



# Tausendguldenkraut

## Das magische Kraut unserer Großmütter

Schon Hippokrates und Plinius schwärmten davon. Jetzt blüht es wieder auf den Wiesen und erinnert daran, dass seine heilsamen Wirkungen einmal mehr als „tausend Gulden“ wert waren. Das Tausendguldenkraut ist heute nicht nur ein seltener Anblick geworden. Weitgehend vergessen sind auch seine wunderbaren Anwendungen.

Früher war es schnell zur Hand, wenn der Magen drückte oder die Stimmung getrübt war. Ob Appetitstörungen, Verdauungsbeschwerden, Essstörungen, Magersucht, das äußerst bittere Tausendguldenkraut wurde immer schon bei vielen Ungleichgewichten des Verdauungsapparates verabreicht. Vor allem liefert es heute in der täglichen Ernährung sehr selten gewordene Bitterstoffe zur Unterstützung vieler Verdauungsvorgänge, vor allem des Magens, der Galle, der Bauchspeicheldrüse und des Darms.

Magenschmerzen und chronische Magenschleimhautentzündung sind prädestiniert für die Behandlung mit

Tausendguldenkraut (Ausnahme sind Magen- und Zwölffingerdarmgeschwüre!). Der extrem bittere Geschmack regt reflektorisch die Magensaftbildung und damit den Appetit an.

Wenn man aber nicht so sehr seine appetitanregende Wirkung im Auge hat, dann nimmt man das Kraut statt als Tee oder Tinktur in Kapselform ein. Am besten eine halbe Stunde vor dem Essen. Damit tritt seine verdauungsstärkende, die Darmmotorik fördernde, entzündungshemmende, entkrampfende, sekretionsfördernde, entblähende Wirkung in den Vordergrund und wird zu einer Unterstützung, die heute beinahe schon jeder benötigt. Nebenbei

wird die Galle besänftigt und einer Kolik vorgebeugt.

Begrüßenswert sind außerdem die günstigen Wirkungen der Bitterstoffe in Bezug auf Blutzuckerspiegel, Gewichtsabnahme, Entgiftung, Senkung von Cholesterin und Triglyzeriden. Ohne Bitterstoffe stimmt einfach in vielfacher Hinsicht das Gleichgewicht nicht. Selbst auf die Psyche trifft das zu! Schwache Nerven, Erschöpfung, Zaghaftigkeit, Melancholie bessern sich. Tausendguldenkraut enthält viele hormonell ausgleichende Pflanzenhormone bei seelischem Ungleichgewicht in der Pubertät, während der Menstruation, im Wechsel. Viel große Umstellungs- und Loslassphasen des Lebens sind mit seiner Hilfe viel besser zu bewältigen.

Dieses Wissen war früher in der Volksheilkunde fest verankert und wurde im täglichen Leben selbstverständlich angewendet. Das Tausendguldenkraut zählte sogar zu den besonderen „magischen Pflanzen“, denen man zutraute, echte Veränderungen bei stagnierenden Zuständen zu bewirken. Man beobachtete, dass so mancher nach langer Bettlägrigkeit damit wieder zu Kräften kam. Die Genesung nach schwerer Krankheit fällt leichter, die Vitalität kehrt schneller zurück. Selbst bei verschiedenen Erschöpfungszuständen nervösen Ursprungs oder bei Fieber ist es durch seine kreislaufanregende Wirkung wirksam. Es erhöht den Gefäßtonus, wirkt blutbildend, fiebersenkend und regt die Herzaktivität sowie den gesamten Stoffwechsel an.

Wenn Sie ihm auf einer Wanderung begegnen, würdigen Sie seine Kraft. Aber nehmen sie es bitte nicht mit. Das Tausendguldenkraut ist bedroht und steht unter strengem Natur- bzw. Artenschutz. Für Kapseln benötigtes Kraut wird im Hinterland der kroatischen Küste, wo es noch zahlreich vorkommt, als „Ethik Trade“-Projekt von Angehörigen der Roma-Volkgruppe schonend gesammelt. ✂