

# ASPEN

Zitterpappel



## Über die Pflanze

Die Espe ist ein schnell wachsender bis zu 25 m großer Baum mit charakteristischer weißer Rinde im oberen Stammbereich. Sie gehört zur Familie der Weidengewächse. Die Rinde ist glatt und hat einen grünlichen Schimmer, die Blätter sind rund geformt. Die Blattstiele sind kantig. Das Laub zittert beim leisesten Windhauch „zittert wie Espenlaub“. Die Blütezeit der zweihäusigen Espe ist von Februar bis April.

## Negativer Gemütszustand

Aspen-Charaktere sind sensible feinfühlig Menschen. Sie reden nur ungern über ihre Probleme. Sie haben unerklärliche Ängste, Befürchtungen und unheimliche Vorahnungen oder eine geheime Furcht vor drohendem Unheil. Sie leiden oft auch an Angstzuständen. Aspen-Menschen haben häufig Alpträume, schlafwandeln oder sprechen während des Schlafes. Viele fürchten sich in der Dunkelheit.

## Positives Entwicklungspotenzial

Im positiven Aspen-Zustand ist man furchtlos, ruhig und zuversichtlich. Man überwindet die eigenen Angstgefühle und bekommt Mut. Man kann mit Gefühlen und Intuitionen sinnvoll umgehen. Man erkennt, dass es hinter den Angstzuständen noch etwas Höheres gibt.

## Bei Kindern und Jugendlichen

„Kleiner Magier“, kann nicht ohne Licht einschlafen. Angst im Dunkeln und Neigung zu Albträumen. Das Kind reagiert auf fremde Menschen oder neue Situationen leicht überängstlich. Aspen hilft Kindern und Jugendlichen, ängstigende Eindrücke besser zu verarbeiten und diffuse Ängste zu überwinden.

## Zitat von Dr. Bach

*Vague unknown fears, for which there can be given no explanation, no reason. Yet the patient may be terrified of something terrible going to happen, he knows not what. These vague unexplainable fears may haunt by night or day. Sufferers often are afraid to tell their trouble to others. (The 12 Healers and other remedies, 1936)*

Vage Ängste vor unbekanntem Dingen, die sich nicht begründen oder erklären lassen. In diesem Fall kann der Patient Angst davor haben, dass etwas Schreckliches passiert, ohne zu wissen, was dies sein könnte. Diese unbestimmten, unerklärlichen Ängste können ihn Tag oder Nacht verfolgen. Die so Leidenden fürchten sich oft, über ihre Nöte zu sprechen.



Auszug aus dem Buch:  
„Alle Kraft der Bachblüten“  
von Dr. Klaus Huck

