



Bild: art-mazing / Sea of Daisies in Mitoyo, Kagawa, Japan

## Das Meer der Gänseblümchen

Im Moment ist es nicht ganz so einfach für mich, die wöchentlichen Themen auszuwählen. Zu viel passiert auf der Welt, alles scheint im Ungleichgewicht, völlig durcheinander, nicht mehr überschaubar. Und dann stirbt auch noch die Queen... das machte es nicht einfacher. Ich entscheide immer sehr aus dem Bauch heraus, welches Thema ich in Angriff nehme. Diesmal also Gänseblümchen....

Gänseblümchen kennen wohl die meisten Leserinnen, denn fast jede hat als kleines Mädchen eine Kette oder einen Kranz daraus gebunden oder „er liebt mich, er liebt mich nicht“ an den Blütenblättern abgezählt. Während die Jungs mit ihren Kettcars durch die Gegend rasten, befassten wir uns auf der Wiese schon mit den wirklich wichtigen Beziehungsfragen. Das Gänseblümchen gilt gemeinhin als Inbegriff der Unschuld, Reinheit und Schönheit. Ein selbstgepflückter Gänseblümchenstrauß wird meist der Mama als erstes Präsent ihres tapsigen Kleinkindes überreicht und führt dazu, dass ihr Herz vor Rührung überläuft. Keine Rosen, keine Orchideen, nein, Gänseblümchen. In ihrer schlichten Perfektion sind sie einfach nicht zu überbieten. Alleine das ist doch den ganzen Scheiß mit der Erziehung und dem Schulstress, den Sorgen und den durchwachten Nächten wert.

Sich dieses Bild eines japanischen Gänseblümchentraumes anzusehen lässt mein Herz ebenso überlaufen wie die zerquetschten Kinderpräsentstengel von früher (Für mich sind das hier zwar Margeriten, aber das kann ja auch ein lässiger Übersetzungsfehler gewesen sein). Dieser weiß-gelb-grüne Traum einer Blumenwiese signalisiert mir: Alles halb so wild. Alles wird gut. So lange es solche Wiesen gibt, ist nicht alles verloren. Nicht überall gibt es verbrannte Wälder, vertrocknete Ernten, Waldbrände, Kriege oder verheerende

Überschwemmungen. Irgendwo auf dieser Welt gibt es ein Meer von Gänseblümchen, blauen Himmel und Frieden. Manchmal brauchen wir alle eine Art Leuchtturm, irgendetwas, was uns den Weg weist und uns Hoffnung gibt. Wie dieses Foto einer üppigen Blumenwiese.

In der klassischen Bach-Blüthenherapie gibt es 38 verschiedene Pflanzen, deren Essenzen zur Heilung verwendet werden. In der „advanced“-Version, also der weiterentwickelten Version gibt es nun auch das Gänseblümchen. Passend zur turbulenten Jetzt-Zeit kann das kleine Blümchen, das auf englisch Daisy heißt, also endlich zeigen, was in ihm steckt.

## **Daisy-Essenz hilft bei Verständnisproblemen, mangelndem Durchblick, gedanklichem Durcheinander. Die Essenz hilft, den anderen zu akzeptieren.**

Ist das nicht genau das, was wir gerade brauchen? Verständnis füreinander und für die vielen unterschiedlichen Meinungen und Positionen, die alle universelles „Recht“ für sich reklamieren. Gut sortierte Gedanken, innere Balance und einen klaren Durchblick für das, was wirklich wichtig ist im Leben. Das Leben ist doch gerade wie eine Achterbahnfahrt: Die Probleme der Welt sind extrem komplex und es kommen davon zu viele auf einmal, die noch dazu alle miteinander verknüpft sind. Jeder erzählt etwas anderes, dauernd kommen neue Argumente hinzu. Die Medienflut mit ihrer Masse an Informationen, die alle überprüft und abgewogen werden müssen, die Anforderungen des Alltags und unser Bedürfnis nach Ruhe, nach innerem Frieden, nach abschalten können, all das kollidiert miteinander. Oft genug wird uns ziemlich übel auf dieser Fahrt...

Nun müssen wir nicht alle Bachblütentropfen zum Frühstück einnehmen. Vielleicht reicht es schon, einfach mal in Ruhe dieses Bild zu betrachten, dabei ruhig zu atmen und die Schönheit dieser Aufnahme wirken zu lassen. Zu fühlen, dass es so viele Dinge auf der Welt gibt, die zwar mediale Aufreger sind, aber uns gar nicht betreffen. Dieses Blumenmeer zeigt uns, dass selbst das kleinste Blümchen eine innere Schönheit hat, die wir nur *erkennen* müssen. Es ist uns und der Welt um uns herum viel mehr gedient, wenn wir darauf achten, unseren Blick für die Schönheit nicht zu verlieren. Wenn wir in der Lage sind, die vielen kleinen, schönen Dinge und Situationen um uns herum wahrzunehmen, dann ist das gut fürs Herz. Dann dürfen auch die fröhlichen, sentimental, schnulzigen Gefühle raus, die so wichtig sind für das Glück. Das Unglück in der Welt ist deshalb zwar immer noch vorhanden, was ja auch normal ist, aber eben nicht nur und nicht ständig. Wir finden mit dem richtigen Fokus die innere Ruhe und Stärke, diesen vielen kleinen und großen Katastrophen gelassener zu begegnen, aufzutanken und unsere innere Kraft wachsen zu lassen. Damit sind wir viel besser in der Lage, unseren Alltag zu meistern und Lösungen für Probleme zu finden. Wir selbst entscheiden täglich neu, worauf wir unser Augenmerk richten und wohin unsere Energie gehen soll. Deshalb ist es auch so wichtig, *welche* Bilder wir uns ansehen.

Die Gänseblümchen in Japan wachsen, obwohl woanders Krieg herrscht, Krankheiten sich ausbreiten oder die Preise steigen. Sie wachsen, sie blühen, sie strahlen - weil es ihre Aufgabe ist. Es liegt an uns, ob wir daran teilhaben und uns daran erfreuen wollen oder nicht.