



**PROJEKTARBEIT
HEILPFLANZENBETRACHTUNG,
AM BEISPIEL DES
SPITZWEGERICHS UND
DES FINGERHUTES**

**VON
JOHANNA LUISA SCHMITZ,**

**IM RAHMEN DES
LANDWIRTSCHAFTLICH-
MEDIZINISCHEN
STUDIENJAHRES**

2023/24



Mit den Wurzeln ist sie in die Finsternis der Erdentiefen verhaftet, mit der Blüte strebt sie sonnenwärts ins Licht und in der grünen Mitte des Blütenbereiches ist sie die Harmonie der Prozesse, ja sogar das Urphänomen der Pflanze selbst, nach Form und Wesen zu finden.

~ Rudolf Hauschka

Inhaltsverzeichnis

1.1 Einleitung

1.2 Methode

2. Hinführendes

3. Heilpflanzen und Krankheitsprozesse

3.1 - Spitzwegerich

- Erste Begegnung
- Vorkommen
- Pflanzenorgane
- Wurzel, Blätter, Blüte/Samen, Fortpflanzung
- Heilwirkungen

3.2 - Fingerhut

- Erste Begegnung
- Vorkommen
- Pflanzenorgane
- Wurzel, Blätter, Blüte/Samen, Fortpflanzung
- Heilwirkungen
- Substanzen, Gift

4. Diskussion und Reflektion der Arbeit

5. Zusammenfassung

6. Literaturverzeichnis

Johanna Luisa Schmitz

Heilpflanzenbetrachtung

Am Beispiel der Digitalis Purpurea und des Plantago Lanceolata

1.1 Einleitung und Motivation

Im Rahmen der Projektarbeit, welche ich als Studentin im Medizinisch- Landwirtschaftlichen Studienjahr am Dottenfelderhof erarbeite, beschäftige ich mich mit Heilpflanzen.

Die Vertiefung dieses Themas scheint mir eine sehr passende Ergänzung zu den Studieninhalten hier am Hof zu sein und wirft die große Frage nach der Beziehung zwischen Mensch und Pflanze auf.

Mein Wunsch ist es, durch die intensive Auseinandersetzung, sowohl mit spezifischen Pflanzen als auch mit dem Wesen der Pflanze allgemein, dieser Frage näher zu kommen und selbst eine tiefere Beziehung und ein Verständnis zu der mich doch überall umgebenden Pflanzenwelt aufbauen zu können.

So möchte ich versuchen, durch stetige Beobachtungen und auch einer künstlerischen Auseinandersetzung, den Pflanzen näher zu kommen und ihr ganz Eigenes und Wesenhaftes sehen zu lernen.

1.2 Methode

Dafür habe ich mir zwei Pflanzen herausgesucht. Den Fingerhut und den Spitzwegerich. Ich habe diese Beiden für mein Vorhaben gewählt, da sie so grundunterschiedlich erscheinen und ich so auch selber zwei ganz verschiedene Blickrichtungen/Haltungen einnehmen muss. Es geht für mich auch um das Üben einer Art des Schauens, welche mir wirklich etwas Wesenhaftes der Pflanze öffnet, um auf diesem Wege selbstständig zu einem Verständnis ihrer Heilmöglichkeit zu kommen.

Um im Laufe des Frühlings und des Sommers diesen Fragen näher kommen zu können, beschäftige ich mich vorerst mit der Pflanze an sich; ihrem Aufbau, ihrer Lebendigkeit, ihrer Eigenart und auch mit den schon vorhandenen Schriften über den Fingerhut und Spitzwegerich.

Hierzu nehme ich verschiedenste Bücher, wie zum Beispiel „Wesen und Signatur der Heilpflanzen“ von Roger Kalbermatten , „Ein Leitfaden zur Heilpflanzenerkenntnis“ von Jochen Bockemühl und „Grundgesten im Pflanzenreich“ von Dietrich Bauer, zur Hilfe.

Außerdem möchte ich mich künstlerisch mit den zwei ausgewählten Pflanzen auseinandersetzen und deren Wachstum stetig beobachtend begleiten.

Dabei werde ich stets die Frage nach dem was die Pflanze ausmacht, mitnehmen.

2. Hinführendes

Als Grundlage für meine Pflanzenbetrachtungen, habe ich mich mit Jochen Bockemühls „Leitfaden zur Heilpflanzenerkenntnis“ beschäftigt.

Hier wird der Leser zuerst, vor der Widmung der Pflanze, auf sich selbst, seine Wahrnehmungs- und Denkkorgane zurückgeworfen und angeregt, vorerst diese Instrumente, mit welchen die Pflanze betrachtet und Erkannt werden soll, zu stimmen und zu stärken.

So leitet Bockemühl drei Denkmeditationen ein, welche auf der Grundlage von Rudolf Steiners drei Erkenntnishöhen/Stufen Imagination, Inspiration und Intuition beruhen.

Er stellt vorweg, dass es darum ginge, das Denken zu kräftigen, es zu verlebendigen und tote Vorstellungen in Prozessdenken zu transformieren. So kann die Pflanze eben nicht als Bild vorgestellt werden, denn dann haben wir nur einen geringen Ausschnitt des ganzen Lebens der Pflanze, sondern sie soll in ihrem ganzen Werden und Vergehen innerlich in Bewegung gebracht werden. Nur so ist eine an das wirkliche Wesen der Pflanze herankommende Erkenntnis möglich.

„Ein Gedanke ist immer nur so lange in unserem Bewusstsein anwesend, als wir ihn aktuell hervorbringen. Meist haben wir es daher mit Vorstellungen, also Schatten von Gedanken zu tun“.

Die erste der drei Denkmeditationen beschreibt eine Begriffsmeditation, wobei es darum geht Begriffe, welche sich zu einem Bestimmten verdichtet haben, wieder beweglich und fließend zu gestalten um so die Wirklichkeit in ihrem jeweiligen Sein sehen zu können.

Nur so, im vorübergehenden Auseinanderhalten meiner Wahrnehmung von etwas Äußerem und dessen, was ich als Idee des Dinges in mir trage, kann ich im zweiten Schritt, wenn ich Wahrnehmung und Idee zusammenführe, wirklich erkennen was da grade ist, kann Neues entdecken.

Ich versuche also mein Bewusstsein als offene und sowohl innen als auch außen beobachtende Brücke zu gestalten.

Bockemühl nutzt zur Verdeutlichung in seinem Buch das Beispiel des Begriffes „Bild“, was bei kurzem Nachdenken doch viel beinhaltet, auf vieles hindeutet was im alltäglichen Sprachgebrauch kaum bewusst ist (sinnliches Bild, im Bilde sein, eine Vorstellung).

Nach diesem Verfahren, können viele Begriffe welche tagtäglich in unserem Sprachgebrauch sind, beweglich werden und anpassungsfähig, der Wirklichkeit in ihrer Prozessualität näher kommen.

Die zweite Denkmeditationen liegt in dem Denken rein geistiger Inhalte, wie zum Beispiel der Mathematik oder, im Beispiel von Bockemühl, in der Projektiven Geometrie.

Es geht darum „im Denken von Vorstellungen auszugehen, diese mit einer bestimmten Intention in Bewegung zu bringen, darin liegende Konsequenzen mit dem Bewusstsein auszuloten, um darin wieder konstruierend tätig zu werden. So kommen wir ins reine Denken, machen Wahrnehmungen im rein Geistigen, das heißt in unserer eigenen, rein

verbindenden Tätigkeit des Denkens. Es entstehen neue Wahrnehmungsinhalte, die Inhalt des eigenen Menschenwesens und zugleich Weltinhalt sind“.

Die Dritte Denkmeditationen die Bockemühl anbringt, ist die Samenkornmeditation von Steiner, aus seinem Werk „Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten“.
Hier geht es um die Entwicklung einer inneren Anschauung der Pflanze.

Um zu einer Ansicht von einer spezifischen Pflanze zu kommen, erachte ich es außerdem als notwendig, sich mit Pflanzen an sich zu beschäftigen, mit dem, was die Pflanze ausmacht, sie von anderen Lebewesen unterscheidet.

So werde ich nun einige mir wichtig erscheinende Grundbewegungen der Pflanzenwelt beschreiben und diese dann bei den zwei Pflanzenbeschreibungen im Spezifischen ergänzen.

Die Pflanze ist reine, quellende Lebendigkeit, welche stetig in Werden und Vergehen begriffen ist. Steiner beschreibt das Pflanzenreich als das durch Kosmisch einstrahlende Kräfte, aus dem Mineralreich in die Lebendigkeit, Emporgehobene. Aus der mineralischen, leblosen Substanz (hier ist ein Kräftestrom von der Erde in die Peripherie gehend) , sondert sich die Lebendige, welche gestaltet wird durch die einstrahlenden Kräfte. So steht die Pflanze in einem einfachen Substanzstrom, in welchem sich Lebloses in Lebendiges wandelt und andersherum.

Das Pflanzenreich erstreckt sich in dem Raum zwischen Himmel und Erde. Wie an einem goldenen Faden, orientiert sich die Pflanze in zwei Hauptrichtungen und steht aufrecht, strebend gen Sonne, den Sonnenstrahlen nachfolgend in luftige, lichtgetränkte Höhen und wächst gleichzeitig in die die dunkle, feuchte, kühle Tiefe der Erde, stetig strebend. Man kann sagen, die Pflanze ist eine Mittlerin der Sonne und macht das Sonnenlicht auf der Erde sichtbar.

Jede einzelne Pflanze verkörpert genau den Ort, die Umgebung, die Klimaverhältnisse, den Boden und die Verhältnisse in welche sie sich verwurzelt hat. Alles wirkt auf die Pflanze und diese bringt es in ihrem Erscheinungsbild zur Sicht und prägt selbst die sie umgebenden Pflanzen. Um die ganze Pflanze erfassen zu können müssen wir jedoch verstehen, dass die Pflanze, alles was zu ihr gehört, nur in uns lebt. Denn sie ist nie Stillstand sondern fortwährender Prozess und diesen können wir nur innerlich erleben.

Ebenfalls nur denkend nachvollziehbar ist die Metamorphose. Anschauen können wir uns die einzelnen Blätter und sehen können wir deren Unterschiede und Transformationen. Die Zwischenschritte vom Einen zum Anderen, die Bewegung, können wir nur innerlich nachvollziehen und denkend begreifen. Die Blätter, welche von unten nach oben den Stängel/Ast bekleiden, sind in stetiger Entwicklung begriffen. In jedem Blatt drückt sich etwas bestimmtes aus, was dann im nächsten Blatt in veränderter, ergänzter Form erscheint. Im Wachstum des Einen, entstehen Bedingungen für das Andere, eine stetige Transformation. Die Grundbewegung der Pflanze ist das Ausdehnen und Zusammenziehen. Im Samen empfinden wir eine starke Zusammenziehung, die ganze Potenz des Werdens in einem kleinen Samen. Die Blätter zeigen sowohl Ausdehnung, in ihrer Flächigkeit, als auch Zusammenziehung am Blattrand.

3. Heilpflanzen & Krankheitsprozesse

Was eine Pflanze zur Heilpflanze macht, ist heute keine leichte Frage, da unterschiedlichste Vorstellungen von "Heilmittel" existieren. So schauen die einen beispielsweise mehr auf die aus der Pflanze extrahierbaren Stoffe und deren Wirkung, andere mehr auf eine physische Ähnlichkeit der Pflanze mit demjenigen menschlichen Organ welches geheilt werden soll. Ich möchte mir hier die anthroposophische Medizin anschauen, da sie mir durch eine sehr intensive Auseinandersetzung mit sowohl dem Wesen des Menschen und seiner Gesundheit, als auch mit dem Wesen der Pflanze am umfangreichsten zu sein scheint.

Bei der Heilmittelsuche wird eine Verwandtschaft zwischen dem Krankheitsprozess des Menschen und dem Phänomen in der Natur, also im Mineralreich, Pflanzenreich und Tierreich gesucht.

Rudolf Steiner bezeichnet die Beziehung zwischen Pflanze und Mensch als eine Umgekehrte, sodass der Kopf so wie die Wurzeln in der Erde und Mitte und Gliedmaßen über der Erde seien.

So lässt sich der Wurzelbereich der Pflanze mit dem Kopfbereich des Menschen vergleichen. Wie die Pflanze in die Erde verwurzelt ist, diese sogar selber schafft, ist der Mensch mit seinem Denken in die (geistige) Welt verwurzelt, auch er bringt sein Erkennen ständig selbst hervor.

Der atmende Blattbereich lässt sich mit dem mittleren Menschen, mit den rhythmischen Prozessen wie Atmung und Kreislauf vergleichen.

Der Blüten- und Fruchtbereich der Pflanze steht in einem Verhältnis zum Stoffwechselgeschehen des Menschen, welches die physische Grundlage für sein Handeln bildet.

Doch greifen im Menschen wie auch in der Pflanze die Bereiche ineinander, sind nicht so klar zu differenzieren. So soll die Dreigliederung nicht räumlich, sondern vielmehr funktionell verstanden werden. Z.B. finden wir in der Karotte den Fruchtimpuls im Wurzelbereich, anstatt, wie bei den meisten anderen Pflanzen, im Blütenbereich.

Für den Menschen kann man sagen, dass bei einer gewissen Dominanz eines Systems über das Andere, Krankheit entsteht.

Grob kann man zwei Formen der Pathologie unterscheiden, welche aus Einseitigkeiten oder Dominanzen innerhalb des Menschen entstehen.

Sklerotische Erkrankungen, wo eine Verfestigung stattfindet, ein zu starkes geformt sein, treten auf wenn der Nerven- Sinnes- Pol zu dominant ist, wenn er von keinen dynamischen Veränderungsprozessen ergriffen werden kann.

Eher warme und entzündliche Prozesse entstehen wenn andersherum das Stoffwechsel- Gliedmaßen- System zu dominant wird. Dieses lebt sowieso in ständigen Wärme- und Flüssigkeitsprozessen, in der Bewegung und tendiert anstatt zu Verfestigung, eher zur Auflösung, zur Wucherung.

Um auch noch den Kräfte Zusammenhang, die Viergliederung des Menschen anzuschauen, welche durch die drei genannten Pole (Nerven-Sinnessystem, Rhythmisches System,

Stoffwechsel-Gliedmaßensystem) wirkt, soll kurz auf den physischen Leib, den Ätherleib, den Astralleib und das Ich eingegangen werden. Denn auch diese Kräfte, welche zuvor noch kaum angesprochen wurden, spielen eine starke Rolle. So ist der Physische Leib, bestehend aus den Erdensubstanzen, von der Kraft der Lebendigkeit umhüllt, durchwebt, belebt. Sie ist die wesentliche, quellende Kraft, aus der heraus die Pflanzen wachsen, überhaupt leben. Beim Menschen spielt diese Ätherizität die selbe Rolle und ist diejenige Kraft/ derjenige Leib, der in der Nacht bleibt, den Körper regeneriert.

Die Astrale Kraft, ist mehr um die Pflanze herum, als in ihr wirksam. Sie ist die formende und gestaltende, eher die von der Peripherie nach innen wirkende Kraft. Der Mensch hat seinen eigenen Astralleib, welcher in und um ihn wirkt. Er ist der Träger von Empfindungen, Erinnerungen und Bewusstsein. Auch beim Menschen ist die astralische Kraft formend, seinen physischen Leib formend.

Der Mensch hat nun noch sein Ich, seinen ganz eigenen Wesenskern, welcher von Leben zu Leben schreitet. Das Ich und der astrale Leib des Menschen verlassen während des Schlafens den Körper um ihrerseits neue Kräfte zu sammeln.

Das Pendant des Ich bei der Pflanze liegt wohl in ihrer Idee, ihrem ganz eigenen geistigen Wesenskern, bzw. dem Wesenskern der Familie/Sorte.

So kann man auch in diesem Kräftezusammenhang das Ungleichgewicht verstehen, in welches der Mensch geraten kann.

Wenn die formende, also die astralische Kraft zu stark in den Körper eingreift, bzw. sich nicht mehr, wie im gesunden Zustand, aus diesem lösen kann, entsteht Verfestigung. Hier wird die Verwandtschaft des Astralleibes mit dem Nerven-Sinnessystem deutlich, bzw. wie besonders stark das Seelische, Bewusstseinsmäßige in diesem zum Vorschein kommt. Normalerweise fühlen wir etwas vor allem seelisch und nur ganz leicht körperlich. Sinkt allerdings das Gefühlsleben, das Sinnesleben, der geistige Mensch zu sehr in den Körper hinunter/hinein, entstehen Schmerzen und sklerotische Erscheinungen.

Die andere geschilderte Form der Krankheit, also die Entzündliche, rührt eher von einer übermäßigen Ätherischen, quellenden Kraft her. Auch hier sehen wir die Verwandtschaft zwischen dieser Kraft und dem Stoffwechsel-Gliedmaßensystem, allem voran in der ständigen Aktivität und Aufbau. Es ist auch zu sehen, dass diese wuchernde Tendenz dann entsteht, wenn der Astralleib und das Ich zu wenig im Körper sind, sich kaum mit ihm verbinden können.

Somit hat das Seelenleben einen starken Einfluss auf die Harmonie, bzw. Disharmonie des Menschen.

Baumgartner sagt, „in der Geist- und Seelenfähigkeit liegen die Ursache für das Erkranken des Menschen“. In diesem Zusammenhang deutet die Anthroposophische Medizin darauf hin, dass das Ich des Menschen nicht erkrankt. „Als ein auf Entwicklung angelegtes Wesen erwirbt es sich im Krankheitsschicksal neue Fähigkeiten, die es als Frucht der Erkrankung gewinnt. Insbesondere ist es bei Psychiatrischen Erkrankungen von großer Bedeutung, sich diesen Gesichtspunkt immer wieder vor Augen zu führen“.

Ein weiterer hier auftretender Aspekt von Krankheit ist der positive Blick darauf. Krankheit als

notwendig zum Leben dazugehörig und sogar entwicklungsermöglichend/beschleunigend. Es ist eine Frage der Begegnung mit der Krankheit, bei der es darauf ankommt ihr eine fragende Haltung anstelle einer kämpferischen entgegenzubringen. Denn nur so kann der Mensch durch diese Ausnahmezeit wachsen, innere Erkenntnisse erlangen und neue Kraft gewinnen.

Aus der Betrachtung der Krankheitsprozesse des Menschen, kommen wir nun wieder zu den Pflanzen. Es tritt die Frage auf, wie nun die passende Heilpflanze zu einem bestimmten Krankheitsbild gefunden werden kann.

Es können unterschiedlichste Aspekte der Pflanze angeschaut werden. Hier werden einige kurz dargestellt, welche sich in „Innere Medizin“ von Matthias Girke finden lassen.

So kann nach den physischen Substanzen der Pflanze, ihrer Gestalt, ihrem Bezug zum Seelischen und ihrem Wesen untersucht werden.

Bei den der Pflanze innewohnenden Substanzen geht es mehr deren Qualitäten und Geste. So gibt es Substanzen die eher ermöglichend sind und Prozesse antreiben wie z.B. der Schwefel (**Sulfur**). Dieser kann als eines der wenigen Minerale brennen und weist somit eine starke Beziehung zu Wärme auf. Er findet sich zum Beispiel in der Senfpflanze, welche ebenfalls stark wärmende Eigenschaften hat. In der Verordnung der Wirkung im Menschen wird nun die schwierige Verschränkung der Dreigliederung mit der Viergliederung deutlich. Denn der Senf wirkt zwar ermöglichend und eher im Willen (Stoffwechsel & Gliedmaßen) des Menschen, aber insofern, als dass er das Bewusstsein aus dem oberen Sinnes -menschen hinunter in die Lebensprozesse des Stoffwechselgliedmaßen-Pols holt und somit, durch das zu sich kommen, die aufbauende Nachwirksamkeit der Wesensglieder fördert.

Des weiteren lassen sich die Substanzen noch in ausgleichende Prozesse fördernd und abbauende, bzw. strukturierende Prozesse fördernd einteilen.

Eine ausgleichende Substanz welche das rhythmische System des Menschen unterstützt ist z.B. Quecksilber (**Mercur**).

Strukturierend und gestaltend auf das Nerven und Sinnes -system wirkt z.B. der Quarz (**Sal**), der Kiesel. So haben junge Menschen deutlich mehr Kieselsäure in sich, als der alte Mensch, bei welchem eher der Kalk überwiegt.

Ein weiterer Aspekt um eine Pflanze in ihrer Heilfähigkeit zu bestimmen, liegt darin zu beobachten, welcher Teil der Pflanze, also Wurzel- Blüten- oder Blattbereich, besonders ausgeprägt und betont ist.. So wird ihr Bezug zu einem Krankheitsprozess, einer Verschiebung des dreigliedrigen Menschen erkennbar. Um die Gestalt der Pflanze zu erfassen muss sehr genau auf ihre Formsprache im Gesamten wie im Einzelnen geschaut werden. Formen, Farben, Proportionen, Übergänge/Methamorphose, Geste. Welche Bewegung, welche Gestaltungskraft liegt in den Übergängen von der Form des einen Blattes zur Form des Nächsten? Welches Verhältnis von Streckung und Stauchung liegt vor? Bilden die Blüten einen Innenraum und was bedeutet dieser? Welche Geometrischen Gesetzmäßigkeiten sind auffindbar?

Als nächstes kann geschaut werden auf die seelische Geste der Pflanze, welche ich in mir beobachten kann. Wie werde ich angesprochen? Fühle ich mich abgestoßen oder

angezogen? Werde ich eher verträumt und müde oder wach und konzentriert?

Hier spielt auch der Duft der Pflanze eine Große Rolle. So wirkt der Lavendel sehr beruhigend und wohltuend und Rosmarin eher stärkend und belebend.

Auch die Geste kann sehr verschiedene Empfindungen in uns hervorrufen. So lebt eine fein gegliederte Schafgarbe ganz anders in mir als der Blütenreiche und stark farbige Fingerhut.

Das Wesen der Pflanze zu erkennen bedeutet wohl viel Geduld, Hingabe und Beobachtungen. Auch liegt das Wesen der Pflanze nicht nur in der Einzelnen, sondern vielmehr in ihrer Art, ihrer ewigen Form, welche nur in uns leben kann, da diese alle verschiedenen Stadien und Ausprägungen in sich vereint. Und doch offenbart sich dieses Wesen in Raum und Zeit und nur so, durch unsere Sinne können wir sie erfahren.

3.1 Spitzwegerich (*Plantago lanceolata*)

Erste Begegnung

Sobald man das Haus verlässt und ein wenig umhergeht, so wird man, mit ein bisschen Aufmerksamkeit, die Spitzblättrigen Pflänzchen mit ihren im Sommer hoch über sie hinausragenden Blütenständen entdecken. Mit einer beeindruckenden Strahlkraft, ausgehend von den sich gen Sonne streckenden, gespannten schmalen Blättern, begegnet er uns.

Der Spitzwegerich ist eine vielen vertraute und den Heilpflanzenkennern eine sehr teure und treue Pflanze. Bei näherer Betrachtung erstaunt man, in welcher magere Böden sie sich verwurzeln und wie robust sie sich zeigen gegenüber Trockenheit.

Doch der Name „Plantago“, abgeleitet aus dem lateinischen „Planta“ (Fußsohle), trifft wohl noch viel besser auf sein Familienmitglied, den Breitwegerich zu.

Dieser kann als „Trittpflanze“, oder als Wegelagerer besonders an stark verdichteten Stellen, wie z.B. an viel betretenen Wegesrändern, gefunden werden und ist gut zu erkennen an den flach an den Boden gelegten, eher rundlichen Blättern, welche in einer schönen Rosette angeordnet sind.

Der zweite Name des Spitzwegerichs „Lanceolata“ bezieht sich auf seine lange, spitz zulaufende Blattform und wird vom lateinischen „lanceo“ (Lanze) abgeleitet.

Er ist es, welcher innerhalb seiner Familie bevorzugt für medizinische Zwecke genutzt wird.

Andeutungen in der Geschichte weisen uns darauf hin, dass der Spitzwegerich schon vor langer Zeit eine bedeutende Rolle, sogar eine bedeutendere Rolle gespielt hat. Darauf weist uns zum Beispiel auch der schwedische Name <<Läkeblad>> (Heilblatt) hin.

In seinem Buch „Heilpflanzen“ beschreibt Markus Sommer die Bezüge von Parzival und Persephone zum Wegerich. So habe Parzival gesagt, als er in abgelegene, vom Menschen noch kaum gestaltete Gegenden kam, dass er dort reite, <<da wenic wegeriches stount>>.

Hier wird man darauf hingewiesen, dass die Ausbreitung des Wegerichs stark mit dem Eingriff des Menschen zu tun hat, welcher Gegenden, welche bis zum Mittelalter fast ausschließlich aus Urwald bestanden, gestaltete, lichtete und so Kräutern und anderen kleineren Pflanzen die Bedingungen zur Ansiedelung schaffte.

Auch wurde der Wegerich als <<Herba Proserpinacia>> bezeichnet, das Kraut der Proserpina. Proserpina (lat.) ist die griechische Göttin Persephone, welche die Tochter der Ackergöttin Demeter ist. Persephone wurde vom Gott der Unterwelt geraubt und zur Frau genommen. Sie durfte von diesem Zeitpunkte an immer nur ein halbes Jahr zu ihrer Mutter in die Oberwelt, die andere Zeit musste sie in der Unterwelt verharren. Jedes Mal jedoch, wenn sie aus der Dunkelheit hinaufstieg, erblühte und erwachte die Welt in prächtigen Farben und das Pflanzenkleid erstreckte sich mit all seinen Gräsern und Kräutern in sattem Grün.

Hier kommt also die starke Beziehung der Persephone zur Pflanzenwelt hervor und die Bedeutung von *dem* Kraut der Persephone, welches ein ganz besonderes sein muss.

Habitat, Verbreitungsgebiet

Der Spitzwegerich ist fast in ganz Europa zu finden und wahrscheinlich auch darüber hinaus. Wie schon erwähnt, ist er ein Weg-Bewohner und wächst auch an verdichteten und trockeneren Wegesrändern, auf Feldwegen und Parkwiesen, wenn auch in eher magerer Form.

Ganz anders und wohl gestaltet finden wir ihn auf Wiesen und Weiden, wo seine wahre Heimat ist. Hier zeigt er sich in seiner vollen Pracht und Größe, in strotzender Vitalität und sattem Grün. ER kann er mit seinen langen Blütenständen auch in einer hohen Wiese mit den anderen Pflanzen mithalten und eine Größe von über 50cm. erreichen.

Die meist aufrecht gestreckte Pflanze hat eine starke Beziehung zur Sonne, wie die Sonnenstrahligen Blätter verraten. So bevorzugt er sonnige und halbschattige Orte und ist an dicht bewachsenen, Licht abschirmenden Orten, z.B. dem Wald, nicht zu finden.

In den bergigen Höhen findet man den Spitzwegerich auf bis zu 1700m.

Der Spitzwegerich ist ein genauer Anzeiger der Verhältnisse in denen er wächst. So finden wir ihn in den unterschiedlichsten Zuständen und Größen.

Pflanzenorgane

Der Spitzwegerich ist eine mehrjährige, ausdauernde und krautige Pflanze, bildet also keine verholzten Teile. Die Fortpflanzung erfolgt sowohl vegetativ über die Wurzelsprosse, als auch Generativ über die Samen. Letztere werden durch ihren hohen Schleimgehalt von vorübergehenden Hufen, Pfoten und Füßen verteilt und so verbreitet.

Alle Laubblätter stehen aufrecht in einer grundständigen Rosette . Oftmals wächst eine Pflanze jedoch nicht allein, sondern bildet weitere Rosetten welche sehr dicht aneinander wachsen, auch ineinander wachsen, sodass ein Pflanzenverbund entsteht.

Die reich verzweigte Wurzel kann bis zu 60 cm in die Tiefe reichen.

Der Spitzwegerich ist ein genauer Anzeiger der Verhältnisse in denen er wächst. So finden wir ihn in den unterschiedlichsten Zuständen und Größen. Mal hoch gestreckt und voller Spannkraft in leuchtendem Grün, mit hoch über ihn hinaus ragenden Blütenständen und mal klein, dunkelgrün und eher der Schwerekraft unterliegend, mit kleinen Blütenständen und zäher Blattstruktur.

Die Wurzel

Die Wurzel des Spitzwegerich ist langgestreckt und spitz zulaufend. Er bildet eine schmale Hauptwurzel, welche sich senkrecht und grade in die Tiefe entwickelt. Von dieser gehen zahlreiche weitere feine Wurzeln sowohl in die Tiefe als auch seitlich ab.

Kostet man ein wenig Wurzel, erfährt man sogleich ihre Bitterkeit.

Die Blätter

Strahlenförmig aus einem Mittelpunkt erwachsend, strecken sich die leuchtend grünen Blätter gen Himmel.

Die länglichen, schmalen Blätter sind unten am Boden, wo sich alle in einem verdickten Punkte treffen, eher stängelig, rund und dicker, während sie weiter oben flach und breiter sind. Ganz oben werden sie wieder schmaler und enden spitz zulaufend.

Ausgehend von dem zusammengezogenen Stängel am Blattgrund, wölben sich beide Seiten Richtung Mitte, sodass eine Keil- Form entsteht, welche sich gen Mitte des Blattes jedoch verläuft und zu einer geraden Fläche wird. Die Ränder sind in ihrer Glattheit durch kleine Erhebungen, eine leicht angedeutete Zahnung, unterbrochen.

Besonders an den Blättern der Wegerichgewächse sind die stark ausgebildeten Blattadern, welche die Blätter längs durchziehen. Sie lassen das Blatt gestreift erscheinen, wenn man es gegen die Sonne hält. Beim Zerreißen entdeckt man, dass die an der Unterseite des Blattes befindlichen Adern wie weiße Fäden in das Blatt gehüllt sind und leicht herauszuziehen. Je weiter unten am Blatt, desto stabiler und zäher sind die Blattadern. Weit oben am Blatt sind sie kaum zu bemerken, wenn man es zerreißt. In vielen Beschreibungen werden sie als „lose Kabel“ dargestellt. Fast allen Sorten des Spitzwegerichs haben kleine feine Haare auf der Blattoberfläche und fast woll-artige Haare im Mittelpunkt der Pflanze.

Hier ein paar Skizzen der Entwicklung der Keimblätter und der ersten Laubblätter:



Keimung nach 11 Tagen, zwei Keimblätter, schmal gestreckt, rundlich/dicklich



Weitere Streckung der Keimblätter, erstes Laubblatt aus deren Mitte, schon ganz andere Struktur, mehr Breite, Mittige Blattader



Zweites Laubblatt, bringt zwei weitere Blattadern mit, erste Einkerbungen am Blattrand, wächst ebenfalls aus der Mitte heraus



Jedes dazu kommende Blatt greift die Gestalt des Vorherigen auf und ändert/ergänzt sie.

So kommen bei jedem weiteren Blatt, neue Blattadern dazu, bis es 7 sind.

Blüte und Samen

Ab Mai schieben sich die Blüten tragenden Stängel aus der Mitte der Blattrosette hervor und überragen schon bald die Blätter um das Doppelte und Dreifache.

Jede einzelne Pflanze entlässt eine Vielzahl solcher Blüten.

Die Blüten sitzen walzenförmig am oberen Ende des 5-furchigen Stiels, welcher am Blattgrund eine rötliche Färbung aufweist und leicht wollig behaart ist.

Die winzigen, grün-braunen Knospen, welche sich in einer 2-3cm. langen Ähre dicht zusammendrängen, winden sich spiralförmig um den Stiel.

Das Blühen erfolgt von unteren Ende der Ähre nach oben, wobei über ca. drei Wochen, jeweils ein kleiner Teil rund um den Stängel aufblüht und dann den Blühimpuls nach oben weitergibt. Die schon verblühten Teile sind dann in ein braunes Kleid gehüllt und es reifen langsam die Samen heran.

Die einzelne, sehr feine Blüte, welche auf einem grünen Tragblatt sitzt, hat sowohl winzig kleine Kelchblätter, als auch vier, bräunliche, verwachsene Kronblätter. Aus der Kronröhre, strecken sich waagrecht zur Seite jeweils vier weißlich-gelbe Staubblätter, mit hauchdünnen Staubfäden und gelblichen Staubbeutel.

Die Blüten sind zwittrig und werden durch den Wind bestäubt. Um eine Selbstbestäubung zu verhindern, schiebt sich noch bevor die Blütenblätter sich öffnen, der weibliche Griffel

hervor. Diesen kann man an der Ähre über den schon mit Staubblättern bestückten Blüten sehen. Nachdem also der Griffel befruchtet wurde, kommen die vier langen Staubblätter zum Vorschein. Die verblühten Blütchen sind dann als trockene, braune Überbleibsel unter dem Blühenden Kranz zu sehen.

Nach der Bestäubung schwillt die Fruchtkapsel zur Eiform auf, wird etwa 3-4mm lang und bringt zwei längliche, schwarze Samen zur Reife.

Duft und Farbigkeit sind bei den kleinen Spitzwegerichblüten nicht vorhanden. Auffallend ist jedoch der pilzige Geruch und Geschmack der Ähren, sowie der hohe Schleimgehalt beim Zerreiben.



Heilwirkungen

Der Spitzwegerich ist, so wie es in den beiden Geschichten von Persephone und Parcival beschrieben wird, eine sehr umfangreiche und wichtige Heilpflanze. So finden sich in Artikeln und Büchern zahlreiche Beschreibungen von Krankheitsbildern und kleineren Leiden des Menschen, bei welchen erfolgreich der Spitzwegerich zur Anwendung gebracht wurde.

Einige Beispiele hierfür sind: Reizhusten, Entzündungen im Mund, entzündete Haut, Aphten, Insektenstiche, Kopfschmerzen, Müde Beine, fehlende Inkarnierung.

Außerdem soll er eine starke Wirkung auf das Blut haben und sowohl Blutstillend als auch Blut-reinigend wirken. So kann er innerlich und auch äußerlich angewandt werden.

Bei meiner eigenen Beschäftigung mit der Pflanze ist mir ihre hohe Schleimbildung besonders stark aufgefallen und ebenso ihre Fähigkeit, auch in sehr sehr trockenen und sandigen Böden gut zu gedeihen. Auch dort, wo kaum Wasser ist, entwickelt sie ihre Feuchtigkeit in Wurzel, Blatt und Blütenstand. Hier wird die Beziehung des Spitzwegerichs zum Wässrigen deutlich und auch seine Fähigkeit, das Wasser zu halten und somit „lindernd“ und feuchtend auf seine Umgebung zu wirken.

So kann die Parallele zum Menschen und z.B. dem trockenen Husten gezogen werden, denn dort fehlt genau diese Feuchtigkeit.

Aus den Blättern kann, z.B. ganz einfach durch Zugabe von Zucker, ein Hustensaft hergestellt werden. Die lindernden Schleimstoffe der Pflanze legen sich dann wie eine schützende Hülle auf die gereizten Bronchien und unterstützen die Heilung. So kann auch bei anderen Entzündungen in und am Körper die feuchte und dadurch kühlende Qualität des Spitzwegerichs helfen. Als „Naturpflaster“ kann er ebenso dienen und seine Blätter direkt auf Wunden gelegt werden.

Auch im seelischen „Entflammen“, wie Kalbermatten es beschreibt, kann dieser als Feuerlöscher tangieren und helfen, in einen „kühleren“, bewussteren Umgang mit dem aufgeheizten Gefühlsleben zu kommen.

Simonis schreibt in diesem Zusammenhang „der Spitzwegerich ist wieder das Bild einer stark von Lichtkräften durchzogenen Pflanze. Ihr Kieselgehalt kennzeichnet sie als solche. Was sie an Schleim-, Gerbstoff und Bitterstoff enthält, wirkt auf den Menschen so vorteilhaft, dass die Ineinanderfügung seiner leiblichen Wesensglieder mit den Absichten des Geistig-Seelischen auf das Harmonischste erreicht wird“.

Zu den Stoffen der Blätter zählen, Schleimstoffe, Kieselsäure, Bitterstoffe, Flavonoide welche Antioxidativ und antibakteriell wirken, Iridoidglykoside und Gerbstoffe.



3.2 Fingerhut (*Digitalis Purpurea*)

Erste Begegnung

Wenn wir beim Spazieren durch den Wald auf einen Fingerhut stoßen, ist er meist umgeben von vielen anderen seiner Art. In beeindruckender Aufrichte kraft und leuchtendem Purpur-Violett strahlt er uns entgegen. Inmitten von Flächen abgeholzten Nadelwaldes erscheint er, belebt und beseelt den neu entstandenen Sonnenplatz. Auch der feine Geruch nach Holz, Harz und Nadeln gehört charakteristisch zu einem solchen Standort dazu.

Wie beim Spitzwegerich, verrät auch der Name Fingerhut viel über die gemeinte Pflanze. *Digitalis* leitet sich vom lateinischen Wort *Digitus*, was Finger bedeutet, ab und bezieht sich auf die charakteristische Blütenform welche doch sehr dazu einlädt, die Finger mit den

leuchtend Violetten Blütchen zu schmücken. Name und Form erinnern uns auch an den gleichnamigen Fingerschutz beim Nähen.

Digitalis Gewächse, gehören zu den Braunwurz Gewächsen (Scrophulariaceae), sind jedoch seit 2001 der Familie der Wegeriche (Plantaginaceae) zugeteilt.

Die Scrophulariaceae umfassen drei weitere Unterfamilien, von denen viele Heilpflanzen hervorbringen. Einige der Familien sind z.B. die Verbasceae (Wollkräuter, Königskerze), die Antirrhinoideae (Leinkräuter, Braunwurzgewächse, Gottesgnadenkraut) und die Rhinanthoideae (Digitalis, Veronica- Arten). Viele der zu der letzten Familie gehörigen Unterarten sind Halb- oder Vollparasiten, also Pflanzen, die auf die Lebendigkeit anderer Lebewesen angewiesen sind und nicht allein gedeihen können.

In diesem Zusammenhang deutet Werner Christian Simonis in seinem Buch über Heilpflanzen auf die Beziehung dieser Pflanzenfamilien zur Zeit der Mondenentwicklung hin. „Fast alle Schmarotzer zeigen Züge, die das Pflanzen- Tierhafte einer vergangenen Evolutionsepoche offenbaren“.

Außerdem zeigen viele dieser Heilpflanzen eine starke Beziehung zum Ätherleib und dem Flüssigkeitsorganismus, was beides auf die Mondenzeit, also dieselbe Zeit zu der das Herz und somit auch der Fingerhut entstand, schließen lässt.

Steiner beschreibt in seinem Werk „Grundelemente der Esoterik“, die Verwandtschaft des Fingerhuts mit dem Herzen insofern, als dass diese in der selben Zeit entstanden, bzw. beschreibt er den Fingerhut als vom Menschen herausgesetzten Prozess der Herzbildung.

„Das menschliche Herz war in seiner Entstehung in Verwandtschaft mit dem, was draußen vor sich gegangen ist. In dem Augenblicke, wo man sich in das Herz vertieft, schafft man sich die Umwelt, wie sie damals war, als in der lemurischen Zeit das Herz entstand. ,
..Es tauchen dann die lemurischen Landschaften in uns auf. Wer aufs Herz sich konzentriert, sieht die Entstehung des Menschengeschlechtes. . . . Das ist kein In-sich-Brüten, sondern ein wirkliches Wahrnehmen der einzelnen Organe in ihrer Verwandtschaft mit der Welt. Auf diese Weise hat Paracelsus seine Mittel gefunden und kuriert. Er wusste, daß Digitalis purpurea entstanden ist, als das menschliche Herz entstand.“ „So hängt tatsächlich Digitalis purpurea mit dem Herzen zusammen und kann daher immer noch mit Recht dafür verwendet werden. . “

Erste Hinweise auf den in der Medizin verwendeten Fingerhut gab es im 5.Jh. in Irland, dann findet sich in den Schriften von Leonhard Fuchs eine Beschreibung der Pflanze. 1785 erschien eine Schrift des englischen Arztes William Withering über die Wirkung der Digitalis bei Wassersucht. Hundert Jahre später wurde Fingerhut zur Herzleistungssteigerung sogar empfohlen, wobei schon bald nicht mehr die Pflanze interessierte, sondern ihre Wirkstoffe. Heute findet vor allem der Wirkstoff Digitoxin eine starke Anwendung in der Herzmedizin

Habitat, Verbreitungsgebiet

Das Hauptverbreitungsgebiet der *Digitalis Purpurea* ist der Westen Mitteleuropas, sie ist jedoch in weiten Teilen Europas zu finden. Das Zuhause des Fingerhuts ist der Wald, oft auch in hügeligen oder bergigen Höhen. Wobei wir ihn kaum an sehr dunklen und dichten Stellen des Waldes finden sondern eher an halbschattigen bis sehr sonnigen. So finden wir ihn vor allem auf Kahlschlägen, am Waldrand oder auf lichterem Plätzen im Wald. Auch ist er nicht in jedem Wald heimisch, er tritt vor allem dort auf, wo Nadelbäume stehen, da er Orte mit eher saurem, kieseligem und lockerem Boden mag.

Interessant ist, dass die Pflanze da wo mehr als 1% Kalk im Boden ist, nicht wächst.



Dieses Bild zeigt den ganz typischen Standort des Fingerhutes.

Pflanzenorgane

Der Fingerhut ist eine zweijährige Pflanze und wächst, genau wie der Spitzwegerich, in einer kräftigen, grundständigen Rosette. Im späten Sommer des ersten Jahres, bildet sich aus einem winzigen Samen, nah am Boden ein kräftiger Blätterkreis.

Durch den ganzen Winter hindurch bleiben die Blätter in einem kräftigen Blau-Grün.

So ist das erste Jahr der Pflanze wie ein langsames Einatmen, ein sammeln der Lebenskräfte um sich im folgenden Frühling in die Höhe zu strecken. Aus der Mitte der Rosette wächst dann ein gerader, bis zu zwei Meter langer, leicht purpurgefärbter Stängel empor. Die Blätter, welche sich spiralig um den Stängel winden, bilden eine Blattpyramide, werden also nach oben hin immer kleiner.

Von der Mitte der Pflanze bis zur Spitze bilden sich in den Blattachseln die Blüten, welche später dicht an dicht hinunter hängen.

Die noch kleineren und geschlossenen Blütenköpfen blicken gen Himmel, sobald die Blüte größer und länger wird, schauen sie nach unten, so auch die Öffnung der aufgegangenen Blüten.

Auffallend ist, dass sich alle Blüten in eine Richtung orientieren, zur lichtereren Seite und abgewendet vom Wald. Wenn sie von keinem Schatten berührt sind, sind alle Blüten nach Süden gerichtet.

Das Aufblühen beginnt bei den unteren Blüten. Während die glockenförmigen, purpurnen Blüten in vollster Pracht erstrahlen, werden sie von Erdhummeln besucht, welche ihren Nektar holen und sie gleichzeitig bestäuben. Nach ca. sechs Tagen fallen die Blüten ab und lassen Kelch und Griffel zurück, welche sich, befreit von der Schwere der Blüte, sogleich wieder nach oben richten.

In dem Fruchtknoten reifen nun unzählige der winzigen Samenkörner heran, welche sich später verteilen und für viel Nachwuchs sorgen.

Blätter

Die Blätter des Fingerhut sprießen, wie schon erwähnt, alle aus einem Zentrum. Schon bei den ersten Blättern der Rosette ist ein Wachstum im Fünfstern zu erkennen. Das setzt sich fort, wobei die nächsten Fünf ein wenig versetzt, also in die Lücken der vorigen Blätter wachsen. Der bei den ersten Blättern lange Stiel ist eingekerbt und sowohl am Blattgrund, als auch am Übergang zum Blatt etwas breiter. Die Länge des Stiels nimmt mit jedem weiteren Blatt ab, so auch seine Größe. Die Blätter haben eine ovale Form, die Ersten fast eine rundliche Form, welche sich jedoch im Laufe der Zeit zu einer immer spitzeren und schmaleren transformiert.

Am Rand sind die Blätter vielfach kerbig gesägt, wodurch feine Wellen entstehen.

Der feste Stiel geht über in eine ausgeprägte, aber viel feinere Blattmittellinie, von welcher auf beiden Seiten drei bis vier Blattadern in spitzen Winkeln Richtung Blattaußenseite streben, sich dann jedoch in einer kleinen Kurve wieder hin zur Mitte orientieren. Neben diesen stärker ausgebildeten Blattadern, welche auf der silbrig-schimmernden, behaarten Rückseite des Blattes noch viel deutlicher ausgeprägt sind, gibt es zahlreiche weitere winzige Äderchen, wodurch eine feine Gliederung der Blattfläche entsteht. Sehr auffällig ist auch, dass durch eine geringe Spannung des Blattes, die Felder zwischen den Äderchen leicht empor gewölbt sind, wodurch eine Oberfläche mit unzähligen Pölsterchen entsteht.

Im zweiten Jahr, schiebt sich die Pflanze aus der Mitte heraus senkrecht empor. Der Spross nimmt die schon gebildeten Blätter mit und trägt sie in spiralförmiger Anordnung in die Höhe. Hier ist nun noch einmal deutlich zu sehen, wie die Blätter von unten nach oben an Größe und Rundheit verlieren und wie doch jedes Blatt die Form des Vorigen aufnimmt und sie erweitert.

Das untere Drittel des Sprosses steht ausschließlich in seinem Blätterkleid, der obere Teil

trägt später eine Vielzahl von Blüten, welche aus den Achseln der immer kleiner werdenden und nun ungestielten Blättchen sprießen.

Abgetrennt von der Pflanze verlieren die Blätter schnell an Vitalität und Spannkraft.



Von unten nach oben, von alt nach jung werden die Blätter kurzstieliger und schmaler



Kräftige Blattrosette im ersten Jahr (Odenwald)

Blüte (zygomorphie. Zweiseitig symmetrisch)

Die Blüten des roten Fingerhuts erstrahlen schon von Ferne durch den Wald und beeindrucken mit ihrer intensiven purpurnen Färbung. Durch ihren Sitz am oberen Teil des hoch emporgeschossenen Sprosses, stehen sie im starken Kontrast zu den Baumstämmen. Schaut man aus der Nähe, sieht man, dass fast alle Blütenstadien gleichzeitig zu finden sind, da das Öffnen der Blüten unten beginnt und sich langsam immer weiter nach oben verschiebt. So sieht man ganz oben die noch kleinen Knospen, unten nur noch die Kelchblätter mit dem Fruchtknoten und dazwischen alle weiteren Stadien. Jede Blüte entspringt aus einer Blattachsel und reiht sich somit in das spiralförmige Wachstum der Blätter ein. Der kurze Stiel der Blüte richtet sich zur sonnigsten Seite aus, sodass alle Blütenköpfchen in die selbe Richtung blicken.

Der Fingerhut gehört zu den Rachenblütlern. Die Knospe ist umhüllt von fünf Kelchblättern, welche die Blüte entlassen. Die geöffneten Kelchblätter geben dann den Blick frei auf eine noch wenig gefärbte, geschlossene, halbkugelförmige Blüte, welche sich immer weiter in die Länge streckt, alsbald von ihrem Gewicht in die Schwere gezogen wird und nach unten schaut. Die noch geschlossene, wie ein breites Fischmaul aussehende Blüte nimmt immer mehr Farbe an und ihr Schlauchförmiger Körper dehnt sich fingerdick aus. Die fünf Blütenblätter sind zu einer 4 bis 6 cm langen, fingerhutähnlichen Krone verwachsen. Öffnet sich die Blüte, klappt sich der vordere Teil nach unten und der Rand der Öffnung wölbt sich etwas nach außen, sodass die Blüte zwar nach unten hängt, jedoch nach vorne hin geöffnet ist.

Nun ist der Blick ins Innere frei und zeigt am Boden der Blüte zahlreiche, hell umrandete, dunkle Punkte welche sich, wie ein Sternenteppich, in die Tiefe der Blüte ziehen. Dort befinden sich die vier Staubgefäße, welche sich an die Decke schmiegen.

Der vordere, leicht sichtbare Teil der Blüte ist mit vielen feinen Härchen bestückt und bildet den Landeplatz für Hummeln, andere Insekten werden durch die Haare am Einfliegen gehindert.

Bestäubt werden die Blüten durch Hummeln, welche immer von unten nach oben die Blüten einer Pflanze besuchen. Da diese vormännlich sind, also zuerst männlich und dann weiblich, und eine Aufblühbewegung von unten nach oben machen, wird eine Fremdbestäubung sichergestellt.

Nach ca. sechs Tagen löst sich die Blüte aus dem Kelch und der übriggebliebene Griffel richtet sich gemeinsam mit dem Kelch wieder Richtung Himmel. In dem zweigeteilten, zwiebelartigen Fruchtknoten reifen die Samen, die rechts und links von der Mittelwand aufsitzen. In großer Anzahl sind die winzigen Samen vorhanden und sorgen so für die schnelle Ausbreitung der *Digitalis Purpurea*.





Giftpflanzen nach Hauschka

Die Gifthaligkeit einer Pflanze äußert sich sowohl in ihrer Form, vor allem der Blütenform, als auch in ihrer Stofflichkeit.

Gift in der Pflanzenwelt entsteht dort, wo zu viel Bewusstsein, also zu viel Astralität auf die Pflanze einwirkt. Ein starkes Merkmal hierfür ist die Innenraumbildung der Blüten und deren Blickrichtung zur Erde hin. Die normale Blickrichtung der Blüte ist zur Sonne hin und ist Ausdruck für das Hingeeben und die Verbundenheit mit dieser.

Die tierische Komponente welche die Giftpflanzen formt, drückt sich im abgewendet-sein aus und der Innenraum der Blüten, welcher oft stark tierische Komponenten zeigt, ist das Gegenbild der ganz geöffneten Blüte.

Auf der Substanzebene ist zu erkennen, dass die Pflanzensubstanz das Kohlenhydrat ist und die Tierische Substanz das Eiweiß. Bei allen Pflanzen, welche ihre Blüte gen Sonne strecken, bildet sich im Samen Pflanzeneiweiß. Der Unterschied der bei den Giftpflanzen auftritt, ist eine „Verzerrung“ dieses Eiweißes durch eine noch stärkere Verbindung zum Tierischen. Diese Verzerrung lässt Gift in der Pflanze entstehen. Durch dieses anfänglich entstehende Bewusstsein und dadurch entstehende Prozesse die eigentlich der Tierwelt angehören, entsteht das Gift.

Das Eiweiß erfährt eben durch die Abbauprozesse eine Verzerrung, was auf stofflicher Ebene die Verdrängung des „Lebenssubstanzen“ aus der Eiweißverbindung bedeutet. Eiweiß besteht aus Kohlenstoff, Wasserstoff, Sauerstoff und Natrium (C720, H1134, O248, N218). Die giftigste und reduzierteste Verbindung die am Ende der Eiweißdegeneration entsteht ist

Cyan. Bis es zum Cyan kommt, welches nur noch aus Natrium und Kohlenstoff besteht, gibt es zahlreiche Zwischenstufen der Giftigkeit.

Heilwirkung

Wie schon beschrieben, hat der Fingerhut etwas mit dem Herzen zu tun. Das ist durch alte Überlieferungen oder Einsichten deutlich und natürlich auch in der Reaktion des Herzens auf eingenommene Teile der Pflanze.

Ein häufiges Krankheitsbild des Herzkranken liegt in der sogenannten Wassersucht des Herzens. Das geschwächte Herz kann das aus dem unteren Menschen heraufströmende, venöse Blut nicht mehr nach oben befördern. Unter diesem entstehenden Druck in den Venen, tritt Flüssigkeit in die Umgebung aus und führt zu starken Schwellungen in Beinen und Füßen. Solche Ödeme können sich sogar in der Lunge bilden, wenn das Herz so stark geschwächt ist, dass der Abstrom von der Lunge beeinträchtigt ist und es das Blut nicht mehr in sich vereinen kann. So leidet der Mensch nach oben unter Luftnot und nach unten unter Wassereinlagerungen. „Die Linksherzinsuffizienz und die Rechtsherzinsuffizienz spalten den Menschen zwischen Wasser und Luft entzwei“ (Friedwart Huseman).

Beim gesunden Menschen gehen schnelle und langsame Rhythmen im Herzen ineinander über, passen sich einander an. Beim Herzkranken, kann eine Disharmonie entstehen, wobei eine schnelle Zunahme der Luftnot und die langsam sich ausbreitende Wassersucht gleichzeitig stattfinden.

So kann man sagen, dass der mittlere Mensch, in welchem das rhythmische System seine Heimat hat, auseinanderfällt. Die normalerweise langsamen Rhythmen des oberen Menschen wie die der Atmung, sind dann unten in den Beinen zu finden und die normalerweise schnellen Rhythmen des unteren Menschen (Herzschlag, Bewegung der Gliedmaßen) im oberen Menschen als beschleunigte Atmung.

Das gesunde Herz wirkt ausgleichend, bringt die verschiedenen Schnelligkeiten in einen harmonischen Zusammenklang. Atmung und Herzschlag verhalten sich in einem eins zu vier Rhythmus zueinander.

Nun muss auf die durch Digitalis hervorgerufene Giftwirkung im Menschen geschaut werden. Die generelle Wirkung des Fingerhuts liegt in der Zusammenrückung des oberen und des unteren Menschen und in der Stärkung Beider. So Es findet also die entgegengesetzte Bewegung zu der beschriebenen Herzkrankheit statt.

Symptome der Vergiftung können sein: schnelle und langsame Herzrhythmen, Übelkeit, Erbrechen, Müdigkeit. Die Kontraktionskraft des Herzens steigt, doch gleichzeitig verlangsamt sich der Herzschlag, bis es schließlich ausbleibt.

In der richtigen Dosis kann die Digitalis durch eine Stärkung des Herzschlages, des Blutdrucks, Ödeme ausschwemmen und gleichzeitig dadurch die Atmung wieder verlangsamen. So kann die rhythmische Mitte des Menschen wieder ausgleichend und harmonisierend fungieren und langsam und schnell nebeneinander sein.

Stellt man nun den Menschen umgedreht (wie oben beschrieben) neben die Pflanze, kann man viele Parallelen zwischen dem Blütenbereich und dem unteren Bereich des Menschen finden. So auch zwischen dem luftigen Blattbereich der Pflanze und dem luftigen Brustbereich des Menschen.

Es wurde festgestellt, dass die Atmung des Menschen im Gegensatz zum schnellen Herzschlag steht. Ähnlich ist es beim Fingerhut zu sehen. Blatt- und Wurzelbereich sind stark verlangsamt und bleiben ein Jahr in demselben Zustand, wie in einem langsamen Einatmen, auf welches erst im zweiten Jahr das Ausatmen folgt. Es findet also ein stark verlangsamer Impuls der Digitalis Blätter statt. Ganz im Gegensatz zu dem rhythmischen Blütenaustrieb, wobei Blühen, Fruchten und Reifen schnell aufeinander folgen und somit das Pendant zu dem schnelleren Herzkreislauf bilden.

In der heutigen Medizin wird der Fingerhut, bzw. die in den Blättern enthaltenen Glycoside wie Digitoxin, Gitoxin und Digoxin bei Herzinsuffizienz und Vorhofflimmern angewendet. Es wird jedoch oft beschrieben, wie außerordentlich genau die Dosierung sein muss, da die Wirkstoffe eine sehr geringe therapeutische Breite aufweisen, also nur einen sehr kleinen Spielraum zwischen keiner Wirkung und einer sehr starken Wirkung. Die Auswirkungen sind bei jedem Menschen verschieden.

4. Diskussion und Reflektion

Kann ich am äußeren Erscheinungsbild, mittels meiner sinnlichen Wahrnehmung und meines Denkens die Heilfähigkeiten einer Pflanze ergründen?

Mit dieser Frage habe ich mich auf die Reise begeben und mich durch Bücher, lange vergangene Schriften und Landschaften bewegt und immerzu die zwei auserwählten Pflanzen innerlich mitgetragen.

Dadurch ist eine Beziehung entstanden, ein tieferes Verständnis dieser Zwei. Gerade beim Spitzwegerich war es sehr einfach, da er, wenn einmal die Wahrnehmung für ihn geschärft ist, fast überall zu finden ist. In den unterschiedlichsten Gegenden und in vielfältigsten Gestalten ist er zu finden und doch immer als Spitzwegerich zu erkennen, auch wenn er mal groß und sehr kräftig dasteht und mal ganz winzig klein und schmal. So kann ich die Mythen von Parcival und Persephone gut nachvollziehen und somit die in ihnen geschilderte wichtige Rolle, die diese Pflanze für die Menschen einnimmt.

Mein Ziel, einen tieferen Zugang zur Pflanzenwelt überhaupt zu schaffen, ist in diesem Rahmen für mich erst einmal zufriedenstellend und die Beschäftigung mit dieser hat mir viel Freude bereitet.

Dennoch ist die an den Anfang gestellte Frage für mich nicht ganz beantwortet, da es mir an vielen botanischen Grundlagen und einer tieferen Kenntnis der Pflanze und auch des Menschen fehlte.

Denn um etwas spezifisches, ganz Eigenes einer Pflanze erkennen zu können, muss man das „Normale“ der Pflanzenwelt oder der Pflanzenfamilie gut kennen. Ebenso ist es mit dem Menschen und seiner Gesundheit. Auch hier ist es unumgänglich sich mit dem Wesen des Menschen intensiv zu beschäftigen um dann, aus einem tiefen Verständnis heraus, die passende Heilpflanze für den jeweiligen Menschen und seinen Krankheitsprozess finden zu können.

Ein weiterer Aspekt ist die Zeit und die sehr häufige Hinwendung zur eigenen Frage und Forschung, welche mir gefehlt haben und nicht die Intensität bekamen, die nötig wäre. Trotzdem denke ich, dass mit der aufgezeigten Methode von Bockemühl und mit zusätzlicher intensiver Auseinandersetzung mit den beschriebenen Themen über einen längeren Zeitraum viel erreicht werden kann. Für mich sind die Denkübungen sehr hilfreich gewesen und vor allem die erste Übung, die Begriffsmeditation, erachte ich als außerordentlich wichtig, um beweglich und lebendig im Denken zu werden und das doch recht starre Bild was wir den Pflanzen unterstellen, in Bewegung zu bringen.

Die künstlerische Auseinandersetzung mit den Pflanzen hat, da wo sie erfolgte, sehr gut geklappt und schärferes Wahrnehmen gefördert. Doch könnte man noch viele weitere Wege ausprobieren, sich mit Mensch und Pflanze vertraut zu machen und grade die künstlerische Herangehensweise kann außerordentlich vielfältig sein.

Ich habe durch diese Arbeit und Beschäftigung mit dem Thema Heilpflanzen sehr viel lernen und staunen können und konnte außerdem viel von dem was im Studienjahr besprochen wurde einfließen lassen. So war einiges ganz neu für mich, vor allem was die beiden

spezifischen Pflanzen angeht, und Anderes eine vertiefende Wiederholung.

Ich denke nun ist eine gute Grundlage geschaffen, um mich präziser der Eingangsfrage widmen zu können und noch viel mehr in die Beobachtung und Übung zu gehen.

Zu Beginn dachte ich, dass diese mir gestellte Aufgabe leichter sei und mir war nicht ganz bewusst, in wie viele verschiedene Richtungen noch geschaut werden kann, die alle noch dazu gehören.

So ist für ein Verständnis der Pflanze, auch ein Verständnis ihrer sie umgebenden Welt von Bedeutung. All dessen, was über ihr ist, was unter ihr ist. Die Art und Weise des Anbaus von Heilpflanzen ist ein weiteres sehr entscheidendes Thema für ihre Heilkraft.

So gibt es noch viel viel mehr, worin sich eine Vertiefung anbietet um sich immer mehr dem Wesen der Pflanze zu nähern und ihr in der Art und Weise der Betrachtung immer gerechter zu werden.

6. Literaturverzeichnis

Bockemühl, Jochen: Ein Leitfaden zur Heilpflanzenerkenntnis, Band 1

Bockemühl, Jochen: Ein Leitfaden zur Heilpflanzenerkenntnis, Band 2

Kalbermatten, Roger: Wesen und Signatur der Heilpflanzen, Die Gestalt als Schlüssel zur Heilkraft der Pflanzen. 8. Auflage 2013

Ewald, Dr. Elisabeth: Pflanzenkunde, 2. Band. 4. Auflage. 1957.

Simonis, Dr. med. Werner Christian Simonis: Medizinische-botanische Wesensdarstellungen einzelner Heilpflanzen. Band 1 und 2, 1981

Girke, Matthias: Innere Medizin. Grundlagen und therapeutische Konzepte der Anthroposophischen Medizin. 1. Band. 3. Auflage 2020

Meyer, Ulrich & Pedersen, Peter Alsted: Anthroposophische Medizin. Grundlagen, Herstellungsprozesse, Arzneimittel. 1. Auflage 2017

Hauschka, Rudolf: Substanzlehre. Zum Verständnis der Physik, der Chemie und therapeutischer Wirkungen der Stoffe. 12. Auflage 2007.

Steiner, Rudolf: Die Geheimwissenschaft im Umriss. 11. Auflage 2017

Sommer, Markus: Heilpflanzen. Ihr Wesen, ihre Wirkung, ihre Anwendung. 2013

Spieß, Hartmut: Fingerhut verbessert Kaliwirkung. Lebendige Erde 1/2003

Husemann, Friedwart: Digitalis purpurea und die Herzbewegung. Der Merkurstab 1986, Jahrgang 39.

Wikipedia, <https://de.wikipedia.org/wiki/Spitzwegerich>, 11.06.2024

Wikipedia, https://de.wikipedia.org/wiki/Roter_Fingerhut. 23.07.2024

