Bio – Schachtelhalm

der Meister der Struktur,
der uns bei der Auflösung
verhärteter Lebensstrukturen hilft!

die Struktur,
die uns die Basis zur freien Entfaltung gibt!

die grossartige Prophylaxe für alle Sportbegeisterten!

Bitte beachten Sie:
Hydrolate ersetzen bei körperlichen wie psychischen Beschwerden keine Fachperson aus dem Gesundheitswesen und dienen nicht zur Selbstbehandlung bei Beschwerden!
Äusserlich angewendet sind sie eine sanfte und angenehme Begleitung für unser Wohlgefühl!

Geschichte
Vor 400 Millionen Jahren bildete der Schachtelhalm als **baumgrosse Urpflanze** ganze Wälder, zusammen mit Moos und Riesenfarnen; und unser heutiger Schachtelhalm ist sein Nachfahre! So sah damals der Schachtelhalm noch ganz anders aus und konnte, wenn er verdorrt war, erst zu Steinkohle und dann zu Brennstoff verarbeitet werden. Sein lateinischer Name „Equisetum“ weist auf Pferdehaare oder Pferdeborsten hin und die zusätzliche Bezeichnung „arvensis“ steht für Acker oder Feld, weil er dort bevorzug wächst.
Der **Ackerschachtelhalm ist die verbreitetste Art**, wächst in ganz Europa, Asien und Nordamerika von den warmen Zonen bis weit in die Arktis hinein.
Der Riesenschachtelhalm ist die grösste Schachtelhalmart in Mitteleuropa, ist eine Waldpflanze, und gedeiht am besten an halbschattigen Standorten auf nassen, neutralen bis basischen, mässig nährstoffarmen Böden mit stark wechselnder Feuchtigkeit.
Während der Ackerschachtelhalm eine Grösse von 10 bis 50cm erreicht, wird der Riesenschachtelhalm 40 bis 150cm hoch, in selteneren Fällen auch bis zu 2m. Hat er sich einmal niedergelassen, gibt er **bei jedem Ausrottungs-Versuch tapfer widerstand**.
Bekannt ist Schachtelhalm durch den sehr **hohen Gehalt an Kieselsäure**, die ihm auch den Namen „**Zinnkraut**“ gab. Denn mit ihm wurden Zinngeschirr und viele andere metallene Gegenstände gereinigt und wieder zum Glänzen gebracht, sowie edle Holzmöbel und Musikinstrumente poliert!
An uns Menschen festigt Kieselsäure das Gewebe, remineralisiert Bindegewebe, Sehnen und Bänder, Knochen, Zähne und Nägel; und **regt den Stoffwechsel an**. Und das ebenfalls **in hohem Masse enthaltene Kalium erhöht die Harnausscheidung!**
Deshalb wird Schachtelhalm zur **Durchspülung bei bakteriellen und entzündlichen Erkrankungen** der ableitenden Harnwege und bei Nierengriess eingesetzt. Schachtelhalm **gilt seit jeher als Wundermittel bei allerlei Beschwerden.**
Dioskurides bezeichnete ihn als **harntreibend, zusammenziehend**, die **Blutflüsse der Gebärmutter stillend** und als **Husten- und Wundmittel.**
Im Mittelalter wurde er weiter dazu genutzt, **Blutungen** zu **stillen.**
Pfarrer Kneipp nannte die Pflanze **unersetzbar bei Blutungen oder Bluterbrechen, bei Rheuma und Gicht!**
Seine **Top-Wirkung auf das gesamte Bindegewebe** macht ihn auch hier zu einem führenden und bevorzugten Mittel zur **Straffung allgemein.**
Und **die chinesische Medizin erklärt** dazu: **das Salzige hilft beim Schaffen neuer Säfte, strukturiert und schafft Weichheit!**

Und da das Salzige
selbst die kleinste Zelle des Körpers erreicht und öffnet,
wird die Voraussetzung geschaffen, bewusster zu leben!

Wirkung in der Haut- und Haar-Pflege
Bei allen Problemen gilt Schachtelhalm als ***die* Revitalisierung** von Haut und Haaren; wirkt er doch **sehr straffend, kräftigend, durchblutungsanregend, glättend,** und bei kleinen und grossen **Hautverletzungen!**
Ein paar Sprüher über Kopfhaut und Haar oder als **Beigabe zu Shampoos und Spülungen** sorgen für **weiches, glänzendes und vor allem kräftiges Haar!** Braucht es **schnelle Abhilfe, eine ganz besondere Stärkung** oder möchten wir einfach **ganz besonders schönes Haar und eine ganz besonders gesunde Kopfhaut,** mischen wir Schachtelhalm mit Bambus-, Brennessel-, Rosmarin-, Wacholder- oder Kiefer/Pine-Hydrolat.
Schachtelhalm ist aber vor allem ***das* Mittel für dünne, kraftlose Haare** generell oder durch psychische und physische Beschwerden!

Wirkung Schwangerschaft
Seine Spezialität, das Gewebe zu stärken und zu straffen, hilft hier auch äusserlich bei **Schwangerschaftsstreifen!**

Wirkung Psyche
Schachtelhalm **hebt starre Strukturen des Denkens auf** und **gibt uns Stärke und Willenskraft. Entscheidungsschwierigkeiten** gehören der Vergangenheit an**; klar im Denken und im Erfassen einer Situation wissen wir, was für uns stimmt!**
Strukturen wollen, Strukturen spüren und Strukturen im Leben haben, hilft uns enorm, uns sicher und stabil zu fühlen. Denn: Struktur ist immer eine Stütze!
Bindegewebe umhüllt das Nervensystem und **Schachtelhalm stärkt dieses** über die Struktur, **beschützt somit Rückenmark und Hirn** über eine flexible und doch feste, stützende Wirbelsäule**. Diese und das gesamte Bändersystem werden in sich enorm gestärkt**. So bewirkt Schachtelhalm **Stärke in Form von flexibler Spannkraft**.
Flexible, schützende Gewebe erzeugen grundsätzlich weniger Druck – weniger Druck befreit und es entsteht ein Gefühl der Geborgenheit. Und in diesem Gefühl entwickeln sich auch **weniger Angst-Gedanken! Alte, festgefahrene und festsitzende Dogmen werden weich** und ändern sich in eine flexible, beschützende Struktur!
So werden auch **verhärtete Strukturen und Lebensgewohnheiten aufgelöst**, was immer dann der Fall ist, wenn immer alles genau nach Plan laufen muss und es keine noch so geringe Abweichung im Tagesablauf geben darf! **Wir sperren uns dann selbst in unserem eigenen Leben ein,** gehen mit einem rigiden Denkschema, immer Sicherheit erhoffend, durch das Leben und **sind bemüht, in festen Gleisen zu bleiben, weil nichts Unverhofftes passieren soll und darf! Schachtelhalm hilft** somit, **wieder ganzheitlich zu Denken und** alle und alles *Not-wendige* miteinzubeziehen, um das Denken und Handeln entsprechend anzupassen und eine **neue Struktur in unserem Leben zu schaffen!**

Rezept-Vorschläge: Shampoo, Kraft für Haar und Kopfhaut
mischen Sie die Hydrolate Schachtelhalm 50g, Bambus 20g, Brennessel 10g und Pine 10g mit 160g Shampoogrundlage und je 2Tropfen ätherisches Öl Lavendel und Pine/Kiefer

Gesichts-Emulsion hautstraffend
mischen Sie die Hydrolate Schachtelhalm 20g, Heublumen 10g und Bambus 10g mit 30g Crèmegrundlage und 30g Aloe Vera-Gel

Für weitere Anwendungen kontaktieren Sie bitte eine Fachperson!

Quellennachweis: Dr.med. J.Valnet: Aromatherapie; R.Tisserant: das Aromatherapie-Heilbuch; Pric/Price: Aromatherapie; Dr.med.V.Schmiedel, Dr.med M. Augustin: Handbuch Naturheilkunde; Prof.Dr.med.V.Finetlmann/R.F.Weiss: Lehrbuch der Phytotherapie; Ch.Rätsch: der Atem des Drachen; Schaffner/Häfelfinger/Ernst: Phytopharmaka-Kompendium; O.Rippe, M. Madejsky: die Kräuterkunde des Paracelsus; W.D.Storl: Heilkräuter und Zauberpflanzen; J. Harding: die Welt der Kräuter; Dr.med. F.Grotenhermen: Hanf als Medizin; V.Lad/D.Frawley: Ayurveda Pflanzenheilkunde; G. Graichen: Heilwissen versunkener Kulturen; Internet