



PFLANZEN FÜR DIE SEELE

Mut und Willensstärke durch Kräuter

von Olaf Rippe

mit freundlicher Genehmigung der Zeitschrift Naturheilpraxis

"Jede benötigte Veränderung kann bewirkt werden, sobald die richtige Kraft in richtigem Maß auf die richtige Weise mit den richtigen Mitteln auf das richtige Objekt gerichtet wird." (A. Crowley)

Gewöhnlich kommen Patienten mit körperlichen und seelischen Erkrankungen wie Rheuma, Herzleiden, Hautkrankheiten, Depressionen oder Schlafstörungen in die Naturheilpraxis.

Dies ist aber nur eine Seite des Praxisalltags, denn manchmal konfrontieren Patienten den Therapeuten mit Problemen, die über das Gewohnte hinausgehen. Beispielsweise kann unser Patient auch an Redehemmung, Unentschlossenheit, Schüchternheit oder mangelndem Selbstvertrauen leiden. Seine körperlichen Symptome sind dabei häufig nur ein Ausdruck seelischer Verletzungen oder unerfüllter Sehnsüchte. Will man hierbei helfen, stößt man als Nicht-Psychotherapeut scheinbar schnell an Grenzen - wobei damit nicht gesagt ist, dass Psychologen in solchen Fällen immer Erfolg hätten.

Sucht man in den üblichen Listen nach entsprechenden Arzneimitteln, ist man jedenfalls selbst sehr schnell entmutigt. Da gibt es Dutzende von Schnupfenmitteln, aber beispielsweise keines gegen 'Angst vor öffentlichen Auftritten'. Als Fan von Listen zugelassener Mittel nach den Richtlinien der Kommissionen D oder E kann man sowieso gleich das Handtuch werfen, ganz nach dem Motto: Die Psyche gehört dem Psychologen. Höchstens die 'klassische Homöopathie' kennt einige medikamentöse Lösungsansätze.

Das gewohnte Arsenal an Therapiekonzepten kann man jedenfalls getrost vergessen. Therapeutische Phantasie ist hier gefragt, da es Patentlösungen nicht gibt.

Neben psychologischen Techniken, leistet hier besonders die Kräuterheilkunde gute Dienste, da Phytotherapeutika nach Einnahme sehr schnell wirken und man sie daher auch situativ verwenden kann. Wichtige Begleitmittel finden sich unter homöopathischen Arzneien aus der Pflanzenwelt, die eher auf Dauer die geistige Haltung beeinflussen. Hinweise zu Mitteln aus anderen Naturreichen ergänzen die Therapiekonzepte.

Das Ens spirituale

Jeder Mensch determiniert sich selbst durch seine Gedanken und Gefühle. Ist das Denken und Fühlen geprägt von Lebensfreude, stellen sich weniger Krankheiten ein und das Leben bietet mehr Glücksmomente und Erfolgsaussichten, als bei Pessimismus oder Lebensüberdruß.

Heute ist diese Korrelation zwischen der inneren Geistwelt und körperlichen Zuständen, Forschungsgebiet der Psycho-Neuro-Immunologie, allerdings ist dieser Zusammenhang schon lange bekannt.

So nannte der Arzt und Naturforscher Paracelsus (1493 bis 1541) fünf Ursachen von Krankheiten: Umweltfaktoren, Lebensweise, Konstitution, Psyche und Glauben. Den Einfluss der Psyche nannte er 'Ens spirituale'.

'Achtet (...) darauf, dass darunter kein Teufel, noch sein Werk oder seine Sippschaft begriffen wird, denn der Teufel ist kein Geist, ein Geist ist auch kein Engel, ein Geist ist, was unseren Gedanken ohne Materie im lebendigen Leibe entspringt' (Paracelsus). Zu seiner Zeit war dies eine wichtige Erkenntnis, denn schnell waren bei seelischen Problemen Dämonen die Ursache, wobei Paracelsus sehr wohl von der Existenz astraler Wesenheiten und der Wirkung von Magie überzeugt war.

Bild 1: In der Homöopathie ist Staphisagria eines der wichtigsten Mittel bei bösen Folgen von Streit, Ärger und Beleidigungen

Interessant ist seine Sichtweise, dass beliebige Krankheiten wie Immunstörungen oder Herzkrankheiten durch das Denken verursacht, aber auch verhindert werden können. 'Wenn der Spiritus leidet, so leidet der Leib, denn er macht sich im Leibe geltend und ist doch nicht im Leibe. Zweierlei Krankheiten gibt es, das sind die materiellen und die spiritualen' (Paracelsus). Die Psychosomatik ist also keine Erfindung unserer Zeit.

Neben der persönlichen Sichtweise der Welt kann auch der Wille eines anderen Menschen einen krank machen, sofern dieser stärker als der eigene ist; dies kann auch unwissentlich geschehen. 'Wenn die Geister einander verletzen, so muss der Leib des geschädigten Geistes den Schaden tragen, den der Geist empfangen hat. Wenn ein Geist den anderen krank macht, dann entstehen geistige Krankheiten, die man körperlich empfindet' (Paracelsus). Man denke dabei nur an Zeitphänomene wie Mobbing, die zu den absurdesten körperlichen Beschwerden führen können. In der Homöopathie finden sich solche Zustände unter dem Stichwort 'böse Folgen von Kummer, Ärger und Beleidigungen', mit den Hauptmitteln Ignatia, Natrium muriaticum und Staphisagria (alle ab D12).

Demnach sind also eigene negative Gedanken genauso potentiell krankmachend wie die Gedanken anderer, die Macht über einen haben. Der optimistische und selbstbestimmte Mensch ist für Paracelsus somit die Voraussetzung für Gesundheit. Zu seiner Zeit nutzte man dazu vor allem bestimmte Kräuter, von denen man sich magischen Beistand erhoffte - die Verschrei- und Berufskräuter.



Schutzengel in Pflanzengestalt

Bevor man die Natur und ihre Geschöpfe durch wissenschaftliche Analysen entzauberte, galt jedes Naturphänomen als beseelt. Der Mensch kommunizierte mit Göttern, Elementarwesen und Pflanzengeistern wie mit seinesgleichen, deren Einfluß, je nach Lebenssituation, förderlich oder schädlich sein konnte. Unter den vielen astralen Wesen hat es aber immer schon einige gegeben, die in jedem Fall helfen, sich vor Unglück zu schützen. Als 'Schutzengel' fördern sie unseren Mut und unsere Willensstärke, um den eigenen Lebenszielen näherzukommen.



Bild 2: Noch immer werden zu Maria Himmelfahrt Kräuter geweiht, die als schutzmagische Buschen im Herrgottswinkel aufgehängt, das Haus vor dunklen Mächten schützen sollen

Diese Geistwesen stehen in Verbindung mit gewissen Pflanzen, die man seit alten Zeiten als Verschrei- und Berufskräuter bezeichnet. Unter Verschreikräutern sind Pflanzen zu verstehen, die einen vor Verfluchung (= Beschreien) und Verhexung bewahren, während Berufskräuter vor dem negativen Einfluß nichtmenschlicher Wesen schützen, die einen berufen (= besessen sein). Meistens sind die verwendeten



Pflanzen beides in einem.

Einige Beispiele, der seit grauer Vorzeit gebräuchlichen Pflanzen: Alraune (*Mandragora officinarum*), Arnika (*Arnica montana*), Baldrian (*Valeriana officinalis*), Beifuß (*Artemisia vulgaris*), Bernstein (*Succinum*), Scharfes Berufskraut (*Erigeron acer*), Betonie (*Betonica officinalis*), Buchsbaum (*Buxus sempervirens*), Dill (*Anethum graveolens*), Dost (*Origanum vulgare*), Echter Ehrenpreis (*Veronica officinalis*), Eisenkraut (*Verbena officinalis*), Engelwurz (*Angelica silvestris*), Gelber Enzian (*Gentiana lutea*), Kreuzblättriger Enzian (*Gentiana cruciata*), Erzwurzel (*Angelica archangelica*), Holunder (*Sambucus nigra*), Johanniskraut (*Hypericum perforatum*), alle Kardengewächse (z.B. Witwenblume = *Knautia arvensis*), Königskerze - alle Arten (z.B. Wollige K. = *Verbascum thapsiforme*), Echtes Labkraut (*Galium verum*), Mahonie (*Berberis aquifolium*), Mariendistel (*Silybum marianum*), Mistel (*Viscum album*), Quendel (*Thymus serpyllum*), Rainfarn (*Tanacetum vulgare*), Salbei (*Salvia officinalis*), Schlehe (*Prunus spinosa*), Silberdistel (*Carlina acaulis*), Teufelsdreck (= Stinkasant; *Ferula asa foetida*), Thymian (*Thymus vulgaris*), Wacholder (*Juniperus communis*), Weißdorn (*Crataegus oxyacantha*), Wermut (*Artemisia*

absinthium), Ysop (*Hyssopus officinalis*), Aufrechter Ziest (*Stachys recta*).

Die Kräuter wurden als Amulette in Beuteln, als Gürtel, Kropfbänder oder als Schmuck getragen, in Kleider eingenäht, in die Wohnräume und Stallungen gehängt, über Türen und Fenster angebracht, geräuchert, als Kopfkissen gebraucht oder man verwendete sie innerlich.

Noch heute werden die meisten Pflanzen und Anwendungsarten in Brauchtum und Volksmedizin verwendet.

Über die Signaturen von Verschrei- und Berufskräutern

Die genannten Pflanzen offenbaren dem Sensitiven ihre besonderen Eigenschaften durch ihre Signaturen. Einige zeigen eine anthropomorphe Gestalt, die als Verkörperung von hilfreichen Erdgeistern gilt (Alraunen- und Enzianwurzel). Andere haben einen lichtvollen Blütenaufbau, ein Zeichen ihrer stimmungsaufhellenden Wirkung (Arnika, Holunder, Johanniskraut). Manche beeindrucken durch ihre klare Struktur und majestätische Größe, die Würde und innere Stärke vermitteln (Engelwurz, Kreuzblättriger Enzian, Königskerze). Andere beeinflussen die Sinne durch ihren starken Geruch, der das Böse vertreibt (Rainfarn, Salbei, Teufelsdreck, Thymian, Wermut). Manche haben zähe Stengel und schwertförmige Blätter, beides Zeichen, um widerstandsfähiger zu werden (Beifuß, Eisenkraut, Witwenblume). Nicht wenige sind stachelig (Disteln, Schlehe, Wacholder, Weißdorn). Sie machen die verletzte Seele wehrhafter gegenüber schädlichen Einflüssen.

Bild 3: Die wilde Karde gehört wegen ihrer aufrechten Gestalt und ihren Dornen zu den Heilmitteln bei 'Ich-Schwäche'

Um Mut und Willensstärke im Menschen zu erzeugen, sind die genannten Eigenschaften der Pflanzen unverzichtbar, da sich nach den Vorstellungen der Sympathiemagie diese bei Gebrauch auf den Menschen übertragen.

Ein willensstarker und mutiger Mensch zeichnet sich durch Optimismus, Zähigkeit, Härte, Kraft, Aufrichtigkeit (aufrechte Kraft), Würde, Charisma und diplomatisches Geschick aus. Wenn man diese Eigenschaften nicht hat und in unserer geschäftigen Welt der Ellbogen überleben will, sollte man auf Verbündete unter den wohlwollenden Hilfsgeistern der Natur nicht verzichten. Neben der psychischen Wirkung zeigen alle Pflanzen auch eine körperliche, zum Beispiel als Roborantien (führen Lebensenergie zu), Immunstimulanzien (fördern auch die seelische Abwehr), Herz-Kreislauf-tonika (Mutige haben keine kalten Füße), Chologoga und Choloretica (die Galle ist das Marsorgan des Willens), Lungenmittel (Lungenkraft = Lebenskraft), Nierenmittel (die Niere ist das Venusorgan der Angst); nicht wenige sind hormonell ausgleichend und wirken gleichzeitig anxiolytisch.

Von den oben erwähnten Mitteln gegen Verhexung und Dämonen möchte ich die Engelwurz hervorheben, da sich in ihr die lichten Kräfte besonders deutlich zeigen.

Engelwurz - Ein Kraut 'gegen Zauberey und böß Gespenst'

Nur die heilkräftigsten Pflanzen erhalten so ehrenvolle Namen wie die Erzwurzel (*Angelica archangelica*), die auch 'Heiliggeistwurzel' heißt.

Der Name wie auch die außergewöhnlichen Heil- und Schutzkräfte, sollen sogar himmlischen Ursprungs sein. So schien es dem kräuterkundigen Tabernaemontanus noch 'als wenn der Heilige Geist selber oder die lieben Engel dem menschlichen Geschlechte diese heilsame Wurzel geoffenbart hätten'.

Die Engelwurz beeindruckt durch ihre majestätische Größe. Sie kann bis zu drei Meter emporstreben und prachtvolle Kugeldolden bilden, die sie in der Gestik erhobener Arme trägt; die Waldengelwurz (*Angelica silvestris*) ist zwar etwas kleiner, doch nicht weniger beeindruckend. Im Zwielicht der Dämmerung verwandelt sich das anmutige Gewächs mit den hell schimmernden Blütendolden in eine mit dem Wind tanzende Waldnymphe. Sie ist daher auch eine Zeigerpflanze für Plätze des Lichts.



Bild 4: Die Hüllblätter der Engelwurz gelten als Signatur des Schutzes



Im Volksglauben galt die Angelika als eine der zauberwidrigsten Pflanzen: 'Etliche Leute sind beredet (= verflucht) / wo sie diese Wurzel bey ihnen tragen / soll ihnen keine Zauberey oder böß Gespenst schaden mögen / und alle Fantaseyen und böse erschrockliche Träum und Nachtgespenst hinwegtreiben' (Tabernaemontanus).

Ihre beschützende Eigenschaft erkennen Signaturkundige an den Hüllblättern, die die Blütendolden vor Außeneinflüssen bewahren und dem Gewächs vor der Blüte ein geradezu madonnenhaftes Aussehen verleihen.

Weitere Signaturen, die auf astrale Eigenschaften hindeuten, sind der leicht violett angelaufene und glatte Stengel, der mit einer mehligten Schicht umhüllt ist. Normalerweise zeigen Giftpflanzen wie die Tollkirsche, Violett-färbungen, doch die harmonisch geformten und gelappten Blätter, der aromatisch, würzige und brennende Geschmack (deutet auf das Element Feuer) sowie die großen, lieblich duftenden Blütendolden und der lichte Standort, zeigen die gutmütige Natur der Engelwurz.

Mit ihr als Helferpflanze braucht man die Dunkelheit jedenfalls nicht mehr zu fürchten. Sie vertreibt die Dämonen der Melancholie und schadet überhaupt allen finsternen Mächten. Außerdem erhellt sie den Geist, erwärmt die Seele, reinigt die Aura und verbessert nicht zuletzt die persönliche Ausstrahlung.

Kräuterkundige schätzen die Angelika, die im Volksmund auch 'Angstwurzel' heißt, schon lange bei nervösen Beschwerden wie Schlaflosigkeit, Hypochondrie, Hysterie und Melancholie. Doch die Erzwurzel zählt keineswegs nur zu den Pflanzen für die Seele. Ihre komplexen Inhaltsstoffe (Ätherische Öle, Cumarine, Flavonoide, Gerbstoffe) verleihen der Wurzel eine umfassende Heilkraft. Einige ihrer Namen deuten dies bereits an:

'Brustwurzel': Die abwehrsteigernde und auswurf-fördernde Wurzel ist Bestandteil mancher Hustentees; schon Paracelsus rühmte den Pflanzensaft als 'höchste Arznei gegen innere Infektionen'. Eine wichtige Indikation ist das Pfeiffersche Drüsenfieber. Infizierte leiden nicht nur unter totaler Müdigkeit, sondern auch unter dem Verlust jeglicher Lebensfreude. Entmutigt glauben sie, nie mehr eine Leistung im Leben erbringen zu können.

Auraschutz

Rp.
Angelica archangelica dil. D1
Arnica dil. D6

'Theriakwurz': Die Erzengelelwurz ist traditioneller Bestandteil von Lebenselixieren wie Theriak oder 'Klosterfrau Melisengeist'.

'Giftwurz': Schon im Mittelalter sprach man der Angelika eine giftwidrige Wirkung zu; vor allem Bergarbeiter schätzten sie sehr. Bis heute bewährt sie sich zur Ausleitung von Blei und Amalgam; Schwermetalldepots im Körper fördern nicht gerade den Unternehmungsdrang.

'Magenwurz': Die Angelikawurzel gehört zu den Amara und bringt die Verdauungssäfte ins Fließen; sie ist daher Bestandteil von Bitterschnäpsen wie dem 'Afra-Balsam' der Hofapotheke St. Afra in Augsburg. Heilkundlich haben sich Wurzelzubereitungen bei Verdauungsschwäche, Altersmagen, Blähungen, Bauchspeicheldrüsenschwäche, Darmdysbiose und Dampilzen bewährt; sämtliche Erkrankungen gehen mit Willensschwäche einher.

Artemisia vulgaris Urtinktur
Asa foetida dil D12
Carlina acaulis Urtinktur
Crataegus Urtinktur
Hypericum perforatum Urtinktur
Sambucus nigra Urtinktur
Stachys recta Urtinktur
Valeriana officinalis Urtinktur aa 10.0
M.D.S., 3 x tgl. 15 bis 20 Tropfen;
bei Bedarf wiederholen.
Von Staufen-Pharma mischen lassen.

Auraschutz für ängstliche und hysterische Menschen

Neben Engelwurz besteht ein mögliches Therapiekonzept (Rezept siehe Kasten) aus dem Herz- und Schockmittel Arnika, im Volksmund 'Kraftwurz' genannt.

Der Seelentröster Baldrian, die heilige Pflanze des germanischen Lichtgottes Baldur, beruhigt den verängstigten Menschen. Sein pheromonartiger, muffiger Geruch, ist unserem Hautschweiß sehr ähnlich und suggeriert menschliche Nähe; Valeriansäure entsteht auch bei der Zersetzung von Hautschweiß.



Bild 5: In den Alpenländern hängen Silberdisteln noch immer als schutzmagischer Schmuck über vielen Türen

Beifuß, bei den Indianern 'Geisterbanner' genannt, hält negative Strahlungen auf Abstand. Im Volksbrauch tum hängt man ihn als Blitzschutz unter das Dach. Er hieß bei den Germanen 'Mugwurz', weil man glaubte, dass er unüberwindliche Kräfte auf den Menschen übertragen würde. Seine Wirkung entfaltet die Pflanze besonders im Nervensystem. In der Homöopathie werden höhere Potenzen (D12 bis D30) bei Folgen von Schock und bei neurologischen Störungen nach Kopftraumen verwendet.

Der Holunder schützt durch seine schweißtreibende Wirkung vor astralen Wesenheiten, die sich in der Aura festsetzen. Er gilt als traditioneller Schutzbaum für Haus und Hof und als Verkörperung der germanischen Schutzgöttin Holle/Holda.

Das sonnenhafte Johanniskraut, im Volksmund treffend 'Fuga daemonum' (Teufelsflucht) genannt, ist sogar von wissenschaftlicher Seite unumstritten ein Meister im Kampf gegen dunkle Mächte. Nur heißen die Dämonen der Melancholie heute Depressionen.

Die Silberdistel schmückt noch immer in den Alpen viele Türen von Bauernhäusern. Sie soll die Bewohner vor Luftgeistern schützen, die Seuchen bringen. Die antibiotische Wirkung konnte aufgeklärt werden (Carlinaoxyd). Paracelsus nutzte die Pflanze als Amulett, um stärkende Astralkräfte auf den Menschen zu übertragen.

Teufelsdreck (Asa foetida) gilt in der Homöopathie als eines der besten Mittel gegen Hysterie. Die dämonenwidrige Wirkung ist besonders in Persien und Indien bekannt, wo es als Gewürz vor Dschins (Luftdämonen) schützt.

Weißdorn, mit seinen Flavonoiden und kardiotonisch wirkenden Amininen, ist nicht nur ein gutes Mittel zur Kräftigung von Herz- und Kreislauf (Herz = Ich-Organ), es entgiftet auch den Herzmuskel von Toxinen (Stachelsignatur). Seine weiß-rosa Blüten sind zudem eine Signatur seiner ausgleichenden Wirkung auf die Stimmung.

Der Aufrechte Ziest gilt unter 'Geisterjägern' als besonders wirksame Waffe. Er eignet sich für 'unnatürliche Schäden', die plötzlich über den Menschen herfallen (Panikattacken). Pharmakologisch ist die Pflanze - wie so vieles - nahezu unerforscht.

Löwenmut und Durchsetzungskraft eines Widders

Eine weitere Möglichkeit, aus der Vielfalt an Kräutern einige zum Thema Mut und Willensstärke zu finden, ist die Zuordnung nach Elementen und Planeten.

Suchen wir nach einer Entsprechung zu den Elementen zeigt sich Willensschwäche und Mutlosigkeit als Übermaß der Elemente Wasser (Phlegma) und Erde (Melancholie), die man durch substantielle Gaben von Mitteln der Elemente Luft (Sanguiniker) und vor allem Feuer (Choleriker) ausgleicht. Ist man allerdings vom Temperament her feurig, genügen bereits geringe Mengen feuriger Mittel oder Tiefpotenzen, um die eigene Natur zu verstärken.

Dem Element Feuer sind die kosmischen Kräfte von Sonne (Ich-Stärke und Mut), Mars (Durchsetzungskraft und Willensstärke) und Jupiter (Selbstbeherrschung, Charisma und Ausdauer) zugeordnet.

Sonne

Signaturen - gelbe bis orangene und rote Farbe; klarer Aufbau; warmer, würziger Geruch und Geschmack.

Beispiele - Arnika (auch Uranus; ab D6; Schockmittel; Patient macht eine gute Miene zum bösen Spiel; Stressmittel und Adaptogen), Bernstein (ab D6; siehe dort), Bohnenkraut (Urtinktur; Tonikum; Anregung der Nebenniere), Dill (auch Merkur; Urtinktur; 'Dill, da kann die Hex nit wie sie will'; Schutzmagie; Gladiatoren rieben sich mit Dillöl ein, um stark zu sein), Johanniskraut (alle Potenzen; siehe die unzähligen Untersuchungen zur antidepressiven Wirkung), Lorbeer (auch Jupiter; Urtinktur bis D4; Siegesymbol des Sonnengottes Apollon), Safran (ab D4; stimmungsausgleichend; bei Überdosierung Tod durch Totlachen).

Mars

Signaturen - gelbe und rote Farbtöne; Pflanzen mit Stacheln, Dornen oder Brennhaaren; scharfer oder bitterer Geschmack; nach alter Tradition alle Giftpflanzen (auch Saturn).

Beispiele - Aconitum (auch Saturn; ab D6; Schockmittel; Panikattacken in Menschenmengen und in Gegenwart Fremder), Beifuß (auch Mond und Merkur; Urtinktur und Potenzen; wirkt wie ein Blitzableiter), Eleutherokokkus (auch Neptun; Urtinktur; Adaptogen; wenn man sich wie gelähmt fühlt), Gelsemium (auch Mond und Uranus; ab D6; das beste Mittel für alle Hasenfüße), Quendel (auch Venus; Urtinktur; Tonikum), Schlehe (Urtinktur; Kreislauf-tonikum; bei seelischer und körperlicher Ermattung durch negative Strahlungen), Silberdistel (auch Mond; Urtinktur; Schutzmagie; bei chronischer Erschöpfung), Strychnos nux vomica (ab D6; Tonikum in Tiefpotenzen; höhere Potenzen, wenn die Selbstbeherrschung fehlt; vergleiche Strychninum phosphoricum D6 bis D12 bei Black-out), Thymian (Urtinktur; starkes Tonikum; das griechische Wort für Wille hat den gleichen Wortstamm wie der Pflanzennamen), Wacholder (Urtinktur und Tiefpotenzen; Tonikum; unser Wort quicklebendig kommt vom germanischen Qëckholter für Wacholder).

Jupiter

Signaturen - gelbe, aber auch blaue Farbtöne; harte Hölzer und Wurzeln; majestätische Gestalt; bitterer Geschmack.

Beispiele - Alraune (auch Saturn; ab D4; Adaptogen; Immunstörungen; Schutzalisan), Berberitze (auch Mars; Urtinktur bis D12; Erschöpfungssyndrom und Depression), Eiche (Urtinktur; Immunstörungen, Kraftlosigkeit), Eisenkraut (auch Mars; Urtinktur; siehe dort), Engelwurz (auch Sonne; Urtinktur; siehe dort), Gelber Enzian (auch Sonne; Urtinktur; Ich-Schwäche; chronische Darmprobleme), Kreuzblättriger Enzian (Urtinktur; konzentriert die Gedanken auf das Wesentliche), Odermennig (auch Sonne und Merkur; Urtinktur; Leberdepression durch Toxine), Ysop (auch Merkur; Urtinktur; Durchhaltemittel; stärkt die Gedankenkraft), Wegwarte (Urtinktur; Leberdepression durch Toxine; Patient traut sich nichts zu).

Bernstein - Der universelle Schutzalisan unserer Vorfahren

Unter den Heilmitteln des Elements Feuer und der Sonne ist der Bernstein (Succinum) einer der wertvollsten Vertreter. Glücklicherweise liefert Staufen-Pharma ihn bis D60; Weleda bis D6. Der gelb bis braunrot leuchtende Bernstein ist bekanntlich gar kein Stein, sondern ein fossiles Harz, das aus Verletzungen und Vermodern verschiedener Bäume, vor allem der Bernsteinkiefer (*Pinus succinifera*; succus = Saft), entstand.



Bild 6: Aus Trauer um ihren Bruder Phaëton, verwandelten sich die Sonnentöchter in Pappeln und ihre Tränen wurden zu Bernstein. Santi di Tito, 1603.

Ein antiker Mythos erklärt die Entstehung anders: Eines Tages übergab der griechische Sonnengott Helios seinem Sohn Phaëton die Zügel des Sonnenwagens. Der unerfahrene Sohn war dieser Aufgabe aber nicht gewachsen. Einmal fuhr er zu hoch, so dass die Menschen auf der Erde froren, ein anderes mal kam er der Erde zu nah und alle Felder verbrannten. Zeus war darüber so erzürnt, dass er Phaëton mit einem Blitz erschlug. Aus Trauer um ihren Bruder verwandelten sich seine Schwestern in Pappeln und ihre Tränen wurden zu Bernstein.

Dieser Mythos lässt sich durchaus auf die Praxis übertragen. Bernstein eignet sich besonders, wenn Schicksalsschläge und Trauer einen völlig entmutigen (D30). Ich verwende höhere Potenzen auch bei Menschen, die sich zu unreif oder unfähig fühlen, die selbstgesteckten Hürden des Lebens zu meistern.

Eine seiner Eigenschaften, die mit Sicherheit schon den Steinzeitmenschen beeindruckte, ist die Möglichkeit, ihn durch Reibung elektrostatisch aufzuladen. Die Griechen nannten ihn deswegen 'Elektron' und die Sammelgebiete im hohen Norden hießen 'Elektriden'. Vor allem wegen dieses Merkmals gebrauchten die Germanen ihn als

schutzmagischen Schmuck, meistens als Halskette, da er das Böse anzieht und den Träger somit vor schädlichen astralen Schwingungen bewahrt. Zu den besonderen Eigenschaften gehört auch die Brennbarkeit des Bernsteins. Zündet man ihn an, entsteht eine helle Flamme mit aromatischem Duft. Das Harz war daher, zusammen mit anderen Räucherstoffen wie Wacholder, Hauptbestandteil ritueller Weihräucherungen zu Ehren der Sonne, durch die man sich den Segen der lichten Götter sichern wollte (siehe Kasten).

Das Merkwürdigste sind aber wohl die Einschlüsse (Inclusen) im Bernstein. Für unzählige Insekten, Blüten oder Gräser ist das Harz bis heute zum Grab geworden. Vielleicht liegt hierin das Geheimnis, warum Bernstein oft als Grabbeigabe gebraucht wurde. Selbst die Toten sollte er auf ihrer gefährlichen Reise durch das Jenseits schützen.

Diese Signaturen zeigen, daß sich Bernstein vor allem dazu eignet, das verdunkelte Gemüt wieder mit den Sonnengöttern in Kontakt zu bringen. Schon Plinius sah im 'Elektron' ein wirksames Mittel gegen Wahnsinn und Angst in jedem Alter.

Menschen, für die der Sonnenstein ein Heilmittel ist, fühlen sich wie eine in Bernstein eingeschlossene Mücke, bewegungsunfähig und dem Schicksal hilflos ausgeliefert. In der Tat hat sich Succinum D30 bei Hysterie, Depression und Phobien, vor allem Platzangst, bewährt (siehe Boericke).

Eisenkraut - Ritteramulett und Diplomatenmittel

Mit seinem bitteren Geschmack, seinem zähen vierkantigen Stengel und seinen schwertförmigen Blättern ist das Eisenkraut (*Verbena officinalis*) geradezu der Prototyp eines feurigen Mittels mit Mars- und Jupitercharakter.

Schon in der Antike stand das Eisenkraut in hohem Ansehen. Bei Plinius lesen wir: 'Das ist die Pflanze, mit der unsere Gesandten zum Feinde gehen, mit der der Tisch des Jupiters abgestaubt wird, unsere Häuser gereinigt und vor Unglück geschützt werden.'



Bild 7: In der Antike galt Eisenkraut als ein Symbol für die Macht Roms

Römische Gesandte hießen auch Verbenaria, die das gleichnamige Kraut in ihren Taschen bei sich tragen mussten. Mit der heiligen Pflanze des Jupiters berührten sie auch Friedensverträge, die bekanntlich meistens zu Gunsten von Rom ausgingen. Mit Recht kann man das Eisenkraut daher als Diplomatenmittel bezeichnen.

Diese besondere Wirkung lässt sich noch heute wunderbar nutzen, beispielsweise bei Behördengängen, Gehaltsverhandlungen oder Prüfungen, besonders mündliche. Dazu kann man einige Tropfen der Tinktur einnehmen oder sich getrocknetes Kraut in die Taschen stecken. Ganz Pffiffige benutzen es gleich als Jackenfutter, nach dem Motto: Das ganze Leben ist wie eine Behörde, deren unbestechliche Beamte man austricksen muss.

Lange Zeit war es auch üblich, das Ritter Eisenkraut als Schutzamulett bei sich tragen, um hieb- und stichfest zu sein. Als Ergänzung hatten sie etwas Thymian bei sich, der ihnen den Mut zur Schlacht verlieh und ein Stück Hämatit (Eisenoxyd), der sie vor Verletzungen schützte. Als neugieriger Mensch habe ich solche Rezepte natürlich ausprobiert und auch meinen Patienten und Schülern für die Schlachten des Lebens weiterempfohlen - übrigens mit durchschlagendem Erfolg.

Nimmt man Eisenkraut ein, stellt sich ein Gefühl der Gelassenheit, Ich-Stärke und inneren Ruhe ein, die auf andere völlig überzeugend wirkt. Ob man wirklich hieb- und stichfest wird, weiß ich nicht, da bisher weder mir noch einem Probanden ein Messer nachgeworfen wurde. Was mir aber Dutzende berichteten war, dass scheinbar aussichtslose Unterfangen zum Erfolg führten. Vielleicht liegt das Geheimnis des Eisenkrauts in der allgemein entkrampfenden und regulierenden Wirkung auf die Schilddrüse, die wissenschaftlich bestätigt werden konnte. Eisenkraut enthält unter anderem das Iridoidglykosid Verbenalin, das wahrscheinlich für die antithyreotrope Wirkung verantwortlich ist, indem es sich an den TSH-Rezeptoren anlagert oder sich mit TSH verbindet. In höherer Dosierung kann Eisenkraut allerdings auch die Schilddrüse anregen (siehe Wichtl und Madaus).

Wo die entspannende und willensstärkende Wirkung noch von Nutzen ist, kann man im Handwörterbuch des deutschen Aberglaubens nachlesen. Dort heißt es, dass man Eisenkraut bei sich haben soll, wenn man auf Freierrfüßen wandelt. Ähnliches finden wir in den Schriften des Thurneysser, einem Schüler des Paracelsus: 'Verbeen (Eisenkraut), Agrimonia (Odermennig), Modelgeer (Kreuzblättriger Enzian), Karfreitags graben hilft Dich sehr, dass Dir die Frauen werden hold, doch brauch kein Eisen, grab's mit Gold'.

Tatsächlich hat sich Eisenkraut bei Erwartungsängsten aller Art außerordentlich bewährt. In der zarten blaviolett Blüte findet sich auch eine Signatur, die eine Wirkung als 'Charmmittel' andeutet.

Wie man Ängste austräuchert

Bernstein und weitere ausgewählte Heilmittel helfen bei Angst- und Beklemmungszuständen. Das Rezept besteht aus Mitteln, die man traditionell auch gegen Behexung und Dämonen gebraucht. Die Räucherung gibt einem das Gefühl, von höheren Mächten beschützt zu sein.

Die Mischung beinhaltet Bernsteinsplitter (1/2 Teil), Engelwurzsaamen (2 Teile), Quendel (2 Teile), Kiefernharz (2 Teile) und Wacholdernadeln (3 1/2 Teile); die Zutaten sind, bis auf Bernstein (Mineralienfachhandel), im Kräutlerladen oder in der Apotheke erhältlich.

Die Mischung in einem feuerfesten Gefäß auf Räucherkohle streuen und vor kniffligen Aufgaben oder nach Schicksalsschlägen, am besten abends nach Sonnenuntergang, räuchern.

Wie man seinen Kopf am besten durchsetzt

Aus der Vielfalt an Möglichkeiten, möchte ich ein Rezept vorstellen, mit dem man so manchem verzagten Patienten, der voller Selbstzweifel in der Praxis erscheint, helfen könnte (siehe Kasten). Selbstverständlich muss man immer zusätzlich einige individuelle Mittel auswählen. Das Rezept besteht zur Hauptsache aus Sonnen-, Mars- und Jupitermitteln.

Nach der Lobeshymne auf Eisenkraut, ist selbstverständlich, dass es das Hauptmittel darstellt. Unser Diplomatenkraut bewirkt die notwendige innere Ruhe und Gelassenheit, um mit Charme seine Ziele durchzusetzen. Eisenkraut sorgt vor allem auch dafür, dass man nicht hochmütig wirkt.



Bild 8: "Quandel mach mir Handel", lautet ein alter Spruch, der auf die tonisierende und willensstärkende Wirkung des Quendels hinweist

Eine wichtige Ergänzung bildet das Pfeilgiftgewächs Gelsemium (Gelber Jasmin). Seine Giftigkeit erfordert eine homöopathische Dosierung nicht unter D6. Gelsemium ist eines der besten Mittel für 'Hasenfüße', die kurz vor dem entscheidenden Einsatz kneifen wollen. Es hilft bei Lampenfieber, besonders mit nervösem Durchfall. Bewährt hat sich Gelsemium auch bei Angst vor Verabredungen und bei bösen Folgen von Schreck, Furcht oder aufregenden Neuigkeiten. Gelsemium verhindert vor allem Muskelzittern, nervöses Herzklopfen, weiche Knie und kalte Füße.

Alternativ, oder als Ergänzung, kann man *Argentum nitricum* D12 verwenden, besonders, wenn unterbewusste Ängste zu Panikreaktionen führen.

Als Begleitmittel bewirkt Weißdorn, dass man sich die Dinge nicht so zu Herzen nimmt und sein Herz auf dem rechten Fleck hat.

Die blausäurehaltige Schlehe ist ein Tonikum für Herz und Kreislauf. Gleichzeitig schützt sie vor negativen Strahlungen aller Art, während die eigene Ausstrahlung verbessert wird. Als Ergänzung eignet

sich Hämatit (Eisenoxyd), der wie eine eiserne Rüstung wirkt. Quendel vermittelt Mut und Tatkraft. Ein altes Sprichwort besagt: 'Quandel mach mir Handel'. Zudem stärkt das Kraut die Lungenkraft, gibt also einen langen Atem, um sich besser durchbeißen zu können.

Auf die Atmungsorgane wirkt auch Odermennig. Das Rosengewächs gehört zu den 'Sängerkräutern' und verhindert eine belegte Stimme oder ständiges Räuspern. Gleichzeitig hellt es die Stimmung auf, indem es den Leberstoffwechsel von Toxinen befreit.

Eleutherokokkus, ein dorniger Verwandter von Efeu und Ginseng, gilt als bestes Adaptogen, um mit Stress fertig zu werden, besonders wenn man sich wie gelähmt fühlt. Unter Sportlern ist er ein beliebtes Dopingmittel, da er die körperliche Kraft und die Konzentrationsfähigkeit steigert. Versuche in Russland haben gezeigt, dass Akkordarbeiter nach Einnahme von Eleutherokokkus mehr Leistung und weniger Ausschuss produzierten.

Der Kreuzblättrige Enzian bewirkt ebenfalls eine erhöhte Konzentration und einen klaren Gedankenfluss. Er regt auch die Kreativität des Geistes an und macht charmant. Ysop stärkt die Leistungsfähigkeit von Körper und Geist derart, dass man noch aufrecht steht, während alle anderen schon vor Erschöpfung umfallen. Damit eignet sich das Rezept auch für schwierige Verhandlungen in Industrie und Politik.

Weitere Tips für Schüchterne

Einige der Kräuter, die einen diplomatisch und selbstsicher machen, sind auch gute Hilfsmittel für Schüchterne, wenn es gilt, beim anderen Geschlecht in die Offensive zu gehen, beispielsweise Eisenkraut, Gelsemium und Quendel.

Einen besonders lässigen Eindruck hinterläßt man, wenn man zusätzlich Kava-Kava (*Piper methysticum* Urtinktur) und Patchouli (*Pogestemon patchouli* Urtinktur) gebraucht. Wie viele andere Kräuter, die die Angst vor dem ersten Rendezvous nehmen, zeichnet sich Patchouli durch einen Duft aus, der an Schweiß erinnert; weitere Beispiele wären Baldrian (*Valeriana officinalis* Urtinktur) und Muskatellersalbei (*Salvia sclarea* Urtinktur).



Bild 9: In Indien findet sich der "heilige Basilikum" vor allem neben Tempeln zu Ehren tantrischer Götter. In der ayurvedischen Medizin wird er unter anderem als sexuelles Tonikum gebraucht.

Als Ergänzung eignen sich Sandelholz (*Santalum album* D2 oder als ätherisches Öl) und Thulsi (*Ocimum sanctum*; nur als Topfpflanze und ätherisches Öl im Handel); auch unter dem Namen 'heiliger Basilikum' bekannt. Beide spielen in tantrischen Ritualen eine wichtige Rolle.

Während man Sandelholz zu Ehren der Liebesgötter meistens räuchert, soll man von Thulsi täglich ein Blatt essen, damit die Kundalinienergie stetig am Fließen ist. Mir liegt eine Doktorarbeit vor, in der Thulsi mit Eleutherokokkus verglichen wird und in der die adaptogene Wirkung beider Pflanzen bestätigt werden konnte (Nörr).

Aus der Indianermedizin kommen weitere Pflanzen wie Damiana (*Turnera aphrodisiaca* Urtinktur), deren hanffähnliche Wirkstoffe die Seele entspannen und für das Liebesspiel empfänglich machen oder Potenzholz (*Muira puama* Urtinktur).

Besonders intensiv wirkt Yohimbé (Urtinktur bis D3 oder als Tee), ein Krappgewächs aus Afrika, das nicht nur ein vorzügliches sexuelles Tonikum ist, sondern auch alle anderen Sinne ganz auf Vergnügen einstellt.

Weitere Mittel für Schüchterne sind balsamisch riechende Stoffe wie Moschuswurz (Sumbulus moschatus D2), Tonca (*Dipteryx odorata* D2 bis D12), Vanille (*Vanilla planifolia* Urtinktur) oder die

tierischen Substanzen Moschus (ab D4) und Ambra (ab D4), alles bewährte Mittel in der Homöopathie bei sexueller Neurasthenie. Auch die Rose (*Rosa damascena* Urtinktur), Sinnbild der Liebe, sollte in keinem Rezept fehlen.

Durchsetzung und Diplomatie

Rp.
Agrimonia eupatoria Urtinktur
Crataegus Urtinktur
Eleutherococcus senticosus dil. D1
Gelsemium dil D6
Gentiana cruciata Urtinktur
Thymus serpyllum Urtinktur aa 10.0 *Hyssopus officinalis* Urtinktur
Verbena officinalis Urtinktur aa 20.0
M.D.S. 3 x tgl. 20 Tropfen; bei Bedarf wiederholen. Von Staufen-Pharma mischen lassen.
Zusätzlich: *Prunus spinosa*, *Summitates* Urtinktur, 3 x tgl. 10 Tropfen und als Ergänzung Hämatit Trit. D6, 3 x tgl. eine Messerspitze in etwas Wasser auflösen; beide Mittel von Weleda.

Wenn man auf den Mund gefallen ist

Aber was nutzt einem alle Diplomatie und Gelassenheit, wenn man im entscheidenden Moment einfach kein Wort herausbringt oder nur ins Stottern gerät.

Doch auch dagegen gibt es einige Kräuter. Diese machen nicht nur Mut zum Reden,

Das erste Rendezvous

Rp.
Ambra dil. D6

sondern beeinflussen auch die Art der Rede und lassen einen die richtigen Worte finden.

Ein netter Nebeneffekt ist, daß Kräuter, die unsere Ausdrucksfähigkeit stärken, allgemein kräftigend auf die Atmungsorgane wirken und vor allem auch Nacken- und Schulterverspannungen lösen. Die Angst sitzt bekanntlich im Nacken und führt dort zu schmerzhafter Verkrampfung, wenn sie nicht ausgedrückt werden kann.

Einige der von mir verwendeten Kräuter bei Redehemmung sind: Betonie (*Betonica officinalis*), Eisenkraut (*Verbena officinalis*), Lavendel (*Lavandula officinalis*), Odermennig (*Agrimonia eupatoria*), Sängerkraut (*Erysimum officinale*), Teufelsabbiß (*Succisa pratensis*), Witwenblume (*Knautia arvensis*), Ysop (*Hyssopus officinalis*); alle genannten Pflanzen zeigen eine oder mehrere Signaturen des Merkur (z.B. schlanke Gestalt, lanzettförmige Blätter, blaue Blütenfarbe).

Aus der Mineralwelt sind die besten Ergänzungsmittel Lapis lazuli (C6; Aluminiumsilikat mit Eisensulfidanteil von Gudjons/Augsburg) und Pyrit (Eisensulfid; D6 von Weleda und Staufen-Pharma; Salbe von Weleda bei Stottern zwischen den Schulterblättern einreiben).

Das beste Mittel aber kommt aus der Indianermedizin Nordamerikas - *Lachnanthes tinctoria*, die Wollnarzisse.

Lachnanthes - Die Lust am Reden

Lachnanthes tinctoria, die Wollnarzisse, gehört zur kleinen Familie der Haemodoraceen, die den Liliengewächsen nahesteht. Sie wächst in küstennahen Feuchtgebieten (Mond-Signatur) im Osten Nordamerikas, vor allem in Florida.

Die immergrüne Sumpfpflanze hat schmale lanzettförmige Blätter, ist einstielig und trägt im Sommer wollige weiße Blüten (Mond/Merkur-Signatur). Die Wurzel ist tiefrot, daher auch der Name Rotwurzel; der Geschmack ist ätzend scharf (Mars-Signaturen).

Traditionell wird die Wurzel oder das Kraut verwendet; die Homöopathie nimmt die ganze Pflanze zur Beginn der Blüte. Wirkstoffe sind bisher unbekannt.

Je nach Dosis wirkt ein Teeauszug oder die Tinktur aufheiternd und geistig anregend, gefolgt von Gereiztheit, Übelkeit, Schwindel, Benommenheit und lichtabhängigem Kopfschmerz. Als Dosis sind daher ca. 3 bis 10 Tropfen der Urtinktur oder die D2 zu empfehlen. Die Symptome einer Überdosierung ähneln einer leichten Tollkirschenvergiftung.

Wie Belladonna wird auch die Wollnarzisse bei Fieber, Entzündungen, Bronchitis, Laryngitis und Kopfschmerz gebraucht. Allgemein gilt sie als Tonikum der Lungenkraft.

Ferner ist *Lachnanthes* ein hervorragendes Schmerzmittel bei Schulter- und Nackenrheuma. Hierin zeigt sich ein Zusammenhang zum Schulterhochstand und zur Nackensteifigkeit bei Angstzuständen. Boericke nennt die Symptome: eiskalter Körper mit Schweiß und Frösteln zwischen den Schulterblättern mit Rückenschmerzen, alles Symptome eines Angstkomplexes (vergleiche Wasserdost = *Eupatorium cannabinum*).

Das eigentlich Interessante ist aber die psychische Wirkung von *Lachnanthes*. Das Volk der Semiolen schätzte das Kraut als belebendes Tonikum. Ehrfurchtsvoll nannten sie die Pflanze 'Geistkraut', weil es ihnen einen Kontakt mit den Ahnen ermöglichte.

Bei Stammestreffen nutzten sie die Pflanze, um die richtigen Worte zu finden, die Brillanz der Sprache zu verbessern und um den Redefluss zu erhöhen. Überhaupt gab ihnen die Pflanze erst den Mut, eigene Gedanken ohne Stottern in die richtigen Worte zu fassen.

Das erste Mal las ich bei Boericke von dieser Wirkung. Ich wollte es erst nicht glauben, aber Selbstversuche und Berichte von Patienten und Schülern, belehrten mich eines Besseren. Die Wirkung ist einfach phantastisch. Die Worte sprudeln förmlich aus einem heraus. Reden wird zum Genuss und auch der Humor kommt nicht zu kurz. Dabei habe ich festgestellt, dass man beim Reden viel weniger vom Kopf gesteuert ist, sondern die Worte aus dem Bauch heraus kommen. Man wird also authentisch beim Reden und wirkt dadurch erst wirklich überzeugend.

Patchouly Urtinktur
Piper methysticum Urtinktur
Rosa damascena Urtinktur
Sumbulus moschatus dil. D2
Vanilla Urtinktur aa 10.0
Damiana Urtinktur
Verbena officinalis Urtinktur aa ad 100.0
MDS, bei Bedarf 30 Tropfen; von Staufen-Pharma mischen lassen. Das Rezept eignet sich für beide Geschlechter.

Reden ohne Punkt und Komma

Rp.
Betonica officinalis Urtinktur
Hyssopus officinalis Urtinktur
Knautia arvensis Urtinktur
Lachnanthes Urtinktur
Pyrit dil. D6 aa 20.0
MDS, 3 x tgl. 20 Tropfen; bei Bedarf wiederholen. Von Staufen-Pharma mischen lassen.
Zusätzlich: Lapis lazuli Glob. C6 1.5 (Gudjons), 1 x tgl. 5 Glob.

Nur keine Panik!

Zum Abschluß möchte ich noch ein Mittel vorstellen, das sich besonders gut zur Behandlung von Angstattacken eignet - Piper methysticum.

Auf den Inseln im Südpazifik braut man aus den Wurzeln des Rauschpfeffers wie die Pflanze auch genannt wird, ein Gebräu namens Kava-Kava. Es wird vor allem als Sedativum zur Schlafförderung und zur Linderung von Ängsten und Schmerzen bei Krankheitszuständen aller Art verwendet.

Die eigentliche Domäne ist aber die gesellschaftliche Funktion des Trankes. Die Ethnologen Cox und Balick (siehe Literatur) beschreiben eindrucksvoll die Kavazeremonien, durch die Gemeinschaftsgefühle entstehen und Konflikte verhindert werden. Das Getränk dient zur Begrüßung Fremder und ist fester Bestandteil von Treffen, an denen die Gemeinschaft strittige Fragen klärt. Durch das gemeinsame Trinkritual entstehen freundschaftliche Gefühle und Feindseligkeiten werden verhindert.

Keineswegs ist aber nur das Ritual für die Wirkung verantwortlich. Inzwischen konnte man die Zusammensetzung der Pflanze aufklären. Das Pfeffergewächs enthält 15 Kava-Lactone, unter denen das Kavain zu den wirksamsten zählt, da es am leichtesten die Blut-Hirnschranke überwindet. Die Lactone wirken schmerzstillend, leicht narkotisierend und beruhigend, wobei der Geist außerordentlich klar bleibt und alle Sinne wie geschärft sind.

Inzwischen gehört Kava-Kava zu den viel verwendeten Anxiolytika, da weder eine Abhängigkeit noch ein hang-over auftreten. Es hilft bei nervlichen Überreizungen und Erwartungsängsten und ist ein ideales Mittel bei Panikattacken vor Prüfungen, Vorstellungsterminen oder öffentlichen Auftritten.

Meistens werden Monopräparate verwendet, doch noch besser wirkt eine sinnvolle Kombination mit anderen Mitteln. Ein häufig von mir verordnetes Komplexpräparat ist beispielsweise 'Psy-stabil' von Pekana, das neben Kava-Kava noch weitere angstlösende und stimmungsausgleichende Mittel enthält. 'Die Inhaltsstoffe (...) sind so abgestimmt, dass eine heitere Gelassenheit bei klarem Gedankenfluss auftritt, welche ermöglicht, den Tagesanforderungen uneingeschränkt gewachsen zu sein (Beipackzettel).'

Die Worte entsprechen tatsächlich der Realität. Nicht nur Prüflingen, sondern auch Patienten mit Krankheitsphobie, Schauspielern, Rednern oder Künstlern, die ängstlich auf das leere Blatt Papier starren, konnte ich mit diesem Mittel helfen.

Auch wenn die Wirkung von Kava-Kava pharmakologisch bestätigt werden konnte, ist die Wirkung doch scheinbar deutlich stärker während eines gemeinsamen Trinkrituals, das Balick und Cox mit einer japanischen Teezeremonie vergleichen.

Strenge Regeln und bewegende Worte des Stammesführers zu Beginn, bewirken, daß die Anwesenden sich miteinander verbunden fühlen: 'Unser Treffen ist wie die Spitzen zweier Wolken, die über den Himmel ziehen. Unser Treffen ist wie die Paarung der Meeresschildkröten, schweigend, bewegungslos, aber heilig. Unser Treffen ist heilig wie der erste Tau, heilig wie der erste Lichtstrahl, der die neu erschaffene Erde



füllte. Unser Treffen ist heilig wie die Begegnung von Gebirge und Meer, die zur Sonne blickten und sie fragten, warum sie Tränen des Regens aus dem Himmel vergoss. Die gleichen Berge und die Wogen des Meeres sind heute morgen von unserem Treffen bewegt. Das Meer ist heilig, die Erde ist heilig, unser Versammlungshaus ist heilig, und mit Zittern richten wir unsere Worte an die Heiligkeit und Würde derer, die uns zuhören.'

In unserem Kulturkreis kennt man dagegen nur noch ein banales Prost und jeder Fremde wird argwöhnisch beäugt. Wen wundert es da, dass Ängste in unserer Gesellschaft immer mehr zunehmen und zu einem Problem in der Praxis werden.

Literatur:

- Bächtold-Stäubli, Hanns (Hrsg.):** "Handwörterbuch des deutschen Abenglaubens", 1987, Walter de Gruyter.
Balick, Michael J. / Cox, Paul Alan: "Drogen, Kräuter und Kulturen", 1997, Spektrum Akademischer Verlag.
Boericke, William: "Homöopathische Mittel und ihre Wirkungen", 1986, Verlag Grundlagen und Praxis.
Grieve, M. Mrs.: "A Modern Herbal", 1996 Barnes & Noble Books; Reprint von 1931.
Madaus, Gerhard: "Lehrbuch der Biologischen Heilmittel", 1990 Mediamed Verlag, Reprint von 1938.
Madejsky, Margret / Rippe, Olaf: "Heilmittel der Sonne", 1997, Peter Erd Verlag.
Müller-Ebeling, Claudia / Rättsch, Christian / Storl, Wolf-Dieter: "Hexenmedizin", 1998, AT Verlag.
Nörr, Heidrun: "Phytochemische und pharmakologische Untersuchungen der Adaptogendrogen Eleutherokokkus senticosus, Ocimum sanctum ...", 1993, LMU München, Fakultät für Chemie und Pharmazie.
Rättsch, Christian: "Enzyklopädie der psychoaktiven Pflanzen", 1998, AT Verlag.
Rippe, Olaf: "Pflanzen und ihre kosmischen Heilkräfte", 10/97, Zeitschrift Naturheilpraxis.
Rippe, Olaf: "Die fünf Entien des Paracelsus", 5/98, Zeitschrift Naturheilpraxis.
Rippe, Olaf: "Homöopathie mit Edelsteinen", 7/98, Zeitschrift Naturheilpraxis.
Rippe, Olaf: "Die vier göttlichen Wurzeln der Existenz", 10/98, Zeitschrift Naturheilpraxis.
Schlegel, Emil: "Religion der Arznei", 1987, Sonntag Verlag.
Seligmann, Siegfried: "Die magischen Heil- und Schutzmittel aus der belebten Natur", 1996, Verlag Reimer.
Tabernaemontanus, Jacobus Theodorus: "Kräuterbuch", 1993, Kölbl Verlag, Reprint von 1731.
Wagner, Hildebert: "Pharmazeutische Biologie", 1993, Gustav Fischer Verlag.
Wichtl, Max (Hrsg.): "Teedrogen", 1989, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft.

Fotos:

Margret Madejsky und Olaf Rippe

 [ZURÜCK ZUR AUSWAHL](#)