

## Das Johanniskraut

Heilpflanze von der Antike bis heute



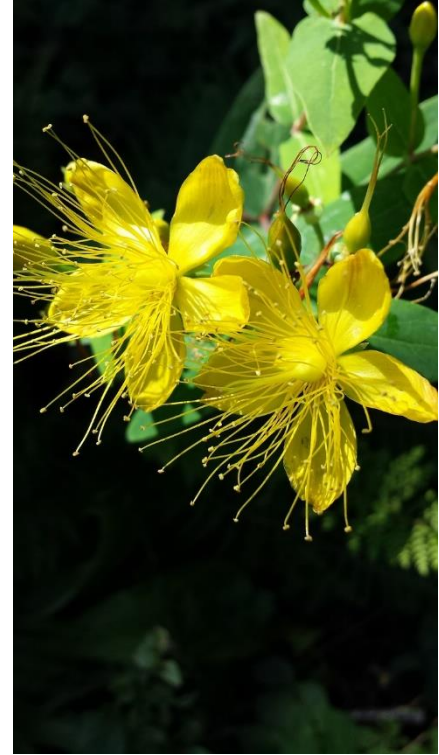
Das Echte Johanniskraut (*Hypericum perforatum*), auch Tüpfel-Johanniskraut oder Tüpfel-Hartheu genannt, ist eine

Pflanze aus der Familie der Johanniskrautgewächse. Es ist in Europa, Westasien und Nordafrika heimisch. In Ostasien, Nord- und Südamerika und in Australien ist es eingebürgert worden. Die Blätter erscheinen durch deren Öldrüsen durchlöchert. Das Echte Johanniskraut ist eine Staude mit einer tief in die Erde reichenden Wurzel. Der bis zu einem Meter hohe Stängel ist durchgehend zweikantig und innen markig ausgefüllt. Am oberen Stängelteil ist die Pflanze buschig verzweigt. Die Art tritt meist in größeren Gruppen auf, ist aber selten bestandsbildend. Die Halbschattenpflanze bevorzugt mäßigwarme bis warme Standorte. Die Blüten werden durch Pollen suchende Insekten bestäubt. Ihre Besucher sind vor allem Hummeln, Bienen und Schwebfliegen. Obwohl das Johanniskraut leicht giftig ist, wird es seit der Antike als Heilkraut verwendet. Wegen seiner stimmungsaufhellenden Inhaltsstoffe wird es vorwiegend als Antidepressivum verwendet. Die Wirkung wird vor allem auf den roten Farbstoff Hypericin im Pflanzensaft zurückgeführt. Volksmedizinisch wird Johanniskraut als Tee und Tinktur verwendet. Das Rotöl wird als Einreibemittel bei Hexenschuss, Gicht, Rheuma, zur Schmerzlinderung und Wundheilung, bei Blutergüssen und Gürtelrose verwendet. Man gewinnt es, indem man Johanniskrautblüten zwei Monate lang in kaltgepresstes Oliven- oder Sonnenblumenöl einlegt und in der Sonne stehenlässt.

## Die Johannimahd

Ein Beitrag zum Artenschutz

Mit Herz, Hand  
und Verstand.



### Naturhof Malchow

Dorfstraße 35, 13051 Berlin

Tel.: 030 927 99 830,

Fax: 030 927 99 831

[info@naturschutz-malchow.de](mailto:info@naturschutz-malchow.de)

[www.naturschutz-malchow.de](http://www.naturschutz-malchow.de)



### Öffnungszeiten:

Montag – Dienstag: 9 – 16 Uhr

Mittwoch – Freitag: 9 – 18 Uhr

Samstag und Sonntag: 10 – 18 Uhr

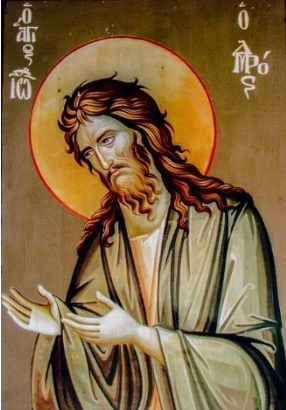
Bitte informieren Sie sich über die Winteröffnungszeiten auf unserer Webseite.



**Naturschutz**  
Berlin-Malchow



**Naturschutz**  
Berlin-Malchow



Der Johannistag (auch Johanni oder Johannestag) ist der Gedenktag an die Geburt Johannes des Täufers am 24. Juni. Er steht in enger Verbindung zu der Sommersonnenwende am 21. Juni. Die Johannisnacht ist die Nacht vor dem Johannistag, vom 23. zum 24. Juni.

## BRAUCHTUM

Das Johannisfeuer (oder Würzfeuer) steht in Zusammenhang mit Feuer- und Sonnensymbolik wie auch der Sonnenwende. Deshalb wird es häufig auch als Sonnenfeuer bzw. Sonnwend-

feuer bezeichnet. Es wird in der Nacht vor dem Johannistag angezündet. Dieser Brauch geht bis ins 12. Jahrhundert zurück.



## BAUERNREGELN

Johanni ist in der Überlieferung für die Landwirtschaft und das Wetter als Lostag von zentraler Bedeutung. Bei den alten Germanen bedeutete "losen" das Schicksal bestimmen, ein Orakel befragen. Im Mittelhochdeutschen verstand man darunter "horchen, genau zuhören, aufmerken". Die Sommersonnenwende leitet mit dem Ende der Schafskälte meist die Erntesaison ein.

Einige Pflanzen und Tiere tragen diesen Tag in ihrem Namen:

- das Johanniskraut, da es um diesen Termin blüht,

- die Johannisbeere erreicht zu dieser Zeit ihre Reife,
- die Johanniskäfer (Glühwürmchen) entfalten ihre Leuchtkraft rund um die Johannisnacht.

Die Futtergräser sind bereits reif, das Sommergetreide und viele anderen Nutzpflanzen beginnen nun ihre Reifeperiode. Rhabarber und Spargel werden traditionell bis zu diesem Tag geerntet. Johanni gilt daher auch in klimatisch schlechten Regionen (Küsten Norddeutschlands und Alpen) als spätester Termin für die Heuernte, aber auch als Garant für gutes Wetter. Der Begriff Johannischnitt spiegelt sich in mancher Bauernregel wider:

- „Vor dem Johannistag, man Gerst und Hafer nicht loben mag.“
- „Wenn die Johanniswürmer glänzen, darfst Du richten Deine Sensen.“

Die späte Mahd prägte auch die Artenvielfalt der europäischen Kulturlandschaften. Den meisten Wiesenpflanzen wird genügend Zeit gelassen, auszusamen. Bodenbrütende Vögel (wie Feldlerche und Wachtel) und viele andere Tiere, wie Insekten und Spinnen, können sich so erfolgreich vermehren.

