
ASPARAGUS RACEMOSUS - SHATAVARI



Shatavari (*Asparagus racemosus*) ist eine Pflanze des subtropischen Asiens und wird seit Jahrtausenden als eines der vielseitigsten **Frauen-Heilkräuter** verehrt. Im Sanskrit bedeutet Shatavari, „**die die hundert Männer besitzt**“ und gilt in der **ayurvedischen Medizin** des alten Indiens als die **wichtigste Verjüngungspflanze für Frauen**.

Diese wild wachsende Spargelart soll insbesondere auch die **Schönheit** und **Vitalität** (Ojas) des Menschen bewahren und besitzt somit heilende Wirkungen **für beide Geschlechter**.

Verwendet wird Shatavari aber vorallem auf Grund ihrer **erhaltenden Wirkung auf die weiblichen Geschlechtsorgane**. Durch die beinhalteten **Saponine harmonisiert** und **stimuliert** Shatavari den **Hormonhaushalt**, so dass sie eine grosse Stütze in den **Wechseljahren** sein kann.

Durch Shatavari wird die **Muttermilchbildung** gefördert und die **Ovarien werden gepflegt**. Die wunderbare Wurzel wird zur Förderung der Milchsekretion, **während und nach der Schwangerschaft** eingesetzt. Dabei sorgt Shatavari für eine **gute Brustentwicklung**, für einen positiven und **stärkenden Einfluss auf den Embryo** und bereitet **die weiblichen Genitalien auf die Geburt vor**.

Shatavari's **adaptogene Wirkung** schenkt auch die Kraft mit Stress bedingten Lebensphasen umzugehen.

Als **Pitta- und Vata- Ausgleicher** fördert Shatavari die **zwischenmenschliche Liebe** und **erweckt Hingabe**. Dabei hat sie eine sehr **beruhigende Wirkung** auf Körper und Geist, denn die **feurigen Emotionen**, wie Wut, Neid und Hass werden besänftigt, weshalb sie zur Unterstützung von **Liebesbeziehungen** und bei allgemeiner **Unruhe** empfohlen wird. Für beide Geschlechter gilt Shatavari als **Aphrodisiacum** und soll **Fruchtbarkeit** unterstützen.

Dazu gilt sie als **verdauungsfördernd** und wird häufig zur Behandlung von inneren und äusseren **Geschwüren** wegen ihrer antibakteriellen Wirkungen verschrieben.

Auch zur **allgemeinen Unterstützung des Immunsystems** als präventive Maßnahme ist Shatavari ein Geschenk der Natur. Shatavari kann man als **Tonikum** nutzen.

Bei der ayurvedischen Behandlung von Schwächezuständen, Magengeschwüren, Übersäuerung, Herpes (besonderes Genitalherpes), Husten, Dehydration, gestörter Libido und chronischem Fieber wird die Shatvari eingesetzt.

Traditionell wird aus der Wurzel ein Frischsaft gepresst oder sie wird getrocknet und als Tee verabreicht. Zur äusserlichen Anwendung wird das Pulver mit Ghee zusammen aufgetragen. Das Öl zeigt auch nebenwirkungsfreie Erfolge bei innerlicher und äusserlicher Anwendung.

Zur Geburtsvorbereitung führt sich die Frau im neunten Monat einen mit *Asparagus racemosus* Öl getränkten Baumwolllappen vor dem Schlafen gehen ein. *Asparagus racemosus* Öl wirkt dabei wie ein Gleitmittel, stärkt die Muskulatur und macht sie elastischer.

ZUR HERSTELLUNG:

Seit 2005 wird auf dem „Land des Medizin Buddhas“, der OneWorld eigenen Kräuterfarm in Nepal unter anderem auch Shatavari(*Asparagus racemosus*)erfolgreich angebaut.

Die edlenShatavari Wurzeln wurden nach biologisch-dynamischen Anbaumethoden angebaut, nach Kontrollen durch IMO Schweiz und Demeter International zertifiziert und dürfen deshalb das **Bio-** und **Demeter Logo** tragen.

Sorgsam handgeerntet und im Schatten schonend getrocknet konnten dieWurzeln ihre wertvollen Inhaltstoffe bewahren.

Ausgesucht wertvolle Pflanzenteile wurden zu edlen Tee-Mischungenvorsichtig vermengt durch: **OneWorld al Nepal**, eine deutsch-nepalesische Kooperation für biologisch-dynamische Landwirtschaft, die sich an **Fair Trade** Prinzipien in Ihrer Handlungsweise orientiert und Mitglied der International Federation of Organic Agriculture Movements (**IFOAM**) ist.

Wir freuen uns Ihnen hiermit bestes Shatavari als echtes **LOHAS Produkt** anbieten zu können.

ZUR EINNAHME:

Shatavari ist hervorragender Bestandteil unserer Demeter Kräuter-Teereihen.

Es findet Verwendung in den Tee Sorten „**Spirit of Yoga**“ und „**Hormonie**“.

Die Rohwurzel kann auch auf Anfrage ungemischt erworben werden.