

ANWENDUNGSMÖGLICHKEITEN DER AVALON-ESSENZEN

Indikationsverzeichnis

Die Avalon-Essenzen dienen ausschließlich zur Harmonisierung des Energiekörpers. Sie ersetzen weder eine ärztliche Behandlung oder Medikamente, sondern sind zum unterstützenden Einsatz gedacht, um seelische oder energetische Ungleichgewichte zu harmonisieren.
Es kann von mir keine Haftung für unsachgemäßen Gebrauch übernommen werden.

1. Fassung vom Jänner 2011

Avalon-Essenzen
Mag. Doris Wareka
www.avalon-essenzen.at

©Alle Rechte vorbehalten

INHALTSVERZEICHNIS

Diese Fassung enthält mögliche Indikationen für die folgenden Essenzen:

Birke
Efeu
Eibe
Eiche
Föhre
Linde
Olivenbaum
Pappel
Platane
Tanne
Weißdorn

I. SEELISCH GEISTIGE ANWEDUNGSMÖGLICHKEITEN

Abhängigkeiten	
→ Sucht.....	33
→ Unabhängigkeit.....	34
Abgrenzung	
→ Grenzen.....	22
Abschalten	
→ Anspannung.....	13
→ Nervosität.....	28
Abweisendes Verhalten.....	11
Aggressionen.....	11
Aktiv.....	11
Alltag.....	11
Alter.....	11
Altruismus	
→ Mitgefühl.....	27
Anerkennung.....	11
Anfangen.....	11
Anforderungen, zu hoch.....	12
Angst.....	12
Annahme/Akzeptanz.....	12
Anpassen.....	13
Anspannung.....	13
Ansprüche.....	13
Anstrengung.....	13
Antrieb	
→ Motivation.....	28
Apathie.....	13
Arbeit.....	13
Ärger	
→ Aggressionen.....	11
Arroganz	
→ Hochmut.....	24
Aufbrausend	
→ Aggressionen.....	11
Aufgeben	
→ Durchhaltevermögen.....	16

Aufrichtigkeit	
→ <i>Ehrlichkeit</i>	17
Aufstehen.....	14
Ausdauer	
→ Durchhaltevermögen.....	16
Ausgeliefert, Gefühl von.....	14
Ausgleich	
→ Harmonie.....	23
Außenseiter.....	17
→ Einsamkeit	
Auswegslosigkeit	
→ <i>Hoffnung</i>	24
Autorität.....	
Bedürfnisse	17
Beeinflussbarkeit.....	17
Befürchtungen.....	17
Belastungen	
→ Anforderungen, zu hoch.....	12
Beruf	
→ Arbeit.....	13
Bewertungen.....	14
Bewusstmachen.....	14
Beziehungen.....	15
Blockaden.....	15
Chaos.....	15
Demut.....	15
Depressionen.....	15
Desorientiertheit	
→ Orientierungslosigkeit.....	29
Dickschädel	
→ Eigensinnig.....	17
Dienen.....	16
Distanz	
→ Grenzen.....	22
Druck.....	16
Dunkle Seite.....	16
Durchhaltevermögen.....	16
Durchsetzung.....	16
Egoismus.....	16
Ehrgeiz.....	16
Ehrlichkeit.....	16
Eigenliebe	
→ Liebe.....	26
Eigensinnig.....	17
Eile/Hast.....	17
Eindrücke, zu viele	
→ Reizüberflutung.....	30
Einsamkeit.....	17
Eitelkeit.....	17
Emotionen	
→ Gefühle.....	21

Empfänglich	
→ Sensibilität	31
Energie	17
Entfremdung	
→ Einsamkeit	17
Entmutigung	
→ Durchhaltevermögen	16
Entscheidungen	18
Entschlossenheit	18
Entspannung	
→ Anspannung	13
Entwicklung	18
Erdung	18
Erfolg	18
Erinnerung	
→ Gedächtnis	20
Ernsthaftigkeit	
→ Freude/Spaß	20
Erschöpfung/Schwäche/Lebensenergie	18
Erste Hilfe	
→ Notfälle	29
Erwartungshaltung	19
Essstörungen	19
Extrovertiertheit	19
Fähigkeiten, eigene	19
Familie	19
Fehler	19
Flexibilität	20
Flucht	20
Frausein	
→ Weiblichkeit	36
Freiheit	
→ Unabhängigkeit	34
Freude/Spaß	20
Frieden	20
Führungsqualitäten	20
Furchtlosigkeit	20
Geborgenheit	20
Gedächtnis	20
Geduld	21
Gefühle/Emotionen	21
Gehirnintegration	21
Gelassenheit	22
Genussfähigkeit	22
Gereiztheit	22
Gesamtüberblick	22
Gesamtüberblick	22
Gewissenhaftigkeit	22
Gewohnheiten	22
Gleichgültigkeit	
→ Apathie	13
Gleichwertigkeit	22
Gottvertrauen	

→ Vertrauen.....	35	
Grenzen.....	22	
Großzügigkeit.....	22	
Gruppenarbeit.....	23	
Handlungsfähigkeit.....	23	
Harmonie.....	23	
Harmoniebedürftig.....	23	
Härte.....	23	
Heimweh.....	23	
Hektisch.....	23	
Helfersyndrom.....	23	
Herausforderungen.....	23	
Hier und Jetzt.....	24	
Hilflosigkeit.....	24	
Hingabe.....	24	
Hochmut.....	24	
Hoffnung.....	24	
Hyperaktivität.....	24	
Hysterie.....	24	
Idealisierung.....		24
Identität.....	24	
Inneres Kind.....	25	
Intoleranz		
→ Toleranz.....	33	
Introvertiertheit		
→ Kontaktschwierigkeiten.....	25	
Isolationsgefühl		
→ Einsamkeit.....	17	
Jugendliche		
→ Pubertät.....	29	
Kämpfernatur/Kampfbereitschaft.....	25	
Karriere		
→ Arbeit.....	13	
→ Erfolg.....	18	
Katalysator.....	25	
Kinder.....	25	
Kommunikation.....	25	
Konflikt.....	25	
Kontaktschwierigkeiten.....	25	
Kraft.....	26	
Krise.....	26	
Kummer		
→ Depressionen.....	15	
→ Trauer.....	33	
Lähmungsgefühl		
→ Apathie.....	13	
Lebenskraft		
→ Energie.....	17	
→ Erschöpfung/Schwäche/Lebensenergie.....	18	
Leichtigkeit des Seins.....	26	

Leistungsdenken.....	26
Lernen/Lernprobleme/Legasthenie.....	26
Lethargie	
→ Apathie.....	13
Liebe.....	26
Liebeskummer	
→ Trauer.....	33
Loslassen.....	27
Lustlosigkeit	
→ Apathie.....	13
Macht.....	27
Magersucht	
→ Essstörungen.....	19
Märtyrer	
→ Opferrolle.....	29
Materialismus.....	27
Minderwertigkeitsgefühl	
→ Selbstvertrauen/Selbstwert/Selbstannahme.....	31
Missbrauchssituation.....	27
Misserfolg.....	27
Misstrauen.....	27
Mitgefühl.....	27
Moral.....	27
Motivation.....	28
Müdigkeit	
→ Erschöpfung/Schwäche/Lebensenergie.....	18
Mut.....	28
Nachtragend	
→ Vergebung	
Nervosität.....	28
Nervenzusammenbruch.....	28
Neubeginn.....	28
Neurosen und andere psychische Probleme.....	28
Niedergeschlagenheit	
→ Depressionen.....	15
→ Trauer.....	33
Notfälle.....	29
Oberflächlichkeit.....	29
Offenheit	
→ Grenzen.....	22
Ohnmachtsgefühl	
→ Hilflosigkeit.....	24
Opferrolle.....	29
Orientierungslosigkeit.....	29
Panik	
→ Angst.....	12
Pflichtbewusstsein	
→ Gewissenhaftigkeit.....	22
Phlegmatisch	
→ Apathie.....	13

Pubertät.....	29
Rastlosigkeit	
→ Hyperaktivität.....	24
→ Nervosität.....	28
Realitätsbewusstsein.....	30
Regeneration.....	30
Reifeprozess.....	30
Reinigung.....	30
Reizüberflutung.....	30
Reserviertheit	
→ Kontaktschwierigkeiten.....	25
Resignation	
→ Durchhaltevermögen.....	16
Rhythmus, eigener.....	31
Ruhe	
→ Nervosität.....	28
Schattenseite	
→ Dunkle Seite.....	
Schocks und Traumata.....	31
Schönheit.....	31
Schuldgefühle.....	31
Schulschwierigkeiten	
→ Lernen/Lernprobleme/Legasthenie	
Schutz.....	31
Schwäche	
→ Erschöpfung/Schwäche/Lebensenergie.....	18
Schwermut	
→ Depressionen.....	15
→ Trauer.....	33
Selbstaufgabe	
→ Apathie.....	13
Selbstsucht	
→ Egoismus.....	16
Selbstvertrauen/Selbstwert/Selbstannahme.....	31
Sensibilität.....	31
Sicherheit.....	32
Sichtweise.....	32
Spiritualität.....	32
Stabilität.....	32
Stärke	
→ Kraft.....	26
Starrheit.....	32
Stille.....	32
Stolz.....	32
Streit	
→ Konflikt.....	25
Strenge.....	32
Stress.....	33
Studieren	
→ Lernen/Lernprobleme/Legasthenie.....	26
Sucht/Abhängigkeit.....	33

Toleranz.....	33
Trägheit/Faulheit.....	33
Trauer.....	33
Trauma	
→ Schocks.....	31
Träume.....	33
Überblick.....	34
Überempfindlichkeit	
→ Sensibilität.....	31
Überforderung.....	34
Unabhängigkeit.....	34
Unbeweglichkeit	
→ Starrheit.....	32
Unflexibel	
→ Flexibilität.....	20
Ungeduld	
→ Geduld.....	21
Unruhe	
→ Hyperaktivität.....	24
→ Nervosität.....	28
Unsicherheit	
→ Sicherheit.....	32
Unzulänglichkeitsgefühl	
→ Selbstvertrauen/Selbstwert/Selbstannahme.....	31
Ursachenforschung.....	34
Veränderungen.....	34
Verantwortung.....	34
Vergangenheit.....	35
Verdrängung.....	35
Vergeben.....	35
Vergesslichkeit	
→ Gedächtnis.....	20
Verletzlichkeit.....	35
Versöhnung.....	35
Verstrickungen.....	35
Vertrauen.....	35
Verwirrung.....	35
Verzweiflung.....	36
Wahrnehmung.....	36
Weg.....	36
Weiblichkeit.....	36
Wut	
→ Aggressionen.....	11
Zeit.....	36
Ziele.....	36
Zorn.....	36
Zufriedenheit.....	36
Zukunft.....	36
Zurückgezogen	
→ Kontaktschwierigkeiten.....	25

II. ANWENDUNGSMÖGLICHKEITEN BEI DER SPIRITUELLEN ARBEIT

Allgemein.....	37
Auraebenen.....	37
Chakren.....	37
Hohes Selbst.....	38
Inkarnation.....	38
Karmaarbeit.....	38
Licht.....	38
Liebe.....	38
Meditation.....	38
Reinigung.....	39
Schutz.....	39
Transformation.....	39

III. UNTERSTÜTZENDE ANWENDUNGSMÖGLICHKEITEN FÜR DEN KÖRPER

Körper – Allgemeines.....	39
Bewegungsapparat	
Allgemeines.....	40
Wirbelsäule und Rücken.....	40
Extremitäten (Arme und Beine).....	41
Gelenke.....	41
Verletzungen und Unfälle.....	42
Wachstumsbeschwerden.....	42
Herz/Kreislauf/Gefäße.....	42
Atemwege.....	43
Verdauungssystem	
Allgemeines.....	43
Magen.....	43
Darm.....	43
Leber.....	44
Milz.....	44
Stoffwechsel.....	44
Entgiftung.....	44
Gewichtsprobleme/Abnehmen.....	44
Schwitzen.....	44
Nieren und Harnwege.....	44
Fortpflanzungssystem.....	45
Haut.....	45
Hormonsystem.....	45
Lymphsystem.....	45
Immunsystem	
Entzündungen.....	46
Allergien.....	46
Autoimmunreaktionen.....	46
Fieber.....	46
Nervensystem.....	46
Kopfschmerzen.....	47
Schlafstörungen.....	47
Sinnesorgane.....	47

IV. ALS ZUGABE INS MASSAGE- ODER KÖRPEÖL ODER INS BADEWASSER

V. ANWENDUNG DER SPRAYS IM RAUM

I. SEELISCH-GEISTIGE ANWENDUNGSMÖGLICHKEITEN

Abweisendes Verhalten

- Birke** Ist sehr zurückgezogen und introvertiert, da nur wenig Interesse an Kommunikation und Information besteht
- Eiche** Wirkt abweisend, da er sich über die anderen stellt; wirkt kraft seiner hohen Position abweisend, ist zu autoritär
- Linde** Zieht sich aus Angst vor Verletzungen zu sehr in sich zurück; wirkt daher abweisend
- Pappel** Wirkt abweisend, da er Gefühlsimpulse aus der Umwelt nicht wahrnimmt; scheint wenig einfühlsam
- Tanne** Lehnt die meisten Gespräche als zu oberflächlich und banal ab

Aggressionen

- Weißdorn** Verstrickung in sehr heftigen Emotionen, wie Zorn oder Hass u.ä., die einem sehr zu Herzen gehen; öffnet das Herzchakra
- *Zorn und Verzweiflung, wenn man krank wird und nicht so kann, wie man will*

Aktiv

- Birke** Ist hyperaktiv wegen starker Nervosität und Überreiztheit; enorme körperliche Unruhe
- Eiche** Immer aktiv; Arbeitstier, kann sich nur über seine Leistungen definieren

Alltag

- Föhre** lebt nicht im Hier und Jetzt, ist immer schon einen Schritt weiter, oder hängt mit den Gedanken zu sehr in der Vergangenheit; bringt daher nichts weiter
- Platane** Ist in Alltagsproblemen verstrickt → hat zu viel Arbeit und wenig Überblick; hilft, die Metaposition (Vogelperspektive) zu erreichen
- Tanne** Spiritualität in den Alltag integrieren können

Alter

- Birke** Schenkt Frische und Jugend
- Föhre** Akzeptiert das Älterwerden nicht; akzeptiert den „Zahn der Zeit“ nicht
- Olive** Anti-Aging-Mittel; durch Zufuhr von Energie und Kraft;
- *Ist stoffgewordenes Sonnenlicht*
 - *Energiebombe*

Anerkennung

- Eiche** Sucht nach Anerkennung, da er sich vor allem über seine Leistungen definiert
- Tanne** Will Anerkennung für seinen materiellen Besitz

Anfangen

- Birke** **Essenz für den Neubeginn**; wenn man etwas Altes abschließen will, um etwas komplett Neues zu beginnen
- Föhre** Kann sich nicht auf die Gegenwart konzentrieren; ist entweder immer schon einen Schritt voraus, oder weilt mit den Gedanken noch bei längst Vergangenem

Anforderungen, zu hoch

Eiche Stellt an sich selbst und andere zu hohe Anforderungen; lässt keine Schwächen gelten

Angst

Efeu Wenn einen Angst und innerseelische Dunkelheit zu erdrücken droht; Angst davor, seiner dunklen Seite ins Gesicht zu sehen

- *Wenn ein Bewusstwerdungsprozess mit starken Angstgefühlen verbunden ist*
- *Klammert sich gerne an*
- *Gefühl, dass äußere Situationen solch eine große Macht über einen haben, dass man sich ihnen völlig hilflos ausgeliefert fühlt*

Eibe Angst vor den eigenen Schattenseiten

- *Angst vor allen Dingen, die über die materielle Ebene hinausgehen*
- *Angst vor Energien*

Eiche Angst vor Prestigeverlust

- *Angst vor Verlust der Arbeit*
- *Angst vor materiellen Verlusten → Statussymbole*

Föhre Angst vor Verlusten → „was mache ich, wenn ich etwas nicht mehr habe?“ → kann die Vergangenheit nicht loslassen und mag nichts hergeben;

- *Angst vor technischem Fortschritt*
- *Angst vor Neuem*
- *Angst vor Veränderungen*

Linde Verdrängt traumatische Gefühlsinhalte bereiten viel Angst; die Linde hüllt einen „schützenden Mantel“ um die verschreckte Seele

- *Furcht vor dem Alleinsein*
- *Angst in der Dunkelheit (v.a. Kinder)*
- *Ständiges Bedrohungsgefühl → sieht sich ständig in Gefahr*
- *Konkrete Ängste, z.B. vor Hunden, wenn man einmal gebissen wurde (Trauma!)*

Pappel Angst vor allem; diffuse, nicht begründbare Ängste (z.B. Geister, Dunkelheit, Spinnen, Schlangen etc.); hat Vorahnungen und vage Befürchtungen; empfängt viele emotionale Impulse aus der Umwelt oder der Astralwelt und kann diese nur sehr schwer einordnen; ist wie ein emotionaler „Schwamm“ (saugt alles auf);

- *Phobien*
- *Angst vor dem Alleinsein*
- *Angst vor dem Einschlafen durch Alpträume*
- *Hat Angst in Menschenmengen – nimmt zuviel auf*
- *Fürchtet sich vor unsichtbaren Kräften und Mächten*
- *Panikattacken*
- *Zittern, Gänsehaut, Zähneklappern*
- *Angst vor der Angst*

Platane Angst vor Fehlern

- *Angst vor Entscheidungen → aus Angst vor Fehlern*

Tanne Angst vor materiellem Verlust und Veränderung

- *in der anderen Polarität Angst vor Spiritualität*

Annahme/Akzeptanz

Eibe Akzeptanz der eigenen Schattenseiten

Platane Akzeptieren, dass man immer wieder einmal Fehlentscheidungen trifft

Anpassen

Efeu schenkt Flexibilität und Anpassungsvermögen; unterstützt dabei, auch mit sehr einschränkenden Situationen fertig zu werden

Föhre sehr hilfreich, wenn man Neues und Veränderungen nicht besonders mag

Anspannung

Birke Ist nervlich total überreizt; kann die überreizten Sinne nicht entspannen

- *Reizüberflutung*

Eiche Steht unter großem Druck und trägt zu viel Verantwortung; kann aus Anspannung und Übermüdung nicht einschlafen

Olive Kann mit seinen Energien nicht haushalten; lebt in Daueranspannung

- *Hyperaktivität → immer am Tun*
- *„Volle Kraft voraus“*

Pappel Ist extrem unruhig, da er sich emotional ausgeliefert fühlt und auf jeden Gefühlsimpuls aus der Umgebung reagiert

- *Extreme emotionale Überempfindlichkeit*

Ansprüche

Eiche Stellt zu hohe Anforderungen an sich und andere; ist ein Arbeitstier und Kämpfer

Anstrengung

Eiche Arbeitstiere; Kämpfer, die nie aufgeben; übertriebenes Pflicht- und Verantwortungsbewusstsein; wenn man sich übernommen hat

Olive Bei geistiger und körperlicher Erschöpfung nach Zeiten großer Anstrengung

Apathie

Birke Lähmungsgefühl; lässt keine Bewegung in seinem Leben zu; Starrheit

Linde Resignation durch verlorenes Vertrauen; schmerzhaft verdrängte Inhalte blockieren stark

- *Schocks und Traumen, die einen lähmen*

Olive Wenn man körperlich und geistig total erschöpft ist; man kann einfach nicht mehr; nichts macht mehr Freude, man hat zu gar nichts mehr Lust

Weißdorn wird apathisch und lethargisch, wenn das Gefühl auftritt, man stehe vor unüberwindlichen Barrieren; die Lebensfreude ist verlorengegangen

- *Gefühl, gar nichts mehr schaffen zu können*
- *Auch durch großen Herzenskummer, z.B. Liebeskummer*

Arbeit

Eiche Neigung, sich zu überfordern, stellt zu hohe Anforderungen an sich selbst; unterstützt dabei, seine Aufgaben und Pflichten mit Freude erfüllen und seine Aufgabe in der Gesellschaft finden

- *Gut für Teamarbeit, um allen die gleiche Wichtigkeit geben zu können*

Platane „**Wegbereiteressenz**“; schafft Überblick (Metaposition) und hilft, dadurch Entscheidungen besser treffen zu können

- *wenn beispielsweise berufliche Entscheidungen anstehen, die einem schwer fallen → wenn man nicht weiß, welchen Weg man gehen soll*

Weißdorn Viel Druck von außen, den man als Engegefühl in der Brust empfindet; führt ein Leben „ohne Punkt und Komma“;

- *Lässt die Notwendigkeit einer Abwechslung von Aktion und Erholungspausen erkennen*
- *Neigung, sich ständig zu überfordern → Burn-Out*

- *Sehr gereizt durch Misserfolge → hilft, eine Erholung zu akzeptieren, bevor man den nächsten Schritt setzt*
- *Schwierigkeiten als vorübergehend zu betrachten und sich nicht mehr dagegen auflehnen, sondern diese annehmen und akzeptieren*

Aufstehen

Olive Ist geistig und körperlich so erschöpft, dass er morgens nicht in die Höhe kommt

Weißdorn Durch verlorene Lebensfreude kommt man in der Früh nicht aus dem Bett; man braucht zu viel Schlaf; Kummer besteht darin, dass man sich entweder zu viel „zu Herzen nimmt“, oder man ist ausgebrannt durch eine Lebensführung „ohne Punkt und Komma“

Ausgeliefert, Gefühl von

Pappel Ist von außen ankommenden Gefühlsimpulsen hilflos ausgeliefert, da er sich nicht abgrenzen kann

Autorität

Eiche Akzeptieren der eigenen Autorität; nicht immer nur auf andere hören, aber auch Autoritätsgläubigkeit

- *Probleme Jugendlicher mit Autoritäten, wenn sie diese prinzipiell nicht anerkennen*
- *Ist autoritär → lässt nur das Eigene gelten*

Bedürfnisse

Eiche Ignoriert seine Bedürfnisse und überfordert sich ständig; Arbeitstier; ist überanstrengt

- *Bedürfnis nach Macht, Prestige und Verantwortung*
- *Bedürfnis nach einer hohen Position*

Beeinflussbarkeit

Linde Ist extrem leicht zu beeinflussen, da die eigene Identität wenig abgegrenzt ist; Auslöser ist meist ein Schock oder ein Trauma

Pappel Ist schlecht abgegrenzt; jeder Gefühlsimpuls aus der Umgebung setzt ihm zu; ist daher leicht zu beeinflussen und zu manipulieren

Befürchtungen

Pappel Hat dunkel Vorahnungen und Befürchtungen aller Art; undefinierbare Ängste

Bewertungen

Eibe Teilt in Hell und Dunkel ein; kann das nicht verbinden

Platane Entspannung und Regeneration durch Loslösung von Selbstbewertungen und Betrachtung einer Situation aus der Vogelperspektive heraus

Bewusstmachen

Efeu Hilft dabei, unbewusste Inhalte ins Bewusstsein zu rufen, da der Efeu verbindende Qualitäten hat; unbewusste Inhalte geben das Gefühl von starker Einschränkung und Stagnation;

- *Deckt auch das auf, was man gerne vor sich selbst verbergen möchte*

Eibe Macht den Hintergrund hartnäckiger Probleme bewusst; bringt unsere Schattenseiten ins Bewusstsein

Linde Macht verdrängte Schocks und Traumata bewusst und stellt ein Gefühl des Vertrauens her, um diese verarbeiten zu können

Beziehungen

Eiche In Beziehungen, in denen sehr autoritäre Strukturen herrschen; um mehr Gleichberechtigung zu schaffen

Föhre Macht frei von alten, nicht mehr benötigten Verstrickungen → hängt in der Vergangenheit fest

- *Bindungsängste → will keine Beziehungen, um jederzeit frei sein zu können, lebt zu sehr in der Zukunft und macht sich darüber Gedanken, was sein könnte*
- *Kann eine Trennung nicht akzeptieren, kommt nicht darüber hinweg*
- *Kann nicht vergeben und vergessen*

Linde Hat wenig Beziehung zu anderen Lebewesen (z.B. keinen Zugang zu Tieren oder Pflanzen);
- *Auch symbiotische Beziehungen, da er eine sehr schwach abgegrenzte Identität hat*

Pappel Wenn jemand der emotionale „Schwamm“ in einer Beziehung ist und jeden Gefühlsimpuls des anderen aufnimmt; übernimmt viele Ängste und Emotionen vom anderen

Tanne Wenn heftige Konflikte die Beziehung belasten; schafft wieder Frieden

- *Schafft insgesamt eine friedlichere Atmosphäre*

Blockaden

Birke Das Mittel bei Blockaden aller Art; bringt alles in Fluss

Efeu Bei dem Gefühl totaler Stagnation

Linde Löst Blockaden durch verdrängte Schocks oder Traumen

Weißdorn Gefühl von unüberwindlichen Barrieren nimmt die Lebensfreude

Chaos

Birke Nervliches Chaos durch Reizüberflutung; verhilft Unnötiges abzuleiten; erdet; bringt Ruhe

Platane Schafft Ordnung durch die Fähigkeit, Überblick zu bekommen und eine Situation aus der Vogelperspektive heraus betrachten zu können

Demut

Eiche Ist besessen von Macht; schaut auf die anderen herab und bringt wenig Demut auf

- *Oder: zu bescheiden, tut einfach ungefragt, was ihm von anderen angeschafft wird*

Depression

Birke Erschöpft und gereizt durch chronische Reizüberflutung; nervliche Überlastung; hat Schlafstörungen und ist körperlich extrem unruhig

- *Nervenzusammenbruch*

Eibe Schafft Zugang zu unseren Schattenseiten; hilft uns in Krisenzeiten, in denen tiefe Verzweiflung herrscht; wenn häufig dunkle Energien um einen herum sind; Der Baum ist die Hüterin der Schwelle, er kann den Zustrom an dunklen (oder störenden) Energien regulieren und kontrollieren

- *Reinigt die Aura von dunklen Energien*

Eiche Erschöpfungsdepression; hat sich überarbeitet oder überanstrengt; eher körperlich

Föhre Chronisch traurig und schwermütig, da er vergangen Dinge weder vergessen noch loslassen kann

- *Trauerarbeit*

Linde Depression durch ein tief verdrängtes Trauma oder einen Schock

Olive Erschöpfungsdepression; Depression aus Energiemangel; ist geistig und körperlich am Ende, kann nicht mehr

Pappel Innere, abgespaltene Aggressionen, die man letztendlich gegen sich selbst richtet; schwingt mit von außen kommenden Gefühlsimpulsen mit
 - *Depressionen durch chronische unbewusste Ängste → emotionale Offenheit*

Platane Schafft Überblick und hilft dabei, Entscheidungen zu treffen; Depression, wenn man „den Wald vor lauter Bäumen nicht mehr erkennen kann“

Tanne Schafft inneren Frieden; hilft Spiritualität in den Alltag zu integrieren, damit die Umstände leichter verstanden werden können

Weißdorn Depressionen und langanhaltende Traurigkeit machen lethargisch und schwach; dieser Zustand schlägt sich aufs Herz; schenkt neue Lebensfreude und öffnet das Herzchakra

Dienen

Eiche Dient anderen; sind Systemerhalter; verausgaben sich aufgrund eines übersteigerten Verantwortungsbewusstseins

Druck

Föhre Stark lösende Wirkung; erleichtert das Loslassen im Hier und Jetzt

Weißdorn Steht unter starkem Druck (von innen und außen); stellt hohe Ansprüche an sich selbst; Druck wird in der Brust empfunden

Dunkle Seite

Efeu Hilft dabei, zu erkennen, dass man auch aus den dunklen Bereichen der Seele sehr viel Gutes herausholen kann und daraus viel „Nährendes“ entstehen kann;
 - *Wenn man sich irgendwie total festgefahren und eingeschränkt fühlt und keine Ahnung hat, warum*

Eibe Hat Angst vor seinen Schattenseiten; verdrängt sie und will nicht hinsehen

Durchhaltevermögen

Eiche Gibt nicht auf; gibt das nötige Durchhaltevermögen in schwierigen Situationen

Durchsetzung

Eiche setzt sich kraft seiner Autorität oder seiner Position durch

Egoismus

Birke Aus der Unfähigkeit heraus, mit seiner Umwelt zu kommunizieren

Eiche Ist in der Lage, andere auszunutzen, wenn es seinem Erfolg dient

Ehrgeiz

Eiche Sehr ehrgeizig, um Prestige, Macht und Ansehen zu erwerben; verlangt nach Statussymbolen und guten Positionen; ist bereit, viel dafür zu leisten

Ehrlichkeit

Eiche Ist ehrlich und gerecht

Eigensinnig

Eiche Gibt vor, was andere zu tun haben; lässt sich nicht davon abbringen; lebt seine Autorität aus

Eile/Hast

Föhre Hat das Gefühl, die Zeit laufe ihm davon, da er mit den Gedanken vor allem in der Zukunft ist

Einsamkeit

Birke Introvertiert und zurückgezogen, da er nervlich am Ende ist; hat kein Interesse mehr an Kontakten oder Informationen

Eiche Sitzt am „hohen Ross“; sieht auf andere herab; ist kraft seiner hohen Position unerreichbar

Linde Integriert sich nicht in sein Umfeld; hat das Gefühl, nicht dazuzugehören, oder ausgeschlossen zu sein; Auslöser meist Schock oder Trauma

- *Fühlt sich isoliert*
- *Hat wenig Beziehungen zu Tieren und Pflanzen*

Olive Ist zu erschöpft, um an Kontakten mit anderen interessiert zu sein

Pappel Es ist wie wenn man eine dicke gefühlsmäßige Mauer um sich herum errichtet hätte; man nimmt nichts mehr wahr; man reagiert nicht adäquat auf seine Umwelt; man fühlt sich wie sein eigener Gefangener

Weißdorn Völliger Rückzug wegen Kummer oder Misserfolgen; hat seine Lebensfreude verloren

Eitelkeit

Eiche Ist eitel und daher auf Prestige und Statussymbole bedacht; will eine hohe Position und dafür geehrt werden

Energie

Birke Bringt die Energie in Fluss; je nach Notwendigkeit setzt sie die Energie in Bewegung, oder verlangsamt sie; es entsteht Ruhe

Efeu Verstrickungen und auch Stagnation blockieren die Lebensenergie

Eibe Das Ignorieren seiner dunklen Seite oder anderer immaterieller Energien zieht viel Kraft ab

Eiche Überfordert und überanstrengt sich ständig; Trägt zu viel Verantwortung und ist erschöpft; kann seine eigene innere Kraftquelle nicht finden und anzapfen

- *Starke Erschöpfungszustände aufgrund von Überarbeitung*
- *Doppelt- und Dreifachbelastungen*

Föhre Kann seine Energie nicht auf das Hier und Jetzt lenken; steckt in der Vergangenheit fest, oder lebt in der Zukunft

Linde Ein Schock oder ein Trauma hält einen großen Teil an Energie fest

Olive Schenkt große Mengen an Lebensenergie (vor allem körperlich); gut in Situationen, in denen man geistig und körperlich am Ende ist; kann mit seinen Energien nicht haushalten

Pappel Schnappt jeden Gefühlsimpuls aus der Umgebung auf und kann ihn nicht integrieren; Ist entweder total verwirrt und voll mit Angst, oder baut eine dicke Mauer als Schutz um sich auf; die gesamte Energie wird für diese Vorgänge verbraucht

Platane Regeneriert die Energie dadurch, dass man in der Lage ist, sich einen Überblick zu schaffen; Vogelperspektive

Tanne Schenkt (inneren) Frieden, Stille und Segen; all dies erhöht den Energiepegel

Weißdorn Gefühl des Ausgebranntseins, der völligen Verausgabung; lässt erkennen und akzeptieren, dass man eine Ruhepause dringend nötig hat

- *Stress wird in der Brust und im Herzen empfunden*
- *Bringt Lebensfreude zurück*

Entscheidungen

Linde Kann sich nur schwer entscheiden, da man leicht zu beeinflussen ist; die eigenen Identität ist schlecht abgegrenzt

Platane „**Entscheidungs- und Wegberessenz**“; Erkennen, dass es besser ist, eine möglicherweise falsche Entscheidung, als gar keine zu treffen

- Verantwortung für die getroffenen Entscheidung übernehmen können und zu ihr zu stehen
- Entscheidungen spielerischer und mit Liebe treffen können
- Akzeptieren, dass man sich bei mehreren möglichen Wegen immer nur für eine Richtung entscheiden kann
- Entscheidungsschwäche – aus Angst vor Fehlern
- Überlegt zu lange, bevor er sich einmal entscheidet
- Entscheidet sehr schnell – überlegt nicht lange
- Trifft Entscheidungen nur aus dem eigenen Standpunkt heraus → bezieht andere Meinungen und Betrachtungsweisen nicht gerne mit ein

Entschlossenheit

Eiche Ist ein entschlossener Kämpfer; gibt nicht so leicht auf

Entwicklung

Föhre Kann eine Phase nicht abschließen und nach vorne schauen; hängt in der Vergangenheit fest (z.B. will nicht erwachsen werden); will seine Zeit nicht einhalten

- Entwicklungsverzögerungen oder -störungen

Erdung

Birke Gleich zwischen zu viel Bewegung und zu viel Starrheit aus und leitet Reizüberflutung oder nervliche Überbelastung in die Erde ab

Eibe Verhilft zu einer guten Erdung, da sie Urvertrauen schenkt, durch die Erkenntnis, mit der universellen Urquelle verbunden zu sein

Olive Schenkt Kontakt zu Mutter Erde und schließt uns an diese Kraftquelle an

Pappel Erdet und beruhigt bei Aufnahme zu vieler Impulse aus der Umwelt → man kann diese nicht mehr einordnen, was Angst macht

Tanne Fühlt sich auf der Erde prinzipiell nicht wohl; hilft dabei, den Körper genießen lernen

Erfolg

Eiche Guten Erfolg haben, ohne zu übertreiben; sich den Erfolg gönnen, der einem zusteht

- Sonnt sich im Erfolg; Erfolgszwang
- Gibt den Mut, auch verlieren zu können

Olive Ist total erschöpft, geistig und körperlich am Ende; hat das verinnerlichte Programm, dass Erfolg nur mit viel Anstrengung zu erlangen ist

Erschöpfung/Schwäche/Lebensenergie

Birke Durch Reizüberflutung; die Nerven liegen blank

Efeu Erschöpfung durch Verstrickungen, aus denen man nicht herausfindet; emotionale Schlacken ziehen Lebensenergie ab, gibt den Mut, auch dort hinzusehen, wo man nicht hinsehen will

Eiche „**Kraftessenz**“; hilft in schweren und anstrengenden Zeiten durchzuhalten

- Extreme und schwere Erschöpfungszustände → ist an den Grenzen seiner Leistungsfähigkeit
- Doppel- und Dreifachbelastungen
- Dauerleistungsstress

- *Wird vor allem an Wochenenden und in der Freizeit krank*

Linde Ein Schock oder ein Trauma, das verdrängt wurde, zieht viel Kraft ab; gibt das Vertrauen, dieses Trauma zu erlösen

Olivenbaum „**Kraftessenz**“; führt wieder Lebenskraft zu, wenn man körperlich und geistig am Ende ist; große reale Erschöpfung; die Erschöpfung kann auch zu einem hyperaktiven Verhalten führen

- *Nach länger anhaltender Arbeitsüberlastung*
- *Nach längerer Krankheit*
- *In seelischen Ausnahmezuständen*
- *Chronische Erschöpfung → auch wenn der Auslöser schon länger zurückliegt*
- *Nach körperlichen Höchstleistungen → z.B. Leistungssport*
- *Schlafmangel*
- *Raubbau am eigenen Körper → zu wenig Schlaf, schlechte Ernährung, viel Stress etc.*

Pappel Enormer Energieverbrauch durch das ständige „Mitschwingen“ mit seiner Umgebung

Platane Fördert die Regenerationsfähigkeit, indem sie dabei unterstützt, schwierige Situationen aus der Vogelperspektive (Metaposition) betrachten zu können; schafft Überblick; hilft auch dabei, seinen Weg wieder zu finden, oder anstehende Entscheidungen zu treffen

- *Entspannung und Regeneration durch Loslösung von Selbstbewertungen*

Tanne Sehr kräftigend, indem sie uns inneren Frieden und Stille schenkt; kräftigt alle Organkreise

Weißdorn Chronischer Kummer, Sorgen oder Misserfolge haben die Lebensfreude untergraben; Rückzug, apathisches Verhalten;

Erwartungshaltung

Eiche Hat hohe Erwartungen an sich und andere; Verlangen nach einer hohen Position und nach Prestige

Essstörungen

Linde Magersucht durch zu starke Identifikation mit einem Ideal (z.B. Model); kann nicht bei sich bleiben; hat wenig eigene Identität und ist leicht beeinflussbar

Extrovertiertheit

Birke Kann nicht nach innen gehen, reagiert nur auf Äußeres

Linde Kann nicht bei sich bleiben und seine eigene Identität nicht abgrenzen; ist extrem leicht beeinflussbar

Pappel Ist gar nicht abgegrenzt; nimmt jeden von außen kommenden Gefühlsimpuls in sich auf und kann ihn nicht verarbeiten

Fähigkeiten, eigene

Eiche Seine Fähigkeiten erkennen und fördern

Familie

Föhre Familienfehden, da er nicht vergessen, vergeben oder loslassen kann; lebt in der Vergangenheit

- *Hilft beim Loslassen alter Familienverstrickungen → bei systemischen Therapien*

Fehler

Föhre Macht immer wieder die gleichen Fehler, da er aus der Vergangenheit nichts lernt

Platane Verzeiht sich keine Fehler, vor allem nicht bei getroffenen Fehlentscheidungen

Flexibilität

Birke Unflexibel auf allen Ebenen; bringt wieder in Fluss

Efeu Gefühl von völliger Bewegungsunfähigkeit, Festsitzen, Stagnation, „nichts geht mehr“,

Föhre Hat Angst vor Veränderungen und neuen Dingen; kann die Vergangenheit nicht loslassen und wird dadurch unflexibel

Flucht

Linde Hat starke Fluchttendenzen aus der Realität; z.B. in die Meditation, in die Krankheit; integriert sich zu stark in eine Gemeinschaft mangels eigener Identität (Problem Sektenzugehörigkeit), Flucht in die Sucht

Freude/Spaß

Birke Hilft dabei, wieder mehr Spaß zu haben; nährt das innere Kind, da wieder ein frischer Wind weht; ist der Baum der Jugendlichkeit, schenkt Leichtigkeit und Beschwingtheit

Eiche Schenkt mehr Freude und Motivation bei der Erfüllung seiner Pflichten und Aufgaben

Olivenbaum Empfindet keine Freude mehr durch einen tiefen geistigen und körperlichen Erschöpfungszustand

Tanne Alltägliche Freuden genießen können

Weißdorn die „Essenz für Lebensfreude“, öffnet das Herz und lässt wieder Freude am Leben empfinden, indem man erkennt, dass im Leben ein Rhythmus von Aktion und Ruhepausen notwendig ist; darüber hinaus harmonisiert der Weißdorn zu heftige Emotionen und Leidenschaften, die einem zu sehr „zu Herzen gehen“

Frieden

Pappel Schenkt gefühlsmäßigen Frieden und Gelassenheit

Tanne „Friedensessenz“; gibt tiefen inneren Frieden, indem es uns hilft, spirituelle Erfahrungen in den Alltag integrieren zu können; gibt viel Stille

- *Schafft Frieden in einer konfliktgeladenen Atmosphäre*

Führungsqualitäten

Eiche Entwicklung von Führungsqualitäten, indem es die innere Autorität und Macht stärkt; hilft, auch, sich zu trauen, Verantwortung zu übernehmen

Furchtlosigkeit

Pappel Kann Gefahren nicht einschätzen; hat gefühlsmäßig „dichtgemacht“ und nimmt aus seiner Umwelt nichts mehr wahr

Geborgenheit

Linde Stärkt das Gottvertrauen; sich sicher, geborgen und geschützt fühlen; vor allem nach Schocks und Traumen

Gedächtnis

Birke Kann keine Informationen mehr aufnehmen oder behalten → Reizüberflutung

Föhre Lebt nur in der Zukunft; hat seine Vergangenheit verdrängt und erinnert sich nicht mehr, z.B. keine Erinnerung an die Kindheit

Olivenbaum Gedächtnisschwäche durch eine starke geistige und körperliche Erschöpfung

Geduld

- Efeu** Unterstützt dabei, in einem Reifeprozess, der langwierig sein kann, die Geduld dafür aufzubringen
- *Unterstützt auch dabei, wenn man das Gefühl hat, nichts gehe weiter und man stecke total fest → heftige Ungeduld*
- Eiche** Sind vor allem dann ungeduldig, wenn sie krank oder verhindert sind, ihrer Arbeit und Pflicht nachzugehen; ärgern sich über die Krankheit; werden v.a. in der Freizeit krank
- *Prinzipiell sehr geduldig und ausdauernd, wenn es gilt, ein gesetztes Ziel zu erreichen*
- Olivenbaum** Kann nicht warten, alles soll gleich passieren; extreme Ungeduld in allen Lebenslagen führt zu einem Erschöpfungszustand

Gefühle/Emotionen

- Birke** Erstarrungen auf der Gefühlsebene; bringt in Fluss; lässt ungeweinte Tränen wieder fließen
- Efeu** Unterstützt dabei, belastende Emotionen abzuleiten
- Eibe** Zeigt uns den Zugang zu unseren dunklen Seelenteilen und hilft, diese zu integrieren; kann dabei helfen, Hintergründe von hartnäckigen emotionalen Unannehmlichkeiten aufzudecken
- Eiche** Empfindet Gefühlsäußerungen als Schwäche
- Linde** Zugang zu den eigenen Gefühlen haben, und diese auch wahrnehmen können; bei stark verdrängten (traumatischen) Gefühlsinhalten; Zusammenarbeit des Unbewussten mit dem Verstand; gutes Mittel bei sehr traumatischen und schmerzhaften Themen → legt sich wie ein schützender Mantel um die Seele
- Pappel** Ist entweder wehrlos den Gefühlsimpulsen aus der Umwelt ausgeliefert, weil er so „offen“ ist, oder schottet sich gegen jedes Gefühl ab; hilft, von außen kommende Emotionen zu integrieren und das richtige Maß an Durchlässigkeit zu finden → selektive Resonanz auf äußere Impulse; führt zu emotionaler Gelassenheit und gefühlsmäßigen Frieden; hilft, sich bei Bedarf entweder zu öffnen, oder sich abzuschotten
- *Emotional manipulierbar*
 - *Fühlt sich emotional seiner Umwelt ausgeliefert → emotionaler „Schwamm“*
 - *Viele diffuse Ängste und Befürchtungen*
 - *Kann schreckliche Bilder und Geschichten nicht verarbeiten*
 - *Gefühle können auch wie eingefroren sein, wenn man zu stark „dichtgemacht“ hat → reagiert nur mehr wenig auf äußere Reize → Gefühl, wie hinter einer dicken Mauer*
 - *Hat keinen verstandesmäßigen Zugriff auf seine Gefühle*
- Platane** unterstützt dabei, eine Situation objektiv und aus der Vogelperspektive heraus betrachten zu können; hilfreich, wenn man etwas nur noch emotional betrachten kann
- Weißdorn** Harmonisiert zu heftigen Emotionen und Leidenschaften, die man sich zur sehr „zu Herzen nimmt

Gehirnintegration

- Efeu** Verbindet das Unbewusste mit dem Wachbewusstsein → hat insgesamt eine stark verbindende Wirkung
- Linde** Zusammenarbeit von Wach- und Unterbewusstsein → Integration der beiden Gehirnhälften

Gelassenheit

Pappel Gleicht aus zwischen gefühlsmäßigen Rückzug und Offenheit und ermöglicht uns die harmonische Integration von Emotionen

Genussfähigkeit

Birke Sich dem Lebensfluss hingeben und genießen können; Genuss ohne Ballast, das Wesentliche und Ureigene genießen lernen und damit auskommen können

Tanne Körperliche Genüsse schätzen lernen; den eigenen Körper genießen; auch alltägliche Freuden genießen können

Gereiztheit

Birke Gereizt durch zu viele Außeneinflüsse → Reizüberflutung

Pappel Ist gereizt durch eine enorme gefühlsmäßige Offenheit; nimmt wie ein Schwamm jeden Gefühlsimpuls aus der Umgebung auf; kann sich gefühlsmäßig nicht abgrenzen

Platane Ist gereizt und ungeduldig mit anderen; hat immer gleich die beste Lösung parat

Weißdorn Heftige Gereiztheit, meist aufgrund von Misserfolgen und Fehlschlägen

Gesamtüberblick

Platane Unterstützt die Fähigkeit, Überblick zu bekommen; bringt in die Metaposition (Vogelperspektive); darin liegt die regenerative Kraft der Platane

Gewissenhaftigkeit

Eiche Gewissenhaft, verlässlich und geduldig; häufig übertriebenes Pflichtgefühl

Gewohnheiten

Föhre Hält hartnäckig an alten Gewohnheiten fest, da er die Vergangenheit nicht loslassen kann; lebt nicht im Hier und Jetzt

- *Angst vor Veränderungen und Fortschritt*

Gleichwertigkeit

Eiche Akzeptieren, dass jeder gleich ist, keiner ist mehr oder weniger wert; auch den Tieren und Pflanzen Respekt entgegenbringen; jeder ist ein wichtiger Teil des großen Ganzen

Grenzen

Eibe Hilft dabei, Resonanzen auf unangenehme Dinge aufzulösen, da sie uns unterstützt, auch die dunklen Anteile in uns zu integrieren

- *Viele Projektionen, da die verdrängte dunkel Seite sich im Außen immer wieder bemerkbar macht*

Linde Bei sich bleiben können, sich abgrenzen; die eigene Identität jederzeit wahren können

Pappel Hilft uns dabei, uns je nach Bedarf gefühlsmäßig zu öffnen oder abzuschotten; wenn man entweder zu offen ist und dadurch jeden Gefühlsimpuls aus der Umwelt aufnimmt, oder sich total verschließt, sodass man die Gefühle anderer gar nicht mehr wahrnehmen kann

Großzügigkeit

Eiche Trägt viel Verantwortung für andere und kann seinen Schutzbefohlenen gegenüber auch großzügig sein, allerdings nur in der Art, wie es ihm selbst als gut erscheint

Gruppenarbeit

Eiche Damit in einer Gruppe mehr Gleichberechtigung herrscht
 - *Autoritätsprobleme*

Handlungsfähigkeit

Efeu Handlungsunfähigkeit durch Verstrickungen; Stagnation

Eiche Einfach tun, was getan werden muss, und das bis an die Grenzen seiner Leistungsfähigkeit; ist überarbeitet und erschöpft, macht aber trotzdem weiter

Platane Unterstützt dabei, zu erkennen, welcher der richtige Weg ist, den es einzuschlagen gilt; Erkenntnis, dass alles richtig ist → Tun oder Nichtstun, es kommt immer auf den inneren Standpunkt an

- *Wertfreiheit des Tun*
- *Handlungsfreiheit durch Eigenliebe und Selbstvergebung*
- *Überlegt viel zu lange, bevor er überhaupt irgendetwas tut → kann sich nicht entscheiden*

Harmonie

Birke Gibt das Gefühl innerer Ruhe

Eibe Bringt Harmonie und innere Ruhe durch eine ganzheitliche Sicht der Dinge; hilft, auch die dunklen Anteile ins Auge sehen zu können; ganzheitliche Betrachtungsweise

Eiche Hilft, die Gleichwertigkeit aller anzuerkennen → jeder ist ein wichtiger Teil des Ganzen

Linde In Harmonie mit seiner Umwelt leben; Geben und Nehmen kommt ins Gleichgewicht

Tanne Realismus und Idealismus sind in Ausgleich; Gefühl von inneren Frieden

Weißdorn Gleicht männliche und weibliche Anteile aus; bringt zu heftige Emotionen und Leidenschaften in Harmonie, lässt erkennen, dass es einen Ausgleich zwischen Aktionen und Ruhepausen im Leben geben muss; bringt verlorene Lebensfreude zurück

Harmoniebedürftig

Linde Hat ein starkes Harmoniebedürfnis, da er seine Identität aus dem Gegenüber bezieht; Auslöser für die schwache Identität ist ein Trauma oder ein Schock

Härte

Eiche Ist ein harter Arbeiter und Kämpfer; hat kein Verständnis für die Schwächen anderer

Heimweh

Föhre Träumt von der guten alten Zeit; kann keine Veränderung akzeptieren

Helfersyndrom

Linde Opfert sich auf, da er zu viel Mitleid mit allen anderen empfindet und seine eigene Identität nicht lebt

Herausforderungen

Eiche Nimmt jede Herausforderung im Leben an und meistert sie; Kämpfernatur; erschöpft sich häufig dabei

Hier und Jetzt

Föhre Im Hier und Jetzt leben; Erfahrungen aus der Vergangenheit integrieren und vertrauensvoll in die Zukunft blicken können; den Zeitgeist akzeptieren

Hilflosigkeit

Eiche Gefühl der Ohnmacht; kann die eigene Macht nicht annehmen

Linde Hat das Vertrauen in alles verloren; fehlendes Gottvertrauen

Olivenbaum Fühlt sich hilflos und ohnmächtig aufgrund einer starken geistigen und körperlichen Erschöpfung

Hingabe

Birke Sich dem Lebensfluss hingeben

Hochmut

Eiche Hält sich für etwas Bessere als die anderen; Hochmut kraft einer höheren Stellung; sieht auf andere herab

Hoffnung

Eibe Unterstützt in Krisensituationen, in denen Verzweiflung herrscht und man denkt, nicht mehr herauszukommen → man sieht das Licht nicht mehr

Hyperaktivität

Birke Enorme körperliche Unruhe durch zu viele Eindrücke von außen → Zappelphilipp

- *Ständige Impulse und Einflüsse von außen*
- *Erdet*
- *Beruhigt das überstrapazierte Nervensystem*

Olivenbaum Immer in Bewegung, immer am Tun; erschöpft sich vollständig, sowohl körperlich als auch geistig → kann dann auf einmal nicht mehr, ist am Ende

- *Hyperaktivität durch Erschöpfung*

Pappel Kann die von außen kommenden Gefühlsimpulse sehr schlecht integrieren; kann sich emotional nicht abgrenzen

- *Nimmt alle Gefühle aus seiner Umgebung wahr*
- *Spürt alles → sogar Dinge aus der Astralwelt*
- *Wetterfühligkeit*

Hysterie

Birke Kann hysterisch werden wegen überreizter Nerven durch zu viele Außeneinflüsse

- *Nervenzusammenbruch*

Idealisierung

Linde eifert Idealen nach; hat seine Identität durch ein traumatisches Erlebnis verloren

Tanne sehr idealistische Lebensbetrachtung; blendet materielle Dinge aus

Identität

Eibe Nimmt seine dunklen seelischen Anteile nicht an, verdrängt diese

Linde Kann seine Identität nur schwer abgrenzen, gibt diese zugunsten anderer auf; ist sehr leicht beeinflussbar; Auslöser war meist ein Schock oder ein Trauma

Inneres Kind

Pappel Schafft einen guten Zugang zum Inneren Kind, das für unsere Emotionen verantwortlich ist

Kämpfernatur/Kampfbereitschaft

Eiche Kämpfernatur; gibt nicht auf

Katalysator

Birke Bringt alles in Bewegung, „bereitet das Terrain für Neues vor“

Kinder

Birke Bei Reizüberflutung nach zu viel Fernsehen, Computern oder ähnlichem

- *Kinder, die aus Überreizung nicht einschlafen können*
- *Wenn Kinder total überdreht sind*

Föhre Entwicklungsverzögerungen → wollen die Vergangenheit nicht hinter sich lassen

- *Angst vor Veränderungen*
- *Starkes Heimweh*

Linde Bei Schocks oder Traumen

Olivenbaum Bei geistiger und körperlicher Schwäche, z.B. nach einer Krankheit, Sorgen etc.

- *Hyperaktivität aus Erschöpfung*

Pappel Sensible und ängstliche Kinder, die zu offen sind, und alles aus ihrer Umwelt aufnehmen; oder aber eine scheinbare Furchtlosigkeit, da sie sich gefühlsmäßig abgeschottet haben; sie scheinen wenig einfühlsam

- *Angst in der Dunkelheit*
- *Viele diffuse, nicht greifbare Ängste und Phobien*
- *Schlafstörungen aufgrund von Ängsten*
- *Alpträume → Angst vorm Schlafengehen*
- *Starke Wetterfühligkeit*
- *Wenn schlimme Bilder oder Geschichten Angst machen und nicht verkräftet werden → z.B. nicht altersgerechte Filme etc.*

Kommunikation

Birke Bringt erfüllende Kommunikation und Austausch mit der Umwelt; bringt die Kommunikation in Fluss

Eiche Behandelt andere von oben herab, autoritär und arrogant, da er sich für etwas Besseres hält; schafft Gleichwertigkeit in der Kommunikation

Tanne Will sich mit vermeintlichen Banalitäten nicht beschäftigen

- *Mag keinen Small-Talk oder oberflächliche Gespräche*
- *Fühlen sich oft anderen Menschen geistig überlegen*

Konflikt

Platane Nimmt gerne die Vermittlerposition ein, da er nicht in der Lage ist zu entscheiden, auf welche Seite er sich schlagen soll; kann den eigenen Standpunkt nicht finden

Tanne Bringt Frieden in eine konfliktgeladene Atmosphäre

Kontaktschwierigkeiten

Birke Hat wenig Interesse an Informationen und Kontakten mit seiner Umwelt → ist zu erstarrt

Eiche Arrogant; fühlt sich als etwas Besseres, sieht auf die anderen herab; kommuniziert nur mit seinesgleichen

Föhre Ist misstrauisch aufgrund schlechter Erfahrungen, die er nicht loslassen kann

Linde Rückzug durch enorme Verletzlichkeit, meist ausgelöst durch einen Schock oder ein Trauma; ständiges Bedrohungsgefühl

Pappel Kann die Gefühle anderer nicht wahrnehmen, da er eine dicke seelische Mauer um sich herum errichtet hat

Tanne Lehnt Oberflächlichkeit ab, will nur Gespräche mit tieferen Sinn führen, oder alles spirituell sehen

Weißdorn völliger Rückzug durch verlorene Lebensfreude;

- *Chronischer Kummer und Sorgen*
- *Ausgebranntsein durch eine Lebensführung „ohne Punkt und Komma“*
- *Man nimmt sich zu viel „zu Herzen“*

Kraft

Eiche Gibt die Stärke durchzuhalten und auch in Zeiten großer Herausforderungen die Kraft zu behalten; ist meist sehr zäh und scheint unendliche Kraftreserven zu haben

- *Stärkt die Fähigkeit, die eigenen Kraftreserven anzuzapfen und diese optimal zu nützen*

Olivenbaum bei totaler körperlicher und geistiger Erschöpfung, nach Zeiten großer Anstrengung; gibt neue Kraftreserven;

Krise

Eibe Unterstützt in Krisensituationen, in denen man verzweifelt ist, und man glaubt, nicht mehr herauszukommen → man sieht das Licht nicht mehr

Leichtigkeit des Seins

Birke Schenkt Leichtigkeit und Freude durch Entgiftung und Entschlackung auf allen Ebenen

Leistungsdenken

Eiche Stellt hohe Anforderungen an sich selbst und andere

- *Definiert sich nur über seine Leistungen*

Lernen/Lernprobleme/Legasthenie

Birke Konzentrationsprobleme, da die Sinne abschalten, da zu viele Eindrücke nicht mehr bewältigt werden können → Überschreiten der Reizschwelle; Informationen können nicht richtig eingeordnet werden;

- *Hyperaktivität;*
- *verhilft zu mehr Ruhe und erdet*
- *verbessert die Aufnahmefähigkeit*

Föhre Erfahrungen in die Gegenwart integrieren können; Gelerntes immer wieder abrufbereit halten; lernt nichts aus Erfahrungen

- *Hilft, Gelerntes besser abspeichern zu können*
- *Steigert das Erinnerungsvermögen*

Linde Integriert die beiden Gehirnhälften (Gefühle und Verstand); wenn Ängste und unbewusste traumatische Gefühle blockieren

Liebe

Eiche Ist hart zu sich selbst, stellt hohe Ansprüche an sich; definiert sich nur über seine Leistungen; wenig Eigenliebe, treibt sich um jeden Preis zu Höchstleistungen an

Linde Der Baum des liebevollen Miteinanders; hat das Vertrauen in alles verloren;

- *Hat kein Mitgefühl mit anderen und auch nicht mit sich selbst*
- *Hilft, einen liebevolleren Umgang mit sich und anderen zu finden*

- *Sich selbst annehmen* → „ich bin in Ordnung, so wie ich bin“

Loslassen

Eibe Erleichtert das Loslassen in allen seinen Aspekten → verhilft zu dem Gefühl mit der universellen Urquelle tief verbunden zu sein und lässt uns somit erkennen, schenkt somit Vertrauen ins Leben

Föhre Altes loslassen und Neues zulassen; der typische Sammler

Tanne Loslassen materieller Dinge fällt schwer

Macht

Eiche Annehmen der eigenen inneren Macht und Autorität

- *Machtausübung aufgrund einer Position*
- *Allmachtgefühl*
- *Schafft an, gibt vor, was getan werden muss*
- *Nutzt andere aus*
- *Will hoch hinaus*

Materialismus

Eiche Hat ein großes Verlangen nach Prestigeobjekten und Statussymbolen; wichtig ist die gesellschaftliche Stellung und nicht der Mensch

Tanne Lehnt Spiritualität komplett ab; materieller Besitz ist wichtig für das Selbstvertrauen

Missbrauchssituationen

Linde Hilft, den Schock, der durch eine Missbrauchssituation entstanden ist, aufzuarbeiten und wieder mehr Vertrauen in das Leben zu bekommen

- *Totaler Rückzug von der Umwelt, oder*
- *Verlust der Identität*

Misserfolge

Weißdorn starke Gereiztheit und Aggression durch Fehlschläge und Misserfolge; lässt akzeptieren, dass eine Ruhepause nötig ist, um den nächsten Schritt zu machen

Misstrauen

Föhre Kann schlechte Erfahrungen aus der Vergangenheit nicht loslassen; ist daher misstrauisch; kann nicht vergeben oder vergessen

Linde Durch ein ständiges unterschwelliges Gefühl der Bedrohung; enorme Verletzlichkeit; meist ausgelöst durch einen Schock oder ein Trauma

Mitgefühl

Linde Mitgefühl mit anderen Lebewesen haben, aber trotzdem bei sich bleiben und die eigenen Grenzen wahren können; zu wenig oder zu viel Mitleid mit anderen haben

Pappel Enormes Mitleid, da er alle emotionalen Impulse aus seiner Umgebung in sich „aufsaugt“; schwingen mit ihrer Umgebung mit

- Oder: wenig einfühlsam, da aufgrund von starker emotionaler Abschottung die Gefühle anderer nicht mehr wahrgenommen werden können

Moral

Eiche Hat hohe Moralvorstellungen und akzeptiert kein Abweichen davon

Motivation

Birke Hat prinzipiell Probleme mit dem Anfangen, da er in irgendeiner Form erstarrt ist; bringt in Fluss; **Essenz für den Neubeginn**

Olivenbaum Ist geistig und körperlich zu erschöpft, um motiviert zu sein

Weißdorn Völliger Rückzug aus chronischem Kummer und Sorgen, aber auch aus Misserfolgen heraus, sieht sich vor unüberwindlichen Barrieren

Mut

Pappel Für ängstliche Menschen, da sie sich gefühlsmäßig nicht abgrenzen können; gibt mehr Mut und stärkt

Nervosität

Birke Schenkt innere Ruhe, wenn zu viele Eindrücke von außen auf einen einströmen; Reizüberflutung; hat überreizte Nerven und Sinne; starke körperliche Unruhe; ist ein Nervenbündel

Eibe Bringt Harmonie und innere Ruhe durch Einblick in die dunklen seelischen Anteile und Integration derselben

Pappel Starke Unruhe, da er die ankommenden emotionalen Impulse aus der Umgebung nicht integrieren kann; kann sich gefühlsmäßig nicht abgrenzen;

- *Zittern, Gänsehaut und Zähneklappern*

Platane Entspannung und Regeneration durch Loslösung von Selbstbewertungen; bringt in die Vogelperspektive, um eine objektive Betrachtungsweise finden zu können

Tanne Gibt inneren Frieden und Stille, indem sie uns hilft, spirituelle Themen und Erfahrungen in den Alltag zu integrieren; Ruhe und Frieden wahrnehmen können

- *Sich in der Stille wohlfühlen*

Olivenbaum Ist immer am Sprung; „volle Kraft voraus“; kann nicht entspannen und erschöpft sich total

- *Hektik und Gereiztheit → Unfallgefahr*

Weißdorn Starke Nervosität;

- *Empörung, wenn man sich übergangen fühlt;*
- *Wenn man etwas nicht erreicht hat, was einem eine Herzensangelegenheit ist*

Nervenzusammenbruch

Birke Totale Überreizung der Nerven → „Nervenbündel“; starke Reizüberflutung; ist mit den Nerven am Ende; bringt Ruhe

Pappel Totale Überschwemmung der Sinne mit Schwingungen und Energien – auch aus der Astralebene; kann sich nicht abgrenzen, die Antennen sind immer auf Empfang ausgerichtet

Neubeginn

Birke „**Neubeginnessenz**“; die Birke ist der traditionelle Baum des Neubeginns; sie bringt Dinge in Gang, regt den Fluss an und reinigt von alten „Schlacken“

Föhre Die Vergangenheit loslassen, um dem Neuen Platz zu machen

Neurosen und andere psychische Probleme

Eibe Beruhigt in Krisensituationen, indem es leichter wird, sich mit seiner dunklen Seite auseinanderzusetzen; hat Angst davor, andere energetische Ebenen wahrzunehmen (z.B. bei Hellsichtigkeit)

Föhre Zwangshandlungen; kann nicht loslassen

Linde Durch traumatische Erlebnisse und Schocks; tief verdrängte schmerzhaft Gefühlsinhalte (schützt und gibt das Gefühl, sicher und geborgen zu sein)

Pappel Paranoia und Wahnvorstellungen durch nicht integrierbare Impulse von außen; kann sich nicht abschotten

Notfälle

Birke Bei total überreizten Nerven und Reizüberflutung; findet nicht mehr zur Ruhe

- *Nervenzusammenbruch*

Eibe Wenn man sich von dunklen Energien total überwältigt fühlt

Eiche Schwere Erschöpfungszustände durch Überarbeitung und Überforderung

- *Durch Sport oder schwere körperliche Arbeit*
- *Wenn man vor Erschöpfung nicht mehr einschlafen kann*

Föhre NUR unterstützend bei Asthmaanfällen und anderen Atembeschwerden

Linde Schocks und Traumen; kann diese Erlebnisse und Bilder nicht verarbeiten; ist nicht mehr bei sich

- *Schwindel und Ohnmachten durch Schockerlebnisse*
- *Neutralisiert den Schock in den verletzten Geweben und fördert so die Heilung*

Pappel Kann sich gefühlsmäßigen Impulsen aus dem Umfeld gegenüber nicht mehr abgrenzen

- *Panikattacken*
- *Starke Angst in der Dunkelheit → v.a. Kinder; kann nicht mehr einschlafen aus Angst vor Alpträumen*
- *Schlafwandeln*
- *Nervöse Kreislaufbeschwerden mit einer Neigung zu Ohnmachten*
- *Heftige allergische Reaktionen → NUR unterstützend*

Oberflächlichkeit

Tanne Ist entweder nur an materiellen Inhalten interessiert, oder lehnt Banales, wie z.B. Small-Talk komplett ab

Opferrolle

Linde Aufopferungstendenzen aus zu großem Mitleid mit anderen; lebt die eigenen Identität nicht; übernimmt häufig die Leiden anderer; Auslöser ist meist ein Schock oder ein Trauma

Orientierungslosigkeit

Linde Durch Schocks, Ängste oder verdrängte traumatische Gefühlsinhalte

Pubertät

Birke Hilft, einen ausgeglichenen Austausch an Kontakten und Informationen herzustellen

- *Bei starker Reizüberflutung → zu viel Computerspielen, Fernsehen etc.*
- *Bei Zurückgezogenheit und mangelndem Interesse an der Umwelt → will z.B. nur mehr Computer spielen, hat dann wegen einer starken Überreizung der Sinne den Kontakt zur Umwelt verloren*
- *Nervenbündel*

Eiche Autoritätsprobleme, Vaterproblematik

Linde Folgen von Schocks oder Traumen → zieht sich entweder stark in sich zurück, oder es kommt zum Identitätsverlust

- *Orientierungslosigkeit*
- *Suchtproblematiken*

- *Empfindungslosigkeit*
- *Flucht in die Krankheit*

Olivenbaum Bei seelischer, geistiger und körperlicher Erschöpfung;

- *Auch Hyperaktivität aus Erschöpfung heraus*

Pappel Ängstliche Grundkonstitution, weil man sich nicht abgrenzen kann; man ist zu offen und nimmt jeden Gefühlsimpuls aus der Umgebung auf;

- *Entweder kommt es zu Nervosität und starken Ängsten*
- *Oder Man baut eine Mauer um sich, und kann die Gefühle der anderen nicht mehr wahrnehmen*

Platane „Wegbereiteressenz“; Wenn man seinen Weg nicht finden kann; Entscheidungsschwäche

Tanne Gut in einer sehr konfliktgeladenen Atmosphäre; bringt Frieden, innere Ruhe und Stille

Realitätsbewusstsein

Tanne Bringt einen guten Ausgleich zwischen Realität und Idealismus

- *Hat entweder eine zu idealistische Lebenshaltung oder ist zu realistisch*
- *Was nicht beweisbar ist, kann nicht existieren*

Regeneration

Eiche Gibt wieder Kraft, wenn man sich völlig überfordert hat

Olivenbaum Unterstützt die Regeneration auch bei schweren körperlichen Erschöpfungszuständen

Platane Unterstützt die Regeneration, indem sie hilft, die Dinge aus der Vogelperspektive zu erfassen

Weißdorn Gibt die nötige Erholung nach einer Phase großer Anstrengung; hilft zu akzeptieren, dass man eine Ruhepause dringend nötig hat; bringt die Lebensfreude zurück

- *Stress wird in der Brust und vor allem im Herzen empfunden*
- *Unterstützt die Regeneration nach längeren Krankheiten, vor alle jene, die das Herz schwächen, indem der Weißdorn die Lebensfreude zurückgibt*

Reifeprozess

Efeu unterstützt den Reifeprozess, indem er das Unbewusste mit dem Bewussten verbindet, Verbindungen zwischen einzelnen Persönlichkeitsanteilen schafft und damit vieles verständlicher macht

Reinigung

Birke Bringt Erstarrtes ins Fließen; ist ein großer Reiniger, da nicht mehr Benötigtes ausgeschwemmt werden kann; befreit von Schlacken und „klärt das Terrain“ für Neues

Efeu Leitet alte emotionale Schlacken aus

Eibe Reinigt die Aura von dunklen Energien

Linde Reinigt das Unterbewusstsein von blockierenden, verdrängten Inhalten → v.a. Traumen und Schocks

Platane Reinigt und klärt das mentale Zentrum; schafft Überblick

Reizüberflutung

Birke Reduziert die Reizschwelle bei extremer Empfindlichkeit gegenüber äußeren Einflüssen

- *Ist ein Nervenbündel*

Pappel Emotionale Reizüberflutung; durch zu viele gefühlsmäßige Impulse aus der Umwelt, die man nicht mehr integrieren kann; häufig kommt es dadurch zu Angstzuständen

Rhythmus, eigener

Weißdorn Harmonisiert Ungleichgewichte im Lebensrhythmus, hilft dabei, das Gefühl für einen Rhythmus zu bekommen und zu verstehen, dass im Leben eine Abwechslung von Aktionen und Pausen notwendig ist

- *Unrhythmischer Lebenswandel wird im Herzen empfunden → Herzrhythmusstörungen*

Schocks und Traumen

Birke Wenn traumatische oder schockierende Erlebnisse ein Therapieblockade auslösen → wirkt lösend

Linde „**Schockessenz**“; reinigt das Unbewusste von verdrängten blockierenden traumatischen Inhalten und gibt wieder Urvertrauen

Schönheit

Birke Natürliches Schönheits- und Verjüngungsmittel; Baum der Venus

Schuldgefühle

Eibe Fühlt sich schuldig wegen seiner dunklen Anteile, die er als „schlecht“ erachtet; blendet diese aus und sieht nicht hin

Föhre Laden sich gerne ein „Kreuz“ auf; kann die Vergangenheit nicht loslassen

Platane Schuldgefühle wegen „falsch“ getroffener Entscheidungen

Schutz

Eiche Will andere schützen, weil er die Verantwortung für sie trägt; erschöpft sich oft dadurch

Linde Schützt vor Speicherung von Schocks und traumatischen Erlebnissen; legt sich wie ein schützender Mantel um die Seele

Pappel Schützt die Emotionalebene vor unkontrollierter Aufnahme von Gefühlsimpulsen aus der Umwelt

Weißdorn Schenkt Schutz vor zu viel Hektik und Druck; lässt einem zur Ruhe kommen, bevor man einen nächsten Schritt setzt

Selbstvertrauen/Selbstwert/Selbstannahme

Eiche Erkennen, dass alle Menschen gleich sind; Annehmen der eigenen Macht

- *Die eigenen Schwächen kennen und dazu stehen lernen*

Linde Sich selbst annehmen – „ich bin in Ordnung, so wie ich bin“

Platane Macht es leichter, sich auch Fehler zuzugestehen; Selbstvergebung und Loslösung von Selbstbewertungen

Tanne Selbstwertgefühl hängt oft von materiellem Besitz ab

Sensibilität

Birke Ist schnell reizüberflutet aufgrund eines empfindlichen Nervensystems

Pappel Hyper- oder Hyposensibilität; lässt uns das richtige Maß an gefühlsmäßiger Durchlässigkeit finden

- *Hilft auch, eine erhöhte Sensibilität schätzen zu lernen und in die richtigen Bahnen zu lenken*
- *Kann sich gut in andere Menschen und Lebewesen hineinversetzen*
- *Wetterfühligkeit*
- *Oder: nimmt die Gefühle anderer gar nicht mehr wahr, da er „dichtgemacht“ hat*

Sicherheit

Eiche Braucht die Sicherheit einer prestigeträchtigen Position und materiellen Status

Föhre Verlangt die Sicherheit des Altvertrauten; Veränderungen und Fortschritt verunsichern

Linde Gibt das Gefühl von Sicherheit durch Stärkung des Gottvertrauens; führt zur Erkenntnis, dass man ein Teil des großen Ganzen ist; ist wie ein schützender Mantel um die Seele
 - *Wenn man sich seit einem Schock oder Trauma sehr unsicher und bedroht fühlt*

Tanne Fühlt sich nur mit materiellen Dingen sicher

Sichtweise → siehe auch Wahrnehmung

Eibe Bringt eine ganzheitliche Sicht der Dinge, indem sie hilft, auch die dunklen Anteile betrachten zu können

Spiritualität

Föhre Verlässt sich nur auf Vorhersagen wie Horoskope, Wahrsagerei etc. → lebt nicht im Moment, ist vor allem auf eine „bessere“ Zukunft ausgerichtet; versteht nicht, dass die Zukunft im Hier und Jetzt erschaffen wird

Linde Ablehnen oder Verleugnen von Spiritualität oder Religion, da er das Vertrauen verloren hat

Pappel zu große Offenheit für Schwingungen und Energien; wenn man sich dagegen nicht abgrenzen kann und Angstzustände auftreten

Tanne Lehnt Spiritualität entweder total ab, oder verleugnet andererseits die Materie; Spiritualität zu einem Teil des täglichen Lebens werden lassen

Stabilität

Birke Stabilisiert bei starker Unruhe und nervlicher Überlastung durch Reizüberflutung, da die ankommenden Reize nicht abgeleitet werden können; bringt Ruhe bei überreizten Nerven

Efeu gibt Halt und Stabilität in schwierigen Situationen, in dem er Verbindungen zu brachgelegten Ressourcen schaffen kann

Pappel Halt und Stabilität in sich selbst finden; sucht Schutz und Halt bei anderen aufgrund emotionaler Offenheit und der Unfähigkeit, sich gegen von außen kommende Gefühlsimpulse abzugrenzen

Tanne Braucht materielle Sicherheit und Stabilität; spirituelle oder geistige Dinge verunsichern

Starrheit

Birke Erstarrung und Verhärtung im Denken und Fühlen; bringt wieder in Fluss; bringt z.B. nicht geweinte Tränen wieder in Fluss

Stille

Tanne Bringt inneren Frieden und Stille

- *Sich in der Stille wohlfühlen*

Stolz

Eiche Ist sehr stolz; würde niemals aufgeben, oder sich Schwächen zugestehen; Position und Statussymbole sind wichtig

Strenge

Eiche Ist streng und autoritär; lässt den anderen nichts durchgehen

Stress

- Birke** Gefühl, dass die Nerven blank liegen; zu viele Informationen und Eindrücke auf einmal; enorme körperliche Unruhe
- Eiche** Extremes Leistungsdenken; ist an den Grenzen seiner Leistungsfähigkeit
- *Dauerleistungsstress*
- Pappel** Steht unter Stress, da alle Schwingungen aus dem Umfeld angenommen werden; kann sich nicht abgrenzen
- Platane** Nimmt den Stress durch Wahrnehmung einer Situation aus der Vogelperspektive, sie bringt Überblick
- *Bringt Gelassenheit*
- *Stress durch Entscheidungsunfähigkeit*
- Weißdorn** Stress durch starken Druck von außen und innen; hilft, zu akzeptieren, dass man eine Ruhepause dringend nötig hat; schenkt Ruhe und Erholung, bevor man mögliche nächste Schritte in Angriff nimmt
- *Stress wird in der Brust (Herzgegend) empfunden*

Sucht/Abhängigkeit

- Eibe** Flüchtet vor seinen Schattenseiten in die Sucht
- *Medikamentenabhängigkeit → will die Ursachen nicht anschauen*
- Linde** Flucht Tendenzen; lebt seine eigene Identität nicht aus; lässt sich sehr leicht beeinflussen; Flucht in die Droge; meist ausgelöst durch einen Schock oder ein Trauma
- Pappel** Zustände nach Drogenmissbrauch; kann die vielen ankommenden emotionalen Impulse aus der Umwelt nicht mehr einordnen; hat Angstzustände und Flashbacks

Toleranz

- Eiche** Fördert mehr Toleranz gegenüber Schwächeren, die nicht so viel Energie haben, ständig zu arbeiten

Trägheit/Faulheit

- Birke** Ist erstarrt und unbeweglich; nichts fließt mehr; bringt wieder in Bewegung
- Olivenbaum** Ist träge aufgrund seelischer und körperlicher Erschöpfung

Trauer/Kummer

- Eibe** Bei tiefer Verzweiflung und Krisenstimmung, wenn man glaubt, nicht mehr herauszukommen – man sieht das Licht nicht mehr
- Föhre** Kann die Vergangenheit nicht loslassen; kann über bestimmte Dinge nicht hinwegkommen
- Weißdorn** großer Herzenskummer macht apathisch und lethargisch; Lebensfreude ist verloren gegangen;
- *z.B. Liebeskummer*
- *Kummer, wenn man sich übergangen fühlt*
- *Kummer, wenn man etwas nicht erreicht, was einem eine „Herzensangelegenheit“ ist*
- *chronischer Kummer und Sorgen, die „zu Herzen gehen“*

Träume

- Linde** Bei Angst in der Dunkelheit; Alpträume aufgrund eines Traumas oder eines Schocks
- Pappel** Angst in der Dunkelheit und vor dem Alleinsein; Alpträume wegen starker Phantasien; ist emotional sehr offen, nimmt jeden Impuls aus der Umgebung auf
- *Angst vor dem Einschlafen wegen der Alpträume*

- *Hypersensibilität*

Überblick

Platane „**Überblicksessenz**“; hilft beim Erreichen einer übergreifenden Betrachtungsweise; regenerierende Kraft

Überforderung

Eiche Arbeitet so lange, bis er nicht mehr kann; gibt nicht auf; Kämpfernatur

Olivenbaum Komplette überfordert und erschöpft, sowohl geistig als auch körperlich

Weißdorn Neigung zu einer permanenten Überforderung; lebt ein Leben ohne „Punkt und Komma“; dies schlägt sich aufs Herz

Unabhängigkeit

Efeu Gefühl von völliger Bewegungsunfähigkeit; es droht einem die Luft abzuschneiden; Gefühl von Unfreiheit und Einschränkungen; Abhängigkeitsgefühle; hat eine sehr befreiende Energie

- *Hat ein starkes Verlangen danach, sich anzuklammern*

Eiche Handelt unreflektiert nach den Anleitungen anderer → Befehlsempfänger; scheint für andere tüchtig und fleißig; ist ein Systemerhalter

Linde Innere Unabhängigkeit durch Aufarbeitung aller Schocks und Traumata; gibt Gottvertrauen, so dass man niemanden braucht, der einem Sicherheit gibt; schafft Verbindung zur göttlichen Urquelle

- *Bei der Furcht vorm Alleinsein*

Olivenbaum Wenn man sich aufgrund starker körperlicher und geistiger Erschöpfung von anderen abhängig fühlt

Ursachenforschung

Efeu deckt auf, was man unbedingt vor sich selbst verbergen möchte; bricht alte und verhärtete Strukturen auf;

- *Schafft Verbindungen zu den einzelnen Anteilen der Persönlichkeit, wodurch vieles verständlicher wird*

Eibe Nimmt die Angst, tief in seine dunklen Seiten hineinzuschauen

Veränderungen

Efeu Unterstützt in Übergangssituationen und Veränderungsphasen, wenn man nicht weiter weiß und das Gefühl hat, fest zu sitzen

Eibe Hilft bei der Auseinandersetzung mit Problemen, die hartnäckig immer wieder auftauchen und für die man augenscheinlich keine Erklärung finden kann

- *Hilfreich bei Transformationsprozessen*

Föhre Die Vergangenheit loslassen und Veränderungen akzeptieren; den Zeitgeist akzeptieren

- *Viel Verlangen nach Neuem und Veränderungen oder*
- *Angst vor Veränderungen → kann die Vergangenheit nicht loslassen*
- *Lehnt Traditionen ab*

Olivenbaum Erschöpfungszustände in Zeiten großer Veränderungen oder in Übergangsphasen

Tanne Kann mit Veränderungen nicht gut umgehen; braucht die Sicherheit und Stabilität der Materie

Verantwortung

Eiche Annehmen und Akzeptieren von Verantwortung; sich seiner Verantwortung bewusst sein

- *Ladet sich zu viel Verantwortung auf – übernimmt diese auch freiwillig, obwohl es gar nicht nötig ist*

Platane Verantwortung für seine getroffenen Entscheidungen übernehmen können und dazu stehen

Vergangenheit

Föhre Mit der Vergangenheit Frieden schließen; aus der Vergangenheit Kraft für die Zukunft schöpfen

Verdrängung

Eibe Verdrängt seine dunklen Anteile, seinen Schatten

Föhre Lebt nur in der Zukunft; hat seine Vergangenheit verdrängt und erinnert sich nicht mehr

- *z.B. keine Erinnerung an die Kindheit*

Linde Hilft, verdrängte Schocks und Traumen aufzuarbeiten; reinigt das Unterbewusstsein von blockierenden, verdrängten Inhalten

Vergeben

Föhre Sehr nachtragend; kann nicht vergessen was geschehen ist; leicht beleidigt

Platane Selbstvergebung, falls man einmal einen Fehler gemacht hat

Verletzlichkeit

Linde Ist sehr verletzlich durch ein nicht verarbeitetes Trauma oder einen Schock

Versöhnung

Föhre Aussöhnung mit der Vergangenheit

Verstrickungen

Efeu Hilft dabei, sich aus Verstrickungen zu lösen und wieder Bewegung ins Leben zu bringen und seinen eigenen Weg zu gehen

Vertrauen

Eibe schenkt Vertrauen ins Leben, da sie ein Gefühl unterstützt, mit der universellen Urquelle verbunden zu sein

Föhre Voller Vertrauen in die Zukunft blicken und die Vergangenheit loslassen können

Linde Baum des Gottvertrauens; **Vertrauensessenz**; gibt das Wissen, dass man ein Teil des großen Ganzen ist und man immer mit der göttlichen Urquelle verbunden ist

- *Gibt Ur- und Gottvertrauen*

Verwirrung

Birke Starke, meist körperliche Unruhe; zu viele Eindrücke von außen, man kann die ankommenden Informationen nicht mehr einordnen

- *Hilft abzuleiten und zu erden*

Linde Orientierungslos durch Identitätsverlust; kann nicht mehr unterscheiden zwischen Außen und sich selbst; sucht seine Identität im Außen → leicht beeinflussbar, Abhängigkeiten, Sektenzugehörigkeit etc.

- *Auslöser war meist ein Schock oder ein Trauma*

Pappel Verwirrt, da er die vielen emotionalen Impulse aus der Umwelt, die er aufnimmt, nicht integrieren kann

Verzweiflung

Eibe Unterstützt in Krisensituationen, in denen tiefe Verzweiflung herrscht, und man glaubt, da nicht mehr herauszukommen; bringt Harmonie und innere Ruhe

Wahrnehmung

Birke Hilft, Sinneseindrücke besser verarbeiten zu können; bei Reizüberflutung als auch bei abgestumpften Sinnen

- *Wenn die Sinne durch die Überschreitung der Reizschwelle abschalten*

Linde Empfindungslosigkeit durch starken Rückzug in sich selbst durch Nichtverarbeitung eines Traumas oder eines Schocks

Pappel Totale Überschwemmung aller Sinne mit Energien und Schwingungen aus dem Umfeld; Antennen sind immer auf Empfang gerichtet; kann sich nicht abgrenzen

Weg

Efeu lässt einen erkennen, dass man auf dem falschen Weg ist und hilft dabei, inne zu halten und die Ziele nochmals zu überprüfen

- *Meist hat man dabei das Gefühl, total festgefahren und verstrickt zu sein*

Platane „**Wegbereiteressenz**“; zeigt mögliche Wege an, wenn man es nicht schafft, sich auf den Weg zu machen; hilft Entscheidungen zu treffen

Weiblichkeit

Birke Natürliches Schönheits- und Verjüngungsmittel; Baum der Venus; hilft, Leichtigkeit, Freude und Spaß zu empfinden; spricht das innere Mädchen an

Wetterfühligkeit

Pappel Ist gefühlsmäßig sehr offen und nimmt somit jeden Impuls und jede Schwingung aus der Umgebung wahr und reagiert darauf unkontrolliert, da er sie nicht integrieren kann

Zeit

Föhre Hat es immer eilig aus dem Gefühl heraus, dass die Zeit davon läuft; kann nicht im Hier und Jetzt bleiben, ist immer schon einen Schritt voraus in der Zukunft

Olivenbaum Erschöpft durch zu viel Arbeit unter Zeitdruck; ist am Ende

Ziele

Efeu Wenn man das Gefühl hat, auf dem falschen Weg zu sein; hilft dabei, inne zu halten und die Ziele nochmals zu überprüfen, indem der Efeu aus den Verstrickungen befreit

Zufriedenheit

Birke Gibt Ausgleich zwischen Ruhe und Bewegung; schafft Zufriedenheit mit dem Ort, an dem man lebt → eine Birke lässt sich nur sehr schwer verpflanzen

Zukunft

Föhre Lebt nur in der Zukunft

II. ANWENDUNGSMÖGLICHKEITEN BEI DER SPIRITUELLEN ARBEIT

Allgemein

Eibe Bei Angst vor seinen dunklen Anteilen; ist die Hüterin der Schwelle und lässt einen die Schattenseiten angstfrei betrachten

- *Bei Transformationsprozessen*
- *Wenn man es mit schwer kontrollierbaren Energien zu tun hat → passt auf*
- *Nahtoderlebnisse*

Eiche Stabilisiert energetische Prozesse

Pappel Schafft den nötigen Ausgleich zwischen Schutz und Empfänglichkeit

- *Ist gut nach schlechter Meditationspraxis, wenn man zu offen ist*

Tanne Hilft uns, spirituelle Erfahrungen in den Alltag integrieren zu können; Spiritualität zu einem Teil des Lebens werden lassen; Ganzheit im Leben annehmen

Auraebenen

1. Emotionalebene

Pappel Gibt den notwendigen Ausgleich zwischen gefühlsmäßigem Schutz und Empfänglichkeit und hilft, das Empfangene zu integrieren

2. Mentalebene

Platane Reinigt das mentale Zentrum (Leerräumen) und die mentale Eben der Aura, indem sie einen Überblick ermöglicht (Vogelperspektive)

Chakren

Birke Bringt die Chakren in Bewegung

1. Wurzelchakra

Eibe schenkt Vertrauen darauf, mit der universellen Urquelle verbunden zu sein, und damit tiefes Vertrauen ins Leben; verhilft zu inkarnieren und stärkt somit die Verbundenheit zur Erde

Olivenbaum verbindet mit der Kraft der Mutter Erde und schließt an deren Kraftquellen an

- *Energiebombe*

2. Solarplexus-Chakra

Efeu Löst nicht mehr gebrauchte und einschränkende Verbindungen im Solarplexus; löst Verstrickungen auf

Föhre Hier docken häufig alte Verbindungen an

3. Herzchakra

Linde Öffnet; liebevollerer Umgang mit sich und anderen

- *Gibt Ur- und Gottvertrauen zurück*

Weißdorn öffnet das Herzchakra; gibt verlorene Lebensfreude zurück, indem der Weißdorn zu heftige Emotionen auszugleicht, die einem „aufs Herz schlagen“;

- *Chronischer Kummer und Sorgen*
- *Lässt einem Freud und Leid als zusammengehörig erkennen*

4. Drittes Auge

Pappel Gute Essenz fürs Dritte Auge; ist zu durchlässig oder zu abgeschottet; harmonisiert die Wahrnehmung

Platane Hilft, den Überblick zu wahren

5. Kronenchakra

Eibe Schafft als Hüterin der Schwelle eine Verbindung zum Hohen Selbst und damit zur universellen Urquelle

Platane Klärt; hilft, den Überblick zu wahren (Metaposition)

Hohes Selbst

Pappel Schafft Verbindung zum Hohen Selbst; gibt Vertrauen

Inneres Kind

Pappel Unterstützend bei der Arbeit mit dem inneren Kind, da dieses für die Emotionen zuständig ist

Inkarnation

Eibe Schenkt Urvertrauen durch das Gefühl, mit der universellen Urquelle verbunden zu sein; tieferes Vertrauen ins Leben kann aufkommen und damit eine bessere Inkarnation

Linde Schenkt Gott- und Urvertrauen; lässt einem die Liebe des Universum wieder empfinden; wenn traumatische Erlebnisse eine vollständige Inkarnation verhindern

Tanne Den Körper genießen können; materielle Dinge genießen; materielle Werte annehmen
- *Sich auf der Erde wohlfühlen*

Karmaarbeit

Föhre Löscht Karma aus der Zellstruktur durch die Fähigkeit, die Vergangenheit loslassen und abschließen zu können; ist ein wichtiger Baum bei der Aufarbeitung von Karma

- *Gut für die Wirbelsäule, dort ist viel Karma gespeichert*

Eibe Unterstützt die Aufarbeitung von (möglicherweise noch unbekannt) karmischen Themen, indem sie uns diese erkennen lässt; sie ist die Hüterin der Schwelle und nimmt uns an der Hand, um andere Energielevels anzuzapfen

- *Lässt uns die Schwelle überschreiten und in die Schattenanteile sowie in andere Welten hineinblicken*

Licht

Eibe Integriert Licht und Schatten → ist die Hüterin der Schwelle

Olivenbaum Stoffgewordenes Sonnenlicht; ist eine starke Energiebombe aus Erd- und Lichtkräften

Tanne Bringt Licht und Segen

Liebe

Linde Verbindet einem mit der allumfassenden Liebe

- *Hat einen starken Bezug zur Marienenergie*

Meditation

Eibe Unterstützt schamanische Reisen, da die Eibe mit allem im Universum verbindet, was ist. Hüterin der Schwelle

Olivenbaum Unterstützt die Entspannung

- *Wenn man erschöpft, aber trotzdem sehr angespannt ist*

Reinigung

Birke Reinigt von alten Schlacken; **Neubeginnessenz**;

Eibe Reinigt die Aura und das Umfeld, wenn man das Gefühl hat, ständig von dunklen Energien umgeben zu sein

Tanne Segnet Orte und heilige Handlungen; „**Segnessenz**“

Schutz

Pappel Schützt vor energetischen Informationen, wenn man regelrecht davon überschwemmt wird und man den Kanal nicht schließen kann

Transformation

Eibe Unterstützt jegliche Art von Transformation; sie führt uns auf eine höhere Ebene und schließt somit Prozesse der Persönlichkeitsentwicklung ab

III. UNTERSTÜTZENDE ANWENDUNGSMÖGLICHKEITEN FÜR DEN KÖRPER

Es sei hier nochmals ausdrücklich erwähnt, dass die Anwendung der Essenzen weder den Arzt noch eine medikamentöse Behandlung ersetzt! Sie sind ausschließlich dazu geeignet eine Harmonisierung des Energiekörpers zu erreichen und dadurch nur unterstützend einzusetzen.

1. Körper - Allgemeines

Birke DAS Mittel bei Therapieblockaden;

- *Öffnet Chakren und Meridiane und regt den Energiefluss im Körper an;*
- *Entschlackt und entgiftet*
- *Zu hohe oder zu niedrige Schmerzgrenze → Hyper- oder Hyposensibilität*

Efeu Unterstützt bei Problemen mit den Atemwegen, Brustkorb erscheint eng, es ist das Gefühl, völlig verstrickt und verwickelt zu sein; Stagnation; unterstützt die Funktion der Schilddrüse

Eibe Ursachenaufdeckung → für Menschen, die Angst vor ihrer dunklen Seite haben und sich weigern, diese anzuschauen; therapieresistente Störungen;

- *Lieber werden viele Medikamente geschluckt, als sich über den Hintergrund der Störung Gedanken zu machen*
- *Nahtoderlebnisse*
- *Bewusstwerden karmischer Themen*

Eiche Wenn man vor allem in der Freizeit krank wird (an Wochenenden, im Urlaub etc.) → extremes Durchhaltevermögen und Leistungsdenken; eine Niederlage wird nicht akzeptiert; totale Überforderung, gibt trotzdem nicht auf; das Selbstwertgefühl ist an die Leistungsfähigkeit gebunden

- *Trägt zu viel Verantwortung*
- *Kämpft mit seiner Krankheit*
- *Sehr ungeduldig bei Krankheit*
- *Ärgert sich darüber, krank zu sein*
- *Nimmt Symptome nicht ernst*

- Föhre** Krankheit als Buße; Essenz für die Wirbelsäule; Erkältungen → wärmt; unterstützt die Atemwege, indem es den Brustkorb weit macht und die Atmung vertieft
- *Karmisches Krankheitsgeschehen → löscht nicht mehr gebrauchte Information aus den Zellen*
- Linde** Krampfneigung → verkrampfte Seele kann sich nicht mehr hingeben
- *Wenn nicht aufgearbeitete Schocks oder Traumen die Seele verkrampfen*
 - *Bei akuten Schockzuständen*
 - *Stechende Schmerzen → fühlt sich im Stich gelassen*
 - *Hilft, Ursachen zu erkennen → durch Hochheben verdrängter Themen im Unbewussten*
 - *Hilft, Probleme anzunehmen*
- Olivenbaum** Großer Kraftspender; Energiebombe; gibt das richtige Maß an Spannung und Entspannung; ist stoffliche gewordenes Sonnenlicht verbunden mit der Kraft der Erde
- *Regt an bei chronischen Krankheiten*
 - *Altersbeschwerden → großes Stärkungs- und Anti-Aging-Mittel*
 - *Wirkt sehr regenerierend*
- Pappel** Lebt seine Gefühle häufig über den Körper aus, da man „dichtgemacht“ hat; reagiert daher gefühlsmäßig nicht auf seine Umgebung; Gefühle werden nicht ausgelebt, da man sie weder kennt noch spürt, oder:
- *Enorme gefühlsmäßige Offenheit → man kann sich gegen Gefühlsimpulse nicht abgrenzen*
 - *Wetterfühligkeit*
 - *Wenn man „mitleidet“*
- Platane** „**Wegbereiteressenz**“; wenn man sich nicht für einen bestimmten Weg entscheiden kann und daher den ersten Schritt nicht machen kann → Schwäche des Bewegungsapparates etc.
- *Man kann seinen Standpunkt nicht finden*
 - *Entscheidungen zu treffen fällt schwer*
- Tanne** Stärkt durch innere Ruhe und Stille; bringt Frieden ins System
- *Kräftigt alle Organkreise*
 - *Wirkt beruhigend bei Schmerzen aller Art*
- Weißdorn** Unterstützt in erster Linie das Herz, indem er hilft, die Lebensfreude wieder zu finden
- *Öffnet das Herzchakra*
 - *Unterstützt bei großem Stress und Druck, wenn dieser im Brust- und Herzbereich empfunden wird*
 - *Für Menschen, die ein Leben ohne „Punkt und Komma“ führen; zeigt die Notwendigkeit auf, auch Ruhepausen zu leben*
 - *Bei chronischem Kummer und Sorgen, die einem stark „zu Herzen gehen“*
 - *Burn-Out-Syndrom*
 - *Harmonisiert die Meridiane des Feuer-Elements → Herz-, Dünndarm, Dreifacherwärmer- und Herzbeutelmeridian*

2. Bewegungsapparat

a) Allgemeines

- Birke** Öffnet das gesamte System und bringt in Fluss → anzuwenden bei besonders therapieresistenten Problematiken sowie zur Massage allgemein und auch zur Ausleitung
- *Lymphdrainage*
 - *Unterstützt Entgiftungskuren*
 - *Frühjahrskur*
- Efeu** Unbeweglichkeit durch Verstrickungen; die Unbeweglichkeit wird vor allem im Brustkorb empfunden
- Eiche** Beruhigt den gesamten motorischen Apparat
- *Muskelkater → Überforderung und Erschöpfung der Muskeln, wenn man sich zuviel zugemutet hat*

Föhre Bringt ins Hier und Jetzt und bewirkt, dass die Vergangenheit leichter losgelassen werden kann

- *Bewegungsstörungen aufgrund von „Nicht-Weiter-Gehen-Wollen“*
- *Wirbelsäule!*

Platane kann nicht sehen, welchen Weg er nehmen soll, verschafft Überblick und setzt in Bewegung

Tanne Schenkt inneren Frieden.

- *Allgemein muskelentspannend und beruhigend*

b) Wirbelsäule und Rücken

Birke Hexenschuss → bringt die Blockade in Fluss, Erste Hilfe

Eiche Schenkt Kraft und hilft uns, die eigenen Kraftquellen zu entdecken und anzunehmen; zeigt Wege aus der Erschöpfung und gibt die notwendige Energie, durchzuhalten, wenn man in einer kraftraubenden Situation steckt

- *Unterstützt uns beim „Abladen“ unserer Pflichten.*
- *Starke Verspannungen des Rückens → vor allem im Bereich der Schultern und des Nackens („ein Joch tragen müssen“), des Brustkorbes und der Hüftgelenke*
- *Verhärtungen und Erstarrung im Bereich der Wirbelsäule und des Rückens → Myogelosen*
- *Verknöcherung der Wirbelsäule → Skoliosen, Fehlhaltungen etc.*

Föhre Bringt in die Gegenwart, sie unterstützt das Loslassens der Vergangenheit, im Rücken und in der Wirbelsäule sitzen alte Muster der Vergangenheit, daher hilft und unterstützt uns die Föhre beim Aufarbeiten aller möglichen alten Programme, Muster und Problematiken, die im Rücken gespeichert sind.

- *Rückenschmerzen allgemein*
- *Löst alte Programme aus den einzelnen Wirbeln → Massageöl*

c) Extremitäten (Arme und Beine)

Birke Hyperkinese; Hyperaktivität der Gliedmaßen; beruhigt das überreizte Nervensystem

Föhre Erleichtert das Loslassen der Vergangenheit und bringt die Erkenntnis, dass die Gegenwart der Ausgangspunkt für die Zukunft ist.

- *Schwache Beine → will seinen Weg nicht weitergehen oder geht die falsche Richtung, das Stehenbleiben in der Vergangenheit hindert am Weitergehen*

Platane Hilft, seinen Weg zu finden.

- *Ungeschicklichkeit der Beine → häufiges Stolpern*
- *Probleme mit den Beinen allgemein → will seinen Weg nicht gehen oder findet ihn nicht*
- *Hat Probleme mit dem eigenen Standpunkt*
- *Unruhe in den Beinen → man will gehen, weiß aber nicht, wohin*

d) Gelenke

Birke Bringt Festgefahrenes in Fluss und hilft bei der Ausscheidung, vor allem, wasserlöslicher Substanzen im Organismus

- *Gelenkschmerzen (Arthrose) → chronisch; unterstützt die Ausleitung ausscheidungspflichtiger Substanzen, die sich im Gelenk abgelagert haben*
- *Gicht → unterstützt die Ausscheidung von Harnsäure*

Eiche Gibt Kraft und Flexibilität und hilft, zu große Pflichten abzuladen.

- *Morgensteifigkeit bei Gelenksbeschwerden*

Föhre Ihr Einsatz ist dann wichtig, wenn man es nicht schafft, im Hier und Jetzt zu leben

- *Gelenksprobleme → Aspekt der Bewegungseinschränkung, da man nicht vorwärts gehen möchte*

Pappel Schenkt Gelassenheit und emotionalen Halt; kühlende Wirkung und enthält die Information der Salicylsäure (Aspirin)

- *Gelenksentzündungen des rheumatischen Formenkreises → beeinflusst das Entzündungsgeschehen positiv → durch die Fähigkeit, seine Emotionen bewusst ausleben zu können*

Platane Nimmt uns den Druck, der daraus entsteht, dass man eine vermeintlich falsche Entscheidung getroffen hat, die man sich nicht verzeihen kann.

- *Autoimmune Gelenksentzündungen → Zorn auf sich selbst*

e) Verletzungen und Unfälle

Birke Schocks; wenn der Schock so tief sitzt, dass Therapieresistenz eintritt

- *Heilungsverzögerungen und Therapieblockaden*

Linde Heilt Schocks.

- *Nimmt den Schock aus den verletzten Geweben und gibt Vertrauen auf eine gute Heilung*
- *Ohnmachten und Schwindel*

f) Wachstumsbeschwerden

Pappel Der schnellwüchsigste Baum überhaupt → schießt förmlich in die Höhe

- *Wachstumsbeschwerden → bei zu schnellem Längenwachstum*

3. Herz/Kreislauf/Gefäße

Eiche Durch falsch verstandenes Pflichtgefühl und falschen Einsatz von Lebensenergie kommt es zu Erstarrungen.

- *Stärkt die Gefäßwände bei Elastizitätsverlust → Krampfadern, Hämorrhoiden*
- *Arteriosklerose → Verengung der Arterienwände*

Linde Bei zerbrochenem Urvertrauen hilft uns die Linde wieder zu dem Gefühl zurückzufinden, dass die Welt ein sicherer Ort ist; Auslöser sind Schocks oder Traumata

- *Schwindel- und Ohnmachtneigung → vor allem durch Schocks und traumatische Erlebnisse, nicht mehr bei sich sein*
- *Herzklopfen und Beklemmungsgefühl in der Herzgegend → Angst und Schock, Angst vor Vernichtung*
- *Öffnet das Herzchakra → das Herz ist der Sitz des Gottvertrauens und der Liebe*

Olivenbaum Gleich zwischen Spannung und Entspannung aus → Elastizität der Gefäßwände

- *Reguliert den Blutdruck*
- *Unterstützt bei arteriosklerotischen Veränderungen der Gefäße → Elastizitätsverlust*

Pappel Gibt emotionalen Halt, wenn man zu sehr äußeren Einflüssen ausgeliefert ist und gefühlsmäßige Impulse nicht mehr integrieren kann, respektive sich dann so verschließt, dass man gar nicht mehr reagieren kann.

- *Nervöse Herzprobleme und Kreislaufstörungen → durch viele Ängste, vegetative Fehlregulationen*
- *Kreislaufschwäche mit der Neigung zu Schwindel und Ohnmachten*
- *Panikattacken*

Weißdorn Unterstützt die Heilung des Herzens durch Wiederaufleben von Lebensfreude; Es ist gut unterstützend einzusetzen bei jeder Form von Herz- und Kreislaufkrankung sowie Blutdruckunregelmäßigkeiten

- *Zu viel Druck und Stress*
- *Burn-Out-Syndrom*
- *Chronischer Kummer und Depressionen*

4. Atemwege

Efeu Gefühl, als würde es einem die Luft abschnüren → was sich als Enge im Brustkorb bemerkbar macht;

- *Ist vor allem dann angebracht, wenn Atemwegserkrankungen aus dem Gefühl heraus entstehen, man stecke fest, nichts geht mehr und man fühlt sich total eingeschränkt und verstrickt*

Föhre Lehrt uns im Hier und Jetzt zu leben; fördert eine kräftige Atmung und damit den Sauerstofftransport im Körper; starken Bezug zu Trauer und Kummer, der sich in den Atemwegen festsetzen kann

- *Bronchitis und Husten*
- *Asthma → vor allem Asthma, das eine karmische Ursache hat (NUR unterstützend)*
- *Erkältungsneigung → Katarrhe der oberen Luftwege*
- *Enge- und Beklemmungsgefühl des Brustkorbes (flache Atmung) → dehnt die Rippen*

Tanne Schenkt inneren Frieden und wirkt kräftigend auf alle unsere Organsysteme, durch die entspannende Wirkung lässt sich ein möglicher Kummer sehr gut bearbeiten; Störungen der Atemwege in konfliktgeladener Atmosphäre; innere Konflikte

- *Kräftigt Lungen und Bronchien*
- *Lässt uns wieder gut durchatmen → entspannt den Brustkorb*
- *Erkältungen der oberen Atemwege bei richtig kaltem, grauen, nassen Wetter → die Tanne trotz all diesen Unannehmlichkeiten*

Weißdorn Beklemmungs- und Engegefühl im Brustkorb; Atemprobleme durch ein angegriffenes Herz (verlorene Lebensfreude)

- *Öffnet das Herzchakra*
- *Nimmt den Druck vom Brustkorb*
- *Bei chronischem Kummer und Sorgen sowie Depressionen*
- *Laufende Überforderung → kann für sich die Notwendigkeit von Erholungsphasen nicht erkennen oder akzeptieren*

5. Verdauungssystem

a) Allgemeines

Olivenbaum Großer Kraftspender; Energiebombe; gibt das richtige Maß an Spannung und Entspannung; ist stoffliche gewordenes Sonnenlicht verbunden mit der Kraft der Erde

- *Fördert die Verdauung*
- *Wirkt appetitanregend*

Pappel Nervöse Verdauungsprobleme aller Art durch Angst und Unsicherheit; zu viele Impulse aus der Umgebung, die man wie ein Schwamm aufsaugt; zu viele Eindrücke, die „nicht verdaut“ werden können

b) Magen

Pappel Übelkeit und Erbrechen durch emotionale Überreizung oder Angst

c) Darm

Eiche Stärkt die Schleimhäute des Darmes

Föhre Beschäftigt sich viel mit der Vergangenheit und der Aufarbeitung und Integration derselben.

- *Gutes Mittel für Störungen im Dickdarm → dort ist viel Vergangenes gespeichert; dunkle Seite des inneren Kindes*
- *Verstopfung → Loslassen fällt schwer*

d) Leber

Eiche Gibt Kraft und befreit von zu starkem Pflichtgefühl; Erschöpfung und Müdigkeit hat viel mit der Leber zu tun; stärkt das Durchhaltevermögen.

- *Stärkt die Leber*
- *Leberbeschwerden → v.a. durch Alkoholismus*

e) Milz

Eiche Stärkt die Milz bei Infektionskrankheiten und Fieberanfällen

6. Stoffwechsel

Birke Starker Bezug zum Wasserhaushalt → ist dieser gestört, so ist der Fluss des Lebens disharmonisch und es kann nur mehr mangelhaft entgiftet werden

Olivenbaum Schwäche durch Mangelernährung

7. Entgiftung

Birke Starker Bezug zum Wasserhaushalt; unterstützt daher die Entgiftung über die Nieren und ist vor allem für den Abtransport von wasserlöslichen ausscheidungspflichtigen Substanzen im Körper verantwortlich → z.B. Harnsäure etc.

Efeu Entgiftet von Strahlenbelastungen

- *Leitet alte emotionale Schlacken aus*

Eiche entgiftet von Belastungen durch Wasseradern

8. Gewichtsprobleme/Abnehmen

Birke Hilft bei Gewichtsproblemen, indem sie unerwünschte Kilos abfließen lässt und alte Schlacken ausleitet. Sie reduziert auf die „echte“ ursprüngliche Form ;

- *Lässt all das abfließen, das nicht zu einem selbst gehört*
- *Die Birke ist außerdem, als Baum der Venus, ein natürliches Schönheitsmittel*
- *Gut bei Zellulitis → unterstützt die Ausleitung*

9. Schwitzen

Linde Starker Bezug zum Schwitzen; Schwitzen bei Schmerzen oder in unangenehmen Situationen

- *Angtschweiß nach traumatischen Erlebnissen*
- *Schwitzen erschöpft stark*

10. Nieren und Harnwege

Birke Nierenprobleme aller Art; sie hat großen Bezug zum Wasserhaushalt; als paariges Organ ist die Niere auch für den Austausch mit der Umwelt zuständig;

- *Blasenprobleme*
- *Ödeme → zurückgehaltenes Wasser durch eine unausgeglichene Wasserhaushaltsbilanz*

Eibe Blase und Nieren haben immer mit dem Thema der Angst zu tun

- *Todesangst*
- *Angst vor Abgründen und der dunklen Seite*
- *Angst vor dunklen Energien*

Pappel Grundlegende Essenz bei Blasenproblemen; in der Blase sitzt viel Angst
 - *Bettnässen durch unbewusste Ängste*

11. Fortpflanzungssystem

Birke Regt den Fluss an → z.B. Menses

12. Haut

Birke Die Haut ist unser Sensibilitätsorgan und die Birke vermittelt uns Harmonie zwischen einer erhöhten oder erniedrigten Sensibilität

- *Unterstützt allgemein die Entgiftung → wichtig bei Hauterkrankungen*
- *Überreizungszustände → z.B. Neurodermitis*
- *Zu „dickhäutig“, lässt nichts an sich heran → z.B. Psoriasis*
- *Zellulitis → entschlackt und entgiftet*
- *Macht einfach eine schöne Haut → natürliches Schönheits- und Verjüngungsmittel*
- *Narbenentstörung → bringt den unterbrochenen Energiefluss wieder in Bewegung*

Efeu Gutes Mittel gegen Zellulitis → bringt auf der körperlichen als auch auf der seelischen Ebene die alten Schlacken heraus und leitet diese ab

Eiche Prinzipiell schwer heilende und chronische Hautkrankheiten

- *Psoriasis*
- *Entzündete und nässende Ekzeme*
- *Ungesunde Haut*
- *Allergische Ekzeme, Neurodermitis → wegen hohem Calciumgehalt der Eiche → schwingt als Info mit*
- *Starken Schleimhautbezug*
- *Pubertätsakne → Abgrenzungsproblem; will sich die anderen vom Leib halten*
- *Hat positive Wirkung auf die Wundheilung*
- *Allergische Hautreaktionen → wirkt ausgleichend*
- *Nesselfieber (Urtikaria) → stiller Zorn*

Pappel Hat ein zu „dünnem Fell“

- *Wunde Haut*
- *Schrunden*
- *Dicke, schuppige und undurchlässige Haut → schafft sich so eine dickere Grenze*
- *Verbrennungen und entzündliche Hautirritationen → kühlt; meist bei nicht gelebten Aggressionen*
- *Allergische Erscheinungen → ist zu sensibel und durchlässig; reagiert auf alles in der Umwelt*

Platane Fleckenförmige Ausschläge → Signatur der Rinde

- *Pilzkrankungen*
- *Starker Juckreiz*

13. Hormonsystem

Efeu hat eine unterstützende Wirkung auf die Schilddrüse

Föhre Regt die Thymusdrüse an und stärkt damit die Abwehr

14. Lymphsystem

Birke Regt den Lymphfluss an; gut bei Lymphdrainagen ins Massageöl

Eiche V.a. bei Verhärtung der Lymphdrüsen

15. Immunsystem

Linde Erkältungsneigung; steckt sich leicht an, da er wenige Grenzen hat und vieles aus seiner Umwelt übernimmt

Eibe Gutes Mittel gegen Viren und Tumorgeschehen; integriert die dunklen Anteile

Föhre Regt die Thymusdrüse an und stärkt damit die Abwehr

Platane Bei Viruserkrankungen → ein Virus zeigt häufig an, dass eine größere Veränderung notwendig ist, dass man sich in Bewegung setzen sollte; seinen Weg gehen muss

Olivenbaum Durch seine enorme Regenerationskraft und durch die Energiezufuhr, die man von ihm erhält, stärkt er das Immunsystem in jeder Hinsicht

Pappel Hat keine Abwehrkräfte, da er alle Emotionen wie ein Schwamm aufsaugt; bekommt die Krankheiten, die andere aus seiner Umgebung haben, da er „mitschwingt“

a) Entzündungen

Pappel Hat keine Abwehrkräfte, da er alle Emotionen wie ein Schwamm aufsaugt; bekommt die Krankheiten, die andere aus seiner Umgebung haben, da er „mitschwingt“

Platane Chronische Entzündungen, solche, die unter der Körperoberfläche schwelen; gebündelte Kraft, die sich nicht entwickeln kann, da man seinen Weg nicht geht, bzw. nicht findet

b) Allergien

Eiche Allergische Hautausschläge, Ekzeme – die Eiche hat einen hohen Calciumgehalt → diese Information schwingt mit

Pappel Zu sensibel und zu „durchlässig“; nimmt alles auf; kann sich nicht abgrenzen

c) Autoimmunreaktionen

Linde Gibt Urvertrauen; liebevollerer Umgang mit sich selbst

Platane Innere schwelende Konflikte; kann sich nicht vergeben, eine falsche Entscheidung getroffen zu haben

Tanne Beruhigt; bei Schmerzen aller Art gibt sie tiefen inneren Frieden

d) Fieber

Linde Fieber(krämpfe)

Olivenbaum Stark kühlend und regenerierend; schenkt dem Körper die Kraft, gegen die fieberverschwendenden Umstände anzukämpfen

- *Wenn ein Fieber sehr erschöpfend ist*

16. Nervensystem

Birke Gleicht zwischen zuviel Stabilität und Bewegung aus; sie wirkt stark unterstützend vor allem auf die NervenLEITUNGEN;

- *Missempfindungen (Parästhesien)*
- *Nervenschmerzen (Neuralgien) durch Blockaden*
- *Nervenüberreizung und Nervosität (Hyperaktivität und Hyperkinetik)*
- *Nervöse Tics und Zuckungen*

- *Hypo- und Hypersensibilität → zu hohe oder zu niedrige Schmerzgrenze*

Pappel Vegetative Dystonie; enorme Überempfindlichkeit

Tanne Ist ein gutes Nervenkräftigungsmittel für alle schwermütigen und neurasthenischen (schwache Nerven) Menschen → gibt inneren Frieden und Stille; sie heitert allgemein auf

17. Kopfschmerzen

Birke Kopfschmerzen als Ausdruck einer nervlichen Überlastung sowie durch Reizüberflutung; kann nichts mehr aufnehmen und einordnen; leitet ab und erdet

Pappel Wetterfühligkeitskopfschmerz; durch atmosphärische Spannungen; „es liegt was in der Luft“; ist zu offen, nicht abgegrenzt, nimmt alles auf

Platane Wenn man nicht mehr weiter weiß und sich für keinen möglichen Weg entscheiden kann; geistige Überforderung

- *Probleme bei der Entscheidungsfindung, die Möglichkeiten werden im Kopf hin- und hergewälzt*

18. Schlafstörungen

Birke Reizüberflutung; die Nerven liegen blank; enorme körperliche Unruhe; sog. „Katzenschlaf“ → man erwacht beim geringsten Geräusch

Eiche Extreme Erschöpfung; kann aus Erschöpfung nicht einschlafen

Linde Bei Angst in der Dunkelheit (v.a. Kinder) ; wenn schlimme traumatische Erlebnisse einen nicht einschlafen lassen; Alpträume

Pappel Wenn man Angst vor dem Einschlafen wegen Alpträumen hat; Angst in der Dunkelheit und diffuse, nicht benennbare Ängste

Weißdorn bringt einen guten und erholsamen Schlaf; lässt erkennen und annehmen, dass man eine Ruhepause nötig hat; bei chronischem Kummer und Sorgen, oder zu heftigen Emotionen; beruhigt das Herz

- *Bei heftigem Stress, der aufs Herz schlägt*
- *Starkes Herzklopfen und Druckgefühl in der Brust*

19. Sinnesorgane

Platane Augenerkrankungen; kann seinen Weg nicht sehen

IV. Als Zugabe in Massage- oder Körperölen

Birke Bringt Erstarres in Fluss; regelt allgemein den Energiefluss im Körper; Reinigung und Entschlackung

- **Narbenentstörung !!!**
- *Bei Nervenschmerzen*
- *Auftragen auf die Chakren → regt an und bringt in Fluss*
- *Auftragen auf Akupunkturpunkte → bringt Meridiane wieder in Fluss*
- *Unterstützt Lymphdrainagen*
- *Bei Zellulitis → entschlackt und entgiftet die Gewebe*
- *Unterstützt das Abnehmen durch entschlackende Wirkung*
- *Hautpflege allgemein → natürliches Schönheits- und Verjüngungsmittel*

Efeu Unterstützt bei Zellulitis, indem es alten, emotionale Schlacken ausleitet

Eiche Bei Überforderung und Erschöpfung

- *Bei starken Verspannungen der Muskulatur, v.a. Schultern und Nackenbereich → hilft, zu viel Verantwortung und Pflichten abladen zu können*
- *Muskelkater → Überforderung und Erschöpfung der Muskeln, wenn man sich zu viel zugemutet hat*
- *Beruhigt den gesamten motorischen Apparat*
- *Ins Badewasser geben, wenn man vor Erschöpfung nicht mehr entspannen oder einschlafen kann*
- *Bei Schmerzen im Hüftbereich*
- *Bei steifen Gelenken, vor allem morgens*
- *Bei Verhärtungen, Erstarrungen und Verknöcherung der Wirbelsäule → Fehlhaltungen, Skoliosen*
- *Myogelosen (Verhärtungen)*

Föhre Lässt die Vergangenheit ruhen und hilft dabei, seine Aufmerksamkeit ins Hier und Jetzt zu verlagern

- *Massage der Wirbelsäule → löst alte Programme aus den einzelnen Wirbeln*
- *Bei Rückenschmerzen im Allgemeinen*
- *Bronchitis und Husten → Einreiben des Brustkorbes, erweitert diesen*
- *Gelenksprobleme → unterstützt die Beweglichkeit*

Linde Stellt nach Schocks oder Traumen das Gottvertrauen wieder her; legt sich wie ein schützender Mantel um die verletzte Seele

- *Verletzungen → neutralisiert den Schock im Gewebe*
- *Ins Badewasser, um sich selbst zu verwöhnen*
- *Einreiben des Herzchakra-Bereiches*
- *Sich einreiben, um einen liebevolleren Umgang mit sich selbst zu bekommen*

Olivenbaum Bestes Mittel gegen körperliche und geistige Erschöpfung; wenn man wirklich am Ende ist; ist eine Energiebombe

- *Mit Olivenöl → gutes Mittel gegen schweren Muskelkater bei total erschöpften Muskeln; nach Sport, Arbeit oder ungewohnte Bewegung etc; regeneriert schnell*
- *Wirkt im Badewasser entspannend und kräftigend*

Pappel Wirkt ausgleichend auf die Gefühlsebene bei entweder zu starker Offenheit oder wenn man zu verschlossen ist; bringt emotionale Gelassenheit und Frieden; starke unterschwellige Ängste; kühlende Wirkung

- *Verbrennungen und Sonnenbrand*
- *Insektenstiche*
- *Akute Gelenksentzündungen*
- *Bei Wachstumsschmerzen*
- *Eventuell Auftragen in der Blasenregion bei (chronischen oder rezidivierenden)*

Tanne Gibt inneren Frieden und löst Konflikte

- *Wirkt beruhigend bei Schmerzen aller Art*
- *Kräftigt die Organkreise im Allgemeinen*
- *Wirkt muskelentspannend und beruhigend*
- *Zum Einreiben bei Erkältungen → entspannt den Brustkorb und lässt einem wieder gut durchatmen*

V. ANWENDUNG DER SPRAYS IM RAUM

- Birke** Bringt in Fluss und verlangsamt andererseits zu schnelle Energien.
- *In Räumen, wo ständige Reizüberflutung gegeben ist (Emotionen, TV, viele Menschen etc.)*
 - *Dort, wo viel Stress und Unruhe herrscht*
 - *Beim Lernen → sorgt für eine gute Konzentration und eine bessere Aufnahmefähigkeit*
 - *In Schlafräumen → bei körperlicher Unruhe (z.B. restless legs etc.)*
 - *Lässt einfach zur Ruhe kommen*
 - *Gut einzusetzen dort, wo die Energie zu schnell fließt, aber auch dort, wo die „Luft steht“*
- Efeu** Dichte Luft; man hat das Gefühl, dass „alles steht“, Stagnation; man kann nicht mehr durchatmen, es ist eng
- Eibe** Ist die Schamanin unter den Elixieren. Sie ist die Hüterin der Schwelle
- *In so wirklich alten Häusern, wo man den Kontakt zu Anderswelten braucht → erleichtert die Kommunikation dorthin*
 - *Gleicht im allgemeinen Licht und Schatten aus → lässt die Erkenntnis zu, dass es ohne Dunkelheit kein Licht geben kann und somit schwierige Situationen leichter anzunehmen*
- Eiche** Verhilft uns zu beständiger Kraft, indem sie uns lehrt, unsere Macht zu akzeptieren und anzunehmen.
- *Wasseradern im Allgemeinen → evt. mit dem Symbol arbeiten; die Eiche verbindet Himmel und Erde*
- Föhre** Bringt ins Hier und Jetzt; hilft bei Loslassen der Vergangenheit
- *Wo alles angeräumt und überladen ist, sozusagen die „chronischen Sammler“ → Menschen, die sich von nichts trennen können (erleichtert das Entrümpeln und Ausmisten)*
 - *Trauerarbeit → um loslassen zu können*
 - *Dort, wo man viel Schwermut und Melancholie wahrnimmt*
 - *In Räumen, wo das Gefühl auftritt, man bekomme keine Luft*
 - *Dort, wo viel altes Karma zu spüren ist*
- Linde** Baum der Liebe und des Gottvertrauens
- *Um eine prinzipiell liebevollere Schwingung in den Raum zu bringen*
 - *Erzeugt Harmonie im allgemeinen*
 - *Wenn tief traumatisierende Ereignisse sich in einem Raum festgesetzt haben → löst Schocks auf*
 - *Wenn viel Schmerz zu spüren ist*
 - *Menschen (v.a. Kinder), die immer wieder Angst vor der Dunkelheit haben*
 - *Gut in Räumen, die kein natürliches Zentrum haben*
- Olivenbaum** „Die Energiebombe“
- *Bringt eine entspannende Atmosphäre in den Raum*
 - *Schafft eine gute Energie zum Einschlafen nach einem schweren Tag, v.a. dann, wenn es schwerfällt zur Ruhe zu kommen*
 - *Wirkt sehr unterstützend bei Entspannungsübungen*
 - *Nach einer langen, exzessiven Nacht, um wieder zu Kräften zu kommen*
- Pappel** Hilft, den richtigen Mittelweg zwischen zuviel Aufnahme an Emotionen aus der Umwelt sowie einen starken emotionalen Rückzug auszugleichen → man nimmt gar nichts mehr an oder wahr
- *Für sich selbst bei der Arbeit, um den richtigen Ausgleich zwischen Schutz und Empfänglichkeit zu haben*
 - *Dort, wo oft viele Menschen in einem Raum sind, da „wurlt“ es oft nur so von Emotionen*
 - *An Orten, wo man das Gefühl hat, da sind viele Energien unterwegs und es ist schwer, sich abzugrenzen → Menschen, die sehr häufig schlecht träumen*
 - *Für die Hypersensiblen*

Platane Starke regenerative Energie, da sie hilft, uns auf eine höhere Beobachtungsebene zu begeben und damit seine Probleme übersichtlicher betrachten zu können. Ist eine **Wegbereiteressenz**;

- *Menschen, die total in Alltagsprobleme verstrickt sind – dichte Luft!*
- *In Räumen, wo viele schwierige Gespräche geführt wurden, wenn es sehr viele Probleme gab
→ geistige Überforderung*
- *Gibt den Räumen eine regenerative Schwingung*

Tanne Ist ebenfalls ein sehr spiritueller Baum. Seine Energien bringen Stille und Ruhe in den Raum.

- *Segnet Orte → ist auch so ein allgemein gutes Elixier für die Sanierung von Räumen*
- *Hilft, das ins positiv Gewandelte integrieren zu können und zu erden*
- *Manchmal hat man das Gefühl, man betritt nicht ein Haus, sondern einen Tempel → in diesem Fall erdet die Tanne und bringt eine ausgleichende materielle Schwingung hinzu*
- *Sollte man auf jeden Fall anwenden in Räumen, wo Seminare gegeben werden, sie hilft, Gelerntes integrieren zu können*
- *Zu Weihnachten*
- *Bringt eine wunderbare Stille in den Raum*

Weißdorn Bringt Lebensfreude in den Raum;

- *Bei chronischem Kummer, Sorgen und Depressionen*
- *Wenn zu viel Hektik und Stress da ist und man nicht zur Ruhe kommen kann → harmonisiert den Lebensrhythmus durch Erkennen, dass Ruhepausen nötig sind*
- *Große Schwierigkeiten, die „in der Luft liegen“ → hilft, diese anzunehmen und sich nicht dagegen aufzulehnen*
- *Bringt einen guten und erholsamen Schlaf*