

*Wo liegt meine Aufgabe?
Was befriedigt mich?
Wo soll ich anfangen
und was soll ich tun?
Was füllt die innere Leere?*

Für alle, die diese Fragen kennen, möchte ich heute die Bachblüten-Essenz der

Wild Oat (Waldtresse)

vorstellen.

Dr. Bach schreibt dazu: „Wir wollen im Leben die Aufgabe finden, die uns am meisten fesselt und der wir uns verschreiben. Wir wollen diese eine Sache zu einem Teil von uns machen, so dass sie so natürlich ist, wie unser Atem. So natürlich, wie es für die Biene ist, Honig zu sammeln, und für den Baum, seine alten Blätter im Herbst abzuwerfen und im Frühling neue hervorzubringen.“ (Collected Writings of Edward Bach)

Die Waldtresse ist ein sehr hohes Gras mit dünnen Stielen und ihre Blütenrispe scheint ohne eine klare Richtung „herumzuhängen“. Wir finden sie häufig unter Hecken versteckt, als hätte sie ihren Platz noch nicht gefunden und würde auf ihren großen Auftritt warten. Auch beim Menschen ist der negative Wild-Oat-Zustand charakterisiert durch Unklarheit, Suchen und Warten - Warten auf das Richtige, das Besondere, die Berufung, die Lebensaufgabe. So bleiben häufig große Begabungen, Ressourcen und viele Interessen brach liegen.

Menschen, die Unterstützung in der Blütenessenz der Wild Oat finden können, sind bestrebt etwas Besonderes zu leisten bzw. zu leben. Sie probieren vieles aus, besuchen vielleicht die unterschiedlichsten Seminare, lesen viel und bilden sich permanent weiter, haben die verschiedensten Jobs gehabt, vielleicht auch mehrere Partnerschaften und Wohnorte, sind viel gereist oder haben viele Abenteuer gewagt. Aber die große Erfüllung stellt sich nur kurzfristig ein. Sobald die Gewöhnung eintritt, geht die Befriedigung. „Und was nun? Das kann doch nicht alles gewesen sein?“ Sie scheinen gegen den „eigenen Strom“ zu schwimmen und erkennen nicht, dass die Antwort in ihnen selbst und nicht im Außen liegt.

Dieser Zustand kann aber auch entstehen, wenn wir eine lange Zeit in einer (zu) festen (ungewollten) Struktur leben bzw. lebten – im Job, in Partnerschaften, in der Elternrolle, in der Pflege. „Das Leben geht an mir vorbei. Das kann doch nicht alles sein? Ich bin doch mehr? Das kann doch nicht (allein) der Sinn meines Lebens sein?“ Diese Gedanken führen leider nur selten zum Aufbruch, zur Veränderung – im Gegenteil, sie lähmen eher, machen unzufrieden und führen zur Frustration. Und obwohl der Leidensdruck groß ist, bleibt es beim Suchen und Abwägen. Pläne werden geschmiedet, aber nicht umgesetzt. Nichts scheint perfekt genug zu sein. Die erfolglose Suche nach Sinn und Ziel wird häufig kompensiert durch Genusssucht. Aber auch der 5. Pullover, das beste Restaurant, die tollste Karriere und die weiteste Reise können die Leere nicht ausfüllen, sie bringen keine Erfüllung.

Wild Oat unterstützt uns, die eigene Richtung und das eigene Ziel zu finden – unterstützt uns, aus den vielen Möglichkeiten, die uns das Leben gibt, unsere Aufgabe zu erkennen und sie in Angriff zu nehmen, und diese „Sache zu einem Teil von uns machen, so dass sie so natürlich ist, wie unser Atem.“ So entsteht in uns das Gefühl eines sinnerfüllten Lebens.

Die Essenz der Wild Oat muss häufig über einen längeren Zeitraum genommen werden. Meditative Übungen ergänzen sich gut mit dieser Essenz, denn schließlich geht es darum, immer mehr in Kontakt mit dem „Selbst“ zu kommen.



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

