



RAINKOHL
Lapsana communis

Lebensfreude

Begeisterungsfähigkeit, echtes Interesse, Freude, Lachen, Offenheit, Verständnis, Liebe, Mitgefühl für sich und andere.

Empfindungen, Gefühle, die blockieren: **Lebensverdruss**

Erschöpfung, Selbstmitleid, Anspannung, immer unter Zeitdruck. Augen stumpf ohne Glanz, ohne Interesse, lustlos, mag nicht reden.

Erfahrungen in der Anwendung:

Ein Pflänzchen für die Lebensfreude nach einem erschütternden Erlebnis oder nach langer Krankheit, weckt die Lebenskraft, die Herzenswärme wieder. Hilfreich bei Schlafstörungen, bei schmerzenden Gelenken, kalten Extremitäten, bei Kreislaufschwäche oder übermässigem Schwitzen, bei Sprechschwierigkeiten.

Regt folgende Meridiane an:
Herz, Dünndarm



WIESEN-BOCKSBART
Tagopogon pratensis

Kräfte sammeln

Konzentration, Essenz, Strukturen entwickeln, Kräfte bündeln für eine neue innere Ausrichtung, ein Rückzug nach innen. Loslassen, Durchsetzungskraft, scharfer Verstand, Schwierigkeiten durchdenken und flexible Lösungen finden.

Empfindungen, Gefühle, die blockieren: **Pessimistische Grundeinstellung**

Hoffnungslosigkeit, Trauer, Kummer, Anspannung, dogmatisches Denken, flache Atmung, sich Sorgen machen, Mutlosigkeit. Ehrgeizige und hohe Ziele, die man selten erreichen kann.

Erfahrungen in der Anwendung:

Hilft bei Hautbeschwerden, Überempfindlichkeiten, Verstopfung, Durchfall, Schleimhautbeschwerden, Rückgraterkrankungen, Kopfschmerzen. Sorgt für Entgiftung und Entspannung.

Regt folgenden Meridian an: Dickdarm



WINTER-SCHACHTELHALM
Equisetum hyemale

Lebenskraft

Entspannung, Vertrauen, Optimismus, Offenheit, Befreiung von Giftstoffen.

Empfindungen, Gefühle, die blockieren: **Hoffnungslosigkeit**

Sich einsam fühlen, zurückgezogen, kraftlos, Energiemangel, Anspannung, voller Sorge um die Zukunft.

Erfahrungen in der Anwendung:

Hilfreich bei Mangel an emotionaler und körperlicher Widerstandskraft, Befreiung von Giftstoffen, Nieren- Blasen- Prostatabeschwerden, Bettnässen, stärkt das Immunsystem.

Regt folgende Meridiane an:
Lunge, Kreislauf, Niere, Blase

LEBENSFREUDE
LEBENSLEBENDE

Sieben INSPIRA Blütenessenzen



Vertrieb BIONIK AG

Burgmattstrasse 6 CH-5000 Aarau
T +41 62 824 59 22 F +41 62 824 59 00
info@bionik-ag.ch www.bionik-ag.ch

Idee | Entwicklung | Herstellung
INSPIRA Blütenessenzen
CH-6204 Sempach T +41 41 460 37 06
www.inspira.ch



GÄNSEKRESSE
Arabis serpyllifolia

Lebensfülle

Vitalität, Kreativität, Beweglichkeit, Pläne schmieden, Ziele verfolgen, Entscheidungen treffen und diese in der Aussenwelt durchsetzen.

Empfindungen, Gefühle, die blockieren: **Bitterkeit**

Sarkasmus, Apathie, Trägheit, Resignation, Interesselosigkeit, gestaute Aggression, kalte, blinde Wut, chronische Reizbarkeit, die sich in destruktivem Verhalten äussern kann. Depression, sich aufgeben, Missbrauch von Drogen, Alkohol, Tabletten.

Erfahrungen in der Anwendung:

Hilfreich bei chronischer Reizbarkeit, bei unangemessenen, gestauten Wutausbrüchen, heftiger Migräne, Aggressionen gegen sich selber. Autoimmunkrankheiten wie Arthritis, Gicht, Rheuma, Muskelverspannungen.

Regt folgende Meridiane an:
Gallenblase, Milz-Pankreas



GLÜCKSKLEE (ROTKLEE)
Trifolium medium

Mut, Selbstbewusstsein

Freude, Glücksgefühle aus dem Bauch, Entschlossenheit, Entscheidungsfreude, Pioniergeist, Inspiration, Intuition, Eigenmacht, erotische Kraft, Kommunikation, Lachen.

Empfindungen, Gefühle, die blockieren: **Ohne Freude**

Kaltes Herz, Verslossenheit, wenig Freude an der erotischen Kraft, dominierend, wertend.

Erfahrungen in der Anwendung:

Übermässiges Schwitzen, Kreislaufschwäche, kalte Hände und Füsse, Sprechschwierigkeiten, Herzprobleme, Schlafprobleme, Müdigkeit, Schwindel, depressive Gefühle.

Regt folgende Meridiane an:
Kreislauf, Milz-Pankreas, Dickdarm



HORNKLEE
Lotus corniculatus

Ausstrahlung, Esprit

Herzlichkeit, Herzenswärme, Inspiration, Interesse, Kommunikation, Intuition, inneres Gleichgewicht, Grosszügigkeit sich und anderen gegenüber.

Empfindungen, Gefühle, die blockieren: **Nervöse Anspannung**

Aggression, Ausdrucksschwierigkeiten, extremes Lampenfieber, Schreckhaftigkeit, geschwätzig, überaktiv.

Erfahrungen in der Anwendung:

Schmerz und Steifheit in den Armen, Taubheitsgefühle, steifer Hals, Verslossenheit, Sprechschwierigkeiten.

Regt folgende Meridiane an:
Dreifach-Erwärmer, Kreislauf, Niere



LECHUGA DE MAR
Astydamia latifolia

Gelassenheit

Klarheit, Heiterkeit, Verbindung schaffen zwischen verschiedenen Welten. Leichten und festen Tritt auf der Erde bekommen, Zähheit, Robustheit, aber trotzdem weich, offen und empfänglich bleiben.

Empfindungen, Gefühle, die blockieren: **Pessimismus**

Apathie, Energieschwäche, depressive Gefühle, Unruhe, Nervosität, geringe Belastbarkeit, mangelnde Ausdauer, Panik, flache Atmung bei Angst und Traurigkeit.

Erfahrungen in der Anwendung:

Hilfreich bei Rückgratbeschwerden, bei Mangel an emotionaler Widerstandskraft, depressiven Gefühlen, bei Melancholie und Mutlosigkeit. Stärkt die Nerven, hat magenberuhigende Wirkung.

Regt folgende Meridiane an:
Magen, Dickdarm, Niere