

Inhalt

Einführung – worum geht es?	9
Was ist Leben?	17
Lebewesen – eine Frage der Bindungsstärken	21
Beispiele für kollektive Lebewesen.....	23
Der Lebensbegriff.....	27
Intermezzo: Heilpflanzen für die Lebertätigkeit	
– Löwenzahn und Wegwarte	31
Der Teil und das Ganze	37
Komplexität und Kompliziertheit.....	45
Erkenntniswege und Heilung	46
Licht und Bewusstsein	48
Biophotonen.....	53
Intermezzo: Blutreiniger und Ordnungsmacher	
– Brennnessel und Bärlauch	56
Evolution als Klärungsprozess und Sinngeschehen	61
Die Bedeutung des Rhythmischen.....	62
Der Beginn des biologischen Lebens auf der Erde	70
Stabilisierung von Metastabilität	71
Eine kleine Theorie des Fühlens	74
Körper, Geist und Seele	76
Die bedeutungsschöpferische Kraft des Todes	77
Der Prozess der Artbildung	79
Der Evolution nachhelfen: Optimieren unter der Perspektive der Ganzheitlichkeit	83
Der Gesundheitsbegriff	91
Intermezzo: Heilpflanzen der Wärmeorganisation –	
Holunder und Gundermann	97
Mensch und Pflanze	103
Die Kunst geeigneter Kategorisierungen	109
Erde, Wasser, Luft und Feuer	111
Planeten-Ordnungen	114

Das Ätherische und das Astralische	116
Pflanzenfamilien	122
Wirkstoffgruppen.....	125
Intermezzo: Heilpflanzen für die Haut	
– Ringelblume und Stiefmütterchen	132
Eine kleine Philosophie des Wirkens.....	137
Wirkprinzipien in biologischen Systemen	150
Wirkstoffe	150
Information	152
Lebenskraft.....	154
Qualia	159
Der Heilungsraum.....	159
Zubereitungsformen	160
Tees und Extrakte	160
Bachblüten	163
Homöopathie.....	165
Besondere Zubereitungsverfahren	167
Alchemistische Wandlungsprozesse	168
Intermezzo: Hustenheilpflanzen – Efeu und Spitzwegerich.....	174
Semantische Chemie	179
Wasserstoff.....	180
Sauerstoff.....	181
Kohlenstoff	183
Stickstoff	185
Kalium und Natrium.....	187
Magnesium und Calcium	188
Phosphor und Schwefel	190
Selbstähnlichkeit.....	191
Intermezzo: Universalheilpflanzen – Kamille und Schafgarbe.....	196
Schlusswort.....	202
Danksagung	209
Literaturverzeichnis	211
Index	216

als Lebewesen gelten darf, die Intelligenz eines jeden anderen Lebewesens noch einmal bei weitem überschreitet.

Beispiele für kollektive Lebewesen

Bevor ich zu einem allgemeinen Lebensbegriff komme, lohnt vielleicht noch ein kurzer Blick in die Runde, was unter der Perspektive der Bindungsstärken alles als Lebewesen aufgefasst werden kann. Lebewesen sind alle Gestaltbildungen, die einen mehr oder weniger klar abgrenzbaren Kohärenz-Zusammenhang aufweisen und diesen über einen Mindestzeitraum gegenüber normalen Zufallsprozessen und Zerfallstendenzen aktiv aufrechterhalten können.

Eine jede Zelle ist zum Beispiel ein solches System. Die Reaktionen im Zellinneren verlaufen hochgradig aufeinander abgestimmt, und sie kann ihre Autonomie eine Zeit lang behaupten, auch wenn sie einmal ihr Nährmilieu verlässt. Ist eine Zelle allerdings eingebettet in einen größeren kohärent organisierten Zellverband, verliert sie ein Stück weit ihren Charakter als eigenständiges Lebewesen.

Extrem eindrucksvoll lässt sich das bei Amöben bestaunen (z.B. auf YouTube-Videos). Da schließen sich kleine Einzeller plötzlich zu einem wurmartigen Gebilde zusammen, das dann auch tatsächlich als abgestimmte Gesamtheit agiert, ähnlich wie ein Fischschwarm, nur viel kompakter. Man hat es hier mit dem Wunder eines Wurms zu tun, der sich wie aus dem Nichts heraus aus lauter Einzelteilen zusammensetzen und auch wieder in diese Einzelteile auflösen kann.

Viren sind ein besonders komplizierter Fall. Einzelne Viren sind keine Lebewesen, da in ihnen selbst keinerlei innere Prozesse ablaufen. Nur in Verbindung mit einem lebendigen Milieu entwickeln sie eine Lebensdynamik. In gewissem Sinne leihen sie sich Kohärenz aus bestehenden lebenden Systemen und klinken sich perfekt in diesen Kohärenz-Zusammenhang ein – freilich mit dem häufigen Effekt, am Ende das Kohärenzgefüge zu zerstören zugunsten eigener Vermehrung. Somit erfüllt auch die Einheit von Virus plus Zelle nicht die geforderten Bedingungen, um Lebewesen genannt zu werden. Dies ist aber erst die halbe Geschichte. Ein Virus kann auch als

Kollektiv aufgefasst werden, als die Gesamtheit aller Viren gleichen Typs (z.B. das Grippevirus). Überlebensfähig ist es nur im Gesamtverbund mit immer wieder gesund nachwachsenden Wirtszellen. Wäre ein Virus binnen kurzer Zeit zu 100% tödlich für einen Wirt, würde es sich selbst ausrotten. Überleben kann es paradoxerweise nur, wenn der Wirt ein Immunsystem hervorbringt, das ihn gegen die zellzerstörerischen Angriffe dennoch am Leben erhält. Nur so kann sich ein Gesamtgleichgewicht einstellen. Viren stabilisieren in diesem Sinne das Leben, machen es robust und wehrfähig. Sie sind in ihrer Gesamtheit eine Art verteiltes Kollektivorgan einer Spezies, die es befallen kann und die sich dagegen behaupten muss zugunsten einer insgesamt größeren Wehrfähigkeit. Damit sind sie zugleich bedeutsamer Motor der evolutionären Entwicklungsdynamik.

Ameisen- und Bienenvölker erfüllen ganz klar die Bedingungen eines lose gebundenen Lebewesens. Ähnlich wie Pflanzen oder auch Regenwürmer kann man sie durch Teilung vermehren. Sie werden nicht ganz so selbstverständlich als Lebewesen gesehen und anerkannt, weil sie über eine ungewohnt unscharfe und bewegliche Grenze verfügen.

Besonders interessant wird der Lebewesensbegriff im Pflanzenreich. Eine einzelne Pflanze ist ein klar umgrenztes kohärentes Gebilde, das sich autonom den Selbsterhalt sichert. Sie kann sogar isoliert in einen Blumentopf gestellt werden und trotzdem überdauern.

In der freien Natur tritt allerdings die einzelne Pflanze in ihrem Lebewesencharakter ein wenig zurück gegenüber der gesamten Pflanzengemeinschaft, mit der sie sich vergesellschaftet hat. Das gilt weniger für vom Menschen bepflanzte Gärten oder Parkanlagen, mehr für wild wachsende Pflanzengesellschaften. Über das Bodenleben wie auch über Düfte kommuniziert die einzelne Pflanze mit all ihren Nachbarpflanzen. Jeder Quadratmeter Boden ist mit abertausenden Samen besetzt, aber nur die wenigsten beginnen im Frühjahr zu keimen. Im Folgejahr oder wenn hinreichend lange eine bestimmte Pflanzenart den Standort dominiert hat, gehen auf einmal andere Pflanzensamen auf. Lässt man Pflanzengesellschaften über längere Zeiträume mitsamt ihrer zugehörigen Fauna ungestört wachsen, nehmen sie nach einigen Jahren zunehmend den Charakter eines eigenen Kohärenzgebildes an, werden also zu einem eigenständigen Lebewesen. Der Dschungel ist das beste Beispiel dafür. Er ist groß genug, dass er sich sogar

seinen eigenen Niederschlag erzeugen kann, indem er gigantische Mengen an Wasser verdunstet, sie wieder über sich selbst abregnen lässt und so den mineralischen Nachschub aus dem Boden sowie die gesamte Stoffwechsel-Zirkulation sichert. Das herabfallende Laub versorgt und prägt das Bodenleben und passt sich an, genauso wie umgekehrt die Vegetation sich dem Bodenleben anpasst. So zirkuliert er in sich selbst und sprudelt dabei eine größtmögliche Vielfalt an Lebewesen hervor und in ihrer Gesamtheit eine unübertroffene Vitalität, sprich Lebensfähigkeit. Das Leben feiert sich hier selber, und die Artenvielfalt ist die Feier. Sie ist das stärkste Pfund für eine unglaublich flexible Ausgleichsfähigkeit gegenüber äußeren Schwankungen. Verschwinden Arten, so schwindet auch die Ausgleichsfähigkeit und somit die Vitalität und Lebenskraft.

Natürlich ist, wie der Dschungel, auch die gesamte Biosphäre ein Lebewesen, und alle Arten, die von diesem Planeten verschwinden, erschöpfen ein wenig seine Lebenskraft, Ausgleichs- und Wehrfähigkeit. Die Biosphäre als Lebewesen wird damit dumpfer und müder, kann sich nicht mehr so gut gegen den Klimawandel erwehren, bekommt Fieber und ihre Ausgleichs- und Wehrfähigkeit nimmt ab. Das ist das eigentliche Drama des Artenschwundes.

Ein bemerkenswertes Lebewesen, das von den meisten Menschen nicht als solches erkannt wird, ist der Boden. In einer Handvoll Erde wuseln rund sechs Milliarden Einzellebewesen, die allesamt perfekt aufeinander abgestimmt eine organisierte Umbau- und Abbaugemeinschaft bilden. Jedes Kleinstlebewesen reagiert auf das umgebende Milieu, deren konstituierender Teil sie selber sind. Das Umsetzungs- und Verwandlungsvermögen des Bodens, wie er Nährstoffe löst, transportiert und umarbeitet, welche Pflanzen er ‚bestellt‘, sind alles Zeichen eines hoch lebendigen Systems, das sich auch direkt in der Veritabilität und Vitalität der für uns Menschen viel sichtbareren und ansprechenderen Pflanzen widerspiegelt.

Der bewachsene Boden ist so viel mehr als nur ein Haltesubstrat und Mineralvorrat für die auf ihm lebenden Pflanzen. Zwar können Pflanzen bei entsprechender Düngung auch auf Haltesubstrat wachsen, mit so viel Autonomie sind sie evolutionär ausgestattet, aber ihre messbare Struktur- oder Selbstorganisationskraft ist um ein Vielfaches geringer als bei Pflanzen, die auf gesunden, intakten Böden aufgewachsen sind. Rein äußerlich

kann man es den Pflanzen oft nicht direkt ansehen. Die Früchte sind dank intensiver Züchtung und Düngung groß und glänzend, auch die Gehalte an Vitaminen fallen nicht völlig aus der Norm. Aber rührt man einige Tropfen ihres Pflanzensaftes in eine Kupferchloridlösung und lässt sie eintrocknen, bilden sich charakteristische Trocknungsmuster, die eine eindeutige und selbst für Laien unmittelbar verständliche Sprache sprechen. Der Grund, weshalb viele Menschen heute oft erschöpft sind, keine vitale Ausstrahlung haben, sondern eher dumpf wirken, hat neben vielen kulturellen und gesellschaftlichen Faktoren sicherlich auch mit einer besonderen Art der Mangelernährung zu tun, indem zu wenig Strukturkräfte zugeführt werden.

Zum Abschluss dieses kleinen Überblicks, was alles als Lebewesen verstanden werden kann, soll die Weitwinkelperspektive nicht fehlen. Sie reicht über den Rand der Erde, über Gaia, hinaus, denn die Biosphäre der Erde lebt ja nicht aus sich selbst heraus, sondern wird gespeist vom Sonnenlicht und ‚gepulst‘ von kosmischen Rhythmen (Tag/Nacht, Jahreszeiten, Ebbe/Flut etc.). Wenn man die obige Definition für Lebewesen ernst nimmt, kommt durchaus in Betracht, auch das Sonnensystem als Lebewesen anzusehen. Dagegen spricht, dass es ein sehr gut isoliertes System ist, weit weit entfernt von anderen Sternensystemen und ohne besondere gegenseitige Einflussnahme. Jedenfalls für den Augenblick. Auf sehr langer Zeitskala stimmt das nicht mehr. Da verhält sich sogar der gesamte Kosmos wie ein Lebewesen, indem er in ständigem Umbau begriffen ist – ein gigantisches alchemistisches Geschehen aus Verdichtungs-, Reinigungs- und Lösungsprozessen. Die aus den Fusionsprozessen im Inneren der Sterne hinterbliebenen Aschen sind durch gewaltige Supernovae wieder ins All gespuckt worden als Ausgangsmaterial für neue Sterne und irgendwann auch Staubwolken. Die Erde selbst ist ein verdichtetes und ‚gereinigtes‘ Ascheprodukt aus den Fusionsprozessen vieler Sterne. Würde man die kosmische Evolution im Zeitraffer betrachten, wäre das ein sehr lebendiges Treiben, ein fortdauerndes Gebären und Vergehen von Sternen und Planetensystemen, den Prozessen auf der Erde nicht völlig unähnlich, nur hochskaliert auf ungleich größere Räume und Zeiten, als wie wir sie uns hier auf der Erde vertraut machen könnten. Zeit bemessen wir an den für uns relevanten Lebensrhythmen. Sie sind nicht natürlicher oder unnatürlicher als die kosmischen Rhythmen, nur anders. So, wie der Dschungel ein in sich selbst sprudelnder Quell der Artenvielfalt ist, ist auch

der Kosmos als Ganzes ein lebendiger Quell der Möglichkeitsräume, die dieselbe Tendenz nach stetig wachsender Differenzierung in sich tragen. Von daher lässt sich mit einiger Wahrscheinlichkeit vorhersagen, dass sich an vielen Orten im Kosmos weitere Stufen der Ausdifferenzierung herausgebildet haben werden, ähnlich wie auf der Erde. Die große und teuer beforschte Frage vieler Astronomen, ob wir allein im Weltall sind, stellt sich unter der hier vorgestellten Perspektive nicht. Wir sind Teil eines belebten Ganzen mit einem besonders hohen Grad an Ausdifferenzierung.

Der Lebensbegriff

Nach all den Vorüberlegungen ist es nicht mehr so schwierig, einen ursprünglichen Lebensbegriff zu bilden. Leben gibt es demnach nur einmal, und es ist letztendlich die Ausdrucksform eines dynamischen, vollständig aufeinander bezogenen Gesamtzusammenhangs. Leben beginnt nicht mit der Geburt eines Lebewesens, sondern jede Geburt ist ein Akt des Erwachens des Lebens zu sich selbst.

Wenn nun alles samt und sonders als lebendig erklärt wird, könnte das ja heißen, dass der Lebensbegriff überflüssig wird, da er keine Unterscheidung mehr zu unbelebter Materie erlauben würde. Aber so ist es nicht. Was Leben im Kern ausmacht, lässt sich in vier Worten zusammenfassen: Leben ist bedeutungsschöpferische Aktivität. Die Frage, wie Bedeutung in die Welt kommt, hat mich seit meiner Promotion umgetrieben. Damals ergab es sich, dass ich in meiner Arbeit den tiefsten Punkt einer gewölbten Fläche berechnen musste, einer fünfdimensionalen Fläche. Bei dem zu berechnenden System gab es fünf Stellschrauben, die alle so eingestellt werden mussten, dass sich eben der optimale Wert ergab. Bei einer zweidimensionalen Fläche ist das für einen Menschen eine der leichtesten Übungen. Sieht man sofort. Aber wie bringt man dem Computer ‚sehen‘ bei? Der Computer hat die gleichen Daten, aber er kann sich kein Bild daraus machen. Weil das ‚Hinschauen‘ für Menschen so einfach und gewöhnlich ist, dachte ich, es müsse ein Kinderspiel sein, diesen Vorgang des Hinschauens auf den Computer zu übertragen. Aber das geht nicht. Dazu müssten sich die Bits untereinander kennen. Bei einem Bild sind alle Bildpunkte aufeinander bezogen, sonst

wäre das Bild kein Bild. Ein Computer hat aber einfach Zeichenketten in seinen Registern stehen, und die eine Zeichenkette ‚weiß‘ nichts von der anderen. Zwar lässt sich die Differenz der beiden Zeichenketten, die ja Zahlen darstellen, bilden, und abhängig vom Vorzeichen kann er dann alternative Rechenwege einschlagen. Das klingt ein wenig umständlich, und in Alltagssprache übersetzt hieße das, der Computer würde einfach nachschauen, welche Zeichenkette den größeren Wert hätte, und auf diese Weise nach und nach Konturen im Bild erkennen. Aber Computer können eben nicht schauen oder erkennen. Sie sind bedeutungsunfähig, verfügen also über keinerlei Sinnverständnis, und niemand weiß bislang, wie man ihnen Sinn beibringen könnte. Übersetzungsprogramme mühen sich ab, die hereinpoltenden Zeichenketten, die Texte darstellen, mit anderen Zeichenketten zu korrelieren, die Textbausteine in einer anderen Sprache darstellen, und mit sehr vielen Vergleichen und Wahrscheinlichkeitsberechnungen werden dann Zeichenfolgen ausgegeben, die für den menschlichen Leser möglicherweise Sinn ergeben. Meist funktioniert das mehr schlecht als recht, und auf Zeichenketten-Vergleichsbasis ist da auch nicht viel zu löten.

Dasselbe Problem tritt bei allen technischen Apparaten auf: Mikrophone hören nicht, sie detektieren lediglich Luftdichteschwankungen, was etwas völlig anderes ist als Klang oder Krach. Kameras sehen nicht, sondern transponieren elektromagnetische Wellenlängen in elektrische Signale. Drucksensoren empfinden keinen Schmerz. Alle gebauten Apparate haben keinerlei Anteil an der bedeutungsschöpferischen Aktivität, die das Lebendige ausmacht.

Diese bedeutungsschöpferische Aktivität ist an kein Gehirn gebunden. Wer sich auf YouTube ein Pantoffeltierchen, also einen Einzeller, anschaut, erkennt sofort, dass es sich auf seine primitive Weise trotzdem sinnorientiert durch die Welt bewegt. Es scheint hier und da zu ‚schnuppern‘, ob das, was ihm begegnet, verdaubar ist, wendet sich ab, setzt seinen Weg weiter fort, und zwar so, dass es die schon beschnupperten oder abgenagten Stellen nicht unbedingt noch einmal durchsucht. Es handelt also keinesfalls zufällig. Obwohl es keine Augen hat, verfügt es über eine ungefähre Richtungsorientierung. Wenn man das sieht, glaubt man, sich in dieses Tierchen hinein-fühlen zu können, und wenn es chemischen Angriffen ausgesetzt ist, zeigt es Abwehr- oder Fluchtreaktionen. Ganz offensichtlich kann ein solcher

Einzeller schon zwischen innen und außen unterscheiden, weiß also um seine Integrität, besitzt in diesem Sinne ein primäres Bewusstsein (welches zu unterscheiden ist vom sekundären Bewusstsein, das gewöhnlich nur dem Menschen zugesprochen wird). Es hat unzweifelhaft Teil an der bedeutungsschöpferischen Aktivität.

Bedeutung kann nie aus dem Zusammenhanglosen geschöpft werden. Auf Sprache bezogen, ist es zwar ohne Weiteres möglich, ein beliebiges neues Wort in die Welt zu setzen, aber keine spontane neue Bedeutung. Das heißt aber im Umkehrschluss, dass Leben nur etwas Gewachsenes sein kann. Ich erinnere mich an ein Gespräch mit einem der führenden Robotikforscher in Deutschland. Sein eigentliches Interesse galt der Entwicklung künstlicher Intelligenz (ohne allerdings über den Intelligenzbegriff erkenntnistheoretisch nachgedacht zu haben). Da das auf Computern mit bloßen Bit-Schiebereien nicht wirklich funktionierte, verschlug es ihn zur Robotik. Menschen interagieren mit der Welt und erwerben daraus ihr Sinnverstehen. Wenn man dies auch Maschinen beibringen will, müssen sie vielleicht auch mit der Welt interagieren. Aber auch da gab es keinen qualitativen Fortschritt zu beobachten. So meinte er schließlich, biologische Systeme würden ja wachsen, und „wir haben das Wachsen noch nicht verstanden“. Genau darin liegt der Schlüssel.

Verfolgt man den Bedeutungsbegriff zurück, wo er zum ersten Mal in Erscheinung tritt, dann zeigt er sich erstaunlicherweise nicht erst bei irgendwelchen Einzellern oder RNS-Schnipseln (die von manchen Forschern als erste Moleküle des biologischen Lebens auf der Erde vermutet werden), sondern schon viel früher, bei den Elementarteilchen. Sie sind ja *da* in der Welt, und dieses *Dasein* bedeutet etwas. Es bedeutet zum Beispiel, dass sie anderen Teilchen womöglich im Weg stehen, weshalb durch ihr *Da-Sein* das Weltgeschehen ein klein bisschen anders abläuft, als wenn es sie nicht gäbe. Schon das bloße *Da-Sein* ist also bedeutungshaltig. Wenn sich viele Elementarteilchen zusammenrotten zu Atomen, Molekülen, Kristallen oder Steinen tritt kein prinzipiell neuer Bedeutungs- oder Kohärenzaspekt mehr hinzu. Nur die Qualität des *Da-Seins* selbst hat etwas mit universeller Bezogenheit und in diesem Sinne mit Kohärenz zu tun. Davon soll im nächsten Kapitel (nach einer zur Anbindung ans Sinnliche wieder zurückführenden Heilpflanzenbetrachtung) ausführlich die Rede sein. Es wird eine rein phi-

osophische Betrachtung sein, die von selbst in die Begriffswelt der Quantenphysik hineinführt.

Intermezzo: Heilpflanzen für die Lebertätigkeit – Löwenzahn und Wegwarte

Beide Pflanzen sehen äußerlich sehr verschieden aus, in der Blüte, zum Teil in der Blattform und auch in der kräftigen Pfahlwurzel hingegen wieder relativ ähnlich. Beide stammen aus der Pflanzenfamilie der Korbblütler, die zu den meistverbreiteten Pflanzenfamilien auf der ganzen Welt zählen und nur die Tropen und den hohen Norden meiden. Zu den Korbblütlern gehören Pflanzen wie Gänseblümchen, Kamille, Schafgarbe, Ringelblume, Sonnenblume, aber auch Disteln und eben Löwenzahn und Wegwarte. Gemeinsam ist allen das Gestaltbildeprinzip der Blüte, die in Wirklichkeit ein ganzes Blütenbeet ist und damit so etwas wie den Höhepunkt und die größte Vervollkommnung der pflanzlichen Blütenbildung darstellt. Um so viele winzig kleine Blüten, röhrenartig verdichtet, in so hoher Ordnung zu einem einzigen Blütenstand zusammenzufassen, bedurfte es des Durchgangs durch viele Entwicklungsstufen. Entsprechend ausgereift ist dieser Typus. Es finden sich darin kaum Giftpflanzen, kaum Schlinggewächse und keine Schmarotzer. Viele Pflanzen der Familie sind heilkräftig. Sie haben gewissermaßen eine lange Geschichte hinter sich.

Das Erstaunliche an den Korbblütlern ist, dass sie ihre verdichtete Blütenanordnung selber wieder wie eine Blüte gestalten. Dazu mussten viele Teile umgebildet werden. Die sogenannten Hochblätter bei normalen Blüten werden hier zu einem röhrigen Kelch vereint, die Sprossenden umgeformt zum Blütenboden, die äußeren Deckblätter werden Spreublätter (besonders auffällig und schön zu sehen beim Sonnenhut), die äußeren Kelchblätter wandeln sich zum sogenannten Pappus (das ist der fedrige Fallschirm, an dem später die Samen hängen, um sich vom Wind forttragen zu lassen).

Nur bei den Randblüten wird die Röhre aufgebrochen und zu einer seitlich übergroß herauswachsenden Blütenzunge umgebildet. Indem diese Zungenblüten den gesamten Blütenstand umsäumen, entsteht also wieder das Bild einer Einzelblüte, in der nun die Röhrenblütchen in der Blütenscheibe wie Staubblätter erscheinen. Meist sind die Röhrenblüten im Zentrum zwittrig, die Zungenblüten hingegen weiblich.

Bäume sucht man in der Familie der Korbblütler vergeblich. Das hängt wohl auch direkt mit der besonderen Blütenbildung zusammen. Das, was für einen Baum der Stamm ist, an dem – mitsamt seinen Verzweigungen – die Blätter aufgereiht sind, das ist für die Korbblütler der Blütenboden, eigentlich ein *Blütenstamm*, wie Rudolf Steiner es einmal genannt hat, an dem nun Blüten aufgereiht sind.

Bei manchen Korbblütlern, und so auch bei Löwenzahn und Wegwarte, ist der gesamte Blütenboden mit Zungenblüten besetzt. Zungenblüten brechen die radiärsymmetrische Form zugunsten einer Seitwärtsbewegung, die ja normalerweise dem Tierreich zugeordnet ist. Möglicherweise spielt da eine sehr alte evolutionäre Reminiszenz an das *tierpflanzliche Urdasein* hinein, denn ausgerechnet diese Korbblütler bilden Milchsäfte.

Der Löwenzahn speziell ist eine ziemlich saftige, ausgesprochen weiche Pflanze. Auch ihr hohler Stängel, der an schattigen Standorten schon einmal bis zu rund 40 cm in die Höhe heben kann, ist ausgesprochen weich. Es gibt kaum eine Pflanze, deren Stängel man verknoten kann, ohne dass er mehrfach knickt oder bricht. Bei Löwenzahn, wenn man vorsichtig ist, funktioniert das. Es ist erstaunlich, dass er trotz dieser enormen Weichheit seinen aufrechten Stand wahren und sich sogar gegen Stürme behaupten kann.

Obwohl er als Un-Kraut verschrien ist, handelt sich doch um eine ausgesprochen schöne Pflanze, jedenfalls was die Blüte anbelangt. Das intensiv und frisch leuchtende Gelb lässt im Frühjahr manchmal ganze Wiesen oder Brachflächen gelb erstrahlen.

Möchte man die Pflanze den vier Elementen Erde, Wasser, Luft oder Feuer zuordnen, so findet man von allem etwas. Es handelt sich in diesem Sinne um eine sehr ausgewogene und entsprechend vitale Pflanze. Die Zuordnung zum Element Feuer zeigt sich vor allem darin, dass sich die sonnenfarbene Blüte mit dem Sonnenlicht öffnet und schließt. Ist der Himmel hinreichend verschattet, bleibt sie den ganzen Tag verschlossen. Die kräftige, tief ins Erd-

reich dringende Pfahlwurzel deutet seine starke Verbindung zum Element Erde an. Das Weiche und Milchsaftige kündigt vom Bezug zum Wässrigen, der hohle Stängel und die spätere Luftkugel der Puste-Blume verweist auf die Nähe zum Luft-Element. Er ist in diesem Sinne nicht einseitig spezialisiert, sondern im Gegenteil an fast alle Standorte und Bodenverhältnisse anpassungsfähig. Es gibt keine zweite Pflanze, die sich so sehr von den Standortverhältnissen mitprägen lässt.

Die Vielgestaltigkeit des Blattes ist einzigartig. An schattigen Standorten kann es ziemlich lang und nahezu glattrandig bis eiförmig werden. An sehr hellen, trockenen Standorten wird das Blatt hingegen tief eingeschnitten, mit sichelartigen Zähnen bis hin zum Blattstil. Das Licht scheint die Pflanze an den Boden zu drücken. Die Blüten können mitunter direkt auf der bodenständigen Blattrosette sitzen, fast ohne Stängel.

Bemerkenswert ist, dass Löwenzahn bevorzugt auf verfestigten Böden wurzelt. So ist er vor allem in der Nähe menschlichen Wirkens in der Landschaft angesiedelt, eine sogenannte Ruderalpflanze, die der Fußspur des Menschen folgt. Mitunter fräst sich die lange und sehr feste Wurzel in engste Bodenritzen oder Bordsteinkanten hinein, wo man meinen könnte, dass sich die Pflanze da doch kaum wohlfühlen kann. Tatsächlich aber sucht der Löwenzahn geradezu die verfestigten Standorte, lockert sie auf, mitunter sprengt er sie fast auf, und bereitet so die Böden für weitere nachfolgende Besiedlungen vor. Er gehört zu den Pionierpflanzen, die den Boden vitalisieren. In einer intakten Natur kommt er viel seltener vor als in der Nähe menschlicher Besiedlungen.

Für den Menschen ist Löwenzahn, mit botanischem Namen *Taraxacum officinale*, ebenso der große ‚Bodenbereiter‘, ‚Beweglichmacher‘ oder ‚Vitalisierer‘. Er vermag verhärtete, erstarrte oder gestaute Prozesse wieder ‚aufzuschmelzen‘, beweglich zu machen, ins Fließen zu bringen und die gesamte aufbauende und verlebendigende Organisation zu fördern. Damit spricht er vor allem die Leber an, die ja das zentrale Wandlungs- und Aufbauorgan im Körper ist. Über die verbesserte Organisation der Leber normalisiert er auch die Blutbildung. Der ganze Mensch wird gewissermaßen leuchtender, lebenszugewandter und gelöster, sowohl auf physischer als auch auf seelisch geistiger Ebene. Zustände der Verbitterung wenden sich wieder ins Gelöste, Heitere, Teilnehmende. Wenn Menschen auch zu stark an etwas festhalten,

ideologisch und physisch, wenn sie versteifen, etwa in den Schultern oder in den Gelenken, im schlimmsten Fall an Rheuma leiden, dann gilt Löwenzahn als eines der besten pflanzlichen Mittel, um sich wieder mehr in den strahlenden, Himmel und Erde verbindenden, fließenden und auch leichteren Lebenszustand hineinzuwoben.

Es ist immer ein Einweben, was die Pflanzen am meisten leisten. Auch Hauterkrankungen und Ekzeme können mit Löwenzahn erweicht werden, sowohl in äußerer als auch in innerer Anwendung. Es lohnt sich dabei, sich auch vom Bild her mit der Pflanze, mit dem, was sie ausstrahlt, zu verbinden. Pflanzen gehören zu den wenigen Heilmitteln, die man wirklich lieben kann.

Beim Löwenzahn bietet sich die Zubereitung als Tee besonders an, weil der Bezug zum Wasser am meisten hervorsticht. Im Frühjahr kann man die frischen, noch hellgrünen Blätter selber sammeln (abseits von Hunderouten) und Salaten beifügen. Er schmeckt etwas bitter, nicht gerade das, was man sofort zum Lieblingsgeschmack erklären würde. Aber als klein geschnittene Zugabe ist er genial. Vergleichsweise lecker (man muss die Pflanze lieben, um sie wirklich lecker zu finden) sind vor allem die Knospen. Manchmal werden sie wie Kapern verwendet. Wenn man sich einmal an Wildkräuter-Beigaben gewöhnt hat, möchte man sie mit der Zeit nicht mehr missen. Leider hat man nur etwa einen Monat Zeit dazu, die wirklich frischen Blätter zu sammeln. Die älteren sind nicht mehr ganz so einladend.

Was in jedem Fall zu empfehlen ist, sind Frühjahrs-Teekuren mit Löwenzahn, einen Monat täglich, am besten zum Frühstück, mindestens eine Tasse. Im Französischen heißt Löwenzahn *pissenlit* = Bettenpinkler. Er regt also den Harn an und sollte daher vielleicht nicht zu dicht vor dem Schlafengehen getrunken werden.

Obwohl von der Blüte, der Wurzel, der Milchsaftigkeit und ein bisschen auch von der Blattform her dem Löwenzahn verwandt, macht die Wegwarte doch einen äußerlich zunächst einmal völlig anderen Eindruck. Sie wirkt sparrig. Das Stängelige steht im Vordergrund. Darin wirkt sie fast ein bisschen knochig. Ihre Blütenfarbe ist so ziemlich genau das Gegenteil vom sonnenhaft leuchtenden Löwenzahn. Es ist ein zartes, zurückhaltendes, wenn auch ausgesprochen schönes Himmelblau, was aber schon am frühen Nachmittag verlöscht und ausbleicht, so dass die Blüte bis zum Abend verblüht ist.

Ihr Bezug zum Licht ist ein mindestens ebenso intensiver wie beim Löwenzahn, weil sie dem Lauf der Sonne folgt, ihre Blüten nach Osten ausgerichtet und mit dem Überschreiten des Sonnenzenits auch ihren eigenen Zenit überschreitet. Passt sich der Löwenzahn an jeden Ort an, so liegt der Meisterschaft der Wegwarte (botanisch *Cichorium intybus*, was auf die enge Verwandtschaft zu Chichorée oder Radicchio hindeutet) in ihrer Anschmiegsamkeit an den Zeitverlauf. Sie ist auf eine völlig andere Weise beweglich wie der Löwenzahn. Sie geht mit der Zeit, ist die Pflanze des Augenblicks, die auch den Menschen, nicht zuletzt durch ihre Bitterkeit, ins Hier und Jetzt stellt, ihn mit dem Augenblick und für das eigene Gewahrsein empfänglicher macht.

Dem raschen Verlöschen der Blüten steht eine enorme Blühtätigkeit entgegen, die den gesamten Sommer, volle drei Monate lang, andauert. Sie ist die Dauer im Wechsel. Von den Romantikern wurde in ihr teilweise die legendäre „Blaue Blume“ gesehen, weil sie Tag für Tag ihr himmelblaues Leuchten zeigt, was so ‚erwartungs- und sehnsuchtsvoll‘ anmutet, dann wieder vergeht, aber am nächsten Tag in beeindruckender Treue und Beständigkeit wieder neu erscheint. Sie galt ihnen als Zeichen der Treue und der Liebe.

Wie beim Löwenzahn zielt auch ihre Ansprache vor allem auf die Leber. Die Leber baut um. Aufbau und Abbau gehen Hand in Hand, und das ist auch das, was die Wegwarte am besten organisieren und unterstützen kann. Vor allem verbessert sie den Prozess des Substanzaufbaus in Knochen-, Muskeln und Nerven. Sie tonisiert Blutgefäße, Schleimhäute, Augennetzhaut und die Knochenhäute.

Leider ist diese Heilpflanze heute ziemlich in Vergessenheit geraten, nicht zuletzt deshalb, weil heute immer klare Indikationen gesucht werden, die bei der Wegwarte nicht völlig eindeutig sind. Sie stößt andere Prozesse an, die nicht unmittelbar mit einem Krankheitsbild korrelieren. Verbesserte Auf- und Abbautätigkeit, mehr Präsenz erzeugen, das alles wirkt unscheinbar, nichts, von dem man sagen könnte, dass man die ‚Wirkung‘ voll gespürt habe.

Pflanzen, wie insbesondere die Wegwarte, sind Wegbegleiter, die nicht notwendig nur im akuten Krankheitsfall zuhelfe genommen werden sollten, sondern eben den eigenen Lebensweg begleiten, damit gar nicht erst kranke Ungleichgewichtszustände entstehen. Der Wert dieser Gesundheitsbeglei-

tung, der gesteigerten Achtsamkeitsbereitschaft und Präsenz, ist möglicherweise viel höher einzuschätzen als ihre Unterstützung bei akuten Leiden. Dauer im Wechsel, das ist ihr Leitmotiv. Sie hilft vor allem, das gesundheitliche Gleichgewicht zu wahren.

Der Teil und das Ganze

Die Biologie und die Medizin stagnieren in ihren Bemühungen, das Leben tiefer zu begreifen, da sie ohne Bedeutungs- oder Sinnbegriff auszukommen versuchen. Der ist für wissenschaftliche Zwecke untauglich, weil Bedeutung genau im Grenzgebiet von Teil und Ganzem entsteht – und das Ganze lässt sich leider nicht auf den Mikroskopiertisch legen. Wir alle sind Teil des Ganzen und haben somit nicht die Möglichkeit, von außen auf das Ganze zu schauen. Fragt man Menschen, insbesondere auch Ärzte oder Heilpraktiker, die ganzheitliche Behandlungen anbieten, was sie sich unter dem Begriff des Ganzen vorstellen, wird es in aller Regel ziemlich vage. Dabei lässt sich ein sehr klares, wenn auch abstraktes Bild davon zeichnen.

Fest steht zunächst nur so viel, dass das Ganze ein Eines ist. Als ein Eines verfügt es aber über keinerlei Unterscheidungsmöglichkeit. Wenn es jedoch von nichts unterschieden ist, kann es auch nicht in Erscheinung treten. Und wenn etwas nicht in Erscheinung tritt, stellt sich die Frage, inwiefern es dann überhaupt existiert. Der Existenzbegriff wird also problematisch.

Vielleicht ist es also günstiger, das Pferd von hinten aufzuräumen und mit dem Nichts zu beginnen. Auch das wird schnell schwierig; denn das Nichts soll ja etwas sein, was es nun wirklich nicht gibt. Wenn aber der Begriff des Nichts existiert, muss es mindestens einmal in Abgrenzung zu Etwas entdeckt worden sein. Also gibt es das Nichts nur im Doppelpack mit dem Existierenden. Ein absolutes Nichts lässt sich bei genauer Betrachtung nicht denken. Es wäre das Unbezogene schlechthin und damit nicht einmal benennbar. Man könnte es auch nicht frech das ‚Unbenennbare‘ nennen oder den ‚horror vakui‘, denn dann gäbe es ja schon wieder einen Bezug zu allem Benennbaren.