

ein kleines herbarium als da seien die kräuter heligoniens in all ihrer pracht und vielfalt, und in Ihrer kraft und that.

gesammelt seyt dem jahre 17 n.a.III und nun erneut für ein jeden thatkräftigen niedergeschrieben im jahre 23 n.a.III

> von jule drui en poëna und saleena prologium von hettel druzel

auf dass, was poënens leib entsprossen, dem menschen helfe, gut zu gedeihen und sich gesund zu mehren.





Liebe spielerin, lieber spieler,

WIR haben für dich dieses herbarium zusammengestellt, damit die heil- und pflanzenkunde in unseren live-rollenspielen besser eingesetzt werden kann. Die benutzung dieses Wissen bleibt ausschliesslich spielleitern und charaktern mit pflanzenkundlichen eigenschaften (druiden, heiler, medicus, magiern, elfen usw.) vorbehalten. Die anwendung der pflanzen und deren darstellung sind in folgende gruppen unterteilt:

- 1. kräuter, die Wirklichkeitsgetreu vom spieler eingesetzt und mitgebracht werden können: angelikawurzel, bockshornklee, blutwurz, eisenkraut, fenchel, geisterknolle, goldnesselchen, haselstrauch, kamille, katzenkraut, kastanie, kümmel, lavendel, malchea (malve), majoran, melisse, milchröschen (buschwindröschen) nesselchen (brennessel), pfefferminze, purpurbeerchen (hagebutte), quendel (thymian), rauchkraut, rosmarin, salbei, schafgarbe, spitzwegerich, schwarzbeere, tausenddukatenkraut, waldmeister, wermut, wetterwurz und zunderschwamm.
- 2. pflanzen, die von der spielleitung als künstliche blumen verbreitet werden: ameryllpflanze, baumrose, feenkuss, flusslilie, hexenschwamm, himmelsschlüssel, parimamorchel, parimamoos, schneekobold, sonnenuntergang, trollblume, viola und wurzelrose.
- 3. pflanzen, die zwar real existieren, jedoch nur andeutungsweise oder mit geniessbarem ersatz eingesetzt werden sollen: alraune, schneckenfarn, mistel und zyberus.

eine ausnahme bildet der milcherling (löwenzahn). Er kann, wenn er im spielgebiet vorkommt von dir gesammelt und wie in der beschreibung angewendet werden. Jedoch tritt die regenerierende wirkung nur bei sachgemässer anwendung ein.

texte von inés und marc hermann, julia und andreas riedlinger, Bilder von susanne schlott und unbekannten künstlern, rahmen/ layout von marc hermann



die 13malige obacht für den sammler - nach hettel druzel:

- um der gebenden göttin poëna wohlwollen nicht auszunutzen, sammle nur dort, wo mannigfaltig und in gesunder zahl dein pflänzlein wächst und so wird es dort alle tage stehen.
- * sammle immer nur den vorrat für ein Jahr an, denn nach genau dieser zeitspanne verlieren die meisten pflänzlein ihre Wirksamkeit. nehme auch nur das pflänzlein mit, das du sicher kennst.
- * denke vor dem rupfen daran, dass dem pflänzlem einen geeigneten ort zum trocknen und lagern braucht.
- Bedenke immer: im regen, tau und nebel gesammelte pflänzlein schimmeln. sammle deshalb am besten zur zeit des späten vormittags.
- * meide schmutzige pflänzlein, denn heilpflänzlein können nicht gewaschen werden. wertlos ist also unsauberes kraut!
- * verstaue dein heilpflänzlein immer im luftgen körblein, gar niemals im speckigen, luftlosen ledersack!
- * so du wurzeln nach hause trägst, reinige diese mit einer leichten bürste und wasche sie vielleicht kurz in fliessend wasser. der länge nach aufgeschnitten wird vor dem trocknen das fleischiges wurzelwerk.
- * so du dein kräutlein zum trocknen nimmst, tu dies nie im blickfelde des helios - denn er verdirbts. suche einen platz im schatten, vielleicht an einem zugigen ort.
- A nur bei beeren kannst du zum trocknen auch ein gering erhitztes kochgestein benutzen.
- * so deine pflänzlein gut getrocknet und zerkleinert sind, nehme sie vom helios- und vom xurlgeschützt, in verschliessbare stoffsäcklein oder in glas-, vielleicht auch tongefässe.



parimamoos	2
pfefferminze	2
purpurbeerchen, hagebutte, ceridenrose	22
quendel (thymian)	23
rauchkraut	23
ROSMARIN	24
salbei	2
schafgarbe	2
schneekobolð, saarkablume, heligonisches schneeglöckchen	20
schneckenfarn	20
schwarzbeere	27
spitzwegerich	27
sonnenuntergang, guðnaið	28
tausenddukatenkraut	28
trollslume	29
viola heligonia, helinchen	29
Waldmeister	30
Wermut	30
wetterwurz, hauswurz, donnerbar, hauhechel	3
wurzelrose, pilzrose, liebestod	3
zunderschwamm	32
Zyberus	32



inhalt

die 13malige obacht für den sammler - nach hettel druzel:2
die verarbeitung des pflänzleins - nach hettel druzel: 3
alraune, mandragorawurzel, elfengeheimnis6
ameryllpflanze6
angelikawurzel, zahme6
Baumrose, kronrose, mistelrose7
Bockshornklee
Blutwurz, tormentil
eiche 8
eisenkraut9
feenkuss, feenrock9
fenchel10
flusslilie, xurlmund, flussglück 10
geisterknolle11
goldnesselchen [taubnessel]11
haselstrauch12
hexenschwamm12
himmelsschlüssel13
kamille13
kastanie14
katzenkraut [Balòrian]15
kümmel15
lavendel16
malchea, rosa becherchen16
melisse17
meyoran [heligonischer]18
milchröschen (buschwindröschen) 18
milcherling, pusterlume19
mistel, donnerbesen, drudenfuss, heilkreuzholz19
nesselchen 20
parimamorcheln20



- * Beschrifte diesen aufbewahrungsort für dich lesbar mit kunde zum Inhalt und dem tag der verarbeitung.
- ♣ In diesem Büchlein folgenden anweisungen zur dosierung überschreite niemals.

weniger ist manchesmal mehr!

A hast du zweierlei kraut von ein und der selben wirkung, so mische sie miteinander, deren heilkraft kann sich ergänzen. mische aber so, wie du es beim einzlen pflänzlein getan hättest.

die mannigfaltig zahl der möglichen verarbeitung des pflänzleins - nach hettel druzel:

zwar kann eigentlich ein jedes stück vom pflänzlein zubereitet werden, jedoch weist nicht ein jeder teil im angestrebten masse heilkraft auf und zum anderen mag manches auch einen giftigen kern besitzen. So sind es meist blüte und blätter, die sinn ergeben. Weniger häufig auch früchte und wurzel und im abnehmenden auch samen, rinde und das harz. An vielerorten werden auch die vielen stücke miteinander gemischt. Hier richtet sich alles nach gewollten wirkung, der zu hilfe benommene pflanzenteil und, natürlich, der angestrebten anwendung.

so also zu unterscheiden, von a bis Z:

<u>abkochen</u>: Willst du rinde, samen oder wurzelwerk verwenden, so setze diese kalt an und lasse sie etwa eine viertel stunde auskochen. sodann, siebe zum schluss das grobe aus.

<u>aufguss</u>: nehme hierzu blüte und blatt oder auch zarte stücke. Diese werden mit kochendem wasser übergossen. nun decke das gefäss gut ab und verharre etwa eine viertel stund, am besten im dankgebet an die gebende poëna, denn so mag 's am besten gelingen. nach dieser zeit kannst du den trank verwenden - tue dies aber rasch.



<u>auszug</u>: willst du die vollständige wertvolle heilkräfte deines krautes nutzen so nehme dies. vermenge dein pflänzlein mit kaltem wasser und lass es sießen bis neun stunden lang ruhen. danach mache es etwas warm und trinke es sogleich.

BÄDER: MISCHE DEM HEISSEN BADWASSER STARKEN TEE ZU.

essig: versetzte das frische, kleingehackte pflänzlein zu gleichen teilen mit einem guten essig. 14 tage lasse dies in frieden und seihe dann ab.

grützenumschlag: vermenge dein zerhacktes pflänzlein mit kleie oder mit mehl und mit ein wenig wasser. Rühre dieses zu einem trägen teig und gebe davo etwas auf die wunde, wickle nun einen umschlag darum und schon bald wirst du besserung erkennen.

heilöl: das frische pflänzlein wird mit gutem öle angesetzt und mehrere wochen im anlitz helios destilliert, hernach ausgesiebt und abgefüllt. Dieses öl nehme zur behandlung einer wunde und zu einreibungen.

<u>ätherisches heilöl</u>: hierzu nehme das pflänzlein allselbst und destilliere es mittels eines hierfür nötigen apparatus.

kräuterkerze: gebe feinst zermösert teile deines pflänzleins in heisses kerzenwachs und ziehe dir lange, dünne kerzen mit einem dicken docht. Du wirst beim entzünden des lichtwerks deren wirsamkeit bemerken. Gerade pflänzlein, die die manneskraft stärken, sind für diese verarbeitungsart besonders geeignet.

presssaft: Zuvörderst benötigst du eine pflanzenpresse. dann, nehme nur frische pflänzlein, doch obacht, der presssaft, lässt sich nicht lagern! nutze ihn schnell und am besten für wund- und maulbehandlungen.

<u>pulver</u>: zermörser dein getrocknetes pflänzlein einfach und mische es in wein oder meth, koche es ein, oder streue es trocken auf die wunde.



zunderschwamm

aussehen: grosser, an alten buchen und eichen schmarotzender scheibenpilz.

fundort, verbreitung: laubwälder in ganz heligonia.

<u>verwendung und wirkung:</u> getrocknet ist der zunderschwamm ein unentbehrliches mittel zum feuermachen und daher auch sehr begehrt.

ZYBERUS

aussehen: staudengewächs mit rot-braunen, glockenförmigen blüten, aus denen eine schwarze, glänzende beere hervorgeht.

<u>fundort und verbreitung:</u> an den rändern der grossen wälder heligonias.

verwendung und wirkung: ein saft aus der beere ergibt ein hochwirksames gift, das bei einnahme sofort tödlich ist. daher ist die pflanze auch nach der schlange saarkas benannt. Verdünnt jedoch auf die augen aufgetragen kann sogar blinden geholfen werden.



wetterwurz, hauswurz, donnerbar, hauhechel

aussehen: aus einer dichten Rosette fleischiger grundblätter erhebt sich nach vier bis fünf Jahren ein unverzweigter, bis 1 elle hoher beblätterter stengel mit blütenköpfen aus zwölf sternförmig angeordneten Rosaroten kronblättern.

fundort und verbreitung: auf mauern, kaminen, felsvor-sprüngen und in Bauerngärten. Gesammelt werden die frischen Blätter während des Ganzen Jahres. die hauswurz blüht in poena.

verwendung und wirkung: die blätter oder auch der saft davon dienen äusserlich gegen alle entzündungen, die bräume, die rose oder das rothlauf und alle bissige schäden und geschwülste. Die blätter zerstossen, mit gerstenmehl zu einem pflaster vermengt, über das podagra gelegt, benimmt die schmerzen und heilet alle alte und frische wunden und auch brüche.

wurzelrose, pilzrose, liebestod

aussehen: herzförmige blätter, kurzer stengel, hellrote blüte.

<u>fundort und verbreitung:</u> um bäume herum, am fuss des baumes,

<u>verwendung und wirkung:</u> giftig. Bäume, unter denen wurzelrosen wachsen, sterben oftmals schon bald ab parimawald und umgebung. gesammelt wird die blüte im helios.



salbe: koche hierzu dein pflänzlein mit frischem schweineschmalz. verwahre sie verschlossen und abseits des auge helios' denn er verdibt's dir.

sirup: hierzu nimm frische, gute blätter deines pflänzleins und schichte sie arg gepresst abwechselnd mit zucker in ein beschwerbares gefäss. sodann vergrabe es, denn der sirup benötgt gleichmässige wärme, und hole es erst nach drei monden wieder hervor. sodann presse die flüssigkeit heraus und koche das ganze kurz auf. Ist dies getan, kannst du den sirup in gefässe füllen.

tinktur: setzte in einem wohl verdeckbaren töpflein das ungetrocknete, zerkleinerte pflänzlein im alkohole an. zum verhältnis nehme eines des pflänzleins zu fünfen des alkohols. stelle den verschlossenen topf in die wärme des helios und warte einen halben mond bis derer zweieinhalb. Willst du die tinktur trinken, verdünne sie.



alraune, mandragorawurzel, elfengeheimnis

aussehen: die wurzel ist oft seltsam menschlich geformt.

fundort und verbreitung: sehr selten zu sinden, meist unter galgen. gesammelt wird die wurzel im helios.

verwendung, wirkung: nützlich für jede art von liebeszauber, als alchemistische und magische zutat ist sie bei zauberkundigen sehr beliebt.



ameryllpflanze

aussehen: ca. 1 elle hoch, silberfarben, ca. 10-20 kleine, schmale blätter an verzweigtem stengel

fundort und verbreitung: an steinigen hängen, parimawald und umgebung. gesammelt werden ganzjährig die blätter.

verwendung, wirkung: halluzinogen, es heisst, die pflanze habe eine leicht magische aura, doch niemand hat bisher herausgefunden, was diese magie genau bewirkt.

ohrenwehe. Das wasser, saft oder pulver Davon auf alte tiefe wun-

angelikawurzel, zahme

aussehen: doldengewächs, ca 2 ellen hoch

fundort und verbreitung: in ganz heligonia

verwendung, wirkung: das wasser und pulver von dieser wurzel ist für alle innerlichen gebrechen gut: nämlich für grimmen, seitengeschwür, lungensucht, kalten biss und harnwind, monaltiche blume und zertheilt alle innerliche geschwulst und schäden. den saft der angelika in die hohlen zähne und ohnen gethan, benimmt zahn- und





wermut

aussehen: der wermut ist ein silbergraues kraut von aro matischem geruch. der ästige wurzelstock treibt zunächst eine Rosette grundständiger blätter am etwa einem fuss hohem stengel. Die stengelblätter sind spitz & umpandet und fiederspaltig. Die gelben blüten stehen ende helios in kleinen, kugeligen köpfchen.

fundort und verbreitung: In den wärmeren gegenden heligonias an felsigen hängen. In mittelheligonia an geschützen. warmen stellen.

verwendung und Wirkung: der Wermut ist ein vielseitg zu gebrauchendes kräutlein, tee aus den blättern hilft gegen magenverstimmungen und verdauungsstörungen. äusserlich angewendet hilft er gegen frostbeulen. Im norden darians wird der wermut gesammelt, getrocknet und in die kälteren regionen heligonias geliefert, wo er während der kalten jahreszeit verwendung findet. Im rauch des verbrannten wermut sollen gestalten aus dem limbus erscheinen. Welche sodann von eingeweihten befragt werden können. auch der wermut soll unheil und verhexungen vom träger dieser pflanze abhalten. oft wird der wermut auch in liebestränken als zutat benutzt. Wermut darf nur von kundigen verabreicht werden, da nur diese die dosierung des kräutleins kennen. nicht umsonst gibt es die redewendung "wermutstropfen". übermässiger genuss schadet dem körper.



wacholder

aussehen: die blätter des Wacholder sind spitz und nadelig. Die Rinde des strauches ist grau. Auffällig ist, dass das Reifender Beeren zwei Jahre Benötigt. Im ersten Jahr sind diese grün und Werden im zweiten Jahr violettblau bis schwarz und können dann geerntet werden.

<u>fundort und verbreitung:</u> vor allem in mittel- undsüdheligonia auf trockenem und felsigem boden.

verwendung und wirkung: sowohl als räucherwerk als auch im öl der beeren entfaltet der wacholder seine schutzwirkung, so soll er gegen diebstahl und boshaftig-

keiten anderer menschen wirken, aber auch gegen andere schlechte einflüsse. Das öl zum beispiel wirkt stark entgiftend und reinigend. Bei austreibung böser geister aus einem besessenen menschen oder brechen einer verhexung oder verfluchung nutzen geweihte gerne die kraft des wacholder als räucherwerk.

waldmeister

<u>aussehen:</u> trägt im dritten poëna-mond kleine weisse blüten, die gesammelt werden.

<u>fundort und verbreitung:</u> gedeiht auf dem boden von laubwäldern in mittel- und nord-heligonia.

verwendung und wirkung: einem weissen traubenblut beigemengt ergeben die blüten des waldmeisters ein köstliches getränk, das geist und körper erfrischt. Waldmeisteressenz findet bei frauenleiden anwendung, so wird diese frauen verabreicht, die unter einer unregelmässigen mondzeit leiden. Bei schwangeren frauen wird durch die einnahme eine fehlgeburt hervorgerufen.



den gethan, reinigt dieselben und macht, dass wieder frisches fleisch wächst.

Baumrose. kronrose. mistelrose

aussehen: herzförmige blätter, kurzer stengel, dunkelrote blüte.

fundort und verbreitung: In Baumkronen, Im parimawald und umgebung gesammelt wird die blüte Im helios.

<u>verwendung und Wirkung:</u> eine essenz aus der blüte Wirkt als gegengift gegen das gift der Wurzelrose bäume, auf denen baumrosen wachsen, werden von den ogeden besonders geehrt.

Bockshornklee

aussehen: weiss-rötliche trichterförmige blütenblätter

<u>fundort und verbreitung:</u> feuchte wiesen, an Rändern von teichen und seen, vornehmlich In den mittleren gefilden heligonias

verwendung und wirkung: frisch gepflückt und auf wunden gelegt verhindern die blätter eitrigen auswurf und unschöne krustenbildung auf der haut.

die zerstampften blätter finden verwendung in vielerlei rezepturen für wundsalben und wundbädern, die bei richtigem gebrauch den körper aufs trefflichste vitalisieren.



Blutwurz. tormentil

aussehen: kleine gelbe blüten und kräftige wurzeln,

<u>fundort und verbreitung:</u> die wurzeln sollen während der helios-monde geerntet werden.

verwendung und wirkung: gesammelt wird nur die wurzel des blutwurz, die gepresst wird. der so erlangte saft wird eingedickten getreidebreien beigemengt. diese speise festigt den stuhl. so werden gifte ausgeschieden, ohne dass der kranke zuviel wasser verliert. der saft kann aber auch zur bereitung einer salbe verwandt werden, welche aufgesprungene haut heilt und glättet.



<u>aussehen:</u> die eiche ist ein stattlicher Baum mit einem mächtigen stamm und ausgreifender, verzweigter krone

verbreitung: die eiche ist in ganz heligonia heimisch. allerdings gedeihen je nach klima andere arten des eichenbaumes. Während in valmera die korkeiche wächst, finden wir in der mitte heligonias die stiel- und steineiche. einzigartig ist auch die parimaeiche, die nur im parimawald anzutreffen ist.

verwendung und wirkung: um alle verwendungsarten aufzuführen, würde es eines gesonderten buches bedürfen. Hier sey nur niedergeschrieben, dass sowohl das laub, die früchte, die wurzeln, als auch die rinde verwendet werden kann. Die rinde ist nicht nur für das gerberhandwerk, sondern auch für die heilkundigen ein wichtig ding. einem fieberkranken diesselbe auf die stirn gelegt, wirkt sie schnell und zuverlässig.



trollblume

aussehen. kleine dottergelbe blüten, saftig grüne, nierenförmige blätter,

fundort und verbreitung: an Bachläufen und in den quellgebieten des Brazach, blüte im ersten und zweiten poena.

verwendung und wirkung: eine salbe aus den blüten lindert den befall von trollwarzen. gute druiden kennen geheime zusätze, die die trollwarzen gar gänzlich heilen.

viola heligonia, helinchen

aussehen: lila blüte, länglich-ovale, leicht gesägte blätter

fundort und verbreitung: äcker, felder überall in heligonia. Gesammelt wird die pflanze im frühen helios.

verwendung und wirkung: betörender duft, die ver-schiedenen pflanzenteile werden oft zur herstellung von liebestränken und liebesdüften mitbenutzt.



sonnenuntergang, gudnaid

aussehen: verzweigter stiel mit gelber blüte, ca. 1 bis 2 ellen hoch.

<u>fundort und verbreitung:</u> sonnenbeschienene wiesen, parimawald und umgebung gesammelt wird die blüte im helios.

verwendung. Wirkung: Beruhigend und schlaffördernd als die menschen und tiere einst nicht einschlafen konnten, weil saarka des abends Wieder einmal zu stürmen und zu wüten Begann, schuf helios der sage nach diese Blume, als er sich zu poena gesellt hatte.

tausenddukatenkpaut

aussehen: die pflanze hat eine kurze wurzel und einen aufrechten, vierkantigen, bis zu einer elle hohen, oben gabelig verzweigten stengel. Die länglichen stengelblätter sitzen gegenständig, der trugdoldige blütenstand trägt rosarote, selten auch weisse blüten.

<u>fundort und verbreitung:</u> an heliosbeschienenen hängen und waldrodungen in mittelheligonia.

verwendung und wirkung: Zur Inneren anwendung wird aus den blüten ein thee gebraut, der Zur stärkung nach einer krankheit gereicht wird. äusserlich angewendet werden die blüten bei verbrennungen auf die haut gelegt. Brandwunden werden so gelindert und geheilt.



eisenkraut

<u>aussehen:</u> ca 2 ellen grosse stengel mit kleinen weissen blüten. <u>fundort und verbreitung:</u> gemässigte zonen heligonias.

VERWENDUNG UND WIRKUNG: UM KOPFSCHMERZEN ZU VERTREIBEN, NIMM EISENKRAUT, SCHNEIDE ES UNGEFÄHR 1 ZOIL LANG ZUSAMMEN, SIEDE ES EINE HALBE STUNDE IM WASSER UND WASCHE BEIDE SCHLÄfe DAMIT, NACH EINER HALBEN STUNDE HAT SICH DAS KOPFWEH VERLOREN. TRÄGT MAN EISENKRAUT UND BEIFUSS BEI SICH, SO WIRD MAN VON KEINEM WOLFGETIER GEBISSEN. FRISCH GESAMMELTES KRAUT ZU EINEM THEE AUFBEBRÜHT BEFREIT DEN GAUMEN UND MUND VON EITRIGEN BLÄSCHEN.

feenkuss, feenrock

aussehen: ca. 3 ellen hoher stiel, weisse hütchen mit roten flecken.

fundort und verbreitung: feuchten wiesen, weichem boden, auf waldlichtungen. Gesammelt wird die blüte von helios bis xurl.

<u>verwendung</u>, <u>wirkung</u>; eine essenz aus der blüte wirkt belebend und erfrischend. doch bei unsachgemässem gebrauch ist vorsicht geboten! ist die essenz zu stark, besteht vergiftungsgefahr.



fenchel

aussehen: doldengewächs mit kleinen aurazith-gelben blättern mit bis zu zwei schritt hohem stengel. die blätter sind fadenförmig zerteilt.

fundort und verbreitung: fenchel gedeiht besonders gut auf mässig feuchtem boden in den wärmeren regionen heligonias und in mittelheligonia in geschützten standorten

verwendung und wirkung: nur die süss duftenden samen werden vielseitig verwendet. ein aufguss aus ihnen lindert atembeschwerden und husten. thee aus fenchel mit honig vermengt wirkt beruhigend auf magen und darm. vermengt mit anderen kräutern wird es zur bekämpfung der gefürchteten sumpfsieche verabreicht.

flusslilie, xurlmund, flussglück

aussehen: die pflanze entwickelt sich aus einer zwiebel. In den heliosmonden erblüht die flusslilie und trägt wohlriechende, grosse. gelbe blütenkelche.

fundort und verbreitung: Bach- oder flussufer, parimawald und umgebung. Gesammelt wird die blüte im helios.

kommt im quellgebiet des raken und rund um den bärenkopf in der provinz grünwalden auch mit weissen blütenblättern vor.

<u>verwendung</u>, <u>wirkung</u>: heilt innere und äussere wunden. Bei zu grosser dosis suchtgefahr die flusslilie oder der xurlmund, wie sie auch oft genannt wird, wächst nach dem volksglauben dort, wo xurl seine mutter küsst.



schwarzbeere

aussehen: BIS 3 fuss hoher strauch mit kleinen schwarzen in dolden angeordneten früchten

fundort und verbreitung: nördliches heligonia, blüte im xurl

verwendung und wirkung: saft von beeren mit honig eingegeben, tötet die spulwürmer in dem leib, aber es muss nach dem alter und stärke des menschen eingenommen werden.

spitzwegerich

aussehen: das kraut hat eine kurze wurzel und eine rosette langer, streifennerviger, zum breiten stiel hin allmählich verschmälerter grundblätter. die aufrechten stengel werden etwa eine elle hoch. die winzigen, weisslich-gelben blüten sind zu einer endständigen ähre zusammengefasst. die blütezeit ist von ende poëna bis anfang xurl.

<u>fundort und verbreitung:</u> sammelt man am besten In den ersten beiden poëna-monden an wegen und Waldrändern, bevor sich samenstengel bilden.

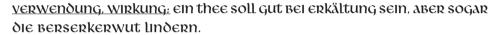
verwendung und wirkung: die wurzel, sowie die blätter werden zu wirksamen salben gegen zahnfleischbluten verarbeitet. Zusammen mit weiteren kräutern findet der spitzwegerich auch verwendung als mittel gegen die mundfäule. kundig auf frische, blutende wunden gelegt, hilft es die blutung zu stillen und ermöglicht eine schnelle heilung.



schneekoboló, saarkablume, heligonisches schneeglöckehen

<u>aussehen:</u> straussartiges wachstum, weisse blüte mit 6 blütenblättern. blätter stern-förmig um den stengel angeordnet, längsgerillt und spitz zulaufend.

fundort und verbreitung: auf wiesen, feldern und lichtungen, die noch teilweise mit schnee bedeckt sind. Gesammelt wird die blüte in den ersten beiden poënamonden.



schneckenfarn

aussehen: Bis 1 fuss hoch, doppelt gefiederte wedel, aB 2. helios sporenkappen auf der unterseite der wedel.

▶ fundort und verbreitung: schattige böden, lichtungen in lichten wäldern. gesammelt werden frische blätter von poëna bis xurl, sporen ab 2. helios.

yerwendung und Wirkung: die blätter Werden zur äusserlichen anwendung bei eitrigen wunden und entzündungen und auch bei gesässjucken aufgelegt.

aus den wurzeln gewinnen kundige einen trank, der gegen wurmleiden hilft. den sporen werden magische fähigkeiten nachgesagt, man soll davon unsichtbar werden.



geisterknolle

<u>aussehen:</u> über der erde etwa 1 elle hohe unscheinbare lange blätter mit stark riechender. Weisser wurzelknolle

<u>fundort und verbreitung:</u> locker wiesenböden, waldränder in ganz heligonia.

verwendung und Wirkung: Zum Würzen der speisen in kleinen mengen gar vortrefflich. Als knollen-Bündel an türen und fenstern aufgehangen hält die knolle untote, werwesen und geister fern, da diese den geruch nicht ertragen. Ist jedoch ein opfer Bereits gebissen worden, dann kann mit einem druckverband, der mit frischem geisterknollensaft getränkt wurde, der ausbruch der lykanthropie verhindert werden. Dieser sollte jedoch unmittelbar nach dem biss aufgelegt werden.

goldnesselchen (taubnessel)

aussehen: ähnelt sehr dem nesselchen, hat aber kaum Brennhaare und gelbe blüten

fundort und verbreitung: an Waldlichtungen in ganz heligonia, besonders Wirksame goldnesselchen gedeihen um die quelle des Raken in der provinz gründwalden.

verwendung und Wirkung: gesotten in heissem Wasser heilt es kranke von allen erkältungskrankheiten und fieber. Wirkt säubernd bei allen tierbissen.



haselstrauch

den poëna-monden lange, gelbe staubblüten trägt. Im xurl rei-0 fen dann die haselnüsse heran.



und nordheligonia an Waldrändern und in sträucherhecken, aber auch einzel stehend zu sinden.

verwendung und wirkung: In erster linie werden die nüsse zum verzehr gesammelt. daraus lassen sich vielerley reichhaltige, nahrhafte und leckere speisen bereiten. ein vorrat hilft über die strengen saarkamonde den hunger zu stillen und den körper bei gesundheit zu halten. Besonders schwangere frauen sollen reichlich mit haselnüssen versorgt werden, da so dem ungeborenen zu kraft und schönheit verholfen wird. frauen, welche den wunsch nach einem kinde haben, sollten täglich mehrere haselnüsse verspeisen, besondere kräfte birgt aber auch das holz des haselstrauches. Richtig geschnitten wird daraus eine wünschelgerte. Je nach wuchs und standort sind diese wünschelgerten dem träger zu diensten, um wasser oder erze, die sich im boden verbergen, aufzuspüren.

hexenschwamm

aussehen: weisser stengel, note mit weissen punkten getupfte kappε

fundort und verbreitung: be-sonders in dichten nadelwäldern von helios bis xurl, jedoch sehr selten zu finden.

<u>verwendung und Wirkung:</u> Wird nach geheimen rezepten zu einer salbe verarbeitet. auf die haut aufgetragen, kann man sich den vögeln gleich in die lüfte schwingen und fliegen.



salbei

aussehen: die blätter sind filzig, grünlich-weiss und sollten während des ersten helios-mondes gesammelt werden.

fundort und verbreitung: in mittel- und südheligonia an trockenen, heliosbeschienenen und geshützten stellen.

verwendung und wirkung: als speisewürze ist der salbei sehr beliebt. ein sud daraus reinigt die köppersäfte und säubert den leib von innen. äu-

sserlich angewendet reinigt der salbei die haut von pusteln und fetten ekzemen. selbst eitrige furunkel können mit salbei geheilt Werden, auch der salbei soll langes leben gewähren, so man jeden tag etwas davon isst. es fördert auch die selbstheilung.

schafgarbe

aussehen: aromatisches kraut mit einem büschel länglicher, grundständiger blätter, sowie aufrechten, reich beblätterten, etwa eine elle hohen stengeln. darauf befinden sich in dolden kleine weisse blüten.

> product und verbreitung: kommt recht häufig in ganz heligonia, hauptsächlich an waldlichtungen und wegesrändern, vor.

verwendung und wirkung: thee aus schafgarbe wird gerne älteren menschen verabreicht, weil dieser gebrechen und leiden des alters mindert. überflüssige körpersäfte werden ausgeschieden Lynd so der leib gereinigt. Besonders soll dies dem Betagten manne zu neuer kraft und ausdauer verhelfen. schafgarbenthee oder -öl stillt blutungen

und reinigt das blut.



Rosmarin

aussehen: Bis zu einer elle hoher strauch mit dicht verzweigten, rutenartigen ästen. Die pflanze hat schmale, ledrige, oberseits dunkelsgrüne, unterseits weissliche blätter. Die kleisenen, blassvioletten blüten blühen ende poëna.

fundort und verbreitung: der Rosmarin bevorzugt die Wärmeren gegenden heligonias. In mittelheligonia kommt er nur an Windgeschützten und frostfreien stellen vor.

verwendung und Wirkung: Der Rosmarin sollte nur von kundigen zu innerer anwendung verabreicht werden, da unsachgemässer genuss giftig sein kann. Dennoch ist er bei xurl-priesterinnen sehr beliebt, die die hände in Rosmarintee baden, um ihre heilkräfte zu stärken oder ihn als badezusatz verwenden, wenn der körper nach grösseren anstrengungen wieder kraft benötigt. Die männer soll er hier vor frühzeitigem haarausfall bewahren. Rosmarinöl zur waschung benutzt heilt leichte wunden schneller. Der duft des öls soll längeres leben geben. Saarkapriesterinnen verabreichen den frauen das Rosmarinöl, um mondzeitbeschwerden zu lindern. Ist der gefährte nach einem langen, arbeitsreichen tage ermattet, so können ein paar verriebene Rosmarinblätter neben der ruhestatt seine lust zurückbringen.



himmelsschlüssel

<u>aussehen:</u> sehr kleine blume mit gelben blüten und fleischigen blättern.

fundort und verbreitung: In den quellgebieten des brazach blüte nur im ersten poena.

verwendung, wirkung: eine salbe aus dem himmels-schlüssel ist das einzige gegenmittel gegen die ephordische fäulnis, thee vom himmelsschlüssel, zwei bis drei mal täglich getrunken, reinigt den frauen ihre krankheit, ist gut für gicht, harnstein und griess in den lenden. damit gewaschen macht es ein reines gesicht und erhält jugend und schönheit.

kamılle

<u>aussehen:</u> stengel ca. 1 elle, fiedrige blätter, weisse blüten mit dicken, goldgelben mittelpunkten.

fundort und verbreitung: fast überall in ganz heligonia, sogar in höhen bis 3 meilen. gesammelt wird die blüte von helios bis xurl.

verwendung, wirkung: die kamille wirkt krampflösend und entzündungshemmend. ein thee aus kamillen beruhigt zudem die nerven und wird gerne vor einer schlacht zu sich genommen.



kastanie

<u>aussehen:</u> helios- und anfang xurl-grüner, bis zu 30 schritt hoher laubbaum mit grossen, 5-7 zählig gefingerten blättern. Blüten weiss oder rot in grossen, aufrechten rispen. Die frucht ist stachelkugelig und weist 2-3, glänzend braune, samen auf.

<u>fundort und verbreitung:</u> diese Baumart ist nahezu in ganz heligonia anzutreffen. Ausser in südlichen ländereien wie darian und sedomee mag man erfolglos suchen.

<u>verwendung und wirkung:</u> gesammelt werden die früchte - namens kastanien - aber auch die blüten. letztere enthalten nämlich verschiedene gerb- und färbesäfte.

aus der kastanienfrucht kann ein mittelchen erzeugt werden, welches sich bei krampfadern, venenentzündungen, ohrensausen und hämorrhoiden bewähret hat. doch zeigt auch die verarbeitete rinde enorme heilkraft gegen oberflächliche hauterkrankungen und gegen den brennenden "heliosblick". ebenso zeigen die unreifen früchte und die blüten, in alkohol angesetzt und auf den körper eingerieben, wirkung bei rheuma und gicht. Vielerorts heisst es, lockt der geruch dieser tinktur aber auch waldwesen, wie den wurzelgnom, herbei.





quendel (thymian)

<u>aussehen:</u> das kraut hat aufsteigend bis niederliegende zweiglein mit kleinen dunkel- bis hellvioletten blüten, die einen angenehmen duft verbreiten.

fundort und verbreitung: an trockenen und heliosbeschienenen hängen und Wegrändern, besonders entlang des Brazachs in mittelheligonia bis an die küsten der Jolsee.

verwendung und wirkung: die nektarreichen blüten sind eine gute bienen-

weide und ergeben einen ausgezeichneten honig, wie der bekannte tatzelfelser honig, als speisewürze wird der quendel wegen seines guten geschmacks sehr geschätzt. Als thee ist er der verdauung förderlich und regt den appetit an. das öl wird ob seiner erfrischenden wirkung gerne dem badewasser zugefügt und für massagen aller art verwandt. Aufs zahnfleisch gerieben heilt es die mundfäule. Quendel darf auch im siechenbüschel nicht fehlen.

rauchkraut

aussehen: mannshohe pflanze mit grossen blättern und roten oder weissen kleinen blüten.

fundort und verbreitung: trockene und warme gegenden heligonias, vorwiegend darian. gesammelt werden die blätter im ersten xurl.

verwendung und wirkung: die Blätter werden getrocknet, geschnitten und zu rauchwerk gedreht. mancherorts wird das geschnittene rauchkraut in pfeifen gestopft. auch sind manche druiden in der lage das rauchkraut mit zusätzen anzureichern, die bei gemuss desselben traumbilder und visionen erscheinen lassen.



purpurbeerchen, hagebutte, ceridenrose

aussehen: dichte, helios- und anfang xurl-grüne hecke, mit bestachelten, bogigen zweigen. Blätter sind 5-7 zählig gefiedert, gezackt und eiförmig. Blüten sind schwachrosa und Riechen wohl. die frucht ist scharlachrot, eiförmig und von säuerlich-süssem, fleischigem geschmack.

<u>fundort und verbreitung:</u> meist nur im mittleren heligonia, wie im norden tlamanas, an lichten wäldern, an rändern derselben und in dichten sträuchern, zu finden.

yerwendung und wirkung: In der breiten bevölkerung findet eigentlich ausschliesslich die frucht verwendung, meist als tee, aber auch als marmelade, wein oder saft. Die frucht ist als stärkungsmittel für schwangere, weichliche kinder und greisen sehr beliebt. Dazu treibt es das wasser im körper und reinigt das blut. Von vielen werden die kerne aber auch als übles juckgift benutzt.

kräuterkundige wissen jedoch auch die blüte zu nutzen. mit grossem aufwand wird daraus rosenwasser hergestellt. dieses wird je nach konzentration verwendet. dem badewasser zugefügt macht es die haut zart und duftend. so

verleiht es unwiderstehliche schönheit und liebesglück. Rosenöl gilt als einziges heilmittel gegen den eitrigen grind.



katzenkraut [Baldrian]

<u>aussehen:</u> doldengewächs ca 1 elle hoch, gefiederte blätter <u>fundort und verbreitung:</u> in ganz heligonia

verwendung, wirkung: thee von dieser wurzel getrunken, ist gut für lendenwehe, husten, kalte biss, treibet den schweiss, den harn, magenss und andere krämpfe, brustbeengung und gichter. thee von den blättern bereitet wirkt beruhigend. diese werden auch gerne in zusammenhang mit anderen kräutern für tränke verwendet, die eine einschläfernde wikrung haben.

kümmel

aussehen: etwa eine elle hohes doldengewächs mit kleinen weissen blüten

<u>fundort und verbreitung:</u> warme gebiete, im westen des ehemaligen valmeras.

verwendung und wirkung: der samen dieser beliebten pflanze schützt vor bösem einfluss und wird daher in den verschiedensten bereichen eingesetzt. schutz vor diebstahl, krankheit oder bösen wesenheiten werden dem kümmel nachgesagt. des weiteren findet der samen verwendung in tränken zur steigerung der sehkräfte (z.b. trank des adlerauges).

zusätzlich ist er sehr beliebt als speisewürze und steigert die bekömmlichkeit der mahlzeiten.



lavendel

<u>aussehen:</u> Blau-violette Blüten, die einen unnachahmlichen duft verbreiten.

<u>fundort und verbreitung:</u> trockene hochebenen, vornehmlich im hochland drachenhains. Wird in den ersten xurl-monden geerntet.

verwendung und wirkung: lavendel wirkt stark beruhigend und findet daher oft in schlaftränken anwendung, aufgrund dieser entspannenden wirkung wird es sehr gern in badehäusern als badezusatz genutzt. In salben oder zwischen den fingern zerrieben und auf verbrennungen oder stiche kleiner plagegeister aufgetragen, heilt es diese sehr rasch, als beigabe in liebestränken und -zaubern sehr beliebt. darf in rezepten für siechenbüscheln nicht fehlen.

malchea, Rosa Becherchen

aussehen: etwa 1 fuss hoch, schöne rosa blüte

fundort und verbreitung: In den auen des brazach

yerwendung und Wirkung: ein thee aus der malchea gebraut hilft vorbeugend gegen allerley gifte. Regelmässig eingenommen kann kaum ein gift schaden zufügen, es sey denn es handelt sich um ein starkes zyberusgift.



parimamoos

aussehen: senfgelbes moos.

fundort und verbreitung: fast überall, besonders an und bei bäumen, parimawald und umgebung gesammelt wird es von helios bis xurl.

<u>verwendung</u>, <u>wirkung</u>: in massen bei krankheiten unterstützend anzuwenden wird auch gerne als färbemittel verwendet.

pfefferminze

<u>aussehen:</u> die bis zu 2 ellen hohe pflanze hat einen vierkantigen, verzweigten stengel, an dem gegenständig kurzstielige, länglichspitze, gesägte und behaarte blätter wachsen, die kleinen, lila blüten wachsen endständig in 6 - 8 dichten ähren.

<u>fundort und verbreitung:</u> auf lockererm, etwas fechtem, in guter dungkraft stehendem boden. gesammelt werden die blätter vor der blüte im poena und im 1. xurl.

verwendung, wirkung: der thee davon ist magenstärkend, das wasser ist, löffelweise genommen, bei krämpfen und blähungen im unterleib ein sehr gutes mittel. extrahiertes minzöl ist zudem ein linderndes mittel bei drachenbrand, wenn es auf die befallenen hautstellen aufgetragen und mit heissen tüchern verbunden wird.



nesselchen

<u>aussehen:</u> ca. 1 fuss hoch, die Blätter sind dicht mit brennhaaren besetzt.

<u>fundort und verbreitung:</u> feuchte wiesen, weges-rand in ganz helionia.

verwendung, wirkung: gesotten und die haut damit gewaschen, vertreibet den bösen grind. nesselwein mit honig vermischt, täg-

lich morgens und abends 2 bis 4 löffel voll davon lauwarm getrunken, benimmt den alten husten, macht weite brust, leichten athem, und ist gut den erkälteten lungen, treibt auch den urin und heilet die wassersucht und cholera, nesselblätter mit wunden eines tollen hundebiss, krebs oder wolf, wurm am finger gelegt, heilet dieselben insgesammt. Der stengel des nesselchen enthält lange und feste bastfasern, aus denen der nesselstoff hergestellt wird.

parimamorcheln

aussehen: weisser stengel, grün-brauner hut

<u>fundort und verbreitung:</u> feuchtes unterholz, parima-wald und umgebung gesammelt wird die ganze pflanze von helios bis xurl.

verwendung, wirkung: halluzinogen





melisse

aussehen: etwa ein schritt hohe pflanze, mit buschigästigem stengel. Die blätter haben einen groß gesägten rand und sind weich behaart. In den heliosmonden trägt die melisse kleine, weisse blüten, die zum teil in rosarot oder gelb überlaufen.

fundort und verbreitung: die melisse bevorzugt schwere, nährstoffreiche böden in sonniger und windgeschützter lage. da sie sehr frostempfinlich ist, muss sie in den kälteren regionen bei einbruch der saarkamonde mit stroh abgedeckt werden. am rande der nördlichen gebirge und in den trockenen gegenden kann die melisse nicht mehr gedeihen.

verwendung und wirkung: die melisse findet in verschiedensten heilenden tees und aufgüssen verwendung, ein thee aus frischen blättern am abend getrunken fördert den schlaf und lindert erschöpfungszustände. Da sie über einen angenehmen duft verfügt, wird sie oft zur geschmacksverbesserung übel riechender arzney beigefügt. Breite anwendung findet die melisse bei der bekämpfung des dreckschwartelodem. In der melisse befinden sich ätherische öle, aus denen wertvolle salben für die körperpflege gewonnen werden. Das reine öl kann für massagen und badezusätze verwandt werden, die eine entspannende und beruhigende wirkung auf der haut entfalten.



meyoran (heligonischer)

aussehen: etwa eine elle hoch, mit verzweigtem, schief aus der erde wachsendem stengel. pflanze trägt kreuzgegenständige, kleine, runde blätter und hellrosa

Blüten.

fundort und verbreitung: In den wärmeren gegenden heligonias, besonders darian und sedomee

verwendung und wirkung: unkundige verwenden den majoran als wohlschmeckendes würzkräutlein für vielerley speisen. kundige jedoch gebrauchen ihn besonders zur heilung des geistes, ein säcklein mit frischem majoran unter das kissen gelegt beschert ei-

nem trauernden angenehme träume und einen erholsamen schlaf. unglücklich verliebten spendet ein sträusslich aus majoran auf der brust getragen trost und zuversicht. majoranöl wird auf schlecht heilende wunden aufgetragen, um zu einer besseren heilung zu verhelfen. als badezusatz wirkt es schweisstreibend und entspannend. ausserdem dämpft ein bad mit majoranöl das sexuelle verlangen des mannes.

milchröschen (Buschwindröschen)

aussehen: weisse sternförmig angeordnete blütenblätter

fundort und verbreitung: Wächst vor allem in den Wäldern mittelheligonias zu beginn der poëna-monde, wenn die bäume noch die strahlen helios durchlassen.

verwendung und Wirkung: die stark duftenden blüten lindern augenkrankheiten.



milcherling, pusterlume

aussehen: etwa 1 elle hoch, gelbe korbähnliche Blüten, gezähnte blätter

fundort und verbreitung: an fechten wiesen und waldrändern in ganz heligonia.

verwendung und wirkung: der stiel enthält eine milchige flüssigkeit, die so wie die blüte ungeniesbar sind. Die blätter jedoch sind von grosser heilkraft und wirkung, wenn sie frisch auf eine blutende wunde aufgelegt werden.



mistel, donnerbesen, drudenfuss, heilkreuzholz

aussehen: Immergrüner, kuge-liger busch, bis Zu 2 fuss durchmesser, blätter zu zweien gegenständig, weisse scheinbeere, klebrig.

fundort und verbreitung: auf laubbäumen (jedoch nie auf rotbuche oder ulme. auf eichen wachsende misteln sind besonders wirksam und bei ogedendruiden besonders begehrt. Gesammelt wird die mistel je nach wirkungswunsch, die beere kann nur in den saarkamonden gesammelt werden.

verwendung und wirkung: ein talisman aus einer beere schützt gegen böses. Der strauch, in poena gepflückt und aufgehängt, macht fruchtbar und eignet sich als Zu-

> ytat für liebestränke. Bei helios gesammelt, entfaltet sich seine heilende wirkung. Bei xurl wirkt er siebersenkend und entwässernd bei saarka entspricht die wirkung der der beeren.