



# Kapuzinerkresse

*„Ich begleite dich aus der Theorie in die Praxis, in dein vitales, eigenständiges Leben! Deshalb stärke ich auch dein Immunsystem!“*



Wenn die roten, orangen und gelben Blüten der Kapuzinerkresse jetzt noch in der Herbstsonne durch den Garten leuchten - sie tun das bis zum ersten Frost im Jahr - dann wirkt das wie ein Feuerwerk von Lebenskraft und Lebensfreude auf uns. Genau diese stärkende, belebende Kraft begegnet uns in ihren Inhaltsstoffen. Sie enthält eine ordentliche Menge an Senfölglykosiden, die unser Immunsystem ebenso winterfit machen wie die vielen Farbstoffe, die regenerierend wirken, wenn wir viel Stress haben.

Auf der wesenhaften Ebene können wir Ähnliches erkennen:

Die Kapuzinerkresse bringt das Leuchten der Lebenskraft, ihr Licht und ihre Wärme, in die dunkleren, (wässrigeren, heißt emotionaleren), unterkühlten Lebensbereiche, dorthin, wo wir entweder nicht so gern hinsehen oder uns im Trubel des Alltags nicht die Zeit nehmen, hinzuschauen.

Als Pflanze tut sie das, indem sie ihre Blüten zwischen und unter die vielen Tellerblätter hineinleuchten lässt. Die Blätter verhalten sich auch so, wie die Blätter von Wasserpflanzen. (Siehe Roger Kalbermatten, Wesen und Signatur der Heilpflanzen).

Auf der körperlichen Ebene heißt das, sie durchlichtet und klärt unser wässriges System, die Bereiche im Körper, wo wir für Ordnung im Stofftransport und im Miteinander der Mikroorganismen sorgen sollten. Sie sagt der Bakteriengesellschaft: keine Panik, ich bin wach und klar, ich brauche keine Krankheitssymptome, um besser auf mich zu achten, deshalb braucht keiner von euch sich übermäßig zu vermehren. Die Senfölglykoside und Carotinoide usw. machen zu diesem Zweck die passende Musik.

Auf der seelischen Ebene begleitet das Feuerwerk an Farben die entsprechenden Energiezentren in ihre Kraft: rot stärkt das Wurzelchakra, orange das Sakral-Chakra und gelb den Solarplexus. Deshalb kann man den Freundschaftsdienst der Kapuzinerkresse auch so zusammenfassen:

sie begleitet uns aus der Theorie in die Praxis, aus dem gedanklichen Erkennen ins kraftvolle Tun!