

## Wildkräuter & Wildpflanzen

### Der Efeu

(*Hedera helix*)



Efeu ist eine immergrüne Pflanze, die mich immer wieder fasziniert. Sie blüht in einer Jahreszeit, wenn sich andere Pflanzen bereits in ihre Winterruhe begeben haben. Zwischen Oktober und Dezember sind die kleinen unscheinbar grünen Blütchen in Dolden zu sehen. Die Blüten sind in dieser Jahreszeit eine wichtige Bienenahrung, wenn viele andere Pflanzen schon verblüht sind.

Die Pflanze muss jedoch ein gewisses Alter erreicht haben, damit sie überhaupt zu blühen beginnt. Es wird von einem Alter von etwa 10 Jahren ausgegangen, bis sich Blüten überhaupt entwickeln können. Die Früchte reifen dann so gegen Februar/März. Es sind erst grüne, später schwarze Beeren an Dolden.

Die Pflanze besitzt in diesem Alter verschieden geformte Blätter. So kommen auf einem Stock die bekannte drei- bis fünffingrige Blattform vor, es gibt aber auch eine ovale bis



herzförmige Form. Die Pflanze besitzt Haftwurzeln, mittels derer sie sich an Baumstämmen und Mauern festhalten kann und sehr hoch klettern kann. Sie ist jedoch kein Schmarotzer, d.h. sie ernährt sich nicht von dem Baum, an dem sie hochklettert. Trotzdem kann es passieren, dass der Baum abstirbt, einfach aus dem Grund, weil das Efeu seine Wirtspflanze regelrecht erwürgt. Der volkstümliche Name *Baumwürger* trägt dieser Eigenschaft Rechnung.

Efeu ist giftig. Eine Vergiftung zeigt sich durch Übelkeit und Erbrechen. Bei Aufnahme grösserer Mengen von Beeren erfolgen Brechdurchfälle und Krämpfe.

Efeu ist Bestandteil von Siegerkränzen. Im Altertum war sie eine heilige Pflanze. Die Ägypter weihten mit Efeu ihren Osiris, im alten Rom wurden Pan, Demeter und Bacchus mit Efeu geweiht. Die Druiden der Kelten verehrten die Pflanze als heilige Pflanze.

Efeu ist das Sinnbild für Treue und Unsterblichkeit. Wenn er einmal irgendwo Halt gefunden hat, kann ihn nichts mehr so schnell von ihm trennen.



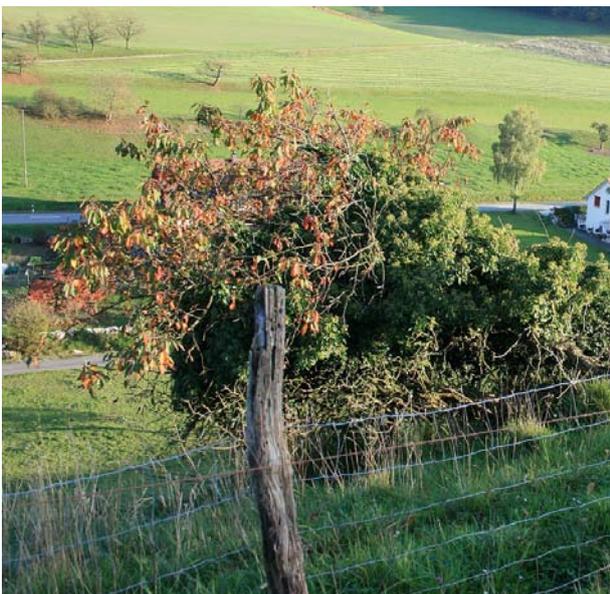
So berichtet auch die Geschichte von Tristan und Isolde: König Marke, der ursprünglich Isolde zur Frau wollte, ließ die beiden Liebenden an zwei verschiedenen Seiten der Kirche begraben, um sie auch im Tod zu trennen. Da begannen an den Gräbern Efeustöcke so hoch zu ranken, dass sie sich über dem Dach begegneten. So vereinte der Efeu die Liebenden dann doch.

Die Wirkung der Pflanze ist auswurfördernd, also hilfreich bei Erkrankungen der Atemwege. In der Volksheilkunde wird sie eingesetzt gegen rheumatische Erkrankungen. Kräuterbäder mit Efeu helfen bei Krätze und Weissfluss,



Fussbäder sind gut gegen Hühneraugen. Efeu wird auch in der Homöopathie eingesetzt. Ein altes Hausmittelchen gegen Hühneraugen ist das Auflegen von Efeublättern.

Efeu ist ein Strahlensucher. Das bedeutet, er gedeiht an solchen Stellen am besten, wo es geopathische Störzonen gibt. Wenn nun ein Efeu unter einem Kirschbaum gekeimt hat, dann kann es durchaus passieren, dass der Efeu im Lauf der Jahre die Kirsche erdrückt. Ich beobachte solche Phänomene immer wieder. Es sieht



besonders bizarr aus, wenn im Frühjahr ein paar weisse Kirschenblüten zwischen den grünen Efeublättern herausblitzen. Solche Obstbäume sind dann auch im Winter grün. Ein besonders befallener Stamm ist dann oft nicht mehr zu erkennen, bzw. es lässt sich oft nur mehr schwerlich ausmachen, welche Baumart unter dem Holz des Efeu ursprünglich mal war.

**Für die Astrologen:**

Efeu ist mehreren Planeten zugeordnet.

- **Saturn**, da sie eine Pflanze des Winters und immergrün ist. Man findet sie auch oft auf Friedhöfen, und sie gilt als Pflanze der Toten.
- **Sonne**, da er dauerhaft der dunklen Jahreszeit trotzt. Die Pflanze lässt erkennen, dass die Tür zur Unterwelt niemals ganz verschlossen ist.
- **Merkur**, da sie Ranken bildet.

Die Signatur des Efeu ist auf die Atmungsorgane bezogen, da er durch die luftige Höhe, die er erreichen kann und den Merkur dem Element Luft zuzuordnen ist. Das Wesen der Pflanze ist: Aufbrechen verhärteter Strukturen, Bewusstwerden von Schatten, Selbsterkenntnis.

«Mein» Baum ist vor zwei Jahren in einem Herbststurm umgefallen. Die Kirsche konnte es nicht mehr tragen und gab nach. Trotzdem hat der Bauer den Baum liegen lassen. Mittlerweile hat die Kirsche zweimal im Liegen Blätter bekommen und geblüht. Sie lebt immer noch.

Die Natur ist ein Wunder.

*Autor: Marie-Luise Stettler*

[www.lebensharmonie.ch](http://www.lebensharmonie.ch)

