

## FAMILIENRAT

## Wurzelwein und Theriak – das Lebenselixier!



Wenn sich im Herbst die Pflanzenkräfte – und die «Vegetationsgeister» – zunehmend unter die Erde zurückziehen und sich dort konzentrieren, kommt die Zeit des Wurzelgrabens.

Im Verlauf der Vegetationsperioden entspricht der Spätherbst dem Alter, dem Lebensabend des Menschen. Ein Nachlassen, ein «Erkalten» der Verdauungsfunktion ist typischer Ausdruck dieses Alterungsprozesses. Wenn sich Verdauungsschwäche und allmähliche Antriebslosigkeit beim Menschen einstellen, sind Wurzeln mit Bitterstoffen genau das Richtige, um das innere Feuer wieder anzufachen und die Säfte zum Fliessen zu bringen. Wurzeln gelten als heilender Kraftquell, besonders für den Lebensabend.

Rezept: Wurzelwein zum Anfachen des inneren Feuers im Alter! ¼ TL Löwenzahnwurzeln, ¼ TL Wegwartenwurzeln, ¼ TL Angelikawurzeln (oder Kalmus = Magenwurz, Galgant, Enzianwurzeln, Ingwerwurzeln bei «innerer Kälte») sowie 50 ml Likörwein. Die frischen oder getrockneten Wurzeln (frische Wurzeln: doppelte Menge nehmen) sehr klein schneiden und in ein weisses Schraubglas geben. Mit 50 ml Vinum liquorosum (17- bis 18-prozentigem Likörwein z.B. Goldmuskateller, Portwein oder Malaga) auffüllen. 5 bis 7 Tage stehen lassen, täglich kräftig



«Tinctura sacra» – facht das innere Feuer im Alter wieder an.

Bild: abgezeichnet von asterix.com

schütteln und dann abgiessen. Zur Tonicisierung, Kräftigung und Verdauungsförderung zweimal täglich 1 EL vor dem Essen einnehmen.

Rezept: Theriak-Lebenselixier zur allgemeinen Kräftigung! 10 g Ringelblumenblüten, 2 g Blutwurz, 18 g Kalmus, 20 g Engelwurz, 5 g Muskatnuss, 10 g Enzianwurzeln, 5 g Kardamom, 5 g Zimtrinde, 1250 ml Schnaps. Ansatz: Alle Ingredienzien zusammen mit 700 ml ca. 40-prozentigem Schnaps ansetzen. Unter täglichem Schütteln 10 Tage lang in der Sonne oder an einem warmen Ort stehen lassen (ziehen lassen). Danach die Flüssigkeit durch ein Tuch oder ein

feines Sieb abgiessen. Den Kräuterausatz nun mit weiteren 550 ml Schnaps übergiessen und 10 Tage lang erneut ziehen lassen. Dadurch wird die Konzentration des Auszugs erhöht. Abgiessen und beide Lösungen miteinander mischen und in Glasflaschen abfüllen.

Innerlich: Als Kur 3 bis 6 Wochen zweimal täglich ½ TL in Wasser oder Tee einnehmen zur allgemeinen Kräftigung. Dieses Bittertonikum enthält eine besonders glückliche Kombination von einander ergänzenden, tonisierenden und funktionssteigernden Heilpflanzen, deren Zusammenspiel eine staunenswerte Vielfalt von sinnvollen Anwendungsmöglichkeiten bietet. Verdauungs- und entzündungshemmend, entgiftend, stoffwechselfördernd, blutbildend, abwehrsteigernd, zusammenziehend und gewebesträffend.

Äusserlich: bei lokalen Entzündungen, Zerrungen, Insektenstichen, Sonnenbrand.

Dieses hervorragende Lebenselixier, auch «Tinctura sacra: heilige Tinktur» genannt, hat sich seit über 400 Jahren bewährt und erweist sich auch heute noch förderlich für ein gesundes, langes Leben!

**Petra Bartholet Meier**  
Homöopathin, Andelfingen

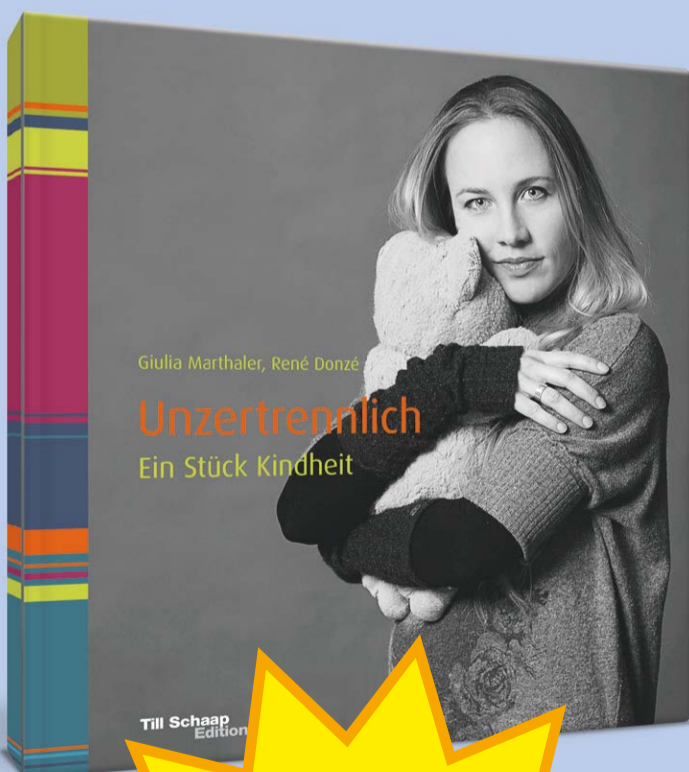
Der Familienrat erscheint alle zwei Wochen.  
Redaktion: Ursula Buchschacher, Zentrum für Musik und Lernfragen, Berg am Irchel,  
Roland Spalinger, Andelfinger Zeitung;  
Kontakt: familienrat@andelfinger.ch

## ADVENT ...



Werner Straub schreibt zu seinem Foto: «In der kreativen Vorweihnachtszeit in Henggart gesehen: ein kunstvoll und festlich geschmückter Christbaum.»

# Schenken Sie Erinnerungen



**Sonderaktion**

Erinnerungen sind etwas vom Kostbarsten, was ein Mensch hat. Oft sind es kleine Gegenstände, die diese Erinnerungen wachrufen. Zum Beispiel, wenn man die Puppe oder den Teddybären aus seiner Kindheit nach vielen Jahren wieder in die Hände nimmt. Der Weinländer Journalist und Autor René Donzé hat mit der Fotografin Giulia Marthaler solche Begegnungen mit der eigenen Vergangenheit festgehalten und daraus ein schönes, hochwertiges Buch gestaltet. Entstanden sind 25 Porträts von Erwachsenen zwischen 18 und 86 Jahren, die auf bewegende, lustige, eindrucksvolle Momente zurückblicken, und schöne Bilder, die die Beziehung zwischen Mensch und Puppe zur Geltung bringen. Porträtiert werden unter anderem eine Zürcherin, die als Verdingkind ins Tessin gebracht wurde, eine Österreicherin, die die Lawinenkatastrophe von Blons überlebt hat, oder eine Lehrerin, deren Äffchen

noch heute mit ins Klassenlager fährt. Zu Wort kommen so unterschiedliche Charaktere wie ein ehemaliger Rocker, eine Berufsmusikerin, ein Grafiker, eine Bäuerin oder eine Schweizerin, die in Afrika aufgewachsen ist. In einem Begleittext zum Buch beschreibt die Entwicklungspsychologin und Puppenforscherin, Professorin Insa Fooker, diese Beziehungen als magische Ressourcen: «In ihnen ist wie in einem Zeitraffer alles präsent – das ganze vergangene, gegenwärtige und zukünftige pralle Leben.»

Das Buch «Unzertrennlich – Ein Stück Kindheit» ist ein ideales Geschenk zu Weihnachten: Es erzählt Geschichten, die zum Nachdenken und Lachen anregen. Es lässt sich herrlich darin schmökern, und es liefert Gesprächsstoff für lange Winterabende.

Die Leserinnen und Leser können das Buch zum Sonderpreis von Fr. 19.– (statt Fr. 38.–) direkt bei der «Andelfinger Zeitung» an der Landstrasse 70 in Andelfingen abholen oder per E-Mail bestellen bei rene-donze@hotmail.com (Versandkosten: Fr. 6.–).

■ Andelfinger Zeitung