

GOLDRUTE *SOLIDAGO*

BOTANISCHER STECKBRIEF

Familie:

Korbblütler / *Asateraceae*

Gattung:

Goldruten / *Solidago*

Arten:

Echte Goldrute / *Solidago virgaúrea*

Spätblühende Goldrute / *Solidago gigantea*

Kanadische Goldrute / *Solidago canadensis*

Unterarten:

Alpen-Goldrute / *Solidago virgaúrea ssp. minuta*

Volksnamen:

Heidnisch Wundkraut



Quellen: K. Lauber: Flora des Kanton Bern / Wikipedia

SIGNATUR:

Die goldgelben Blüten offenbaren das sonnenhafte Wesen der Goldruten. Die gelbe Farbe deutet auch auf ihren Bezug zur Leber hin, genauso wie der bevorzugte Standort, insbesondere der spätblühenden und der kanadischen Goldrute entlang von Autobahnen, Bahngleisen, auf Schuttplätzen und überwuchernd in ungepflegten Gärten. Quelle: Madejsky M. 2008, Lexikon der Frauenkräuter

Mit diesen bevorzugten Standorten und mit ihren kräftigen Kriechwurzeln die gerne auch nasse Standorte an Seen, zwischen Schilfbeständen wuchern, zeigen uns besonders auch die eingewanderten Goldruten ihren starken Bezug zu Nieren und Blase.

Allein schon ihre invasive globale Ausbreitung macht sie zu einer der wichtigsten Heilpflanzen der heutigen Zeit.

HEILEIGENSCHAFTEN:

harntreibend, entzündungswidrig, antiödematös, steinbrechend, mild krampflösend, wachstumshemmend auf *Candida*, krebsfeindlich, stimuliert die Nebennieren und regt die ACHT- Sekretion an. Quelle: Madejsky M. 2008, Lexikon der Frauenkräuter

TRADITIONELLE VOLKSHEILKUNDE:

Traditionell wird die Goldrute (heidnisch Wundkraut) als Universalheilmittel bei Mensch und Tier eingesetzt. Besonders hervorzuheben ist dabei ihre Wirkung auf die Niere (die wichtigste Nierenheilpflanze überhaupt), die Blase (bei Blasenentzündung und Reizblase) und die Anwendung als Wundheilmittel für entzündliche Prozesse. Zu erwähnen ist auch ihre Wirkung auf die Psyche. Seit Jahrhunderten wird die Goldrute bei Schockzuständen eingesetzt und verhilft zur Ausdauer in stress- und angstreichen Zeiten. Dann also wenn ein Zustand den Menschen „an die Nieren“ geht. Die Goldrute, bzw. die über hundert verschiedenen Goldrutenarten werden weltweit von indigenen Völkern als eine der wichtigsten Heilmittel verwendet.

Quelle: Bühring U. 2011: Alles über Heilpflanzen/ Vonarburg B. 2010 Energetisierte Heilpflanzen

Verfasserin: Beatrice Bissig-Odermatt, Kräuterspezialistin und Bäuerin

Betrachtung der Goldrute inspiriert durch meine Weiterbildung „Ethnobotanik und Ethnomedizin“ an der Universität Zürich 2020

DAS WESEN DER SPÄTBLÜHENDEN GOLDRUTE EINE PERSÖNLICHE ANNÄHERUNG UND BIOKULTURELLE BETRACHTUNG

Ich kenne die Goldrute schon aus meiner Kindheit. Die nordamerikanischen Arten die in den 70er und 80er Jahren sehr populär in unseren Hausgärten und Staudenrabatten waren, haben mich immer schon beeindruckt. Ihre Lebenskraft ist enorm. Einmal gepflanzt breiten sie sich unentwegt aus, überrollen alles um sich herum und ihre Wurzeläusläufer kennen fast keine Grenzen. Inzwischen haben sie erfolgreich die Gärten verlassen und bedecken ganze ehemalige Schutthalden, Hochmoorflächen und Autobahnböschungen. Welche anderen Gartenpflanzen machen ihnen das nach? Das sind höchstens eine Handvoll. Genau dieser Umstand weckt mein besonderes Interesse.

Unsere Welt verändert sich stetig und damit auch unsere Bedürfnisse, unsere Sichtweisen und unsere Umgebung. Und da wir, unsere Umwelt und wir Menschen, in einer biokulturellen Diversität zusammenleben, das heisst in gegenseitiger Abhängigkeit zueinander, verändert sich alles immer in sich stimmig. Unsere Bedürfnisse und Krankheiten sind längst nicht mehr die wie vor tausend oder vor fünfhundert Jahren. Auch unsere Flora und Fauna hat sich verändert - alles hat sich verändert. So wird unser Landschaftsbild heute von vornehmlich gelbblühenden Pflanzen geprägt: z.B. Huflattich, Löwenzahn, Goldrute.

Pflanzen die sich mit uns verändern, also dem Klimawandel, der zunehmenden Luftverschmutzung, der modernen Bodenbearbeitung und der Globalisierung standhalten, von deren Strategie können wir am Meisten lernen.

Der Standort der Goldrute ist ausserordentlich vielseitig. Ihre Verbreitung auf vom Mensch veränderten Bodenstrukturen beeindruckt mich. Der Goldrute wird eine stark kanalisierende Eigenschaft auf verdichtete und vernässte Standorte nachgesagt. Alle Pflanzen die sich auf solchen Böden wohlfühlen, haben in der Pflanzenheilkunde einen starken Bezug zu unseren Entgiftungsorganen wie Leber und Niere. In der traditionellen Heilpflanzenanwendung, gilt sie als Nummer eins bei Nierenleiden, wird eingesetzt bei Wasserstauungen der Organe und gilt als vorzügliches Blasenheilmittel. In der Homöopathie wird „Solidago“ für Nieren, Blasen, Lungenbeschwerden und entzündliche Prozesse in Gelenken und Muskeln verwendet, die sich durch Druck verschlechtern. Als Urtinktur hilft „Solidago“ bei Nieren und Blasenbeschwerden. Zudem wird sie angewandt für Menschen die ängstlich sind, eine schwache oder blockierte Lebensenergie haben und sich isolieren.

Bei meinen Begegnungen mit der spätblühenden Goldrute beobachtete ich folgendes:

„Mit meinen Augen betrachtet sehe ich eine lebensstarke Pflanze, die sich sehr flexibel ausbreitet, gar nicht ängstlich, viel eher kraftvoll und beharrlich. Die gelbe Farbe ihrer Blüten weckt in mir Lebensfreude und Glücksgefühle, Fröhlichkeit und Leichtigkeit. Mit meiner Nase gerochen verstärken sich die Glücksgefühle, der Duft ist blumig, nicht aufdringlich aber stark. Die unübersehbare Blütenpracht zieht unglaublich viele Insekten an. Scheinbar eine einladende, freundliche Pflanze die gerne Gesellschaft hat. Die Goldrute ist zu allen Teilen essbar. Mit meinem Gaumen geschmeckt empfinde ich die Goldrute als würzig und kräftig. Die jungen Blätter scheinen mir durchaus passend auf einem Frühjahrs-Salatteller. Das Ernten der weichen, jungen Blätter und Blüten kann der Lebenskraft der spätblühenden Goldrute nichts anhaben. Sie hat keine Probleme mit Teufen, das fühlt sich für mich ausserordentlich gesellschaftstauglich an.“

Hinweis:

Die nordamerikanischen Goldruten gelten in der Schweiz als zu bekämpfende Neophyten . Es ist verboten sie anzupflanzen oder zu vermehren. Goldruten werden aktuell vom Staat mit viel Aufwand und Chemie bekämpft. Swissmedic regelt in der Schweiz das Nutzungsrecht aller Goldrutenarten folgendermassen: Es ist volkshelkundlich arbeitenden Herbalisten in der Schweiz nicht erlaubt Goldruten zu verarbeiten und zu verkaufen. Swissmedic behält sich das Nutzungsrecht vor.