



Ursprungsfrage

und Antwort nach Paracelsus

Gibt es eine Möglichkeit, beim näheren Eingehen auf eine Pflanze, festzustellen, ob es sich um eine Heilpflanze handelt und kann ich aus ihr herauslesen, wofür sie dem Menschen in diesem Bereich dienlich sein kann?

Die Frage ist im Laufe der Zeiten sicherlich unterschiedlich beantwortet worden.

Während Zeiten, in der die Botanik noch eine rein medizinische war, in der Pflanzen nicht nach Gattung und Art, sondern rein nach ihrem Nutzen und nach ihren Wirkungen klassifiziert wurden, mag der empirischen, vielleicht sogar magischen Suchkomponente, dem Einfühlen in die Natur grosse Bedeutung beigemessen worden sein. Dabei spielten Form, Farbe und Ausstrahlung einer Pflanze wesentliche Rollen.

Inder, Ägypter, Juden, Griechen und auch **Römer** bezogen ihr Wissen aus solchen Quellen. Die Mönche des Mittelalters, die des Heilens kundig waren und die entsprechenden Kräuter in ihren Kloostergärten anbauten, erhielten sich diese Kunst ebenfalls lebendig: Walahfried Stabo, Hildegard von Bingen, Albertus Magnus.

Paracelsus, ein "Weltlicher", trat rund zweihundert Jahre später auf den Plan, als die Heilkunst in eine materialistische Richtung, in die Alchimie als Goldmacherkunst, abzugleiten drohte. Ein Grossteil des Wissens bezog der Arztsohn aus dem Kanton Schwyz vom gewöhnlichen Volk, von Hirten und Zigeunern, von Schmieden und Scharfrichtern. Sein Credo: Der Geist Gottes ist der Urquell alles Wissens. Die lebendigen Wesen sind durch die Ausstrahlungen dieses göttlichen Geistes bedingt. Die Natur ist dementsprechend eine grosse lebendige Harmonie. Eine Krankheit entsteht, wenn die Harmonie des Menschen aus Körper, Geist und Seele gestört wird. Ursachen: kosmischer Einfluss, Nahrungs- und Arzneimittleinfluss, Störung der inneren Organe, die Störung des geistigen Willens und der Seele.

Sehr viel hielt Paracelsus, mit bürgerlichem Namen Theophrastus Bombastus von Hohenheim, von der äusseren Erscheinung der Pflanze, und er war der Ansicht, dass die mögliche Wirkung der Heilkräuter bereits aus ihrer äusseren Form ersichtlich sei.

„Denn es ist möglich.... gleich von Stund an dem äusserlichen Ansehn nach, eines jeden Krautes und Wurzeln Eigenschaft und Tugend zu erkennen, an seinen Signatis, seiner Gestalt, Form und Farben und bedarf sonst keiner Probierung oder langer Erfahrungheit. Denn Gott hat am Anfang alle Dinge fleissig unterschieden, und keinem wie dem andern eine Gestalt und Form gegeben, sondern einem jeden ein Schellen angehängt, wie man sagt, man erkennet den Narren an der Schellen. Also sollt ihr auch die Kräuter und Wurzeln erkennen an ihren Schellen und Zeichen“. Ein erster Höhepunkt der Signaturenlehre, Korrespondenzlehre.

Die Idee, die dahinter steckt ist folgende: Da Gleiches auf Gleiches wirkt (homöopathischer Gedanke), muss man einfach die Signatur in der Pflanze mit der korrespondierenden Signatur im Menschen verbinden. Dabei spielen das Umfeld und die Planeten wichtige Schlüsselrollen. **William Turner**, ein Weiterentwickler der Idee, bringt es in seinem Buch "New Herbal (1551) auf den Punkt: "Gott hat Hieroglyphen in die Pflanzen, Kräuter und Blumen gedrückt, als Zeichen ihrer Tugenden, so dass die halbierte Muskatnuss dem Gehirn gleicht, die rote Mohnblüte mit ihrem dunklen Kelchgrund dem sich setzenden Blut in der Rippenfellentzündung...."

Am eifrigsten forschte der Erfinder der "camera obscura", **Cavaliere Giambattista della Porta** (1536 - 1615) nach einem rationalen System der Signaturen. Sollte die Baumnuss nicht gut für Kopfschmerzen sein, die herzförmigen Veilchenblätter bei Herzbeschwerden einsetzbar oder die



keulenförmig angeschwollenen Wurzelknöllchen des Scharbockskrauts bei Hämorrhoiden heilsam? Kamillenblüten ähneln der Regenbogenhaut und dem Sehloch im Auge und die leberförmigen, unterseitig purpurroten Blätter des Leberblümchens verraten durch ihre Signatur ihre Verwendbarkeit. Behaarte Pflanzen, wie die Brennnessel würden natürlich den Haarwuchs anregen.

"Es sind aber nicht nur mit den äusseren Sinnen und dem Verstand, dass man die Signaturen erkennt, sondern man erkennt sie auf intuitive Art und Weise" meinte auch er.

In der **Aufklärung**, als die Zeit der Theorien und Experimente anbrach, auch die Entdeckung des Mikroskops, räumte **Carl von Linné** (1707 - 1778) mit diesen "unsoliden" Methoden auf. Von nun an sollte sich das Wesen der Pflanze nur in objektiv erfassbaren Daten offenbaren.

Je weiter man in das 18. und 19. Jahrhundert hineinschritt, desto mehr wurde die Pflanze morphologisch und chemisch erfasst. Messen und Zählen trat anstelle von "inneren", nicht fassbaren Qualitäten. Kein Platz mehr für die Idee des Lebens als unteilbares Ganzes. Das „Aus“ für Intuition und Einfühlsamkeit. Der Verweis für magisch- mystische Elemente in das Reich der Fantasie .





Signaturen

Beispiele, die (aus heutiger Sicht – und vielleicht auch nur als Eselsleitern benutzt) Sinn machen

Schachtelhalm (*Equisetum arvense*)

Der Pflanzenkörper erinnert stark an unsere Wirbelsäule. Die Therapie bei Rückgratbeschwerden, schmerzenden Wirbelknochen und Bandscheibenschaden – als Tee oder Kompresse – ist erfolgversprechend, hilft doch die wasserlösliche Kieselsäure beschädigtes Knochengewebe, Knorpel und Bindegewebe wieder aufbauen. (Auch bei Rheuma anwendbar.)

Augentrost (*Euphrasia rostkoviana*)

In der Blüte erkennt man ein triefendes, gereiztes Auge. Unsere Altvorderen tröpkelten den Saft der Pflanze in die Augen oder machten Augenwasser damit. Ein Augenbad mit Augentrost- Tee (auch in Milch ausgezogen) wirkt auch heute noch hervorragend.

Beinwell (*Symphytum* – Arten)

Die Blätter des Beinwells sind fast nicht von ihrem Stengel abzureissen. Sie sind fest mit ihm zusammengewachsen. Diese Eigenschaft erwartet man von der Pflanze auch bei Knochenbrüchen oder offenen Wunden. Die dicke, kräftige, nur so vor Lebenskraft strotzende Wurzel zeigt uns an, dass diese Pflanze dazu fähig ist.

Löwenzahn (*Taraxacum officinale*)

Es müssen nicht immer optische Signaturen sein, die uns die Wirksamkeit der Pflanze erkennen lassen. Beim Löwenzahn ist es der bittere Geschmack (wie bei anderen Bitterkräutern auch – Wermut, Enzianwurzel, Bitterklee,...) der mit unserer bitteren Galle korrespondiert. Tatsächlich wirken sie auf die Rezeptoren am Zungengrund und stimulieren nachweisbar Magensaft- und Gallenfluss.

Johanniskraut (*Hypericum perforatum*)

Der rote Saft, der aus dem zerquetschten Blättern hervortritt, trägt die Signatur des Blutes. Die durchlöcherten Blätter können mit einem „durchlöcherten“ Körper in Verbindung gebracht werden. Man verwendete die Pflanze mit Erfolg bei Stichwunden, heute eher bei entzündeten Geweben mit schlechter Heilungstendenz, bei Insektenstichen, bei Kreislaufstörungen und um die Menstruation zu fördern. Die Pflanze trägt aber noch viele weitere Signaturen. Die vielen „Sonnenblüten“. Wenn die nicht die Sonne in den Körper befördern... Und, und, und...Das Johanniskraut ist nahezu eine „Allheilpflanze“.

Scharbockskraut (*Ranunculus ficaria*)

Die Brutknöllchen der Feigwurz erinnern an Feigwarzen oder Mastdarmkrampfadern. Auch heute noch wird daraus kommerziell eine Hämorrhoidensalbe hergestellt. Aber es sind da noch viele weitere Signaturen: herzförmige Blätter mit feinem leberähnlichem Gewebe, gelbe Farbe. Für Paracelsus war die Sache klar. Anwendungsbereich als Herz-, Leber- und Gallenpflanze. Auch heute durchaus in diesen Bereichen wirksam.

Schöllkraut (*Chelidonium majus*)

Gelbe Blüten, gelber Saft, der nach roher Leber riecht (eine Signatur, die diesmal den Geruchssinn anspricht), gelappte leberförmige Blätter – eine Leberpflanze, wie man (signaturenmässig) kaum eine zweite findet.

Weide (*Salix*- Arten)

Diese Pflanze, die kalten, nassen, sumpfigen, kühlen Einflüssen widersteht überträgt diese Eigenschaften homöopathisch auf unsere Bedürfnisse. Die Salicylsäure der Weidenrinde lindert Rheuma und Schmerzen und senkt das Fieber.

Und so weiter und so fort. Interessant wäre es, in dieser Beziehung Gegenbeispiele zu finden.



Heilpflanze ja oder nein?

Antwort nach Rudolf Steiner

Die Grundlagen der nachfolgenden Überlegungen sind im Werk des Geistesforschers Rudolf Steiner (1861 –1925) zu finden.

Das Ganze (das Lebewesen, die Pflanze) ist nicht nur die Summe seiner Teile.

Es gilt: **Organismus= Summe der Organe plus Plan des Architekten.**

„Man kann keinen Menschen sezieren, um herauszufinden, ob er gescheit, ein liebenswerter Mensch, ein Heiler oder ein guter Klavierspieler war!“

Die Pflanze ist ein bipolares Wesen zwischen Himmel und Erde. Sie lässt sich als dreigliedriges Wesen erkennen – ein Oben, ein Unten, eine Mitte.

Die **Blüten** bilden den Kontaktpunkt zu ersten Seelenerlebnissen des Menschen. Sie ist auch Kontaktpunkt zur Umwelt allgemein. Der Duft erreicht uns von weitem. Ätherische Öle sind ohne Wärme und Licht nicht herzustellen. Auch keine Blütenfarbstoffe. Wärmeprozesse finden gesteigert in der Blüte statt. Die Temperatur ist hier höher als im Rest der Pflanze. Die Blüte lebt nur kurze Zeit.

Der Gegenpol ist in der **Wurzel** zu finden. Nicht hell und warm, sondern dunkel und kalt ist es dort. Und die Farben sind normalerweise undefinierbare Tönungen von grau, braun und schwarz.

Die Wurzel nimmt aus der Mineralwelt Stoffe auf und erhebt diese auf die Lebensstufe. Die Wurzel ist meist sehr vital und überlebt oft jahrelang.

Die Mitte der Pflanze ist der Spross mit seinen **Blättern**. Hier finden wir ein Sowohl- Als- Auch. Aufbau am Tag, Abbau in der Nacht. Hell-Dunkel- Prozesse der Photosynthese. Aufsteigender und Absteigender Saftstrom, alles rhythmische Phänomene. Hier findet der Austausch zwischen den beiden Gegenpolen statt.

Auch der Mensch ist ein dreigliedriges Wesen.

Im **Kopf** haben wir die mit stark verfestigenden, verhärtenden Kräften zu tun (Schädel, Zahnschmelz). Im Kopf finden wir die Hauptzentrale des Nervensystems. Im Kopf ist es kühl. Hier finden die Bewusstseinsprozesse statt. Denken heisst aber auch abbauen (Regeneration durch Schlaf).

Den Gegenpol finden wir im Unterleib, am **Bauch**pol. Hier ist es bedeutend wärmer als im Kopf. Hier wird täglich aufgebaut (Stoffwechsel, Blut, Geschlechtszellen). Das Meiste verläuft unbewusst.

Diese zwei entgegengesetzten Pole werden durch ein **rhythmisches System** verbunden. Einerseits durch die Atmung, zweiterseits durch das Blut und dritterseits durch die alles umschliessende Haut.

Das harmonische Gleichgewicht der polar entgegengesetzten Wirkungen des Nerven- Sinnes- Systems und des Stoffwechsel- Gliedmassen -Systems bedeutet Gesundheit. Jede Störung in diesem Gleichgewicht bedeutet Krankheit.

Es ist eine geniale Entdeckung Rudolf Steiners, wenn er sagt, eine Pflanze sei dann Heilpflanze, wenn sie in irgendeiner Weise eine Verzerrung, Verzeichnung, Abnormalität aufweise, wenn also die Dreigliederung von Wurzel- Blatt – Blüte (Frucht) gestört sei.

Die zweite geisteswissenschaftliche Betrachtung lautet: die Wurzelprozesse der Pflanzen entsprechen den Kopfprozessen des Menschen, die Blütenprozesse den Stoffwechselvorgängen und die Blattprozesse den rhythmischen Abläufen im menschlichen Körper. Der Mensch ist eine umgekehrte Pflanze.

Blüten- bzw. fruchtbetonte Pflanzen wirken damit vorwiegend auf Darm – Magen – Eingeweide – Stoffwechsel und Leber – Galle – Drüsen ein. (**Stoffwechsel- Gliedmassen- System SGS**)

Blattpflanzen sind in erster Linie für die Bereiche Blut- Blutkreislauf- Herz- Niere – Blase, Atmung- Lunge- Bronchien und Haut zuständig. (**Rhythmisches System RhS**)

Wurzepflanzen wiederum zeigen ihre Wirkungen vorwiegend im Gebiet von Gehirn – Nerven – Sinnesorganen. (**Nerven- Sinnes- System NSS**)



Stoffwechsel – Gliedmassen – System (SGS)

Aufbau - warm - "flüchtig" - "unbewusst" - Blüten/ Früchte

A1- Pflanzen

Darm, Magen, Eingeweide, Stoffwechsel, Unterleib

Vogelbeere
Thymian, Kümmel, Dill, Fenchel
Hirtentäschel

A2- Pflanzen

Leber, Galle, Drüsen

Holunder
Wegwarte, Kamille, Löwenzahn

A3- Pflanzen

Gliedmassen, Muskeln, Gelenke, Knochen (Rheuma, Gicht)

Roskastanie,
Wachholder, Brunnenkresse,
Mädesüss

Rhythmisches System (RhS)

Ausgleich - warm/kalt - "begrenzt ausdauernd" - Blätter, Stengel

B1- Pflanzen

Blut, Blutkreislauf, Herz, Niere- Blase

Esche
Gundelrebe, Walderdbeere

B2- Pflanzen

Atmung, Lungen, Bronchien (Husten)

Fichte
Spitzwegerich, Huflattich

B3- Pflanzen

Haut, (Wunden, Warzen, Ekzeme)

Nussbaum
Schachtelhalm, Pestwurz,
Schöllkraut

Nerven- Sinnes- System (NSS)

Abbau - kalt - "ausdauernd" - "bewusst" - Wurzel

C- Pflanzen

Gehirn, Nerven, Augen, Ohren (Schlaf, Migräne, Unruhe,....)

Eiche
Baldrian, Zaubrübe





Heilpflanzenlehre nach Zingg 2002 - Grundlagen

Voraussetzungen:

- Wurzelprozesse der Pflanze entsprechen den Kopfprozessen beim Menschen, Blütenprozesse den Stoffwechselfvorgängen und die Blattprozesse den rhythmischen Abläufen im menschlichen Körper (R. Steiner)
- Pflanzen haben entgegengesetzte Wirkungspolaritäten

Blüte	
Wirkungsbereiche:	Gegensatzpaare
<ul style="list-style-type: none"> - Magen, Darm - Drüsen (Leber, Galle) - Sexualität - Frauen-/ Männerkrankheiten - Haut als Drüse (Wasserregulation) 	<ul style="list-style-type: none"> - triebverstärkend/ triebhemmend - verdauungsfördernd/ -hemmend - magensaftvermehrend/ - vermindern - gallensaftvermehrend/ - vermindern - schweisstreibend/ - hemmend
Blatt	
Wirkungsbereiche	Gegensatzpaare
<ul style="list-style-type: none"> - Blut (Blutkreislauf) - Niere/ Blase (Ausscheidung) - Atmungsorgane - Haut als Ausscheidungs-/ Atmungsorgan 	<ul style="list-style-type: none"> - kreislaufanregend/ -behindernd - kreislaufstärkend/ -schwächend - blutdruckerhöhend/ -senkend - auswurfördernd/ - hemmend - nierenaktivierend/ -passivierend - urinvermehrend/ - konzentrierend
Wurzel	
Wirkungsbereiche	Gegensatzpaare
<ul style="list-style-type: none"> - Gehirn - Nervensystem - Sinnesorgane - Haut als Sinnesorgan 	<ul style="list-style-type: none"> - gehirnaktivierend / -passivierend - nervenanregend/ -beruhigend - Sinnesorgane anregend/ abstumpfend - empfindungsverstärkend/ -abschwächend
Sprosssystem	
Wirkungsbereiche	Gegensatzpaare
<ul style="list-style-type: none"> - Gliedmassen - Muskeln - Gelenke - Knochen - Haut als Hülle 	<ul style="list-style-type: none"> - Beweglichkeit +/- - muskelerweichend/ -verhärtend - muskelerstärkend/ -schwächend - gelenkschmierend/ - gelenktrocknend - knochenstärkend/ -schwächend - hautberuhigend/ - irritierend
Frucht	
Wirkungsbereiche	Gegensatzpaare
<ul style="list-style-type: none"> - Vitalität - Schwangerschaft - Altersbeschwerden - körperliche Funktionsoptimierung (im ganzheitlichen Sinn) - Hautalterung 	<ul style="list-style-type: none"> - vitalisierend/ kraftraubend - Alter/ Jugend - schwangerschaftsbeschwerdenlindernd/ -verstärkend - lebenserhaltend/ -verkürzend - krebshemmend/ -fördernd

Einerseits ist bei Einnahme die Wirkung von der Wirkstoffmenge (und der Einstellung des Rezipienten in Bezug auf den Erfolg) abhängig, andererseits handelt es sich oft um verschiedene Pflanzenarten, die die eine oder die andere Reaktion bewirken.

P.s. Pflanzen wirken nicht nur durch die Einnahme ihrer Körpersubstanz. Es ist vielmehr ihr energetischer Körper, der heilt.



Heilpflanzenlehre nach Zingg - Anwendungsbeispiele

Voraussetzung:

Eine Pflanze ist dann eine Heilpflanze, wenn sie in irgendeiner Weise eine Verzerrung, Verzeichnung, Abnormalität aufweist, wenn also die Dreigliederung Wurzel - Blatt - Blütenbereich gestört ist (R. Steiner)

Blüte	Wirkung bei "üblicher" Wirkstoffmenge
Hopfen	triebhemmend
Anis	verdauungsfördernd, blähungswidrig
Wegwarte	appetitanregend, abführend, galletreibend
Kamille	bei Darmkoliken, schweisstreibend, krampflösend
Wermut	Magen- Darm- Schwäche, drüsenanregend
Beifuss	Stoffwechsel, Libido
Lindenblüten	schweisstreibend
Schöllkraut	gallenflussfördernd, gegen Gallenleiden
Blatt	Wirkung bei "üblicher" Wirkstoffmenge
Weissdorn	blutdruckregulierend, herzmuskelstärkend, gefässerweiternd
Spitzwegerich	schleimlösend, auswurfördernd
Huflattich	schleimlösend, hustenlösend
Löwenzahn	blutdrucksenkend, urinvermehrend, nierenaktivierend
Petersilie	gegen Nieren- und Blasenleiden
Veilchen	Keuchhusten, schleimlösend, auswurfördernd
Efeu	blutreinigend, Bronchialkatarrh, eitrige Geschwüre
Wurzel	Wirkung bei "üblicher" Wirkstoffmenge
Schlüsselblume	schlaffördernd, beruhigend
Baldrian	nervenentspannend, schlaffördernd
Karotte	gehirnaktivierend, gut für die Augen
Zaunrübe	gehirnaktivierend, Hirnhautentzündung
Beinwell	Neuralgien
Liebstockel	treibt Nervengifte aus
Ginseng	gegen Nervosität, Steigerung des Reaktionsvermögens, konzentrationsstärkend
Sprosssystem	Wirkung bei "üblicher" Wirkstoffmenge
Mädesüss	Gliederschmerzen, Rheuma, Gicht
Fichte	Gicht, Rheumatismus, Muskelkater, Zerrungen
Schachtelhalm	knochenstärkend
Thymian	desinfizierend, wundheilend, muskelerweichend
Pfefferminze	bei Muskelschmerzen, antibakteriell, gegen Entzündungen, krampflösend
Wacholder	hautreizend, desinfizierend, gelenkschmierend, erwärmend, Muskelrheuma, Arthritis
Frucht	Wirkung bei "üblicher" Wirkstoffmenge
Fenchel	menstruationsregulierend, milchtreibend, krampflösend
Vogelbeere	vitalisierend, Vitamine A und C, abwehrstärkend
Kürbis	Prostataleiden, Ödeme
Hundsrose	Vitamin C - Mangel
Apfel	allgemein stärkend, v.a. in Schwangerschaft jugenderhaltend
Aloe vera	Hautlotion
Eibe	krebislindernd, !tödlich giftig!



Heilpflanzenlehre nach Zingg 2002 – Generalisten

Generalisten sind Pflanzen, die in vielen verschiedenen Wirkungsbereichen als Heilpflanzen tätig sind. Sie sprengen den Rahmen, der ihnen nach Paracelsus und Steiner eigentlich gesetzt wäre. Sie wirken mit Blüte, Blättern, Wurzeln, dem Sprosssystem und der Frucht. Häufig wirken auch die Teile an "falschen Orten", so z.B. die Blätter im Bereich, der klassischerweise den Blüten oder Wurzeln zugeordnet wird. Es ist zudem darauf zu achten, dass die Wirkung im Winter (Wurzeln), Frühling (Blüte, Blätter) und Spätsommer (Frucht) durchaus verschieden sein kann.

Die Generalisten zeichnen sich praktisch immer durch "Auffälligkeiten" aus. So die Brennnessel durch ihre Brennhaare, das echte Johanniskraut durch seine Beschaffenheit (Öldrüsen in den Blättern) und die Schafgarbe durch ihr einmalig sonderbares Aussehen.

Diese drei Generalisten möchte ich hier stellvertretend für viele weitere vorstellen:

Brennnessel

Brennnesselblätter und -kraut enthalten Mineralsalze, darunter v.a. Kalzium- und Kaliumsalze sowie Kieselsäure.

Die Teile werden wegen der blutreinigenden Wirkung zur unterstützenden Behandlung rheumatischer Beschwerden eingenommen und äusserlich verwendet.

Bei Einnahme können sie zur Durchspülung bei entzündlichen Erkrankungen der ableitenden Harnwege eingenommen werden. Brennnessel besitzt blutbildende Eigenschaften.

In der Volksmedizin wird die Pflanze zudem bei Atemwegkrankungen, Leber- und Galle-, sowie Magen- und Darmproblemen verwendet.

Die Brennnessel wirkt als Gesamtpflanze auch positiv auf Nerven, Haut und Haare ein und regt die Drüsen, z.B. für die Milchbildung an; der Brennnesselsamen ist ein bewährtes Potenzmittel.

Johanniskraut

Während die ätherischen Öle des Johanniskrauts vor allem das Nervensystem anregen oder beruhigen,, wirken die Gerbstoffe auf die Schleimhäute entzündungshemmend, reizlindernd und sekretionsanregend. Darüber hinaus besteht eine kreislauf- und menstruationsfördernde Wirkung. Das Hypericin der Blüten übt eine beruhigende Wirkung aus und beeinflusst günstig depressive Zustände.

Wichtig ist auch die besondere Eigenschaft des Johanniskrautöles, infizierte Gewebe mit schlechter Heilungstendenz anzuregen und zur glatten Abheilung zu bringen, wobei das Öl eine schmerzstillende, entzündungshemmende, antiseptische und regulierende Wirkung auf das kranke Gewebe entfaltet. Auch gegen Insektenstiche wirkt das Kraut vorzüglich.

Man verwendet das Öl auch bei Erkrankungen des Magens und des Darmes, des Leber- Gallen- Systems und der Luftwege, sowie bei Kreislaufstörungen (Blutdruck).

Schafgarbe

Schafgarbe ist bei allen Arten von Fieber angezeigt. Auch bei Windpocken, Typhus und Malaria wird das Kraut eingesetzt. Gegen Erkältungen, Kopfschmerzen, Durchfall (auch bei Kleinkindern) und Ruhr ist Schafgarbe ein wahrer Segen. Aufgrund der zusammenziehenden Wirkung ist die Pflanze auch bei Blutungen und übermässig starker Menstruation wirksam.

Weiterhin bei Lungen-, Rippenfell-, Halsentzündung, Rheumatismus, Epilepsie, Zittern. Äusserlich bei allen Wunden, neuen und alten Geschwüren, Fisteln, weichen Geschwulsten.

Bei Haarausfall badet man den Kopf mit einem Schafgarbenauszug und massiert die Kopfhaut mit einer aus den Blüten hergestellten Salbe. Zum Lindern von Zahnschmerzen kaut man die Blätter; bei Ohrenschmerzen trägt man etwas Lotion ziemlich heiss auf die Ohren auf und träufelt ein paar Tropfen der abgekühlten Lotion hinein.

Bei Durchfall verwendet man die Schafgarbe innerlich und als Spülung; bei Hämorrhoiden und Unterleibsbeschwerden führt man ebenfalls Spülungen durch. Zur Stechmückenabwehr verwendet man einen öligen Auszug der Pflanze.



Wirkstoffe in den Pflanzen

Antwort der Naturwissenschaft

Die Pflanze ist ein unteilbares Ganzes. Die Idee der Pflanze, ihr Plan und die Vermehrungskraft ist bereits im Keim und in all ihren Teilen angelegt.

Wirkstoffe und Begleitstoffe einer Heilpflanze wirken gemeinsam.

Die Wirkstoffe sind in unterschiedlichen Konzentrationen meist in allen Pflanzenteilen zu finden. Die Wirkstoffe der Pflanze variieren im Laufe der Vegetationsperiode. Blätter soll man im allgemeinen vor der Blüte verwenden. Wurzeln sind im Herbst auszugraben. Alpenpflanzen sind den Tieflandpflanzen vorzuziehen. Die Verwendung der Frischpflanze ist grundsätzlich besser. Da es nicht möglich ist, die Pflanze ganzjährig frisch zur Verfügung zu haben, sind Konservierungsverfahren angebracht. Bei Pulver/ Trockenpflanzenzubereitung auf sorgfältiges Dörren achten (langsam, am Schatten, sorgfältig aufbewahren, nicht über ein Jahr lagern, eventuell in Öl, Alkohol, Essig, Pasten,....).

Bei genauer Ursachenerkennung des "Übels" ist es besser eine Pflanze allein zu verwenden; lässt sich die Grundursache oder der Ort des Grundübels nicht mit Sicherheit feststellen, soll man eine Kräutermischung versuchen.

Das Aussehen der Pflanze (Gestalt, Form, Farbe) lässt häufig auf die Wirkung schliessen (Signaturenlehre des Paracelsus). Ein gewisser Spürsinn, das "Einfühlungsvermögen in die Natur" lassen uns oftmals die richtige Pflanze finden.

nach Pfr. Johannes Künzle

Wirkstoff- Auswahl

a) Schleimstoffe

Schleimstoffe quellen stark auf und haben eine Wirkung in Bezug auf Schutz sowohl gegen mechanische Schädigungen der Haut und Schleimhaut, als auch auf die Wirkung "scharfer" Substanzen (Schutzmantel, Reizmilderung). Neben ihrem grossen Aufsaugvermögen, sind sie auch in der Lage, die im Schleim selbst enthaltenen Stoffe an die verwundete Stelle abzugeben. Gegen Entzündungen, Wunden. Schleimstoffe wirken auch mild abführend.

Beinwell, Huflattich, Schlüsselblume, Königskerze, Quitte, Ulme, Taubnessel, Ringelblume, Gänseblümchen, Spitzwegerich,

b) Ätherische Öle

Hauptsächlich sind es die Doldenblütler und die Lippenblütler welche oftmals ganz ansehnliche Menge ätherischer Öle enthalten. Die Wirkungen der Öle sind sehr verschieden. Die meisten haben eine desinfizierende Wirkung und wirken auf Haut und Schleimhaut ein. Kommen die Öle mit der Schleimhaut in Berührung, so wirken sie entweder sekretionsfördernd oder -hemmend. Die Öle besitzen auch eine schweissfördernde und wassertreibende Wirkung.

Thymian, Bärlauch, Wermut, Salbei, Liebstöckel, Kamille, Gundelrebe, Dill, Bibernelle, Baldrian, Kerbel, Knoblauch, Pfefferminze, Linde, Lorbeer, Lavendel, Schafgarbe, Kümmel, Rosmarin, Melisse, Veilchen, Fenchel, Basilikum,

**c) Seifenstoffe (Saponine)**

Seifenstoffe sind schwer von den Schleimhäuten aufzunehmen. Sie ermöglichen aber die schnellere und bessere Aufnahme anderer, sich im Lösungszustand befindlicher Stoffe. Direkt in die Blutbahn gebracht, sind sie giftig (sie zerstören die roten Blutkörperchen).

Allgemein wirken sie auf die Schleimhäute ein (verstärkte Absonderung). Die Tätigkeit aller Drüsen wird erhöht (Vorsicht: Entzündung der Schleimhäute! Dosis beachten!). In der Volksmedizin werden saponinhaltige Pflanzen vorwiegend als Blutreinigungsmittel, zu vermehrter Schweiss- und Wasserabsonderung und zur Anregung des Verdauungsapparates verwendet.

Königskerze, Labkraut, Leberblümchen, Taubnessel, Schlüsselblume, Ehrenpreis, Bibernelle, Birke, Seifenkraut, Stiefmütterchen, Spargel,

d) Kieselsäure

Die Widerstandsfähigkeit der Haut wird mit diesen Wirkstoffen grösser. Schlechtheilende Wunde und Entzündungen der Haut und auch der Schleimhäute sind Anwendungsgebiete. Das Bindegewebe wird positiv beeinflusst.

Schachtelhalm, Brennnessel, Vogelknöterich, Quecke, Holzzahn, Bohne, Heidekraut,

e) Bitterstoffe

Bitterstoffe, die keine einheitliche chemische Gruppe darstellen (Alkaloide, Glykoside, Laktone,...), regeln die Magen- und Darmfunktion, aber auch die Funktionen der Leber und der Milz. Sie beschleunigen die Absonderungen von Speichel, Magen- und Darmsaft und fördern auch die Entleerung des Magens. Einsetzbar auch bei Völlegefühl, Blähungen, Sodbrennen, Entzündungen und Krämpfen.

Wermut, Tausendgüldenkraut, Beifuss, Schafgarbe, Wegwarte, Heidelbeere, Bibernelle, Hopfen, Löwenzahn, Rosmarin, Rainfarn, Ringelblume, Bachbunze,

f) Gerbstoffe

Diese Stoffe sind in Wasser und Alkohol gut löslich. Die Einnahme grosser Mengen führt zu Übelkeit und Erbrechen. In geringer Dosis sind sie in der Lage innere Entzündungen durch den "Gerbvorgang" (zusammenziehen des Gewebes, Eiweissausfällung) zu heilen. Die Aufnahmefähigkeit der Schleimhäute wird verringert und deren Absonderungen verlangsamt. Der geeignete Wirkstoff gegen Entzündungen, Vergiftungen, Geschwüre, Hautausschläge,... (Vorsicht bei der Dosierung! Magendarmreizungen, Leberschäden!)

Eiche, Bachbunze, Schafgarbe, Salbei, Waldmeister, Ulme, Brombeere, Birke, Edelkastanie, Heidelbeere, Frauenmantel, schwarze Johannisbeere, Erdbeere, Dost, Holzzahn, Preiselbeere, Gundelrebe,

g) Salizylsäure

Die Salizylsäure besitzt bakterientötende Eigenschaften und wirkt schmerzlindernd. Die Gallenproduktion wird gesteigert, die Ausscheidung von Harn gefördert.

Weide, Mädesüss, Veilchen, Stiefmütterchen, Ringelblume,



Schlusswort

Heilpflanze oder nicht? Woran kann ich sie erkennen? Wozu kann ich sie verwenden?
Dies war die Ausgangsfrage der Überlegungen.

Ein Blick in die Geschichte führte uns zu **Paracelsus** und dessen „Geistesverwandten“. Sie alle suchten die Antwort auf die Frage in den Signaturen der Pflanzen und erreichten zum Teil erstaunliche Resultate.

Die Ideen der "Gleichgewichtslehre" des Antroposophen **Rudolf Steiner** bestätigten in vielen Fällen die Erfahrungen mit den Signaturen, korrigierten und ergänzten diese aber und machten die Erkennung und Wirkung von Heilpflanzen methodisch fassbarer.

Rolf Zingg modifizierte die Ideen Steiners und vervollständigte sie mit den Bereichen ‚Sprosssystem und Frucht‘.

Durch den Einbezug der naturwissenschaftlichen Erkenntnisse des 20. Jahrhunderts und deren Einbindung in die medizinische Pflanzenkunde wissenschaftlicher Praktiker wie **Johannes Künzle**, **Wolf- Dieter Storl** oder **Erwin Schneider** kann heute eine theoretisch und praktisch breiter abgestützte Antwort gegeben werden.

Ich bin überzeugt, dass man mit diesen Grundlagen im Bereich der Heilkunde durchaus arbeiten kann.