



Janna Raphaela

HOLISTISCHE GESUNDHEITSBERATUNG

PHYTOTHERAPIE

Es erfüllt mich mit großer Freude zu sehen, dass sich mehr und mehr Menschen der Welt der Heilpflanzen zuwenden. Dass das jetzt, am Höhepunkt unserer mechanisierten schnelllebigen Zeit geschieht, ist kein Zufall und nicht verwunderlich. Uns fehlen Erdung und Zyklen in dieser durchgestalteten Welt und Pflanzen können uns als wahre Zen-Meister dienen, Rhythmen schaffen, uns helfen im Hier und Jetzt anzukommen. Wenn wir krank sind, fehlt uns etwas, dann sind wir nicht heil. Das Nicht-Verbundensein mit der Natur und damit parallel zu unserem eigenen Körper, ist Quelle der meisten heute prävalenten Krankheiten. Wir sind abgeschnitten von unserem Ursprung und suchen nach Rückverbindung. Hier können wir Hilfe bei unseren grünen Schwestern finden um zurück zur Ganzheitlichkeit und damit zur Heilung zu gelangen. Hildegard von Bingen hat Krankheit als das Fehlen von Grünkraft, von *Viriditas*, beschrieben. Der Mensch als Mikrokosmos kann sich durch die Pflanze als Remedium, als Mittler, mit dem Makrokosmos verbinden und sich dort nicht nur Wirkstoffe abholen, sondern auch eben die uns fehlende Lebensenergie. Heil werden, bedeutet auch immer sich zu öffnen und so dürfen wir uns der Welt der Heilpflanzen öffnen um die Pflanze als Vermittler zu den heil machenden universellen Kräften zu erfahren.

Die meisten Arztbesuche wären vielleicht überflüssig, wenn wir wüssten, wie viele Heilpflanzen in unserer direkten Umgebung zu finden sind. Kleineren und größeren Leiden wäre leicht beizukommen und die Anwendung von Pharmazeutika würde sich auf absolute Notwendigkeiten beschränken. Auch wenn das Wissen über die Pflanzenmedizin teilweise verloren gegangen und stellenweise sogar systematisch unterdrückt wurde, bleibt die Tatsache bestehen, dass Pflanzen Teil unserer Identität sind und wilde Nahrung und Medizin überall um uns herum wächst. Wir müssen uns nur die Zeit nehmen, diesem Universum wieder mit Aufmerksamkeit zu begegnen. Wir alle tragen dieses anestrals Wissen in uns und müssen uns nur wieder erinnern. Es ist meine Aufgabe und meine Leidenschaft geworden, Menschen zurück zu diesem Schatz zu führen, den wir alle in uns tragen. Teilen zu können, was ich von den Pflanzen gelernt habe, erfüllt mich mit großer Dankbarkeit.