



Kraft der Kräuter

Einatmen, einreiben, einnehmen – variantenreich entfalten Kräuter ihre wohltuende Wirkung auf Körper, Seele und Geist. Dem warmen Bad, dem heißen Tee und auch der Creme oder dem Balsam, mit dem wir uns einreiben, geben sie Kraft und Tiefe. Sie lindern Schmerz, helfen beim Heilen, bezirzen unser Gemüt mit ihren Düften. Ganz natürlich machen Kräuter unser Leben angenehmer, gesünder und verwöhnender.

Die Verwendung von Pflanzen als Heilmittel ist wohl schon so alt wie die Menschheit selbst. Und bis heute stammen viele Wirkstoffe moderner Medikamente aus der Natur oder basieren auf dem, was die Natur hervorgebracht hat. Man sagt, in den dichten Wäldern und Dschungeln, wie etwa in Brasilien, gibt es noch viele unbekannte natürliche Substanzen, die heilenden und pflegenden Einfluss auf unsern Körper, unseren Geist und unsere Seele haben. Aber warum über das entfernte und verborgene nachdenken? Kräuter haben nicht nur ihre außergewöhnlichen und geheimnisvollen Fähigkeiten, sondern auch ihre kleinen, wertvollen und ganz alltäglichen. Oft haben sie sich bereits über viele Generationen bewährt. Sie stärken uns, schützen und versorgen uns, umarmen und beschenken uns mit genussvollen Momenten. So manchen tiefen und erholsamen Schlaf und so manches entspannte Loslassen, freieres Atmen, gesund bleiben oder schnelleres Heilen verdanken wir den außergewöhnlichen Kräften der verschiedensten Kräutern.

