

„Ruhe und Gelassenheit“

SONNENRÖSCHEN



Das Sonnenröschen ist nicht nur nach dem leuchtenden Himmelsgestirn benannt weil es so aussieht, sondern auch, weil es so ähnlich wirkt wie die Sonne. Es erhellt, gibt Kraft und beruhigt das Gemüt.

Der Sommer, der Aufenthalt im Freien und die Sonne alleine sind ja schon Medizin für ein gestresstes, ängstliches, besorgtes oder trauriges Gemüt – doch das Sonnenröschen tut noch sein Übriges.

Viele Menschen konnten nach Einnahme des Sonnenröschens eine Wärme im Bereich des Solarplexus wahrnehmen, eine fast sofortige Beruhigung von Ängsten oder Panikattacken und das bei Mensch und bei Tier. Man kann wieder klarer denken und die Angst auf mehr Abstand halten. Sie ist deswegen natürlich auch Teil der Notfall-Mischung.

Oft sind spezielle Ängste mit bestimmten Situationen gekoppelt, wie Autofahren, bei kleinen Unfällen oder in bestimmten Beziehungssituationen. Die Ursachen dafür liegen meist im Dunkeln, was die Sache nicht einfacher macht. Sonnenröschen - eine der Bachblüten - ist die Blüte der Wahl, um von den Ursprüngen so einer Endlosschleife abzudocken, egal, ob die Ursache bekannt ist oder nicht. Oft sind es Situationen aus der Schwangerschaft, an die man sich eben nur unbewusst „erinnert“.

Ideal ist diese Blüte auch für Tiere, die panisch sind und man weiß nicht warum. Oft haben sie Traumatisches erlebt und wechseln dann mit Verhaltensauffälligkeiten unbekannter Herkunft den Besitzer.

Auch in Lebenssituationen, wo sich Gravieren des verändert, die Existenz bedroht ist, man vor dem „Nichts“ steht und vor Panik keinen klaren Gedanken fassen kann, hilft Sonnenröschen. Man gewinnt mehr Vertrauen in das Leben, es beruhigt, wärmt und hilft, der Zukunft gelassener und zuversichtlicher ins Auge zu sehen. Aus dieser Ruhe entsteht dann auch die Kraft, eine Notsituation oder Veränderung als Chance zu etwas Neuem zu sehen und auf gute Ideen zu kommen, wie es weiter gehen könnte.

