

Bachblüten zum Thema: Entscheiden

Von Inge Baumgarte

Was soll ich nur tun?

Was ist das Richtige oder wer ist der Richtige? Wie soll es weitergehen und wohin führt oder zieht es mich? Gehen oder Bleiben? Links oder Rechts? Fragen über Fragen in uns, wir fühlen uns wie zerrissen. Manchmal kaum noch zu ertragen. Wir suchen Rat im Äußeren und erhalten viele Rat-Schläge. Alles scheint plausibel, logisch richtig, aber wir finden nicht unser inneres „Ja“ dazu. Wir sehnen uns nach Eindeutigkeit, aber das lassen unsere verschiedenen inneren Ratgeber nicht zu - da gibt es unterschiedliche Sichtweisen und Bewertungen. Vielleicht gibt es ja das eindeutig Richtige gar nicht. Sollten wir es dann lieber ganz sein lassen? Fragen über Fragen. Diesen so schwierigen „Seelenzustand“ der Unentschlossenheit, der Zerrissenheit kannte auch Dr. Bach und widmete ihm eine längere Phase seines Suchens. Er fand drei Pflanzen, deren Schwingungen die innere Gewissheit in uns stärken können. Dass nicht eine Blüte ausreichte, zeigt, dass dieser Seelenzustand viele Facetten und Hintergründe haben kann. Dr. Bach hat uns somit nicht nur drei hilfreiche Blütenessenzen beschert, sondern auch eine Möglichkeit, die innere Entscheidungskrise näher und differenzierter zu betrachten.

Krisen sind Chancen auf dem Weg zu sich Selbst!

Einjähriger Knäuel/Scleranthus

Das Gras Scleranthus ist sehr unauffällig. Wo es sie gestern noch war, kann man es heute nicht mehr finden. Vielleicht vertrocknet, zertreten oder von einem Kaninchen aufgefressen. Man kann es auch kaum mit dem Auge „festhalten“, so unscheinbar ist es. So unscheinbar kann auch unser eigener Wille werden, der Wunsch, unser Leben in unserer Eigenart zu gestalten. Wir sehen nicht mehr den zentralen Bezugspunkt - den Ego-ismus - der das Leben auf gewöhnlich egoistische Ziele lenkt. Und so entsteht eine emotionale und geistige Wechselhaftigkeit. Wir sind unschlüssig, sprunghaft, innerlich unausgeglichen, lassen uns durch das soziale Umfeld schnell verunsichern, wissen nicht was wir wollen. Und wenn die Entscheidung getroffen ist, ist die Qual noch lange nicht zu Ende. Ich sehe das Kind, das sich für ein Schokoladeneis entscheidet, aber sofort ein Erdbeereis möchte, wenn die Schwester es auswählt - aber tauschen - nein doch lieber nicht - oder doch! Was ist für mich gut - was tut mir gut - was brauche ich? Was will ich? Es geht um die Wiederherstellung der Verbindung zu unserem inneren „So-Sein“, dem Bewusstsein unseres Selbst. Scleranthus unterstützt uns auf dem Weg, sich seines Selbst bewusster zu werden.



Inge Baumgarte

DGAM Dozentin für Gesundheitspraxis
HP f. Psychotherapie

31275 Lehrte, Web: leben-lernen.info und
www.programm-dgam.de

Bleiwurz/Cerato

Während wir uns im blockierten Scleranthuszustand durch das soziale Umfeld verunsichern lassen, wird im Ceratozustand im Gegensatz dazu das Heil in der Meinung der anderen gesucht. Dieser Zustand entwickelt sich häufig bei Menschen, die alles richtig machen möchten, sehr gewissenhaft sind, Angst haben, Fehler zu machen, einen hohen Vollkommenheitsanspruch haben. Aus diesem hohen Anspruch kann sich leicht Unsicherheit und Angst entwickeln - denn was ist vollkommen. Wir wissen nicht mehr, was wir tun sollen, können das Wesentliche nicht mehr von Unwesentlichem unterscheiden. Und so fragen wir dann andere - möglichst viele - um ihre Meinung, gehen von Arzt zu Arzt, lesen sehr viele Ratgeber oder googlen, suchen Bestätigung durch Autoritäten, befragen die Mode und Karten. Suchen nach Rat, ohne ihn wirklich zu brauchen, denn eigentlich wissen wir genau, was es zu tun gibt. Wenn wir uns nur vertrauen könnten! Und so lehrt uns die Blüte Cerato, auf unsere innere Stimme zu hören, der Intuition Raum zu geben, den Botschaften unseres Körpers zu lauschen, sich selbst zu vertrauen.



Waldtrespel/Wild Oat

Dieses Gras hat viel Ähnlichkeit mit Scleranthus. Auch Wild Oat scheint ohne ein klares Wachstumsmuster und ohne eine klare Richtung „herumzuhängen“. Aber es wächst hoch hinaus mit seinen Blütentrespen, hebt sich hervor, will nicht „untergehen“ im Feld der vielen Gräser. Dieses Merkmal scheint ein Hinweis darauf zu sein, dass es um das Besondere geht. Es geht um die individuelle „Lebensaufgabe“, die Berufung und berührt somit die Sinnfrage des Lebens. Als Dr. Bach Wild Oat fand, spürte er, dass seine Schwingung hilfreich war, die Richtung (wieder) zu finden. Die Essenz kann uns also - wenn wir nicht wissen, wie es weiter gehen soll - unterstützen, die Lebensaufgabe zu entdecken, die uns am meisten entspricht, die uns erfüllt und die wir erfüllen können. Im Scleranthuszustand geht es um die alltäglichen Dinge des Lebens, im Ceratozustand um Höheres. Dr. Bach hob aber hervor, dass auch das „Höchste“ und „Einzigartige“ Traum und Vision bleibt, wenn es nicht „geerdet“ wird. Geschieht dies nicht, werden uns weiterhin Gefühle wie Orientierungslosigkeit, Sinn- und Freudlosigkeit begleiten. Aussagen wie „Das kann doch nicht alles gewesen sein. - Irgendwie bin ich immer auf der Suche - Ich geh irgendwie am Leben vorbei.“ verweisen darauf hinzuspüren, was es gerade in diesem Abschnitt des Lebens zu tun gibt und es dann auch umzusetzen. Cerato ist eine sehr hilfreiche Blütenessenz in allen Wechselphasen des Lebens - Pubertät, nach Trennungen und Verlusten, Wechseljahre, Renteneintritt. Sie hilft uns, bei uns zu bleiben, unsere Aufgabe zu erkennen und den eigenen Weg zu gehen.

