



Selbstliebe und Urvertrauen

Liebe Spagyrik Freunde,

wenn ich meine therapeutische Arbeit einmal von einer höheren Warte aus betrachte, fällt mir auf, dass eigentlich 95% aller leidhaften Symptome aller Klienten letztendlich aus dem Mangel an Selbstliebe und Urvertrauen stammen (wenn wir einmal von Mangelernährung, Impfschäden, Vergiftungen, heftigen Umweltbelastungen u.s.f. absehen).

Beides muss nicht gleichzeitig auftreten; die Selbstliebe kann trotz fehlendem Urvertrauen sehr wohl vorhanden sein, wenn auch etwas anders gelagert, umgekehrt aber nicht.

Wo der Selbstwert stark beschädigt ist, muss zwangsläufig das Urvertrauen abhanden gekommen sein. Denn im tiefen Urvertrauen ist alles gut wie es ist, darf alles sein wie es will, ist jeder Körper, jeder Charakter, jede Eigenart, die des anderen oder meine wunderbar und liebenswert.

In bestimmten Pathogenesen die fehlende Selbstliebe als eine wesentliche Ursache dem Klienten vor Augen zu führen, ist gar nicht so schwer. Schwerer ist viel mehr, dem Betroffenen einen Weg aufzuzeigen, wie er zu mehr Eigenliebe, zu einer echten gelangt. Natürlich ist es sinnvoll erst einmal Traumata und daraus resultierende Programmierungen auszuloten und per Spagyrik aufzulösen. Blauer Eisenhut, Safran, Myrrhe, Ruprechtskraut, Schwarzer Holunder, Thymian und Ackerstiefmütterchen wären die richtigen Schwergewichte dafür. Und es gibt auch einige gute Tricks, die jeder selbst anwenden kann, um zu einem anderen, liebevolleren Umgang mit sich selbst zu kommen.

Um aber von einer verborgenen, unbewussten Selbstablehnung wirklich in den Genuss einer gesunden Selbstliebe zu gelangen, bedarf es eines gewaltigen Transformationsprozesses; *gewaltig* heißt nicht automatisch *lang*. Es ist ja nicht so, dass wir uns nur mit negativen Projektionen auseinandersetzen müssten. Wie sollen wir uns lieben, wenn wir nicht einmal wissen wer oder was wir sind? Wir entdecken uns als ein selbstreflektierendes, bewertendes *Etwas*, ohne zu wissen, was wir sind, wo wir herkommen, was unsere Aufgabe ist, ob es eine solche überhaupt gibt... und wo gehen wir hin? Der Echte Galgant zusammen mit Wermut können übrigens helfen, diese Fragezeichen in Gewissheiten zu wandeln.

Auf die o.g. drängenden Fragen hat unser Verstand zur "Beruhigung" gerne viele übernommene Konzepte und Mantras parat, theistische, atheistische, spirituelle und existenzielle, aber sie helfen uns tatsächlich nicht weiter, sie lenken uns nur ab und an der Selbstliebe verbessern sie rein gar nichts.

Etwas zu lieben setzt auch voraus, dass ich etwas überhaupt kennengelernt habe. Und genau hier findet man den Knoten. Wer sich selbst nicht liebt, sich selbst ablehnt, meidet es, sich selbst zu treffen wie der Teufel das Weihwasser, weil er fest davon überzeugt ist, dass er etwas in seinem Spiegelbild findet, was furchtbar sein muss (hier wird spagyrischer Weihrauch gebraucht!) und weil er es nicht abschütteln kann, auch furchtbar weh tun wird. Diese vernichtende und vergiftende Einschätzung, nein mehr, diesen festen Glauben, strickt er in seinem Leben so lange weiter - dabei gewinnt die Ablehnung an Substanz - bis er eines Tages abgekämpft, dem Verstand misstrauend, dadurch den Widerstand lassend den Mut aufbringt (hier würden Sonnentau und Chinarinde gut unterstützen) und sich seinem Spiegelbild stellt, bereit ist, sich selbst zu treffen, egal was da ihm auch gegenübertritt wird.

Häufig passiert dann etwas, was man bildlich so beschreiben könnte: In Erwartung eines Monsters steht plötzlich ein Kind vor ihm; er betrachtet es lange, reicht ihm dann die Hand, zieht es auf seinen Schoß, beginnt es zu umarmen und sogar zu lieblosen, bis beide die Tränen nicht mehr zurückhalten können.

Therapeutisch kann man das auch in der Praxis provozieren, aber es ist ungleich heilsamer, wenn man es alleine, abgeschieden, unbeabsichtigt spontan in der Stille, fernab von allen Feldern und Geiseln der künstlichen Welt - und eben nicht provoziert - erfährt. In der Regel passiert das alleine aber meist nur dann, wenn aus einer großen Erschöpfung heraus dem Verstand nicht mehr geglaubt wird, ihm keine Beachtung, keine Nahrung mehr gegeben wird.

Genau deshalb bieten wir kleingruppige Retreats mit mehreren Tagen des Schweigens auf den Heiligenbluter Almen am Fuß des Großglockners (Tauern)

an und unterstützen diese mit individuellen spagyrischen 6-Tages-Rezepturen. So kommt der Verstand zum Schweigen, ohne erst erschöpft sein zu müssen. Kaum vorstellbar für einen hyperaktiven Verstand, wenn man es noch nie erlebt hat. Und das gemeinsame Schweigen hat noch einen großen Vorteil: Das Gefühl der Einsamkeit ist ausgeblendet, nicht einmal damit kann sich der Verstand beschäftigen. Dieses Gefühl würde uns immer bedrängen, wenn wir uns mutig alleine auf den Weg in die tatsächliche Stille und Abgeschlossenheit machten. Das Retreat ist lediglich eine Einladung unter der Schirmherrschaft der Spagyrik, nichts muss, aber alles darf passieren.

Unsere Retreaterfahrung im letzten Jahr war wunderbar. Teilnehmer sind gekommen, Freunde gegangen. Womit ich persönlich gar nicht gerechnet hatte, dass ich als Co-Veranstalter gleichwohl in aller Tiefe davon profitieren durfte, auch dank unserer tollen Versorgungsfee (Anke, siehe Bild oben, beim Entdecken des Kindes?).

Dieses Jahr haben wir gleich zwei Termine, einmal im Mai (8. bis 13.) und einmal im Oktober (2. bis 7.).

Wer von Euch Interesse hat..., drei der nur sieben Plätze sind für Mai schon belegt, wir würden uns freuen..., Retreatbeschreibung [hier](#)

Und wer nicht teilnehmen kann, findet unten zum Trost eine *Stille Rezeptur* die wir auch beim Retreat einsetzen werden.

Hier wie immer ein paar praktische Hinweise und Ankündigungen:

Die Webinar-Akademie ist umgezogen, die neue Plattform (immer noch Edudip) ist mit allen aktuellen Angeboten nun [hier](#)...

Ich darf gleich auf ein anstehendes Webinar am 16.3. hinweisen, es ist wieder so weit: "Heuschnupfen mit (ionis) Spagyrik behandeln", ein Webinar, welches auch generell Allergien behandelt und auch Rezepturen für den Darm bietet, [hier](#)...

Fast hätte ich noch eine Vorankündigung vergessen, ich bin im September in Bonn!, [hier](#)

Euch allen wünsche ich ein baldiges Frühjahr, mit viel Sonne und warmen Lüftchen,
herzlichst,
HP Hans Gerhard Wicklein

Titel: Kon-zen-trierte Achtsamkeit in der Stille

30ml:

Daucus carota (Wilde Möhre, Konzentration, Zentrierung, Mittigkeit, ahprodisisch)

Olea europea (Olivenbaum, Stille, Zen, Ruhe, Kraft aus der Ruhe, Jugendlichkeit, innerer Reichtum)

Passiflora incarnata (Passionsblume, Ruhe des Herzens, Stille, Harmonie, seelischer Gleichklang, innerer Ton, Stärkung der inneren Mitte, aus der Peripherie zu sich selbst finden)

Dos 3x3

oder sprühen: 1 bis 2 Hübe in den Mund und parallel in die Aura

Bezugsquellen [hier ...](#)