

## **...und plötzlich ist alles anders!**

### **Blütenessenzen als Wegbegleiter für schwierige Zeiten im Leben**

von Gisela-Avena Sticker (Heilpraktikerin und Blütenessenzberaterin)

Wenn erschütternde Ereignisse das Leben verändern, gilt es Gefühle, Schmerzen, Verlust und Einschränkungen auszuhalten und neue Wege der Heilung zu finden. Es ist dann besonders wichtig mitfühlende Anteilnahme und Zuspruch von den Mitmenschen zu erhalten, um diese neue Lebenssituation durchzustehen. Darüberhinaus gibt es auch Verbündete in der Natur, die als erste Nothelferinnen den Schock und die Ereignisse bewältigen helfen. Die Blütenmedizin von hochschwingenden Pflanzen und Bäumen können den Selbstheilungs-Prozess einleiten und eine neue Sichtweise finden helfen. Vielleicht kommt dann auch die innere Frage nach vorne, welcher Sinn für die Heilung hinter den Geschehnissen liegt?

Wenn wieder mehr Ruhe innerlich einkehrt, wird es möglich sein tiefer zu schauen, welche Chance sich öffnet, um das Leben selbst neu zu entdecken.

Wir dürfen bei solchen plötzlichen Ereignissen uns erinnern, dass wir auf der Erde nicht allein sind und dass Mutter Erde als Heilerin uns immer zur Seite stehen kann.

Wir können lernen das Trennende in uns zu überwinden, um den Weg der Heilung zusammen zu gehen.

#### Der Weg der Heilung

Jede Heilungsphase erfordert viel Geduld, Mut und körperliche Kraft, um wieder heil zu werden. Jede Erfahrung von Verlust braucht ihren Raum und ihre Zeit, egal wie lange es auch dauert die Trauer und die Angst auszudrücken. Der Verlust eines geliebten Menschen, der Verlust von Arbeit oder von Heimat kann Ur-Ängste an die Oberfläche spülen und eine Lebenskrise auslösen. Das Vertrauen in das Leben mag erschüttert sein.

Auf dem Heilungsweg in der Tradition der weisen Frauen stärken wir Körper und Seele mit dem nährenden Prinzip der Natur, um das Erlebte und die Ursachen von Angst und Leid zu stabilisieren. Aufbauende Heilweisen nähren die körperliche Kraft und schenken Zuversicht und neue Perspektive. Der Weg der vielen kleinen Schritte und des immer wieder Innehalten trägt letztendlich weiter auf dem Weg der Regeneration zu der Frage:

Ist diese Lebenskrise ein notwendiger Wendepunkt in meinem Leben?

Helferbäume und Kraftpflanzen fördern mit ihrer Vitalität, Stärke und Weisheit den Prozess der Akzeptanz und der Integration.

Es ist wie es ist.

Ja, so ist es.

Welche alten Wunden dürfen nun heilen?

Wie kann mit achtsamer Hingabe eine Wandlung der Körperkraft, eine neue Wurzelkraft und Rückenstärkung erfahren werden ?

Die Blüten der Pflanzen und Bäume tragen positive lebensbejahende Kräfte und Informationen in sich, die mit ihrer höheren Weisheit das Körpersystem des Menschen und auch der Tiere erhöhen und harmonisieren können.

Die Heilweisen der Blütenessenzen helfen das emotionale Problem neu auszuloten.

Sie geben dabei den Ängstlichen Mut und den Niedergeschlagenen neue Zuversicht.

Werden Blütenessenzen für einen inneren Aspekt des Menschsein gegeben, so helfen die Blütenkräfte besonders auf der mentalen und spirituellen Ebene neue Harmonie und allumfassende Heilung zu fördern. Die unbewussten Ressourcen der Persönlichkeit werden genährt und gestärkt, sodass sich ihr Potential neu entfalten kann. Blütenessenzen können kurz oder langfristig eine natürliche Wegbegleitung sein, sie werden innerlich und äußerlich angewendet.

Wenn alte Wunden heilen dürfen, unterstützt die Pflanzenfamilie der Nachtkerzen diese tiefgreifende Erneuerung und emotionale Öffnung für den Weg der Selbstheilung. Sie bringen auch Heilung für die Elemente von Feuer und Wasser auf der Erde. Betrachten wir jede Pflanzenfamilie in der Tradition der weisen Frauen in ihrem besonderen Charakter, wie ihre Blütenfarbe strahlt, wie ihre Formensprache ist, wie ihr Geruch und ihr Geschmack sich zeigt, so finden wir feinsinnige Heilweisen und Spiegelungen aus der Natur für unsere Seelenlandschaften.

Wenn wir uns für ihre Heilkräfte öffnen, kann allumfassende persönliche und kollektive Heilung geschehen.

Die Wege der Heilung mit der Natur als Verbündete sind vielleicht anders als der Kopf oder das Lehrbuch sagt.

Heilung geschieht, wenn wir dazu bereit sind.

Heilung passiert jederzeit, die Wege dahin sind einfacher als wir denken oder errahnen.

### Von der Natur lernen

Auf einer Reise nach Madeira habe ich 2010 selbst miterlebt, wenn sich plötzlich alles ändert, wenn schöne Natur auf einmal mit massiven Regenfällen, flutendem Wasser und Schlamm zerstört und verändert ist. Die Bilder haben sich tief in mein Unterbewusstsein eingenistet, erst langsam konnten die Erlebnisse ausbalanciert werden. Mutter Erde führte und lehrte mich, ja, die Kraft der Elemente ist überwältigend schön und auch in jedem Moment wieder vergänglich. Schmerz und Freude, Verlust und Fülle liegen ganz dicht bei einander. Die transformierende Kraft der Natur beinhaltet alle Kräfte der Wandlung im zyklischen Werden und Vergehen des Lebens. Dies wirklich beteiligt zu erfahren und zu fühlen ist ein tiefer innerer Wandlungsprozess des Lebens, die Erfahrung, ich bin verbunden mit allen Wesen und mit Mutter Erde.

Auf meinem inneren Weg und einer Medizinwanderung habe ich die kleine Familie der Nachtkerzengewächse mit den verschiedenen Weidenröschen, dem Hexenkraut und den Nachtkerzen neu studiert und tiefer kennenlernen dürfen, die ich nun genauer mit meinem ganzheitlichen Blick als Pflanzenheilkundige beschreiben möchte.

Die Kraft- und Pionierpflanzen Waldweidenröschen (fireweed) und das Flußweidenröschen (River beauty) bereiten den Boden für andere Pflanzen und bewirken einen Neubeginn des Lebens. Feuer reinigt für den Neubeginn, lässt das Alte transformieren, um neue Kräfte aus dem Schoß der Erde zugebären. So zeigt sich das Waldweidenröschen gerne nach einem Flächenbrand und überzieht dann große Bodenfelder mit ihrer schönen magentafarbenen Blüte. Wenn Überschwemmungen die Erde überspülen und Flussufer übertreten, reinigt das Wasser und die Schlammlawinen die Erdkrumme von gestauten Kräften. So wächst dann gerne das Flußweidenröschen, besänftigt das Leben und gibt neuen Halt in der Erde.

Wir können diese Kraftpflanzen mit ihren Lebensweisen auch auf unsere Lebensheilwege übertragen.

Wenn alte Wunden heilen dürfen, finden wir mit der Blütenkraft von fireweed inneren Frieden mit dem Erlebnis von damals. Wir können auf allen Ebenen heil werden. Wenn Menschen körperlich und seelisch bis in die Tiefe verwundet sind nach dem Verlust von Heimat durch Feuer oder Krieg, nach einer Scheidung, nach einer Operation, findet die Seele neue Ruhe und heilsame Regeneration. Das Weidenröschen hilft sich selbst und den Körper anzunehmen. Es wird leichter möglich die Vergangenheit ruhen zu lassen und die neue Chance im Leben jetzt wahrzunehmen. Das Weidenröschen steht hier als Helferpflanze an der Seite und vermittelt neuen Kraftaufbau im Hier und Jetzt, die Pflanze zeigt den Weg der Manifestation von Gesundheit und des Lebensinn. Fireweed hilft das Element Feuer und die Körperkraft zu ehren.

Fireweed stärkt die Erneuerung aus der Tiefe, und das Vertrauen in das neue Leben.

Fireweed wirkt wie ein Katalysator, hilft das Alte zu segnen und das Neue zu umarmen.

Fireweed leitet Heilkraft ins Körperfeld, um ein inneres Gleichgewicht und neue Sicherheit an der Lebensbasis wieder herzustellen.

Wenn Gefühle aus dem Gleichgewicht rutschen und uns überwältigen, finden wir mit der Blütenkraft von River Beauty innere Stabilität und Schutz. River Beauty harmonisiert und mildert die Auswirkungen eines emotionalen Schock oder einer traumatischen Erfahrung, wenn durch den Verlust von Heimat nach Überschwemmungen oder durch das Miterleben einer Naturkatastrophe die Gefühle überwältigen oder blockieren.

Wenn das Leben auf einmal davon gespült wird, und es kein Halt mehr gibt.

Diese Kraftpflanze gibt tröstende Unterstützung für den notwendigen Prozess der emotionalen Neuorientierung und Erholung nach einem Schock. Sie hilft den Schmerz und den Verlust loszulassen und mit dem Leben zu neuen Ufern zu strömen.

River Beauty hilft das Element Wasser und die Gefühle zu ehren.

River Beauty reinigt und stärkt das Körperfeld, die Blütenmedizin befreit von Stagnationen und blockierten Gefühlen.

River Beauty hilft einen Neubeginn mit Freude und Schönheit auf dieser Erde zu erleben.

### Jeder Schritt der Heilung

...auf dem persönlichen Weg ist ein Geschenk für alle.

Die Kraftpflanzen der Familie Nachtkerzengewächse bringen uns heil in die Gegenwart zurück. Sie unterstützen das kontinuierliche Fließen von Lebenskraft in aufeinander folgenden Rhythmen.

Willkommen wieder zu Hause auf der Erde,

der erste Schritt von Regeneration und Erneuerung hat jetzt begonnen.

Frauenheilpraxis

Gisela-Avena Sticker

Eisenacherstr.68

10823 Berlin-Schöneberg

Tel.:030-6877703

(als Kästchen:)

Nachtkerzen und Weidenrösschen-schwesterliche Verbündete für Heilungswege:

fireweed wirkt wie eine innere Heilerin, die den Zugang zu den weiblichen Selbstheilungskräften öffnet, allumfassende Heilung von Verletzungen der Frau

zottiges fireweed ist die Heilerin der Kinder oder für das innere Kind des Erwachsenen, die zu früh erwachsen werden mussten.

Kleines fireweed ist die Helferin für Kinder, deren Seelenheil unterdrückt und verletzt wurde.

Große Nachtkerze ist die Magierin, die den Raum öffnet, um den inneren Schatten anzuschauen.

Kleine Nachtkerze ist die Helferin für Kinder, um ihre Ängste zu überwinden.