

ONKRUID DAT BLEEF

Verhalen van planten uit ons land

ONKRUID DAT BLEEF

Verhalen van planten uit ons land

Jane Vaneheim

Auteursrecht

© 2025 Jane Vaneheim

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteurs.

Eerste druk 2026

Opmaak, tekst en symboliek in samenwerking met
Patrick Frank van der Heijden

Inhoudsopgave

Voorwoord
Hoe dit boekje te lezen
Akkerdistel
Akkerwinde
Akkerhoornbloem
Akkerklokje
Akkerkers
Akkermelkdistel
Akkervergeet-mij-niet
Akkerzuring
Brandnetel
Boterbloem
Braam
Beemdgras
Bitterzoet
Chicorei
Citroenmelisse
Cypreswolfsmelk
Dagkoekoeksbloem
Duizendblad
Duivenkervel
Dovenetel
Driekleurig viooltje
Echte valeriaan
Ereprijs
Engelwortel
Egelskop
Eikvaren
Fluitenkruid
Framboos
Fioringras
Fijnstraal
Fraai hertshooi
Ganzenbloem
Grote weegbree
Gele dovenetel
Goudsbloem

Gierstgras
Grote klapproos
Heermoes
Herderstasje
Hondsdrif
Heksenkruid
Hop
Hondsroos
IJzerhard
IJle dravik
IJsbloem
Jakobskruiskruid
Jeneverbes
Judaspenning
Kamille
Klapproos
Kleefkruid
Klein hoefblad
Knoopkruid
Lievevrouwebedstro
Look-zonder-look
Longkruid
Madeliefje
Muskuskaasjeskruid
Muurpeper
Nagelkruid
Nachtkaars
Nieskruid
Ooievaarsbek
Oregano (wilde marjolein)
Paardenbloem
Pinksterbloem
Paarse dovenetel
Reigersbek
Ridderzuring
Rode klaver
Smalle weegbree

Sint-janskruid
Speenkruid
Tijm
Teunisbloem
Toorts
Uienlook
Varkensgras

Veldzuring
Vogelmuur
Watermunt
Wilde peen
Wormkruid
Zevenblad
Zuring

Voorwoord

Dit boek is ontstaan uit wat bleef. Niet uit wat werd vastgelegd, bewezen of uitgelegd, maar uit wat telkens weer terugkeerde. Planten die niemand bewust zaaide en toch verschenen. Woorden en gebruiken die niet werden aangeleerd, maar herkend. Wanneer ik door tuinen, bermen, akkers en bosranden liep, merkte ik dat veel van wat ik hoorde en las al in mij aanwezig was, alsof het niet nieuw was, maar werd wakker gemaakt.

Wat je hier leest, is geen kennis die ik heb verzameld om door te geven, maar een overlevering die ik heb herkend. Verhalen die mijn voorouders droegen zonder ze te benoemen als leer of systeem. Wat vroeger werd gezegd, wat van hand tot hand ging, van mond tot oor, van ouder op kind. Niet als waarheid, maar als richting. Niet als bewijs, maar als vertrouwen. Dit boek draagt die laag, zonder haar te willen vastzetten.

De toepassingen die genoemd worden, zijn onderdeel van die overlevering. Ze zijn opgenomen zoals ze in de volksmond leefden, met woorden als “vroeger werd gezegd” en “men vertrouwde”. Ze vormen geen medische claims, geen adviezen en geen vervanging voor zorg. Dit boek geneest niets en belooft niets. Het herinnert slechts aan hoe mensen ooit leefden met planten, niet boven hen.

De planten in dit boek zijn geen middelen en geen symbolen op afstand. Het zijn metgezellen uit hetzelfde land, gegroeid op dezelfde grond als wij. Wat over hen werd gezegd, wordt hier gedeeld met terughoudendheid en eerbied, zonder instructie en zonder aanspraak op werking.

Dit boek hoort niet bij snelheid en niet bij uitleg. Het hoort bij wandelen, bij bukken, bij kijken. Het is een stille overdracht van wat bleef toen veel verdween. Onkruid dat bleef, omdat het iets te dragen had.

Jane Vanech