

RINGELBLUMEN – SONNENSTRAHLEN IM GARTEN

PFLANZE DES MONATS JULI 2010

Wenn die Tage mit Sonne geflutet werden, sind die strahlenden gelb-orange Blüten der Ringelblume nicht mehr lange verborgen. Die Blütezeit beginnt im Juni und endet mit den ersten Frosttagen des nahenden Winters. Somit gehört die Ringelblume zu jenen Pflanzen, die eine lange Blütezeit geniessen. Der Ursprung des Namens steht auch in diesem Bezug. Es ist aufgefallen, dass die Ringelblume im Vergleich zu anderen Heilpflanzen in überdurchschnittlich vielen Monaten unter dem Jahr blüht. So leitet sich der lateinische Namen «calendulae» vom Wort «calendae» ab und definiert den ersten Tag im «calendis» Monat. Somit wissen wir auch gerade welchen Ursprung das deutsche Wort Kalender hat.



Der farbliche Bezug der Blüte zur Sonne ist nicht der einzige. Am Morgen öffnet sich die Blüte der Ringelblume mit dem Sonnenaufgang und schließt sich wieder in sich zusammen, sobald sich der Tag zur Ruhe legt. In der Antike wurden solchen Beziehungen enorme Achtung geschenkt. Diese erklärt vielleicht auch die frühe Nutzung der Pflanze als Heil- und Arzneimittel. Schon im 12. Jahrhundert wurden in Europa grössere Flächen angebaut. Die Pflanze stellt an Boden und Umwelt keine Ansprüche. Als Schmuck- und Zierpflanze treffen wir in vielen Gärten auf die etwa dreißig bis fünfzig Zentimeter große Pflanze. Am besten gedeiht sie auf gut versorgten Lehmböden.

Zubereitungen aus den getrockneten Blüten wirken entzündungshemmend und fördern die Bildung von Granulationsgeweben. Im Grunde werden die Blüten ähnlich den Arnikablüten verwendet – äusserlich in Form von Aufgüssen, Tinkturen und Salben als Wundheilmittel, bei Entzündungen der Haut und der Schleimhäute, bei schlecht heilenden Wunden, Quetschungen, Furunkel und Ausschlägen.

Die Ringelblume ist Bestandteil unserer Teemischung für Stoffwechsel und Entschlackung den einige Inhaltsstoffe der Blüte (Flavonoide), fördern die Regeneration der Leber. Als Tee kann Ringelblume als Kur über eine längere Zeit unbedenklich eingenommen werden. Gegenanzeigen oder Nebenwirkungen sind bis heute nicht bekannt.

Die Ringelblume eignet sich auch für Verliebte, die sich nicht sicher sind, ob Ihr gegenüber das Gleiche empfindet. Es ist die Blume, die man klassischerweise für die Frage; «Er liebt mich, er liebt mich nicht» verwendet. Jedoch Vorsicht! Das Abpflücken der Blumen soll Gewitter heraufbeschwören.