

Heilpflanzen und ihre „Medizinpferde“

von Angelika Michaelis

Um Heilpflanzen unserem Körper und Geist in einer optimalen Art und Weise zuzuführen, benötigt man Kenntnisse des jeweils wirksamsten Trägerstoffes – unseres „Medizinpferdes“. Im Gegensatz zu den pflanzenfressenden Tieren hat die Verdauung des Menschen nicht die Möglichkeit, pflanzliche Zellen zu „knacken“, dass heißt, ohne Trägerstoff oder mechanische oder anderweitige Bearbeitung kommen wir nicht an die Inhaltsstoffe der Pflanze heran. Sie hätte so lediglich als Ballaststoff in Form von pflanzlicher Zellulose eine Bedeutung. Auch bieten sich viele Pflanzen auf Grund ihrer Konsistenz oder ihres Geschmacks nicht als Nahrungs- und Gewürzmittel an. So ist es wichtig, die Pflanze „aufzuschlüsseln“ und ihr mit Hilfe einer Trägersubstanz – dem genannten Medizinpferd – in unseren Körper zu schleusen.

Medizinpferde gibt es viele – in erster Linie das Wasser, als Tee und Abkochung, aber auch der Alkohol als Trägermittel zur Bereitung einer Pflanzentinktur oder – weniger bekannt – der Wein und der Met (Honigwein) und natürlich die fetthaltigen Zubereitungen wie Milch, Butter (Ghee) und Öle. Die Wahl des richtigen „Medizinpferdes“ hängt zum einen ab vom Charakter der gewählten Pflanze, aber auch vom Zweck, den ich mit der Pflanzenzubereitung verfolge.

Möchte ich beispielsweise nur Nieren und Blase gründlich durchspülen, leistet ein Pflanzenabsud als Tee oder Abkochung hervorragende Dienste, möchte ich aber die Lymphe reinigen oder Ablagerungen im Fettgewebe ausleiten, reicht das Wasser als Träger-substanz nicht und ich muss zu Alkohol oder Fett als Trägerstoff greifen. Auch Pflanzen mit einem hohen Gehalt an ätherischen Ölen wie der Gundermann, Rosmarin, Melisse, Engelwurz, Weinraute und viele andere mehr werden sehr viel wirksamer aufbereitet in einem Trägerstoff mit einem Anteil an Alkohol oder Fett, weil sich die ätherischen Öle darin oftmals besser lösen können.

Da die ausgewählten Trägerstoffe meistens auch eine eigene Heilwirkung haben wie Honig oder Wein, kann ich die Wirkung meiner pflanzlichen Arznei noch wesentlich verstärken. Hierbei können auch planetarische Gesichtspunkte eine wesentliche Rolle spielen.

Während sich die ayurvedische Medizin die Kombination von Heilpflanzen und Trägerstoffen – je nach dem zu behandelnden elementaren Ungleichgewicht im Körper – immer mehr vervollkommnet hat, ist dies Wissen in der westlichen Medizin weitestgehend verloren gegangen.

Wussten die Alchemisten, allen voran das Universalgenie Paracelsus, noch um diese Dinge, gibt es heutzutage nur noch einige wenige anthroposophische Heilmittel bzw. die wenigen im Handel erhältlichen spagyrischen Mittel, die diese Gesichtspunkte berücksichtigen.

Aber auch als Kräuterfrau oder –mann, die eigene Pflanzenzubereitungen herstellen, denen aber nicht die Gerätschaften alchemistischer Hexenküchen zur Verfügung stehen, kann man mit der Wahl des „richtigen“ Medizinpferdes eine Menge mehr an Wirkung erreichen. Nachfolgend möchte ich die einzelnen Trägerstoffe vorstellen, ihre besondere Wirkung erklären und einige Rezepturen vermitteln, mit denen ich gute Erfahrungen gemacht habe.

Die einzelnen Trägersubstanzen:

Wasser

Wasser ist eines der vier Elemente, der Urstoff des Lebens und wohl der meistgebrauchte Trägerstoff in Verbindung mit Heilpflanzen. Wasser überträgt die Schwingungen des Lebens, wie wunderbar und vollkommen kann man in den Fotos des Japaners Masuru Emoto sehen, die er in einem Bildband im Jahre 2002 veröffentlicht hat¹.

Wer kennt den wohltuenden Kräutertee, die Pflanzenabkochung oder ein Kräuterbad nicht?

Wasser hat eine unmittelbare Wirkung auf unseren Körper, der – je nach Lebensalter – von 50 – 70 % aus Wasser besteht, es befeuchtet, nährt und wirkt unmittelbar auf den Wasserstoffwechsel von Magen, Nieren, Darm und Blase. Insofern ist es nicht verwunderlich, dass viele Pflanzenanwendungen zusammen mit Wasser erfolgen.

Aber Wasser ist nicht gleich Wasser. Paracelsus

¹ Masuru Emoto, *Wasserkristalle, Burgrain 2002*
Über den Verlag erhältlich

beispielsweise benutzte meist frisches Quellwasser, weil seiner Ansicht nach dieses Wasser durch die Berührung mit den im Quellgestein vorkommenden Metallerzen eine besondere Heilkraft hatte. 500 Jahre nach Paracelsus ist es allerdings schwer geworden, derartiges Heilwasser zu finden.

Wer keine Mühe scheut, der kann morgens, am besten mit einer Einwegspritze, „Venuswasser“ sammeln und für einen besonders wirksamen Pflanzenauszug oder für ein Blütenwasser benutzen. „Venuswasser“ ist der Tau, der sich in den Frauenmantelblättern oder im „Venusbecken“ der Weberkarde gesammelt hat und immer schon den Ruf genoss, ganz besonders heilkräftig zu sein. Bildlich gesprochen ist es der silbrige Schweiß des Mondes, dessen feine Leitfähigkeit bis in unsere Seelen wirkt.

Grundsätzlich kann ich mit den meisten Heilpflanzen einen wässrigen Auszug zubereiten, entscheidend ist aber die Dauer und Höhe der Hitzeeinwirkung des Wassers. Je sensibler die Pflanze oder der Pflanzenteil, desto weniger Hitzeeinwirkung benötige



Frauenmantel mit dem morgentlichen „Venuswasser“

ich. Unser „Blütenwasser“ (bevorzugt aus dem zuvor beschriebenen Venus-Wasser) lassen wir nur ein bis zwei Stunden in einem Glas in der Sonne stehen, da die Blüten der empfindlichste Pflanzenteil sind. Die feinstofflichen Anteile der Pflanze, ihr sulfurischer Äther als Verbindung zur Sonne, drückt ihre Heilkraft durch feine Schwingungen im Element Wasser aus. Dieses Wasser wirkt daher auch weniger auf den Körper, sondern mehr auf unseren Geist aus.

Schleimhaltige Pflanzen, die unter der Regentschaft des Mondes stehen wie der Eibisch oder die Malve, werden nur geringfügig oder gar nicht erhitzt, während harte Pflanzenteile wie Rinden und Wurzeln (bei geschlossenem Deckel) auch etwas länger kochen dürfen.

Alkohol

Alkohol ist ein Sammelbegriff für mehrere Träger-substanzen, die wir für einen Pflanzenauszug nutzen können. Grob gesagt: Je höher der prozentuale Anteil an Äthylalkohol, desto mehr vergeistigt ist das Ergebnis. Alkohol hat merkurischen Charakter, es wird alles das aus den Pflanzen gezogen, was das Wasser nicht mehr erreicht. Der Planet Merkur steht insbesondere für die geistigen Aktivitäten, die Nerven, er ist der Planet der Kommunikation und Verbindung.

Insofern sind alkoholische Tinkturen sehr nervenwirksam, sie sind einerseits gute Ausleitungsmittel, das heißt, sie sind ein besonderer Stimulus, den Transport von Schlacken aus Fett- und Nervengewebe einzuleiten, andererseits können sie beruhigend wirken (so z. B. ein Magenbitter zur Beruhigung der Magennerven), je nach dem mit welchen Kräutern man arbeitet.

Ausleitend mit Wirkung auf Neurotoxine sind Tinkturen aus Bärlauch, Korianderkraut oder Kardenwurzel, hier das Rezept der Kardentinktur:

Die Wurzel der Weberkarde (2-jährige Pflanze) im Herbst des 1. Jahres oder im Frühjahr des 2. Jahres, wenn die Pflanze noch nicht aufgestielt hat, ausgraben, waschen und zerkleinern, bitte sofort verarbeiten, damit die Wirkstoffe nicht verloren gehen. Die zerkleinerten Wurzelteile in ein Glas geben, mit Alkohol auffüllen (ich benutze meistens Obstbrand, 38% aus biologischer Produktion) und das Glas an einer sonnigen Stelle stehen lassen (14 Tage). Am besten jeden Tag einige Male schütteln. Dann abseihen und die Tinktur in ein dunkles Glas füllen.

In der Spagyrik würde man noch die Pflanzenreste soweit veraschen (benötigt Temperaturen von 400° und einige Erfahrung), bis ein weißes Salz übrig geblieben ist und der Tinktur hinzufügen. Und was noch wichtig ist: Liebevoller Gedanken, denn die Herstellung von allem, was unser Körper benötigt, ist eine heilige Handlung! Die Tinktur kann insbesondere bei Borreliose unterstützend wirken.

Erwähnenswert als Trägersubstanz ist auch der Wein und der Honigwein (Met). Spielten die pflanzlichen Zubereitungen mit Wein in früheren Jahrhunderten eine große Rolle, werden sie jetzt eher vernachlässigt. Beide enthalten sowohl Alkohol als auch wässrige Anteile und können die Wirkstoffe von Pflanzen daher optimal aufnehmen.

Der Wein hat die Signaturen von Sonne und Jupiter², das heißt, er wärmt und macht fröhlich. Er hat deutlichen Blut- und Herzbezug und die Wirkung der entsprechenden Kräuter wird durch die Zubereitung in Wein verstärkt.

Wir finden zahlreiche Rezepte mit Wein als „Medizinpferd“ bei Hildegard von Bingen, wie zum Beispiel der vielleicht der am meisten bekannte „Herzwein“ oder auch andere. Hier das Rezept des „Veilchenweines“, der von Hildegard gegen Schwermut und Traurigkeit empfohlen wird:

1 Liter Wein mit 15 Gramm Veilchenblüten und -blätter drei Minuten lang aufkochen und abseihen. Danach 10 gr. Galgantpulver und 20 Gramm Süßholzpulver hinzufügen, über Nacht stehen lassen, nochmals 3 Minuten aufkochen und abfiltrieren.

Noch weniger bekannt als Trägersubstanz ist der Met, der Honigwein, der das beliebteste „Medizinpferd“ unseren germanischen Vorfahren war. Wie der Wein kann auch der Met alkohol- und wasserlösliche Bestandteile der Pflanze aufnehmen und ist daher wie dieser besonders wirksam. Hier ein Rezept von Frauenmantel-Met, der am besten bei Stoffwechselstörungen (Durchfall, Magen-Darbeschwerden) wirkt:

1-2 Hand voll frisches Frauenmantelkraut mit Met aufkochen und vom Herd nehmen. Abkühlen lassen, absieben und in eine Flasche füllen.

Ein Wort noch zur Haltbarkeit: Je höher der Alkohol-

anteil, desto länger ist der Pflanzenauszug haltbar. Pflanzliche Weine sollten im Kühlschrank aufbewahrt und innerhalb von 14 Tagen verbraucht werden.

Fette und Öle

Pflanzlichen Fette und Öle, in guter Qualität und im richtigen Maß nähren, fördern das Wachstum und die Denkfähigkeit, wirken auf die Nerven, Gehirn und Hormone und eignen sich ausnehmend gut als Trägersubstanz für Heilpflanzen und zwar zur inneren und äußeren Anwendung.

Ich denke, dass wir mit der Fettzubereitung von Heilpflanzen in der westlichen Welt eher zurückhaltend sind, weil wir überwiegend Fett als „Dickmacher“ und „Arterienkiller“ kennen.

Das kommt aber daher, weil viele Menschen mit Fetten und Ölen nicht bewusst umgehen, daher sind es ja auch die „versteckten“ Fette in Kuchen, Keksen, Chips und weiteres mehr, die eine schädigende Wirkung haben. Oft sind es auch noch gehärtete pflanzliche oder tierische Fette, die eine besonders schlechte Wirkung auf unseren Körper haben. Insofern ist die Wahl des richtigen Fettes sehr wichtig. Ich benutzte daher nur hochwertige nach Bio-Standards hergestellte Fette und Öle, insbesondere Leinöl, Sesamöl, Olivenöl, Butter und Ghee (geklärte Butter).

Zum äußeren Gebrauch werden pflanzliche Öle verwendet. Sehr gut ist das in der ayurvedischen Medizin überwiegend verwendete Sesamöl, das am besten in der Lage ist, die Wirkstoffe der Pflanzen aufzunehmen. Gleichzeitig wirkt es nervenberuhigend, stärkend und erdend.

Es gibt zwei Methoden, ein pflanzliches Massageöl selbst herzustellen: man setzt die zerkleinerte Pflanze in Öl an und lässt das Ganze 1 Woche bis 10 Tage ruhen, danach seiht man die Kräuter ab und füllt sie in eine dunkle Flasche. Besonders angenehm ist es, noch ein paar Tropfen ätherisches Öl derselben Pflanze oder einer anderen, zum Zweck des Öles passenden Pflanze hinzuzugeben. In der ayurvedischen Medizin wird eine (bereits abgefilterte) Pflanzenabkochung zu gleichen Teilen mit dem Öl vermischt und solange gekocht, bis die Abkochung verdampft ist.

Rezept Frauenöl (eigenes Rezept): 1 Handvoll Gänsesfingerkraut und 1 Handvoll Beifußkraut in kaltes Wasser (1/2 l) geben, mit geschlossenem Deckel erhitzen und 5 Minuten lang kochen lassen, das

² siehe dazu insbesondere Margret Madejsky / Olaf Rippe: Heilmittel der Sonne, Seite 158 ff
Über den Verlag erhältlich

Ganze abkühlen. Die Abkochung abfiltern und die Abkochung mit ½ l Öl zusammengießen. Auf kleiner Flamme so lange köcheln lassen, bis das Wasser verdampft ist (das Öl fängt an zu prasseln). Wenn es abgekühlt ist, in eine dunkle Flasche füllen und einige Tropfen ätherisches Lavendelöl zugeben.

Dieses Öl hilft insbesondere bei krampfartigen Menstruationsbeschwerden und wird warm auf den Bauch massiert. Es beruhigt auch bei Blähungen und krampfartigen Magen-Darm-Beschwerden.

Diese selbst hergestellten Öle sind geeignet für Massagen aller Körperteile, insbesondere des Kopfes und der Füße, sie entgiften das Gewebe, kräftigen den Stoffwechsel und das Muskelgewebe des Körpers, sie können aber auch für einen Öleinlauf gebraucht bzw. oral eingenommen werden.

Zum Verzehr eignen sich aber insbesondere die sehr schmackhaften Heilpflanzen-Pestos wie z. B. ein Pesto aus Bärlauch, das durch seinen Sulphur die Krankheiten buchstäblich aus dem Leibe treibt, aus Petersilie und Löwenzahn oder dem „Klassiker“ Basilikum. Insbesondere intensive Pflanzenfarben wie die orangeroten Blütenblätter der Ringelblume oder die violetten Blüten des Lavendels können ihre Wirkstoffe besonders gut an Fett abgeben.



Daher noch ein eigenes Rezept:

6 Blütenköpfe der Ringelblume, 2 Knoblauchzehen und 10 Lavendelblüten mit 250 gr. Butter verquirlen, ein schmackhafter und (natürlich in Maßen) genossener Brotaufstrich!

Milch

Zuletzt möchte ich noch die Milchabkochung ansprechen, die von den Germanen praktiziert wurde und in der ayurvedischen Medizin sehr gebräuchlich, bei uns aber weitestgehend unbekannt ist. Die Milch als das vollkommene Nahrungsmittel, eine Wasser-Fett-Emulsion, kann sowohl die wasser- als auch die fettlöslichen Bestandteile von Heilpflanzen aufnehmen und dem Körper zuführen.

Milchabkochungen wirken tonisierend, nährend, lindern Hitze (bei Entzündungen und Fieber) und schützen das Gewebe. Bei sehr „heißen“ Heilpflanzen kann die Wirkung mit Milch gemildert werden, beispielsweise um die Magenschleimhäute zu schützen.

Probieren sollte man die Gundermann-Milch bei eitrigen Entzündungen besonders im Kopf – und Rachenbereich.

1/2 Handvoll frischen Gundermann, ¼ l Milch zwei Esslöffel Wasser zusammen zum Kochen bringen und 5 Minuten köcheln lassen, bis das Wasser reduziert ist, mit einem Teelöffel Honig süßen – fertig) oder auch die Kurkuma-Milch-Abkochung bei Stoffwechselstörungen.

Ich habe mich bei meinen Ausführungen sehr kurz gefasst - über dieses Thema kann man Bücher füllen. Ich möchte mit diesem Beitrag aber Ihr Interesse wecken, selbst einige Dinge auszuprobieren und eigene Erfahrungen zu sammeln.



Angelika Michaelis
Dipl.-Verw.-Wirtin
Astrologin, Kräuterkraut
26939 Ovelgönne
Telefon: 0 44 80 / 94 95 30
info@astrologie-heilpflanzen.de
www.astrologie-heilpflanzen.de