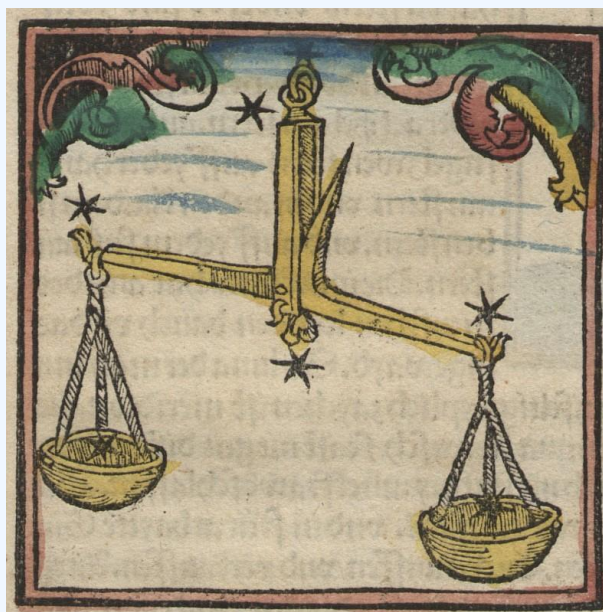


Liebe Leserin, lieber Leser!

Wir stehen auf der Schwelle. Tag- und Nachtgleiche, genannt Mabon. Die Sonne geht in das Tierkreiszeichen Waage. Es ist der Augenblick des Gleichgewichts, bevor Erzengel Michaels Waage sich zur Nacht, zum Winter hinneigt. Wir wenden uns vom Außen weg nach innen. Frau Holle lädt uns ein, in den Brunnen zu tauchen und Goldmarie und Pechmarie, die hellen und die dunklen Aspekte unserer selbst zu erkunden, zu integrieren und zu heilen.

Das uns bekannte Märchen ist an dem Punkt verderbt. Es trennt die gute von der faulen Marie. Es schafft und verfestigt die Zweiheit, die Dualität von Gut und Böse. Aber die beiden Extreme sind nicht getrennt. Sie sind in jedem und jeder von uns und warten auf ihre Erlösung im Sinne von Wiedervereinigung und Aufhebung. Es sollte nicht heißen „... und erlöse uns von dem Bösen ...“, sondern „... und erlöse das Böse in uns aus der Trennung und heile es!“



Wohin die Trennung führt, erleben wir gerade im Außen sehr deutlich. Sie führt uns in die Irre! Das Böse lässt sich nicht bekämpfen, und schon gar nicht im Außen! Man kann es natürlich versuchen ... Gelingen ist jedoch nicht zu erwarten.

Die Früchte des Sommers, die Ernte unserer Arbeit, können wir mitnehmen in den Abstieg. Sie nähren uns auf der dunklen Strecke unserer Reise und erhellen den Weg. Lasst uns Licht und Dunkel in uns mit der gleichen Liebe beleuchten, damit sich alles wandeln kann. Wenn uns das gelingt ... ich bin gespannt, was dann geschehen wird, auch außen.

Frau Holle wartet in der Unterwelt auf uns, wo sie die Seelen der Ungeborenen und die Samen der Pflanzen hütet und den Faden spinnt, aus dem das Leben des kommenden Frühlings gewoben wird.

Segen sei mit Euch!

Cornelia

Echte oder Gemeine Nelkenwurz

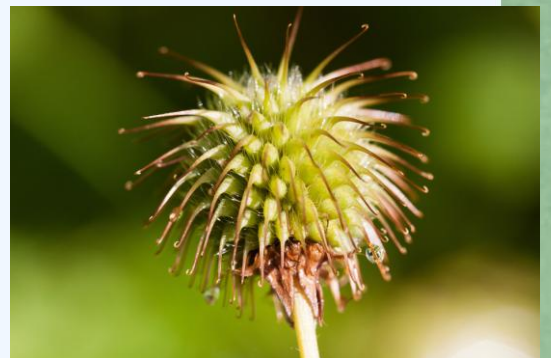
Geum urbanum aus der Familie der Rosengewächse (Rosaceae)



Die Nelkenwurz ist in Nordafrika, Westasien und ganz Europa verbreitet. In Australien und Neuseeland ist sie als Neophyt anzutreffen. Hier bei uns findest Du sie recht häufig. Sie mag durchlässigen, nährstoffreichen Boden in sonniger bis halbschattiger Lage und wächst gern in krautreichen Eichen-Hainbuchenwäldern und Auenwäldern, an Waldwegen entlang und auf Lichtungen. In den Alpen gedeiht sie bis in Höhen um 1000 m, auch auf 1320 m Höhe wurde sie schon gefunden. In meinem Garten ist sie „sehr verbreitet“, so dass ich darüber nachdenke, was sie da will.

Die Echte oder auch Gemeine Nelkenwurz ist ein ausdauerndes krautiges Gewächs. Sie wird um die 50 cm hoch, manchmal auch höher. Sie hat ein rübenartiges Rhizom und viele feine Wurzeln, aus denen eine grundständige Rosette aus verkehrt einförmigen, unpaarig gefiederten

Blättern wächst. Aus jeder Rosette erhebt sich ein aufrechter Stängel mit wechselständig angeordneten kleineren Blättern, die am Stängel sitzen. Am Ende verzweigt sich der Stängel und trägt einige kleine, leuchtend gelbe, fünfzählige Blüten. Das Gelb ist eher ein Zitronengelb, kein Goldgelb. Bestäubt werden sie von Fliegen, Schwebfliegen und Käfern. Auch Selbstbestäubung ist möglich. An jedem Blütenstand entwickeln sich dann kugelförmig angeordnete Nüsschen mit hakenförmigen Fortsätzen, die der Pflanze den Popularnamen Igelkopf eingetragen haben. Blütezeit ist hauptsächlich im Juli und August, aber auch früher schon kannst Du Blüten sehen und auch jetzt noch hie und da. Die Pflanze vermehrt sich durch Samen sowie vegetativ. Im Garten lässt sie sich auch durch Stecklinge vermehren – aber das ist nicht nötig, denn sie vermehrt sich ohnehin leicht. Die „Igelköpfe“ werden durch Tiere verbreitet, in deren Fell sie hängen bleiben.



Die Pflanze wird in der modernen wissenschaftlichen Phytotherapie nicht mehr eingesetzt, obwohl sie durchaus ihre Verdienste hat. Gesammelt wird hauptsächlich die Wurzel, und zwar jetzt im Herbst oder im Frühjahr, sowie im Hochsommer das blühende Kraut. Echte Nelkenwurz wirkt blutstillend, stopfend, herzstärkend,

zusammenziehend, nervenstärkend und verdauungsfördernd. Sie enthält Tannine (Gerbstoffe), Bitterstoffe, organische Säuren und in der Wurzel ätherisches Öl. Dabei handelt es sich um das Glykosid Gein, das sich bei Verletzung der Wurzel in Eugenol verwandelt, welches eben einen Duft nach Nelken verströmt. Daher der Name Nelkenwurz. Der Tee aus der Wurzel wirkt gegen zu starke Monatsblutung, gegen Durchfall, gegen innere Blutungen und bei Gicht und Diabetes. Du kannst mit ihm den Mund spülen, wenn Du Entzündungen an Mundschleimhaut oder Zahnfleisch hast. Bei Venenschwäche und Krampfadern helfen Umschläge.



Für den Tee setze 1 TL zerkleinerte Wurzel oder getrocknetes Kraut mit ¼ Liter Wasser an und lasse es zum Sieden kommen oder gieße das Kraut mit kochendem Wasser auf und lasse es 15 Minuten ziehen. Dann abseihen. 2 Tassen pro Tag.

Der Tee taugt auch als Fiebertee, wirkt aber nicht so stark wie Chinin. Ein Ansatz der Wurzel in gutem Weißwein hilft – schluckweise getrunken – bei verschiedenen Herzbeschwerden. Die jungen Blätter können im Salat gegessen werden.


In den Klöstern wurde Geum urbanum vielfach angebaut und war Bestandteil von Rezepturen für Kräuterliköre. Darum heißt die Pflanze auch Benediktenkraut. Ein weiterer Name ist Heil aller Welt, was darauf hinweist, wie geschätzt die Heilpflanze einst war.

„Homo homini lupus“?

„Der Mensch ist dem Menschen ein Wolf“, behauptete bekanntlich der römische Autor Plautus (in den „Asinaria“, d.h. „Eseleien“). Was wollte er damit sagen? Und was für ein Kuckucksei hat er uns damit ins Nest gelegt? Heute zitieren wir den Satz im Sinne einer (An-) Klage, dass Menschen einander Böses tun, einander bekämpfen. Aber tun Wölfe so etwas überhaupt?

Nein, natürlich nicht! Hier steht das Wort „natürlich“ einmal völlig zu recht, und „natürlich“ würden wir Menschen das auch nicht tun. Wölfe sind sozial, achten aufeinander, sorgen füreinander. Sie jagen gemeinschaftlich, wenn sie Hunger haben. Sonst ruhen sie, spielen, kümmern sich um die Jungen. Wie kommen sie zu diesem schlechten Ruf, der ihnen bis heute anhängt?

Es handelt sich offensichtlich um eine Projektion, denn wir Menschen tun einander Böses. Wir haben unsere Wildnatur völlig vergessen, sind vor lauter Zivilisation ganz und gar unlebendig geworden. Wir drücken mit unserem Leben nicht mehr aus, was wir im Kern, in der Essenz sind. Ja, wir wissen nicht einmal mehr wirklich, wer wir sind, und fallen orientierungslos auf jedes Konzept herein, das uns vorgesetzt wird,



lassen uns hierhin und dorthin treiben, wehren uns nicht einmal mehr, wenn unsere Lebensgrundlagen zerstört werden, ja wir machen sogar dabei mit!

Aber wir sehnen uns nach der Lebendigkeit, von der wir uns abgetrennt haben. Darum sind die Wölfe so ein Faszinosum. Wir wollen sein wie sie, nämlich ganz wir selbst; aber da wir uns das nicht eingestehen wollen, verteufeln wir die Wölfe, anstatt sie genau zu beobachten und von ihnen zu lernen. Die Wölfe, die wir hierzulande ausgerottet hatten, sind nach 150 Jahren zurückgekommen und wollen ihren angestammten Lebensraum wieder einnehmen. Werden wir ihnen den zugestehen – oder das, was davon noch übrig ist? Werden wir einen modus vivendi finden? Werden wir lernen, ihre Botschaft an uns und damit uns selbst zu verstehen? Die Rückkunft ist ein Angebot an uns und ein Zeichen der Hoffnung.

Lesetip: Clarissa Pinkola Estés, Die Wolfsfrau

Wölfin

Ich laufe.

Ich laufe.

Weit.

Immer weiter.

Nicht geradlinig, aber zielstrebig.

Ich suche meinen Gefährten.

Ich werde ihn finden.

Du sagst, mich steuere der Instinkt.

Und du sagst „nur“ davor, nur der Instinkt.

Ich bin ein geistiges Wesen wie du, im Leibe einer Wölfin.

Das Wesen, das ich bin, führt mich.

Wer führt dich?

Wohin bist du unterwegs?

Ich überquere Gebirge und breite Flüsse.

Hunger begleitet mich manchmal,
und Wachsamkeit ist mein Schutz.

Du siehst mich nicht.

Aber ich sehe dich.

Ich sehe, dass du nicht weißt, wohin du gehst,
weil du die Zeichen nicht siehst oder nicht sehen willst.

Du siehst den Abgrund nicht, der sich vor dir auftut.

Wer wird dich aufhalten?

Ihr habt uns gerufen.

Wir haben euch gehört

und uns auf den Weg gemacht.

Wir fragen euch:
Seid ihr jetzt bereit,
allem Leben Raum zu geben,
ohne es in das Raster
eurer überholten Vorstellungen zu zwingen?

Nichts bleibt, wie es ist.
Arten kommen, Arten gehen oder kehren wieder.
Was wisst ihr über die ewigen Reiche des Lebens?
Wir kommen, um euch zu fragen:
Könnt ihr euer eigenes wildes Leben wertschätzen?
Das nicht verwertbare, nicht einzuhegende, niemandem verfügbare?
Erlaubt ihr euch jetzt zu leben?

Ich bin dein Spiegelbild.
Ich verkörpere einen Teil von dir, den du nicht kennen willst.
Wenn du mich erschießt,
tötest du in dir selbst,
wovor du dich fürchtest.
Ich bin frei.
Ich bin, die ich bin.



Frau Holles Garten
Cornelia Blume
Liegnitzer Str. 2/1
72072 Tübingen
T. 07071 360286
corn.blume@freenet.de
www.cornelia-blume.de