

Spagyrische Pflanzentinkturen

Hintergrund

Die Herstellung spagyrischer Pflanzentinkturen/Essenzen nutzt die gesamte Energie der Pflanzen. Ziel ist die Wirkungssteigerung durch Scheiden, Reinigen und Wiedervereinen. Für diesen Prozess wird die Pflanze zum bestmöglichen Zeitpunkt geerntet, destilliert, fermentiert/vergoren und kalziniert. Aus dem Prozess entstehen sanfte Naturheilmittel, welche isoliert oder in Kombination mit Schulmedizinischen Präparaten eingenommen werden können (mit Arzt absprechen!). Sie wirken auf körperlicher und energetischer Ebene. Durch den mehrstufigen Herstellungsprozess wird neben den Inhaltsstoffen auch die Seele der Pflanze in das Heilmittel eingebunden.

Der philosophische Hintergrund der Spagyrik ist tief in der Hermetik und Alchemie der antiken Naturphilosophie verwurzelt. Zum Verständnis der Spagyrik ist es wichtig die Wortdefinitionen und Prinzipien zu verstehen.

Hermetik = ist die Theorie, der philosophische Überbau welcher sich mit der Beziehung zwischen dem Kosmos (im Sinne der Gesamtheit von Raum, Zeit, Materie und Energie) und dem Menschen befasst. Es geht um die Verbindung zwischen geistiger und materieller Welt, um Erkenntnis, um Naturverständnis und Selbsterkenntnis

Alchemie = ist die praktische Anwendung dieser Philosophie. Der Schwerpunkt liegt in der Arbeit mit Materie um diese zu veredeln. Ein weiterer Aspekt der Alchemie ist die persönliche spirituelle Weiterentwicklung

Spagyrik = ist ein ganzheitliche Naturheilverfahren, indem pflanzliche oder auch mineralische Ausgangsstoffe durch Trennen und Vereinen zu Naturheilmitteln verarbeitet werden. Hermetik und Alchemie finden hier Widerhall in Labor und Praxis. Das Verständnis um die Heilkraft der Natur verbindet sich mit der Handwerkskunst des Labors – daraus entsteht die heilsame Kraft einer spagyrischen Tinktur oder Essenz

ganzheitliche Naturheilverfahren = sind therapeutische Ansätze, die **den Menschen als Einheit von Körper, Geist und Seele betrachten**. Ziel ist die Selbstheilungskräfte des Organismus durch natürliche Mittel zu aktivieren. Der Fokus liegt neben der Symptomlinderung vor allem auf der Behandlung der Ursachen von Krankheiten.

Bis vor etwa dreihundert Jahren war die Erfahrungsheilkunde und das damit verknüpfte Heilpflanzenwissen die Basis der medizinischen Versorgung aller Menschen. Diese sogenannte Volksheilkunde wurde nicht nur isoliert aus dem Wissen der Erfahrungsheilkunde angewendet. Genauso wichtig waren die religiösen und magischen Aspekte. Religiöse Handlungen oder/und magische Rituale waren untrennbar mit der Erfahrungsheilkunde verknüpft und haben den Vorgang des Heilens/Gesundwerdens unterstützt und gefördert. Diese begleitenden Rituale waren Teil der Heilung und haben die Pflanzenheilkraft verstärkt. Gespräch und Aufmerksamkeit waren somit in früheren Zeiten Bestandteile der Patientenbehandlung. In der westlichen Medizin (mit all ihren phantastischen Segnungen und Möglichkeiten) sind diese Elemente aber etwas an den Rand gedrängt worden. Apparative und labortechnische Untersuchungen haben einen deutlich höheren Einfluss auf die Medikation als das Patientengespräch – für dieses können die Ärzte aus Kostengründen auch immer weniger Zeit aufwenden.

Ein weiterer wichtiger und wesentlicher Aspekt. In der ganzheitlichen Naturheilkunde hat die Erwartungshaltung «gib mir eine Pille, dann geht es mir besser» keinen Platz. In der Zusammenarbeit zwischen Dir als PatientIn und mir als Therapeut stehen die Themen

Lebensführung (Stresssituation), Bewegungstherapie, Phytotherapie (Einsatz von Heilpflanzen), Ernährungstherapie (Nutzung der Nahrung als Heilmittel) und manuelle Therapien eng vernetzt zueinander. Der Erfolg einer Behandlung ist sehr oft von Deiner Bereitschaft zu Veränderungen abhängig. Als Therapeut kann ich Dir dazu mögliche Wege zeigen und Dich begleiten – gehen musst Du selber. Nur Medikamente einnehmen wird nicht reichen....

Körper, Geist und Seele = sind in uns Menschen untrennbar miteinander verbunden und bilden so die Gesamtheit unseres Seins. Aus der Sicht der Hermetik werden alle Dinge des Universums durch das Zusammenwirken dieser drei philosophischen Prinzipien gebildet. Diese werden unterstützt und verschmelzen mit den fünf Elementarkräften (Feuer, Erde, Wasser, Luft und Quintessenz/Essenz) und den sieben Planetenkräften (Sonne, Merkur, Venus, Mond, Mars, Jupiter, Saturn)

Körper = Sal = ist das Feste, der Körper, das Greifbare, die Materie, die Struktur, steht für Kalzination, sind die Mineralsalze, Erde ist somit seine Elementarkraft

Geist = Mercurius = ist die Lebenskraft, das Wissen, die Kommunikation, beinhaltet das Flüchtige, das Ätherische, ist Alkohol, Luft und Wasser sind seine Elementarkräfte

Seele = Sulfur = ist das Bewusstsein, die Individualität, beinhaltet Gefühle und Emotionen, ist das Feurige und Brennende, steht für Destillieren und die ätherischen Öle, Feuer ist seine Elementarkraft

Herstellung einer spagyrischen Tinktur

nach diesem Abriss der Hintergründe widmen wir uns nun der Herstellung Deines Heilmittels. Die Pflanze/Pflanzen dazu haben wir besprochen. Du kannst die gewünschte Tinktur selbstverständlich auch in der Apotheke kaufen (Ceres Produkte wählen), aber mit einem der Aussprüche von Paracelsus «tue es, aber tue es selber» möchte ich Dich motivieren, Dein Heilmittel selber herzustellen (bis zur Vollendung ist der Einsatz einer gekauften Tinktur natürlich sinnvoll). Mit diesem Tun setzt Du Dich mit Deiner Pflanze auseinander, Du erntest, Du zerkleinerst, Du zermörserst, Du füllst Alkohol über den Pflanzenbrei, Du schüttelst täglich, Du beobachtest die Verfärbung des Alkohols, Du siehst die Pflanze – die Pflanze sieht Dich, während der ganzen Auszugsdauer von rund 30 Tagen verbindet Ihr Euch – der Geist der Pflanze im Alkohol verbindet sich mit Deiner Seele. Diese Verbundenheit wirst Du zu Dir nehmen – zu Deinem Wohl. Bei einer gekauften Tinktur hast Du diese Verbundenheit nicht – der Pflanzenauszug «kennt» Dich nicht. Dies bedeutet auf keinen Fall, dass eine gekaufte Tinktur keine Heilwirkung aufweist – sie ist einfach nicht mit Dir verbunden und ist nicht auf der Ebene einer spagyrischen Tinktur. Du hast Angst, dass es bis zur Fertigstellung zulange dauert? Guter Einwand, aber bedenke – Du setzt Dich während Woche mit Deiner Pflanze auseinander. Ihre Schwingungen gelangen während dem ganzen Herstellprozess täglich zu Dir. Zudem sind chronische Geschichten zeitintensiv in der Behandlung und damit hast Du keinen Zeitdruck. Das Sulfurprinzip wirkt ab der Ernte für Dich und Deine Gesundheit.

Mit der Anleitung hast Du einen roten Faden für Deine Heilmittelherstellung. Ich stehe Dir gerne jederzeit mit Rat zur Verfügung. Im Unterschied zu einer spagyrischen Essenz benötigst Du bei der Tinkturherstellung keine Laborausrüstung. Für den Schritt kalzinieren darfst Du gerne meine Feuerstelle und den Tontopf benutzen – dabei lässt es sich wunderbar austauschen.

Nötige Utensilien

- idealerweise die gewünschten, frisch geernteten Pflanzenteile. Da diese natürlich nur zu bestimmten Jahreszeiten in der nötigen Qualität verfügbar sind, kann alternativ getrocknetes Pflanzenmaterial eingesetzt werden
- neutralen Ethanol in Form von Grappa oder Wodka 40% (Hinweis: im Anschluss an die Herstellschritte findest Du Hinweise der Gesetzgeber für die Extraktion von Heilpflanzen sowie eine Übersicht der Löslichkeit von Pflanzeninhaltsstoffen)
- Schliffkopfgläser – diese hast Du vermutlich nicht = bei mir ausleihen oder Einmachgläser mit Bügelverschluss einsetzen (beim Einsatz von Schraubgläsern sind die Deckel heute mit Kunststoffen beschichtet. Diese können sich durch schütteln und dem Kontakt mit dem Alkohol lösen = wollen wir gar nicht, deshalb meiden)
- Schneidbrett aus Holz (nicht eines auf dem Du auch Zwiebeln und Fleisch schneidest). Nimm ein Neues und setze es nur für das Zerkleinern von Kräutern ein
- toll wäre ein Keramikmesser zum Zerkleinern – dieses zerstört die empfindlichen Wirkstoffe und Aromen nicht durch Oxidation. Im Gegensatz zu Stahlmessern sind Keramiklingen chemisch neutral
- Mörser und Stößel
- später Trichter und Kaffeefilter

Jetzt gehts los

Arbeitsschritt	Beschrieb
Pflanzenqualität	Zentraler Punkt. Nur qualitativ einwandfreie Pflanzen verwenden. Alle bräunlichen, zerfressene oder von Pilzen befallene Pflanzenteile nicht verwenden. Wichtig ist natürlich auch der Ernteort (nicht an befahrenen Strassen, auf dem Gelände von konventionell arbeitenden Bauernbetrieben – idealerweise hast Du Zugang zu einem Biogarten). Entscheidend für Deine Tinktur ist der optimale Erntezeitpunkt. Die Sonne, der Mond und auch die Planeten sind verantwortlich für die Stoffwechselprozesse in den Pflanzen. Die Wirkstoffe der Heilpflanzen verändern sich während dem Wachstum und Reifen ständig. Grosse Wirkstoffschwankungen sind deshalb normal. Der optimale Erntezeitpunkt lässt sich nur durch Beobachten und das Einhalten einiger Regeln absichern. Es ist nicht möglich, diesen in Monaten oder Jahreszeiten anzugeben. Wir haben im Laufe der einzelnen Jahreszeiten jedes Jahr andere klimatische Bedingungen. Du findest einen sehr guten Beschrieb für den Erntezeitpunkt in Ruedi Beiser Buch «Mein Heilpflanzengarten» auf Seite 78-80. Du hast es nicht? Darfst Du gerne bei mir schmökern (eine Kopie darf ich Dir aus Urheberrechtlichen Gründen nicht machen)
Zerkleinern	Die Pflanzen müssen vor der Extraktion zerkleinert werden. Dazu werden Blätter und Blüten mit dem Keramikmesser zerkleinert (Keramik reagiert nicht mit empfindlichen Pflanzen Inhaltsstoffen wie ätherischen Ölen. Stahlmesser können eine Oxidation oder sogar Geschmacksveränderung verursachen). Unmittelbar danach die Pflanzenmasse in den Mörser legen und mit etwas Alkohol übergießen. So können sich gerade die ätherischen Öle nicht verflüchtigen, weil der Alkohol diese sofort umschliesst und auffängt. Im Mörser wird die Pflanzenmasse so lange zerrieben, bis ein zähflüssiger Pflanzenbrei entstanden ist - wegen der Quellwirkung des frischen Pflanzenmaterials

	eventuell weiteren Alkohol dazugeben. Vermische nicht verschiedene Pflanzen. Es ist sinnvoller und auch wirkungsvoller Einzeltinkturen herzustellen und diese bei Gebrauch mit anderen Tinkturen zu mischen – angepasste und spezifische Rezepturen.
Abfüllen	Der Pflanzenbrei wird in ein Schliffkopfglas gegeben – maximale Füllmenge halbes Glas (bei Verwendung eines Schraubglases max. 1/3 Füllmenge ins Glas geben – siehe Hinweise bei «nötige Utensilien»). Für das Auffüllen verwendest Du einen möglichst neutralen Alkohol wie Wodka oder Grappa. Übergiesse die Pflanzenmasse mit dem Alkohol bis eine etwa kleinfingerbreite Schicht Alkohol über der Pflanzenmasse verbleibt. Damit kein Verdunstungseffekt stattfindet, das Glas gut verschliessen (Nochmals; Schliffkopfgläser sind ideal). Beachte auch, dass die Pflanzeninhaltsstoffe unterschiedliche Ethanolprocente benötigen (Harze benötigen 70% Ethanol für den Auszug). In fast allen Fällen sind 40% aber eine gute Wahl.
Auszugsdauer und schütteln	Zimmerwärme ist ideal für Pflanzenauszüge. Stelle das Glas an einen energetisch wertvollen Ort in Deiner Wohnung und lasse kein direktes Sonnenlicht darauf fallen (Oxydationsgefahr). Schüttle es mit Bedacht und guten Bedanken täglich (bei Gläser mit Schraubdeckel keine Berührung von Alkohol und Deckel). Auszugsdauer etwas ein Monat. Bei Tinkturen sind an sich keine langen Auszugszeiten nötig. Das Konzentrationsgefälle zwischen Alkohol und Pflanzenteilen nimmt während der Extraktion kontinuierlich ab. Die Sättigung bei Blüten und Blättern ist nach 7-10 Tagen erreicht, bei Wurzeln nach 10-12 Tagen. Wir wollen aber nicht nur die Inhaltsstoffe extrahieren. Die Pflanze soll Zeit haben ihren Körper aufzugeben und ihre Seele freizugeben. Dies kannst Du auch visuell sehen – die ätherischen Öle und Farbstoffe der Pflanze färben den Alkohol immer deutlicher
Filtrieren	Nach dieser vierwöchigen Mazeration wird abgegossen und filtriert. Dazu sind ein weiteres Glas, ein Trichter und Kaffeefilter nötig. Du giesst den Inhalt des Schliffkopfglases in den Trichter und lässt die Tinktur abtropfen. Am Schluss sanft nachpressen. Die Frischpflanzen Tinktur beschriftest Du und lässt sie idealerweise in einem braunen Glas ruhen. Du hast in diesem Glas eine wirkräftige Tinktur. Mit den nachfolgenden Schritten verwandelst Du diese in eine noch höhere Arznei. Dazu benötigst Du die abgeseihten Pflanzenrückstände. Diese sind unser Sal
Kalzinieren	Die abgetropften Pflanzenrückstände trocknest Du zuerst. Dies kann auf einem Keramikteller im warmen Schatten oder bei misslicher Witterung auch auf dem Dörrapparat geschehen. Danach folgt der Prozess der Aufbereitung des Sal. Aufgrund der starken Rauchentwicklung arbeitest Du dazu im Freien Die getrockneten Pflanzenreste werden in einem feuerfesten und unglasierten (vermeiden von Giftwirkung durch Glasur) Tontopf zu Asche verbrannt und weissgeglüht. Dieser Prozess des Glühens heisst Kalzination. Eine Temperatur von etwa 400 Grad ist hierbei wünschenswert. Diese Temperatur erreichst Du mit einem Muffelofen oder Du begleitest den Prozess in einem Feuer (nachlegen von Holz und Kohlen). Die Asche im Tontopf rührst und verreibst Du immer wieder. Durch diese zusätzliche mechanische Zerkleinerung wird die verkohlte

	Asche mit fortschreitender Dauer zu feiner, grauweisser Asche zerfallen. Ein gelegentliches vorsichtiges Besprengen der Asche mit destilliertem Wasser oder dem Hydrolat der Pflanze fördert das Kalzinieren (durch die Hitze verdampft das Wasser schlagartig, dehnt dabei das Material auf und «sprengt» es zusätzliche – feines Pulver entsteht). Sobald die Asche Deiner Vorstellung entspricht, ist der Vorgang abgeschlossen und Du lässt die gewonnene Asche im zugedeckten Tontopf erkalten.
Auslaugen	Danach wird die Asche mit körperwarmem, destilliertem Wasser/entsprechendem Pflanzenhydrolat in einem Laborglas aufgegossen und zugedeckt eine Weile stehen gelassen. Die wasserlöslichen Salze lösen sich in die Flüssigkeit. Diesem Prozess darfst Du gerne 1-2 Tage Zeit lassen. Da sich die Kalzinationsrückstände an den Boden des Gefässes senken, unterstützt gelegentliches schütteln das Auslaugen. Danach giesst Du die Flüssigkeit in einen mit Kaffeefilter (zwei Filter zu verwenden hat sich bewährt) ausgelegten Trichter. Nach dem Abtropfen schwemmst Du nochmals mit etwas destilliertem Wasser nach. Durch dieses Vorgehen sind die wasserlöslichen Salze von den Feces (Pflanzenrückständen im Filter) getrennt. Diese Feces nennt man caput mortuum (Totenkopf). Diesen Teil gibst Du in den Kompost. Er geht nicht ins Werk mit ein.
Verdunsten	Die abgefilterte Flüssigkeit wird durch ganz langsames eindampfen (auf dem Herd, in der Sonne oder einem warmen Ort) vollständig verdunstet. Du erhältst nun ein helles, scharf schmeckendes Salz welches das Sal Prinzip der Heilpflanze darstellt. Beim verdunsten lassen, deckst Du die Flüssigkeit ab so das nichts hineinfallen kann – der Wasserdampf muss aber entweichen können. Dieses gewonnene Salz übergiesst Du nochmals mit etwas lauwarmem destilliertem Wasser/Pflanzenhydrolat und reinigst es nochmals durch das Verdunsten. Damit hast Du das alchemistische Motto «Solve et coagula» umgesetzt Solve (löse/trenne) = zersetze feste Strukturen und löse damit das Alte auf Coagula (verbinde/füge zusammen) = forme die gereinigten Bestandteile zu einer neuen, höheren und vollkommeneren Einheit zusammen
Vereinigen	Die Tinktur und das gewonnene Salz werden in diesem Schritt vereinigt. Zelebriere diesen feierlichen Moment bei Kerzenlicht und in Gedanken mit einem inneren oder gesprochenen Dank an die Heilpflanze. Durch dieses Vereinigen sind die drei philosophischen Prinzipien auf höherer Stufe wieder neu zusammengesetzt worden. Diese gewonnene spagyrische Tinktur kann nun in einem Pelikangefäss weiter gereift und durch die laufende Verdunstung und Kondensierung weiter erhöht werden – diese andauernde Zirkulation durch verdunsten und kondensieren fördert eine intensivere Vereinigung und Durchdringung der drei Prinzipien. Die fertige spagyrische Pflanzentinktur bewahrst Du in einer braunen Tropfflasche kühl und dunkel auf. Notiere auf einer Etikette den Namen und den verwendeten Teil Deiner Pflanzentinktur, sowie das Datum der Fertigstellung

Wirkung und Einnahme

Zusätzlich zur guten Wirkung einer gewöhnlichen Tinktur, entfaltet die spagyrisch zubereitete Tinktur eine subtilere Wirkung auf Seele und Geist. Deine fertige spagyrische Tinktur enthält nun:

Sulfur = die ätherischen Öle und diverse Pflanzenfarbstoffe als Seele, Essenz und Charakter der Pflanze

Merkur = der Lebensgeist, der nach Fermentierung der Pflanzenmaische unter Zusatz von Hefe und Zucker als Alkohol in Erscheinung tritt. In der Tinktur haben wir Merkur hier von aussen in Form als Wodka zugefügt

Sal = die wasserlöslichen Mineralsalze aus der kalzinierten Pflanzensubstanz

Für die innerliche Anwendung nimmst Du 1-3 Tropfen pur oder in einem Glas Wasser ein. Bei der puren Einnahme behälst Du die Tropfen einige Zeit auf der Zunge – so wird ein Teil der wertvollen Inhaltsstoffe direkt über die Mundschleimhaut vom Körper aufgenommen.