

Über die Goldrute

Die Pflanze des Monats

von Tanja Michaela Meyer

An dieser Stelle stehen Beiträge von Kräuterfachfrauen, die ihre „Pflanze des Monats“ in einem Vortrag im Kögl-Willms-Heilpflanzengarten in Rastede vorgestellt haben. Es sind Pflanzen aus der Region, die zu dieser Zeit ihre Kräfte und Fähigkeiten besonders stark entwickelt haben.

Sie ist zur Zeit fast überall anzutreffen: Die Goldrute. Jetzt, wo der Sommer sich langsam verabschiedet erfreut sie uns noch mal mit ihren strahlend gelben Blüten. Aus diesem Grund wird sie auch im Garten häufig angepflanzt. Sie ist einfach schön anzusehen! In den US-Bundesstaaten Nebraska (seit 1895) und Kentucky (seit 1926) ist sie deswegen wahrscheinlich auch zur Nationalblume gekürt worden.

Wir sehen schon, wir haben es mit einem weit verbreiteten Kraut zu tun!

Dabei ist es meistens nicht unsere heimische Art, die wir hier antreffen. Viel häufiger ist bei uns mittlerweile ihre kanadische Kusine (*Solidago canadensis* oder *Solidago gigantea*), als unsere heimische Sorte (*Solidago virgaurea*)!



Kanadische Goldrute

Vor ca. 250 Jahren haben sie Pflanzenliebhaber mit in den heimischen Garten gebracht, und von dort aus hat sie sich natürlich immer weiter verbreitet und sich ausgewildert. Einige Botaniker betrachten dies argwöhnisch, weil sie ja die heimische Flora verdrängt.

Ausserdem streiten sich die Autoren, welche Sorte nun heilkräftiger ist. Sie sprechen teilweise sogar von der „echten“ und der „falschen“ Goldrute!

Mag sein, dass die Inhaltsstoffe sich etwas unterscheiden, aber ich persönlich denke, dass es immer einen Grund hat, wenn Pflanzen sich hier so ausbreiten. Durch Energienetze sind wir mit alle mit allem und untereinander verbunden, ähnlich wie in einem Spinnennetz. Wenn sich an einer Stelle eine Fliege verheddert hat, überträgt sich die Schwingung auf das ganze Netz. Die Natur versucht immer, den Auszugleich zu schaffen und reagiert dementsprechend. Deswegen brauchen wir uns auch nicht zu wundern, wenn in unserem Garten auf einmal „Unkraut“ auftaucht, was vorher noch nicht da war. Wenn wir genauer hinschauen, werden wir feststellen, dass es etwas mit uns zu tun hat. Wir ziehen das an, was wir brauchen. Anscheinend ist diese Sorte für uns gold(ruten)richtig! Wie sagte es Paracelsus schon so schön? „Wo die Krankheit ist, wächst auch ein Kraut dagegen.“

Apropos Krankheit:

Die Goldrute ist ein sehr altes Heilkraut. Schon die alten Germanen nutzten es, daher nannte man es „heidnisch Wundkraut“. Der botanische Name lautet „*Solidago virgaurea*“. Das kommt aus dem Lateinischen und ist angelehnt an „*solidum agere*“= „das in der Verwundung getrennte wieder fest zusammenfügen“. „*Virgaurea*“ bedeutet soviel wie „goldene Rute“. Also heißt es: „eine goldene Rute, die Getrenntes wieder fest zusammenfügt“.

Sie wurde also traditionell als wundheilendes Kraut eingesetzt. Auch die Indianer taten dies, entweder mit dem frisch zerkleinerten Kraut, oder als Waschung mit dem Absud. Ein Kaltauszug (über Nacht) wirkt auch sehr gut. Ausserdem kauten sie bei Halsentzündungen die frischen Blüten und schluckten immer wieder den Saft hinunter.

Die mittelalterlichen Ärzte sahen in der gelben Farbe eine Signatur für den gesunden Harnstrahl, und so kam die Verwendung bei Blasen- und Nierenleiden. Mit der Goldrute kann man aber auch Wolle und Baumwolle gold-gelb bis bräunlich-gelb färben. Für blondes Haar lässt sich daraus eine tolle Haarspülung

herstellen, die den blond-Effekt noch unterstreicht: Eine Handvoll Goldrute (das ganze Kraut) mit ½ Liter kochendem Wasser überbrühen, 30 Minuten ziehen lassen, abseihen und als letzte Spülung verwenden (am Besten noch das Haar einige Zeit darin baden) und nicht mehr ausspülen.



Die moderne Wissenschaft hat die Goldrute natürlich auch untersucht, und viele Inhaltsstoffe gefunden, darunter: Saponine, Gerbstoffe, Bitterstoffe, Nikotinsäure, Phenylglykoside, ätherisches Öl, Natrium, usw. Sie wirkt deshalb wassertreibend, schleimlösend, wundheilend, stopfend und entzündungshemmend. Dadurch lassen sich viele Einsatzmöglichkeiten ableiten z.B. für Durchspülungstherapien bei Gicht und Rheuma, Nieren- und Blasenkrankheiten (Griess-/Steinbildung, Entzündungen), Entgiftung und Entschlackung, Ausschwemmung von Ödemen (bei eingeschränkter Herz- und Nierentätigkeit), Zusammenziehung und Heilung von Wunden in allen Bereichen (Haut, Niere/Blase, aber auch gerne im Mund-/Zahnbereich).

Der Arzt Johann Gottfried Rademacher (1772-1850) war davon überzeugt, dass es für jedes Organ ein spezifisches Kraut gibt, und die Goldrute war seiner Ansicht nach das Nierenkraut.

Es gibt viele Kräuter, die im Nieren-/Blasenbereich

eingesetzt werden, aber man muss unterscheiden wie sie wirken. Die meisten Kräuter wirken auf die Niere anregend, es wird dadurch der Körper besser entwässert, und gereinigt. Das ist ja an sich auch in Ordnung, aber was ist, wenn die Niere schon angegriffen oder krank ist? Gerade dann bedürfen wir ja der Reinigung, aber die nierenreizenden, nierenanregenden Kräuter wären dann auf gar keinen Fall angebracht, sie würden sie ja noch mehr schädigen. Deshalb muss man die Niere aufbauen, stärken und pflegen, damit sie wieder ihren „Dienst“ tun kann. Und genau dafür ist die Goldrute goldrichtig! Sie heilt und unterstützt das Nierengewebe, und sorgt somit für einen verbesserten Durchfluss und Reinigung des Blutes. Auch homöopathisch wird die Goldrute unter der Bezeichnung „Solidago“ bei Nierenbeschwerden eingesetzt.

Wenn eine Pflanze so spezifisch auf ein Organ schützend wirkt, dann finde ich es spannend, genauer hinzuschauen:

Die Nieren sind ein sehr wichtiges Filterorgan für unser Blut, wenn diese nicht mehr funktionieren, dann vergiften wir uns in kurzer Zeit selbst, und wir müssen sterben. In der TCM (Traditionellen chinesischen Medizin) ist die Nierenenergie (aufgeteilt in vorgeburtliche und nachgeburtliche Nierenenergie) praktisch unsere Lebensenergie, und wenn diese aufgebraucht ist folgt dann logischerweise der Tod.

Deshalb hat die Natur sie auch wohl so gut geschützt in einem schwimmendem Fettpolster untergebracht, was sie vor Erschütterungen und Stößen schützen soll.

Wenn sich die Menschen in damaliger Zeit die Lenden vor einem Kampf gegürtet haben, so haben sie sicherlich auch besonders ihre Nieren (und damit ihre Lebensenergie) schützen wollen.

Wenn uns etwas erschüttert oder verletzt, sagt man auch sprichwörtlich: „Das geht mir an die Nieren“. Damit bezeichnet man einen Zustand, der einem wirklich nahe geht und unserer Sein bedroht.

Man kann sagen, dass unsere Emotionen stark mit den Nieren zusammenhängen, und wir diese über die Nieren verarbeiten.

Die Goldrute verbindet, was getrennt wurde, auf psychischer Ebene wie auf körperlicher. Wenn unsere Gefühle verletzt sind, wenn uns etwas „an die Nieren geht“ dann ist immer die Goldrute angezeigt. Maria Treben hat übrigens aus diesem Grund bei allen

seelischen Erschütterungen, bevor unsere Nieren Schaden nehmen, sofort die Goldrute empfohlen.

Kommen wir wieder auf den lateinischen Namen zurück. „Solidago“ birgt das Wort „Solidarität“. Eine Solidarität bedingt immer ein Gegenüber, eine Dualität. Und, wie sollte es anders sein, ist die Niere auch ein duales Organ (wir haben im Normalfall eine rechte und eine linke Niere).

Wenn wir uns im Körper umsehen, finden wir singuläre (z.B. Magen, Milz, Leber...) und duale Organe (z.B. Lunge, Hoden, Eierstöcke, Nieren).

Dabei fällt auf, dass die dualen Organe alle etwas mit dem Thema „Kontakt“ bzw. „Partnerschaft“ zu tun haben. Dabei repräsentieren die Lungen den unverbindlichen Kontakt- und Kommunikationsbereich, während die Eierstöcke/Hoden die Sexualität repräsentieren. Die Nieren entsprechen hingegen der Partnerschaft bzw. der engen Begegnung mit anderen Menschen.

Nun ist es sehr interessant, dass bei praktisch allen Gelegenheiten, wo Menschen zusammenkommen, oder in Kontakt treten wollen, das Trinken eine große Rolle spielt. Das Trinken aktiviert das Kontaktorgan Niere und damit auch die psychische Kontaktfähigkeit. Man stößt gemeinsam an, verbrüdet sich von einem distanzierten „Sie“ zu einem näherem „Du“ mit einem Trinkritual, man trinkt sich „Mut“ an, um sich näher zu kommen. Dabei bevorzugt man praktischerweise Getränke, die die Nieren kräftig anregen, z.B. Alkohol, Kaffee und Tee. (Nur nebenbei, gleich nach dem Trinken beachte man die Bedeutung des Rauchens, was das andere Kontaktorgan Lunge stimuliert! Wer nicht mittrinken will, wird jedenfalls misstrauisch beäugt, und ist gewissermassen ausgegrenzt.

Wer viel trinkt, zeigt damit unbewusst den Wunsch, in Kontakt zu treten. Häufig besteht allerdings die Gefahr, in dieser Ersatzhandlung stecken zu bleiben! Der Mensch ist eben ein Gesellschaftstier, wir können nicht ohne einander.

Häufig gehen Nierenleiden auch mit schmerzlichen Erfahrungen bzw. Verlusten in Beziehungen und Partnerschaften einher. Das wirkt immer schwächend auf die psychische Energie, und es geht einem sprichwörtlich an die Nieren.

Oft sind Nierenfunktionsstörungen der psychische



Ausdruck einer gestörten Beziehungsfähigkeit, bzw. einer Störung im Gleichgewicht von emotionalem Geben und Nehmen.

Auch dort kann die Goldrute heilend und unterstützend eingesetzt werden.

Zum Schluss möchte ich noch auf die magischen Anwendungen der Goldrute aufmerksam machen. Auch da finden wir wieder diesen Partner-Aspekt. Z.B. soll man ein Stück Goldrute bei sich tragen, dann würde man am nächsten Tag seinem zukünftigen Lebenspartner begegnen.

Jedenfalls ist es ein großes Glück, wenn sich die Pflanze plötzlich in der Nähe der Haustür anzusiedeln beginnt, dann ist für diese Familie ein unerwarteter Glücksregen zu erwarten. Auch kann sie als Wünschelrute zum Auffinden von Schätzen und für Geldzauber eingesetzt werden...vielleicht haben Sie ja Glück, und sie kommt auch zu Ihnen!

Quellenverzeichnis:

Wolf-Dieter Storl, Mit Pflanzen verbunden

Thorwald Dethlefsen und Rüdiger Dahlke, Krankheit als Weg

Roger Kalbermatten, Wesen und Signatur der Heilpflanzen

Scott Cunningham, Enzyklopädie der magischen Kräuter

Maria Treben, Die Apotheke Gottes



Tanja Michaela Meyer
Heilpraktikerin, Kräuterefachfrau
26125 Oldenburg, Winkelweg 26a
Telefon: 0441/6 00 11 20
Tameol@t-online.de