

# Der Seelenheiler: Odermennig

Früher galt das Wiesenkraut als vielseitige Heilpflanze – heute ist der Odermennig hauptsächlich als eine der Bachblütenessenzen bekannt, die nicht den Körper, sondern die Seele heilt.

Text: Sabine Hurni

**O**dermennig wächst fast überall in Nord- und Mitteleuropa. Seltener alleine, sondern meist in kleinen Gruppen, ziert er trockene Wiesen und Wegränder mit seinen gelben Blüten: Abwechselnd blüht eine um die andere der goldgelben Blüten rund um eine lange Ähre herum. Weiter unten in Bodennähe wachsen die fingerförmigen Blätter, deren Ränder aussehen wie ein Sägeblatt.

Diese Blattform ist besonders typisch für Rosengewächse. Was sie auch miteinander gemeinsam haben, ist der angenehme Duft, wenn man sie zwischen den Fingern verreibt.

## Anwendungen

### Heil-Aller-Welt-Tee

Drei Mal täglich 1 TL Odermennigkraut mit heißem Wasser übergießen und 10 Minuten ziehen lassen.

### Kräuterbad

200 Gramm Odermennigkraut am Vorabend in 5 bis 8 Liter Wasser ansetzen, über Nacht stehen lassen und am Morgen aufwärmen. Den Auszug in ein vorbereitetes Vollbad geben. 20 Minuten baden und danach 1 Stunde nachruhen.

### Bachblüten

Zwei Tropfen auf ein Glas Wasser über den Tag verteilt trinken.

## Tänzer auf vielen Hochzeiten

Früher galt dieses Rosengewächs als «Heil aller Welt» und wurde manchmal auch so bezeichnet («Natürlich» 3-07). Dies vermutlich wegen des breiten Spektrums an Wirkstoffen, das die Pflanze enthält. Neben ätherischem Öl und Kieselsäure sind vor allem die Gerbstoffe sowie die Tannine für die starke Wirkung verantwortlich. Sie machen Agrimonia eupatoria, wie der Odermennig auf Lateinisch heißt, zu einem grossartigen Heilmittel, das Mund-, Rachen- und Halsentzündungen bekämpft, Hautreizungen lindert und bei Durchfall eine leicht stopfende Wirkung zeigt.

Ein anderer Name des Krautes ist Leberklette. Das kommt daher, dass gelb blühende Pflanzen oft auch eine gute Wirkung auf die Leber haben. Aus diesem Grund ist der Odermennig auch eine beliebte Komponente in Magen-Darm-Tees.

## Die Blüte der Ehrlichkeit

Doch weit bekannter als das Kraut für die Teezubereitung oder für Umschläge wurde die Pflanze durch den englischen Arzt Eduard Bach. Er erkannte, dass es Pflanzen gibt, die die Psyche des Menschen positiv beeinflussen.

Eine davon ist Agrimony, so der englische Name des Odermennig. Bach gab ihr die Bezeichnung «Ehrlichkeitsblüte», die zu Menschen passt, die nach einem schweren Schicksalsschlag ihre innere Unruhe und Trauer hinter einer Fassade von Sorglosigkeit zu verbergen versuchen. Die Bachblütenessenz Agrimony kann somit einem Menschen helfen, die zur Schau

Foto: Kathrin Morf



gestellte Harmonie auch mal abzulegen und sich so zu geben, wie er sich gerade fühlt – was der Seele sicher gut tut. ■

## Rosengewächs des Monats

In dieser Serie stellt «Natürlich» kurz gefasst die heilkräftigen Mitglieder der grossen Familie der Rosengewächse vor.  
In der letzten Ausgabe: Mädesüß  
In der nächsten Ausgabe: Tormentil