Heute ist Sommersonnenwende, Sommeranfang, Hoch-Zeit der Heilkraft unserer Sonnenkräuter, Corinna,

Geht es dir auch so, dass du gar nicht mehr hinterher kommst die Blüten- und Kräutervielfalt zu genießen? Es geht alles so schnell. Der Höhepunkt des Jahres, der längste Tag, die kürzeste Nacht ist heute an diesem alljährlich besonderen Tag. Ab jetzt werden die Tage wieder langsam kürzer. Aber kein Grund zur Panik, wir haben noch genug Zeit kräftig Sonne und Energie zu tanken. Schließlich beginnt heute ja erst der Sommer!

Sonnenenergie tanken

Die Hälfte des Jahres ist vorbei. Wir haben jetzt eine ganz besondere Möglichkeit die 1. Hälfte Revue passieren zu lassen. Was hast du dir vorgenommen? Hattest du eine Intention für das ganze Jahr? Wie weit bist du mit deinem Vorhaben bis jetzt gekommen? Was lief besonders gut, was besonders beschwerlich?
Ganz wichtig ist es, dass du das völlig ohne Wertung tust. Es läuft dir nichts davon! Alle Chancen stehen dir offen. Aber vielleicht ist jetzt eine gute Zeit, nochmal den Fokus neu zu setzen, was deine Ziele und Wünsche sind. Und was du nicht in deinem Leben haben möchtest - schreib es auf und verbrenne es heute Abend. Übergib deine Sorgen und Ängste eines der vielen Sonnwendfeuer, die heute Abend stattfinden. Genieße den Tag, die Sonne heute ganz intensiv! Verbinde dich mit deinem Atem, der dich jederzeit ins Hier und Jetzt bringt und dir neue Kraft schenkt. Einatmen..... ausatmen..... So einfach kann ein Ritual sein ;-)

Aktuelles aus dem Kräuterblog

Johanniskraut ist DAS Kraut zur Sommersonnenwende. Es symbolisiert wie kaum ein anderes diese kraftvolle Sonnenenergie, von der es uns in dunkler Zeit auch gerne wieder abgibt. Jetzt ist die beste Zeit es zu Sammeln! Letztes Jahr habe ich einen ausführlichen Artikel erstellt, wie du dein eigenes, wertvolles und heilendes Johanniskraut-Öl ansetzt. Lese unbedingt nach und stelle dir dein eigenes Öl her.

Johanniskraut-Öl selbst herstellen

Hier erfährst Du wie Du das zauberhafte Johanniskraut Öl selbst herstellen kannst...
Mehr lesen

Kräuter kraftvoll sammeln & verarbeiten

6 Tipps, tiefe Erfahrungen beim Kräuter Sammeln und Verarbeiten zu machen
Mehr lesen

Kräuter rufen uns - Vertraue deiner Intuition

Nicht durch Zufall begegnen dir bestimmte Pflanzen. Sie suchen unsere Nähe
Mehr lesen

Neue Blogbeiträge

Wusstest du, dass die Brennnessel...

- **Über 6-Mal so viel Vitamin C wie eine Zitrone**
- **Fast 4-Mal so viel Calcium wie Grünkohl**
- **Das 5-fache an Eisen im Vergleich zur Roten Bete**
- **Und 4-Mal so viel Kalium wie ein Apfel**
- **Und fast 3-Mal so viel Magnesium wie Himbeeren hat???**

Genial oder? Deshalb habe ich ihr einen weiteren Blogartikel gewidmet. Ich mag sie wirklich sehr gern und möchte sie unbedingt aus ihrem Schatten-Dasein holen. Denn kaum eines unserer Wildkräuter steckt so voller Vitamine, Mineralien, Vitalstoffe und letztendlich auch Heilwirkung!

In meiner neuen Rubrik "Unterwegs" findest du ab jetzt viel Wissenwertes, was ich unterwegs auf meinen Touren so entdecke!

Die Brennnessel - Mein persönliches Superfood

Die liebe Brennnessel! Wer kennt sie nicht? Unser stacheliger Freund im Garten, oft sogar im Blumenkasten und auch in jedem Stadtpark in vielen Ecken zahlreich vorhanden. Das Image der Brennnessel ist leider gar nicht so gut. Leider? Fragst du dich. Ohja, LEIDER! Warum sie bei mir ein ausgezeichnetes Image hat und ich sie als eines der wertvollsten Heilkräuter und Küchenkräuter …
Mehr lesen

Gallen an den Buchenblättern - wer ist das?

An den Buchen könnt ihr jetzt die Gallen der Buchengallmücke entdecken. Im Kern der Galle lebt ein minikleines weißes Würmchen - Die Larve der Mücke. Dort bleibt sie bis zum nächsten Frühjahr, schlüpft, um sich fortzupflanzen und das war es auch schon. Den Großteil ihres Lebens verbringt sie also als Larve. Was ich immer so spannend an den Gallmücken …
Mehr lesen

Auf den Spuren der Frühlingskräuter

Viel zu schmecken, zu riechen und zu genießen gab es bei uns am 28.4.. Der Tag begann mit bedecktem Himmel und leichtem Regen. Aber pünktlich zum Beginn unserer Wanderung beschenkte uns der Himmel mit strahlendem Sonnenschein! Bei strahlendem Sonnenschein geht es los - die Frühlingskräuter entdecken Zuerst probieren wir die schmackhaften, leicht sauren Blätter der Rotbuche. Wusstest du, dass der …
Mehr lesen

Für Dich - Von Herzen

Achte gut auf diesen Tag,
denn er ist das Leben -
das Leben allen Lebens.
In seinem kurzen Ablauf
liegt alle Wirklichkeit
und Wahrheit des Daseins,
die Wonne des Wachsens,
die Herrlichkeit der Kraft.
Das Gestern ist nichts als ein Traum,
und das Morgen nur eine Vision.
Aber das Heute - richtig gelebt -
macht jedes Gestern
zu einem Traum voller Glück
und das Morgen
zu einer Vision voller Hoffnung.
Achte daher wohl auf diesen Tag.
- aus dem Sanskrit, Dschelal ed-Din Rumi -

Ganz liebe Sommergrüße an Dich! Genieße den Tag, genieße das Leben, genieße Mutter Natur und was sie uns tagtäglich schenkt!
Deine Kräuterfee

Corinna

Sag mir deine Meinung. Stell mir deine Fragen. **Was willst du wissen? Welche Themen würdest du gerne bei mir finden? Welche Rezepte? Welche Infos?** Schreibe mir sehr sehr gerne an corinna@kraeuterzeug.de oder antworte einfach auf diese Mail!

Ich freue mich über dein Feedback!

Folge mir doch auch auf Facebook oder Instagram und bleibe täglich auf dem Laufenden

Austragen | Abonnement verwalten

Corinna Konrad
Rösersmühle 6
74535 Mainhardt