

Glechoma hederacea L.



Die Gundelrebe hat einen zwergenhaften Charakter.

Botanik

Der Gundermann (*Glechoma hederacea* L.) gehört zur Familie der Lippenblütler (Lamiaceae), die zumeist durch einen intensiven Duft ausgezeichnet sind. Einen intensiven Duft hat der Gundermann auch, sein Aroma ist aber ganz anders als die leichten ätherischen Düfte anderer Lippenblütler. Als erdig, warm und würzig kann man dieses Aroma beschreiben. *Glechoma hederacea* L. wird zwischen 10 und 40 cm gross und ist eine typische Pflanze des Frühjahrs. An seinem vierkantigen Stängel stehen seine kreuzgegenständigen, nierenförmig bis herzförmigen Blätter. In den Blattachseln dieser rundlich geformten Blätter erscheinen in den Monaten März bis Mai die grossen, bis 3 cm langen, blauvioletten Blüten. Nach der Blütezeit beginnt der Gundermann lange Ausläufer zu treiben, die langsam und ausdauernd die Umgebung erobern und freien Boden wie mit einer lebendigen Haut aus Pflanzen überziehen. Erst im nächsten Frühjahr beginnt er dann wieder nach oben zu treiben und bildet erneut die prächtigen Blüten aus, die die Insektenwelt und uns erfreuen.

Inhaltsstoffe

Die Gundelrebe, *Glechoma hederacea* L., enthält ätherisches Öl. Des Weiteren sind Sesquiterpenoide, Zimtsäurederivate, Flavonoide, Gerbstoffe und Triterpencarbonsäuren enthalten. Alles zusammen ergibt ein erdiger,

würzig-krautiger Geruch, der sehr charakteristisch für diese Heilpflanze ist.

Verwendung

Die Anwendung der Gundelrebe, *Glechoma hederacea* L., ist insbesondere in der traditionellen Volksheilkunde sehr weit verbreitet. So wird der Gundelrebe eine entzündungshemmende Eigenschaft zugesprochen, die man sich in der Behandlung von Magen-Darmkatarrhen, Durchfall, Erkrankungen der oberen Bronchien (auch symptomatisch bei Husten), sowie Blasen- und Nierensteinen zu Nutzen macht. Die heilige Hildegard von Bingen schrieb, dass der Mensch, dem es an Kräften mangelt, in warmem Wasser mit der Beigabe von Gundermann baden soll, oder diesen den Mahlzeiten beifügen soll. Des Weiteren setzte sie ihn bei Ohrgeräuschen, Brustschmerzen und Lungenbeschwerden ein. Für die Durchführung von Frühjahrskuren zur Reinigung und Entschlackung des Körpers über die Anregung des Gesamtstoffwechsels nach den kalten Wintermonaten ist *Glechoma hederacea* L. ebenfalls geeignet. Hieronymus Bock, einer der Väter der Botanik, nennt die Gundelrebe als ein harntreibendes, Leber und Milz öffnendes Mittel. Der Kräuterpfarfer Sebastian Kneipp nennt als Anwendung die Verschleimung der Lunge, des Magens und der Nieren.

Wesen und Signatur nach

H. & R. Kalbermatten

Loslassen und Erneuerung, Gelassenheit, lebenserweckende Wärme

Signatur

«Die Gundelrebe ist so lebendig und kommunikativ, dass sich ihr Wesen dem einfühlsamen Betrachter schon nach kurzer Zeit offenbart. Schwieriger ist es, die innere Wahrnehmung an der Signatur zu verifizieren. Mit wenigen Pflanzen habe ich so viele Stunden intensiven Studiums verbracht, ohne ihre Schlüsselmerkmale zu entdecken. Ich machte den Fehler, mich vor allem der Einzelpflanze zu widmen, studierte deren Formen und Farben bis ins Detail und konnte dadurch ihrem Wesen nicht gerecht werden. Die Gundelrebe ist keine Einzelgängerin. Sie kommt erst dann ihrem Wesen gemäss zur Geltung, wenn sie Teil eines grösseren Ganzen, eines Bestandes von gleichen Pflanzen ist. Die Gundelrebe strebt nicht nach Selbstdarstellung. Sie hebt sich nie vor dem Hintergrund ab, sondern sucht gemeinsam mit anderen die Ausbreitung in

die Horizontale. Ihr Wesen ist es mitzuschwingen mit den Rhythmen und Kräften der Natur. Die Gundelrebe kann mit den Lebenskräften in Resonanz treten und wirkt dadurch als ihr Verstärker. Um einen Gundelrebenstandort spüren wir höchste Lebendigkeit und die Gegenwärtigkeit von Elementarwesen, den so genannten Erdgeistern, die für das Pflanzenwachstum sorgen.

Betrachten wir den Bestand und schauen etwas unscharf, so nehmen wir ihn als Ganzheit und nicht nur seine Teile wahr. Wir sehen jetzt eine reiche Zahl von Rundformen, die miteinander zu kommunizieren scheinen. Das Bild wird zusammengehalten durch die rundlichen Blätter mit ihren rund gekerbten Blatträndern. Die vielen Halbkreise sind wie Elemente von Wellenlinien, von Schwingungsmustern, die durch den ganzen Bestand vibrieren und ihn zu einer Einheit verbinden. Darin zeigt sich die Fähigkeit, in Resonanz zu treten mit den umgebenden Lebenskräften. Welcher Art sind die Kräfte, mit denen die Pflanze in Resonanz tritt? Es sind die Sonnenkräfte, die auf die Verlebendigung der Erde gerichtet sind. So sind denn auch die jungen Blätter am Vegetationspunkt jeweils zu zwei flach aneinander geschmiegt, wie zwei zusammengefaltete, nach oben gerichtete Hände. Die Pflanze ist ausgeprägt warm und erdverbunden. Ihr Aroma ist würzig warm und von stark erdigem Charakter, ihre Blätter sind im Jugendstadium violett-braun überzogen und gleichen sich in ihrer Farbe oft dem rotbraunen Erdboden an.

Die Gundelrebe gehört zur Familie der Lippenblütler, eine Familie, die viele Gewürz- und Heilpflanzen hervorbringt, die in ihren typischen Aromen vor allem das Element der Sonnenwärme in Substanzform assimiliert haben. Die Gundelrebe ist die erste Art dieser Familie, die im frühen Frühling mit ihrem warmen, erdigen Aroma die Winterstarre überwindet. Die Blüten sind ausladend, sie dehnen sich sehr weit in die Horizontale, oft über die Blätter hinaus, die Oberlippe ist abgeflacht, und so wirken die Blüten wie eine Geste des Loslassens und Empfangens. Zusammenfassend kann man festhalten: Die Gundelrebe befreit vom Einzelkämpfertum. Sie hilft, die starre Idee loszulassen, alles aus eigener Kraft vollbringen zu müssen. Sie überlässt sich vertrauensvoll den schöpferischen und wundertätigen Kräften der Natur und nimmt deren Hilfe dankbar an.»

Wesen

«Die Gundelrebe steht in einer wesenhaften Beziehung zu den helfenden Naturkräften und -wesen. Sie besitzt eine Resonanz mit diesen Wesen und wirkt dadurch als ihr Verstärker. Um einen Gundelrebenbestand spüren wir höchste Lebendigkeit.

Die Gundelrebe weckt das Vertrauen in die Selbstheilungskräfte, in den eigenen Arzt in unserem Innern. Sie öffnet die Augen für die Einsicht, dass wir nicht alles selbst tun müssen, dass – wenn wir uns dafür öffnen – die Hilfe schon da ist. Das Wesen der Gundelrebe greift nie forciierend ein. Es verkörpert Gelassenheit, Geduld, innere Ruhe und das Vertrauen auf die helfenden Naturkräfte. Die Gundelrebe stärkt den Menschen in seinem Glauben an das Wunderbare, an das Leben selbst.

Die unscheinbare, zwerghafte Gestalt der Gundelrebe trägt ein höchst lebendiges Licht- und Wärmewesen in sich, das die durch innere Kälte gestockten und erstarrten Prozesse wärmend zu durchdringen und neu zu beleben vermag. Die Gundelrebe vermittelt das lösende Vermögen, Zustände, die – bewusst oder unbewusst – festgehalten wurden und dadurch nicht mehr im lebendigen Prozess der fortwährenden Veränderung stehen, zu erneuern. So können seit langem erstarrte Prozesse wiederum in den Lebensfluss aufgenommen werden. Gundelrebe beendet Winterstarre und Dunkelheit durch lösende Wärme- und Lichtkräfte und lässt so neue Lebensenergie durch die Adern fließen.»



Die Blätter des Gundelrebenbestands bilden ein Schwingungsmuster.

Referenzen

1. Madaus, G. MADAUS LEHRBUCH DER BIOLOGISCHEN HEILMITTEL BAND 1-11. (mediamed Verlag, Ravensburg, 1990).
 2. Hänssel, R., Keller, K., Rimpler, H. & Schneider, G. Hagers Handbuch der pharmazeutischen Praxis Band 5 Drogen E-O. (Springer-Verlag Berlin Heidelberg 1993, 1993).
 3. BGA/BfArM (Kommission D). Glechoma hederacea. Bundesanzeiger 109 a, (1987).
 4. Riha, O. Hildegard von Bingen - Werke- Band V- Heilsame Schöpfung - Die natürliche Wirkkraft der Dinge - Physica - Vollständig neu übersetzt und eingeleitet. (Beuroner Kunstverlag (Abtei St. Hildegard, Rudesheim/Eibingen), 2016).
 5. Kalbermatten, R. & Kalbermatten, H. Pflanzliche Urtinkturen. (AT Verlag, Aarau, Schweiz, 2014).
 6. Kalbermatten, R. Wesen und Signatur der Heilpflanzen. (AT Verlag, Aarau, Schweiz, 2016).
- Bilder: Roger Kalbermatten, Kesswil