

Die Esche

Wieder war ich sehr erfreut, als ich gefragt wurde, erneut etwas über Pflanzen zu schreiben. Aufgrund des Themas „Freiheit“ habe ich mich entschieden, dem Wildkräuterzyklus eine Reihe über Bäume folgen zu lassen. Bäume sind an einen Standpunkt gefesselte Wesen. Sie entfalten sich in ihrem Rhythmus Jahr für Jahr auf Neue und zeigen sich immer wieder in ihrer wundervollen Pracht.

Mich fasziniert besonders, dass Bäume uralte werden können: 2008 entdeckten Forscher in der schwedischen Provinz Dalarna über zwanzig 8000 Jahre alte Kiefern.

Wenn man wir uns die Zeit nehmen und uns von ihren Kräften verzaubern lassen, erzählen sie uns, wie alle Pflanzen, wundervolle Geheimnisse über ihr eigene Kraft, und wie wir sie als Heilmittel benutzen können.

Wir Menschen sind sehr mit den Bäumen verbunden.

Ist es, weil unsere Lunge ähnlich aussieht wie ein Baum? Oder kommt es davon, dass die lieben Bäume das Co₂, welches wir ausstossen, in den für uns so lebensnotwendigen Sauerstoff verwandeln?

Nicht umsonst werden Bäume auch als Lunge der Erde bezeichnet und seit alters her verehrt. Ich habe die Erfahrung gemacht dass die Verbindung zu den Bäumen eine ganz besondere ist, und wir besonders empfänglich für seine Botschaften sind.

Als ersten Baum habe ich die Esche gewählt. Sie erreicht mit 100 Jahren ihre volle Höhe von 40 Metern und zählt somit zu den grössten Bäumen Europas. Da sie frostpfindlich ist, sprengt sie aus ihren Knospen erst kleine violette Blütenbüschel und vertraut die Bestäubung dem Wind an. Es gibt männliche, weibliche und gemischt-geschlechtliche Bäume, sogar die einzelnen Blüten können zwittrig sein. Erst, wenn kein Frost mehr zu erwarten ist, folgen die Blätter. Hildegard von Bingen bezeichnete diesen Charakterzug als „Sinnbild der besonnenen Einsicht.“

Ihr lateinischer Name lautet *Fraxinus excelsior*. Er ist auf das Germanische zurückzuführen und hiess im Althochdeutschen «ask», was Speer oder Bogen bedeutete. Eine weitere Ableitung von Esche stammt vom Keltischen «eska», was gleichbedeutend ist mit Wasser. Die Esche galt bei den Kelten als Schutz vor dem Wasser. Da sie feuchte Böden liebt, stand sie immer an Gewässern und schützt dort den Boden vor Unterwässerungen.

Mythologie, Geschichte

Das Holz der Esche ist hart, wie das der Eiche, doch im Gegensatz zu diesem, von höchster Elastizität.

Das wusste man bereits in der Antike. Deshalb benutzte man das sehr zähe und biegsame Holz für Handwaffen wie Speere, Lanzen und Bögen.



Gemeine Esche.

Der bekannteste Speer aus Eschenholz ist jener des Kentauren Chiron, einer Gestalt aus der griechischen Sage, halb Mensch halb Pferd. Auf dem Berg Pelion wuchsen drei Eschen. Chiron fertigte aus einer der Eschen einen Speer, mit diesem besiegte Achilles Hektor.

In der heutigen Zeit werden aus Esche Skier, Spazierstöcke, Ruder, Tragbahnen, Parkett und Möbel hergestellt.

Bei den Druiden kommt die Esche im Baumhoroskop vor.

Gemäss dem keltischer Baumkalender werden den Menschen, die zwischen 25. Mai und 3. Juni sowie 22. November und 1. Dezember geboren werden, folgende Eigenschaften zugeschrieben: ideenreich, beweglich, freiheitsliebend, aufgeschlossen, tolerant, sozial. Motto: Nur kein Stillstand.

In Schweden opfert man der Askafro, der Eschenfrau, indem man am Aschermittwoch vor Sonnenaufgang Wasser über die Wurzeln giesst.

In der nordischen Mythologie wird die Esche als allumfassender Weltenbaum „*Iggdrasil*“ dargestellt, dessen drei Wurzeln tief hinunterreichen: Eine nach Asgard, zu den Göttern, die andere ins Riesenland Jötunheim und die dritte in die Unterwelt Nifelheim.



Am Urbrunnen einer dieser Wurzeln sitzen drei Schicksalsgöttinnen, auch Nornen genannt, welche die Wurzeln jeden Tag wässern, um den Baum zu stärken. Sie weben den Lebensfaden der Menschen: Urd, die Alte, steht für die Vergangenheit, Verdandi, die Mütterliche, für die Gegenwart und Skuld, die Jungfräuliche, für die Zukunft.

Der Weltenbaum ist von verschiedenen Tieren bewohnt: An seinen frischen Blättern knabbern zwei Hirsche und die Ziege Haidrun. Auf dem Gipfel thront ein riesiger Adler .

Doch was dem Baum am meisten schadet, das ist die Schlange Nidghör. Sie nagt an seinen Wurzeln.

Ein Eichhörnchen springt unaufhörlich zwischen Adler und Schlange hin und her, um Unfrieden zu stiften. So wirken beide Kräfte, die erhaltenden und zerstörenden, am Weltenbaum, der den Kosmos und den Menschen symbolisiert.

Deshalb stimmt es mich besonders traurig, dass Eschen seit 2008 von einem Pilz befallen werden und dies ein grosses Eschensterben zur Folge hat. Ich frage mich immer wieder, was das bedeutet, vor allem, wenn ich mir vorstelle, dass der Lebensbaum Iggdrasil eine Esche war.

Unsere Vorfahren waren von vielen unterschiedlichen, nützlichen Eigenschaften der Esche überzeugt. So soll sie Unheil abwehrende Kräfte in sich haben und mit ihrem Saft vor dem Biss einer Schlange schützen. Dass Schlangen grossen Respekt vor der Esche nachgesagt wurde, belegt folgender alter Spruch:

„Ich bin von den Alten gelart, der Eschenbaum hab diese Art, dass keine Schlange unter ihm bleib, der Schatten auch hinweg sie treib, ja die Schlange eher ins Feuer hinläuft, eh sie durch seinen Schatten schleift.“

Eschen sollen auch Unwetter abhalten - und nicht nur meteorologische! Bei den Römern galt diese Baumart als Symbol einer glücklichen Ehe und bei den Schotten bewahrte ein über das Bett gehängter Eschenzweig vor einem Ehegewitter. Noch heute bei Wetterpropheten bekannt ist die alte Bauernregel:

„Grünt die Eiche vor der Esche, hält der Sommer grosse Wäsche. Grünt die Esche vor der Eiche, bringt der Sommer grosse Bleiche.“

Hippokrates beschrieb die Esche als ein gutes harntreibendes und abführendes Heilmittel.

Die alten Griechen verwendeten Eschenblätterttee zur Förderung von Harnfluss und Stuhlgang.

In manchen Gegenden wurde die Esche Wundbaum genannt: und man findet in alten Kräuterbüchern Angaben wie:

„Bei frischen Schnittwunden, sie mögen noch so unbedeutend sein, als sie wollen, lasse man sogleich einen nicht zu jungen, noch zu alten Ast von Eschen holen, bis zu dessen Ankunft unausgesetzt kalte Umschläge auf die Wunde gemacht werden.“

„Hat man die Eschenrinde abgelöst, so wird die Wunde vom Blut gereinigt und zusammengedrückt, und die innere, saftige Seite der Eschenrinde drauf gebunden, hernach noch mit Leinwand umwickelt, die täglich 2-3x mit gewechselt wird.“

Das Wesen der Esche

Die Esche steht mit ihrem Wesen im Zeichen der Dienstbereitschaft, ohne sich dabei durch Forderung und Anerkennung, selbst in den Mittelpunkt zu stellen. Die Esche kann tragen und helfen, ohne dass diejenigen, denen sie dient, emotional erdrückt werden. Sie erduldet es auch, wenn ihre Hilfe nicht erkannt oder verdankt wird.

So lässt sie uns zielgerichtet unsere Herausforderungen annehmen ohne uns zu verbiegen und auszulaugen. Sie lehrt uns Duldsamkeit, Bigsamkeit, Opferbereitschaft und Tragfähigkeit.

In der Naturheilkunde wird sie bei: rheumatischen Erkrankungen und chronischer Polyarthritis, Gicht, zur Blutreinigung angewendet. Auch wirkt sie blutstillend, fiebersenkend und kräftigend.

Wer sich im Frühling einmal die schwarzen Knospen der Esche angesehen hat, erkennt in ihr vielleicht sogar die Form eines Geisfusses, welcher auch an Gichthände erinnert.

Rezepte

Rheumatee nach Susanne Fischer-Rizzi:

Zu gleichen Teilen mischen:

Eschenblätter, Weidenblätter, Brennnesselblätter, Birkenblätter, Wiesenköniginblätter und Blüten. 2 Teelöffel der Mischung mit 1 Tasse heissem Wasser übergießen, ziehen lassen. 2-3 Tassen täglich trinken: Harnsäure treibend.

Auch Pfarrer Künzli benutzte die Esche gerne:

Die Blätter sind Harnsäure treibend und sehr gut bei Rheumatismus und Gicht. Dem Tee aus frischen oder getrockneten Blättern sollte man wegen des Geschmacks jedoch immer Minze oder Majoran beimischen.

Tee von Eschensamen ist gut bei Rheumatismus, Wassersucht und Steinleiden. Täglich 1-2 Tassen trinken. In fast jedem Rezept eines Franzbranntweines findet man Eschenblätter und oder ihre Samen. Eschengeist von Susanne Fischer-Rizzi ist einfach herzustellen, die Zutaten finden wir überall.

Ich passe es gerne an die Beschwerden, welche ich behandeln möchte, mit diversen Pflanzen oder ätherischen Ölen an. Es wirkt durchblutungsfördernd und schmerzlindernd. Zum Einreiben, Einmassieren und Abklopfen der Haut.

Rezept:

Eschensamen, Wacholderbeeren, Melissenblätter, Wilder Majoran, Pfefferminzblätter, Rainfarnblättter.

Alle Zutaten frisch oder getrocknet zu gleichen Teilen in ein weithalsiges Glas geben und mit Obstbranntwein ca. 45% übergießen und 3 Wochen an einem dunkeln, warmen Ort stehen lassen, täglich schütteln.

Abseihen und auf 1 Liter Flüssigkeit je 10 Tropfen ätherisches Öl von Rosmarin und Tanne dazu geben.

Räuchern:

Die Esche bietet Schutz bei Mobbing und Manipulation, hat Transformationskräfte. Keltische magische Schutzräucherung: Eschensamen, Fichtenharz, Eisenkraut, Beifuss, Mistel und Wacholderbeeren

Verwendet werden Blätter und Samen. Weil sie keinen speziellen Eigengeruch haben, mischt man noch aromatische Harze dazu.

Tiere

Früher wurden den Ziegen oft Eschenblätter zum Fressen gegeben. Haustiere, vor allem Ziegen, die an Johanni und Pfingsten mit Eschenblättern gefüttert wurden, waren das ganze Jahr vor Krankheiten geschützt. Deshalb standen bei Bauernhöfen oft wunderschöne alte Eschenbäume.

Küche

Schon die jungen Blätter sind ganz schön bitter. Und doch höchst aromatisch. Akzeptiert man den kantigen Geschmack – die Bitterkeit lässt sich durch Wassern, Köcheln oder Salzen abmildern –, kommen die außergewöhnlichen Aromen voll zur Geltung. Die Esche liefert mehr Gewürz, als dass sie sich zu Salat oder Gemüse eignet.

Nutzung in der Küche:

Blattaustrieb und junge Schösslinge als Beimischung für Salate, Gemüse, für Tee, Liköre:

Junge, noch weiche Früchte als Gemüsebeimischung, für Füllungen, zum Einlegen, für Liköre, zum milchsaurigen Einlegen

Junge Früchte getrocknet für Gewürzmischungen, Getränke.

Samen als Gewürz!

Eschenfrüchte enthalten Öl, in Notzeiten hat man aus den Samen Öl gepresst. Es ist jedoch nicht lange haltbar und die Ausbeute ist klein: 1 kg Früchte ergeben 1/4 Liter Öl.

Mara Germano

Blätter von Bäumen

Der Baum ist eines der ältesten Symbole des Menschen und als Lebensbaum in allen Kulturen zu finden, genauso alt ist das Wissen um die Heilkraft der Bäume.

Das Buch von Susanne Fischer-Rizzi mit Geschichten, Sagen, Mythen, Liedern und Bräuchen ist ein Buch, das mich seit langer Zeit begleitet.

Blätter von Bäumen von Susanne Fischer Rizzi

Wer sich in der Natur ein Bild von den Bäumen machen möchte, dem empfehle ich das Buch von Michel Brunner ‚Wege zu Baumriesen: 20 Rundwanderungen zu alten Bäumen der Schweiz‘. Er ergänzt das Pionierwerk ‚Baumriesen der Schweiz‘, welches eine Übersicht über die mächtigsten, ältesten, schönsten und kuriosesten Bäume und Sträucher der Schweiz gibt. <https://www.amazon.de/Wege-Baumriesen-Rundwanderungen-B%C3%A4umen-Schweiz/dp/3859326546>

Neuaufgabe, 179 Seiten, mit Abbildungen, Masse: 21,6 x 28,7 cm, Gebunden, Deutsch, Verlag: AT VERLAG, ISBN-10: 3880346836, ISBN-13: 9783880346833, Erscheinungsdatum: 27.04.2007



Wer mehr über Bäume erfahren möchte, kann gerne meinen nächsten Kurs,

Bäume: Wissen und Wesen'

am 19. Oktober 2019 besuchen.

Anmeldung: 076 578 46 23

www.krautermanufaktur.ch