

Jana Haas

Das Mysterium der  
*Bäume*

Selbsterkenntnis, Liebe, Heilung

TRINITY

# Inhalt

Einleitung 8

*Die Natur*: unser liebevoller Lehrmeister 15

Meine persönliche Erfahrung mit der Natur 16

Der Mensch und die Natur 30

*Die Natur ist unser Vorbild* 30

Der Mensch als Spiegelbild des Baumes 35

*In der Natur zur Selbsterkenntnis finden* 38

*Die Natur als Therapeut: Waldbaden* 40

Kommunikation der Pflanzen 53

*Über Sinneserfahrungen der Natur näherkommen* 56

Naturwesen 60

*Meditation* mit den Bäumen 65

Liebevolle Verbindung in der Praxis 66

*Allgemeines* 66

*Auswahl des Baumes* 68

*Kontaktaufnahme mit den Baumgeistern* 70

Kraftvolle Bäume von A bis Z 73

*Ahorn: der Baum der Ruhe und Harmonie* 73

*Apfelbaum: der Baum der Selbstakzeptanz und der Selbstannahme* 78

- Birnbaum: der Baum des Gleichgewichts* 84
- Birke: der Baum der himmlischen Anbindung und inneren Leichtigkeit* 89
- Buche: der Baum der Selbstliebe und Vergebung* 95
- Eberesche: der Baum der Lebenskraft* 101
- Eibe: der Baum des Schutzes und der Transformation* 106
- Eiche: der Baum der Kraft und der Beständigkeit* 111
- Esche: der Baum des Lichtes* 116
- Feigenbaum: der Baum der Freude* 120
- Fichte und Tanne: Bäume der Ausgeglichenheit und des Lebenssinns* 125
- Ginkgo: der Baum des inneren Ausdrucks und der Erfüllung von Träumen* 130
- Hainbuche: der Baum der Güte* 136
- Haselnussbaum: der Baum des höheren Bewusstseins* 140
- Holunder: der Baum der gesunden Abgrenzung und der Quelle der Jugend* 145
- Kastanie: der Baum der Fürsorge und der Neuorientierung* 149
- Kiefer: der Baum der Lebenskraft und des Seelenplans* 155
- Kirschbaum: der Baum der Kraft und Zuversicht* 160
- Lärche: der Baum des Selbstbewusstseins* 165
- Linde: der Baum der Liebe und der Vollkommenheit* 170
- Mammutbaum: der Baum der Heilung* 174
- Olivenbaum: der Baum der Selbstheilungskräfte* 179
- Pappel: der Baum des Visionären* 184
- Platane: der Baum des Gleichgewichts* 188
- Thuja: der Baum des Loslassens* 193
- Ulme: der Baum der inneren Sicherheit und des Rückgrats* 198
- Walnussbaum: der Baum der Erholung und der Gelassenheit* 203

<i>Weide: der Baum der Inspiration</i>	207
<i>Weißdorn: der Baum des Herzens</i>	212
<i>Zeder: der Baum der Befreiung</i>	217
<i>Zypresse: der Baum des Segnens und inneren Halts</i>	221

*Der Stimme* des eigenen Herzens folgen 229

Keltischer Baumkreis 230

Natur in Frage und Antwort 241

Schlussgedanken 273

Anhangs 277