

WOLF  
DIETER  
STORL

# DAS HERZ

UND SEINE  
HEILENDEN  
PFLANZEN



atVERLAG



WOLF  
DIETER  
STORL

# DAS HERZ

UND SEINE  
HEILENDEN  
PFLANZEN

Mit Fotos von Frank Brunke

atVERLAG

# INHALT

- 9 Vorwort
- 11 Vorwort zur Neuauflage
  
- 14 Die menschliche Mitte – eine Pumpe?
- 17 Herzmittel bei den Naturvölkern
- 19 Herzkrankheiten in der indigenen europäischen Volksheilkunde
- 20 Stroh im Herzen
- 20 Herzwurm
- 21 Alldrücken
- 22 Herzgespann
- 23 Herzschlag, Elfenschlag
- 25 Herzheilsprüche und Heilpflanzen
- 27 Herzkrankheiten in der Klostermedizin
  
- 33 Das Herz als Sitz der Seele und als Wahrnehmungsorgan
- 33 Stets mehr als eine Pumpe
- 35 Das Herz und der Sitz der Seele
- 36 Das Herz in der Sprache
- 38 Herztransplantation und Cyborg-Herzen
- 39 Das Herz erinnert sich
- 42 Verwirrte Seelen
- 46 Kunstherzen und Xenotransplantate
- 48 Asuras
- 49 Diabolos
- 50 Die Sonne des Mikrokosmos
  
- 52 Das Herz als Quelle der Liebe und Sitz der Lebenskraft
- 52 Das Herz und die ewige Liebe
- 53 Das Buch der Ewigkeit
- 54 Der Pfeil des Liebesgottes Eros
- 56 Die Liebespfeile Kamas
- 59 Sankt Valentinstag
- 61 Die typische Herzform
- 62 Angezauberte Liebe
- 64 Spiritus Vitalis – Das Herz als Prinzip des Lebens
  
- 65 Vampirismus
- 66 Schadenszauber
- 68 Wie tot ist ein Hirntoter?
- 70 Das Herz als Wohnung der Götter
- 71 Im Herzen Hanumans
- 72 Der Tanz des Universums – in unserem Herzen
  
- 74 Was macht das Herz krank?
- 74 Antwort 1: Koronare Herzkrankheiten gab es schon immer – unerkannt
- 76 Antwort 2: Zunahme dieser Krankheiten wegen der heute längeren Lebenserwartung
- 79 Antwort 3: Die zunehmend denaturierte Lebensweise
- 79 Fettarme Diät
- 80 Vermeidung von Drogen wie Kaffee und Zigaretten sowie von exzessivem Alkoholkonsum
- 82 Körperliche Bewegung
- 82 Einschränkung der Elektrifizierung und der Strahlungen aller Art
- 83 Leben nach diesen Regeln?
- 86 Antwort 4: Die Stresstheorie – oder: Brauchen Herzranke einen Psychiater?
- 90 Antwort 5: Kulturelle Zwänge, die ethnomedizinische Betrachtung
  
- 93 Das Herz in der Mühle
- 93 Kulturelle Faktoren: Wie wir mit Zeit umgehen
- 96 Im Einklang mit kosmischen Rhythmen
- 98 Der Weg in die Zeitmaschine
- 100 Mühlen und Uhren
- 102 Uhrwerke
- 105 Mühlräder
- 107 Hexenfolter
- 108 Fühlst du es noch, dein starkes Herz?
- 112 Das Herz ist König



114	<b>Herzpflanzen aus früheren Zeiten</b>
114	Baldrian ( <i>Valeriana officinalis</i> )
119	Bärenpflanzen: Bärwurz, Madaun und Bärlauch
125	Borretsch ( <i>Borago officinalis</i> )
129	Duftendes Veilchen ( <i>Viola odorata</i> )
133	Dost oder Wilder Majoran ( <i>Origanum vulgare</i> )
133	Ehrenpreis ( <i>Veronica officinalis</i> )
134	Eisenkraut ( <i>Verbena officinalis</i> )
137	Erdbeere, Walderdbeere ( <i>Fragaria vesca</i> )
137	Gänseblümchen ( <i>Bellis perennis</i> )
138	Herzblatt ( <i>Parnassia palustris</i> )
140	Himbeere ( <i>Rubus idaeus</i> )
141	Johanniskraut, Hartheu ( <i>Hypericum perforatum</i> )
144	Kamille ( <i>Matricaria recutita</i> , <i>M. chamomilla</i> )
147	Königskerze ( <i>Verbascum thapsiforme</i> )
148	Linde (Winterlinde, <i>Tilia cordata</i> ; Sommerlinde, <i>T. platyphyllos</i> )
151	Mariendistel ( <i>Silybum marianum</i> , <i>Carduus marianus</i> )
152	Rose ( <i>Rosa</i> spp.)
155	Rosmarin ( <i>Rosmarinus officinalis</i> )
156	Ruprechtskraut, Stinkender Storchschnabel ( <i>Geranium robertianum</i> )
157	Schlüsselblume ( <i>Primula veris</i> , <i>Primula officinalis</i> )
159	Waldmeister ( <i>Asperula odorata</i> , <i>Galium odoratum</i> )
161	Waldziest ( <i>Stachys sylvatica</i> )
163	Zitronenmelisse, Bienensaug ( <i>Melissa officinalis</i> )

## 167 Die neueren Herzpflanzen

169	Einheimische Pflanzen mit Herzglykosiden
169	Adonisröschen ( <i>Adonis vernalis</i> )
170	Fingerhut, Roter Fingerhut ( <i>Digitalis purpurea</i> )
174	Goldlack, Lackviole ( <i>Cheiranthus cheiri</i> )
175	Königin der Nacht, Schlangenkaktus ( <i>Selenicereus grandiflorus</i> )
177	Maiglöckchen ( <i>Convallaria majalis</i> )
179	Meerzwiebel ( <i>Scilla maritima</i> , <i>Urginea maritima</i> )
180	Nieswurz (Schwarze Nieswurz, <i>Helleborus niger</i> ; Grüne Nieswurz, <i>H. viridis</i> ; Stinkende Nieswurz, <i>H. foetidus</i> )
186	Rosenlorbeer, Oleander ( <i>Nerium oleander</i> )
187	Einheimische Herzpflanzen mit Alkaloiden oder anderen Wirkstoffen

187	Arnika, Bergwohlverleih ( <i>Arnica montana</i> )
193	Besenginster ( <i>Cytisus scoparius</i> , früher <i>Sarothamnus scoparius</i> )
194	Herzgespann, Löwenschwanz ( <i>Leonurus cardiaca</i> )
197	Immergrün ( <i>Vinca minor</i> )
198	Knoblauch ( <i>Allium sativum</i> )
199	Mistel ( <i>Viscum album</i> )
203	Weißdorn ( <i>Crataegus</i> spp.)
207	Herzpflanzen aus aller Welt
207	Arjun, Arjunbaum ( <i>Terminalia arjuna</i> )
208	Ginkgo, Japanischer Tempelbaum ( <i>Ginkgo biloba</i> )
211	Jiaogulan, Amachazuru ( <i>Gynostemma pentaphyllum</i> )
212	Kaffee ( <i>Coffea arabica</i> )
214	Schellenbaum, Gelber Oleander ( <i>Thevetia peruviana</i> )
215	Schlangenwurz, Schlangenhholz, Rauwolfia ( <i>Rauvolfia serpentina</i> )
217	Strophanthus, Kombé, Kletteroleander ( <i>Strophanthus</i> spp.)
221	Nachwort
221	Danksagung
222	Literaturverzeichnis
226	Register
230	Zum Autor

## Hinweis

Die in diesem Buch wiedergegebenen Informationen sind nach bestem Wissen und Gewissen dargestellt und wurden mit größtmöglicher Sorgfalt geprüft.

Da sie den Rat einer kompetenten Fachperson nicht ersetzen, sondern lediglich ergänzen können, ist es gegebenenfalls empfehlenswert, sich an den Arzt oder Heilpraktiker Ihres Vertrauens zu wenden. Autor und Verlag übernehmen keinerlei Haftung für Schäden oder Folgen, die sich aus dem Gebrauch oder Missbrauch der hier vorgestellten Informationen ergeben.



Goldlack (*Cheiranthus cheiri*).

## VORWORT

Die Krise der technologisierten westlichen Welt – unterschwellige Lebensangst, aufgestaute Wut, das Gefühl der Machtlosigkeit angesichts zunehmenden sozialen Unfriedens, Sorgen um sichere Arbeitsplätze, finanzieller Turbulenzen, knapper werdender Rohstoffe, immer neuer behördlicher Maßregelungen, Bevormundungen und Überwachung – all dies findet seinen Niederschlag nicht nur auf emotionaler Ebene, sondern durchdringt auch das Physisch-Somatische des Menschen. Unsicherheit, Angst und Stress rauben vielen die Lebensfreude, die – wie man einst wusste – ihren Sitz im Herzen hat. Anders gesagt: Herz-Kreislauf-Beschwerden sind nicht vorrangig ein Problem fehlgeleiteter biologischer Körperfunktionen, die es zu korrigieren gilt, sondern sie stellen im Grunde genommen ein gesellschaftlich-kulturelles Problem dar.

Koronare Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind – einmal abgesehen von iatrogenen (ärztverursachten) Erkrankungen<sup>1</sup> – der Killer Nummer eins in den modernen Industrienationen. An zweiter Stelle stehen Krebserkrankungen, an dritter Schlaganfall. Die Herzmedizin ist inzwischen zu einer kapitalintensiven Industrie geworden.

In diesem Buch stellen wir uns die Fragen: Wie wird das Herz in verschiedenen Kulturen, auch in den europäischen Frühkulturen, definiert? Was verstand man dort unter Herzkrankheiten? Welche Heilmittel gab es, wie und warum wurden sie angewendet? Dieses Buch soll kein medizinischer Ratgeber sein. Auch wenn es dafür relevante Themen streift, ist es nicht sein Anliegen,

<sup>1</sup> »Ja, liebe Kollegen, wir wissen, was die größte Todesursache in der heutigen Welt ist«, sagte einer der Vortragenden Ärzte im Oktober 2007 auf dem Ethnomedizinischen Kongress an der Maximilian-Universität in München. Allen war klar: eindeutig Herz-Kreislauf-Versagen. »Nein, wir Ärzte sind es selbst!«, fuhr der Redner fort. Tatsächlich deutet alles darauf hin. Nach dem *Journal of the American Medical Association* sterben in den USA jährlich 106 000 Patienten an Nebenwirkungen ordnungsgemäß verschriebener Medikamente; bei 2 216 000 kommt es zu ernsthaften, oft lang anhaltenden Schäden. Nicht aufgezählt waren in der Studie Fehldiagnosen, Fehler bei der Dosierung oder Medikamentenmissbrauch (Lazarou et al. 1998: 1200). Prof. Jürgen Frölich, Direktor der Abteilung Klinische Pharmakologie der Medizinischen

Hochschule Hannover, hat errechnet, dass allein in den internistischen Abteilungen deutscher Kliniken jährlich 58 000 Patienten an den Folgen unerwünschter Medikamentennebenwirkungen sterben (Studie »Todesfälle durch Arzneimittel unterschätzt«, 3.11.2003 (Schnurrer/Frölich 2003: 889–895). Hinzu kommen Behandlungsfehler, Krankenhausinfektionen und weitere Ursachen, die für Hunderttausende Todesfälle pro Jahr verantwortlich sind. Prof. Vernon Coleman dazu: »Nicht einmal Mitglieder des medizinischen Establishments können bestreiten, dass Ärzte eine Hauptursache für Krankheit und Tod sind – in größerem Umfang als alle Unfälle zusammengenommen und gleichauf mit Krebs und Herz-Kreislauf-Erkrankungen« (Coleman 2006: 30).

## WAS MACHT DAS HERZ KRANK?

»Dein Herz soll im Einklang  
mit dem Herzen der Erde schlagen.  
Du sollst fühlen,  
dass du ein Teil des Ganzen bist,  
das dich umgibt.«  
Segensspruch der Cheyenne

»Herzlosigkeit ist der schlimmste Herzfehler.«  
Sprichwort

Wenn es stimmt, dass es in früheren, rustikaleren Zeiten und auch bei den Naturvölkern kaum chronische Herz-Kreislauf-Erkrankungen gab, wo liegen dann die Ursachen für die heutige koronare Gesundheitskatastrophe? Wann begann sie? Untersuchen wir die Antworten darauf.

### Antwort 1: Koronare Herzkrankheiten gab es schon immer – unerkannt

Die Standardantwort der orthodoxen Biomedizin (Schulmedizin) ist, dass es sicherlich vor der Neuzeit ebenso viele koronare Erkrankungen gegeben hat wie heutzutage, nur wurden sie nicht als solche erkannt. Die Wissenschaft war noch nicht fortgeschritten genug, es fehlten die Diagnosemöglichkeiten, und die Leute sind einfach gestorben. Das Denken, was Herz und Kreislauf betrifft, war verwirrt und von irrationalen metaphysischen Vorstellungen überlagert – etwa, dass das Herz »denken« oder »wahrnehmen« könne, dass es verzaubert werden könne oder dass eine psychische Projektion wie »Gott« oder »Teufel« in dem Pumpmuskel leben könne. Erst im 16. und 17. Jahrhundert wendete sich das Blatt. Erst nachdem sich 1543 Andries von Wesel (1514–1564), genannt Vesalius, mit scharfem Messer und Pinzette an die Leichen hingerichteter Krimineller gewagt hatte und Muskeln, Skelette, Fortpflanzungsorgane, Adern und eben Herzen freilegte, begannen die alten unwissenschaftlichen Vorstellungen, die noch der scholastischen, humoralpathologischen Medizin anhafteten, zu

krümeln. Seine Erforschungen legten die Grundlage für eine Kritik an der als unfehlbar geltenden Doktrin des alten Meisters Galen. Dieser hatte gelehrt, es gäbe zwei Gefäßsysteme: den venösen Kreislauf mit Ursprung in der Leber, und den arteriellen Kreislauf, der vom Herzen ausgeht. Auch lehrte er, dass das Blut durch unsichtbare Kanäle von der rechten zur linken Herzkammer sickere (Porter 2003: 182). Übrigens waren bei den anatomischen Sezierungen, die der mutige junge Anatom durchführte, Mönche anwesend, die Liturgien sangen, damit die Seele des Sezierten nicht zu Schaden komme. Vesalius war sozusagen ein Schleusentor für die neue vorurteilsfreie Sichtweise, denn von da an häuften sich die empirischen Fortschritte.

Realdo Colombo, einer der Nachfolger von Vesalius, konnte mittels Vivisektion<sup>43</sup> den Herzschlag erklären und zeigen, dass das Blut von der rechten Herzkammer durch die Lunge in die linke strömt, dass die Lungenvene nicht Luft, wie Galen dachte, sondern Blut enthält, und dass sich das Blut nicht in der linken Herzkammer, sondern in der Lunge mit der Luft vermischt, wodurch es hellrote arterielle Farbe annimmt (Porter 2003: 184).

Die Aufklärung des Herz-Kreislauf-Systems ging rasch weiter und gipfelte in der korrekten Beschreibung des großen Blutkreislaufs durch William Harvey (1578–1658). Nun war klar, dass das Blut vom Herzmuskel in die Arterien gepumpt wird, es versickert nicht einfach im Körper, sondern kehrt als venöses Blut zum Herzen zurück. Harvey konnte die Blutmenge und die Strömungsgeschwindigkeit mathematisch messen. Mit seinen genauen Beobachtungen und Experimenten schuf er die Voraussetzung für ein mechanisches Verständnis des Kreislaufsystems.<sup>44</sup> Die Entwicklung besserer Diagnosemöglichkeiten gipfelte im 20. Jahrhundert in der Erfindung der Elektrokardiografie (EKG), der röntgenkontrastgebenden Herzkatheterisierung zur Herzkammeruntersuchung, Herz auskultation und Phonokardiografie (Abhören der Herztöne), Kardiocomputertomografie und so fort.

Dieser Fortschritt führte allmählich zu den neuen Therapiemöglichkeiten, die wir heute genießen: implantierbare Herzschrittmacher (1958), Herz-Lungen-Maschinen (1953), künstlicher Herzklappenersatz, Herztransplantationschirurgie (1959 gelang es erstmals, einem Hund ein fremdes Herz einzusetzen), Bypass-Operation (1963) und anderes. Hinzu kommt die Entwicklung

<sup>43</sup> Vivisektion ist das Aufschneiden eines lebendigen Tieres.

<sup>44</sup> Harvey selbst jedoch sah das Herz nicht als bloße mechanische Pumpe, sondern als ein beseeltes, beseelendes Organ. Der Mensch war für ihn der kleine Kosmos, das Abbild des großen Kosmos, des Makrokosmos. Das Herz ist folglich die mikrokosmische Sonne, die

den inneren Wasserkreislauf in Gang hält, ebenso wie die Sonne durch Verdunstung und Niederschlag das Wasser der Erde zirkulieren lässt. Die Lunge nimmt, nach Harveys Ansicht, Pneuma (Lebenskraft) mit der eingeatmeten Luft auf und mischt sie dem Blut bei (Heidelberg/Thiessen 1981: 96).

einer ganzen Palette von Medikamenten – Blutfett- und Blutdrucksenker, Diuretika, Betablocker, Kalzium-Antagonisten, ACE-Hemmer, Doxazosin, Prozosin, Reserpin usw. –, die allein in Deutschland pro Jahr etwa 3,5 Milliarden Euro einbringen. Die Zukunft verspricht regelrechte Wunderwaffen im Krieg gegen koronare Herzerkrankungen. Nanotechnologen basteln an winzigen U-Boot-Robotern, die die Blutgefäße patrouillieren und säubern. Gentechnologen versprechen genetisch umgebaute Gewebe von Säugetieren, die geschädigte menschliche Gewebe ersetzen und von der Immunabwehr nicht abgestoßen werden. Gentechnologisch hergestellte körpereigene Gewebe, wie etwa rt-PA (recombinant tissue plasminogen activator) zur Auflösung von Thrombosen, gibt es schon.

Neuere Überlegungen über die Ursachen der Beeinträchtigung des Leistungsvermögens des Kreislaufsystems drehen sich um mögliche bakterielle Infektionen. Chlamydien und Helicobakter, ja eventuell auch Viren, könnten für Entzündungen in den Innenwänden der Gefäße verantwortlich sein, mit der Folge, dass es zu Fett- und Kalkablagerungen und schließlich Verstopfungen der Adern kommt. Wenn sich dieser Verdacht erhärtet, könnten eventuell Antibiotika und Impfungen als Therapie eingesetzt werden.

Koronare Krankheiten hat es immer gegeben, aber dank des wissenschaftlichen Fortschritts werden sie – vorausgesetzt, es werden genügend finanzielle Mittel zur Verfügung gestellt – bald der Vergangenheit angehören. So die Überzeugung der konservativen Schulmedizin.

## Antwort 2: Zunahme dieser Krankheiten wegen der heute längeren Lebenserwartung

Noch vor hundert Jahren war die Lebenserwartung viel geringer als heute. Um 1900 starben die Männer im Durchschnitt mit 45 Jahren, die Frauen mit 48 Jahren. In dieser verhältnismäßig kurzen Lebensspanne ist nicht genügend Zeit vorhanden, um chronische Herzkrankheiten zu entwickeln. Dank unseres medizinischen Fortschritts leben wir länger, leiden aber an altersbedingten Beschwerden und Gebrechen, welche die Medizin jedoch in den Griff zu bekommen versucht. Heutzutage (2017) beträgt die durchschnittliche Lebenserwartung in der Bundesrepublik für neugeborene Jungen 78,6 Jahre, für Mädchen 83,5 Jahre. In den anderen fortschrittlichen, entwickelten Ländern ist das ähnlich.<sup>45</sup>

Diese Statistiken sind jedoch mit Vorsicht zu genießen. Vom kulturhistorischen und vergleichenden völkerkundlichen Standpunkt aus sagen diese Angaben nicht das aus, was sie auszusagen scheinen. Sie gehören eher in den Bereich der Ideologie des Fortschritts, dem Dogma, das das Denken der west-

lichen Welt seit der Aufklärung im 17. und 18. Jahrhundert beherrscht. Dieses Dogma besagt, dass der Mensch sich vom primitiven Wilden zum kultivierten Zivilisationsmenschen entwickelt hat. Das Leben der Urmenschen musste demnach ein schweres, entbehrungsreiches und sehr kurzes sein.<sup>46</sup> Wir leben lang, sie starben früh. Ebenso sieht es in den weniger entwickelten Ländern, in der Drittwelt aus, da ist die Lebenserwartung geringer, aber dank unserer Entwicklungshilfe werden auch sie eines Tages am Segen des Fortschritts teilhaben können – so diese Ansicht.

Und auch bei uns bleibt der Fortschritt nicht stehen. Visionäre des Medizinesablishments gehen davon aus, dass Hormonersatztherapien die Lebenserwartung um 30 Prozent steigern und altersbedingte Erkrankungen verhindern werden (Schwemmer 2000: 216). Wenn dann auch noch das »Alterungs-Gen« gefunden und ausgeschaltet wird, dann rückt die Menschheit der Verwirklichung des »ewigen Lebens« näher. Vitamine<sup>47</sup> und Spurenelemente, Blutdrucksenker, Thrombozytenaggregationshemmer, Omega-3-Fettsäuren von Meeresfischen, Melatonin, DHEA, Wachstumshormone, Frischzellentherapie, Thymussekrete von Schafen oder Schweinen, das Vermeiden von Sonnenlicht und auch kosmetische Chirurgie sollen beitragen, das zur Krankheit erklärte Altern zu vermeiden. Amerikanische Anti-Aging-Mediziner versprechen eine zukünftige Lebensspanne von 700 bis 800 Jahren. Mit Hormonsubstitution für die Frau, Testosteron<sup>48</sup> und Viagra für den Mann, mit Vitaminen und anderen Anti-Aging-Wundermitteln der Pharmazie werden auch dem gerontologischen Spaß keine Grenzen gesetzt.

Ivan Illich, der unerschrockene und mutige Medizinkritiker, erkannte schon vor Jahren, dass sich trotz allem die maximale Lebensdauer nicht verändert hat, wohl aber die durchschnittliche Lebenserwartung der Menschen (Illich, in Blüchel 2003: 256). Es gab immer Alte – Alte mit gesunden Herzen! Es gab sie auch in der Steinzeit, und es gibt sie bei traditionellen Naturvölkern, besonders dort, wo die Umwelt intakt ist und genügend gesunde Nahrung vorhanden ist. Dagegen gab es aber auch immer wieder Zeiten, in denen die Menschen eng zusammengepfercht in Städten lebten, in Situationen, die Krankheitsüberträger wie Ratten, Mäuse, Flöhe, Läuse und Wanzen begünstig-

<sup>45</sup> Daten zur Lebenserwartung in der Schweiz: 81,2 Jahre für Männer, 85,6 für Frauen; in Österreich: 79,3 für Männer, 83,5 für Frauen.

<sup>46</sup> Diese irrierte Ansicht, zuerst von Thomas Hobbes (1588–1679) postuliert, wurde inzwischen in der ethnologischen Forschung gründlich widerlegt, etwa in den Werken Marshall Sahlins (Sahlins 1972).

<sup>47</sup> Folsäure, ein Vitamin der B-Gruppe, zeigte in mehreren Studien eine gute Wirkung bei Herzinfarkt und Schlaganfall ([www.wikipedia.org/wiki/anti-aging](http://www.wikipedia.org/wiki/anti-aging)).

<sup>48</sup> Testosteron-Therapien verjüngen nicht nur die Libido, sondern senken angeblich den Gesamtcholesterinspiegel und beugen deswegen Angina pectoris und Herzinfarkt vor (Schwemmer 2000: 218).



ten, wo es an gesunden Nahrungsmitteln, sauberem Trinkwasser und Hygiene mangelte. Das war der Fall in der spätmittelalterlichen Feudalgesellschaft. Besonders schlimm war es in den Fabrikstädten der europäischen industriellen Revolution. Zur Lage der Arbeiter in den frühen Industriestädten Englands schrieb Friedrich Engels von den »blassen, mageren, schmalbrüstigen, hohlläufigen Geistergestalten«, die da zusammengepfercht in menschlichen Viehställen wohnten (Engels 1845; zitiert in Porter 2003: 404). Damals war, wie auch heute in der Drittwelt, vor allem die Kleinkindsterblichkeit<sup>49</sup> extrem hoch.

Man muss auch hier vorsichtig sein mit den Statistiken. Rechnet man die Durchschnittsterblichkeit eines Menschen, der mit 100 Jahren stirbt, mit einem, der bei der Geburt stirbt, zusammen, erhält man eine durchschnittliche Sterblichkeit von 50 Jahren. Auf die gleiche Weise kommt man zu einer statistischen Aussage, nach der der Durchschnittseuropäer eine weibliche Brust und einen Hoden besitzt. Der heutige Geburtenrückgang und die hohe Zahl von älteren Leuten wirkt sich im modernen Europa ebenfalls günstig auf die Lebenserwartungsstatistiken aus, da deswegen weniger Fälle von Kindersterblichkeit registriert und mitberechnet werden müssen.

Es ist also nicht allein die fortschrittliche Medizin, die es fertigbringt, uns älter werden zu lassen, und Herz-Kreislauf-Versagen, Krebs und Zuckerkrankheit sind nicht unbedingt die Resultate eines längeren Lebens. Franz Konz hat recht, wenn er schreibt: »Nein – die Leute der herangezogenen Vergleichsgruppen aus den früheren Jahrhunderten wurden deshalb nicht so alt, weil sie noch weniger natürlich lebten als wir heute: die meisten in dunklen Mietskasernen auf einem kleinen Zimmerchen mit der ganzen Familie hockend, die Öfen strömten ständig das damals noch nicht als giftig erkannte Kohlenmonoxid in den Raum, und es gab nur Mehlsüppchen, schlechtes Brot und ab und zu mal 'nen Hering. Südfrüchte und frisches Gemüse, Licht, Luft, Sonne und Sport – das war alles weitgehend unbekannt. Und die Babys starben wie Fliegen damals, und die Tuberkulose wütete. Das aber floss in diese Statistik ein, mit deren Falschzahlen sich heute die Mediziner schmücken. Und die Tuberkulose ging hier bei uns zurück, weil sich die Lebensweisen änderten. Nicht wegen des von Robert Koch verabreichten Tuberkulins« (Konz 2000: 350).

Wir sind gesünder und leben durchschnittlich länger wegen einer optimierten Trinkwasserversorgung, gesünderer Ernährung und besserer Hygiene, nicht aber wegen Impfungen, Vorsorgeuntersuchungen – dem periodischen Check-up der Biomachine –, Dauermedikamentierung oder Großkliniken.

### Antwort 3: Die zunehmend denaturierte Lebensweise

Wenn es – im Vergleich zu traditionellen Völkern oder früheren Zeiten – tatsächlich zu einer Zunahme der koronaren Herzkrankheiten gekommen ist, dann hat es sicherlich auch mit ungünstigen neuzeitlichen Lebensgewohnheiten zu tun. Das jedenfalls ist die Ansicht einer neuen Generation fortschrittlich und ganzheitlich denkender Mediziner. Diese Ärzte reduzieren den Körper und das Herz-Kreislauf-System nicht mehr bloß auf eine Maschine. Sie versuchen den Körper eher als Energiefeld oder als vernetztes biokybernetisches System aufzufassen. Ein komplexes System mit inneren Regelkreisen, das von verschiedenen psychischen und gesellschaftlichen Faktoren, Umwelteinflüssen, Ernährung und so weiter abhängt. Hier einige Gebote, die unserer unter Stress leidenden Pumpe gut tun und uns zugleich attraktiver, sexyer und fitter für die Spaßgesellschaft machen:

#### Fettarme Diät

Es heißt, wir essen zu fett, wir sind zu fett – pardon, übergewichtig! – unser Blut ist verfettet, es enthält zu viel »böses« LDL-Cholesterin.

#### Jeder redet davon, was aber ist Cholesterin?

Cholesterin ist eine fettähnliche Substanz, die im gesamten Organismus, vor allem aber in Zellmembranen, Nervenmarkscheiden, im Hirn und in der »Cholesterinbombe« Muttermilch vorkommt. Cholesterin wird in »Eiweiß-Fettpäckchen« (Lipoproteine) in der Blutbahn dorthin transportiert, wo es gebraucht wird. Man unterscheidet zwei Arten Cholesterin (Cholesterol): jenes, das an das »gute« HDL (*high density lipoprotein*) gebunden ist, und jenes, das an das »böse« LDL (*low density lipoprotein*) gebunden ist (Pollmer 2003: 71). Das gute HDL nimmt Cholesterin aus dem Blut, den Geweben und der Gefäßwand auf und führt es zur Leber zurück. Dort wird es in Gallensäuren umgebaut und kann mit der Galle über den Darm ausgeschieden werden. Das »böse« LDL transportiert Cholesterin von Leber und Darm, wo es erzeugt wird, in den Körper hinein.

<sup>49</sup> Die Drittweltkindersterblichkeit ist 10 bis 20 Mal höher als in entwickelten Ländern. Vier Millionen Kleinkinder sterben jedes Jahr

wegen unsauberem Wasser und schlechter Hygiene an Durchfall, Darmparasiten und Infektionen (Bichmann 1995: 140).



## Register

- Adebar 157  
*Adonis vernalis* 169  
 Adonisröschen 169  
 Aeneas 200  
*Aesculus hippocastanum* 168  
 Agape 56  
 Agastache 19  
 Alacoque, Marguerite M. 72  
 Albsegen 21  
*Alchemilla vulgaris* 22  
 Alkoholkonsum 80, 82, 85  
 Allermannsharnisch 20  
 Allicin 123f.  
*Allium sativum* 123, 198  
*Allium ursinum* 123f.  
*Allium victorialis* 20  
 Alpenziest 22  
 Alpkräuter (Albkräuter) 22  
 Amachazuru 211  
 Amma (Sri Mata Amritanandamaya) 52, 62f.  
 Amok 91  
 Amor 5ff.  
*Anchusa officinalis* 27f.  
 Angelsachsen 123  
*Angina pectoris* 44, 77, 175, 191, 205, 219  
 anima 35  
 Anti-Aging-Mittel 77, 211  
 Antibabypille 144  
 Antioxidantien 80, 205, 208  
 Aphrodite 54ff., 132, 150, 152, 155, 169  
 Apocynaceae 167  
*Apoplexia cerebri* 23  
*Apoplexia cordis* 23  
 Arbeit 81, 86ff., 89ff., 94, 100, 102ff., 110f., 131  
 Arier 97f.  
 Aristoteles 33f.  
 Arjun, Arjunabaum 207ff.  
 Arjuna (Krieger) 207  
*Arnica montana* 187ff.  
 Arnika 187ff.  
 Artemis 165  
*Artemisia abrotanum* 22  
*Artemisia vulgaris* 46  
 Arteriosklerose 12, 14, 84, 88, 123  
 Ashanti 64  
 Ashrama 97  
*Asperula odorata* 159  
 Asuras 48f., 97  
 Atlas 131  
 Augustinus 34, 56  
 Axtelmeier, Stanislao R. 128  
 Azteken 64
- Bacon, Francis 108  
 Baldrian 20, 63, 114ff., 117ff., 168  
 Baldur 70, 138, 141, 144, 190, 200  
 Baldwin, William 45  
 Bärenpflanzen 119  
 Bärlauch 20, 119, 123ff.  
 Bärwurz 119ff.  
 Basilikum 28  
 bäuerliche Kultur 88f., 108  
 Beifuß 20, 46  
 Belenos 177, 193, 203  
*Bellis perennis* 137ff.  
 Benediktendistel 29, 152  
 Bergwohlverleih 187ff.  
 Berufkraut 161  
 Beruhigungsmittel 95, 150  
 Besenginster 168, 193f.  
 Bhagavadgita 207  
 Bhakti 71  
 Bhang 46  
 Bienensaug 31, 163, 165ff.  
 Bilwis 190f.  
 Bittersüßer Nachtschatten 22  
 Blutdruck 12, 15, 44, 67, 80, 82, 85f., 88, 123, 126, 137, 155, 168, 194, 199, 205, 208, 212, 215f., 219  
 Blutopfer 65  
 Bock, Hieronymus 30f., 125, 131, 133, 158f., 163, 190  
 Bockshornklee 32  
*Bone pointing* 67  
*Borago officinalis* 28, 125  
 Borretsch 28, 125ff., 180  
 Brahma 56f.  
 Brennessel 20, 63  
 Brunfels, Otto 117, 131, 155, 163f.  
 Brunnenkresse 27  
 Brunschwyg, Hieronymus 163, 177  
 Buche 53f., 61  
 Bufadienolide 167, 180  
 Bühring, Ursel 155  
 Bypass 15f., 75
- Calendula officinalis* 29  
*Cannabis indica* 46  
 Cannon, Walter B. 66f.  
 Cardenolide 167, 170, 174, 179f., 187, 215  
*Carduus benedictus* 29  
*Carduus marianus* 151  
*Cephaelis ipecacuanha* 131  
 Chang Chih Tung 221
- Chaucer 59, 138  
*Cheiranthus cheiri* 8, 174f., ff., 168  
 Cheyenne 18f., 74, 119, 138  
 Chlamydien 76  
 Cholesterin 77, 79f., 84ff., 88, 90, 123, 167  
 Christrose 180f., 186  
 Chronos 55, 99f.  
*Cinnamomum verum* 30  
 Basilikum 28  
 Clark, Barney 38  
*Cnicus benedictus* 29, 152  
*Coffea arabica* 212  
 Coleman, Vernon 9  
 Colombo, Realdo 75  
*Convallaria majalis* 30, 177  
*Crataegus* spp. 203f., 206  
 Culpeper, Nicholas 131, 194, 197  
 Cupido 55  
 Cyborg-Anthropologie 46  
 Cyborg-Herz 38  
 Cymbopogon *winterianus* 166  
*Cytisus scoparius* 192f.
- Demeter 165  
 Deodorantien 87  
 Descartes, René 104  
*Deus ex machina* 104  
 Devas 97  
 Dharma 97  
 Diabolos 49  
 Diät 79f., 84f.  
*Dictamnus albus* 30  
*Digitalis purpurea* 15, 170, 172  
 Digitoxin 173  
 Digoxin 143, 173f., 220  
 Dionysos 152, 183  
 Dioskurides 151, 165, 174, 180, 183, 185  
 Diptam 30  
 Don Quijote 107  
 Donar 120, 157  
 Dost 63, 118, 132f., 141  
 Drogen 80, 94f., 111, 173  
 Druiden 98, 135, 200, 203
- Eberreis 22  
 Eberwurz 117  
 Eboga 46  
 Efeu 61, 181, 183, 203  
 Ehe 53, 157  
 Ehrenpreis 31, 133f.  
 Eisenkraut 134f., 137, 141  
 Elektrosmog 82  
 Elfen 19, 23ff., 33, 98, 170, 194  
 Elfenschlag 23, 25  
 Elfenschuss 24f.
- Emotionen 33, 43, 51  
 Empedokles 33  
 Enzian 20, 32, 135  
 Enzian, Gelber 32  
 Ephedra 94  
 Erdbeere 136f.  
 Erdrauch 22  
 Eros 54ff.  
 Eskimo 50, 84  
 Esskastanie 32  
 Ethnomedizin 9f., 17, 90, 93  
*Eupatorium cannabinum* 22
- Fallsucht 61, 131, 158, 183, 185f., 199, 201  
 Feierabend 87, 101ff., 106  
 Fenichel 32  
 Fiaker, Hl. 147  
 Fingerhut 15, 163, 167, 170ff., 203, 219  
 Flügelsamengewächse 207  
 Foltermaschinen 108  
 Forte-Mittel 168  
 Fraenkel, Albert 219  
*Fragaria vesca* 137  
 Frazer, Thomas 218  
 Freya 125, 137f., 150, 157  
 Friedman, M. 90  
 Fuchs, Leonard 117, 134, 171  
 Fuchsbandwurm 137  
*Fuga daemonum* 141  
*Fumaria officinalis* 22
- GABA 119, 143, 145  
 Gaia 99  
 Galen 32, 75, 129  
 Galgant 32  
*Galium odoratum* 159f.  
 Gallensäure 79, 167  
 Gamma-Linolensäure 128  
 Gandharvas 100f.  
 Gänseblümchen 137ff., 144  
 Geburt 12f., 18, 43, 78, 109, 215  
 Gelber Oleander 214f.  
 Gentechnologie 47, 49  
 Geranien (Perlagonien) 157  
*Geranium robertianum* 156  
 Germanen 19f., 24, 33, 46, 52, 100f., 106, 123, 138, 152, 157, 191, 205  
 Gesner, Conrad 189  
 Getreideschamanen 190  
 Gewürznelke 29f.  
 Giftpflanzen 187  
*Ginkgo biloba* 208f.  
 Ginkgo 198, 208f.  
 Ginseng 36, 168, 211f.  
 Ginster 15  
 Goethe, J. W. 171, 191, 193, 209  
 Goldener Zweig 200  
 Goldlack 8, 174f.  
 Gottfried von Anjou 193
- Granatapfel 31, 61  
 Green, Thomas 203  
 Grüne Suppe 129  
 Gurkenkraut 28, 126, 128  
*Gynostemma pentaphyllum* 36, 211
- Hagesuzze 205  
 Hahnenfußgewächse 167  
 Haller, Albrecht v. 214  
*Hamamelis virginiana* 168  
 Hanf 46, 128  
 Hanuman 61, 71f.  
 Hartheu 141  
 Harvey, William 75  
 Haselnüsse 59  
*Hedera helix* 61  
 Hegi, Gustav 186  
 Heilsprüche 25  
 Heine, Heinrich 52, 148  
 Helicobakter 76  
*Helleborus foetidus* 182  
*Helleborus niger* 180f., 185  
*Helleborus viridis* 182  
*Helleborus* 15, 18, 180ff.  
*Herba Sancti Petri* 158  
 Hermes, Arthur 48, 51, 70, 113  
 Heroische Medizin 172  
 Herzblatt 61, 138  
 Fuchsbandwurm 137  
 Herzensgebet 56  
 Herzenserinnerung 44  
 Herzform, typische 28, 61f.  
 Herzgespann (Krankheit) 22, 27  
 Herzgespann (Pflanze) 25, 28f., 168, 194, 197  
 Herzglykoside 15, 119, 167f., 197, 219  
 Herz-Jesu 56, 72  
 Herzklopfen 20, 27, 36, 82, 114, 138, 165  
 Herztransplantation 38, 40, 68  
 Herzwurm 20f., 26f., 120  
 Hexenverfolgung 108  
 Hildegard von Bingen 29, 32, 34, 63, 147, 151, 156, 158, 163, 190  
 Hill, John 115  
 Himbeere 140  
 Himmelschlüssel 157  
 Hippokrates 129, 174, 183, 201  
 Hirntod 69  
 Hirsch 141  
 Hirschminze 19  
 Holunder 25, 97, 191  
 Horen 101  
*Hortus sanitatis* 29  
 Hovorka, Oskar v. 178  
 Hufeland, Christoph W. 115  
 Humoralmedizin 29  
 Humoralpathologie 27, 29, 31, 74, 129, 153, 163, 179f.  
 Humore 125, 183ff., 197
- Hundsgiftgewächse 15, 18, 167  
 Hydrops 173, 175, 179  
 Hygiene 78f.  
 Hypericin 143  
*Hypericum perforatum* 46, 63, 141f., 189
- Iatrogene Erkrankungen 9  
 Illich, Ivan 77  
 Immergrün 196ff.  
 Ipecacuanha 131
- Japanischer Tempelbaum 208  
*Jen-shen* 36  
 Jesus 75, 56, 70, 133, 150  
 Jialiu Liu 211  
 Jiaogulan 36, 211f.  
 Jivaro-Indianer 45  
 Jogging 82, 86, 90  
 Johannes vom Kreuz 56  
 Johannes der Täufer 141  
 Johannisbeere 31, 128  
 Johannisblumen 189  
 Johanniskraut 20, 46, 63, 141ff., 159, 189  
*Juniperus communis* 46  
 Juno Februata 60  
 Jupiter 29, 43, 51, 55, 68, 101, 103, 112, 135, 163
- Kaffee 80, 82ff., 94, 161, 168, 212ff.  
 Kairos 99f.  
 Kali 50, 99  
 Kalweit, Holger 23f.  
 Kama, Kamadeva 56ff.  
 Kamille 133, 144f.  
 Kämpfer, Engelbert 209  
 Kapha 208  
 Kardiotoxine 169  
 Katharina, Hl. 106  
 Kava-Kava 95  
 Kelten 18f., 24, 59, 96, 98, 101ff., 106, 123, 171, 193, 199  
 Kirk, John 218  
 Kirsche 29  
 Kletteroleander 217  
 Klostergärten 28, 31, 125, 151, 163  
 Klostermedizin 27, 171  
 Kneipp, Sebastian 134, 155  
 Knoblauch 29, 80, 123f., 168, 183, 198  
 Kolbenbärlapp 22  
 Kombé 217  
 Kommission E 159, 187, 198  
 Königin der Nacht 174f.  
 Königskerze 146f.  
 Konrad von Megenberg 143  
 Konz, Franz 78  
 Kopernikus 112, 178  
 Kornwolf 190

- Kreislaufsystem 32, 75, 76, 167  
 Krishna 71, 112, 207  
 Kronfeld, Adolf 22, 178  
 Kundalini 71  
 Kunigundenkraut 22  
 Kunstherz 39, 46  
 Künzle, Johann 124, 156, 163
- Lachsner 20, 25  
 Lackviole 174  
 Leary, Tim 111  
 Lebenserwartung 76f., 85, 211  
*Leonurus cardiaca* 22, 29, 194f.  
 Leroi-Gourhan, A. 62  
 Leszczynski, Stanislaus 161  
 Liebesgetränke 60, 62  
 Liebeszauber 60, 62f., 117., 135, 190  
 Liebfrauenbettstroh 133  
*Ligusticum mutellina* 121f.  
*Lilium convallium* 30, 177  
 Linde 148ff.  
 Livingstone, David 218  
 Lonitzer, Adam (Lonicerus) 147, 157  
 Lorantheaceae 199  
 Löwenschwanz 22, 29, 194  
 Luitgard, Hl. 56  
 Lungenkräuter 17  
 Lupercalea 60  
 Luther, Martin 23, 150  
 Luzian, Hl. 189  
 Luzifer 49  
*Lycopodium clavatum* 22  
*Lycopus europaeus* 197
- Madaun 119, 121f.  
 Madaus, Gerhard 170, 179  
 Mädesüß 17, 116, 168  
 Mahatma Gandhi 216  
 Maibowle 159  
 Maifest 159, 203  
 Maiglöckchen 15, 28, 30, 62, 167, 176ff.  
 Majoran 63, 133  
 Makroanthropos 102f., 112  
 Maria Bettstroh 161  
 Maria 56, 108, 114, 125, 137, 150f., 153, 155, 165, 177, 197  
 Mariahimmelfahrtstag 147  
 Mariendistel 29, 151  
 Marzell, Heinrich 140  
 Maßliebchen 137  
*Mater Dolorosa* 56  
*Matricaria recutita* 144f.  
 Matthiolus, Pietro 158, 164  
 Mäusedorn 168  
 Meddygion Myddfai 171  
*media*-Mittel 168  
 Meerzwiebel 179f.  
 Melampus 183
- Melancholie 31, 91, 114, 125f., 129, 131, 141, 151, 158f., 178, 180, 185  
*Meliolotus officinalis* 168  
*Melissa officinalis* 31, 163ff.  
 Melissengeist 164  
*Mentha pulegium* 156  
*Mentzelia cordifolia* 138  
 Merlin 203  
*Meum athamanticum* 120f.  
 Milz 27, 31, 35, 69, 103, 133, 153, 163, 180, 184, 194, 201  
 Mistel 22, 168, 199ff.  
 mite-Mittel 168, 205  
 Mittelmeerdiät 80, 85  
 Mohammed 131  
 Mormonentee 94  
 morphogenetisches Feld 36, 98, 114, 203  
 Mühlen 100, 105ff., 203  
 Mühlräder 105ff.  
 Müller 105ff.  
*Myosotis palustris* 125
- Nataraja 72f.  
 Nebennierenrinde 126  
*Nerium oleander* 186  
 Neurowissenschaft 42  
 Nieswurz 15, 18, 167, 180ff.  
 Nikotin 80f., 194  
 Notburga, Hl. 102  
 Novalis 34  
*Nymphaea alba* 31
- Ochsenzunge 27f.  
*Ocimum basilicum* 28  
 Odermennig 135  
 Ojas 216  
 Ojibwa-Indianer 35  
 Oleander 167, 186, 214  
 Olwen 177, 203  
 OM 72, 96  
 Organspende 45, 69  
*Origanum vulgare* 63, 132f.  
 Osha 123
- Panax ginseng* 36, 211  
 Paracelsus 14, 33, 51, 135, 141, 151, 157, 164, 174, 181, 186  
*Parnassia palustris* 61, 138  
 Parvati 57f., 70  
 Pascal 34  
 Pearsall, Paul 39, 41, 44  
 Pelikan, M. E. 187  
*Perlagonium graveolens* 157  
 Persephone 132, 165  
 Persona 52  
*Perlagonium graveolens* 157  
 Persephone 132, 165  
 Persona 52  
 Pest 117f.  
 Petrus 150, 158  
 Pfeilgifte 215, 217  
 Pflanzendrogen 17  
 Pfeilerer, Beatrix 93
- Phantasmata* 141  
 Pibloktoq 91  
*Piper methysticum* 95  
 Pitta 208  
 Placebo 114, 172  
 Planet/Organ-Korrespondenz 51  
 Planeten 50f., 68, 85, 97, 103, 112f., 131, 184f.  
 Planeten, obersonnig 51, 112  
 Planeten, untersonnig 51, 112  
 Planetengötter 50, 104, 112  
 Plinius der Ältere 201, 135, 180, 197  
 Pluto 132  
 Poleiminze 156  
 Pollmer, Udo 79, 85  
*Polygonum bistorta* 28  
 Posttraumatische Belastungsstörung 67  
*Primula veris* 12, 157f.  
 Pseudo-Apuleius 147  
 Psyche 33, 55  
 psychedelische Pilze 95  
*Punica granatum* 31
- Qi 36, 210  
*Quatuor flores cordiales* 126  
 Quendel 17, 63, 133, 189
- Rachenblütler 167, 170f.  
 Rademacher, Johannes G. 152  
 Ramana Maharshi 70  
 Ramser 123  
 Ranunculaceae 167  
 Rati 58  
 Rätsch, Christian 35  
 Räucherungen 20, 46  
 Raublattgewächse 28, 126  
 Raute 22, 156  
*Rauwolfia serpentina* 168, 215, 217  
 Rauwolfia 216f.  
 Reduktionismus 173  
 Reptilienhirn 88  
 Reserpin 76, 216  
 Rhea 99  
 Ribes spp. 31  
 Richard Löwenherz 66  
 Riemenblumengewächse 199  
 Rigveda 56f.  
 Ringelblume 29  
 Rippe, Olaf 114, 135  
 Ritam 97f.  
 Rosa spp. 31, 152f.  
 Rose 152f.  
 Rosenlorbeer 15, 186f., 214  
 Rosenman, R. H. 90  
 Rosenöl 31, 153  
 Rosmarin 153f., 168  
*Rosmarinus officinalis* 31, 153f.  
 Rosskastanie 168  
 Roxette 111
- Rubus idaeus* 140  
*Rumex acetosa* 28  
 Ruprechtskraut 156f.  
*Ruscus aesculentus* 168  
 Russek, Linda 41  
 Ryff, Walter 155
- Sadhus 100  
 Säftelehre 27, 32, 29, 129, 133, 163f.  
 Salzverzehr 85  
 Samsara 112  
 Sankt Georg 117  
 Sankt Valentinstag 59  
 Samnyasin 97  
*Sarothamnus scoparius* 193  
 Saturn 51, 53f., 68, 99, 103, 112, 119, 125, 133, 163, 185  
 Sauerampfer 28  
 Schadenzauber 66  
 Schafgarbe 22, 189  
 Schellenbaum 167, 214  
 Schiller, Friedrich 34  
 Schlagfluss 21, 23, 178f.  
 Schlangenhholz 168, 215  
 Schlangenkaktus 174  
 Schlangenknochen 28f.  
 Schlangenzwurzel 168, 215f.  
 Schletter, Emil 216  
 Schlüsselblume 157ff.  
 Schneewittchen 64  
 Schrumpfköpfe 45  
 Schwartz, Gary 39, 41  
 Schwarzer Nachtschatten 22, 32  
*Scilla maritima* 179  
 Scrophulariaceae 167  
 Seele 33ff., 42ff.  
 Seerose 31  
 Seléne 175  
*Selenicereus grandiflorus* 174  
 Sexus 56  
 Seyle, Hans 86  
 Shakti 58, 71  
 Shanti 112  
 Sheldrake, Rupert 36, 42  
 Shen 36  
 Shiva 57ff., 70, 72f., 112  
 Silberaprikosen 210  
 Silberdistelwurzel 117  
*Silybum marianum* 151  
 Sioux-Indianer 64, 96  
 Skabiose 27  
 Sodbrennen 19f.  
*Solanum dulcamara* 22  
*Solanum nigrum* 22  
*Spiritus vitalis* 64  
 Stachys alpinum 22  
*Stachys sylvatica* 161  
 Stechginster 193  
 Steiner, Rudolf 34f., 48f., 72, 81, 131, 201
- Steinklee 168  
 Stents 15  
 Stinkender Storchschnabel 156f.  
 Stress 79, 84, 86, 89, 105, 114, 119, 126  
 Strohhalm im Herzen 20  
 Strophanthus 15, 18, 167, 217ff.  
 Sufis 152  
 Sumpferzblatt 61, 138  
 Süßholzwurzel 32  
 Susto 91  
 Synkope 27  
*Syzygium benedictus* 29
- Tabernaemontanus 125, 159  
*Tabernanthe iboga* 46  
 Tallbull, Bill 18, 119  
 Tarantismus 91  
*Terminalia arjuna* 207  
 Themis 101  
 Theresa v. Avila 56  
*Thevetia peruviana* 167, 214  
 Thymian 63, 155  
*Thymus serpyllum* 63  
 Tierkreis 103  
 Tierversuche 105, 161  
*Tilia cordata* 148  
*Tilia platyphyllos* 148  
 Time 100  
 Totengeister 46  
 Transfette 84  
 Traumzeit 88, 94f., 96, 98f., 100  
 Treben, Maria 134, 201  
 Tridoshas 208  
 Tschernebog 132f.
- Uhren 93, 100, 103f.  
*Ulex europaeus* 193  
 Unruh 118  
 Uranus 55, 99  
 Ureinwohner, australische 64, 67, 95f.  
*Urginea maritima* 167, 179
- Valentin, Hl. 59f.  
 Valepotriate 119  
 Vampirismus 65  
 Vata 208  
 Vegetationsdämon 120, 190  
 Veilchen 31, 59, 61, 126, 128ff., 132, 137  
 Venus 51, 55, 58, 62, 68, 103, 112, 131, 135, 152, 194, 197  
*Veratrum album* 185  
*Verbascum thapsiforme* 147  
*Verbena officinalis* 134f., 137  
 Vergissmeinnicht 125  
 Verkalkung 88, 185  
*Veronica chamaedrys* 31  
 Veronika, Hl. 31, 133  
 Vesalius 61, 74f.
- Vinca minor* 196f.  
 Vincamin 198  
*Viola odorata* 31, 129f.  
 Virginianische Zaubernuss 168  
*Viscum album* 22, 199ff., 202  
 Viviane (Nimue) 203  
 Voodoo 66f.
- Wacholder 20, 46, 97  
 Walahfried 153  
 Waldenberger, F. 14  
 Walderdbeere 136f.  
 Waldmeister 126, 159f.  
 Waldziest 161ff.  
 Walpurgisnacht 123, 132  
 Walthar von der Vogelweide 148  
 Warmuth, Susanne 84ff.  
 Wasserdost 22  
 Wegwarte 141  
 Weil, Andrew 167, 174  
 Weiss, Rudolf Fritz 179  
 Weißdorn 152, 168, 179, 191, 203ff., 217  
 Weiße Nieswurz  
 Wermut 20, 32  
 Wielandswurzel 118  
 Withering, William 172f., 203  
 Wohlstandsleiden 91  
 Wolfspflanzen 190  
 Wolfstrapp 197  
 Workaholic 90f.  
 Wotan 10, 70, 144  
 Wundkräuter, heidnische 161  
 Wurmseggen 26  
 Wurze 26
- Xenotransplantate 46f.
- Yoruba 64
- Zeitmesser, digitale 91  
 Zeus 61, 70, 131  
 Zimt 30, 165  
 Zitronellenöl 166  
 Zitronengras 166  
 Zitronenmelisse 28, 31, 163f.  
 Zwiebel 89, 168, 180  
 Zwischenzeiten 98