

Roland Lackner

# Energetische Spagyrik

Der Weg zu emotionaler, geistiger und seelischer Balance

Foitzick Verlag, Augsburg

**Wichtiger Hinweis:** Der Autor hat große Sorgfalt auf die (therapeutischen) Angaben, insbesondere Dosierungen, Indikationen und Warnhinweise, verwendet. Dennoch entbindet dies den Anwender dieses Werkes nicht von der eigenen Verantwortung. Weder der Autor noch der Verlag können für eventuelle Nachteile und Schäden eine Haftung übernehmen, die aus den im Buch gemachten Hinweisen und Rezepturen resultieren.

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <<http://portal.d-nb.de>> abrufbar.

© 2011 Foitzick Verlag GmbH, Augsburg

[www.foitzick-verlag.de](http://www.foitzick-verlag.de)

Zuschriften an den Verlag an: [info@foitzick-verlag.de](mailto:info@foitzick-verlag.de)

Lektorat: Dr. Inge Ziegler, München

Layout, Satz und Bildredaktion: Schäffler & Kollegen GmbH, Augsburg

Druck und Bindung: Buchproduktion Thomas Ebertin, Uhdlingen/Bodensee

Titelabbildung: Photocase.com - jöni

Fotos: siehe Bildnachweis S. 206

Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Die dadurch begründeten Rechte, insbesondere die der Übersetzung, des Nachdrucks, der Funksendung, der Wiedergabe auf fotomechanischem Weg und der Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen, auch bei nur auszugsweiser Verwertung, bleiben vorbehalten.

ISBN 978-3-929338-89-9

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	<b>7</b>	22 China (Chinarinde) . . . . .	44
<b>Einleitung</b>	<b>9</b>	23 Cimicifuga racemosa (Wanzenkraut) . . .	45
Spagyrik . . . . .	9	24 Convallaria majalis (Maiglöckchen) . . .	46
Geistige und seelische Aspekte von Krankheiten . . . . .	10	25 Crataegus (Weißdorn) . . . . .	47
Benutzerhinweise . . . . .	11	26 Cynara scolymus (Artischocke) . . . . .	48
<b>1 Dosierung, Lagerung und Anwendung</b>	<b>13</b>	27 Drosera (Sonnentau) . . . . .	49
Dosierung . . . . .	14	28 Echinacea (angustifolia) (Schmalblättrige Kegelblume) . . . . .	50
Lagerung spagyrischer Essenzen . . . . .	15	29 Echinacea pallida (Blasser Sonnenhut)	52
Einzelmittel und Mischungen . . . . .	15	30 Eleutherococcus senticosus (Ginseng) . .	53
Einnahmehinweise . . . . .	16	31 Ephedra (Meerträubchen) . . . . .	54
Anwendung auf den Chakren . . . . .	18	32 Equisetum arvense (Schachtelhalm) . . .	55
Invocatio Dei . . . . .	20	33 Eupatorium perfoliatum (Wasserhanf) .	56
<b>2 Pflanzen</b>	<b>21</b>	34 Euphrasia (Augentrost) . . . . .	57
1 Achillea millefolium (Schafgarbe) . . . . .	22	35 Fagopyrum esculentum (Buchweizen) . .	58
2 Aconitum napellus (Eisenhut, Echter Sturmhut) . . . . .	23	36 Fucus (Blasentang) . . . . .	59
3 Aesculus hippocastanum (Rosskastanie)	24	37 Galium odoratum (Waldmeister) . . . . .	60
4 Agnus castus (Keuschlamm, Mönchspfeffer) . . . . .	25	38 Gelsemium sempervirens (Wilder Jasmin) . . . . .	61
5 Allium cepa (Küchenzwiebel) . . . . .	26	39 Gentiana lutea (Enzian) . . . . .	62
6 Allium sativum (Knoblauch) . . . . .	27	40 Ginkgo biloba (Ginkgobaum) . . . . .	63
7 Amygdala amara (Bittere Mandel) . . . . .	28	41 Humulus lupulus (Hopfen) . . . . .	64
8 Angelica archangelica (Engelwurz) . . . . .	29	42 Hydrastis canadensis (Kanadische Gelbwurz) . . . . .	65
9 Aralia racemosa (Amerikanische Narde) .	30	43 Hypericum perforatum (Johanniskraut)	66
10 Arnica montana (Bergarnika) . . . . .	31	44 Iris (Schwertlilie) . . . . .	67
11 Artemisia absinthium (Wermut) . . . . .	32	45 Lycopodium clavatum (Bärlapp) . . . . .	68
12 Artemisia vulgaris (Beifuß) . . . . .	33	46 Malva silvestris (Käsepappel) . . . . .	69
13 Avena sativa (Hafer) . . . . .	34	47 Mandragora officinalis (Alraune) . . . . .	71
14 Belladonna atropa (Tollkirsche) . . . . .	35	48 Matricaria chamomilla (Kamille) . . . . .	72
15 Bellis perennis (Gänseblümchen) . . . . .	36	49 Melilotus (Steinklee) . . . . .	73
16 Betula alba (Weiße Birke) . . . . .	37	50 Melissa officinalis (Zitronenmelisse) . . .	75
17 Bryonia alba (Zaunrübe) . . . . .	38	51 Mentha piperita (Pfefferminze) . . . . .	76
18 Calendula officinalis (Ringelblume) . . .	39	52 Nux vomica (Brechnuss) . . . . .	77
19 Cardiospermum halicacabum (Ballonpflanze, Herzsame) . . . . .	40	53 Okoubaka aubrevillei (Okoubaka) . . . .	79
20 Carduus marianus (Mariendistel) . . . . .	42	54 Phytolacca decandra (Kermesbeere) . . .	80
21 Chelidonium majus (Schöllkraut) . . . . .	43	55 Piper methysticum (Kawa-Kawa) . . . . .	81
		56 Propolis (Bienenkittharz) . . . . .	83
		57 Pulsatilla (Kuhschelle) . . . . .	84
		58 Rauwolfia serpentina (Rauwolfia) . . . . .	85
		59 Rhus toxicodendron (Giftsumach) . . . . .	86
		60 Rosmarinus officinalis (Rosmarin) . . . . .	87

61	Ruta graveolens (Weinraute) . . . . .	88
62	Sabal serrulatum (Zwergpalme) . . . . .	89
63	Salvia officinalis (Salbei) . . . . .	90
64	Sambucus nigra (Holunder) . . . . .	91
65	Sarsaparilla (Sarsaparille, Stechwinde) . . . . .	93
66	Solidago virgaurea (Gemeine Goldrute) . . . . .	94
67	Symphytum officinale (Beinwell) . . . . .	95
68	Taraxacum officinale (Löwenzahn) . . . . .	97
69	Thuja occidentalis (Lebensbaum) . . . . .	98
70	Thymus vulgaris (Thymian) . . . . .	99
71	Tropeaeolum majus (Große Kapuzinerkresse) . . . . .	100
72	Urtica (Große Brennnessel) . . . . .	101
73	Vaccinium myrtillus (Heidelbeere) . . . . .	102
74	Valeriana officinalis (Baldrian) . . . . .	103
75	Viola tricolor (Ackerstiefmütterchen) . . . . .	104
76	Viscum album (Mistel) . . . . .	105
77	Yohimbé (Yohimberinde) . . . . .	107
78	Echinacea purpurea (Roter Sonnenhut) . . . . .	108
79	Photinia (Glanzmispel) . . . . .	109
80	Azadirachta indica (Neem) . . . . .	110
81	Dioscorea villosa (Yamswurzel) . . . . .	111
82	Taxus baccata (Eibe) . . . . .	112
83	Juniperus communis (Wachholder) . . . . .	113
84	Catharanthus roseus (Tropisches Immergrün) . . . . .	114
85	Podophyllum peltatum (Maiapfel) . . . . .	115
86	Vinca minor (Kleines Immergrün) . . . . .	116
87	Tilia (europaea) (Linde) . . . . .	118
88	Pilocarpus (Jaborandi) . . . . .	120
89	Quercus (Eiche) . . . . .	121

### **3 Anwendungsbeispiele 123**

Ängste . . . . .	125
Harmonische Beziehungen . . . . .	134
Freude und Suche nach dem Glück . . . . .	142
Intuition . . . . .	147
Spiritualität und Meditation . . . . .	150
Psychosomatik . . . . .	156
Konzentrationsstörungen bei Erwachsenen . . . . .	161
Rituale wiederentdecken . . . . .	165
Tiefe seelische Verletzungen und Inneres Kind . . . . .	168
Begegnung mit Ihrem Schutzengel . . . . .	172
Schutz vor negativen Energien an Orten und Gegenständen . . . . .	175
Schutz vor Energievampiren . . . . .	179
Loslassen . . . . .	185
Trauer . . . . .	191
Vergebung . . . . .	195
Bachblüten und Spagyrik . . . . .	197

### **4 Anhang 201**

Glossar . . . . .	202
Praxisadresse des Autors . . . . .	205
Literaturverzeichnis . . . . .	205
Abbildungsquellen . . . . .	206

# Vorwort

Seit Beginn meiner Heilpraktikertätigkeit war ich auf der Suche nach einem Heilsystem, das den Menschen in seiner Gesamtheit begreifen und heilen kann. Über die Homöopathie und die Phytotherapie bin ich zur Spagyrik (→ S. 9) gekommen. Die Spagyrik begreift den Menschen gleichermaßen auf der seelischen, geistigen und körperlichen Ebene. Damit ist sie für mich ein ideales Mittel, um Menschen in einer Zeit wachsender Belastungen durch Umwelt und Gesellschaft ganzheitlich zu erfassen und zu heilen. Im Folgenden möchte ich Ihnen erläutern, warum die Bedeutung der Spagyrik nach meiner Einschätzung in Zukunft wesentlich zunehmen wird.

Der Mensch ist heute einem sich immer schneller verändernden Umfeld, einer massiven Reizüberflutung und einer permanenten Überforderung des Nerven- und damit gleichzeitig des Immunsystems ausgesetzt. Diese Belastungen führen zu immer komplexeren Krankheitsbildern, die andere Heilmittel und -methoden als früher erfordern. Viele Menschen sind heute nicht mehr allein über körperliche Therapien zu erreichen. Viele seit langem erprobte und angewandte Methoden, wie z. B. das Schröpfen und physikalische Therapien, scheinen heute nicht mehr die Wirkung erzielen, die sie noch vor Jahrzehnten laut Aussagen älterer Kollegen gehabt haben. Die von diesen Therapien ausgehenden Heilungsimpulse reichen scheinbar nicht mehr aus.

Die Krankheitsbilder werden immer komplexer und vielschichtiger. Zu den Ursachen gehören u. a. Strahlung, neue Chemikalien, eine massive ungefilterte Informationsflut, der man sich nicht mehr entziehen kann und genetisch veränderte Nahrungsmittel, mit denen wir – ohne es zu merken – täglich konfrontiert werden. Hinzu kommen schon in der frühen Kindheit multiple Impfungen bei noch nicht ausgereiftem Immunsystem. Es scheint, dass der Körper aufgrund der vielfältigen Belastungen nicht mehr in der Lage

ist, bei größeren Störungen seine Heilungskräfte zu aktivieren. Da von einer weiteren Zunahme der Belastungen auszugehen ist, bleibt zu befürchten, dass das körpereigene Heilsystem in Zukunft immer mehr blockiert wird und die Selbstheilungskräfte vielfach außer Kraft gesetzt werden. Dadurch werden an Heilmittel heute höhere Anforderungen gestellt: Sie müssen Blockaden lösen, also auf der seelisch-emotionalen Ebene wirken und die körperlichen und geistigen Selbstheilungskräfte aktivieren.

Der Mensch ist ein rhythmisches Wesen und sollte in natürliche Rhythmen eingebunden sein. Hierzu gehören z. B. der Schlaf- und Wachrhythmus, der Tag- und Nachtrhythmus sowie der Wechsel von Kälte und Wärme. In einem idealen Tagesablauf sollte der Körper dem Rhythmus von Spannung und Entspannung folgen. Dies ist jedoch meist nicht mehr der Fall. Der Körper ist permanentem Stress ausgesetzt. Denken Sie nur daran, wie sich innerhalb kürzester Zeit das Leben des Menschen durch die Erfindung des elektrischen Lichts verändert hat. Auf einmal war es möglich, rund um die Uhr zu arbeiten. Die Städte wurden nachts künstlich illuminiert und der Körper somit einem ständigen Reiz ausgesetzt. Absolute Dunkelheit gibt es heute kaum noch. Der Schlaf und sein Rhythmus haben sich dadurch zwangsläufig verändert, was bedenklich ist – schließlich dient der ungestörte Schlaf der Regeneration des Menschen und die natürlichen Rhythmen, denen auch die Natur unterworfen ist, haben regenerative Kräfte. Durch unsere moderne Lebensweise sind die natürlichen Rhythmen weitgehend aufgehoben. Dies könnte eine Erklärung für die Zunahme einiger Zivilisationskrankheiten sein.

Handystrahlen, Pestizide, Umwelt- und Wohnraumgifte sowie negative Eindrücke, die ungefiltert über Internet, Fernsehen und Menschen in unserer Umgebung auf uns einströmen, tun ein

Übriges. Immer mehr Menschen auf immer engerem Raum fordern neue Möglichkeiten der geistigen, seelischen und körperlichen Abgrenzung, da ein einfaches Sich-aus-dem-Weg-Gehen durch die immer knapper werdenden Raumressourcen schwierig wird. Möglichkeiten, seinen Lebensunterhalt zu bestreiten, sind oft nur in Ballungszentren gegeben. Daraus ergeben sich Fragen, die ein Therapeut bzw. eine Therapie in der Lage sein sollte zu beantworten:

? Wie kann der Mensch in einer krank machenden Umwelt, an die man durch äußere Zwänge gebunden ist und denen man sich nur bedingt

entziehen kann, geheilt werden oder gesund bleiben?

- ? Wie kann man unsichtbaren Einflüssen wie Emotionen, geistigen Übergriffen durch andere Menschen und subtilen, kaum wahrnehmbaren Umgebungsenergien entgegen?
- ? Wie kann ich dem Körper helfen, Umweltgifte schnell und umfassend zu verarbeiten, ohne den Körper damit übermäßig zu belasten?

Ich wünsche Ihnen viel Spaß bei Ihrem Ausflug in die Spagyrik und viel Intuition bei der Auswahl Ihrer Mittel.



## Pflanzen

*»Gott bringt aus der Erde Heilgewächse hervor und wer vernünftig ist, verschmähe sie nicht.«*

Jesus Sirach 38,4

# 1 *Achillea millefolium* (Schafgarbe)

Emanzipation - Venus - Achillesferse - Paracelsusmittel

## Traditionelle Anwendung

- ▶ Mittel für Leber-, Blasen- und Nierenbeschwerden
- ▶ Förderung der Gallensekretion
- ▶ Phytohormon.

## Energetisch-spagyrische Anwendung

🌀 **Pflanzenbotschaft:** »Ich helfe Dir, Dein Potenzial unabhängig von der Meinung anderer und von traditionellen Werten zu entwickeln und unterstütze Dich bei allen Veränderungen mit einem energetischen Schutzschild.«

Diese Pflanze hilft Ihnen, sich unabhängig von traditionellen Meinungen und überholten Wertvorstellungen in der Gesellschaft zu emanzipieren. Sie sind wieder mehr bei sich selbst, statt ständig im Außen zu sein. Sie erkennen Ihre wirklichen Bedürfnisse und bekommen die Kraft, sich für das, was Ihnen wichtig ist, einzusetzen bzw. es einzufordern. Darüber hinaus bekommen Sie ein Gespür dafür, wie es Ihnen gelingen kann, sich in Ihrem Umfeld individuell zu entwickeln.

*Achillea millefolium* enthält viel weibliche Energie (Yin-Energie, → S. 204). Diese Pflanze kann sowohl Frauen als auch Männern helfen, ihre nicht gelebte weibliche Seite zu entwickeln. Ihre Energie bringt Ihre Chakren (→ S. 18) ins Gleichgewicht, versieht Sie mit einem Schutzmantel und durchflutet Sie mit Licht, wenn Sie bei Ihrer persönlichen Entfaltung psychischen Angriffen auf Ihre Schwachpunkte ausgesetzt sind. Sie erkennen die für Sie spezifischen Schwachstellen und lernen, mit diesen umzugehen. Sie bekommen die innere Kraft und den Mut, sich mit sich selbst auszusöhnen, bisher wenig geliebte Eigenschaften zu akzeptieren und sich dynamisch und frei von äußeren Einflüssen zu verwirklichen. Aus dieser inneren Kraft heraus können Sie ein



gutes Bewusstsein für sich selbst entwickeln und Minderwertigkeitsgefühle überwinden.

## Anmerkung

Wir sind oft durch Meinungen anderer geprägt, ohne dies wahrzunehmen. Die meisten Menschen befinden sich mit ihrem Bewusstsein ständig im Außen, also bei Dingen oder Ereignissen, die mit ihnen persönlich nichts zu tun haben. Durch unsere gesellschaftlichen Strukturen, mit einer stark mediengestützten Informationswelt, nehmen wir kaum noch wahr, wo unsere eigentlichen Bedürfnisse liegen. Individualität ist kaum noch gefragt, sie macht vielen Menschen Angst oder wird argwöhnisch begutachtet. Ein Sprichwort drückt die Energie von *Achillea millefolium* sehr gut aus: »Ist der Ruf erst ruiniert, lebt's sich gänzlich ungeniert.« Demnach sollte es uns egal sein, was unsere Mitmenschen über uns denken, solange wir uns auf einem für uns guten Lebensweg befinden. Lassen Sie sich auf die befreiende Energie dieser Pflanze ein und merken Sie, wie ein einfach geführtes Leben, das Sie unabhängig von der Meinung anderer führen, Ihre bisher gebundenen Energien befreit und in Gang setzt.

## 2 Aconitum napellus (Eisenhut, Echter Sturmhut)

Blockade – Schock – Hilfe im Notfall – Todesangst

### Traditionelle Anwendung

- ▶ beruhigend
- ▶ schmerzlindernd
- ▶ schocklösend.

### Energetisch-spagyrische Anwendung

**🌿 Pflanzenbotschaft:** »Ich löse alle Blockaden, die durch Schocks in Deinem Leben entstanden sind, und befreie Dich von Ängsten aus all Deinen Inkarnationen.«

Der Sturmhut ist angezeigt, wenn das Schicksal scheinbar ohne Vorwarnung zugeschlagen hat, wenn Sie völlig verstört sind und keinen klaren Gedanken mehr fassen können. Sie fühlen sich gelähmt und blockiert und wissen nicht, wie es weitergehen soll. Aconitum kann Ihnen helfen, durch einen Schock entstandene Blockaden aufzulösen. Diese Blockaden behindern oft Therapien und die Weiterentwicklung des Menschen auf eine höhere Bewusstseinssebene.

Aconitum löst Ängste und Blockaden aus der frühen Kindheit und sogar aus früheren Leben. Diese Ängste können sich im aktuellen Leben als ständige Vorahnungen, akute Panikattacken oder ganz einfach als lähmende Angst im Alltag bemerkbar machen.

Wenn sich durch einen Schock Ihre Aura verschoben hat oder ein Loch in Ihrer Aura entstanden ist, laufen Sie Gefahr, durch dieses Loch eigene Energie zu verlieren oder Fremdenergien aufzunehmen. Aconitum gleicht diese Defekte wieder aus. Es befreit Sie dabei von allen negativen Anhaftungen in Ihrem Leben und nimmt Ihnen die Angst vor dem Tod.

**👉 Tipp:** Falls Sie diese Pflanze besonders anspricht, lesen Sie bitte aufmerksam das Kapitel über Ängste (→ S. 124).



### Anmerkung

Wenn Sie einem Schock ausgesetzt sind, verschiebt sich Ihre Aura nach links und hinterlässt in Ihrem energetischen Schutzmantel ein Loch. Deshalb fühlen wir uns nach einem psychischen Schock oft körperlich unwohl, ohne zu wissen, warum. Hintergrund ist das Ungleichgewicht zwischen Ihrem physischen und Ihren energetischen Körpern. Durch die entstandenen Verschiebungen passen der physische und die energetischen Körper nicht mehr kongruent zusammen. Zudem können durch das entstandene Loch in Ihrem Schutzmantel fremde Energien ungehindert eindringen.

Aconitum wird Ihre Aura wieder zentrieren und die durch die Verschiebung entstandenen Löcher ausgleichen, so dass Sie sich wieder harmonisch und wohl fühlen. Durch diese Zentrierung sind Sie wieder rundum geschützt. Fremdenergien können nicht mehr in Ihre Aura eindringen.

### 3 Aesculus hippocastanum (Roskastanie)

Mangelndes Selbstvertrauen – sich wiederholende Gedanken

#### Traditionelle Anwendung

- ▶ venenstärkend
- ▶ durchblutungsfördernd
- ▶ entzündungshemmend
- ▶ schmerzlindernd.

#### Energetisch-spagyrische Anwendung

🌿 **Pflanzenbotschaft:** »Ich schenke Dir in allen Lebenssituationen Dein Vertrauen in Dich selbst wieder.«

Aesculus ist die Pflanze der Kommunikation und der Interaktion. Es ist die Pflanze des fehlenden Selbstbewusstseins und Selbstvertrauens. Sie kann Ihnen helfen, Ihr fehlendes Selbstvertrauen wieder zu finden. Der Grund für mangelndes Selbstvertrauen liegt oft in einer Kindheit, in der wir nicht adäquat gefördert wurden. Wir wurden entweder überbehütet oder nur wenig beachtet und kaum gefördert. Aesculus wirkt auf einer sehr tiefen Ebene und hilft Ihnen, Schicht für Schicht an diese Ereignisse heranzukommen, sie aufzulösen und so wieder Vertrauen in Ihr ureigenstes Selbst zu finden.

Die Roskastanie kann Ihre Kommunikationsfähigkeit erheblich verbessern. Wenn Sie oft nicht die passenden Worte finden, aber hinterher genau wissen, was Sie in der Situation hätten sagen sollen, und sich darüber ärgern, wird Aesculus Sie unterstützen.

Ebenso hilfreich ist Aesculus, wenn Sie sich intellektuell eher schwerfällig fühlen und oft die gleichen Gedanken im Kopf haben, die sich wie eine Schallplatte ständig wiederholen, ohne dass Sie diese stoppen können.



Nehmen Sie diese Pflanze als helfenden und schützenden Begleiter bei allen Situationen, in denen es um Kommunikation, Interaktion mit anderen Menschen und die starke geistige Präsenz in der Gegenwart anderer Menschen geht.

#### Anmerkung

Wir leben in einer Gesellschaft, in der man ständig obenauf sein und selbstbewusst reagieren soll. Man soll sich gewählt ausdrücken, gekonnt kommunizieren, galanten Smalltalk betreiben können.

Doch manchmal ist es einfach besser, bei sich selbst zu bleiben, zu schweigen und nicht direkt zu reagieren. Oft setzt man beim Gegenüber einen größeren Prozess in Gang, wenn man zum richtigen Zeitpunkt schweigen kann – ganz nach dem Motto »Reden ist Silber, Schweigen ist Gold«. Die Ruhe und Gelassenheit, die Schweigen oft nach sich zieht, kann als Stärke genutzt werden. Häufig ist die Botschaft eindeutiger, wenn gar nichts gesagt wird.



## Anwendungsbeispiele

Ängste . . . . .	125
Harmonische Beziehungen . . . . .	134
Freude und Suche nach dem Glück . . . . .	142
Intuition . . . . .	147
Spiritualität und Meditation . . . . .	150
Psychosomatik . . . . .	156
Konzentrationsstörungen bei Erwachsenen . . . . .	161
Rituale wiederentdecken . . . . .	165
Tiefe seelische Verletzungen und Inneres Kind . . . . .	168
Begegnung mit Ihrem Schutzengel . . . . .	172
Schutz vor negativen Energien an Orten und Gegenständen . . . . .	175
Schutz vor Energievampiren . . . . .	179
Loslassen . . . . .	185
Trauer . . . . .	191
Vergebung . . . . .	195
Bachblüten und Spagyrik . . . . .	197

## Freude und Suche nach dem Glück

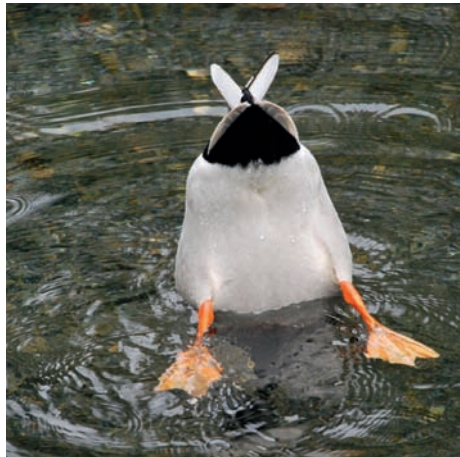
Stellen Sie sich einmal vor, Sie wachen am Morgen auf, sind gut ausgeschlafen und wohl gelaunt. Sie freuen sich auf den Tag mit allen seinen Herausforderungen, freuen sich ohne ersichtlichen Grund, einfach so – nur weil Sie leben.

Wie geht es Ihnen mit dieser Vision? Trauen Sie sich, einfach so gut drauf zu sein? Oder fragen Sie sich vielleicht, was die Familie oder Nachbarn dazu sagen? Freude als eine zum Leben dazu gehörende Grundstimmung wird vielen aberzogen – oft mit Sprüchen wie diesen:

- ▶ Freu' dich nicht zu früh, du wirst schon sehen, was noch kommt!
- ▶ Vögel, die morgens zwitschern, holt am Abend die Katze!
- ▶ Freu' dich nicht, so kannst du auch nicht enttäuscht werden!

Solche und ähnliche Sprüche haben Ihnen sicher schon mehr als einmal Ihre Stimmung getrübt. Dabei kommen sie meist von wohlmeinenden Erwachsenen, die uns als Kind davor behüten wollten, enttäuscht zu werden. Der Versuch, sich wie »Hans im Glück« auf die Suche nach seinem persönlichen Lebensweg und Lebensglück zu machen, wird mit Argwohn betrachtet. Ich denke, dahinter steckt die – oft unbewusste – Einstellung, dass es der andere zwar gut, aber nicht besser im Leben haben soll.

Irgendwann kommt uns dann die Freude in unserem Leben abhanden, ohne dass wir es merken. Wir wachen eines Tages auf und stellen fest, dass wir völlig emotionslos in den Tag hineinleben und keine Lust haben, aufzustehen und diesen Tag an unser tristes und freudloses Leben anzureihen. Es gibt nichts mehr, über das wir uns in unserem durchgestylten und perfekten, aber im Grunde freudlosen Leben noch freuen können. Alles ist genau geplant und durchdacht. Wir wissen morgens schon, wie der Tag höchstwahrscheinlich bis zum Abend verlaufen wird. Dieses Verplantsein und die damit verbundene Scheinsicherheit führen allmählich dazu, dass wir uns den ganzen Tag engelos und wie gelähmt fühlen.



Das Leben besteht aus Höhen und Tiefen. Wenn man versucht, die Tiefen durch übermäßiges Sicherheitsdenken weniger tief zu machen, müssen wir uns nicht wundern, wenn folglich auch die Höhen nicht mehr gelebt werden können. Unser Leben mit all seinem Besitz und Annehmlichkeiten erscheint uns dann allzu selbstverständlich. Warum sollten wir uns über etwas freuen, auf das wir doch geradezu ein Anrecht haben?

Die Gesundheit zum Beispiel wird eher selbstverständlich hingenommen, als dass wir dafür dankbar wären. Und das Reihenhaus steht uns doch auch zu – wenn es schon nicht für ein größeres Haus reicht. Warum sollten wir auf das Zweitauto verzichten, wenn die Kinder doch ins Ballett und zum Klavierunterricht gefahren werden müssen?

Die einfachen Freuden des Lebens werden als solche gar nicht mehr wahrgenommen. Wenn man nur noch auf der Suche nach dem nächsten Kick ist, muss man sich nicht wundern, wenn die Lebensfreude allmählich, Schritt für Schritt, verlorengegangen ist. Wenn Sie nicht, spätestens in dieser Phase, reagieren, werden wahrscheinlich Depressionen, ein völliges Ausgebranntsein oder das Chronische Müdigkeitssyndrom die Folge sein.

Es geht hier nicht um positives Denken oder darum, an allem und jedem etwas Positives zu finden. Es geht einfach darum, diese uns befreiende und erfüllende Freude wahrzunehmen; also nicht die anergogene, artige und nicht vom Herzen kommende, sondern die aus unserem Innersten kommende Freude. Die Freude, die dann von Ihnen Besitz ergreift, wenn Sie zutiefst in Berührung mit dem gekommen sind, was Ihr Innerstes und Ihre Seele eigentlich ausmacht.

Der Verlust von Lebensfreude entspringt, wie anfangs schon gesagt, oft der Tatsache, dass uns die Freude aberzogen wurde. Wenn Sie einmal in Ruhe über Ihr Leben nachdenken, entdecken Sie sicher viele Dinge, über die Sie sich von ganzem Herzen freuen könnten. Gerade hier in Mitteleuropa leben wir, was die Lebensgrundlagen betrifft, auf einer Insel der Glückseligen. Überlegen Sie, ob Sie sich in die Reihe der miesepetrigten Zeitgenossen einordnen und mit ihnen um die Wette jammern wollen oder ob Sie sich mit einer neuen Wahrnehmung von Umwelt und Leben auf die Suche nach Ihrem persönlichen Glück und Ihrer Lebensfreude machen. Spannend ist diese Reise auf jeden Fall. Die Suche nach dem Glück wird eine Reise in Ihr Innerstes sein, an den Ort, an dem Sie Ihrer Freude begegnen können.

- ▶ Erfreuen Sie sich wieder an der Sonne und den Segnungen in Ihrem Leben.
- ▶ Nehmen Sie einen Sonnenuntergang wieder in seiner gesamten Schönheit wahr.
- ▶ Erfreuen Sie sich am Lachen Ihrer Mitmenschen.
- ▶ Sehen Sie die kleine Blume am Wegesrand als ein Wunder der Schöpfung Gottes.
- ▶ Nehmen Sie es nicht als selbstverständlich, dass Sie weitgehend gesund sind.
- ▶ Erkennen Sie es als Grund zur Freude an, dass wir in einem Land leben dürfen, in dem Frieden herrscht.

Das sind die Dinge, die in unserem Leben zählen sollten. Mehr als das nächste, noch größere Auto, das unser Lebensglück darstellen soll, wenn man den Versprechungen der Werbeindustrie Glauben schenken möchte. Oder die neue

Einbauküche mit dem noch besseren Geschirrspüler, dem besten, den es je gab.

Viele Therapien zielen primär darauf ab, den Menschen seine nicht funktionierenden Beziehungen und seine frustrierenden Erlebnisse und Verletzungen in seinem Leben durchforsten zu lassen. Dies ist gut und sicher oft therapeutisch sinnvoll. Vergessen Sie aber nicht, sich auch an die positiven Seiten Ihres Lebens zu erinnern und nicht immer nur im Krankmachenden und Verletzenden zu wühlen.

Beginnen Sie, sich täglich über alles Gedanken zu machen, wofür Sie in Ihrem Leben dankbar und erfreut sein können. Das können Ihre Gesundheit, Ihr Haus, Ihr Garten, Ihre Mietwohnung, Ihre netten Nachbarn und vieles mehr sein. Sie können diese Dinge in einem Tagebuch der Freude und Dankbarkeit festhalten. Darin können Sie dann an Tagen lesen, an denen Sie sich nicht so gut fühlen. Solche Tage gehören zum Leben und sollten einfach akzeptiert werden.

Versuchen Sie nicht gegen Gefühle anzugehen, die Ihnen nicht so positiv erscheinen. Nehmen Sie auch diese als zu Ihrem Leben gehörig wahr. Abgespaltene Gefühle lassen uns krank werden.

Versuchen Sie ebenso wenig, ständig und an allem etwas Positives zu sehen. Das setzt Sie unter Druck und richtet in Ihrer Psyche mehr Schaden an, als es nutzen kann. Positives Denken nutzt nichts, wenn damit keine Verarbeitung der Thematik verbunden ist. Viele Schätze müssen eben erst gehoben werden.

Auch der Schatten gehört zu unserem Leben und unserer Persönlichkeit dazu und sollte gewürdigt werden. Nur wer den Schatten als Anteil seiner Persönlichkeit zu integrieren vermag, kann sich an allen Aspekten seines Seins erfreuen.

### »Ich werde bewusst«

Die Rezeptur zu dieser Mischung finden Sie auf Seite 126.

**Dosierung.** Diese Tropfen am Abend vor dem Schlafengehen nehmen, höchstens aber 30 Minuten vor dem Schlafen. Am besten stellen Sie die Tropfen direkt ans Bett und nehmen Sie erst dann, wenn Sie das Licht ausmachen und schlafen wollen. Nehmen Sie ein bis höchstens sieben Tropfen. Sie können die Tropfen auf die Zunge geben oder am Dritten Auge zwischen Ihren Augenbrauen einreiben. Falls Sie bei keiner der angegebenen Dosierungen wie gewünscht auf die Mischung reagieren, lassen Sie in der Apotheke 1 ml *Juniperus communis* hinzufügen (→ S. 113).

**Wirkung.** Diese Mischung wird Sie alle alten und verdrängten Gedanken bewusst werden lassen. Sie erinnern sich wieder an Erlebnisse, die Sie verletzt oder zutiefst erfreut haben, ohne dass Sie sich deswegen ängstigen müssten. Ihr Traumgeschehen wird angeregt. Vielleicht hilft es Ihnen, ein Traumtagebuch zu führen. Einige Träume werden Sie sicher auch an all das Gute in Ihrem Leben erinnern.

### »Ich werde mir all der Segnungen in meinem Leben bewusst«

Rezeptur Phylak Sachsen GmbH

*Thuja occidentalis* 1  
*Humulus lupulus* 1  
*Achillea millefolium* 1  
*Nux vomica* 1  
*Carduus marianus* 1  
*Symphytum officinale* 1

**Dosierung.** Tageshöchstdosis sind 3x3 Tropfen. Beginnen Sie am besten mit 3x1 Tropfen und

steigern Sie innerhalb weniger Tage langsam auf die Tageshöchstdosis.

**Wirkung.** Diese Mischung lässt Sie erkennen, wofür Sie in Ihrem Leben dankbar sein können und wo das wahre Glück in Ihrem Leben steckt. Sie erkennen dies durch die Macht der Dankbarkeit, die diese Rezeptur tief in Ihnen auslöst. In Verbindung mit einem Tagebuch der Freude kann das für Sie zum transformierenden Erlebnis werden.

### A »Ich mache mich auf den Weg und suche mein Glück«

Rezeptur Phylak Sachsen GmbH

*Solidago virgaurea* 1  
*Euphrasia* 1  
*Angelica archangelica* 1  
*Ruta graveolens* 1  
*Catharanthus roseus* 1  
*Hydrastis canadensis* 1  
*Betula alba* 1

**Dosierung.** Tageshöchstdosis sind 3x3 Tropfen. Nehmen Sie die Mischungen A und B im täglichen Wechsel ein.

**Wirkung.** Diese Tropfen helfen Ihnen, sich auf die Suche nach Ihren Lebensschätzen zu machen, auf die Suche nach allem, was Sie in diesem Leben erfreut und weiterbringen wird. Sie können in die Tiefe gehen, um zu erkennen, wofür Sie leben und warum dieses Leben so freudvoll sein kann. Sie erkennen, dass letztendlich Sie selbst Ihres Glückes Schmied sind. Sie müssen nur bereit sein, sich aufzumachen und die Suche nach dem Glück selbst in die Hand nehmen.

## **B »Ich erkenne die Schätze meines Lebens«**

Rezeptur Phylak Sachsen GmbH

*Dioscorea villosa* 1  
*Iris* 1  
*Solidago virgaurea* 1  
*Catharanthus roseus* 1  
*Okoubaka aubrevillei* 1  
*Viola tricolor* 1  
*Euphrasia* 1  
*Rhus toxicodendron* 1  
*Betula alba* 1

**Dosierung.** Tageshöchstdosis sind 3x3 Tropfen. Nehmen Sie die Mischungen A und B im täglichen Wechsel ein. Wenn Sie diese Tropfen mindestens über einen Zeitraum von zwölf Wochen eingenommen haben, gehen Sie zu Mischung C über.

**Wirkung.** Die Mischung B wird Sie dazu anleiten, auf Ihrer Suche im richtigen Moment innezuhalten und die wahren Schätze in Ihrem Leben zu entdecken. Dies sind die Schätze, von denen es in der Bibel heißt, dass sie weder von Motten noch von Rost zerfressen werden können und dass sie Sie ins Paradies begleiten werden.

## **C »Ich entdecke die Freude auch in alltäglichen Dingen«**

Rezeptur Phylak Sachsen GmbH

*Eleutherococcus senticosus* 1  
*Nux vomica* 1  
*Juniperus communis* 1  
*Okoubaka aubrevillei* 1  
*Yohimbé* 1

**Dosierung.** Nehmen Sie von dieser Mischung 3x1 bis höchstens 3x3 Tropfen täglich ein. Gehen Sie am besten erst im Anschluss an die Mischungen A und B auf C über. Falls Sie die drei Mischungen kombinieren möchten, nehmen Sie

jeweils zu A oder B am späten Vormittag und am späten Nachmittag jeweils drei Tropfen von C ein.

**Wirkung.** Diese Mischung hilft Ihnen, sich angstfrei und ohne Vorurteile an die wahre, Sie nährenden Freude in Ihrem Leben anzunähern. Freude schürt oft Schuldgefühle, da es in vielen Kreisen eher als chic gilt, ernsthaft und besonnen zu sein. Freude wird dann womöglich als eine Emotion abgetan, die überwunden werden muss. Doch die wahre und ungeteilte Freude ist eine Gottesgabe. Nur Sie können bestimmen, was Ihnen Freude bereitet. Die Suche danach ist sehr individuell. Diese Mischung wird Sie frei machen und für die wahren, subjektiven Freuden Ihres Lebens offen werden lassen.

## **»Ich erfreue mich des Lebens und bin wieder zu tiefen Emotionen fähig«**

Rezeptur Phylak Sachsen GmbH

*Eleutherococcus senticosus* 1  
*Nux vomica* 1  
*Pilocarpus* 1  
*Okoubaka aubrevillei* 1  
*Yohimbé* 1  
*Quercus* 1  
*Okoubaka aubrevillei* 1  
*Fagopyrum esculentum* 1

**Dosierung.** Tageshöchstdosis sind 3x3 Tropfen.

**Wirkung.** Diese Mischung hilft Ihnen, nach langwierigen, enttäuschenden Lebensphasen wieder das Licht in der Dunkelheit in Ihrem Inneren zu entdecken. Sie werden angeregt, das Leben jetzt und nicht erst in der Zukunft zu genießen. Das Leben und die Freude am Leben existieren im Hier und Jetzt. Falsches Denken und eine getrübe Sicht der Dinge könnten die Freude schnell zerstören. Mit Hilfe dieser Rezeptur werden Sie in der Gegenwart verankert und nehmen das Leben in all seinen Facetten und seiner Schönheit wahr.



## »Lass die Sonne in Dein Herz«

Rezeptur Phylak Sachsen GmbH

*Solidago virgaurea* 1  
*Okoubaka aubrevillei* 1  
*Lycopodium clavatum* 1  
*Arnica montana* 1

**Dosierung.** 3x3 Tropfen täglich.

**Wirkung.** Diese Mischung lässt die Sonne in die hintersten Winkel all Ihrer energetischen Körper durchscheinen. Ihre Zellen werden mit Licht überflutet. Sie fühlen sich leicht und befreit. Sie werden Lust haben, Dinge zu erkunden, die Ihnen helfen, sich mit Ihren wahren Bedürfnissen zu verbinden und diese zu leben.



## »Das Glück liegt in der Begegnung mit dem Nächsten«

Rezeptur Phylak Sachsen GmbH

*Taraxacum officinale* 1  
*Rosmarinus officinalis* 1  
*Iris* 1  
*Convallaria majalis* 1  
*Yohimbé* 1  
*Angelica archangelica* 1  
*Nux vomica* 1

**Dosierung.** Verwenden Sie diese Mischung vorwiegend als Spray. Es kann unter anderem zur Energetisierung von Räumen und größeren Menschenansammlungen benützt werden. Abhängig von der Größe des Raumes ein bis vier Hub in die Luft sprühen oder ein paar Tropfen in eine Aromalampe geben und mit verdampfen lassen. Bei der Anwendung direkt am Menschen mehrmals täglich einen Hub in die Aura sprühen.

**Wirkung.** Sie öffnen sich leichter für andere Menschen. Sie haben häufiger gute Laune und versprühen diese nach außen. Durch diese neuen sich öffnenden Eigenschaften wird es Ihnen leichter fallen, wieder offen und angstfrei auf andere Personen zuzugehen.



## »Trotz Enttäuschungen begegnung Menschen offen und ohne Vorurteile«

Rezeptur Phylak Sachsen GmbH

*Sabal serrulatum* 1  
*Chelidonium majus* 1  
*Aralia racemosa* 1  
*Ruta graveolens* 1  
*Piper methysticum* 1  
*Pilocarpus* 1  
*Juniperus communis* 1  
*Okoubaka aubrevillei* 1  
*Eleutherococcus senticosus* 1

**Dosierung.** 3x3 bis höchstens 3x7 Tropfen. Höchstdosis sind 21 Tropfen in 24 Stunden.

**Wirkung.** Diese Mischung eignet sich besonders gut für Menschen, die immer wieder offen und euphorisch auf andere Menschen zugegangen sind und dabei häufig aufs Bitterste enttäuscht wurden. Durch diese andauernden Enttäuschungen ist ihnen die Lebensfreude allmählich abhanden gekommen.

## Anhang

Glossar .....	202
Praxisadresse des Autors .....	205
Literaturverzeichnis .....	205
Abbildungsquellen .....	206

## Glossar

**12-Jahreszyklus.** In der Astrologie wird die Zeitqualität oft am Durchlauf eines Planeten durch das gesamte Geburtshoroskop gerechnet. Der 12-Jahreszyklus wird dem Planeten Jupiter, dem Planeten des Glücks und der Lebenserweiternden Perspektiven zugeordnet. Am Beginn und am Ende eines Zyklus treten nach Auffassung der Astrologie entscheidende Veränderungsimpulse auf. In der Spagyrik vertritt die Pflanze *Taraxacum officinale* Jupiters Energie.

**Akasha-Chronik.** Die Akasha ist nach traditionellen spirituellen Vorstellungen eine Art Buch, in dem das gesamte verfügbare geistige Wissen der Erde und der Weg unserer Seele und alle dafür zur Verfügung stehenden Informationen bezüglich unseres Daseins gespeichert sind. Die Akasha-Chronik enthält also alle unsere Lebensdaten sowie die Daten unserer seelischen Entwicklung in allen Daseinsformen. Wenn Sie Zugang zu dieser Chronik erlangen, werden Ihnen die gesamte Weisheit der Welt und alle Informationen über Ihre vergangenen und zukünftigen Leben zur Verfügung stehen. Auch Vorhersagen über die Lebensbestimmung einer Seele sind dann möglich.

**Aura.** Ein für sensible Menschen wahrnehmbarer »Energieschicht«, der sich in verschiedenen Schichten um Ihren materiellen Körper legt. Die Aura ist nach traditioneller Vorstellung der Ort, an dem zum Beispiel vergangene Ereignisse, Emotionen und Gedanken »gespeichert« werden, und zugleich ein Schutzmantel für von außen eindringende geistige, seelische oder emotionale Energien.

**Chakren.** Chakren sind nach der Vorstellung verschiedener Religionen Energieräder, die gleichmäßig über den Körper verteilt sind und dort bestimmte Aufgaben erfüllen. Üblicherweise ist von 7 Hauptchakren die Rede. Diese 7 Chakren erfüllen für den Körper oder auch die Seele bestimmte Funktionen. Für das Funktionieren von Chakren ist es wichtig, dass sich diese frei drehen können. Das 8. Chakra ist das Chakra, das unserem geistigen Führer zugeordnet ist, und durch

dieses Chakra können wir direkten Zugang zu Daten aus der Akasha-Chronik erhalten.

**Channeling.** Die Fähigkeit sensibler Menschen, mit der Geistwelt Kontakt aufzunehmen und mit ihr zu kommunizieren.

**Drittes Auge.** Die Stelle zwischen den Augenbrauen, an der nach Vorstellung traditioneller Religionen der Sitz der Weisheit, der Erkenntnis und der Selbsterkenntnis sitzt. Identisch mit dem 6. Chakra.

**Ego.** Der Anteil unserer Persönlichkeit, der zwanghaft darauf bedacht ist, uns mit unserer Umwelt »kompatibel« zu machen und uns vorwiegend ichbezogen und antisozial reagieren lässt. Die gesunde Form des Egos ist dafür gedacht, dass wir uns gut abgrenzen können und grundlegende Aspekte zur Existenzsicherung in unser Leben integrieren. Wenn wir unter dem Einfluss unseres negativ gelebten Egos stehen, nehmen wir die Welt und seine Ereignisse oft extrem materialistisch wahr und negieren andere Aspekte des menschlichen Daseins. Ein großes, stark ausgeprägtes Ego bedeutet in der Regel, dass wir von unserem »Göttlichen Bewusstsein« abgespalten sind.

**Emotionale Intelligenz.** Im Gegensatz zum kognitiven Intelligenzquotienten eines Menschen geht es hier nicht um kognitive Fähigkeiten, sondern um den Umgang mit Gefühlen und der Entwicklung persönlicher Charaktereigenschaften. Der amerikanische Psychologe Daniel Goleman nennt fünf Persönlichkeitsanteile, aus denen sich die emotionale Intelligenz eines Menschen zusammensetzt:

- ▶ die Fähigkeit, seine Bedürfnisse und Gefühle auszudrücken
- ▶ sich selbst motivieren zu können
- ▶ sich selbst mit allen Ressourcen und Schwächen zu verwalten
- ▶ auf andere Menschen einfühlsam zu reagieren
- ▶ die Fähigkeit, innerhalb der Gesellschaft funktionierende Beziehungen in jede Richtung aufzubauen.

**Geistige bzw. seelische Wirkung der Spagyrika.** Die geistige Wirkung zielt auf das kognitive, logische und rationale Erleben eines Menschen. Die seelische Wirkung richtet sich auf die intuitive, emotionale Ebene. Die Dosierung (→ S. XX) entscheidet über die Wirkung der Präparate und richtet sich nach dem Aspekt, der bearbeitet werden soll.

**Geistiger Vater, geistige Mutter.** Bei der Erziehung eines Kindes spielen sowohl körperlich-materielle als auch seelisch-geistige Aspekte eine Rolle. Jedes Elternteil sollte idealerweise beide Aspekte bei der Erziehung berücksichtigen. Falls dies nicht geschieht, fehlt dem Kind ein Aspekt des Menschseins. Dass Eltern geistige Inhalte an ihre Kinder weitergeben, ist für deren Charakterbildung, ihre Integration in die Gesellschaft und die Art und Weise, wie sie dem Leben und seinen Aufgaben geistig begegnen, äußerst wichtig. Es prägt auch die Art, wie man Gott wahrnimmt. Wurden diese geistigen Aspekte im Kindesalter vom Vater und/oder von der Mutter nicht entsprechend vermittelt, können *Viscum album* (→ S. 105, geistige Mutter) und *Hypericum perforatum* (→ S. 66, geistiger Vater) zum Ausgleich eingesetzt werden.

**Inneres Kind.** Jeder Mensch besteht aus verschiedenen Persönlichkeitsanteilen, die eigentlich harmonisch miteinander verbunden sein sollten. Diese Anteile gibt es in der gesunden oder gestörten Form. Das gesunde Innere Kind steht für den Anteil in uns, der für Intuition, Kreativität und Emotionalität verantwortlich ist. Das gestörte Innere Kind ist der Anteil in uns, der uns oft zu rein rationalen Menschen macht, da wir aufgrund der Störung keinen Zugang zu den Anteilen wie Intuition, Kreativität und Emotionen haben. Das bedeutet, dass der Anteil der kindhaften Leichtigkeit fehlt und das Leben oft als freudlose Mühsal erlebt wird.

**Innerer Erwachsener.** Der Persönlichkeitsanteil in uns, der im Gegensatz zum intuitiv-emotional geprägten Inneren Kind die Logik, die Struktur und das Rationale verkörpert.

**Karmische Programme.** Darunter versteht man Aufgaben, die ein Mensch in diesem Leben zur Lösung bekommen hat, um sich auf der spirituellen und seelisch-geistigen Ebene weiterzuentwickeln.

**Kundalini.** Als Kundalini wird die spirituelle Energie bezeichnet, die am unteren Ende der Wirbelsäule ruht. Diese wartet darauf, dass der Mensch in seiner geistig-spirituellen Entwicklung so weit ist, dass sie »erwachen« kann. Diese Energie wird oft in der Form einer Schlange dargestellt, die schlafend am unteren Ende der Wirbelsäule ruht und nach ihrem spirituellem Erwachen entlang der Wirbelsäule nach oben zum höchsten Chakra aufsteigt und den Menschen somit zur Erleuchtung führt. Die Schlange dient als Sinnbild für das spirituelle Erleben und für die Durchlässigkeit der einzelnen Chakren untereinander. Es gibt verschiedene Yogaübungen zur Erweckung der Kundalini-Kraft und auch verschiedene Meditationsformen. Doch hier ist äußerste Vorsicht geboten: Ein zur falschen Zeit ausgelöster spiritueller Prozess, also eine zur falschen Zeit »erwachende« Kundalini, richtet mehr Schaden an, als dass er Nutzen bringt.

**Lebensachse.** Die Lebensachse umfasst alle linearen biographischen Daten eines Menschen, die sich oft exakt auf einer »Zeitlinie« wiederholen. Anhand der entschlüsselten Daten einer Lebensachse kann man regelmäßige Mechanismen entschlüsseln und zukünftige sich wiederholende Ereignisse vorhersehen und somit eventuell auch vermeiden oder verhindern. Diese Darstellung der biographischen Daten dient vor allem der Aufdeckung von unbewussten Lebensmustern.

**Lebensvertrag.** Jede Seele fasst, bevor sie sich dazu entschließt, auf die Erde zu kommen, einen Beschluss, welche Lebensaufgaben sie in dieser Inkarnation erfüllen möchte. Diese Aufgaben ergeben sich aus noch nicht gelösten Problemen von vorherigen Leben oder neue Aufgaben, die die Seele bei einem Erdendurchlauf, also einer Inkarnation, in der Materie erleben und lösen möchte. Es ist sehr wichtig, diesen Lebensvertrag zu erken-

nen und zu leben, da sonst die jetzige Inkarnation an ihrer eigentlichen Bestimmung vorbei lebt.

**Limbisches System.** Dieser Gehirnteil steht für unsere emotionale Wahrnehmungsfähigkeit. Dieser Gehirnteil kann bewusst nicht beeinflusst werden.

**Neue Erde.** Dieser Begriff bezieht sich auf die veränderten Schwingungsfrequenzen des Erdmagnetfeldes und den damit verbundenen Veränderungen des Bewusstseins der Menschen. Niemand weiß genau, welche Folgen mit diesen neuen Schwingungsfrequenzen verbunden sind. Sehr sensible Menschen spüren jetzt schon, dass es in den nächsten Jahren wichtige Veränderungen geben wird, die den Menschen in seiner evolutiven Phase herausfordern werden.

**Numerologie.** Die Numerologie ist die Lehre der Zahlen und ihrer Aspekte für den Menschen. In der Numerologie verwendet man Zahlen oder Zahlenfolgen, um verschiedene Aspekte des menschlichen Seins zu erklären oder auch vorherzubestimmen. Dabei werden sehr häufig die Geburtsdaten und deren Quersumme verwendet oder auch der Name, aus dessen einzelnen Buchstaben eine Zahlenzuordnung erfolgt und über die Quersumme Rückschlüsse über Charakter, zukünftige oder vergangene Ereignisse gezogen werden können.

**Paracelsusmittel.** Hier handelt es sich um Mittel, die Paracelsus als die großen Heilpflanzen des Abendlandes und von großem Nutzen für die Menschheit bezeichnet hat. Die Wirkungen der Pflanzen beruhen unter anderem auf der Zuordnung zu einzelnen Planetenständen und Wochentagen.

**Pluto.** In der Astrologie ist Pluto der Planet der Veränderung und der persönlichen Transformation. Das Prinzip von Pluto lautet, dass erst ein alter Prozess zu Ende gegangen, also gestorben sein muss, damit etwas Neues auf der Basis dieses Loslass- und Sterbeprozesses werden kann. Deshalb spricht man hier auch von »Stirb und Werde«.

**Psora.** Ein Begriff aus der Homöopathie. Hahnemann verstand darunter die Auswirkungen von

Krätzmilben und deren Folgeerkrankungen auf das menschliche Erbgut und die darauf folgende Weitervererbung auf nächste Generationen. Er versuchte damit, die Chronifizierung von Hautkrankheiten und deren Folgeerkrankungen zu erklären und zu behandeln.

**Solarplexus.** Nervengeflecht in der Mitte des Bauches, das für unser Bauchgefühl und unsere Emotionen steht.

**Synchronizität.** Sich wiederholende Ereignisse, die in verschiedenen, scheinbar nicht miteinander in Zusammenhang stehenden Formen auftreten und deshalb von uns als »Wiederholungen« oft auch nicht erkannt werden.

**Synergiepflanzen.** Unter Synergiepflanzen versteht man unterschiedliche Pflanzenarten, die sich aber durch bestimmte Komponenten in ihrer Wirkung und ihrem Zusammenwirken ergänzen oder auch in der Wirkung potenzieren können.

**Tantrische Rituale.** Sexuelle Praktiken, die eine spirituelle Bewusstseinsweiterung durch bewusste Steuerung sexueller Energien bei der geschlechtlichen Vereinigung im Körper bewirken sollen.

**Vipassana.** Eine geistige Übung aus dem Yoga. Hierbei geht es um die achtsame Wahrnehmung von Dingen, Gefühlen, Emotionen oder Gedanken, ohne diese zu bewerten. Durch die Nichtbewertung vermeiden wir, mit Dingen in Resonanz zu kommen, die eventuell nichts mit uns zu tun haben, sondern oft nur aufgrund von Mustern funktionieren. Also quasi eine konditionierte, durch Muster ausgelöste Reaktion. Vipassana, die Übung der Achtsamkeit, hilft uns, Distanz zum eigenen Erleben zu bekommen und somit Klarheit im Denken, Fühlen und Handeln zu erreichen.

**Yin/Yang.** In der chinesischen Medizinphilosophie die Gegenpole wie männlich und weiblich, schwarz und weiß, dunkel und hell etc. Beide Pole sollten immer im Gleichgewicht zueinander stehen, da Ungleichgewichte zu Störungen des gesamten Systems führen. Dies gilt z. B., wenn bei einem Menschen, der weibliche oder männliche Anteil zu überbetont wird.