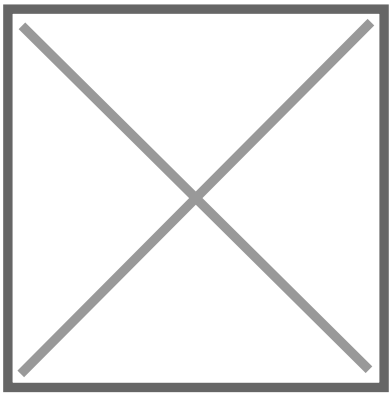

Die Heilkraft der Pflanzen

Description

Zeichen der Zeit

Bennessel

Fotos: Oskar MÃ¼ller

Ich spaziere gerne durch meinen Garten und betrachte die gewÃ¶hnlichen Pflanzen, wie sie dort ihr einfaches Leben fÃ¼hren. Unsere Vorfahren lebten in enger Verbindung zu den Pflanzen und kannten ihre HeilkrÃ¤fte.

In den KlÃ¶stern des frÃ¼hen Mittelalters wurde das Wissen Ã¼ber die Heilkraft der Pflanzen gesammelt, kultiviert und weiter entwickelt. Die MÃ¶nche bedienten sich griechischer und rÃ¶mischer Schriften, die aus der Zeit vor Christi Geburt stammten.

Die geistliche Motivation fÃ¼r die klÃ¶sterliche Heilkunde stammt von Benedikt von Nusia. In der Regula steht:

â??Die Sorge fÃ¼r die Kranken muss vor und Ã¼ber allem stehen: man soll ihnen so dienen, als wÃ¤ren sie wirklich Christus; hat er doch gesagt: Ich war krank, und ihr habt mich besucht, und: Was ihr einem dieser Geringsten getan habt, das habt ihr mir getan.â??

Einige der hoch geschÃ¤tzten Heilpflanzen wachsen in unseren GÃ¤rten.

Ungeliebt, und doch so wertvoll, wÃ¤chst in mancher unkultivierten Ecke unserer GÃ¤rten die Brennessel (Bild oben). Zu Zeiten der Klostermedizin wurden vielfach Abreibungen der Haut mit frischen Brennesseln zur Behandlung von rheumatischen Beschwerden, Ischias und Hexenschuss praktiziert. Auch die entschlackende und stoffwechselanregenden Wirkungen der Brennesse waren bekannt.
Hildegard von Bingen notiert in ihrer Physica:

â??die Brennessel ist warm, und wenn sie warm aus der Erde sprieÃ?t, ist sie gekocht nÃ¼tzlich fÃ¼r die Speisen des Menschen, weil sie den Magen reinigt und den Schleim aus ihm wegnimmtâ??.

Die TCM sieht die Brennessel warm, erwÃ¤rmend, trocknend, reinigend, nÃ¤hrt das Blut, leitet kalten Schleim aus. Erstaunlich, wie sich Hilegardâ??s Schilderung damit gleichen.
Auf der emotionalen Ebene beschreibt die TCM die reinigende Wirkung auf das Blut: â??Sie reinigt es vom Alten, Ã?berfÃ¤lligen, von Aggressionen und gestauten Emotionen und schafft Raum fÃ¼r ein gesundes SelbstgefÃ¼hlâ??.

Efeu

Der Efeu ist eine ganz besondere Charakter-Pflanze: Nach der BlÃ¼tezeit im Herbst reifen die FrÃ¼chte im SpÃ¤twinter und FrÃ¼hling heran.
In den antiken Schriften wurde der Efeu als Symbol der UnvergÃ¤nglichkeit verehrt. In den KlÃ¶stern durfte er an keiner Gartenmauer fehlen. In der Klostermedizin ist er in Rezepturen zur Schmerzbehandlung enthalten und wurde zur Behandlung von Katarrhen der Luftwege und chronisch-entzÃ¼ndlicher Bronchialerkrankungen eingesetzt.

Salbei

Die BlÃ¤tter des Salbei standen seit der Antike sinnbildlich fÃ¼r das ewige Leben und galten als universale Medizin und wirksames Zauber- und Liebesmittel.
Schon der Name â??Salbeiâ?? leitet sich von â??salvareâ??, heilen ab und deutet auf eine besonders vielseitige Heilpflanze hin.
Beachtenswert ist der Zusammenhang zur Kehle, was auch meine Oma wusste. Litt jemand unter Heiserkeit/Halsschmerzen, hatte sie immer einige SalbeiblÃ¤tter in einem Glas parat, aus dem sie einen Salbei-Sud kochte, den wir dann gurgeln mussten. Plagt mich heute die Kehle greife ich gedankenlos zur Tablette.

Wie gut es wÃ¤re, wir wÃ¼rden uns dieses Wissens erinnern.

Oskar MÃ¼ller

Quellen:

- Birgit Frohn, Klostermedizin, dtv, 2001.
- Rita Traversier / Kurt Staudinger / Sieglinde Friedrich, TCM mit westlichen Pflanzen: Physiotherapie â?? Akapunktur â?? DiÃ¤tetik, Sonntag Verlag, Stuttgart 2005.
- Tanja Hirschsteiner, Von Apfelessig bis WeiÃ?dorn. Die besten Haus- und Naturheilmittel, Verlag Graefe und Unzer, MÃ¼nchen 2000.

Category

1. Allgemein