

De geneeskracht van de vlier

Verloren gegane kennis of ontmaskerde kwakzalverij?

GERRIT-JAN DE BRUYN

Als de vlierbessen rijpen merk je een toegenomen belangstelling van vogels. Vooral spreeuwen en lijsterachtigen brengen een bezoek aan het vlierstruweel. De bessen blijven dan ook niet lang aan de struiken zitten en overal kan je in die tijd de paarsgekleurde spreeuwenklodders vinden. Gezien de grote rol die de vlier in het leven van onze voorouders speelde, is het eigenlijk merkwaardig dat deze struik tegenwoordig bij mensen zo weinig in de belangstelling staat. Ook in onze nuchtere tijd zijn er nog diverse toepassingen van producten van de vlier.

Het Duitse woord voor vlier is Holunder, dat komt van Hollun-tar ofwel boom van vrouw Holle. Zij is de Germaanse godin van aarde, leven en dood. Ze gaf haar naam aan de onderwereld (Holle = hel) maar was ook de beschermster van de jonggehuwden en zorgde voor hun vruchtbaarheid. Ze borg al haar geneeskracht in de vlier ten behoeve van hen die zich daarvan op de juiste wijze wisten te bedienen. De vlier werd in de vorige eeuw wel de 'apotheek der armen' genoemd. In 1644 schreef de Duitse arts Martin Blochwitsch een 230 bladzijden tellend boek: *Anatomica Sambuci* (Anatomie van de Vlier) met recepten voor

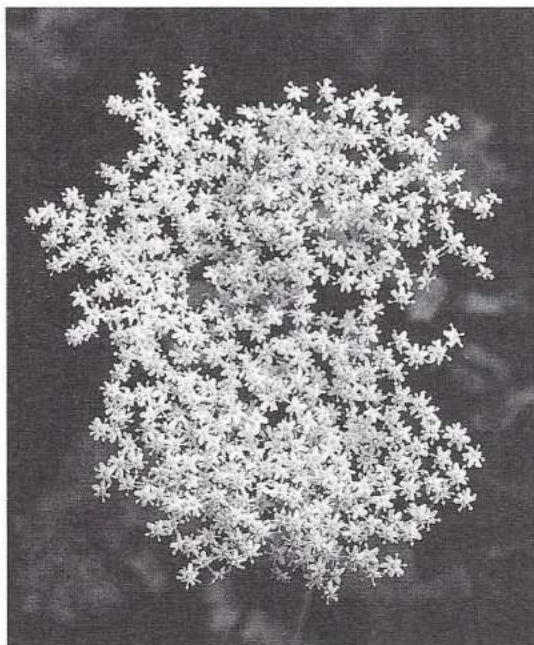
meer dan zeventig verschillende kwalen van kiespijn tot pest.

Laxerende en kalmerende bessen

De bessen bevatten diverse vruchtzuren, looizuur, suiker, etherische olie, bitterstof, sambucine, pentosaan, was, rubber, hars en vitamine C. Inwendig werden ze gebruikt als kalmerend middel en tegen slapeloosheid, verkoudheid, heesheid, keelpijn, hoest, bronchitis, amandelontsteking en bloedarmoede. Ze werken zacht laxerend, bloedzuiverend en zweetopwekkend. Uitwendig dienden ze tegen verbrandingen en woekeringen van de huid. Als je vlierbessensap op je ogen aanbrengt krijg je het vermogen om heksen te herkennen, maar dan moeten de bessen wel geplukt zijn aan de vooravond van St. Jan (23 juni) hetgeen wat problemen geeft, omdat ze pas in augustus rijp zijn. De Romeinen gebruikten het bessensap om hun haar te verven. Het wordt nu nog steeds gebruikt in stempelinkt voor het aanbrengen van keurmerken op levensmiddelen (b.v. vlees). In Engeland zijn speciale vlierboomwijnngaarden en worden op het feest van St. Catherine de 'Katacakes' speciaal overgoten met vlierbessensap. In Portugal werd in het midden van de 18de eeuw het kweken van vlieren verboden, omdat ze werden gebruikt voor het namaken van portwijn.

Bloeschermen

De bijna uitkomende bloeschermen kan je paneren en bakken tot een soort gesteelde pannenkoekjes. Vlierbloesemlimonade en vlierbloesemthee zijn verrukkelijke dranken, die iedereen in zijn leven een keer gedronken moet hebben. De bloemen bevatten ook allerlei bijzondere stoffen en aftreksels ervan worden o.a. gebruikt tegen griep, jicht, reuma en oogkwalen. Dat laatste als de oogzenuwen te lijden hebben als gevolg van schokken, zoals bijvoorbeeld bominslag. Vlierlotion wordt nog steeds verkocht als Eau de Sareau: een reinigingsmiddel voor huid en haar, goed tegen heet waterverbrandingen en roos.



Vlierbloesemlimonade en vlierbloesemthee zijn verrukkelijke dranken, die iedereen in zijn leven een keer gedronken moet hebben (foto: Ruth van Crevel).



Uit de bessen kan vlierbessenwijn worden gemaakt. In Engeland zijn speciale vlierboomwijn-gaarden en worden op het feest van St. Catherine de 'Katkakes' speciaal overgoten met vlierbessenwijn (foto: Theo Verstrael).



Wortel, schors, hout en bladeren

De wortel werkt laxerend en urineafdrijvend en werd gebruikt tegen waterzucht en ziekten van lymfhe en nieren. De schors is ook urineafdrijvend en diende tegen epilepsie en verscheidene zenuwaandoeningen. Volgens Albertus Magnus (13e eeuw) was de binnenste schorslaag een braakmiddel als deze van boven naar beneden geschild was. In tegenovergestelde richting geschilde schors was een laxerend middel. De bladeren werken bloedzuiverend, de thee werd gebruikt tegen verkoudheid, griep en infecties van de luchtwegen. Uitwendig werden de bladeren o.a. toegepast in kompressen tegen jeuk, dauwworm, scrofulose, eczeem, brandwonden, hoofdpijn en aambeien. Vroeger liepen mensen veel over stoffige wegen en kregen daardoor allerlei soorten oogontsteking, die blindheid konden veroorzaken. Dit kon door behandeling met verse vlierbladeren worden genezen. Een aftreksel van vlierbladeren wordt gebruikt om bladluizen te bestrijden. Jong vlierhout is heel zacht; vliermerg is een soort natuurlijk piepschuim en wordt gebruikt als hulpmiddel bij het maken van microscopi-



Als geneeskruid en in de mythologie neemt de vlier een belangrijke plaats in (foto: Ruth van Crevel).

sche preparaten en om horloges en andere kleine mechaniekjes schoon te maken. Holle vliertakken gebruikt men als blaaspipen om vuur aan te blazen en ook als fluiten (Flierefluiter!). Oud vlierhout daarentegen is zo hard dat het wordt gebruikt om kamradere voor molens van te maken, pinnen, vleespenen voor slaggers en kammen. Ook het mondstuk van de midwinterhoorn wordt van vlierhout gemaakt. Houtdraaiers gebruiken graag stobben van de vlier.

Verering en verguizing

Voor zigeuners is de vlier nog steeds heilig en ze kappen het hout ervan niet voor hun vuur: ze zeggen dat een boom, die alle ziekten kan genezen en die de blinden het gezichtsvermogen kan teruggeven, te kostbaar is om te verbranden. In Scandinavië gold Hylde-moer als bewaakster van de vlier. Haar goedkeuring moest worden gevraagd om er hout van af te snijden. In onze streken was de vlier de woning van een vriendelijk gezinde bosnimf. De struik werd dicht bij de huisdeur geplant en in ere gehouden. Hij beschermde het huis en vooral ook de waterput tegen hekserij en omkappen bracht ongeluk. Ook plantte men wel een vlier op een graf. Als die ging bloeien, dan was de overledene gelukkig in de hemel. Veedrijvers beschermden hun vee tegen ziekte en ongelukken met een zweepje van vlier en koetsiers van lijkwagens hadden een vlierhouten steel aan hun zweep. Wie bestolen was moest bij zonsopgang naar een vlier gaan, op het linkerbeen knielen in de richting van de zon en de vlier vragen om de dief het gestolene terug te laten brengen. In de strijd van de Romaans-Joods-Christelijke tegen de Germaanse cultuur poogde men de aan Freija gewijde vlier in een kwaad daglicht te stellen: de vlier werd een heksenboom, d.w.z. heksen konden zich in vlieren veranderen en het kruis zou van vlierhout gemaakt zijn. Judas zou zich hebben verhangen aan een vlier. Dat kan je trouwens ook zien aan de Judasoren die er nog steeds op groeien en die aanbevolen werden tegen keelpijn. We kunnen natuurlijk glimlachen om al dit soort 'onzin' die ze vroeger over de natuur vertelden. We moeten ons dan wel goed bedenken dat ze over een paar honderd jaar ook zullen glimlachen over alle onzin die de geleerden tegenwoordig over de natuur vertellen. In het algemeen geldt trouwens dat wat mensen over de natuur vertellen meer zegt over die mensen dan over de natuur.

DRS. G.J. DE BRUYN IS ECOLOOG EN ADVISEUR VAN DE STICHTING DUINBEHOUD.