelliert und Eva aus der Rippe ihres Mannes, wie es in der Bibel heißt, sondern das erste Menschenpaar entstand aus Bäumen. So erzählt, zum Beispiel, die nordische Mythe, wie die drei Urgötter Odin, Hönir und Loki (Lodur) am Gestade des Urmeeres entlangwandern und auf die angetriebenen Stämme einer Esche und einer Ulme stoßen. Odin haucht ihnen den Lebensgeist ein, Hönir gibt ihnen Gefühl und Loki die Lebenswärme und das rote Blut. Die handwerklich begabten

5 Das Wort »Buch« in den germanischen Sprachen geht auf die Buchen zurück; ebenso der Buchstabe. Das englische Wort für Schreiben, *to write*, bedeutet sprachwissenschaftlich »ritzen« (der Runen); Lesen bedeutete das Auflesen der Buchenstäbe; das englische Verb *read* bedeutete rätseln, bzw. das Enträtseln des Runen-Loses.

6 *Yggdrasil* bedeutet das »Reittier des Ygg«; Ygg ist Odin in seiner schrecklichen Gestalt.

Zwerge meißeln die Holzklötze zurecht und geben ihnen die Gestalt als Mann und als Frau.

In das bewaldete Land nördlich der Alpen stießen dann vor rund 2000 Jahren die römischen Legionen vor. Für den schon erwähnten Publius Cornelius Tacitus war dies ein *terra aut silvis horrida aut paludibus foeda* – »ein Land, bedeckt von schrecklichen Wäldern oder abscheulichen Sümpfen«. Zwar war einst der Mittelmeerraum ebenfalls mit Hartlaubgehölzen bedeckt gewesen, aber mit dem frühen Vordringen der städtischen Zivilisation, dem intensiven Roden, um Ackerland, Obst- und Weinplantagen zu schaffen, dem Bedarf an Brennstoff zum Heizen und für die Metallverarbeitung und Material für den Flotten- und Brückenbau, wurden die Waldflächen zum Verschwinden gebracht. Für die Römer wurde der Wald, den die Barbaren verehrten, zum Ort des Schreckens. Düster und nebelig war es da, voller gefährlicher wilder Tiere und ebenso gefährlicher Wilderer. Um den Zauber zu brechen, befahl der Feldherr Caesar, einen heiligen Nemeton in der Nähe von Marseilles zu fällen. Keiner seiner Legionäre wagte es jedoch, den Befehl auszuführen; »die Hände der Tapfersten zitterten« (Lukian). Als Caesar sah, dass selbst die rauesten Veteranen vor Furcht wie gelähmt da standen, ergriff er selbst die Axt, holte aus und hieb eine jahrhundertalte Eiche, deren Wipfel sich in den Wolken verlor, entzwei (Brosse 1990:156).

Die christlichen Missionare machten es den Römern mit Eifer nach. Um die mythische Welt der Waldvölker zu zerstören, damit sie den Samen des »wahren Glaubens« säen konnten, mussten die heiligen Haine und die Kultbäume verschwinden. So ließ Sankt Martin (389–448 n. u. Z.) in Autun (Burgund) eine uralte heilige Kiefer fällen. Sein Schüler, der Bischof von Angers, ließ einen ganzen Wald abbrennen, in dem die Heiden ihre »unflätigen« Feste feierten. Bischof Amator ließ in Auxerre eine stattliche Kiefer, »einen gottesslästerlichen Baum«, an dem die Köpfe von Wildtieren hingen, abschlagen und den Stumpf verbrennen. Uns allen ist die Geschichte von dem angelsächsischen Missionar Winfried (St. Bonifatius) bekannt, der unter dem Schutz bewaffneter fränkischer Soldaten die Donar-Eiche bei Geismar fällte. Aus dem Holz ließ er ein Bethaus bauen, das dem Sankt Petrus geweiht war – Petrus als Wetterherr sollte den Donnergott Donar (Thunar, Thor), dem die Eichen geweiht waren, ersetzen.



*Mönch beim Fällen einer Eiche;
Französische Buchmalerei, etwa 1220.*

Bonifatius berief einige Jahre darauf die Synode von Liftinae (743 n. u. Z.) ein. Auf diesem Kirchenkonzil wurde die Verehrung von Bäumen verboten, neben anderen heidnischen Bräuchen, wie dem Heilighalten von Steinen (Menhiren), dem Sammeln von Kräuterbüscheln, Vogelflugdeuten, Wahrsagen, Schmücken von Brunnen, Totenbegleitfesten und so weiter.⁷

Karl der Große unterstützte die Schändung der heidnischen Waldheiligtümer – etwa den Irminsul der Sachsen, der den Himmel stützt – und setzte sich für die Rodung der Wälder ein. Besonders die Zisterzienser taten sich bei den Rodungsarbeiten hervor. Für diese eifrigen Mönche ging es darum, den Urwald, sowohl in der Natur wie auch in der Menschenseele, zurückzudrängen und zu kultivieren. Wald und Wildnis gehörten dem Teufel und seinen unerlösten Geistern, sie gehörten den bösen Tieren, den Wölfen und Bären. Der Kampf der neuen Staatsreligion, der Religion des Opferlamms, gegen den Wald dauerte noch lange; die Front zog gegen Norden gegen die Wikinger und gegen Osten gegen die Balten und Slawen. So ließen die Bischöfe und Hochmeister des Deutschen Ordens bei den heidnischen Preußen, Letten und Litauern im Verlauf des über zweihundert Jahre dauernden Religionskrieges immer wieder heilige Haine und Bäume schänden. Die Heiden übten Vergeltung, indem sie dem gefangenen christlichen Baumschänder den Bauch auf-

⁷ Genauere Angaben zu diesem Kirchenkonzil und den verbotenen heidnischen Gebräuchen finden sich in dem Beitrag von Herman de Vries »heilige bäume, bilsenkraut und bildzeitung« in *Rituale des Heilens* (Hrsg. Franz-Theo Gottwald und Christian Rätsch). Aarau: AT-Verlag, 2000.

Wacholder (*Juniperus communis*)

Dat is nu all lang beer, wol twe tusend Johr – so fängt das Märchen vom Machandelboom an. Tatsächlich enthält es archaische Elemente, die mehr als zweitausend Jahre in die heidnische Zeit zurückreichen. Es wird erzählt von einem kleinen Jungen, der zerstückelt und kannibalisch verzehrt wird; die weinende Schwester sammelt all seine Knochen, legt sie unter den Wacholder, wobei der Busch anfängt zu brennen und sich zu schütteln; aus dem aufsteigenden Rauch erhebt sich ein Kiebitz und beginnt wundersam zu singen. In der Zerstücklung und der Verwandlung des Toten in einen Vogel begegnet uns das uralte Motiv der schamanischen Initiation, wobei der Schamanenanwärter von Dämonen gejagt und gefressen wird; eine Vogelmutter sammelt all seine Knochen, kleidet sie erneut in Fleisch ein und nimmt den Initianden mit zu ihrem Nest auf dem Schamanenbaum, wo er als Schamane heranreift und die Fähigkeit bekommt zu fliegen. Dass es ein Wacholder ist, unter den seine Gebeine gelegt werden, ist kein Zufall. In historischen Phasen, in denen die Waldvölker ihre Toten verbrannten, war das bevorzugte Holz für die Feuerbestattung das des Wacholders. Der Wacholder heißt in der bayrisch-österreichischen Mundart Kranewitt (althochdeutsch *krano* = »Kranich«, *witu* = »Holz«). Auch der Kranich galt den europäischen Ureinwohnern als Seelenvogel, als Bote der Muttergöttin, der Totengöttin, der keltischen Caillech (Botheroyd 1995:352).

Der würzig duftende Rauch dieser Konifere gab der Totenseele schützendes Geleit. Überhaupt wurden Wacholderarten überall auf der nördlichen Halbkugel, von Europa bis Nordamerika, von Sibirien bis Tibet, als Opfer- und Räucherholz verwendet. Überall gilt Wacholderrauch als Vertreiber von Dämonen, »Schlangen« und Geistern. In Estland heißt es, mit einem Wacholderknüppel kann man sogar den Teufel in die Flucht jagen. Wacholderrrauch schützt vor »Ansteckung« oder wie die Redensart besagt: »Etwas muss mit Wacholder vertrieben werden.« Wacholder gehört, neben Beifuß, Johanniskraut und – durch kirchlichen Einfluss – auch dem Weihrauch, zu den Räucherwerken, mit denen in den Raunächten (Rauchnächten) zur Wintersonnwende Haus und Stall ausgeräuchert werden. Kranken- und Sterbezimmer wurden ebenfalls mit den trockenen Zweigen des Strauchs geräuchert. Die Bön-Pö-Schamanen Tibets verehren mit dem Rauch die Berggeister und räuchern damit während der schamanischen Séance.

Ehe er Kranke behandelt, reinigt sich der Cheyenne-Mediziner mit dem Rauch von Wacholder, Mariengras (*Hierochloe odorata*), Bitterwurz (*Lewisia revidiva*) und einem getrockneten Pilz. Dabei streut er die Kräuter auf die schwelende Holzkohle und wedelt sich den Duft und die Hitze mit der Handfläche ins Gesicht. Während des Heilrituals hält er zwischendurch immer wieder die Hände in den Rauch, dann hoch zur Sonne und auf den Erdboden, ehe er sich erneut dem Patienten zuwendet.

Im alemannischen Sprachraum heißt der Strauch *Reckholder*, was volksetymologisch auf *rauken*, *räuken* (»rauchen«, »räuchern«) bezogen wird; in Mönchengladbach heißt die Pflanze *Röckkrut* (»Rauchkraut«). Der preußische Name *Kaddig* ist verwandt mit dem litauischen *Kadagys* und dem lettischen *Kadikis* (*kaditi* = »räuchern«) und entspringt der indoeuropäischen Wurzel *ked* (»rauchen«, »rußen«).

Auch als Heilmittel wird der Wacholder zirkumpolar ähnlich verwendet. In Sibirien und Russland dienen Abkochungen der Beeren als harntreibendes Mittel, Zweige und Rinde werden bei Frauenleiden, Tuberkulose, Fieber und Magen-Darm-Beschwerden genutzt. Dieselben Indikationen – als Diuretikum bei Nieren-Blasen-Leiden, als Mit-



*Wacholder; Holzschnitt,
Hans Weiditz,
16. Jahrhundert.*

tel bei Tuberkulose, Fieber, Rheuma und Frauenleiden – kennen auch die nordamerikanischen Indianer. Bei den Cheyenne und anderen Stämmen wird Wacholder (*Juniperus* spp.) auch in der Schwitzhütte auf die glühenden Steine gelegt, insbesondere bei fieberigen Erkältungen.

Wir sehen also, Wacholderarten wurden seit der Eiszeit als Dämonenvertreiber und Heiler eingesetzt. Wie sehr der Baum verehrt wurde, lässt sich noch an dem Schweizer Spruch erkennen:

*»Vor dem Holdere (Holunder) sell me de Huet abziehe,
und vor de Reckholdere 's Chnü biege.«*

(»Vor dem Holunder soll man den Hut ziehen, vor dem Wacholder das Knie beugen.«)

Wie der Holunder galt der Wacholder als Schwelle zur Anderswelt. In Mitteleuropa legte die Mutter, wenn kleine Kinder kränkelten, Wolle und Brot unter den Wacholder und sprach:

*»Ibr Hollen und Hollinnen¹⁹
hier bring ich euch etwas zu spinnen und zu essen,
und meines Kindes zu vergessen.«*

Und auch diese Überlieferung ist vielsagend: Zwerge sind klug, selbstverständlich kennen sie die Heilkraft aller Pflanzen. Einmal, während einer Seuche, stellten Bauern im Obersimmental den Zwergen nach. Sie wollten sie fangen und zwingen, das richtige Heilmittel zu verraten. Sie gossen etwas süßen Wein in die Aushöhlungen im Fels und lauerten, bis die neugierigen Wichtel sich damit betrinken würden. Als die Zwerge schon torkelten, versuchten die Bauern, sie zu erhaschen. Die flinken Kleinen entkamen. Bis auf einen. Von hinter dem Gebüsch riefen die anderen ihrem gefangenen Kameraden zu:

*Si möge mit dir fürnäb, was sie wei;
Verrat nit, was d'Reckholderstude z'behüete bei!*

(»Egal, was sie mit dir vornehmen wollen, verrate nicht das Geheimnis des Wacholderstrauchs!«)

¹⁹ Die verhohlenen unsichtbaren Geister

REGISTER

A

- Aachen 49
Abendstunde 53f.
Abführmittel 88ff.
Achillea millefolium
66, 193
Achillea ptarmica 196
Ackerfrauenmantel
109
Ackergauchheil 108
Ackerhellerkraut 204
Ackerschachtelhalm
73, 162
Ackerunkräuter
107ff.
Ackerwachtelweizen
110
Acorus calamus 66
Adam 20
Adebar 186
Aegopodium
podagraria 196
Afrikanische Medizin
37
Agastya 138
Agni 120, 130
Agrostemma githago
108
Ahnen 127, 160, 250
Airmed 160
Ajuga reptans 196
Alb (Alp) 125
Albertus Magnus 89
Alchemie 218f., 228ff.
Ale 263
Alembik 228
Algonkin 26
Alkali 228
Alkohol 228f.
Allantoin 143
Allium ursinum 224
Altägyptische
Medizin 15
Amalgam 229
Amanita muscaria 66,
71f.
Amulett 229
Anagallis arvensis 108
Andromeda polifolia 66
Angelica archangelica
67
Angelica sylvestris 67,
224
Anilin 229
Anthemis nobilis 196,
206
Antimon 229
Antoniusfeuer 185
Apfel 209f.
Aphanes arvensis 109
Apollo 49, 86, 128
Apollonia 192
Apophyten 110
Apotheker 219
Apsarasa 128
Arabische Medizin
217, 233
Archäophyten 108
Arctium lappa 111,
164
Arctostaphylos uva-ursi
67
Armedill 224
Arnica montana 197
Arnika 197, 255
Artemis 86
Artemisia absinthium
82
Artemisia dracunculus
66
Artemisia frigida 67,
82
Artemisia vulgaris 82,
162
Artischocke 229
Arundhati 132, 144
Arya 121
Asen 94, 128
Asenschüsse 128, 202
Ashvattha 156
Asklepios (Äskulap)
10
Aspirin 165
Ashwins 131
Atharvaveda 129ff.,
144f., 157f.
Atlantikum 96, 118
Atropa belladonna 213
Attorlathe 204
Augentrost 162
Auricularia judae 150
Avalon 209
Ayurveda 15, 121

B

- Baba Yaga 19
Bach, Edward 50,
168

- Bachnelkenwurz 74
 Backofen 87f.
 Badehäuser 87
 Baldrian 224
 Baldur 180, 205f.
 Bandkeramiker 96
 Banshee 114
 Bantu 37
Barbara vulgaris 193
 Barbarakresse 193
 Barbarazweige 193f.
 Bärenpflanze 164,
 189
 Bärentraube 67
 Bärlapp 75f., 189, 200
 Bärlauch 224
 Basilius Valentinus
 229
 Beifuß 54, 82, 84ff.,
 162, 203, 261, 265
 Beifuß, Kalter 67
 Beinwell 143, 162
 Belenos 180, 265
Bellis perennis 199
 Benediktendistel 195
 Benediktenwurz 195
 Benzin 229
 Berufkräuter 136
 Bethen, drei 193
 Bettstrohkrauter 172
Betula spp. 68
 Bezoar 230
 Bhishaj 133
 Bibernelle 103, 224
 Bier 45f., 189, 262ff.
 Bilsenkraut 192, 255,
 264f.
 Bilzingsleben 60
 Birke 45, 68ff., 148
 Birkenporling 70
 Bitterklee 76
 Blois, William 171
 Blótritual 256
 Blut 256
 Blutwurz 195, 224
 Bock, Hieronymus
 149
 Bodhibaum 156
 Bonifatius, siehe
 St. Bonifatius
 Bön-Pö-Schamanen
 42, 84
 Borax 230
 Borreliose 164
 Brandrodung 97
 Brauen 45f., 238,
 263ff.
 Braunwurz 162, 195
 Braurechte 264
 Brechmittel 88ff.
 Breitwegerich 111,
 113ff.
 Brennessel 66, 78f.,
 111, 178, 189,
 206ff., 265
 Brihaspati 157f.
 Brot 46, 237f.
 Brunnenkresse 204
 Buche 20, 216
 Bucheckern 265
 Buddha 156
 Buhlteufel 263
 Burchard von
 Worms 172, 253f.
 Burwis 145
 Bußbücher 172, 253
 Butterschmalz 134
C
 Caesar 21
 Cailleach 107
Caltha palustris 73
Camellia sinensis 31
Capsella bursa-pastoris
 109
Cardamine hirsuta
 203
Carlina acaulis 195,
 224
Centaurea cyanus 109
 Ceres 46
 Cernunnos 101
 Cerridwen 179
 Chá 32
 Chaga (Pilz) 70f.,
 168
 Charaka 159
Chelidonium maius
 166
 Cheyenne 34, 43,
 106, 145
Chimaphila umbellata
 73
 Chirurgen 220
 Christus 144, 148,
 178, 184, 186, 210
Chrysanthemum
leucanthemum 199
Cichorium intybus 111

- Cnicus benedictus* 195
Colchicum autumnale
 163
 Composita 30
Consolida regalis 109
 Couvade 246
 Croll, Oswald 167
Cynodon dactylon 134
D
 Dampfbad 79ff.
 Darmerkrankungen
 143
 Darmwürmer 143
Daucus carota 111
 Dea Ana 85, 113
 Della Porta,
 Giambattista 167,
 253
Desmostachya
bipinnata 134
 Deus 120
 Devas 138
 Dhatr 133
 Diancécht 48, 160
 Dietrich von Bern
 103
 Dioskuren 131
 Dioskurides 11, 115
Dipsacus sylvestris 164
 Dominikaner 221
 Donar 21, 138, 185
 Doshas 16
 Dost 265
 Dreizack 84
 Druiden 19
 Drunemeton 19
Dryopteris filix-mas
 142
 Duerr, Hans Peter 90
 Durga 183
E
 Eberesche 265
 Ebers Papyrus 10
 Eberwurz 195, 224
Echinocloa
crus-galli 204
Echium vulgare 204
 Ehrenpreis 199
 Eiche 21
 Einbeere 198
 Eiszeit 62f.
 Eiszeitmedizin 65f.
 Ekstase 91
 Elder 152
 Elfenschüsse 125,
 128, 202
 Eliade, Mircea 91
 Elixier 230
 Engelsüß
 (Tüpfelfarn) 265
 Engelwurz 66, 103,
 224
Epilobium
angustifolium 74
Equisetum arvense 73,
 162
Equisetum hyemale 73
 Erdmutter 80, 90,
 120, 149
 Erdrauch 109
 Erik der Rote 261
 Erle 205
 Erntebrauchtum 107
 Esche 20, 147, 265
 Esskastanie 214
 Estragon 66
 Ethnomedizin 14
Eupatorium
cannabinum 255
Euphrasia
officinalis 162
 Evelyn, John 264
F
 Farn 213
 Faserpflanzen 206,
 238f.
 Feigenbaum,
 heiliger 134
 Feigwurz, Große 162
 Feld-Rittersporn 109
 Fenchel 210
 Feuerstelle 100, 240f.
 Fiaker 195
Ficus religiosa 134,
 156
 Fieber 147
 Fieberklee 76
Filipendula
ulmaria 165
 Flachs 239
 Flieder (Holunder)
 147f., 178
 Flieder,
 türkischer 152
 Fliegenpilz 66, 71f.
 Flugsalben 253
 folk culture 25
Fomes fomentarius 70
 Fortschritts-
 ideologie 13

- Frau Holle 85, 113,
149ff., 186, 223
Frauenbeifuß 67, 85
Frauenflachs 196
Freya 94, 181, 184f.,
189, 197
Friedrich II. 219
Fuchs, Leonhart 108,
198
Fuchskreuzkraut 249
Fuller, Buckminster
13
Fumaria officinalis
109
- G**
Gagelstrauch 82, 265
Galdor 136, 140
Galen 11f., 30
Galgant 230
Galsterlieder 143,
257f., 261
Galstern 258
Gänse 41, 86, 261
Gänseblümchen 189,
199
Gänsefingerkraut
111, 189, 244
Gänsefußarten 111
Gautama Siddharta
134
Gaze 230
Geburt 65, 85f., 88,
190, 245, 249ff.
Geburtskräuter 249
Geranium
robertianum 166
- Geschlechtshormone
263
Geum rivale 74
Geum urbanum 195
Gicht 178, 196, 213
Giersch 196
Gifte 210f.
Glechomahederacea
264
Göbekli Tepe 46
Gode 256
Goldrute 163
Golowin, Sergius
236
Götterbär 121, 189
Götterschüsse 128
Gralslegende 49
Grannus 49
great tradition 25,
223, 236
Gregor der Große
170f.
Gregor von Tours
172
Grieve, Maude 206ff.
Großsteingräber 113,
117
Gründonnerstag-
suppe 57
Grutbier 75
Guajacum officinalis
225
Gundermann 179,
264
Günsel 196
Gydia 256
Gynäkologie 227
- H**
Hagebutten 265
Halloween 127
Hallstattzeit 124
Hämorrhoiden 195
Hanf 79
Hasel 184
Haselnuss 48, 209
Haselwurz 265
Hausfrau 237
Hebammen 85, 227,
246, 249ff.
Heckenbiotop 99
Heidelbeere 266
Heilbiere 262
Heilgewürze 218
Heilige 189ff., 214
Heilsprüche 40f.,
138ff., 153
Heilziest 204
Heimdall 207, 258
Heinrich VI. 264
Heinrich VIII. 264
Helminthen 142
Hengis und Horsa
131
Herbstzeitlose 163
Heroische Medizin
226
Hexe 101, 187, 252ff.
Hexensalben 213,
253f.
Hexenschüsse 128,
202
Hexenverfolgung 95,
226, 251, 254
Hierochloe odorata 84

- Hildegard von Bingen 86, 109, 116, 164, 177, 189, 211ff., 230
- Hippokrates 10, 159, 172
- Hirsch 101, 187
- Hirschgott 101, 121
- Hirte (als Heiler) 246ff.
- Hirtennomaden 26, 118ff.
- Hirtentäschel 109
- Höhlengemälde 90
- Holunder 44, 77f., 89f., 110, 147, 149ff., 178, 184
- Holunderblüten 77, 266
- Holunderschwamm 150
- Holz, neuerlei 100
- Holzapfel 206
- Hopfen 263f.
- Hufeland, Christoph Wilhelm 227
- Hühnerhirse 204
- Humoralpathologie 11, 16, 219
- Humore 159
- Humulus lupulus* 263
- Hundepflanzen 190
- Hundszahngas 134
- Hyperzia selago* 76, 200
- Hyoscyamus niger* 192, 265
- Hypericum perforatum* 163
- I**
- Indisches Springkraut 168
- Indoeuropäer 117ff.
- Indra 138f.
- Infektionskrankheiten 104
- Inonotus obliquus* 70
- Inquisition 95, 221, 253
- Irminsul 24
- Irokesen 26
- Islamische Ärzte 217
- Islamische Heilkunde 227
- J**
- Jakobsgreiskraut 107, 179f.
- Jesus 178f., 183, 188, 242, 250
- Johanniskraut 54, 163, 180, 255, 266
- Johanniskräuter 53, 242
- Johannisnacht 151
- Johannisöl 29
- Judas 150
- Julep 230
- Julschwein 209
- Jungfrauen, drei heilige 193
- Jungsteinzeit 97ff.
- Juniperus communis* 42, 75, 224
- Juniperus latifolium* 75
- Juniperus virginiana* 84
- K**
- Kaddig 43
- Kalium 230
- Kalmus 66, 244
- Kamille, Echte 109, 199, 205f.
- Kamille, Römische 196
- Kamille, Strahlenlose 66
- Kampfer 231
- Kandis 231
- Karde 164
- Karl der Große 23, 177, 194f.
- Katharer 220f.
- Kelten 19, 45, 156, 159f.
- Kerbel 210
- Kessel (der Göttin) 40, 45ff., 150, 265
- Ketzer 220f.
- Keulenbärlapp 75
- Kiesel 74
- Kinderkrankheiten 105
- Kinderkultur 41
- Kirchenarchitektur 216
- Kirchensynode 172
- Klapperstorch 154, 166
- Klatschmohn 110

- Kleidung 238f.
 Klette 111, 164
 Klimaoptimum 214, 221
 Klostergärten 176f., 215
 Klostermedizin (Mönche) 218
 Kloster St. Gallen 172, 176
 Knabenkraut 197
 Kneipp, Sebastian 74, 214f., 227, 244
 Knöterich 76
 Kohl-Gänsedistel 110
 Kolumbus 225
 Königskerze 111, 180
 Konstantin der Afrikaner 217, 233
 Kornblume 109, 266
 Kornweib (Kornmutter) 53, 107
 Korngest 107
 Kornrade 108
 Kosmas und Damian 131f., 223
 Krankheiten, neolithische 104
 Krankheitsdämonen 124ff., 136ff.
 Kranewitt 42, 224
 Krankheitsursachen 123
 Kräuterbiere 249
 Kräutertee 28ff.
 Kreuzdorn 266
 Kreuzsymbolik 55ff.
 Krimi 125
 Krötenpflanzen 190
 Kulturareal 26
 Kümmel 266
 Künzle, Johann 215
 Kurgan-Völker 118ff.
 Kwass 76, 238

L
 Labkraut 182, 266
 Labrador tea 75
 Lâchenaere 115
 Lachsner (Lachsnerin) 133, 135ff., 201ff., 258f.
 Lacnunga 201ff.
 Laima 20, 181
 Laksha 134
 Lakshmi 135
 Laudanum 226
 Laugensalze 228
Ledum palustre 75, 265
 Leinkraut, Echtes 109
 Leschij 18
 Lichtmess 57, 151
 Liebesorakel 184
 Liftinae, Synode 22, 182
Linaria vulgaris 109, 196
 Linde 164, 181
 little tradition 25, 49, 159, 223, 236
 Loki 20, 58, 189, 200, 260
Lolium temulentum 265
 Lorcher Arzneibuch 177
 Löwenzahn 164, 266
 Lugus 58, 179
 Lungenkraut 164
 Lüppkräuter 259
 Lüpplerin 259
Lycopodium clavatum 75, 189, 200

M
 Macer floridus 85, 177
 Machandelboom 41f., 224
 Mädesüß 165, 266
 Maibaum 57
 Maikäfer 153f.
Malus sylvestris 206
Malva neglecta 111
Malva sylvestris 111
 Malve, Wilde 111
 Marcellus Empiricus 89
 Margeriten 199
 Maria 178, 184, 197, 242
 Maria Himmelfahrt 57, 173, 181f.
 Maria-Bettstroh 182ff.
 Maria-Würzweihkräuter 182f.

- Mariendistel 164f.,
 197
 Mariengras 84
 Marienkäfer 153f.
 Massage 231
Matricaria discoidea 66
Matricaria recutita
 (*M. chamomilla*)
 109, 206
 Maythen 205
 Medizinbuddha 36
 Megalithkultur 113f.,
 187
 Meisterwurz 224
Melampyrum arvense
 110
 Melden 111
Menyanthes trifoliata
 76
 Merseburger
 Zauberspruch 143
 Méssegué, Maurice
 227, 242
 Milchzauber 179
 Mineralische
 Heilmittel 217
 Mistel 157
 Mitchner,
 James A. 10
 Mithridatum 223
 Mittagsgeist 53
 Mittagsstunde 53
 Mitternacht 54
 Mittsommer 57
 Möhre, Wilde 111
 Mokosh 81
 Monardenminze 83
Monarda fistulosa 83
 Mondregeln 242
 Monte Cassino 194
 Morgendämmerung
 51f.
 Mugwurz 203
 Mumie 231, 233f.
 Muthi-Medizin 37
 Mutterkorn 185, 222,
 249
 Mutterkraut 199
 Mutterschaft 245ff.
Myrica gale 82
 Myrrhe 231
N
 Nachtschatten,
 Schwarzer 111
Nasturtium officinale
 204
 Natron 231
 Natternkopf 204
 Neandertaler 60, 68
 Nelkenwurz 195, 266
 Nemetonia 19
 Neolithikum 96ff.
 Nerthus 114
 Neunkräutersegen,
 angelsächsischer
 115, 138, 201ff.
 Nuada 160
O
 Ocker 134, 136, 256
 Odin 20, 71, 93f.,
 208
 Ojibwa 69
 One-World-Ideolo-
 gie 13
 Opium 226
Orcis maculata 197
 Oshadhi-Pati 132,
 157
 Ostara 174
 Osterwasser 50
P
 Palmsonntag 183
Papaver rhoeas 110
 Paracelsus 125, 145,
 160f., 233f., 236
Paris quadrifolia 198
 Periodemittel 106
 Perkunos 20
 Persephone 114
 Pest 198, 221ff.
 Pestwurz 198
Petasites hybridus 198
 Petersilie 266
 Petrus 21, 178, 185f.
Peucedanum
ostruthium 224
 Pferde 118, 131, 144
 Phol 144
Pimpinella saxifraga
 224
Piptoporus betulinus 70
 Planeten 242
 Planetengötter 162
Plantago major 111
 Pockenholz 225
 Podagra 196
 Poldsche 53
Polygonum aviculare
 76, 111
Polygonum bistorta 76,
 165, 205

- Polygonum hydropiper* 76
 Porst 265
Potentilla anserina 111
Potentilla erecta 195, 224
 Prärieindianer 34
 Proserpina 114f.
Pulmonaria officinalis 164
 Purgiermittel 88ff.
Pyrola umbellata 73
 Pyrrolizidin 180
- Q**
 Quecksilber 225f., 229
 Quellen, heiße 49f.
 Quendel 266
 Questenkreuz 56, 183
 Quintessenz 229
- R**
 Radkreuz 55, 183
 Rainfarn 142, 204, 266
 Rakshas 124
Ranunculus ficaria 165, 195
 Rapunzel 256
 Rätsch, Christian 71, 204, 206, 214, 264
 Raumschiff Erde 13
 Raunächte 42
 Redfield, Robert 25
 Regenbogenbrücke 207
- Regenmädchen 255
 Reichholz, Josef H. 46
 Reinheitsgebot 264
 Renaissance 162
 Rhizotom 168
 Riechäpfel 223
 Rigveda 156, 169
 Rinder 118f.
 Ritualbier 265
 Roggen 222
 Rolling Thunder 244
 Rosmarinheide 66
 Rosspflanzen 190
 Rübezahle 18, 224
 Rudra 128
 Runen 257
 Ruprechtskraut 166, 186f.
 Rusalka 18
- S**
 Sadhu 133
 Safran 232
 Säftelehre 12, 16, 171, 225
 Salben 213f.
 Salerno, Medizinschule 218f.
Sambucus nigra 77
 Samhain-Fest 113, 127
Sanguisorba officinalis 197
Sanicula europaea 196, 224
 Sanikel 196
- Saponaria officinalis* 111
 Sarasvati 69, 139
 Sarsaparille 225
Saxifraga spp. 166
 Schadenszauberin 254
 Schafgarbe 66, 184, 193, 266
 Schamanenbaum 156
 Schamaneninitiation 42
 Schamanentum 90ff., 261
 Scharbockskraut 165, 195
 Schaumkraut, Behaartes 203
 Schillerporling, Schiefer 70
 Schlangenknoeterich 76, 165, 205
 Schlehe 187
 Schlüsselblume 185f.
 Schmied 202, 248f.
 Schmitz, Rudolf 136
 Schöllkraut 166, 186, 258
 Schwaden-Rispengras 64
 Schwalbenwurz 196
 Schwan 154, 207
 Schwangerschaft 245f.
 Schwarzdorn 187
 Schwitzhütte 63, 75, 77, 79ff.
 Schwitzkur 83, 225

- Scrophularia nodosa* 162, 195
 Seehund 207
 Seelenspiegel 123
 Segetalflora 107
 Seherin 260
 Seid (Sejd) 260
 Seidkona 260
 Seifenkraut 111
 Semmelweis, Ignaz 252
Senecio fuchsii 249
Senecio jacobaea 107
 Sexualität 245, 263
 Shennong 31f.
 Shiva 84
 Sídhügel 113
 Signaturen 159ff., 180
Silybum marianum 164
 Simplicia 30, 32
 Sirup 232
Sisymbrium officinale 110
Smilax officinalis 225
Solanum nigrum 111
Solidago virgaurea 163
 Soda 232
 Soma 132, 158
 Sommersonnwende 55, 57, 151, 179, 181, 265
Sonchus oleraceus 110
 Sonnengöttin 131, 174, 205
 Sonnenkreuz 55
 Sophokles 244
 Spell (Zauber) 122
 Spinnstube 239
 Spiritus vini 218
 St. Anna 86, 223
 St. Antonius 185, 222
 St. Barbara 193f.
 St. Benedikt 194f.
 St. Bonifatius 21, 172
 St. Fiacrius 195
 St. Gallus 172
 St. Gerhard 195
 St. Gertraud 174
 St. Hubertus 101, 191
 St. Katharina 193, 196
 St. Luzius 197
 St. Margarethe (Margareta) 193, 198f.
 St. Martin 21, 172
 St. Médard 141
 St. Nicolaus 174
 St. Rochus 197, 223
 St. Rupert 187
 St. Sebastian 223
 St. Stephan 144
 St. Veronika 199
 St. Walburga 172
 St.-Antonius-Feuer 222
 Stabreime 143, 257
Stachys officinalis 204
 Stechwinde 225
 Steinbrechgewächse 166
 Steiner, Rudolf 161
 Storchschnabel, Stinkender 166, 186
 Strassmann, René 149
 Strenze 224
 Stubenfliege 104
 Stune 203
 Sumpfdotterblume 73
 Sumpfpfporst 75
 Sumpfschafgarbe 196
 Surya 130
 Sushruta 159
Symphytum officinale 162
 Syphilis 87, 225f.
Syringa vulgaris 152
T
 Tacitus 19, 21, 114, 252
 Takmán 129f.
 Talk 232
Tanacetum vulgare 142
 Tannenbärlapp 76, 200f.
 Taufe 250
 Taumellolch 265
 TCM (Traditionelle Chinesische Medizin) 8, 16
 Tee, chinesischer 30f.
 Tegernseer Spruch 139

TEM (Traditionelle Europäische Medizin) 7
 Tertullian 171
 Teufels Großmutter 149
 Textilien 239
 Thermale 49
Thlapsi arvensis 204
 Thor 138, 185, 189, 261f.
 Thorbjörn 261
Thuja plicata 84
 Thujon 142
 Tibet 35
 Tierfamiliare 253
Tilia cordata 164
Tilia platyphyllos 164
 Tollkirsche 213
 Totengöttin 114
 Töwersche 256
 Traumzeit-dimension 80
 Treben, Maria 215, 227, 244, 271
 Trinität 51
 Trittrasengesellschaft 112
 Trotula 218
 Tuatha de Danann 113, 160
 Tyr 190

U
 Übertragungen 234
 Ungeziefer 104
Urtica dioica 78, 111, 206

V
Valeriana officinalis 224
 Vayu 130
 Veden (Vedas) 69, 125, 143
Verbascum thapsus 111
 Verfluchung 127
Veronica officinalis 199
 Verzauberung 122, 208
 Vesak 36
Vincetoxicum birundinaria 196
 Vipra 133
 Viriditas 189, 211f.
 Vogelknöterich 76, 111
 Völva 260f.

W
 Wacholder 42ff., 75, 84, 110, 184, 224f., 266
 Wala 260
 Walahfrid Strabo 176, 178
 Walburga 260f.
 Waldökotop 17
 Waldrebe 168
 Waldweidenröschen 74, 185
 Wallwurz 162
 Walpurgisnacht 261
 Warzen 148
 Wasserdost 255
 Wasserpfeffer 76
 Wasserweihe 249
 Watte 232
 Wechselbalm 87f., 250
 Wegerich 203
 Wegmalve 111
 Wegrauke 110
 Wegwarte 111, 187
 Weihnachtsmann 71, 174, 209
 Weißdorn 147, 193
 Weiße Göttin 45
 Weleda (Veleda) 260f.
 Weltenbaum 40, 208
 Werg 206
 Wermut 142
 Wetterhexen 254
 Wetterzauber 102, 122, 255
 Wickersche 257

- Wiegele, Miriam 148
 Wieland (Schmied,
 Zauberer) 202
 Wiesenknopf 197
 Wilde Menschen 102
 Wildfrüchte 18
 Wiebel 125
 Winfried (St. Bonifa-
 tius) 21, 170
 Winterlieb, Doldiges
 73
 Winterschachtelhalm
 73
 Wintersonnwende 71
 Wismut 232
 Woden 94, 138, 147,
 200, 202f., 205,
 248
 Wolfspflanzen 190
 Wolters, Bruno 78
 Woodland Culture
 26
 Wortcunner 168, 201
 Wotan (Wodan) 20,
 93, 138, 143f., 147,
 158, 178, 189, 198,
 200
 Wucherblume 199
 Wurmacker 141
 Würmer (Krank-
 heitsgeister) 93,
 125f., 137ff., 145
 Wurmfarn 142, 204
 Wurmmittel 142
 Wurzelgräber 168
 Wurz (Heilpflanze)
 169
- Y**
 Yakshmas 124
 Yggdrasil 20, 210
 Ymir 40
- Z**
 Zahnschmerzen 148,
 150, 178, 192
 Zaubergesang 133f.,
 143ff., 211, 257
 Zauberpfeile 66, 126,
 202
 Zeckenbiss 164
 Zinnkraut 73
 Zucker 231f.
 Zunderschwamm 70
 Zwerge 44, 71, 124,
 149, 190f., 224
 Zwischenzeiträume
 113
 Zwingli, Ulrich 259
 Zwischenwelt 124