



't Kruidenhoekje

door Annelies Gritter

De Vlier - *Sambucus Nigra* (1)

De vlier is een veelvoorkomende heester die kan uitgroeien tot een boom van circa vijf meter hoog. De bloemen zijn crèmekleurig, geurend en bloeien in mei en juni. *Sambucus* komt van het Griekse 'sambuke' wat staat voor fluit, Nigra is de Latijnse benaming voor zwart. Volksnamen zijn vlierstruik, vlieder, buizerhout, klokbushout en vledder. De Nederlandse naam vlier is een verbastering van 'vedel', een muziekinstrument waarvoor men twijgen van de vlier gebruikte. Hieruit is ook de benaming 'flierefluiter' ontstaan.

De bruikbare delen van de vlier zijn bloesem, blad, bessen en bast. In Zwitserland zijn vlierpitten gevonden in nederzettingen uit het stenen tijdperk. Deze pitten dienden destijds als voedsel. Al ongeveer 2500 jaar is de vlier een effectief middel bij griep, hoest en verkoudheid, om slijm op te lossen en koorts te verminderen. In de volksmond had de vlier dan ook de reputatie van wonderplant of 'heilboom'. Men noemt de vlier ook wel 'Boom der medicijnen' of 'Medicijnkist van het volk'. De vlier wordt in vele culturen, als een magische, met respect te behandelen struik beschouwd. Bij de zigeuners is hij heilig en volgens Duits bijgeloof moet men de hoed afnemen om respect te betuigen als men een vlier passeert.

Sint Bertha, op 6 januari, geldt als de dag van de vlier. De levenskracht is dan ingedaald, maar nog niet zichtbaar. Volgens overlevering eindigt dit op Driekoningen, de dertiende dag in het nieuwe jaar. De hoop is dan dat het zaad zal gaan kiemen. Germanen gebruikten de boom bij begrafenisrituelen. De vlier wordt vaak verbonden aan dood en verdriet. Men dacht dat het kruis van Christus was gemaakt van vlierhout. Maar de vlier wordt ook wel Judasboom genoemd. Judas verhing zich na zijn verraad aan een vlier, nadat hij zichzelf een oor had afgesneden. In oude vlieren groeien soms eetbare paddenstoelen, ook wel Judasoor genoemd. Vliertakken werden met de overledene meebegraven om deze te beschermen tegen de kwalijke invloed van boze geesten. Doodgravers droegen een vliertakje, zodat ook zij beschermd waren tegen diezelfde geesten. Het is een levensboom. Als deze verdort zal er een familielid sterven.

De vlier beschermt ook tegen heksen, geesten en bliksem. Wellicht is hij daarom zo dikwijls aangeplant op het boerenerf. En een vlier naast de stallen beschermt de dieren tegen toverij. Rond Pinksteren stak men vliertakken in de raamkozijnen van het huis waar 'onkuise' meisjes woonden. Deze vlier zou dan bloeien op 24 juni.

Bloeiende vlier kun je plukken om te drogen, zodat er in de wintermaanden een koortsdrijvende thee van gezet kan worden. Deze thee is goed bij hoest, verkoudheid en koorts.

Jan Dodoens, een kruidengeneeskundige, zegt over de vlier dat de werking heet en droog is. Dat betekent dat producten van de vlier het best gebruikt kunnen worden bij koude en vochtige aandoeningen als verkoudheid, koorts en overvloedige slijmproductie.

THEE VAN GEDROOGDE VLIERBLOESEM

Giet 1 liter kokend water op 3 tot 4 theelepels vlierbloesem. Laten trekken en vervolgens zeven. Eventueel zoeten met wat honing, maar strikt genomen is dit niet nodig: de bloemen zijn zoet van zichzelf.



Na de zomer volgt deel 2 van de Vlier!