

# Gå på djupet med växter

Detta avsnitt handlar om hur du kan lära känna växternas medicinska egenskaper genom att se paralleller med hur de kan stödja dig på ett känslomässigt plan.

Varje växt har en "kod" eller unik vibration. Att förstå denna kod är som att få ett meddelande från växten. Förr i tiden, när vi var mer i harmoni med naturen och öppna för samband, var detta meddelande lättare att nå.

Dessa koder hjälper oss att upptäcka dolda aspekter inom oss själva och ökar vår känsla för behovet av läkeväxter. Växterna stöder oss i att utforska vårt inre och identifiera vad som behöver läkas och förändras i våra liv.

Här är några örter från min växtvisdomskurs som väcker nyfikenhet, främjar läkning och öppnar upp oss för förändring.

## Rölleka *Achillea millefolium*

Rölleka påminner oss om att vara djupt i kroppen. Hon lär oss att komma in i kroppen och känna både glädje och smärta av att vara människa. Dess sammandragande verkan för oss in i kroppen, så att vi kan känna våra gränser. Ju mer vi är i våra kroppar, desto mindre kommer vi att skakas av yttre energier och blir mer kapabla att stå stadigt som en klippa oavsett vad. När vi är urkopplade eller för öppna för yttre krafter, behöver vi röllekans sammandragande effekt för att känna från kroppen.

Rölleka kopplar också samman. Den skapar länkar så att kommunikation kan ske mellan två celler, två nerver eller två personer. Den letar efter den gemensamma grunden mellan två krafter. Rölleka står för polära motsatser och är två sidor av samma mynt. Rölleka är mycket användbar vid fränkoppling eller separation – oavsett om det är från kroppen, känslor eller livsupplevelser.

Rölleka hjälper oss att integrera alla delar av oss själva, även skuggsidor. Hon hjälper oss att integrera alla våra upplevelser och alla känslor, oavsett om vi gillar dem eller inte.

## Ringblomma *Calendula officinalis*

En passande bild för ringblomma är solen. Ringblomma återkopplar oss med det gudomliga maskulina, det helade maskulina inom oss, vår inre sol. Han återkopplar oss med och stärker vår inre sol. Om det finns blockeringar på vägen mot vår inre sol, kommer ringblomma att rensa stigen. Ringblomma, likt solen, hjälper oss att skina ljus oavsett vad som händer runt omkring oss. Den hjälper oss att stråla i ljuset.

Ringblomma hjälper till att lindra brännskador och sår, men på ett djupare plan hjälper den också att lindra de emotionella brännskador och sår. Ringblomma är en antiseptisk ört. Den hjälper till att skapa den nya vävnaden som bildas under sårhelingsprocessen och den förhindrar varbildning och ytterligare infektion. Den har länge använts för hudproblem, sår, brännskador, skrubbsår, sår, bröstvårteskador, fuktiga sår. Huden är mötesplatsen mellan den fysiska kroppen och astralvärlden. Den har länge varit känd som ett medel för att bringa glädje under en lång vinter, och för att ge en liten dos solsken till alla vävnader som saknar ljus och behöver värmas, torkas, lugnas och rengöras.

## Gråbo *Artemisia vulgaris*

Gråbo är en ört för vision, resor, skydd, djup, nätverk och integritet. Gråbo bjuder in oss att resa bortom de personliga nät vi väver och överlämna oss till hela livets oändliga väv. Hon kan hjälpa oss att läka blockeringar och sår som förhindrar oss från att se klart. Ju mer vi rensar, desto djupare

vecklar vår inre syn ut sig. Hon arbetar på en otroligt djup nivå och det som dyker upp kan vara konfronterande.

Som beskyddare kommer Gråbo att hjälpa dig att stadigt hålla din grund och bibehålla integritet när gränser utmanas. Gråbo påminner oss om att varje varelse inom livets väv är lika viktig som varje annan varelse. Att de små osynliga trådarna är lika viktiga för det stora nätet som de högljudda, stora och dramatiska. Att kunna se fler av skapelsens trådar är en av Gråbos gåvor. Att arbeta med Gråbo hjälper oss att resa längre och se trådarna i vår väv; den stödjer läkningen av blockeringar till djupare vision och drömmande, att se bortom illusionerna i vår föreställningsvärld.

Gråbo är en mycket stödjande ört för att ändra vår verklighet. Som en ört för livmodern har den ett djupt inflytande på hur vi skapar världen vi lever i. Det är en kraftfull drömmande växt i alla bemärkelser.

## Kamomill *Matricaria chamomilla*

Kamomill är en läkeört som är bra för att återfå och upprätthålla en djupt inre balans. Den stödjer ett lugnt och avslappnat nervsystem. Kamomill hjälper oss att smidigt hantera yttre händelser och bibehålla en barnslig oskuldskraft och ljus. Kamomill hjälper oss att bearbeta och "smälta" känslor för att kunna varva ner, slappna av och sova. När vi är centrerade kan vi lugnt och enkelt hantera yttre stimuli. Om vi däremot är fast i periferin, är många fysiska symptom vanliga.

Kamomill aktiverar vårt inre ljus på samma sätt som solen aktiverar fotosyntesen i växter. Genom att lugna nervsystemet och bromsa oss, kan kamomill hjälpa oss att hitta vår inre källa till kraft och ljus. Det hjälper oss att komma ihåg att allt vi behöver för att lysa finns inom oss. Kamomill kan lära oss att nå en plats av lugn oavsett situation.

Kamomill kan hitta ljus även i de svåraste tiderna. Kamomill är relaterad till sommarsolståndet, cykelns fullhet när det händer så mycket och när det finns mycket ljus.

## Maskros *Taraxacum*

Maskrosen får oss stadigt rotade i jorden. Den har en tyngdpunkt som befinner sig under jordytan, men som kan ändras efter behov. Genom denna rotning sker en öppning. Maskrosen är både renande och näringsgivande samtidigt. Den renar överskott och stödjer borttagningen av toxiner av levern och njurarna.

Den har en benägenhet för rörelse, den hjälper till att förflytta det som är fast, den vill att vi ska röra oss med en tyngdpunkt som är väl förankrad i jorden, stadigt rotad i jorden. Rörelse är ett annat sätt att rena och rensa så att vårt centrum blir klart. När vi rensar från centrum och är djupt förankrade i jorden kan vi öppna oss mot stjärnorna och minnas vårt ursprung, likt maskrosens frön.

Maskrosen har funnits under mycket lång tid, den har behärskat konsten att överleva, stått emot tidens prövningar trots att den har trampats på, misshandlats och upprepat ignorerats. Ändå behåller den denna behärskning och kan hjälpa oss också att komma dit. Maskrosen kan och bör användas regelbundet och fungerar bäst när den används över tid. Ät bladen i sallad, gör maskrospesto, drick maskrosrots te eller drick maskrosblomvin.

## Rosmarin *Salvia rosmarinus*

Rosmarin symboliserar moderskärlek. Den förknippas med den Gudomliga Modern och för oss närmare det gudomligt feminina. Medan ringblomma associeras med den Gudomliga Fadern, har

rosmarin en koppling till den Gudomliga Modern. Rosmarinus betyder 'havsdagg' eller 'havets ros.' 'Ros – marinus' kommer från 'la mer' (havet) och även 'la mere' (modern). I gamla berättelser förknippades rosmarin med Jungfru Maria, som sades ha vilat under en rosmarinbuske under flykten till Egypten. En annan historia berättar att hon hängde Jesu svepkläder på en rosmarinbuske, vilket fick blommorna att bli himmelsblå.

Energien från den Gudomliga Modern liknar ett hav av ovillkorlig kärlek, mjukt, flödande och närande. Det gudomligt feminina vet hur man känner djupet av känslor och tillåter dem att flöda genom oss som vågorna i havet.

Rosmarin står för djup sorg, särskilt en moders. Den hjälper oss att övervinna vår sorg, att slappna av och låta känslornas vågor kännas och passera genom oss. Den hjälper oss att överlämna oss till känslan när den uppstår så att vi kan gå vidare igen. När vi har känt känslorna, leder den oss varsamt tillbaka till våra sinnen igen. Rosmarin hjälper oss att fullt ut gå in i dessa känslor med stöd så att vi kan komma ut igen på andra sidan.

Den Gudomliga Modern har ovillkorlig kärlek till alla varelser, inte bara till sina egna avkommor. Den Gudomliga Modern har en sund dos av det maskulina integrerat så att hon kan hålla saker i rörelse, rensa ut vid behov, släppa taget vid rätt tidpunkt, uppfylla sin roll som närande på alla nivåer men också veta att det bara är en del av hennes roll och inte hennes identitet.

## Salvia Salvia

Salvia är den visdom som kommer från kunskap och erfarenhet. Med denna erfarenhet, frigörs energi, allt som inte längre är relevant faller bort med den nya förståelsen, likt röken som släpps från rökelsen. Salvia står för skratt, som är en form av frigörelse. Salvia, den vise, vet men förblir tyst, men hon skrattar inombords. Faktum är att hon är full av öppen hjärtat tyst skratt, men hon vet att det är viktigt för alla att uppleva varje fas av processen, för att mogna i sin visdom, så hon förblir tyst och skrattar inte åt någon. Men inuti är hon en djuplila pärla av visdom full av djupt skratt, hon skrattar åt det löjliga i våra små bekymmer, hon har vuxit till att se allt i större sammanhang.

Salvia har en samlings- och utdragande energi. Den samlar ihop oss, drar ut visdomen och släpper det som inte längre är användbart. När vi samlar ihop våra energier för att dra ut visdomens juveler och släppa allt annat, är vi i en Salvia-fas. Salvia-rökelsepinnar speglar denna handling – vi samlar det i en bunt för att bränna, omvandlar det till en rök som renar och rengör. Det finns en stor känsla av frigörelse i detta.

Salvia relaterar särskilt till höstdagjämning eller Salvia-fasen i livet – när en person kommer in i sin visdom. Höstdagjämningen är en tid att fira skörden och släppa det som inte längre behövs, innan nedstigningen in i vinterns mörkare dagar. Detta liknar menopausen när en kvinna kliver in i en period av inre visdom. Som blomman när den överlämnar sina kronblad och låter dem falla bort, hon kan vara förbi sin fruktsamma bästa tid, men i övergången till nästa fas blir hon medveten om sig själv på en mycket djupare nivå, om ett väsen som inte baseras på yttre bekräftelse, utan på sann mening och visdom. Salvia stödjer oss i denna övergång genom att hjälpa oss att erkänna och omfamna vår inre visdom och autenticitet.

## Referens:

Heidi Wedd - Wild Flower Walker: A Pilgrimage to Nature on the Bibbulmun Track

Heide Wedd – Kurs; The plant wisdom package