

Sandra Cramm

Hexen Seifen

15 pflegende Kräuterseifen mit der
magischen Kraft der Natur



Inhaltsverzeichnis

Warum Hexenseife?

Die Seifenherstellung

Kaltverseifung

Heißverseifung

Glyzerinseife

Verarbeitung der Kräuter

Ölauszug (Mazerat)

Alkoholauszug (Tinktur)

Wässriger Auszug (Sud)

Pflanzenteile

Honig, Milch, Meersalz, Tonerde...

Woher bekomme ich die Kräuter?

Utensilien

Bekleidung und Schutz

Geräte

Magische Rituale

Rezepte

Samhain

Julfest

Imbolc

Ostara

Beltane

Litha

Lughnasadh

Mabon

Gesundheit

Glück

Schutz

Erfolg

Liebe

Reinigung

Divination

Seifenfotos

Literaturtipps

Warum Hexenseife?

Die Verwendung von Kräutern zur Heilung und Pflege des Körpers war den Menschen schon vor tausenden von Jahren bekannt. Die alten Ägypter, die Babylonier, die Inder oder auch die Chinesen beschrieben in alten Schriften die Verwendung von Pflanzen und haben dieses Wissen bis in heutige Zeit überliefert. Es zeigt sich, dass unabhängig von der Kultur der Völker eine medizinische und magische Anwendung von Blättern, Blüten, Wurzeln und anderen Pflanzenteilen bei den Menschen schon vor ewigen Zeiten geschätzt und praktiziert wurde.

Heute spielt die Phytotherapie wieder eine größere Rolle, auch wenn Heilpflanzen oft durch standardisierte Wirkstoffpräparate ersetzt werden. Es lohnt sich, das alte Kräuterwissen der Großmütter und Hexen wieder in Erinnerung zu rufen und die heilende Wirkung der Pflanzen für Körper und Seele zu nutzen. Viele Pflanzen wachsen direkt vor unserer Haustür, oft als Unkraut unbeachtet am Wegesrand.

Dabei schlummert in ihnen eine großartige Kraft, die wir uns zunutze machen können. Viele Kräuter enthalten Stoffe die entzündungshemmend, adstringierend, pilztötend, beruhigend oder tonisierend wirken.

Die Zauberkräfte bestimmter Pflanzen liegen für uns heute hingegen oft unter einem Schleier verborgen, obwohl einige von ihnen seit jeher für Zauberer, Hexen, Magier und Druiden eine große Bedeutung hatten und haben.

Ob Ringelblume, Eisenkraut oder Veilchenwurzel, ob Efeu, Brennnessel oder Bärlapp: In der traditionellen Art des Seifesiedens können all diese magischen Pflanzen ihre volle Kraft entfalten. Selbst Goethe wusste um die Seele der

Pflanzen, er erkannte die unterschiedlichen Stimmungen, die von verschiedenen Pflanzen ausgehen. Begeben wir uns also auf diese Reise voller Magie, besonderer Stimmungen und Pflanzenkraft.

Die Seifenherstellung

Kaltverseifung

Die schonendste und auch allgemein bekannteste Art der Herstellung von Naturseifen ist die Kaltverseifung. Hierbei werden Lauge und Fette etwa handwarm abgekühlt und dann verrührt, bis eine puddingähnliche Masse entsteht. Diese wird dann in Formen gegossen in denen sie dann innerhalb weniger Stunden fest wird. Bis die chemische Reaktion vollständig abgeschlossen ist und die Seife eine ausreichende Milde erhalten hat, gehen noch 6-12 Wochen ins Land, in denen die Seife reifen muss.

Dieses Verfahren eignet sich besonders, wenn empfindliche Kräuteröle und Mazerate verwendet werden sollen, sowie zur Zugabe von feinen weichen Pflanzenteilen wie beispielsweise Blütenblätter, die sich gut verteilen können. Diese Methode wird als klassisches Verfahren am häufigsten in diesem Buch zu finden sein.

Vorteile:

- Öle werden schonend verarbeitet.
- Die Seifenmasse lässt sich gut gießen und einformen.
- Pflanzenteile verteilen sich gleichmäßig.
- Es ist kein stundenlanges Erhitzen der Seifenmasse nötig, die Herstellung geht recht schnell.

Nachteile:

- Nicht alle Kräuterzusätze lassen sich auf diese Weise gut verarbeiten (z.B. Rinden, die Gerbsäuren enthalten).
- Manchmal trennt sich die Seife in der Form (z.B. bei Zugabe von Tonerde oder Kohle).
- Die Seife braucht eine relativ lange Reifezeit von 6-8 Wochen.

Heißverseifung

Bei der Heißverseifung wird das Fett-Lauge-Gemisch zunächst wie bei der Kaltverseifung zusammengerührt und dann über einige Stunden erhitzt, um den Prozess der Verseifung zu beschleunigen. Die Seife ist danach im Grunde fertig verseift, jedoch tun ihr etwa 2 Wochen Reifezeit ganz gut, um noch milder zu werden.

Diese Methode eignet sich für einige pflanzliche Zusätze, die auf Grund ihres pH-Wertes (bestimmte Säuren, beispielsweise Gerbsäure) den Verseifungsprozess bei der Kaltverseifung unterbrechen und stören könnten, sodass die Seife sich in der Form trennt.

Vorteile:

- Die Seife kann bereits nach zwei Wochen verwendet werden.
- Fast alle Zusätze können eingearbeitet werden.

Nachteile:

- Die recht feste Konsistenz macht ein Einformen schwieriger.

- Empfindliche Öle sollten nicht so sehr erhitzt werden.

Glyzerinseife

Die Glyzerinseife oder auch Transparentseife wird mithilfe von Alkohol hergestellt, was uns die Möglichkeit gibt, auch alkoholische Tinkturen in der Seife zu verarbeiten. Die Herstellung erfordert jedoch etwas mehr Zeit, da zunächst eine fertige Seife im Heißverfahren hergestellt werden muss.

Manche Menschen empfinden Glyzerinseife als etwas austrocknend. Dies liegt nicht nur am Alkoholgehalt sondern oft auch daran, dass für eine wirklich transparente Seife keine oder nur eine geringe Überfettung vorgenommen werden darf, was uns jedoch nicht weiter stören soll. Unser Augenmerk liegt auf den Inhaltsstoffen, sodass wir eine „trübe“ Seife in Kauf nehmen.

Vorteile:

- Alkoholische Tinkturen können verwendet werden.

Nachteile:

- Die Herstellung dauert mehrere Stunden.
- Alkohol kann die Haut unter Umständen austrocknen.

Verarbeitung der Kräuter

Ölauszug (Mazerat)

Hierbei werden Kräuter oder Pflanzenteile in ein Gefäß gefüllt und dann mit Öl aufgegossen. Das Verhältnis sollte hier bei etwa 1 Teil Pflanze zu 3 Teilen Öl liegen, auf jeden Fall aber müssen alle Kräuter komplett vom Öl bedeckt sein. Die Pflanzen dürfen nicht feucht sein, da das Öl ranzig oder gar schimmelig werden kann. Wenn frische Pflanzenteile verwendet werden, sollten diese zunächst 1-2 Tage Trocknungszeit bekommen. Schneller geht es im Backofen bei 50-80°C und geöffneter Tür, hier reichen meist 30-60 Minuten zur Trocknung. Die Kräuter füllt man nun in ein Schraubdeckelglas, beispielsweise ein ausgedientes Marmeladenglas.

Für einen Ölauszug eignet sich besonders Olivenöl, da es relativ stabil und haltbar ist, aber auch Rapsöl oder Sonnenblumenöl können verwendet werden. Das Öl kann leicht erwärmt werden (ca. 50°C) ehe es in das Glas zu den Kräutern gegossen ist. Der Auszug angesetzt, sollte dieser nicht zu kühl aber dunkel stehen, beispielsweise nahe der Heizung oder in der Nähe eines Ofens (jedoch nicht zu heiß werden lassen, Glasgefäße können bei einseitiger Hitze springen!).

Der Ansatz sollte mindestens jeden dritten Tag geschüttelt werden, insgesamt dauert der Auszug nun 2-4 Wochen. Nach Ablauf dieser Zeit wird das Öl filtriert und ist bereit zum Einsatz.

Im Grunde lassen sich alle Kräuter gut zu Ölauszügen verarbeiten, besonders aromatisch und auch in der Küche geschätzt sind Salbeiöl, Basilikumöl und Thymianöl. Solltest

Du also etwas zu viel Öl angesetzt haben, verwende es doch das nächste Mal in der Küche, beispielsweise in einem Salatdressing.

Alkoholauszug (Tinktur)

Tinkturen werden in der Regel auch für die innere Einnahme hergestellt, beispielsweise kann aus Kräutertinkturen auch ein Magenbitter oder Likör entstehen. Hierfür muss ein hochprozentiger Trinkalkohol verwendet werden, der nachher mit Wasser auf etwa 40 vol% verdünnt wird. Da dieser Trinkalkohol auf Grund von Steuern und Abgaben sehr teuer ist, greift man in der Regel direkt auf Wodka oder Doppelkorn aus dem Supermarkt zurück, der mit 38-40 vol% bereits die gewünschte Alkoholkonzentration hat.

Allerdings bedeutet dies ebenso, dass neben den 40% Alkohol auch 60% Wasser enthalten sind, die unsere Seife stark verwässern würden. Stattdessen verwenden wir hochprozentigen Alkohol, der vergällt und somit nicht zur inneren Einnahme geeignet ist.

Verwenden kannst Du hierfür Ethanol oder Isopropylalkohol, die man im chemischen Handel bekommt.

Die Vorgehensweise ist ähnlich der des Ölauszuges. Man bedeckt 1 Teil Pflanzen mit 3 Teilen Alkohol, am besten verwendet man auch hierfür ein Schraubdeckelglas. Der Auszug dauert ca. 1-2 Wochen, das Gefäß sollte mindestens alle 3 Tage bewegt werden.

Der Alkoholauszug eignet sich nicht nur für Pflanzenteile wie Blätter und Rinden, sondern besonders für Harze wie Weihrauch oder Labdanum. Harze verbessern die Festigkeit und das Aussehen von Glyzerinseifen und wurden früher so gut wie immer zu deren Herstellung verwendet. Aber Achtung: Die verwendeten Gefäße lassen sich meist kaum reinigen, da sie von einer sehr klebrigen harzigen Schicht

überzogen werden. Zur Reinigung von Gerätschaften und Gefäßen eignet sich einfaches Speiseöl, das die Harzschicht lösen kann. Spülmittel kann in der Regel nicht viel ausrichten.

Wässriger Auszug (Sud)

Diese Form des Pflanzenauszugs kennt jeder, der sich schon mal einen Tee zubereitet hat. Hierbei werden die Pflanzenteile mit kochendem Wasser übergossen und einige Minuten stehen gelassen, bis die Pflanzenteile abgesiebt bzw. herausgenommen werden können. Dieser Sud kann bei der Seifenherstellung zum Auflösen des NaOH bzw. KOH verwendet werden und bildet dann die Lauge. Vorher muss der Sud jedoch völlig abgekühlt sein, da die Lauge sonst stark erhitzen und überschäumen kann. Um möglichst wenig Kalk und andere gelöste Stoffe zu verarbeiten, sollte für einen Sud nur destilliertes Wasser oder Regenwasser verwendet werden.

Erhitze etwa die doppelte Menge des im Rezept angegeben Wassers in einem Topf auf dem Herd. Gib eine Handvoll Kräuter hinzu und koche alles ca. 2 Minuten auf. Dann stellst Du den Herd ab und lässt alles noch ca. 10 Minuten ziehen. Nachdem die Kräuter abgesiebt wurden, muss der Sud abkühlen.

Pflanzenteile

Natürlich können auch ganze Pflanzenteile bei der Seifenherstellung verwendet werden. Allerdings sollten die Stücke nicht zu grob sein, die man im Seifenleim versenkt, da der starke Peelingeffekt nachher die Haut reizen kann. Pflanzenmaterial sollte zu feinem Pulver zermahlen werden oder sehr weich sein, wie z.B. Blütenblätter.