

Kamille

(Chamomilla recutita oder Matricaria chamomilla)

sagt:

Bleib ruhig so strahlend, offen und aufnahmebereit,
aber bedenke, dass auch das größte Fass einmal
übergeht!

Wenn ich Kamille denke, dann denke ich hell, offen,
leuchtend, so wie eine Margeritenwiese im Mai.

Alles, was dir begegnet, möchtest du in dir aufnehmen, doch du kannst es nicht gleich schnell
verdauen.

Es ist wie eine dauernde Überfüllung mit Schönheit und Freude, aber auch Schmerz und Trauer,
und irgendwann hat dann einfach gar nichts mehr Platz.

Dann reagiert das ganze System launisch und gereizt.

Das kann bedeuten, dass du eine Allergie entwickelst oder Bauchkoliken bekommst oder auch
dich einfach über jede Kleinigkeit aufregst.

Wenn sich deine Haut aufregt, kann die Kamille dir beim Beruhigen und Verarbeiten helfen.

Möchtest du selbst Kamillenblüten-Auszüge herstellen, dann versuche, wirklich die frischen
Blütenköpfchen dafür zu verwenden.

Natürlich kann man auch die getrockneten nehmen, aber das Ergebnis ist allein duftmäßig
überhaupt nicht zu vergleichen.

