



# Die Ringelblume

**Calendula officinalis**

Eigentlich ist sie keine Wildpflanze, aber auch wir Kräuterpädagogen und viele Kräuterkundige verwenden sie regelmäßig.

Sie blüht im Garten von Juni bis Oktober. Sie wird auch Butterblume, Gartendotterblume, Monatsblume und Wucherblume genannt. Die Eigenschaften der Ringelblume sind wundheilend, entzündungshemmend, antiseptisch, krampflösend, blutreinigend, menstruationsregulierend.

Früher glaubte man, dass die Ringelblume immer am ersten des Monats erblühe. Daher gab man ihr den Namen Calendula. Man verband sie auch mit der Jungfrau Maria.

Sie ist ein Wetterorakel, wenn sich die Blüten nicht bis 7 Uhr in der Früh öffnen, dann kommt Regen.

In der Homöopathie wird Calendula D1 – D6 zur Unterstützung der Wundheilung eingesetzt. Hohe Potenzen werden verwendet, um altes aufzuarbeiten.

In der Küche wurde die Ringelblume als Safranersatz verwendet. Sie färbt prima Reis und Saucen, und hat auch einen pikant bitteren Geschmack.

Die Ringelblumensalbe ist überall bekannt. Bei Verletzungen, Narben, Prellungen, Entzündungen, Geschwüren,... um nur einiges zu nennen. Hildegard von Bingen verwendete Sie bei „Grind“ am Kopf und vor allem in der Tierheilkunde.

Koche einen Tee daraus und lasse ihn abkühlen. Verwende ihn als Haarspülung, wenn du schuppigen und trockenen Haarboden hast.