

Brennnessel

Urtica



Andi Walbrunn

Klösterl-Homöopathie, Heilpraktiker,
Experte für Kräuter & Naturheil-
kunde nach Paracelsus

Jeder kennt sie und hat schon mal die Erfahrung gemacht, welche Eigenart dieses sehr wehrhafte, aber doch recht zart erscheinende Kraut hat: bereits bei der geringsten Berührung brennt es heftig auf der Haut und man wird schlagartig aus einem vielleicht gerade etwas verträumten Dahinwandeln in die Realität zurückgeholt. Plötzlich ist man hellwach und geistesgegenwärtig wie ein allzeit bereiter Krieger, dem jemand bedrohlich nahe kommt!

Diese Pflanze trägt tatsächlich in ihrem gesamten Wesen deutlich die Signatur des eisenbewehrten und überaus temperamentvollen, feurigen Kriegers. Paracelsus meinte dazu: „Wer die Brennnessel kennt, der kennt den Mars und wer den Mars kennt, der kennt das Eisen.“ Ausdrucksformen mar-sischer Kräfte in der Natur sind z. B. spitze Stacheln, gezackte Blätter, scharfe Säfte, blut- oder feuerrote Farben, leicht entzündliche Öle, explodierende Früchte, ein starkes Fortpflanzungsbestreben oder ein besonderer Bezug zu Eisen.

Die Brennnessel enthält in ihren Brennhaaren, die sich bei Berührung wie scharfe Spritzenkanülen in die Haut bohren, einen ziemlich tierischen Cocktail aus Schlangen-, Bienen- und Ameisengift ähnlichen Substanzen und Histamin, was zu den bekannten Reaktionen wie Rötung, Schmerz, Bläschenbildung, Jucken und Sensibilitätsstörung führt.

Kräuterpfarrer Künzle sagte einst: „Hätte die Brennnessel keine

Steckbrief

Inhaltsstoffe:

Chlorophyll, Mineralstoffe, Flavonoide, Eisen, Vitamine, Phytohormone (Sitosterin), in den Brennhaaren Histamin, Ameisensäure

Wirkung:

harntreibend, entzündungshemmend, vitalisierend

Anwendung:

Ausleitung und Entgiftung über die Niere, Stoffwechselerkrankungen wie Rheuma, Gicht, Allergien, nesselsuchtartigen Hautkrankheiten, Durchspülungstherapie bei entzündlichen Erkrankungen der Harnwege, Nierengrieß, Blutarmut, Erschöpfungszustände, Frühjahrsmüdigkeit, Wurzel bei Prostataadenom

Nebenwirkungen:

keine

Gegenanzeigen:

Ödeme infolge eingeschränkter Herz- oder Nierentätigkeit

Naturphilosophische Prinzipien/Kräfte:

Mars, Feuer



Stacheln, wäre sie schon längst ausgerottet worden, so vielseitig sind ihre Tugenden!“ Sie ist blutbildend, stoffwechselverbessernd, vitalisierend und sehr nahrhaft. Sie enthält viel Chlorophyll, Eiweiß, gut resorbierbares Eisen, Vitamine und Mineralien, wärmt und tonisiert mit ihrem feurig-aktivierenden Wesen und reinigt das Blut durch ihre harntreibende Wirkung.

Ihre Eigenschaften sind sehr hilfreich bei Rheuma, Gicht, Allergien, Hautunreinheiten, Harnwegsentzündung, Diabetes, Ermüdung und Erschöpfung. Ihre Samen kräftigen nicht nur alternde Männer, sind immunstärkend und milchbildend. Die Wurzel hilft gegen Haarausfall und Prostatabeschwerden.

Auf seelischer Ebene beseitigt sie Hindernisse, damit sich neue Aktivität entfalten

kann, sie entfernt das Alte, Verbrauchte und schafft Raum für Neues. Choleriker sollten sie vielleicht etwas vorsichtig verwenden.

Eine etwas drastische aber sehr wirksame Methode bei rheumatisch-schmerzhaften Gelenken ist das Peitschen mit frischen Brennnesseln, da dies die Durchblutung verstärkt und zu einer intensiven Ausleitung von abgelagerten Stoffwechselschlacken führt.

Ihre langfaserigen Stängel waren früher ein wichtiger Rohstoff für die Textilherstellung. Auch jeder Gärtner schätzt ihre bodenverbessernden und ertragssteigernden Qualitäten und einige seltene Schmetterlingsarten ernähren ihren Nachwuchs ausschließlich von ihr.