

# Der Lavendel

Heilpflanze und Seelenschmeichler

von Claudia Heinbach



Die intensiv blauviolett blühenden Lavendelfelder der Provence sind ein Sinnbild für den Hochsommer, die aromatischen Düfte unter sonnenglühendem Himmel. Kaum jemand kann sich dem Zauber der Blüten und ihrem süßlich-herben Aroma entziehen.

Als aromatische Heilpflanze begleitet mich der Lavendel schon lange: ob als Bienen- und Besuchermagnet im Vorgarten, als Würzkräut in der Küche für sommerliche Gerichte wie Ratatouille und Aprikosentarte, als duftender Wäscheschutz in Schrank und Kommode oder als willkommene Entspannungshilfe im Tee nach einem anstrengenden Tag. Seit Jahrtausenden wird Lavendel in der Körperpflege und als Balsam für Nerven und Seele verwendet.

## Die Gestalt der Pflanze

Der Lavendel (bot. *Lavandula angustifolia*) ist eine mediterrane Bergpflanze und im westlichen Mittelmeerraum beheimatet. Der mehrjährige Halbstrauch wird bis zu 80 cm hoch und zählt zur wärmeliebenden Familie der Lippenblütengewächse (Lamiaceae). Lavendel liebt trockene und vollsonnige Standorte mit kalkhaltigen und durchlässigen Böden.

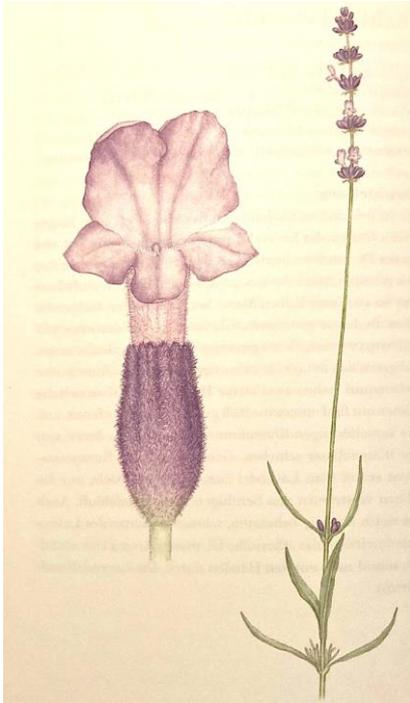
Von Juli bis September erfreuen uns die blauvioletten Blüten und verströmen einen milden, wohltuenden Duft. Von langen Ähren gehalten, grenzen die Blütenstände sich durch ihre strenge, dicht aneinandergereihte Anordnung in so genannten Scheinähren deutlich von den schmalen, silbrig glänzenden Blättern ab.

Der Blütenstand ist ganz aus dem Bereich der Blätter (vegetativer Bereich) herausgehoben, befindet sich sozusagen in „Topposition“, konzentriert in sich ätherische Öle und dominiert mit seiner Farblichkeit den Gesamteindruck des Lavendelfelds. Bis auf kleine, unauffällige Hochblätter sind die Spross-Enden praktisch blattlos.

Bevor sich die eigentlichen Blüten mit fünf unterschiedlich großen Lippen entfalten, sind die kapselförmigen, ebenfalls sich zur Blüte blaugrau verfärbenden Blütenkelche zu sehen, aus denen sich die Blütenblätter schieben. Da Lavendel kurz vor oder zu Beginn der Blütezeit geerntet wird, weil sein Duft- und Wirkstoffgehalt dann am größten ist, befindet sich die Mehrheit der Blüten noch im Knospenstadium.

## Das Wesen der Pflanze

Lavendel zählt als Lippenblütler zu den Pflanzen des Wärmehaften. Diese Pflanzenfamilie gewährt den kosmischen Wär-



mekräften in ihrer Bildung eine außerordentlichen Einfluss, lässt sich von der Sonne impulsieren. Wie alle Labiaceaen ist der Lavendel mit seine Lippenblüten, die nahezu eine Gegenform zum Insekt bilden, auch bei den Bienen sehr beliebt – so begegnen sich Wärmetier und Wärmepflanze.

Stofflich drückt sich dieses Wärmewirken im „Geruchskörper“<sup>1)</sup> der Pflanzen, in der Bildung ätherischer Öle aus. Der typische Lavendelduft geht von den Blüten, vor allem aber von den Blättern aus, die zahlreiche Öldrüsen enthalten, aus denen sich die ätherischen Öle verflüchtigen.

### Wirkweisen des Lavendels

Generell wird die Ich-Tätigkeit, vom Stoffwechsel bis zur Atmung, durch die Heilpflanzen der Lippenblütler angesprochen. Die anregende Wirkung des aufrechten Lavendels auf die Ich-Organisation ist eher sanft, auf eine zu den weichen Blät-

tern passende Weise. Sie lässt das Ich durch ihre beruhigende Wirkung erstarren.

Lavendel bewirkt beim Menschen eine Lösung der Verkrampfung im vegetativen Nervensystem. Der Duft des Lavendels wirkt klärend, reinigt das Seelengefäß und bereitet den Raum für Neues. Mit seinen Licht- und Wärmekräften wirkt der Lavendel nervenstärkend, beruhigend, schlafbringend, aber auch krampflösend, ohnmachtsbekämpfend und belebend.

Auf der körperlichen Ebene im menschlichen Organismus sorgt Lavendel für eine gute Durchwärmung und Entspannung: Der wärmeliebende Lavendel wendet sich der Sonne zu, sammelt ihre ganze Kraft und schenkt sie uns mit seinem ätherischen Öl, das die ganze Pflanze durchzieht.

Wer nun Lust bekommen hat, selbst mal wieder Lavendelduft zu schnuppern und sich von den ätherischen Ölen umhüllen zu lassen, hat eine vielfältige Auswahl.

Viel Vergnügen!

### Anwendungsgebiete in der Pflege für Lavendel:

- Waschzusatz Lavendel
- Rhythmische Rückeneinreibung mit Lavendelöl
- Rhythmische Fußeinreibung mit Lavendel
- Handgelenkeinreibung mit Lavendelöl als Einschlafhilfe
- Salbenaufgabe mit Aurum-Lavandula-Salbe
- Rhythmische Einreibung mit Solum-Öl (Moor-Extrakt mit Wärme- und Lichtkraft des Lavendels)
- Rhythmische Einreibung mit Aconit-Schmerzöl

---

<sup>1)</sup> Rudolf Steiner: Erdenleben und Sternenwirken, 9. Vortrag, GA 354, Dornach 2000