



Text by Mag. Doris Wareka
2011

Linde

Thema: Vertrauen

Botanische Merkmale

Die Linde gehört zur Familie der Lindengewächse (*Tiliaceae*). Ihr botanischer Name lautet *Tilia europaea*. Sie wird auch Weichlinde oder Bastholz genannt.

Sie ist einer der schönsten und auch größten sommergrünen Laubbäume der gemäßigten Zonen.

Linden entwickeln gewaltige herzförmige Kronen, eine Wuchshöhe bis zu 40 und einen Stammdurchmesser von etwa 5 Metern. Einzelstehende Bäume erreichen ein Alter von bis zu 1.000 Jahren. Man sagt, dass Linden „300 Jahre kommen, 300 Jahre stehen und 300 Jahre vergehen.“

Ihre Wurzeln sind zahlreich, gehen tief und verbinden sich fest mit dem Boden. Sie liebt Wärme und Feuchtigkeit, die sie benötigt, um ihr dichtes Laubwerk grün zu erhalten.

Selbst uralte und schon hohle Exemplare können sich neu regenerieren. Das Geheimnis ihrer Langlebigkeit, und ihrer erstaunlichen Vitalität sind die neuen Innenwurzeln, die vom alten Stamm aus in den Boden wachsen, sich dort verankern und eine neue Krone ausbilden, wenn der alte Baum stirbt. Sie verjüngt sich sozusagen von innen heraus.

Durch diese hohe Austriebskraft, ist es den Linden möglich, sich gegenüber anderen Baumarten durchzusetzen. Man trifft sie daher oft in Hangschutt- und Schluchtwäldern an. Allerdings ist sie empfindlich gegen Spätfröste. Sie ist ein beliebter Park- und Alleebaum, obwohl sie Abgase nicht so gut verträgt.

Die Linde scheint aber insgesamt die Nähe des Menschen zu suchen. Sie wächst eigentlich nicht so gerne Baum an Baum gedrängt im Wald, ist also kein typischer Waldbaum. Sie mag freistehende Plätze, wo ihre gewaltige Krone genug Platz findet, sich auszubreiten. Die Suche der Nähe des Menschen kann die Autorin nur bestätigen, vor deren Terrassenausgang eine riesige Linde steht. Frühling, Sommer und Herbst weht sie beim leisesten Windhauch ihre abgefallenen Blüten und Blätter direkt ins Wohnzimmer. Es ist, als wollte sie immer wieder auf sich aufmerksam machen.

In früheren Zeiten war sie ein bestandbildender Baum in den typischen Eichen-Mischwäldern, die man heutzutage nicht mehr allzu häufig findet. Durch die Wandlung derselben in schattige Buchenwälder ging auch der Bestand an Waldlinden immer mehr zurück.

Die wechselständigen Blätter sind eiförmig und dann plötzlich lang zugespitzt. Eigentlich haben sie eine herzförmige Form, genauso wie die Baumkrone. Lindenblätter werden im Sommer gerne von Blattläusen „bewohnt“, von deren Ausscheidungen sie glänzend und klebrig werden. Dies nennt man „Himmelstau“.

Die Linde beginnt im Juni zu blühen. Die hellgelben bis zartgrünen, duftenden Blüten haben 5 Blütenblätter. Die Blüten sind zwittrig und hängen in Dolden bis zu sechs Einzelblüten miteinander am Baum. Der Stiel des Blütenstandes ist bis zur Hälfte mit einem länglichen Hochblatt verwachsen, das dann als Flügelblatt dient.

Zur Blütezeit schwirren viele Bienen und Hummeln um den Baum. Die Linde lockt sie mit ihren besonders süßen und duftenden Nektar scharenweise an, und diese sorgen ihrerseits für die Bestäubung.

Die Frucht, ein rundes, hartes und filzig behaartes Nüsschen, hat ein bis drei Samen.

Lindenholz ist von weißer bis gelblicher Farbe. Es schwindet schnell, reißt oder arbeitet aber im getrockneten Zustand kaum. Unter Wasser oder der Witterung ausgesetzt, kommt es meist sehr schnell zum Befall mit Pilzen, Lindenholz ist daher nur wenig dauerhaft.

An Sonnenlicht vergilbt das Holz und im Kontakt mit Eisen bilden sich bei Feuchtigkeit graue Verfärbungen und das Eisen zeigt eine starke Korrosion.

Mythologie und Volksglauben

Die Linde wirkt weich und süß, eben lind. Auf ihre Symbolik als *Mittelpunkt* weist ihre häufige Pflanzung in Ortszentren hin. So manche Feste wurde unter ihr gefeiert. Sie ist der *Baum der Liebe und der Gemeinschaft*.

Die Germanen hielten unter Linden *Gericht*. Ihre warme Ausstrahlung half, die Wahrheit ans Licht zu bringen, und den Richter für ein mildes Urteil zu stimmen. Eine Eiche würde sicherlich zu strengeren Verurteilungen geführt haben.

Die Linde repräsentierte göttliches Wissen, Wahrheit, Gerechtigkeit und Mitgefühl, und so war sie *Freya* geweiht, der Göttin der Liebe und Erdenmutter.

Lindengeschichten sind meist *Liebesgeschichten*: Walther von der Vogelweide bereitete sein berühmtes Lager aus Heidekraut und Rosen unter einer Linde. Der Baum war, wie schon erwähnt, den Liebesgöttinnen geweiht, bei den Germanen Freya, bei den Griechen *Aphrodite* und in Rom der *Venus*. Als die alten heidnischen Baumdenkmäler dem christlichen Glaubensgut zum Opfer fielen, wurde aus dem Baum der heidnischen Liebesgöttinnen *Marien-Linden*. Es waren die wenigen Baumheiligtümer, die in die neue Zeit „hinübergerettet“ wurden.

Ein „*Lindwurm*“ unterscheidet sich von den anderen Drachenarten durch seine Flügellosigkeit. Lindwurm nannte man ihn wegen der großen Beweglichkeit und Biagsamkeit des Fabeltieres. Von „Lentos“ = „biegsam“ hat ja die Linde ihren deutschen Namen.

In der Nibelungensage kämpfte der Held *Siegfried* gegen Fafnir, den schrecklichen Lindwurm – ein scheußlicher, sich windender Drache, der rote und blaue Flammen spie – und besiegte ihn. Anschließend badete er in Fafnirs Blut, um Unsterblichkeit zu erlangen. Während Siegfrieds Bad im Drachenblut, ließ die nahestehende Linde ein Blatt fallen, das genau zwischen Siegfrieds Schulterblättern kleben blieb. Diese einzige verwundbare Stelle seines Körpers wurde ihm später zum Verhängnis. Sein Rivale Hagen versetzte ihm genau dort den Todesstoß.

Vor allem in Skandinavien galt die Linde, neben Ulme und Esche, als einer der drei großen *Schutzbäume* für Familie, Haus und Hof und als *Beschützerin des Lebens und der Liebe*. Regelmäßig wurden ihr Opfer zum Dank gebracht. Viele Familiennamen leiten sich von ihr herLindemann, Tiliander, Linne u.v.m.

Aus dem germanischen Gerichtsbaum entwickelte sich in Mitteleuropa die Dorflinde als Mittelpunkt des Lebens der Bevölkerung einer Gemeinde. Hier wurde getanzt, Politik gemacht, Liebeserklärungen ausgetauscht, Streit geschlichtet und dergleichen mehr.

Kaum eine andere Baumart ist so stark mit der kulturellen Entwicklung in Mitteleuropa verbunden wie die Linde. Es ist daher traurig, zu beobachten, dass sie nicht nur immer mehr aus unseren Wäldern, sondern auch aus den bewohnten Gebieten verschwindet. Das Leben hat sich verändert, man braucht keine Dorflinden mehr, die Menschen verbringen ihre Abende nun allein, isoliert vor dem Fernseher. Abgesehen davon reagieren Linden sehr empfindlich auf die immer mehr wachsende Umweltverschmutzung, sie vertragen Abgase ziemlich schlecht. Viele „Dorflinden“ fielen und fallen auch dem Straßenbau zum Opfer - mag dies vielleicht ein Grund dafür sein, dass in unserer heutigen Gesellschaft immer mehr der Egoismus regiert? Durch ihre *herzliche Ausstrahlung* hat die Linde schon viele Menschen in schwierigen Situationen getröstet und gestärkt. Aus diesem Grunde wurden, ihr zu Ehren, zahlreiche Gedichte und Lieder geschrieben.

Volks- und Pflanzenheilkunde

Alles an der Linde ist im wahrsten Sinne des Wortes „lind“. Sie dient insgesamt dem Menschen zum Wohle und ist als Allheilmittel vielleicht nur noch vom Holunder zu übertreffen.

Schon in der Antike war sie ein wichtiger Heilbaum. Der griechische Zentaur Chiron wurde als Arzt und Heiler so berühmt, dass er den Beinamen „Sohn der Philyria“ bekam, was so viel bedeutet wie „Sohn der Linde“, denn Philyria war die Mutter-Deva des Lindenbaumes.

Hildegard von Bingen sagt über die Linde:

„Die Linde hat große Wärme, und jene Wärme ist ganz in der Wurzel, und sie steigt in die Zweige und in die Blätter. Sie bezeichnet die Gebrechlichkeit.“

Sie empfahl sie gegen Herzweh, gegen die gefährlichsten Krankheiten sowie gegen die Gicht *„...und im Sommer, wenn du schlafen gehst, lege frische Lindenblätter auf deine Augen und bedecke dein ganzes Gesicht damit, und es macht deine Augen klar und rein.“*

Noch heute werden Kompressen mit abgekühltem Lindenblütentee als gutes Augenmittel empfohlen.

Durch den sommerliche Duft der Lindenblüten sind diese, als Tee bereitet, ein wunderbares Mittel bei Erkältung, Schnupfen, Grippe, Husten und Bronchitis. Die Blüten enthalten schweißtreibende Glykoside, daher ist der Tee gut geeignet solch eine Erkältungskrankheit einfach „auszuschwitzen“.

Darüber hinaus wirkt Lindenblütentee schleimlösend und krampfstillend, was ihn zu einem guten Hustentee macht.

Laut Kräuterpfarrer Kneipp ist der Tee ein probates Mittel bei altem Husten, Verschleimungen der Atemwege und auch Unterleibsbeschwerden, die ihre Ursache in der Verschleimung der Nieren haben.

Auch bei Migräne wirkt der Tee gut.

Will man eine ruhige Nacht verbringen, so gibt's kaum was Besseres als einen Lindenblütentee. Nervöse, chronisch schlaflose, besorgte und ängstliche Menschen sowie unruhige Kinder, die nur schwer einschlafen können, sollten den Tee regelmäßig trinken. Die Linde bringt wohltuende Ruhe.

Die Linde hat auch eine blutverdünnende Wirkung, sie reinigt das Blut und lässt es besser fließen und beugt damit Arterienverkalkung, Venenentzündungen, Angina pectoris und Herzinfarkt vor.

Darüber hinaus wirkt sie leicht harntreibend und eignet sich gut bei Gicht und rheumatischen Erkrankungen. Insgesamt wirkt sie entgiftend, da sie die Schweißproduktion anregt.

Äußerlich angewandt, wirkt sie bestens bei Brandwunden, Abszessen, Furunkel und Entzündungen.

Der zu einem Extrakt ausgekochte Absud soll Runzeln und Sommersprossen aus dem Gesicht entfernen und darüber hinaus des Haarwuchs fördern.

Lindenkohle wirkt desinfizierend und bindet Giftstoffe und Säuren im Magen. Bei Blähungen, Erbrechen, entzündlichen Magen- und Darmerkrankungen sowie Sodbrennen kann man sie messerspitzenweise zu sich nehmen. Auch bei den Folgen einer Gelbsucht wurde sie eingesetzt. Überdies fand sie Anwendung in der Wundbehandlung – aufgrund ihrer fäulnishemmenden Wirkung streute man sie in offene Wunden.

Die Lindenkohle ist auch in der Tiermedizin ein gern eingesetztes Heilmittel bei Durchfällen, Blähungen und Vergiftungen. Dazu mischt man sie teelöffelweise unters Futter, oder rührt sie in Milch ein.

Geistige Essenz

Die Linde besitzt die Fähigkeit zum Trost. Sie hüllt ihre liebevolle Kraft wie einen Madonnenmantel um die verletzte Seele und gibt ihr das Vertrauen darauf zurück, immer mit der göttlichen Kraft des Universums verbunden zu sein.

Jeder von uns hat wohl schon eine Lage erlebt, die gefährlich und bedrohlich erschien und das Gefühl erweckte, als habe man jeglichen Einfluss darüber verloren.

Durch das Gefühl totaler Hilflosigkeit zieht man sich immer mehr in sich zurück, um die Bedrohung nicht mehr spüren zu müssen. Das unangenehme Ereignis kann verdrängt werden. Es kann nun zur Abspaltung von den eigenen Gefühlen kommen, oder zur Errichtung einer Barriere zwischen sich und anderen. Möglicherweise entsteht die Illusion, auf dieser Welt total allein und verlassen da zu stehen.

Andererseits gibt es Menschen, die nur schwer in der Lage sind, eine Grenze zwischen sich und anderen zu ziehen. Sie passen ihre Identität an das jeweilige Gegenüber an. Orientierungslosigkeit und starke Beeinflussbarkeit sowie Abhängigkeiten können das Ergebnis sein. Die eigene Mitte ist verlorengegangen und wird daher im Außen gesucht.

Die Linde reinigt das Unterbewusstsein von verdrängten Inhalten, indem sie diese ans Tageslicht bringt. Es gibt uns den Mut hinzusehen, denn die Linde vermittelt uns das Gefühl von Geborgenheit als auch Vertrauen darauf, dass wir geschützt sind. So können wir uns auf schwierige Themen einlassen und versuchen, die Ursachen derselben zu erkennen. Einmal bewusst gemacht, verlieren diese Schatten ihre seelische Eigendynamik.

Schon die Mythologie dieses Baumes bringt diese Eigenschaft symbolisch zum Ausdruck: Siegfried, der Held aus der Nibelungensage, besiegte den „Lind“wurm. Als Lindwurm wurde ein Drache ohne Flügel bezeichnet. Der Drache symbolisiert das Unbewusste. Die fehlenden Flügel deuten auf ein Nichtvorhandensein des Luftelementes hin. Die Luft aber repräsentiert den bewussten Verstand. So steht ein Lindwurm für die unbewussten Inhalte, die mit dem Denken nicht verbunden, daher also komplett verdrängt sind.

Siegfrieds Bad im Blut des Drachens sollte ihn unsterblich machen. Das Lindenblatt aber, das währenddessen unbemerkt auf seine Schulter fiel, verhinderte dies. Denn dies war die Stelle, an der ihm Hagen den tödlichen Stoß, ebenfalls unter einer Linde, versetzte. So hat dieser Baum Siegfrieds Menschlichkeit bewahrt, da er die Lektion lernen konnte, dass der physische Körper nun mal vergänglich ist, aber seine unsterbliche Seele ins Ewige Sein zurückkehren durfte.

Die Linde hilft, unseren Platz im Universum zu erkennen. Sie entspricht dem geistigen Gesetz der Einheit und der Verbundenheit mit allem. Dieses besagt, dass alles im Universum aus einer göttlichen Urquelle stammt, immer mit ihr verbunden ist und letztendlich wieder dorthin zurückkehrt.

**Die Linde bringt uns dahin, dass wir uns wieder mit dieser göttlichen Quelle verbunden fühlen
und führt zu der Erkenntnis von.....**

ICH BIN!!

Die Gabe der Linde

Gottvertrauen → Wissen darüber, dass man ein Teil des großen Ganzen ist

Hilft, Urvertrauen aufzubauen

In Harmonie mit anderen leben → Geben und Nehmen in Ausgleich

Bei sich bleiben können, sich abgrenzen → seine eigene Identität jederzeit wahren können sowie Zugang zu den eigenen Gefühlen haben, und diese auch wahrnehmen können

Mitgefühl mit anderen Lebewesen haben

Sich selbst annehmen → „ich bin in Ordnung, so, wie ich bin“

Zusammenarbeit von Unterbewusstsein und Wachbewusstsein → Integration der rechten und linken Gehirnhemisphäre

Sich sicher, geborgen und beschützt fühlen

In sein Umfeld integriert sein

Seinen Platz im Universum verstehen

Innere Unabhängigkeit

Heilung von Schocks und Traumata

Angst in der Dunkelheit → v.a. bei Kindern

Hilft bei therapeutischen Arbeiten mit schmerzvollen Themen

Bei emotional sehr tiefgehenden Streitigkeiten → erzeugt eine liebevolle Stimmung

Um sich einfach zu verwöhnen

Liebevollerer Umgang mit sich selbst und seinem Körper

Die Kraft der Linde kann unterstützend in folgenden Situationen eingesetzt werden:

- Orientierungslosigkeit
- Furcht vor dem Alleinsein
- Unfähigkeit, Entscheidungen zu treffen
- Leicht beeinflussbar
- Abwehrschwäche → steckt sich leicht an
- Zu starke Identifikation mit einem Ideal → z.B. Magersucht, man will genauso schön sein, wie die schlanken Models
- Flucht in die Krankheit → die anderen dürfen einen nicht allein lassen
- Zuviel Mitleid mit anderen
- Flucht in die Meditation
- Aufopferungstendenzen → übernimmt das Leiden anderer
- Identitätsverlust → zu starke Integration in eine Gemeinschaft → Flucht ins Kollektiv
- Sektenzugehörigkeit
- Suchtprobleme → Drogen, Alkohol etc.
- Abhängigkeiten

ODER:

- Enorme Verletzlichkeit → daher Rückzug
- Verdrängung → reinigt das Unterbewusstsein von blockierenden Inhalten (Traumen, Schocks etc.)
- Ängste → ständiges Bedrohungsgefühl
- Furcht in der Dunkelheit → v.a. bei Kindern
- Misstrauen
- Gefühl von Isolation und Einsamkeit
- Gefühl, ausgeschlossen zu sein, nicht dazu zu gehören
- Empfindungslosigkeit → empfindet keinen Schmerz
- Lachen über traurigen Dinge
- Wenig Beziehung zu Pflanzen oder Tieren
- Wenig Integration der rechten und linken Gehirnhälfte → man kann die unbewussten Inhalte nicht mit dem Wachbewusstsein verknüpfen
- Verleugnung und Ablehnung von Religion und Spiritualität

Affirmationen zur Linde

Ich lasse meine Ängste los und fühle mich sicher, geborgen und beschützt.

Ich nehme mich an, so wie ich bin.

Ich bin in Harmonie mit mir und meinem Umfeld.

Ich erkenne meine eigene Identität und erlaube mir, mich in Liebe abzugrenzen.

Ich vertraue dem Leben.

Ich bin mit Allem verbunden und habe meinen Platz in der Welt.

Voller Vertrauen gehe ich durchs Leben.