

– sich einander anzunehmen. So können wir uns gegenseitig verstehen und darauf aufbauend uns gemeinsam entfalten – ein gleichberechtigter, wachsender Austausch. Aus dem Kälteprozess der Nutzbeziehung entsteht ein Wärmeprozess des gemeinsamen Wachstums. Was für Verhältnisse unter uns Menschen gilt, gilt gleichermaßen für unsere Beziehung zu jedem anderen Wesen, unabhängig davon, wie bewusst wir uns dessen sind. Erfreulicherweise gibt es in der Homöopathie, bei den Bachblüten und auch in manchen Ansätzen der Pflanzenheilkunde und der Heilkunde mit ätherischen Ölen immer mehr Menschen, denen es um ein vollständigeres Wesensverständnis, um Wesensbeziehungen geht.

In einem Seminar berichtete eine teilnehmende Ärztin von einem Traum, den sie hatte. Das Arnika-Wesen war zu ihr gekommen und klagte, wie leid es ihm ist, in erster Linie für Muskelkater benutzt zu werden. Die Ärztin war sensibel und verständig genug, dass sich das Arnikawesen mit diesem Hilferuf an sie wenden konnte.

Viele ältere Therapeuten klagen, dass die Heilpflanzen nicht mehr so stark wirken, wie das früher der Fall war. Die Gründe dafür sind vielfältig, der vielleicht wichtigste dürfte unser einseitiges Verhältnis zu ihnen sein. Der Impuls von Findhorn, wo die Gärtner Kontakt zu den Elementarwesen der Pflanzen aufnahmen und sie nach deren Vorgaben kultivierten (zumindest war das eine ganze Zeit lang so), zeigt, wie viel befriedigender und auch ertragreicher der Anbau dadurch wird. Sie konnten sogar Pflanzen ziehen, die normalerweise unter den dortigen klimatischen Verhältnissen nicht gedeihen können. Biologen aus der ganzen Welt reisten an, um sich diese Phänomene anzusehen.

Die ätherischen Öle sind lebendige Wesen. Sie stehen auf der Schwelle zwischen phy-

sischer und geistiger Welt. Darum ist ihre Erscheinung natürlicherweise weniger physisch als die Pflanze, der sie entstammen. Die Flüssigkeit des Öles ist ihr physischer Körper – der Duft ihre Aura. Ihre Präsenz ist jedoch nicht an das physische Öl gebunden. Meditativ kann man ihnen immer und überall begegnen. Sie sind schon mehr geistige als physische Wesen. Wenn man sich einmal tief mit dem Ölwesen verbunden hat, und das physische Öl gerade nicht zur Hand ist, kann man das Wesen auch bitten, zu kommen. Es wird mit Freude kommen.

Unser inneres Verhältnis, die innere Vertrautheit mit dem Wesen des Öles entscheidet darüber, wie tief es wirken kann. Je inniger wir uns mit einem Ölwesen verbunden haben, je vertrauter es uns geworden ist, desto stärker die Kraft, die es durch uns vermitteln kann, desto wirksamer werden unsere Behandlungen. Hinzu kommt unsere Dankbarkeit für die Geschenke, die Bereicherung, das innere Wachstum, die Heilungsvorgänge, die durch die Ölwesen ermöglicht werden. So erwächst eine ganz andere Beziehungsqualität.

Ölwesen sind, ebenso wie wir, in Entwicklung begriffen. Und ebenso wie wir in unserer Entwicklung davon abhängen, wie gut andere uns erkennen, hängen sie in ihrer Entwicklung davon ab, wie tief wir sie erkennen. Wir erweisen den Wesen der ätherischen Öle einen Dienst, wenn wir versuchen, sie so gut wie möglich zu verstehen. Wir helfen ihrer Entfaltung, wenn wir sie fordern, indem wir ihnen eine schwierige, doch machbare Aufgabe geben, beispielsweise einem schwerkranken Menschen zu helfen; genauso, wie wir uns entwickeln, wenn wir schwierigere Aufgaben lösen. Auch dafür gibt es historisch schöne Beispiele: So hat manche weise Kräuterfrau früher nur mit einer Heilpflanze gearbeitet und damit

sämtliche Heilungen vollbracht. Es gab beispielsweise Salbei-Hexen oder Johanniskraut-Hexen. Ihre Verbindung zum Wesen des Salbei bzw. des Johanneskrautes war so innig, dass sie dadurch große Heilwirkungen vermitteln konnten. Die Menschen wussten das und kamen mit ihren Leiden zu diesen Kräuterfrauen. Auch wenn sie wussten, sie würden sowieso den Salbei bekommen, und wenn sie sogar selbst Salbei im Garten hatten, war ihnen doch klar: Es ist die geistige Verbindung der Heilerin zum Salbeiwesen, die über die Wirksamkeit entscheidet; und so gingen sie zu ihr. So ist es wirkungsvoller, sich mit einigen Ölen existentieller zu verbinden, sie immer tiefer körperlich aufzunehmen, sie in ihrem Wesen zu erfassen, als viele Öle oberflächlich zu kennen – auch wenn man so manches über die Pflanze und ihre Wirkungen weiß. Der entscheidende Unterschied liegt in der Wesensbegegnung. Warum? – Die Berührung mit einem Ölwesen verändert uns. Je inniger die Verbindung, desto inniger der Wesensaustausch und desto mehr ihrer wunderbaren Qualitäten nehmen wir auf – um so stärker auch die physischen Wirkungen.

Wir lernen, uns durch die Brille ihrer himmlischen Qualitäten anzuschauen, uns in ihrem Licht zu sehen. Das ist berührend, lehrreich und ausgesprochen heilsam. Dieses Lernen in der Wesensbegegnung mit dem Öl macht uns selbst zu anderen – wir werden mehr wir selbst. Die entstehende Beziehung bereichert das Ölwesen und uns gleichermaßen.

### *Das innere Verbinden mit den Ölwesen – ein meditativer Weg*

Neben den Öldispersionsbädern (mehr dazu in Kapitel »Wege der Anwendung«) hat die

innere Verbindung mit den Ölwesen die stärkste Verwandlungs- und Heilungskraft. Für chronisch-degenerative Prozesse allerdings kann die innere Verbindung mit den Ölwesen die Öldispersionsbäder nicht ersetzen. Da die Wesen der ätherischen Öle starke Lebensprinzipien in sich tragen, die uns sowohl seelisch-geistig wie auch körperlich sehr unterstützen, liegt es nahe, sich innerlich mit ihnen zu verbinden. Wir können ihnen keinen größeren Gefallen tun, als uns für sie zu öffnen und mit ihnen in einen inneren Dialog zu treten. Dazu nehmen wir ein Ölfäschchen oder einen Wattebausch mit einem Tropfen des entsprechenden Öls zur Hand und atmen den Duft des Ölwesens sanft immer tiefer in uns ein. Entscheidend dabei ist eine innerliche Fragehaltung: Was bist du für ein Wesen? Was möchtest du mir sagen? – Wir begeben uns in einen verinnerlichten meditativen Zustand, in dem wir zunächst fühlen, in welche Körperregionen das Ölwesen in uns geht und was es dort bewirkt. Wir geben dem Ölwesen immer mehr Raum, bis es uns günstigstenfalls innerlich ganz ausfüllt.

Beinhaltet unsere Fragestellung eine körperliche Problematik, beobachten wir genau, wie das Ölwesen in dem betroffenen Körperbereich arbeitet, was dort geschieht. Wir werden zu einem aufmerksamen, dankbaren Zeugen seiner Vorgehensweise. Da jede körperliche Symptomatik eine seelisch-geistige Entsprechung hat, fragen wir, was wir daraus lernen können. Wir lauschen innerlich so lange, bis sich die Antwort des Ölwesens einstellt. Die Antworten kommen durch unsere Gedanken, durch ein Gefühl oder durch innere Bilder.

Manchmal ist es auch so, dass wir innerlich auf einmal ganz deutlich wissen, was zu tun oder zu ändern ist. Wichtig ist dabei, dass

wir unsere eigene assoziative Gedankentätigkeit so weit wie möglich reduzieren und mit unserer inneren Frage einen Raum der Stille aufspannen. Dieser innerlich aufgespannte Raum wird zu einem geistigen Gefäß, in das das Ölwesen hinein antworten kann. Hilfreich ist es, dabei genau zu beobachten, wie die Gedanken sich einstellen. Je genauer wir die Gedankentätigkeit beobachten, desto klarer können wir eigene Gedanken von den Botschaften der Ölwesen unterscheiden. Oft ist es so, dass während das Ölwesen an einer körperlichen Problematik arbeitet, schon die entsprechenden Bilder oder Gedanken durch das Ölwesen kommen, was die eigene Aufgabenstellung dazu ist. Falls wir zu der Antwort weitere Fragen haben, stellen wir diese, bis wir wirklich ein klares Bild zu dem inneren Schritt haben, um den es für uns geht. Manchmal stellen sich auch karmische Bilder oder Zusammenhänge einer Fragestellung ein. Manchmal hilft es weiter, diese Bilder zu befragen, bis wir ein befriedigendes Verständnis gewonnen haben. Auch wenn sich zunächst keine Wahrnehmung einstellen sollte, ist es gut, unbeirrt weiter die Verbindung zu dem Ölwesen zu suchen, denn unsere innere Hinwendung zu den Ölwesen wird immer beantwortet. Manchmal dauert es nur etwas, bis wir die Antworten vernehmen.

### Offene Meditation zu einem Ölwesen

Eine andere Möglichkeit, einem Ölwesen zu begegnen, ist die offene Meditation; offen in der Hinsicht, dass wir keine spezielle Fragestellung damit verbinden, sondern das Ölwesen offenbaren kann, was es uns von sich aus offenbaren möchte. Hier ein Vorschlag zur Vorgehensweise: Wir setzen uns aufrecht hin, am besten ohne den Rücken anzulehnen. Wir schließen die Augen, der Atem fließt ruhig immer tiefer in den Körper hinein, bis er unsere Fußsohlen erreicht. Nun verbinden

wir uns mit der Erde, spüren die Kraft der Erde in uns. Daraufhin verbinden wir uns über unser Scheitelchakra mit dem Himmel – spüren, wie die Kraft des Kosmos in unseren Körper kommt. Als Nächstes fühlen wir in unser Herz hinein, bis wir den Herzraum innerlich erleben können. Nun bitten wir das Ölwesen, in unser Herz zu kommen. Wenn wir seine Anwesenheit, beispielsweise durch ein ganz feines Kribbeln oder Durchfluten, spüren, begrüßen wir es. Jetzt bitten wir das Ölwesen, uns zu offenbaren, was es uns zu seinem Wesen offenbaren möchte. Wir bilden unser inneres Gefäß des konzentrierten und gleichzeitig entspannten Lauschens und gehen in unsere persönliche Meditation mit dem Ölwesen. Am Schluss bedanken wir uns bei dem Wesen des Öles für alles, was es uns offenbart hat, kommen wieder zurück und öffnen die Augen. Es ist sinnvoll, sich danach die wichtigsten Erkenntnisse aufzuschreiben, damit sie nicht verlorengehen.

Ist uns ein Ölwesen sehr unsympathisch, wissen wir ja, dass wir hier besonders viel lernen können, um uns sein Potential zu eröffnen. Es wäre ausgesprochen schade, sich diese Gelegenheit entgehen zu lassen. Um die eigenen ungehobenen Potentiale freizulegen, ist es sinnvoll, für eine Weile täglich Zeit mit diesem Ölwesen zu verbringen. Dabei fragen wir innerlich: »Was steht mir für dein Prinzip im Wege?« Gleichgültig, wie unangenehm es für uns ist, geben wir uns dem Ölwesen ganz hin. Die Antwort wird nicht lange auf sich warten lassen. Je nachdem, wie intensiv wir in den Prozess einsteigen, werden wir nach einigen Tagen oder gar wenigen Stunden feststellen, dass jenes Öl, das zuerst kaum zu ertragen war, auf einmal viel angenehmer riecht.

Man kann sagen, je unangenehmer ein Öl für uns ist, desto größer der innere Schatz,

der auf uns wartet, so wir uns die Mühe machen, ihn zu bergen. Gerade die Ölwesen, die am unangenehmsten oder am wunderbarsten für uns riechen, haben am tiefsten mit uns zu tun. Zu den wunderbaren ist unser Zugang ganz frei, bei den unangenehmen wartet etwas Unerlöstes in uns darauf, erlöst zu werden. Für eine Seminarteilnehmerin war fast jedes Öl, das wir in der Gruppe bearbeitet haben, unangenehm, manche so schlimm, dass sie es kaum aushielt, im Raum zu bleiben. Tapfer nahm sie sich in der Zwischenzeit bis zum nächsten Seminar nach und nach jedes Öl vor und arbeitete so lange innerlich mit ihnen, bis sie wirklich jedes Öl gut leiden konnte. Gerade dasjenige, was für sie das Schlimmste war, was beinahe einen Brechreiz auslöste, wurde zu ihrem Lieblingsöl. Im Badezimmer stellte sie die Öle in eine Reihe und fragte jeden Morgen: »Wer von euch ist heute der beste Begleiter für mich?« Und dasjenige, was sich ätherisch meldete, nahm sie dann als ihr Ölwesen für den Tag. Sie trug es bei sich, roch im Laufe des Tages immer wieder daran und begab sich für eine kurze Weile in die Stille mit ihm. Auf diese Art und Weise konnte sie nicht nur viele innerliche Widerstände überwinden und weit über sich hinauswachsen, sondern entwickelte auch ein tief vertrautes Verhältnis zu den Ölwesen. In relativ kurzer Zeit war sie als Mensch so stark gewachsen, dass sie zu einer Inspiration, Stütze und Ölquelle für ihre ganze weitere Umgebung wurde.

### Die Lebensprinzipien der ätherischen Öle

Wie mehrfach erwähnt, trägt jedes ätherische Öl ein höheres Lebensprinzip in sich, das es verkörpert und vermittelt. Mag ich ein Öl

gar nicht leiden, heißt das entweder, ich habe ein Problem mit diesem Prinzip, oder das Öl überfordert mich gerade.

Nehmen wir ein einfaches Beispiel: Die Rose verkörpert eine tiefe Liebesfähigkeit und -reife. Habe ich nun akut einen schweren Liebeskummer, hadere mit der Liebe und ergehe mich vielleicht in Selbstmitleid, wird das Rosenöl für mich unangenehm riechen. Das kann so weit gehen, dass es für mich nach Essig oder gar Schimmel riecht – je nachdem, wie verfahren mein Zustand ist. Ein bei mir getragenes Fläschchen Rosenöl würde – auch für jeden anderen erkennbar – nun nach Essig riechen – entsprechend meinem aktuellen Entwicklungsstand in der Liebe, dem Prinzip des Rosenöls.

Stelle ich das Fläschchen weit genug entfernt von mir, wird es sich innerhalb von einer Woche vollständig erholen und wieder wie ein gutes Rosenöl duften. Behalte ich es jedoch bei mir, arbeite an meinem Liebeskummer – lerne meine Lektion der Liebe, verfeinere ich mich in ihr und lasse mich dabei vom Rosenöl inspirieren, wird sich das Öl, entsprechend meinen Entwicklungsschritten, genauso wieder zum lieblichsten Rosenöl zurückverwandeln können.

Es ist damit vergleichbar, wenn man mitten im tiefsten Liebeskummer ein frisch verliebtes, von Liebesglück trunkenes Paar sieht und einen regelrechten Stich im Herzen spürt. Im Angesicht dieses Liebesglücks tritt der eigene Liebes Schmerz um so deutlicher hervor. Dieses in blühenderer Art und Weise gelebte Prinzip der Liebe lässt einen schmerzhaft den eigenen Stand nur zu deutlich erkennen. Erholt man sich wieder von der Liebespein und verarbeitet seinen Schmerz, kann man sich an einem glücklichen Liebespaar wieder erfreuen.

So kann man die Wechselbeziehung vom Lebensprinzip zum Duftausdruck verstehen.

Jedes Öl repräsentiert ein reines höheres Lebensprinzip, zu dem wir uns im Riechen in Beziehung setzen. Der Duft zeigt uns, wie wir dazu stehen, wie wir unsere diesbezüglichen Hindernisse überwinden und was wir zu diesem Prinzip lernen können.

Umgekehrt, wenn ich ein Öl mag, bin ich offen für sein Prinzip und kann es ungehindert in mich aufnehmen. Es trifft bei mir auf offene Türen. Kein Widerstand, kein Schmerz steht in mir seinem Lebensprinzip im Wege. Ein Öl, das ich liebe, ist mir entweder in seinem Lebensprinzip innig vertraut oder es ist genau das, was meine Seele sich tief ersehnt, das mich gegenwärtig einen großen Schritt weiterbringen würde.

### **Erlöster und unerlöster Ausdruck**

Mit wenigen Ausnahmen verkörpern die ätherischen Öle reine geistige Lebensprinzipien. Wir nähern uns diesen hohen Prinzipien an und leben sie je nach innerem Vermögen und Bewusstsein in unterschiedlichster Weise aus. Entweder tun wir dies relativ gesund, frei und zum Vorteil aller oder weniger erlöst und frei auf eine Art und Weise, die eher mit Einseitigkeit, Einschränkung und Leid verbunden ist. In der unerlösten Form haben wir Kraft, Reife oder den Mut zu einem gesunden, starken Ausdruck dieses Prinzips noch nicht ausreichend entwickelt. Jedoch bringen wir, was in uns an Potential angelegt ist, immer zum Ausdruck. Wenn eben nicht genug Reife, Kraft oder Mut zu einem freien, lebendigen, schönen Ausdruck vorhanden ist, werden wir es in einer unerlösten, weniger schönen und lebendigen Form leben.

Im unerlösten Ausdruck unterscheiden wir zwei polare Grundtendenzen. Auf der einen Seite das Zuviel, die Übertreibung, die Überbetonung, das Über-das-Ziel-Hinausschießen. Auf der anderen Seite steht

das Zuwenig, das zu Schüchterne, zu Zaghafte, zu Vorsichtige, zu Zurückhaltende, zu Kraftlose. So gibt es zu jedem Lebensprinzip den guten, starken Mittelweg, den für alle Beteiligten gesunden und befriedigenden Ausdruck, und es gibt zu beiden Seiten die Straßengräben, in die man rutschen kann – das Zuviel und das Zuwenig des heilsamen Prinzips.

Natürlich ist das kein statischer Zustand. Den gesunden, treffenden Ausdruck müssen wir immer wieder neu finden – deshalb ist es bisweilen unvermeidbar, in einen der beiden Straßengräben zu treten, um dann erneut – ein wenig klüger – wieder die Mitte aufzusuchen. Problematisch, unbefriedigend und unweigerlich schmerzhaft ist es nur, wenn wir uns hauptsächlich auf der unerlösten Seite eines Lebensprinzips befinden, weil wir beispielsweise sehr unerlöste Vorbilder hatten, einseitige Lebensumstände, ungesunde Prägungen oder unverarbeitete Traumata.

Nehmen wir das Basilikumöl als Beispiel: Basilikum steht für die Authentizität, für einen authentischen Ausdruck und Lebensstil. Ein Mensch, der das Basilikum-Prinzip gesund lebt, stellt eine authentische Lebensform über die Konvention oder die Tradition. Bei einem gut gelebten Basilikumprinzip richtet sich derjenige sowohl partnerschaftlich wie beruflich nach seinem inneren Kompass. Das heißt nicht, dass immer alles ideal ist. Jedoch ist ihm ein echtes Streben nach einer authentischen Lebensform zu einer inneren Notwendigkeit und großer Freude geworden. Einem Basilikum-Menschen ist es unerträglich, beruflich eine Tätigkeit auszuüben, die seinen Überzeugungen widerspricht – er wird auf Dauer krank werden, und beispielsweise Magengeschwüre entwickeln. Dies wäre ein Fall von zu schwacher Basilikumkraft, da dieser Mensch zu lange nichts verändert hat, um seinem inneren

Verlangen nach Authentizität nachzukommen.

Das Gegenteil, ein Zuviel davon, läge vor, wenn unser Basilikummensch mit der unbefriedigenden Berufssituation ständig alles hinwirft. Da es ihm wieder nicht wirklich entspricht, wechselt er immer wieder die Stellen und findet zielsicher alle Fehler bei den anderen. Schuld sind stets die anderen – an ihm liegt es nicht. Somatisch könnten Bluthochdruck oder Schlafprobleme die Folge sein.

In beiden Fällen kann keine richtige Entwicklung stattfinden. Eine authentische Lebensform, in der die eigene Rolle und die der anderen reflektiert wird, Dinge so angesprochen werden können, dass man gemeinsam zu etwas Neuem kommt, findet nicht statt. In beiden Fällen würde das Basilikumöl helfen, wieder die Mitte zu finden. Die Kraft des Basilikumölwesens, seine Heilkraft der Authentizität würde sowohl körperliche Heilprozesse in Gang setzen wie auch auf seelisch-geistiger Ebene einen bewussteren Umgang impulsieren.

### ***Der diagnostische Wert der Öle***

Unsere Reaktion auf ein Öl, ob sympathisch oder ablehnend, ist grundsätzlich echt, wenn wir uns wirklich von dem Wesen berühren lassen. Es ist eine unterbewusste Reaktion, die wir nicht steuern können. Das heißt, wir haben einen objektiven Maßstab, wo wir uns in seinem Lebensprinzip innerlich befinden, wie unser Entwicklungsstand in diesem Lebensprinzip ist.

Ein Hauch von dem besagten Rosenöl wird uns zeigen, wie wir beispielsweise unseren Liebeskummer verarbeitet haben, ob wir darüber hinweg sind oder eben noch nicht. Und, was noch wichtiger ist, es wird uns hel-

fen, den Liebeskummer zu überwinden, indem es sein reines Prinzip der Liebe vermittelt. Mit dem Rosenöl bekommen wir also Lehrstunden einer reifen Liebeskundigen und das auf allen Ebenen – geistig, seelisch und körperlich. Wenn sich unser Liebeskummer bereits körperlich geäußert hat und wir beispielsweise an Herzbeschwerden leiden, wird das Wesen des Rosenöls sich dessen annehmen.

Somit haben wir die einzigartige Möglichkeit bei einem organischen Problem objektiv zu diagnostizieren und zu verstehen, welches Lebensprinzip dort leidet und sich körperlich eingeschrieben hat. Denn, wie wir wissen, können Herzschmerzen viele andere Gründe haben, andere Lebensprinzipien sich dort organisch manifestieren. Es könnte auch das Basilikum-Prinzip sein oder das Galgant-Prinzip, das dort leidet, oder viele andere. So ermöglichen uns die Öle eine objektive Ursachenforschung und weisen zugleich Wege der Heilung.

Eine antipathische Reaktion auf das Öl kann auch bedeuten, dass das Öl nicht geeignet ist. Das gilt es unbedingt zu unterscheiden. Um diese Frage zu klären, ist das Wissen um die Lebensprinzipien der Ölwesen so entscheidend. Es hilft zu verstehen, was hinter der Ablehnung steckt. Wenn Kinder viele Öle nicht mögen, liegt das in aller Regel nicht daran, dass sie so viele Blockaden haben, sondern eher daran, dass diese Prinzipien entwicklungsmäßig für sie noch gar nicht anstehen – so wie für einen Leseunkundigen Bücher auch keine rechte Hilfe sind.

### ***Eine ganzheitliche Biochemie***

Die biochemische Aufschlüsselung eines ätherischen Öles gibt uns eine Art Visitenkarte ihrer Hauptwirkungen. Wie jeder andere