

Liebe KräuterFreundinnen und KräuterFreunde,

ich grüße Euch alle ganz herzlich und hoffe, dass es Dir gut geht und Du gesund und munter bist!
Eigentlich sollte es wieder einen kleinen Weihnachtsverkauf, ein AdventsMärktle geben - live und in Farbe - der Hofladen sollte normal öffnen. Angedacht hatten wir wieder das Wochenende vor dem ersten Advent - auf vielfachen Wunsch und da an unserem offenen Tag so viele Sachen ausgegangen sind - nochmal mit einigen JubiläumsSonderpreisen - als ein Dankeschön von mir, von uns, an Dich!
Da dies grad immer schwieriger wird, haben wir nun beschlossen, das man sich möglichst per Mail anmeldet und gern auch bereits die Sachen, die man schon weiß, vorbestellt, dann richten wir die Wunschsachen schonmal hin. Natürlich ist auch ein Spontanbesuch möglich - halt so wie es für Hofläden dann grad geht.....

Unser **Hofladen öffnet** daher nochmal nächste Woche am **Freitag, den 26.11. von 10 - 20 Uhr** und **Samstag, den 27.11.2021 von 14 - 18 Uhr** - in dieser Zeit können alle Bestellungen abgeholt und ergänzt werden. Weiter unten schreib ich noch, was wir grad so haben.

Natürlich darfst Du zu diesen Zeiten auch nochmal durch den Garten schlendern, aber es wird leider kein weiteres Programm geben - wir wollten eigentlich eine Märchenstunde und einen Räucherabend integrieren - vielleicht klappts ja im nächsten Jahr.

Noch eine kurze Vorabinfo - unten davon mehr:

In Kürze startet der **5. Online Kongress Medizin der Erde** - ich erzähle über **Hausmittel...**

(Unten im Mail findest Du auch einige Tipps für den Erkältungsbereich) - 26.11.-1.12.2021 kostenlos

Und nun zum Herbst:

Das Gold der Solidago ist verwandelt in hauchzarte Wedel, die mit Reifüberzug besonders schön leuchten, sanfter, das Gold noch erahnend - und auch der Lavendel färbt seine Köpfchen an manchen Stellen noch ein letztes Mal bunt ein und ein paar weinge duftende Rosenblüten trotzen der Kälte - an den Feigen hängen nur noch die unreifen Früchte - und die Asters und viele andere Blüten unserer über 400 verschiedenen Heilpflanzen locken die Schmetterlinge und Bienen ein letztes Mal mit ihren Düften und dem süßen Nektar - die letzten Blütenköpfchen tanzen noch einmal mit dem Wind um die Wette -



und es sind diese wunderbaren Farben des Herbstes, die mein Herz alle Jahre wieder tief berühren - das traumhafte Licht - die purpurroten Sonnenaufgänge (unsere Lobpreiszeit) - die klaren "blauen Stunden" am Abend und die über und über leuchtenden Sternenhimmel - klare, kalte Sternennächte - und wenn der Mond dann aufgeht, taucht er das Land in ein silbernes Strahlen - mal heller - mal sanfter - und an Neumond in die Tiefe der stillen Unendlichkeit.



Ja und nun geht es mit großen Schritten in den richtigen, **winterlichen Herbst** - auch er zeigt sich in diesem Jahr von seiner schönsten Seite - viele bunte Blätter und Blüten in traumhafter Herbstsonne - morgens in klarer, frischer Kühle und doch mit wärmend rot-orangenem Sonnenaufgang - mit weiten Blicken über die sanften, stillen Hügel des schwäbischen Waldes - die Nebel in den Tälern lassen den Blick besonders weit erscheinen und setzten viele geheimnisvolle Akzente - jeden Morgen aufs Neue - wie Nebelwesen huschen sie auch mal über unsere Felder, am Waldrand entlang - es sind diese magischen Momente, in denen man die Tiefe und Schönheit der Schöpfung mit all ihren Geheimnissen zu erahnen scheint - und langsam fallen die Blätter und geben die Essenz frei - alles Unnötige darf gehen - vergehen - und neu werden - zurück in den Kreislauf - den immerwährenden Kreislauf den Lebens und Vergehens - jetzt zeigt sich alles pur, klar - - nur noch das Wesentliche - das alle Kälte des Winters überstehen kann - um im Frühling neu geboren zu werden.

Und am Abend - abends scheint es warm, feurig und doch mit einer tiefen Stille taucht alles Sein in diesen warmen, wärmenden HerbstLichtMantel - und die schon fast winterliche Kälte zeigt uns dann ganz schnell wohin es nun geht - die blaue Stunde, die auch unsere Oma Myrta so liebte und wir und meine Mama Usch immernoch lieben - diese blaue Stunde bekommt jetzt eine eisblaue Färbung - ein Hauch des Vergehens, der sich über die Nacht über alles legt und morgens silbrig glitzert um dann in der Morgensonne in allen Regenbogenfarben zu leuchten - kurz, nur kurz ist dieses traumhaft schöne Farbspiel zu sehen - wie aus einer anderen Welt - dann wird es richtig Tag - der Zauber flieht.

Vor allem der Morgen ist für mich wie aus einer anderen Welt - einer Elfen- und Feenwelt - als Kind hat es mit immer wieder verzaubert - und gerade der Herbst mit deiner Vielfalt an Stimmungen - mit den dunklen, trüben Zeiten, den geheimnisvollen Nebeln und den herrlichen, warmen Sonnenlichtspielen, die immer wieder neu beleuchten, freigeben...



Auf dem dritten Foto sind gleich "3 Sonnen" untergegangen ;-) - es war ein traumhafter Anblick - wie ein Tor in eine andere Zeit

Und ich finde es auch eine gute Zeit sich zurückzuziehen - zu danken - nachzudenken wo meine Wurzeln sind - meinen "Altvorderen" zu danken, denn ohne sie wäre ich nicht - und vielleicht auch sich an schöne gemeinsame Zeiten zu erinnern - Zeit die Gräber zu richten - mit Liebe, Dankbarkeit und ErinnerungsFreude im Herzen - früher wurden vielerorts auch "Seelen/Seelwecken" gebacken, als Dank (auch für die Ernte des vergangenen Jahres) und als Bitte für alles Kommende - die Seelwecken wurden verschenkt - an Patenkinder, an alle Kinder, die vorbei kamen und an

all die Bedürftigen. Welch schöner Brauch in dieser immer dunkler werdenden Zeit!

Das ist übrigens die Wurzel von Halloween - all hallows eve - AllerheiligenAbend - und da es im Auswanderungsland Amerika keine Runkelrüben (für die "beschützenden" Rübengeister) gab und wohl auch keine MartinsGänse, nahm man kurzerhand was es dort eben gab: Kürbisse und Truthähne....

- und heute schwabbt ein, leider meist leerer, müd gewordener Brauch übers Meer zurück - hast Du Dir schonmal überlegt was die Frage "Süßes oder Saures" wohl ursprünglich bedeutet hat?

- wenn wir nicht aufpassen ist das X-mas auch bald nur noch ein "?" bei dem keiner mehr ahnt was früher einmal dahinter steckte - lasst uns unsere echten Traditionen bewahren, laßt uns das Feuer weitergeben und nicht nur die Asche hüten!

Im Herbst-Winter werden diese Gedanken leichter lebendig, weil das Außen stiller wird...

Laßt es uns nutzen und unsere Traditionen gerade in dieser so besonderen Zeit bewußt leben.

Das wünsche ich mir - das wünsche ich uns allen.

Zeit dazu gibt es ja wohl wieder mehr, denn mit den neuen Verordnungen ist auch der Praxisbetrieb erneut eingeschränkt und auch alle Planungen fürs neue Jahr sind wieder auf wackeligem Boden.

Dennoch habe ich auf Euer Drängen hin, mal ein paar Termine für die möglichen [Seminare 2022](#) eingestellt - halt alles wieder unter soronarrischem Vorbehalt -

Wer mag, kann also schonmal spickeln - aber wie gesagt, es ist noch nicht in Stein gemeißelt.

Zu den Seminaren schreib ich noch ein Extramail an alle diejenigen, die im Ausbildungsverteiler sind ([HPA-Infomail](#)) - es wird auf jeden Fall 2022 die Gelegenheit zum Erhalt des Zertifikats HeilkräuterPraktiker/in geben (ist noch nicht eingestellt) - soviel hier vorab.

Die SeminarInfo für alle kommt dann im neuen Jahr, wenn absehbar wird, dass sie stattfinden können.

Was Du gleich schon genießen kannst, sind die Vorträge vom [5. Online Kongress Medizin der Erde](#).

Es geht bei Christel Stöbel diesmal vor allem um Kinder und Naturwesen.

Ich werd an diesem Kongress **über Hausmittel reden** und viele Tipps für Erkältungen, Haut... geben.

Bitte melde Dich hier über meinen [Link](#) an, dann bekomme ich evtl. später ein bißchen Unterstützung (falls Du ein Paket kaufst). Das wär lieb - im Voraus ganz vielen Dank.

Dazu paßt auch noch ein schönen Tipp für Mamas , die frisch geboren haben - Babymassage online und Mama Baby Yoga online - sie nennt es "Seelenglückskurse".

Ich schätze Ines Illini sehr und es ist bestimmt ein ganz wunderbares Seminar - auch wenn die Info für manche vielleicht dazu etwas spät kommt ;-)- für die frischen Mamas gibt es immer wieder viele schöne Seminare und Anknüpfungspunkte - im Anhang ist eine Ausschreibung.

Für die schnellen Baby-Mamas hat Ines einen Überraschungsgutschein 😊 (info@yogamuehle.de)



Ja und nun ganz zuletzt möchte ich Euch noch **ein paar Tipps für's Fitbleiben in Erkältungszeiten** mitgeben. Für meine Familie hab ich vor kurzem mal was zusammengestellt (ist noch unvollständig).

Als erstes zum Verständnis über unsere gängigen **Naturantibiotika und ihre Wirkungsweise**

- **ätherische Öle** - Anwendung: Melissenblatt als Bonbon kau-lutschen, äth Öle-Tropfen auf den Pulli und einatmen oder inhalieren (auch gut mit heißem Salzwasser oder Kräutersud)

- **Senfölglycoside** - Anwendung: essen - alles was kresslich-scharf ist: Meerrettich, Senf, Kapuzinerkresse, Kresse (z.T. auch Kohl)

- **Gerbstoffe** - adstringierend, wenn es im Mund alles zusammenzieht - die Gerbstoffe zerlegen die Eiweißsubstanzen, also auch die Erbinformation der Viren und Bakterien.

Anwendung: essen!!, lang im Mund lassen, kauen oder auch starken Tee/Sud gurgeln (Salbei)

- **Saponine** u.a. in Holunder/Linde helfen uns beim Schwitzen und leichter abzuhusten...
- und auch **wildes Grün essen** ist super für unser Immunsystem - also rausgehen und schauen, was es gerade noch gibt - Brennessel, Löwenzahn, Vogelmiere & Co strotzen nur so vor Vitamin C u.a. Helfern ein paar wenige Blättchen, lang und gut gekaut, reichen vollkommen aus.

Grundüberlegungen/Empfindungen: Für welche Person/Situation, wie geht es ihm/ihr, wo tuts weh?...

Husten, Schnupfen -> Erkältung, eher Bakterien (LEM, CAJ, PR, Propolis)

Halsweh, Gliederschmerzen -> eher Grippe-Viren (MEL, CIST) (bei Pilzen-antimykotisch: MANU)

(Schülergeheimschrift für ätherische Öle ;-)- MELisse, CAJeput, LEMongras....)

Erste Hilfe

- bei Halsweh: Quarkwickel (gern öfters) - und danach evtl. einreiben mit Melissenöl oder Harzbalsam intensiv, Woll-/Seidenschal und warm halten
 - bei Ohrenscherzen: Zwiebelwickel hinter das Ohr (zimmerwarm und andrücken)
- wenn Wärme wichtig erscheint, anwärmen und auf das Ohr legen - mit Tuch oder Sturmhaube befestigen - gern dazu Nibla-Tee trinken (denn die Ohren gehören zum System Niere-Blase)
(Fremderfahrung: Quarkwickel, da die Kinder keine Zwiebeln mochten, hat wohl auch gut geklappt)

Wärme und Schwitzen (auch gern mit Holde/Lindenblütentees) erhöht die Körpertemperatur und zerstört damit auch Viren und Bakterien - also ein sehr gute Reaktion, die es zu unterstützen gilt -

ChrisTines AntibiotikaDrink: ca 2 EL lebendige Joghurt in ein 0,5ltr Joghurtglas geben, dazu Saft von Zitronen (ich mag gern mind 3), mind 1-2 Zehen Knoblauch frisch gepresst (gern mehr), evtl. etwas Brennesselsalz, dann Kräuter die man hat: Thymian, Basilikum, Bohnenkraut, Oregano... (alles antibiotische) fein wiegen und alles mit lauwarmem Wasser aufgießen und gut schütteln

Bei allen ist es gut, wenn man sich **Ruhe und viel Wärme** und Bettzeit - mit Wärmflasche - oder auch ein heißes Bad gönnt. (Falls man äth. Öle ins Badewasser möchte, so müssen sie vorher immer mit Salz oder Honig emulgiert werden) So unterstützt Du Dein Immunsystem am besten. Und **viel warmen Tee** trinken - gern auch dünn oder mit Honig - oder auch einen Löffel Honig oder KräuterrhonigHustensaft - als Teekräuter eignen besonders gut: **Artemisia annua** (einj. Duftbeifuß - bei Corona/Grippe wichtig!), **Thymian, Oregano, Wegerich, Holunder, Lindenblüten**, Bohnenkraut, aber auch Rotklee, Huflattich, Alant, Tanne, Fichte, Kiefer, Douglasie, Lärche, hanfblättriger Wasserdost, gern auch mit Johanniskraut und auch Rose und Lavendel dürften mit rein.

Heißer Holdersaft - ein sehr gutes Erkältungsmittel!!! etwas Holundersirup und sehr warmes Wasser drauf - gleich schluckweise trinken (und am besten danach hinlegen und das Immunsystem arbeiten lassen - mit Ruhe und Wärme unterstützen)

Natürlich sind die einfachen Kneippanwendungen wunderbar für unser Immunsystem. Schon nach zwei Wochen täglichem Gesichtsguss wird das Immunsystem wohl um 25% gesteigert (wurde wohl nun ganz wissenschaftlich untersucht und belegt) - und dass kurze kneippsche Kaltanwendungen stärken ist ja seit ganz langer Zeit fast jedem bekannt.

Ergänzen kann man es prima mit natürlichen **PflanzenRaumdüften mit unseren Stövchen**.

Wir haben wieder eine schöne, große Auswahl und Heike hat wieder viele wunderbare Unikate gemacht, die sich fürs eigene Zuhause und natürlich in dieser Zeit auch ganz wunderbar für Geschenke eignen - falls Du keine eigenen Kräutersträußchen machen möchtest, gibt es dazu auch feine Räucherkräutermischungen, Hölzer und Harze.....

Pfarrer Kneipp reinigte die Krankenzimmer mit Wacholderrauch u.a. - dies können wir auch heute noch tun und ganz nebenbei das Nützliche mit dem Schönen, Genüßlichen verbinden.

Und ein Rezept für ein natürliches Desinfektionsspray findest Du auf der ersten Seite unserer Homepage - dazu bitte weit runter scrollen.

Kommt alle gut durch diese besondere Zeit, bleibt gesund, behütet und geschützt, genießt die Kräuterschätze und stärkt Euer Immunsystem - es ist der beste Schutz den es gibt!!! Und bleibt "3G" - gesegnet - geliebt - und gesund!

Ich freue mich auf ein Wiedersehen - wann auch immer -
Möge Gottes Licht und Liebe Eure Herzen erfüllen, hüllen und halten
durch die dunkle Zeit - bis an Weihnachten das Licht der Liebe neu geboren wird!

Schalom!

und ganz viele herzliche KräuterGrüße vom Wasenhof
Eure alte WildkräuterFee ChrisTine



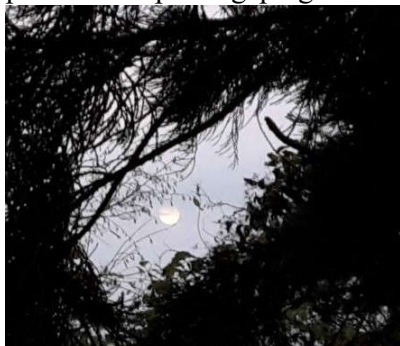
P.S: Hatte ja versprochen noch zu schreiben, was es im Laden gibt.

Doch jetzt ist das Mail schon so lang...

Fast wie immer, schöne und besondere Öle - einiges auch zu Jubiläums und Sonderpreisen -
Salben, Balsame, Rollons und auch wieder unsere Melissen-Lippenpflege, Seifen, Salze,
- Essige und abgepackte Säfte zur eigenen Essigbereitung mit Essigmutter -
Saft, feine WildeWasenhofWiesen-Produkte von Silke und Anna,
Alpakakissen von Natalie, Wohlfühlkräuter für Tee, Räuchern...
und ganz viel schöne Bücher!! - die Aussaattage und wunderbare Karten und Kalender
- ein Besuch lohnt sich also - zur Not auch ein spontaner 😊 -
Freu mich auf Dich!! HerzensGrüßla aus dem Kräuterzentrum

PPS. Gerade kam noch eine **Anfrage** an mich:

eine gute, erfahrene, aber ungeimpfte Pflegekraft/**Krankenschwester**
sucht schonmal nach einer alternativen versicherungspflichtigen Arbeitsstelle
- falls 2 G im Pflegebereich kommt -
falls Du was weißt, bitte bei mir melden - im Voraus ganz vielen Dank!
(die Impfpflicht wird den seit vielen, vielen Jahren bestehenden Pflegenotstand
mit Sicherheit weiter stark verschärfen, denn die Fachfrauen und-männer
sehen vor Ort eben auch die Impf-Problematiken, die zwar verboten und "ausgeschlossen",
aber in der Realität leider nicht von der Hand zu weisen sind -
bei Contergan war es in den 60er Jahren ja sehr ähnlich - nur noch nicht so
politik- und pressegeprägt wie in jetzt)



VollmondHerz - Für Dich!

PPPS 😊

Und ein [Interview mit Fr. Dr. Austenat](#), einer alten honorierten Ärztin und Wissenschaftlerin
von der Chariete, Sie erklärt sehr gut, wann und wie man Immunität erhält und bestimmt,
und warum nur dies zählt und wann man wirklich genesen (durch Impfung oder Infekt)
oder gesund ist... (auf ihrer Seite gibts die Schaubilder zum Runterladen - kanns auch mailen)
Sie bittet bei der Bestimmung der Immunität mitzumachen für Geimpfte und Ungeimpfte -
um eine echte wissenschaftliche Erhebung für Deutschland machen zu können
- sie ist Gründerin der Bürgerinitiative [Evidenz der Vernunft](#)