

# Verbena / Verbe.

(Echtes Eisenkraut, *Verbena officinalis* L.)



## Pflanze:

Das Echte Eisenkraut ist eine Pflanze aus der Familie der Eisenkrautgewächse. Die eher unscheinbare Pflanze mit einer Wuchshöhe von bis zu 70 cm stammt ursprünglich aus Europa, ist durch die menschliche Zivilisation mittlerweile jedoch weltweit verbreitet. Das Echte Eisenkraut wächst gerne an sonnigen und geschützten Standorten auf sandigen Lehm- und Tonböden. Es gilt als Kulturbegleiter und ist seit der Jungsteinzeit in der Nähe menschlicher Siedlungen nachweisbar. Als Heilpflanze wurde sie sowohl im Mittelmeerraum als auch bei Kelten und Germanen hoch geschätzt.

## Name und übliche Potenz

### der pharmazeutischen Zubereitung:

Verbena spag. Zimpel Ø

## Verwendete Pflanzenteile:

In der Regel die frischen oberirdischen Teile zur Blütezeit.

## Wirkaspekte:

phytotherapeutisch

## Eigenschaften:

- stärkend
- aufbauend
- blutbildend
- stoffwechsellanregend
- ausscheidend
- leberstärkend
- entzündungswidrig
- wundheilend

## Indikationen:

- Erschöpfungszustände mit rascher Ermüdung
- Blutarmut
- chronischer Eisenmangel
- verzögerte Rekonvaleszenz
- Entzündungen und Infektionen der Atemwege
- fieberhafte, grippale Infekte
- Leber-Gallenschwäche

- Nierenschwäche
- Ödeme
- Muskel- und Gelenkrheumatismus
- Gicht
- Periodenbeschwerden
- Wechseljahrbeschwerden
- Folgen von Verletzungen (Schnittwunden, Brandwunden, Blutergüsse)
- Nervenschwäche

### **Wirkprofil im körperlichen Bereich:**

Die spagyrische Essenz Verbena ist vor allem blutwirksam und fördert einen gesunden Blutaufbau. Die Folgen von Blutarmut und Eisenmangel sowie damit einhergehende Schwäche- und Erschöpfungszustände gehören somit zu den wichtigsten Einsatzgebieten dieser Essenz. Auch nach Krankheiten unterstützt Verbena eine gute Rekonvaleszenz und Wiederherstellung der Kräfte. Zudem ist die Essenz stoffwechselwirksam und fördert die Ausscheidungs- und Entgiftungsfunktionen von Leber, Galle und Nieren. Rheumatische Schmerzsymptome werden ebenfalls gelindert, wenn sie mit Schwächen dieser Stoffwechselorgane in Verbindung stehen.

Ein entzündungswidriger Effekt macht Verbena zu einem ergänzenden Mittel in der Behandlung von Atemwegserkrankungen und fieberhaften Infektionen, besonders wenn damit eine grosse Schwäche einhergeht. Ein weiteres Einsatzgebiet der Essenz sind gynäkologische Beschwerden der Frauen, vor allem bei unregelmässiger, schmerzhafter Periode und Problemen während der Wechseljahre. Auch hier ist eine Verbindung zu Schwächesymptomen für den Einsatz der Essenz massgeblich. Schliesslich kann mit Verbena die Wundheilung angeregt werden. Man setzt die Essenz u.a. ein bei Blutergüssen, Schnittwunden, Brandverletzungen und zur Unterstützung einer geschwächten Wundheilung, z.B. bei chronischen Wunden und Geschwüren.

### **Transformationsziele:**

- Bei und nach Belastungen den Organismus mit neuer Energie versorgen und frische Kräfte aufbauen können.
- Geschwächte und erschöpfte Stoffwechselprozesse von Leber und Nieren anregen und stärken.
- Schwächezustände bei Periodenbeschwerden und in den Wechseljahren überwinden können.

### **Wirkprofil im seelisch-geistigen Bereich:**

Verbena neigt zu einem widersprüchlichen Wesen. Einerseits besteht eine deutliche Tendenz zu psychischer Erschöpfung und Energielosigkeit mit Neigung zu depressiven Reaktionen. Andererseits hat die Essenz aber auch einen starken Bezug zu emotionaler Überreiztheit mit Impulsivität. Dabei spielt das Thema Traumatisierung eine besondere Rolle.

Diese Menschen fühlen sich schnell verletzt. Sind Gefühlsverletzungen eingetreten, dann werden sie lange nachgetragen. Man kann sich nicht von diesem negativen Erlebnis lösen und wird auf psychischer Ebene lange von ihm beherrscht. Sie sind schnell dabei, jemandem «den Krieg zu erklären», haben aber grosse Mühe, sich zu versöhnen und wieder Frieden zu schliessen. Verbena sieht sich einem ständigen Druck ausgesetzt und zu Kampf und Auseinandersetzung mit der Umwelt gedrängt. Dabei besteht der Hang zu Fanatismus und übersteigter Gereiztheit. Oft werden aber die Kräfte unnütz vergeudet, ohne dass positive Lösungen erreicht werden. Dies überfordert auf Dauer auch die geistigen Kräfte und führt zu mentaler Erschöpfung, Niedergeschlagenheit und Resignation.

### **Transformationsziele:**

- Psychische Angriffe und Verletzungen schnell und vollständig überstehen und ausheilen können.
- Seine Energien gezielt dort einsetzen wo es notwendig und sinnvoll ist.
- Bei Konflikten den Mut zur Aussöhnung aufbringen können.