

Das Johanniskraut

FRÜHER NANNTEN MAN ES „GESPENSTERKRAUT“, DA ES VOR GEISTERN, HEXEN UND SCHADENZAUBER SCHÜTZEN SOLLTE.

Das in den Blüten enthaltene Öl Hypericin ist eigentlich umgewandeltes Sonnenlicht. Das Johanniskraut ist so stark mit Licht gesättigt, dass es die Lichtwirkung an andere Organismen weitergeben kann. Deshalb wird dieses Sonnenkraut bei Depressionen erfolgreich eingesetzt. Man sagt, es bringt die Sommersonne in den dunkelsten Teil der Seele.

Das enthaltene Hypericin hat eine euphorisierende und antidepressive Wirkung. Seit uralter Zeit ist das Johanniskraut mit der Sommersonnenwende (Johannistag, 21. Juni) verbunden. Mädchen flochten Kränze daraus und wer ums Johannisfeuer tanzte, mussten diesen Kranz, die Johanniskrone tragen. Noch lange glaubte man, dass die Hexen ihrer Kräuter zur Sommersonnenwende pflückten, und zwar nackt, mitten in der Nacht.

Die stärkste Wirkung hat das gesammelte Johanniskraut. Traditionell wird das Kraut zwischen Sonnenwende (21. Juni) und Johannitag (24. Juni) gesammelt. Das Johanniskraut war auch als Pflanze bekannt, die Dämonen und Geister abwehren konnte. So wurde es von Bauern zum Schutz in den Stall gehängt. In den Häusern der Menschen hängte man es ans Fenster, damit böse Geister abgewehrt wurden.

Verarbeitungsformen:

Tee: Bei Depressionen, unruhigem Schlaf, Bettnässen, nervösen Sprachstörungen, Nachtwandeln, etc.

Seit einiger Zeit wird Johanniskraut in Amerika bei Candida-Infektionen erfolgreich eingesetzt, da es eine positive Wirkung auf das Immunsystem hat.

Öl-Auszug: 1/3 Johanniskrautblüten in 2/3 gutes Olivenöl in ein helles Glas geben und mindestens 10 Tage in die Sonne stellen.



Wirkung des Öls – äußerlich:

- Durch den hohen Flavonoidgehalt entzündungshemmend,
- Durch die Gerbstoffe adstringierend
- Durch das Hyperforin antibakteriell, viruzid und antimykotisch
- Das Rotöl fördert die Wundheilung und Durchblutung, sorgt für eine gute Narbenbildung und wirkt schmerzstillend;

Indikationen:

Schnitt- und Schürfwunden, Wundliegen, Prellungen, Verstauchungen und Verrenkungen, Verbrennungen, Sonnenbrand, Nervenschmerzen, Hexenschuss, rheumatische Beschwerden, verspannte Muskulatur, alte Narben, bei Ohrenschmerzen mit Wattebausch ins Ohr geben.

Wirkung als Tee – innerlich:

- Psychovegetative Störungen, leichte depressive Verstimmungen
- Angstzustände, Winterdepression
- Erschöpfung
- Wechseljahrbeschwerden
- Akut-infektiöse Durchfälle

Das Extrakt (innerlich und äußerlich angewendet) erhöht die Lichtempfindlichkeit der Haut. Wird diese während der Therapie starker Sonneneinstrahlung ausgesetzt, kann es zu dauerhafter Verfärbung der Haut kommen. Johanniskrautöl nicht im Gesicht oder Dekolleté anwenden! Den Tee maximal 3 Wochen trinken. Dosierung: 1 bis 2 Tassen pro Tag. Innerlich eingenommen führt es ebenfalls zu Lichtempfindlichkeit, deshalb ist er eher für die düsteren Jahreszeiten zum Trinken gedacht. Denn da entfalten sich die gespeicherten „Sonnenstrahlen“ in optimaler Konzentration.