

Yamswurzel / Lichtwurzel

Unterstützung im Klimakterium - Phytotherapie

Die Yamswurzel ist bekannt in der Naturheilkunde als unterstützendes Mittel im Klimakterium. Die Lichtwurzel gehört zur selben Familie wie die Yamswurzel, sie macht zur Zeit Karriere in Deutschland, findet sich immer mehr in Kräutersalzen oder getrocknet in Bioläden wieder. Das liegt daran, daß der Begründer der Anthroposophie, Rudolf Steiner, geäußert hat, daß diese Pflanze besonders viel Licht speichern kann, ein Licht, das der Lebensenergie entspricht. Von diesem Licht soll in konventionell angebautem Gemüse sehr wenig enthalten sein, so daß uns die Lichtwurzel gut tut als "Licht-Nahrungsergänzungsmittel". Ich behandle hier die Yamsorten gemeinsam, man kann davon ausgehen, daß die Lichtwurzel den genannten Indikationen entspricht, nur in verstärkter Weise.

Yams bei Koliken und übererregtem Parasympathikus - Homöopathie

In der Homöopathie wird die Yamswurzel eingesetzt bei Bauchbeschwerden, Bauchkrämpfen, Koliken verschiedenster Art, denen eines gemeinsam ist: Sie sind ausgelöst durch eine Übererregbarkeit des autonomen Nervensystems, insbesondere des Parasympathikus. Genetisch sind wir noch so programmiert, dass wir den Säbelzahntiger jagen (Sympathikus), dafür das Blut in die Muskeln fließen muss. Zu Hause an der Höhle am Lagerfeuer sollte nun das Blut in den Darm fließen, damit die Verdauungstätigkeit, das Verdauungsfeuer brennen kann. In unserer modernen Gesellschaft wird der Sympathikus zwar angeregt durch Stress, die Stresshormone werden aber nicht oder zu wenig abgebaut durch Bewegung und Sport. Das führt dazu, daß der Gegenspieler Parasympathikus nicht anspringen kann, kein Raum entsteht zur Entspannung.

Ich darf auch schmutzig und schweinish sein

Der Yams - Typ in der Homöopathie hat noch eine besondere Indikation, wie dieses Ungleichgewicht entstanden sein kann: Nach Dr. Scholten weigert sich der Yams - Typus, seine irdisch - menschliche Seite zu zeigen, weil er glaubt, dass diese zu schmutzig ist. Wie die Wurzeln, wenn man sie aufschneidet, ganz weiß sind, sehnt sich dieser Typus danach rein zu sein. Aber seit Adam und Eva gibt es eben auch Fehler und Schuld, und es gilt, damit zu leben. Das können Yams- Menschen oft nicht akzeptieren und bringen sich in eine Blockade, das autonome Nervensystem und die Verdauung funktionieren nicht mehr richtig, bis diese Menschen bereit sind, ihre "Wolfsfrau", ihre "Schweinepriesterin", ihre schmutzige, wilde Seite in sich lieben zu lernen.