



## „Frauenmantel“

*Alchemilla vulgaris*

Der Frauenmantel zählt zu den Rosengewächsen und ist wie der Name schon sagt „den Frauen“ zugeordnet. Die runden Blätter erinnern an die Gebärmutter und das Kraut dient vor allem zur Stärkung für dieses Organs. Der Spitzname Alchemilla hat sie nicht zuletzt bekommen, weil sie von den Alchemisten(innen) besonders geliebt und vielfach verwendet wurde.



Die Pflanze fasziniert mich jeden Morgen. Wenn sich glitzernde, funkelnde Perlen am Rand des Frauenmantelblatt sammeln und der Guttationstropfen sich im trichterförmigen Blatt bildet. Die Pflanze produziert diesen Tropfen über Nacht und scheidet ihn aus. Es gibt viele Geschichte um den Guttationstropfen, sogar den „Stein der Weisen“ versuchte man mit Hilfe dieses Taus herzustellen.

Alchemilla steht für die Bejahung der weiblichen Rythmen und des Frauseins. Der Frauenmantel stärkt unseren Mut zur echten Weiblichkeit. Auch Paracelsus schätzte das Kraut sehr und sagte sogar, es gäbe keine Wunde, die man nicht mit dem Frauenmantel heilen könnte. Durch seinen hohen Gerbstoffgehalt wirkt er wie andere gerbstoffhaltige Rosengewächse stark adstringierend und eignet sich als Tonikum für die Venen.

Was viele nicht wissen ist, dass der echte Frauenmantel auch im Garten wunderbar eingesetzt werden kann. Zum einen beschleunigt er durch eine Schicht Blätter auf dem Kompost die Verrottung und er macht Nachbarnpflanzen widerstandsfähiger gegen Schädlinge und verstärkt Geschmack und Duft.