

# Bellis perennis L.



Auch neben dem Stamm der grossen Linde bewahrt das Gänseblümchen seine Reinheit.

## Botanik

Das Gänseblümchen (*Bellis perennis* L.), gehört zur Familie der Korbblütengewächse (Asteraceae). Es ist eine ausdauernde Pflanze, die 5 bis 15 cm hoch werden kann und mit ihrer vitalen grundständigen Blattrosette das gesamte Jahr sichtbar bleibt. Aus den leicht fleischigen, verkehrt-eiförmigen Laubblättern entspringen die blattlosen Blütenstängel an deren Spitzen die 10 bis 30 mm grossen Blüten stehen. Das Innere der Blüten ist aus gelben Röhrenblüten aufgebaut, am Rand stehen die weissen Zungenblüten, welche oft noch rosa überlaufen sein können. Die Pflanze erfreut uns fast das ganze Jahr mit ihren Blüten (Januar bis November), die Hauptblütezeit liegt aber eindeutig im Frühling. Werden die Blüten abgemäht oder abgefressen, so treiben aus der vitalen Rosette sofort wieder neue Blüten aus. Häufige Bewirtschaftung fördert die Pflanze sogar, weshalb sie sich gerne in kurzgeschnittenem Rasen vermehrt.

## Inhaltsstoffe

Zu den Hauptinhaltsstoffen von *Bellis perennis* L. gehören Triterpensaponine und Flavonoide (u. a. Glycoside des Apigenins, des Kaempferols und des Quercetins). Darüber hinaus konnten Gerbstoffe, ätherisches Öl, organische Säuren, schleimige und zuckerhaltige Verbindungen ebenfalls nachgewiesen werden.

## Verwendung

Das Gänseblümchen ist schon seit Jahrhunderten ein fester Bestandteil der Naturheilkunde und der Wildkräuterküche. Es handelt sich dabei um eine für Mensch und Tier ungiftige Heilpflanze. *Bellis* gehört zur Familie der Korbblütler (Asteraceae), zu der auch viele weitere «Wundheilkräuter» wie Arnika und Calendula gehören. Es verwundert deshalb nicht, dass die phytotherapeutischen und homöopathischen Anwendungen von *Bellis perennis* L. viele Gemeinsamkeiten mit dem Wirkungsbild von Arnika aufweisen: Verletzungen, Schwellungen, Quetschungen, Verrenkungen, Verstauchungen und Blutergüsse. Als typische Empfindung gilt ein Wundheits- und Zerschlagenheitsgefühl im Bereich der Muskulatur. Die für *Bellis* charakteristischen Symptome sind zumeist die Folgen von Überanstrengung und Überarbeitung. Eine beliebte Form der Zubereitung für die innerliche Einnahme sind alkoholische Tinkturen und homöopathische Dilutionen bis D12. Die äusserliche Anwendung auf Muskeln und Gelenke ist ebenfalls sehr gebräuchlich. In der naturheilkundlichen Fachliteratur wird *Bellis perennis* L. auch zur Behandlung von Hautkrankheiten, vor allem bei Kindern, empfohlen. In der traditionellen Frauenheilkunde liegen gute Erfahrungen bei Gebärmutterblutungen und den Folgen von operativen Eingriffen vor.

## Wesen und Signatur nach

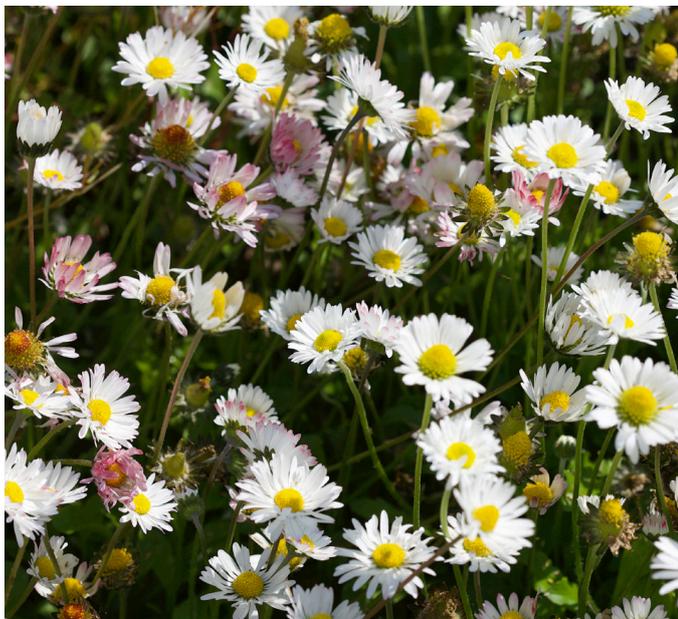
### H. & R. Kalbermatten

*Unberührtheit, Unschuld, Unversehrtheit, Kindlichkeit*

### Signatur

«Wer hat nicht als Kind Gänseblümchen gepflückt und daraus der Mutter ein Sträusschen gemacht? Klingt nicht ein ganz reiner, heller Ton in unseren Herzen an, wenn wir kleine Kinder dabei beobachten, wie sie Gänseblümchen pflücken und sich gegenseitig damit ihre Haare schmücken? Kinder fühlen eine innere Nähe zu dieser kleinen, bescheidenen Blume, die oft übersehen und getreten wird und sich dennoch ihre Unversehrtheit bewahrt. Das Gänseblümchen ist eine Rasen- und Wiesenblume. Es gehört zur artenreichen Familie der Korbblütler. Man kann den einfachen, klaren Aufbau des Blütenköpfchens wohl als Prototyp einer kindlichen Blume bezeichnen. Die Zungenblüten, beim Aufblühen rosa, werden später rein weiss, die Blütenscheibe ist ein einfacher, gelber Kreis. Wird der Rasen im Frühling zum ersten Mal gemäht

und werden dabei die Blütenköpfchen abgehauen, geht es nicht lange, bis die Pflanze wieder neue Blüten bildet, nun aber mit kürzeren Stielen. Wird der Rasen noch kürzer gemäht, passt sich dieses Pflänzchen sofort wieder an. Es scheint unverwundlich zu sein, es kennt nur eines: sein Blütenköpfchen nach oben zu recken und rein zu erhalten. Woher kommt diese Kraft, dieser Mut, dem man nichts anhaben kann? Die Pflanze hat eine ungewöhnlich widerstandsfähige Blattrosette, aus der sie immer wieder neue Kräfte mobilisiert.



*Auch nach dem Verblühen ist das Gänseblümchen noch schön.*

Die zahlreichen Blätter sind alle bodenständig und bilden eine dichte Rosette. Beim genauen Betrachten der Blattstruktur nehmen wir scheinbar unvereinbare Eigenschaften wahr: derbe, fleischige Blätter, die dennoch einen starken Glanz ausstrahlen. Darin erkennen wir den

Ausdruck von Robustheit und Vitalität. Beim Verblühen machen Pflanzen im Allgemeinen einen deutlich sichtbaren Wandel durch: Der Glanz der Farben und die Pracht der Formen weichen, die welken Blütenblätter mahnen an die Vergänglichkeit allen Lebens. Aber haben Sie schon einmal ein verblühtes Gänseblümchen gesehen? Natürlich machen sie keine Ausnahme – auch sie verblühen wie alles Leben. Doch ihnen ist es gegeben, derart diskret zu verblühen – die weissen Zungenblüten fallen ohne grosse Verfärbung rasch ab und das Gelb der Blütenscheibe nimmt das Grün des Rasens an –, dass sich die verblühten Pflänzchen wie unsichtbar in den Rasen einfügen. Das Gänseblümchen möchte also scheinbar nur Blüte sein und sich den Folgen des Fortpflanzungsprozesses (Welke und Reife) entziehen.»

### Wesen

«Das Wesen des Gänseblümchens ist auf die Bewahrung der kindlichen Unschuld und Reinheit gerichtet. Es versucht sich vor Befleckung durch schuldhaft Verstrickungen, wie sie zum Älterwerden gehören, zu behüten. Da dies letztlich unmöglich ist, scheut es sich vor der Welt der Erwachsenen. So scheu und verletztlich es auch ist, kann es dennoch große Kräfte freisetzen, um die Folgen von Übergriffen auf seine seelische und körperliche Unversehrtheit zu heilen. Im anderen Namen dieser Pflanze, Maßliebchen, kommt zum Ausdruck, dass es in der Liebe Maß hält, das heißt, es dosiert die Leidenschaftlichkeit des Liebesverlangens, es dämpft die überschießende Potenz. Das Gänseblümchen ist eine wunderbare Hilfe bei allen seelischen und körperlichen Verletzungen, die durch ungestüme Gewaltanwendung, vor allem auch durch sexuelle Aggression entstanden sind.»

---

### Referenzen

1. Hänsel, R., Keller, K., Rimpler, H. & Schneider, G. Hagers Handbuch der Pharmazeutischen Praxis Band 4 Drogen A-D. (Springer-Verlag, 1992).
  2. Madaus, G. MADAUS LEHRBUCH DER BIOLOGISCHEN HEILMITTEL BAND 1-11. (mediamed Verlag, Ravensburg, 1990).
  3. BGA/BfArM (Kommission D). Bellis perennis. Bundesanzeiger 190 a, (1985).
  4. Vonarburg, B. Homöothanik - Arzneipflanzen der Homöopathie. (Haug Verlag, 2009).
  5. Committee for veterinary medicinal products. Bellis perennis Summary Report. EMEA/MRL/663/99-FINAL (1999).
  6. Kalbermatten, R. & Kalbermatten, H. Pflanzliche Urtinkturen. (AT Verlag, Aarau, Schweiz, 2014).
  7. Kalbermatten, R. Wesen und Signatur der Heilpflanzen. (AT Verlag, Aarau, Schweiz, 2016).
- Bilder: Roger Kalbermatten, Kesswil