

„Miteinander und verbunden sein“

# HEIDEKRAUT

Gerade jetzt ist die Blütezeit des schottischen Heidekrautes, das Bach unter seine Seelenblütenhelfer aufgenommen hatte. Von August bis September lässt es seine vielen kleinen Glöckchen erklingen und wünscht sich von allem am meisten, dass man ihm zuhört. Natürlich braucht es hier schon ganz, ganz feine Ohren – „Herzensohren“. Und genau diese braucht man auch im Miteinander mit Menschen, die das Heidekraut brauchen. Diese Menschen, oft auch Kinder wünschen sich sehr viel Aufmerksamkeit und ein offenes Herzensohr für ihre Anliegen. Im Entdecken der eigenen Person und Identität gibt es Phasen der Kindheit in der sich Kinder hauptsächlich mit sich beschäftigen und sich dadurch naturgemäß „alles nur um sie“ dreht. Das wünschen sie sich auch von ihrem Umfeld, was für dieses recht anstrengend sein kann. Heidekraut ist hier eine sehr hilfreiche Blüte, um ein Gefühl für die Weite und Bedeutung des Miteinanders und des miteinander verbunden seins zu bekommen. Es fördert die Fähigkeit zuzuhören und es nicht als persönliche Abweisung zu empfinden, wenn jemand gerade keine Zeit für einen hat. Es fördert Einfühlungsvermögen und die Erkenntnis, welche Freude es sein kann, auch einmal für jemand anderen da zu sein. Schon an der Gemeinschaft an unzähligen, kleinen Einzelblüten an einer Pflanze bekommt man einen Eindruck davon, warum gerade das Heidekraut so wunderbar zum Miteinander, Gemeinschaft und verbunden sein inspiriert.

Im Leben vieler Erwachsener gibt es ebenfalls Phasen, wo man sehr mit sich beschäftigt ist, Probleme wälzt, sich und andere aufgrund von Trennungen oder Konfliktsituationen hinterfragt und Freunde, Partner oder



auch Therapeuten häufig konsultiert, um meist dasselbe immer wieder und wieder zu besprechen und von den verschiedensten Seiten zu beleuchten, in der Hoffnung, des Pudels Kern doch noch zu finden. All das ist normal und auch wichtig und wer gerade mitten in einer schwierigen Situation steht hat naturgemäß wenig Raum und Zeit für Probleme anderer – Heidekraut kann man dann einsetzen, wenn man das Gefühl hat, dass das Schlimmste vorüber ist und man sich in der „Nachbearbeitung“ im Kreis dreht, ohne dass dabei Lösungen auftreten, die zu etwas führen.

Heidekraut ist auch besonders hilfreich für Menschen, die die oben beschriebene natürliche Phase der Kindheit nie ganz abschließen konnten. Meist blieb in diesem Fall das natürliche Bedürfnis nach besonderer Aufmerksamkeit unerfüllt oder wurde sogar schmerzhaft bestraft. So bleibt bis ins Erwachsenenalter eine Art kindlicher Bedürftigkeit nach Aufmerksamkeit übrig, die nicht zu stillen ist. Hier entfaltet Heidekraut seine heilsamen Fähigkeiten in besonderem Maße – da hier nur durch eine innere Gewissheit des Dazugehörens und des Verbunden seins das Bedürfnis nach Miteinander gestillt werden kann.

