

Meine Liebeserklärung an die Hydrolate und Pflanzenwesen



Was sind Hydrolate und was sind keine Hydrolate?

Die Destillation ist ein zutiefst natürlicher Vorgang, der uns in eine echte Verbindung bringt mit den Kräften, die die Natur für uns bereit hält. Sie hat für jedes Problem eine Lösung parat. Vieles können wir mit dem Verstand begreifen, wie das Wissen über die Inhaltsstoffe der Pflanzen. Vieles erreicht uns auf Ebenen jenseits unseres Verstandes.

Selbst Pflanzen, die kaum ätherische Öle enthalten, also nur schwach duften, können destilliert werden. Auch sie decken ein schönes Wirkspektrum ab. Beispielsweise Gänseblümchen, Moos oder Wiesenkerbel.

Lass Dich nicht täuschen, wenn Du ein Hydrolat bekommst, was vielleicht nur schwach oder sogar ganz anders riecht als Du es von der Pflanze erwartet hättest. Das Geheimnis der Wirkung liegt in der Zusammensetzung der Wirkstoffe nach der Destillation. Es ist ihr Geschmack der die starke Wirkkraft bezeugt.

Je mehr ich mich mit den Hydrolaten beschäftige, umso erschreckender finde ich, was für Produkte im Handel als Hydrolat zu bekommen sind. Selbst ein in der Apotheke hergestelltes Rosenwasser hat nichts mit einem echten Hydrolat zu tun. Hier ein Auszug aus dem Deutschen Apothekerbuch DAB:

„Rosenwasser DAB 6 (Aqua Rosae, Aqua Rosarum), indem man 4 Tropfen Rosenal (Oleum Rosarum) in 1000 Teile Wasser von 35 bis 40° gibt. Man schüttelt einige Zeit um und filtriert nach dem Erkalten. Rosenwasser wird zur Bereitung von kosmetischen Präparaten verwendet.“

Das heißt, in dieser Zubereitung fehlt der transformative Prozess der Destillation, der nötig ist, damit das Hydrolat seine ganze Kraft entfalten kann.

Echte Hydrolate werden durch Wasserdampfdestillation der entsprechenden Pflanzen hergestellt. Das destillieren von Pflanzen ist ein sehr altes Handwerk und in vergangenen Zeiten gehörte eine Destillationsanlage, vielleicht auch nur in Form eines Topfes mit Deckel, in den allermeisten Haushalten zur Grundausstattung. Die Menschen stellten sich damit ihre Heilmittel her und konservierten so die Pflanzen. Außerdem verwendeten sie sie auch für kulinarische Köstlichkeiten, ein Sprühstoß Zimthydrolat über den Milchreis oder Obstsalat ist einfach lecker.

Im Zuge der Parfümbewegung rückten die Hydrolate in den Hintergrund. Es wurde mehr Wert auf die ätherischen Öle gelegt, um damit duftende Wässerchen zu produzieren. Die ätherischen Öle wurden nach dem destillieren abgezogen und das übrig gebliebene Hydrolat war im besten Fall ein Beiprodukt oder wurde im schlimmsten Fall verworfen. In den großen Firmen ist das heute noch so.

Dieser Umgang wird den Hydrolaten unter keinen Umständen gerecht, denn in ihnen befinden sich sowohl die ätherischen Öle, als auch viele weitere wasserlösliche und flüchtige Wirkstoffe der Pflanze. Voraussetzung dafür ist, dass um des Hydrolat Willens destilliert wird und die ätherischen Öle darin verbleiben. So entsteht eine Wasser-Öl-Emulsion mit mannigfaltigen Einsatzmöglichkeiten in Medizin, Pflege, Kosmetik und Küche.

Beispielsweise hat das Rosenhydrolat nachgewiesene antifungale, schmerzlindernde und entzündungshemmende Eigenschaften. Gleichzeitig ist es so mild, dass es sogar im Augen- und Schleimhautbereich eingesetzt werden kann.

Melissenhydrolat hat eine ausgezeichnete Wirkung bei viralen Infektionen gerade auch, wenn die Haut betroffen ist, z.B. bei Herpes oder Herpes zoster.

Das Immortellenhydrolat eignet sich vorzüglich zur Behandlung stumpfer Traumen, bei Prellungen auch im Augenbereich, oder zur Nachsorge von chirurgischen Eingriffen.

Hydrolate sind sehr viel milder als die ätherischen Öle und sind so perfekt für empfindliche Nasen und Haut geeignet und sogar in der Babypflege einsetzbar. Auch für die sehr gut ausgebildeten Nasen unserer Tiere sind die Hydrolate weitaus besser geeignet. So könnte ich die Liste noch beliebig verlängern.

Eine Destillation ist für mich ein transformativer Prozess, es geht dabei nicht nur darum die Inhaltsstoffe einer Pflanze verfügbar zu machen. Schon gar nicht, um den Geist einer Pflanze einzusperren. Sondern wir empfinden ein höchst ursprüngliches Prinzip der Reinigung der Erde nach. Die Erde ist eine riesengroße Destille. Die Sonne lässt Wasser als Dampf aufsteigen, wo sie im Himmel wieder kondensiert, um gereinigt der Erde zurück gegeben wird. Jedes Wesen, jedes Pflanze und auch wir Menschen sind in diesen Prozess eingebunden. Philosophisch betrachtet verbinden wir uns im kleinen mit den Transformationen im Großen und erinnern uns dadurch an unsere eigene vollkommene Natur. Wir sind Natur, eingebunden in ein sehr viel größeres System.

Ob Du Dich nun spirituell damit beschäftigen möchtest, oder aber einfach der Nase nach gehen möchtest, destillieren ist in jedem Fall eine sehr freudige und Frieden schaffende Handlung.

Es lohnt sich also in jedem Fall, seine Hydrolate selbst herzustellen. Eine eigene kleine Destille ist ein Geschenk. Das Ergebnis ist dann eben nicht nur ein Hydrolat, sondern Dein Hydrolat, dass Du mit der Pflanze zusammen erschaffen hast. Besonders schön ist es, wenn die Pflanzen aus dem eigenen Garten, bzw. aus der näheren Umgebung kommen. Denn es gibt immer eine Verbindung zwischen Dir und dem Ort mit seinen Pflanzen wo Du wohnst. Aber Achtung, es macht süchtig. Auf meinem youtube Kanal findest Du ein paar Videos mit Anleitungen und Erklärungen.

Wenn Du Dir lieber ein Hydrolat einkaufen möchtest, frage beim Hersteller bitte genau nach, wie es hergestellt wurde, um auch eine gute Qualität zu erhalten.

Ich wünsche mir sehr, dass die Hydrolate nun eine Renaissance erleben. Das sie um ihrer selbst Willen hergestellt werden. Eigentlich werden sie gar nicht „hergestellt“, sondern sie entstehen aus der Verbindung von Mensch und Pflanze. Sie sind soviel mehr als die kleinen Schwestern der ätherischen Öle. Und ganz sicher werden sie die Menschheit wieder an ihre Heilkräfte für Körper, Geist und Seele erinnern.

Wofür sind Hydrolate gut?

Die duftenden Pflanzenwässer haben vielfältige Anwendungsbereiche. Die destillierten Inhaltsstoffe der Pflanzen haben auf uns Menschen ähnliche Wirkungen wie in der Pflanze selber. Beispielsweise schützen einige der ätherischen Öle die Pflanze vor krank machenden Keimen oder vor Kälte oder zu großer Sonneneinstrahlung. Schließlich bestehen wir im Grunde aus den gleichen Molekülen. Mit den Hydrolaten erschaffen wir uns unsere eigene kleine Hausapotheke und auch unser Kosmetikköfferchen können wir mit den ganz natürlichen Hydrolaten bestücken.

Hier ein paar Beispiele

Körperspray

Hydrolate können direkt auf die Haut gesprüht werden und können so je nach Wirkstoffen bei Wunden, Ekzemen, müden Beinen, Kopfschmerzen helfen.

Man kann sie auch um den Körper herum sprühen, so wirken sie eher auf unsere Gefühlslage und den feinstofflichen Körper. Je nach Wirkstoff konzentrationsfördernd, beruhigend, entspannend, tröstend, reinigend, zentrierend, öffnend. Auf das Kopfkissen gesprüht auch schlaffördernd.

Einnehmen

Teelöffelweise eingenommen haben sie eine ähnliche Wirkung wie Tee, z.B. bei Magen.Darm Problemen

Raumspray oder Duftlampe

Hydrolate transformieren auch die grob- und feinstofflichen Energien der Räume in denen Du Dich auf hältst.

Schüttellotion

Dazu das Hydrolat 1:1 mit einem passenden fetten Öl vermischen, kurz schütteln, damit eine Emulsion entsteht. Vor jedem Gebrauch wieder schütteln.

Küche

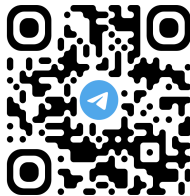
Hydrolate eignen sich wunderbar, um Gerichte zu verfeinern. Ein fertiges Gericht vor dem Servieren mit einem Rosmarinhydrolat besprüht lässt das Wasser im Mund zusammen laufen. Für Süßspeisen eignen sich z.B. Holunder oder Rose.

Kosmetikherstellung

auch in der Herstellung von Kosmetikprodukten können sie Cremes oder Gele aufwerten

Ich liebe, was ich tue und gebe meine Erfahrungen gern in Kursen weiter. Denn je nach Pflanze gibt es einiges zu beachten, um ein wirklich gutes Hydrolat zu erhalten.

Weitere Infos findest Du unter www.tanja-voss.de oder auf meinem acting nature Telegram Kanal. Sei herzlich willkommen.



Von Herzen,

Tanja Voß

Laakeweg 16
32839 Steinheim
0173/2727998