

# Blüten, die die Seele trösten

Die Fünf Wandlungsphasen der TCM in Kombination mit den Bachblüten (Teil 3)

von Heike Friedrich

**D**ie im Frühjahr stark aufwärtsstrebende kraftvolle Energie des Holzelementes wandelt sich jetzt in eine sich ausbreitende Energie. Im Wandlungszyklus der Elemente folgt auf das Element Holz das Element Feuer.

## Das Feuer-Element

Denkt man an loderndes Feuer, dann empfindet man Wärme, Hitze, es wird Rot als Farbe des Feuers assoziiert und der Geruch von Verbranntem wird damit in Verbindung gebracht.

Die Richtung der Feuerenergie geht nach außen, immer noch aufsteigend, aber auch sich seitlich ausbreitend. Der Sommer ist die zugeordnete Jahreszeit des Feuer-Elementes. Es ist die Zeit der schönsten und ausgelassensten Feste.

### Das Feuer-Element entspricht der Lebensphase des jungen Erwachsenenalters.

Die besondere Stärke des Feuer-Elementes findet sich in der Ruhe und Harmonie des Menschen. Dies ermöglicht eine ruhige Freude und mit anderen Menschen gelassene Beziehungen einzugehen.

Ein weiterer Aspekt ist die Liebe. In Liebe mit anderen verbunden sein, aber auch das Empfangen und Geben von körperlicher Liebe macht ein gesunder Zustand der Feuerenergie aus. In vielen Kulturen wird das Herz als Ort der Liebe gesehen und oft verwenden wir das Symbol „Herz“, wenn wir die Liebe beschreiben oder darstellen wollen.

Der emotionale Ausdruck ist die aus tiefem Herzen empfundene Freude, durch Lachen bringen wir sie nach außen.

	Holz	Feuer	Erde	Metall	Wasser
<b>Richtung</b>	Osten	Süden	Mitte	Westen	Norden
<b>Farbe</b>	Grün	Rot	Gelb	Weiß	Schwarz
<b>Klima</b>	windig	heiß	feucht	trocken	kalt
<b>Menschliche Laute</b>	rufen	lachen	singen	weinen	stöhnen
<b>Emotion</b>	Ärger	Freude	Schwermut	Kummer	Angst
<b>Geschmack</b>	sauer	bitter	süß	scharf	salzig
<b>Yin-Meridian</b>	Leber	Herz	Milz	Lunge	Niere
<b>Yang-Meridian</b>	Gallenblase	Dünndarm	Magen	Dickdarm	Blase
<b>Sinnesorgan</b>	Augen	Zunge	Mund	Nase	Ohren
<b>Gewebe</b>	Sehnen	Blutbahnen	Fleisch	Haut	Knochen
<b>Geruch</b>	beißend	verbrannt	aromatisch	ranzig	faulig
<b>Ergänzende Bachblüte</b>	Holly Impatiens Cherry Plum	Agrimony Water Violet Wild Rose			Mimulus Rock Rose Aspen

Abb. 1

Mitschwingen, sprühende Lebenskraft, emotionales, geistiges und soziales Wachstum sind die Stärke um sich gegenüber anderen Menschen zu öffnen, ohne dabei seinen eigenen Rhythmus zu verlieren.

Die zugehörigen Meridiane des Feuer-Elementes sind der Herzmeridian (Yin), der Dünndarmmeridian (Yang), der Herzkreislauf-Meridian (Yin) und der Dreifach Erwärmer (Yang).

### Ist das Feuer-Element in Balance zeigen sich die positiven Eigenschaften:

- Ruhe und Harmonie
- ruhige Freude
- Intelligenz
- rasche Auffassungsgabe
- Offenheit für Neues

### Im negativen Zustand = Imbalance:

- Lachen trotz Traurigkeit
- Neigung zum Kichern
- Seufzen
- fehlende Begeisterungsfähigkeit
- Rückzug

### Die „Räuber“ der Feuer-Energie sind:

- Mangel an Liebe und emotionaler Geborgenheit
- Überstimulierung mit Drogen oder Genussmitteln
- Überreizung
- andauernde übermäßige geistige Konzentration

### Eine Imbalance zeigt sich in körperlichen Bereichen oder Problemzonen:

- in der Sprache (Stottern, zu leises Sprechen)
- Schweißregulation
- Veränderung von Blutdruck und Blutgefäßen im Gesichtsausdruck

## Die unterstützenden Bachblüten bei Imbalancen im Holz-Element:

### 1. Water violet (Sumpfwasserfeder)

Innere Reserviertheit, stolze Zurückhaltung und isoliertes Überlegenheitsgefühl



„Energie ist der Anfang von allem, sie ist Bewegung und Ruhe, sie wahrzunehmen und zu spüren bringt die Begegnung mit sich selbst.“

Heike Friedrich  
Naturheilpraxis@telnet98.de

**Die Symptome im blockierten Zustand:**

- es fällt einem schwer, von sich aus unbefangenen auf andere Menschen zuzugehen
- man möchte sich von allem zurückziehen
- anderen fällt es schwer persönlich mit einem in Kontakt zu treten
- man weint selten und bemüht sich um innere Haltung
- braucht lange um jemanden zu vertrauen
- lässt andere nicht an seinen Emotionen teilhaben

**Potential im transformierten Zustand:**

- innerlich unabhängig, ausgeglichen und ruhig
- man handelt mit Demut, Liebe und Weisheit
- man kann sich eine Atmosphäre der Zuversicht, Ruhe und Gelassenheit schaffen

**Körperliche Bereiche und Problemzonen:**

- Kontaktstörungen, Kontaktschwierigkeiten vor allem bei Kindern
- Niedergeschlagenheit
- depressive Verstimmungen
- Ekzeme an den Handinnenflächen

**2. Agrimony (Odermenning)**

Man versucht quälende und innere Unruhe hinter einer Fassade von Fröhlichkeit und Sorglosigkeit zu verbergen.

**Symptome im blockierten Zustand:**

- eigene Sorgen und innere Ruhelosigkeit verbirgt man hinter einer Maske von Witz und Heiterkeit, „immer nur lächeln“
- geheimer Seelenschmerz und Einsamkeitsgefühle in der Kindheit,
- bei Kindern, die normalerweise ihren Kummer schnell vergessen

**Potential im transformierten Zustand:**

- Ausgeglichenheit, Urteilsfähigkeit, Objektivität
- echte innere Fröhlichkeit
- man erkennt die Einheit der Vielheit

**Körperliche Bereiche und Problemzonen sind:**

- hoher Blutdruck durch innere Anspannung und Stress
- Kopfschmerzen durch Spannungszustände

**3. Wild Rose (Heckenrose)**

Teilnahmslosigkeit, Apathie, Resignation und innere Rekapitulation.

**Symptome im blockierten Zustand:**

- Totalverlust von Lebensfreude und innerer Motivation aufgrund unbewusster negativer Entscheidungen
- man hat innerlich resigniert, obwohl die äußeren Umstände dies oft nicht widerspiegeln
- man unternimmt keinerlei Anstrengung mehr, um in seinem Leben etwas zum Positiven zu verändern
- unterschwellige Traurigkeit
- man ist energielos und apathisch
- man spricht mit monotoner Stimme

**Potential im transformierten Zustand:**

- freudige Hingabe zu seinen inneren Lebensgesetzen
- man findet täglich ein neues vitales Interesse am Leben

**Körperliche Bereiche und Problemzonen:**

- niedriger Blutdruck (als Ausdruck mangelnder Vitalität und Lebenszuwendung)
- unterstützt den Blutbildungsprozess
- Müdigkeit und Antriebsschwäche

Liebe, Zuwendung und emotionale Wärme harmonisieren das Feuer-Element. Durch ihren Mangel im Leben eines Menschen oder durch Abwesenheit vor allem in der Kindheit kann es die Feuer-Energie nachhaltig schwächen. Die vorgestellten Bachblüten können die Feuer-Energie wieder ins Gleichgewicht bringen und der Seele die Gelegenheit bieten, sich der Liebe zu öffnen.



Abb. 2: Water violet (Sumpfwasserfeder)

Dem Feuer-Element folgt in den Wandlungsphasen das Erd-Element. Das Erd-Element, seine energetischen Qualitäten und die passenden Bachblüten möchte ich in der nächsten Fortsetzung vorstellen.



Abb. 2: Agrimony (Odermenning)