

Passionsblume *Passiflora incarnata*

Die Passionsblume mit ihrer eigentümlichen Blüte, deren feiner Fadenkranz an die Dornenkrone Christi erinnert und so der Blume ihren Namen gab, wurde vor 500 Jahren aus ihrer Heimat Ostindien nach Europa gebracht. Ihre geheimnisvolle Symbolkraft machte die Passionsblume sofort zu einer Lieblingsblume der christlichen Welt. Überschwenglich schrieb damals beispielsweise der berühmte Kardinalsarzt Aldinus: "Diese wunderbare Pflanze wird von Dichtern gefeiert, von Philosophen erörtert, von Ärzten aufgrund ihrer zahllosen Vorzüge gelobt, von Theologen bewundert und von Christen verehrt."

Aldinus hatte Recht. Tatsächlich ist dies eine wunderbare Pflanze, denn ihre Blüten (und auch das Kraut) enthalten Wirkstoffe, die auf sanfte Weise **entkrampfend und beruhigend** wirken. Passionsblumen-Extrakt fördert einen **gesunden Schlaf**, besonders, wenn die Schlaflosigkeit **nervöse Ursachen** hat.

Muskelverspannungen, Migräne, Kopfschmerzen lösen sich, die **innere Unruhe** verschwindet und gibt einer positiven Seelenverfassung Raum. Wenn übermäßiger Stress und dauernde **nervliche Anspannung** unsere Kräfte zu überfordern drohen, wenn **emotionale Verstimmungen** unser Lebensgefühl beeinträchtigen, dann können die wohltuenden Wirkungen der Passionsblume uns helfen, Alltagsschwierigkeiten mit **Gelassenheit und innerer Stärke** zu bewältigen.