

Thomas von Rottenburg

*Heilkunde
der
Ätherischen Öle*

NEUE  ERDE

Inhalt

Widmung, Danksagung, Haftungsausschluß	7
Einleitung	8
Eine kleine Gebrauchsanweisung	9

GRUNDLAGEN

Die vier Wege der Wirksamkeit und die vier Tore zum Menschen	12
Die mineralische Welt und die konventionelle Medizin	12
Die ätherische Welt und die ätherischen Öle als Brücke	13
Der Emotionalkörper und die ätherischen Öle	15
Die Ich-Kräfte in ihrem Bezug zu den ätherischen Ölen	19
Das ätherische Öl als ein lebendiges Gegenüber und Träger eines höheren Lebensprinzips	25
Die Destillation – ein ätherisches Öl wird geboren	27
Andere Gewinnungsverfahren von ätherischen Ölen	30
Die Wesenserkenntnis als Schlüssel zu einer höheren Wirksamkeit	32
Das innere Verbinden mit den Ölwesen – ein meditativer Weg	35
Offene Meditation zu einem Ölwesen	36
Die Lebensprinzipien der ätherischen Öle	37
Erlöster und unerlöster Ausdruck	38
Der diagnostische Wert der Öle	39
Eine ganzheitliche Biochemie	39
Zu der »Gefährlichkeit« von ätherischen Ölen	49

DIE ÄTHERISCHEN ÖLE

Die Botschaften der Ölwesen und die Beschreibungen ihrer Lebensprinzipien	54
Die Zeichnungen der Ölwesen – von Ana Pogačnik	57
Das Basilikumöl	59
Das Immortellenöl	71
Das Ingweröl	85
Das Nelkenknospenöl	95
Das Pfefferminzöl	107
Das Ravintsaraöl	121
Das Rosengeranienöl	133
Das Schafgarbenöl	145
Das Silberwermutöl	159
Das Thymian-thujanol-Öl	171
Das Vetiveröl	181

Bücher haben feste Preise.
1. Auflage 2015

Thomas von Rottenburg
Heilkunde der Ätherischen Öle

© Thomas von Rottenburg/Neue Erde GmbH 2015
Für die Zeichnungen: Ana Pogačnik
Alle Rechte vorbehalten.

Titelseite:
Foto: Thomas von Rottenburg
Gestaltung: Dragon Design

Satz und Gestaltung:
Dragon Design
Gesetzt aus der Minion

Gesamtherstellung: Appel & Klinger, Schneckenlohe
Printed in Germany

ISBN 978-3-89060-659-0

Neue Erde GmbH
Cecilienstr. 29 · 66111 Saarbrücken
Deutschland · Planet Erde
www.neue-erde.de

FSC-Logo

Das Zypressenöl	193
Das Drachenblut	205

DIE ANWENDUNG

Die ätherische Wahrnehmung – so unbekannt und doch unschätzbar für die Arbeit mit ätherischen Ölen	216
Wege zum richtigen Öl – die Ölefindung	218
Wege der Anwendung	220
Die Öldispersionsbäder – der Quantensprung in der Anwendung der Öle	223
Symptom- und Wirkungsregister	230
Anmerkungen	244
Bibliographie	246
Über den Autor	247

Widmung

Dieses Werk hätte nie seine Form und Qualität erreicht ohne meine geliebte Frau Ana. Liebste Ana, deine Liebe, deine Anregungen, deine Geduld und deine Inspiration haben mich durch die ganze Zeit der Entstehung dieses Buches getragen und beflügelt. Dein Sein und deine Gaben haben in mir entscheidende

Wendungen und Vertiefungen für dieses Buch bewirkt. Hab Dank für deine starken und wunderbaren Zeichnungen, die den Wesen der Öle eine noch intimere Präsenz in diesem Buch geben und ihnen eine weitere Tür in das Bewusstsein der Menschen öffnen.

Danksagung

Dieses Buch ist ein Gemeinschaftswerk. Viele Menschen haben zu diesem Buch beigetragen. Menschen, die sich den Ölwesen und mir in meiner Praxis anvertrauten, durch die ich so viel gelernt habe; Menschen, die in meinen Seminaren oder den Seminaren von Ana und mir gemeinsam mit uns geforscht und gelernt haben; Menschen, die bereit waren, zusammen mit den Wesen der Öle in Tiefen abzutauchen und Höhen zu erklimmen, um verwandelt und bereichert wieder zurückzukommen.

Euch allen gilt mein tiefster Dank. Mein inniger Dank gilt auch den unermüdlichen Freunden, den sichtbaren und den unsichtbaren, die dieses Buch mit mir überarbeitet haben. Insbesondere danken möchte ich Sibylle und Thomas Batsching sowie Zita Weckenmann für Eure geduldige und treue Hilfe. Mögen die Früchte unserer gemeinsamen Arbeit durch dieses Buch vielen, vielen Menschen zugute kommen.

Haftungsausschluss

Die Inhalte dieses Buches wurden vom Autor nach bestem Wissen zusammengestellt und dienen ausschließlich der neutralen Information und allgemeinen Weiterbildung. Sie stellen keine Empfehlung oder Bewerbung der beschriebenen oder erwähnten diagnostischen Methoden, Behandlungen, Heil- oder Arzneimittel dar. Der Text erhebt weder einen Anspruch auf Vollständigkeit noch kann die Aktualität, Richtigkeit und Ausgewogenheit der dargebotenen Information oder Quellen garantiert oder eine diesbezügliche Haftung übernommen werden. Autor und Verlag übernehmen keine Haftung, wenn ein bestimmter Zweck oder Erfolg nicht eintritt.

Das Buch ersetzt keinesfalls die fachliche Beratung durch einen Heilpraktiker, Arzt oder Apotheker und darf nicht als Grundlage zur eigenständigen Diagnose und Beginn, Änderung oder Beendigung einer Behandlung von Krankheiten verwendet werden. Die hier dargestellten Informationen sind nicht als Aufforderung zur Selbstbehandlung oder Selbsterkennung von Krankheiten oder Beschwerden zu verstehen. Konsultieren Sie bei gesundheitlichen Fragen oder Beschwerden immer den Heilpraktiker, Arzt oder Zahnarzt Ihres Vertrauens! Bei Erkrankung eines Tieres suchen Sie einen Tierarzt auf.

Einleitung

Wie in anderen Bereichen auch, kommt ein Quantensprung an Wirksamkeit dann zustande, wenn fortgeschrittene geistige Erkenntnisse ins Praktisch-Physische übersetzt werden können. Was für technische Fortschritte gilt, wo konsequente Forschung in raffinierte Technik umgesetzt wird, so dass beispielsweise Automotoren bei höherer Leistung immer weniger Energie verbrauchen, gilt genauso für den Bereich unserer Gesundheit und Krankheit. Man kann sagen, dies gilt sogar in gesteigertem Maße für unsere Gesundheit und Krankheit – und zwar aus dem schlichten Grund, dass wir nicht nur physisch-vegetative Wesen sind, sondern auch aus Seele und Geist bestehen. Als Seele und Geist sind wir direkt empfänglich für höchste seelisch-geistige Kräfte. Die ätherischen Öle sind solche Kräfte, die noch dazu ihre seelisch-geistige Kraft bis in unseren physischen Körper übersetzen. Je besser wir sie verstehen und uns mit ihnen verbinden können, desto kraftvoller werden die Resultate sein, desto größer die Entwicklungssprünge, die wir vollziehen können. Von daher geht es in diesem Buch neben der Hausapotheke auch um innere Weiterentwicklung.

Im Bereich von Gesundheit und Krankheit sind die Ausgangspositionen klar. Wir haben Krankheiten und Krisen, die wir so fruchtbringend wie möglich überwinden

wollen. Und wir haben Heilmittel, wie die ätherischen Öle, die uns evolutionär sehr nahe stehen. Im Unterschied zu anderen natürlichen Heilmitteln teilen wir mit den ätherischen Ölen sogar unsere unmittelbare seelisch-geistige Herkunft. Viel mehr als Mineralien, Pflanzen oder Tiere, sind sie unsere allernächsten Verwandten. Nur leider, man kann auch sagen zum Glück, sprechen sie eine andere Sprache, als wir das tun. Ihre äußere Sprache ist der Duft. Sie sprechen auch in anderer Weise. Doch müssen wir uns innerlich ein wenig aufschwingen, um ihre Sprachen zu verstehen. Ein großer Schatz an Heilwegen und Entwicklungsmöglichkeiten wartet darauf, gehoben zu werden. Wir stehen erst ganz am Anfang dieses Weges.

In den hier behandelten 12 + 1 ätherischen Ölen liegt quasi eine ideale »Mannschaft« vor, die eine erstaunliche Bandbreite von Symptomen und Erkrankungen des Alltages meistern hilft.

Dieses Buch will einen Beitrag dazu leisten, die Sprache der ätherischen Öle besser zu verstehen und die enormen Möglichkeiten, die sie für uns bereithalten, tiefer zu durchdringen. Damit diese Reise so erfreulich und gewinnbringend wie möglich wird, braucht es eine angemessene Grundausstattung. Im Folgenden bemühe ich mich, diese Grundausstattung bereitzustellen, und wünsche eine gute Reise.

Eine kleine Gebrauchsanweisung

Herzlichen Glückwunsch zur Entscheidung für dieses Buch! Es ist als ein echter Lebensbegleiter konzipiert, der einem Jahr für Jahr weitere Türen in die reiche Welt der ätherischen Öle öffnen kann – ob für die Behandlung der kleineren und größeren Notfälle und Erkrankungen, die zum Leben dazugehören, oder für die eigene innere Entwicklung. Da die Kapitel aufeinander aufbauen, ist es natürlich am besten, das Buch von vorne nach hinten zu lesen. Genauso kann man jedoch jedes Kapitel unabhängig von den anderen lesen. Es ist wie ein Lesebuch zur Heilkunde der ätherischen Öle, das man sich mit der Zeit immer tiefer erschließen kann.

Über das allgemeine Symptomregister und die Symptomverzeichnisse der Öle hat man bei Bedarf einen schnellen Zugang, um zu dem passenden Öl zu kommen. Wirklich fruchtbar wird das Symptomregister allerdings erst

vor dem Hintergrund der Ölcharakterisierungen, die das Herzstück dieses Buches bilden. In diesen Ölkapiteln gibt es jeweils einen Abschnitt, in dem das Ölwesen selbst zu Wort kommt. Anschließend erläutere ich das Lebensprinzip des Ölwesens. Erst durch die Lebensprinzipien sind wir in der Lage, den Kontext zu verstehen, aus dem heraus ein Öl seine Wirksamkeit entfaltet. Die Lebensprinzipien der ätherischen Öle helfen uns zu differenzieren, welches Öl in einer gegebenen Situation richtig ist.

Der Zugang zu den Ölkapiteln wird um einiges schöner, befriedigender und inniger, wenn man beim Lesen das jeweilige ätherische Öl riechen kann und so im unmittelbaren Kontakt mit dem Ölwesen steht. Für die bessere Lesbarkeit benutze ich verschiedentlich die männliche Sprachform, die gleichermaßen für die weibliche und männliche Schreibweise steht.



Grundlagen

Die vier Wege der Wirksamkeit und die vier Tore zum Menschen

Ätherische Öle wirken auf verschiedenen Wegen auf den Menschen. Und der Mensch wiederum ist durch verschiedene Vermittlungsebenen oder verschiedene Bereiche seines Wesens erreichbar. Um diese unterschiedlichen Vermittlungsprozesse in ihrer therapeutischen Bedeutung genauer zu verstehen, ist die Viergliederung in mineralische Welt, Welt der Lebenskräfte, Welt der Emotionen und Gefühle und die Ich-Sphäre enorm hilfreich. Darum charakterisiere ich im Folgenden diese Viergliederung – auch vier Vermittlungsebenen, Leiblichkeiten, Reiche oder Wesensglieder genannt:

Die mineralische Welt und die konventionelle Medizin

Die erste der vier Sphären ist die mineralische Welt. Sie umfasst die gesamte unbelebte Welt. Die belebten Pflanzen, Tiere und auch wir Menschen, obwohl aus Erdenstoffen aufgebaut, fallen dem Mineralreich erst wieder zu, sobald sich das Leben aus unseren Körpern zurückzieht. Mit dem Tod setzen die Verfallsprozesse ein, die den physischen Körper wieder ganz zu Erde, in seine mineralischen Einzelbestandteile zerfallen lassen. Die gesamte Physik mit all ihren Gesetzmäßigkeiten, wie wir sie kennen, bezieht sich auf diesen Bereich. Der enorme technische Fortschritt unserer Zivilisation baut darauf auf. Die konventionelle Medizin, obwohl sie sich mit Krankheit und Gesundheit des Menschen befasst, bezieht in ihrer therapeutischen Ausrichtung die anderen drei Vermittlungsebenen bislang kaum mit ein. Sie nimmt zwar die Phänomene teilweise zur Kenntnis, setzt sich jedoch mit deren Gesetz-

mäßigkeiten bislang nicht auseinander. Zwar entschlüsselt sie immer weitergehende Zell- und Körperfunktionen und weiß um den biochemischen Aufbau von Enzymen, Botenstoffen, Hormonen und vielem mehr. Und natürlich wirkt die konventionelle Medizin über mineralische Substanzen auch auf die drei anderen Leiber. Allerdings geschieht das hauptsächlich in abbauender, dämpfender oder manipulierender Art und nicht so, dass sich die verwendeten Substanzen organisch aufbauend in die höheren Leiber eingliedern können.

Ein Beispiel wären Antidepressiva, die zwar zunächst scheinbar entlastend auf die Gefühle und damit auf den Emotionalleib wirken. Menschen, die über Jahre Antidepressiva genommen haben und dann davon weggekommen sind, sagen im Nachhinein: »Es war zwar eine Entlastung, doch letztlich war ich die ganze Zeit gedämpft und mir selbst fremd – eigentlich war das eine verlorene Zeit. Das, was der Depression zugrunde lag, wurde nicht verarbeitet, sondern an die Seite gestellt.« So gibt es viele eigentlich segensreiche Entwicklungen der konventionellen Medizin, die erst, wenn sie im Übermaß und mit Ausschließlichkeitsanspruch eingenommen werden, mehr Schaden als Nutzen bringen.

Für starke Schmerzen gibt es glücklicherweise Mittel, die die Schmerzweiterleitung blockieren. Entzündungen können eingedämmt und viele Infektionen mit Antibiotika beseitigt werden. Fehlende Hormone werden künstlich synthetisiert und gegeben. Unerwünschte Hormone werden durch die synthetische Variante des Gegenspielers ausgesetzt. Es wird substituiert, unterdrückt, anästhesiert und, wenn nötig, beispielsweise durch Antibiotika abgetötet. Gerade in der Intensivmedizin werden phantastische Leistungen erbracht und tagtäglich Leben

gerettet. Wer will schon die herausragenden Möglichkeiten der Chirurgie missen, wenn sie notwendig werden? Charakteristisch für die Mittel der konventionellen Pharmazie ist, dass ihre Präparate ausschließlich in eine festgelegte Richtung wirken. Nehmen wir den Blutdruck als Beispiel – ein Präparat senkt zu hohem Blutdruck, ein anderes steigert zu niedrigen. Jedes Präparat hat eine bestimmte Wirkrichtung, für die es tätig wird. Es gibt kein konventionelles Präparat, das, je nach Bedarf, sowohl zu hohem Blutdruck senkt wie einen zu niedrigen steigert. Das verhält sich anders bei ätherisierten Heilmitteln aus der nächsten Sphäre. Mehr dazu im nächsten Kapitel.

Eines der Hauptgesetze der unbelebten Welt ist das Gesetz der Schwerkraft. So können wir genau berechnen, wenn ein Apfel vom Baum fällt, wie lange er fallen wird, wie groß die Beschleunigung sein wird und wie stark der Aufprall auf den Boden. Was uns diese Gesetze nicht erklären können, ist jedoch, wie der Apfel auf den Baum hinauf gelangt. Wie der Baum entgegen der Schwerkraft Wasser und Mineralien aus der Erde herausholt und daraus den Apfel wachsen lässt. Wie wir wissen, treten Gesetzmäßigkeiten in aller Regel in Polaritäten auf. Das heißt, zur Schwerkraft muss es eine Auftriebskraft geben. Hier kommen wir allerdings in den Bereich der nächsten Sphäre mit anderen Gesetzen.

Die ätherische Welt und die ätherischen Öle als Brücke

Wie der Name schon sagt, sind ätherische Öle nicht nur Teil der physischen, sondern genauso Teil der ätherischen Welt. Die ätherische Welt ist die Grundlage des Lebendigen schlechthin, sie ist das, was alles Lebendige

am Leben erhält. Sie baut uns auf und versorgt uns mit Lebenskräften. Der Vermittler dieser Lebenskräfte ist das wässrige Element. Die Ätherwelt durchdringt die physische Welt – und ist in vielerlei Hinsicht doch ihr Gegenteil. Die physikalischen Gesetze gelten nur für die physische Welt. Die Ätherwelt hat ihre eigenen, sehr anderen Gesetzmäßigkeiten. In der physischen Welt ist alles voneinander getrennt – für die ätherische Welt gilt das Gegenteil. Wie in einem unendlichen Meer ist alles verbunden.

Eine wunderbare Weisheit waltet hier. Es ist die Welt der Lebenskräfte. Wie wir unseren physischen Leib als dichteste Materie haben, ist es für die Elementarwesen, zu denen auch die ätherischen Öle gehören, ihr ätherischer Körper. Auch wenn die Flüssigkeit des ätherischen Öles auf eine Art ihr physischer Körper ist, sind sie nicht daran gebunden. Sie können sich auch völlig unabhängig davon bewegen. Ihre eigentliche Form finden wir in der ätherischen Welt und in der Astralwelt,* wo ihr seelisches Element zuhause ist.

Diese Sphäre war den Menschen der Urvölker noch zugänglich – weshalb für sie die Welt in einem ganz anderen Maße als für uns eine sprechende war. Deshalb erlebten sie jeden Busch, jeden Fels, jede Blume als ein wesenhaftes Gegenüber. Auch wir können uns diese Welt wieder erschließen.

Einmal abgetrennt von allem, der Welt gegenüberstehend, konnten wir ein individuelles Bewusstsein erwerben. Auch wenn es so erscheinen mag, ist dies kein Rückschritt, sondern evolutionäre Notwendigkeit und Fortschritt. Aus dem individuellen Einzel-

* Die Astralwelt ist die empfindende Welt, in der auch die Elementarwesen beheimatet sind. Mit unserem Emotionalkörper sind wir auch Teil der Astralwelt. Siehe auch das Kapitel: Der Emotionalkörper – Die Welt der Gefühle und Emotionen und die ätherischen Öle

bewusstsein heraus können wir uns jedoch wieder Brücken in die ätherische Welt bauen, an der wir immer noch teilhaben. Das uns Selbstverständliche, Bewusste und Allgegenwärtige ist die physische Welt. Die ätherische Welt ist genauso allgegenwärtig, nur ist sie uns in aller Regel nicht bewusst. Die ätherischen Öle als Schwellenwesen beider Welten können uns helfen, diese andere Welt besser zu verstehen.

Jedes wie auch immer geartete Medikament muss von unserem Ätherleib ätherisiert, das heißt, in den Bereich des Lebendigen aufgenommen werden, bevor es in uns wirksam werden kann. Man kann unseren physischen Leib nicht unabhängig vom Ätherischen betrachten. Tut man es doch, kann man nur vom toten Körper sprechen. Ätherisierte Heilmittel wie ätherische Öle können, im Gegensatz zu synthetischen, ihre Wirkung an die Bedürfnisse des Körpers anpassen. Nehmen wir den Blutdruck als Beispiel: So kann das Basilikumöl sowohl zu niedrigen Blutdruck steigern als auch zu hohen senken. Die Ölwesen lesen sich quasi in die vorliegenden Verhältnisse ein und bringen ihr ausgleichendes Prinzip zur Wirkung.

Wir erleben an uns selbst, wie es um unsere persönliche Äthersphäre, unseren Ätherleib bestellt ist. Auf welchem Fuße wir mit den Auftriebskräften stehen, merken wir daran, wie schwer oder leicht wir uns fühlen, wie schwer oder leicht unser Gang ist, ob wir zu physisch geworden sind oder zu flüchtig, zu leichtfüßig. Um dieses gesunde Gleichgewicht geht es: gut geerdet und zugleich beschwingt und frei in unserer Bewegung und unserem Sein. Mit unserem eigenen Ätherleib, auch Lebenskräfteleib oder Vitalleib benannt, sind wir Teil der Ätherwelt. Körperlich reicht der Ätherleib etwas über unseren physischen Leib hinaus, je vitaler

wir sind, desto mehr. Als unser Lebensleib ist er der Träger unserer Lebenskräfte und Lebensprozesse. Er erhält alles im Lebenszusammenhang, was ohne ihn vergänglich ist. Durch ihn heilen Wunden; sämtliche Heilvorgänge in uns hängen mit ihm zusammen.

Generell bauen sich tagsüber, in unserem Wachbewusstsein, die Ätherkräfte ab und nachts im Schlaf regenerieren sie sich wieder. Organisch hängt die Leber, unser regenerativstes Organ, innig mit unserem Lebensleib zusammen – nicht umsonst sind die Wörter »Leber« und »Leben« sehr ähnlich. Das zentrale Steuerorgan des Ätherleibes ist die Hypophyse. In dem Zusammenhang sollten wir wissen, dass Jod, beispielsweise im Jodsatz, die Hypophyse blockiert und damit den gesamten Ätherleib schwächt. Das Argument, die Schilddrüse brauche es, hinkt, da die Schilddrüse schon mit der Jodkonzentration einer D12 den gesamten Stoffwechsel steuert.* Durch biologisch angebaute Lebensmittel nehmen wir in der normalen Nahrung mehr als genug Jod auf. Die Therapien, die speziell auf den Ätherleib wirken, sind beispielsweise die Akupunktur, die Osteopathie, die Craniosakrale Therapie, die rhythmische Massage oder Shiatsu. Alle anderen Therapien, die höhere Wesensglieder erreichen, wirken natürlich auch auf den Ätherleib.

Etwas von den Gesetzmäßigkeiten dieser Ätherwelt erleben wir schon, wenn wir uns kräftig und ungut mit jemandem gestritten haben. Danach fühlen wir uns ausgelaugt, unsere Lebenskräfte haben gelitten. Sie wurden durch unsere Lieblosigkeit und die unseres Gegenübers aufgezehrt. Unwissend haben wir uns gegen die Gesetzmäßigkeiten der ätherischen Welt verhalten und spüren

* D12 ist eine homöopathische Potenz, die einer Konzentration von einem billionstel Teil entspricht.

dies durch einen unvermeidlichen Verlust an Ätherkräften. Haben wir jedoch einen besonders liebevollen Austausch mit jemandem, spüren wir, wie unsere Lebenskräfte aufblühen.

Als Steigerung gilt: Gelingt es uns, zu einem Menschen, den wir nicht mögen, freundlich zu sein – und zwar keine vorgetauschte, sondern eine echt gemeinte Freundlichkeit – bewirkt das eine tiefgreifende ätherische Stärkung. Es ist eine starke Überwindungsleistung, unserer nicht unbeträchtlichen Neigung, die eigene Antipathie auszuleben, zu entsagen. Der sprichwörtliche »grüne Daumen« ist nichts anderes, als diese Liebeskräfte, die von dem Menschen auf die Pflanzen übergehen und sie besonders gut gedeihen lassen.

Es gibt allerdings im Leben manchmal herausgehobene, beglückende und beseelte Momente, bisweilen auch kürzere oder längere Zeiträume, in denen wir in viel elementarerer Weise als sonst mit der Welt, der Natur um uns verbunden sind. Dies kann durch die Liebe geschehen, durch Meditation oder uns in geeigneten Momenten auch spontan ereilen. Dann können wir mit der Natur fühlen, erleben uns in ganz anderer Art mit ihr verbunden, sind dann im wahrsten Sinne des Wortes eingebettet. Es sind poetische Momente, Momente, die an die Türen der Ewigkeit klopfen. Die Zeit bekommt eine völlig andere Qualität. Wir sind dann außerhalb dessen, was wir normalerweise als Zeit, unsere Alltagszeit, erleben und bezeichnen – in Wahrheit fangen wir dann erst an, in der Zeit, mit dem Wesen der Zeit zu sein. Dies sind schon stärkere Anklänge unserer Verbindung mit der ätherischen Welt, die Welt, in der die Wesen der ätherischen Öle zuhause sind, die Welt, von der sie künden, die Welt mit der sie uns verbinden können, uns zu verbinden wünschen.

Der Emotionalkörper und die ätherischen Öle

Wie der Name schon kündigt, besteht der Emotionalkörper aus unseren Emotionen, Gefühlen und Instinkten. Es gibt einige andere Bezeichnungen für den Emotionalkörper, wie Emotionalleib, Gefühlsleib, Gefühlkörper, Empfindungsleib oder Astralleib, die ich nachfolgend verwende, um etwas beweglich zu bleiben. Der Gefühlsleib ist unsere Empfindungssubstanz. Die ganze Bandbreite von Sympathie, Antipathie, Trieben, Begierden bis hin zu unseren höchsten Idealen gehört in diesen Bereich. Seine physischen Anker sind das Nervensystem und die Nieren. Deshalb gehen uns emotionale Tiefschläge so stark an die Nieren.

Der Emotionalkörper durchdringt den physischen Leib und Ätherleib, ragt dabei über den Ätherleib noch hinaus. Je älter wir werden, desto sichtbarer schreibt sich der Emotionalkörper mit seinen Färbungen und Haltungen in den physischen Körper ein, am stärksten in unserem Gesichtsausdruck. Während der Ätherleib uns belebt, beseelt uns der Emotionalkörper. Er macht uns zu emotionalen, fühlenden, sehnenenden, empfindenden, liebesfähigen und liebessehnsüchtigen Wesen. Von den höchsten, erhabensten Gefühlen über die einfachsten Triebe bis hin zu unseren negativsten Emotionen – alles das gehört in diese Sphäre. Das vermittelnde Element zwischen der empfindenden Substanz und unserem physischem wie ätherischem Körper ist die Luft. Schon die alten Griechen wussten: Mit dem ersten Atemzug zieht die Seele in uns ein, so, wie wir sie im letzten Atemzug wieder ausatmen. Je tiefer unser Atem, desto wohler fühlen wir uns und verbundener mit uns selbst sind wir. Umgekehrt, je ängstlicher oder gar panischer wir sind, desto flacher wird der Atem. Wie



*Die
Ätherischen
Öle*

Die Botschaften der Ölwesen und die Beschreibungen ihrer Lebensprinzipien

Mal spreche ich von ätherischen Ölen und mal von den Wesen der Öle. In diesem Buch meinen die verschiedenen Bezeichnungen für die Öle immer dasselbe: Es geht um die Wesen der ätherischen Öle. Es war für mich ein echter Geburtsprozess, zusammen mit den Wesen der Öle dieses Buch zu schreiben. Obwohl ich mich so lange mit den Ölwesen befasste, habe ich mich nie zuvor für eine längere Zeit so eingehend mit einem einzelnen Ölwesen befasst. Ich habe mit ihm richtiggehend gelebt, bis ich soweit war, eine ganz neue Ebene seines Wesens zu empfangen und mitzuteilen.

Die Beschreibungen der Öle gliedern sich in drei Bereiche:

Für den Teil, in dem ich das Wesen des Öles selbst zu Wort kommen lasse, habe ich mich meditativ mit dem Ölwesen verbunden und aufgenommen, was es sagen möchte. Für mich war das der berührendste Teil des Schreibens, war es doch jeweils eine solch intime Begegnung, die mich die Ölwesen tiefer verstehen ließ als je zuvor. Bewusst habe ich alle Erfahrungen und alles Wissen komplett zurückgestellt, um ihnen wie zum ersten Mal zu begegnen.

Im Abschnitt zum Lebensprinzip des Öls habe ich zusammengetragen, wie ich das Lebensprinzip und die Wirkungsweise des Ölwesens bislang erlebt habe. Zum einen sind darin die Ergebnisse aus vielen Seminargruppen eingeflossen, in denen wir die Ölwesen auf verschiedenen Wegen erforscht haben, zum anderen sind sie die Essenz meiner gesammelten Erfahrungen mit Patienten.

In den anderen Abschnitten zur Pflanze, Signatur, Biochemie, den Wirkungen und Indikationen greife ich den bekannten Faktenhintergrund auf und ergänze ihn aus meiner eigenen Erfahrung und Forschung. Wo sinnvoll, knüpfe ich Verbindungen und führe weiter aus.

In den Beschreibungen der Lebensprinzipien (mehr dazu in Kapitel »Das Öl als ein lebendiges Gegenüber und Träger eines höheren Lebensprinzips«) stelle ich das Wesen eines Öles wie einen Menschen dar. So lassen sich neben dem idealen Prinzip auch die unerlösten Seiten des Prinzips veranschaulichen, mit denen wir es beim Menschen bisweilen zu tun haben. Das erscheint paradox, da ein ätherisches Öl kein Mensch, sondern ein Elementarwesen mit einer physischen Präsenz ist, das andererseits bis in kosmische Sphären der Ideen und Ideale reicht und ein reines höheres Lebensprinzip verkörpert. Da die Wesen der Öle und wir Menschen bei allen offensichtlichen Unterschieden über unsere gemeinsame geistige Quelle innig verwandt sind, liegt die Bezugnahme auf den Menschen gar nicht so fern. (Mehr dazu in Kapitel »Die Ich-Kräfte und ihr Bezug zu den ätherischen Ölen«.)

Es gibt noch eine andere Antwort für die berechtigte Frage, wie es denn sein kann, dass ein ätherisches Öl als ein Pflanzenprodukt solch menschliche Züge annehmen kann. Dieselbe Frage gilt ja auch für die Charakterbilder der Homöopathie, der Bachblüten oder der Phytotherapie. Dies leuchtet ein, wenn wir in Betracht ziehen, dass alles in unserer Schöpfung wesenhafter Natur ist.

Jedes Mineral, jede Pflanze, jedes Tier und selbstverständlich auch jedes ätherische Öl hat zu seiner physischen Erscheinung ein höheres geistiges Wesen, was beispielsweise alle Pflanzen einer Art, alle Tiere einer Art überragt und vereint. Bei den ätherischen Ölen, die ja Schwellenwesen sind, Übergangswesen von der physischen zur geistigen Welt, ist es nur wesentlich leichter, ihr Wesen zu erschließen als bei Tieren, Pflanzen oder gar Mineralien. Der Mensch ist das einzige Wesen, der seinen Geist auf der Erde realisiert. Wir sind seelische und geistige Wesen in einem physischen Körper. Tiere sind seelische Wesen in einem physischen Körper. Ihr Geist hat sich nicht inkarniert, sondern lebt als Gruppenseele oder Gruppengeist in der geistigen Welt. Pflanzen sind lebendig, vegetativ. In der Blüte beziehungsweise im Duft sind sie vom Seelischen angehaucht und manche in der Giftbildung tiefer davon ergriffen, ihre Seele und ihr Geist leben jedoch nicht im Stoff. Mineralien treten nur unbelebt physisch in Erscheinung, ihr Lebensleib, ihre Seele und ihr Geist bleiben in der geistigen Welt. Es gibt verschiedene Wege, wie man die höheren Wesensglieder von Mineralien, Pflanzen oder Tieren zugänglich machen kann: Zum einen naheliegenderweise über die Meditation, aber auch über die Destillation, die Potenzierung und die Essenzherstellung.

Wenn ich die Lebensprinzipien der Ölwesen oder die ganzheitliche Biochemie beschreibe, geschieht das zumeist in Form eines weiblichen oder männlichen Lebensprinzips. Dabei darf man das weibliche oder männliche Prinzip nicht mit dem Geschlecht im Sinne von Mann und Frau verwechseln. Wir alle, unabhängig davon, ob Frau oder Mann, tragen beide Prinzipien in uns, leben sie

beide und brauchen beide. Mancher Mann lebt mehr seine weibliche Seite als seine männliche und muss dies auch so tun, um seinen Lebensauftrag vollbringen zu können. Umgekehrt gibt es genauso Frauen, die stärker ihre männliche Seite als ihre weibliche ausdrücken. Manchmal hängt die einseitige Betonung eines der beiden Prinzipien auch mit einer bestimmten Lebensphase zusammen. Einige Jahre später kann es sein, dass das andere Prinzip wieder viel mehr zum Tragen kommt. Für das richtige Verständnis der weiblichen oder männlichen Lebensprinzipien ist es wichtig, dass wir sie unabhängig vom Geschlecht der Menschen sehen, für die wir sie einsetzen wollen. Die Beschreibungen der Öle sind durch die Erfahrungen in meiner Praxis, die gemeinsame Erforschung in den Seminaren und meine eigene Forschung gewachsen. Sie sind das Destillat von über 25 Jahren Begegnung mit den ätherischen Ölen und ihren Wesen auf den verschiedenen Ebenen.

In der Meditation zeigt sich ein Ölwesen verschiedenen Menschen durchaus in sehr unterschiedlichen Verkleidungen – das kann als Mensch oder als ein geistiges Wesen sein, wie sie uns in den verschiedensten Märchen geschildert werden. Ihr Charakter, ihre Themen, ihre Lebensprinzipien, der gemeinsame Nenner, vor dessen Hintergrund sich alles abspielt, bleibt jedoch derselbe. Das Bild wird nur immer differenzierter und reicher. Es ist vergleichbar mit einem weisen Menschen, den man viele Jahre kennt und an dem man trotzdem immer noch neue, teilweise ganz unerwartete Seiten entdeckt – und manche eben erst, wenn man dafür reif ist. Das Phänomen, dass unabhängig voneinander an verschiedenen Orten zu verschiedenen Zeiten Menschen sich an denselben geistigen Inhalt anschließen und ihn vertiefen können,

kennen wir auch aus anderen Bereichen: Ein Mensch oder eine Gruppe erschließt sich eine neue Fertigkeit oder neues Wissen zu einem bestimmten Thema. Wenn nun, unabhängig davon, eine andere Gruppe, ohne von der Vorarbeit irgendetwas zu wissen, sich desselben Themas annimmt, kann sie direkt an das anknüpfen, was vorher dazu erarbeitet wurde. Dieses Phänomen zieht sich

wie ein roter Faden durch die ganze Arbeit, unabhängig von dem Ort oder Land, wo ich Seminare gebe. So offenbaren die Wesen der Öle immer wieder neue Wesensschichten, wenn die gemeinsame Bewusstseinschale, die eine Gruppe bildet, dies ermöglicht. So hilft diese Art der Forschungsarbeit sowohl den beteiligten Menschen wie den Wesen der Öle sich weiterzuentwickeln.

Die Zeichnungen der Ölwesen

von Ana Pogačnik

Ana: »Als ich sechzehn Jahre alt war, habe ich die Möglichkeit entdeckt, mit den anderen Welten zu kommunizieren. Schon damals wurde ich in die Sprache der Zeichnungen eingeführt.

Energetische Botschaften aus anderen Welten, Dimensionen oder von andern Wesenheiten sind nie fest in die Worte gelegt, sondern existieren in Kraftform. Erst wenn wir sie in unsere materielle Dimension holen, bekommen sie eine konkrete feste Form. So ist es möglich, die gleiche spirituelle oder energetische Botschaft in sehr unterschiedliche Formen und Sprachen zu übersetzen. Worte, Zeichnungen, Musik, Kosmogramme oder Malereien sind solch unterschiedliche Ausdrucksformen, und doch können sie alle Träger des gleichen Energieflusses sein.

Ich habe mich mit jedem Ölwesen mit Hilfe des Duftes verbunden und die jeweilige Kraft in die Zeichnungen übersetzt. Es geht nicht um automatisches Zeichnen, weil ich eine bewusste Verbindung mit den Wesen hatte und damit an dem Prozess der Entstehung aktiv beteiligt war. Meine Hand wird dabei physisch geführt. Der Anfang wird immer mit dem Ende der Linie verbunden.

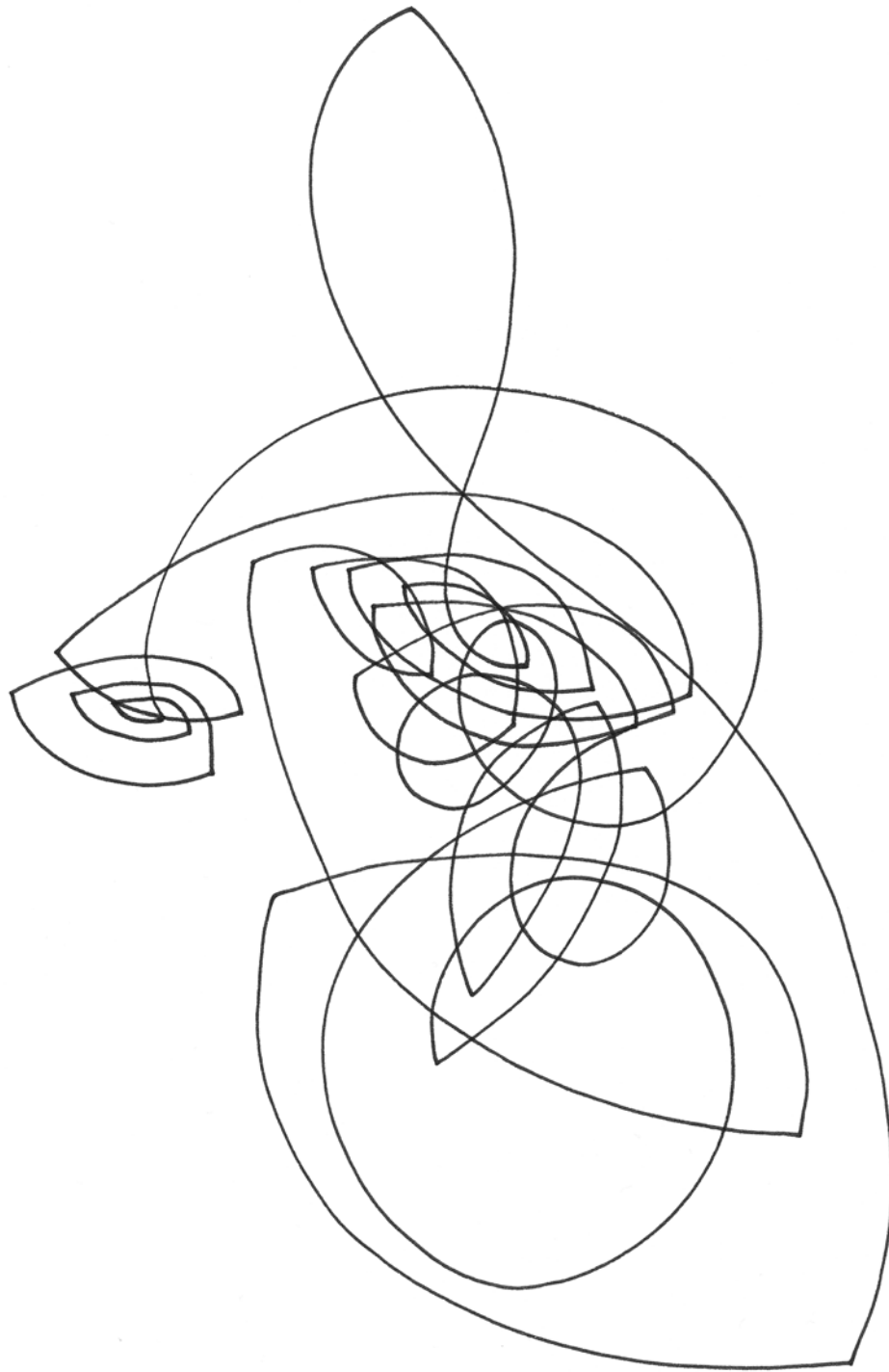
Hier ein Vorschlag, wie man vorliegende Zeichnungen benutzen kann. Das Wichtigste ist, sich für die Kraft, die durch die Zeichnungen strahlt, zu öffnen und sich von ihr tief im Herzen berühren zu lassen. Um die Verbindung noch zu vertiefen, kann man sich im Herzen eine strahlende Sonne vorstellen, aus welcher man einen Strahl auf einen Punkt auf der ausgewählten Zeichnung führt. Mit diesem Lichtstrahl und Blick folgt man für eine Weile im eigenen Rhythmus der Linie in der Zeichnung, bis man spürt, dass sich das Herz geöffnet hat und die Verbindung zwischen dem Herzen und der Zeichnung entstanden ist. Alles, was man dann noch tun sollte, ist, die Kraft fließen lassen.

Eine andere Möglichkeit für die Verbindung ist, die Zeichnungen zu fotokopieren und sie nach der eigenen Intuition mit Buntstiften anzumalen.

Die Zeichnungen kann man sich als ein Tor vorstellen, durch welches wir in die anderen Dimensionen schauen können. Genauso bekommen auch die anderen Welten eine Möglichkeit, mit unserer Welt Kontakt aufzunehmen.«

Das Basilikumöl

(*Ocimum basilicum*, Chemotyp* Methylchavicol)



Obwohl Basilikum ursprünglich seine Reise aus Indien nach Südeuropa angetreten hat, die europäische Variante also der exotischen entstammt, sind der europäische und der exotische Basilikum geruchlich, biochemisch und in ihrer Wirkung recht verschieden. Hier geht es um den exotischen Basilikum. Im indischen Ayurveda nimmt er seit alters her eine zentrale Stellung ein. Jedoch auch der europäische Basilikum erfreut sich vielfältiger medizinischer Anwendungen. Der lateinische Name leitet sich aus dem Griechischen ab und bedeutet »königlich duftend«. Hierzulande heißt es auch Hirnkraut oder Königsbalsam – man ist sich seines erhabenen Wesens also wohlbewusst. Im alten Indien wie in Ägypten rankt sich viel Mythologisches um den Basilikum. Es war die Pflanze schlechthin, um das Familienglück gedeihen zu lassen. Verstorbene schützte sie vor bösen Geistern und wies den Weg zum neuen Leben. Im Liebeszauber konnte das besondere Kraut zur ersehnten Liebe verhelfen. Ihren schlafenden Männern streuen karibische Frauen heute noch zerriebenes Basilikum auf die Brust, um sie vom Fremdgehen abzuhalten. Neben seinen königlichen Qualitäten weiß Basilikum also auch von der Mäßigung und vom Trost ein Lied zu singen. Deshalb wurde »Frau Armut« wohl auch als alte Frau neben einem Basilikumbusch dar-

gestellt. Besonders bemerkenswert ist die bulgarische Sage, wonach der Teufel Gott verraten haben soll, wie eine unbefleckte Empfängnis gelingen könne. Er müsse eine Nacht lang mit einer Basilikumblüte unter dem Kopfkissen schlafen. Am Morgen solle er sie der auserkorenen Jungfrau zu riechen geben, die dann ein Kind empfangen würde. Gott tat, wie ihm geraten, und ließ die Blüte vom Erzengel Gabriel an die Jungfrau Maria überbringen. Sie roch daran und empfing das Christuskind. Wahrlich keine kleinen Wundertaten, die dem Basilikum zugeschrieben werden!⁸

Die Pflanze und Signatur

Der exotische Basilikum ist etwas größer und buschiger als unser europäischer. Ähnlich dem europäischen Basilikum prägen die ovalen, fleischigen, sattgrünen, zugespitzten Blätter das Bild der etwa 90 cm hohen Pflanze. Wie Pfefferminze, Thymian, Salbei, Lavendel oder Rosmarin gehört Basilikum zur Familie der Lippenblütler. In Indien beheimatet, wird er mittlerweile neben den geeigneten europäischen Gefilden von Ägypten bis Madagaskar, in Süd- und Mittelamerika, den Komoren und in Südostasien angebaut. Basilikum verträgt keinen Frost, daher ist er in kühleren Regionen einjährig. In wärmeren Gefilden verholzt die Staude. Je mehr Sonne er bekommt, desto reicher sein Gehalt an ätherischem Öl. Über den Blattbereich erheben sich die in Trugdolden stehenden weißen oder lila Blütenähren. Lippenblütler-typisch geht es bei den Blüten nicht so sehr um Schmuck oder Sinnlichkeit. Sie muten eher bescheiden und sachlich an.

* Chemotyp bezeichnet die Differenzierung in verschiedene Unterarten mit unterschiedlicher biochemischen Zusammensetzung. Oft sind sie biologisch sehr ähnlich, manchmal auch etwas unterschiedlich. Zuweilen kommt ein bestimmter Chemotyp nur in einem bestimmten Verbreitungsgebiet vor, manchmal in bestimmten Höhenlagen oder hängt vom Erntezeitpunkt ab.

Biochemie

Wie Thymian oder Geranie weist auch Basilikum eine große Vielfalt an verschiedenen Chemotypen mit unterschiedlichen Geruchsnuancen auf. Besonders bewährt hat sich der von den Komoren und aus Vietnam stammende Chemotyp des Methylchavicol, den wir hier besprechen. Wegen seines zentralen Lebensprinzips und der daraus resultierenden breiten symptomatischen Vielfalt ist das Basilikumöl eine Perle unserer Hausapotheke.

90% Methylchavicol (Äther)⁹, 1% Methyl-eugenol (Äther), 2-6% 1,8-Cineol (Oxyde). Basilikumöl zählt mit seinem 90%-Anteil von Methylchavicol (auch Estragol genannt) zu den wenigen Ölen mit einem hohen Ätheranteil. Seelisch-geistig stehen die Äther mit dem eigenen Wesensausdruck in Verbindung. Das macht sie ausgesprochen entspannend, beruhigend und krampflösend. Die Präsenz der Cineole sorgt für ein gutes Reflektionsvermögen. 1-4% Eugenol (Phenol) vermitteln dem Basilikumöl Zugang zu einer Spur von Urkräften und Erdtiefe. Nach diesen Vorschusslorbeeren sind wir umso gespannter, welches hohe Lebensprinzip im Basilikumöl nun zur Wirkung kommt. Lassen wir dazu zuerst das Basilikumölwesen selbst zu Wort kommen:

Das Wesen des Basilikumöls

Wie du riechst, bin ich von subtiler Natur. Es ist nicht das Vordergründige, was mich interessiert. Die tieferen Schichten sind es, deine tieferen Schichten. Ich suche dein Herz. Dort finde ich dein Innerstes – dein Zartestes und zugleich dein Stärkstes. Dein Unverwechselbares, das Einmalige an dir, der besondere Zauber deines Wesens, der Ausdruck deiner innersten Freude. Ich bin der Begleiter deines langen Weges zu deinem Kern. Ich erinnere dich, wenn du fremde Stimmen mehr

beachtest als deine innere. Hast du dich verirrt, leuchte ich dir den Weg zurück zu deinem eigenen Herzen. Ich schüttele dich, wenn du dein Inneres vernachlässigst, wenn du dein eigentliches Wesen untergräbst, wenn du mit deinen wahren Schätzen fremdelst. Spürst du mein alles durchdringendes Wesen? Nichts bleibt mir verborgen, was der Fülle und der Freude deiner Echtheit im Wege steht. Ich bin die Essenz des Wesentlichen, und es ist dein Wesentliches, was ich suche. Spürst du meine feine Süße in dir? Wie fühlt sie sich an? Es ist die Süße deiner eigenen Transparenz. Wenn dein inneres Wesen in deinen Worten klingt, in deinen Taten erstrahlt, blühe ich auf in dir. Dann werden wir eins und sind dabei so weit, so unbegrenzt, so voller Freude. Bist du für dich selber transparent, bist du es auch für andere. Du befürchtest, dass du so das Geheimnis deiner selbst preisgibst? Im Gegenteil – erst so schöpfst du aus deiner Ewigkeit, wirst unerschöpflich geheimnisvoll. So wirst du zum Hüter deines Wesens, zum Hüter deines ewigen Kerns.

Ich weise dir den Weg zurück zu deiner Leichtigkeit – die Natur des Herzens ist es, leicht zu sein. Schüttele ab, was dein Herz beschwert! Zur Wahrheit und Schönheit deines Herzens, deines Wesens helfe ich dir zu finden. Mit mir kannst du durchlässig werden, mein Wesensduft kündigt davon. Mit durchlässig meine ich, dass du aufnehmen kannst, was um dich herum lebt, dich davon bereichern lässt. Dass du auch auf das Unerwartete eine spielerische, leichte Antwort hast, die aus der Wahrheit deines Wesens sprudelt. Ich bin der Anwalt deiner Überraschung, deiner Erquickung durch dich selbst, deiner Erneuerung aus dir selbst heraus.

Du kennst die stille Freude, wenn du jemand anderem in seinem Wesen begegnest, sei es im Gespräch oder durch einen Blick.

Merkst du, dass es dann immer ein bisschen stiller wird? Du weißt um die beglückende Erfüllung, etwas Allgemeinem deine besondere Note aufzuprägen. Du weißt, wie befriedigend es ist, wenn du mehr und mehr deinen ganz eigenen Stil ausprägst. In eurem Wesen seid ihr alle so besonders, und darum geht es mir. Ich ermuntere euch, das in euch zu finden und es in die Welt zu bringen. Und erblickt mit den Augen eures inneren Wesens genauso das Besondere der anderen. Dann kann das Besondere dem Besonderen begegnen. Ja, dazu braucht es Mut, und der wird reich belohnt.

In den Tiefen seid ihr Menschen euch zur Freude bestimmt, auch wenn der Weg dahin bisweilen länger ist. Deine Wahrheit ist nichts, was du anderen um die Ohren schlagen musst. Souverän, ansteckend und freilassend will sie sein. Je mehr deine Wahrheit aus dir strahlt, um so freier wirst du, desto weniger brauchst du dich abzugrenzen. Im Zusammenklingen der Seelen Schönheit und Einzigartigkeit lebe ich auf. Mit mir wirst du weder belehren, dominieren oder gar manipulieren noch dein Licht unter den Scheffel stellen. Ich bin zugleich Prüfer und Befruher deiner Echtheit, deiner Integrität. Sie sind mein wirkliches Anliegen für dich. Sie sind die Substanz und der Schlüssel, mit denen ich dich in eine immer größere Erfüllung tragen möchte. Spürst du die Würze in meinem Duft unterhalb der Transparenz, der Durchlässigkeit, unterhalb der feinen Kraft des Subtilen, unterhalb der Stille? Bevor ich nach außen führen kann, führe ich nach innen. Deshalb findest du in meinem Wesensduft immer auch die Stille. Sie ist Teil des Wesenhaften, des Wesentlichen. Ohne Einkehr, ohne Stille lernst du dich nicht wirklich kennen und auch niemand anderen. Die Stille bringt das gesunde Maß, mit dem



alles steht und fällt – weder zu laut noch zu leise, nicht zu heiß und nicht zu kühl.

Du spürst es vielleicht, ich bin der Botschafter deiner Echtheit und Lebensfreude. Drum rufe ich dir zu: Tanze den Tanz deines Wesens, verleihe ihm Flügel mit der Würze deiner Wahrheit!

Das Lebensprinzip des Basilikumölwesens

Nähern wir uns dem Basilikumölwesen über den Duft, überrascht seine enorme Frische. Sie überlagert die darunterliegende pfeffrige Note und dämpft sie ab. Eh man sich versieht, hat sich das Basilikumölwesen wie eine erquickende, süßwarme Sommerbrise, beinahe unerkannt, im ganzen Körper ausgebreitet. Dabei geht es dezenter, subtiler und freundlicher als das vergleichsweise kühl-scharfe Pfefferminzöl vor. Eben weil es, im Gegensatz zum Pfefferminzölwesen weniger lautstark antritt, anschmiegsamer und wärmer daherkommt, wird es problemloser in alle Körperbereiche quasi durchgewunken. Wärmere Gefilde lassen grüßen und künden von einer frohen, beinahe leichtfüßigen Botschaft. Das Basilikumölwesen strahlt Wohlwollen aus, sorgt für Wohlbehagen – man wird innerlich weicher, entspannter, zugleich beweglicher. Eine milde, eher luftige Süße breitet sich aus. Körperlich wie seelisch wird es leichter. Gleichzeitig stellt sich das Gefühl ein, einstweilen angekommen zu sein. Im Gegensatz zum Vetiverölwesen ist es nicht die dunkle Erde, die einen aufnimmt und substantiell erfüllt. Es ist eher eine lichte, offene und warme Sommerlandschaft, in die man versetzt ist. Man könnte in einem phantasievollen Baumhaus sitzen – der Blick in eine große Weite tut sich auf. Es ist Nachmittag, eine laue Wärme liegt in der Luft. Die Gedanken schweifen, neue innere

Horizonte tun sich auf. Was ist der nächste Schritt, die nächste Aufgabe, die kommende Herausforderung, damit, was ich innerlich fühle, nach außen klarer, stimmiger und stärker zum Ausdruck kommen kann? Keineswegs beliebig – eher ein freudiger, je nach Situation auch strenger oder gar gebietender Imperativ macht sich geltend.

Das Basilikumölwesen stellt mich mir selbst gegenüber. Es geht um den wirklich eigenen Ausdruck jenseits von Konditionierungen, äußeren Erwartungen, familiären oder gesellschaftlichen Vorgaben – selbstverständlich auch jenseits aller inneren Hemmungen, Schüchternheiten, mangelnden Mutes, eigener Erwartungen, Ausreden oder Tabus. Was sich turmhoch und unüberwindbar anhören mag, kann dabei so leicht sein! Das ist die Botschaft des Basilikumölwesens. Bist du ehrlich zu dir selbst, sprichst du aus deinem Herzen, dann werden die Menschen dir zuhören. Sie werden dich verstehen, sie werden dich akzeptieren und sie werden dich schätzen. Die Wahrheit deines Herzens wird sich immer durchsetzen, wenn du ihr nur traust, ihr das angemessene Gewicht und die rechte Form verleihst. Eigentlich kann es leicht sein. Wer mit dem Basilikumölwesen auf gutem Fuße steht, dem wird es leichtfallen.

Für viele jedoch ist es zunächst alles andere als leicht. Weil wir oft genau das nicht nur nicht gelernt haben, sondern im Gegenteil – es wurde uns ausgetrieben. Oder unsere frühe Umgebung hatte dazu selbst keinen Zugang. »Stell dich nicht so an! Was sollen denn die anderen denken? Sei nicht so empfindlich! Kannst du nicht so sein wie die anderen? Wenn das jeder machen würde! Das schaffst du nie!« und so weiter und so fort. Diese Liste von nicht einmal böse gemeinten Entmutigungen, Begrenzungen und Beschneidungen ließe sich endlos fort-

setzen. Das hat zur Folge, dass nicht wenige Menschen einen guten Teil ihres Erwachsenendaseins damit verbringen, all die bereits verinnerlichten und selbstverständlich gewordenen Entfremdungen von sich selbst wieder zu überwinden. Dazu kommen die Dinge, die nie ausgesprochen werden, jedoch als kollektive Muster um so stärker wirken. Alle die ungeschriebenen Gesetze, wie man sein soll und wie nicht, die wir unbewusst übernommen haben, um akzeptiert und gemocht zu werden.

Auf all das macht uns das Basilikumölwesen aufmerksam. Unmissverständlich zeigt es, wenn wir Dinge tun, die nicht unserer Wahrheit entsprechen und uns somit schwächen. So kann die Begegnung mit dem Basilikumölwesen sehr befreien, entspannen und beglücken, weil unser inneres Wesen endlich zur Geltung kommt. Ist jedoch der Berg der Selbstentfremdung, den es umzuwandeln gilt, noch groß, zeigt es uns diesen Berg. Dann kann das Basilikumöl übelriechend bis stinkend für uns sein. Das kann zunächst erschrecken und bedrücken. Begeben wir uns allerdings unerschrocken an die innere Arbeit, freunden uns mit dem Basilikumölwesen an; ganz gleich, wie unangenehm es zunächst riechen mag, erleben wir, wie mit jedem Schritt das Leben erfüllter wird und das Basilikumöl dabei immer besser riecht. Was nicht heißen soll, dass das Leben deshalb nur leichter wird. Die Chancen stehen nicht schlecht, dass erst einmal das genaue Gegenteil eintritt: Unbequeme Wahrheiten drängen ans Tageslicht und genauso unbequeme Entscheidungen wollen getroffen werden. Die frohe Botschaft? In jedem Fall erwartet uns eine reiche Belohnung! Die innere Erfüllung, die Lebensqualität verbessert sich dramatisch.

Das Basilikumölwesen weist den Weg von der Fremdbestimmung zur Selbstbestimmung.

Es zeigt, wann es an der Zeit ist, sich zurückzuziehen, um seine wirkliche Position zu finden. Und umgekehrt: Wenn die Zeit reif ist, ermutigt es, hinauszugehen und zu tun, was zu tun ist. Es lässt uns fühlen, was stimmt und was nicht, und hält uns an, das in angemessener Weise kundzutun. Es sensibilisiert, die wahre innere Stimme von den vielen anderen zu unterscheiden, die sich dafür ausgeben. Es befördert unterschwellige Gefühle ans Tageslicht, die beachtet werden wollen, und macht bis dato ungefühlte Spannungen bewusst. Es lehrt Rückmeldungen zu geben, ohne die anderen vor den Kopf zu stoßen. Es ist das Gefühl für das rechte Maß, das uns Taktgefühl verleiht – ein Raum der Freiheit öffnet sich.

Die Prüfung des Basilikumöles ist die: Bist du bereit, zu dem zu stehen, wer du bist – deinem Ureigensten Ausdruck zu verleihen? Nicht wenige weichen eben deshalb erschreckt vor dem Basilikumölwesen zurück. Es erschüttert eingeschlafene Ehen, rüttelt an verrosteten oder nicht mehr stimmigen Freundschaften, hinterfragt fragwürdige, jedoch lukrative oder bequeme Karrieren – kurz, es kann ausgesprochen unangenehm sein, sich dem Imperativ des Basilikumölwesens zu stellen. Und genau aus demselben Grund ist es so enorm heilsam. Was passiert denn, wenn wir uns den unangenehmen Fragen nicht stellen? Uns lieber zerstreuen, ablenken oder in die Arbeit stürzen? Das, was als ein unvermeidlicher Imperativ in uns lebt, als ein Imperativ zur Entwicklung, von dem nichts weniger, als unser Wohl abhängt, bahnt sich seinen Weg in jedem Fall. Unsere Seele und damit verbunden unsere gesamte Physiologie ist auf inneres Wachstum und zunehmende Authentizität ausgelegt. Wir können das ignorieren, aber dann werden



wir den Preis dafür bezahlen. Der Preis ist ein immer höherer innerer Druck. Die Entfaltung ist zurückgehalten – und das übt Druck aus. Je nach Konstitution äußert sich das in Bluthochdruck, Tinnitus, Herzbeschwerden, Potenzproblemen, Menstruationsbeschwerden, körperlichen Spannungen, Rückenschmerzen, Schlafproblemen, Unruhe, nervösen Ticks, Spannungskopfschmerzen, Migräne, Magengeschwüren, nervösem Darm, Durchfall, Alpträumen, Ängsten und im späteren Verlauf dann Burn out und Depressionen.

Das Gegenteil liegt vor, wenn man noch weitgehend im Tiefschlaf oder der Entfremdung lebt und die innere Stimme kaum vernimmt. Das zeigt sich in hypotonen Symptomen wie zu niedrigem Blutdruck, zu schlaffer wie zu fester Muskulatur, trägem Stoffwechsel, chronischer Müdigkeit, Schwindel, Autoritätsglauben oder Entscheidungsschwäche. In beiden Fällen hilft das Basilikumölwesen, den Symptomen auf den Grund zu kommen, und bestärkt darin, der eigenen Authentizität und Integrität mehr Ausdruck zu verleihen. In aller Regel verläuft der Weg der Heilung so, dass der Prozess der Somatisierung, also das Absinken des Problems aus dem Bewusstsein in den Körper hinein, wieder zurückgeführt wird. Die Energiezufuhr, der Authentizitätsschub durch das Basilikumölwesen hebt das Problem wieder von der körperlichen Ebene ins Bewusstsein. Die körperlichen Symptome lassen nach, dafür tritt das ursprüngliche Problem in voller Pracht wieder in den Vordergrund. Nun gilt es, unbequeme Erkenntnisse zuzulassen und mutige Schritte zu tun, die man bisher vermieden hat – echtes Neuland zu betreten, um mehr seiner inneren Natur zu entsprechen. Geschieht das nicht, kehren die körperlichen Beschwerden in

»alter Treue« wieder zurück. Ätherische Öle sind ja keine Wundermittel, die einfach nur Symptome beseitigen. Sie sind kristallisierte, Substanz gewordene göttliche Lebensprinzipien und vermitteln diese. Es liegt ganz an uns selbst, wie fruchtbar wir dieses Geschenk machen können. Im Vergleich zum Schafgarbenöl fordert das Ölwesen des Basilikums mehr eigene Teilhabe und Initiative. Es steht eine größere Dringlichkeit dahinter.

Das Basilikumölwesen ist der Seismograph des Zugangs zu unserem innersten Wesen. Es schaut uns durch die Brille unserer eigenen Integrität an, bis in die tiefsten Winkel unseres Körpers. Einmal mehr zeigt das Basilikumölwesen eindrücklich, wie jede innere Haltung sich im gesamten Körper niederschlägt. Mangelnde Integrität ist nicht nur seelisch unbefriedigend, sie strapaziert unsere gesamte Physiologie. Die beeindruckende symptomatische Bandbreite des Basilikumöls offenbart, was es mit dem Körper macht, wenn wir gegen unsere Seele leben. Daher auch die starke Wirkung des Basilikumölwesens auf das Herz. Das Herz ist unser Wahrheitsorgan. Es leidet besonders, wenn wir ihm nicht zuhören und unser Leben wider seine Impulse führen – so unbewusst dieser Vorgang auch sein mag. Öle wie Rose, Galgant, Gewürznelke oder Engelwurz haben auch eine starke Wirkung auf das Herz, aber eben durch den Scheinwerfer und die Wirkkraft ihres Lebensprinzips. Bei der Integrität, die das Basilikumölwesen fördert, geht es um die Anliegen unseres Herzens, unseres innersten Wesens. Diese Wahrheit ist immer wohltuend und befreiend, auch wenn sie sich nicht mit den gerade geltenden Vorstellungen deckt. Wie sein anderer Name »Königsbalsam« es treffend formuliert – ist es die Königsinstanz in uns, der das Basilikumölwesen Flügel verleihen möchte, der es

ein Balsam ist. Das Basilikumölwesen entspannt, beruhigt, erfreut und erfüllt so sehr, weil es unserem eigentlichen, wahren Ausdruck zum Durchbruch verhilft. Dadurch kommen wir nicht nur mehr zu uns selbst, wir sind auch verbundener mit der Welt und können andere tiefer erkennen. Das ist der Grund, warum das Basilikumölwesen ein so beliebtes Antidepressivum ist. Wie es das Wort schon ausdrückt, ist in der Depression etwas Entscheidendes in uns bedrückt oder gar unterdrückt. Man wird in sich gekehrt und verliert auch den Kontakt zu sich selbst – eine zähe, graue Decke überdeckt alles. Das Gefühl wächst, sich selbst und den anderen fremd zu sein. In dieser Situation kann das Basilikumölwesen seine Stärken ganz zur Geltung bringen. (Bei stärkeren Depressionen eher Silberwermut anwenden.)

Das Ölwesen des Basilikums steht an der Schwelle vom kollektiven zum individuellen Bewusstsein. Im kollektiven Bewusstsein kommt es nicht auf die individuelle Meinung an – sie kann sogar ungemein stören. Der Fortbestand des Kollektivs hat Priorität. Jeder richtet sich nach den vorgegebenen Regeln, die auf das Heil des Kollektivs ausgerichtet sind. Der Schreiner macht seine Tische mehr oder weniger so, wie das schon seine Vorfahren taten. Der Basilikum-Schreiner jedoch hat eine besondere Freude daran, seinen Möbelstücken seine eigene Prägung zu geben. Mit ganzer Hingabe schafft er etwas, was die Menschen besonders erfreut. Schon von Weitem erkennt man den unverwechselbaren Stil seiner Möbel.

Auch wenn in vielen Teilen der Welt das kollektive Bewusstsein noch sehr stark ist, leben wir im Zeitalter der Individualisierung mit allen seinen Vorzügen und Fallen. Die Individualisierung kann jedoch nur fruchtbar werden, wenn sie aus echten inneren Impulsen gespeist ist und nicht von äußerlichen

Motiven getrieben. In dieser Hinsicht entfacht das Basilikumölwesen die Flamme in uns, die ureigene Form, den unverkennbaren Stil und den wahren Ausdruck zu entwickeln. Damit tragen wir unseren wertvollsten Beitrag im Wandel des großen Ganzen bei. Das Ölwesen des Basilikums verdeutlicht uns, wie wir eigentlich leiden, wenn wir hinter unseren Möglichkeiten des Ausdrucks und der Entfaltung zurückbleiben. Entsprechend leidet der gesellschaftliche Fortschritt, wenn ein großer Teil der Menschen weit unter seinen Möglichkeiten bleibt.

Wie schon erwähnt, kann die Begegnung mit dem Basilikumölwesen durchaus heftig sein. Dies liegt an den Hindernissen, die den Zugang zu unserem inneren Wesen verstellen. Das Basilikumölwesen identifiziert, welche traumatischen Erlebnisse, eigenen Einstellungen, Scham- oder Minderwertigkeitsgefühle oder Überheblichkeit uns daran hindern, sein Prinzip in Freiheit auszuleben. Der verstellte Zugang zu sich selbst geht mit einer meist unbewussten Trauer einher, die eigenen tieferen Herzensanliegen und Bedürfnisse nicht zur Geltung zu bringen. Wird diese Traurigkeit gefühlt und zugelassen, ist der erste Schritt getan, um wieder an das eigene Wesen anzuknüpfen – die Tür zum eigenen Wesenskern öffnet sich. Eng damit verbunden ist unser Gewissen. Ist die eigene Gewissensinstanz fremd, führt das zunächst durch eine Phase der Verwirrung: »Was gilt jetzt noch? Ist alles, was ich von außen angenommen habe, nicht mehr gültig? Wie soll ich jetzt wissen, was wirklich richtig ist?« Ähnliches gilt für überstrukturierte und zu mentale Menschen. Die Lösung aus dieser Einseitigkeit führt zunächst durch die Unsicherheit des Loslassens und Freilassens, bis eine neue innere Sicherheit entsteht.



Ausgesprochen hilfreich ist das Basilikumölwesen, um Projektionen und Konstrukte zu erkennen und zu überwinden.

Immer wieder erlebe ich, wie Menschen im Prozess mit dem Basilikumöl sich durch eine, manchmal heftige, Schicht von Trauer, Ohnmacht, Hilflosigkeit oder Wut durcharbeiten müssen, bevor sie in ihre Authentizität kommen. Wenn das geschieht, kommt alles darauf an, sich nicht entmutigen zu lassen, sondern zu wissen: Meist ist der Spuk nach Tagen bis Wochen vorbei und danach fährt man eine reiche Ernte ein! In der Regel kann man selbstständig durch diesen Prozess gehen, so man bereit und in der Lage ist, sich dem zu stellen, was hochkommt. Auch hier geht es wieder darum, die aufsteigenden Gefühle zu fühlen und zu spüren, wo sie körperlich sitzen und was sie genau körperlich bewirken. Es sind ungefühlte oder nicht genug beachtete Gefühle. Alleine schon das Fühlen ist ein bedeutender Schritt der Integration, das Warum und Wieso steht an zweiter Stelle. Indem ich fühle, werde ich Zeuge, verinnerliche und werde vollständiger. Bleibt der Prozess stecken, muss man das Öl wechseln – dann braucht es ein anderes Lebensprinzip, um die Verarbeitung zu Ende zu bringen (zum Beispiel Silberwermut, Immortelle). Sollten traumatische Situationen, zunächst verdeckte starke Depressionen oder Ängste hochkommen, ist es ratsam, eine geeignete professionelle therapeutische Begleitung in Anspruch zu nehmen. Auf der anderen Seite weinen Menschen Tränen des Glücks aus dem ganz neuen Gefühl der Verbundenheit, zu dem das Basilikumölwesen sie geführt hat – verbunden mit sich selbst, mit der Welt und mit der göttlichen Welt. Andere empfinden durch die Integrationskraft des Basilikumölwesens das erste Mal,

dass alles im Körper eine Einheit ist und sie selbst eine Ganzheit. Der Basilikumölprozess führt dazu, dass wir weniger manipulierbar werden. Die überwundene Trennung von Herz und Verstand bringt den vertrockneten Fluss zwischen den beiden wieder zum Fließen. Ein neuer Kraftquell ist erschlossen. Verschleimungen lösen sich, die Vernebelung lichtet sich und sorgt für eine neue Klarheit im Kopf, der nun vom Herzen beraten wird. Das Ölwesen des Basilikums ist wie ein guter Freund, der unsere Stärken und Schwächen bestens kennt. In seiner Gegenwart verstehen wir uns selbst auf einmal viel besser und können tiefer entspannen. Sogar über unsere kleineren oder größeren Fehler können wir mit ihm herzlich lachen. Nehmen wir seinen Duft in uns auf, können wir förmlich zusehen, wie Sorgen und Probleme auf handhabbare Größen zusammenschrumpfen. Unsere Bedenken fegt er vom Tisch und bedeutet uns, endlich unsere Träume wahr werden zu lassen. Wie wenige andere glaubt er an uns. Er ist der Inspirator, mit dem wir Ideen entwickeln können, auf die wir vorher nicht gekommen wären. Die Begegnung mit ihm beglückt und erfrischt.

Im Gegensatz könnte eine unerlöste Basilikumsituation beispielsweise so aussehen: Mit einigen anderen sitze ich am Tisch. Ich weiß genau: Das, was mir am meisten am Herzen liegt, interessiert keinen der anderen. Es wäre sinnlos, es auch nur zur Sprache zu bringen. Ich beteilige mich zwar am Gespräch – mein Herzensfeuer kann hier jedoch nicht lodern. Keiner gibt viel von sich preis. Man tauscht Meinungen und Erlebnisse aus, berührt sich jedoch nicht wirklich und interessiert sich auch nicht allzu sehr für den anderen. Am Ende bin ich froh, wenn es vorbei ist – es war nämlich anstrengend. Die hohe Basilikumkunst besteht natürlich darin, auch in einer

solchen Situation sich treu zu bleiben – mit Enthusiasmus, Wohlwollen, mit der eigenen Wesenskraft so ansteckend zu wirken, dass auch die anderen sich erwärmen und öffnen können. Das Ölwesen des Basilikums lässt uns spüren, welch große alchemistische Kraft darin liegt, aus intimer Wesensverbindung heraus authentisch zu wirken und zu handeln. Unser Beitrag für die Welt wird wertvoller, die Beziehungen erfüllter.

Bisher habe ich die Wesensbeschreibung vom Basilikumölwesen von seinem Geruch und seinen Wirkungen her entwickelt. Doch was ist das für ein Wesen, das uns so unnachgiebig zu unserem eigenen Kern, unserer eigenen Authentizität ruft? Obwohl es tief in unsere Welt eingreift, ist es nicht von dieser Welt. Es ist von feiner, edler, männlicher Gestalt, dem Göttlichen sehr nahe stehend. Trotz oder, besser gesagt, wegen seiner großen Reife weiß er um den Quell des Jungborns und tänzerisch anmutender Beweglichkeit. Wie der Name der Hauptinhaltsstoffe des Basilikumöls – Äther – schon kündigt, arbeitet das Ölwesen mit der Substanz des »Äthers«. In diesem Fall ist mit Äther nicht nur die Grundsubstanz des Lebendigen gemeint (wie in den Eingangskapiteln beschrieben), sondern eher das, was mit dem altdeutschen Wort Lebensodem umschrieben ist. Es umfasst auch seelisch-schöpferische Kräfte und kann als eine Art treibende Kraft des Wesens beschrieben werden. In der Meditation erlebe ich, wie das Ölwesen des Basilikums mit dieser Kraft arbeitet und einen erfüllt. Es ist eine Art von »Ich-bin«-Substanz, die enorm Raum gibt, freilässt und gleichzeitig unsere vollbewusste Anwesenheit verlangt. Wie eine Urkraft des Seelenausdrucks gibt er sich mit nichts weniger als dem lebendigen Ausdruck unserer ganzen Wesensfülle zufrieden. Das Basilikum-



ölwesen haucht uns mit seinem seelennährenden und zugleich seelenfordernden Odem an. Aus hochschöpferischen Gefilden kommend, möchte er unser Schöpferisches aktiv im Leben sehen. Insofern kommen wir hier wieder an, wo uns die Mythologie eingangs schon andeutungsweise hingeführt hat.

Wirkungen

- krampflösend ++++ wenige Öle entspannen und entkrampfen so stark wie Basilikum: Magen-, Darmkrämpfe, Gebärmutterkrämpfe, Menstruationskrämpfe, Spannungskopfschmerzen, Hustenkrämpfe, Migräne, verspannte Kaumuskulatur, Tinnitus (Einreibung oder Öldispersionsbäder = Ödb)
- antidepressiv +++ vielgenutzt bei Depressionen (meditatives Riechen oder Ödb), (vergl. Silberwermut: eher stärkere Depressionen)
- entgiftend und blutreinigend +++ wie auch Immortellenöl und Schafgarbenöl ist Basilikumöl stark entgiftend: als Einnahme oder Ödb bei Kater, Drogen-, Medikamenten- oder Genussmittelmissbrauch. Nahrungsmittelvergiftung, verdorbenes Essen – innerlich 1 - 2 Tropfen. Bei Skorpion- und Schlangenbissen zusammen mit Immortellenöl einige Tropfen direkt pur auftragen oder als Ödb.
- antiemetisch +++ Übelkeit, Erbrechen (innerlich 1 Tr, wenn die Übelkeit kommt)
- antitumoral +++ Basilikumöl führt zum eigenen Wesen, zur eigenen Authentizität. Bei Krebs liegt oftmals die Schwierigkeit vor, in die eigenen tieferen Schichten vorzudringen und da heraus zu handeln.¹⁰ Insofern liegt die antitumorale Wirkung von Basilikumöl nahe (Ödb). Diverse Studien belegen seine antitumorale Wirkung.⁷

• schleimlösend +++ chron. Neben- und Stirnhöhlenentzündungen, sorgt zunächst für eine Verschlimmerung der Symptome, da die chronische Entzündung aktiviert werden muss, um ausgeheilt werden zu können. So kommt es zunächst zum Verflüssigen des Schleims und erhöhter Schleimlösung durch Nase und Mund (Inhalation oder Ödb).

Indikationen

Alle genannten Indikationen zeigen, dass das gesunde Lebensprinzip des Basilikumölwesens nicht ausreichend vorhanden ist. Das Ölwesen kann nur helfen, wenn die vorliegende Symptomatik Ausdruck seines fehlenden gesunden Lebensprinzips ist. So ist bei jedem Symptom zu klären, welches Lebensprinzip hier primär vonnöten ist. Mehr dazu in Kapitel »Wege zum richtigen Öl – die Ölefindung«.

Kopf: Migräne, die ihren Ursprung im Leber-/Gallegebiet hat, Spannungskopfschmerzen, Schwindel: Öl tief einatmen und wirken lassen; kann helfen, verlorenen Riechsinn wiederherzustellen (wenn es nicht an Tumoren liegt) (immer wieder riechen oder Ödb) Kater: 1 - 2 Tr abends nach der Sause und am Morgen danach rücken jedem Kater auf den Leib.

Nerven: stark nervenberuhigend – das Nux vomica der ätherischen Öle, Schlaflosigkeit, Schwindel, das Anti-Stressöl schlechthin, hervorragend für mentale Überarbeitung, Prüfungsstress, virale Encephalitis, nächtliches Zähneknirschen – für die seelische »Verdauung« des Nachts (meditatives Riechen, Einreibung oder Ödb)

Hals, Nase, Ohren: Otitis, Tinnitus, Laryngitis (Einreibung oder Ödb)

Atemwege, Zwerchfell: Sinusitis, Bronchitis, Keuchhusten, Hustenkrämpfe, Asthma,

entspannt das Zwerchfell (Inhalation, Einreibung oder Ödb), Schluckauf (innerlich 1 Tr), Schnupfen: 1-2 Tr auf etwas fettes Öl auf den Nasenrücken einreiben

Herz: Arrhythmien, Tachykardie, beruhigt das Herz (Einnahme, Einreibung oder Ödb)

Gelenke, Sehnen: Tendinitis, Arthritis, Fibromyalgie (Einreibung oder Ödb)

Muskeln: verkrampfte Muskulatur, entspannt zu hohen Muskeltonus (Einreibung oder Ödb)

Blut, Blutgefäße, Kreislauf: verbessert die Blutzirkulation, Hypertonie, Hypotonie,

Krampfadern (venenentstauend) (Einreibung oder Ödb)

Magen, Darm: nervöser Magen (in den Magen »hineinriechen«, Einreibung oder Ödb), Dyspepsie (Einnahme), Gastralgien (Einnahme), Blähungen, Magen-/ Darm- spasmen, regt die Peristaltik an: Einnahme oder als Einreibung einige Tr pur im Uhrzeigersinn einmassieren, Magenübersäuerung (3 x 1 Tr innerlich),

Leber, Galle: cholesterinsenkend (Einnahme), Galleninsuffizienz – steigert den Gallefluss, leberentstauend: (Einnahme oder Ödb)

Nebennieren: stimuliert die Nebennieren, regenerierend nach langen Cortisongaben, chron. Fatigue, Burn out (Einnahme, Einreibungen oder Ödb)

Prostata: Prostatitis, Prostatareizung (Einnahme, Einreibungen oder Ödb)

gynäkologisch: Menstruationskrämpfe, Schleimhautentzündungen des Urogenitaltraktes, Eisprung fördernd, Kinderwunsch, Wechseljahrsbeschwerden, uterusreinigend,

geburtsfördernd, fördert auch die Nachgeburt, milchtreibend (Einreibung oder Ödb)

Haut: Akne (Einreibungen, Ödb)

Kinder: Schulstress, »seelisches« Bauchweh, bei Sprachstörungen (meditatives Riechen, Einreibungen oder Ödb)

allgemein: zieht Gifte heraus: Wespen, Hornissen, Skorpione, Schlangen – lokal pur auftragen oder Ödb

seelisch: Depressionen, manisch-depressive Zustände, Ängste, Überlastung, mentale Konfusion (meditatives Riechen oder Ödb)

Dosierung, soweit oben nicht anders angegeben,

äußerlich: Einreibung: 1 - 2 Tropfen auf etwas fettem Trägeröl; Öldispersionsbäder: 4 Tropfen auf 3 ml Olivenöl

Einnahme: 1 - 2 Tr in etwas warmem Wasser 3 x täglich

Kontraindikationen

- Nicht während der Schwangerschaft, Stillzeit
- nicht für kleine Kinder
- Vorsicht für Diabetiker, die blutzuckersenkende Mittel einnehmen – Basilikumöl ist blutzuckersenkend.
- Vorsicht für Bluthochdruckpatienten, die Blutdruckmedikationen nehmen: Basilikumöl ist auch blutdrucksenkend.

Herkunft: Komoren, Vietnam, Ägypten, Madagaskar

Destillierte Pflanzenorgane: blühende Pflanze