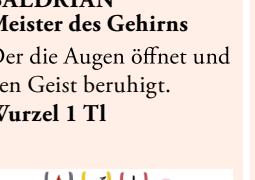
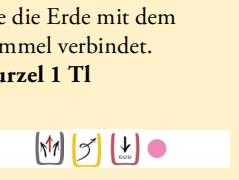
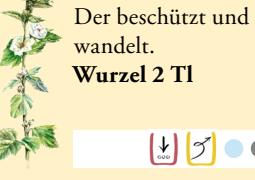
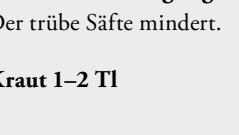


Anpimomai® Kräutertherapie

Die energetische Orientierungskarte der 24 kostbaren Kräuter
In Dankbarkeit und Achtsamkeit genießen

YIN	FEUER HERZ	YANG	YIN	FEUER DÜNNDARM	YANG
WEIßDORN Meisterin des Herzens Die Herz und Blut stärkt und beschützt. Blätter / Blüten 1 Tl	BALDRIAN Meister des Gehirns Der die Augen öffnet und den Geist beruhigt. Wurzel 1 Tl		TAUSENDGÜLDENKRAUT Meister des Selbstwertgefühls Der das Reine vom Unreinen trennt. Kraut 1 Tl		KAMILLE Meisterin des Vertrauens Das Kraut, das Mutter und Kind entspannt. Blüten 3 Tl
					
YIN	FEUER KREISLAUF		FEUER DREIFACHER ERWÄRMER		YANG
MISTEL Meister der Allheilung Das allheilende Druidenkraut. Kraut 1 Tl	ROSMARIN Meister der Leichtigkeit Der den Liebeskummer löst. Oberer Erwärmer Blätter 1 Tl		FENCHEL Meister des Bauchgefühls Der erneuert und verjüngt. Mittlerer Erwärmer Früchte 1 Tl		BEIFÜS Meister des Energieflusses Der magische Sonnengürtel. Unterer Erwärmer Kraut 1 Tl
					
YIN	ERDE MILZ-PANKREAS	YANG	YIN	ERDE MAGEN	YANG
SÜSHOLZ Meister der Entspannung Der Sanftmut erzeugt und Säfte bringt. Wurzel 1–2 Tl	ENGELWURZ Meisterin des Annehmens Die die Erde mit dem Himmel verbindet. Wurzel 1 Tl		EIBISCH Meister der Behütung Der beschützt und Schleim wandelt. Wurzel 2 Tl		KALMUS Meister des Verdauungsfeuers Der aphrodisierende, europäische Ingwer. Wurzel 1–2 Tl
					
YIN	METALL LUNGE	YANG	YIN	METALL DICKDARM	YANG
SPITZWEGERICHT Meister der Lunge Der Wunden heilt und Schleim wandelt. Kraut 1–2 Tl	THYMIAN Meister der Reinigung Der trübe Säfte mindert. Kraut 1–2 Tl		FAULBAUM Meister des Darms Der ausleitet und das Blut reinigt. Rinde 1–2 Tl		KÜMMEL Meister des Loslassens Der den Darm entkrampft und Keime tötet. Früchte 1–2 Tl
					
YIN	WASSER NIERE	YANG	YIN	WASSER BLASE	YANG
BRENNNESSEL Meisterin der Esszenen Die Säfte nährt und beschützt. Samen/Wurzel/Kraut 2 Tl	WACHHOLDERBEERE Meisterin des Nierenfeuers Die das Nierenpotential stärkt. Früchte 1Tl		SCHACHTELHALM Meister der Struktur Der Cellulite eliminiert. Kraut 2 El		LIEBSTÖCKEL Meister des Unterleibs Der die Blase wärmt und das Liebesfeuer entfacht. Wurzel 1 Tl
					
YIN	HOLZ LEBER	YANG	YIN	HOLZ GALLENBLASE	YANG
MARIENDISTEL Meisterin des Blutflusses Die den Körper entgiftet und die Leber beschützt. Kraut/Früchte 2 Tl	ERDRAUCH Meister der Weitsicht Der die Spannung in Rauch auflöst. Kraut 1–2 Tl		LÖWENZAHN Meister der Gewebegiftung Der löwenstark den Stoffwechsel anregt. Wurzel mit Kraut 1 Tl		PFEFFERMINZE Meister der Entscheidung Der die Hautporen öffnet und den Körper kühlt. Blätter 2–3 Tl
					

Legende Fünf Wandlungsphasen

Temperatur

Geschmack

Dosierungsangaben beziehen sich auf eine Tasse (ca 125ml)

Feuer Erde Metall Wasser Holz

heiß warm neutral kühl kalt

bitter süß scharf salzig sauer