



Wenn man sich erkältet hat, helfen alte Hausmittel oft besonders gut. Man soll dann Holunderblütentee oder den Saft von Holunderbeeren (Fliederbeersaft genannt) trinken. Dann legt man sich möglichst mit Schal und Socken ins Bett. Der Gebrauch solcher Hausmittel ist oft Jahrhunderte alt und wird von Generation zu Generation überliefert.



Dass die Heilwirkung dieser Getränke auf wundersame Weise auch die Phantasie anregen kann, kannst du hier entdecken.

Der auf der folgenden Seite abgedruckte Text ist nur der Anfang des Märchens "Mutter Holunder" von dem berühmten dänischen Dichter Hans Christian Andersen.

Aufgaben:

- 1. Forscht** in einem Heilpflanzenbuch oder in einem Buch über alte Hausmittel nach, was dort über den Holunder steht!
- 2. Besorgt** euch aus der Apotheke oder im Reformhaus Holunderblütentee oder Holunderbeersaft (haben vielleicht auch eure Eltern oder Großeltern)!
- 3. Macht** es euch mit Tee oder Saft gemütlich!
- 4. Lest** euch den Märchenanfang gegenseitig und reihum vor!
- 5. Überlegt** und erzählt euch, wie die Geschichte wohl weitergehen könnte! Wenn ihr mögt, könnt ihr sie auch aufschreiben!

Freiwillige Zusatzaufgabe:

Lest in einer Märchensammlung das ganze Märchen von H. C. Andersen und vergleicht es mit eurer eigenen Fortsetzung! Welche gefällt euch besser?

- Überlegt einmal gemeinsam, ob und warum solch eine Phantasie-Reise dazu beitragen kann, dass man sich wohler fühlt und vielleicht schneller wieder gesund wird!

Mutter Holunder



Mutter Holunder

Es war einmal ein Junge, der erkältet war. Er war draußen gewesen und hatte nasse Füße bekommen. Niemand konnte begreifen, wo er sie sich geholt hatte, denn es war ganz trockenes Wetter. Nun zog seine Mutter ihn aus, brachte ihn zu Bett und ließ die Teemaschine hereinbringen um ihm eine gute Tasse Holundertee zu machen, denn der wärmt! In diesem Augenblick kam der alte lustige Mann zur Tür herein, der ganz oben im Haus wohnte und so allein lebte; denn er hatte weder Frau noch Kinder, liebte aber alle Kinder sehr und wusste so viele Märchen und Geschichten zu erzählen, dass es eine Lust war.

"Jetzt trinkst du deinen Tee", sagte die Mutter, "vielleicht bekommst du dann ein Märchen zu hören."

"Wenn ich bloß ein neues wüßte", sagte der alte Mann und nickte so freundlich.

"Aber wo hat sich der Junge die nassen Füße geholt?" fragte er.

"Ja, wo hat er die wohl her?" sagte die Mutter. "Das kann niemand begreifen."

"Bekomme ich ein Märchen?" fragte der Junge.

"Kannst du mir etwa sagen, denn das muss ich zuvor wissen, wie tief der Rinnstein drüben in der kleinen Straße ist, wo du in die Schule gehst?"

"Das Wasser reicht mir gerade bis an die Mitte meiner Stiefelschäfte", sagte der Knabe, "aber dann muss ich in das tiefe Loch gehen!"

"Siehst du, von dort haben wir die nassen Füße her", sagte der Alte.

"Nun sollte ich freilich ein Märchen erzählen, aber ich weiß keins mehr!"

"Sie können sich gleich eins ausdenken", sagte der Knabe.

"Mutter sagt, dass alles, was Sie sehen, ein Märchen werden kann und aus allem, was Sie berühren, können Sie eine Geschichte machen."

"Aber diese Märchen und Geschichten taugen nichts. Nein, die richtigen, die kommen von selbst, sie klopfen an meine Stirn und sagen: «Hier bin ich!»"

"Klopft es nicht bald?" fragte der kleine Junge, und die Mutter lachte, tat Holundertee in die Teekanne und goss kochendes Wasser darüber.

"Erzähl! Erzähl!"

"Ja, wenn die Märchen nur von selbst kommen wollten, aber so eins kommt nur, wenn es gerade Lust hat - halt!" sagte er auf einmal. "Da haben wir es! Gib acht, jetzt ist eins in der Teekanne!"

Und der Junge schaute zur Teekanne hin: der Deckel hob sich mehr und mehr, und die Holunderblüten kamen frisch und weiß hervor. Sie trieben große, lange Zweige, selbst aus der Tülle kamen sie, breiteten sich nach allen Seiten aus und wurden immer größer. Es war der schönste Holunderbusch, ein ganzer Baum. Er ragte in das Bett hinein und schob die Gardinen zur Seite; nein, wie das blühte und duftete! Und mitten im Baum saß eine alte, freundliche Frau mit einem wunderlichen Kleid; es war ganz grün, wie die Blätter des Holunderbaumes und mit großen, weißen Holunderblüten besetzt. Man konnte nicht gleich sehen, ob es Kleid war oder lebendes Grün und Blüten.