

Wildkräuter & Wildpflanzen

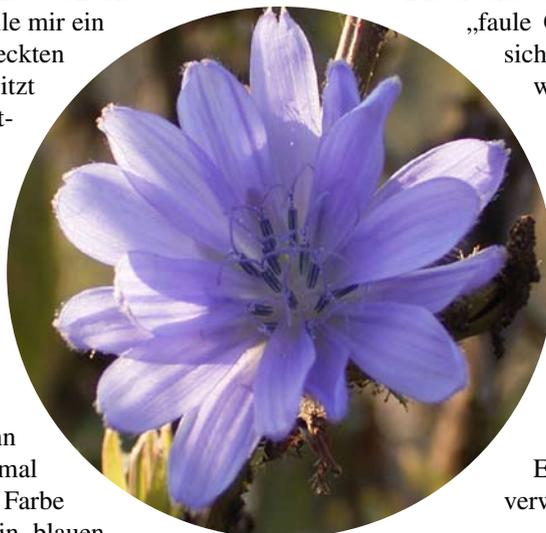
Die Wegwarte

(Cichorius intypus)

Wegwarte – schon der Name weckt Assoziationen bei mir. Ich stelle mir ein kleines Weibchen mit hochgesteckten Haaren vor, das am Wegrand sitzt und auf seine Lieben wartet. Tatsächlich wächst die Pflanze auch an Weg- und Straßenrändern. Sie „bewacht“ also die Wege und hat demnach ihren Namen nicht umsonst.

Die Pflanze mit den satten blauen Blüten gilt wohl eher als Unkraut denn als Zierpflanze, obwohl sie eine wunderbare Ausstrahlung hat. Nun kann man sagen, dass dies ganz normal ist für Menschen, die blau als Farbe lieben und ihr halbes Leben in blauen Kleidungsstücken herumgelaufen sind. Dies ist jedoch nicht allein der Grund. Die Wegwarte ist so vielfältig in ihrer Erscheinung und in ihrer Wirkung, dass sie einfach auffallen muss. Trotzdem eignet sie sich nicht als Blüte für die Blumenvase, denn sie verwelkt sehr schnell. Dies wusste ich wohl intuitiv schon als Kind und habe sie bei meinen vielen Beutezügen für Mamas Blumengefäße wohlweislich stehen lassen.

Der Name Wegwarte soll sich von einer Legende ableiten, in der ein verzaubertes blauäugiges Burgfräulein am Wegrand vergeblich auf seinen Geliebten wartet, der in den Krieg gezogen war. Im Roman *Heinrich von Ofterdingen* des romantischen Dichters Novalis sind ähnliche Motive wieder zu erkennen. Die *Blaue Blume* ist ein Sinnbild der Romantik, wobei nicht eindeutig geklärt ist, ob es die Wegwarte oder die Kornblume ist, die für die Blaue Blume Pate stand. Andere Namen sind unter Anderem Zichorie, verwunschene Jungfrau, blaue



Distel und Sonnenwendel. Die Bezeichnung „faule Gretel“ bezieht sich darauf, dass sich die Blüten am frühen Nachmittag wieder schließen und verwelken.

Der botanische Name *Cichorius* leitet sich nach Horaz aus „kio“ (gehe) und «chorion» (Feld) ab und steht in Verbindung mit dem bevorzugten Standort der Pflanze. *Intybus* wird vom lateinischen «in» (in) und «tubus» (Röhre) abgeleitet, was den hohlen Stängel kennzeichnet. Auffällig ist eine Wortähnlichkeit von Intybus mit Endivie, die mit der Wegwarte eng verwandt ist.

Bei der Wegwarte handelt es sich um eine Liebespflanze: „Wenn man am 29. Juni eine Wegwarte mit einem Hirschgeweih ausgräbt und mit der ausgegrabenen Pflanze einen Menschen berührt, so wird derjenige betört werden“, verkündet ein alter Aberglaube.

Es gibt jedoch noch mehr mystische Deutungen, so kann man an anderer Stelle lesen, dass der Schuss eines Jägers, der die Wurzel einer Wegwarte am 25. Juli mit einem

Goldstück ausgräbt, niemals sein Ziel verfehlen wird. Ein weiterer Glaube misst ihr die Funktion eines Liebesorakels bei: „Eine Wegwarte unter das Kopfkissen einer jungen Frau gelegt, lässt ihr den zukünftigen Ehemann im Traum erscheinen.“

Ein alter Spruch deutet an, dass man mit dem Kraut auch Dämonen austreiben kann:

Dost, Hartheu und Wegscheid tun dem Teufel viel leid.

Auch als Unterstützung bei der Aufklärung von Straftaten soll sie dienen. So helfe es, wenn man nach einem Diebstahl, die Wurzel in der Nacht unter das Kopfkissen



lege, so dass man vom Dieb träume. Wichtig dabei sei allerdings, die Wurzel vor Sonnenaufgang auszugraben.

Überhaupt dient die Wegwarte auch als Sonnenuhr. So öffnet sie ihre Blüten mit dem Sonnenaufgang nach Osten hin, folgt den Tag über dem Lauf der Sonne und schließt die Blüten wieder gegen Nachmittag. Je nach Sonnenintensität schließt sie sich früher oder später, bei schlechtem Wetter blüht sie länger, bei gutem Wetter kürzer, in der Regel geschieht dies jedoch gegen 14 Uhr. Jede Blüte ist nur an einem Tag geöffnet. Auf Carl von Linnés Blumenuhr steht die Wegwarte bei 14 Uhr mit dem Löwenzahn zusammen als Pflanzen, die ihre Blüten zu dieser Zeit schließen.

Die Wirkung der Pflanze ist vielfältig. Vor allem fallen die Bitterstoffe ins Gewicht, die den Gallenfluss und die Lebertätigkeit anregen. Insgesamt haben die Wirkstoffe der Wegwarte einen positiven Einfluss auf die inneren Organe. Auch eine appetitanregende und verdauungsfördernde Wirkung ist zu verzeichnen. Verwendet wird dafür vor allem die Wurzel der Pflanze.

Tabernaemontanus beschrieb ihre Wirkung mit den Worten: „Thut Widerstand aller Vergiftung“. Tatsächlich ist sie eine Entgiftungspflanze, dies machten sich bereits in früheren Zeiten die Bergarbeiter zunutze. Eine Teekur aus den Wurzeln unterstützt die Ausleitung von Schwermetallen wie Kadmium, Blei und Quecksilber. Die entgiftende Wirkung ist auch heutzutage von grossem Wert, da die Wegwarte in der Lage ist, Pestizide zu binden und somit bewirkt, dass diese ausgeschieden werden, anstatt im Blut eingelagert zu werden. Weitere Anwendungsformen des Tees sind Nierenprobleme, Rheuma, Gicht und Milzschwäche. Paracelsus empfahl sie als schweißtreibendes Mittel. Das in der Wurzel und dem Kraut enthaltende Inulin, ein Zuckerstoff, hilft Diabetikern ihre Blutzuckerwerte zu kontrollieren und stabilisiert die Darmflora. Ein Saft aus dem Kraut kann eine Behandlung bei Diabetes unterstützen. Die Gerbstoffe in der Wurzel und dem Kraut werden äußerlich bei Hautunreinheiten und Ekzemen verwendet. Eine Auflage auf die geschlossenen Augen aus dem Brei des Krautes soll Entzündungen entgegenwirken.

Eine Anwendung der Pflanze auf feinstofflicher Ebene sind Bachblüten.

Die Wegwarte ist bekannt unter dem Namen **Chicory** bei den Essenzen, die Dr. Edward Bach, ein englischer Arzt, in den 30er Jahren des letzten Jahrhunderts nach einem speziellen Verfahren entwickelte. Chicory ist die Nr. 8 der Bachblüten. Sie zählt laut Bach zu den Mitteln gegen Überbesorgtheit. So gleicht sie Menschen aus, die besitzergreifend und auf sich selbst fixiert sind und dazu neigen, übermässig zu kritisieren. Sie unterstützt selbstlose Liebe, Mütterlichkeit und das Loslassen. Eine erstaunliche Parallele ergibt sich hier mit der physiologischen Wirkung gegen Verstopfung, die ja auch einen Bezug zum „Nicht-Loslassen-Können“ hat. Die Essenz kann auch Kindern helfen ihr Selbstbewusstsein und ihre Reife und Unabhängigkeit zu stärken und so den Ablösungsprozess von der Bezugsperson zu vollziehen.

Die ausdauernde Pflanze besitzt eine Pfahlwurzel, die einen weißen bitteren Milchsafte führt. Die Pflanze wird bis zu einem Meter hoch und besitzt am Boden eine Blattrosette mit gesägten Grundblättern, ähnlich denen des Löwenzahns. Der Stängel der Pflanze ist behaart, hohl und häufig verzweigt. Die Blätter am Stängel sind oval bis lanzettlich geformt. Die meist blauen sehr selten auch weißen Blüten sind 2-3cm groß und sitzen direkt an den Verzweigungen des Stängels. Bei den Blütenblättern handelt es sich um meist doppelreihig stehende Zungenblüten in deren Zentrum die Staubblätter sitzen. Die Früchte sind 2-3mm lang, eiförmig und unscheinbar. Botanisch gehört die Wegwarte zu den Korbblütlern.

Die Blütenfarbe ist meist ein sattes Blau bis Hellblau, selten auch ein Weiß. Es heisst, dass die Wurzel der weiß blühenden Wegwarte mit dem passenden Spruch zur richtigen Zeit ausgegraben, seinen Besitzer unverwundbar und unsichtbar macht. Legt man die blauen

Blüten der Wegwarte auf einen Ameisenhaufen, werden sie rosarot. Die Säure der Ameisen verändert die Blütenfarbe.

Die Wegwarte war die Pflanze des Jahres 2009. Sie gilt aufgrund der zunehmenden Versiegelung von Flächen als gefährdet laut der Stiftung Naturschutz. Andere Quellen stufen die Wegwarte als ungefährdet ein, was auch meine Beobachtung ist.





Nachdem im 18. Jahrhundert Friedrich II. den Kaffeezoll eingeführt hatte, um zu verhindern, dass deutsches Kapital ins Ausland abwanderte, wurde die Wurzel der Wegwarte als Kaffee-Ersatz angebaut. Die getrocknete Wurzel wurde geröstet und gemahlen. Das Pulver wurde zu Zichorienkaffee oder Muckefuck (= frz. *mocca faux* für falscher Kaffee) verarbeitet. Er diente hauptsächlich dazu, den dünnen Bohnenkaffee zu strecken und dunkler zu machen. Auch heute noch ist die Wurzel unter der Bezeichnung Zichorie Bestandteil von Ersatzkaffee. Eine andere Deutung des Begriffes Muckefuck ist die, dass der Ausdruck aus dem rheinisch-westfälischen Sprachraum kommt und als Synonym für sehr dünnen Kaffee steht. Dieses Wort leitet sich in diesem Sprachgebrauch von *Mucken* (braune Stauberde) und *fuck* (faul) ab.

In Notzeiten wurde die Wurzel als Gemüse gekocht. Dazu wurde sie in Scheiben geschnitten, gewässert, um die Bitterstoffe auszuwaschen, und anschließend weich gedünstet.

Eine sehr bekannte Form der Wegwarte ist der Chicorée oder auch Brüsseler Salat. Wenn man die Wurzeln im Herbst in Humus eingräbt, mit Sand bedeckt und bei etwa 14°C Umgebungstemperatur lichtdicht kultiviert, entstehen durch den Lichtabschluss bleiche Strünke, die weniger Bitterstoffe enthalten und sich gut als Gemüse- und Salatpflanze eignen.

Für die Astrologen: Die Wegwarte wird folgenden Planeten zugeordnet:

- **Mars**, wegen der Bitterstoffe (nach Culpeper)
- **Jupiter**, wegen des trockenen und sonnigen Standortes
- **Saturn**, weil nach dem Verwelken der Blüten nur noch ein kahles Gerippe übrig bleibt.

Das Wesen der Pflanze ist Standortbestimmung, Wertfreiheit, Wahrnehmung des Augenblickes

Signatur: Durch die schnell verwelkenden Blüten zeigt die Wegwarte eine Anwendung für Menschen in der Entwicklung an.

Hermann Löns widmete ihr, wie viele andere Autoren auch, ein Gedicht:

Es steht eine Blume,
Wo der Wind weht den Staub,
Blau ist ihre Blüte,
Aber grau ist ihr Laub.

Ich stand an dem Wege,
Hielt auf meine Hand,
Du hast Deine Augen
Von mir abgewandt.

Jetzt stehst du am Wege,
Da wehet der Wind,
Deine Augen, die blauen,
Vom Staub sind sie blind.

Da stehst du und wartest,
Dass ich komme daher,
Wegewarte, Wegewarte,
Du blühst ja nicht mehr.

Marie-Luise Stettler

