

BEVANDE

Acqua di San Giovanni: come fare il rito della notte magica

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [1 pezzi](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) PREPARAZIONE: [20 min](#) COSTO: [molto basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [media](#)



C'è una notte all'anno in cui la natura sembra trattenere il respiro per sprigionare tutta la sua magia, unendo riti contadini e fascino senza tempo.

Parliamo dell'attesa vigilia del 24 giugno.

In tanti conoscono questa usanza millenaria, ma non tutti sanno esattamente **come fare l'acqua di San Giovanni** a casa propria rispettando i gesti del passato.

Il segreto sta nel raccogliere erbe aromatiche e fiori spontanei al tramonto, lasciandoli dolcemente in infusione sotto la **rugiada notturna**, la cosiddetta

guazza.

Il mattino seguente avrai tra le mani un elisir profumato, perfetto per sciacquare il viso e accogliere purificazione, bellezza e buona fortuna.

Non temere se non sei un esperto botanico: puoi esplorare il rito in ogni dettaglio grazie alla nostra [guida completa e dettagliata](#) per non commettere errori.

Mentre aspetti che l'acqua riposi sotto le stelle, puoi sfruttare questa notte speciale per altre affascinanti tradizioni.

Armati di guanti e raccogli i mali per preparare il celebre [liquore scuro e profumato](#) immancabile nelle nostre dispense.

Se invece ami le antiche divinazioni casalinghe, divertiti a interpretare il tuo futuro osservando i velieri creati dalla [magica barca di albume](#) lasciata sul davanzale.

INGREDIENTI PER FARE UNA BACINELLA DI ACQUA DI SAN GIOVANNI

ACQUA 1 l

IPERICO chiamata anche erba di San Giovanni -

LAVANDA solo i fiori -

ROSA solo i petali -

MENTA FRESCA solo le foglie -

RAMETTO DI ROSMARINO

MALVA Foglie e fiori -

CAMOMILLA solo i fiori -

SALVIA solo le foglie -

FIORI DI ARTEMISIA o altre erbe spontanee aromatiche a scelta -

COME PREPARARE L'ACQUA DI SAN GIOVANNI

1 Raccogli le erbe e i fiori durante il **pomeriggio o il tramonto del 23 giugno**.

Passeggia nella natura o nel tuo giardino e seleziona le piante con gratitudine, scegliendo quelle **più fresche e rigogliose**.

2 Sciacqua delicatamente i fiori e le foglie sotto un **getto leggero di acqua fresca** per

eliminare polvere o piccoli insetti.

Fai molta attenzione a **non rovinare i petali** durante questo passaggio.

3 Prendi la bacinella e riempi con **acqua fresca**, lasciando qualche centimetro dal bordo.

Immergi le erbe e i fiori nell'acqua, sistemandoli in modo che **galleggino sulla superficie**, creando un meraviglioso mosaico di colori e profumi.

4 Posiziona la bacinella all'aperto non appena cala la sera. Lasciala in giardino, sul balcone o sul davanzale della finestra per **tutta la notte tra il 23 e il 24 giugno**.

In questo modo l'acqua potrà raccogliere la magica rugiada del mattino, chiamata **guazza di San Giovanni**, e assorbire le influenze positive degli astri.

5 Usa l'acqua la **mattina del 24 giugno** appena ti svegli.

Filtra leggermente il liquido se necessario e utilizzalo per **lavare il viso e le mani**, godendoti il profumo intenso e celebrando questo antico rito di purificazione, bellezza e buona fortuna.