

Ich liebe Bäume

Seit Jahren male ich nur Bäume! Der bekannte Philosoph und Dichter Khalil Gibran beschreibt es so schön: „Die Bäume sind Gedichte, die die Erde in den Himmel schreibt.“

Die Wissenschaft weiß heute, dass Bäume miteinander kommunizieren, und zwar durch Duftbot-schaften, elektrische und chemische Vernetzungen im Boden, ähnlich wie Nervenbahnen bei uns Menschen. Bäume sind soziale Wesen. Sie haben ein kollektives Gedächtnis, wie das so schön im Film „Avatar“ gezeigt wird. Sie unterstützen schwächere (alte/junge/kranke) Bäume, indem sie diese mit Zuckerlösungen über die Wurzeln versorgen.

Und was machen die Bäume im Winter? Sie geben ihre Blätter, die mit Hilfe von Sonnenlicht Nährstoffe aufnehmen und Wasser verdunsten, ab. Im Winter gibt es wenig Sonnenlicht und die Abgabe von Feuchtigkeit kann we-

gen der Kälte sogar lebensgefährlich werden.

Gesundheitspsychologisch gesehen sind unsere menschlichen Verhaltensweisen Strategien, die wir uns im Laufe der Jahre angeeignet haben. Sie haben ihren Nutzen und positive Wirkungen schon gehabt. Viele davon brauchen wir jedoch nicht mehr! So sind Ängste ursprünglich entstanden, um uns vor „Gefahr“ zu schützen. Nun geraten sie oft außer Kontrolle und treten in unangemessenen Situationen auf. In einer liebevoll begleitenden Therapie unterstützen wir Menschen dabei, sich von ihren „alten Blättern“ zu befreien.

Viel Spaß bei erlebnisvollen Aktivitäten wünscht Ihre Dr. Simin Bahramiyan-Platz



KONTAKT

DR. SIMIN BAHRAHMIYAN-PLATZ
Klinische, Gesundheits- & Arbeitspsychologin
 Mit Praxis in Klagenfurt (Sterneckstraße 48) und Wien (Münchenstraße 22)
 T: +43 (0)664 12 18 171
 E: info@mental-chance.at