

# *Helunder*

MARGOT FISCHER



mandelbaums *kleine gourmandisen*

N° 005

Die Angaben über medizinische Anwendungen und Wirkungen sind nach kritischer Prüfung historischer und zeitgenössischer Fachliteratur entnommen. Dennoch kann für die Angaben keine Haftung übernommen werden. Von einer Selbstbehandlung schwerwiegender Erkrankungen ohne ärztlichen Rat wird abgeraten.

Das Verzeichnis der verwendeten Literatur würde den Rahmen dieses Buches sprengen und findet sich daher auf [www.margot-fischer.net](http://www.margot-fischer.net)

[www.mandelbaum.at](http://www.mandelbaum.at)

ISBN 978-3-85476-503-5

© mandelbaum wien 2016

alle Rechte vorbehalten

1. Auflage 2016

Lektorat: Inge Fasan

Satz & Umschlaggestaltung: Michael Baiculescu

Illustrationen: Linda Wolfsgruber

Druck: Donau Forum Druck, Wien

## ZUM GELEIT

„Plopp!“, tönte es jedes Jahr aus dem Keller meiner Tante. „Jetzt ist er fertig“, sagte sie daraufhin, und in die Augen der Anwesenden trat erwartungsvolles Glitzern. Also stand meine Tante auf, um zum einen das Ergebnis ihrer Arbeit zu begutachten, zum anderen eine Überschwemmung ihres Kellers mit Hollersekt zu unterbinden. Jene Flaschen, die ihren Korken verschossen hatten, brachte sie zum Tisch unter dem uralten Kirschbaum, wo sich rasch eine fröhliche Runde einfand.

Jedes Mal war ich aufs Neue verwundert, wie gelassen meine so überaus auf penible Sauberkeit bedachte Tante auf die „Schweinerei“ im Keller reagierte, die der überquellende Sekt mitunter anrichtete. Für eine Interpretation nach Freud war ich damals noch viel zu jung.

In den folgenden Tagen floss das wundervoll feinerperlende, blütenduftende Getränk literweise in die Kehlen der zahlreich herbeiströmenden Bekannten und Verwandten. Auch wir Kinder bekamen hin und wieder einen winzig kleinen Schluck. Uns gefiel der Holunder nicht nur aus kulinarischer Sicht. Wir schätzten ihn wegen des leicht zu entfernenden Marks als Lieferanten für Blasrohre und Flöten. Mit Holunderflöten sollen sich Geister herbeirufen lassen, im Idealfall der heilkundige Gott Pan selbst. Zu mir kamen allerdings bestenfalls streunende Katzen. Viel später erfuhr ich, dass schon in der Steinzeit durch Bogensehnen angetriebene Holunderäste als Hohlbohrer in Gebrauch waren. Vielleicht hätte ich damit wirksamere Flöten bauen können.



Zur Freude meines Umfeldes konzentrierte ich mich später mehr auf die lukullischen und medizinischen Aspekte der Pflanzen. Mittlerweile erschloss sich mir der Holunder als vielseitige und heilsame Ingredienz zahlreicher köstlicher und wirksamer Zubereitungen, von denen ich in diesem Büchlein einige verrate.

Vergnügliche und genussvolle Stunden bei bester Gesundheit!



### **DER WOHSITZ MYSTISCHER GESTALTEN AN DER SCHWELLE ZWISCHEN DEN WELTEN**

Strahlend hell wie die Lichtgestalten des Frühlings leuchten die Blüten, dunkel wie die herbstlichen Kreaturen der Unterwelt schimmern die Früchte. Holunder verkörpert auf sehr anschauliche Weise das archaische Prinzip der mehrgestaltigen Naturwesen, die Werden und Vergehen in sich vereinen. Dementsprechend statten die Überlieferungen die Pflanze mit schützenden, aber auch unheilvollen Eigenschaften aus.

Holunder findet sich seit prähistorischen Zeiten in der Nähe menschlicher Behausungen. Schon sehr früh werden die Menschen erkannt haben, dass die Pflanze sowohl heilsame und nahrhafte Eigenschaften als auch giftige Wirkung aufweist. Überdies ist der Holunder eine Zeigerpflanze für Erdstrahlen und wächst somit gerne an Orten, die für kultische Handlungen prädestiniert sind. Es lag daher nahe, dem Gewächs übersinnliche Wesen mit mannigfachen Charakterzügen zuzuordnen und diese um Schutz für das Haus und die darin Lebenden

zu bitten – oder sie zumindest mit Opfergaben zu besänftigen.

In weiten Bereichen Europas bewohnt den Holunder eine mütterliche Gestalt. Sie schützt, nährt und heilt, straft jedoch bei Fehlverhalten. Als Urform dieses Hulda oder Holda genannten Geisterwesens gilt die jungsteinzeitliche Große Mutter. Es finden sich auch Elemente daran anknüpfender Gottheiten, wie die altisländische Erd- und Fruchtbarkeitsgöttin Hlodyn und die altgermanische Göttin Hludana sowie die nordische Unterwelts-göttin Hel.

Auffallend sind die Parallelen zu Frau Perchta in der kontinentalgermanischen und slawischen Mythologie, die altgermanische und norische Elemente vereint. Ursprünglich waren sowohl Holda als auch Perchta Begleiterinnen durch alle Phasen der Existenz. Sie spannen den Schicksalsfaden und prüften den Charakter der Menschen. Beide mythologischen Gestalten führten eine Schar von Wesen aus dem Jenseits an. Diese konnten wohlgesonnen oder strafend auftreten. Die Begleiter der Holda hießen Hulden, Huldren oder Hollen, gleichbedeutend mit „Anmutige“, „freundlich Gesonnene“. Euphemistische Bezeichnungen für Wesen, die man fürchtete, waren bereits in der Antike üblich. Sie dienten dazu, diese Kreaturen milde zu stimmen. Auch die höfliche Anredeform mit *Frau* Holle zeigt den Respekt, der diesem Wesen entgegengebracht wird. Das mittelhochdeutsche *frouwe* bedeutete Herrin.

Vermutlich entwickelte sich die Figur der Frau Holle, die „Huldvolle“, möglicherweise auch Frau Perchta, die „Glänzende“, aus Beinamen der nordischen Göttin Frigg (ahd. Frīja), Schutzpatronin von Haushalt, Ehe und Mutterschaft. Überdies webt Frigg die Wolken, ein mythologisches Element, das im Märchen der Frau Holle in symbolischer Abwandlung erhalten geblieben ist.

Falls die These stimmt, war die Kreation eigenständiger Gestalten ein ausgesprochen geschickter Schachzug. In Zeiten der Christianisierung wäre es keine gute Idee gewesen, den Namen einer „heidnischen“ Göttin auszusprechen oder sie gar anzubeten, wollte man nicht des Götzendienstes bezichtigt werden.

Laut einer anderen Theorie mit Betonung des Unterweltspektes leiten sich Holda von ahd. *helan*, verhehlen, und Perchta von ahd. *pergan*, verbergen, ab. Argumentiert wurde in diesem Zusammenhang mit der Vorliebe des Holunders für feuchte und damit nebelig-gespenstische Gebiete und dem Auftreten der Perchta in den Raunächten. Diese Interpretation fand in wissenschaftlichen Kreisen allerdings wenig Gegenliebe.

Im Gegensatz zu Frau Holle hielt sich Frau Perchta nicht in ihrer ursprünglich mächtigen Position. Mit fortschreitender Christianisierung ersetzte die Heilige Luzia sie in der Funktion als Lichtbringerin. Der Nikolaus übernahm ihre Aufgabe als Beurteilerin menschlichen Verhaltens. Perchta selbst wurde zur schaurigen Maskenfigur in raunächtlichen Umzügen degradiert. In den Masken erhielten sich die archaischen Bilder der Mischwesen aus Mensch und Tier. Perchta behielt von ihrer Assoziation mit der Vogelgöttin, der Seelenbegleiterin, lediglich die lange Nase. Vielleicht hätte sie bessere Karten gehabt, wenn sie auch einen so schmackhaften und heilkräftigen Wohnort wie die Frau Holle gewählt hätte.

Als erste schriftliche Erwähnung der Holda gilt das Dekret des Bischofs Burchard von Worms aus dem frühen 11. Jahrhundert. Darin findet sich eine – wohl erst später hinzugefügte – Notiz über eine weibliche Dämonenschar, die mit einer *strigaholda* durch die Luft fahre. Als *striga* bezeichnete man zauberkundige Frauen und solche, die sich vom Teufel zu Ritten durch die Luft inmitten einer wilden Horde verleiten lassen. Bemerkens-

wert ist eine Bestimmung im langobardischen Edictum Rothari aus dem Jahr 643, welche die Tötung von Personen verbietet, die man für *striga* hält. Noch bemerkenswerter ist die Begründung: Kein Christ dürfe jemals glauben, eine Frau könne einen Menschen bei lebendigem Leib innerlich verschlingen. So fortschrittlich ging es jedoch nicht überall zu. Bis in das 17. Jahrhundert sind in den Akten zu Hexenprozessen Hollen und Holden vermerkt. Sie werden als Produkt der sexuellen Vereinigung von Teufel und Hexe betrachtet.

Muttergöttinnen geleiten die Menschen in ihrer Persönlichkeitsentwicklung von der Geburt bis zum Tod. So auch Frau Holle. Sie empfängt die Seelen Verstorbener und entlässt Neugeborene ebenso wie keimende Pflanzensamen aus ihrem Reich. Im von den Brüdern Grimm aufgezeichneten Märchen symbolisiert der Backofen mit den Broten den Uterus mit heranreifenden Lebewesen. In Hans Christian Andersens „Holundermutter“ ist der Backofen eiförmig und der Bezug zu Freya, der nordischen Göttin der Liebe und Fruchtbarkeit, sehr deutlich. Als Himmelsgöttin beherrscht die Holundergöttin die Elemente. Sie erscheint demgemäß im Märchen als Federbetten ausschüttelnde Frau, die es auf der Erde schneien lässt. Schon Herodot 4,7 erzählt von der Assoziation des Schnees mit Federn durch die Skythen. Interpretiert wird der Schnee vielerorts mit der Klarheit des Geistes und der Weisheit des – weißhaarigen – Alters.

In der slawischen Mythologie spricht die Erdgöttin Mokuschla den Holunderstrauch heilig. In altpreussischen Sagen wohnt der Erdgott Puschkaitus unter einem Holunder. Bei guter Laune gehalten wird er mit Bier und Speisen als Opfertgaben. In der neopaganistischen und keltischen Mythologie ist der Holunder mit der Erdgöttin Morrigan und der Lichtgöttin Brighid assoziiert. Auch Pan, der griechische Fruchtbarkeitsgott, wird mit