



## Stephanskraut / Große Hexenkraut (*Circaea lutetiana*)



Der botanische Gattungsname des Hexenkrauts „*Circaea lutetiana*“ (Großes Hexenkraut) kommt von Circe, der Zauberin der griechischen Mythologie. Ihr enormes Kräuterwissen soll ihr nicht nur geholfen haben, Magie zu praktizieren, sondern auch seelische und spirituelle Verletzungen zu heilen und den Geist zu klären. Circe galt als Verführerin, die die Gefährten des Odysseus in Schweine verwandelte (und später wieder entzauberte). Und sie ist es auch, der wir das Wort bezirzen (mit Charme umgarnen) verdanken.

Es wird auch Gewöhnliches oder Gemeines Hexenkraut genannt, Stephanskraut oder Waldklette.

Das Große Hexenkraut ist in ganz Europa heimisch. Es wächst in dunklen feuchten Auwäldern. Im Dunkel des finsternen und feuchten Waldes leuchten die kleinen zartrosa Blüten weithin sichtbar.

Hat man früher diese Blüten sehen können, so war das ein sicheres Zeichen dass man sich tief im Wald verirrt hatte.

Die mehrjährige Pflanze wird zwischen 20 und 60 Zentimeter hoch. Die eiförmigen und lanzettlichen Blätter sind behaart und matt, zwischen 5 und 10 cm lang.

Die Blüten haben einen Durchmesser von etwa 4-8 mm. Aus den Blüten entwickeln sich zwischen Spätsommer und Herbst die Samen. Die Samen sind eine stachelige Nußfrucht in Keulenform, die mit ihren



Haken an vorbeistreichenden Menschen und Tieren hängen bleibt.

Die weißen bis zartrosa Blüten erscheinen zwischen Juli und August.

Die vegetative Vermehrung des Großen Hexenkraut erfolgt durch nicht sehr tief liegende, am Ende verdickte Ausläufer (Rhizome). Im Winter ist die Verbindung zur Mutterpflanze bereits gekappt und die verdickten Ausläuferenden sind isoliert. Dadurch wirkt die Pflanze scheinbar einjährig.

Hexenkrauter werden von Schwebfliegen angefliegen. Als Futterpflanze dient es den Larven des unechten Erdflöhs und einer Art der Blattwespe. Die Hexenkrautwanze ist auf das Hexenkraut angewiesen.

Frauen nutzten die frischen Blüten des Großen Hexenkrautes um anziehender auf Männer zu wirken — sie zu „bezirzen“. Dazu wurden vor allen die Blüten als Amulett getragen.

Das Große Hexenkraut wurde schon früher zu magischen Zwecken (Gegenzauber) eingesetzt, beispielsweise als Schutz für das Vieh. Im Osten Deutschlands wurde früher das Kraut als Schutz gegen Behexung im Viehstall aufgehängt. Vermutlich daher der Name Hexenkraut, weil die stacheligen Früchte so leicht am Gewand hängen blieben.

Sammelgut und Sammelzeit: Blätter von Mai bis August.

Kurzfilm auf Youtube, das Hexenkraut: [https://www.youtube.com/watch?v=KC\\_gpkTGNyc](https://www.youtube.com/watch?v=KC_gpkTGNyc)

### Inhaltsstoffe

Gerbstoffe, Oxalsäure

### Anwendung

Die heilkundliche Bedeutung verschwindet im Dunkel der vergangenen Jahrhunderte. Eine Verwendung als harntreibendes, haut- und wundheilendes Mittel ist noch in älteren Quellen zu finden. Die Pflanze wurde traditionell vor allem als liebesmagische Zaubermittel von Frauen verwendet. Das Kraut wurde in die Kleidung eingenäht, Nahrung oder Getränken heimlich zugefügt, um die sexuelle Lust zu verstärken und einen Mann an sich zu binden.

Das Hexenkraut soll eine tiefe Wirkung auf die menschliche Seele haben. Es bringt uns in eine andere Welt, die zwar als real empfunden wird, doch magischer Natur ist. Das Hexenkraut stellt einen Kontakt in uns her zu den hellen und dunklen Seiten in uns. Dadurch verbindet es nicht nur die Seele mit den Zyklen der Natur, sondern verhilft ihr auch dazu die Schattenseiten zu integrieren. So wurde das Hexenkraut von Schamaninnen nicht nur für den Liebeszauber getragen, sondern fand allgemein als ein stärkender Pflanzengeist Anwendung, der seinen Träger mit den Spirits der Natur und der Anderswelt verband.

Man schrieb und schreibt noch immer der Pflanze als psychologische Wirkung die Steigerung des Selbstwertgefühls zu. Der tägliche **Verzehr** einer einzigen Blüte soll genügen.

Das Hexenkraut wird in der Bachblüten-Therapie eingesetzt, man erstellt aus den Blüten eine Essenz zur Stärkung des Charismas her. Auch soll die Essenz dabei unterstützen, Konflikte friedlich beizulegen, da sie das **Feingefühl** verstärkt.

In der Volksheilkunde wurde es zur Blutstillung verwendet, da es adstringierende Eigenschaften aufweist.

## **Äusserlich**

Frische zerquetschte Blätter als blutstillender Umschlag oder zur Behandlung von Hautkrankheiten.

Eine Blüten-Essenz aus den Blüten stärkt die Ausstrahlung, hilft Konflikte friedlich beizulegen.

## **Salat-Zusatz**

Verwendet werden die Blätter, die man zu Tee, Umschlag oder Tinktur verarbeiten kann. Die frischen Blätter schmecken köstlich im Salat und entwickeln eine harntreibende Wirkung.

## **Tee-Zubereitung**

- 2 TL getrocknete Hexenkrautblätter
- 1 Tasse Wasser (ca. 250 ml)

Das kochende Wasser über die Blätter gießen und ca. 10 Minuten zugedeckt ziehen lassen und abfiltern. Nach Geschmack ein wenig mit Honig süßen. Dieser Tee soll harntreibend sein.

## **Räuchern mit dem Hexenkraut**

Verräuchert wird das Hexenkraut in Liebesdingen und um Konflikte zu lösen. Die Räucherung macht mürrische Menschen zu freundlichen Wesen.

Hinweis: Dieser Infobrief von Pflanzenfreunden ist nicht als alleinige Grundlage für gesundheitsbezogene Entscheidungen vorgesehen. Bei gesundheitlichen Beschwerden nehmen Sie Heilpflanzenanwendungen nicht ohne Absprache mit einem Arzt oder Apotheker vor. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt.

## Literaturhinweis:

Heilpflanzensignaturen, Christian Raimann, Haug-Verlag

<http://www.blumeninschwaben.de/Zweikeimblaettrige/Nachtkerzengewaechse/hexenkraut.htm>

[https://susanna-komischke.de/pflanzenwiki/index.php/Gro%C3%9Fes\\_Hexenkraut\\_%28Circaea\\_lutetiana%29#Inhaltsstoffe](https://susanna-komischke.de/pflanzenwiki/index.php/Gro%C3%9Fes_Hexenkraut_%28Circaea_lutetiana%29#Inhaltsstoffe)

<http://www.hexen.org/gartenhexe/hexenkraut.html>

<https://www.inana.info/blog/2016/10/09/unsere-pflanzengeister-das-hexenkraut.html>

<https://www.celticgarden.de/hexenkraut/>

<https://www.wildes-berlin.de/hexenkraut/>

<https://heilkraeuter.de/lexikon/grosses-hexenkraut.htm>

<https://www.celticgarden.de/hexenkraut/>