

Pflanze des Monats Juni

Echtes Johanniskraut, *Hypericum perforatum*



Foto: privat Echtes Johanniskraut

Pünktlich zur Sommersonnenwende ist es soweit, das echte Johanniskraut öffnet seine gelben Blütensterne. Schon unsere Ahnen schätzten die Heilkräfte und die Zauberwirkung dieser Pflanze. Zur Sonnenwende wanden sie daraus schmückende Haarkränze als Zeichen der Verbundenheit mit Mutter Erde und sammelten es zu Heilzwecken, oder zum Verräuchern. So belegen alte Quellen, dass das echte Johanniskraut, wenn es verräuchert wird, sogar Gewitter vertreiben könne. Tatsächlich ist die Räucherwirkung der Pflanze spannungsabbauend. Heute kennen wir Johanniskraut als stimmungsaufhellend bei Winterdepressionen, oder als rubinroten Ölauszug.

Anwendung von Johanniskrautöl:

Bei Schnitt- und Schürfwunden, Prellungen, Verstauchungen und Verrenkungen, Verbrennungen 1. Grades, Sonnenbrand, Nervenschmerzen und Hexenschuß. Bei verspannter Muskulatur, Herpes, Gürtelrose, zur Vorbeugung gegen Wundliegen im Krankbett, bei alten Narben, Amputationen, und rheumatischen Beschwerden.

Achtung:

Wer Johanniskraut einnimmt oder es äußerlich anwendet, der setzt die Lichtempfindlichkeit der Haut herauf, so dass es bei längerem Aufenthalt in der Sonne zu Hautreizungen kommen kann.

Rezept:

Johanniskrautöl/ Rotöl

Ein sauberes Glas locker mit frisch geöffneten Blüten, Knospen und jungen Früchten füllen. Mit gutem kaltgepressten Olivenöl (am besten aus kontrolliert biologischem Anbau) übergießen. Die Mischung eine Woche lang unverschlossen der Sonne aussetzen, nur mit einer Kompresse bedeckt, damit die Feuchtigkeit entweichen kann. Danach das Glas verschließen und es weitere 5 Wochen in die pralle Sonne stellen, bis es sich rubinrot verfärbt hat. Das rote Öl vorsichtig durch einen Filter oder ein sauberes Tuch abgießen und in dunkle kleine Fläschchen abfüllen. Das Öl ist 1 Jahr haltbar.



Foto: Privat
Echtes
Johanniskra
ut