



# 15 Holly

## Botanik

*Ilex aquifolium* L., Stechpalme,  
Familie: Aquifoliaceae

Merkmale: Immergrüner, bis zu 15 m hoher Baum oder wesentlich kleiner, als ca. 1 m hoher Strauch in schattigen Wäldern. Blätter dick und ledrig, auf der Oberseite glänzend dunkelgrün. Der gezackte Blattrand ist auf beiden Seiten mit bis zu sieben Stachelzähnen besetzt. Unscheinbare, weiße, manchmal auch rötliche und etwa 8 mm große Blüten. Sie stehen in Dolden in den Achseln vorjähriger Blätter

Blütezeit: Mai bis Juni

Standort: Nährstoffreiche, kalkarme, lockere oder auch steinige Lehmböden. Bevorzugt mildes Klima

*Wird von negativen  
Emotionen beherrscht*

## Herstellungsmethode

Holly wird nach der Kochmethode hergestellt (siehe Kapitel 5)

## Kurzcharakteristik des Holly-Seelenzustandes

### Typische Verhaltensweisen im disharmonischen Zustand:

- Rasch verärgert, reagiert unfreundlich und aggressiv
- Sehr schnell kommen Neidgefühle auf
- Schadenfroh, sinnt auf Rache
- Ist eifersüchtig, missgünstig
- Hinter vielen Äußerungen wittert man etwas Negatives
- Misstrauisch, alle sind verdächtig
- Fühlt sich von anderen hintergangen oder angegriffen

- Andere werden innerlich herabgesetzt, Feindbilder aufgebaut
- Fürchtet das Glück und den Erfolg anderer
- Cholerisch, jähzornig, bekommt leicht Hassgefühle
- Ist schnell beleidigt
- Lieblosigkeit, Verbitterung und hohe Reizbarkeit
- Kinder sind in einer akuten Trotzphase, haben ohne erkennbaren Grund öfters schlechte Laune

### Persönlichkeitspotenzial bei harmonischer Entwicklung:

- Man entwickelt ein weites Herz, denkt und fühlt liebevoller
- Großes Verständnis für das Verhalten der Mitmenschen
- Positives Gemeinschaftsgefühl
- Geht auf andere mit gutem Willen zu
- Wachsende innere Harmonie strahlt Herzlichkeit und Freude aus
- Das Verhalten von anderen Menschen wird wohlwollend interpretiert
- Sanftmütig und mitfühlend

## Beschreibung

Menschen, die laut Dr. Bach Holly benötigen, haben ihr Herz für andere und sich ziemlich verschlossen. Sie werden von Eifersucht, Misstrauen, Hass- und Neidgefühlen geplagt und fühlen sich oft grundlos gekränkt, verletzt oder beleidigt.

Hinter dem Verhalten der Mitmenschen vermutet die Holly-Persönlichkeit oft etwas Negatives und lebt ständig in der Furcht, hintergangen zu werden. Anderen wird das Glück nicht gegönnt. Haben Arbeitskollegen oder Freunde und Bekannte dagegen Pech, kommt sehr schnell offene oder klammheimliche Schadenfreude auf. Wurde ihnen tatsächlich oder vermeintlich durch andere Schaden zugefügt, sind rasch Rachege Gedanken da.

Durch ihre negativen Gefühle isolieren sie sich immer stärker von ihrer Umwelt und entwickeln in ihrer inneren Einsamkeit zunehmend ein Grundgefühl von Verbitterung. Häufig werden andere innerlich herabgesetzt und Feindbilder aufgebaut, um das schwache eigene Selbstwertgefühl wenigstens etwas aufzupolieren. Der Mensch im Holly-Zustand erkennt nicht, dass er mit seinen nachtragenden, hassenden Gedanken vor allem seiner eigenen Lebensfreude und der eigenen Gesundheit schadet.

## Wirkungsrichtung der Holly-Essenz

Holly wird von Bach-Blüten-Therapeuten eingesetzt, um das Herz zu öffnen und wieder einen Zugang zur alles verbindenden Liebe zu schaffen. Dadurch soll das Gefühl, dass man Teil einer großen Gemeinschaft ist, wieder gestärkt werden. Innerer Friede und Harmonie fördert die Liebe und Akzeptanz sich und anderen gegenüber.

Anderer Menschen kann man so besser in ihrem Handeln verstehen. Man selbst ist ihnen gegenüber wieder guten Willens und kann dadurch auch das Verhalten der anderen positiver einschätzen.

Die bewusste Aggressionskontrolle kann sich erhöhen und Eigenschaften wie Freundlichkeit, Kompromissbereitschaft und Sanftheit gestärkt werden. Man ist wieder bereit, sich und anderen die Schwächen zu vergeben und entwickelt dadurch ein ganz neues Lebensgefühl.