

VERREIBUNG LYCOPODIUM CLAVATUM (Keulenbärlapp)

Ausgangstoff: Bärlappsporen

Abkürzung: Lyc.

C1 (18.11.2014)

- (1) eigenartiger Geruch, wie nach Eisen, wie rostiges Wasser oder Menstruationsblut

Δ Organisieren im Hintergrund

Δ Verkaufe ich mich richtig?

Was sind meine Stärken, was meine Schwächen?

- (2) Was hast Du uns zu erzählen?

Sanft und leise ist der Weise.

Was meinst Du damit?

Das Agieren in und aus dem Hintergrund ist nicht das Schlechteste. – Aber es ärgert mich, wenn andere sich in den Vordergrund spielen und ich in den Hintergrund gedrängt werde.

Erzähl' mehr darüber!

Ich möchte selbst die erste Geige spielen! Den Ton angeben, das Sagen haben.

Δ Ansprüche herunterschrauben; die eigenen Grenzen und Schwächen erkennen; sehen, was nicht (mehr) geht.

Insofern bin ich auch ein Geriatry-Mittel.

(Ich berechne die Verreibzeit zu kurz)

- (3) Δ Wirkung haben, auch wenn man klein und zurückhaltend ist.

Ich kann und will mich mit meinem unscheinbaren Dasein gar nicht so recht abfinden.

Gedanken an meine Oma.

Ich bin ein Mittel für Kleinwüchsigkeit.

Ich will trotzdem Macht und Einfluss haben, Dinge bewirken, gesehen und gehört werden! Dies Übersehenwerden und an den Rand gedrängt werden behagt mir überhaupt nicht. Ich will, dass man mich hört und auf mich hört.

Δ Was könnte ich zu einem evtl. Bewerbungsgespräch anziehen? Wie macht man den besten Eindruck? Zeigt man sich am besten wie man ist?

Intensiver Hustenreiz wie durch Pulver, von einer Stelle rechts hinten am Rachen ausgehend.

- (4) Δ Effizient und effektiv sein

Was ist der Unterschied?

Ich will beides: größtmögliche Wirkung bei geringstem Aufwand erzielen.

Δ das Auseinanderklaffen von Traum und Wirklichkeit
Kann ich das, was ich will? Wo mache ich mir was vor?

Ich bin enttäuscht, wenn die Dinge nicht so laufen und klappen, wie ich will.

Juckreiz im Gesicht, Jochbeingegend beidseits, hat Verbindung zu innerem Kratzen im Rachen.

Δ Niederlage als Lehrer (defeat)
Δ sich (s)ein Versagen eingestehen
Habe ich mich in mir selbst getäuscht?

- (5) Δ etwas haben wollen, was man nicht haben kann

Δ auf dem absteigenden Ast sein (vgl. rechte Seite des Periodensystems)

Ich hasse die Unsicherheit im Auftreten, wenn es zu viele Unbekannte gibt, die nicht einschätzbar sind.

Δ Wie verhalte ich mich angemessen, damit ich gut ankomme?

Δ Wie kann ich genügend Klarheit finden, um meine Anliegen angemessen und verständlich auszudrücken?

Fragen über Fragen ...

Ich bin für Menschen, die sich entweder viele Fragen stellen (Selbstzweifel) oder die diese unterdrücken und nicht zulassen, um keine Selbstzweifel aufkommen zu lassen.

- (6) Δ Selbstzweifel?

Ich habe Schwierigkeiten und Mühe, mich auf dieser Welt richtig einzuordnen: Wer bin ich? Warum bin ich da?

In der Kompensation will ich mich dem nicht stellen und werde deshalb rigoros und absolut in meinen Ansichten.

Außerdem will ich autonom und unabhängig bleiben (vgl. Geriatrie). Ich will mich nicht unterordnen müssen, will mein eigener Herr bleiben.

Δ klein begeben müssen

C2 (19.11.2014)

- (1) Mich stört die Unordnung, auf die ich schaue.

Δ fein, sanft, weich

*Ich bin eigentlich ein zartes Pflänzchen – gleichzeitig aber auch „tough“/zäh.
Ich verbreite eine Aura von: Es ist alles in Ordnung; ich habe alles im Griff, alles bes-
tens. Und meist bin ich auch selbst überzeugt davon.
Ich kann großzügig sein – bis es mir fast den Hals bricht.*

Erzähl' von Dir!

*Es ist nicht meine Art, so viel über mich zu erzählen. Man braucht nicht so viel über
mich zu wissen. Das macht mich nur angreifbarer.*

Gedanken daran, dass ich vorhin einen Eichelhäher beobachtet und über seine
„Tiermedizin“ nachgelesen habe.

Was hat das mit Dir zu tun?

Der Eichelhäher ist ein noch ungeschliffener Diamant, so wie ich.

- (2) *Ich habe viele Fähigkeiten, die aber noch nicht so perfekt ausgebildet sind
– oder nicht mehr?
Nein, meine einstige Macht und Größe waren noch sehr ich nenne es mal primitiv,
grob. Es gab keine Verfeinerungen.
Ich bin in einem Zustand – und daher auch als Heilmittel geeignet für solche Men-
schen –, in dem ich klein werden muss, um die feinen Nuancen kennenzulernen und
ein Gespür für Details und Zusammenhänge zu entwickeln. Um zu lernen, dass jeder
seinen Platz hat und wichtig ist.
Es geht darum, äußerlich klein zu werden, bescheidener, um innerlich zu wachsen.*

Δ äußerlich klein werden, um (innerlich) zu wachsen

*Ich helfe Menschen, die dabei sind zu lernen, dass nicht äußere Größe, Ansehen und
Macht zählen, sondern eine Größe des Herzens.*

- (3) Ich bin fröstelig und war es schon gestern Nacht; ich brauche viel äußere Wärme.

Δ sich zeigen ohne „äußere Machtinsignien“

Ja, das trifft es gut: es erfordert von mir viel Mut, mich „nackt“ zu zeigen ...

Δ „Des Kaisers neue Kleider“

*... mich aus meinem Wesen heraus zu zeigen mit meinen Emotionen, meine Seele zu
offenbaren ohne äußere Attribute von Macht, die mich stützen und schützen.*

- (4) Δ der gestürzte Kaiser/König/Machthaber
... ohne Zepter, Reichapfel und Krone

Δ Spruch: „Hinfallen, aufstehen, Krone richten, weitergehen“

Diese Situation des Machtverlusts und der Bloßstellung will ich um jeden Preis vermeiden. Ich kämpfe darum, meine Position und Würde (wieder) zu erhalten.

Δ Ei, Eichel (vgl. Potenz) → Eichelhäher (s.o.)

Genau das trifft es: Ich habe ein Potenzproblem im doppelten Wortsinn. Auch hier gehen mir oft die äußeren Machtinsignien verloren.

Δ Potenzschwäche

- (5) *Der Verlust äußerer Macht führt mich (= Euch in meinem Zustand) in tiefe Selbstzweifel; dies wiederum manifestiert sich gern in körperlicher Schwäche und Kraftlosigkeit (Spiegelung des Geistigen im Materiellen/Physischen).
In meinem (kranken) Erleben ist mein Wert an äußere Macht/Potenz gekoppelt.*

Meine Aufgabe ist es zu lernen, mich ohne Wichtigtuerei und Brimborium nur auf Grund meines wahren inneren Selbstes durchzusetzen.

Seit einiger Zeit denke ich immer mal an Putin.

Ganz auf meine inneren Fähigkeiten zu vertrauen, ist meine größte Herausforderung.

- (6) *Ich fühle mich dabei so angreifbar und verletzlich.
Ich will mich aber auch nicht verstecken, ich will gesehen werden!*

Δ Umgang mit äußerer Autorität und Macht und dem Nicht-Gesehen-Werden

Einer meiner Mechanismen zur Kompensierung ist hier, mir eine harte äußere Schale zuzulegen, mich zu panzern und innerlich unerreichbar zu sein. Die Schale/der Panzer ersetzt mir die verlorengegangenen äußeren Machtinsignien wenigstens z.T. Die Unnahbarkeit/Unerreichbarkeit dient mir als Schutz.

C3 (28.11.2014)

- (1) Δ Effizienz

Δ wichtig/ernst genommen werden von anderen (z.B. werden Terminvereinbarungen nicht eingehalten oder ich warte ich auf Infos, die ich nicht bekomme)
→ Schwanken zwischen Ärger und Verständnis („vielleicht gibt es ja gewichtige Gründe“)

Δ sich selbst zu wichtig nehmen, Bauchnabelschau treiben

Δ Rache: dem/der werde ich es zeigen

- (2) Δ (stinkende) Blähungen und Verstopfung

Δ Wozu bin ich überhaupt (noch) da? Zweifel am Sinn der eigenen Existenz

Ich habe manchmal ziemlich wenig Bewusstsein über mich selbst: tätig sein, aktiv und effektiv sein und dafür geschätzt und anerkannt werden – darauf liegt mein Hauptaugenmerk. Das ist das, was wichtig ist in meinem Leben. Weit darüber hinaus geht mein Horizont nicht.

Was ist Deine Heilkraft?

Ich verbinde wieder mit den Emotionen, bewirke, dass der Blick und die Aufmerksamkeit nicht nur auf das Außen gerichtet sind, sondern auch das eigene Innere wahrnehmen.

- (3) *Meine Kraft und Rückbesinnung und Konzentration auf das eigene Innere und das eigene Wesen führt – konsequenterweise – zunächst zu starken Selbstzweifeln. Es gibt keine äußeren Maßstäbe mehr oder Anhaltspunkte, an denen man festmachen und messen kann, ob und wie „gut“ man ist.
Ich helfe dabei, den Maßstab im eigenen Inneren zu finden.*

Menschen in meinem Zustand geht es gut oder sogar wunderbar, solange im Außen alles gut läuft. Wenn nicht, beginnen die Schwierigkeiten. Dies ist ein Allgemeinplatz, und doch ist es bei mir insbesondere so.

- (4) *Der Verlust der äußeren Wertschätzung kann mich in tiefe existenzielle Krisen stürzen.*

Meine Heilung beginnt – in Demut –, wenn ich alleine auf mich zurückgeworfen werde. Wenn ich merke/Du merkst, dass Du nicht besonders wichtig bist. Wenn Du merkst, dass die Aufmerksamkeit und Wertschätzung von außen kein zuverlässiger Grund ist, auf den man bauen könnte. Wenn Du merkst, dass Du ersetzbar bist – wie jeder andere auch.

- (5) Δ Ersetzbarkeit, Austauschbarkeit

*Du merkst: Was ich kann, kann (fast) jeder andere auch.
Die Kunst, die ich lehre, ist, sich trotz dieser Erkenntnisse selbst wertzuschätzen.*

*Auf meinem Weg der Heilung erkennst Du, dass Du nichts Besonderes bist und trotzdem wichtig und liebenswert.
Du erkennst Deinen Wert in Deinem bloßen Sein – ohne Anstrengung und Leistung.*

Δ Song „Let it be“: „When I find myself in times of trouble
Mother Mary comes to me
speaking words of wisdom: let it be.“

Δ Das Paradox: Du bist nicht wichtig und nur Du bist wichtig (denn Du bist der Einzige, der für Dich sorgen kann)

- (6) *Nicht wichtig und ersetzbar ist Dein Lebensproblem in meinem kranken Zustand. Du kannst Dich anstrengen wie Du willst, es scheint wenig oder nichts zu fruchten. Die Wirkung ist gleich Null.
In meinem kranken Zustand bist Du das Gegenteil von einem „Star“, der eine magnetische Attraktivität hat. Du bist ein Nichts, ein Niemand – und dabei hast Du doch fast gleich gute Fähigkeiten.
Warum nur kommst Du nicht an? Trotz aller Anstrengung bist und bleibst Du nur Mittelmaß.*

C4 (04.12.2014)

- (1) *Ich bin wie aus der Zeit gefallen; meine Fähigkeiten werden nicht geschätzt. Ich kann nur auf bessere Zeiten warten oder mich anstrengen und hoffen, dass ich dann besser ankomme.*

Δ zurückrudern
Δ kleine Brötchen backen

Die Lösung ist: Ich muss mich neu erfinden.

Was heißt das denn?

Ich muss mich in einen neuen Zusammenhang stellen und präsentieren.

Mehr dazu?

D.h. andere überzeugen, dass die Welt genau mich und genau so braucht. Dann bin ich wieder erfolgreich.

- (2) Δ Zwergenaufstand

Ich mache mich bereit zum Sprung ...

Δ erfolgreiche Geschäftsmodelle

Was braucht es dazu, erfolgreich zu sein? Überzeugung, Sicherheit, Ausstrahlung

Mein erlöster Zustand ist, dass meine Qualitäten im rechten Licht gesehen werden.

- (3) Erzähl' mehr dazu!

D.h., dass man das, was man kann und ist, selbst ernst und wichtig nimmt.

Was heißt das genau?

Sich nicht als „zu klein“ oder „zu groß“ o.ä. empfinden, also das, was man ist, nicht als Mangel, sondern als Vorzug zu sehen und anzubieten/-preisen.

- (4) *Ich ver helfe dazu, sich so anzunehmen, wie man ist und die eigenen Vorzüge bestmöglich zur Geltung zu bringen – ohne Übertreibung, ohne Lügen, in aller Einfachheit, Bescheidenheit und Natürlichkeit.*

Ich helfe dabei, die eigenen Fähigkeiten zu sehen und nicht andere und anderes imitieren zu müssen.

Trau Dir – trau Dich!

Wenn Du Dir selbst traust, dann kannst Du Dich trauen.

Oft traust Du anderen mehr zu als Dir selbst und schließlich erkennst Du mit mir, dass es nur Sinn macht, Dir selbst zu (ver-)trauen, dies als Erstes jedenfalls.

- (5) *Sei Du!*

Gedicht von Douglas Malloch „Sei das Beste, was immer Du bist“:

„Wenn Du nicht Kiefer sein kannst auf dem Hügel, sei ein Busch im Tal – aber sei. ... Es ist nicht die Größe, nach der Du siehst oder fällst. Sei das Beste, was immer Du bist.“

(6) Sei, wer Du bist, ist meine einfache Botschaft.

lycos = der Wolf, podium = Fuß?

Ich verleihe den Kleinen, Schwachen Bärenkräfte.

Reise zur Substanz (27.11.2014):

Ich überwinde alle Widerstände und bleibe da. Ich lasse mich nicht vertreiben. Ich trotze den für mich widrigen Umständen: die Konkurrenz ist groß – aber ich werde mich behaupten! Komme, was wolle.

Es ging mir schon mal besser, aber meine Kraft ist noch da, in mir.

Was ist Deine Heilkraft?

Dürreperioden durchzustehen. Ich mache resilient, ich halte aus und durch, auch wenn es schwierig wird. Mein Ziel ist, wieder groß rauszukommen. Das kenne ich schon, war schon dort, aber das ist lange her. Ich muss es wieder neu lernen und erfahren. Aber ich bin nicht wirklich innovativ, versuche es mit dem, was ich immer schon gemacht habe. Ich bin ziemlich konservativ und versuche, an alte Leistungen anzuknüpfen. Ich strenge mich an, meine Fähigkeiten ins rechte Licht zu setzen.

Ich bringe die Widerstandskraft. Ich widersetze mich von außen aufgezwungenen Situationen, folge meinen eigenen Regeln.

Ich bin einfach (zu durchschauen): ich versuche zu vermeiden, dass man sieht, mit wie einfachen Mitteln ich ausgestattet bin. Ich will nicht, dass man mich durchschaut/mir in die Karten schaut. Ich bluffe gern und wenn's meiner Sache dient, lüge ich. Es ist aber nicht böswillig, ich will niemandem damit schaden, nur mich schützen.

Δ neuer Wein in alte Schläuche

Ich habe Blasendruck.

Ich bin oft großem Druck ausgesetzt, mich zu behaupten.

?

Ich hab' schon viel zu viel gesagt und preisgegeben.