

RUTH ELEONORE ZIMMERMANN

BLÜTENESSENZEN

Die Sprache des Herzens

Blütenessenzen nach Dr. Bach
entdecken - verstehen - anwenden

CARLESMA

CLEMATIS

Clematis vitalba, Weiße oder Gemeine Waldrebe

Verhalten, das sich im Alltag zeigen kann:
man ist unkonzentriert,
verträumt, vergesslich

Eigenschaften in der Seelenqualität:
schöpferisch, kreativ, konzentriert,
inspiriert



Die Blütenessenz

Die Blütenessenz Clematis wird aus den Blüten der Gemeinen Waldrebe hergestellt.

Die Gemeine Waldrebe ist eine einjährige Kletterpflanze und gehört zur Familie der Hahnenfussgewächse. Man findet sie häufig an Waldrändern, wo sie sich an Hecken hochrankt und noch jüngere Bäume bewächst. Sie entwickelt von Juli bis September viele kleine wohlriechende Blüten, mit vier grünlich-cremigweißen Kelchblättern. Auffallend sind ihre stark hervortretenden Staubgefäße. Sie machen einen flauschigen

Eindruck, der sich im Herbst noch verstärkt. Dann bilden sich nämlich feine buschige Samenköpfe, silbrig-fadenförmig, wie das Haar eines Greises, wodurch die Pflanze den Beinamen "Greisenbart" erhielt.

Die Zierclematis aus Gärten hat deutlich größere Blüten und es gibt sie in mehreren Farben. Diese werden nicht zur Herstellung der Essenz verwendet.

Der belastende Gemütszustand – die Schattenseite

Menschen im belastenden Clematis-Zustand sind verträumt und mit ihren Gedanken oft abwesend. Sie wirken zerstreut und sind vergesslich. Jene Personen sind wenig daran interessiert am realen Leben teilzunehmen, besonders dann, wenn sich Schwierigkeiten ergeben. Sie ziehen sich gerne zurück und fühlen sich in ihrer eigenen Gedanken- und Fantasiewelt sehr wohl.

Hier ist der Träumer zu Hause, der gerne Luftschlösser baut.

Dr. Edward Bach ordnet diese Blütenessenz Personen zu, die ein ungenügendes Interesse an der Gegenwart besitzen: „Clematis ist für Tagträumer und Schläfrige, die nie ganz wach sind und kein besonders großes Interesse am Leben haben. Sie sind ruhig und in ihrer momentanen Lage nicht so recht glücklich, denn sie leben mehr in der Zukunft als in der Gegenwart. Sie hoffen stets auf glücklichere Zeiten, in de-

nen ihre Ideale wahr werden könnten.“⁵

Eine Clematis-Thematik –
woran erkennt man sie?

- ▶ man neigt zu Tagträumen – “ins Narrenkastl schauen“
- ▶ Dinge werden nicht wahrgenommen, die um einen herum passieren
- ▶ man übersieht vielfach die Zeit
- ▶ es fällt einem schwer Ordnung zu halten
- ▶ man schläft gerne und lange – man besitzt ein großes Schlafbedürfnis
- ▶ man hat viele Pläne für die Zukunft
- ▶ ein kreatives Talent ohne vorzeigbare Erfolge
- ▶ phasenweise traurig, melancholisch
- ▶ im Krankheitsfall wird wenig unternommen, um wieder gesund zu werden; die Zeit wird zum Träumen genutzt
- ▶ schwach ausgeprägtes Körpergefühl und eine damit verbundene verminderte Wahrnehmung, man stößt sich oft an Gegenständen
- ▶ Kinder lassen sich leicht ablenken und sind schlechte Zuhörer
- ▶ Kinder vergessen ihre Schultasche, ihre Hausaufgaben, ihre Mütze u.s.w.
- ▶ man liebt Fantasy-Filme und Märchen

Eine ausgeprägte Fantasiewelt ist einerseits ihr großes Potenzial, kann aber andererseits zu Konzentrationsschwierigkeiten in der Arbeit führen, weil sie ablenkt. Die Arbeit geschieht dann langsamer und die Möglichkeit von Fehlern ist leichter gegeben.

Erwachsene, wie auch Kinder, die ihre Clematis-Qualität nicht verwirklichen können, werden schwermütig, traurig und antriebslos. Nicht selten wünschen sie sich eine bessere, eine leichtere Welt. Ihre Lebendigkeit, ihre Ideen und ihr Licht sind wie unter einer großen Decke begraben. Sie haben ständig das Gefühl, dass ein Teil von ihnen nicht leben kann.

Eine Idee verlangt nach Verwirklichung.

Die eigentliche Problematik einer Clematis-Konstellation besteht darin, dass der Ideenreichtum kaum verwirklicht wird. Der Weg zum Erfolg scheint zu lang und zu schwierig zu sein. Das Durchhaltevermögen fehlt! Während eine Idee Schritt für Schritt umgesetzt werden möchte, bewirken weitere interessante Ideen, die sich ins Bewusstsein drängen, abgelenkt zu sein und ein neues Ziel ins Auge zu fassen. Es werden über die Jahre vielversprechende Projekte begonnen und wieder abgebrochen.

Die Schattenseite des Clematis-Zustandes mischt sich sehr oft mit einer Impatiens-Ungeduld.

Die verträumte Art der Betroffenen lässt sie in ihrer Arbeit, in ihrem Tagesablauf oft viel Zeit verlieren. Um anstehende Dinge doch noch erledigen zu können, muss diese verlorene Zeit immer wieder rasch wettgemacht werden. Es kommt zu einem wiederholten Wechsel von langsamen, scheinbar verträumtem Arbeitstempo und raschem, unge-

⁵ Dr. Edward Bach: Blumen, die durch die Seele heilen, Irisiana Verlag, München, 1995, Seite 22



duldigem Handeln. Tagtäglich wechselt der Mensch, zwischen Clematis-Träumen und Impatiens-Ungeduld hin und her getrieben, mehrmals sein Tempo, scheinbar gefangen in einem wiederkehrenden Rad. Am Ende kann sich Traurigkeit einstellen, weil man erkennt, dass man eigentlich auf der Stelle tritt und vieles nicht verwirklichen konnte.

Die Seelenqualität der schöpferischen Tatkraft

Clematis steht für die Seelenqualitäten von Ideenreichtum, Lebendigkeit, schöpferischer Tatkraft und Kreativität.⁶ Diese Kreativität scheint den Betroffenen zuzufallen, aus ihnen heraus zu sprudeln, wie im Traum. Das zeichnet Menschen mit dieser Anlage aus.

Eine nie enden wollende Quelle von Einfällen, reine Schöpferkraft, das ist der Entdecker und Erfinder, wie man ihn sich vorstellt! Ein Mensch mit sonnigem Gemüt, einer charismatischen Ausstrahlung, Freude und Unternehmergeist. Diese Menschen wirken inspirierend auf ihre Mitmenschen.

Wird der oft langwierige Weg von der Idee bis zur Verwirklichung nicht gescheut, dann kann das Projekt erfolgreich abgeschlossen werden. Dieses Durchhaltevermögen zeichnet Menschen aus, die ihre Clematis-Anlage in der Qualität leben können.

In der Seelenqualität haben sie ein so deutliches inneres Bild ihrer Idee, dass sie nicht locker lassen wollen. Sie wissen, dass eine Realisierung ihrer Idee möglich ist, auch

wenn alle anderen rundum daran ernstlich Zweifel anmelden! Viele neue Ideen klingen für die meisten Zeitgenossen versponnen, scheinbar nicht nachvollziehbar und schon gar nicht umsetzbar.

Menschen mit einer Clematis-Anlage haben viele Ideen

Einer der bekanntesten Menschen, der dieses Potential in sich trug, war Thomas Alva Edison. Die Sprechmaschine und die funktionierende Glühbirne, das Kohlemikrophon und das Kraftwerk, das Fertighaus aus einem Guss und die Filmkamera – das sind nur einige Erfindungen, mit denen sich Thomas Edison (1847 – 1931) und sein Team einen Namen machten. Unzählige Patente wurden angemeldet, manche davon begründeten ganze Konzerne.

Einfälle, Ideen sprudeln wie eine unversiegbare Quelle.

Steven Spielberg und die Autorin Joanne Rowling (Harry Potter) sind wahrscheinlich ebenso Menschen mit einer starken Clematis-Anlage. Ein großer Teil der gesamten Filmbranche, besonders die Fantasy- und Märchenfilmbranche leben von Menschen mit einer Clematis-Anlage!

Hier ist der Schriftsteller von Science-Fiction Romanen zu Hause, ebenso wie der Erfinder unzähliger technischer Erneuerungen.

Auch in der Musik, der Malerei und Schauspielkunst treten Clematis-Qualitäten deutlich hervor.

Das Potential der schöpferischen Kreativität braucht Freiraum

Erwachsene, die im Alltag unter Stress stehen oder ein zu großes Arbeitspensum zu

⁶ sensu Mechthild Scheffer, Die Original Bach-Blüten Therapie, Hugendubel Verlag, Kreuzlingen/München, 1999, S 101



erledigen haben, können ihre Fähigkeiten der Kreativität nicht mehr entfalten! Um jene Seelenqualität erhalten und leben zu können, muss man lang anhaltenden Stress und Überarbeitung meiden. Ein gesunder Rhythmus und Wechsel zwischen Arbeit und Freiraum ist empfehlenswert.

Unsere Kinder...

Dieses Potential der schöpferischen Fähigkeit braucht auch bei Kindern Freiraum in ihrem Denken und Handeln. Wird dies nicht ermöglicht, dann verkümmern diese Möglichkeiten. Freies Spielen im Kindergarten fördert Fantasie und Ideenreichtum. Ein mit Programmen vollständig durchgeplanter Vormittag im Kindergarten schadet! Der durch Vorschule meist frühzeitig verplante Vormittag sollte zumindest in der Familie durch einen, für die Kinder frei zur Verfügung stehenden Nachmittag ausgeglichen werden.

Auch Kinder brauchen Freiraum zur Entwicklung ihrer Kreativität.

Ein Problem kann daher auch ein von Aktivitäten vollständig verplanter Nachmittag darstellen, wenn die Kinder von einer Veranstaltung zur nächsten transportiert werden. Freies, ungezwungenes und ungelinktes Spielen bleibt dann auf der Strecke, die Kreativität verkümmert dadurch.

Vor dem siebenten Lebensjahr ist es nicht notwendig und auch selten empfehlenswert die Blütenessenz Clematis zu geben. Die natürliche Fantasie und Traumwelt der Kinder sollte nicht angetastet werden. Die einzige Ausnahme besteht bei Unfallgefahr im Straßenverkehr durch einen kleinen "Hans-guck-in-die-Luft", der über jeden Randstein stolpert und ohne zu schauen über die Straße gehen würde.

Bei unseren Kindern macht sich diese Qualität nicht nur im Ideenreichtum bemerkbar oder in der Liebe zu Märchen, auch das verträumte, scheinbar unkonzentrierte, mit den Gedanken abschweifende Kind lebt eine Clematis-Anlage auf seine Art. Werden Schulaufgaben vergessen, sind die Kinder verträumt, unaufmerksam und zerstreut, sind Konzentrationsstörungen und Lernschwierigkeiten in der Schule die Folge.

Im Verhalten der Kinder kann man häufig eine unterschiedliche Konzentrationsfähigkeit bemerken:

- ▶ Bei aufgezwungenen, scheinbar uninteressanten Tätigkeiten sind sie unkonzentriert, machen Fehler und brauchen lange.
- ▶ Wenn sie jedoch ihren eigenen Einfällen nachgehen, können sie lange bei ein und derselben Tätigkeit bleiben. Sie zeigen Konzentration, Geschick, Durchhaltevermögen und hören erst auf, wenn sie es geschafft haben.

Zu Hause ist der ungünstigste Lernplatz für jene Kinder vor einem Fenster oder in einem Zimmer, das von mehreren anderen Menschen auch genutzt wird. Sie lassen sich viel zu leicht ablenken. Empfehlenswert ist ein ruhiger Lernplatz, am besten vor einer Wand ohne ablenkende Bilder.

Kinder im Volksschulalter sollten ungefähr eine dreiviertel Stunde lang ihre Hausübungen erledigen und dann unbedingt eine Pause machen. Erst nach einer angemessenen Pause sollten sie weiterlernen. Erfahrungsgemäß können sie nicht länger als zwei Stunden die Aufmerksamkeit hal-

ten, was mit zunehmendem Alter jedoch zunimmt. Die Einnahme der Blütenessenz Clematis verstärkt die Konzentrationsfähigkeit.

Meine Empfehlung für Sie

Wenn Sie ein verträumtes, leicht abzulenkendes Kind im Schulkindalter zu Hause haben, welches nur langsam und sehr ungern die Hausaufgaben macht, dann empfehle ich Ihnen für Ihr Kind die „Lernmischung für das verträumte Schulkind“.

■ Lernmischung für das verträumte Schulkind

Bereiten Sie sich ein 20ml Einnahmefläschchen zu mit je

- 2 Tropfen Larch
- 2 Tropfen Clematis
- 2 Tropfen Chestnut Bud
- 2 Tropfen Gentian

Dosierung:

3-mal täglich 4 Tropfen über einen Zeitraum von zwei Monaten

WHITE CHESTNUT

Aesculus hippocastanum,

Roskastanie oder Weiße Kastanie

Verhalten, das sich im Alltag zeigen kann:
man ist unkonzentriert, geistig erschöpft, leidet unter "Gedankenkarussell"

Eigenschaften in der Seelenqualität:
konzentriert, klar, gedankliche Stärke



Die Blütenessenz

Die Blütenessenz White Chestnut wird aus vielen kleinen Blüten der Roskastanie mit unterschiedlich gefärbten Tupfen von mehreren Bäumen hergestellt.

Man findet die Roskastanie in ganz Europa. Sie kann zu einer stattlichen Größe von 30m heranwachsen. Sie wächst wild in Mischwäldern und entlang von Flüssen, wird in Städten gepflegt, an Straßenrändern und in Parks gesetzt. Im Frühjahr entwickeln sich auffallend große, klebrige Knospen aus denen sich dann die smaragdgrünen Blätter entfalten. Die Blätter werden groß, handförmig mit fünf bis sieben Einzelblättern.

Im Mai bilden sich die Blüten. Sie sind wie große Kerzen geformt, jede mit 20, 30 Einzelblüten, weithin weißblühend deutlich sichtbar. Die kleinen weißen, kurz gestielten Blüten sind nicht einfarbig, sondern besitzen einen gelben, rosafarbenen oder rotgefärbten Mittelpunkt.

Der belastende Gemütszustand – die Schattenseite

Im belastenden White Chestnut-Zustand leidet die betroffene Person unter einer mentalen Überlastung. Ständig kreisen Gedanken im Kopf und lassen sich nicht abstellen. Die eigenen Gedanken können nicht mehr geordnet werden. Sie kreisen unkontrolliert und unaufhörlich im Kopf herum und man wird sie nicht los. Unerwünschte Bilder drängen sich immer wieder ins Bewusstsein.

Dr. Bach ordnet jene Blütenessenzen den Menschen zu, die ein ungenügendes Interesse für Gegenwartssituationen haben, da die mentale Belastung dazu führt, keine Konzentrationskraft mehr für die Gegenwart zu besitzen. „Für jene, die nicht verhindern können, dass sich unerwünschte Gedanken, Ideen und Argumente unaufhörlich in ihr Bewusstsein drängen. Dies ist hauptsächlich dann der Fall, wenn kein momentanes Interesse stark genug ist, um die volle Aufmerksamkeit zu fesseln. Es ist dann oft so, dass sich solche Gedanken und Vorstellungen im Kopf drehen und drehen (Schallplatteneffekt), ohne dass man sie los



wird. Das kann eine echte Tortur sein. Die Gegenwart dieser unangenehmen Gedanken und Bilder vertreibt den Frieden und beeinträchtigt die Fähigkeit, konzentriert an die tägliche Arbeit oder gar an Freude und Vergnügen zu denken.“⁷

Eine White Chestnut-Thematik –
woran erkennt man sie?

- ▶ zu viele Gedankenimpulse tauchen auf – man kann nicht abschalten
- ▶ alltägliche Ereignisse wiederholen sich immer wieder in den Gedanken
- ▶ „Wie hätte ich es besser machen können?“
- ▶ man fühlt sich unwohl und müde
- ▶ der Versuch aufkommende Gedanken zu ordnen gelingt nicht
- ▶ man möchte die Gedanken am liebsten Abschalten; man hat das Gefühl, der Kopf läuft heiß
- ▶ es fällt schwer Wichtiges von Unwichtigem zu unterscheiden
- ▶ man tritt gedanklich auf der Stelle
- ▶ man leidet unter geistiger Anspannung, Überreizung
- ▶ Einschlafprobleme zeigen sich, Augenschmerzen und Kopfschmerz sind möglich
- ▶ man erinnert sich immer wieder an unangenehme Situationen

Der Verstandesmensch

Nüchterne, sachliche Menschen, die immer versuchen allein mit Logik und Verstand alle Probleme zu lösen sind weit öfter von jener Thematik betroffen, als Gefühlsmenschen, die auch aus „dem Bauch heraus“ Entscheidungen treffen können.

Viele Angelegenheiten des täglichen Lebens laufen dann im überwiegenden Maße über die Verstandesebene. Dadurch kann in Kombination mit einer beruflichen Tätigkeit, die ebenfalls die Gedankenwelt vorwiegend belastet, eine mentale Überreizung entstehen. Solche berufliche Tätigkeiten wären z.B. Buchhaltung, Statistiken, Computerarbeit, technische Berufe, schriftstellerische Tätigkeiten u.a.m. Fehlt eine gesunde Balance zur Gefühlswelt, um auch intuitiv Entscheidungen treffen zu können, gemeinsam mit Vernachlässigung von emotionalem Ausdruck und besteht ein Mangel an körperlicher Bewegung, wird die mentale, die gedankliche Ebene überbeansprucht. Fast alles läuft nun über den Kopf. Vieles „schwirrt“ im Kopf umher.

Am Abend können die Gedanken nicht
„abgestellt“ werden.

Im belastenden White Chestnut-Zustand möchte man nun die Gedanken gerne abstellen weil es zu viel wird. Immer wieder fällt einem eine berufliche Situation ein, die zu einem Missgeschick führte. „Was hätte ich besser machen können?“ „Wie hätte ich reagieren sollen?“ „Was denkt jetzt nun mein Chef?“ „Wie werden morgen meine Arbeitskollegen reagieren?“ „Wie verhalte ich mich nun am besten?“ „Ist es gut mich zu rechtfertigen?“ „Soll ich so auftreten, als wäre nichts passiert, es war ja nur eine Kleinigkeit?“ „Wie verhalte ich mich um weiter

⁷ Dr. Edward Bach: Blumen, die durch die Seele heilen, Irisiana Verlag, München, 1995, Seite 24



ernst genommen zu werden?“ Viele Gedanken kreisen nun im Kopf und es fällt einem trotz intensiven Nachdenkens keine wirkliche Lösung ein – nur viele Möglichkeiten. Welche wählen?

Trotz vieler Gedanken keine Lösung.

Durch Kleinigkeiten, die unbefriedigend gelaufen sind, werden innere Dialoge aufgelöst, die nicht enden wollen. Es besteht hier die Schwierigkeit Entscheidungen zu treffen – mit klarem, ruhigem, besonnenem Kopf. Auch eine hohe geistige Beanspruchung macht müde. Auf Grund der nicht abzustellenden Gedanken und der fehlenden Müdigkeit des Körpers entstehen Einschlafschwierigkeiten oder Durchschlafschwierigkeiten. Ein belastender White Chestnut-Zustand hält einen längeren Zeitraum an, setzt man nicht einen Impuls um diesen Zustand zu unterbrechen. Neben der Einnahme von White Chestnut empfiehlt es sich, sich von der Problematik abzulenken. Bewegung im Freien, Spielen und Lachen mit den Kindern, körperliche Arbeit oder Sport gleicht aus.

Die Seelenqualität der geistigen Ruhe und Klarheit

White Chestnut steht für die Seelenqualität der geistigen Ruhe, Klarheit, Unterscheidungsfähigkeit und Konzentrationsfähigkeit.⁸

Menschen, die häufig in einen belastenden White Chestnut-Zustand geraten und eine hohe geistige Fähigkeit besitzen, haben die Möglichkeit durch eine längere Einnahme

von White Chestnut ihre Anlage zu stärken!

Es ist dies eine Anlage geistiger Fähigkeit, klar und in aller Kürze mental Ordnung schaffen zu können und ganz schnell eine Entscheidung zu treffen. Nach wenigen Minuten wissen sie, wie sie am nächsten Tag am besten reagieren können und werden. Stellt sich ein Problem, beruflicher oder privater Natur ein, sind jene Menschen in der Lage, ihre Entscheidung ebenso rasch in die Tat umzusetzen. Alles ist geklärt. Der Kopf ist in Kürze wieder frei, um Ski zu fahren, mit den Kindern zu spielen, Auto zu fahren oder sich mit Freunden zu unterhalten. Es ist eine Qualität der geistigen Ruhe, auf Grund dessen bei wichtigen Anforderungen eine geistige Höchstleistung möglich ist! Kurz und klar mit Überblick, Weitblick und Wissen um Wertigkeiten können Situationen richtig eingeschätzt werden. Mit Leichtigkeit können Entscheidungen rasch gefällt werden und der Kopf ist wieder frei und ruhig.

Dies ist eine Fähigkeit erfolgreicher Techniker und Mathematiker. Vieles kann schon im Kopf ausgerechnet oder Ideen abgewogen werden ohne Papier und Schreibstift zu benötigen. Nur die wichtigen und komplizierten Zusammenhänge und Formeln müssen aufgeschrieben werden, um den Überblick zu behalten und dokumentiert zu werden.

Unsere Kinder...

Auch unsere Kinder können unter inneren Dialogen leiden, wenn sie mental überreizt sind, durch ein Übermaß an schulischen Anforderungen. Die Englischvokabeln rotieren im Kopf und vermischen sich mit den Französischvokabeln. Mathematische For-

⁸ sensu Mechthild Scheffer, Die Original Bach-Blüten Therapie, Hugendubel Verlag, Kreuzlingen/München, 1999, S. 221



meln und Zahlen kreisen im Kopf und man versucht angespannt Ordnung zu halten. Der Kopf ist überreizt. Konzentrationsstörungen und eine Aufnahmeschwäche zeigen sich, wie auch ein Kopfschmerz.

Ein zu großer schulischer Druck schadet.
Pausen und Erholung sind überaus wichtig.

In der Qualität von White Chestnut besitzen die Jugendlichen eine große Aufnahmefähigkeit und der Lernstoff kann leicht bewältigt werden.

Meine Empfehlung für Sie

Einschlafschwierigkeiten und Durchschlafschwierigkeiten können unterschiedliche Ursachen haben! Leiden Sie jedoch unter Einschlafstörungen kombiniert mit der inneren Unruhe und dem oben beschriebenen "Gedankenkarussell" dann empfehle ich Ihnen folgende Mischung.

■ Einschlafen mit ruhigem Kopf

Dafür wird ein 20ml Einnahmefläschchen mit folgender Mischung zubereitet:

2 Tropfen White Chestnut
2 Tropfen Walnut

Dosierung:

3-mal täglich 4 Tropfen
oder

nur abends 7 Tropfen eine Stunde bevor man zu Bett geht.