

FREYJAs Kräuterbrief • Winter-ade 2019

Schwierige Dinge vollbringen,
solange sie noch leicht sind,
und große Dinge vollbringen in ihrem Anfang:
dies ist die Methode des wahren Wesens der Natur.
Laotse

Halloo Ihr Lieben !

Willkommen in der grünen weiten Welt !

Nach einem wunderschönen klar funkelnden weiten Winter, den ich im kaum beschneiten Kräuterhof wohl genossen habe, kommt nun mit echten Frühlingsstürmen und Aprilwetter mit teils heftigen Schwankungen das neue Jahr mit Macht herein geweht.

In dieser bewegten Umbruchszeit erscheint das Üben in Geschmeidigkeit in Alltagssituationen, Beruf und in unseren Beziehungen wie in einem Spiegel draussen.

Wir können die Gnade der Mutter Natur also stets für uns selbst beobachten, wahrnehmen und lernen immer wieder bewusst im natürlichen Wirken. Das finde ich sehr bereichernd.

Das Wachstum, die Fülle, das Treiben der Natur ist immer wild, fruchtvoll und wandlungsstark. Es inspiriert mich seit Jahrzehnten immer aufs Neue.

Nehmen wir jeden Tag in den vielen feinen Alltagsgelegenheiten die Möglichkeiten, die uns Mutter Natur zeigt, bewusst an, geht es jeden Tag: einfach leben.

Nun wünsche ich Euch einfach recht viel Freude beim Stöbern in meinem Kräuterbrief, ein tief entspanntes Winterende und einen geschmeidig leichten Start in einen wundervoll mutigen Frühling....

Eure Freyja

sehen wir uns ?

E I N L A D U N G zum 1. Kräuterhof-Fest 2019

am Samstag, den 16. März 2019 von 10 - 18 Uhr

wir feiern einen geschmeidigen SaisonBeginn
mit Kräutern & Mehr

- den ersten Kräutern aus aller Welt, Wild-, Heil- & Duftpflanzen
- Schmucklandschaft, Therapeutische Steine, Räucherwerk
- Schönes für Drinnen & Draussen aus Naturmaterialien
- meine Bücher mit persönlicher Widmung
- ein Kräuterbuffet auf Spendenbasis mit allerlei Schmankerl
- Kräutervorträge finden um 12 und 15 Uhr statt
- Kistenpreise, Infos zu Pflanzen & Seminaren

in inspirierender Atmosphäre mit Kräuterbegeisterten aus nah & fern
lasst Euch überraschen und heißt den KräuterFrühling willkommen !

Diese Veranstaltungen finden demnächst statt:

- Es geht Ende März los: seit vielen Jahren beliebt, die Ausbildung in ganzheitlicher Kräuterkunde [GRÜNE WILDE](#) 2019 hat noch ganz wenige freie Plätze - melde Dich einfach jetzt!
--> Heuer mit der Möglichkeit einen 500.- € Gutschein zu bekommen!

Die Frühjahrs-Vorträge starten:

Die genaue Ausschreibungen und die jeweiligen Anmeldungsoptionen findet Ihr unter Vortrag

- Do 14.03.19 18.30 - 20.00 Die ersten Wildkräuter, Bitterpulver & Baumknopsen UBIZ Vortrag
- Do 28.03.19 17.00 - 20.00 Wildkräuter & BaumKnospennaschen Vortrag Steigerwaldzentrum Handthal
- Mi. 03.04.19 19.00 - 21.00 Frauenpflanzen der Hildegard von Bingen Vortrag vhs Ebern und Leseinsel
- Mo. 08.04.19 19.00 - 20.30 Die ersten Wildkräuter und Bitterpulver Vortrag vhs Wonfurt /Haßfurt

Mi 20.03.19 18.30 - 21.00 Jahreskreisfest Ostara & 13-Monde Vollmond -die Erdgöttin wachtanzen - lass Dich bei Interesse für die Einladungen und das aktuelle Mondskript in meinen Ritual-Verteiler eintragen!

Auch dieses Jahr bin ich gerne mit meinen Pflanzenkindern dabei:

Sa 23.03.19 SamenPunk im JuZe/ Bamberg mit Vortrag: "Grüne Wilde Ernährung in der City" - Wild, vitaminreich & einfach ernten auf kleinster Fläche

Seminare 1 Tag lang eintauchen, sich bilden, werken, lernen, geniessen:

Sa 06.04.19 10.00 - 16.00 FrauenTag - Die Wilde Frühlingsfrau

So 07.04.19 10.00 - 16.00 Wiesenschmaus Wildes FrühlingsMenü

Es gibt: 10 % Ermässigung auf den Kurspreis, wer zu zweit kommt oder wer beide Tage in Kombination zum nachhaltigen Erlebnis bucht. Näheres findet Ihr unter den jeweiligen Links. Hier könnt Ihr die AGBs einsehen.

Und hier geht es zur Anmeldung und Kontakt :

• TERMIN - KALENDER 2019 •

März

Di 14.03.19 18.30 - 20.00 Die ersten Wildkräuter und Bitterpulver Vortrag UBIZ
Sa. 16.03.19 10.00 - 18.00 Frühlingerwachen Hoffest in Prölsdorf TIPP! frei
Mi 20.03.19 18.30 - 21.00 Jahreskreisfest Ostara & 13-Monde-die Erdgöttin wachtanzen
Sa 23.03.19 SamenPunk - JuZe/ Bamberg mit JungPflanzenVerkauf & Vortrag
Do 28.03.19 17.00 - 20.00 Wildkräuter & BaumKnospen Steigerwaldzentrum Handthal
Sa 30.03.19 10.00 - 17.00 GRÜNE WILDE 2019 - PhytoEnergetik Ausbildung
So 31.03.19 10.00 - 16.00 1/6 - FrühlingsErwachen-

April

Mi 03.04.19 19.00 - 21.00 Frauenpflanzen der Hildegard von Bingen Vortrag vhs Ebern
Sa 06.04.19 10.00 - 16.00 **FrauenTag** - Die Wilde Frühlingsfrau
So 07.04.19 10.00 - 16.00 **Wiesenschmaus** 1/4- Wildes FrühlingsMenü
Mo 08.04.19 19.00 - 20.30 Die ersten Wildkräuter und Bitterpulver Vortrag vhs Haßfurt
Sa 13.04.19 10.00 - 18.00 PalmweiheMarkt & Offener Kräuterhof TIPP! frei
Fr 19.04.19 18.30 - 21.00 13-Monde - Schattenausgleich am Karfreitag
Mo 22.04.19 10.00 - 18.00 OsterMarkt & Offener Kräuterhof in Prölsdorf TIPP! frei
Sa 27.04.19 10.00 - 17.00 GRÜNE WILDE 2019 - PhytoEnergetik Ausbildung
So 28.04.19 10.00 - 16.00 2/6 - Grünes Wachsen-
Di 30.04.19 18.30 - 21.00 Jahreskreisfest Beltane mit Tanz in den Mai

Mai

WE 03.- 05.05.19 Akzente - Schloß Thurn/ Heroldsbach mit PflanzenVerkauf & Mehr

WE	10. - 12.05.19	Gartenlust- Schloss Weissenstein/ Pommersfelden Pflanzenvk & Vortrag
WE	17.- 19.05.19	Faszination - Schloss Weingartsgreuth/Wachenroth Pflanzenvk & Vortrag
Sa	25.05.19	10.00 - 17.00 GRÜNE WILDE 2019 - PhytoEnergetik Ausbildung
So	26.05.19	10.00 - 16.00 3/6 - Blüten Sinnlichkeit -
Fr	31.05.19	12.00 - 20.00 TIPP! Maifest & Kräutermarkt in Prölsdorf frei
Juni		
Sa	01.06.19	10.00 - 18.00 TIPP! Maifest & Kräutermarkt in Prölsdorf frei
So	16.07.19	16.30 - 19.00 <u>13-Monde</u> - Vollmond Im Bestimmungs Spiegel
Fr	21.06.18	18.30 - 21.00 <u>Jahreskreisfest</u> Litha - SommerSonnenWende & Sommerfeuer
Sa	22.06.19	10.00 - 17.00 PraxisSeminar I (2täglich) Pflanzenwerkstatt
So	23.06.19	10.00 - 17.00 Grüne Apotheken aus aller Welt
Sa	29.06.19	10.00 - 17.00 PraxisSeminar II (2täglich) Pflanzenwerkstatt
So	30.06.19	10.00 - 17.00 KräuterHeilKosmetik
Juli		
Sa	06.07.19	10.00 - 17.00 GRÜNE WILDE 2019 - PhytoEnergetik Ausbildung
So	07.07.19	10.00 - 16.00 4/6 - SommerFülle -
Sa	13.07.19	10.00 - 18.00 TIPP! Sommerfest & Offener Kräuterhof in Prölsdorf frei
Di	16.07.19	18.30 - 21.00 13-Monde- Vollmond Im Bestimmungs Spiegel
Sa	20.07.19	10.00 - 17.00 PraxisSeminar III Pflanzenwerkstatt
So	21.07.19	10.00 - 17.00 Pflanzenwässer & Essenzen
August		
Kräutersommer		
Mi	31.07.19	10.00 - 17.00 PraxisSeminar II Pflanzenwerkstatt
Do	01.08.19	10.00 - 17.00 KräuterHeilKosmetik
Mi	31.07.19	18.30 - 21.00 <u>Jahreskreisfest</u> Lughnasadh - OpferRitual zum Dunkelmond
Sa	03.08.19	10.00 - 18.00 TIPP! KräuterSommer & Hoffest in Prölsdorf frei
So	04.08.19	10.00 - 16.00 Wiesenschmaus 2/4- Fülliges SommerBuffet
Mo	05.08.19	13.00 - 17.00 HeilfelsenPilgern - SteinwesenKommunikation
Di	06.08.19	10.00 - 18.00 Geöffneter Kräuterhof & <u>Orakeltag</u> mit Runen, Tarot & Mehr
Mi	07.08.19	10.00 - 17.00 PraxisSeminar I Pflanzenwerkstatt
Do	08.08.19	10.00 - 17.00 Grüne Apotheken aus aller Welt
Fr	09.08.19	10.00 - 16.00 FreyjaTag - Im Zaubergarten der weisen Frauen
Sa/So	10./11.08.19	10.00 - 17.00 WILD & WEISE - Schamanisches Wochenende
Mi	14.08.19	10.00 - 17.00 PraxisSeminar III Pflanzenwerkstatt
Do	15.08.19	09.00 - 16.00 Pflanzenwässer & Essenzen & Kräuterweihe
Do	15.08.19	09.00 - 12.00 <u>13-Monde</u> - KräuterErnte & VollMond an MariaKönigin
September		
So	01.09.19	10.00 - 14.00 NEU FREYJABrunch - Naturphilosoph*innen am Kräuterbuffet
Sa	07.09.19	10.00 - 17.00 GRÜNE WILDE 2019 - PhytoEnergetik Ausbildung
So	08.09.19	10.00 - 16.00 5/6 - HerbstErnte -
Sa	14.09.19	10.00 - 16.00 FrauenTag - Die Bunte Herbstfrau
So	15.09.19	10.00 - 16.00 Wiesenschmaus 3/4- Buntes WurzelMenü
Sa	21.09.19	10.00 - 18.00 Erntefest & Offener Kräuterhof TIPP!
Sa	21.09.19	18.30 - 21.00 <u>Jahreskreisfest</u> Mabon - HerbstÄquinox - ErnteBuschen
Oktober		
So	06.10.19	10.00 - 14.00 NEU FREYJABrunch - Naturphilosoph*innen am Kräuterbuffet
Fr	11.10.19	18.30 bis WILD & WEISE - Schamanische Weiterbildung
So	13.10.19	15.00 Kessel & Stab, Schwert & Stein - ElementeMagie im MedizinRad
Sa	12.10.19	18.00 - 21.00 <u>13-Monde</u> - Beginn in der Fülle & 13 Formen der Bewegung
Sa	19.10.19	10.00 - 17.00 GRÜNE WILDE 2019 - PhytoEnergetik Ausbildung
So	20.10.19	10.00 - 16.00 6/6 - WurzelGaben -
Sa	26.10.19	10.00 - 17.00 WurzelTag - Wurzeln & Essenzen GabenGraben
So	27.10.19	10.00 - 16.00 Wiesenschmaus 4/4- Ein KräuterFestMenü
So	27.10.19	17.00 - 20.00 <u>Jahreskreisfest</u> - Samhain - SchwarzMond - Hexxensylvester
November		
Sa	02.11.19	10.00 - 18.00 SamhainMarkt & Offener Kräuterhof in Prölsdorf TIPP!
So	03.11.19	10.00 - 14.00 NEU FREYJABrunch - Naturphilosoph*innen ums Kräuterbuffet
Fr	08.11.19	18.30 bis WILDE SEELE - Spirituelle NaturEnergetik Ausbildung
So	18.11.18	15.00 1/5 - Kraft der Heiler*innen - wer bin ich ? -
Di	12.11.19	18.30 - 21.00 <u>13-Monde</u> - Vollmond der HeilResonanzen
Fr	22.11.19	18.30 bis Lilith-Seminar Schattenarbeit - Integration

So	24.11.19	15.00	Drachen*innenReiten
Sa	16.11.19	10.00 - 16.00	Gewürz-Seminar - Exotische & Wilde PflanzenAromen
Sa	30.11.19	10.00 - 16.00	HeilSteineKreis & RäucherReise im Medizinrad
Dezember			
So	01.12.19	10.00 - 14.00	NEU FREYJABrunch - Naturphilosoph*innen ums Kräuterbuffet
Fr	06.12.19	18.30 bis	WILDE SEELE - Spirituelle NaturEnergetik Ausbildung
So	08.12.19	15.00	2/5 - Kraft der Lehrer & Ahnen*innen - woher komme ich?
Do	12.12.19	18.30 - 21.00	13-Monde- Vollmond Luzia - Lichterfest
Rauhnächte 19/20			
Sa	21.12.19	11.00 - 16.00	JUL-Basar & Offener Kräuterhof in Prölsdorf TIPP!
Sa	21.12.19	16.30 - 19.30	Jahreskreisfest WinterSonnenWende
Sa	28.12.19	10.00 - 16.00	Runen Pflanzen Reisen in den Rauhnächten
So	29.12.19	10.00 - 16.00	Göttinentanz im JahresRad
Sa	04.01.20	10.00 - 16.00	SteineMedizinradMandala & ChakrenRäucherReise
So	05.01.20	14.00 - 18.00	HolleTag & Perchtsprung am Schwarzmond

Nähere Informationen findest Du auf meiner Webseite www.kraeuternetz.de und gerne bei mir persönlich.

Gerne bin ich für DICH persönlich tätig

- NaturSpirituelle Lebensberatung & persönliches Coaching •
 - Schamanische Rituale • EntwicklungsPsychologische Arbeit
- [Hier](#) erfährst Du mehr über mich und meine Angebote und so kannst Du mich persönlich kontaktieren:

Email info@kraeuternetz.de oder Telefon 09554-8161

Bitte hinterlasse eine Nachricht bei meinem Automatischen Butler - ich rufe Dich sobald als möglich zurück!

Neues aus FREYJA's Garten • Die starke Sonne hat schon Einiges hervorgelockt. Der Regen weicht nun die Erde auf und bereitet unsere Gärten. Jetzt geht es mit den wichtigen Kräutern los !

• ganzjährige Öffnungszeiten im Kräuterhof & Hofladen: JEDEN DIENSTAG von 10 - 18 Uhr und nach Vereinbarung!

- 9 **Hoffeste** sind auch wieder 2019 geplant - eine tolle Möglichkeit hier im Kräuterhof nach Lust und Laune in den Angeboten, grünen Raritäten, kostenlosen Workshops und einem Kräuterbuffet zu schwelgen. Wir freuen uns auf Euch !

Anbei ist der aktuelle Flyer auch als Datei für Euch zum Weitergeben. Danke !

Samstags, von 10 bis 18 Uhr

16. März 2019 - PflanzenMarkt - Knospenfest

13. April - FrühlingFest Palmweihe

22. April - OsterMarkt in Prölsdorf

31. Mai & 1. Juni - MaiFest
13. Juli - Sommerfest
3. August - KräuterSommer
21. Sept. - ErnteDank
02. Nov. - SamhainMarkt
21. Dez. - JulBasar

NUN für Euch GRÜNES & WILDES aus meinem Spirituellem
Kräuterbuch "Grünes Wissen im Jahresrad" & Rezepte aus meinem
Fotkochbuch „Eine Hand voll Grün“:

Grüne Tipps

Vertreibe deinen Winter mit lauten Rasseln, Trommeln und Pfeifen -
Wann hörst du das erste und wann das letzte Vogelzwitschern draussen ?
Beobachte genau eine Bohne beim Keimen. Wie viele Stunden hat sie gebraucht?
Schau einmal in die Blüte eines Schneeglöckchens hinein, ohne es zu pflücken !
Schon einmal einen verrückten Märzhasen zur Teestunde eingeladen?
Kannst du eine Gründonnerstagsuppe aus neun Wildkräutern kochen?
Mische eine Handvoll verschiedenster Saatkörner- streue sie in eine Ecke im Garten - deine
Überraschung - lass alles wachsen, wie es will, jäte nie- freue dich immer daran
Mache es dir zur Gewohnheit morgens dein erstes Frühstück draussen zu pflücken
Wer findet die meisten phantasievollsten Namen der Farbnuancen von Grün ?
Kannst du schweigend in der Morgendämmerung zu einer Quelle gehen, um dein
Osterwasser zu schöpfen?
Hast du den ersten Käfer begrüsst und ihn vor der dicken Spinne unter dem Sofa gerettet?
Hörst du das Klingeln der Märzenbecher, wenn sie unter dem Busch zusammen stehen ?
Gönne dir einpaar Fastentage bei abnehmenden Mond mit Bitterpulver und Kräutertee
trinken und viel Muse für den seelischen Frühjahrsputz
Singe mindestens einmal am Tag ein Frühlingslied, pfeife oder lächle in die Wolken...

---> Kochen mit exotischen Gewürzen: wie: Anis (auch Sternanis),
Bockshornkleesaat, Chili, Fenchel, Galgant, Bertram, Ingwer, Kardamom,
Knoblauch, Koriander, Cumin (Kreuz-kümmel), Kümmel, Kurkuma (Gelbwurz),
Lorbeer, Muskat (auch Macis, Blüte), Nelke, Piment, Safran, Schwarzkümmel,
Senfsaat, Vanille, Wacholder, Zitronengras, Zimt, Cassia und die verführerische
Tonka.

---> Knospentherapie mit Toppings aus gerösteten, gestossenen Samen und Kernen
mit Knospennaschen (mehr siehe auch : mein Kochbuch "Eine Hand voll Grün" und
Ausbildung [GRÜNE WILDE](#))

REZEPTE - REZEPTE - REZEPTE - REZEPTE - REZEPTE
Die Neun-Kräuter-Suppe - ein frühlingshafter Zaubergenuss

Da um die Osterzeit die Natur zu neuer Kraft erstarbt und das frische Blattgrün
noch voller reichhaltiger Inhaltsstoffe ist, köchelste bereits in alter Zeit die Neun-

Kräuter-Suppe in Kesseln kluger Frauen und Männer. Überliefert ist diese Frühlings-Suppe im angelsächsischen "Neun-Kräuter-Segen" aus dem 10.Jhd, doch ist anzunehmen, dass sie viel früher auch schon hergestellt wurde. Neun (3x3), die kulturübergreifende weltweit magische Zahl, zeigt die wahrhaft verzaubernde, erneuernde Kraft dieses Gebräues. Im christlichen Volks-glauben ist die Gründonnerstagssuppe Brauch, die Gesundheit das ganze Jahr über garantiert. Zutaten für die Neun-Kräuter-Suppe sind entgiftende, blutreinigende und den Stoffwechsel anregende Kräuter. Sie liefern dem Körper neue Lebensenergie und regen Lymphfluss und Hormontätigkeit wieder an. Ein wahrer "Jungbrunnen", der Winterschlaf und Frühjahrsmüdigkeit gleichermaßen zu vertreiben weiss.

Zur volksmedizinischen Wirkung häufig verwendeter Kräuter:

- **Bärlauch** benannt nach dem Kraft- und Seelentier der Germanen, ist auch eine Kraftpflanze der DruidInnen. Seine volksmedizinische Wirkung umfasst: Verminderung der Wahrscheinlichkeit einer Blutvergiftung (innerlich angewandt), Antibiotika ähnliche Wirkung, hemmt das Wachstum von Bakterien in Blut und Darm. Immunstimulanz, schützt vor Arteriosklerose, hat eine stark entgiftende Wirkung, bes. auf Schwermetalle. Verwendet werden die jungen Blätter und Blütensterne als essbare Deko.
- **Brennnessel** feuert den Stoffwechsel, durch Eisen die Blutbildung an, wirkt harntreibend, entgiftend, ist ein häufiges Heilmittel in der Allergietherapie. Verwendet werden Junge Triebe, später auch die Blüten und Saat
- **Giersch** lösende, entgiftende Rheumapflanze, Mineralienbombe, junge Blätter und Stengel
- **Brunnenkresse** Blutreiniger, erfrischende Wirkung. natürliches Antibiotika, Vitaminträger, schmeckt bitter-scharf und treibt die Energien an. Verwendet wird das Kraut (Blätter und Stängel)
- **Sauerampfer** blutreinigend, appetitanregend, ähnl. der Brunnenkresse, junge Blätter
- **Gänseblümchen** alte Orakelpflanze (sie liebt mich, sie liebt mich nicht...), in der Volksmedizin wird es eingesetzt zur Stoffwechsellanregung und Stärkung des Immunsystems aber auch bei Hautleiden und als Stimmungsaufheller. Verwendet werden Blüten und junge Blattrosetten
- **Gundermann/Gundelrebe** leitet "giftiges Körpersekret = Gund" aus, schwemmt Schwermetalle wie Blei aus, Stimmungsaufheller, Haut- und Haartonikum, Zauberpflanze, Blätter und Blüten
- **Schafgarbe** Blut reinigende Pflanze, beugt bakteriellen Infekten vor, Frauenpflanze, jungen Blätter
- **Taubnessel** schöne, milde Frauenpflanze, stärkt sensible Mondmenschen, junges Kraut
- **Wegerich** sowohl Breit- wie auch Spitzwegerich: Reinigt das Blut und die Lunge, Hustenmittel, stärkt Magen und Leber, Keimwidrig, verwendet werden junge Blätter , später auch die Blütenknospen
- **Vogelmiere** Mond-Lungenheilpflanze, kieselsäurehaltig, entgiftend und als allgemeines Stärkungsmittel bekannt, verwendet wird das ganze rohe Kraut

Natürlich lassen sich noch viele andere Wildpflanzen verwenden:

Pimpinelle, Wegwarte, Sauerampfer, Sauerklee, Bachbunze, Fetthenne,

Trippmadam, Knoblauchsrauke, Hirtentäschel, Wiesenkerbel, Nachtkerze, Beifuss, wilde Möhre, Gänsedistel, Fingerkraut, Labkraut, Nelkenwurz, Adlerfarn, Veilchen, Taubnessel, Wiesenklée, Huflattich, Scharbockskraut, Wiesenschaumkraut, Melde, Portulak, Guter Heinrich, Barbarakraut, Erdbeerspinat, Rapunzel,

Die üblichen Küchenkräuter wie Schnittlauch, Petersilie, Dill, Borretsch, Kerbel, Koriander, Fenchel, Basilikum, Estragon, Thymian, Rosmarin, Bohnenkraut, Zitronenmelisse usw. runden den Geschmack der Suppe ab.

Basisrezept pro Person werden benötigt:

etwa eine gute Hand voll frischer Kräuter, nur bei Bedarf waschen, trocken tupfen, dann klein schneiden, cuttern, evtl. leichte Mehlschwitze herstellen, mit ca. 1l angewärmtes Wasser auffüllen, Kräuter dazugeben und einige Minuten ziehen lassen, nicht kochen, mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss usw. abschmecken.....

Varianten: • ohne Einbrenne, mit Sauerrahm/ Sahne oder vegan mit Cashew-, Mandel-, Hafer-, Reis-, Soja-Milch auffüllen • mit Eigelb legieren • geröstete Croutons / Toppings darüber geben • mit gekochten gedrückten Kartoffeln binden • mit Blüten dekorieren.....

HINWEISS: Trotz sorgfältiger Recherche übernehme ich weder beim Gebrauch der Pflanzen noch bei Rezepten oder Therapievorschlügen eine Haftung. Ich ersetze weder einen Arzt, Ärztin oder HeilpraktikerIn. Doch rege ich die Verbindung von Schulmedizin und den Naturkräften an und empfehle die genaue Betrachtung der anstehenden Themen und eine persönliche Beratung bei einem kräuterkundigen Menschen Deines Vertrauens.

*Es färbte sich die Wiese grün
Ich sah's in allen Hecken blühn;
Sah täglich neue Kräuter
Den Himmel, mild und heiter
Ich wusste nicht, wie mir geschah
Und wie das wurde, was ich sah

Es quoll und trieb nun überall
Mit Leben, Farben, Duft und Schall
Ein Geist schien mir erwacht
Der dieses hat vollbracht

Vielleicht beginnt ein neues Reich
Der lock're Staub wird zum Gesträuch
Und Mensch, und Tier und Baum -
Erleben ihren Traum

Ich stand im hellen Sonnenschein
Das ist der Frühling, fiel mir ein
Ich sah, daß jetzt auf Erden
Die Menschen glücklich werden
Da wusste ich wie mir geschah
Und wie das wurde, was ich sah - Novalis*

Hier geht es zu meinem 1.FREYJA [Film](#)

Immer eine besondere GeschenkIdee:

FREYJAs-Gutscheine aller Art, für Einkäufe, SeminarBesuche & meine Kräuterbücher ---> **Bestellungen direkt ab Verlag: OHNE Portokosten!** (bei Versand in Deutschland und nach Österreich)

- Kräuter-FotoKochbuch "Eine Hand voll Grün - Verführung zur Sinnlichkeit in die Geheimnisse der Kräuterküche" ISBN 978-3-00-053399-0
24.-€ (inkl. 7% MwSt.) ohne Versandkosten
- Spirituelles Kräuterbuch "Grünes Wissen im Jahresrad - Die Göttin, ihre Pflanzen, ihr Wirken" ISBN 978-3-00-047391-3
30.-€ (inkl. 7% MwSt.) OHNE 5.-€ Päckchen-Versandkosten

Der Versand erfolgt mit beigefügter Rechnung und gerne auf Wunsch mit persönlicher Widmung !

freyes wyrken & grünes wachsen



F R E Y J A

Die Kräuterfrau

verlag freyjaskessel

www.kraeuternetz.de

Internetshop

www.pflanzenkreis.de

Hier findest du mich auf facebook: [kraeuternetz](https://www.facebook.com/kraeuternetz)

Kerstin Hertinger

Marktstraße 26 OT Prölsdorf

96181 Rauhenebrach

Telefon 09554 8161

Email info@kraeuternetz.de

UStIdentNr: DE 22 1101 872

Achtung NEUE Bankverbindung:

IBAN: DE30793501 010190794099

BIC : BYLADEM1KSW

Du erhältst diesen Kräuterbrief, weil Du Dich in meinen Verteiler eingetragen hast und Du Dich mit den Datenbestimmungen einverstanden erklärt hast. Möchtest Du keine Emails mehr erhalten, dann sende mir einfach diese Email an info@kraeuternetz.de zurück, mit dem Vermerk: bitte abmelden !

© copyright geschützt, FREYJA 3/19