

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 79 (2001)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Mystische Mistel  
**Autor:** Wullschleger, Esther  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-725769>

### **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:** 12.01.2026

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



# Mystische Mistel

*Erst wenn die Laubbäume im Winter kahl werden, fällt die immergrüne Mistel auf. Mitten im Winter bildet sie hübsche weisse Beeren zur Freude der Vögel. Als Adventsschmuck zieren Misteln manch weihnachtlich dekorierten Hauseingang.*

VON ESTHER WULLSCHLEGER

Die geheimnisvolle Mistel scheint bis heute auf zwiespältiges Verständnis der Menschen zu stossen. Förster und Obstbauern schätzen die halbparasitische Pflanze nicht besonders, die auf verschiedenen Bäumen wächst und diesen einen Teil ihres mineralstoffhaltigen Saftes entnimmt. Ausserordentlich beliebt ist die Mistel aber als Arzneipflanze, Glücksbringerin und als Adventsschmuck.

## Verbreitung durch Vögel

Die Mistel ist eine zweihäusige Pflanze, das heisst, es gibt männliche und weibliche. Nur die weiblichen Pflanzen bilden im Winter weisse bis gelbliche Beeren, die von einheimischen Vögeln als Nahrung geschätzt werden. Das kommt der Pflanze eigentlich gerade recht, denn die klebrigen Beeren werden durch die Vögel meist an geeignete Orte verbreitet. Häufig landen die keimfähigen Samen mit dem Kot der Vögel passend auf den Ästen weiterer Wirtsbäume. Dann dauert es etwa fünf Jahre, bis der Keimling zu einem beerentragenden Sträuchlein herangewachsen ist. Ausgewachsen kann der Strauch bis zu einem Meter Durchmesser erreichen.

Für die Pflanze kommt es aber darauf an, welche Vögel sich an den Beeren laben. Als sehr gute «Mistelförderer» haben sich Misteldrossel, Wacholderdrossel und Mönchsgrasmücke bewährt. Die Mistel kommt vor allem an jenen Orten häufig vor, wo diese Vogelarten verbreitet sind. Andere Vögel, wie die Blaumeise und der Kleiber, fressen die Samen der Mistelbeeren, die sie aus der Frucht herauspicken. Diese sind dann nicht mehr keimfähig. Die samenfressenden Vögel wirken deshalb der Verbreitung von Misteln entgegen.

Im Volksglauben gilt die Mistel seit jeher als Glücksbringerin.



SABINE WUNDERLIN, RINGIER-DOKUMENTATION

Mit ihrer seltsamen Lebensweise war die Mistel bei den keltischen Völkern von grosser mythologischer Bedeutung. Man glaubte, die wintergrünen Büschel in den Bäumen seien vom Himmel gesandt worden. Daher wurden der Mistel Zauberkräfte nachgesagt. Sie galt sogar als «Allesheilerin». Doch ihre zauberische Macht konnte nur durch die richtige Sammelzeit – am Johannistag oder bei der Wintersonnenwende – und das rich-

tige Ritual zur Entfaltung gelangen. Keltische Druiden (Priester) mussten die Büschel mit einer goldenen Sichel von den Bäumen holen. Diese wurden aber nicht einfach auf den Boden geworfen, sondern mussten mit einem weissen Tuch aufgefangen werden. Am keltischen Brauch inspirierten sich historisch korrekt die Erfinder von Asterix und Obelix: Der gallische Druide Miraculix braute seinen Zaubertrank aus entsprechend gesammelten Misteln.

Im Volksglauben gilt die Mistel seit jeher als Glücksbringerin. Vorwiegend im angelsächsischen Raum verbreitet ist der Brauch, einen Mistelzweig über der Haustür anzubringen. Früher half dies, so glaubte man, böse Geister, Hexen oder den Blitzschlag abzuwenden. Ein Kuss unter einem Mistelzweig soll die Liebe festigen. Der geheimnisvollen Mistel wurden aber auch unheimliche Kräfte zugeschrieben. Davon zeugen Namen wie Hexennest, Teufelssaat oder Gespensterrute. Von der christlichen Kirche wurde die Mistel als Weihnachtssymbol übernommen.

## HEILKRAFT DER MISTEL

Die Mistel ist von grosser Bedeutung in der Krebstherapie: Sie enthält ein tumorhemmendes Protein und stimuliert das Immunsystem. Mistelpräparate wirkten bei Krebspatienten deutlich lebensverlängernd. Auch eine krampflösende, blutdrucksenkende Wirkung ist erwiesen. Hilfe bringen sollen Misteln unter anderem bei Schwindelgefühl und Epilepsie.