

Schon zurück vom Urlaub oder hast du ihn sogar noch vor dir?

Ich gebe dir diesmal einen Tipp einer meiner geschätzten Lehrerinnen weiter.

Urlaubs - Jetlag - Homöopathie



Ich sitze so leicht dümpelnd an meinem Schreibtisch und muss grinsen....

Klienten behandeln, geht super, aber die anderen Arbeiten am Schreibtisch sind so wie in Watte gepackt...

Ich schaue hier, schaue da, dann fällt mir ein ich könnte ja mal bisschen Obst essen, etwas quatschen, an meine Mutter eine Handy Nachricht schicken...

Jetlag... hier mit homöopathischen Tipps:

Oft wenn wir am Anfang im Urlaub sind, ist es schwer abzuschalten. Kreislaufprobleme, Wattegefühle, Gefühlsschwankungen, Schlafstörungen, Verstopfung, Kopfschmerzen etc tauchen auf. Ein Thema durch die Veränderung des Ortes, der Nahrung, des Klimas, der Druckverhältnisse.

Wenn wir dann wieder zu Hause sind, kommt manchmal noch Lustlosigkeit, Sinnlosigkeit, Schwächegefühle hinzu.

Wer öfter mal in Urlaub geht, weiß welche Aspekte er so hat. Nicht jeder hat etwas, nicht jeder hat alles, in den Alltag zurück zu kommen ist für die Meisten etwas kantig.

Diese homöopathischen Mittel können Gefühl und Körper deutlich unterstützen:

Opium - bei Verstopfung, wenn Wattegefühle einen so ausbremsen, keine Glücksgefühle mehr da zu sein scheinen, wenn alles unveränderbar scheint

Heilung: konkreteres Handeln, klarer Kopf, normale Verdauung, man kann wieder normal auf die Toilette gehen

Natrium chloratum - wenn früher alles schöner war, man so in einer Gefühlsstagnation hängt, entweder im Heimweh oder im Abschiedsschmerz, wenn man einer Idee nachhängt, nicht so recht ins Hier und Jetzt kommt

Heilung: Man versteht und akzeptiert den Wandel der Zeit, nimmt an was jetzt möglich ist, freut sich über die vorhandenen Möglichkeiten

Nux vomica - gerne nenne ich da den Namen des Mittels - Brechnuss - im Sinnbild - man findet alles zum kotzen. Gereizt, übel, versucht abends abzuschalten mit Alkohol, morgens mit Kaffee endlich wach zu werden, man verträgt keinen Lärm, kein Licht (die Sonne im

Urlaub ist dann immer zu grell!!, obwohl man solange drauf wartete) Familien die sich ankeifen. Im Urlaub immer wieder zu sehen, die Frau schnaubt genervt, jetzt soll ENDLICH mal der Mann die Kinder nehmen, der Mann ist genervt, er hat so einen HARTEN Job, darf er jetzt endlich mal Pause machen!!!!!! Die Kinder finden den Urlaub fad, den Kindclub blöd, das Fernsehprogramm langweilig... Wer wollte überhaupt Urlaub???

Heilung: Man findet einen passenden Rhythmus, dass alle Pause machen können und in Herzensfreude den Urlaub erleben können.

Ebenso zu Hause, jeder findet wieder seinen Platz und erfreut sich am Leben..

Lycopodium - wenn man nach dem Urlaub einfach keinen Bock hat Verantwortung für den Alltag zu übernehmen (in meinem Fall: Buchhaltung ;-)) und ich musste total anfangen zu lachen, ein typisches Phänomen ist, wenn man anfängt zu Pfeifen, eigentlich ist das Ausdruck von Unsicherheit (Ich weiß nicht wo ich anfangen soll, ich saß wirklich hier und piff so vor mich hin, schaute rechts und links....)

Nachdem ich jetzt ein Gabe Lyc genommen hatte, kam mir die Lust mal einen Newsletter zu schreiben.. wenn Buchhaltung grad noch nicht geht, dann tue ich mal etwas was ich gerne mache, dann wird der nächste Schritt sicher leichter!

Heilung: Man kommt ins Tun, findet die passenden Schritte

Mercurius solubilis - wenn alles schief läuft, wenn man das Gefühl hat, alles geht kaputt, wird zerstört, Reibung, Nein, Nerv, Chaos, überall Berge, Schmerzen, nächtliche Verschlechterung, Wut und Weinen im Wechsel

Heilung: Ordnung ins Chaos bringen, erst im Kopf und Herz, die Gefühle sortieren, dann wird es auch im Außen Ordnung geben, die Bügelwäsche, Schreibtisch findet Schritt für Schritt seinen Weg, es gibt eher konstruktive Dynamik



Dosierung:

meist 2-3 Gaben in einem Abstand von 15 min (3-5 Globuli) dann alle 2 Stunden. Solange bis man deutliche Erleichterung/Veränderung spürt.

Mittelwahl: Fühle in dich hinein. Was spricht dich an?

Potenz: Die Potenz, die du zu Hause hast oder kennst, ich denke C 30 oder höher bevorzugen

**Herzlichst alles Liebe
Alexandra**