



Nuhrovia
mit der Kraft der Sonne

Sonniger Kräuterbote 04/18

VOGELMIERE

**Lunge? Haut? Darm? Loslassen fällt schwer? Es fehlt "Luft" zum Atmen?
Kommunikationsschwierigkeiten? Fühlen Sie sich beengt oder gehemmt?**

**Nimmt die Angst vor dem Leben. Gestalten statt hinnehmen.
Befreiend, reinigend. Aufatmen und durchatmen.**

Vogelmiere ist eine der ersten Pflanzen im Jahr die wächst und blüht. Vogelmiere ist für viele nur als Unkraut, Vogel- oder Hühnerfutter bekannt. Viele Gärtnerinnen und Gärtner sind an ihr schon verzweifelt, da sie durch nichts auszurotten ist. Mein persönlicher Tipp: essen Sie sie auf. Das ist die gesündeste Art mit Vogelmiere fertig zu werden. Betrachten Sie es einfach als hervorragendes Wildgemüse, das Ihnen außer der Ernte keinerlei Arbeit verursacht. Vogelmiere schmeckt wie junger Mais, enthält viel Vitamin C und Phosphor und ist sehr reinigend! Sie unterstützt Diäten und Schlankheitskuren.

Doch die Vogelmiere ist auch eine hervorragende Heilpflanze. Durch ihre reinigenden Fähigkeiten ist sie bei rheumatischer Arthritis und Schmerzen im ganzen Körper hilfreich, die durch Ablagerungen von Schlacken entstehen. Laut Pfarrer Kneipp ist die Vogelmiere eines DER Lungenkräuter, weil sie auflösend und schleimlösend wirkt. Die Vogelmiere-Urtinktur kann innerlich und äußerlich angewandt werden, meint die Volksmedizin - und zwar innerlich als Lungenmittel und äußerlich bei schlecht heilenden Wunden und Geschwüren.

In letzterem Fall Vogelmiere Tinktur mit Wasser verdünnt als Umschlag auflegen.

Man kann Vogelmiere auch bei Schuppenflechte, hartnäckigen Ekzemen und bei stark juckenden und brennenden Hautausschlägen versuchen. Hautkrankheiten haben ihren Ursprung häufig in Leber und Darm. Vogelmiere ist auch für die Leber gut. Roher Vogelmieresaft soll Gelbsucht angeblich vollständig heilen können und sehr heilsam bei Leberreizung sein.

Psychisch:

Wie die Schlacken im Körper gibt es auch Schlacken in der Psyche wie z.B. Kümernisse, zögerliche „aber wenn“ Gedanken, Angst, wie andere reagieren könnten.... Oft führt das dazu, dass man ein Leben führt, von dem man glaubt, dass jemand es so für einen vorgesehen hat. Vogelmiere nimmt uns mit ihren grünen Lebenskräften die Angst vor dem Leben. Sie regt zudem die „Verdauung“ "schwerer Brocken" an. Wer vieles hinnimmt, ohne es zu ändern, loszulassen oder zu gestalten wird sich bald eingeengt und gehemmt fühlen. Oft steckt eine angeborene oder im Laufe der Jahre eingeschlichene Trägheit dahinter oder die Schwierigkeit, Bedürfnisse zu äußern und für sie einzustehen. Vogelmiere reinigt gründlich von inneren und äußeren Schlacken, die uns träge gemacht haben.

Sie unterstützt der eigenen Wahrheit zu folgen und sorgt so für ein befreites Lebensgefühl!

Ich wünsche Euch einen erfrischenden Start in den Frühling,
Von Herzen Eure Noemi Florasole!