

Ihr Lieben,

am Sonntag, dem 22. September, um 13:44 Uhr MEZ, also 14:44 Uhr nach der derzeit noch geltenden Sommerzeit, tritt die Sonne ins Sternzeichen Waage, überschreitet den Herbstpunkt. Das ist der astronomische Herbstbeginn. In dem Augenblick hält das Jahr einen Moment den Atem an; Tag und Nacht halten sich die Waage. Es ist ein Zeitpunkt zum Innehalten, zu dem wir zugleich zurück und voraus schauen können. Was hat uns die Zeit des Säens und Wachsens gebracht, was ist gelungen, was vielleicht auch nicht. Was haben wir gewonnen, was wir jetzt mitnehmen können in die dunkle Jahreshälfte, die Zeit von Rückzug, Einkehr, Besinnung, die uns schließlich in den nächsten Aufbruch im kommenden Frühjahr führt.

Zur Tag- und Nachtgleiche stehen wir auf der Schwelle. Wie fühlt sich das an? Wohin zieht es Dich? Entlässt Du den Sommer mit Bedauern? Was ist für Dich in diesem Hier und Jetzt der Schwelle? Ist da noch etwas, was Dich hindert, Dich der Dunkelheit zuzuwenden, Dich ihr gar zu überlassen, Dich ihr anzuvertrauen? Bist Du bereit? Oder spielt das gar keine Rolle für Dich? Ist Dir Sommer wie Winter ganz gleich?

Ich finde, dass es gut tut, die Rhythmen, in denen wir leben, bewusst mitzuvollziehen, auch wenn der Alltag es schwierig erscheinen lässt, dem Wechsel der Jahreszeiten Rechnung zu tragen. Die Arbeitswelt und das ganze Gesellschaftssystem ist darauf aufgebaut, alle Rhythmen zu nivellieren – Tag und Nacht, Frühling und Herbst – alles gleich. Wie drücken sich diese Rhythmen in Deinem Alltagsleben aus, wenn sie es überhaupt tun? Oder wie könnten sie sich ausdrücken?



Wenn Du eine Frau bist, bist Du vermutlich mit dem Rhythmus des Mondes vertraut oder könntest es sein. Dann hast Du auch vielleicht schon die Erfahrung gemacht, dass es gut ist, diese Rhythmen anzuerkennen und mit ihnen mitzuschwingen. Ich stelle es mir vor wie einen Tanz, den ich mit den Elementen der Natur – und in mir – tanze. Walzer geht nun mal nicht im 4/4-Takt.

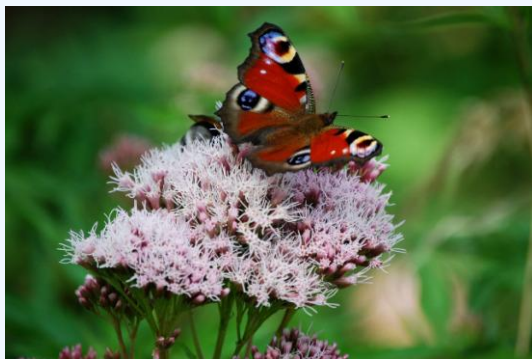
Ich wünsche Dir, dass Du gut über die Schwelle kommst.

Cornelia

Gewöhnlicher Wasserdost, *Eupatorium cannabinum* L. (Asteraceae)

Dieser Korbblütler heißt auch Kunigundenkraut, Wasserhanf, Hirschklee, Wetterkraut, Donnerkraut, Leberkraut oder Hirschwundkraut. Wasserdost ist mehrjährig. Er wächst auf feuchten, nährstoffreichen Böden im Halbschatten, an Waldwegen, Bach- und Teichufern, Auenlandschaften. Ja, er mag sogar Staunässe, was ungewöhnlich und gewiss eine Signatur ist. Verbreitet ist er in Europa, Westasien und Nordafrika. In Nordamerika gilt er als Neophyt.

Wasserdost wird bis zu 1,75 m hoch. Er bildet ein Rhizom aus und verbreitet sich ansonsten durch Samen. Er blüht im Juli bis September, die Samen reifen im September und Oktober.



Er wird von Insekten bestäubt, besonders Schmetterlinge besuchen ihn gern.

Mit dem Dost, dem hierzulande verbreiteten wilden Majoran, der ja ein Lippenblütler ist, ist der Wasserdost nicht verwandt.

Verwendet werden das blühende Kraut und die Wurzel, die im Frühjahr oder Herbst gegraben wird. Zum Trocknen binde die

Stängel zusammen und hänge sie kopfüber auf. Wenn sie ganz trocken sind, streife Blätter und Blüten ab und bewahre sie dunkel und trocken auf.

Wasserdost enthält Bitterstoffe, Gerbstoffe, Harz, Saponine, ätherisches Öl, Inulin, Eisen, Vitamine. Er enthält auch Pyrrolizidinalkaloide (PA), was seinen Ruf in der wissenschaftlichen Phytotherapie beschädigt hat. Aber auch hier gilt – wie immer in solchen Fällen –: „Die Dosis macht das Gift“.

Wasserdost zeigt an, dass sich Wasser im Untergrund findet. Er zeigt überhaupt Störzonen an, die für Menschen nicht gut bewohnbar sind. Aber der Bezug zum Wasser ist die wichtigste Signatur. Er hilft z.B., zuviel Wasser im Gewebe auszuscheiden. Er ist angezeigt bei Erkältungen durch Nässe. Die Stängel, die therapeutisch wertlos sind, kannst Du zum Wetterzauber räuchern. Das taten auch unsere keltischen Vorfahren.



Der amerikanische Verwandte des Wasserdost, *Eupatorium perfoliatum*, wird auch gegen Malaria, Wechselfieber, Fieber durch Mücken aus Sümpfen und Wintergrippe verwendet.



Wasserdost wirkt auch leberstärkend. Dazu bereite einen Kaltwasserauszug, den Du 10 Stunden bzw. über Nacht stehen lässt. Die Essenz – also ein alkoholischer Auszug aus dem frischen Kraut – wirkt bei Erkältungskrankheiten mit Fieber, in der Rekonvaleszenz und zur Immunstärkung. Ein starker Aufguss (mit kochendem Wasser) kann äußerlich als Umschlag bzw. Auflage bei eiternden Wunden oder Ausschlägen verwendet werden. Der Überlieferung nach fressen Hirsche die Pflanze, wenn sie verletzt sind (Hirschwundkraut). Die getrocknete Wurzel wurde zur Schmerzstillung verwendet.

Die TCM sieht einen Milz und Magen. das Milz-Qi und kühlt Leber. Die Homöopathie Mittel aus Wasserdost astrologischen Mond und Neptun Jupiter (die üppige Statur



Bezug zu Lunge, Wasserdost stärkt und reinigt die kennt auch ein gegen Grippe. Die Zuordnungen sind (Wasser) und der Pflanze).

Im Zusammenhang mit Wasserdosts möchte ich ausdrücken, dass es bei Kranken wichtig ist, auch wo er wohnt, was das für den Räumen ist, ob es aus Möbeln und Textilien Störzonen im Untergrund sich irgendwo angesiedelt fragen Ärzte eigentlich

der Betrachtung des den Gedanken hier der Anamnese eines danach zu fragen, ein Ort ist, wie es in Schadstoffe gibt, die ausgasen, ob es gibt, ob Schimmel hat usw. Danach nie, obwohl der

Erfolg einer Behandlung davon abhängen kann. Die Hausärzte, die es früher gab, wussten über diese Parameter Bescheid, da sie die Familie kannten und die Wohnung gesehen hatten. Da ist etwas Bedeutsames verlorengegangen.

„Stille Wasser sind tief.“

Der Herbst steht unter dem Zeichen des Elements Wasser.



Wasser ist ein weibliches Element, das Fließende, das sich um alle Hindernisse herumschmiegt, immer abwärts, der Schwerkraft folgend. Es ist immer in Bewegung, auch wenn die Oberfläche während der kurzen Zeit unserer Aufmerksamkeitsspanne unbewegt zu sein scheint.

Wasser findet sich in vielerlei Gestalten in der Welt (ohne Anspruch auf Vollständigkeit):

Quellen, Bäche, Flüsse, Ströme, das Meer oder der Ozean,
Regen, Schnee, Hagel, Graupel, Eis,
Brunnen, Pfützen, Tümpel, Teiche, Seen,
Tränen, Lymphe, Blut, Plasma in den Zellen, Fruchtwasser, Nervenwasser ...

Aus dem Wasser kam das Leben, in der Evolution ebenso wie individuell aus dem Fruchtwasser im Leib unserer Mütter.

In der Schöpfungsgeschichte heißt es: „Der Geist Gottes schwebte über den Wassern.“ – Über den Urwassern, ehe SIE alles schuf.

Wasser besiegt auf die Dauer den harten Stein.



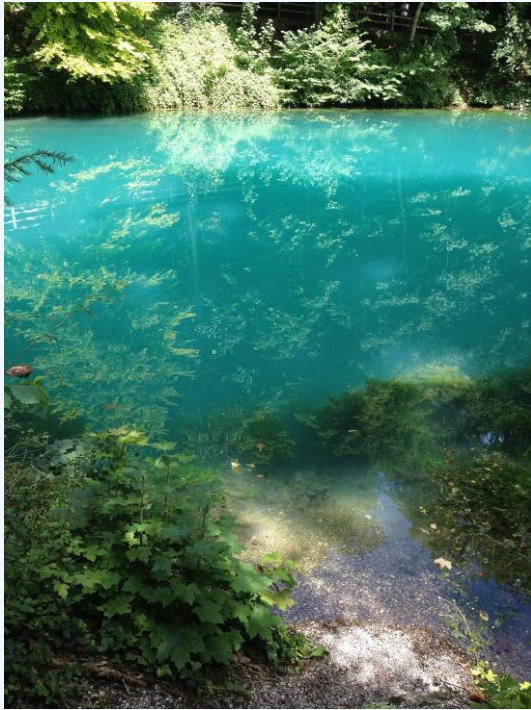
Wasser ist ein höchst ungewöhnliches Element; es hat die größte Dichte bei +4 °C. Es kann Informationen speichern. Damit arbeitet die Homöopathie. Und es speichert alle Informationen, mit denen es in Berührung kommt, auch solche, die wir nicht in unserem Trinkwasser haben möchten. Auch das Wasser in unseren Körpern tut das.

Wasser zeigt ein breites Farbspektrum: schwarz, grau, stahlgrau, silbern, blau in allen Schattierungen von blassblau bis tiefblau, türkis, grün, in Flüssen nach starkem Regen auch braun.

Kennst Du den Blautopf bei Blaubeuren, den Quelltopf des Flüsschens Blau, dessen Wasser aus einer riesigen Kalkhöhle in der Tiefe der Schwäbischen Alb kommt? Der Quelltopf ist so tief, dass Du nie auf seinen Grund schauen kannst. Je nach dem Lichteinfall changiert die Wasseroberfläche von eisgrau über blau bis türkis und spiegelt den Wald wider. Der Blautopf ist ein wunderbares Bild für die Menschenseele: Die unergründliche Tiefe – er ist 21 Meter tief! – bleibt unsichtbar.

Aber es taucht dort von Zeit zu Zeit eine Wasserfrau auf, die Schöne Lau – nachzulesen in der gleichnamigen Erzählung von Eduard Mörike.

Brunnen, Quellen, Teiche und Seen sind Eintrittspforten in das Reich der Frau Holle, in die Anderswelt, in das Reich des Unbewussten. Du kennst das Märchen von der Frau Holle, wo die Goldmarie und später auch ihr nächtliches Alter Ego, die in der



patriarchalen Version der Brüder Grimm Pechmarie heißt, in den Brunnen springen und in die Anderswelt gelangen. Du kannst das als Vorlage für eine Andersweltreise verwenden. Spring ihnen hinterher! Was erlebst Du dort unten? Welche Aufgaben hat die Frau Holle für Dich? Und was schenkt sie Dir, wenn Du Dich bewährt hast?

In der griechischen Antike erzählte man vom Fluss Styx, der die Welt der Toten von der der Lebenden trennt, und vom Fährmann Charon, der die Verstorbenen übersetzt.

Wasser steht als Symbol für das Fühlen, für Intuition, Traum und Instinkt, für Reinigung, Lösung, Abschiednehmen, für das Unbewusste, für Heilung, Hingabe, und

Spiritualität. Und wenn wir „im Fluss“ oder im Flow sind, geht es uns gut. Wir fließen mit dem Leben mit und stemmen uns nicht dagegen oder fallen aus seiner Bewegung heraus. Und wie die Wellen am Meeresufer auch tiefe Spuren im Sand mit der Zeit auslöschen, so können auch unsere Seelenwunden heilen, wenn wir in den Fluss des Lebens wieder eintauchen.



Der japanische Wissenschaftler Masaru Emoto hat sein Leben der Erforschung des Wassers gewidmet. Er fand u.a. heraus, dass sich das Wasser in seiner Kristallstruktur verändert, wenn wir es auf die eine oder andere Art adressieren. Wasser, zu dem jemand „danke“ gesagt hat oder „ich liebe dich“, bildet wunderschöne Kristalle aus, wie die schönsten Schneeflocken, die Du Dir vorstellen kannst. Sagt aber jemand „ich hasse dich“ oder „du bist der letzte Dreck“ zu dem Wasser, so bilden sich kaum Kristalle oder welche, die beschädigt, deformiert aussehen. Bitte überlege, was mit dem Wasser im Körper Deines Nächsten geschieht,

je nachdem, wie Du mit ihm sprichst! Und umgekehrt: Erlaube nicht, dass jemand mit Dir auf eine Weise spricht, die Du nicht willst!

Die Ozeane bedecken gut zwei Drittel der Erdoberfläche. Das Wasser der Ozeane ist bekanntlich salzig. Süßwasser ist kostbar, wir brauchen es unabdingbar zum Leben, wir und alles andere, was lebendig ist, auch. Aber auch das Wasser der Meere verlangt unseren Schutz, unsere Achtsamkeit, ja unsere Liebe. Emoto hat auch beobachtet, dass liebevolle Präsenz Wasser heilen kann. Das ist gut zu wissen. Das bedeutet nicht, dass es nicht nötig wäre, das Wasser auch physikalisch wieder zu entlasten von allem, was die Menschheit ihm aufgebürdet hat. Das eine tun und das andere nicht lassen! Der Einzelne hat zwar vielleicht nicht die Möglichkeit, einen Kontinent aus Plastik aus dem Atlantik zu entfernen. Aber unsere Liebe und Achtsamkeit können wir jederzeit anbieten.



*Cornelia Blume, Liegnitzer Str. 2/1, 72072 Tübingen, Tel. 07071 360286
corn.blume@freenet.de – www.cornelia-blume.de*