



GREEN MAN ESSENZEN

Green Man Baumessenzen

Wie das Bild des Grünen Mannes das eines Menschen ist, durchwoben von Blättern und Trieben, so steht es auch in der Wechselwirkung und gegenseitigen Abhängigkeit von Mensch und Pflanzenwelt. Das eine kann nicht vom anderen getrennt werden.

Die GREEN MAN BAUMESSENZEN sind eine Verstärkung der Verbindung zwischen Mensch und Natur. Sie erkennen die heilende Kraft des Lebens und die alte Weisheit der friedlichen Bäume.

Richtlinien zum Gebrauch:

Zusätzlich zu der üblichen Weise durch den Mund, schlagen wir vor, sie versuchen folgendes:

- Tropfen auf den Puls an den Handgelenken geben
- Tropfen zum Massageöl oder in den Ölbrenner geben
- Tropfen mit Wasser in einem Sprüher mischen und entweder auf den Körper oder ins Zimmer sprühen
- Tropfen aus den hohlen Händen inhalieren.

Nicht vergessen

Obwohl die Essenzen helfen können, verborgene Unausgeglichenheit zu beseitigen und den Selbstheilungsprozess zu verstärken, ersetzen sie nicht die medizinische Betreuung. Falls Sie besorgt sind, konsultieren Sie einen qualifizierten Arzt.

Sie haben einen freien Willen – Benutzen sie ihn!

1. ALDER (Alnus glutinosa): „Befreiung“. Verringert Angstzustände, mindert Stress.
2. APPLE (Malus domestica): „Entgiftung“. Bringt spirituelle Energien.
3. ASH (Fraxinus excelsior): „Stärke“. In Harmonie mit der Umgebung.
4. BAY (Laurus nobilis): „Energie“. Tiefverwurzelte Vitalität. Vergeistigt die Körperlichkeit.
5. BLACK POPLAR (Populus nigra): „Festigkeit“. Mächtiger Friede, tröstend.
6. BLACKTHORN (Prunus spinosa): „Kreislauf“. Bringt Hoffnung und Freude.
7. BOX (Buxus sempivirens): „Klarheit“. Stärkt den Geist und den Willen.
8. CRACK WILLOW (Salix fragilis): „Spirituelle Sonne“. Loslassen, Gefühl des Einsseins
9. ELDER (Sambucus nigra): „Selbstwert“. Bringt Stabilität, Liebe und Vergebung.
10. GEAN, WILD CHERRY (Prunus avium): „Beruhigend“. Regt die Heilung an.
11. GREAT SALLOW (Salix caprea): „Seele“. Energiespender. Verbindet mit der Erdenergie.
12. HAWTHORN (Crataegus monogyna): „Liebe“. Die heilende Kraft der Liebe. Vertrauen.
13. HAZEL (Corylus avellana): „Fertigkeiten“. Das Erblühen der Fertigkeiten. Weisheit. Lernen.
14. HOLM OAK (Quercus ilex): „Negative Gefühle“. Schuld, Eifersucht, Zorn u.s.w.
15. LEYLAND CYPRESS (C. leylandii): „Freiheit“. Positive Gefühle, gegen Einsamkeit.
16. LILAC (Syringa vulgaris): „Wirbelsäule“. Alle Chakras. Hilft bei Verspannungen des Rückens
17. ROWAN (Sorbus aucuparia): „Natur“. Im Einklang mit Wald und Erde.
18. SCOTS PINE (Pinus sylvestris): „Einsicht“. Entwicklung von subtilem Bewußtsein.
19. SILVER BIRCH (Betula pendula): „Schönheit“. Ruhe, Toleranz. Wertschätzung.
20. SILVER MAPLE (Acer saccharinum): „Stimmungen“. Hilft Stimmungsschwankungen zu regulieren.
21. SYCAMORE (A. pseudoplatanus): „Erleuchten“. Energie, Süße des Lebens.
22. TREE LICHEN (Usnea subfloridana): Alte Weisheit, Unabhängigkeit.
23. WHITEBEAM (Sorbus aria): „Eine andere Welt“. Offen für die feineren Ebenen der Schöpfung.
24. YEW (Taxus baccata): „Schutz“. Die höchsten spirituellen Werte des Überlebens.

GROUP TWO:-

25. CATALPA (Catalpa x erubescans): „Freude“. Festigung der Emotionen.
26. CHERRY LAUREL (Prunus laurocerasus): „Seelisches Gleichgewicht“. Vorstellungskraft.

27. CHERRY PLUM (*Prunus cerasifera*): „Selbstvertrauen“. Hilft gegen Schüchternheit.
28. ENGLISH ELM (*Ulmus procera*): „Begeisterung“. Der Wunsch nach vorwärts, Fortschritt.
29. GIANT REDWOOD (*Sequoiadendron giganteum*): „Das Gewicht der Verantwortung“.
30. GORSE (*Ulex europaeus*): „Integration“. Bringt Erleichterung bei Unruhe und Frustration.
31. HOLLY (*Ilex aquifolium*): „Die Macht des Friedens“. Ein Aktiver Ausdruck von Liebe.
32. HORNBEAM (*Carpinus betulus*): „Die richtige Handlung“. Die Eindeutige Zielsetzung.
33. HORSE CHESTNUT (*Aesculus hippocastanum*): „Erregung“. Friede
34. ITALIAN ALDER (*Alnus cordata*): „Geschützter Friede“. Für zarte Energien.
35. IVY (*Hedera helix*): „Furcht“. Erleichtert unterschwellige Furcht und Angstzustände.
36. LABURNUM (*Laburnum x watereri "Vossi"*): „Entgiftung“. Optimismus.
37. LARCH (*Larix decidua*): „Der Wille zum Ausdruck“. Körperliche und sexuelle Energie.
38. LAWSON CYPRESS (*C. lawsoniana*): „Der Pfad“. Abbiegen in die richtige Richtung.
39. LIME (*Tilia x europaea*): „Entwicklung“. Das Nutzen von psychischem und heilendem Potential.
40. MIMOSA (*Acacia dealbata*): „Empfindsamkeit“. Bewußtsein des inneren Selbst. Intuition.
41. MONTEREY PINE (*P. radiata*): „Anschluss“. Hilft bei tiefem Trauma.
42. NORWAY MAPLE (*Acer platanoides*): „Heilende Liebe“. Bei emotionalem Schock.
43. OAK (*Quercus robur*): „Offenbarung“. Die Fähigkeit, seine Ziele zu offenbaren.
44. PLUM (*Prunus domestica*): „Ermächtigung“. Der wirksame Gebrauch persönlicher Macht.
45. PRIVET (*Ligustrum vulgare*): „Alte Wunden“. Hilft der Heilung auf sanfte Weise.
46. STAGS HORN SUMACH (*Rhus typhina*): „Meditation“. Das Fließen von Information.
47. STRAWBERRY TREE (*Arbutus unedo*): „Ruhe“. Bewegungslosigkeit und Stille.
48. VIBURNUM (*Viburnum tinus*): „Bestätigung“. Unterstützung und Bestätigung.

GROUP THREE:-

49. BEECH (*Fagus sylvatica*): „Unkompliziert“. Vertrauen und Hoffnung im Leben.
50. BIRD CHERRY (*Prunus padus*): „Sinnlichkeit“. Unbehaglich mit der Körperlichkeit.
51. COPPER BEECH (*Fagus sylvatica* var. *purpurea*): „Depression“
52. FIELD MAPLE (*Acer campestre*): „Herzweh“. Verständnis, Zufriedenheit.
53. GLASTONBURY THORN (*Crataegus monogyna biflora*): „Auf dem Weg zur Besserung“.
54. JUDAS TREE (*Cercis siliquastrum*): „Lenken“. Neue Gedankenmuster, Ideen.
55. LUCOMBE OAK (*Q. hispanica "lucombeana"*): „Kreative Energie“. Inspiration.
56. MAGNOLIA (*Magnolia x soulangeana*): „Ruhelosigkeit“. Hält das Gleichgewicht.
57. MANNA ASH (*Fraxinus ornus*): „Mit sich selbst zufrieden“. Heilt das Herz, Emotionen.
58. MULBERRY (*Morus nigra*): „Wut“. Starke Gefühle werden leicht freigesetzt.
59. OSIER (*Salix viminalis*): „Spirituelle Leere“. Wenn einem das Leben leer und nutzlos erscheint.
60. PEAR (*Pyrus communis*): „Heiterkeit“. Zufrieden mit der eigenen Persönlichkeit.
61. PERSIAN IRONWOOD (*Parrotia persica*): „Entfremdung“. Zugehörigkeit und Freude.
62. PLANE TREE (*Platanus x acerifolia*): „Genau Beurteilung“. Feine Unterscheidung.
63. PITTESPORA (*Pittesporum tenuifolium*): „Hin- und hergerissen“. Es klärt die Gefühle.
64. RED CHESTNUT (*Aesculus x carnea*): „Angst um die anderen“. Heiterkeit, Schutz.
65. RED OAK (*Quercus rubra*): „Praktische Unterstützung“. Stärke, seelisches Vertrauen
66. SPINDLE (*Euonymus europaeus*): „Integration des Selbst“. Schafft Energie, integriert die Seele.
67. SWEET CHESTNUT (*Castanea sativa*): „Das Jetzt“. Konzentration, Mittelpunkt, Befreiung.
68. TAMARISK (*Tamarix gallica*): „Feuer der Verwandlung“. Spirituelle Richtung.
69. TREE OF HEAVEN (*Ailanthus altissima*): „Der Himmel auf Erden“. Echtheit, Wachstum.
70. TULIP TREE (*Liriodendron tulipifera*): „Spirituelle Nahrung“. Kunst, Gleichgewicht.
71. WEEPING WILLOW (*Salix x chrysocoma*): „Das Ego“. Persönliche Kraft und Energie.
72. WHITE POPLAR (*Populus alba*): „Neubeginn“. Erholung, Zufriedenheit.
73. WHITE WILLOW (*Salix alba*): „Das wahre Selbst“. Spirituelle Säuberung, Liebe, Glückseligkeit.
74. YELLOW BUCKEYE (*Aesculus flava*): „Dewas“. Verständnis für alternative Kommunikation.
75. CEDAR OF LEBANON (*Cedrus libani*), „Aufruhr“. Notwendige Richtungsänderung
76. MEDLAR (*Mespilus germanicus*), „Grenzenlos“. Motivation, Begeisterung.
77. MIDLAND HAWTHORN (*Crataegus laevigata*), „Ausdehnung“. Gibt dem Herz Energie, Chakra, persönliches Wachstum.
78. MONKEY PUZZLE TREE (*Araucaria araucana*), „Starkes Mitleid“. Vermindert Aggression, schafft kreative, kraftvolle Handlung. Verbindung zur Erde und Schutz vor Schaden.
79. WAYFARING TREE (*Viburnum lantana*), „Langes Gedächtnis“. Erkennung der Muster der Vergangenheit. Wiederherstellung von persönlichen Grenzen, Unabhängigkeit.
80. WYCH ELM (*Ulmus glabra*), „Leistung“. Persönliche Stärke und Fähigkeiten.

Green Man Blumenessenzen

wie alle Vibrationsessenzen, müssen die Green Man Essenzen nur in das aurische Feld eingesetzt werden, um ihre Wirkung zu beginnen.

Außer der traditionellen Weise durch den Mund, versuchen Sie auch folgendes:

- a) Tropfen auf den Puls am Handgelenk geben
- b) sie dem Massageöl zugeben oder in den Ölbrenner geben
- c) sie mit Wasser in einen Spray mischen und dann auf den Körper oder ins Zimmer sprühen
- d) Tropfen aus den hohlen Händen inhalieren

1. BILBERRY (*Vaccinium myrtillus*), Integration, Kommunikation, Klarheit.
2. CAMPHOR (*Cinnomomum camphora*), aktivierend, befreiend.
3. CHAMOMILE (*Chamaemelum nobile*), lindert Spannung und Verstimmung.
4. COLUMBINE (*Aquilegia vulgaris*), Höhere Chakras, Wiedergeburt des Selbst.
5. DAFFODIL (*Narcissus ajax*), Meditation, dem Selbst zuhören.
6. DAISY (*Bellis perennis*), Klare Konzentration, spirituelles Verständnis.
7. DANDELION (*Taraxacum officinale*), Dynamisch, mühelose Energie.
8. FLOWERING CURRANT (*Ribes sanguineum*), Lockern von gespannten Muskeln, Stabilisierung der Gefühle, Friede und Freude.
9. FORGET-ME-NOT (*Myosotis arvensis*), Karma-Verbindungen, Träume.
10. GOLDEN CROCUS (*Crocus domesticus*), Selbstimage, Ausdruck.
11. GOOSEBERRY (*Ribes uva-crispa*), Entspannung der Sorgen, Spass.
12. HONESTY (*Lunaria annua*), Klarheit der persönlichen Bedürfnisse, das Heilen von negativen, emotionalen Blocks.
13. LAVENDER (*Lavendula officinalis*), Spirituelle Empfindsamkeit, Wachsamkeit.
14. LOVE-IN-A-MIST (*Nigella damascena*), Der Liebe offen.
15. MARSH GENTIAN (*Gentiana pneumonathe*), Tiefe der Wahrnehmung.
16. MOCK ORANGE (*Philadelphus*), Erhöhte Kreativität, Stärke.
17. NETTLE (*Urtica dioica*). Beruhigt emotionale und ätherische Körper.
18. ORIENTAL HELLEBORE (*Helleborus orientalis*), Verstärkt das Selbstbewußtsein, hilft bei der Festlegung von Zielen und Richtungen im Leben..
19. PANSY (*Viola tricolor*), Intuitive Fähigkeiten, stärkt den Verstand.
20. PASSIONFLOWER (*Passiflora incarnata*), Im Einklang mit dem Bewußtsein von Christus. Stabilisiert den spirituellen Mittelpunkt. Öffnet das Herz und das Chakra des Halses.
21. PENNYROYAL (*Hedeoma pulegioides*), Vermindert psychischen Stress und geistige Verwirrung und kann bei Suchtkrankheiten helfen.
22. QUINCE (*Cydonia oblonga*), Liebende Stärke.
23. RUE (*Ruta graveolens*), Gibt unseren wirklichen Sehnsüchten Energie.
24. SAGE (*Salvia officinalis*), Stärkt den ätherischen Körper, unterstützt das Verdauungssystem, säubert die Meridiane.
25. SAXIFRAGE (*Saxifraga*), Schafft ein Gleichgewicht von Geist, Intellekt und Fantasie.
26. SCABIOUS (*Scabiosa caucasica*), Öffnet die Tür zu weiterem Lernen..
27. SCARLET PIMPERNEL (*Anagallis arvensis*), Befreit gespeicherte spirituelle Information und zarte Gefühle.
28. SNAPDRAGON (*Antirrhinum majus*), Lebhaft, dynamische Energie.
29. SNOWDROP (*Galanthus nivalis*), Spirituelles Vertrauen. Einsicht.
30. SNOWFLAKE (*Leucojum vernalis*), Zielstrebigkeit, Selbstvertrauen.
31. STITCHWORT (*Stellaria holostea*), Freude und Leichtigkeit der Gefühle.
32. ST. JOHN'S WORT (*Hypericum perforatum*), Erleichtert tiefsitzende Ängste.
33. WILD VIOLET (*Viola riviniana*), Mut, Selbstverwirklichung.

Green Man Lichtessenzen

1. ROT Schlüsselwort: *Energie*

-zur Aktivierung eines stagnierenden, fixierten, kalten Zustandes. Bringt Energie. Schützt vor negativen Empfindungen. Realitätsbezogen.

2. ORANGE Schlüsselwort: *Erholung*

-für alle Schock- und Stresssituationen der Vergangenheit oder Gegenwart. Unfälle, Trauma, Krankheit, Krankenhausaufenthalt. Befreit die Kreativität.

3. GELB Schlüsselwort : *Unterscheidungskraft*

-für die Fähigkeit, zu erkennen und zu identifizieren, was nützlich ist und was nicht. Geistige Klarheit, Gedächtnis, Lernen, Intellekt.

4 GRÜN Schlüsselwort : *Ruhe*

-schafft den Raum, der nötig ist, Emotionen und Herzensgefühle, auszudrücken. Richtungsgebend im Leben, Klarheit des Zwecks. Im Einklang mit der Natur. Beruhigend und Gleichgewicht schaffend, fordert das Wachstum auf eine natürliche Weise.

5. BLAU Schlüsselwort : *Kommunikation*

-sehr beruhigend, kühlend, schafft Distanz und einen sicheren Abstand. GegenFür eine leidenschaftliche, aggressive oder überaktive Situation oder Beschwerde. Schafft einem die Möglichkeit, sich kreativ auszudrücken.

6. INDIGO Schlüsselwort : *Wahrnehmung*

-für den Kopf und die Wahrnehmungssinne, besonders die Augen und Ohren. Äußerst beruhigend und kühlend. Intuition, Langzeitgedächtnis und andere tiefe Schichten der Kommunikation. Kontrolliert psychische Ströme im Körper.

7. VIOLETT Schlüsselwörter : *Befreiung des vollen Potentials*

-wird mit dem geistigen Gleichgewicht in Verbindung gebracht. Fantasie, Inspiration, höherer Geist. Die Fähigkeit, das gesamte Potential des Einzelnen zum Ausdruck zu bringen, und deshalb nützlich zur Entfernung von Hindernissen, die dieser Erfüllung im Wege stehen, wie Krankheit, Stress, u.s.w.

8. PINK Schlüsselwort: *Liebe*

-zur Beruhigung einer aggressiven Situation in jeder Hinsicht. Bringt die alles heilenden Qualitäten der Liebe. Unentbehrlich zur Vollendung aller Heilungsprozesse. Hilft die grundlegende Einheit innerhalb der Vielfalt der Schöpfung zu verstehen.

9. WEISS Schlüsselwort: *Umwandlung*

- für Übergangsperioden. Säubert auf jeder Ebene und entfernt überflüssigen Ballast. Klarheit. Schafft Raum zur Entwicklung und Veränderung. Ein neuer Anfang, Wiedergeburt, Reinigung.

10. PURPUR Schlüsselwort: *Mitleid*

-aktiviert die Energiezentren über dem Kopf. Stabilisiert die Emotionen. Bringt allen zarten Körpern Gleichgewicht und Stabilität

11. ULTRAVIOLETT Schlüsselwörter: *kosmische Verbindungen*

-hilft bei Überbelastung durch elektromagnetische Strahlung. Beschleunigt die Vibrationsrate, schafft den Zugang zu neuen Formen, Ideen und Dimensionen. Der Beginn des Jenseits.

Green Man Kraftpflanzen

Diese Sammlung von Blumenessenzen enthält einige der heiligsten und kulturell und spirituell wichtigsten Pflanzen der Welt. Sie alle ermöglichen es uns, den Blick auf die Realität zu verändern. einige sind mild, andere sind giftig – in den falschen Händen sogar tödlich - aber sogar die giftigsten versorgen die moderne Welt mit wichtigen Heilmitteln.

Bereitet als biologisch inaktive Vibrationessenzen, kann die Energieunterschrift oder der „Geist“ der Pflanze direkt erfahren werden, ohne die Problem, die mit der körperlichen Aufnahme des tatsächlichen Pflanzenmaterials verbunden sind.

Eine Beurteilung der heilenden Funktion jeder Essenz ist hinzugefügt, aber die Hauptabsicht ist es, die Mittel zu einer näheren Untersuchung der Pflanzenessenzen innerhalb eines rituellen, zeremoniellen oder schamanischen Kontexts bereitzustellen.

Benutzen sie jede Essenz, als ob Sie den Botschafter aus einer anderen Welt träfen – mit Verehrung, Respekt und Neugierde – so erfahren Sie am ehesten die mächtige Gegenwart jeder Pflanze.

Obwohl diese Essenzen kein biologisch aktives Material enthalten, ist es möglich, dass empfindsame Menschen plötzliche Bewusstseinsveränderungen und ungewöhnliche Empfindungen erfahren.

1. **BELLADONNA** (*Belladonna atropa*)

Die Essenz: ein Punkt des Gleichgewichts, von dem aus man wachsen kann. Entfernt Selbsttäuschungen und schafft so den Zugang zu den tiefsten Schichten des Bewusstseins.

2. **BRUGMANSIA** (*Brugmansia ssp*)

Die Essenz: Zunahme der Energie des Überbewusstseins; Kontakt mit der spirituellen Welt; das Erkennen symbolischer Bilder; eine tiefe Säuberung von Glauben und Vorstellungen.

3. **COLEUS** (*Coleus blumei*)

Die Essenz: Es passiert eine Entspannung von persönlichen Masken und ein Annehmen der Leere, die der Form zugrunde liegt. Eine Ruhe und ein Energiefluss, der eine Verbindung zu universellen Mustern schafft.

4. **DESFONTAINIA** (*Desfontainia spinosa*)

Die Essenz: Auf einer emotionalen Ebene wird die Furcht vor dem Unbekannten gemildert, was eine freiere Erforschung von neuen Zuständen und Bewusstseinsphasen erlaubt. Ein Durchbruch zu neuen Ebenen ist möglich.

5. **FLY AGARIC** (*Amanita muscaria*)

Die Essenz: ein gesteigertes Freiheitsgefühl, weitere Empfindungen und eine Zunahme der Fähigkeit, feinere Ebenen der Kommunikation wahrzunehmen.

6. **HENBANE** (*Hyocyamus niger*)

Die Essenz: stimuliert emotionale Beteiligung, hilft bei der Integration in eine Aktivität. Überschüssige Energie wird gelenkt, um einen Stau an Frustration zu vermeiden. Das Bewusstsein kommt aus dem Kern der Dinge und vielschichtigen Welten.

8. **MANDRAKE** (*Mandragora officinarum*)

Die Essenz: am wirksamsten auf dem Kopf. Sie schafft eine sehr starke Verbindung mit allen Bewusstseinssebenen zwischen der Menschen- und Pflanzenwelt. Eine starke Transformation, eine praktische Veränderung. Die Gründe für Gefühlsausbrüche werden erklärt.

9. **MISTLETOE** (*Viscum album*)

Die Essenz: Schafft ein geistiges Gleichgewicht, wodurch alte Muster befreit werden können. Positive Inspiration. Körperliche Wahrnehmung wird verstärkt: Verwirrung und Nervosität gehen zurück. Ein besseres Selbstgefühl, die Fähigkeit, Emotionen und starke Gefühle zu bewältigen. Beruhigt die Emotionen und erlaubt das Aufblühen der kreativen Fantasie.

10. **MUGWORT** (*Artemisia vulgaris*)

Die Essenz: eine Erweiterung der persönlichen Kraft im Gleichgewicht. Zunehmen an Freude und Heiterkeit, Befreiung von emotionellen Blockierungen. Fähigkeit, die eigenen Grenzen zu respektieren. Stimuliert neue Ideen und neue Methoden. Flexibilität und Potential. Sehr starke Verbindungen zu einem grundlegenden, allgemeinen Energiefluss.

11. **PETUNIA** (*Petunia ssp*)

Die Essenz: Wirkt vor allem am Herzen, kann dabei helfen, die Region des Herzens, der Lungen- und Brust zu aktivieren und mit Energie zu versorgen. Der Herzmeridian wird wieder ins Gleichgewicht gebracht, wo eine Unsicherheit aufgrund neuer Erfahrungen entsteht, die alte Grenzen überschreiten oder neu bestimmen.

12. **PEYOTE** (*Lophophora williamsii*)

Die Essenz: am wirksamsten, wenn sie in der Dunkelheit eingenommen wird, und besonders aktivierend, wenn man einen Tropfen auf den Scheitel gibt. Das Chakra des Scheitels wird gereinigt und geläutert und ermöglicht größere spirituelle Unterscheidungskraft. Innere Konflikte lösen sich und ermöglichen eine feinere Erfahrung von spirituellen Bereichen (besonders Bereiche der Pflanzen). Verbindung zum Herz des Kosmos über das klare Chakra des Scheitels; beruhigt Verwirrung und Furcht, verstärkt die innere Harmonie.

13. **PIPIL-TZIN-TZINTLI** (*Salvia divinorum*)

Die Essenz: Zarte Energiesysteme erkennen und damit arbeiten. Das Ungreifbare greifbar machen. Der Geist beruhigt sich und ist friedlich.

Die Vielfalt der Schöpfung durch direkte Erfahrung verstehen. Flexibilität des Verstehens.

14. **SAN PEDRO CACTUS** (*Trichocereus pachanoi*)

Die Essenz: Die Beruhigung starker Emotionen, das Verständnis starker Antriebe. Die Beruhigung aggressiver Zustände. Stressbefreiung des sakralen Chakra: Schaffung von Empfindsamkeit und Sinnlichkeit. Ein leidenschaftlicher Ausdruck der Lebensenergie. Verhältnis vom Selbst zum Ganzen.

15. **SUN-OPENER** (*Heimia salicifolia*)

Die Essenz: harmonischer Geistesfluss, der die Kommunikation und die Fähigkeit zuzuhören verstärkt. Schafft Ruhe, um andere zu hören und zu verstehen. Emotionale Lasten werden vom Herzen genommen. Freude, Kreativität. Klarere Entscheidungsfähigkeit, Wahl der Richtung. Tiefe Zufriedenheit und Erfahrung von Harmonie.

16. **THORN APPLE** (*Datura stramonium*)

Die Essenz: Verringert Angst, beruhigt einen überaktiven Geist. Stabilisiert Emotionen, besonders bestätigend und beruhigend in Blick auf eine mögliche Zukunft. Erhöhte Entspannung – erfolgreich bei der Bekämpfung von Kopfschmerzen und beginnender Migräne.

17. **TLIT-LILTZIN** (*Ipomoea violacea*)

Die Essenz: Stabilität und Klarheit in Zeiten der Veränderung und des Wandels. Das Brauen-Chakra wird von Verwirrung befreit; eine Verstärkung von Freude und innerem Wissen. Selbstwert. Verstärkung von persönlicher Verbindung, Güte und emotionaler Klarheit.

18. **TOLOACHE** (*Datura metaloides*)

Die Essenz: ein klarer Energiefluss, ein reibungsloser Fluss zwischen dem Selbst und dem Universum. Lösung von Selbstzweifeln und Selbstbegrenzungen. Das Universum wird Ihr vertrauter Körper. Beruhigung des geistigen Prozesses zu einem Zustand von Empfänglichkeit und Frieden.

19. **VERVAIN** (*Verbena officinalis*)

Die Essenz: eine Beruhigung der Gedanken, Klarheit des Bewusstseins in der Gegenwart. ein Zustand von klarem Bewusstsein. Ein Wachsen an Hoffnung, Glück und geistiger Stabilität. beruhigend nach Schock oder Trauma. Das Abnehmen an geistigem „Geplapper“ hilft der Beobachtungskraft, und ein leichter Kontakt mit der spirituellen Welt – besonders für diejenigen, die der körperlichen Welt sehr nahe sind, kann sich finden.

20. **WILD TOBACCO** (*Nicotiniana rustica*)

Die Essenz: ein Zunehmen an Selbstvertrauen und Durchsetzungsvermögen. Lösung praktischer Probleme und Zielsetzungen. Ein besserer Kontakt mit verborgenen Kernaspekten des Selbst, die Freisetzung einer Energiequelle mit großer Heilungsfähigkeit. Stärkung des geistigen Bewusstseins. Die Fähigkeit, Extreme an Erfahrungen mit Klarheit und ohne Verwirrung sowie aus einer ausgewogenen spirituellen Perspektive zu sehen.

Green Man Wald Kombinationessenzen

1. **MERIDIANENERGIE:** Entwickelt, um alle größeren 14 Meridianbahnen im Körper ins Gleichgewicht zu bringen. Kann nach einem Trauma oder in Schock als erste Hilfe angewandt werden.
2. **ENERGIEFLUSS:** Hilft, die Verteilung von Nährstoffen und Hormonen in allen Körperzellen anzuregen. Wirkt mit dem Lymphsystem bei der Entfernung von Giftstoffen und bei der Erhaltung eines wirksamen Immunsystems.
3. **ABBAU VON STRESS:** Hilft, den Energiefluss in den Systemen, die die Stressintensität regulieren, zu verbessern, um normale Funktionen zurückzugewinnen.
4. **WIEDERBELEBER VON ZELLEN:** Aktiviert und gleicht sehr tiefe Energien im Körper aus, kann dabei helfen, gesundheitsfördernde Energiehöhen zurückzugewinnen.
5. **STÄRKE:** Fördert das Gefühl von persönlicher Integrität und persönlichem Wert. Machtlos, unfähig, Erfolg zu haben. Aktiviert das wahre Potential von selbständigen Wesen.
6. **VERGEBUNG:** Fördert das Glück, vermindert das Unglück, Zorn und Wut. Die Fähigkeit, eine Situation auf kreative, positive Art umzuwandeln.
7. **SELSTSICHERHEIT:** Fördert Selbstbewußtsein, innere Richtung, Friede und Harmonie. Kann bei der Konfrontation mit Ängsten und Phobien nützlich sein.
8. **SELBSTWERT:** Fördert den Selbstwert, die Demut, Toleranz und Bescheidenheit. Es kann die Befreiung von Schuld, Geringschätzung, Verachtung, Stolz, Intoleranz und Vorurteilen erleichtern.

9. **RUHE:** Zukunftsangst wird leichter, an ihre Stelle treten Vertrauen und ein Gefühl der Sicherheit und Ruhe. Hilft gegen Bitterkeit, Gier, Ekel und Leere.
10. **ENTSPANNUNG:** Hilft, uns von der Liste unserer vermeintlichen Unzulänglichkeiten zu befreien, wie von Gefühlen der Reue, Eifersucht, sexueller Spannung etc.
11. **FREUDE:** Hilft durch das Fördern von Liebe, Vergebung und Freude, Ärger, Traurigkeit und Kummer entgegenzutreten,. Stärkt die Fähigkeit zu schätzen und geschätzt zu werden.

Green Man Essenzen – „Fokusfixierungen“

„Fokusfixierungen„ sind eine Reihe von Kombinationssessenzen, die leicht mit bestimmten vertrauten Erfahrungsbereichen identifiziert werden können.

Die genannten einzelnen Essenzen, aus denen die Kombination besteht, können nacheinander genommen werden: jeweils einen Tropfen auf die Handgelenke geben, diese zusammenreiben und die vorgeschriebene Folge. Warten Sie einige Minuten zwischen den Essenzen. Dieser „Folgeprozess“ ist schnell und effektiv, kann aber für manche zu abrupt sein. Die Kombinationssessenz ist eine sanftere Methode. Verlassen Sie sich auf Ihre Intuition. Wünschelruten- oder Muskeltest, um die Gebrauchsmethode oder die Häufigkeit zu bestimmen

1. Wutanfälle, Kinder unter drei, Schreien (TUTS 1)

- Wutanfälle, Eigensinn, Ärger (in jedem Alter)
Alder, Magnolia, Sweet Chestnut, Orange Light

2. Teenager in traumatischen Situationen (TUTS 2)

- für Teenager von 13 – 19 in Situationen der Veränderung, Launen und Frustration.
Mulberry, Bird Cherry, Blackthorn

3. Vergangene Lebensenergien und Stressminderung (PLEASE)

- kann helfen, alte Schwierigkeiten in diesem und anderen Leben zu lösen
Viburnum, Privet, Gean, Spindle

4. Wut und Zurückzahlen (RAGE)

- wenn wir wütend sind und es nicht ausdrücken können, besonders wenn wir uns rächen wollen!
Rowan, Manna Ash, Box, Pittespora

5. Hohe Erwartungen, wenig Fortschritt (HELP)

- kann helfen, wenn wir sicher sind, wir sind auf dem richtigen Weg, fühlen uns aber blockiert, weil wir Perfektion erwarten.
Cherry Laurel, Alder, Plane Tree, Box

6. Muster wiederholen und untergraben (RASP)

- der Versuch, uns selbst daran zu hindern, dieselben Fehler von neuem zu machen.
Hornbeam, Strawberry Tree, Hazel, Mimosa

7. Immerwährend weitertrauern (GONE)

- wenn wir vorwärtsgehen sollen, aber Probleme haben, die Erinnerungen zurückzulassen
White Poplar, Cherry Laurel, White Light

8. Angst schränkt den Ausdruck der Gefühle ein (FREE)

- wenn Furcht uns davon abhält, zu sein, wer wir wollen oder zu tun, was wir wollen, oder zu gehen, wohin wir wollen.
Mimosa, Holly, Apple, Catalpa

9. Überschwang an Energie (EGO)

- wenn man durch ein Übermass an Begeisterung die Perspektive verliert.
Holly, Saxifrage, Camphor

10. Klarer und logischer Geist (CALM)

- kann helfen, wenn wir verwirrt und traurig sind.
Cherry Plum, Dandelion, Blue Light

– Alle Seiten der Göttin der Erde

Diese Essenzen können als Verbindung oder als Sprungbrett zur Wiederverbindung mit der Göttin der Erde gesehen werden. Sie können uns auch helfen, mit den Anforderungen des Lebens in dieser Zeit des schnellen inneren und äußeren Wandels klarzukommen.

Diese acht Essenzen, die an den Quartaltagen des Jahres gemacht werden, beziehen sich auf die neun Gesichter der Gottheit. Das neunte, die Beschützerin, die Initiatorin, die Bewahrerin alter Traditionen und die Dame des Sees ist in den anderen acht eingeschlossen.

Samhain Göttin: *Morgan, Königin des Rades:* intensive Heilung, Integration, besserer Kontakt mit der Erde, Anwendung der praktischen Fähigkeiten..

Göttin der Wintersonnenwende: *Ragnell, Die Dame der Rätsel:* Anforderungen nachkommen; auf den inneren Glauben hören; hilfreich in Gruppensituationen.

Imbolc Göttin: *Dindraine, Königin des Ödlands:* aus Fehlern lernen; sich auf praktische Aufgaben konzentrieren; Geduld und Verständnis.

Göttin des Frühlingsäquinoktiums: *Kundry, Geheimnisvolle weise Frau:* Fantasie, Inspiration; Verständnis von verborgenen Trieben; Freiheit des Ausdrucks.

Maigöttin: *Guinevere, Blütenkönigin:* Fließen von Liebe und Schönheit; Hilfe bei Beziehungen; Befreiung künstlerischer Fähigkeiten.

Königin der Sommersonnenwende: *Enid, Dame der Freude:* Hören auf die Bedürfnisse von anderen; innere Sicherheit; Wachstum und Umwandlung, Spass am Leben.

Erntegöttin: *Igraine, Königin der Heiligen:* Hilft bei der Entwicklung von Projekten jeder Art; Verständnis für Traditionen und die Verbindung zu den Vorfahren.

Göttin des Herbstäquinoktiums: *Nimuë, Dame des Tores:* hilft auf der Schwelle zwischen Zyklen; hilft uns, unseren Platz in der Welt einzunehmen und Kreativität zum Nutzen aller zu gebrauchen..

Ergänzung der Souveränität-Essenzen:

Erdgöttin-Essenz (*Dame des Sees*) : hilft, abgenutzte Ideen zu beseitigen, alte karmische Muster und Erinnerungen werden umgewandelt. Wenn wir uns selbst helfen, helfen wir unserem Planeten.

Die Merlin-Essenz: Anschluss an das Wissen der Vorfahren derjenigen, die das Land gut kennen. Kommunikation, Wissen, um unsere Wunden und die unserer Umwelt zu heilen.

Green Man Essences
PO Box 6
Exminster
Exeter
Devon, UK
EX6 8YE

www.greenmanshop.co.uk