

Schätze der Natur Band 2

Kapitel 1 – Elixiere und Heilschnäpse

Für Gesundheit (Beschwerden) und Vitalität. Rezepte zur Genesung, Vorbeugung und für Genießer; fördernd, anregend oder beruhigend.

Kapitel 2 – Die besten Teerezepte

Gesundheitstees und Tees zum Genießen. Kräutertees, Grüntees, Schwarztees (aromatisiert) und ihre Zubereitung. Bewährte Mischungen. Dosierung und Anwendung.

Kapitel 3 – Wissen der Zauberfrau

Überliefertes Kräuterwissen weiser Frauen. Kräuter, ihre Wirkung und Bedeutung für Amulette und für Naturmagie. Frauen-, Gesundheits- und Genussrezepte; Zaubersäfte; Weihung, Zauber und Ritual. Anwendungen für Schönheit, Gesundheit und allerlei Nützliches.

Kapitel 4 – Räuchern

Lernen Sie Räuchermischungen nach Ihren Bedürfnissen selbst herzustellen und aufzubereiten. Räuchermittel und ihre Wirkung von A - Z. Traditionelles aus aller Welt, Bewährte Mischungen. Rituale und ihr Hintergrund. Anleitungen und Beschreibungen für die Räucherpraxis.

Wichtiger Hinweis:

Die in dieser Sammlung angeführten traditionellen Rezepte sind zur Selbsthilfe gedacht und werden eigenverantwortlich angewendet.

Weder Verlag noch Autorin können eine Garantie für das gewünschte Ergebnis übernehmen.

Die angegebenen Empfehlungen stellen eine Ergänzung dar und können die mögliche notwendige Abklärung durch den Arzt bzw. die nötigen medizinischen Therapien ggf. nicht ersetzen.

Alle Rechte vorbehalten.

Kein Teil dieser Veröffentlichung darf ohne schriftliche Genehmigung des Verlages in jeglicher Art und Weise reproduziert, übertragen, in einem Datenverarbeitungssystem gespeichert oder in eine andere Sprache übersetzt werden.

Printed in Austria.

Copyright © 2016, Andrea D. Janko

Andrea D. Janko, A-4863 Seewalchen, Neissingerstr. 3

Telefon 07662 / 4721-0 // E-Mail: office@eccosystems.com

Titelbild: Anja-Design, Seewalchen

Grafik, Layout: Hubert Janko, **Druck:** Mails & More

Schätze der Natur

Band 2

Inhalt

Schätze der Natur

Band 2

Liebe Leser!

Wir möchten Sie einladen, die in dieser Sammlung zusammengestellten Rezepte und Vorschläge zur Selbsthilfe zu nutzen.

Lesen Sie die zu einem Thema angeführten Rezepte und Tipps gründlich durch und wählen Sie dann nach Gefühl jenes aus, das Ihnen am meisten zusagt.

Sinnvoll könnte es sein, das für Sie am besten geeignete Rezept mittels kinesiologischem Schnell-Test zu ermitteln:

Schreiben Sie dazu die in Frage kommenden Überschriften auf kleine Zettel, mischen Sie diese durch.

Schnelltest: Legen Sie ohne zu lesen den ersten Zettel mit der linken Hand und auf den Solarplexus. Ende des Brustkorbes und der Rippen, Mitte.

Die 2. Hand hängt gerade seitlich locker. Stellen Sie sich gerade hin und schließen Sie die Augen.

Kippen Sie nach vorne, ist das Rezept gut für Sie. Kippen Sie nach hinten, ist es für Sie persönlich weniger geeignet.

So verfahren Sie auch mit allen anderen Zetteln. Auf diese Weise wird bereits eine Auswahl der für Sie persönlich stimmigen Mittel getroffen. Die Entscheidung liegt nun bei Ihnen.

Man kann natürlich auch mit Ökotsensor oder Pendel austesten.

(Kleine Einführung ins Pendeln in „**Schätze der Natur**“ Band 2 – auf Seite 118)

Viele Präparate sind fertig in der Apotheke erhältlich. Wer Lust hat, Ansätze und Heilpräparate selbst herzustellen, dem sei der Abschnitt „Definitionen und Grundrezepturen“ In Band 1 ab Seite 143 empfohlen.

„**Gegen jede Krankheit ist ein Kraut gewachsen**“. Das sagte schon Theophrastus Bombastus von Hohenheim, genannt Paracelsus. Aber da kein Mensch wie der andere ist, sind die Auswirkungen der einzelnen Kräuter von verschiedener Intensität auf den einzelnen Menschen, auf seine Seele, je nach Zusammenklang der einzelnen Gegebenheiten sowohl im Menschen als auch in den Heilpflanzen. Jeder Mensch, jedes Tier wird deshalb bei gewissen Krankheiten auf verschiedene Kräuter besonders ansprechen. Es liegt an uns, selbst herauszufinden, welches Heilkraut uns besonders zuträglich ist (durch Beobachtung, Pendeln, Ökotsensor-Austestung).

Welches Mittel ist für Sie am besten geeignet? Einfacher kinesiologischer Schnelltest siehe oben.

Kapitel 1

Elixiere und Tränke

Elixiere zur Stärkung

Alters-Elixier

Gibt Menschen im fortgeschrittenen Alter Schwung und Energie: 1/2 l Milch, 1 TL Bockshornkleesamen-Pulver, 2 TL Honig, 1 Msp. Galgant

Milch zum Kochen bringen, Bockshornkleesamen-Pulver 10 Minuten kochen, dann vom Feuer nehmen. Galgant zugeben noch etwas ziehen und überkühlen lassen. Zum Schluss den Honig zusetzen und gut auflösen. Das Elixier langsam und schluckweise trinken.

Appetitmacher

Bei Blähungen, Völlegefühl, Verdauungsschwäche, Appetitmangel:

3 Triebe des blühenden Wermutkrautes in einer Flasche Apfelessig ansetzen und verschlossen im warmen Raum 5 Tage ziehen lassen. Täglich schütteln. Nach dem Abseihen dunkel und kühl lagern.

2 TL in einem Glas lauwarmem Wasser einnehmen.

Appetit-Wein

Je 15 g Wermut und Tausendgüldenkraut sowie 10 Tropfen süßes Orangenöl in einer Flasche gutem Weißwein ansetzen, 8 Tage ruhen lassen, abseihen und bei Bedarf vor dem Essen ein Gläschen davon trinken.

Bärlauch-Elixier

1/4 l guten Weißwein mit 1 Handvoll Bärlauchblätter (geschnitten) aufkochen, getrennt davon einen Zuckersirup aus 1/4 l Wasser und 1/4 kg Zucker kochen, abkühlen lassen und zum abgefilterten Wein gießen.

1 Likörglas täglich bei Schwäche und Altersbeschwerden, zur Vitalitätssteigerung.

Bockshornklee-Samen in Milch

Stärkungsmittel, Gewichtszunahme

Bockshornkleesamen, evl. leicht geschrotet, in Milch kochen (2 EL auf einen Viertelliter Milch) 1 TL Gelbwurzpulver einrühren, mit Honig süßen. Fördert die rasche Gewichtszunahme. Kurmäßig einnehmen (besonders wirksam bei zunehmendem Mond und Vollmond). Nicht jedermanns Sache aber sehr wirksam.

Brennnesselsamen-Wein

Ein altbewährtes Geriatikum gegen Alterserscheinungen.

50 g Brennnesselsamen (aus der Apotheke) im Mörser zerstoßen und mit 3/4 l Weißwein übergießen. Diesen Ansatz 10 Tage stehen lassen und täglich schütteln. Abseihen und zuletzt 100 g Bienenhonig unterrühren. Im Kühlschrank aufbewahren.

Täglich 1 - 3 Gläschen zwischen den Mahlzeiten trinken.

Cayenne-Energy-Drink

1 l reinen Traubensaft frisch gepresst oder aus dem Reformhaus. Er sollte ungezuckert sein. 1/4 TL Cayennepfeffer, eventuell 1 EL Honig, den man in ca. 1/4 l Traubensaft am Herd unter ständigem Rühren auflöst. Achtung! Der Honig darf jedoch nicht über 40 °C erwärmt werden. Nach Bedarf dieses Honig-Trauben-Gemisch zum Rest des Traubensaftes geben und kräftig umrühren. Dieses stark Vitamin-C-haltige Getränk bringt das Chi (Lebensenergie) zum Fließen. Es fördert die Konzentration und stärkt Herz und Kreislauf.

Estragon-Aperitif

Nur für Erwachsene:

3 Zweige Estragon unter kaltem Wasser reinigen, trocken schütteln und in 1 l trockenem Weißwein ansetzen. Flasche verkorkt eine Woche bei Zimmertemperatur stehen lassen, abseihen und den Wein anschließend im Kühlschrank lagern. Vor dem Essen ein halbes Weinglas davon trinken.

Hefe-Elixier

Mit viel Vitamin B; verjüngt die Zellen.

1 Würfel Hefe wird mit etwas Salz verrührt. Dadurch verflüssigt sich die Hefe. Bier zugießen, verrühren und den Organismus damit stärken.

Holunder-Saft

Mit heißem Wasser verdünnt getrunken, beugt er Erkältungen vor.

Holunderbeeren verlesen, waschen und mit Wasser bedeckt kochen. Ist die Beerenhaut geplatzt, sieht man durch ein Tuch ab und drückt den Rückstand gut aus. Nun wird der gewonnene Saft gemessen. Man schöpft ihn mit 1 l-Maß in einen großen Kochtopf und gibt pro Liter Saft 400 g Zucker zu. Unter gelegentlichem Rühren wird nun ein Sirup gekocht.

Tipp: Geben Sie einen guten Schuss Holundersaft in Ihren Tee, dies ergibt ein aromatisches Getränk, nicht nur zur Vorbeugung in Grippezeiten.

Honig-Flip (2 Personen)

Gesundes Stärkungsmittel: 1/2 l Milch, 2 rohe Eigelb, 2 TL Honig, 2 EL Weizenkeime, alles zusammen im Mixer verarbeiten, auf 2 schöne Gläser verteilen und schluckweise genießen.

Karibik-Milch

Bringt Energie dank des hohen Magnesium-Gehaltes.

2 reife Bananen (ca. 40 g), 2 EL Honig, 1 P Vanillezucker, 1 EL Preiselbeerkompott, 2 EL Kokosette, 1/4 l Milch. Kokosette in Milch über Nacht einweichen.

Bananen schälen, zerkleinern, mit Honig, Vanillezucker, Preiselbeerkompott und der Kokosette-Milch samt Kokosette 2 Minuten pürieren. In Gläser verteilen und genießen.

Karotten-Trank

Da fängt der Morgen gut an.

300 g Karotten, 2 Äpfel, 1 Orange, 1/2 Zitrone, Honig nach Belieben 1 Msp. Ingwerpulver

Karotten putzen, Äpfel waschen, Orangen schälen. Alles zusammen entsaften, mit dem Saft einer Zitrone, Honig und Ingwer vermischen und gut verrühren.

Bringt Vitamine und Power für den Tag.

Kraftelixier fürs Gehirn

100 g zerkleinerte getrocknete Rosenwurzurzeln (*Rhodiola rosea* / *Sedum roseum*) und eine Handvoll frische Blüten oder Blättchen sowie ein Stück geschnittene Ginseng-Wurzel in eine Flasche füllen und mit Weißwein auffüllen. Verkorken und 4 Wochen bei Zimmertemperatur stehen lassen. Täglich morgens und evl. mittags ein kleines Schnapsgläschen vor den Mahlzeiten einnehmen. Stärkt Merkfähigkeit und macht leistungsfähig. Ideal ist eine Kur über 2 Monate.

Kräftigungswein

Hilft gesund zu werden: 1/4 l Rotwein mit 2 TL Honig gut verrühren, 2 frische Eigelb zufügen und 1 Minute lang verquirlen, den Saft einer halben Zitrone zufügen.

In der Rekonvaleszenz diese Menge 1 - 2 x täglich schluckweise trinken.

Lebenskraft-Elixier für ältere Menschen

2 Handvoll Zitronenmelisse (Blätter und Blüten klein geschnitten) 2 Handvoll Rotklee-Blüten abgezupft, je 1 TL Tausendgüldenkraut, Rosmarin und Wermut mit 1 l Kornbrand übergießen und 2 Wochen an der Sonne stehen lassen. Täglich schütteln. Abfiltern und den Rückstand gut auspressen. Man nimmt 2 x täglich 1 EL des Elixiers in einer Tasse heißen Wassers mit Honig.

Medizinischer Eierlikör

Zur Stärkung kränklicher, rekonvaleszenter Personen:

6 frische Eier gründlich waschen, abtrocknen, in ein sauberes hohes Glas legen und mit dem Saft von 7 Zitronen begießen. Der Zitronensaft muss die Eier bedecken. Jetzt wird das Glas für 5 Tage dunkel gestellt. Nach dieser Zeit haben sich die Eier samt Schalen aufgelöst und auf der Oberfläche hat sich Schaum gebildet. Der Schaum wird vorsichtig entfernt, dann schlägt man die Eier mit einem Holzlöffel und lässt weitere 4 Stunden stehen. Jetzt filtert man die Flüssigkeit und fügt 500 g Zucker und knapp einen halben Liter guten Weinbrand zu, verrührt noch einmal kräftig und füllt in Flaschen ab, die man gründlich verkorkt und an einem kühlen Ort lagert. Täglich 1 - 2 Likörgläschen trinken.

Muskat-Wein

Aperitiv, stärkt die Vitalität:

1 ganze geriebene Muskatnuss in 500 ml Rotwein über Naht ziehen lassen und in eine dunkle flasche abseihen. Eine halbe Stunde vor dem Essen 2 EL davon einnehmen.

Rosen-Stärkungsmittel

Rezept nach Maurice Mességué

2 Doppelhandvoll Blütenblätter der Damaszener-Rose (oder Duftrose) werden getrocknet, im Mörser zerstoßen und mit einer dreifachen Menge an Zucker vermengt. Dazu gibt man soviel Rosenwasser (aus der Apotheke) dass eine honigartige Masse entsteht. Dieser Masse setzt man 2 - 3 TL Arznei-Glyzerin zu, mischt gut durch und lässt einige Tage ziehen. Ältere oder Menschen in der Rekonvaleszenz nehmen bis zu 5 EL täglich bei allgemeiner Schwäche.

Salbeiwein

Wirkt sich auf den gesamten Organismus positiv aus.

50 g frische, geschnittene Salbei-Blätter zusammen mit 5 Gewürznelken und einer kleinen Zimtstange in 1 l trockenem Rotwein 8 Tage lang ziehen lassen, abseihen.

2 - 3 Likörgläschen täglich einnehmen.

Schwarzer Johannisbeerlikör

Dank seines Vitamingehaltes ein wahrer Kräftigungstrank

1 kg schwarze Johannisbeeren, 1 l guter Kornschnaps, je 1 Stk. Sternanis, Zimtstange, Vanilleschote, Ingwer (ca. 1 x 2 cm feinblättrig geschnitten), 500 g Kandiszucker.

Johannisbeeren waschen und gut abtropfen lassen, in ein weithalsiges Glas geben, Zucker und Gewürze beifügen und luftdicht verschließen. 4 Wochen im Dunkeln stehen lassen; filtern und dunkel lagern.

An einem Fruchttag pflücken und verarbeiten, zunehmend nahe Vollmond.

Stärkungskur – bei Stress, Rekonvaleszenz oder besonders im Alter

200 g flüssiger Honig, 50 g Blütenpollen, 50 g Bierhefe und 20 g Gelee Royal und 5 Tropfen ätherisches Mandarinenöl vermischen und von dieser Mischung 3 x täglich vor den Mahlzeiten 1 TL einnehmen.

Stärkungskur II

100 g getrocknetes Blutweiderichkraut in 1/2 Liter Obstbrand 14 Tage bei gleichmäßiger Wärme ausziehen lassen. Täglich schütteln. Abfiltrieren und den Rückstand mit einem halben Liter abgekochtem, abgekühltem Wasser übergießen, abseihen, auspressen und das Schwemmwasser dem Alkohol-Ansatz zugeben. In einer Flasche gut schütteln. 2 x täglich ein halbes Likörglas trinken. Stärkt und reinigt Magen und Darm.

Stärkungsschnaps

100 g getrocknete Orangenschale, 20 g Enzianwurzel, 10 g Bohnenkraut, 10 g Alantwurzel, 10 g Sternanis, 8 g Tausendgüldenkraut, 5 g Ysopkraut in 4 Liter Kornschnaps ansetzen und verschlossen über 3 Wochen stehen lassen. Dann seiht man ab und mischt den Alkohol mit einer Zuckerlösung (1 kg Zucker mit einem halben Liter Wasser aufkochen, etwas einreduzieren lassen). Dann in Flaschen abfüllen und nach einigen Wochen Reifezeit gläschenweise zur Stärkung trinken.

Super-Power-Morgen-Drink

3 Teile Kurkuma, 3 Teile Süßholz, 2 Teile Eisenkraut, 1 Teil Koriander, 1 Teil Ingwer, 1 Teil Galgant, 1 Teil Ginseng (bzw. 2 Teile getrocknete Bärenklau-Wurzel als Ersatz).

Alles zusammen fein gepulvert (bzw. in der Kaffeemühle vermahlen) in einem Glas mit Schraubdeckel vermischen und lichtgeschützt und trocken aufbewahren. Man nimmt einen gestrichenen TL pro Glas Orangensaft.

Wacholderbeeren-Sirup gegen Appetitlosigkeit

0,5 kg reife Wacholderbeeren in 3 l kaltem Wasser über Nacht ansetzen, weich kochen, Beeren samt Flüssigkeit durch ein Sieb pressen. Auskühlen lassen und so viel echten Bienenhonig einrühren, bis ein Sirup entsteht. In gut verschließbare Gläser füllen. Kinder nehmen 3 x täglich 1 TL 1 Stunde vor dem Essen, Erwachsene nehmen die doppelte Menge.

Gesundheits-Elixiere

Abführ-Elixier – schmeckt köstlich und wirkt verlässlich

Einen Sirup aus einem halben Liter Wasser, 3/4 kg Zucker und dem Saft einer Zitrone kochen, bis sich die Flüssigkeit etwas einreduziert hat. 1 kg frische Feigen (müssen innen bereits rötlich gefärbt sein), waschen, vierteln, zum Zuckersirup geben und weich kochen, pürieren. In kleine, gut verschließbare „Medizinflaschen“ geben und gut verschließen. Bei Bedarf esslöffelweise einnehmen.

Abführ-Wein

25 g pulverisierte Faulbaumrinde wird in einem halben Liter Rotwein angesetzt. Man lässt verschlossen 10 Tage stehen, filtert ab und trinkt ein kleines Gläschen vor dem Schlafengehen. Dies bewirkt eine sanfte Abführung am nächsten Morgen.

Alles wieder gut-Likör

Je eine Handvoll zerleinerte Kalmuswurzel und Engelwurz Wurzel einige Pimentkörner und ein Teelöffel gestoßener Anis mit 1 l Kornschnaps ansetzen, 4 Wochen an einem warmen Platz stehen lassen und die verkorkte Ansatz-Flasche täglich schütteln. Dann wird gefiltert und dem Kräuterschnaps ein Zuckersirup (man kocht 700 g Zucker mit einem halben Liter Wasser auf, bis sich der Zucker aufgelöst hat und lässt ihn dann erkalten) zugefügt. In schöne Flaschen füllen und sich bei allerlei Wehwehchen (ob Herzeleid oder Bauchschmerz) ein Gläschen genehmigen. Dann ist alles halb so schlimm.

Anserine-Milch – Magenbeschwerden

1 EL Gänsefingerkraut (Anserine) mit einer Dreifingerprise Kümmel und Fenchelsamen in einer Tasse Milch kochen, 5 Minuten ziehen lassen, warm trinken. Bei Bedarf 3 x täglich.

Arnikawurzel-Tinktur – bei krampfartigen Bauchschmerzen

Die gepulverte Wurzel (Apotheke) wird im Verhältnis 1:20 in Weingeist angesetzt und 3 Wochen in der Wärme stehen gelassen, (täglich schütteln). Danach in dunkle Flaschen abfiltrieren.

Vorsichtig dosieren! 1 - 2 Tropfen der Tinktur in etwas Wasser genügt!

Basilikum-Wein – Löst hartnäckige (auch chronische) Verschleimung

1 l gutem naturbelassenen Weißwein werden in einem verschließbaren Ansatzglas frische Basilikumstängel zugesetzt (1 - 2 ganze Stauden, je nach Größe, ohne Wurzeln). Man lässt 3 Tage stehen, seiht in Flaschen ab, lagert kühl und dunkel. Man trinkt 1 - 3 x täglich ein Likörglas voll, nach dem Essen.

Bauchweh-Elixier

10 g Kalmuswurzeln getrocknet und zerkleinert, 10 g getrocknete Blutwurz, 10 g Angelikawurzeln, 10 g Anis zerstoßen, 5 g Kardamomkapseln, 5 g Dostkraut, 3 Sternanis, 5 Stk. Nelkenpfeffer, 1 l Korn.

Alle Zutaten werden in eine Flasche gefüllt und mit Kornschnaps übergossen. Man lässt 14 Tage an einem hellen Ort ziehen, filtert in dunkle Flaschen ab u. trinkt nach Bedarf ein Gläschen zur Verdauung.

Beifuß-Wein – wirkt menstruationsfördernd

20 g Beifußblätter werden mit je 1 TL Pfefferminze und Rosmarin vermischt und mit 0,75 Liter süßem Weißwein (Muskateller, Beerenauslese ...) übergossen. 10 Tage in einem verschlossenen Gefäß ziehen lassen, abseihen und kurmäßig (2 Wochen vorher beginnend) vor jeder Mahlzeit 1 Likörglas voll trinken.

Beinwell-Gesundheitselixier

Schmeckt nicht nur gut, soll auch der Krebsvorsorge dienen (ca. einmal wöchentlich, kein Dauergetränk, hohe Dosen können schaden!)

10 junge Beinwellblätter mit Wasser bedecken, mindestens 3 Stunden stehen lassen, dann im Mixer pürieren und anschließend abseihen. Rückstand gut ausdrücken. Den so gewonnenen Beinwell-Saft mit dem Saft von 2 Orangen (oder Äpfeln, Ribiseln, Holunder, Himbeeren etc.) vermischen und mit Wasser verdünnt servieren.

„Benedictine“ Magenbitter – Verdauungsunterstützung allgemein

10 g Benediktenkraut, 8 g Wermut, 8 g Veilchenwurzel, 4 g Majoran, 4 g Lavendelblüten, 80 g Pomeranzenschale, 4 g Zimtstange, 4 g Muskatnuss, 2 Messerspitzen Safran, 1,5 l Weingeist (60 - 70%), 0,5 l Wasser. Für den Läuterzucker 500 g Zucker, 0,25 l Wasser.

Alle Gewürze werden in dem Weingeist-Wasser-Gemisch angesetzt, geschüttelt und 2 - 3 Wochen ziehen gelassen. Dann gießt man durch einen Filter und vermischt den Ansatz mit dem abgekühlten Läuterzucker (Zucker und Wasser aufkochen).

In Flaschen abfüllen und nach 5 Wochen Ruhe kann der Magenbitter genossen werden.

Berberitzen-Tinktur

Gallen-, Leberleiden, Blutandrang im Hirn, Kreislauf, Hämorrhoiden.

Die Rinde junger Wurzeln in 70%igem Alkohol ansetzen; 5 Wochen an der Sonne stehen lassen, abseihen, abfüllen. 15 Tropfen auf 1 Glas lauwarmes Wasser vor dem Schlafengehen einnehmen.

Beruhigungsschnäpschen

1/2 Tasse getrockneter Steinklee, 1/2 Tasse Lindenblüten, 1/2 Tasse Rosenblüten-Blätter, 1 aufgeschlitzte Vanilleschote, 4 EL Honig, 1/2 l Marillenbrand (oder verdünnten Weingeist). Alles zusammen in ein verschließbares Glas füllen und an der Sonne 2 Wochen ziehen lassen, abseihen und in eine dunkle Flasche füllen. Bei Bedarf ein Gläschen – zur Beruhigung – trinken.

Blähungs-Elixier

3 EL Kümmelkörner, 2 EL Fenchelsamen, 1 EL Anissamen, 1 EL Pimentkörner zerdrückt, 1 EL zerkleinerte Kalmuswurzel in einem guten Liter Obstbrand 14 Tage lang ansetzen, abfiltern u. den Rückstand mit einem 3/4 abgekochtem und auf Handwärme abgekühltem Wasser übergießen. Rückstand eine Viertelstunde unter Rühren ausschwemmen, abfiltern und dieses Schwemmwasser zum Alkohol geben. Nochmals 14 Tage verschlossen in einer dunklen Flasche stehen lassen. Dunkel und kühl lagern. Bei Blähungen löffelweise einnehmen.

Blutdruck-Heber

Heilwein: Einem Liter Weißwein in einem Ansatzgefäß folgende Kräuter-Drogen zugeben: 1/2 TL Tausendgüldenkraut, 1/2 TL Wermut, 1 TL Kamille, 1 TL getrocknete Orangenschale, 1/2 TL Melisse. 14 Tage verschlossen an einem warmen Platz stehen lassen, abseihen. Etwa einen 1/8 l täglich löffelweise einnehmen.

Blut-Stärkungs-Saft – zur Bildung roter Blutkörperchen

Vetiveröl: 1 - 2 Tropfen täglich in etwas Fruchtsaft mit Honig. Sinnvoll ist eine 3-Wochen-Kur. Gepresste, ungezuckerte Säfte können wechseln (schwarze Johannisbeere, Erdbeersaft, Orangensaft, Karotten- bzw. Tomatenmischsäfte).

Blut-Stärkungs-Elixier – ein erprobtes Mittel gegen Blutarmut

Je ein geh. EL Blutwurz, Eisenkraut, Spitzwegerich und Wermut in 1 l Rotwein ansetzen und 10 Tage lang in einer verschlossenen Flasche ziehen lassen. Abseihen 2 - 3 x täglich einen TL voll in einem Achtelliter schwarzen Johannisbeersaft, in dem ein TL Honig eingerührt wurde einnehmen.

Borretsch-Sirup – Nieren- und Blaseninfekte

200 g der blühenden Pflanze pürieren, durch ein Tuch streichen und mit 200 g Zucker zu einem Sirup einkochen. Dosierung 1 EL pro Tag.

Borretschwein – ein Erprobtes Mittel gegen Schwermut und Traurigkeit.

1 l guten Süßwein mit 1/2 TL zerstoßenen Anis einem klein Stück Zimtstange, 3 Gewürznelken erhitzen, bis er schäumt, vom Herd nehmen und die Gewürze noch kurz ziehen lassen. Abfiltern und in einer reichlich großen Schüssel über 5 frische, blühende Borretschweige gießen. 10 Minuten zugedeckt ziehen lassen, dann gründlich filtern und in der noch warmen Flüssigkeit 3 EL Honig auflösen. Borretsch-Wein sofort in eine Flasche füllen, die verschlossen im Kühlschrank aufbewahrt wird. Kurmäßig 1 - 3 Likörgläschen täglich trinken.

Braunwurzwein – lindert Beschwerden bei Gicht

Reichlich frisches Braunwurz-Kraut, eine gut gereinigte, leicht angequetschte Wurzel und 5 Wacholderbeeren in 2 Liter Weißwein ansetzen, eine Woche ziehen lassen und filtern. Wer 2 x täglich ein kleines Likörglas voll davon trinkt, wird baldige Linderung erfahren – so heißt es in einem alten Rezept.

Brombeer-Sirup

Den Saft von frischen Brombeeren pressen, Saft wiegen und die gleiche Menge Rohrzucker zusetzen. Zusammen zu einer sirupartigen Konsistenz einkochen, heiß in mit Alkohol gereinigte Flaschen füllen, verschließen und kühl und dunkel aufbewahren. Bei Durchfall sollten Kinder täglich 3 x 1 EL davon nehmen. Dieser Sirup ist auch bei Halsschmerzen und Heiserkeit zu empfehlen 3 x 1 Likörglas täglich.

Durchblutungs-Elixier

1 Flasche Weißwein, 2 Handvoll Weißdornfrüchte und Blätter, 1 Handvoll abgezupfte Rosskastanienblüten, 2 EL Ginkgo-Pulver, 5 Knoblauchzehen, 5 Kardamom-Kapseln, 1 Stange Zimt, 3 Stängel Zitronengras (ersatzweise eine halbe Vanilleschote, um das Aroma aufzuwerten).

Diese Mischung 14 Tage lang in einem Glas mit Schraubverschluss ziehen lassen, ab und zu schütteln. Anschließend in Flaschen füllen und verschlossen im Kühlschrank aufbewahren. Täglich ein Gläschen davon genossen, dient der Gesundheitsvorsorge für Gefäße, Herz und Gedächtnis.

Eibisch-Milch

Zur Linderung von starkem Husten, Entzündungen im Magen, Mund und Hals. 25 g geriebene Eibischwurzel, 600 ml Milch 2 TL Honig. Alle Zutaten in einem Topf zum Kochen bringen, 45 Minuten leise köcheln lassen. 3 x täglich 1 EL einnehmen.

Eibeischsirup

30 g Eibischwurzeln, 20 g Alkohol (90%), 600 g Wasser, 150 g Rohrzucker.

Die geschnittenen Wurzeln mit dem Alkohol und dem Wasser 6 Stunden stehen lassen und filtrieren. Den Rohrzucker gut unterrühren und in Flaschen abfüllen. Man nimmt ihn bei Bronchialkatarrh, Verschleimung und Husten.

Eisenkraut-Wein – Lungenleiden und Husten

Eisenkraut in Wein kurz aufkochen lassen und 10 Minuten ziehen lassen. Wein filtern und 3 x täglich ein Likörglas davon trinken.

Entgiftungstrank

Saft pro Person: 1 Apfel ca. 150 g, 2 Karotten ca. 250 g, 100 g Rote Rüben, 2 g Kren, 1/2 TL Apfelessig, 1/2 TL Hanföl oder Leinöl.

Entgiftet Darm, Lungen und Bronchien. Als Kur in der abnehmenden Mondphase.

Entstressungs-Trank

Wenn der Stress sich auf den Magen schlägt. Auch für gestresste Kinder.

2 Tropfen echtes blaues Kamillenöl unter einen TL Honig mischen und diesen Kamillen-Honig in 200 ml Kräutertee auflösen. In kleinen Schlucken trinken.

Gastritis-Tropfen

50 g Wurzel des gelben Enzian zerkleinern und zusammen mit 1/2 TL gequetschter Kümmelfrüchte, 2 TL Melissenblätter und 2 TL Lavendelblüten in einer Flasche Obstbrand ansetzen. Diesen Ansatz 14 Tage verschlossen ans Fenster stellen, täglich schütteln. Anschließend 6 Monate im Keller lagern und schließlich abseihen. Täglich 1 EL voll eine halbe Stunde vor dem Essen einnehmen.

Geißblatt-Sirup – gegen Halsschmerzen

80 g frische Geißblatt-Blüten leicht zerdrücken und mit 300 ml kochendem Wasser übergießen. Abkühlen lassen und die Flüssigkeit in einen emaillierten Kochtopf seihen. 100 g Zucker zugeben und langsam zum Kochen bringen. Leise köchelnd einreduzieren, bis eine sirupartige Konsistenz erreicht ist. Noch heiß in ein Glas mit Schraubdeckel füllen, das zuvor mit Alkohol ausgespült wurde und gut verschließen. 3 x täglich 1 EL voll einnehmen.

Gemüts erheller – bei Melancholie

In einem Ansatzglas je eine Handvoll blühendes Ysopkraut, Zitronenmelisse und Wegwarten-Blüten, 2 EL Wegwartenwurzel, 4 EL Lavendelblüten, 2 Gewürznelken und 4 EL braunen Zucker mit 1 l guten Rotwein übergießen. Zugedeckt 3 Wochen an einem warmen Platz ziehen lassen, täglich schütteln. Dann abseihen und Pflanzenrückstände gut ausdrücken, in eine blaue Flasche abfüllen und täglich ein kleines Likörglas voll trinken.

Goldruten-Tinktur – Harnstauung, Gicht

Eine Flasche zu einem Viertel mit zerkleinerten Blütenspitzen der Goldrute füllen, mit Obstbrand auffüllen und den Ansatz 14 Tage verschlossen in der Sonne ziehen lassen, abseihen und in Fläschchen mit Tropfenzähler füllen. 4 x täglich 5 Tropfen einnehmen (auch bei Prostata-Beschwerden).

Grippe-Killer

Zur Zeit der Holunderblüte 5 Blütendolden trocknen und in einem Papiersack aufbewahren, bis die Holunderbeeren reif sind. Wenn es dann so weit ist, 300 g gerebelte, verletzte, gewaschene und abgetropfte Holunderbeeren mit 1 Liter Kornbrand in einer 1,5 l-Flasche ansetzen. Die getrockneten Holunderblüten mit 1 Stange Zimtrinde, 3 Sternanis, einem Teelöffel Kardamomkapseln zugeben, gut durchschütteln und den Ansatz 6 Wochen an einem warmen Ort reifen lassen. Dann wird abgefiltert. Zuletzt gibt man noch eine Zuckerlösung (1/4 l Wasser, 1 Handvoll Rohrzucker) abgekühlt in den Alkohol und verschließt die Flasche gut.

1 Likörglas in Tee oder pur genossen, stärkt die Abwehrkräfte in Grippezeiten.

Harnfördernder Wein

Bei Schwierigkeiten mit dem Harnlassen: Zu gleichen Teilen Andornkraut, Fenchelsamen und Süßholz. Insgesamt 6 EL der Mischung in 1 Liter Weißwein einige Minuten aufkochen, vom Feuer nehmen und 15 Minuten ziehen lassen. Nach dem Abkühlen 1 EL Bienenhonig darin auflösen und in eine dunkle Flasche anfüllen. Bei Bedarf bis zu 3 Likörgläser täglich.

Heidelbeerwein – gegen Durchfall

Die Beeren werden verlesen, gewaschen, in einem großen Topf mit Wasser übergossen und erhitzt (nicht gekocht!) Verhältnis: Auf 1 kg Beeren kommen 2 Liter Wasser. Während des Erhitzens und Ziehenlassens rührt man um, damit die Beeren viel Saft lassen.

Nun seht man den Saft durch ein Tuch (je nach Menge) in große Flaschen bzw. Gärbällons. Auf einen Liter Saft fügt man – je nach Geschmack 300 - 400 g Zucker zu und hängt (zur Geschmacksverbesserung) ein Baumwollsäckchen mit Nelken und Ingwer in den Saft. Zur Beschleunigung des Gärungsvorganges kann man ein Stück Hefe in den Saft geben. Auf die Flasche setzt man nun einen Gärspund und lässt den Saft am besten bei Zimmertemperatur 2 - 3 Wochen vergären. Dann kann man in Flaschen filtern und die Flaschen gut verkorkt im Keller lagern.

Herzstärkungs-Elixier

100 g sehr reife Hagebutten, 100 g Berberitzenfrüchte, 100 g Weißdornfrüchte werden in eine helle Flasche gefüllt und zusammen mit einem Zweig Melisse mit Obstbrand (Apfel/Birne) übergossen. Man stellt an einen hellen Ort und lässt den Ansatz 14 Tage ziehen. Dann wird abgefiltert.

Herzwein

20 Stängel frische Petersilie und eine gereinigte, zerkleinerte Petersilienwurzel mit 2 EL Weinessig etwa 5 Minuten lang aufkochen. Abkühlen! Wenn die Temperatur der Abkochung nur mehr ca. 40 °C beträgt, 100 g Honig (Fruchtzucker für Diabetiker) und 1 Liter naturbelassenen, guten Wein zugeben. Noch einmal kurz aufschäumen lassen, Schaum entfernen, durch ein Filter abseihen und in Flaschen füllen. Zur Wirkungssteigerung gibt man noch 3 EL getrocknete, zerstoßene Weißdornfrüchte dazu und verschließt gut. 3 x täglich 1 Likörgläschen.

Himbeer-Elixier – bei heftiger Monatsblutung

Aus 2 TL Frauenmantel-Kraut im Heißaufguss (1/4 l heißes Wasser, 10 Minuten ziehen lassen) einen Tee bereiten. Die Hälfte des Tees mit einem Achtelliter Himbeersaft (aus dem Reformhaus oder frisch gepresst) versetzen und 3 Tr. Propolistinktur zufügen.

Bei Bedarf 2 - 5 x täglich schluckweise trinken.

Hirschzungen-Elixier – Lymphfluss regulierend

6 EL Hirschzungen-Kraut getrocknet in 1 l Weißwein aufkochen, 3 Zimtstangen, 1 TL schwarzer Pfeffer und 3 Pimentkörner zugeben. Noch einmal aufkochen. 10 Minuten ziehen lassen, abseihen. Zuletzt 6 EL Honig in dem Wein auflösen und in sterilisierte Flaschen füllen. Dank seiner Lymphfluss regulierenden Kräfte wirkt dieses Elixier positiv auf Lunge, Verdauung, Leber, Hormonhaushalt (Menstruation und Wechselbeschwerden). 3 x täglich ein Likörglas nach dem Essen.

Husten-Elixier

40 g Gerste, 4 getrocknete kleingeschnittene Feigen, 1 l Wasser, 1 Stk. Kandis, 2 TL Holunderblüten. Alle Zutaten außer den Holunderblüten einige Minuten kochen, dann die Blüten dazugeben, ziehen lassen und heiß trinken.

Immergrün-Wein – bei Bluthochdruck

1 Handvoll Immergrün-Kraut wird in eine weithalsige Flasche getan und mit 0,7 Liter Weißwein übergossen. Man verschließt das Glas, lässt 10 Tage stehen, seht ab trinkt 2 Likörgläschen pro Tag.

Johannisbeer-Blätter-Schnaps – zur Blutreinigung, bessert Gicht und Rheuma

Etwa 40 frische junge Johannisbeer-Blätter im Mörser leicht anstoßen und in einem verschließbaren Glasgefäß mit 1 l Kornschnaps ansetzen. 4 Wochen an einem warmen Ort ausziehen lassen, abfiltern und in Flaschen füllen. Je länger er nun im Keller lagert, desto besser schmeckt er. Gläschenweise als Blutreinigungskur vorzugsweise bei abnehmenden Mond trinken.

Kapitel 1 – Elixire	11
Elixire zur Stärkung von A-Z	11
Alters-Elixier.....	12
Appetitmacher.....	12
Appetit-Wein.....	12
Bärlauch-Elixier.....	12
Bockshornklee-Samen in Milch.....	12
Brennnesselsamen-Wein.....	12
Cayenne-Energy-Drink.....	12
Estragon-Aperitif.....	12
Hefe-Elixier.....	12
Holunder-Saft.....	12
Honig-Flip.....	12
Karibik-Milch.....	13
Karotten-Trank.....	13
Kraftelixier fürs Gehirn.....	13
Kräftigungswein.....	13
Lebenskraft-Elixier.....	13
Medizinischer Eierlikör.....	13
Muskat-Wein.....	13
Rosen-Stärkungsmittel.....	13
Salbeiwein.....	13
Schwarzer Johannisbeerlikör.....	13
Stärkungskur.....	14
Stärkungskur II.....	14
Stärkungsschnaps.....	14
Super-Power-Morgen-Drink.....	14
Wacholderbeeren-Sirup.....	14
Gesundheits-Elixire	14
Abführ-Elixier.....	14
Abführ-Wein.....	14
Alles wieder gut-Likör.....	14
Anserine-Milch.....	14
Arnikawurzel-Tinktur.....	14
Basilikum-Wein.....	14
Bauchweh-Elixier.....	15
Beifuß-Wein.....	15
Beinwell-Gesundheitselixier.....	15
„Benedictine“ Magenbitter.....	15
Berberitzen-Tinktur.....	15
Beruhigungsschnäpschen.....	15
Blähungs-Elixier.....	15
Blutdruck-Heber.....	15
Blut-Stärkungs-Saft.....	15
Blut-Stärkungs-Elixier.....	15
Borretsch-Sirup.....	15
Borretschwein.....	15
Braunwurzwein.....	16
Brombeer-Sirup.....	16
Durchblutungs-Elixier.....	16
Eibisch-Milch.....	16
Eibeischsirup.....	16
Eisenkraut-Wein.....	16
Entgiftungstrank.....	16
Entstressungs-Trank.....	16
Gastritis-Tropfen.....	16
Geißblatt-Sirup.....	16
Gemüts erheller.....	16
Goldruten-Tinktur.....	16
Grippe-Killer.....	17
Harnfördernder Wein.....	17
Heidelbeerwein.....	17
Herzstärkungs-Elixier.....	17
Herzwein.....	17
Himbeer-Elixier.....	17
Hirschzungen-Elixier.....	17
Husten-Elixier.....	17
Immergrün-Wein.....	17
Johannisbeer-Blätter-Schnaps.....	17
Kinder-Abführsirup.....	18
Knoblauchwein.....	18
Kolik- und Durchfall-Tropfen.....	18
Kreislauf-Elixier.....	18
Kümmelwein.....	18
Leber-Gallen-Elixier.....	18
Linden-Wein.....	18
Lungen-Wein.....	18

Magen-Beruhigungstropfen.....	18
Magenfreund	18
Magen-Tropfen.....	18
Magen-Wein.....	18
Magen-Tinktur.....	18
Maiwipferl-Sirup.....	19
Melissengeist.....	19
Melissenwein.....	19
Mistel-Elixier.....	19
Nervenwein.....	19
„Nierenputzer“.....	19
Nuss-Schnaps.....	19
Odermennig-Wein.....	19
Orangen-Honig.....	19
PMS-Elixier.....	19
Rote Rüben-Saft milchsauer.....	19
Sanddornsirup.....	20
Sandelholz-Honig.....	20
Sanikel-Wein.....	20
Schafgarben-Essig.....	20
Schwedenbitter.....	20
Spitzwegerichsaft.....	20
Süßholz-Wurzel-Tinktur.....	20
Tausengüldenkrautwein.....	20
Thymiansirup.....	20
Veilchen-Sirup.....	21
Venen-Wein.....	21
Weißdorn-Elixier.....	21
Wind-Tropfen.....	21
„Wohltat für Körper und Seele“.....	21
Zwiebelsirup.....	21
Zwiebel-Wein-Ansatz.....	21
Magische Tränke diverse.....	21-23
Wenn Mars und Venus sich treffen – Rezepturen mit aphrodisierender bzw. potenzsteigernder Wirkung diverse.....	24-25
Gesunde Alternativen Kaffee und Süßstoffe.....	26
Wein und Sekt diverse Frucht- und Kräuterzubereitungen.....	26-27
Limonaden, Säfte und Sirupe aus Früchten, Blüten, Kräutern.....	28-30
Liköre von Anis bis Zitronenlikör.....	30-33
Schnaps-Zubereitungen diverse.....	33-34
Kaffee – Tee – Schokolade – Milch diverse.....	34-37
Longdrinks mit Alkohol.....	37-38
Cocktails.....	38
Erfrischung für die heiße Jahreszeit.....	38-40
Herzerwärmendes für die kalte Jahreszeit.....	40-42
Fruchtiges mit Schuss, alkoholische Fruchtzubereitungen.....	42-43
Kapitel 2 – Tees.....	44
Tee trinken, Grundzubereitungsarten.....	45-46
Tee-Kuren.....	46
Genuss-Tees.....	46
Schwarzer Tee – traditionelle Zubereitungen, Sorten.....	46-47
Grüntee – traditionelle Zubereitungen, Sorten.....	49
Weißer Tee – traditionelle Zubereitungen.....	50
Aromatisierter Tee, Aroma-Zusätze aus Früchten, Blüten und Gewürzen und ihre Wirkung.....	51
Mate-Tee.....	51
Rotbusch-Tee.....	52
Honigbusch-Tee.....	52
Haustees – wohlschmeckende Rezepte mit Kräutern.....	52-54
Tee-Zubereitungen.....	54
Gesundheits-Tees, alphabetisch nach Anwendungsmöglichkeit und Heilwirkung von A - Z.....	55-67
Alleskönner – Die beliebtesten Kräuter-Tees und ihre diversen Wirkungen von A-Z.....	67-85
Kapitel 3 – Wissen der Zauberfrau.....	86
Genussrezepte mit der Kraft der Natur.....	87
Göttinnen-Trank.....	87
Druiden-Met.....	87
Frauen-Power.....	87
Frau Holles Zaubertrank.....	87
Frauen-Hormon-Trank.....	87
Jung-Brunnen.....	87
Frauenwohl.....	88
Kurkuma Limonade gegen Depressionen:.....	88
Lenzen-Wein.....	88
Mädesüß-Limonade (Männerfang).....	88
Nektar vom Paradies.....	88
Romanze im Mai.....	88
Rosen-Liebeselixier.....	88
Sultan.....	88
Fruchtbarkeits- und Liebeszauber.....	89

Akelei-Wein.....	89
Fruchtbarkeits-Trank (für Frauen).....	89
Galgant-Wein.....	89
Liebestee „Wegbereiter“.....	89
Likör der Aphrodite.....	89
Rosmarin-Wein.....	89
Sabal-Liebes-Likör.....	89
Schokolade fürs Herz (Liebestrank).....	89
Stärkungswein für Kraft und Schwung.....	89
Frauen-Gesundheit, Frauen-Themen.....	90
Allgemeines Frauenmittel.....	90
Ausfluss.....	90
Brust.....	90
Spannungsschmerzen in der Brust (vor der Menstruation).....	90
Spannungsgefühl in der Brust.....	90
Blutarmut.....	90
Frauenleiden Allgemein.....	90
Gebärmutter allgemein.....	90
Erschlaffung der Gebärmutterbänder.....	91
Gebärmuttervorfall.....	91
Menstruation.....	91
Menstruationsbeschwerden allgemein.....	91
Bei Krämpfen während der Periode.....	91
Menstruation – herbeiführen.....	91
Periode, verzögerte.....	91
Periode, zu starke.....	91
Pubertierende Mädchen.....	91
Scheideninfektion.....	91
Scheidenpilz (Candida albicans).....	91
Scheide, trockene.....	92
Schlank werden.....	92
Schwangerschaft, Geburt allgemein.....	92
Unfruchtbarkeit (ungewollt).....	92
Gegen Fehlgeburten.....	92
Zur Gewebefestigung.....	92
Schwangerschaftserbrechen.....	92
Schwangerschafts-Übelkeit.....	92
Schwangerschaftsstreifen (vorbeugen).....	93
Vor der Geburt (Geburtsvorbereitung).....	93
Gebärmuttervorfall vorbeugen.....	93
Geburt.....	93
Nach der Geburt.....	93
Ablösung der Nachgeburt.....	93
Blutungen nach der Geburt.....	93
Babys und Stillen.....	93
Säuglings-Bauchschmerz.....	93
Milchbildung.....	93
Bei übermäßiger Milchbildung zur Reduktion.....	93
Brustverhärtung (bei stillenden Frauen).....	93
Brustgeschwüre, wunde Brust, Entzündung (Stillzeit).....	93
Abstillen.....	93
Unterleibserkrankungen.....	93
Verhütung.....	94
Wechseljahrsbeschwerden.....	94
Generell.....	94
Hitzewallungen.....	94
Infekte abwehren.....	94
Krampfadern.....	94
Panikattacken.....	94
Schlaf und Beruhigung.....	94
Für die Schönheit.....	95
Anti-Falten-Creme.....	95
Anti-Falten-Maske II.....	95
Augenfalten.....	95
Enthaarungs-Wasser.....	95
Lotion mit Kornblumen (bei fettiger und großporiger Haut).....	95
Lotion mit Weizenkeimöl (für trockene und anspruchsvolle Haut).....	95
Nährmaske (für alle über 30).....	95
Straffungs-Maske.....	95
Zellulite-Öl.....	95
Tropfen und mehr.....	96
Angelika-Tinktur.....	96
Blutwurz-Essenz.....	96
Heidekraut-Tinktur (baut Strahlung ab).....	96
Hustensaft.....	96
Nervenelixier.....	96
Steinklee-Tinktur.....	96
Süßholz-Wurzel-Tinktur.....	96

Topinambur-Tinktur	96
Weidenrinden-Tinktur	96
Gesundheits-Tränke.....	97
Beruhigungstrank	97
Frühlings-Fit-Wein	97
Halsweh-Sirup	97
Heiße Zitrone	97
Herzwein	97
Hustensirup	97
Nervenstärkender Trank	97
Schlaganfall-Blutdruck-Wein	97
Stärkungstrank	97
Venen-Wein	97
Verjüngungs-Schnaps	97
„Wohltat für Körper und Seele“	97
Salben, Cremes, Einreibungen und Balsam.....	98
Alles zur äußeren Anwendung	98
Beinwell-Salbe	98
Blutwurz-Salbe	98
Braunwurzsalbe	98
Hauswurzsalbe.....	98
Hexenschuss- und Muskelkater-Salbe.....	98
Ilex-Salbe	98
Krampfadern-Einreibung	98
Lippenbalsam.....	99
Pechsalbe	99
Quendel-Salbe	99
Ringelblumensalbe.....	99
Thrombosen-Salbe.....	99
Tiger-Balsam nach Hexenart	99
Wind-Salbe	99
Wurmfarn-Tinktur bzw. Salbe.....	99
Amulette, Amulett-Beutel, Geeignete Kräuter für Amulette und ihre überlieferte, traditionelle Wirkung von A - Z.....	101-103
Magie – magische Kräuter.....	103-105
Rituale	106
Böses vom Haus fernhalten	106
Liebeszauber.....	106
Zauber unwirksam machen bzw. fremden Zauber brechen	107
Gedächtnisaktivierung (etwa vor Schularbeiten).....	107
Schutzritual	107
Karfreitags-Reinigungs-Ritual	107
Karfreitags-Schutz-Zauber	107
Frühlingsfest der Druiden	108
Frühjahrs-Neubeginn	108
Walpurgis-Getränk	108
Blutreinigung im Mai.....	108
Midsommer	108
Um außersinnliche Erfahrungen, Astralreisen zu unternehmen	109
Reinigungsrituale	109
Wunschritual	109
Schutz-Kette aus Weihrauchperlen.....	109
Räucherrituale.....	109
Rituelle Kraftübertragung.....	110
Geheimnis der hohen Wirksamkeit	110
Energetisches.....	111
Aura-Reinigungsbad	111
Energetische Reinigung.....	111
Chakra-Schutz-Öl.....	111
Schutzpulver	111
Geld-Essenz.....	111
Erneuerungs-Essenz.....	111
Heilungs-Essenz	111
Wohlfühl.....	112
Balsam für die Seele-Bad	112
Cleopatra-Bad	112
Duftölmischung harmonisierend.....	112
Duftölmischung	112
Duftöle.....	112
Ersatztabak	113
Gegen Hektik	113
Orangen-Massageöl.....	113
Trank gegen Herzeleid.....	113
Dies und das – Gesundheitsmittel weiser Frauen für diverse Wehwehchen von A-Z.....	113
Die neun Kräuter der weißen Kräuterhexen sind:	113
Anpassung an neue Situationen	113
Appetitmangel	113
Augenlider geschwollene	113
Bettwärmer-Tee	113

Brechmittel	113
Bronchitis	113
Blutarmut	113
Blutreinigungs-Kur III.....	114
Darmkrämpfe, Bauch- und Unterleibskrämpfe.....	114
Darmentzündung.....	114
Darmsanierung.....	114
Dickdarmentzündung	114
Desinfektions-Mittel (auch zum Einnehmen).....	114
Diabetes-Vorsorge	114
Durchfall	114
Entschlackung.....	114
Epilepsie.....	115
Erkältung vorbeugen.....	115
Erregtheit, Überdrehtheit.....	115
Essstörungen bei Kindern.....	115
Furunkulose	115
Fieber	115
Fieberwein.....	115
Gallenkur mit Rettichsaft	115
Gallensteine	115
Gastritis.....	115
Gehirnleistung erhöhen.....	115
Halsschmerzen	115
Harnstau, Steinleiden	115
Husten.....	115
Immun-Stärkung.....	116
Leber entgiften	116
Lernen	116
Magen	116
Mandelentzündung.....	116
Magersucht	116
Melancholie.....	116
Mittelohr-Entzündung	116
Nervenkur.....	116
Raucherentwöhnung.....	116
Schlafstörungen	117
Schuppenflechte (Vierziger).....	117
Sodbrennen.....	117
Stoffwechsel	117
Verdauung.....	117
Verletzungen eiternde.....	117
Überforderung, Überbelastung, Stress	117
Warzen vertreiben	117
Wadenkrämpfe.....	117
Wunden, Blutungen stillen	117
Zahnfleisch festigen	117
Zahnpaste	118
Zahnschmerzen	118
Pendel-Praxis	118
Kapitel 4 – Die Tradition des Räucherns	119
Einleitung	120
Neubelebung einer alten Tradition	120
Räucherpraxis	121
Was wird geräuchert? Vorbereitung und Aufbereitung des Räuchergutes	121
Wie wird geräuchert? Das wird zum Räuchern gebraucht. Die Dauer der Räucherung. Phasen. Dosierung.....	121-123
Warum wird geräuchert? Beispiele aus aller Welt.....	123
Wann wird geräuchert? Mondstand beachten!.....	123
Räucherrituale – Tradition und Gegenwart. Diverse Rituale	124-127
Raunächte – Legende und Tradition	128-129
Räuchern heute.....	130
Charakteristik der Räucherstoffe	131
1.) Weihrauch und weitere Harze.....	131
a) Weihrauchzubereitungen mit Duftkomponenten	133
b) Farbweihrauch.....	133
2.) Räucher-Kräuter und Gewürze.....	134-146
Bewährte Räucher-Mischungen	147
Reinigung, Klärung und Schutz, Bann brechen, Befreiung	147-148
Rund um die Liebe.....	148
Gesundheit und Harmonie, Meditation.....	149
Besondere traditionelle Mischungen.....	150
Weitere Räucher-Methoden, Kodo, Räucherstäbchen.....	150
Blüten und Pflanzen sammeln und trocknen	151
Räucher-Tipps	151
Anhang, Planetenzuordnungen der Räucherstoffe, Zuordnungen zu den Tierkreiszeichen	152-153