



SET 9 – SCHLAFSCHWIERIGKEITEN



Aurora Valeriana comp. (10 ml)

Aurora Brechnuss (10 ml)

Aurora Silber (10 ml)

Die Ruhe nicht finden, nicht ein- oder durchschlafen, frühmorgens wieder aufwachen: Dies alles sind Zeichen des Organismus von Überreizung und ständiger Aktivität, die ein Gefühl der Ohnmacht hinterlassen.

Denn möchte man mit dem Willen den Schlaf herbeiführen, geht es umso weniger. Im Gegenteil: Der Druck verstärkt sich dadurch.

Schlafstörungen wurzeln häufig in psychischen Blockaden. Betroffene fühlen sich gereizt, nervös und unausgeglichen, was sie keine Ruhe finden lässt.

Die Pflanzen im Set Nr. 9 sollen helfen, diesen Zustand zu durchbrechen und wieder zur inneren Ruhe zu finden. Ergänzend können Set Nr. 1 (Rhythmisierung) sowie das Set Nr. 11 (Entgiftung) in Betracht gezogen werden.

Aurora Valeriana comp. – morgens 7-10 Tropfen

Stabilisiert das vegetative Nervensystem bei Überbelastung und Erschöpfung, ohne müde zu machen.

Aurora Brechnuss – mittags 7-10 Tropfen

Nervöse Erschöpfung mit Einschlafschwierigkeiten. Entgiftend nach zu viel Genussgiften, bei dyspeptischen Beschwerden wie Übelkeit, Erbrechen oder Völlegefühl.

Aurora Silber – abends 5-7 Tropfen

Silber wirkt auf die aufbauenden Prozesse und ist für die Nacht geeignet. Die Träume werden intensiver, der Schlaf ruhiger.