

# Arbeitsblatt 4

## Genesungsblumen

Name und Datum: \_\_\_\_\_

Das Zellwachstum von Tieren und Pflanzen verläuft ähnlich. So, wie sich eine Blume langsam aus der Erde hebt, erholt sich auch die Seele. Wir möchten ein Gefühl für den »magischen Monat« bekommen, den es braucht, bis sich gesundheitlich spürbare Fortschritte zeigen. Deshalb schlage ich vor, dass Sie eine Blumenzwiebel in einen Topf und an ein helles Plätzchen setzen. Jetzt braucht es für Topf und Seele nur noch ein wenig Zuwendung, und Sie werden Zeuge, wie die wunderbaren Kräfte der Natur Neues hervorbringen.

### **Pflanzvorschläge:**

Im Frühjahr / Sommer erfreuen Sie sich an Tulpen, Narzissen oder Hyazinthen und im Herbst / Winter an Lilien oder Amaryllis. Entsprechenden Vorlauf planen Sie ein, wenn Sie die Zwiebeln pflanzen. Oder Sie schneiden sich Barbarazweige, was man traditionell am vierten Dezember, dem Barbaratag tut, damit sie bis Weihnachten blühen. Stellen Sie einfach ein paar frischgeschnittene Obstbaum- oder Blütenstrauchzweige ins Wasser und warten Sie ab.

Und wenn nun Ihre Blume blüht, was ja allein schon Freude macht, setzen Sie sich einen Moment hin und notieren Sie, was sich bei Ihnen in der Zwischenzeit gebessert hat: Schlaf, Appetit, Sexualfunktion, Konzentration, Stimmung, Kontaktverhalten, Finanzen oder die Wohnsituation? Haben Sie Aufgaben erledigt, und wenn ja,

welche? Haben andere Menschen Ihnen weitergeholfen, und wenn ja, wobei? Sie müssen am jetzigen Tag noch keineswegs wieder vollständig auf der Höhe sein. So ein Transmitter-Haushalt ist eine komplizierte Wirtschaft und braucht seine Zeit. Wichtig ist nur, dass man die Zeichen der Genesung erkennt und würdigt, statt womöglich auf den ersten grünen Spitzen achtlos herumzutrampern. Jeder Fortschritt macht Hoffnung. Hoffnung ist Balsam für die wunde Seele. Notieren Sie deshalb auch ganz kleine Errungenschaften.

Meine Fortschritte in der Zeit, die die Blume zum Blühen brauchte:

---

---

---

---

Sie können ergänzend andere Leute fragen, welche erfreulichen Entwicklungen man an Ihnen wahrgenommen hat. Manchmal ist man selbst ja etwas betriebsblind. Also, was sagen die andern?

---

---

---

---