



Lijsterbes

De boom begrijpen

Inhoud

De lijsterbes.....	5
Haar geschiedenis	7
De mythe van Hebe en de lijsterbes	9
De boom van Alisanus en de toverboom van de Kelten	10
Rituelen en volksgebruiken in Europa	11
Het takje onder het hoofdkussen	11
Symboliek van kracht en herstel	11
De boom van grenzen en genezing.....	12
In het boerenleven.....	12
All Hallows, Allerheiligen en Allerzielen.....	13
Beltane, de Walpurgisnacht – het lentefeest	13
De boom in vuur en kring - Zuivering en bescherming.....	14
Een heilige boom in Schotse traditie	15
De boom van Brighid en de kunsten.....	16
Rituelen rond afscheid en transitie.....	17
Noorse Runen	18
De boom van wiggelaars	19
De boom van het tussenin	21
Symbolen van bescherming en grens	22
De lijsterbes in de Johannisnacht	23
De boom van vrouwelijke kracht	24
De boom van bescherming in het menselijk leven	25
De boom van zuivering en vernieuwing.....	25
De grens als plaats van genezing	25
De boom van het hart	25

De innerlijke betekenis van bescherming	26
Samenvatting	26
Het hout	27
Staf of stok maken	27
Samenvatting van betekenis en gebruik.....	28
.....	29
Chemie, geneeskunde en symboliek.....	29
De transformatie van bitterheid	30
Wetenschappelijke context	30
Hildegard van Bingen – de “Eberesche”	31
Recepten met lijsterbes	32
Chutney van lijsterbes en appel.....	33
Likeur of schnaps van lijsterbes	34
Geroosterde bessen.....	34
Culturele context	34
.....	35
De boom in het hart van de dichter.....	35
Guido Gezelle – de roodgloeiende boom	35
Rutger Kopland – het kinderlijke zien	36
Lady Nairne – The Rowan Tree	36
Andy Goldsworthy – de cirkel van vuur en leegte	37
De boom als inspiratiebron voor verbeelding	38
Epiloog – de adem van licht.....	38
Literatuur en bronnen.....	39



De lijsterbes

Er zullen maar weinig mensen zijn die lijsterbes niet kennen. Het is een boom die veel voorkomt. Ze heeft verschillende verschijningsvormen: in juni draagt ze witte, heerlijk geurende bloemen. Daarna volgen in juli en augustus de rijpende, in trossen hangende oranje bessen. Ze wordt veel als sierboom aangeplant. Lijsterbes is echt een boom en kan vijftien tot twintig meter hoog worden. Veteranen bereiken soms een stamomvang van drie meter en een leeftijd van ongeveer 150 jaar. In engelsand staat bijvoorbeeld zo'n oude dibbus, bij Presteigne, d e leeftijd is onbekend maar ze is wel 8 meter in omvang, Er zijn ook meerstammige vormen die eruit zien als een struik.

Lijsterbessen vestigen zich graag aan bos- en heideranden of als pionier op kapvlakten, waar ze vaak talrijk voorkomen. De boom groeit in principe overal wel en stelt weinig eisen aan de bodem als het maar matig droog is, voedselarm en een beetje zure grond is. Ze houdt van zon, maar verdraagt ook halfschaduw. *Op afstand kan de Amerikaanse vogelkers lijken op een jonge lijsterbes,* vooral in de zomer, wanneer alleen de vorm of kleur van het blad zichtbaar is. Maar wie goed kijkt, ziet dat ze in bouw, geur en ecologie totaal verschillen.

- De **lijsterbes** heeft geveerde bladeren — één blad bestaat uit zeven tot vijftien smalle blaadjes met getande randen. In het voorjaar bloeit ze wit, in losse trossen, en in de nazomer hangen daaruit felrode bessen. De bast is grijs en glad, het hout licht. Onder

haar bladerdek blijft de lucht zichtbaar: het is een lichte, open boom. Lijsterbes hoort van nature bij het Europese bos en maakt ruimte voor andere soorten.

- De **Amerikaanse vogelkers** heeft enkelvoudige, glanzende bladeren met gave randen en een duidelijke nerf. Wanneer je een blaadje kneust, ruikt het naar amandelen of bittere kersen.

De bast is donkerbruin tot zwart en geurt eveneens licht naar amandel. In de lente verschijnen opstaande trossen met kleine witte bloemen, later gevolgd door donkerpaarse tot zwarte kersen. Ze groeit in schaduw, vormt een dichte struiklaag waarin nauwelijks nog inheemse planten of jonge bomen kiemen.

De lijsterbes verschijnt waar de aarde zich herstelt

Ze groeit op brandplekken, bij kapvlakten en verlaten hellingen.

Ze brengt schaduw voor zaailingen van eik en linde en verdwijnt weer zodra het bos volwassen wordt.

Ze is niet het einddoel, maar de aankondiging —
een boom die laat zien dat het leven terugkeert.

Haar rode bessen brengen voedsel, haar wortels verankeren de grond, haar lichte kruin laat ruimte voor nieuw licht.

Ze leeft in dienst van de cyclus: tussen komen en gaan, tussen begin en voltooiing.

In dat ritme schuilt haar betekenis.

De boom van bescherming is ook de boom van herstel.

Wie de lijsterbes leert kennen, herkent haar rol in het landschap:

ze is de eerste na de leegte, de wachter bij de rand, de heraut van nieuw leven.

Haar wortels herinneren aan ijs tijden, haar bessen aan zon, haar blad aan licht dat nooit helemaal verdwijnt. Ze leeft niet voor zichzelf, maar voor wat na haar komt — en daarom wordt ze in zoveel verhalen een boom van zegen genoemd.



Haar geschiedenis

De lijsterbes (*Sorbus aucuparia*) is een oer-Europese boom. Al in het Pleistoceen maakte zij deel uit van de gemengde loofbossen met eik, hazelaar en linde. Toen de kou van de laatste ijstijd inviel, trok de lijsterbes zich terug naar het zuiden. Alleen in de mildere streken van Europa — Noord-Spanje, Zuid-Frankrijk, Noord-Italië en de Balkan — overleefde zij, waarschijnlijk in beschutte dalen en op zonnellingen van de Alpen en het Centraal-Massief. Toen het klimaat weer opwarmde, begon haar tocht terug naar het noorden. Via rivierdalen en bergketens verspreidde ze zich over het continent, samen met pioniers als berk en wilg. Rond 7000 v.Chr. was ze opnieuw aanwezig in de Lage Landen en tot in Scandinavië. De oudste informatie over het voorkomen van de lijsterbes stamt uit de nieuwe steentijd (ca. 4900–2000 v.Chr.), een tijd waarin jagers-verzamelaars actief waren. Bij Emmer-Compascuum (Drenthe) werd een hamerbijl gevonden waarvan de steel was gemaakt van lijsterbeshout.

Over de verkoop van lijsterbeshout wordt melding gemaakt in een reglement uit 1558. Rond Berg en Dal (Gelderland) moest een koper in dat jaar onder andere lijsterbessen in het bos laten staan. Waarschijnlijk had dat te maken met jachtbelangen — de bessen moesten behouden blijven als voer voor het wild.

De lijsterbes is een pioniersboom, maar op haar eigen manier. Ze deelt met berk en wilg het vermogen om kale of verstoorde grond te koloniseren, maar gebruikt een ander verspreidingsmechanisme. Berk en wilg zijn windverspreiders: hun zaden zweven met de luchtstromen mee. De lijsterbes vertrouwt op dieren.

Haar rode bessen zijn rijk aan suikers en vitamine C en worden gegeten door lijsters, merels, spreeuwen en zelfs vossen. De harde pitjes worden niet verteerd — de boom wordt letterlijk met vogelpoep geplant. Zo verschijnt ze op open plekken, heidevelden

of kapvlakten waar weinig concurrentie is. Omdat vogels de zaden over grote afstanden verspreiden, vestigt ze zich snel op nieuwe plekken: jonge bosranden, brandplekken, hellingen, braakliggend terrein.

Ze groeit in arme, stenige of zure grond, vraagt weinig schaduw en verdwijnt zodra andere soorten het bladerdak sluiten. In die zin is ze de boodschapper van bosvorming — geen eindfase, maar een boom van begin en overgang.



De mythe van Hebe en de lijsterbes

Volgens de pre-Raphaëlitische Engelsen bestaat er een Griekse mythe over Hebe, de godin van de jeugd. Zij schonk de goden verjongende ambrozijn uit haar gouden beker. Op een dag, door een moment van onoplettendheid, liet zij de beker uit haar handen vallen. Terwijl hij uit de hemel gleed, kwamen demonen uit de lucht op hem af — schaduwen die het licht wilden grijpen. De goden stuurden een arend om de beker te redden voor hij verloren zou gaan. De vogel dook omlaag door wolken en storm, vechtend tegen de demonen die zich aan zijn vleugels vastklampten. In dat gevecht verloor hij veren en bloed. Waar die de aarde raakten, ontsproten de eerste lijsterbessen. Zo kreeg de boom de vorm van haar bladeren van de veren van de arend en de kleur van haar bessen van zijn bloed.

In de Noordse overlevering werd verteld dat de eerste vrouw, Embla, uit de stam van een lijsterbes werd gevormd, terwijl de eerste man, Ask, uit de stam van een es ontstond. De goden Odin, Vili en Vé gaven hun adem, leven en naam.

De boom van Alisanus en de toverboom van de Kelten

Ook de Kelten vertelden verhalen over de lijsterbes. Zij zagen haar als boom van bescherming en grens, die de wereld van mensen en geesten verbindt. Haar rode bessen werden beschouwd als dragers van licht en levenskracht, en nog altijd wordt ze in vele streken een boom van zegen genoemd.

De lijsterbes was gewijd aan de Gallisch-Keltische god Alisanus, beschermer van bossen en heilige plaatsen. Voor de Kelten fungeerde ze als toverboom: wie van haar bessen at, zou gezondheid en jeugd behouden. In sommige verhalen werd gezegd dat wie drie bessen at, al was hij honderd jaar oud, weer jong werd als dertig.

De Keltische druiden gebruikten twijgen van lijsterbes bij hun rituelen. Ze golden als beschermend hout, soms ook als wichelroede bij het zoeken naar metalen of bronnen. Vooral in Wales werd de lijsterbes als heilige boom vereerd, en in de Schotse Hooglanden plantte men haar bij huizen en stallen om toverij af te weren.





Rituelen en volksgebruiken in Europa

De lijsterbes is de boom van de grens — tussen leven en dood, seizoenen en werelden. Ze herinnert aan zuivering, inspiratie en moed. Of ze nu groeit bij een steenkring, een stal of een huis aan de rand van het bos, haar boodschap blijft dezelfde:

Bescherm, zuiver, vernieuw — en blijf verbonden met wat leeft, boven en onder de grond.

Overal in Noord-Europa is de boom verbonden met licht, vuur en bescherming. Ze groeit vaak aan de grens van het erf, bij bron of bij drempel — plaatsen waar de zichtbare wereld raakt aan het onzichtbare.

Het takje onder het hoofdkussen

Een lijsterbestwijgje in de hand zou helpen bij het vinden van antwoorden op vragen, vooral wanneer het onder het hoofdkussen werd gelegd. Aan het uiteinde van elke bes zit een klein vijfpuntig sterretje — een pentagram. De kleur van de bessen duidt op beschermende en verdedigende kracht. Het advies luidt dan ook: verwijder nooit een lijsterbes uit je tuin.

Symboliek van kracht en herstel

De lijsterbes staat symbool voor doorzettingsvermogen. Ze groeit op grotere hoogten, soms zelfs tussen rotsen. Ze brengt positieve levensenergie en breekt slachtoffergevoel

of verzwakkende invloeden van buitenaf af. In sommige rituelen werd gebruikgemaakt van een medicijnwiel — een stenen cirkel waarin lijsterbessen werden geplant. Deze boden bescherming aan wat zich binnen de cirkel bevond.

De boom van grenzen en genezing

In de Keltische traditie gold de lijsterbes als wachter tussen werelden. Ze verscheen op momenten van overgang — geboorte, dood, seizoensverandering of reis. De boom bewaakte het grensgebied tussen het bekende en het onbekende. Daarom werd ze gezien als boom van bescherming, genezing en inzicht.

In het boerenleven

Herders lieten hun schapen elk jaar onder de takken van een lijsterbes doorlopen in de hoop dat ze gezond bleven. Boeren legden lijsterbestakken rond hun veestal om ziekte te voorkomen.

Een bekend volksverhaal uit **Glen Lyon** vertelt over een jonge herderin wiens lammeren telkens verdwenen. Een oude vrouw uit het dorp gaf haar een bundel verse takjes van lijsterbes en zei:

“Bind ze met rode draad en maak er een boog van voor je kudde.”



De volgende ochtend, toen de schapen één voor één onder de boog doorliepen, kwam er een storm op, maar geen enkel dier verdween meer. Sindsdien, zo zeggen de mensen, wordt elk voorjaar de kudde opnieuw onder de lijsterbes gebracht om gezegend te worden. De boom werd zo ook de wachter van kudde en erf.

In Schotland en Ierland voegde men vaak takken van lijsterbes toe aan dat vuur, of men maakte een boog van twijgen waar de schapen en kalveren onderdoor moesten lopen voordat ze de heuvels in trokken. Men zei dat daardoor *“the eye of the witch could not touch them.”* Een lam dat onder de takken van de lijsterbes door was gegaan, zou niet sterven aan betovering of ziekten. De boom werd zo symbool van zegen, bescherming en overgang.

All Hallows, Allerheiligen en Allerzielen

In de Keltische kalender was Samhain het feest dat het jaar afsloot en de winter inluidde.

Het viel samen met wat wij nu kennen als Allerheiligen (1 november) en Allerzielen (2 november), dagen waarop de doden worden herdacht. In de volksmond verschoof dat moment later naar de avond ervoor — All Hallows' Eve, wat uiteindelijk Halloween werd.

Men geloofde dat in deze nachten de grens tussen werelden het dunst was: de wereld van de levenden en die van de overledenen raakten elkaar. Huizen werden gezegend, lichten brandden, en men liet voedsel staan voor de zielen die langskwamen. Juist in deze periode speelde de lijsterbes een rol als boom van bescherming.

Takken en bessen werden aan deuren en vensters gehangen om het huis te behoeden voor dolende geesten en kwade invloeden.

Wie in de Hooglanden een bundeltje lijsterbes met rood draad boven de deur hing, zei:

“Let no spirit pass this threshold without peace.”

De boom werd zo de wachter van de drempel tussen werelden. Ze herinnerde eraan dat er een weg is voor de levenden én voor de doden, en dat bescherming niet betekent afsluiting, maar bewuste doorgang. In sommige dorpen in de Highlands was het gebruikelijk om op All Hallows een vuur te maken van negen houtsoorten, waaronder lijsterbes. De as daarvan werd later gebruikt om grenzen te zegenen en overledenen te eren. Dat gebruik is verwant met het Beltane-vuur in de lente — het begin en het einde van dezelfde cyclus.

Zo vormt de lijsterbes een jaarrond ritueel: in de lente beschermt ze het nieuwe leven bij Beltane en in de herfst waakt ze over de overgang van Samhain.

Beltane, de Walpurgisnacht – het lentefeest

De Walpurgisnacht en Beltane zijn eigenlijk twee namen voor hetzelfde moment in het jaar: het begin van de zomer, de nacht van 30 april op 1 mei. En juist daar hoort de lijsterbes oorspronkelijk bij. Tijdens Beltane, begin mei, vierden mensen het begin van

de zomertijd. Het vuur van Beltane werd aangestoken met heilige vonken, en het vee werd symbolisch door de rook geleid om gezond te blijven. Op 2 mei werd de vloer van de stallen bedekt met takken.

Men geloofde dat melk beter werd gekarnd met een lijsterbesstok.

In de nacht van 30 april op 1 mei brak men een tak af onder het uitspreken van de spreuk:

“Rikke, rikke, rikke, melk in de strike.”

Een afkooksel van lijsterbessen moest varkens beschermen tegen ziekte.

In Ierland werd verteld dat de staf van de lijsterbes helderziendheid schonk aan reizigers.

In Finland bracht haar zaad het bos weer tot leven na vuur.

Op begraafplaatsen waakte ze over de rust van de doden,
en in Oost-Europa droegen jonge vrouwen haar bessen als teken van trouw.

Waar mensen zich tussen werelden bevonden — tussen land en lucht, tussen leven en dood — stond de lijsterbes, rood en standvastig, als beschermer van het grensgebied.

De verhalen over de lijsterbes keren telkens terug rond drie motieven:

1. Herstel: de boom verschijnt waar iets is verwoest.
2. Bescherming: ze waakt bij overgangen tussen werelden.
3. Zegen: ze wordt geassocieerd met vruchtbaarheid, helderheid en hernieuwing.

De boom in vuur en kring - Zuivering en bescherming

In de Europese volksgeneeskunde werd de boom gebruikt in rookrituelen en beschermingsvuren.

Lijsterbeshout, -bast en -bladeren werden verbrand tijdens begrafenisceremonies of bij seizoensovergangen om ziekte en kwade invloeden te verdrijven.

De rook gold als zuiverend, en de as werd soms rond huis of stal gestrooid.

In deze gebruiken is de boom niet genezend in farmacologische zin, maar beschermend door symboliek en aandacht.

De handeling van branden, ruiken, reinigen en zegenen had evenveel effect op de geest als op de omgeving.

Zo ontstaat een dubbel beeld: in de volksgeneeskunde als zuiverend middel en in de rituele traditie als drager van helderheid en bescherming

Bij de viering van Beltane werd een stukje lijsterbes in het vuur gelegd als offer. Het vuur van negen houtsoorten symboliseerde de cyclus van dood, bescherming en vernieuwing. De as werd gebruikt om drempels, handen en werktuigen te zegenen.

Men geloofde dat de boom het vuur schoner maakte en de rook lichter — dat wat verbrand werd, keerde terug als bescherming.

In sommige streken maakten vrouwen vlak voor Beltane een klein kruis van twee lijsterbestwijgen, samengebonden met rode wol. De rode wol symboliseerde levenskracht en bescherming, en verwees naar de kleur van de bessen zelf. Dat kruis werd boven de deur gehangen, in de stal of zelfs in de mast van een vissersboot. Zo'n kruis heette in het Gaelisch een *crois caorainn* (uitgesproken *kroes keerin*), letterlijk: *"kruis van de rowan tree."*

Er bestaan verslagen uit de 18e en 19e eeuw van reizigers in de Hooglanden die zulke kruisen beschrijven. Eén van hen, Martin Martin (1703), noteerde:

"No house was built without a rowan cross placed above its door, to keep away the evil eye."

Wat je zelf eens kunt doen

Leg bij een groepsvuur een klein stukje lijsterbes in de vlammen. Wanneer het vuur is gedoofd, neem een beetje as mee en strooi het bij een drempel, boom of pad waar bescherming gewenst is.

Een heilige boom in Schotse traditie

De Rowan tree (*Sorbus aucuparia*, in het Nederlands de lijsterbes) behoort tot de meest heilige bomen van de Schotse volks-traditie. Een oud gebruik uit Fife zegt:

"Scottish tradition does not allow the use of the tree's timber, bark, leaves or flowers, nor the cutting of these, except for sacred purposes under special conditions."





Volgens deze regel mocht de boom niet worden gesneden of gebruikt, tenzij voor een ritueel of gewijd doel. Het hout was niet bedoeld voor alledaags gebruik, maar voor bescherming, genezing en magie.

Wat je kunt doen

Wanneer je met lijsterbes werkt, snijd of verzamel dan nooit zomaar. Neem alleen wat de boom vanzelf laat vallen of wat je nodig hebt voor een concreet ritueel. Doe dat bij voorkeur bij afnemende maan, op een stille ochtend. Zorg dat de boom geen grondstof maar een bondgenoot is.

De boom van Brigid en de kunsten

Brigid is de Keltische godin van dichtkunst, genezing en het smeedvuur — drie vormen van scheppende kracht: woord, hand en vuur. In haar drievoudige gedaante (dichteres, genezeres, smid) bewaakt ze de creatieve vonk die alles nieuw maakt. In Schotland, Ierland en Wales werd de lijsterbes met haar geassocieerd omdat die boom gold als beschermer van kunstenaars, reizigers en kinderen.



Van haar hout werden spindels en spinnewielen gemaakt, waarmee het spinnen werd gezegend en beschermd tegen ongeluk. Rond steenkringen in Schotland werden vaak lijsterbessen geplant; deze plekken golden als bijzonder krachtig. Men geloofde dat

Schotse elfen (The Fair Folk) daar hun bijeenkomsten hielden — binnen een cirkel die door de lijsterbes werd beschermd.

De rode bessen golden als zinnebeeld van de vonken van haar vuur, en de boom zelf als *Tree of Inspiration* — verwant aan de bardische symboliek van helderheid en geestelijke bescherming.

In het Keltische **Ogham-alfabet** heet de lijsterbes Luis, de heilige boom van februari, symbool van vernieuwing en licht na de winter. De boom werd geplant bij bronnen of kruispunten die aan Brighid waren gewijd, vooral rond Imbolc (1 februari), haar feestdag.

Rituelen rond afscheid en transitie

Lijsterbeshout werd verbrand op **begrafenisvuren** — het vuur stond symbool voor dood én wedergeboorte.

De *Druid Ovates and Seers* verbrandden rowan tijdens rituelen van waarzegging en reiniging.

De oude Barden beschouwden de lijsterbes als de *Tree of Bards* — de boom van inspiratie, poëzie en helderheid van geest. Ze was één van de negen heilige houtsoorten in het Beltane-vuur van de Druïden.

In mythologische verhalen wordt de boom geassocieerd met draken en slangen — de hoeders van heilige kracht.

Wat je kunt doen

- Leg bij een overgang of afscheid een klein stukje lijsterbeshout in het vuur als teken van loslaten.
- Strooi na afloop een beetje van de as bij een drempel of gereedschap dat opnieuw gezegend wordt.
- Gebruik een bundeltje gedroogde blaadjes of bessen als reinigingsrook (in kleine hoeveelheid).
Runenstaven, amuletten en wandelstokken

Noorse Runen

In de tijd van de Noormannen werden runenstaven gesneden uit het hout van de lijsterbes. Deze *rune staves* dienden als amuletten met tekens voor bescherming of inzicht.

In de christelijke tijd bleef de boom een beschermend symbool. Twijgen werden gebruikt tegen heksen, negatieve magie en het *Evil Eye*. Een oud Schots rijmpje zegt:

“Rowan tree and red thread, will put witches to their speed.”

“Lijsterbes en rood draad jagen heksen op de vlucht.”

Twee takjes werden in kruisvorm gebonden met rood draad en boven de deur of stal bevestigd om mens en dier te beschermen. Wandelstokken van lijsterbes werden gebruikt om reizigers te beschermen tegen de geesten van het woud.

Wat je zelf kunt doen

Rode draad of wol hoort bij het werken met lijsterbes. Gebruik het telkens als je een takje bindt of een amulet maakt: rood is de kleur van de brug tussen leven en bescherming.

- Snijd twee kleine twijgen van ongeveer 10 cm. Leg ze kruislings en bind ze met rood draad. Hang ze boven een ingang.
- Gebruik een gevallen, rechte tak als wandelstok. Laat een deel van de schors zitten, snijd eventueel eenvoudige tekens (R voor bescherming, Y voor verbinding) en wrijf het hout in met was of olie.
- Draag een klein kruisje of stukje hout in je jaszak als persoonlijke bescherming.

De boom van wiggelaars

De lijsterbes werd ook wel Witch Tree of Wicken Tree genoemd. Ze diende bij divinatie — het vinden van metalen of water — en als hulpmiddel voor genezers en magiërs. Het hout versterkte intuïtieve vermogens en werd vaak gebruikt voor magische staven (*wands*). Het hout speelde ook een rol in spreken voor genezing, bescherming, succes en helderheid.

Wat je kunt doen

- Maak een eenvoudige staf van een tak die goed in de hand ligt. Verwijder overtollige schors, polijst licht, snijd één symbool erin en laat het drogen in zon of maanlicht.
- Gebruik de staf bij overgangs- of dankrituelen, of tijdens een bosbad als drager van aandacht en focus.



- Laat na afloop de staf bij voorkeur weer terugkeren naar het bos, als teken van wederkerigheid.



De boom van het tussenin

De lijsterbes leeft op de grens — tussen open veld en bos, tussen dal en berg, tussen licht en schaduw. Ze verschijnt op verstoorde grond, waar het landschap herstelt. Daar waar verbranding, storm of kap de aarde openlegden, komt zij als eerste terug. Ze is niet de boom van voltooiing, maar van herstel. Haar rol is die van overgang en bescherming, van bewaken en opnieuw beginnen.

Ze toont dat er leven is na leegte, kleur na winter, beweging na stilstand.

Dat maakt haar tot de boom van het liminale, van het midden tussen werelden.

Overall waar mensen grenzen wilden markeren, plantten ze lijsterbessen. Aan de rand van een erf, bij een brug of bij de ingang van een dorp stond een boom die waakte. Die plek had altijd een dubbele betekenis: letterlijk grens, maar ook geestelijke grens. De boom stond tussen het bekende en het onbekende, tussen veiligheid en avontuur, tussen huis en woud, tussen leven en dood. Ze waakte niet alleen over het erf, maar over de ziel van wie er woonde.

“De boom staat stil, maar haar werk is beweging.”

— anonieme bardische spreuk (Schotland)

De lijsterbes werd zo de wachter van de poort. Ze verschijnt als de aarde zich opent, als het leven opnieuw begint. Waar zij wortel schiet, keert het bos terug. Daarom wordt ze in oude verhalen de boom van bescherming genoemd: de eerste die terugkeert na leegte, de stille bode van nieuw leven.

In rituelen van Druïden en Barden gold ze als de boom van het tussenin — het magische midden waar verandering plaatsvindt. De Order of Bards, Ovates & Druids noemt haar nog altijd the Tree of Thresholds: de boom van drempels, bewaker van overgangen, gids tussen werelden.

Wie haar bessen van dichtbij bekijkt, ziet aan de onderzijde een klein vijfpuntig sterretje — een pentagram. Sinds de oudheid staat dat symbool voor bescherming en de samenhang van de vijf elementen: aarde, water, lucht, vuur en geest.

Zo is de lijsterbes door de eeuwen heen bewaard gebleven als boom van herstel en bewaking, een grensboom tussen sferen. Ze werd geplant niet alleen om haar schoonheid, maar om te waken — over huis en haard, over kudde en kind, over de grens tussen wat was en wat zal zijn.

Symbolen van bescherming en grens

Overall in Noord-Europa draagt de boom hetzelfde motief:

- ze groeit aan de grens van bos en veld,
- ze markeert de overgangen van seizoenen,
- ze waakt over **huis en erf**,
- ze beschermt tegen bliksem, ziekte, nachtwezens en onheil.

De kleur rood staat voor bloed, levenskracht en weerstand.

De vijfpuntige ster is het teken van evenwicht. En wie op All Hallows een tak van lijsterbes ophangt boven de deur, herhaalt een gebaar dat al duizenden jaren oud is — een gebaar van bescherming, dankbaarheid en verbinding tussen werelden.

Zweden (Dalsland):

De herder versierde zichzelf en zijn vee op de dag vóór of na Hemelvaart met bloemen, en droeg bij het uisdrijven van het vee een versierde lijsterbes in zijn hand.

Daarna werd die boom bij de stal geplant om de dieren tijdens de weideperiode te beschermen tegen ziekte en ongeluk.

Duits gebruik: boerenorakel

Een jaar waarin de boom veel bessen droeg, voorspelde een goede graanoogst — maar ook een strenge winter.

Noord-Duitsland (het Kälberquicken):

Op 1 mei ging de boer vóór zonsopkomst met een stukje koper naar het bos. Op het moment dat de eerste zonnestralen de boom raakten, sneed hij een tak van lijsterbes. Met deze Lebensrute sloeg hij de jonge kalveren driemaal over de rug en gaf ze hun naam. Dat zou vruchtbaarheid en levenskracht versterken. De tak werd daarna met witte linten en eierschalen versierd en boven de staldeur gehangen als bescherming tegen ziekte en onheil.

Oostenrijk (Pinzgau, Schafikroppzoig):

De bladeren van de boom werden nog altijd aan schapen gevoerd, als krachtvoer.

In Polen en Oekraïne heet de boom jarzębina. Ze werd gezien als boom van vrouwelijke kracht, trouw en vruchtbaarheid. Meisjes droegen kettingen van gedroogde bessen op hun bruiloft, als bescherming en zegen voor liefde en overvloed.

In Rusland werd de boom bij het huis van pasgetrouwden geplant om geluk en harmonie te brengen. In sommige Poolse regio's gold de boom als "zondig" omdat Judas zich eraan zou hebben opgehangen — maar juist daarom stond ze symbool voor vergeving en transformatie, de grens tussen leven en dood.

De lijsterbes in de Johannisnacht

In oude volksgebruiken gold de Johannisnacht als het kantelpunt van het jaar: het licht bereikt zijn hoogste kracht en begint daarna langzaam terug te wijken. Men geloofde dat in die nacht de grenzen tussen werelden dunner werden — tussen mens en geest, levenden en voorouders, droom en werkelijkheid. De lijsterbes werd gezien als boom die juist bij die grens hoort.

Haar naam klinkt in Keltische en Germaanse talen verwant aan woorden voor *beschermen* en *afweren*. Men bond takjes boven deuren of legde ze in drempels om huis en haard te behoeden tegen invloeden die in de Johannisnacht vrij rondgingen.

In Schotland en Ierland werd gezegd dat de boom de poorten van het licht bewaakt. Wie een staf of amulet van lijsterbeshout bij zich droeg, bleef beschermd tijdens de nacht waarin de geesten het land doorkruisten.

In Duitse bergdorpen was het gebruikelijk om tijdens de Johannisnacht een kruis van lijsterbes te maken, samengebonden met rood draad — hetzelfde symbool dat later ook bij oogstfeesten werd gebruikt. In sommige overleveringen werd gezegd dat de lijsterbes op Sint-Jansnacht even fluistert of haar takken trilt, alsof de boom zelf luistert naar de terugkeer van de duisternis.

In Johannisnacht (Duitsland) vertelde men dat heksen de kroonpunten van de boom afbeten om haar kracht te verzwakken. Wie takken in het vuur legde, werd beschermd tegen bliksem en onheil.



De boom van vrouwelijke kracht

De lijsterbes is ook een vrouwelijke boom. Ze is verbonden met Brighid, met geboorte, zorg en heling. Ze geeft zonder te overheersen, geneest zonder te dwingen, bewaakt zonder te veroveren. Haar energie is niet mannelijk strijdend, maar vrouwelijk beschermend — niet gericht op macht, maar op herstel en evenwicht. Dat maakt haar een spiegel voor iedereen die werkt met zorg, met het hart, met ritme en seizoenen. In dat opzicht hoort ze bij de bomen die niet alleen groeien, maar leren. Ze laat zien hoe veerkracht eruitziet: buigzaam, maar niet breekbaar.

De boom van bescherming in het menselijk leven

De boom verschijnt telkens in momenten van crisis of wedergeboorte. Wie op de rand van verandering staat, vindt haar langs het pad. Ze markeert de overgang, maar beschermt ook degene die de grens oversteekt. In volksverhalen verschijnt ze vaak wanneer iemand bescherming zoekt: tegen ziekte, verlies, schuld of twijfel. Ze biedt niet de oplossing, maar de ruimte waarin transformatie mogelijk wordt. Daarom werd ze in de bardische traditie de Tree of Bards genoemd — de boom die inspiratie schenkt, omdat ze zelf leeft van overgang en licht.

De boom van zuivering en vernieuwing

In rituelen van de druïden werd lijsterbeshout gebrand om te zuiveren. Het vuur van de boom gold als middel om oude energie te transformeren. Ook in moderne interpretaties is ze symbool van reiniging — niet door verbranding, maar door helderheid. Wanneer je bij de boom zit, valt op hoe licht en luchtig ze is: geen dichte kroon, maar open takken die het zonlicht doorlaten. Die lichtheid wordt ervaren als een vorm van verheldering — een geestelijke zuivering. Daarom wordt ze gebruikt in meditatieve of rituele contexten als boom van hernieuwde kracht.

De grens als plaats van genezing

Francis Weller noemt het liminale — het tussenin — de plek waar genezing plaatsvindt. Niet in het bekende, niet in het onbekende, maar in de overgang daartussen. De lijsterbes belichaamt precies dat: ze groeit op plekken die nog geen bos zijn, maar ook geen woest land meer. Haar aanwezigheid nodigt uit tot rust, helderheid en erkenning van wat voorbij is. Ze leert dat herstel niet bestaat uit terugkeer naar het oude, maar uit het toestaan van verandering. Wie onder een lijsterbes zit, voelt die paradox: stevigheid én doorlaatbaarheid, grens én openheid. Dat is wat haar tot een helende boom maakt.

De boom van het hart

Sommige tradities beschouwen de lijsterbes als boom van het hart — de plaats waar binnen en buiten elkaar raken. In de bardische leer is het hart niet alleen een orgaan, maar een ontmoetingsplaats: de plek waar geest en materie elkaar ontmoeten. De rode bessen verwijzen naar het ritme van het hart, de witte bloesem naar adem en zuiverheid. Zo wordt de boom symbool van het midden van het mens-zijn: niet verlicht of verheven, maar eenvoudig aanwezig. Elke bes draagt onderaan een klein vijfpuntig kelkje, een natuurlijk **pentagram**. Dat motief werd al in de oudheid gelezen als symbool van bescherming en evenwicht. De rode kleur van de vrucht werd gezien als teken van leven, vuur en bloed — een herinnering aan de kracht van het hart. Aan deurposten hingen mensen kruisen van twijgen met rood draad, terwijl bessen zelf werden gedragen als amulet of in kralensnoer. De boom werd daardoor letterlijk een drager van zonnekracht — het licht in de donkere maanden.

De innerlijke betekenis van bescherming

Bescherming is niet hetzelfde als afweer. De lijsterbes leert dat grenzen ook adem kunnen laten. Ze beschermt niet door muren te bouwen, maar door bewustzijn te brengen. Ze herinnert eraan dat bescherming begint met aandacht — met zien, horen, voelen wat er werkelijk is. In dat opzicht is de boom geen schild, maar een spiegel. Ze laat zien dat veiligheid niet ontstaat door afzondering, maar door verbondenheid.

“Protection is not to shut the world out, but to stay awake within it.”

Samenvatting

De lijsterbes is de boom van:

- **herstel** – ze groeit waar het leven terugkeert
- **grens** – ze waakt tussen werelden
- **bescherming** – ze zuivert en verheldert
- **inspiratie** – ze schenkt helderheid van geest
- **vrouwelijke kracht** – ze heelt door zachtheid
- **lichtheid** – ze laat ruimte voor adem en groei

Het hout

Het hout van de lijsterbes is hard, dicht generfd en toch buigzaam. Het laat zich goed draaien, schuren en snijden, en werd eeuwenlang gebruikt voor meubels, gereedschap en huisraad. In de 17e eeuw bestond er zelfs een bescheiden productie van lijsterbeshout, vooral voor meetstokken, gymnastiektoestellen lepels en spindels. Door zijn stevigheid én veerkracht stond het bekend als hout van balans: sterk zonder stug te zijn.

“Scottish tradition does not allow the use of the tree’s timber, bark, leaves or flowers, nor the cutting of these, except for sacred purposes under special conditions.” — Fife Archives

De boom mocht dus niet worden gesneden of gebruikt, tenzij voor een gewijd doel. Wanneer men toch hout nam, gebeurde dat met een eenvoudig ritueel van dankbaarheid: men verzamelde alleen wat de boom zelf liet vallen, bij voorkeur bij afnemende maan en sprak een kort dankwoord of offerde wat water of graan bij de voet van de boom. Zo werd de boom niet gezien als grondstof, maar als bondgenoot.

Ze stond niet alleen symbool voor fysieke sterkte, maar voor geestelijke veerkracht. Het hout werd gekozen om zijn technische bruikbaarheid én om zijn symbolische kracht. Een staf, stok of kruis van lijsterbes werd gezien als drager van helderheid en bescherming — een tastbaar instrument tussen mens en wereld.

Ook wandelstokken van lijsterbes werden gemaakt — een reiziger die ermee liep, droeg symbolisch licht en bescherming met zich mee.

Staf of stok maken

Kies een rechte tak of jonge stam, bij voorkeur 2–3 cm dik voor een stok of 4–5 cm voor een staf.

Werk lengte: 90–110 cm voor een staf, 30–40 cm voor een runenstok of korte handstok.

Zaag of knip de tak bij voorkeur in de late zomer of vroege herfst. Verwijder zijtakken, laat de bast intact of schil gedeeltelijk naar wens. Laat het hout langzaam drogen onder een afdak, zodat het niet kromtrekt of barst.

Schuur glad, vorm eventueel een handvat of punt. Een runenstok kan voorzien worden van inkervingen of symbolen. Traditioneel werden op het hout tekens aangebracht zoals: een pentagram – verwijzend naar de stervormige kelk onder de rode bes, Ogham- of runetekens – gebruikt voor waarzegging of bescherming en een rode draad – verwijzend naar levenskracht en zon. Wrijf in met olie of vet om het hout te voeden. Voor rituele toepassing kan men het hout inwrijven met as van Beltane-vuur of kruidenolie.

De lengte bepaalt de betekenis: een lange staf verwijst naar reizen, grenzen overschrijden en leiding nemen, een korte stok naar markering, introspectie en inzicht.

- wandelstok: tot kniehoogte, symbool van beweging
- rituele staf: tot schouderhoogte, symbool van leiding
- runenstok: ± 30–40 cm, symbool van inzicht

Samenvatting van betekenis en gebruik

De lijsterbes is in het ambacht:

- een sterke houtsoort – taai, fijn generfd, licht van gewicht
- een symbolisch materiaal – verbonden met bescherming en inzicht
- een ritueel instrument – staf, stok, kruis of spindel
- een boom van ambacht en kunst – gewijd aan Brighid en de Barden
- een brug tussen oud en nieuw – gebruikt in vuur, kring en lie





Chemie, geneeskunde en symboliek

De lijsterbes werd in de kruidkunde beschouwd als een *levensboom*: bitterheid die in zoetheid verandert, reiniging die leidt tot herstel.

De bessen zijn eetbaar, maar vragen zorgvuldige voorbereiding. Rauw smaken ze bitter en kunnen ze maagklachten veroorzaken. Na koken, drogen of vorst ontvouwt zich hun dieprode kleur en verandert de wrange smaak in een volle, fruitige toon.

In de volksgeneeskunde golden de bessen als versterkend en zuiverend. Ze bevatten vitamine A en C, caroteen, pectine en essentiële oliën die de spijsvertering ondersteunen en het immuunsysteem stimuleren. Het sap werd gebruikt bij verkoudheid, koorts of vermoeidheid, en in sommige streken ook bij nier- en leverklachten.

De werking is verklaarbaar. Rauwe bessen bevatten **parasorbisch zuur**, dat in onbewerkte vorm irriterend of licht giftig kan zijn. Na koken, drogen of vorst wordt dit omgezet in **sorbinezuur** — een onschadelijke stof die bovendien conserveert. De bessen zijn rijk aan antioxidanten en natuurlijke pectine, waardoor ze de weerstand versterken en de spijsvertering bevorderen.

Die chemische kennis bevestigt oude gebruiken: bessen werden pas na de eerste vorst geplukt en voor jam, gelei of likeur altijd gekookt of gefermenteerd. In dat ritme van

voorbereiding ligt ook hun symboliek besloten: zuivering als weg naar herstel, bitterheid die in zoetheid verandert.

Chemische samenstelling

De moderne plantkunde onderscheidt in de bessen onder meer:

- parasorbisch zuur (omgezet in sorbinezuur na verhitting of kou)
- cyanogene glycosiden, waaronder prunasin
- suikers, zuren en pectine
- kleurstoffen (anthocyanen)
- caroteen en flavonoïden

De omzetting van parasorbisch zuur in sorbinezuur verklaart het traditionele advies om de bessen pas na vorst te plukken of vooraf te koken. Het maakt ze niet alleen veilig eetbaar, maar versterkt ook hun natuurlijke conserverende werking — een voorbeeld van hoe wetenschap bevestigt wat het volk al eeuwen wist: de boom vraagt om vertraging en voorbereiding.

De transformatie van bitterheid

Het koken of invriezen van de bessen heeft niet alleen een chemisch effect, maar ook een symbolische betekenis: het bittere wordt mild. Wat in ruwe vorm onverteerbaar is, verandert door hitte of kou in iets voedends en zoets.

Deze alchemische metafoor – bitterheid die tot kracht wordt – verklaart waarom de lijsterbes in verhalen symbool staat voor wedergeboorte en zuivering. Ze leert dat er geen groei is zonder transformatie, geen licht zonder kou, geen kracht zonder beperking. In haar werking toont ze de cyclus van het leven zelf: van wrang naar rijp, van bescherming naar bloei.

Wetenschappelijke context

Botanisch onderzoek (o.a. *3PMC* en *Stone Age Man Studies*) bevestigt dat *Sorbus aucuparia* al sinds de steentijd in gebruik was. Bij Emmer-Compascuum werd een hamerbijl gevonden met een steel van lijsterbeshout — een vroege aanwijzing voor de duurzaamheid en sterkte van het materiaal.

Ook is de boom bekend om haar antioxidatieve werking door sorbinezuur en flavonoïden. In moderne fytotherapie wordt de vrucht soms gebruikt als ingrediënt in kruidentheeën of siropen voor luchtwegen en weerstand.

Toch is de belangrijkste kracht niet farmacologisch, maar ecologisch en symbolisch: ze verschijnt waar de aarde zich herstelt, en zuivert waar het te vol of te donker is geworden.

Hildegard van Bingen – de “Eberesche”

In haar *Physica*, Boek III over bomen en struiken, noemt Hildegard von Bingen de lijsterbes (*Sorbus*) bij naam. Ze beschrijft de boom als “koud en droog” van aard en schrijft:

“*Sorbus est frigida et sicca. Succus eius parum utilis est homini, quia plus nocet quam prodest.*”

(De lijsterbes is koud en droog. Haar sap is weinig nuttig voor de mens, want het schaadt meer dan het baat.)

Volgens haar medische systeem, gebaseerd op de humorenleer, staat “koud en droog” voor waakzaamheid, helderheid en begrenzing. De lijsterbes reinigt de lucht en tempert overdaad — ze zuivert, niet door warmte of vuur, maar door afstand en helderheid. Ze raadt het sap af voor inwendig gebruik, maar vermeldt dat de boom wél een zuiverende werking heeft wanneer takken in de haard worden gelegd, om “vergiftigde dampen” te verdrijven — een symbolische, niet-medische toepassing. Zo verenigt Hildegard de praktische en spirituele dimensie van de boom: lichamelijk terughoudend, geestelijk verhelderend.

“Bomen met koude en droge kwaliteit staan voor waakzaamheid en begrenzing – zij zuiveren de lucht en temperen overdaad.”

— Hildegardis *Physica*, Liber III, cap. 57 (*Sorbus*)

Samenvatting

- De combinatie van koude en droogte (Hildegard), bitter en zoet (volksgeneeskunde) en vuur en licht (rituelen) maakt de lijsterbes tot boom van balans.
- Ze belichaamt de overgang tussen samentrekken en loslaten, tussen helderheid en warmte.
- Haar chemie weerspiegelt haar mythe: zuiveren, niet vernietigen; beschermen, niet afsluiten.
- Ze herinnert eraan dat genezing vaak ontstaat in de overgang tussen te veel en te weinig — de plek waar iets mag ademen, zonder te overheersen.



Recepten met lijsterbes

De bessen van de lijsterbes zijn eetbaar, al vragen ze enige voorbereiding. Rauw smaken ze bitter en wrang, maar na koken of invriezen ontstaat een diepere, fruitige toon. In oude volkskeukens werden ze verwerkt tot jam, gelei, wijn of likeur. Ze bevatten **vitamine A en C, caroteen, pectine en essentiële olie**, die het **immuunsysteem versterken** en **de spijsvertering stimuleren**.

Koken met lijsterbes is meer dan voedsel bereiden: het is een **ritueel van verbinding met de boom**.

Proeven, ruiken, roeren, bewaren — elke handeling weerspiegelt een zintuiglijke ontmoeting met het seizoen.

“The Rowan berry is bitter, but when mixed with sugar or other sweet fruits, is excellent in pies, jelly or jam.”

— *Hageneder*

Chutney van lijsterbes en appel

(naar Larder Love – “Rowan Berry Chutney”)

Ingrediënten

- 250 g lijsterbessen (gewassen)
- 1 grote appel, in stukjes
- 1 ui, gesneden
- 2 teentjes knoflook, fijngehakt
- 60 g gedroogde abrikozen, gehakt
- 50 g sultana-rozijnen
- rasp en sap van 1 sinaasappel
- 2 el verse rozemarijn (of 1 el gedroogd)
- ½ tl kaneel
- ½ tl gemberpoeder
- ½ tl allspice
- ½ tl kardemom
- ½ tl zwarte peper
- 1 tl zout
- 250 ml ciderazijn
- 300 g witte kristalsuiker

Bereiding

Doe alle ingrediënten in een pan van niet-reactief materiaal.

Verwarm zacht tot de suiker oplost, breng aan de kook en laat 5 minuten doorkoken.

Zet het vuur laag en laat 45 minuten zachtjes pruttelen, roer regelmatig.

Vul gesteriliseerde potten, sluit af en laat 3 à 4 weken staan voor gebruik.

Deze chutney smaakt goed bij kaas, geroosterd wild of gegrilde groenten.

Haar geur — kruidig, fris, een vleug van hars en honing — vangt de overgang van zomer naar herfst.

Likeur of schnaps van lijsterbes

In Duitsland en Oostenrijk staan lijsterbessen bekend als *Vogelbeeren*, en worden ze gebruikt voor schnaps en jenever. De rijpe bessen — liefst na de eerste vorst — worden geweekt in neutrale alcohol met suiker. Na enkele weken trekken kleur en aroma in, en verdwijnen de tannines grotendeels.

Bereiding:

- 500 g rijpe bessen
- 500 ml wodka of jenever
- 150 g suiker

Was en droog de bessen. Doe ze met suiker in een glazen pot en overgiet met alcohol. Laat 4 tot 6 weken trekken op een koele, donkere plek. Zeef, proef, en voeg eventueel extra suiker toe. De likeur kleurt dieprood en heeft een kruidige, aardse geur. Ze past bij koude avonden, bij verhalen en vuur.

Geroosterde bessen

Sommige bronnen, zoals *Raw Edible Plants* en *Anchorage Daily News*, beschrijven hoe gedroogde of geroosterde bessen kunnen dienen als warme drank.

Spreek de bessen uit op bakpapier. Rooster ze in een matig warme oven tot ze donkerbruin en droog zijn. Maal ze grof en zet er een infusie van — niet als echte koffie, maar als bitter-kruidige drank. De geur doet denken aan gebrande noten, hars en aarde. Het is geen dagelijks drankje, maar een zintuiglijk experiment, een uitnodiging om te proeven, ruiken en luisteren naar wat zich opent.

Culturele context

In Duitsland worden de bessen “op jenever gezet”, in Scandinavië verwerkt tot siroop of bessensaus, en in Schotland tot gelei bij wildgerechten.

In volksverhalen heette de lijsterbes *boom van de oogst* – een wachter die niet alleen bescherming bood, maar ook voeding, warmte en kleur in de koude maanden.



De boom in het hart van de dichter

De lijsterbes heeft dichters, schilders en verhalenvertellers eeuwenlang vergezeld. Ze verschijnt in gezangen, lofliederen en herinneringen, als symbool van licht, zuiverheid en overgang. Van de Schotse *Rowan Tree* tot Gezelle's roodgloeiende herfstbeeld: telkens staat de boom op het kruispunt van seizoenen en ziel.

Guido Gezelle – de roodgloeiende boom

Neen zwicht van bloêroô bezeweken,
de weergâ van coraal,
zie 'k hooge op de averschen staan
en blinken altemaal.
Den najaarszonne vonkelt op
die ongetelden pereldrop.(1899)

Gezelle beschrijft geen gewone boom, maar een gloed — een licht dat zich vasthoudt aan de rand van het jaar. Zijn woorden roepen de herfst als transformatie op: het rood dat vergaat en bewaart, tegelijk. De lijsterbes is hier niet alleen een boom, maar een lichtdrager in het landschap van de ziel.

Rutger Kopland – het kinderlijke zien

De dichtkunst beoefenen is
met de grootst mogelijke zorgvuldigheid
constateren dat bijvoorbeeld
in de vroege morgen
de lijsterbessen duizenden tranen dragen
als een tekening uit de kindertijd
zo rood en zo veel.

— *Uit: Geluk is gevaarlijk* (1999–2005)

Kopland keert terug naar het zintuiglijke: niet de mythe of het ritueel, maar de directe waarneming.

De dauw op de bessen is voor hem geen versiering, maar een vorm van herinnering — een kinderlijke blik die nog kan zien zonder oordeel. De boom wekt in zijn poëzie ontroering zonder pathos, een stille verwondering die aansluit bij de essentie van bosbaden: zien, zonder te willen grijpen.

Lady Nairne – The Rowan Tree

De Schotse dichteres *Lady Nairne* (1766–1845) schreef het bekende volkslied “The Rowan Tree”, een lofzang op jeugd, herinnering en thuiskomen:

“How fair wert thou in summer time,
with all thy clusters white.
How rich and gay thy autumn dress,
with berries red and bright.
On thy fair stem were many names,
which now no more I see;
But they’re engraven on my heart,
forget they ne’er shall be.”

De boom bewaart namen — letterlijk in zijn bast, figuurlijk in het geheugen. De rijping van de bessen valt samen met All Hallows, het moment waarop de levenden hun doden herinneren. Zo wordt de boom een levend monument van herinnering en bescherming.



Andy Goldsworthy – de cirkel van vuur en leegte

In 1987 maakte de Britse kunstenaar Andy Goldsworthy het werk *Rowan Leaves and Hole*:

een spiraal van vurige herfstbladeren rond een zwarte leegte. Het kunstwerk werd niet bedoeld om te blijven; hij liet het achter in het landschap, om te vergaan, zoals de seizoenen dat doen.

Zijn werk vangt wat de lijsterbes belichaamt: vergankelijkheid als vorm van schoonheid. Het rood gloeit, het zwart ademt, en wat verdwijnt, blijft als indruk bestaan. De boom is niet enkel onderwerp, maar mede-maker.

De boom als inspiratiebron voor verbeelding

Van mythologie tot moderne kunst blijft de lijsterbes een spiegel van de menselijke verbeelding:

- Voor de druïde: grenswachter tussen werelden.
 - Voor de boer: beschermer van erf en vee.
 - Voor de heks: hout van helderheid en spreuk.
 - Voor de dichter: bron van herinnering en licht.
 - Voor de kunstenaar: levend materiaal, niet te bezitten maar te beleven.
 - In alle vormen keert één motief terug: de boom die herstelt, beschermt en herinnert.
-

Epiloog – de adem van licht

Wie de lijsterbes in het bos ontmoet,
ziet meer dan een boom.
Ze is de eerste na de leegte,
de heraut van het licht,
de boom die rood kleurt wanneer de wereld vergrijst.

Haar bessen dragen het pentagram van bescherming,
haar hout weegt licht en blijft sterk,
haar geur is zuur en zoet tegelijk.

Ze leeft niet voor zichzelf,
maar voor wat na haar komt —
voor de vogels, de verhalen en de mensen die blijven kijken.

Literatuur en bronnen

- Adagio Blog (z.j.). *Rowan Jam*. Geraadpleegd via <https://theadagioblog.com>
- Anchorage Daily News (z.j.). *Mountain Ash's Magic: Using Rowan Berries as a Coffee Substitute*.
- Asper Mühle (z.j.). *Lijsterbeschutney met gojibessen*. Geraadpleegd via <https://www.aspermuehle.de>
- Black, G. (1892). *Scottish Charms and Amulets*. Edinburgh: Oliver & Boyd.
- Carmichael, A. (1900). *Carmina Gadelica*. Edinburgh: T. & A. Constable.
- Darwin, T. (2008). *The Scots Herbal: The Plant Lore of Scotland*. Edinburgh: Birlinn.
- Davidson, H. R. Ellis (1964). *Gods and Myths of Northern Europe*. Harmondsworth: Penguin.
- EcoTree (z.j.). *De lijsterbes: levensboom en gever van leven*. Geraadpleegd via <https://ecotree.nl>
- Fife Archives (z.j.). *Scottish Tree Lore*. Fife Council, Scotland.
- Fuchs, R. (1998). *Hildegard von Bingen und die Pflanzenkunde*. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft.
- Goldsworthy, A. (1987). *Rowan Leaves and Hole*. (Fotowerk).
- Grant, J. (2020). *Oh! Rowan Tree, thou'lt aye be dear to me*. National Records of Scotland, Open Book Blog.
- Grove and Grotto (z.j.). *Rowan Tree and Protective Magick*.
- Hageneder, F. (2000). *The Meaning of Trees: Botany, History, Healing, Lore*. London: Duncan Baird.
- Hildegard von Bingen (ca. 1150/1533). *Physica, Liber III, Cap. 57 (Sorbus)*. In: J. Pictorius (Ed.), *Opera omnia*.
- Lady Nairne (1838). *The Rowan Tree*. In: *Scottish Songs and Ballads*. Edinburgh: Paterson.
- Larder Love (z.j.). *Rowan Berry Chutney en Rowan Jelly*. Geraadpleegd via <https://www.larderlove.com>
- Leder, G. (1997). *Europäische Volksrituale*. Wien: Böhlau.
- Martin, M. (1703). *A Description of the Western Islands of Scotland*. London: Andrew Bell.
- Mandy Haggith (z.j.). *The Rowan Tree: Myth, Lore and Ecology*. Geraadpleegd via <https://mandyhaggith.net>
- Meats and Sausages (z.j.). *Rowan Vodka (Rowan Infusion)*. Geraadpleegd via <https://www.meatsandsausages.com>
- National Records of Scotland (2020). *The Rowan Tree in Scottish Folklore*.
- Order of Bards, Ovates & Druids (z.j.). *Tree Lore: Luis (Rowan)*. Geraadpleegd via <https://www.druidry.org>
- Pepper, E. (1999). *Magical and Mystical Trees of Scotland*. Edinburgh: Hermetic Press.
- Pfarrer Weidinger (z.j.). *Die Eberesche in Mythologie und Brauchtum*. Salzburg: Heimatkundliche Beiträge.
- Raw Edible Plants (z.j.). *Rowan Berries as a Coffee Substitute*.
- Simek, R. (1993). *Dictionary of Northern Mythology*. Cambridge: D.S. Brewer.
- Snorri Sturluson (ca. 1220/1916). *Prose Edda: Gylfaginning*. Vert. A. Brodeur. New York: American-Scandinavian Foundation.
- Stone Age Man Studies (z.j.). *Archaeobotanical Reports on Early Sorbus aucuparia Use*.
- The Druid's Cauldron (2023). *The Rowan Tree: Magic and Protection in the Highlands*.
- The Flask Half Full (z.j.). *German Schnaps: The Alpine Rowan Tradition*.
- The Scots Herbal (2008). Tess Darwin. Edinburgh: Birlinn.
- The Wild Geese (z.j.). *Folklore of Rowan Wood*. Geraadpleegd via <https://thewildgeese.irish>
- Trees for Life (z.j.). *Rowan: Mythology and Ecology*. Geraadpleegd via <https://treesforlife.org.uk>
- Tuinadvies.nl (z.j.). *De lijsterbes (Sorbus aucuparia): betekenis en gebruik*.
- University of Salford (z.j.). *Rowan Folklore and Cultural Botany*.
- Woodland Trust (z.j.). *Rowan Jelly Recipe*. Geraadpleegd via <https://www.woodlandtrust.org.uk>
- Wilde, L. (1888). *Ancient Legends, Mystic Charms and Superstitions of Ireland*. London: Ward & Downey.

Gezelle, G. (1899). *Verzamelde Gedichten*. Brugge: De Sikkell.

Kopland, R. (2005). *Geluk is gevaarlijk: een keuze uit de gedichten 1999–2005*. Amsterdam: Meulenhoff.

☞ *Pre-Raphaëlitische hervertelling*: 19e-eeuwse Engelse folkloreboeken en natuurmythologie (o.a. *The Good Life Society*, “*The Folklore and Mythology of the Rowan Tree*”, ca. 2022, gebaseerd op Victoriaanse traditie; ook vermeld bij *Trees for Life* en *The Present Tree*).

☞ *Noordse overlevering*: *Proza-Edda* van Snorri Sturluson (ca. 1220), waarin de eerste mensen, Ask en Embla, worden gevormd uit hout aan de oever van de zee — Ask uit een es (*askr*), Embla waarschijnlijk uit een lijsterbes (*reynir*).

☞ *Keltische traditie*: Wijd verspreide verwijzingen in Ierse en Welshe volksverhalen (o.a. *Mabinogion* en *Dindsenchas*), waarin de rowan symbool is van bescherming, grens en levenskracht.

Stem der Bomen (z.j.). Nederlandse vertaling en interpretatie van mythische boomverhalen.

3PMC (Post-Mesolithic Pollen and Macrobotanical Corpus). (z.j.) Archeobotanische databank.

Tess Darwin, *The Scots Herbal* (2008).

EcoTree Nederland (z.j.).

