

Bärenklau

BOTANISCHER NAME	<i>Heracleum sphondylium</i>
ENGLISCH	Cow Parsnip
FAMILIE	Doldengewächse / Apiaceae
BLÜTEZEIT/BLÜTENFARBE	VII-X / weiß
UMGEBUNG	fette Wiesen

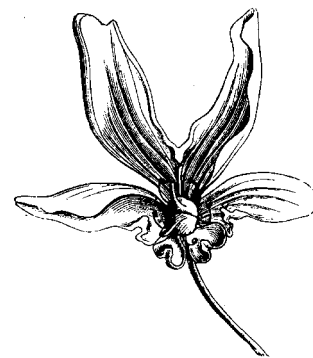


Fig. 199. Blüte von *Heracleum* mit zygomorpher Corolle (vergr.) (nach Sachs).

STICHWORTE **Vertrauen, Akzeptieren, Lebenssinn**

UNTERSTÜTZT unterstützt das Vertrauen in die Welt, das Einlassen auf sinnvolle Aktivitäten und Entspannung.

MUSTER DER STÖRUNG hilft, wenn die materiellen Belange des Lebens abgelehnt werden, weil sie im krassen Gegensatz zu Idealen und geistigen Prinzipien gesehen werden;

SEELISCHE ENTSPRECHUNG

Die Bärenklauessenz paßt für Menschen, denen es schwerfällt, sich mit der materiellen Seite des Lebens zurechtzufinden. Für sie ist es "natürlich", in geistigen Vorstellungen, Idealen und Gedankenkonstruktionen zu leben. Das kann dazu führen, daß sie mehr denken als leben und zu wenig dazu tun, ihre an sich sehr reichen geistigen Gaben "auf die Welt zu bringen". Die kennzeichnende Gefühlsfarbe liegt zwischen Überlegenheitsgefühl bzw. Hochmut und einer ängstlichen Verlorenheit. Die Schlüsselbegriffe für die Kraft des Bärenklaus sind Akzeptieren und Vertrauen. Das Leben eröffnet dann die Möglichkeit, es mit Sinn zu erfüllen und ihm eine spirituelle Ausrichtung zu geben. Es verliert sich der scheinbar so krasse Gegensatz zwischen Geistigem und Materiellem. Die Schlüsselbegriffe für die Kraft des Bärenklaus sind Akzeptieren und Vertrauen. In dem Maße, in dem das Leben, wie es nun einmal ist, akzeptiert und mit einem Vertrauensvorschuß bedacht wird, kann auch der Mensch lebendig werden. Das Leben öffnet seine „Innenansicht“, und darin zumindest die Möglichkeit, es mit Sinn zu erfüllen und ihm eine spirituelle Ausrichtung zu geben. Das Leben kann dann sein wie eine Reise, bei der die lehrreichsten und wunderbarsten Erlebnisse aus dem Widerständen, Unwägbarkeiten und Hindernissen erwachsen – allesamt Dinge, die wir im Voraus bei der Buchung niemals akzeptiert hätten.



Heracleum sphondylium.

Der Bärenklau ist eine häufige Pflanze in gutgedüngten feuchten Wiesen. Er ist eine Staude, d.h. er treibt aus einem ausdauernden Wurzelstock jedes Jahr seine schwach bis grob gefiederten Blätter. Diese sind recht variabel gezähnt und gelappt. Im Sommer kommt aus der Blattrosette der gefurchte hohle Blütenproß (bis eineinhalb Meter hoch), der von den typischen Blüten dolden gekrönt wird. Die kleinen Einzelblüten sind weiß, die am Rand der Dolde stehenden vergrößern ihre Blütenblätter, vor allen auch wiederum die nach außen weisenden. Die Pflanze besitzt einen eigenartig strengen Geruch, der leicht als unangenehm empfunden wird. Die Blätter gelten als gutes Viehfutter und können auch als Wildgemüse zubereitet werden, obwohl sie Stoffe enthalten, die (zusammen mit Sonnenlicht) auf der menschlichen Haut Entzündungen hervorrufen können. Diese sog. "Wiesendermatitis" ist aber beim Kontakt mit dem größeren Verwandten, dem bis drei Meter hohen Kaukasus-Bärenklau (*Heracleum mantegazzianum*), viel ausgeprägter.

Baldrian

Valeriana officinalis

Valerian

Baldriangewächse / Valerianaceae

VI/ rosa

Ufer, Gräben

BOTANISCHER NAME

ENGLISCH

FAMILIE

BLÜTEZEIT/BLÜTENFARBE

UMGEBUNG

Verwandlung, Wärme, Katalysator

STICHWORTE

zur Unterstützung von Veränderungen und Selbstwahrnehmung;
wenn man sich "häutet"

UNTERSTÜTZT

beim Gefühl, sich selbst oder den Mitmenschen entfremdet zu sein

MUSTER DER STÖRUNG

Der Baldrian ist als Blütenessenz eine Unterstützung bei Prozessen der Veränderung. Er hilft, sich aus festgefahrenen Zuständen zu befreien, in denen man wie hinter einer Maske verborgen lebt.

SEELISCHE ENTSPRECHUNG

Häufiger scheint der Baldrian Menschen zu betreffen, die viel von anderen aufnehmen und mittragen; hier ist er eine Hilfe, wieder "authentischer" zu werden, sich selbst besser zu erkennen und mehr sich selbst zu *sein*.

Baldrian bringt eine Qualität der seelischen Wärme ins Leben.

Hier, in dieser wärmenden Ausstrahlung, findet sich eine Eigenschaft dieses Pflanzenwesens wieder, die auch bei der Anwendung in der biodynamischen Landwirtschaft zur Anwendung kommt. Der vergorene Saft der Blüten ist eines von RUDOLF STEINER beschriebenen Kompostpräparate mit der ausgesprochen Eigenart, beim Versprühen eine "wärmende" Wirkung auf Pflanzen auszuüben, die sogar bis zum Schutz von z.B. Obstbaumblüten vor Spätfrösten geht. Bemerkenswerterweise sind alle Pflanzen, aus denen die biodynamischen Kompostpräparate bereitet werden (neben Baldrian sind das Eiche, Schafgarbe, Löwenzahn und Kamille) inzwischen auch als Blütenessenzen beschrieben (auch in diesem Buch) und bewährt und offenbaren ihr besonderes Potential damit auf so unterschiedlichen Gebieten wie der Förderung der Lebenskräfte im ökologischen Landbau wie der Unterstützung seelischer Prozesse von uns Menschen.



Der Baldrian liebt feuchten Boden und wächst so gerne in feuchten Wiesen, an Wassergräben und Waldrändern.

Aus der ausdauernden Wurzel treibt die Rosette unpaarig gefiederter Blätter, im Sommer dann der meterhohe Blüten sproß mit den doldenähnlichen Blütenständen, die rosa Blüten duften zart. Der Wurzelstock ist ein altbekanntes beruhigendes und entspannendes Mittel (in Form der Baldriantinktur); der typische Geruch entsteht erst beim Trocknen der Wurzel.