

Lungenkraut *Pulmonaria officinalis* – zart & kraftvoll zugleich

🌱 Impuls – vom Rückzug in die Öffnung

Das Lungenkraut begleitet uns genau in dieser Übergangszeit.

Vom Winter in den Frühling.

Vom Rückzug in die Öffnung.

Seine Blüten zeigen uns diesen Wandel auf eine ganz besondere Weise:

Von zartem Rosa hin zu einem tiefen Violett-Blau –
als Zeichen, dass sich etwas verändert hat.

Auch wir dürfen uns verändern.

Langsam.

In unserem eigenen Rhythmus.

Wie die Natur selbst.



🌸 Besonderheit der Blüten

Die Blüten des Lungenkrauts verändern ihre Farbe – von rosa
zu violett-blau.

Die rosa Blüten sind frisch geöffnet.

Sobald sie bestäubt wurden, färben sie sich um.

Der Grund dafür liegt in einer Veränderung des pH-Wertes in
der Blüte.

Für Insekten ist das ein feines Signal:

Diese Blüte wurde bereits besucht – hier darfst du
weiterziehen.

🌱 Eine stille, intelligente Kommunikation der Natur.



Lungenkraut *Pulmonaria officinalis* – zart & kraftvoll zugleich

🌿 Signatur & traditionelles Wissen

Die Blätter des Lungenkrauts erinnern in ihrer Zeichnung an Lungenbläschen.

In der traditionellen Pflanzenkunde wurde es daher mit den Atemwegen in Verbindung gebracht –

vor allem bei Husten oder gereizten Schleimhäuten.

Diese Verbindung zeigt, wie eng Beobachtung und Pflanzenwissen über Generationen gewachsen sind.



🌿 Anwendung

Lungenkraut wurde früher gerne als Tee verwendet.

Heute weiß man, dass es Inhaltsstoffe enthält, die man nicht in größeren Mengen oder über längere Zeit einnehmen sollte.

Wie bei vielem in der Natur gilt auch hier:

Mit Achtsamkeit, in kleinen Mengen und nicht regelmäßig angewendet,

kann es ein sanfter Begleiter sein.

Ich begegne dem Lungenkraut gerne in der Natur –

und verwende es auch achtsam, zum Beispiel als Tee in kleinen Mengen.

Für mich ist es ein sanfter Begleiter in dieser Übergangszeit 🌿

