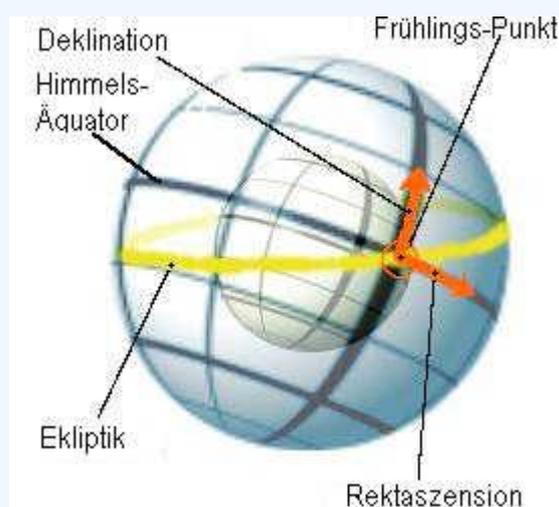


Liebe Leserin, lieber Leser,

es wird Frühling! Draußen ist es deutlich zu sehen. Und am 20. März um 10:01 Uhr geht (ging) die Sonne über die kosmische Spalte, die Grenze zwischen den Sternzeichen Fische und Widder, den Himmelsäquator. 0° Widder ist der Frühlingspunkt. Wir haben es geschafft: Hurra! Die Sonne steht jetzt senkrecht über dem Erdäquator, sie geht im Osten auf und im Westen unter. Ihr Auf- und Untergangspunkt wandern nun weiter nach Norden, bis zur Sommersonnenwende. Der Frühlings- und Herbstpunkt sind die Schnittpunkte des Himmelsäquators mit der Ekliptik,

In diesem Moment beginnt ein neuer Zyklus. Und alle astrologischen Befunde weisen darauf hin, dass die Veränderungen, die wir schon beobachten konnten bis hierher, sich intensivieren und beschleunigen werden.

(Siehe z.B. hier: <https://www.youtube.com/watch?v=XpSYM9AAKck>)



Darauf deuten auch die Finsternisse hin, die den Frühlingsbeginn umrahmen. Am 14. März gab es eine totale Mondfinsternis, und am 29. März wird der Mond die Sonne teilweise verdunkeln: eine partielle Sonnenfinsternis. Ein bisschen was davon können wir mit Glück sogar in Mitteleuropa sehen, um die Mittagszeit. Die Finsternisse lassen unbewusste Seeleninhalte möglicherweise schneller und heftiger aufsteigen, als sie das sonst täten. Welch ein Geschenk! Das Auspacken des Geschenks mag anstrengend oder unangenehm sein. Aber unsere Keller auf- und auszuräumen ist nun einmal das Beste, was wir für uns selbst und die Welt tun können.

Das nun beginnende astrologische Jahr steht unter der Herrschaft der Venus, eine Gelegenheit, die eigenen Werte zu erforschen, Schönheit zu suchen, Deine Beziehungen einer Revision zu unterziehen und Deine Fähigkeit zu lieben wahrzunehmen und zu entfalten. Venus verbindet Himmel und Erde, Sinnlichkeit und Transzendenz. Sie ist wie eine Leiter, auf der die Engel auf- und absteigen. Und Du kannst das auch. Und gleich zu Beginn des Jahres begegnet uns Venus im Zeichen Widder.

Wenn dieser Newsletter mit ein wenig Verspätung zu Dir gelangt, liegt das auch am Frühling: Ich nutze die sonnigen Tage für die nötigen Arbeiten im Garten, schneide z.B. die Rosen.

Cornelia

Kleines Immergrün, *Vinca minor* L. (Hundsgiftgewächse)

Das Immergrün ist das einzige Mitglied der Familie der Hundsgiftgewächse, das bei uns heimisch ist. Ansonsten ist die Familie in den Tropen zu finden.

In Mitteleuropa ist das Kleine Immergrün ein Kulturrelikt, das von den Römern eingeführt wurde. Sein Vorkommen weist häufig auf alte Siedlungsplätze, seien es römische oder mittelalterliche, hin. Albertus Magnus hat es erwähnt, nachgewiesen ist es seit dem 16. Jahrhundert, im Norden Deutschlands noch später.

Das Immergrün ist eine ausdauernde Pflanze; sie kann viele Jahre alt werden und in der Zeit eine große Fläche bedecken. Pro Jahr treibt sie Ranken, die sich an den Knoten wieder bewurzeln, von bis zu einem Meter Länge. Sie vertreibt andere Pflanzen. Ihre blauen oder violetten Blüten sind fünfzählig und erinnern an Windrädchen mit einem fünfzackigen Stern in der Mitte. Sie sind zwittrig. Hier in Mitteleuropa vermehrt sich das Immergrün hauptsächlich vegetativ und fruchtet nur selten.

Es blüht jetzt in lichten Buchenwäldern, an Waldrändern und in Hecken und am Fuß alter Burgen. Es trotzt dem Frost jahrzehntelang und verliert nie seine Blätter. Damit ist es eine Altersheilpflanze und dem Saturn unterstellt.



Seine wunderschönen blauen Blüten und die langen Ranken lassen aber auch an Merkur denken.

Wie andere immergrüne Pflanzen wurde es als Symbol des ewigen Lebens und ewiger Treue verstanden. Deshalb bekränzte man Tote damit (das Kraut verzögert tatsächlich die Verwesung) und ebenso Brautleute – aber bitte nicht mit

Ranken von derselben Pflanze! Die Wurzel hängte man Schulkindern um den Hals, damit sie in der Schule aufmerksam sind und gut lernen.

Damit sind wir schon bei den Wirkungen. Die Pflanze ist schwach giftig. Sie enthält 40 verschiedene Alkaloide, hauptsächlich Vincamin und Eburnamenin, insgesamt 0,2 bis 0,7 %, außerdem Terpene, Phenole, Flavonoide, Tannine, Phytosterin. Das Bundesgesundheitsamt hat 1987 die Zulassung dieser Heilpflanze widerrufen, da sich



im Tierversuch Blutbildschäden zeigten. Sie ist heute mehr oder weniger nur mehr als Homöopathikum im Handel.

Die Pflanze wirkt blutdrucksenkend, entspannt das vegetative Nervensystem und erhöht die Sauerstoffaufnahme des Gehirns und die Durchblutung der Augen und Ohren. Bei nachlassender Leistung dieser Organe im Alter oder nach Schlaganfällen und leichten Hirnverletzungen kann sie ihre Wirkung zeigen.

Äußerlich kann die Pflanze hilfreich sein bei Entzündungen, Abszessen, Geschwüren, Blutergüssen und frischen Wunden (als Auflage aus dem gequetschten Kraut oder mit starkem Tee). Gemischt mit Salbei ergibt sie ein gutes Gurgelwasser bei Halsentzündung.

Die Sonne

Wie sehr unser Leben von der Sonne abhängt, wissen wir – selbstverständlich. Aber zu keiner Zeit im Jahr können wir es so sehr und so eindringlich auch fühlen wie im beginnenden Frühling, wenn die Dunkelheit des Winters und mit ihr der Winterblues weichen und unsere Lebensgeister wieder erwachen. Die Sonne schenkt uns Licht, Wärme und den Rhythmus unseres Lebens, Tag und Nacht, die Jahreszeiten. Es nimmt nicht Wunder, dass unsere Vorfahren ebenso wie die Völker anderer Weltgegenden die Sonne als eine Gottheit verehrten: der Belenos der Kelten, Baldur bei den Germanen, Helios bei den Griechen, Ra in Ägypten, Sol bei den Römern, Mithras bei den Persern usw. Der römische Ehrentitel Sol invictus ist später sogar auf Christus übertragen worden, der ja zur Zeit der Wintersonnenwende geboren ist oder jedenfalls sein soll. Von der Sonne erhalten wir nicht nur das physische Licht, sondern auch das Licht des Geistes, die Weisheit.



Und so wie wir von der Sonne leben und ihre Gaben ins uns empfangen, so geht es natürlich auch den Tieren, den Pflanzen und den Mineralien. Es gibt in allen Naturreichen darüber hinaus Wesen, die eine besondere Beziehung zur Sonne haben. Sie entwickeln dadurch Eigenschaften, die sie befähigen, uns die Kraft der Sonne zu

vermitteln, wenn wir uns ihrer als Heilmittel bedienen. Sie helfen uns bei allen Zuständen, die durch einen Mangel an Wärme, an Licht und Rhythmus bedingt sind, als da wären z.B. die winterlichen Erkältungen, der Winterblues und depressive Verstimmungen überhaupt, gleich in welcher Jahreszeit sie auftreten. Aber auch der Verlust von Wärme und Rhythmus im Alter, degenerative Erkrankungen, Schwäche und mangelnder Lebenswille. Das Immunsystem ist eins der Aktionsfelder des Sonnenfeuers, sowohl seine Erschöpfung wie auch Überreaktionen bei Allergien. Weiter hilft Sonnenkraft bei Zuständen wie Burn-out, Rheuma, Angstzuständen und allen, die durch einen Mangel an Lebenskraft ausgelöst werden.



Welches sind nun die Heilmittel, die uns die Kraft der Sonne vermitteln?

Die Heilkundigen des Mittelalters und der frühen Neuzeit entwickelten die sog. Signaturenlehre, d.h. die Lehre von den sichtbaren (oder riech-, schmeck- oder fühlbaren) Zeichen, die auf die innewohnende Heilkraft hinweisen. Diese Kunst hat bis heute überlebt, auch wenn die akademische Medizin mit derlei Konzepten nichts anfangen konnte und kann. Die Heilanzeigen, die auf diesem Wege ermittelt wurden, wurden von der Labormedizin und ihren Methoden jedoch fast immer bestätigt.

Wenn Du diese Überlegungen im Sinn behältst, welche Pflanzen fallen Dir dann ein, die zu diesen Heilmitteln gehören könnten? Woran erkennst Du sie? Vielleicht an der sonnengelben oder goldenen bis orangenen Farbe? An der Form der Blüten, die der Sonne ähneln, also ein Korbblütler mit gelben oder orangenen Zungenblüten wie die Sonnenblume oder die Ringelblume? Genau! Es muss aber nicht die Farbe sein, sondern auch ein scharfer Geschmack, der Dir beim Essen einheizt, kann der Hinweis sein, wie bei Peperoni oder Ingwer. Oder die Brennnessel, die Dir ein Feuer auf der Haut entzündet. Am bekanntesten ist sicher das Johanniskraut, das die Seele erhellt bei Depressionen. Es blüht zur Sommersonnenwende und speichert den Sommer in seinen Inhaltsstoffen.



Bei den Tieren wäre es z.B. die Biene, die die Fähigkeit besitzt, im Stock immer die gleiche Temperatur von 37° zu halten, mag es draußen schneien oder Sommerhitze herrschen. Außerdem produziert sie goldenen Honig, der das Immunsystem stärkt und bei Entzündungen aller Art, also einem Zuviel an Hitze, hilfreich ist.

Und im Mineralreich? Da ist es vor allem das Gold, das das menschliche Ich stärkt (nicht das Ego) und die Selbsterkenntnis fördert. Oder der gelbe Schwefel, der den Körper durchwärmt und die Reinigungsprozesse anfeuert. Dann ist da der Phosphor,



dessen griechischer Name Lichtträger bedeutet. Er weckt die Lebensgeister, stärkt das Immunsystem und kann sogar im Geist für Lichtblitze sorgen.

Das sind nur ein paar wenige der Heilmittel der Sonne, derer es noch viel mehr gibt. Wer da mehr wissen will, dem empfehle ich das Buch „Heilmittel der Sonne“ von Margret Madejsky und Olaf Rippe (AT-Verlag), ein Buch, das schon beim Durchblättern den Funken anzündet, weil es so wunderbar gestaltet ist.



Und für die Praxis noch zwei Rezepte, ein ganz einfaches und ein elaboriertes. Das einfache ist die *Neunkräutersuppe*, das Rezept für diese Jahreszeit. Du kennst es wahrscheinlich schon.



Sammele hierfür pro Person eine gute Handvoll Kräuter. In Frage kommen Bärlauch, Brennnessel, Giersch, Taubnessel, Spitzwegerich, Gundelrebe, Vogelmiere, Schafgarbe, Brunnenkresse oder was Du sonst finden kannst. Als Topping kannst Du Gänseblümchenblüten und geröstete Brotwürfel verwenden. Zur Suppe bereite eine

Einbrenne, gieße sie mit Gemüsebrühe auf. Wenn sie die richtige Konsistenz hat, füge die feingehackten Kräuter hinzu und lasse sie in der heißen Suppe ziehen. (Manche kochen sie kurz mit, ich tue das nicht. Das bleibt Dir überlassen.) Runde die Suppe mit Crème fraîche ab und würze mit Salz und Pfeffer und vielleicht ein bisschen Muskatnuss. Guten Appetit.

Die Frühlingskräuter haben nicht alle Sonnensignaturen im engeren Sinne. Die Taubnessel ist z.B. eher eine Mondpflanze, besonders die weißblütige. Aber sie vermitteln alle die Frühlingskräfte und dürfen häufig gegessen werden. Das zweite Rezept sind die



Herztropfen für Frühjahrsmüde nach Rippe/Madejsky.

Adonis vernalis (Adonisröschen) D4

Aurum metallicum D 10

Crataegus (Weißdorn) Urtinktur

Primula veris (Echte Schlüsselblume) Urtinktur

Prunus spinosa (Schlehe) Urtinktur

je 20 ml

Über eine Apotheke von Spagyra.at bestellen und mischen lassen,

15-20 Tr. 2-3mal täglich

Noch ein Rezept, ganz billig oder sogar umsonst: Geh raus und lasse Dir die Sonne ins Gesicht scheinen. Wirkt auch oft Wunder.



*Cornelia Blume, Liegnitzer Str. 2/1, 72072 Tübingen, Tel. 07071 360286
corn.blume@freenet.de, www.cornelia-blume.de
auf Telegram: Frau Holles Garten*

