

# KRÄUTERSOMMER

## ZEIT FÜR GESCHICHTEN

ISBN 978-3-9816162-4-8

Pamela Feil  
Theresia Arbia

KRÄUTERSOMMER  
ZEIT FÜR GESCHICHTEN

Copyright 2015  
1. Auflage

Gestaltung: Elke Mehler  
[www.querwerker.de](http://www.querwerker.de)

Bildquellen: Fotolia: fotoknips und keiry

Druck: SDL Digitaler Buchdruck, Berlin

Verlag: Begegnungen – Verlag für Natur und Leben  
[www.verlagbegegnungen.de](http://www.verlagbegegnungen.de)

Alle Rechte vorbehalten

Pamela Feil und Theresia Arbia



Mit viel Freude und noch mehr Herzblut haben wir  
„Kräutersommer – Zeit für Geschichten“  
gemeinsam erarbeitet.

Für die zwei Geschichten am Feuer,  
während des ersten und zweiten Treffens der Schwestern,  
steht Pamela Feil.

Für die Rahmenhandlung  
und die Märchenpflanzenbilder  
steht Theresia Arbia.

Dein Ausspruch, liebe Ursel: „Man muss das Gute tun,  
damit es in der Welt ist“, wird uns unser Leben lang  
begleiten und uns immer an die wunderschönen und  
lehrreichen Tage erinnern, die wir in Deiner Schule  
verbringen durften.

Dir und allen guten Geistern Deiner Schule gilt unser Dank!

## PROLOG

Im wilden Garten meiner Fantasie lag ich unter einem knorrigen Apfelbaum und träumte, dass ich ein herrliches blaues Garn liegen sah. Welche Fee hatte es für mich dort hingelegt? Ich dankte und hob es auf.

Es war samtig, kühl und leicht wie eine Feder.

Als ich dem Garn zu seinem Ende folgte, lief ich durch vielerlei Landschaften. Ein leise vor sich hin murmelnder Bach kreuzte meinen Weg und ich dachte, das Knäuel liegt auf seinem Grund, doch dort lag es nicht.

Hüter der Schwelle  
... DU MEIN FREUND, ERZÄHL' MIR  
VON LEBEN UND TOD....

So folgte ich ihm weiter und kam an einen schneebedeckten Berg. Dort oben wird das Knäuel wohl sein, dachte ich, doch auch dort oben war es nicht zu finden. So lief ich weiter – Jahre, Stunden, Minuten, wer weiß das schon ...

Da kam ich an eine Insel aus grauem Stein, am Ende der Zeit. Drei hohe Felsen standen da – kahl und glatt – und hinter diesen lag das Knäuel, im Schoß einer uralten Muhme.

„Was ist das für ein seltsames Garn?“, rief ich.

„Oh, ich spinne es aus meinen Träumen“, sagte die Muhme.

„Du spinnst es aus deinen Träumen?“, fragte ich.

„Ja, es besteht aus den Bildern meiner Träume.“

„Und wo hört es auf?“, wollte ich wissen.

„Es hört niemals auf, wenn du nicht aufhörst zu träumen“, sprach die Alte.

„Denn du träumst mich, und ich spinne den Faden deines Lebens.“

Ich setzte mich zu ihr und wurde sehr müde.

Im Traum schlief ich ein und träumte im Traum, dass ich träumte, dass ich im Traum träumend ein blaues Garnknäuel warf ...

(nach Luisa Francia)

„Wenn ich mich jetzt nicht hinsetze und alles aufschreibe, dann wird nie etwas daraus“, ermahnte sie sich jeden Tag – und so verstrich der Winter, der diesmal ewig zu dauern schien. Und immer gab es etwas ganz Notwendiges zu tun, wie z. B. Wasser aus dem Brunnen zu schöpfen, weil die alten Wasserleitungen im Haus wieder einmal eingefroren waren ...

„Morgen ist ja auch noch ein Tag ...“

Es wurde so ganz langsam Frühling und sie saß zwischen Gundelrebe und dem ersten Grün des Löwenzahns – da riefen die Blaumeisen aus dem alten Hollerbusch ganz laut: „So schreib doch, jetzt ist die beste Zeit!“

„Ach, das interessiert doch heute niemanden mehr.“

„Doch, gerade jetzt ist es wichtig, dass du darüber schreibst!“, trällerten die Spatzen vom Dach der Scheune herab.

„Ich muss mich erst ausruhen“, dachte sie und kuschelte sich in ihre Decke im Gras. Der Frühlingswind streichelte sie sanft, und die Bienen und Hummeln, die zu den ersten zarten Blütchen unterwegs waren, summten:

„Erzähl, erzähl uns nun endlich deine Geschichte!“

„Durchhalten, haltet durch“, rief die Jägerin mit dem jungen Merlin auf ihrer Schulter, „träumt euch in den Frühling, meine Schönen.“

Dann griff sie nach ihrem nagelneuen Besen aus frischem Birkenreisig, gab der Hasel einen dicken Schmatz und war verschwunden ...

Kein Laut war zu hören, ganz behutsam bereitete sich der Garten auf den Frühling vor.

„Wo sie wohl wieder hin ist?“, fragte vorwitzig das Mäusejunge.

Der Marder, der in der alten Scheune lebte und sich gerade von den ersten warmen Sonnenstrahlen den Bauch bescheinen ließ, meinte: „Weißt du denn nicht, dass sie sich seit alter Zeit – wahrscheinlich sind es schon viele Jahrhunderte – mit ihren Schwestern zu vielen Festen und den Tagundnachtgleichen an einem geheimnisvollen Ort, dem ‘weißen Holz’ trifft? Dort tanzen und lachen sie, halten Rat, und manchmal greifen sie auch ein in das Schicksal ihrer Schützlinge.“

Es wurde eine angeregte Unterhaltung, denn es gesellten sich noch ein Eichhörnchen, alle Mitglieder der Kohlmeisenfamilie, die im großen Mirabellenbaum lebten, die schwarze Katze Baghira und ein paar ortsfremde Spatzen dazu.

Und zum Schluss war es wie immer das Wetter, welches alle interessierte – die Jägerin und ihre Schwestern hatten sie bereits vergessen.

„Holla, holla“, rief die Jägerin, „dies ist aber wirklich noch ein rauer Frühlingstag.“ Merlin stimmte in ihren Ruf mit ein.

Wind, der zottelige Gesell, blies aus allen Ecken, trieb so alte Blätter und Schneereste vor sich her und machte damit den Schneeglöckchen Platz.

„Grüßt euch, ihr kleinen weißen Glöckchen – sagt, habt ihr schon die ‘Grüne Neune’ gesehen?“

Die Jägerin stoppte kurz ihren Flug.

Die Supermärkte boten nur dieses arme ausgelaugte Gemüse an und zum Treffen mit ihren Schwestern wollte sie doch eine wirklich köstliche Kraftspeise zubereiten – denn dafür war sie ja schließlich bekannt.

Im dunklen Bauch von Mutter Erde war es so wohligh warm gewesen, aber jetzt lockten doch die Sonnenstrahlen, und sie fühlte sich plötzlich so voller Saft und Kraft, dass sie nach oben drängte, jedes Kraut wollte das erste sein. Ein wildes Gerangel hatte begonnen.

Der Jägerin war's recht. Sie zupfte achtsam hier ein paar Blättchen Löwenzahn, natürlich auch einige der saftig gelben Blüten, dort ein paar zarte hellgrüne Blättchen des „Hierbinichundbleibichfürimmer“ Krauts – des guten Gierschs, einige saftige Brennesselspitzen, ein wenig samtigen Gundermann mit seinen wunderschönen blauen Blütchen.

„Vergiss mich nicht!“, rief es da aus nächster Nähe.

„Nein, Bärlauch, du duftest viel zu gut, wie könnt' ich dich vergessen.“

Ihr Körbchen war bald voll der guten Kräuter.

Mit einem Frühlingslied bedankte sich die Jägerin bei den strahlenden Devas der Pflanzen, hüpfte beschwingt auf ihr Birkenreisig und machte sich auf die Weiterreise.

Sie war so in Gedanken versunken, dass sie fast das leise Murmeln des Wiesbachs überhört hätte – wie konnte sie nur – war er doch ihr Freund seit Kindertagen.

Ihm hatte sie seit jeher Geheimnisse anvertraut, und er hatte diese in jedem Tropfen gespiegelt und zum großen Fluss im Innern der Zeit getragen.

Wassernymphen tanzten über die glitzernden Steine auf seinem Grund, und Tropfen, schillernd in allen Farben des Regenbogens, sprangen durch die Luft. Die Jägerin fühlte sich wie immer geborgen hier.

„Schenk mir ein wenig von deinem Wasser, guter Freund, das köstliche Nass wird meine Schwestern so recht erquicken.“

Sie küsste den sanft dahin plätschernden Wiesbach bis er gluckste vor Wonne, und so schenkte er ihr ein aus dem Krug, dessen Wasser den Durst des Lebens löscht.



*Wasser,  
ständig in Bewegung, wie der Wind, wie das Leben.  
Dem Wasser entspringen Leben und Freude.  
Es nährt die mächtigsten Bäume,  
wie auch die kleinsten Kräuter.  
Achte es und schöpfe aus seiner Kraft.*

*nach Tim von Lindenau*

Ob sie wohl noch der Träumerin einen guten Tag wünschen sollte – aber natürlich, es bedeutete ja kaum einen Umweg.

Wie immer lag die „Insel aus Stein am Ende der Zeit“ im dichten Nebel.

*Nebel  
steigt aus dem Wald  
und bildet die Grenze zur anderen Seite.  
Wenn Nebel aufziehen,  
ein Gewitter mit Blitzen die Luft anspannt,  
der Tag gerade geht oder kommt,  
dann wird die Grenze zur anderen Seite sichtbar.  
Tauche ein und sieh dich vor!  
Denn lüftest du den Schleier auch nur ein wenig,  
gelten die Regeln aus der Anderswelt.*

*nach Tim von Lindenau*

Graue Wolkengeister formten sich zu schlafenden Riesen, verblassten und erschufen sich neu.

Hinter den zerklüfteten und verwitterten Felsen saß träumend im weichen Moos an den Stamm des Weltenbaums gelehnt eine uralte Muhme – die Träumerin.

Ihre Zöpfe hatten sich im Laufe der vielen Jahrhunderte, die sie jetzt schon an den Baumriesen gelehnt saß, mit dem Baum zu graugrünen Flechten verwoben. In ihrem Schoß lag ein Knäuel blaues Zaubergarn, aus dem sie träumend den Faden des Lebens spann.

Und wie immer zog die Jägerin einen Haselzweig aus ihrem Umhang und gab ihn der Träumerin mit den immer gleichen Worten: „Flecht’ ein bisschen Glück hinein in den Lebensfaden, und nicht nur für die Menschenkinder, diesmal können wir alle es gebrauchen!“

*Glück,  
du bist mein Wissen und mein Traum,  
du bist mein Hunger und mein Durst,  
du bist mein Kummer und meine Freude,  
du bist die Schönheit, die in meinen Augen lebt,  
die Sehnsucht in meinem Herzen und das Leben, das  
ewig währt in meiner Seele.*

Die Muhme war aus ihrem Traum erwacht, erkannte die Jägerin und nickte ihr verstehend zu: „Ja, das werd' ich wohl müssen. Wenn ich mich doch nur erinnern könnte an den Zauberspruch, der diese unersättliche Gier, die die Menschen seit neuester Zeit ergriffen hat, verwandelt in Achtsamkeit und Geduld.“

Ich werde mich wohl in die tiefen Wälder begeben müssen und den Rat der Alten Donar Eichen um Einlass zur Erdmutter bitten“.

Wenn es uns gelingt, uns selbst zu vertrauen, übernehmen wir die Verantwortung dafür, was uns im Inneren ausmacht und auch dafür, was aus uns heraus fließt in den Begegnungen mit anderen. Im Moment des Vertrauens zu uns selbst sind wir mit dem Zentrum unserer Daseinsebene verbunden.

*Wald,*

*ist ein heiliger Ort des Friedens und der Kraft.  
Er ist seit jeher Zufluchtsort und Heimat derer,  
die der Natur nahestehen  
und sich mit ihr verbunden fühlen.  
Doch ist er auch launisch und sehr empfindsam.  
Trau' dich hinein in den tiefen Wald, fernab der Wege.  
Schau, wohin du trittst, sei rücksichtsvoll.  
Wenn der Wald deinen Besuch erwartet, wird er es dich  
schon fühlen lassen.  
Achte auf Zeichen.  
Bringe kleine Geschenke mit  
und danke, wenn man dich wohlwollend aufnimmt.*

nach Tim von Lindenau



„Die große Göttin beschütze dich, liebste Träumerin, ich muss weiter, die Schwestern warten schon im ‘weißen Holz’.“

Die Jägerin raffte ihr Bündel, weckte Merlin auf, der in den Zotteln der Muhme selig geschlafen hatte und schon waren sie durch den Nebel wieder auf freiem Feld.

Zum „weißen Holz“ war es jetzt gar nicht mehr so weit. Wieder einmal hatte sie die Magie der Tagundnachtgleiche verpasst.

Und wie immer, wenn sie überall „herumgetrödelt“ hatte, beruhigte sie sich mit ihrem Liebingsatz: „Geh langsam, wenn du es eilig hast.“

So traf sie ganz gemütlich, wenn auch mit geraumer Verspätung, auf der mondbeschiedenen Lichtung ihres gemeinsamen Zaubersplatzes ein.

Die Birken im Kreis hießen sie mit dem melodischen Rascheln ihrer Frühlingsgewänder willkommen.

Das Wiedersehensfeuer, welches ihre Schwestern, die sich schon lange keine Sorgen mehr um die Jägerin machten, bereits angefacht hatten, loderte in wilden, kraftvollen Flammen.

**Feuer,  
brennendes Scheit, wirst  
Wärme und Licht.**

**Zum Himmel steigt dein Rauch,  
ersterbend bleibst du als Häuflein  
Asche zurück, ganz fein, bereit, dich  
wieder in den ewigen Kreislauf  
der Erde einzuordnen.**

**Werden und  
Vergehen ...**



Als die Schwestern der Ankunft der Jägerin gewahr wurden, sprangen sie auf, hüpfen und klatschten in die Hände.

„Liebste Jägerin, wie ist es dir ergangen – die Zeit war so lang und doch ist sie wie im Flug vergangen.“

Sie haken ihre Schwester mit festem Griff unter und tanzten und sangen vor lauter Freude um das Feuer herum.

Die Tiere des Waldes, die Elfen, Feen, Gnome und Zwerge näherten sich aus allen Richtungen; jedes mit einer kleinen Gabe, denn schließlich sollte es ja – wie immer – ein großes Fest werden.

Es duftete nach den herrlichsten Kräutern – nach Waldsalbei, Thymian, Eichenblättern, Johanniskraut, Kamille, Beifuß und Minze.

Der „gute Heinrich“, er war wohl einer der ältesten Zwerge des Waldes, hatte die Medizinkräuter im letzten Jahr fein säuberlich getrocknet, um sie für ebensolche Gelegenheiten in seinem kleinen Medizinbeutel, den er immer an seinem Gürtel bei sich trug, parat zu haben.

Mit der dem Anlass gebührenden Andacht stopfte er nun sein Pfeifchen mit dem mächtigen Beifuß, nahm einen großen Zug, dankte dem Geist der Pflanze und reichte die Pfeife an das Elfchen, das neben ihm stand, weiter.

Jedes der fröhlich ums Feuer versammelten Wesen tat es ihm nach, und bald war die Lichtung gereinigt von allen dunklen Energien und Andersweltlichem, die dem nächtlichen Beisammensein nicht wohl gesonnen waren.

„Ach, ihr lieben Schwestern, wie sehr hab’ ich euch doch vermisst, Lichtmess war recht traurig ohne euch.

Die Menschenkinder sind lichtscheu geworden, sie tanzen und lachen nicht mehr; nur Merlin hat mir Gesellschaft geleistet – aber sagt, es duftet so gut aus eurem Kessel, was brodeln ihr denn für ein gutes Süppchen? Für den Hauptgang war ich selbst schon fleißig und das ist wohl auch ein Grund mit, warum ich mich so verspätete. Hab’ das Urselkind im Schwarzwald getroffen.

Ihr wisst schon, Ursel Bühring mit der Heilpflanzenschule im schönen St. Georgen. Sie war gerade auf ‘Exkursion’ – wie man das heute so nennt – mit ihren Schülerinnen und hat mir ein Frühlingsrezept verraten, das wir jetzt gleich ausprobieren wollen.“

Sie öffneten ihren Korb und heraus sprang nicht die „Grüne Neune“ – nein – die, hatte sich die Jägerin gedacht, sollte es erst wieder im nächsten Frühjahr geben.

Heraus quollen die saftigsten Frühlingskraftkräuter:

**die Brennnessel,  
der Giersch,  
die Gundelrebe,  
der Löwenzahn.**

Der ganze Kräutersegen ließ sich, gut zerkleinert, im großen Bottich nieder und vermengte sich mit geraspeltm Parmesan, der den weiten Weg aus Italien gekommen war, Salz und Pfeffer, Saft und Schale von 2 Zitronen, reichlich Knoblauch, gerösteten Sonnenblumenkernen aus der Ern-

te vom letzten Jahr und einigen Schöpfkellen heißer Brühe.

Der Hirsebrei kochte derweil im großen Kessel über dem Feuer.

Mit wohligem Geschmatze und heiterem Gelächter bedankten sich alle Geladenen aus der diesseitigen und der Anderswelt bei Mutter Erde, Bruder Sonne und allem Wind und Wetter für das köstliche Mahl.

„Danke auch dir Urselkind, ohne deine schöne Idee wär’s nur halb so lecker gewesen“, murmelte die Jägerin.

„So, ihr lieben Schwestern, jetzt wird’s aber Zeit für ein paar gute Geschichten!“

Sie neigte sich zur Seite, schubste ihre Schwester zur Rechten: „Du bist dran; wie ich sehe, kannst du es kaum erwarten, uns deine Neuigkeiten zu berichten.“

„Liebe Schwestern, ich habe euch zwei Geschichten zu erzählen. Die eine handelt von einer Frau, die ihre Kraft verliert und die andere von einer Frau, die ihre Kraft wieder findet. Beide sind ineinander verwoben.“

Doch heute will ich euch nur die erste Geschichte erzählen, so wie ich sie erzählt bekommen habe:

Einst war ich eine weise, kraftvolle, mit der Natur, der Mondin und Mutter Erde verbundene Frau, die in ihrer Hütte fern vom Dorf am Waldesrand lebte. Täglich brannte das Feuer in meinem Herd, der Wasserkessel piff darauf und das Öl für die Salben, die ich in einem Topf darauf zubereitete, knisterte und zischte leise, wenn ich mit dem großen

Holzlöffel langsam magische Kreise in die Salbe hinein rührte. Salben herzustellen war eines der Dinge, die mich mit großer Befriedigung erfüllten. Ich war dann besonders tief in mir und zugleich weit ausgedehnt. Eine innige Verbundenheit mit allem, was lebte, umfasste mich.

Ganz besonders verbunden fühlte ich mich, als ich wieder schwanger wurde. In meinem Leib wuchs erneut ein Kind heran und ich verbrachte jeden Tag damit, mit ihm liebevolle Zwiesprache zu halten und mir vorzustellen, wie es wohl wäre, nun einen kleinen Sohn in die Wiege neben dem Feuer zu legen oder ihn mit meiner Milch zu nähren.

Meine wundervolle, hübsche Tochter mit ihren langen, blonden Haaren war schon groß, zehn Lenze zählte sie und nicht mehr lange und sie würde selbst zur Frau werden. Sie lebte hier draußen im Wald mit mir zusammen und ging mir beim Sammeln und Trocknen der Kräuter zur Hand. Auch wenn die Leute kamen – Alte, Kranke, schwangere Frauen oder verletzte Kinder – half sie mir dabei, Wunden auszuwaschen, Verbände anzulegen oder die Pflanzen, die wir zur Heilung benötigten, zu zerstoßen. Keine war geschickter als sie, wenn es darum ging, kaputte Knochen festzubinden und niemand hätte liebevoller sein können, wenn es galt, weinende und verängstigte Kinder zu trösten und ihnen die Angst vor den Schmerzen zu nehmen.

Die Leute vom Dorf kamen lieber zu mir als zu den fahrenden Quacksalbern, die ab und zu am Markttag in der Stadt auftauchten und angeblich alle Gebrechen heilen konnten. In Wirklichkeit verkauften sie für teures Geld irgendwelches Zeug, in das sie hinein gepisst hatten oder was weiß ich. Wenn dann die Dorfbevölkerung eher noch kränker wurde als zuvor, mussten sie schauen, dass sie schnell

Reißaus nahmen – unsere Leute konnten recht deftig zu Werke gehen, wenn sie zornig wurden.

Was sie, glaube ich, an mir besonders schätzten, war die Ruhe, mit der ich ihnen zuhörte – so dass sie erst mal Vertrauen fassen konnten – und die Tatsache, dass ich ihren Schmerz in jeder Hinsicht zuließ und ihn nicht als etwas ‘Schlechtes’ abtat, sondern als etwas, das zum Leben dazugehört und uns wachsen und reifen lässt. Ach so, und natürlich konnte ich durch meine Hände Energien fließen lassen, die den Menschen halfen und sie heilten, ohne dass sie selbst so richtig hätten sagen können, was da eigentlich geschah und was ich genau machte.

So waren meine Tage angefüllt mit meinen Patienten, mit meiner Tochter und mit den Kräutern.

Abends aber, wenn der letzte Hilfsuchende gegangen war und die Vögel ihr Nachtlied anstimmten, genau dann, wenn oben am Himmel funkelnd der erste Stern aufging, dann kam mein Geliebter mit wehendem Haar und fliegenden Röcken durch den Wald zu mir gerannt und wir waren eins und verschmolzen zusammen in Liebe und Liebe und Liebe. Dann sangen die Vögel schöner und die Sterne funkelten heller und die Welt hielt den Atem an.

Nie werde ich den Duft des Grases vergessen und nie den Geruch des Moooses, in dem wir lagen und uns liebten. Unsere Haare waren wirr und zerzaust und in unseren Augen spiegelte sich der Wald, während wir gierig einander tranken und unsere Lippen röter und röter wurden.

Dann musste er wieder fort und ich raffte meine Röcke zusammen und lief zurück ins Haus.