

Galanga / Galan.

(Echter Galgant, *Alpinia officinarum* HANCE)



Pflanze:

Der Echte Galgant gehört zur Familie der Ingwer-
gewächse und stammt aus China und Thailand. Mit-
terweile wird er in ganz Südostasien angebaut. Die
Pflanze ist mehrjährig und kann eine Wuchshöhe von
1,5 Metern erreichen. Besonders im Wurzelstock fin-
den sich aromatische Inhaltsstoffe und ätherische Öle,
die den Galgant zu einem wichtigen Gewürz in der asi-
atischen Küche machen. In Mitteleuropa wurde Gal-
gant vor allem durch die Schriften von Hildegard von
Bingen bekannt.

Name und übliche Potenz

der pharmazeutischen Zubereitung:

Galanga spag. Zimpel Ø

Verwendete Pflanzenteile:

In der Regel der getrocknete und geschnittene
Wurzelstock.

Wirkaspekte:

phytotherapeutisch, aromatherapeutisch

Eigenschaften:

- appetitanregend
- magenstärkend
- verdauungsanregend
- krampflösend
- entzündungswidrig
- antimikrobiell
- stärkend, anregend
- kreislaufstabilisierend
- herzstärkend
- vegetativ stabilisierend
- nervenstärkend

Indikationen:

- Appetitlosigkeit
- Verdauungsschwäche
- Roemheld-Syndrom

- Blähungskoliken
- fieberhafte Infektionen mit Schwächezuständen
- Herz- Kreislaufstörungen
- Herzschmerzen
- Schwindel
- Schnarchen
- niedriger Blutdruck
- Ohnmachtsneigung
- Menstruationsstörungen adipöser Frauen
- sexuelle Schwäche

Wirkprofil im körperlichen Bereich:

Galanga ist eine verdauungsfördernde, anregende und herz-kreislaufstärkende Essenz. Sie wirkt stark auf die Verdauungsdrüsen und sorgt für eine gute Sekretproduktion, um eine optimale Verdauungsleistung von Magen und Darm zu gewährleisten. Aus diesem Grund wird das Mittel gerne bei schwachem Appetit mit Verdauungsstörungen eingesetzt. Da Galanga zudem über eine krampflösende Eigenschaft verfügt, kann man die Essenz auch bei krampfhaften Bauchschmerzen bis hin zu Blähungskoliken verabreichen. Hilfreich ist sie zudem bei fieberhaften Infekten jeder Art. Hier dient sie der Stärkung der Körperkräfte, damit die Erkrankung rasch und problemlos ausgeheilt werden kann. Galanga ist grundsätzlich eine kräftigende und anregende spagyrische Essenz. Das zeigt sich auch im Bereich von Herz und Kreislauf. Galanga passt u.a. bei anfallsartigen Herzschmerzen, niedrigem Blutdruck, Schwindel und Ohnmachtsneigung. Ausserdem kann die Essenz zur unterstützenden Behandlung von chronischem Schnarchen verwendet werden, ebenso bei sexueller Schwäche. Bei Frauen hilft Galanga bei Störungen der Menstruation mit krampfhaften Schmerzen und allgemeiner Erschöpfung. Besonders Frauen, die zu Übergewicht und Verdauungsschwäche neigen, können hierbei von Galanga profitieren.

Transformationsziele:

- Die Verdauungskraft anregen und für stabile Funktionen von Magen und Darm sorgen.
- Körperliche Energien stärken, um akute Erkrankungen rasch und komplikationslos zu überstehen.

- Herz und Kreislauf widerstandsfähig gegen Störreize machen und die Funktionen stabil halten.

Wirkprofil im seelisch-geistigen Bereich:

Mit der spagyrischen Pflanzenessenz Galanga ist das Thema der Selbsterkenntnis verknüpft. Die Essenz kann immer dann hilfreich sein, wenn Menschen wenig Bezug zur eigenen Persönlichkeit entwickelt haben und immer wieder mit der bohrenden Frage «Wer bin ich?» konfrontiert werden. Sie erleben sich oft als «Rädchen im Getriebe» des Alltags, ohne ihre eigene Identität und Selbstbestimmung wahrnehmen zu können. So kommt es manchmal zu Situationen, in denen sie sich selbst fremd sind oder ihre eigenen Gefühle, Gedanken und Handlungen ihnen unwirklich erscheinen. Dann fühlen sie, dass es noch verborgene Seiten in ihnen gibt, zu denen sie bislang keinen Zugang gefunden haben. Grund dafür ist nicht selten ein Verharren in alten Mustern, die häufig schon in der Kindheit «eingepflichtet» wurden. So entstand ein Selbstbild, das das Leben nun einengt und keine Entwicklungschancen zulässt. Mit dazu bei trägt auch, dass diese Menschen wenig Mut und Durchsetzungskraft haben und unter einem Mangel an Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen leiden.

Transformationsziele:

- Sich für die verborgenen Seiten der eigenen Persönlichkeit öffnen und sie vertrauensvoll annehmen.
- Alte seelische Verhärtungen erkennen und sie auflösen können.
- Selbstvertrauen und ein gutes Selbstwertgefühl aufbauen.