



Brahmi, kleines Fettblatt

Bacopa monnieri, *Bacopa monniera*, *Bramia Monniera*, *Gratiola monnieri*, *Herpestris monniera*, *Hydrocotyle asiatica*, *Lysimachia monnieri*, *Moniera cuneifolia*, *Moniera euneifolia*

Deutscher/Englischer/Französischer Arzneiname

Brahmi, kleines Fettblatt

Aindri, Bhaarati, Braahmi, Brahmi-sak, Brambhi, Darduradala, Jalaneem, Kapotavankaa, Mandukaparni, Matsyaakshaka, Otomeazene, Safed-Chammi Shaaluraparni.

Eng. - Thyme leaved gratiola, Thyme leaved graticula, Moneywort, Water Hyssop,

Hindi - Brahmi, Jalnim

Mal. - Brahmi, Nirbrahmi

Mar. - Nir brahmi, Brahmi

Tam. - Nirpirami, Piramiyapundu, Neerbrahmi

Pflanzenfamilie

Familie: jetzt Braunwurzgewächse (Scrophulariaceae)

Familie: früher Wegerichgewächse (Plantaginaceae)

Zubereitungsformen

Brahmi *getrocknet* und zu *Pulver* gemahlen oder der Preßsaft werden traditionell innerlich bei Senilität, Geisteskrankheit, Epilepsie, Bluthusten, Fieber, Schluckauf, Atemnot, Nierensteinen und verschiedenen Hautkrankheiten verabreicht.

Der *Presssaft* gemischt mit Kalmus (*Acorus calamus*) und *Alpinia speciosa* ist Bestandteil eines medizinalen Ghees das bei Krämpfen, schlechtem Gedächtnis oder Fieberphantasie verabreicht wird. Eine Mischung mit Milch jeden Morgen eingenommen wird als Antiagingmittel und zur Steigerung der Auffassungsgabe empfohlen.

Äußerlich angewendet ist ein auf die Brust aufgetragener *Breiumschlag* aus der gekochten Pflanze hilfreich bei der Behandlung von akuter Bronchitis oder Husten.

Inhaltsstoffe der Arznei – Botanik

Brahmin, Emonnierin, Herpestin, Nicotin, Monierin, Hersaponin, Bacosid -A, -B (Saponine), Bacogenin-A1-A4, Steroide, Triterpene, Flavonoide

Das Alkaloid Brahmin wirkt toxisch, dem Strychnin sehr ähnlich. Die Bacoside A und B wirken hämolytisch.

Die mittlere letale Dosis (LD50) lag bei Mäusen bei 8,5 mg Alkaloidanteil pro 100 g Körpergewicht.

Thermische Eigenschaften TCM

wärmend

Wirkrichtung TCM

zum Kopf

Wirkung TCM

Kapha und Vata reduzierend nach Ayurveda
abführend, adstringierend, allgemein stärkend, beruhigend,
blutreinigend, Bronchien weitend, Cholesterinspiegel
senkend, entkrampfend, entwässernd (diuretisch),
entzündungshemmend, Gedächtnis steigernd, herzstärkend,
Intelligenz steigernd, krampflösend, kühlend,
muskelentspannend, nervenstärkend, schmerzhemmend,
schweißtreibend, tumorhemmend, Verbesserung der Lern-
und Merkfähigkeit, Verbesserung der mentalen
Leistungsfähigkeit, verdauungsfördernd, windtreibend.

Muster nach der TCM

Geschmackseigenschaften

bitter, scharf, salzig beim getrockneten Kraut, evtl. auch als
Gewürz in der Küche einsetzbar

süß beim frischen Kraut

Organwirkungen TCM

Botanik

Brahmi wird mit *Centella asiatica* verwechselt. *Centella asiatica* und *Bacopa monnieri* weisen keinerlei äußerliche Ähnlichkeit auf. Ursache ist die gemeinsame landesspezifische Bezeichnung - Brahmi. Auch ist die Wirkung ähnlich. Wobei *Centella asiatica* bevorzugt als Nerventonicum eingesetzt wird, Brahmi jedoch bei schwerwiegenden geistigen Störungen.

Pflanzenbeschreibung

Brahmi wächst in sumpfigen Subtropen und Tropen: in Indien, Nepal, Sri Lanka, China und Taiwan. In Amerika ist

es von den südlichen US-Staaten (Virginia, Florida und Texas) über Mittelamerika bis nach Paraguay und Brasilien anzutreffen. In Nordportugal und Nordwestspanien wurde es eingebürgert. Sein natürliches Vorkommen reicht von Meereshöhe bis 1300 m hinauf.

Bei dem kleinen Fettblatt handelt es sich um eine sukkulente Sumpfpflanze mit kleinen, 1 bis 2 cm langen, ovalen, fleischig-dicken und gegenständig angeordneten Blättern. Die ungefähr 10 cm hoch werdende Pflanze bildet Wurzeln an den Nodien der kriechend wachsenden und 10 - 30 cm lang werdenden Stängel aus. Die weißen, kleinen Blüten besitzen vier bis fünf Kronblätter. Die Blütezeit dauert mehrere Monate.

Anbau & Pflege

Brahmi ist sehr einfach zu kultivieren. Am besten setzt man die Pflanze in einen Tontopf, an dem sie sich herunterranken kann. Brahmi ist eine Sumpfpflanze, die sich im Gegensatz zu vielen anderen Pflanzen mit "nassen Füßen" sehr wohl fühlt. Die Pflanze sollte deshalb immer feucht gehalten werden. Dank ihrer Fähigkeit, auch im Wasser wachsen zu können, wird sie gerne im Aquarium eingesetzt. Dort wächst sie bei 22° bis 30°C.

Im Garten wächst Brahmi sowohl im Schatten als auch in der vollen Sonne. Da die Pflanze nicht frosthart ist, sollte man sie im Haus überwintern lassen.

Brahmi ist ein sehr schnell wachsendes Kraut. Die Spitzen kann man zum Ernten abschneiden. Die Pflanze treibt danach umso mehr aus.

Die Vermehrung ist am einfachsten mittels Stecklingen. Dazu schneidet man Spitzen ab und stellt sie in Wasser, bis sich Wurzeln gebildet haben, was bei Brahmi sehr schnell

geht. Meist genügt es schon, die Stecklinge einfach in die feuchte Erde zu stecken.

Geschichte der Arznei

In Indien wurde sie traditionell dazu genutzt, Neugeborenen das Tor zur Intelligenz zu öffnen. Dies ist wahrscheinlich in der positiven Wirkung der Pflanze auf den Geisteszustand begründet.

Sie hat starke Auswirkungen auf kognitive Funktionen. Die Einnahme von Brahmi verbessert die Geschwindigkeit visueller Informationsverarbeitung, die Lerngeschwindigkeit und die Merkfähigkeit signifikant. Ängste werden spürbar gemindert. So die Ergebnisse einer Doppelblind-Studie. Der maximale Wirkungsgrad stellte sich nach 12 Wochen ein. Die tägliche Dosierung lag bei 300mg.

Die Wirkung von Brahmi zur Steigerung der geistigen Leistungsfähigkeit kann durch gleichzeitige Einnahme von einem Vitamin B Komplex verstärkt werden. Es soll auch eine Schutzwirkung bei Drogengiften (Morphine) haben.

Der Name des Krauts, Brahmi, erinnert stark an die Kaste der Brahmanen. Die Brahmanen stellen in Indien eine hohe Kaste dar, die mit Weisheit, Bildung, Spiritualität, Philosophie und Religion assoziiert wird. So wie die Brahmanen eine Oberkaste sind, wirkt Brahmi als Kraut auch auf das Oberstübchen, also dürfte sie die genannten Qualitäten von Weisheit, Bildung, Geistesfähigkeiten, etc. fördern.

Weiterhin ist die mental steigernde Funktion von Brahmi hervorzuheben. Es stellt sich die Frage, ob dieses Kraut auch bei Alzheimer einzusetzen ist - die astrologische Signaturbetrachtung würde diese Frage bejahen.

Betrachtet man nämlich Eigenschaften wie „Fett“ im Namen Fettblatt oder die fördernden Eigenschaften des Krauts in Bezug auf den Geist, so drängt sich die Signatur von Jupiter geradezu auf. Jupiter hat zu tun mit Bildung, Geistesfähigkeiten, Reisen, Philosophie, Expansion, Überblick, Dynamik, Fülle, Erweiterung. Eine weitere Parallele wären Erkenntnisse aus der Alzheimer-Forschung, die Aluminium mit der Entstehung von Alzheimer in Verbindung bringen. Die Signatur von Aluminium ist ebenfalls stark von Jupiter bzw. der astrologischen Signatur VE/CH/JU/NE geprägt. Ein weiteres Heilmittel gegen Alzheimer soll Kokosfett sein, hier ebenfalls Fett (Fettblatt). Kokosfett kann den Ketonstoffwechsel beim Alzheimer-Kranken substituieren und so Symptome rückgängig machen. Denkbar wäre es auch, Koriander (VE/MO/CH/PL/SA/UR) in Verbindung mit Chlorella und Bärlauch gegen Alzheimer einzusetzen, weil Koriander nach Klinghardt in der Lage ist, die Schwermetalle aus dem Gehirn auszuleiten.

Brahmi ist eine der ersten Pflanzen, die vom CDRI (Central Drug Research of India), eine in den 1960er Jahren in Indien zur Erforschung des Potentials der zahlreichen einheimischen Heilpflanzen gegründeten Einrichtung, ausführlich untersucht wurde.

Dosierung:

Frischer Presssaft: 10 - 20ml

Pulver der getrockneten Pflanze: 2 x 2-3gr Pulver/Tag

Pulver der getrockneten Wurzel: 0,5 – 2 gr

2 x 30 Tropfen am Tag oder 1 TL bei alkoholischen Extrakt

2 Tassen am Tag bei Aufguss

Astrologische Konstellation

MO/(CH)/(AO)/JU/(SA)/NE

Ätiologie

Essenz der Erlebensform

Essenz der Erleidensform

Empirisch-homöopathische Essenz

Spirituelle Symptomeebene [C4]

Tor der Intelligenz

Geistige Symptomeebene [C3]

Alzheimer

Aufmerksamkeits-Defizit-Störungen

Demenz

Desorientierung, mentale

Gedächtnisschwäche

Geisteskrankheit

Kurzzeitgedächtnis, Störungen d.

Langzeitgedächtnis, Störungen d.

Lernfähigkeit, verminderte

Nervenzusammenbruch, Neurasthenie

Seelische Symptomeebene [C2]

ADHS, Zappelphilipp-Syndrom

Angstzustände

Depressionen,

Hysterie

Stress

Körperliche Symptomeebene [C1]

AD(H)S,

Allergien,

Arthritis,
Asthma,
Atemnot,
Banti-Syndrom (Milz-Vergrößerung),
Bauchwassersucht,
Blähungen,
Bluthusten,
Bronchitis,
Durchfall,
Elephantiasis,
Entzündungen,
epileptische Anfälle,
Fieber,
Gallenerkrankungen,
Geisteskrankheit,
Geschwüre,
Haarausfall,
Harndrang,
Hautkrankheiten,
Heiserkeit,
Impotenz,
Krätze,
Lepra,
Menstruation, unregelmäßige,
Neuralgie,
Nierensteine,
Rheumatische Gliederschmerzen (Paste äußerlich
aufgetragen),
Schilddrüsenstörungen,
Schluckauf,
Schwächezustände,

Syphilis,
Tumore,
Unfruchtbarkeit,
Verdauungsstörung,
Verstopfung,
Weißfleckenkrankheit,
Wundrose

Symptomatische Vergleichsmittel

Inhaltliche Vergleichsmittel

Aluminium

Kokosfett

Koriander

Quellen

[<http://www.pflanzenguru.com/47-brahmi-bacopa-monniери.html>]

[<http://www.ololiuqui.org/heilpflanzen/pflanzen/bacopa-monniери-brahmi>]

[<http://www.heilpflanzenkatalog.net/heilpflanzen/heilpflanzen-der-ayurveda/221-brahmi.html>]

[<http://www.feenkraut.de/herbs/Brahmi.html>]

Alternative Medicine Review Vol 9 Number 1, 2004