

## Die magische Mistel

**Der Wastl, unser Kräuterpädagoge Sebastian Viellechner aus Weyarn, will heute sein Häusl aufputzen. Der Weihnachtsschmuck kommt bei ihm natürlich aus dem Wald. Doch die Deko ist nicht nur Zierde, sie ist auch gesund.**

Von: Manfred Schramm

Stand: 18.11.2013



**Kräuterwastl:  
Weihnachtsdeko aus der Natur**

Der Wastl will sein Häusl weihnachtlich schmücken. Dafür hat er sich eine besondere Deko ausgesucht. Die holt er frisch aus dem Wald: Tannen- und Fichtenzweige mitsamt den Zapfen, Zweige von Schlehe und Hagebutte und etwas Moos. Dazu legt er noch Äpfel und Nüsse und dekoriert mit selbst gemachten Holzsternen und Kerzen. Bald duftet es nach dem frischen Grün, den Äpfeln und Nüssen. Aber der Wastl will auch noch mit etwas dekorieren, aus dem er gesunde Sachen machen kann. Als erstes hat er sich dafür die Mistel ausgesucht.

### Die Mistel



Die Mistel ist ein immergrüner Halbschmarotzer, der auf Bäumen wächst. Sie kommt erst in den



Die Mistel ist ein immergrüner Halbschmarotzer, der auf Bäumen wächst. Sie kommt erst in den Wintermonaten richtig zur Geltung, wenn die Bäume kahl werden. Dann sind die runden Kugeln weithin sichtbar. Sie wächst gerne auf Obstbäumen, aber auch auf Laubbäumen wie Eichen und auf Nadelbäumen. Als Halbschmarotzer entzieht sie dem Baum Nährstoffe und Wasser, kann aber selbst Chlorophyll bilden. Ihre Früchte sind klebrige weiße Beeren, die im Winter gerne von Vögeln gefressen werden. Durch den Vogelkot verbreiten sich die Samen und die Mistel kann sich auf den Bäumen festsetzen.

## Mistel: Legenden und Mythen

Das kommt wohl daher, weil die Mistel eine Sonderstellung in der Pflanzenwelt einnimmt, da sie nicht in der Erde wurzelt. Die Germanen glaubten deshalb, sie sei vom Himmel gefallen.

Die keltischen Druiden schrieben der Mistel Zauber- und Heilkräfte zu. Sie durfte nur mit einer goldenen Sichel abgeschnitten werden. Wahrscheinlich spielte auch der Mondstand dabei eine Rolle. Wenn sie bei der Ernte auf den Boden fiel, soll sie ihre Zauberkräfte verloren haben. Die Druiden sollen sie in einen Zaubertrank getan haben, der die Fruchtbarkeit von Tieren steigern sollte.

Auch in der altnordischen Mythologie spielt die Mistel eine Rolle. So wird der Lichtgott Baldur in der "Edda" mit einem Mistelpfeil getötet. Seinen Tod hatte er in einem Traum vorhergesehen. Deshalb soll die Göttermutter Freya von allen Erdenwesen verlangt haben, Baldur nichts anzutun. Dabei hat sie die Mistel vergessen, die nicht zu den Erdenwesen gezählt wurde, da sie auf den Bäumen wächst und keine Verbindung zur Erde hat. Loki, der Feind der Asen, bemerkte das, gab dem blinden Gott Hödur einen Mistelpfeil in die Hand und lenkte diesen in Richtung Baldurs. Der fiel tot um.

Die Liste der Mythen und Legenden lässt sich beliebig fortsetzen. Auch als Vorbild für die Wünschelrute wird die Mistel angesehen.

## Heilende Weihnachtsdeko



Der Wastl geht pragmatischer an die Pflanze heran. Er schneidet die Mistel auch mit einer Handsichel ab, die allerdings nicht golden ist. Er will sie als Schmuck für seine Weihnachtsdeko haben und aus der Heilpflanze etwas Gesundes machen.

Er hat sich vom Bauern in der Nachbarschaft die Erlaubnis geben lassen, die Misteln von dessen Bäumen abschneiden zu dürfen. Denn im Wald steht die Mistel unter Naturschutz. Die auf dem Weihnachtsmarkt sind deswegen meistens aus Frankreich, denn dort dürfen sie von jedem abgeschnitten werden.

An seinem Häusl hängt der Wastl sie zuerst über dem Türstock auf. Das soll das Häusl vor Krankheit und Hexerei schützen. Und wenn eine Frau ihn besuchen kommt, darf er sie unter dem Mistelzweig küssen. Ein Brauch aus England, der Fruchtbarkeit und Glück verspricht. Aber der Wastl weiß noch mehr:

"Die Mistel ist eigentlich ein Friedenssymbol. Und wenn sich zwei Feinde unter der Mistel getroffen und geküsst haben, dann herrschte Waffenstillstand, Frieden, Weihnachtsfrieden."

"Die Mistel ist eigentlich ein Friedenssymbol. Und wenn sich zwei Feinde unter der Mistel getroffen und gekusst haben, dann herrschte Waffenstillstand, Frieden, Weihnachtsfrieden."

Der Wastl

## **Die Mistel zur Krebsbehandlung**

Die Mistel wird von vielen Naturheilkundlern als immunsystemstärkendes Mittel angesehen. In der anthroposophischen Lehre, die Rudolf Steiner Anfang des 20. Jahrhunderts etablierte, wurde die Mistel als Schmarotzer, der Bäume austrocknen konnte, so eingeschätzt, dass Extrakte aus ihr auch die Schmarotzer im menschlichen Körper, die Krebszellen, absterben lassen könnten. Im Labor kamen Forscher zu positiven Ergebnissen. Auch bei Tierversuchen mit Mäusen hat man Erfolge verzeichnen können. Für den Menschen ließ sich bisher davon jedoch nichts wissenschaftlich nachweisen. In den USA und auch in Europa wird die Mistel dennoch als begleitende Therapie eingesetzt - zur Stärkung des Immunsystems nach Chemotherapie und Strahlenbehandlung. Gewisse positive Wirkungen scheinen bei Brustkrebs erkennbar zu sein.

## **Und wozu ist die Mistel im Alltag gut?**

### **Misteltee**

Sie soll geeignet sein, den Blutdruck zu regulieren. Dazu stellt der Wastl aus den Blättern einen Tee her, aber als Kaltauszug. So können sich keine schädlichen Stoffe aus den Blättern lösen. Die Blätter bleiben über Nacht im Wasser, dann werden sie abgeseiht. Der Tee wird leicht erwärmt und getrunken. Zwei bis drei Tassen pro Tag sollten es schon sein. Mit dem Kaltauszug kann auch ein Umschlag gemacht werden, der bei Gelenkschmerzen lindernd wirken soll.

### **Mistelsalbe**

Der Wastl weiß aber auch etwas mit den ungenießbaren klebrigen Beeren anzufangen. Daraus macht er eine Salbe. Als Basis nimmt er Lanolin, das ist Wollfett. Man kann aber genauso gut Vaseline, Paraffinwachs, Schweinefett oder Butter nehmen. Die Beeren gibt er in einen Mörser und zerreibt sie mit dem Stößel. Dann erhitzt er in einem Topf das Lanolin, gibt die zerkleinerten Beeren hinzu, vermischt alles und füllt die fertige Salbe in kleine Glastiegel ab. Nachdem sie erkaltet ist, soll sie bei Erfrierungen und gegen Durchblutungsstörungen helfen. Der Wastl kann noch mehr aus seiner Weihnachtsdeko machen. Dafür greift er zu Äpfeln, aber ganz speziellen.