

# Kräuter – Naturgeheimnisse

*Wildkräuter sind viel mehr als „Unkraut“.*

*Sie sind lebendige Wesen voller Energie und Weisheit.*

*Heute spüren wir gemeinsam, welche Kräuter uns besonders ansprechen – und warum.*

*Die Magie beginnt genau hier.*



## *Die Sprache der Kräuter*

*Manche Kräuter berühren uns sofort. Wir fühlen uns zu ihnen hingezogen.*

*Das ist Resonanz.*

*Unsere Seele erkennt die Energie des Krauts und sagt leise:*

*„Ja, dich nehme ich mit.“*

## Gänseblümchen – Das Mehrjährige Gänseblümchen (*Bellis perennis*)

Das kleine Maßliebchen – für sanfte Heilung, Kinderschutz  
& unerschütterliche Freude

### Heilwirkung & Anwendung:

Gänseblümchen ist ein unterschätztes Kleinod – schon Hildegard von Bingen schätzte es als „gut für Wunden und zur Reinigung“. Es wirkt mild, aber tiefgreifend.

### Wichtige Wirkungen:

Wundheilend & entzündungshemmend (bei kleinen Verletzungen, Prellungen, Hautreizungen)  
Schleimlösend & hustenlindernd (bei Erkältungen)  
Leicht verdauungsfördernd & entgiftend  
Beruhigend bei nervöser Unruhe  
Hautpflegend & regenerierend (bei Akne, Ekzemen)

### Anwendungen:

**Tee:** 1–2 TL frische oder getrocknete Blüten/Kraut mit heißem Wasser übergießen, 10 Min. ziehen – bei Husten oder als sanfte Kur.

**Frisch:** Blüten & Blätter in Salaten – vitaminreich & fröhlich.

**Salbe/Öl:** Selbstgemacht für Haut & kleine Wunden („Gänseblümchensalbe“).

**Äußerlich:** Frische Blüten zerdrücken als Umschlag bei Prellungen oder Insektenstichen.

### Hinweis:

Sehr sanft & kinderfreundlich. Kaum Nebenwirkungen. Bei Korbblütler-Allergie vorsichtig.

### Was das Gänseblümchen uns flüstert:

Ich bin das kleine Licht auf der Wiese,  
das den ganzen Tag die Sonne anschaut –  
öffnet sich bei Morgenlicht,  
schließt sich bei Dunkelheit.

Man nennt mich Maßliebchen,  
weil Kinder mit mir „liebt mich – liebt mich nicht“ spielen,  
und ich immer „liebt mich“ sage.

### Ich flüstere den Wunden zu:

„Heile sanft, werde ganz – ich bin bei dir.“

### Ich flüstere den Kindern zu:

„Hab keine Angst – die Welt ist gut.“

### Ich flüstere den Erwachsenen zu:

„Erinnere dich an deine Kindheit –  
an Barfußlaufen, an Wiesen, an Staunen.

Das Wunder ist immer noch da.“

Ich bin nicht groß, ich bin nicht laut –  
ich bin das tägliche Wunder,  
das unter deinen Füßen blüht  
und dir sagt:

Das Leben ist schön.

Du bist geliebt.

Immer.

### Gänseblümchen flüstert also ganz leise und kindlich-fröhlich:

„Schau mich an – ich bin klein, aber ich halte die ganze Wiese  
zusammen. Du bist größer, als du denkst, und genauso  
wunderbar.“

## Brennnessel – Die Große Brennnessel (*Urtica dioica*)

Die Königin der Wildkräuter – für Blutreinigung, Kraft & unbezwingbare Vitalität



### Heilwirkung & Anwendung:

Brennnessel ist ein uraltes Allheilmittel – schon die Römer peitschten sich damit bei Rheuma, Hildegard von Bingen nannte sie „gut für die Nieren und das Blut“ und empfahl sie bei „vielen Übeln“. Sie ist ein Superfood der Natur.

### Wichtige Wirkungen:

- Stark blutreinigend & entgiftend (klassische Frühjahrskur)
- Harntreibend & entwässernd (bei Gicht, Rheuma, Ödemen)
- Blutbildend & eisenreich (bei Anämie, Müdigkeit)
- Entzündungshemmend & schmerzlindernd (bei Arthrose, Gelenkschmerzen)
- Haar- & hautstärkend (bei Haarausfall, unreiner Haut)

### Anwendungen:

**Tee:** 2–3 TL frische oder getrocknete Blätter mit heißem Wasser übergießen, 10 Min. ziehen – 3–4 Tassen täglich als Kur (4–6 Wochen).

**Frisch:** Junge Triebe im Frühling als Spinat, Suppe, Smoothie oder Salat – vitaminreich & vitalisierend.

Samen: Getrocknet oder frisch als Superfood für Energie & Hormonbalance.

**Äußerlich:** Frische Blätter rollen (Brennen weg) als Umschlag bei Rheuma, oder Aufguss als Haarspülung.

### Hinweis:

Sehr gut verträglich. Frische Pflanze brennt – Handschuhe beim Pflücken! Nicht bei stark entwässernden Medikamenten ohne Arzt.

Samen in Maßen (hormonell wirksam).

### Was die Brennnessel-Königin uns flüstert:

Ich bin die Königin, die jeder kennt und viele meiden.

Ich brenne, wenn du mich unachtsam berührst –  
nicht aus Bosheit,  
sondern um dich wachzurütteln.

Ich wachse überall, wo der Boden reich ist,  
wo Leben pulsiert.

Ich ernähre dich mit Eisen, mit Kieselsäure, mit Feuer.

Ich reinige dein Blut, deine Nieren, deine Seele.

### Ich flüstere dir zu:

„Du bist stärker, als du denkst.

Ich gebe dir meine Kraft –  
damit deine Knochen fest werden,  
dein Haar glänzt,  
dein Blut singt.

Berühre mich mit Respekt,  
und ich heile dich.

Ignoriere mich,  
und ich erinnere dich scharf daran,  
dass das Wilde, das Verachtete  
oft das Kostbarste ist.“

Ich bin die Pflanze der Frigg, der Venus, der Kriegerinnen –

ich schütze, ich nähre, ich mache dich unbesiegbar.

Trink mich, iss mich, lass mich dich brennen und heilen –

### und du wirst spüren:

Du bist wie ich –

wild, vital, königlich.

Niemand kann dich klein halten.

### Die Brennnessel-Königin flüstert also mit stolzer, aber liebevoller Stimme:

„Ich bin hier, um dich zu stärken. Nimm meine Krone an – du bist würdig.“

*Deine persönliche Signatur*

*Genau so kann auch deine eigene  
KräuterSignatur aussehen*

*– eine kleine Erinnerung an die Kräuter,  
die besonders mit dir in Resonanz gehen.*

## Löwenzahn – Der Gewöhnliche Löwenzahn (*Taraxacum officinale*)

Der goldene Löwe – für Leberkraft, Entgiftung &  
unbezwingbare Lebenskraft

### Heilwirkung & Anwendung:

Löwenzahn ist ein uraltes Heil- und Nahrungsmittel – schon Hildegard von Bingen schätzte ihn als „gut für Leber, Galle und die Säfte“. Er ist eine der besten Entgiftungspflanzen.

### Wichtige Wirkungen:

Stark leber- & gallenfördernd (bei träger Verdauung,  
Fettverwertung)

Entgiftend & blutreinigend (klassische Frühjahrskur bei  
Müdigkeit, Hautproblemen)

Harntreibend & entwässernd (bei Ödemen, Gicht, Rheuma)  
Appetitanregend & verdauungsfördernd

Reich an Bitterstoffen, Vitaminen & Mineralstoffen

### Anwendungen:

**Tee:** Aus Blättern, Wurzel oder beidem – 1–2 TL mit heißem  
Wasser, 10 Min. ziehen – 2–3 Tassen täglich als Kur.

**Frisch:** Junge Blätter als Salat (bitter, aber vital!), Blüten in  
Salaten oder als „Honig“.

**Wurzel:** Geröstet als Kaffee-Ersatz oder in Tee für Leber & Galle.

**Saft:** Frisch gepresst aus der ganzen Pflanze – Super-  
Entgiftungsboost.

### Hinweis:

Sehr gut verträglich. Bei Gallensteinen oder Verschluss  
vorsichtig (kann Gallefluss anregen). Milchsaft kann Haut  
reizen.

### Was der Löwenzahn uns flüstert:

Ich bin der Löwe der Wiese –  
goldene Mähne im Frühling,  
weißer Pusteballon im Sommer.

Niemand will mich, alle mähen mich weg –  
und doch komme ich immer wieder.

Stärker, tiefer, goldener.

Meine Wurzel reicht bis in die Dunkelheit,  
meine Blüten schauen direkt in die Sonne.

Ich mache aus Betonspalten Gärten,  
aus vergiftetem Boden Leben.

### Ich flüstere deiner Leber zu:

„Wach auf, arbeite, reinige – ich gebe dir Feuer.“

### Ich flüstere deinem Blut zu:

„Lass altes Gift gehen – ich mache dich neu.“

### Ich flüstere deinem Herzen zu:

„Du bist unkaputtbar.

Auch wenn sie dich klein machen wollen,  
wächst du durch alles hindurch.“

Kinder pusten meine Samen in die Welt –  
und ich lehre sie:

Ein Wunsch, ein Atemzug,  
und das Leben verbreitet sich überall.

### Iss mich, trink mich, puste mich –

### und du wirst spüren:

Du bist wie ich –  
wild, golden, voller Sonne,  
und niemand kann dich ausrotten.

Du blühst, wo du stehst.

### Löwenzahn flüstert also mit tiefer, sonniger

### Stimme:

„Ich bin das Kraftpaket, das aus dem Asphalt bricht. Du bist dasselbe  
– lass dein Gold leuchten.“



*Resi*



Rosmarin – Thymian – Lorbeer – Weihrauch – Gänseblümchen – Löwenzahn – Spitzwegerich – Brennnessel – Lavendel –  
Ringelblume

Die große grüne Schutz- und Heilfamilie – stark, heilig und zutiefst nährend 🌿🔥💜

Das Besondere:

Dieses Paket ist eine wahrhaft kraftvolle Allianz. Die feurigen, schützenden und heiligen Kräuter (Rosmarin, Thymian, Lorbeer und Weihrauch) bilden den starken äußeren und inneren Schild. Dazu kommen die robusten Wegbegleiter und Reiniger (Gänseblümchen, Löwenzahn, Spitzwegerich, Brennnessel), die den Körper entgiften und stärken. Lavendel und Ringelblume bringen die sanfte, heilende und herzöffnende Note dazu. Es ist eine perfekte Balance zwischen Feuer & Erde, Schutz & Sanftmut, Reinigung & Segen.

Ausstrahlung & Botschaft:

Hier pulsiert eine sehr hohe, alte Viriditas. Das Paket schützt das Energiefeld (Rosmarin, Thymian, Lorbeer, Weihrauch), reinigt tief (Löwenzahn, Brennnessel, Spitzwegerich), stärkt Ausdauer und Lebensmut (Gänseblümchen) und heilt gleichzeitig sanft Wunden von Körper und Seele (Lavendel, Ringelblume). Es balanciert die inneren Säfte, stärkt das Immunsystem, klärt den Geist und öffnet das Herz. Spirituell fühlt es sich an wie ein heiliger Kreis: Schutz von oben, Kraft von der Erde und Liebe in der Mitte.

Zusammenfassungssatz (zum Vorlesen):

„Rosmarin und Thymian entzünden dein inneres Feuer, Lorbeer und Weihrauch segnen und schützen dich heilig, Gänseblümchen, Löwenzahn, Spitzwegerich und Brennnessel geben dir wilde Erdkraft und tiefe Reinigung, während Lavendel und Ringelblume deine Seele in sanfte Heilung hüllen –

zusammen flüstern sie dir zu:

Du bist gehalten, gereinigt, gestärkt und tief geliebt. Deine Viriditas leuchtet stark und schön.“ ✨🌿💚



*Lütfiye*



## Vanille – Zitrone – Hagebutte – Basilikum

Die sonnige Süße des Lebens – ein Paket voller Licht, Liebe & Lebenskraft 🌞🍊🌹🌿

### Das Besondere:

Diese vier bilden eine wunderbare Balance – **Vanille** als warme, tröstende Umarmung (Liebe, Leidenschaft, Energie-Wiederherstellung), **Zitrone** als klarer, reinigender Sonnenstrahl (Klarheit, Entgiftung, emotionale Leichtigkeit), **Hagebutte** als tiefe, nährnde Frucht der Rose (Heilung, Immunität, emotionale Erneuerung, Glück & Wachstum), **Basilikum** als feuriger, schützender Wächter (Prosperität, Mut, Reinigung, innere Stärke & Harmonie der Säfte).

### Ausstrahlung & Botschaft:

Hohe Viriditas pulsiert hier – warm & kühl zugleich, nährend & klärend. Es balanciert die inneren Säfte: löst Stauungen (Zitrone + Basilikum), nährt das Herz & die Seele (Vanille + Hagebutte), stärkt Willenskraft & Freude (Solarplexus & Herz-Chakra). Spirituell ein Aufruf zur Transformation: Reinige, was belastet, nähre, was blüht, und lass Liebe & Fülle fließen.

### Es flüstert:

„Du bist würdig von Süße, Licht und Schutz – lass deine innere Sonne scheinen und ziehe Gutes an.“

### Zusammenfassungssatz

„Dieses Paket umarmt dich mit warmer Vanille, weckt dich mit zitronigem Licht, heilt dich mit hagebuttiger Rosenkraft und schützt dich mit basilikumfeurigem Mut –

### zusammen singen sie:

Deine Viriditas blüht in Liebe, Klarheit und unerschütterlicher Fülle. ✨💚

*Jedes Kraut trägt seine eigene Energie-Signatur.*


*Meister St. Germain sagt dazu:*

*“Liebe entscheidet sich nicht in der Form der Präsenz zueinander. Sie ist der Zustand, der die Seelen verbindet, die sich für die Form der Präsenz entscheiden.”*

*Das Kraut hat sich für Dich entschieden – und Du hast es angenommen.*



*Danke, dass Du heute mit  
offenen Herzen durch die Natur  
gegangen bist.*

*Bis zum nächsten  
Naturgeheimnis... *