Beste Kräuter und Gewürze für Achtsamkeit

Frische Bio-Ringelblume ist ein sehr starkes Kraut, das von vielen Menschen verwendet wird, um die angeborenen Heilungsfähigkeiten zu aktivieren. Es repariert die Aura einer Person und bringt energetischen Schutz und Heilung. Es ist in gebrauchsfertigen Teebeuteln erhältlich, insbesondere für diese Instant-Generation, die keine Zeit hat, das Kraut zuzubereiten. Kamille ist ein angenehm schmeckendes Kraut, von dem bekannt ist, dass es reichlich anzieht. Wenn Sie das Kraut in welcher Form auch immer einnehmen, werden Sie aufgrund der erhöhten Achtsamkeit entspannter und empfänglicher für das Universum. Kamille hilft Ihnen, Ihre logische Wache zu senken, und ist daher empfänglicher für Ihre spirituelle Umgebung, …

Salbei

Frische Bio-Ringelblume ist ein sehr starkes Kraut, das von

vielen Menschen verwendet wird, um die angeborenen Heilungsfähigkeiten zu aktivieren. Es repariert die Aura einer Person und bringt energetischen Schutz und Heilung. Es ist in gebrauchsfertigen Teebeuteln erhältlich, insbesondere für diese Instant-Generation, die keine Zeit hat, das Kraut zuzubereiten.

Kamille ist ein angenehm schmeckendes Kraut, von dem bekannt ist, dass es reichlich anzieht. Wenn Sie das Kraut in welcher Form auch immer einnehmen, werden Sie aufgrund der erhöhten Achtsamkeit entspannter und empfänglicher für das Universum. Kamille hilft Ihnen, Ihre logische Wache zu senken, und ist daher empfänglicher für Ihre spirituelle Umgebung, was zu einem stressfreien Leben führt.

Gehen Sie mit Ingwer, wenn Sie Ärger und Frustration loswerden möchten. Erleben Sie einen entspannten Geisteszustand ohne Ressentiments. Ingwertee sorgt für einen ausgeglichenen Geisteszustand, um Ihren herausfordernden Tag zu meistern.

Die rubinrote Hibiskusinfusion aktiviert Ihre empfindliche Seite. Auf diese Weise können Sie Ihre subtilen Energien auswählen und wissen, wann Sie handeln oder weitermachen müssen. Indem Sie Ihnen die sensible Seite zeigen, werden Sie verzeihender und verständnisvoller, was Sie den Menschen um Sie herum näher bringt, da Sie sich ihrer Gefühle mehr bewusst sind.

Nichts entspannt den Geist so sehr wie Lavendel in welcher Form auch immer. Es kann vor der Meditation verwendet werden, um psychische Visionen hervorzurufen und Ihre Intuition zu aktivieren. Mit Lavendel erfahren Sie ein tieferes spirituelles Verständnis und vertreiben Ängste, die mit dem Umarmen Ihrer spirituellen Gaben verbunden sind.

Um Zögern und Ablenkungen vorzubeugen, sollten Sie das weniger bekannte Zitronengras konsumieren. Wenn Sie es in Form einer Tasse Tee oder in Form seines ätherischen Öls einnehmen, erhalten Sie geistige Klarheit, um das zu erreichen,

woran Sie gerade arbeiten. Abgesehen von der Steigerung der Achtsamkeit schärft Zitronengras Ihren Fokus auf bestimmte Aufgaben.

Wenn Sie Ihren Geist zurücksetzen und sich aufladen müssen, wenn Sie erschöpft sind, ist Brennnesseltee das richtige Kraut. Es ist sowohl nahrhaft für Ihren Körper als auch liefert Energie, um Ihnen zu helfen, mit Situationen umzugehen.

Für Inspiration und Motivation kommt die kraftvolle Pfefferminze ins Spiel. Es klärt Ihren Solarplexus und bewirkt ein Gleichgewicht, das Ihr Selbstwertgefühl und Ihr Selbstvertrauen steigert.

Kein Kraut bewirkt so viel Achtsamkeit wie die Rose. Dieses uralte Kraut kann in Form von Tee eingenommen werden, um Ihnen sehr bewusst zu machen, was Sie sagen, so dass jedes Wort eine Essenz der Liebe enthält. Es hilft Ihnen, sich von Ihren Worten inspirieren zu lassen, anstatt zu klatschen. Dies schafft Frieden unter Ihren Mitmenschen, da Sie sich Ihrer Sprache sehr bewusst sind.

Rosemary hat seine Stärke darin, unerwünschte Gedanken zu beseitigen, um eine positive Einstellung zu schaffen. Es bewirkt Konzentration und ermöglicht es Ihnen, die Reise zu genießen, ohne herumzulaufen, um Aufgaben zu erledigen.

Details

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki