**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift
**Herausgeber:** Pestalozzigesellschaft Zürich
**Band:** 51 (1947-1948)
**Heft:** 17

**Artikel:** Holderbluest und Holderprügel
**Autor:** [s.n.]
**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-670721

**Nutzungsbedingungen**
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 31.07.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**

Packungen und Einreibungen dem gegenüber etwa eine untergeordnete Rolle spielen. Zwar sind die eigentlichen Anwendungsgebiete der Kräuterbäder die nervösen Erschöpfungs- und Erregungszustände, aber sie lassen sich auch gut für Rheumatiker ausnützen. In Betracht kommen Drogen mit ätherischen Oelen, die hautreizend wirken und so die Durchblutung der in und unter der Haut liegenden Blutgefäße fördern. Es sind dies der Kalmus, der Quendel und der Dost, auch die Heublumen.

Noch tüchtiger sind die Heublumen allerdings als Packung. Und die Packungen wiederum sind ganz ausgezeichnet für heiße Anwendung in der häuslichen Behandlung. Und endlich die Einreibungen. Besonders wirksam sind Einreibungen, wenn wir sie im Anschluß an Massagen oder Wärmeanwendungen vornehmen, also am warmen Muskel oder Gelenk. In der Praxis hat sich immer wieder gezeigt, daß diese Einreibungen am besten aus der Bettwärme heraus am frühen Morgen wirken. Die kräftigsten Kräuter sind hier das Bilsenkraut, der Kalmus, Rosmarin und der Wacholder in der Form des Oels, die Arnika als Tinktur. Uebrigens kombinieren wir gern das Bilsenkraut und die Arnika und erreichen so eine besonders wirkungskräftige Einreibung.

Dr. med. K. S.

## Holderbluest und Holderprügel

Die Ueberschrift soll zum voraus sanft andeuten, daß der Strauch, der im Juni mit den wunderschönen weißen Blütendolden im grünen Laubwerk unsere alten Feldwege und Mauerwinkel schmückt, auch zu handgreiflichem Nutzen dienstbar gemacht wird.

Er liefert, so behauptet das Schweizerische Idiotikon, eine vollständige Hausapotheke. Kein Wunder, daß er Gegenstand mannigfachen Glaubens und Aberglaubens und hoher, fast heiliger Verehrung geworden ist: Vor der Holdere(n) söll-ma(n) de(n) Huet abzieh(en), 's Chnü büge(n), oder d'Reverenz mache(n). Das Blühen des Holders gilt manchenorts als vorbedeutend für dasjenige der Reben: Wie d'Holdere(n) blüen, so blüen d'Räbe(n). Und schon um 1600 lehrt ein Luzerner: „Wenn der Holder nach dem Verblühen gut ansetzt, gibt es ein gutes Kornjahr."

Der Holderstrauch schützt vor dem Blitz, vor Feuersgefahr, Seuchen und Verzauberung und wird daher besonders vor Scheunen und Häusern gepflanzt. Unter ihm vergräbt oder verbrennt man ausgebrochene Zähne, abgeschnittene Haare und Nägel, damit man frei bleibe vor Zahn- und Kopfschmerz und damit die Hexen nicht, indem sie sich der Dinge bemächtigen, damit Unheil stiften können. Aststücke vom Holder sott ein Senn im Kessel gegen bösen Spuk; dagegen machte eine Hexe mit einem Holunderzweig böse Wetter. Auch auf Kirchhöfen wird der Holunderstrauch gepflanzt. An vielen katholischen Orten bestreuen die Leute am Fronleichnamstage alle Gassen mit Holunderzweigen. Ein Haselstöckchen, mit einem Zweige vom Holunderbaum in ein Kreuz geformt, schützt vor dem Einfluß des wütenden Heeres, das nächtlicherweile im Ungewitter die Luft durchbraust. Solche Kreuze steckt man auch auf die Spitze der Osterpalmen.

In Davos hält oder hielt man darauf, das Holunderholz dürfe nicht verbrannt werden, oder nur von Witwen und Waisen, sonst ziehe man sich Krankheiten oder andere Unfälle zu. Die Aeste, sagt man im St. Galler Oberland, sind nur bei Vollmond mit Mark gefüllt, bei Neumond stehen sie leer. Um die heftigen Zahnschmerzen zu stillen, genügt es, den mittelsten Wipfel einer Holunderstaude herunterzubiegen, erzählt Vonbun. Wer Warzen hat, braucht nur einen Zweig teilweise abzubrechen; in dem Maße, wie dieser verdorrt, verschwinden auch jene nach und nach. Aehnlich schneidet man, nach Vonbuns Aufzeichnungen aus Graubünden und der Nachbarschaft, unter Beobachtung gewisser Formen drei Schosse von einer Holunderstaude ab und hängt sie in das Kamin, um die Flechten des Viehs zu vertreiben. Die fallende Sucht wird geheilt, indem neun aus einem Holunderschoß geschnittene Scheibchen dem Kran-

ken in einem seidenen Säcklein um den Hals gehängt werden, wo sie so lange bleiben, bis das Säcklein von selbst abfällt; doch muß man, um das Uebel nicht selbst zu erben, das Säcklein mit einer Zange fassen und an einem abgelegenen Orte verstecken, wo es nicht mehr schaden kann. „Schneidet man den Holunder im abgänden Mond, kocht ihn und trinkt darab, so wirkt er nidsig, schneidet man ihn im wachsenden Mond, treibt er obsig", so kann man aus Gotthelf lernen. Leidet eine Kuh an Blähungen, so gibt man ihr einen „Holderprügel" ins Maul.

Schon früh benutzten die Weinfälscher die reifen Beeren; ein Zürcher Mandat befaß sich um 1650 damit: „Wir verbieten by hoher Straf das schantliche Röten und Färben der Wynen, es siege mit Acten- und Holderbeeren, Wiechselwyn." In Schaffhausen schritt man 1672 zu schärferen Maßregeln: Die betrügerische Uebung, den neuen Wein mit Holdern zu färben, wurde wieder untersagt, damit aber einmal dem Verbote Statt geben werde, zugleich bei Strafe der Gefangenschaft befohlen, die Holderstauden gänzlich auszureuten."

In Glaube und Brauch spielt der Reckolder oder Wacholder eine ähnliche Rolle wie der Holunder. Als immergrün ist er ein Bild des Lebens und der Verjüngung. Durch Zauberkraft vertreibt er Seuchen, böse Geister, Gewitter, Ungeziefer. Gegen Zahnschmerzen ritzt man das Zahnfleisch mit einem Stäbchen aus einjährigem Holze blutig. Eine Weile auf einem Wacholderstrauch stehen (am besten ganz barfuß) vertreibt die Hühneraugen. Von einem Strauch, der schwarze und grüne Beeren zugleich trägt, schneidet man vor Sonnenaufgang drei Aestchen mit einem scharfen Messer und zwar jedesmal dreimal durch und spricht dabei: „R. gib dich gefangen, daß dem N. N. seine Warzen vergangen. Im Namen Gottes usw." Darauf legt man auf jedes Aestchen drei reine, kleine Kieselsteinchen, und so, wie die Aestchen verdorren, vergehen auch die Warzen. Schlüssel, welche die Pforten zu verzauberten Schätzen öffnen, sind in Wacholderstauden verborgen, so am „heidnischen Bühl" in Raron im Wallis. Wacholderzweige beim Stecken der Kartoffeln in die Löcher gelegt, vertreiben die Mäuse. Die Flüssigkeit, die von Schößchen ausscheidet, wenn man sie in einer Flasche den Sonnenstrahlen aussetzt, träufle man in entzündete Augen. Ein Absud von Wacholderholz und Lindenbast dient gegen die Blutabzehrung. Um Schwitzbäder zu bereiten, verbrannte man entweder unter einem leeren Salzfaß Wacholder- oder Rebenholz oder füllte einen Topf, in welchem ein Absud von Wacholder- oder Föhrenzweigen war, mit erhitzten, geäderigen Kieseln aus einem fließenden Wasser, und nahm das Bad dann in dem darüber gestülpten Salzfasse.

Sonst dienen Holz, Zweige und Beeren vielfach als Räuchermittel. „Kein Stank ist, den Reckolderbeeren auf heißer Glut nicht schnell verzehren." Auch ein Basler Mandat von 1667 empfiehlt „gute, anmutige Räuch mit angezündetem Reckolderholz". Der Rauch wird auch in leidende Ohren geleitet.

Die Beeren dienen gegen die Pest, als Würze, zu Tee und als Zusatz zu geröstetem Kaffee, besonders gegen Gliederkrankheit und Wassersucht. Als Latwerge schmecken sie den Leuten, gemischt mit Kleie und Salz den Ziegen und Schafen. Zerstoßen mischt man sie mit dem Rauch- und Schnupftabak. Roh gegessen erhalten sie das Gesicht gut.

In Zürich und Winterthur wurde der im Herbst stattfindende „Zug in die Reckoldern" ein Schul- und Jugendfest mit militärischem Gepräge. Jeder Teilnehmer hatte eine Bürde Wacholdergesträuch zu hauen, das dann das Jahr über in den Häusern als Räucherwerk diente. Doch sah sich die Obrigkeit zum Einschreiten veranlaßt: „Die schuelmeister dürfen wegen den reckolderen keinen urlaub geben, da die knaben allen unfug tryben, mit den waffen hinaus laufen" (1561). Die Kinder sollen „nicht nach altem bruch mit trummen und pfyfen, sondern guet schuelmeisterisch mit psalmenbüechlein und christlichem lobgesang in die reckolderen ziehen", so wurde 1589 verordnet.

En Weckolder ist im Prätigau auch ein beliebtes „Wasser". Schon Ulrich Brägger, der arme Mann im Toggenburg, hat es geschätzt: „Ein Reckolderwässerle, das het uns redselig und mich durstig gemacht."

-a-