

Bachblüten

Frühling lässt sein blaues Band Wieder flattern durch die Lüfte ...

Eduard Möricke

... und in uns entsteht der Wunsch, alles Schwere, Dunkle, Verbrauchte - den Staub, den Müll und die Schlacken des Winters von uns abzuschütteln, unseren Körper, unsere Wohnung und unseren Garten zu reinigen, damit Erleichterung und Erneuerung entstehen können. Alles soll strahlen im hellen Licht der Sonne.

Die Bachblütenessenz des **Holzapfels (Crab Apple)** unterstützt uns in diesem Prozess. Sie hat einen starken Bezug zu unserem Körper - stärkt den Entgiftungsprozess beim Fasten, macht die Haut rein und befreit uns von den letzten Resten unserer Winterinfekte. Aber nicht nur auf der körperlichen Ebene unterstützt die Blüte die Reinigung, sondern auch in emotionaler und geistiger Hinsicht. Trübe Gedanken und Sorgen des Winters dürfen der Frische und dem hellen Frühlingslicht weichen. So unterstützt uns die Essenz, den natürlichen Wunsch nach Reinheit, Klarheit und Schönheit leben zu können.

Sie steht uns aber auch zur Seite, wenn dieser Wunsch mehr wird als nur ein Wunsch, wenn wir unserem Körper nicht mehr vertrauen, der Reinigungswunsch zwanghaft wird und wir übertrieben angstvoll all dem begegnen, was unseren Körper berührt bzw. wir uns einverleiben. Auch wenn der Reinigungswunsch im Äußeren zu sehr nach Vollkommenheit strebt und im Inneren Schuld- und Versagensgefühle auslöst, dann unterstützt uns die Essenz des Crab Apple zu einem gesunden Maß zurückzukehren, so dass wieder Freude und Genuss in unser Leben einkehren können. Sie lehrt uns, unsere eigene und die Unvollkommenheit der Welt zu ertragen, Kleinigkeiten eine angemessene Wertung zu geben, so dass das Übergeordnete an Wichtigkeit gewinnen kann.

Der Holzapfel ist kein eleganter, perfekter Baum und wirkt nicht besonders anziehend, aber wenn er im Frühling mit einer Unmenge weiß/rosafarbener Blüten einen süßlichen Duft verströmt, bringt er voller Freude zum Ausdruck, welch ein Vergnügen das Leben ist. Lassen wir uns doch anstecken - anstecken von der Freude der blühenden Natur im Frühling - auch wenn nicht alles **vollkommen** ist.



Inge Baumgarte
DGAM Dozentin
für Gesundheitspraxis
HP f. Psychotherapie
31275 Lehrte,
Web: leben-lernen.info
www.programm-dgam.de

Anmerkung: Der Wildapfel (*Malus sylvestris*) ist der Baum des Jahres 2013. Er gehört zu den seltensten Bäumen Deutschlands. Anders als bei der Wildbirne ist er nicht die Stammform des Kulturapfels. Er wird maximal 100 Jahre alt, steht am Waldrand, an Waldwegen oder außerhalb des Waldes in Bauminseln und kann bis auf Regionen mit extremer Hitze oder Kälte in ganz Europa wachsen. Die Blüten im April und Mai sind zunächst rosa leuchtend, später werden sie weiß und locken Bienen und Hummeln an. Wildtiere und Vögel bedienen sich gern an den kleinen herben Früchten.
(Quelle: Internetseite des Bundesumweltministeriums)

Malus sylvestris, Rosaceae, Holzapfel,
Fotos: H. Zell, Creative Commons Lizenz