

Lammes - Schnitterin



Das Fest des Trennens und Loslösen

Farben: gelb, orange

Symbole: Sichel, Korn

Das erste Erntefest im Jahreskreis heisst Lughnasadh oder Lammas.

Im jetzigen Hochsommer erfährt die Lebenskraft einen weiteren energetischen Höhepunkt. Immer noch sind die Tage lang und das Leben ist geprägt von großer Fülle und Leichtigkeit und viel sommerlicher Freude. Die Fülle des Lebens ermöglicht zu dieser Jahreszeit, dass die Menschen relativ unbekümmert sein können.

Nur noch das Wetter könnte jetzt die Ernte zerstören. Früchte und Gemüse sind herangereift und die Tiere in Wald und Stall sind erwachsen und kraftvoll geworden.

Doch der nahende Herbst, die abnehmende Kraft ist schon spürbar.

Den energetischen Höhepunkt dieser Jahreszeit bildeten einst die Getreidereife und die damit verbundene Getreideernte. Sie gaben dem Fest den Namen und auch die Bedeutung. Anfang August ist deshalb die Zeit der Schnitterin, die mit ihrer Sichel über das Land zieht und das Korn schneidet. Man feierte das Jahreskreisfest Lughnasadh und damit die magische Getreide- und Kräuterernte. Nebst dem reifen Korn waren es vor allem die Heilpflanzen, die zu diesem Fest hoch verehrt wurden. Denn in dieser heiligen und naturmagischen Zeit nehmen alle Heilkräuter ihre dreifache Kraft an. In Ritualen sammelte man sie, band sie zu Kräuterbuschen und verarbeitete sie für den bevorstehenden Winter. Korn und Kräuter und die erste Ernte waren daher die Hauptthemen des Festes. Vor allem das Korn war unseren Ahnen heilig, denn es war wichtigstes Hauptnahrungsmittel und die Grundlage des heiligen Brotes. Einst nannte man dieses Fest deshalb auch Brotfest, da aus dem frisch geernteten Getreide das erste Brot des Jahres gebacken wurde.

Lammas symbolisiert den Doppelcharakter der Ernte. Es vereint die Fülle und die Zerstörung, das Leben und den Tod, das Stirb und Werde. Ernten bedeutet immer, dass man sowohl etwas annimmt, als auch etwas loslässt und durchtrennt. Der rechte Zeitpunkt muss erkannt werden, der klare Schnitt gesetzt werden. Angst loszulassen und zu durchtrennen, aber auch Angst davor, anzunehmen was ist, behindert diesen magischen Akt der Ernte.

Jedes Jahr können wir uns so aufs Neue bewusst werden, was im eigenen Leben geerntet werden will und wo es aber gerade jetzt eine sehr klare und weise Abtrennung braucht, um frei und unbelastet in den nahenden Herbst hinein gehen zu können.

Die damit verbundene Thematik für uns lautet: «Finde den richtigen Zeitpunkt und mach den notwendigen Schnitt (Schritt) um das zu Ernten, was von dir geerntet werden will. Durchtrenne und lass los, was du nicht mehr benötigst - auch wenn es manchmal weh tut. Verabschiede dich von allem Verbrauchten, Alten und was dein Leben belastet. Sorge vor, für die dunkle Zeit des Jahres. Ernte und verarbeite die Früchte, damit du auch in der kommenden Jahreshälfte gut versorgt bist. Sag Danke für alles, was dir geschenkt wurde und achte und ehre die Gaben der Natur. Falls du zuviel hast, kannst du auch mit denjenigen teilen, die weniger besitzen als du.

In der heutigen Zeit hat sich als Zeitpunkt dieses Festes der erste August respektive der Vorabend am 31. Juli eingebürgert.

In der Zeit vor der Einführung von Kalendern war auch dieses Fest gewiss ein Mondfest. Es ist ein Fest des abnehmenden Mond. Ich feiere dieses Fest am ersten Vollmond im August

(der achte Vollmond im Jahr). Es gibt aber auch Rituale im Neumond des Juli oder August dazu. Da die Natur nun immer ein wenig früher ist, findet der erste Getreideschnitt oftmals auch schon im Juli statt. So kannst du durchaus auch im abnehmenden Julimond feiern. Grundsätzlich ist die Hauptenergie des Festes eher im August.

Wie immer geht es aber nicht nur um einen konkreten Termin, sondern um eine Zeitspanne, die über mehrere Wochen die Grundenergie in sich trägt und zum Termin ihren Höhepunkt findet. Doch im Grunde ist die Zeit von Mitte Juli bis Ende August „Lughnasadh Zeit“ und damit die Zeit der ersten Ernte.

Die Natur im Sommer

Seit der Sommersonnenwende nehmen Sonnenlicht und Tageslänge ab – die Nächte werden länger und herbstliche Boten sind spür- und sichtbar. Erster Nebel liegt über dem Boden und die Herbstblumen beginnen zu blühen. Doch auch richtige Sommergewitter mischen mit. Die Hitze, diese Kraft und Fülle können durchaus auch anstrengend sein.

Bunte Fülle im Garten, auf den Feldern und an den Bäumen wird gut sichtbar. Vorsorge für den Winter ist angesagt.

Natürlich ist auch die Getreidereife jedes Jahr ein energetischer Höhepunkt in der Natur. Wenn sich die Felder golden verfärben, immer mehr austrocknen und in all ihrem Sein Reife ausstrahlen wird spürbar, dass der erste Erntehöhepunkt ansteht. Vor allem die goldene Farbe der Felder hat eine ganz besondere Ausstrahlung und Kraft und lässt uns spüren, dass die Lebenskräfte nun langsam abnehmen. Wenn die Felder abgeerntet werden beginnt ganz leise und sanft der Herbst.

Vor allem die Farben verändern sich zu dieser Jahreszeit.

Die Lebensenergie der Erde zieht sich langsam wieder zurück und im großen Jahreszyklus beginnt das Sterben der lebendigen Natur.

Das Fest bei den Keltien

Der Begriff Lughnasadh kommt aus der keltischen Tradition, wird *luu-na-saaa* gesprochen und geht auf das Irisch Gälische zurück, wo der Monat August als *Lugdunum* bekannt war. Verehrt wurde zu dieser Zeit der Gott Lugh, der als Verkörperung des leuchtenden und Segen schenkenden Sonnengottes galt. Der Name *Lugh* bedeutet soviel, wie „der Helle“ oder „der Leuchtende“. Er war einer der höchsten keltischen Gottheiten. Sein Ehrenname bedeutet soviel, wie „Meister aller Künste“. Die Mutter *Lughs* war Dana, doch *Lugh* wurde von einer Ziehmutter großgezogen. Diese war „*Eriu*“ oder „*Tailtiu*“, die Verkörperung der Mutter Erde selbst. Nach dem Tod seiner geliebten Ziehmutter führte Lugh das Fest Lughnasadh ihr zu Ehren ein.

Stellvertretend für den Getreidegott oder den Sonnengott verlor Lugh jetzt im August langsam an Kraft. So stark und strahlend er auch im Juni noch erschien, so wurde er jetzt langsam schwächer und man wusste, dass er sich im Herbst ganz in den

Bauch seiner Mutter Erde zurück ziehen würde.

Das Sterben der männlichen Gottheit symbolisiert auch immer das Sterben der Vegetation, welches zum Kreislauf des Jahres dazu gehört. Im Wissen, dass die Samen für das kommende Jahr längst ausgebildet sind und sich das Lebensrad trotz des Todes immer weiter dreht, feierte man zu Lughnasadh den männlichen Gott, welcher sich für die Menschen opfert. Lughnasadh war damit ein Fest, welches den Kreislauf des Lebens und den Zusammenhang zwischen Sterben und Leben auf ganz besondere Weise symbolisierte. Die geernteten Früchte ermöglichten uns das Überleben im Winter. Die Samen waren gebildet und alle wissen, dass trotz des nahenden Todes der Natur das Leben im Frühling wieder neu erwacht. Es ist ein ewiger Kreislauf von Säen, Wachsen, Blühen, Fruchten, Ernten und Vergehen.

Das Wort Lammas geht auf das angelsächsische Wort für Brotlaib zurück. Aus dem frisch geernteten Korn wurde das erste Brot des Jahres gebacken, welches Mittelpunkt der Feierlichkeiten war, die man auch als Brotfeste bezeichnete. Diesem ersten Brot wurde eine ganz besondere Kraft zugesprochen. Es wurde gesegnet, den Erntegöttern geopfert und es war Mittelpunkt der Feierlichkeiten, welche auch als Brotfeste bezeichnet wurden.

Das *christliche* Fest

Der gesamte August galt schon immer als wichtiger Frauen- und Marienmonat. Viele verschiedene Marienfeiertage sind in der Zeit zwischen August und September angesiedelt, welche bis heute in der katholischen Kirche einen bedeutenden Stellenwert haben. Maria wurde vom Volk verehrt. Sie war für das Volk die weibliche Energie in der so stark vermännlichten Kirche. Maria übernahm auch viele Symbole, die früher der großen Göttin zugeordnet waren. Viele Pflanzen der Göttin wurden zu Marienpflanzen und auch die tierischen Begleiter der Göttin wurden die steten Begleiter der heiligen Maria.

Brauchtum und *Mythen*

Was heute noch überliefert ist an Brauchtum rund um dieses alte Fest, dreht sich um Ernte, Erntedank, Getreide, Brot und die Heilkräuter.

Der Kräuterbuschen

Die weisen Frauen haben in dieser Zeit ihre heilkräftigsten Kräuter gesammelt, geweiht und im Haus aufbewahrt! So wollten sie vorsorgen für besonders schwere Krankheiten und Unheil. Der Kräuterbuschen bestand aus 7, 9, 12, 15 oder mehr Kräutern. Aus was die Kräuterbuschen gebunden wurden, war von Region zu Region verschieden und natürlich abhängig von der Vorliebe der Buschenbinderin.

Mögliche Kräuter des „Neunerbuschens“ könnten Johanniskraut, Schafgarbe, Baldrian, Arnika, Königskerze (immer in die Mitte binden), Kamille, Wermut, Dost, Pfefferminze und Tausendgüldenkraut sein.

Das Binden selbst ist eine magische Handlung. Wie bei jeder Handarbeit wird vieles von der Seele miteingebunden. Nur in ausgeglichener, gut gesonnener Stimmung soll gebunden werden. Dazu können Zaubersprüche gesprochen werden. Natürlich hatte auch die Anzahl der Umwicklungen eine Bedeutung:

Wurde der Buschen dreimal umwickelt, stand dies für die magische Zahl drei, die den dreifachen Aspekt der Göttin darstellt. Wurde der Buschen viermal umwunden, banden die Frauen meist die Kräfte der vier Elemente mit hinein. Feuer, Wasser Erde und Luft konnten dann ihre magische Wirkung auf die Heilkräuter übertragen.

Kräuterweihe

Vielleicht kennst du in deiner Region den Brauch der Kräuterweihe? Kräuterkundige Frauen haben in katholischen Regionen zu Maria Himmelfahrt magische Kräuterbuschen gebunden. Der fertige Kräuterbusch wurde dann in der Kirche geweiht und zu Hause mit nach unten hängenden Blüten zum Trocknen aufgehängt.

Die Kräuter dieses Kräuterbusches konnten während des ganzen Jahres für Räucherungen verwendet werden. Besonders heilkräftig waren sie, wenn sie zusätzlich mit Weihrauch vermischt wurden. Die geweihten Kräuter sollen gegen alle möglichen Verzauberungen und Krankheiten, aber auch für Eheglück, Kindersegen und vieles mehr geholfen haben. Heute wird dieser alte Brauch von den Kirchen wieder ganz stark wiederbelebt. Frauen binden kleine Kräuterbündel, welche sie dann in der Kirche weihen lassen und nach dem Gottesdienst verkaufen oder verschenken.

Brotweihe

Frisch gebackenes Brot hatte zu diesem Fest großen symbolischen Wert. Das Brot ist ein Symbol der Fruchtbarkeit. Es vereint die Kräfte der Natur und des Menschen, welche zusammen arbeiten müssen, um ein Brot herstellen zu können. Aus dem ersten, frisch geernteten Getreide wurde das erste frische Brot des Jahres gebacken. Beide Handlungen hatten rituellen Charakter. Das Ernten des Getreides und das Backen des Brotes. Sogar das Essen des Brotes war wichtiger Teil des Rituals. Meist wurde das Brot auch als Opfergabe der Erde übergeben, um für die gute Ernte zu danken und um weiterhin gute Fruchtbarkeit zu bitten. Wie bei vielen anderen Festen wurde das Brot zu Gebäck geformt, welches Fruchtbarkeitssymbole oder Sonnensymbole darstellte.

Erntekränze

Aus dem geschnittenen Getreide wurde zusammen mit frischen Blumen Blütenkränze geflochten, die als Dank oder als Opfergabe auf die Felder ausgebracht wurden. Es war der Dank an die Große Mutter oder die große Göttin, die diese gute Ernte geschaffen hat. Mancherorts dankte man auch der Kornmutter oder dem Korngott.

Bräuche rund ums Korn

Das geschnittene Korn wurde am Feld zurück gelassen oder die Frauen setzten sich nach getaner Arbeit auf den Erdboden und segneten diesen mit ihrer Kraft. Gewiss wurde in der alten Zeit auch das Menstruationsblut der Frauen in einem Ritual dem Feld übergeben.

Das Feld wurde mit verschiedenen Gaben gesegnet und geweiht. Unsere Ahnen gossen Milch, Wein oder Schnaps auf das Feld und hinterließen verschiedene Speisen als Opfergaben. Teile des Getreides ließen unsere Ahnen auch am Feld stehen, da sie dachten, dass dieses Getreide dem Feld weiterhin Fruchtbarkeit schenkte. Die Körner der zuletzt geernteten Getreideähren wurden gerne auch aufbewahrt und in das Saatgut für das kommende Jahr gemischt. Man glaubte daran, dass damit das neue Saatgut mit der Energie des alten Saatgutes vermengt würde und man damit das neue Saatgut anreicherte. Dieser Brauch symbolisiert besonders schön, dass das Leben ein ewiger Kreislauf ist.

Korngeister und Stroh puppen

Um den Gott des Getreides zu symbolisieren wurden häufig Puppen aus Stroh gebastelt, die mit guten Wünschen besprochen und entweder verbrannt oder mit nach Hause genommen wurden. Im Germanischen wurde eine Getreidegöttin verehrt, deren blondes Haar wertvoll wie Gold war. Zu diesem Fest wurde es symbolisch geschnitten und durch Gold ersetzt. Dieses Haar der Erdenmutter wurde als Dankbarkeit zu Figuren gebunden, die dann als Korngeister aufbewahrt wurden. Aus diesem besonderen Korn wurde manchmal auch zu ganz besonderen Anlässen Brot gebacken.

Morgendliche Bergbesteigungen

In den frühen Morgenstunden ging man sehr gerne hinauf auf die Berge, um oben den Aufgang der Sonne und damit die Kraft des Sonnengottes zu begrüßen und zu feiern. Hoch oben auf den Bergen begegnete man auch den Saligen Frauen, die besonders gerne in den Lärchen wohnten und den Menschen viel Gutes schenkten. Sie waren mitverantwortlich für das Wetter und so ist es nicht verwunderlich, dass sie in den Augustwochen, wo ein gutes Wetter für eine gute Ernte unbedingt notwendig war, angebetet wurden.

Lichthochzeit – Begegnung von Himmel und Erde

Zu diesem Thema lassen sich kaum Hintergründe finden und dennoch muss es eine Zeit gegeben haben, wo die Menschen im August bewusst die Hochzeit von Himmel und Erde feierten, indem sie ganz besondere Lichtphänomene beobachteten oder vielleicht sogar einmal bewusst hervorriefen. Zwischen Himmel und Erde entstanden sichtbare Lichtsäulen, welche die heilige Verbindung der beiden sichtbar machten. Ähnlich wie zu Maria Himmelfahrt, wo Maria auf magische Weise in den Himmel aufsteigt, wurden im August immer wieder Phänomene beobachtet, bei denen Licht in den Himmel aufstieg oder Blitze vom Himmel auf die Erde herab kamen. Sicherlich war es der Priesterschaft der alten Religion möglich, diese Phänomene bewusst hervorzurufen.

Bekannt sind bis heute sogenannte Keltenschanzen, welche besonders hoch energetische Plätze sind. Meist ist ein großer Fels oder Stein an diesen Plätzen, der auch aufgrund seiner Inhaltsstoffe Blitze anzieht und so die nähere Umgebung vor Unheil bewahrt. Unsere Ahnen nutzen genau diese Orte für ihre eigene Energie. So tanzten die Krieger an diesen Plätzen, um sich für den Krieg aufzuladen. Auch die weisen Frauen, später Hexen genannt, trafen sich dort, um die Energie zu nutzen. Bis heute wird in Geschichten und Sagen von glühenden oder brennenden Steinen erzählt, die „heller als der Mond leuchteten“. Angeblich tanzten die Hexen rund um diese Steine.

Bedeutsame Pflanzen rund um *Lammes*

Die Kräuterfrauen banden also einen Kräuterbuschen, dessen Mitte die Königskerze bildete, sie trockneten Teekräuter und setzten unterschiedliche Elixiere an. Rund um die Königskerze wurden alle wichtigen Heilkräuter, Wetter- und Schutzkräuter eingebunden. Jene Kräuter, welche die Binderin als wichtig empfand und sie einen Bezug dazu hatte. So waren auch viele wichtige Frauenpflanzen dabei. Ein paar will ich dir hier näher vorstellen:

Der Frauenmantel

Alchemilla vulgaris

Der Frauenmantel gehört sicherlich zu den bedeutendsten „Frauenpflanzen“, wie sein Name bereits verrät. Er ist eine wichtige Schutzpflanze für Frauen und wirkt sich positiv auf viele Frauenkrankheiten aus. Deswegen kann er auch für fast alle Frauentees und frauenspezifischen Elixiere verwendet werden. Die große Besonderheit dieser Pflanze liegt darin, dass man in ihrem Blattkelch frühmorgens einen Tropfen Flüssigkeit finden kann. Dieser Tropfen wurde früher von den Frauen als Schönheitselixier verwendet und es ranken sich viele Mythen um diese Erscheinung. Eine weitere Besonderheit des Frauenmantels liegt darin, dass seine Blüten auch ohne männliche Befruchtung keimfähige Samen bilden können. Sie ist also ein Lebewesen, das sich ohne männliches Zutun vermehren kann. Welch große Bedeutung muss diese Pflanze wohl für uns Frauen haben.

Volkstümliche Bezeichnungen

Frauentrost, Weiberkittel, Frauenbiss, Sonnentau, Milchkraut, Jungfernkraut, Frauenhilf, Frauenrock, Liebfrauenmantel, Marienkraut, Muttergottesmantel, Tautropfenmantel, Taufänger, Taumantel

Geschichten und Mythen

Sagenumwoben ist beim Frauenmantel natürlich der Wassertropfen, der sich über Nacht im Blatt ansammelt. Immer schon galt diese Flüssigkeit als Zaubermittel. Später wurde der Pflanze der Name Alchemilla verliehen, was sich von der Alchemie ableitet. Die Alchemisten versuchten aus dem Tautropfen, den sie Himmelswasser nannten, Gold zu gewinnen. Mittlerweile weiß man, dass es kein gesammelter Tau ist, sondern tatsächlich eine Flüssigkeit, die von der Pflanze aktiv ausgeschieden wird. Man spricht vom Guttationstropfen. Dieser war auch den Druiden heilig, da er ihnen zu rituellen Reinigungen diente und in verschiedene Rituale integriert war. Sommersprossen können mit dem Wasser vertrieben werden. Heilkundige Frauen sammelten Frauenmantel an Marien Tagen und bei abnehmendem Mond, damit er besonders wirkungsvoll bei allen Blutstillungen unterstützen kann. Er ist zudem eine Pflanze, die mit den Naturwesen in Verbindung steht. Feen und Elfen waschen sich im Frauenmantel ihr Gesicht und die runden Blätter dienen als Wohnstätten für die Naturwesen.

Eigenschaften und Wirkungsweise

entzündungshemmend, wundheilend, zusammenziehend, harntreibend, ausgleichend und regulierend auf den weiblichen Organismus, blutbildend, blutreinigend, blutstillend

Heilzwecke

Menstruationsbeschwerden, Zyklusschwankungen, Verbesserung der PMS Beschwerden durch das Progesteron in der Wurzel, Hormonregulation, Krebsvorbeugung, Hautunreinheiten

Der Rotklee

Trifolium pratense

Wer kennt ihn nicht? Wir haben als Kinder immer die Blüten herausgezupft und die weissen Spitzen abgeknabbert, weil sie so schön süß schmeckten. Ich empfinde es als wichtig und wertvoll, diese kleinen einfachen Zugänge zur Natur unseren Kindern zu vermitteln. Sie sollen die Natur wieder erleben dürfen und Pflanzen wie den Rotklee wieder „schmecken“.

Wie wohltuend doch die Natur sein kann. Rotklee gehört zu den wichtigen Frauenpflanzen und sollte in keinem Frauentee fehlen. Vor allem für die Wechseljahre der Frau hat er sehr große Bedeutung bekommen, da er hormonell ausgleichend wirkt und eine natürliche Östrogenform darstellt.

Volkstümliche Bezeichnungen

Himmelsbrot, Honigklee, Zuckerbrot

Geschichten und Mythen

Der Rotklee wurde im keltischen Glauben von der Göttin Cerridween auf die Erde gebracht. Überall, wo sie ihren Fuß hinsetzte, begann der Klee zu blühen und brachte das Glück (Glücksklee) auf die Erde. So wie die Göttin alle drei weiblichen Aspekte vereint, zeigt sich auch der Klee mit drei Blättern und verkörpert damit die weiblich dreieinige Kraft. Man dachte schon damals, dass der Klee segensbringend ist und auch heute schwingt immer noch die Energie des Glückes mit – ist doch der Klee für uns alle zum Glückssymbol geworden.

Eigenschaften und Wirkungsweise

Blutreinigend, erweichend, fiebersenkend, hormonell ausgleichend

Heilzwecke

Östrogenmangel, Hitzewallungen, Rheuma und Gicht, Gegen Verstopfung, Bei Leberschwäche

Rezepte zur Heilanwendung

Rotklee Tinktur

Frische Rotkleeblüten und Blätter in ein Glasgefäß füllen und mit Alkohol aufgießen. Mehrere Wochen stehen lassen und dann abseihen. Diese Tinktur hilft sehr gut bei allen Frauenbeschwerden.

Rotklee Wechseltee

Diesen Tee aus Blättern und Blüten können Frauen begleitend und unterstützend immer wieder einmal vor und während der Wechseljahre trinken. Die natürlichen Östrogene helfen bei allen Beschwerden die durch Östrogenmangel entstehen können.

DIE SCHAFGARBE

Achillea millefolium

Den deutschen Namen erhielt die Pflanze aus der Beobachtung heraus, dass kranke Schafe vermehrt Schafgarbenkraut fraßen. Diese intelligenten Tiere kennen instinktiv die Heilkraft der „Garbe des Schafes“. Auch für den Menschen ist die Schafgarbe eine der ältesten Heilpflanzen – man hat Blütenreste der Schafgarbe in einem 60 000 Jahre alten Grab im Iran entdeckt.

Die Schafgarbe ist eine wichtige Frauenpflanze. Schon ein altes Sprichwort lautet: „Schafgarbe im Leib, tut wohl jedem Weib“.

Außerdem gilt die Schafgarbe als „Blutstillkraut“ und „Wundkraut“. Zerriebene

Schafgarbenblätter helfen sehr gut bei offenen Wunden zur Blutstillung und zur Wundheilung. Sie ist eine sehr lichtvolle Pflanze und als Blütenessenz kann sie sogar unsere Aura reinigen.

Volkstümliche Bezeichnungen

Augenbraue der Venus, Gotteshand, Frauenkraut, Achillenkraut, Blutkraut, Soldatenkraut, Schafzunge, Tausenblatt, Zimmermannskraut (weil die Zimmermänner damit ihre Wunden behandelten), Eisenkraut (weil sie Verletzungen heilt, die durch Eisen entstanden sind)

Geschichten und Mythen

Der lateinische Namen der Pflanze erinnert an die Geschichte des Achilles. Angeblich riet Aphrodite ihm, seine Wunde mit Schafgarben zu behandeln. Der Beinamen millefolium (=Tausenblatt) weist auf die stark gefiederten Blätter hin, deren Aussehen auch so gedeutet wurde, dass tiefe Verletzungen mit dieser Pflanze geheilt werden können. Der Beinamen „Augenbraue der Venus“ weist wiederum darauf hin, dass die Schafgarbe eine sehr alte Frauenpflanze ist und schon früh verehrt wurde. Sie galt als eines der wichtigsten Wundkräuter, vor allem für Soldaten. Die Beinamen Soldaten und Eisenkraut weisen darauf hin, dass ihre Heilkraft vor allem für Verwundungen, die durch Eisen entstanden sind, geschätzt wurde. Auch als Zauber- und Orakelpflanze wurde sie einst verwendet. Noch heute werden I Ging Stäbchen aus Schafgarbenstängel gemacht. Weiters ist die Schafgarbe eine bedeutungsvolle Schutzpflanze. In einer Hand ein Strauß Schafgarbe, in der anderen Hand ein Bund Brennesseln gehalten, sollte vor allem bösen Schaden und allen dunkle Energien befreien. Schafgarben wurden als Schutz gegen Verzauberung verwendet und zum Abwehren alles Bösen. Sie wurde auch verwendet um böse Hexen abzuwehren.

Eigenschaften und Wirkung

krampflösend, besonders bei Magen- und Darmkrämpfen, blutstillend, durchblutungsfördernd, blutreinigend, entzündungshemmend

Heilzwecke

Menstruations- und Wechseljahrsbeschwerden, Venenentzündung, Thrombosen und Bluthochdruck
Erkältung und Fieber

Magische Speisen und Getränke

Frisch gebackenes Brot – Brotweihe

Da zum Jahreskreisfest Lughnasadh in erster Linie der Schnitt des Getreides und damit die Kornenernte gefeiert wird, hat das Korn und das daraus gebackene Brot eine ganz besondere Bedeutung zu diesem Fest. Brot in jeglicher Form steht auf jedem Fall im Mittelpunkt dieses Festes. Zusammen mit frischen Kräutern oder auch mit Blüten können wundervolle Brotkompositionen gezaubert werden. Wie zu vielen anderen Festen kann dieses Brot natürlich auch in Form von Gebäck gebacken werden.

Kräutervollkornbrot

500g Dinkelvollkornmehl

1 Packerl Hefe

150 g gemischte Kerne (Sonnenblumenkerne, Leinsamen,..)

1 EL Salz, 1 EL Brotgewürz, 1 EL Apfelessig, 1 EL Honig

300-400 ml lauwarmes Wasser

2 Handvoll frische Kräuter – klein gehackt (Schafgarbe, Löwenzahn, Gänseblümchen, Dost, ..)
Etwa 50 g Mehl zusammen mit dem Germ, dem lauwarmen Wasser und dem Honig vermengen und gehen lassen. Wenn sich die Menge verdoppelt hat, die restlichen Zutaten zugeben und gut durchkneten. Wiederum so lange gehen lassen, bis der Brotteig gut aufgegangen ist. Das Brot wird umso luftiger, je öfter man durchknetet und noch einmal gehen lässt. Den Teig zu einem Brotlaib formen und bei 180 Grad im Backrohr backen.

Blütenbrötchen „Flower Power“

250 g Dinkelvollkornmehl

50 g Hanfmehl

1 Packerl Trockenhefe

30 g Honig

1 Msp. Vanille

1-2 Eier

150 ml Milch, Nussmilch oder Getreidemilch

50 g Butter

2 Tl getrocknete Blüten (Ringelblumen, Rosen, Kornblumen,)

Milch und Butter erwärmen, während alle anderen Zutaten in eine Rührschüssel gegeben werden. Die erwärmte Butter- Milchmischung zugeben und den Teig mit dem Knethaken des Mixers rühren, bis er sich vom Rand löst. Die Schüssel mit einem Geschirrtuch abdecken und an einem warmen Ort gehen lassen. Nach etwa einer Stunde den Teig noch einmal gut durchkneten und dann kleine Brötchen formen, die auf ein Blech gelegt werden, wo sie nochmals eine halbe Stunde gehen sollten. Danach bei 180 Grad etwa 20 Minuten backen. Mit frischen Blüten dekorieren.

Der rote Zopf der Göttin

500 g Dinkelweißmehl

200 ml Milch oder Getreidemilch

50 ml Ribiselsaft oder Holundersaft

1 Packung Hefe

50 g Butter

3 Eier

50 g Zucker

50 g Cranberries, getrocknete Berberitzenfrüchte oder frische Heidelbeeren

Aus 3 Esslöffel Mehl, der erwärmten Milch und etwas Zucker ein Koch bereiten. Die restlichen Zutaten zugeben und zu einem geschmeidigen Teig kneten, der noch einmal so lange rasten soll, bis sich sein Umfang verdoppelt hat. Am Schluss noch die getrockneten oder frischen Beeren unterkneten. Den Teig in drei Teile teilen, die jeweils zu einem Strang gerollt werden. Einen Zopf flechten und bei 180 Grad im Backrohr backen.

Auch die Beeren werden zu dieser Zeit reif und sie können wunderbar gebraucht werden um die Feier zu versüßen.

Elfenschlagobers

250 ml Schlagobers

50 g Kristallzucker

25 g getrocknete Blüten (Rosenblüten, Lavendel, Ringelblumenblüten)
wenige frische Blütenblätter

Die Blüten zusammen mit dem Zucker zu einem feinen Pulver vermörsern. Das Schlagobers zusammen mit diesem Blütenzucker aufschlagen und über die Süßspeise geben. Mit einigen frischen Blütenblättern dekorieren.

Selbst gemachtes Beereneis

Friere ca. 200 g frisch gesammelten Beeren ein. Sobald die Beeren gefroren sind, gebe sie zusammen mit 125 g Joghurt und 125 ml Rahm in einen Mixer. Nach Geschmack kommen noch 1-3 Esslöffel Zucker dazu und dann wird kräftig gemixt. Das Eis ist sofort fertig und kann frisch genossen werden.

Symbole

Die Sichel

Obwohl die Sichel kein richtiges Symbol ist, wähle ich sie dennoch als Symbol oder Kraftgegenstand für dieses Jahreskreisfest. Mit der Sichel wandert die Schnitterin über das Land und bringt dem Getreide zum rechten Zeitpunkt den notwendigen Schnitt. Früher wurde mit der Sichel das Korn geschnitten. Auch heute hat die Sichel noch symbolische Bedeutung, indem sie gerade zum Lughnasadh als Schnittwerkzeug verwendet wird, welches nicht nur das Korn, sondern auch alte Themen, Verstrickungen, Krankheiten oder andere ungewünschte Dinge durchtrennen kann.

Die Sichel hat zudem genau die Form des abnehmenden Mondes. Sie steht damit für die abnehmende, durchtrennende und lösende Kraft aber sie trägt auch die Weisheit und die Kraft der Mondgöttin in sich. Als Schneidewerkzeug galt sie seit jeher als heilig, magisch und sehr kraftvoll.

Die Familie einbinden

Dieses Fest kannst du wunderbar als Familienfeier zelebrieren!

Gemeinsam:

- Brot backen
- Beeren sammeln
- Blumenkränzchen binden
- Strohpuspe binden
- Erntedank feiern
- Mandala aus Korn gestalten

- Ideenreise vom Korn zum Brot: <https://images.app.goo.gl/f9SSkkVEvcG6JMsX6>
- Kornbilder:



Lieder zu Lammas:

- <https://youtu.be/99GVShBjDy0>
- <https://youtu.be/I490SXzpUmY>
- <https://youtu.be/PhtHmAiY-V4>

Literaturhinweise:

Altes Wissen, Mag. Adelheid Brunner
Arteдея.net