

Roger Kalbermatten  
Hildegard Kalbermatten

# Pflanzliche Urtinkturen

Wesen und Anwendung



atVERLAG

Roger Kalbermatten  
Hildegard Kalbermatten

# Pflanzliche Urtinkturen

Wesen und Anwendung

**at**VERLAG

### Wichtiger Hinweis

Die in diesem Buch aufgeführten Informationen wurden mit Sorgfalt zusammengestellt, können jedoch die individuelle Beratung durch eine Fachperson (Arzt, Naturarzt, Apotheker, Drogist) nicht ersetzen. Die vorliegenden Ausführungen dienen in erster Linie einer Erweiterung des Bewusstseins beim Umgang mit Heilpflanzen und setzen Grundkenntnisse in Medizin und Pflanzenheilkunde sowie ein hohes Maß an Eigenverantwortung voraus. Bei der Eigenbehandlung von Beschwerden und Erkrankungen sollte im Zweifelsfall, wie auch bei fehlender Besserung, lange andauernden oder schweren Erkrankungen, unbedingt eine Fachperson konsultiert werden. Die Autoren und der Verlag übernehmen keinerlei Haftung für Schäden oder Folgen irgendwelcher Art, die sich direkt oder indirekt aus dem Gebrauch oder Missbrauch der hier dargestellten Anwendungen ergeben.

Dieses Buch erscheint gleichzeitig in englischer, französischer und italienischer Sprache.

Fotos: Roger Kalbermatten, Kesswil

10. Auflage, 2021

© 2005

AT Verlag, Baden und München

Lithos: Vogt-Schild Druck, Derendingen

Druck und Bindearbeiten: Firmengruppe APPL, aprinta Druck, Wemding

Printed in Germany

ISBN 978-3-03800-601-5

www.at-verlag.ch

Der AT Verlag wird vom Bundesamt für Kultur für die Jahre 2021–2024 unterstützt.

## Inhalt

	<b>Einleitung</b>		
7	Was sind pflanzliche Urtinkturen?	52	Lupulus Ø
10	Wesen und Qualität	53	Lycopus europaeus Ø
14	Herstellung und Qualität	54	Melilotus officinalis Ø
18	Anwendung von wesenhaften Urtinkturen	55	Melissa Ø
		56	Mentha piperita Ø
		57	Millefolium Ø
		58	Passiflora incarnata Ø
		59	Plantago lanceolata Ø
		60	Ribes nigrum folium Ø
		61	Rosmarinus recens Ø
		62	Salvia officinalis Ø
		63	Sambucus nigra Ø
		65	Solidago virgaurea Ø
		66	Taraxacum Ø
		67	Thymus vulgaris Ø
		68	Tropaeolum majus Ø
		69	Urtica dioica Ø
		70	Valeriana Ø
		71	Viola tricolor Ø
		72	Viscum Ø
			<b>Weitere Einzelmittel</b>
24	Absinthium Ø	73	Artemisia vulgaris Ø
25	Aesculus Ø	73	Coriandrum Ø
26	Alchemilla Ø	74	Dipsacus fullonum Ø
27	Allium ursinum Ø	74	Epilobium parviflorum Ø
28	Angelica archangelica Ø	75	Filipendula ulmaria Ø
29	Avena sativa Ø	75	Marrubium vulgare Ø
30	Bellis perennis Ø		
31	Betula pendula folium Ø		
32	Calendula Ø		
33	Capsella bursa-pastoris Ø		
34	Carduus marianus Ø		
35	Centaurium Ø		
36	Chamomilla Ø		
37	Cichorium intybus radix Ø		
38	Crataegus Ø		
39	Cynara scolymus Ø		
40	Echinacea purpurea Ø		
41	Equisetum arvense Ø		
42	Euphrasia Ø		
43	Fraxinus excelsior folium Ø		
44	Gentiana lutea Ø		
45	Geranium robertianum Ø		
46	Ginkgo Ø		
47	Glechoma hederacea Ø		
48	Hedera helix Ø		
49	Hypericum Ø		
50	Imperatoria ostruthium Ø		
51	Lavandula Ø		

	<b>Kombitotionsmittel</b>
76	Alchemilla comp.
76	Daucus comp.
77	Echinacea purpurea comp.
78	Ginkgo-Dryopteris comp.
78	Hedera comp.
79	Hypericum comp.
79	Melissa comp.
80	Solidago comp.
81	Taraxacum comp.
81	Urtica-Sambucus comp.
82	Valeriana comp.
83	Viscum comp.

	<b>Homöopathische Dilutionen</b>
84	Aconitum
84	Allium cepa
84	Arnica
84	Belladonna
84	Berberis
85	Chamomilla
85	Chelidonium
85	Cimicifuga
85	Colchicum
85	Convallaria
85	Hypericum
86	Mercurialis
86	Petasites
86	Vitex agnus castus

87	<b>Anwendungsgebiete im Überblick</b>
88	<b>Indikationsverzeichnis</b>
105	<b>Die Autoren</b>
106	<b>Danksagung</b>

## Einleitung

### Was sind pflanzliche Urtinkturen?

#### Eine Heilpflanze muss zubereitet werden

Pflanzen sind unsere Lebensgrundlage. Deshalb sind auch Heilpflanzen die Grundlage des Heilens. Nicht alle Krankheiten können zwar mit pflanzlichen Heilmitteln allein behandelt werden, als Basis oder Abrundung jedoch sind sie Teil jeder ganzheitlichen Therapie. Denn nur ein pflanzliches Heilmittel vermag den Menschen gleichzeitig auf den drei Ebenen von Körper, Regulation und Psyche zu erfassen.

Immer mehr Menschen übernehmen Eigenverantwortung für ihre Gesundheit und informieren sich dazu über den Gebrauch von Heilpflanzen. Viele wissen, dass Johanniskraut Licht ins Gemüt bringt, Ginkgo das Gedächtnis verbessert, Weißdorn das Herz stärkt, Sonnenhut die Abwehr steigert, Mariendistel die Leber anregt oder Rosskastanie die Venendurchblutung fördert. Einige Heilpflanzen sind gar so tief in unserer Kultur verankert, dass fast jeder um die Wirkungen von Baldrian, Kamille und Wermut weiß. Karl Heinrich Waggerl hat ein humorvolles Gedicht über die Kamille geschrieben, die wohl als Inbegriff der Heilpflanze gilt.

In diesem Gedicht wird von der Kamille an sich gesprochen. Niemand würde aber bei Bauchweh einfach so eine Kamillenblüte essen. Um eine Heilpflanze anzuwenden, muss sie zuerst in eine geeignete Form gebracht, das heißt zubereitet werden. Es gibt verschiedene Möglichkeiten der Zubereitung. Jede vermag wichtige Eigenschaften der Pflanze zu vermitteln, aber keine wird allen Eigenschaften gerecht. Es gibt unterschiedliche Schwerpunkte. Darauf wird in der Fachliteratur kaum eingegangen, deshalb versuchen wir, eine Differenzierung von verschiedenen Heilpflanzenzubereitungen vorzunehmen.

*»Die Kraft, das Weh im Leib zu stillen,  
verlieh der Schöpfer den Kamillen.  
Sie blüht und wartet unverzagt  
auf jemand, den das Bauchweh plagt.  
Der Mensch jedoch in seiner Pein  
glaubt nicht an das, was allgemein  
zu haben ist. Er schreit nach Pillen.  
Verschont mich, sagt er, mit Kamillen,  
um Gottes willen.«*

#### Tee

Der Tee (Heißwasseraufguss) ist die bekannteste und einfachste Zubereitung. Die arzneilich wirksamen Pflanzenteile werden zur Haltbarmachung (und zur Entfaltung von Wirkprinzipien!) getrocknet, mit heißem Wasser übergossen und abgeseiht. Dieser Auszug besitzt neben einer relativ großen Wirkstoffmenge die heilenden Eigenschaften des heißen Wassers. Ein Tee wirkt in akuten Fällen rasch und ist vor allem bei jenen Krankheiten, die durch die Zuführung von Wärme und viel Flüssigkeit positiv beeinflusst werden können, die optimale Zubereitung.

#### Tinktur

Tinkturen sind wässrig-alkoholische Auszüge aus getrockneten Arzneipflanzen, die mit dem Fachbegriff Drogen – von getrocknet – bezeichnet werden. Das Verhältnis von Droge zu Tinktur ist meistens 1 Teil zu 5 Teilen. Tinkturen sind heute wenig gebräuchlich, viel häufiger werden Urtinkturen (siehe unten) angewandt.

#### Extrakt

Extrakte – dazu gehören Fluidextrakte (flüssig), Spissumextrakte (zähflüssig) und Trockenextrakte – sind Auszüge mit Alkohol-Wasser-Gemischen oder anderen Lösungsmitteln. Sie sind konzentrierter als Tinkturen.

Das Verhältnis von Droge zu Extrakt reicht von 1 zu 2 bis 5 zu 1. Mit Extrakten kann eine große Menge an Wirkstoffen pro Dosis verabreicht werden. Die modernen, hochdosierten und standardisierten Arzneipflanzenpräparate in Form von Kapseln oder Dragees enthalten meistens Trockenextrakte. Sie sind bei jenen Patienten angezeigt, bei denen die Selbstheilungskräfte vorübergehend so stark geschwächt sind, dass sie auf normale komplementärmedizinische Therapien nicht mehr reagieren können. In den letzten Jahren sind immer häufiger Neben- und Wechselwirkungen von hochdosierten Extraktpräparaten bekannt geworden. Obwohl diese unerwünschten Wirkungen ausschließlich eine Folge einer zu hohen Dosis sind und bei normaler Dosis nicht auftreten, wirkt sich dies leider negativ auf den Ruf der Heilpflanze aus.

### Ätherisches Öl

Ätherische Öle bestehen aus den flüchtigen fettlöslichen Stoffen der Pflanze und sind meistens die Träger des Geruchs. Sie werden in der Regel durch Wasserdampfdestillation oder andere Verfahren aus den frischen oder getrockneten Pflanzen gewonnen. Ätherische Öle sind unverzichtbare Bestandteile von Salben und anderen äußerlichen Anwendungsformen, in denen sie geruchliche und arzneiliche Funktionen ausüben. Häufig werden sie auch in der Aromatherapie eingesetzt.

### Spagyrische Essenz

Spagyrische Essenzen gehen auf alchemistische Traditionen zurück und werden durch komplizierte Verfahren aus frischen oder getrockneten Pflanzen hergestellt. Es gibt zahlreiche mehr oder weniger unterschiedliche Herstellungsverfahren, bei denen einer oder mehrere der folgenden Schritte beteiligt sind: Fermentationsprozesse, Destillation, Veraschung. Bei der Herstel-

lung von spagyrischen Essenzen erfährt die Pflanze eine Wesensveränderung, eine Art Vorverdauung. Dadurch wirken die spagyrischen Essenzen sehr mild und praktisch nebenwirkungsfrei. Spagyrische Essenzen sind hervorragende Mittel für die Selbstmedikation; mild und sicher in der Wirkung bei akuten und chronischen Erkrankungen.

### Urtinktur

Urtinkturen (Bezeichnung mit dem lateinischen Pflanzennamen und dem Symbol  $\emptyset$ ) werden meistens aus *frischen* Pflanzen – dies ist der wesentlichste Unterschied zu den Tinkturen – durch Extraktion mit Alkohol hergestellt. Zu Anfang der nachfolgenden Pflanzenbeschreibungen steht jeweils, aus welchem Teil der Pflanze sie hergestellt werden.

Stofflich sind die Urtinkturen etwa halb so konzentriert wie Tinkturen. Bei guter Qualität haben sie jedoch eine stärkere Wirkung als diese. Urtinkturen werden bei akuten und chronischen Erkrankungen eingesetzt und entfalten ihre Vorteile vor allem in Bezug zum Wesen der Pflanze (siehe weiter unten). Urtinkturen werden auch als Ausgangssubstanzen für die Herstellung von homöopathischen Verdünnungen eingesetzt.

### Homöopathische Dilution

Homöopathische Dilutionen werden aus Urtinkturen durch stufenweise Verdünnung und Verschüttelung (im Verhältnis 1 zu 10 oder 1 zu 100 hergestellt). Bei tiefen Potenzen (bis etwa D12) bestehen etwa die gleichen Wirkungen und Anwendungsgebiete wie für die oben genannten Zubereitungen. Bei höheren Potenzen wird das Spektrum der Wirkungen, das Arzneimittelbild, differenzierter und umfassender. Es treten dann auch immer mehr psychische Symptome in den Vordergrund.

Diejenigen Pflanzen, die hauptsächlich als Tee, Extrakt oder Urtinktur angewandt werden, benutzt man meist in tiefen Potenzen. Höhere Potenzen werden in der Regel von giftigen Pflanzen oder sonst stark individualisierten Arzneipflanzen eingesetzt. Homöopathische Dilutionen haben eine tiefgreifende und nachhaltige Wirkung und werden je nach Potenz bei akuten und chronischen Krankheiten eingesetzt. Höhere Potenzen können zu Erstverschlimmerungen führen.

### Die Eigenschaften von pflanzlichen Urtinkturen

#### Anwendung zur Behandlung von körperlichen und funktionellen Erkrankungen

Wie bereits erwähnt sind Urtinkturen meist Frischpflanzenpräparate. In Bezug auf ihre Anwendungsgebiete besteht eine weitgehende Übereinstimmung mit denjenigen von Tee, Extrakt, spagyrischer Essenz oder Tiefpotenz. Die in den nachfolgenden Pflanzenbeschreibungen aufgeführten Anwendungsgebiete geben in der Regel die aktuelle Kenntnis in stichwortartiger Form wieder. In vielen Büchern und Publikationen werden diese Informationen umfassender dargestellt. Es empfiehlt sich daher, die Anwendungsgebiete der Heilpflanzen durch weiteres Literaturstudium zu vertiefen. Der Schwerpunkt des vorliegenden Buchs liegt nicht auf der Anwendung bei körperlichen Indikationen, sondern auf der Darstellung des Wesens der Pflanzen. Dass dies im Zusammenhang mit Urtinkturen geschieht, hat einen besonderen Grund.

#### In den Urtinkturen kommt das Wesen der Pflanzen am besten zum Ausdruck

In keiner anderen Zubereitung kommt das Wesen der Heilpflanze so klar zum Ausdruck wie in einer Urtinktur. Voraussetzung ist aber die gute Qualität der Urtinktur.

Das Heilpflanzenwesen kommt vor allem im Geruch und im Geschmack der Zubereitung zum Ausdruck. (Die Beziehung zwischen Geruch und Wesen zeigt sich z. B. im französischen Begriff *huiles essentielles* für ätherische Öle, was »wesentliche Öle« bedeutet.) Allein die Urtinktur kann – eine gute Qualität vorausgesetzt – den Geruch und Geschmack der Pflanze in möglichst reiner Form enthalten. Beim ätherischen Öl tritt zwar der Geruch noch stärker hervor, aber der Geschmack fehlt. Bei der spagyrischen Essenz hat der Geruch aufgrund der Fermentation einen entscheidenden Wandel erfahren, und der Geschmack entspricht nicht der ursprünglichen Pflanze. Bei der homöopathischen Dilution ist aufgrund der großen Verdünnung das Aroma der Pflanze gänzlich abwesend. Beim Tee sind zwar die Geschmackskomponenten deutlich vorhanden, der Geruch ist hingegen aufgrund der Trocknung der Pflanze oft etwas flach. Beim Extrakt hat sich aufgrund der Konzentrierung bei der Herstellung der Geruch weitgehend verflüchtigt; überdies treten bei den üblichen Darreichungsformen (Dragees, Kapseln) Geruch und Geschmack gar nicht in Erscheinung.

Mit diesen Feststellungen sei nichts Negatives über die jeweiligen Zubereitungen gesagt. Wenn bei einer Therapie mit Heilpflanzen lediglich auf der körperlichen oder regulativen Ebene eingegriffen werden soll (siehe »Was ist das Wesen?«, Seite 10), stellt die Abwesenheit der Wesensaspekte keinen Mangel dar. Hat man jedoch das Bedürfnis, das Wesen der Pflanze zu berücksichtigen und den Patienten auch direkt auf der seelischen Ebene anzusprechen, ist die Urtinktur das Mittel der Wahl.

### *Sind Urtinkturen pflanzliche oder homöopathische Arzneimittel?*

Urtinkturen schaffen manchmal Verwirrung, weil sie je nach Standpunkt – dem des Arzneimittelrechts oder dem des Anwenders – zu den pflanzlichen beziehungsweise homöopathischen Arzneimitteln gezählt werden.

Pflanzliche Arzneimittel enthalten gemäß Arzneimittelrecht und Behörden eine ausreichend hohe Menge Wirkstoffe, die analytisch nachgewiesen werden kann. Homöopathische Arzneimittel hingegen sind nicht über den Wirkstoffgehalt definiert, sondern durch die Herstellung nach den Vorschriften des Homöopathischen Arzneibuchs (HAB). Bei homöopathischen Verdünnungen liegen die Wirkstoffe in derart tiefer Konzentration vor, dass sich deren Analyse erübrigt. Bei den homöopathischen Arzneimitteln anerkennt man andere Wirkprinzipien als die Wirkstoffe (siehe »Information, das homöopathische Wirkprinzip«, Seite 14). Urtinkturen werden nach dem HAB hergestellt und sind Ausgangsstoffe für die Herstellung von homöopathischen Dilutionen. Deshalb zählen sie formal auch zu den homöopathischen Arzneimitteln, obwohl sie nicht verdünnt sind. Sie werden auf der Etikette als »Homöopathisches Arzneimittel« bezeichnet.

Anders ist der Standpunkt des Arztes oder Therapeuten. Ein pflanzliches Arzneimittel (im Fachbegriff Phytotherapeutikum oder Phytopharmakon) wird aufgrund von Indikationen und ein homöopathisches Arzneimittel nach dem Arzneimittelbild angewandt. Beispiel: Ein phytotherapeutisches Präparat aus Baldrian (Tee, Tinktur, Extrakt usw.) wird bei Schlafstörungen und Unruhezuständen angewandt, weil aufgrund von Erfahrungen oder Studien bekannt ist, dass Baldrian beruhigend wirkt. Ein homöopathisches Baldrianpräparat hingegen wird nach dem Arzneimittelbild angewandt. Damit bezeichnet man die Gesamtheit aller

Symptome, die bei der Prüfung von Baldrian an gesunden Probanden auftreten können. Bei dieser Prüfung entstehen unter anderem auch Unruhezustände. Folglich kann auch ein homöopathisches Tiefpotenz-Baldrian-Präparat – wie ein phytotherapeutisches – bei Unruhezuständen eingesetzt werden. Es ist also letztlich eine Frage des Standpunkts und kommt im Endeffekt auf das Gleiche heraus. Der wesentliche Unterschied zwischen Phytotherapie und Homöopathie kommt erst bei den höheren Potenzen zum Tragen. Bei diesen treten immer differenziertere (auch seelische) Symptome und Modalitäten in den Vordergrund.

Urtinkturen und auch Tiefpotenzen werden meistens nach Indikationen angewendet. Deshalb rechnet der Anwender sie zu den pflanzlichen Arzneimitteln. Homöopathika im eigentlichen Sinne sind für den Therapeuten erst die höheren Potenzen.

Urtinkturen (und Tiefpotenzen) sind also von der Anwendung her pflanzliche, arzneimittelrechtlich hingegen homöopathische Arzneimittel.

## **Wesen und Qualität**

### **Was ist das Wesen?**

Das Wesen ist der verborgene Grund, der verborgene Sinn. Es ist die Kraft, die hinter der Erscheinung liegt. Das Wesen ist für die äußerlichen Sinne nicht wahrnehmbar. Es ist das, wovon Antoine de Saint-Exupéry mit den bekannten Worten spricht: »Man sieht nur mit dem Herzen gut, das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar.« Das Herz ist ein inneres Sinnesorgan für den verborgenen Sinn hinter dem Äußeren.

Wenn sich der Mensch nur auf die äußeren Sinnesindrücke und den Verstand abstimmt, vermag er wohl die Gesetze der Materie zu erkennen, aber nicht die des

Lebens. In Bezug zur Materie wird er zwar zu großartigen Leistungen befähigt, den Lebensgesetzen hingegen wird er oft Gewalt antun. Über und hinter den materiellen Gesetzen stehen höhere Gesetze. Sie leiten und beeinflussen die materiellen Zustände, ohne dabei die physikalischen Gesetze zu verletzen.

Die wesentlichen Lebensgesetze, der verborgene Grund und Sinn will von unseren Herzen erkannt werden, will zu unserer Seele sprechen. Der Mensch steht in seinem Entwicklungsweg vor der Aufgabe, Bewusstsein von den verborgenen Kräften und Gesetzen zu erwerben. Eine neue Welt öffnet sich, wenn er sich seiner eigenen Seele und des Wesens von Pflanzen, Tieren und Dingen bewusst wird. Diese Bewusstwerdung ist höchst aktuell. Das zeigt sich unter anderem in dem in den letzten Jahren erwachten großen Interesse vieler Menschen für psychologische Zusammenhänge.



Heilpflanzengarten mit harmonikaler Struktur

Der verborgene Sinn spricht zu uns, aber nicht abstrakt, nicht medial, sondern konkret, über die sinnlich erfahrbaren Erscheinungen. Das wird oft vergessen, denn der Mensch neigt zum Polarisieren. Viele, die früher auf die Materie ausgerichtet waren und nun etwas von geistigen Prinzipien ahnen, verlegen ihren Schwerpunkt aufs Immaterielle. Sie betrachten dann die materiellen Erscheinungen als minderwertig. Aber der Mensch ist ein Erdenwesen. Er ist dazu berufen und befähigt, in der äußeren Erscheinung das dahinter liegende geistige Gesetz zu erkennen. Es ist unsere Chance, mit dem Herzen zu erkennen, dass alle äußeren Erscheinungen von einem inneren Gesetz weise geleitet sind. Sie sind der Ausdruck, die Offenbarung dieses Höheren. Die Lebensformen und äußerlichen Umstände sind wie die Spuren eines Menschen im Sand. Ein guter Spurenleser kann in den Abdrücken etwas über Herkunft, Geschwindigkeit, Rhythmus und Ziel des Strandläufers erkennen. Genauso müssen wir zu Spurenlesern werden. Haben wir nicht gelernt, in einem guten Buch das Wesentliche zwischen den Zeilen herauszulesen, in der Stimme und Gebärde eines Sprechers die hinter ihm wirkende wesentliche Kraft herauszuhören? Genauso kann unser Herz aus Gestalt, Farbe, Geruch und Geschmack einer Pflanze ihr Wesen erkennen.

In einem Heilmittel aus Pflanzen ist die Gestalt nicht mehr und die Farbe kaum mehr vorhanden. Zurück bleiben der Geruch und der Geschmack, die zu uns sprechen. Es ist eine wechselseitige Kommunikation. Wir erhalten über Geruch und Geschmack einen Zugang zum Wesen, und das Pflanzenwesen hat auch einen Zugang zu uns. Es will uns erreichen. Das Herz der natürlichen Dinge will unser Herz, unsere Seele erreichen.

Es ist die Bestimmung, der verborgene Sinn einer Heilpflanze, einen Gegenpol zum kranken Menschen (oder Tier) zu schaffen und damit wieder ein Gleichge-

wicht anzustreben. Die Pflanze sucht also die Krankheit und findet ihre höchste Bestimmung darin, wenn sie als Heilmittel Verwendung findet. Sie will auf der körperlichen Ebene die geschwächten Funktionen von Leber, Niere, Herz usw. unterstützen, sie will aber auch von uns bewusst wahrgenommen und assimiliert werden. Dieser Prozess geschieht bei einer zum Heilmittel veredelten Heilpflanze am besten über den Geruch und Geschmack. Da Geruch und Geschmack, wie gesagt, nur bei den Urtinkturen in voller Ausprägung vorhanden sein können, sind dies für unsere Zeit sehr wichtige Zubereitungen.

Nun könnte die Frage auftauchen: Es gibt auch Zubereitungen ohne Geruch und Geschmack, wie z. B. homöopathische Dilutionen (Hochpotenzen) oder Bachblüten oder andere energetische Präparate, die eindeutig auf die Psyche wirken. Steht das nicht im Widerspruch zu den obigen Aussagen? Es ist völlig richtig, dass auch die erwähnten Zubereitungen auf die Psyche wirken. Aber nicht unmittelbar über das Bewusstsein, denn das Bewusstsein wird durch die Sinneswahrnehmung ermöglicht und entzündet. Ohne Sinne hätten wir kein Bewusstsein. Die erwähnten Mittel wirken über die Regulation auf die Psyche. Die Regulation ist die leitende, höhere Instanz im Organismus, die alle biochemischen, stofflichen Prozesse reguliert. Sie steht auch in einer unmittelbaren Beziehung zur Psyche, sie vermittelt zwischen Körper und Psyche. Diese Mittel wirken also indirekt – über die Regulation – auf die Psyche, eine Urtinktur hingegen wirkt über die Sinneswahrnehmung und das Bewusstsein – also direkt – auf die Psyche. Durch die unmittelbare Einwirkung entsteht ein Gewinn für das Bewusstsein.

Dazu möge folgender Vergleich dienen: Wenn ein Mensch infolge einer schmerzlichen Erfahrung leidet und sich in tiefer Ratlosigkeit befindet, kann ihm auf

verschiedene Arten geholfen werden. Er kann zum Beispiel Rat und Trost in einem Buch finden und sich damit wieder aufrichten. Auch positive Gedanken von nahestehenden Menschen können hilfreich sein. Wenn aber ein Freund physisch anwesend ist, mit seinem aufmunternden Lächeln, seiner wärmenden Berührung und seinen liebevollen Worten Rat und Trost spendet, dann fließt nicht nur eine Information, sondern auch eine Energie, mit der sich der Leidende viel wirkungsvoller aufrichten kann. Vor allem aber – und dies ist das Wesentliche – ist sein Bewusstsein, seine Seele mit Wärme beschenkt worden.

Bei der Anwendung von Urtinkturen in guter Qualität ist das Wesentliche die Übertragung einer Wärmequalität. Ein sinnlich wahrnehmbares pflanzliches Heilmittel vermag unser Bewusstsein, unsere Seele mit den heilenden Kräften der Natur zu durchwärmen.

#### **Die Beziehung zwischen Wesen und Qualität**

Für viele, die heute im Erwerbsleben stehen, ist der Begriff Qualität allgegenwärtig: Qualitätssicherung, Qualitätsmanagement, Qualitätskontrolle, ISO-Zertifizierung usw. Qualität kann auf verschiedenen Ebenen definiert werden. Grundsätzlich bezeichnet man mit Qualität die Gesamtheit aller wesentlichen Eigenschaften eines Produktes. Doch je nachdem, was man als wesentlich betrachtet, verlagert sich das Verständnis für Qualität. Bei den oben genannten Begriffen geht es um die Gewährung der äußerlichen Qualität, die durch chemische und physikalische Messmethoden geprüft werden kann. Es ist eine materiell definierte, mechanistisch-funktionale Qualität. Das ganze Augenmerk richtet sich in vielen Firmen auf diese äußerliche Qualität.

Es gibt jedoch noch eine innere Qualität, die nicht mit physikalischen und chemischen Methoden bestimmt werden kann. Die innere Qualität steht in direkter

Beziehung zum Wesen. Durch die innere Qualität offenbart sich das Wesen. Die innere Qualität ist die Ausstrahlung eines Produkts, seine Lebendigkeit, seine innere Wärme. Über die innere Qualität kann das Bewusstsein eine Beziehung zum Wesen aufnehmen.

Ein Beispiel für den Unterschied zwischen innerer und äußerer Qualität: Ein Musikstück kann von den Interpreten völlig fehlerfrei und virtuos gespielt werden und doch seelenlos und leer sein. Es bewegt uns nicht, weil wir nur eine äußere Klanghülle mit wenig Inhalt wahrnehmen. Demgegenüber dürfen sich beseelt spielende Interpreten beim gleichen Stück durchaus einige kleine Fehler leisten, ohne dass dies als störend empfunden wird. Wir schwingen mit, und die Musik bewegt uns, weil die innere Kraft der Musik zwischen den Klängen ertönt. Daraus lässt sich entnehmen, dass das Äußere zwar ziemlich gut, aber nicht unbedingt perfekt sein muss. Viel wichtiger als Perfektion ist die innere Beseeltheit, denn nur diese vermittelt uns die wesentliche Botschaft der Musik.

Die innere Qualität einer Urtinktur drückt sich in der Reinheit von Geruch und Geschmack aus, das heißt darin, dass keine Elemente von Destruktion anwesend sind. Das ist nur dann möglich, wenn destruktive Herstellprozesse vermieden werden und die Hersteller fachkompetent und liebevoll arbeiten (ausführlicher dazu Seite 16, »Die Herstellung von Urtinkturen mit innerer Qualität«).

Fachkompetenz bildet die Grundvoraussetzung für Qualität an sich, und liebevolle Arbeit bildet den Nährboden für die innere Qualität. Wenn die Qualität auf die äußerlichen Eigenschaften reduziert wird, gibt es einen Bruch zwischen innen und außen. Das innere Wesen kann dann nicht mehr nach außen dringen, das heißt, das Produkt verliert die Ausstrahlung, die Wärme. Durch den Verlust der inneren Qualität geht auch der

Bezug der Mitarbeitenden, die Verbindung mit ihrem Erzeugnis, und die Motivation immer mehr verloren. In dem Maße, wie die Motivation der Mitarbeitenden verloren geht, beginnt die äußere Qualität zu bröckeln und muss mit einem enormen finanziellen und administrativen Aufwand einigermaßen aufrechterhalten werden. Die Arbeit degeneriert zu einem mechanischen Vorgang, der äußerst fehleranfällig wird und durch Qualitätssicherungsmaßnahmen gestützt werden muss. Darum ist Fachkompetenz und Liebe (Motivation, Identifikation, Sorgfalt) zu den Werken die beste Voraussetzung sowohl für die innere als auch für die äußere Qualität.

#### **Bedeutung von innerer Qualität für den Menschen**

Alle Produkte können eine Ausstrahlung, eine innere Qualität aufweisen. Je lebendiger die Rohstoffe (Heilpflanzen, Nahrungspflanzen, Naturtextilien, Holz, Natursteine, Metalle) eines Produkts sind, desto stärker kann seine Ausstrahlung sein. Auch ein Werk aus Holz (z. B. ein Tisch) hat – wenn kompetent und liebevoll hergestellt – eine Ausstrahlung. Je lebendiger die Rohstoffe, desto wichtiger ist die innere Qualität.

Welche Bedeutung hat es nun für den Menschen, sich mit qualitativ hochwertigen Lebensmitteln zu ernähren, sich mit Qualitätsprodukten zu umgeben und qualitativ hochwertige Zubereitungen aus Heilpflanzen zu sich zu nehmen?

Ein Mensch, der sich nicht um Produkte mit innerer Qualität kümmert, mag durchaus zu intellektuellen und körperlichen Höchstleistungen imstande sein. Aber der Sinn für das Wesentliche und für die echte Schönheit und Kunst geht verloren. Die Abwesenheit von Qualität führt zu einer Sklerotisierung in Körper und Seele, zu einer materialistischen Gesinnung. Die innere Qualität hingegen führt dem Menschen über die Sinne Lebens-

und Bewusstseinskräfte zu. Sie führt zu einer »Durchwärmung« des Bewusstseins, zur Fähigkeit, Schönheit zu erkennen und zu erschaffen.

## Herstellung und Qualität

### Der Qualitätsbegriff von Wissenschaft und Behörden

Die naturwissenschaftliche Arzneipflanzenkunde und die Arzneimittelbehörden definieren die Qualität eines pflanzlichen Arzneimittels durch den Wirkstoffgehalt und die Abwesenheit von Verunreinigungen. Sie betrachten die Wirkstoffe als alleinige Ursache für die Wirksamkeit einer Heilpflanze und ihrer Zubereitung. Sie nehmen an, dass die Stärke der Wirkung folglich eine Frage der Menge und Resorbierbarkeit (der Art, wie die Wirkstoffe vom Körper aufgenommen werden) ist. Diese Vermutung, die davon ausgeht, dass nur die Materie und die heute bekannten physikalischen Kräfte real existieren, führt zwangsläufig zur Vorstellung, dass pflanzliche Arzneimittel mit einer großen Menge an Wirkstoffen besonders gut wirken. Arzneimittelfirmen, die diesen wissenschaftlichen Glauben teilen, haben daher die pflanzlichen Extrakte stark konzentriert (Trockenextrakte), um möglichst viel Wirkstoffe in ein Dragee oder eine Kapsel zu packen. Um die erntebedingten Wirkstoffschwankungen auszugleichen, werden die Extrakte auf einen konstanten Gehalt eingestellt, also normiert oder standardisiert. So sind die hochdosierten, standardisierten Arzneipflanzenpräparate entstanden, die im Markt sehr dominant auftreten.

Diesem wissenschaftlichen Glauben stehen folgende Tatsachen gegenüber:

1. Mit der Einnahme von 20 bis 30 Tropfen einer Urtinktur pro Tag werden etwa 10- bis 20-mal weniger

Wirkstoffe verabreicht als mit einem hochdosierten Präparat.

2. Urtinkturen sind bewährte, wirksame pflanzliche Heilmittel. Ihre Wirkung ist eher stärker als die von hochdosierten Präparaten (der Autor hat dies in einer klinisch-pharmakologischen Studie gezeigt).
3. Daraus folgt: Für die Wirksamkeit können nicht allein die Wirkstoffe verantwortlich sein.

### Information, das homöopathische Wirkprinzip

Homöopathische Arzneimittel enthalten bekanntlich derart geringe Wirkstoffmengen, dass zwangsläufig ein immaterielles Wirkprinzip für ihre erwiesene Wirksamkeit postuliert werden muss. Man spricht dabei von Information. Es ist bekannt, dass wässrige Flüssigkeiten die Fähigkeit haben, biologische Informationen zu speichern. Es besteht die Hypothese, dass dieses Gedächtnis an die innere Struktur des Wassers gebunden ist. Im Rahmen des vorliegenden Buches kann darauf nicht näher eingegangen werden. Für Interessenten gibt es darüber umfangreiche Fachliteratur.

### Information: auch in Urtinkturen ein wichtiges Wirkprinzip

Auch in Tinkturen und Urtinkturen ist die Information ein wesentliches Wirkprinzip. Man kann sagen, dass in allen pflanzlichen Heilmitteln, die nicht konzentriert sind, die Information wichtig ist. Sobald aber ein pflanzlicher Auszug eingedickt wird (wie das bei der Herstellung von Trockenextrakten durch Verdunsten der Flüssigkeit geschieht), geht das immaterielle Wirkprinzip, die Information, verloren. Mit der Information verhält es sich wie mit dem Geistigen, das in einer Polarität zum Materiellen steht: Das Geistige benötigt Freiraum, Weite, Offenheit. Je dichter, je materieller, je enger und geschlossener ein Zustand – dies bezieht sich auf viele

Ebenen –, desto weniger Raum bleibt für das Geistige. Beispielsweise verliert ein Mensch, der sich völlig auf die Materie ausrichtet (auf Geld, Besitz und körperliche Gesundheit), mehr und mehr den Bezug zum Geistigen. Durch die Konzentrierung der materiellen Wirkstoffe gewinnt man einerseits zwar eine Verstärkung der materiell bedingten Wirkung, verliert aber andererseits das immaterielle Wirkprinzip. Wahrscheinlich vermag der Gewinn den Verlust nicht aufzuwiegen.

Urtinkturen hingegen beinhalten ein Gleichgewicht zwischen materiellen und immateriellen Wirkprinzipien.

### Die Bedeutung der Zeit bei der Herstellung von innerer Qualität

Wesen, innere Qualität und Zeit stehen in einer engen Beziehung. Stellen wir uns folgende Situation vor: Wir wollen oder müssen verschiedene Aufgaben in einem Zeitraum erledigen, der viel zu knapp bemessen ist. Wir müssten in derselben Zeit also mehr bewältigen, als mit einem angemessenen Arbeitsrhythmus, mit der uns eigenen Geschwindigkeit, möglich ist. Wir jagen und hetzen und geraten in Stress. Achten wir nun auf unsere Mitte, können wir in unserer Brust ein beengendes Gefühl, eine Beklemmung wahrnehmen. Was hat das zu bedeuten? Unsere Seele kann nicht mehr in ihrem wesensgemäßen Rhythmus frei atmen, wir fühlen uns eingeeengt. In einer solchen Situation können wir nicht mehr seelenvoll auf andere Menschen zugehen. Unser wahres Wesen ist also für die Mitmenschen nicht mehr so gut wahrnehmbar, wir haben an innerer Qualität verloren.

Was jeder einigermaßen bewusst lebende Mensch an sich selbst wahrnehmen kann, ist ein wichtiges Gesetz, das überall dort gilt, wo es um Leben und Wesen geht: Das Wesen, das Seelische offenbart sich im Rhythmus. Man denke an den Rhythmus des Herz-

schlags und der Atemzüge. Rhythmische Prozesse fördern die Qualität des Seelischen. Aber nur – und dies ist ganz wichtig –, wenn der Rhythmus innerhalb eines ganz bestimmten Bereichs liegt. Auch Arbeitsprozesse haben ihren Rhythmus. Sowohl ein zu schneller als auch ein zu langsamer Arbeitsrhythmus beeinträchtigt unsere Lebensqualität und die innere Qualität der erzeugten Produkte.

Nun leben wir nicht gerade in einer Zeit, in der man der Gefahr einer Verlangsamung ausgesetzt ist. Heute muss alles schnell gehen, denn man will möglichst viel in kurzer Zeit erledigen oder produzieren. Hinter all dem steht das Streben nach Vermehrung des Gewinns, denn »Zeit ist Geld«, sagt man. Je mehr aber die erzeugten Produkte einen lebendigen oder gar beseelten Aspekt aufweisen, desto kritischer wirken sich Beschleunigungstechnologien aus. Bei der Herstellung von Schrauben oder Nägeln beispielsweise ist nichts gegen Maschinen mit einer hohen Leistungsfähigkeit einzuwenden. Bei lebendigen Produkten wie Lebensmitteln oder Heilpflanzenzubereitungen hingegen führt jede Beschleunigungstechnologie zu einer Verminderung der inneren Qualität.

Es hat zu allen Zeiten Hersteller von erstklassigen Produkten gegeben, die um diese Zusammenhänge wussten. Ein guter Müller weiß, dass langsam (möglichst in einer Steinmühle) gemahlenes Getreide ein haltbareres, geschmackvolleres Mehl ergibt. Ein guter Bäcker weiß, dass durch langsames und intensives Kneten des Teigs und durch langsames Aufgehenlassen mit Hefe ohne Beschleunigungszusätze ein herrlich duftendes Brot entsteht. Ein Kellermeister, der Wein in höchster Qualität produziert, weiß, dass die Trauben nicht mit schnell laufenden Maschinen bearbeitet werden dürfen, die Vergärung nicht beschleunigt werden darf und der Wein eine Reifungszeit benötigt. Ein Käser weiß, dass