

Der August – die Zeit der Fülle und der Ernte

Liebe Kräuterfreunde,
dieser Sommer erfreut mein Herz, jetzt strahlt die Natur in ihrer farbigen Pracht! Die Kräfte in der Pflanzenwelt streben der Vollendung ihrer Aufgaben entgegen. Die Wildkräuter und auch die Küchenkräuter im Garten haben die Sonnenkraft gespeichert, die Früchte sind reif und die Ernte steht bevor.

Das Jahr 2021 ist schon ein besonderer Jahrgang in der Kräuterwelt. Jetzt ist die beste Zeit, um Kräuter zu sammeln, schneiden, ernten, zu trocknen und schließlich den guten Jahrgang 2021 aufzubewahren.

Kräuterkraft im August:

Schafgarbe, Johanniskraut, Frauenmantel, Lavendel, wilde Möhre, Weißdornfrüchte, Rosmarin, Zitronenmelisse und überhaupt die große Fülle der Wildkräuter in der Natur sowie der Küchenkräuter im Garten

Wirkung und Verwendung der Schafgarbe

(in diesem August ist die Schafgarbe die Hauptpflanze)

- sie stärkt das Herz und ist ein souveränes Blutreinigungsmittel
- als Tee oder Tinktur, wir sammeln Blätter und Blüten
- die Blüten enthalten Bitterstoffe und diese bringen den Stoffwechsel in Schwung
- ein Öl aus der Schafgarbe ist besonders für empfindliche Haut ratsam

Was habt ihr euch für den August überlegt?

Bei mir sind es:

- das Tautreten, die Gartendusche und das Schwimmen im See
- am Morgen die ersten frischen Kräuter aus dem Garten essen
- den Sommer genießen, das Kräuterweihfest feiern und Kräuter sammeln
- Bewegung ist die beste Medizin für das Herz, das Organ des Sommers
- Tanzen und Singen



Fotos: Heidi Clemens

Im August stehen Kräuterkraft und Pflanzenschönheit für all unsere Sinne bereit. Die Zeit vom 15. August bis zum 15. September wird als die Hauptsammelzeit der Kräuter, Früchte und Wurzeln genutzt. Der 15. August, das Kräuterweihfest, ist für mich ein besonderer Tag. Bei einem Spaziergang an diesem Tag über die Felder und Wiesen wähle ich Kräuter aus, schneide diese und binde sie zu meinem eigenen Heilstrauß. Eine Königskerze, das Sinnbild der königlichen Würde und Sonnenkraft, wird in der Mitte des Straußes sein. Mit dem Segensspruch versehen, findet dieser seinen Platz in der Küche und begleitet mich ein Jahr lang.

Segensspruch zum Kräuterweihfest:

*Sei bestärkt in deinem Wachsen und Werden durch die Heilkraft der Kräuter!
Pflege Leib und Seele damit!*

Ich wünsche euch einen aktiven August, die Leichtigkeit des Seins im Sommer und ein segensreiches Kräuterweihfest,
Herzliche Grüße Eure Heidi

Heidi Clemens

DGAM-Regionalstelle Berlin/Brandenburg
Ausbildungsdozentin für Kräuterkunde
16515 Oranienburg/OT Schmachtenhagen
heidi.clemens@t-online.de

