

Sesamum indicum

Sesam



Deutscher/Englischer/Französischer Arzneiname

Flachsdotter, Leindotter, **Sesam**

Sesame

Zhi-Ma

Pflanzenfamilie

Pedalicaceae, Sesamgewächse

Zubereitungsformen

Homöopathisch

Spagyrisch

Öl

Gomasio, Tahin

Inhaltsstoffe der Arznei – Botanik

Calcium, Sesamöl, Vitamin E, Gummi, Phytosterine, Selen, Sterin, Myristin, Palmitin, Linolsäure, Olsäure, Lezithin, Cholin, Calcium, Magnesium, Phosphor

Thermische Eigenschaften TCM

Wirkrichtung TCM

Wirkung TCM

aufweichend, macht durchgängig, besänftigend, kühlend, abführend, cholesterinsenkend, milchgebend, menstruationsfördernd, befeuchtet die Gedärme, macht graue Haare wieder schwarz, fruchtbarkeitsfördernd, stärkt die sexuelle Gesundheit

Muster nach der TCM

Geschmackseigenschaften

als Tahin bitter, sonst eher nussig

Organwirkungen TCM

Leber, Nieren

Botanik

Die Pflanze ist unserem heimischen Fingerhut vom Aussehen her äußerst ähnlich, wenn sie in voller Blüte steht. Der Stengel ist vierkantig und hat kurze rauhe Haare. Die weißen Blüten sitzen einzeln in den Achseln der oberen Blätter, haben bis zu 10 cm lange Stiele und beugen sich stark nach unten. Sie bilden einen tiefen Kelch.

Nach etwa drei Monaten haben sich lange, hellbraune, schmale Kapseln entwickelt, welche vier Längsfurchen und eine lange Spitze haben. In den Kapseln befinden sich die reifen Sesamsamen, die sich zur Samenreife in zwei Hälften teilt und dabei werden die flachen, einförmigen, gelblichen oder bräunlichen Samen herausgeschleudert. Der Zeitpunkt der Reife kann unterschiedlich bei verschiedenen Samenkapseln sein und ist relativ unberechenbar. Bei neueren Züchtungen konnte erfolgreich vermieden werden, dass die Kapseln aufspringen und die Sesamsamen unkontrolliert freigegeben werden. Erntezeit der kleinen Lieferanten pflanzlicher Fette ist im September.

Geschichte der Arznei

Bei Tabernaemontanus finden sich für den Sesam auch die Namen Flachsdotter und Leindotter, die heutzutage völlig andere Pflanzen bezeichnen (Leindotter – *Camelina sativa* aus der Familie der Kreuzblütengewächse und Flachsdotter/Flachssaite - *Myagrum sativum* bzw. *Cuscuta europaea*). Sesam war schon in der Antike und hier insbesondere in Babylonien als die Öl-Pflanze schlechthin bekannt, da man aus dem Samen das Sesamöl gewann. Ihr babylonischer Name war Sam samni (Pflanze des Öls) und hieß bei den Arabern Shemshem bzw. Sums ma bei den Aramäern. Diese Bezeichnung verwandten auch die

Griechen als Sesamon und so ist der Name der Pflanze als Sesam auf uns gekommen. Im Chinesischen heißt sie Zhi-Ma bzw. Si-Ma in der japanischen Sprache.

In Malaysia kennt man den Sesam als „Widjin“. In Indien wie China ist der Sesam schon seit Jahrtausenden bekannt und wird auch in der Medizin eingesetzt. Der indische Name des Sesam lautet „til“ oder „tila“.

Bei den Babyloniern war der Sesam die Ölpflanze schlechthin, da man eine andere gar nicht kannte. Zwischen Euphrat und Tigris soll es nach Herodot gar keine Ölbäume gegeben haben, sondern die Ölpflanzen, den Sesam.

Sesam ist genügsam und verträgt Trockenheit und Wärme, ist einjährig und verlangt nur wenig Pflege. Er wurde in vielen Kulturen zur Ölgewinnung genutzt. Er wurde als Fasten- oder Opferspeise verwendet, er wurde zur Würzung von Speisen verwandt und oder aus dem gemahlene Sesamkörnern wurde Brot gebacken oder Brei bereitet und die „Chalba“, der Vorläufer des heutigen Halva, wurde aus Sesam gefertigt (Mischung aus Sesam, Zitronat und Honig). Bei den Griechen wurde Sesam als kosmetisches Schönheits- und Pflegemittel verwendet, denn er wurde als Salbe mit Kräutern, Blüten und Wurzeln versetzt und in der Sonne mazeriert. Es war bei den Griechen das Salböl für Geburt, Hochzeit und Tod, also insbesondere in besonderen Lebensabschnitt-Übergängen.

Die Römer aßen zerstoßene und mit Honig versetzten Sesamsamen, um sich auf langen Märschen bei Kräften zu halten.

Sesamöl kann als Massageöl verwendet werden. In der Magie soll Sesam für Öffnungszauber verwendet werden, ähnlich wie die Signatur der Pflanze dies zeigt, indem die

Pflanze durch das plötzliche Aufspringen der Samenkapseln sich unmittelbar und unerwartet öffnet und auch Ali Baba in dem Märchen aus 1001 Nacht unerwartet beobachtet, wie sich die Höhle der 40 Räuber mit dem Zauberspruch „Sesam öffne dich“ öffnet und einen Goldschatz enthält. Der Goldschatz könnte die Sesamsamen symbolisieren oder auch in Verbindung mit dem mit Sesam so oft verwandten Honig stehen, der einen starken Bezug zur Sonne und damit auch zum Gold hat.

Versucht man eine Gesamtschau des Themas Sesam, so fällt noch die Namensgleichheit des deutschen Worts Samen mit Sesam auf. Ein Samen ist stets der Ausdruck von Kreativität und Schöpfungskraft, davon, dass man als Kanal für die höheren Welten dient, um die Inhalte auf diese Erde zu bringen und hier zu gebären. Dazu passt, dass Sesam die Milchgebung bei Stillenden fördert, die Verdauungsorgane bei Verstopfung durchgängig macht und generell sogar wie in der Sage von Ali Baba und den 40 Räubern in der Lage ist, Berge bzw. Höhlen zu öffnen, also sinnbildlich gesprochen Verbindungen zu höheren Welten herzustellen, aus denen dann die Samen herausgeschleudert werden oder herausspringen – mit anderen Worten: Es fördert die Kreativität und Schöpfungskraft. Dazu passt auch der Hinweis, dass das Biophotonen-Potential des Sesam sehr groß sein soll. Einer der Hauptschwerpunkte in der Signatur des Sesam stellt somit der Uranus dar.

Denkbar ist die Verwendung des Sesams als Heilmittel auch für Kinder, die eine Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivität-Störung haben (ADHS), wobei es diesen Kindern oft bei einer enormen Zufuhr von Zucker unter Mineralstoffen wie Calcium und Magnesium mangelt, die

aber interessanterweise in Sesam stark vertreten sind. Sesam ist stark fett- und ölhaltig, es schmiert die Nerven und Verdauungstrakt und kann dünnhäutigen Menschen Substanz vermitteln und damit wieder mehr Sicherheit, Vertrauen, Beruhigung und Erdung geben. In der ayurvedischen Medizin wird Sesam auch insofern eingesetzt, um Vata (Luft, Äther) zu reduzieren, aber um Kapha (Erde, Wasser) und Pitta (Feuer, Erde) zu stärken.

Astrologische Konstellation

VE/MO/SO/JU/SA/UR

Ätiologie

Essenz der Erlebensform

Essenz der Erleidensform

Kreativität wird nicht gelebt, dafür geht man aus Angst mehr ins Materielle

Empirisch-homöopathische Essenz

Spirituelle Symptomebene [C4]

Außenseitertum

Autonomie wird bedroht durch einen Mangel an Macht und Geld

Begraben, sich selbst

Kreativität, die aber nicht akzeptiert oder ignoriert wird

Plötzlich

Öffnung erzwingen, wenn man geschlossen ist

Unberechenbarkeit

Unerwartet

Geistige Symptomebene [C3]

Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom [ADS]

Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivität-Störung [ADHS]

Fokus auf materielle Dinge

Menschenscheu

Seelische Symptomebene [C2]

Angst

Dünnhäutigkeit

Enttäuschung führt zu Todesgefühl

Panik

Vergnügen, Türen zum V. bleiben verschlossen

Verlangen nach Vergnügen, aber weiß nicht wie er es erreichen kann

Verlangen nach Vergnügen, was aber nicht erreicht wird

Körperliche Symptomebene [C1]

Arthritis

Beine, schwache

Bewegung agg.

Blasenkrampf

Blasenprobleme

Blasenentzündung

Cholera, kindliche

Dermatitis

Dyspepsie

Durchfall

Ekzeme

Gallensteine

Gelenksteifigkeit

Geschwulst, heiße

Gicht

Haare, frühzeitig ergraute

Harnausscheidung, erschwerte

Hämorrhoiden

Hautentzündung
Hautprobleme
Husten, trockener
Insektenstiche
Kopfschmerzen
Magengeschwüre
Milch, zu wenig M. bei Stillenden
Rheuma
Schmerzen, reissende an den Extremitäten
Schwindel
Sicht, verschwommene
Sonnenstich
Sturm agg
Taubheitsgefühl
Tinnitus durch Blutarmut
Verbrennungen
Verbrühungen
Verstopfung
Wechseljahrsbeschwerden
Wetterwechsel agg.
Zahnfleischprobleme

Quellen

Grieve: A modern herbal

Hempfen/Fischer: Leitfaden Chinesische Phytotherapie

Heilkräuterkalender 1999

Scholten: Wonderful plants

Tabernaemontanus

Tierra: Planetary Herbology