

Liebe Freundin, lieber Freund!

Hurraaa! Das neue Jahr nimmt Fahrt auf. Das 1. Jahreskreisfest Imbolc steht an. Das Licht kehrt zurück. Hast Du es schon bemerkt? Abends wird's schon deutlich später dunkel und morgens auch früher hell. Sogar die Vögel zwitschern schon ab und zu ein bisschen!

Dies Fest ist Brigid gewidmet, in christlichem Zusammenhang Hl. Brigid von Kildare genannt. Brigid ist die dreifache Göttin der irischen Erde. Ihr ist das Feuer zugeordnet. Sie ist die Patronin der Schmiede und der Dichter, die alle mit Feuer arbeiten.

In einem Lied lautet die zweite Strophe:

*„Let me find my way to the fire,
let me find my way to the fire!
In Brigid's sacred fire
let me find my heart's desire.
Let me find my way to the fire!“*

Um welches Feuer geht es da? Um das Verlangen, die Sehnsucht danach, zu tun, was meins ist, zu sein, die ich bin. Wer bist Du also und was ist das, was Du tun willst, beitragen willst für uns alle! Hast Du schon entdeckt, was Deine Seele will, dass Du tust, hast Du JA dazu gesagt, und bist Du zur Hingabe bereit? Wenn nein, so wäre jetzt eine gute Zeit, um Deinem Herzen zuzuhören und zu erfahren, was Dein inneres Feuer weckt. Du, Dein Feuer, Dein Beitrag werden jetzt gebraucht, damit wir alle zusammen eine neue Welt erschaffen können. Dabei ist es völlig gleichgültig, was es ist: Der größte, sichtbarste Beitrag wiegt nicht schwerer, ist nicht wertvoller als der kleinste, den fast niemand wahrnimmt – für das Ganze kann nicht auf den allerkleinsten Teil verzichtet werden.

Und so hoffe ich, dass Du Dein Feuer aufflackern lässt jetzt in dieser krisenhaften Zeit des großen Wandels. Tu einen Schritt nach dem anderen, jeden Tag den, der gerade dran ist, ohne Furcht! Du wirst Freude und Erfüllung ernten. Und vergiss nicht, Dich nach Gemeinschaft umzusehen, in Gemeinschaft ist alles leichter!

Ich freue mich darauf, Dein Feuer leuchten zu sehen.



Gemeiner Efeu – *Hedera helix L.* – Familie der Araliengewächse

Jeder kennt ihn. Oder jeder meint, ihn zu kennen. Doch der Efeu ist anders als andere Pflanzen, und man muss genau hinschauen, um zu sehen, was der Efeu ist.

Klar ist: Er ist ein immergrünes rankendes Gewächs, ein Halbstrauch, ein Strauch, ja sogar baumförmig wächst er. Er kann Häuser vollständig zudecken, ebenso Bäume und Sträucher. Er kann große Flächen begrünen, indem er am Boden entlang wächst. Eine Efeupflanze kann bis zu 450 Jahre alt werden und bis 30 Meter hoch. Man findet sie bis in Höhenlagen von 1180 Metern

Kannst Du die Form seiner Blätter beschreiben? Ja, so sieht es aus:



Aber dann sieht es auch wieder so aus:

Ja, wie denn nun?

Des Rätsels Lösung: Efeublätter gibt es in einer Jugendform (links) und in einer Altersform (oben rechts).

Wie sehen die Blüten aus? Hast Du schon einmal darauf geachtet? Und wann blüht er überhaupt? Ja, richtig: Er blüht von September bis Oktober! Was ist das für eine Pflanze, die im Herbst blüht und im Frühjahr – genauer von Januar bis April – fruchtet?



Dieser Vegetationsrhythmus gegen die Norm war für die alten Heilpflanzenkenner eine Signatur. Es handelt sich um eine Heilpflanze für die Zeit des Alters, nicht der Jugend. Darum ist es befremdlich, wenn sich Efeu als Bestandteil in einem Hustenmittel für Kinder befindet. Da gibt's Besseres.

Efeu ist als immergrüne Pflanze ebenso wie Immergrün, Buchs, Tannen und Fichten und Thuja usw. ein Symbol für das Überdauern des Lebens über den Winter, aber auch über den Tod hinaus. Zugleich hat Efeu auch etwas Düsteres in seiner Ausstrahlung. Er liebt alte Bäume, alte Gemäuer. Wo er sich im Wald von selbst ansiedelt und Bäume erklimmt, ist er ein Zeiger für Wasser im Untergrund. Auch von Verwerfungen fühlt er sich angezogen. Wo er natürlicherweise gedeiht, ist also

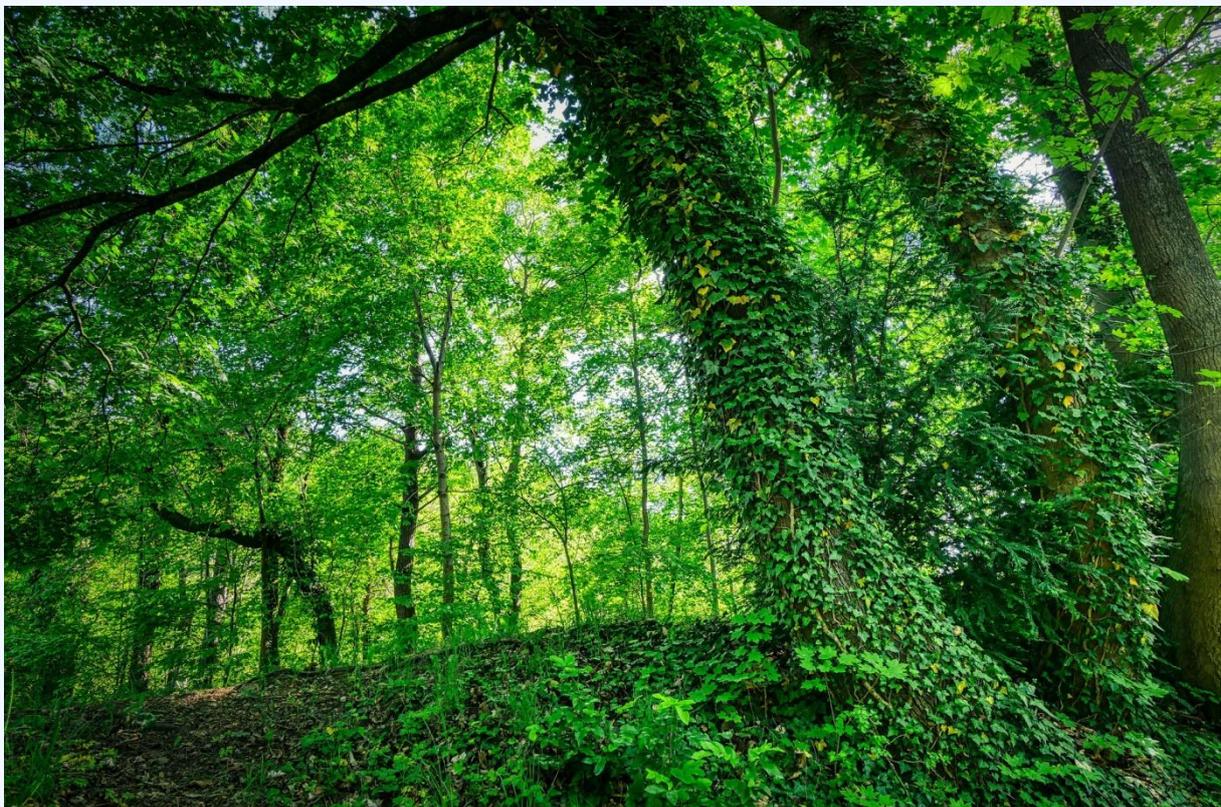


möglicherweise kein so guter Aufenthaltsort für Menschen.

Der Efeu ist selbstinkompatibel, d.h. es ist genetisch verhindert, dass er sich selbst bestäubt. Er ist auf Insekten angewiesen. Und es gibt Hunderte von Arten, die ihm diesen Dienst tun, da er ja zu einer Zeit blüht, wo es sonst nicht viel gibt. Über die Früchte freuen

sich im Frühjahr die Vögel, besonders Amseln und Stare, Gartenrotschwanz und Rotkehlchen, auch die seltene Mönchsgrasmücke. Auf diese Weise werden die Samen verbreitet.

Es wird vielfach behauptet, dass der Efeu den Baum, den er bewächst, schädigt, erdrosselt, ihm die Nahrung nimmt. Damit tut man dem Efeu aber unrecht. Er bildet am Baum hauptsächlich Haftwurzeln und nur selten Nährwurzeln, die dann unter die Rinde dringen. Er wechselt sein Blätterkleid kontinuierlich, aber vor allem im Frühjahr, und gibt somit dem Baum ständig Nachschub für die Humusschicht und verbessert das Bodenleben. Kleinen schmalen Bäumen kann er das Licht wegnehmen, aber bei großen, ausgewachsenen ist das nicht zu befürchten.





Auch Hausfassaden haben von ihm eigentlich nichts zu fürchten. Wenn die Fassade aber schon Risse aufweist, kann er sie vergrößern. Und das Gewicht seiner Biomasse ist nichts für zierliche Fassadenelemente oder Wärmedämmverbünde.

Alle Pflanzenteile sind leicht giftig. Versehentliche Vergiftungen sind nicht zu befürchten; dazu schmecken Blätter und Früchte für menschliche Zungen zu bitter. Aber immerhin hat in früheren Zeiten der Efeu als Abtreibungs- und Verhütungsmittel gedient. Heute wird er – wie oben schon angedeutet – hauptsächlich bei Bronchialerkrankungen verwendet, um Schleim zu lösen und das Abhusten zu erleichtern, auch um Reizhusten zu stillen. Eine Überdosis kann die Schleimhäute auch reizen – aber siehe oben: zu bitter!

Der Gemeine Efeu war die Heilpflanze des Jahres 2010.

Kontakt zur Natur

Sehnst Du Dich auch danach? Aber was bedeutet das, Kontakt zur Natur? Was ist überhaupt Natur? Ist es das Waldstück, in dem Du Joggen gehst, wenn Du Zeit hast? Die Stelle am Fluss, wo Du im Sommer gern sitzt und dem Wasser beim Vorbeifließen zuschaust? Der Vogel, der Dich am Frühlingsmorgen mit seinem Gesang erfreut? Und was bedeutet es, in Kontakt zu sein?

Nimm Deine rechte Hand, streiche mit ihr über Deine linke, fühle die Wärme der Haut, ihre Textur, die Bewegung der Sehnen, die Blutgefäße unter der Haut! Da hast Du Kontakt mit der Natur. Denn Du bist auch ein Teil der Natur. Was fühlst Du, wenn Du Dich selbst so aufmerksam berührst? Befremden? Ehrfurcht? Ekel? Bewunderung? Etwas anderes? Oder nichts?

Geh hinaus in den Wald und berühre die Rinde eines Baumes, so wie Du Deine Haut berührt hast! Wie fühlt sie sich an? Wenn Du sehr aufmerksam bist, kannst Du vielleicht das Leben darunter spüren. Wie riecht die Rinde? (Da brauchst Du vielleicht ein paar Atemzüge, bis Dein Geruchssinn das wahrnimmt.) Wie sieht sie aus? Sieht die Rinde eines anderen Baumes anders aus? Riecht sie anders, fühlt sie sich anders an?

Bücke Dich und schiebe das alte Laub am Boden ein wenig zur Seite. Grabe Deine Finger in den Humus! Was spürst Du da? Ist es warm, kalt, feucht, trocken, krümelig oder fest? Magst Du das ertasten, oder ist es Dir unangenehm? Ist die Erde schmutzig? Findest Du kleine Lebewesen in dem Stückchen Erde vor Dir? Fühlst Du Dich wohl, wenn Du den Humus spürst? Was löst die Berührung in Dir aus? Was für Gedanken gehen Dir durch den Kopf? Oder welche Gefühle tauchen auf?

Kannst Du Dir vorstellen, dass der Baum, dessen Rinde Du berührt hast, auch Dich

wahrnimmt? Und wenn es so wäre, was würde das bedeuten? Die Vögel sehen und hören Dich, die Eichhörnchen auch und ebenso der Fuchs oder der Dachs, der vielleicht in der Nähe ist, ohne sich von Dir sehen zu lassen. Aber die Bäume? Haben sie auch Wahrnehmungsorgane? Die Sträucher und krautigen Pflanzen? Wissen die, dass Du da bist? Fühlen die Deine Haltung zu ihnen? Wenn Du wüsstest, dass es sich so verhält, würde das etwas ändern? Und würdest Du dann wissen wollen, was der Baum wahrnimmt, was er vielleicht sogar fühlt?

Kannst Du Dir vorstellen, dass die Natur oder einzelne Elemente darin zu Dir Kontakt aufnehmen, dass sie Dir eine Mitteilung zukommen lassen? Wenn das möglich wäre, würdest Du Dich darüber freuen? Oder wäre das erschreckend für Dich?

Haben wir nicht manchmal sogar in unserer eigenen Wohnung den Eindruck, dass die Gegenstände, die uns umgeben, uns Botschaften zukommen lassen? Oder warum läuft gerade jetzt die Waschmaschine aus und verursacht Überschwemmung im Badezimmer, wo wir doch gerade uns so bemühen, unsere aufgewühlten Gefühle unter Kontrolle zu bekommen? Warum stürzt gerade jetzt der Computer ab, wo die Deadline für die abzuliefernde Arbeit so nah gerückt ist, dass wir nicht mehr wissen, wo uns der Kopf steht? Eben! Und wie viel mehr könnte das die lebendige Natur in und um uns!

Kontakt bedeutet, uns wirklich einzulassen. Das ist mit Bäumen oder Eidechsen oder Wespen nicht anders als unter uns Menschen. Unser Herz öffnen. Und das ist nicht digitalisierbar – Göttin sei Dank!



Euer

Cornelia

*„Demeters Garten“
Cornelia Blume
Liegnitzer Str. 2/1
72072 Tübingen
Tel. 07071 360286
corn.blume@freenet.de*