

Eliksirer

Eliksirer er flytende plantesaft som har blitt laget ved å koke spesielle planter i alkohol eller vann lenge eller å kaldpresse ut saften av planter.

Blandingene du da får kan inneholde en rekke aktive stoffer fra planten slik som aromatiske oljer, kjemikalier og andre næringsstoffer.

Eliksirer brukes ofte som naturlig kosttilskudd for å hjelpe ulike deler av kroppen, som fordøyelsen, immunforsvaret og nervesystemet. De kan også brukes på huden for å behandle hudlidelser og for å tilføre fuktighet og næring til huden. Noen eliksirer er også kjent for å ha en lindrende effekt på følelser som stress og angst.

I tidligere tider var nok bruken av eliksirer mer i bruk enn i dagens samfunn, men vi ser at interessen for å lære og ta opp igjen slik gammel kunnskap øker.

Eliksirer kan brukes til en rekke formål. Noen eliksirer brukes for å styrke fordøyelsen, som f.eks. saft fra kamille-blomstene. Andre mener saften fra solhatt-blomstene kan øke immunforsvaret ditt hvis du er forkjølet.

Eliksirer kan også brukes som behandling for skader slik som aloe vera brukes for å lindre solbrenthet eller brannsåre.

Det er viktig å huske at eliksirer ikke er en erstatning for medisinsk behandling, og at det alltid er lurt å rådføre seg med en lege før du bruker eliksirer hvis du er syk.

