



Hondsdrif (*Glechoma Hederacea*) werd zo genoemd omdat het veel voorkomt en “als een jonge hond door de tuin draaft”. Je komt ‘m tegen in weilanden, struikgewassen en in het bos. Daar staat het een beetje in de schaduw, onopvallend totdat het gaat bloeien.

Hecht zich makkelijk aan de bodem en kruipt zo over de grond, klein maar onuitroeibaar, wat kracht en doorzettingsvermogen aangeeft (kwaliteiten die worden gekoppeld aan de Nier energie). Helpt de nieren ook met hun reinigende functie. Het is een zeer mineraalrijk kruid en woekereend, Chinees gezien geeft dit aan dat het Jing- en Yuan qi voedend is. Het versterkt de lymfe en de longen (voert ook slijm af) en daarmee de Wei qi of afweer qi.

Het blad ziet er uit als een oortje of een nier, en daarmee kan goed onthouden worden waar het voor wordt gebruikt.

Het is een zogeheten constitutiekruid dat veel kwaliteiten heeft en lang gebruikt mag worden. Ook geschikt voor kinderen. Voor iemand die de indrukken van het leven (nog) niet aan kan. Voor de binnenvetter, die zich moeilijk kan uiten, en hierdoor gaat vastroesten in patronen. Of het kind dat zich terugtrekt in zijn eigen veilige wereldje en terugkerende oorontstekingen en verkoudheden heeft, niet gehoord wordt of angstig is, dat zich uit in bedplassen. Hondsdrif versterkt de ik-kracht en vermindert angst. De smaak is niet bijzonder, maar hiervoor kun je wat zoethout of honing toevoegen of het gebruiken samen met andere kruiden.

Het is een vast ingrediënt van een versterkende voorjaarssoep van 9 kruiden, samen met brandneteltoppen, madeliefje, weegbree, zuring, zevenblad, vogelmuur en een klein beetje duizendblad. Deze voorjaarskruiden werden het vroeger veel gebruikt als groente om vitamines en mineralen aan te vullen en zo de weerstand te verhogen. De jonge blaadjes van hondsdrif kun je toevoegen aan een salade (later worden de blaadjes te bitter).

Het is een fijne schoonmaker, die helpt met afvoeren en verzacht bij verzuring en verharding. Hondsdrif werd ook gebruikt bij nierstenen en werd toegevoegd aan tandpasta omdat het tandsteen oplost. Bij oorpijn kan een gekneusd blad in het oor doen verlichting geven, maar je kunt ook een watje met afgekoelde thee een paar keer per dag in het oor doen.