



Liebe Leserin, lieber Leser!

Der Herbst kommt, die Tag- und Nachtgleiche steht vor der Tür. Licht und Dunkel halten sich wieder einmal die Waage. Das Dunkel wird zunehmen, ja, aber nur für eine gewisse Zeit, bis zur Wintersonnenwende; dann muss es den Rückzug antreten. Wir wissen das – und dies Wissen tröstet uns und erlaubt uns, diese Zeit der Einkehr und der Stille, die kommt, auch auszukosten und zu genießen.

Es kann nicht immer Sommer sein, und es kann auch nicht Winter bleiben, nein – auch das nicht. Unsere dreidimensionale Welt ist eine der Polaritäten. Jeder Sommer findet seinen Winter und umgekehrt, jeder Tag seine Nacht, jeder Krieg seinen Frieden, jedes Unglück Trost und Erleichterung, jeder Sieg kennt seine Niederlage und jedes Leid seine Heilung. Wenn wir nur einmal wirklich hinhören, hinsehen würden! Für jedes weiße Pferd, das wir reiten, macht sich auch irgendwo ein schwarzes auf den Weg. Das kann nicht anders sein und ist in der göttlichen Ordnung.

Wenn wir mal die Nachrichten, die meist nur das schwarze Pferd sehen, außer Acht lassen und uns umschaun, umhören in unserer näheren und weiteren Umgebung und in Medien, die nach anderen Prinzipien funktionieren als „only bad news is good news“, dann können wir beide beobachten.

Wir sind auf dem Weg ins Wassermann-Zeitalter, und unterwegs zeigen sich die dunklen Fratzen, die wir bis hierher manifestiert haben, noch einmal besonders auftrumpfend und hie und da erschreckend.

Was uns besonders schwer fällt, ist, zu akzeptieren, dass es vollständige Sicherheit in den äußeren Umständen nicht gibt und auch nicht geben kann. Ja, ich bin auch anfällig für Panik, wenn etwas Unvorhergesehenes geschieht. Das ist menschlich, und das gestehe ich mir zu. Ich muss aber dann nicht Sündenböcke suchen, sondern kann stattdessen versuchen zu verstehen, was eigentlich wirklich vor sich geht und warum und was ich dazu beitrage. Wenn ich ehrlich bin und genau hinsehe, sehe ich kaum einmal irgendwo böse Absichten, sondern Unsicherheit, Angst, Scham, Misstrauen, Orientierungslosigkeit und Sorge. Ist das verwerflich und zu bekämpfen? Nein! Ich finde das alles auch in mir. (Das heißt nicht, mit allem einverstanden zu sein.) Und also versuche ich, all diese Anteile in mir zu heilen. Das braucht Geduld und Liebe mit mir selbst – und ebenso mit anderen.

Jetzt ist die Zeit der Heilung. Ich wünsche Dir allen Segen der Geistigen Welt!

Eure Cornelia

Schlehdorn, *Prunus spinosa* (L.) – Familie der Rosengewächse

Der Schlehdorn, auch Schwarzdorn, Hagedorn oder Heckendorn, ist in ganz Europa, Vorderasien bis zum Kaukasus und in Nordafrika zu Hause. Auch in Nordamerika und Neuseeland ist er eingebürgert. In unserer Region wächst er verbreitet in Hecken, zusammen mit Berberitzen, Haselsträuchern, Heckenrosen und Weißdorn, Pfaffenhütchen und Hartriegel. Der Schlehdorn vermehrt sich durch Samen und Wurzelausläufer und kann dichte Bestände bilden. Seine Seitentriebe stehen fast rechtwinklig von den Zweigen ab und enden in Dornen, sodass eine Schlehenhecke ein undurchdringliches Gestrüpp werden kann, das Schutz und Nahrung bietet für



allerhand Kleintiere und Vögel. Der Strauch kann 40 Jahre alt und bis zu 3m hoch werden, unter Umständen auch als niedriger, mehrstämmiger Baum wachsen.

Im Gegensatz zum Weißdorn blüht der Schwarzdorn, bevor die Blätter erscheinen. Das reine Weiß der Blüten und das Schwarz der Zweige und Äste bilden dann einen starken Kontrast. Ab Ende März zeigen sich die Hecken in weiße Blütenwolken gehüllt.



Die blauschwarzen Früchte, die bereift sind wie die Zwetschgen und auch aussehen wie kleine Zwetschgen, reifen im September und Oktober. Sie enthalten 10 % Gerbstoffe, was sie sehr herb macht. Darum werden sie meist erst nach der ersten Frostnacht (die sich freilich in der Gefriertruhe imitieren lässt) geerntet. Dann sinkt der Gerbstoffgehalt auf die Hälfte.

Schlehen werden schon seit Jahrtausenden gegessen. In Sipplingen am Bodensee hat man in einer Schicht aus der Zeit um 3300 v.u.Z. durchbohrte Schlehenkerne gefunden, die womöglich als Kette getragen wurden.



Die Blüten werden im März und April gesammelt und als mildes Abführmittel verwendet. Der Tee ist auch für Kinder geeignet. Er regt außerdem die Tätigkeit des gesamten Stoffwechsels und besonders Blase und Nieren an. Die Früchte sind ein wunderbares Stärkungsmittel, das nach Grippe und anderen Infektionskrankheiten die Lebensgeister wieder weckt, z.B. in Form von Mus oder Saft. Will oder kann man ihn nicht selbst bereiten, so gibt es gute Fertigprodukte im Handel. Die Beeren helfen wegen des Gerbstoffgehaltes auch bei Durchfall und bei Zahnfleischentzündungen oder Zahnfleischbluten.



Wenn Du gern die Früchte selbst sammeln willst, so solltest Du Dich jetzt auf den Weg machen, ehe die Vögel alle geerntet haben. Auf der Schwäbischen Alb gibt es viele Schwarzdornhecken.

Als unsere Vorfahren sesshaft wurden und Ackerbau zu betreiben begannen, rodeten sie kleine Inseln im Wald, die sie für einige Zeit nutzten, um dann weiterzuziehen,

wenn die Bodenfruchtbarkeit nachließ. Diese Rodungsinseln ließen sie von Dornenhecken umwachsen, um ihre Pflanzungen und sich selbst vor den Tieren des Waldes zu schützen. Die Hecken stellten also die Grenze dar zwischen Zivilisation und Wildnis, aber auch zwischen dem überschaubaren, dem Verstand zugänglichen Reich des Alltagsbewusstseins und der Anderswelt. Diesen Hecken verdanken wir den Begriff der Hexe, der „Hagazussa“, der Heckensitzerin, die hier wie da sich gleichermaßen zurechtfindet und hin und her wechseln kann. Die Heckensitzerin war die Schamanin der Gruppe. Sie wurde erst infolge der Christianisierung dämonisiert als böse Zauberin.

Wenn in dir das Unterste zuoberst gekehrt wird

Spirituelles Erwachen: Was ist das? Wie zeigt es sich? Welche Symptome können auftreten? Und wie kannst Du damit umgehen?



Wir leben unbestritten in einer extrem herausfordernden Zeit. Mehrere Krisen, jede für sich schon komplex genug, überlagern sich. Wir müssen uns darauf einstellen, dass es einfache Lösungen nicht gibt. Wir können aber auch nicht mehr leugnen, dass wir nicht weitermachen können wie bisher. Das versetzt uns individuell und kollektiv in einen Ausnahmezustand. Fragen tauchen auf: Was tue ich hier eigentlich? Warum bin ich hier? Bin ich am richtigen Platz? Was ist meine Aufgabe? Was will ich beitragen? Wie kann ich Teil der Lösung werden? Und die

wichtigste Frage: Wer bin ich eigentlich?

Dieses „Wer bin ich?“ erschöpft sich ja nicht in Auskünften wie Deinem Namen, dem Beruf, dem Wohnort oder dem Alter oder Familienstand. Das geht viel weiter. Bin ich jemand, der/die Frieden oder Liebe ausstrahlt? Bin ich jemand, der Wissen vermehrt oder vermittelt? Bin ich jemand, der für Klarheit und Orientierung sorgt? Bin ich jemand, der Weisheit sammelt? Bin ich jemand, der Unterstützung, Fürsorge oder Anleitung schenkt. Bin ich jemand, der Verbindung und Verständigung stiftet? Bin ich jemand, der sich um Versorgung kümmert? Um Heilung? Bin ich jemand, der Dinge erschafft, die andere benötigen oder erfreuen? (Das sind nur Beispiele.) Und wenn ich das alles weiß, bin ich das dann? Oder ist da noch mehr? Bin ich mein Körper? Oder bin ich noch etwas jenseits meines Körpers? Wo war ich vor meiner Geburt, und wo werde ich sein, wenn mein Körper im Grab ruht?

Wenn Du dich auch mit solchen Fragen herumschlägst, die sich einfach nicht mehr zum Schweigen bringen lassen, dann ist auch für Dich die Zeit des Erwachens gekommen. Das ist ein langwieriger Prozess, der manchmal, wenn Du eine Antwort gefunden hast, zu einem Hochgefühl führt, das Dich mit einem Mal ganz weit und froh macht, genauso oft aber in Zweifel, Ängste und Unsicherheit stürzt, alte Traumata aus der Kindheit (oder noch ältere) an die Oberfläche spült, überwunden geglaubte Konflikte noch einmal auf die Tagesordnung setzt und Dich überhaupt gehörig durcheinanderwirbelt.

Da ist es gut zu wissen, was eigentlich mit Dir los ist, dass Du nicht der/die Einzige bist, und wie Du konstruktiv damit umgehen kannst.

Wenn Dich das interessiert, komm in meine Gesprächsrunde am Donnerstag, den 24. September 2020 um 20 Uhr in der Begegnungsstätte „Hirsch“, Hirschgasse 9 in Tübingen. Melde Dich an (coronabedingt ist das nötig) unter 07071 360286 oder corn.blume@freenet.de!

~ Herbstbild ~

Dies ist ein Herbsttag, wie ich keinen sah!
Die Luft ist still, als atmete man kaum,
Und dennoch fallen raschelnd, fern und nah,
Die schönsten Früchte ab von jedem Baum.

O stört sie nicht, die Feier der Natur!
Dies ist die Lese, die sie selber hält,
Denn heute löst sich von den Zweigen nur,
Was von dem milden Strahl der Sonne fällt.

Friedrich Hebbel



*“Aquilegia” – Praxis für WiederEinStimmung, HP Cornelia Blume, Liegnitzer Str. 2/1
72072 Tübingen, Tel. 07071 360286, mail: corn.blume@freenet.de
www.cornelia-blume.de*