

# Königskerze (Verbascum phlomoides L.)

## Erhellend für die Seele



### Volksnamen

Filzkönigskerze, Wollblume, Wundblume, Brennkraut, Fackelblume, Wetterkerze, Marienkerze, Johanniskerze usw.

### Bedeutung des Namens

Der Gattungsnahme *Verbascum* wird aus dem Lateinischen *barba* = der Bart abgeleitet und nimmt Bezug auf die Wollhaare der Pflanze. Der Beiname *phlomoides* ist griechischen Ursprungs, heisst übersetzt „die Flamme“ und nimmt Bezug auf die Wuchsform der Königskerze.

Der deutsche Name bringt den hohen Charakter der Pflanze zum Ausdruck und macht sie zu einem Sinnbild der königlichen Würde mit kerzenartiger Gestalt. Ihr Wuchs ist voller Majestät, wie es ihrem Namen entspricht.

Die Blüten der bis zu 2 Meter grossen Königskerze sind sowohl als Heilmittel bei verschiedensten Beschwerden wie auch als bekömmliche Küchenrezepte einsetzbar.

Als typischer Kulturbegleiter ist sie in Bauern- und Klostergärten zu bewundern. Beheimatet ist sie in Mittel-, Ost- und Südeuropa, in Kleinasien, Nordafrika und Äthiopien.

In Mitteleuropa sind sehr viele unterschiedliche Sorten der medizinisch verwendbaren Königskerze bekannt:

Die Königskerze sieht so aus wie sie heisst: wahrhaft königlich erhaben steht sie an sonnigen Böschungen, Bahndämmen und auf Schuttplätzen in Parkanlagen, am Wegrand und an Ödplätzen bis 1800 m Höhe.

Die Königskerze rangiert unter den Heilkräutern als Sonnenbräut. Überall, wo die strahlende Sonne die Erdwinkel am wärmsten beleuchtet, ist sie zu finden. Kerzengerade, stürmisch in die Senkrechte geschossen, erhebt sich die stattliche Pflanze aus dem Grün ihrer Nachbargewächse empor.

### Anbau im Garten

Kein Kräutergarten ohne Königskerze, dies sollte der Wahlspruch eines jeden Heilpflanzenfreundes sein. Die Pflanze verleiht dem Kräutergarten die königliche Ausstrahlung. Der Samen kann im Herbst direkt ins Freiland ausgesät werden, wobei im nächsten Jahr grundständige Blattrosetten erscheinen, die im zweiten Jahr zur stattlichen Blütenkerze auswachsen. Die Pflanze verlangt einen sonnigen nicht zu feuchten Standort.

### Botanische Merkmale

Die Königskerze ist ein zweijähriges Braunwurzelgewächs wächst 150-200 cm hoch und besitzt einen haarigen Filzüberzug zum Schutze gegen die Verdunstung und gegen Schneckenfrass.

In Mitteleuropa sind neben der Filzkönigskerze 13 Arten bekannt.

Die grossblütige Königskerze hat wohlriechende 3-5 cm breite Blüten; die Blätter sind weniger behaart; ihre Grösse reicht gleich wie die Filzkönigskerze von 150-200 cm Höhe. Die kleinblütige Königskerze besitzt dichte, behaarte Blüten mit einem Durchmesser von nur 1,5-2 cm. Ihr Wuchs ist nicht höher als 130 cm.

Als vierte Variante ist die mehligke oder Lichtnelkenkönigskerze bekannt, mit weissen, wolligen Staubgefässen in der Höhe von 50-150 cm. Die schwarze Königskerze ist schnell zu erkennen an den violett gefärbten Staubgefässen in einer Höhe von 50-150 cm.

Der lange rutenförmige Blütenstand erblüht nicht auf einmal. Es öffnen sich vielmehr täglich einige Blüten, die dann auch bald ihre verwachsene Krone abwerfen.

**Blütezeit:** Juni bis September.

### Ernte und Aufbereitung

Beim Sammeln, Trocknen und Aufbewahren der Blüten muss man grosse Sorgfalt walten lassen, weil sie sonst ihre goldgelbe Farbe verlieren, schmutziggelblich werden und einen grossen Teil der Wirkung einbüssen.

Die günstigste Sammelzeit ist der späte Vormittag, gleich nachdem die Sonne den Morgentau abgetrocknet hat. Zu dieser Zeit kann man die Kronblätter frisch erblühter Blüten mit den daran festgewachsenen Staubgefässen leicht pflücken, am Nachmittag ist das schwieriger. Den Kelch sollte man nicht mitsammeln, wenn man gute Ware erhalten will. Das Trocknen soll unter guter Belüftung geschehen, die Temperatur darf 50° C nicht überschreiten. Gleich nach dem Trocknen muss man die Blüten in gut schliessende Gefässe geben, damit sie nicht wieder Feuchtigkeit aus der Luft beziehen.

**Inhaltsstoffe:** Als erster Wirkstoff wurde Schleim entdeckt. Bald danach fand man Saponine, Flavonoide, Iridoide (Aucubin) und wenig ätherische Öl. Neben anderen Inhaltsstoffen die sicher auch nicht ganz unwirksam sind, sind die oben genannten jedoch die wichtigsten.

### **Heilwirkung und Anwendung:**

Wollblumen sind ein beliebtes Hustenmittel. Der Inhaltsstoff Schleim wirkt reizlindernd, und die Saponine lösen den festsitzenden Schleim in den Bronchien und erleichtern das Abhusten.

Fast nie werden Wollblumen allein verwendet. Sie sind immer nur Bestandteil der verschiedensten Hustenmittel in Teeform, wobei ihnen neben der unbestrittenen Wirkung zweifellos auch ein schmückender Effekt zugebilligt werden muss.

Ein Teerezept aus einem deutschen Arzneibuch sei hier stellvertretend für viele Mischungen mit Wollblumen genannt: Eibischwurzel 8,0 g, Süßholzwurzel 3,0 g, Veilchenwurzel 1,0 g, Huflattichblätter 4,0 g, Wollblumen 2,0 g, Anis, zerkleinert 2,0 g,

1 bis 2 Teelöffel dieser Mischung mit ¼ heisses Wasser übergießen, 10 Min. ausziehen, mit Honig süßen und bei Bedarf (2-3 Tassen Tee pro Tag) schluckweise und gut warm trinken.

Daneben gebraucht man die Wollblumen als Badezusatz für das Sitzbad gegen Hämorrhoiden und Afterjucken, ausserdem gegen Durchfall und Bettnässen.

**Königskerzenöl:** 1 Handvoll frische Wollblumenblüten in einer Flasche mit 100 ml reinem Olivenöl übergießen. Die Flasche muss aus weissem Glas sein. Den Ansatz stellt man 3 bis 4 Wochen ins Freie, dort wo ihn die Sonne immer bescheinen kann. Jeden Tag wird einmal gründlich durchgeschüttelt. Nach 3 bis 4 Wochen das Öl durch einen feinen Filter abgessen, in eine dunkle Flasche füllen und kühl aufbewahren.

*Verwendung:* Äusserlich als Umschlag bei Wunden, Ausschlägen, Neuralgien und Rheuma

Es soll auch bei Ohrenschmerzen, bei Furunkeln im Ohr, bei Ekzemen im Gehörgang und bei chronischer Mittelohrvereiterung sehr gute Dienste leisten.

### **Kraftbrühe der Könige**

1 Tomate enthäuten, entkernen und klein würfeln. ½ Karotte, ½ kleine Lauchstange, 1 kleine Scheibe Sellerie ebenfalls klein schneiden. Das Gemüse zusammen mit 1 Hand voll Königskerzenblüten in 1 l Hühnerbrühe geben, aufkochen und 45 Min. ziehen lassen. Danach die Suppe durch ein Tuch passieren und abschmecken mit etwas Rahm, Salz und Kerbel.

### **Schutz vor bösen Geistern**

In alten Zeiten galt die Königskerze als Zauberpflanze: Sie sollte magische Kräfte besitzen und böse Geister vertreiben. Die Wurzel wurde bei bestimmten Himmelskonstellationen ausgegraben, wenn die Planetenkräfte den Kräften der Königskerze entsprachen, zur Zeit des Frauendreissigers (15. August bis 8. September), am letzten Freitag, bei abnehmendem Mond.

Eine besondere Zierde war der Blütenstand im Kräuterbüschel, den man damals wie heute an Maria Himmelfahrt, dem 15. August, sammelte und weihte. Der Kräuterbüschel, die über ihre medizinische Wirkung hinaus eine über die Jahrhunderte überlieferte magische Bedeutung haben und sowohl im Haus wie auch im Stall Schutz vor bösen Mächten bieten sollen.

Bei Krankheiten, beim Herannahen eines Gewitters oder am Dreikönigstag wurde ein Teil des Strausses ins Herdfeuer geworfen, oder man räucherte damit Haus und Hof aus.

Viele Bauern lassen auch heute noch die abgeblühten Kerzen der Donner-Wetterkerze bis tief in den Winter hinein stehen, weil sie den Blitz abhalten sollte, und um das Wetterorakel zu deuten: „Steht ein Blütenkränzchen tief am Stängel so deutet das auf Fröhschnee. Folgt nach einer Blütenreihe wieder eine Blattreihe, so heisst das, dass auf den ersten Schnee lange kein neuer folgt.“

Hippokrates (460-377 v. Chr.) verordnete in der griechisch antiken Volksheilkunde die Anwendung von Verbascumarten in Form schleimiger Gemisch zur Wundbehandlung.

Aristoteles beschrieb 384 v. Chr.: Den Fischfang mit Hilfe von Verbascum, das heisst, man streue heimlich den Samen der Königskerze in das Gewässer, wo man am nächsten Morgen fischen will. Die durch das Saponin der Samen betäubten Fische können dann von blosser Hand eingefangen werden.

Als erster bezeichnete Dioskurides 50 n.Chr. die Pflanze als Plomos – die Flamme gegen chronischen Husten.

Im Mittelalter tauchte man den stattlichen Fruchtstand der Königskerze in Pech oder Teer und verwendete ihn als Fackel, daher der Name Königskerze. Man nannte sie auch Lampenkraut, Brennkraut, Himmelbrand, Fackelkraut oder Phlomos – die Flamme, weil man damals aus den getrockneten wolligen Blättern schmale Streifen schnitt und sie zu Lampendochten drehte; der Flaum der feinen Härchen brannte zudem als leichtentzündlicher Zunder.

Man nutzte sie auch als Haarfärbemittel, ausserdem legte man sie ins geerntete Korn, um es vor Mäusen zu schützen. Ihre vielfältigen Verwendungsweisen machten sie vor allem beim Landvolk ausserordentlich beliebt.

**Königskerze, Fürstin,  
das Volk ist dir dankbar,  
dass du wieder deinen Landsitz bezogen hast.**