

BACHBLÜTENLADEN

# BACHBLÜTEN KURS

# Kursinhalte

## Wichtige Themen

Das Leben und Werk von Doktor Bach
Beschreibung der Bachblütenessenzen und ihrer Gruppierung
Wie wirken Essenzen?
Mischen, Dosieren, Zubereiten von Blütenessenzen
Organisation, Gesprächsstruktur

# Das Leben und Werk von Doktor Bach

Die wichtigsten Ereignisse im Leben von Dr. Edward Bach wurden von seiner Assistentin Nora Weeks festgehalten. Um die 38 Blütenessenzen zu verstehen, ist es jedoch notwendig, zumindest teilweise die Lebensgeschichte ihres Schöpfers zu kennen.

Dr. Bach wurde 1886 in Moseley geboren und aus den Notizen seiner Assistentin Nora Weeks erfahren wir, dass er als Kind Arzt werden wollte. Später zögerte er jedoch, ob er Priester oder Arzt studieren sollte, entschied sich aber für die medizinische Laufbahn. Mit 16 Jahren verließ er die Schule, arbeitete zunächst in der Kupfergießerei seines Vaters und studierte später Medizin in Birmingham und London. Er promovierte 1912 und heiratete im folgenden Jahr. Er wurde Unfallarzt und ein Jahr später Unfallchirurg am National Temperance Hospital. Von 1915 bis 1919 betrieb er bakteriologische Forschungen, bei denen seine erste Tochter geboren wurde und seine erste Frau bald darauf starb. Später heiratete er erneut, obwohl nur wenige Aufzeichnungen über sein Familienleben erhalten sind.

Im Jahr 1919 wurde er zum Arzt am Homöopathischen Krankenhaus in London ernannt und setzte seine Laborforschung fort, wobei er die „Sieben Därme“ erschuf.
Der Arzt war bei der Entwicklung dieser Impfstoffe sehr erfolgreich, sein Ziel war es jedoch, ein Heilmittel zu entwickeln, das keine Schmerzen verursacht.
1922 eröffnete er eine Privatpraxis, um sich ausschließlich auf seine Patienten konzentrieren zu können. Ungefähr zu dieser Zeit lernte er seine zukünftige Assistentin Nora Weeks kennen.

Er praktizierte homöopathische Medizin und verwendete zunächst Blütenessenzen in homöopathischer Verdünnung, gab dies jedoch später auf. Seine ersten Essenzen stellte er durch Sonnenbaden her, erst später entdeckte er die Kochmethode. Ab 1928 begann er mit der Suche nach der ersten Hälfte der Essenzen, als er auf die ersten drei Blumen stieß: die Drüsentragendes Springkraut, die Clownslilie und die Islağl. 1929 gab er die Heilung mit Nosoden auf und kehrte der traditionellen Medizin den Rücken. 1931 schrieb er das Buch „Heal Yourself“, das er später veröffentlichte. 1933 fand er weitere Blumen und kontaktierte Apotheken, von denen sich das Pharmaunternehmen Nelsons verpflichtete, die Vorratsflaschen vorzubereiten. Später in diesem Jahr stellt er die äußerst erfolgreiche Rescue Remedy-Mischung zusammen. Er entdeckte die Kochmethode im Jahr 1935, als er mit Hilfe seines Assistenten die zweite Hälfte der Essenzen fand. Fast alle davon bereitete er nach der neuen Methode, der Kochmethode, zu. Später kam es zu einem Konflikt mit dem General Medical Council wegen Essenzen. Er zieht nach Mount Vernon, einem Haus in Oxfordshire, in dem sich noch immer das Bach Centre befindet. 1936 erschien sein Artikel „Die 12 Heilmittel und andere Arzneimittel“. Zu diesem Zeitpunkt betrachtete er seine Arbeit als beendet und organisierte Vorträge, um möglichst vielen Menschen seine therapeutische Methode vorzustellen. Kurz darauf, am 27. November 1936, verstarb er im Altersheim Ladygrove.

In seinem Testament hinterließ er alles seiner Assistentin Nora Weeks.

Nora setzte ihre Arbeit bis zu ihrem Tod im Jahr 1978 mit Victor Bullen fort, der sich ihnen inzwischen angeschlossen hatte. 1971 kam John Ramsell dazu, später übernahm er die Leitung des Zentrums und heute ist seine Tochter Judy Howard für den Betrieb verantwortlich.

Auf seinem Grab steht geschrieben:

Hier lebe ich für immer
und ewig

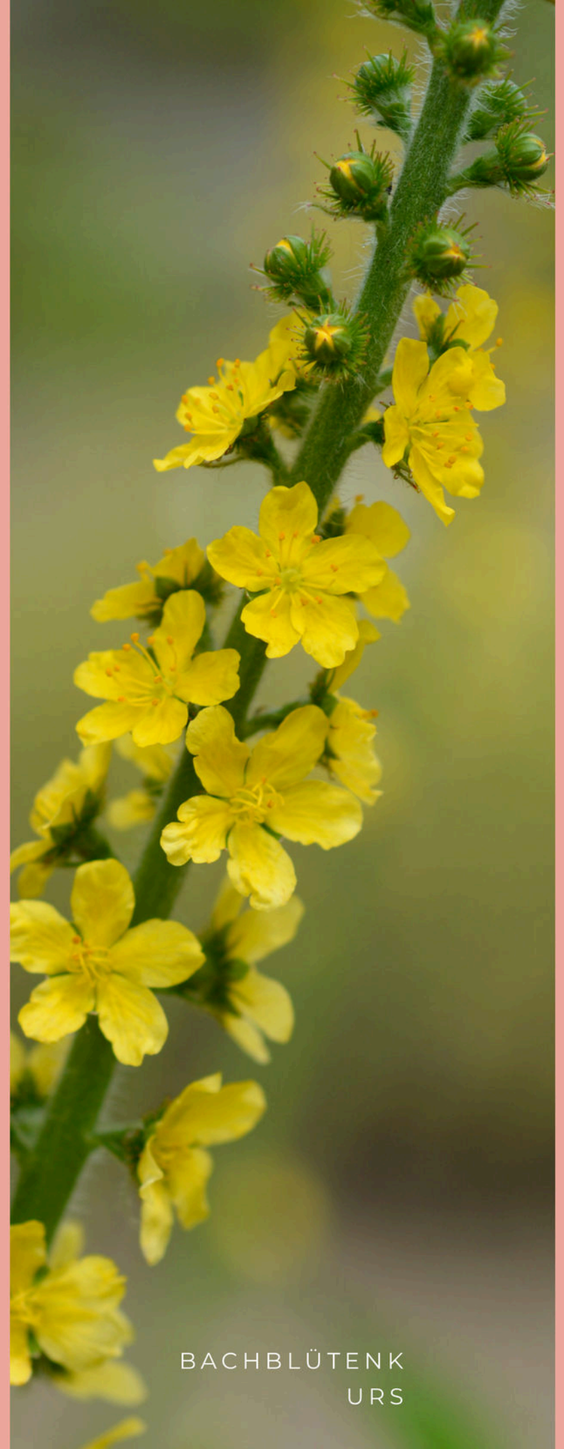
# 1. Odermennig - Agrimony

## Die Bachblume der Ehrlichkeit

### Von scheinbarer Harmonie ..... zum inneren Frieden. Wenn Sie Ihre Probleme hinter dem Anschein von Fröhlichkeit verbergen

Leitsymptom:

„Fröhliche, fröhliche, humorvolle Menschen, die den Frieden lieben, werden über Streit und Streit traurig sein, sie meiden ihn, was oft gleichbedeutend ist mit Aufgeben.“ Obwohl sie normalerweise Probleme haben, beunruhigt, ruhelos und geistig oder körperlich beunruhigt sind, verbergen sie ihre Probleme hinter ihrem Humor und ihren Scherzen und gelten als sehr gute Freunde. Sie konsumieren oft übermäßig viel Alkohol und Drogen, um high zu werden und sich selbst dabei zu helfen, ihre Probleme fröhlich zu bewältigen.“ — Dr. Edward Bach






Agrimony wird mit dem spirituellen Potenzial der Ehrlichkeit und Konfliktlösung in Verbindung gebracht. In diesem Zustand versucht ein Mensch, die schlechten Seiten des Lebens auszuschließen. Nach außen zeigen sie immer ein fröhliches Gesicht, obwohl das bei weitem nicht der Fall ist. Dieser Typ wird oft von verschiedenen Süchten abhängig, sei es Drogen oder Alkohol usw. Er läuft fast vor Problemen davon, er sucht Gesellschaft, er ist nicht gern allein. Nach außen wirkt er fröhlich, doch innerlich ist er angespannt. Er geht Konfrontationen aus dem Weg, sein Wunsch nach Harmonie ist so stark, dass er seine eigenen Bedürfnisse unterdrückt. Um des Friedens willen duldet er Dinge, die ihn beleidigen. Agrimony-Essenz hilft auch Heranwachsenden, wenn sie mit widersprüchlichen Gefühlen und Gedanken umgehen müssen. Es funktionierte auch während des Entzugs. Scleranthus in Kombination wird für Menschen empfohlen, die in mehreren Schichten arbeiten und deren Schlafzyklus sich häufig ändert.

Laut dem Arzt ermöglicht die Kraft der Blume einem Menschen, trotz aller Prüfungen und Schwierigkeiten seinen Seelenfrieden zu bewahren, bis ihn niemand und nichts mehr stören kann.
Die Lehre des Agrimony-Typs besteht darin, dass nur durch spirituelle Einsicht der in der Welt vorhandene physische Schmerz überwunden werden kann.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Nicht ehrlich
- Nach außen hin ist er ein fröhlicher Mensch, aber innerlich ist er angespannt
- Gesellig, vermeidet das Alleinsein
- Vermeidet Konflikte, wird durch Streit deprimiert
- Um seine inneren Probleme und Spannungen zu lindern, greift er oft zu Alkohol oder Drogen oder nutzt andere Quellen des Vergnügens

<u>Bestätigungen:</u>

*„ICH FÜHLE FRIEDEN“*

*"ICH BIN EHRLICH"*

*„ICH WERDE MICH ZEIGEN“*

# 2.Zitterpappel - Aspen

## Die Bachblume der Intuition

## Von der dunklen Vorahnung ..... zur bewussten Sensibilität.

## Wenn Sie unerklärliche Ängste und Sorgen verspüren, sind Sie nervös und unruhig

Leitsymptom:

„Undefinierbare, unbekannte Angst, für die es keine Erklärung oder Begründung gibt. Angst, dass etwas Schreckliches passieren könnte, aber Sie wissen nicht genau, was es ist. Diese vagen, unerklärlichen Ängste können mich Tag und Nacht verfolgen. Menschen, die darunter leiden, haben oft Angst, anderen von ihrem Problem zu erzählen.“ — Dr. Edward Bach






Aspen wird mit dem spirituellen Potenzial der Sensibilität in Verbindung gebracht. Dieser Typ ist überempfindlich und süchtig nach unbewussten Ängsten. In einem negativen Zustand haben Menschen Angst, wissen aber oft nicht einmal warum. Er redet nicht gern über seine Gefühle. Sie reagieren mit unglaublicher Sensibilität auf die Atmosphäre ihrer Umgebung. Sie spüren instinktiv die Konflikte und psychischen Probleme anderer Menschen. Von einem Moment auf den anderen können sie sich schlecht fühlen und sich zurückziehen. Diese Struktur absorbiert alle Reize und verbraucht viel Energie. Das Medikament hat sich als Zusatzbehandlung für Alkoholiker bei Zwangsgedanken bewährt. Es hilft auch misshandelten Frauen und Kindern, weil sie ein allgemeines Angstgefühl entwickelt haben. Es dämpft auch die Fahrten von Drogenabhängigen. Hilfe für diejenigen, die ihr Bewusstsein mit verschiedenen Techniken geöffnet haben.

Die Essenz strahlt Kraft und Mut aus.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Unerklärliche, unheilvolle Angst
- Vorahnungen, schlechte Vorahnungen
- Er leidet unter Albträumen, wacht nachts auf und kann nicht wieder einschlafen
- Paranoia
- Das Kind möchte nicht allein sein, im Dunkeln schlafen, weil es Angst hat, aber es kann nicht sagen, warum

<u>Bestätigungen:</u>

*„Sie kümmern sich um mich“*

*"ICH BIN OFFEN"*

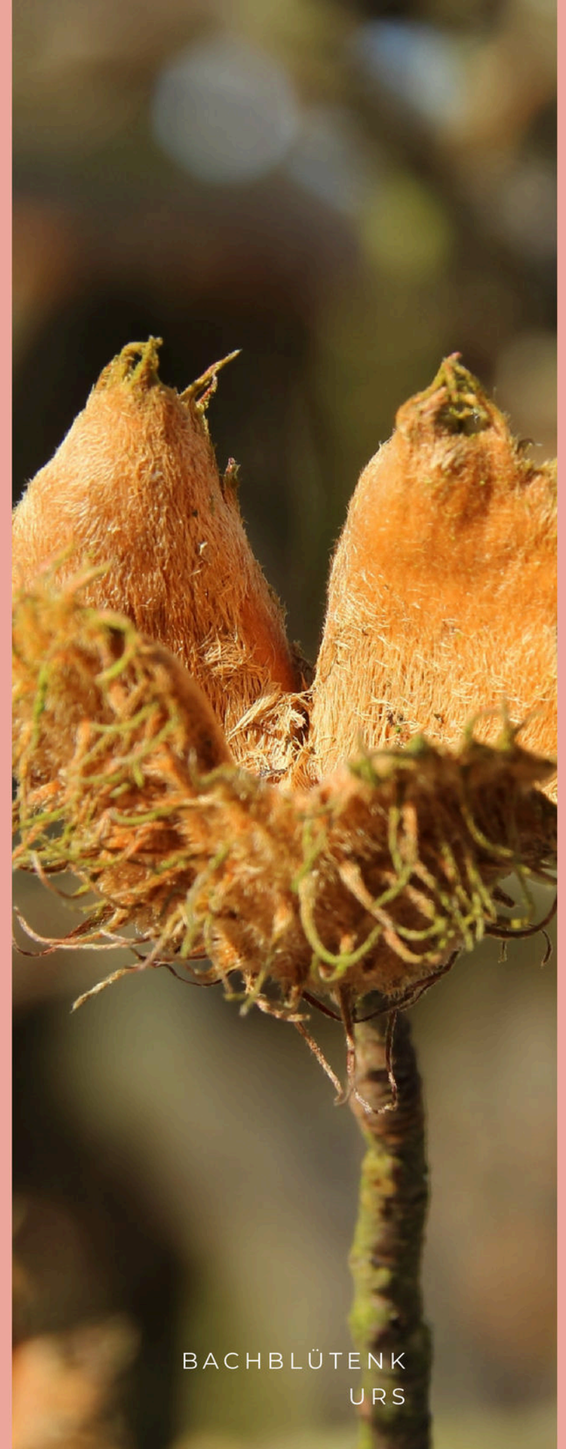
*"ICH BIN STARK"*

# 3.Rotbuche - Beech

## Von Kritik ohne Toleranz ..... zum Verständnis.

## Wenn Sie anderen gegenüber kritisch und intolerant sind, verurteilen Sie sie leicht.

Leitsymptom:
„Für diejenigen, die das Gefühl haben, dass sie in allem um sie herum mehr Gutes und Schönes sehen wollen. Obwohl viele Dinge schlecht zu sein scheinen, besitzen sie die Fähigkeit, die Entwicklung des Guten in ihrem Inneren zu erkennen. Lassen Sie sie noch toleranter, nachsichtiger und verständnisvoller für die unterschiedlichen Wege sein, die Individuen und Dinge zu ihrer eigenen Perfektion einschlagen.“ — Dr. Edward Bach






Beech wird mit der spirituellen Fähigkeit zu Toleranz und Unterscheidungsvermögen in Verbindung gebracht. In einem negativen Zustand ist eine Person übermäßig kritisch und reagiert verständnislos. Er prüft andere streng und verurteilt sie, anstatt zu versuchen, sich in ihre Situation hineinzuversetzen. „Du siehst den Splitter im Auge eines anderen, aber nicht den Balken in deinem eigenen …“ – dieses Sprichwort bringt die Beech-Situation perfekt auf den Punkt. Die Essenz hilft, die Verbindung mit sich selbst und der Einheit wiederherzustellen. Sie kämpfen mit Selbsteinschätzungsproblemen, sind sich ihrer eigenen Werte nicht bewusst und können daher die positiven Eigenschaften anderer nicht wertschätzen. Er leidet unter Minderwertigkeit und übermäßiger Sensibilität, die er auf andere projiziert. Die Essenz lockert die Strenge des Denkens und bringt Humor und Menschlichkeit zurück.

Beech-Typen wachsen in der Regel in einer kritischen Familie auf, in der strenge Erwartungen erfüllt werden müssen, sodass sie sich innerlich sehr verletzlich und verletzlich fühlen. Er überwindet seine Unsicherheiten, indem er anderen die Schuld gibt, anstatt sich selbst zu heilen.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Fühle mich übermäßig kritisch
- Übermäßige Akzeptanz
- Vorurteile
- Intoleranz
- Reizbarkeit

<u>Bestätigungen:</u>

*"ICH AKZEPTIERE"*

*"ICH ERLAUBE"*

*„Ich sehe meine Chance, mich weiterzuentwickeln“*

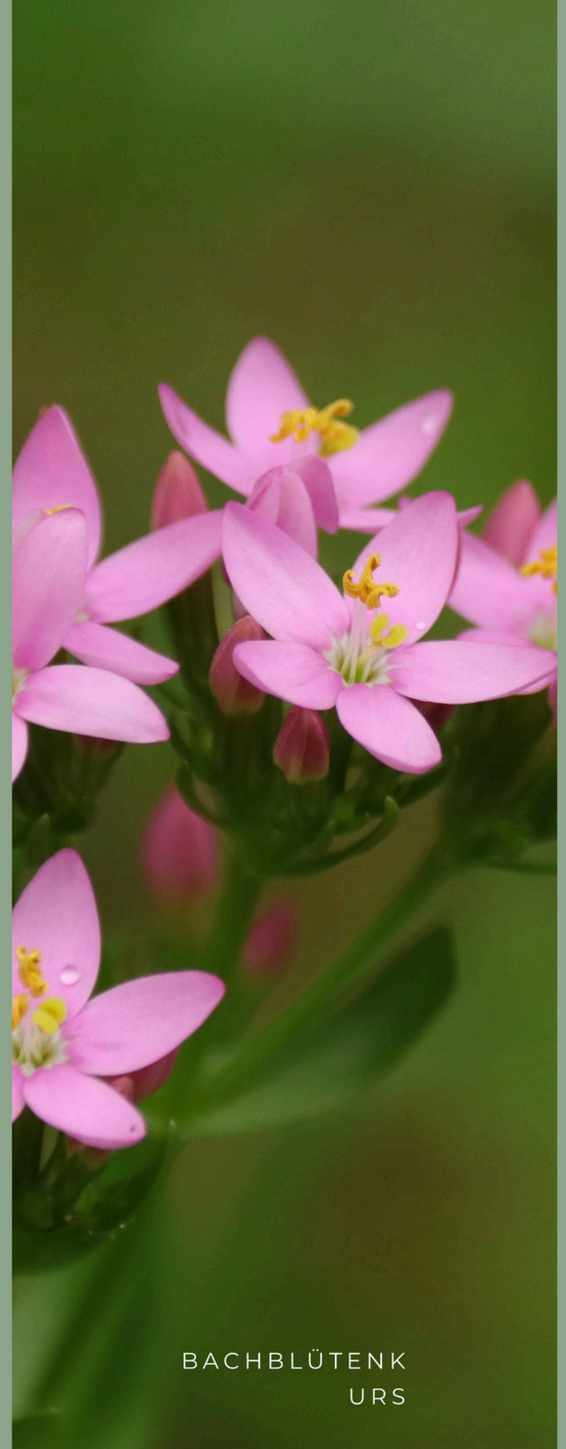
# 4.Tausendgüldenkraut - Centaury

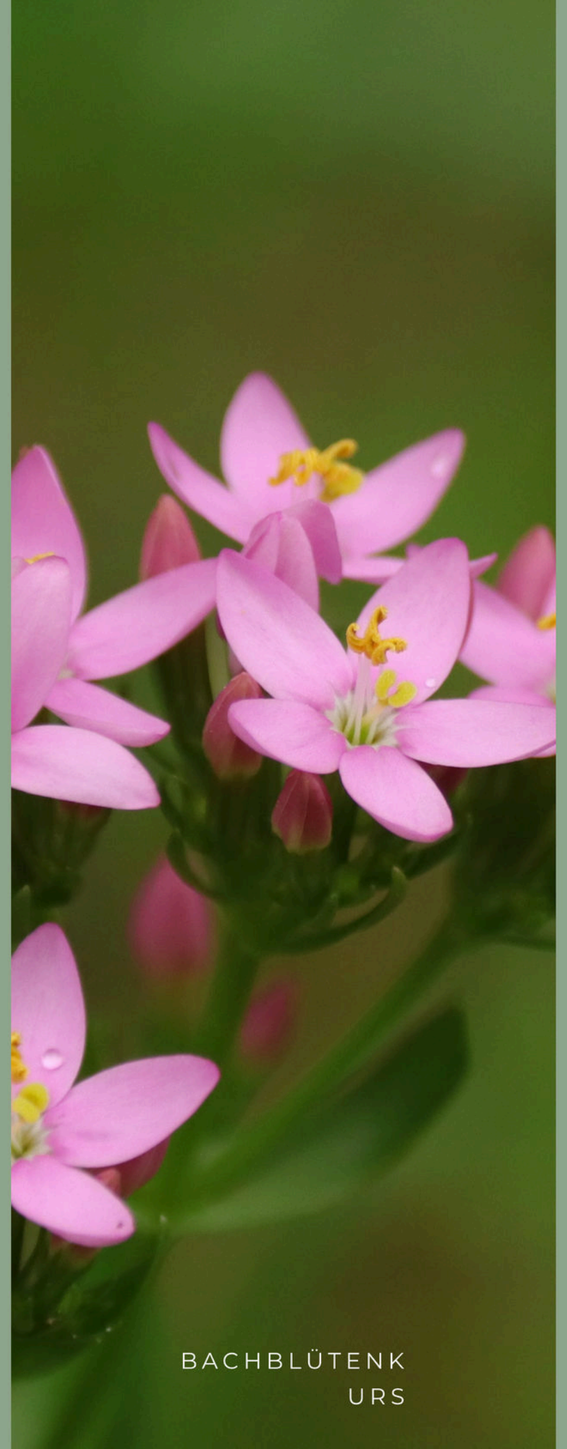
## Die Bachblume des Dienstes

## Vom passiven Dienst ..... zur Interessenvertretung.

## Wenn es Ihnen schwerfällt, Nein zu sagen, versuchen Sie, anderen zu gefallen.

Leitsymptom:
„Freundliche, ruhige, sanfte Menschen, die bereit sind, anderen zu dienen. Sie überfordern sich in ihren Bemühungen. Dieser Wunsch wird in ihnen so groß, dass sie eher zu Dienern als zu willigen Helfern werden. Ihre gute Natur verleitet sie dazu, mehr als nur ihre eigene Aufgabe zu erledigen, und dabei vernachlässigen sie möglicherweise ihre eigene Mission.“ — Dr. Edward Bach





BACHBLÜTENK
URS

Tausendgüldenkraut gilt als der empfindlichste der 38 Geisteszustände. Ein wirklich kleiner, zerbrechlicher Körper. Er akzeptiert die Entscheidungen stärkerer Persönlichkeiten und unterwirft sich ihnen wie ein Kind vorbehaltlos. Wir können sagen, dass er der typische „Fußabtreter“-Typ ist. Er ist leicht zu verwirren, verletzlich und leicht zu verwirren. In einem negativen Centaury-Zustand ist die Persönlichkeit zu schwach. Möglicherweise haben Sie sogar ein schlechtes Gewissen, wenn Sie den Wünschen anderer nicht nachkommen.

Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:

- Er ist willensschwach und reagiert übertrieben auf die Wünsche anderer
- Er gibt seine eigenen Bedürfnisse auf
- Zu gutmütig oder schüchtern, versucht zu sehr, anderen zu helfen
- Er kann nicht nein sagen, andere nutzen ihn aus
- Er ist unabhängig, steht nicht für sich selbst ein
- Er wird übermäßig von anderen beeinflusst

Bestätigungen:

*„ICH STEHE GERADE“*

*"ICH BIN WER ICH BIN"*

*„ICH WILL, WAS ICH WILL“*

# 5. Bleiwurz - Cerato

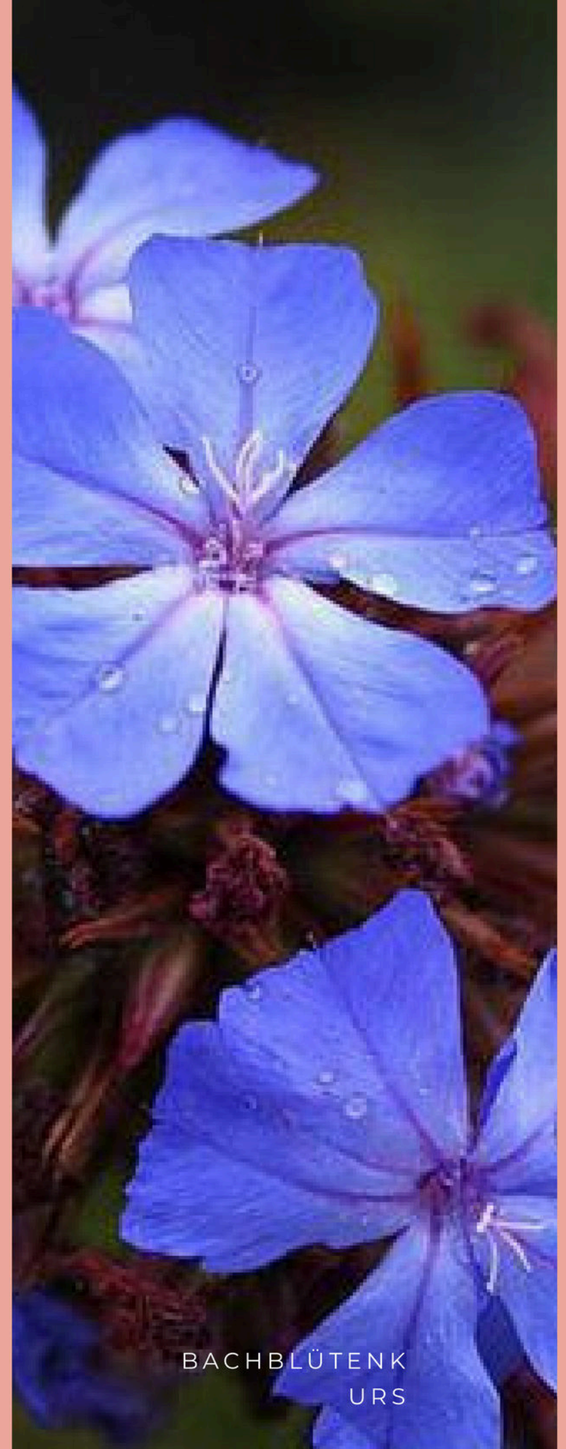
## Die Bachblume der Intuition

## Vom schlechten Urteilsvermögen …… zur inneren Gewissheit.

## Wenn Sie an Ihrem eigenen Urteilsvermögen zweifeln, suchen Sie die Bestätigung bei anderen.

Leitsymptom:

„Für diejenigen, die nicht genug Selbstvertrauen haben, um ihre eigenen Entscheidungen zu treffen.“ Sie suchen ständig Rat bei anderen, was sie oft in die Irre führt.“ — Dr. Edward Bach






Anstatt mutig auf seine Instinkte zu hören, verbringt der Cerato zu viel Zeit damit, sich zu fragen, was richtig und was falsch ist. Unsicher über die Richtigkeit seiner eigenen Entscheidungen. Diese Essenz wird benötigt, wenn Sie ständig auf Antworten aus Ihrem Umfeld warten:

„Was würden Sie an meiner Stelle tun?“ „Glaubst du, ich habe das Richtige getan?“

Die Essenz gibt ihnen die Weisheit, die Wahrheit zu verstehen und zwischen Gut und Böse zu wählen. Es gibt ihnen Kraft und Fähigkeit, auf dem richtigen Weg zu bleiben, wenn sie ihn endlich erkennen.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Aufgrund seiner mangelnden inneren Stabilität ist es leicht zu beeinflussen
- Unentschlossen, vertraut seiner eigenen Meinung nicht
- Er ist auf die Meinungen anderer angewiesen, er bittet ständig andere um Hilfe
- Er redet viel und geht anderen mit seinen Fragen auf die Nerven
- Er kann keine spontane Entscheidung treffen
- Er ändert ständig seine Meinung
- Es mangelt an Selbstvertrauen
- Er lässt sich leicht von anderen beeinflussen oder kontrollieren

<u>Bestätigungen:</u>

*"ICH VERTRAUE MIR SELBST"*

*„ICH HÖRE AUF MEINE ERSTEN GEFÜHLE“*

*„ICH ENTSCHEIDE MICH SELBST“*

# 6.Kirschpflaume - Cherry Plum

## Die Blume der Gelassenheit

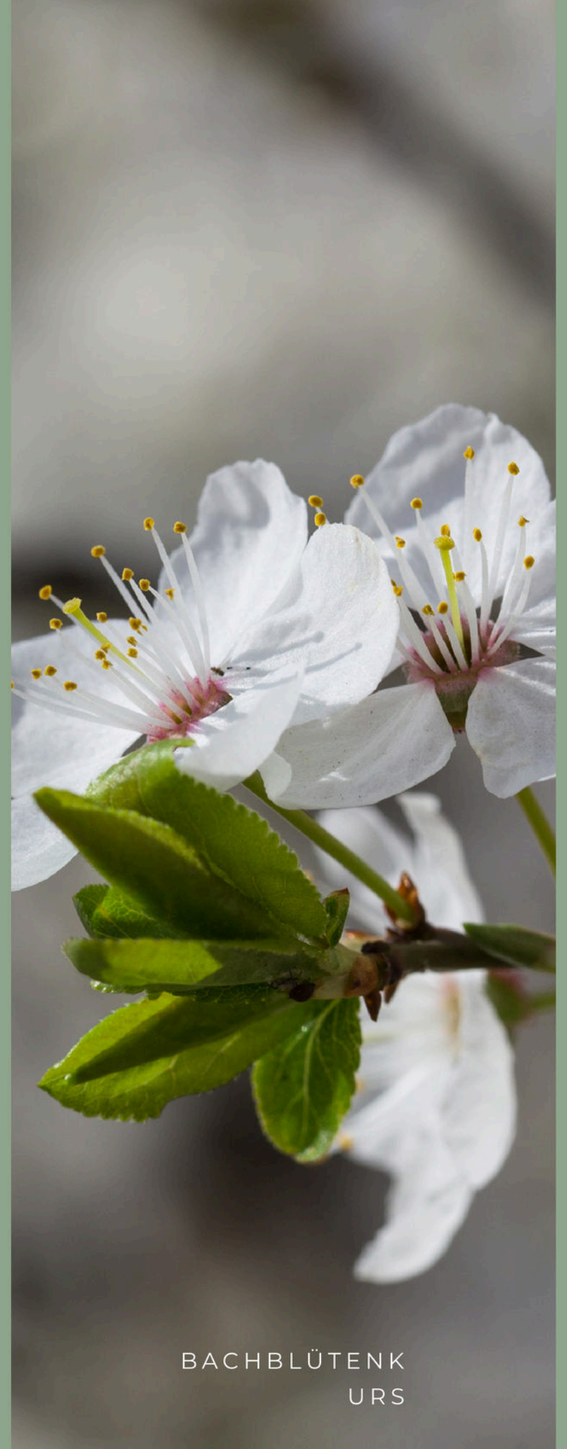
## Von der Überanstrengung ..... bis zur Entspannung.

## Wenn Sie Angst haben, die Kontrolle über Ihr eigenes Verhalten zu verlieren. Innere Entspannung ist schwierig.

Leitsymptom:

„Angst davor, den Geist zu überlasten, ohne Grund aufzugeben, ängstliche und gefürchtete Taten zu begehen, die unerwünscht und schlecht sind, an die man dennoch denkt und sich gezwungen fühlt, sie zu tun.“ — Dr. Edward Bach






In einem negativen Zustand hat ein Mensch Angst vor seinen eigenen Gefühlen und versucht zwanghaft, sie zu unterdrücken oder zu kontrollieren. Es ist, als würde man auf einem Fass Schießpulver sitzen, es könnte jeden Moment explodieren. Das Medikament kann bei der Rehabilitation von Drogenabhängigen wirksam sein, es kann auch Patienten mit Parkinson-Krankheit helfen, und Cherry Plum ist auch für diejenigen notwendig, die sich mit dem Gedanken an Selbstmord beschäftigen, wegen ihrer Zwänge, Obsessionen, und Psychose. Aber bevor wir beginnen, jemanden mit der Blume zu behandeln, stellen wir sicher, dass er sich in der Obhut eines Spezialisten befindet.

Die Blume wird bei emotionaler Instabilität empfohlen. Die Essenz vertreibt alle schlechten Gedanken, beseitigt Verwirrung und verleiht den Betroffenen mentale Stärke und Selbstvertrauen. Es wird auch bei Hysterie bei Kindern empfohlen.

Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:

- Angst, die Selbstbeherrschung zu verlieren
- Angst, sich selbst oder anderen zu schaden
- Angst vor einem Nervenzusammenbruch oder dem Wahnsinn
- Er ist emotional blockiert, er unterdrückt seine Gefühle
- Es ist innerlich angespannt und befindet sich in einem Zustand vor der Explosion
- Selbstmordgedanken
- Erzwungene Ruhe

Bestätigungen:

*„ICH BIN MUTIG“*

*"ICH BIN OFFEN"*

*„Ich lasse strömen, was fließen will“*

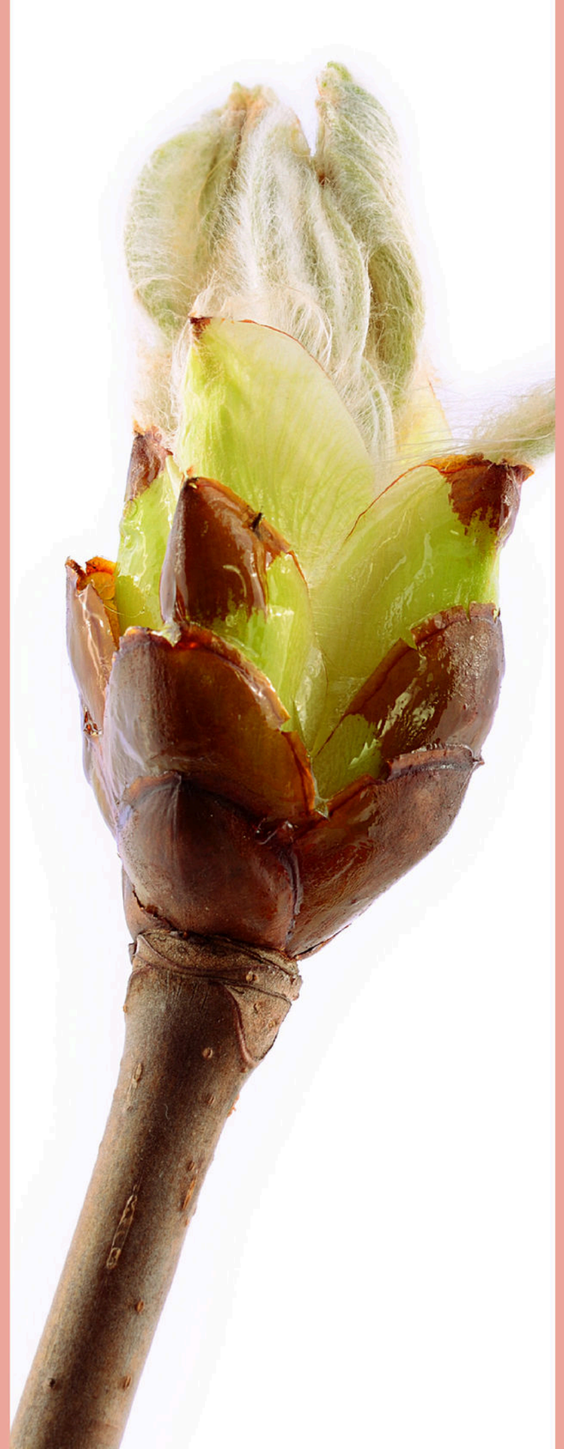
# 7.Kastanienknospe - Chestnut Bud

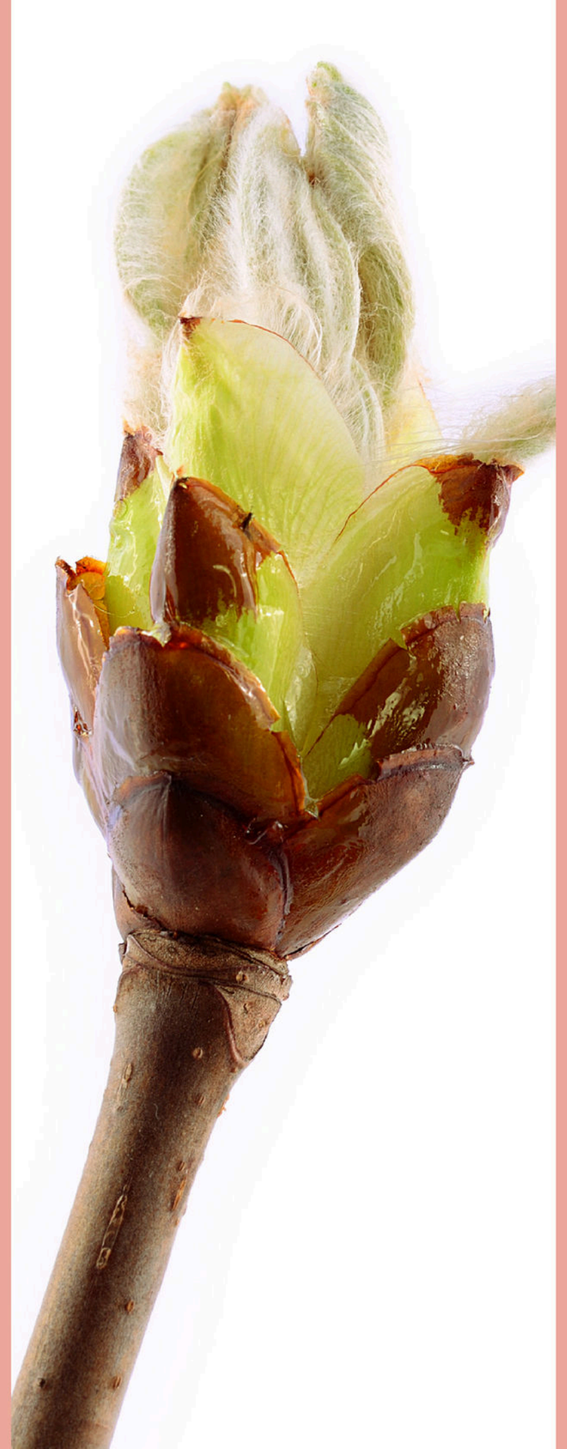
## Die Bachblume des Lernens

## Von der Frivolität …… zum Erlebnis

## Wenn Sie aus Ihren Erfahrungen nicht lernen können, werden Sie immer die gleichen Fehler wiederholen.

Leitsymptom:
„Wer nicht über den Vorteil von Beobachtung und Erfahrung verfügt, braucht länger als andere, um die Lektionen des Alltags zu lernen. Wenn für manche eine einzige Erfahrung ausreicht, brauchen solche Menschen mehr, manchmal viele Erfahrungen, bevor sie die Lektion lernen. Deshalb müssen sie zu ihrem Bedauern den gleichen Fehler mehrmals und zu verschiedenen Anlässen begehen, obwohl einmal genügt hätte oder die Beobachtung anderer sie vor diesem einen Fehler hätte bewahren können.“ — Dr. Edward Bach





Chestnut Bud ist für diejenigen, die immer wieder den gleichen Fehler machen. Irgendwie ziehen sie nie die Konsequenzen. Das Medikament steht im Zusammenhang mit dem spirituellen Potenzial des Lernens und wird daher auch Kindern bei Lernschwierigkeiten empfohlen. Die Blume leistet gute Dienste, wenn jemand eine schlechte Angewohnheit loswerden möchte, aber auch, wenn jemand Schwierigkeiten hat, aufmerksam zu sein und in seinen Gedanken herumhüpft.

Diese Essenz hilft Ihnen, aufmerksam zu sein und die Lektionen des Alltags zu lernen. Die Essenz selbst wird nicht aus einer Blüte, sondern aus der sich öffnenden Knospe der Rosskastanie hergestellt. „Wenn das Denken einer Person stecken bleibt und in alte Gewohnheiten zurückfällt“, könnten wir den negativen Chestnud-Bud-Zustand beschreiben. Diese Droge wird oft als die Blüte von Kindern oder von schlagfertigen, dummen Menschen angesehen.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Er lernt nicht aus seinen Fehlern
- Sie stehen immer vor den gleichen Schwierigkeiten, haben Meinungsverschiedenheiten mit den gleichen Leuten, verursachen oder erleiden die gleichen Unfälle
- Er ist seinen Taten in seinen Gedanken weit voraus
- Er ist schnell, hastig, hat keine Zeit, aus seinen eigenen Fehlern oder denen anderer zu lernen
- Er hat Schwierigkeiten, sich zu konzentrieren und zu lernen

<u>Bestätigungen:</u>

*„ICH SUCHE DORT“*

*"ICH NEHME TEIL"*

*"ICH LERNE"*

# 8.Wegwarte - Chicory

## Die Bachblume der Mutterschaft

## Von der obligatorischen Liebe ..... zur selbstlosen Liebe.

## Wenn Sie übermäßig besitzergreifend sind und Erwartungen an andere haben.

Leitsymptom:

„Menschen, die zu sehr auf die Bedürfnisse anderer achten, neigen dazu, sich zu viele Sorgen um ihre Kinder, Verwandten und Freunde zu machen und immer etwas zu finden, das sie mit ihnen regeln können.“ Sie korrigieren ständig, was sie für falsch halten, und es macht ihnen Spaß. Sie möchten, dass ihre Lieben immer in ihrer Nähe sind. — Dr. Edward Bach






Chicorée ist ein Geisteszustand, den man nicht übersehen kann und der zudem eine große Belastung für die Umwelt darstellt. Einflussnahme, Forderungen und Manipulation stehen immer an erster Stelle. Aus psychologischer Sicht ist Chicorée ein süchtig machendes Reaktionsmuster, daher sollten beide Parteien es annehmen.

Der Chicorée-Charakter ist egoistisch. Seine Lektion besteht darin, anderen gegenüber selbstlos zu sein. Laut Bach: „Dieses Medikament lindert ihre Symptome und steigert ihr Mitgefühl für andere, was ihre Hauptaufgabe ist, sie zu entwickeln. Ihre Aufmerksamkeit wird von sich selbst abgelenkt und auch ihre Aggressivität, die aus dem Mitgefühl für ihre Opfer entsteht, hört auf. Auf diese Weise können sie.“ denen zu dienen, von denen sie zuvor ihre Lebensenergie erhalten haben.“

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Bedingte Liebe
- Warten auf Gegenleistung
- Eine emotionale Sucht entwickeln
- Spiele
- Emotionale Erpressung, Beleidigung
- Selbstmitleid

<u>Bestätigungen:</u>

*„ICH GEBE GERNE“*

*„Ich schöpfe aus der Quelle“*

*"ICH LIEBE DICH"*

# 9. Weisse Waldrebe - Clematis

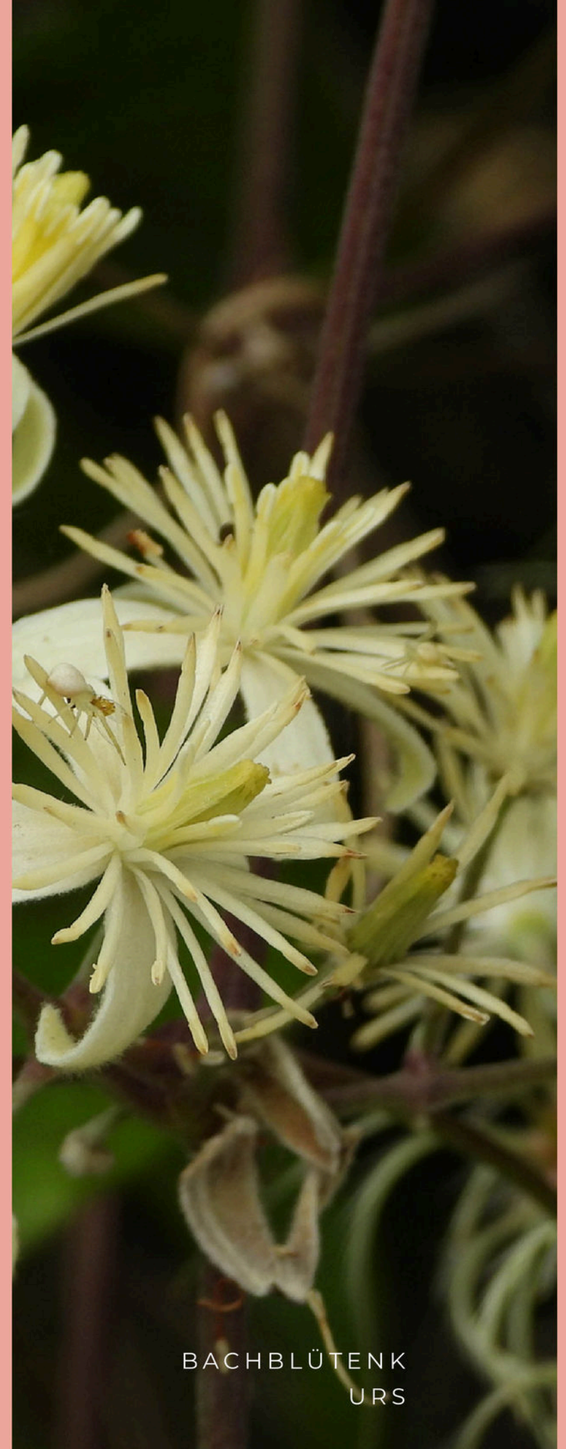
## Die Bachblume der Realität

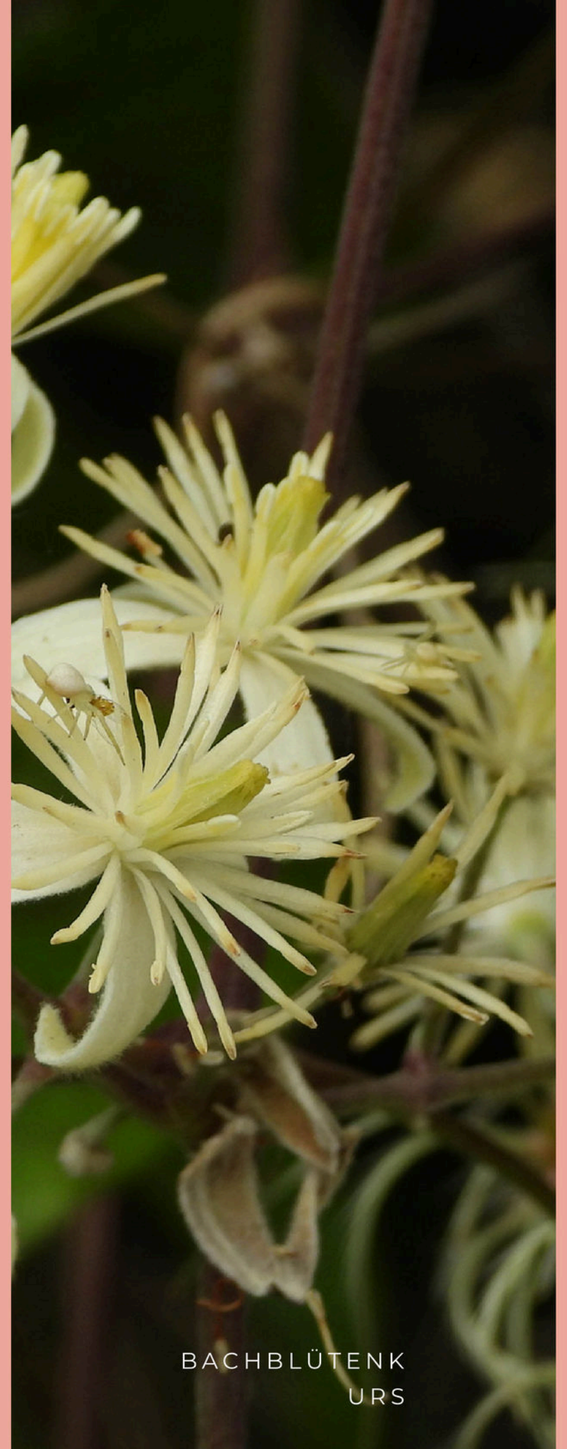
## Anstatt der Realität zu entfliehen ..... um die Realität zu gestalten.

## Wenn er tagträumt und sich größtenteils nicht für die Gegenwart interessiert.

Leitsymptom:

„Wer träumt, ist schläfrig, nicht ganz wach und wenig am Leben interessiert. Ruhige Menschen, die mit ihren gegenwärtigen Umständen nicht wirklich zufrieden sind, leben eher in der Zukunft als in der Gegenwart. Sie leben in der Hoffnung auf eine glücklichere Zeit, in der ihre Ideale wahr werden. Im Krankheitsfall tun manche Menschen nichts oder nur wenig, um sich zu erholen, und in manchen Fällen warten sie sogar auf den Tod in der Hoffnung auf bessere Zeiten oder auf die Begegnung mit einem lange vermissten Verwandten.“ — Dr. Edward Bach






Clematis ist die Art, die in den Wolken wandelt. Es hängt mit dem spirituellen Potenzial der Kreativität zusammen. In einem negativen Zustand versucht die Persönlichkeit, so wenig wie möglich am wirklichen Leben teilzunehmen und flüchtet in eine Traumwelt. Er kann so abgelenkt sein, dass er sogar einen Verkehrsunfall erleiden kann. Er hofft auf eine bessere Zukunft, tut aber nichts mehr dafür. Das Medikament kann über einen langen Zeitraum angewendet werden, hat sich jedoch bei verschiedenen körperlichen und seelischen Traumata bewährt, die zu einer Bewusstseinsstörung führen. In Kombination mit anderen Bachblüten half es kinderlosen Paaren, die aus anorganischen Gründen keine Kinder bekommen konnten, sowie solchen, die ständig nach ihren Schlüsseln suchten oder diese verloren.

Die Clematis-Persönlichkeit benötigt viel Schlaf, neigt zu Depressionen und hat ein blasses Gesicht. Diese Persönlichkeit zeichnet sich durch mangelnde Kooperation und Gleichgültigkeit aus, die die Lektion des Lebens, Ausdauer, lernen sollte. In einem negativen Clematis-Zustand findet man keine Freude am Leben. Die aus Izalag hergestellte Essenz hilft, eine Person am Boden zu halten, sie wird auch bei Ohnmachtsanfällen empfohlen, sowie in allen Fällen, in denen eine Person aus irgendeinem Grund ohnmächtig geworden ist. Es wird auch bei Schlafkrankheit eingesetzt.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Träumen, Tagträumen
- Luftburgbau, Flucht aus der Realität – Tagträumen, Fernsehen, Computerspiele, Glücksspiel, Drogenkonsum, Alkoholismus
- Unaufmerksamkeit, Vergesslichkeit, Ablenkung
- Gleichgültigkeit und Langeweile

<u>Bestätigungen:</u>

*"ICH BIN WACH"*

*„ICH SEHE KLAR“*

*„FUNKTIONIERT“*

# 10. Holzapfel - Crab Apple

## Bachblüte der Reinigung

### Von der zwanghaften Systematisierung ..... zur inneren Ordnung.

### Wenn Sie sich Ihres Selbstbildes nicht sicher sind und sich wegen unangenehmer körperlicher Symptome oder Merkmale schämen oder in Verlegenheit geraten.

Leitsymptom:

„Dies ist ein Heilmittel zur Reinigung. Für diejenigen, die das Gefühl haben, dass ihnen etwas nicht ganz klar ist. Es kann oft an einer unbedeutenden Kleinigkeit liegen; in anderen Fällen kann die Ursache jedoch eine viel ernstere Krankheit sein, der sie weniger Aufmerksamkeit schenken als der Sache, die sie gerade beschäftigt. Beide Typen können es kaum erwarten, das bestimmte Ding loszuwerden, das ihre Gedanken übernommen hat und das ihnen so wichtig erscheint, dass es geheilt werden sollte. Sie werden entmutigt, wenn die Behandlung fehlschlägt. Aufgrund seiner reinigenden Wirkung reinigt dieses Arzneimittel die Wunden, wenn der Patient Grund zu der Annahme hat, dass etwas Gift in die Wunde gelangt ist, das entfernt werden muss.“ — Dr. Edward Bach






Crab Apple wird mit dem spirituellen Potenzial von Ordnung, Reinheit und Perfektion in Verbindung gebracht. Wer eine genaue Vorstellung davon hat, wie seine Umgebung, sein Körper und sein Inneres sein sollen, ist in einem negativen Zustand: makellos. Dieser Zustand ist dadurch gekennzeichnet, dass man nicht arbeiten kann, bis alles gereinigt ist. Aufgrund des starken inneren Wunsches nach Sauberkeit haben viele Menschen in diesem Zustand Angst vor Spinnen, Käfern, Bakterien und Infektionen. Sauberkeitsbesessene Hausfrauen haben oft ein Crab-Apple-Problem. Zwanghaftes Händewaschen oder Baden kann ein Zeichen für das Bedürfnis nach Essenz sein, ebenso wie eine gestörte Beziehung zum physischen Körper. Es kann bei Fastenkuren, aber auch bei der äußerlichen Behandlung verschiedener Hautprobleme von großem Nutzen sein. Wenn wir während unserer Arbeit viele Menschen treffen und uns am Abend von den Energien reinigen möchten, können wir uns mit einem in ein Glas Wasser getropften Holzapfel abwaschen. Darüber hinaus hilft es in Kombination mit Erste-Hilfe-Tropfen den Infizierten bzw Umpflanzen auf betroffene Pflanzen.

Als Reinigungsmittel ist diese Essenz auch in der Lage, Wunden zu reinigen, wenn der Patient ernsthafte Gründe für die Annahme hat, dass zu entfernende Giftstoffe in seinen Körper gelangt sind. Es wirkt auf direkter körperlicher Ebene, bringt aber auch auf spiritueller Ebene Licht in alle dunklen und geschädigten Bereiche. Es bewirkt eine Reinigung. Es kann bei jeder Krankheit eingesetzt werden, wenn jemand infiziert oder vergiftet wurde oder ein Fremdstoff in den Körper gelangt ist.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Übermäßiges Bedürfnis nach Sauberkeit, Sauberkeitswahn
- Er fühlt sich unrein und wendet zwanghaft Reinigungsbehandlungen an
- Er putzt ständig, er ist äußerst organisiert
- Er ist angewidert von sich selbst, er hasst seinen Körper, seine Fettigkeit, Ekzeme, Akne, Sommersprossen usw. wegen
- Er ist wegen seiner unreinen, „sündigen“ Gedank von sich selbst angewidert
- Ekel vor körperlichen Vorgängen (Sex, Küssen, Stillen, Stuhlgang, Schwitzen usw.)
- Er hat Angst vor Umweltverschmutzung, Krankheiten, Infektionen und Insekten
- Er beschäftigt sich zu sehr mit unbedeutenden Dingen
- Sie schämt sich vor allem wegen ihres Aussehen

→

Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:

- Übermäßiges Bedürfnis nach Sauberkeit, Sauberkeitswahn
- Er fühlt sich unrein und wendet zwanghaft Reinigungsbehandlungen an
- Er putzt ständig, er ist äußerst organisiert
- Er ist angewidert von sich selbst, er hasst seinen Körper, seine Fettigkeit, Ekzeme, Akne, Sommersprossen usw. wegen
- Er ist wegen seiner unreinen, „sündigen“ Gedanken von sich selbst angewidert
- Ekel vor körperlichen Vorgängen (Sex, Küssen, Stillen, Stuhlgang, Schwitzen usw.)
- Er hat Angst vor Umweltverschmutzung, Krankheiten, Infektionen und Insekten
- Er beschäftigt sich zu sehr mit unbedeutenden Dingen
- Sie schämt sich vor allem wegen ihres Aussehens

Bestätigungen:

*"ICH FÜHLE MICH GUT"*

*„ICH AKZEPTIERE MICH SO, WIE ICH BIN“*

*„ICH SEHE, WAS WICHTIG IST“*



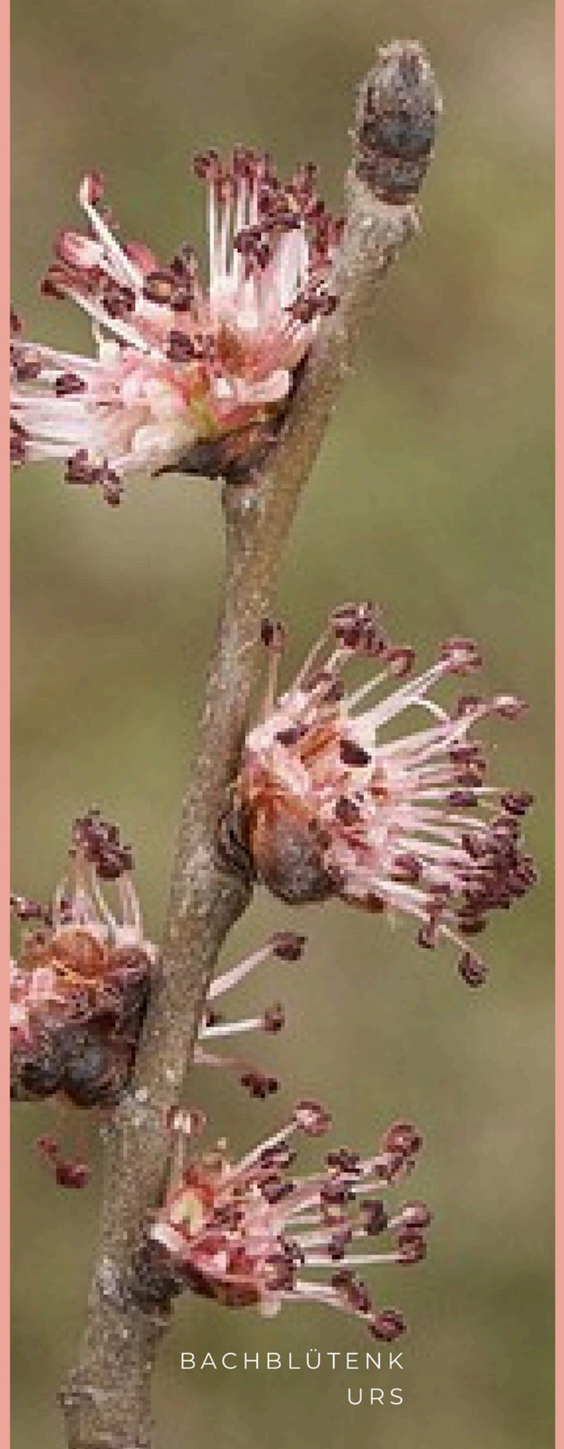
# 11.Ulme - Elm

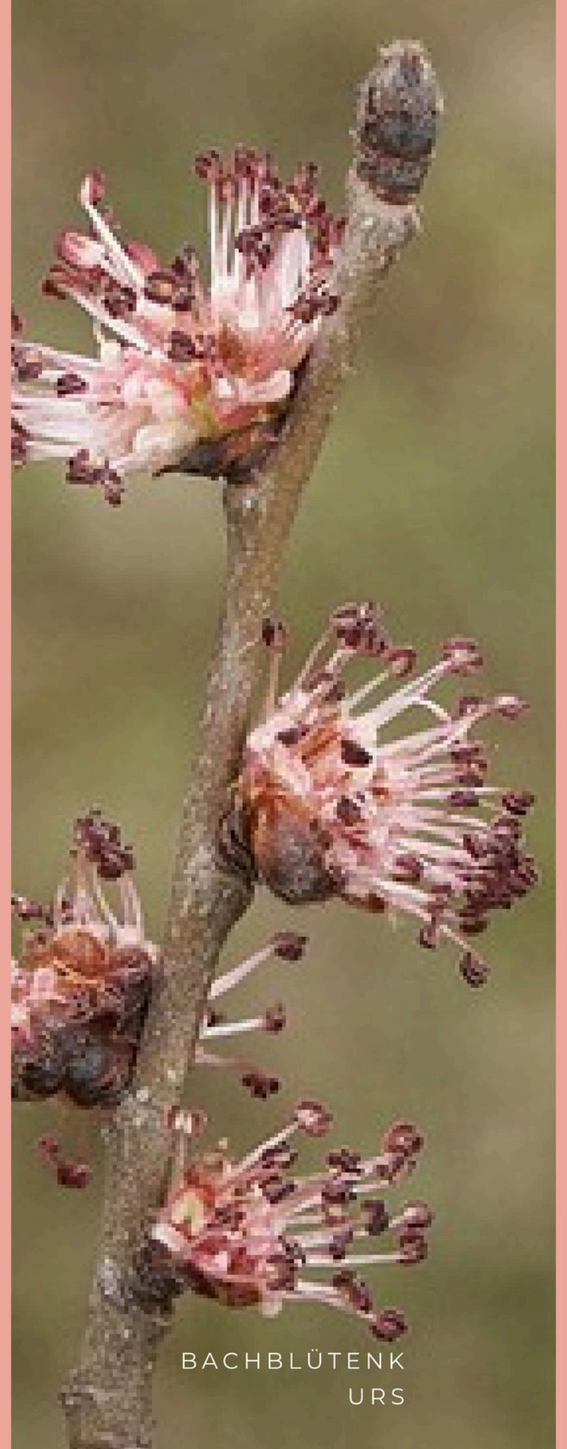
## Die Bachblume der Verantwortung

## Von der Selbstwertkrise ..... zum Selbstvertrauen.

## Wenn die Verantwortung schon eine zu große Belastung ist.

Leitsymptom:
„Diejenigen, die ihre Arbeit gut machen, ihrer Berufung folgen und hoffen, etwas Wichtiges für die Menschheit zu tun.“ Manchmal erleben sie Phasen der Depression, wenn sie das Gefühl haben, dass die Aufgabe, die sie übernommen haben, zu schwierig ist und die Kräfte eines Menschen übersteigt.“ -Dr. Edward Bach






Der Ulmentyp ist ein starker Typ, der zu viel auf sich nimmt. Sein Problem hat seine Wurzeln in seiner Kindheit, als seine Eltern und Verwandten ihn für seine Leistungen lobten und er deshalb immer höhere Erwartungen an sich selbst stellt. In England wird die Energie der Ulme treffend als „psychologisches Flugsalz“ bezeichnet. Die Essenz gibt Kraft in Momenten der Schwäche. Es reißt einen Menschen aus der Benommenheit der Schwäche, wieder mit beiden Beinen auf dem Boden zu stehen. Auch hier sieht er seine Probleme und seine eigenen Fähigkeiten realistisch. Er findet sich selbst und meistert seine Aufgaben.

Es ist für diejenigen gedacht, die ihre Arbeit gut machen, ihrem Lebenszweck folgen und etwas Wichtiges tun wollen, oft zum Wohle der Menschheit. In einem negativen Zustand neigt er zum Zögern, er weiß nicht, was er tun soll. Es ist ungewiss, ob er seine Aufgabe erfüllen kann. In einem negativen Elm-Zustand kann sich eine Person deprimiert und überarbeitet fühlen.

Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:

- Stress durch übermäßige Verantwortung
- Überlastung, Verzweiflung, das Gefühl, nicht stark genug zu sein, um die Arbeit zu erledigen
- Du fühlst dich plötzlich überfordert
- Sein Selbstvertrauen schwindet plötzlich
- Das Streben nach Perfektion hat ihn erschöpft

Bestätigungen:

*"ICH TUE WAS ICH KANN"*

*„ICH BEKOMME HILFE“*

*„WIRD ERFOLG HABEN“*

# 12. Herbstenzian - Gentian

## Die Bachblume des Glaubens

## Von Zweifeln ..... zu Vertrauen.

## Wenn Sie leicht entmutigt und entmutigt werden, zögern Sie.

Leitsymptom:

„Für diejenigen, die sich leicht entmutigen lassen. Obwohl sich ihre Krankheit oder ihre täglichen Angelegenheiten in die richtige Richtung entwickeln, weckt selbst ein kleiner Ausrutscher oder ein kleines Hindernis bei ihnen Zweifel und entmutigt sie.“ — Dr. Edward Bach





BACHBLÜTENK
URS

Enzian wird mit dem spirituellen Potenzial von Vertrauen und Glauben in Verbindung gebracht. Wenn ein Kind keine ausreichende Unterstützung erhält, wird stattdessen Ermutigung kritisiert und der Gentian-Geisteszustand etabliert. Im negativen Enzianzustand ist das Glas immer halb leer. Im Extremfall kann man ihn auch als „Berufspessimisten“ bezeichnen. Der vorübergehende Gentian-Zustand äußert sich in mangelndem Glauben und Niedergeschlagenheit. Die Essenz hilft, das Potenzial des Glaubens zu entwickeln. Wirksame Hilfe für Kinder, die nach kleineren oder größeren Misserfolgen entmutigt sind. Es ist besonders nützlich für diejenigen, die keine Hilfe durch traditionelle Psychotherapie erhalten haben.

Enzian hat wie Chicorée und Weide Bitterkeit. Sie zweifeln an sich selbst, geben auf und lassen sich leicht entmutigen. Er versucht zu sehr, alles nach seinen eigenen Vorstellungen geschehen zu lassen. Ein wenig interessant ist, dass sich die Blüte selbst auch bei etwas Wein schließt, genau wie die Enzianart selbst.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Durch Misserfolge wird er unsicher
- Er gibt Dinge schnell auf
- Wenig Willenskraft, Willensschwäche
- Pessimismus, eine Einstellung, bei der das Glas halb leer ist

<u>Bestätigungen:</u>

*"ICH BIN HOFFNUNGSVOLL"*

*"ICH BIN ÜBERZEUGT"*

*„ICH GLAUBE, DASS ALLES GUT LÄUFT“*

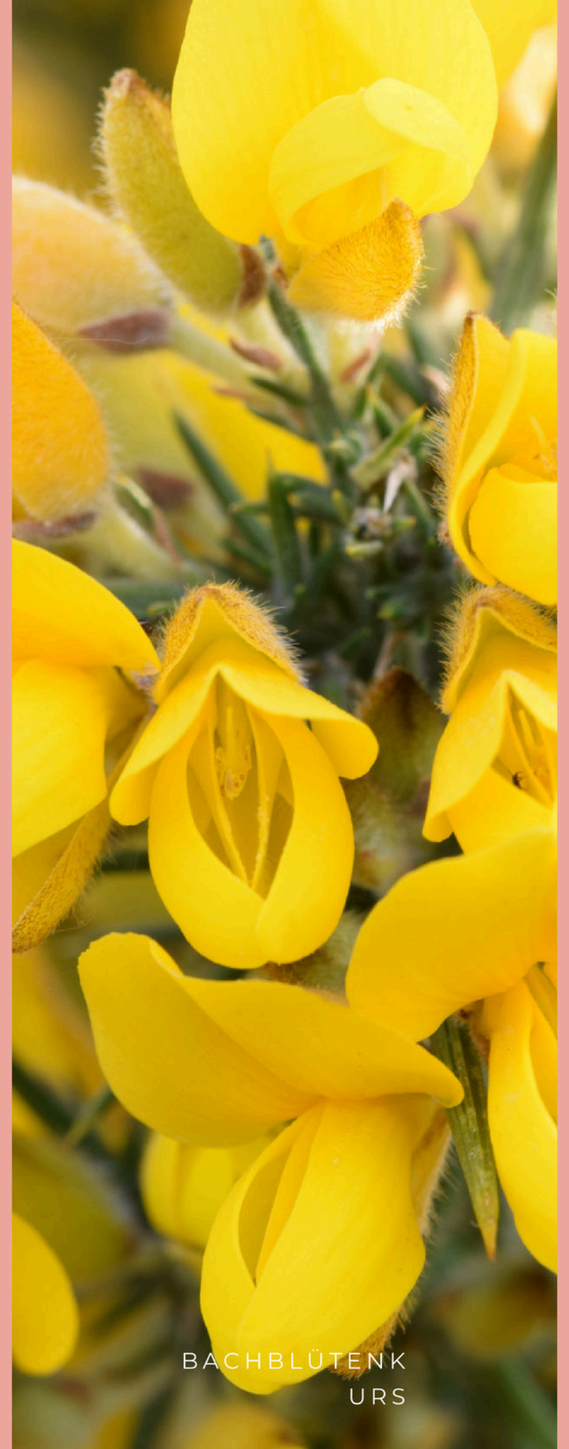
# 13.Stechginster - Gorse

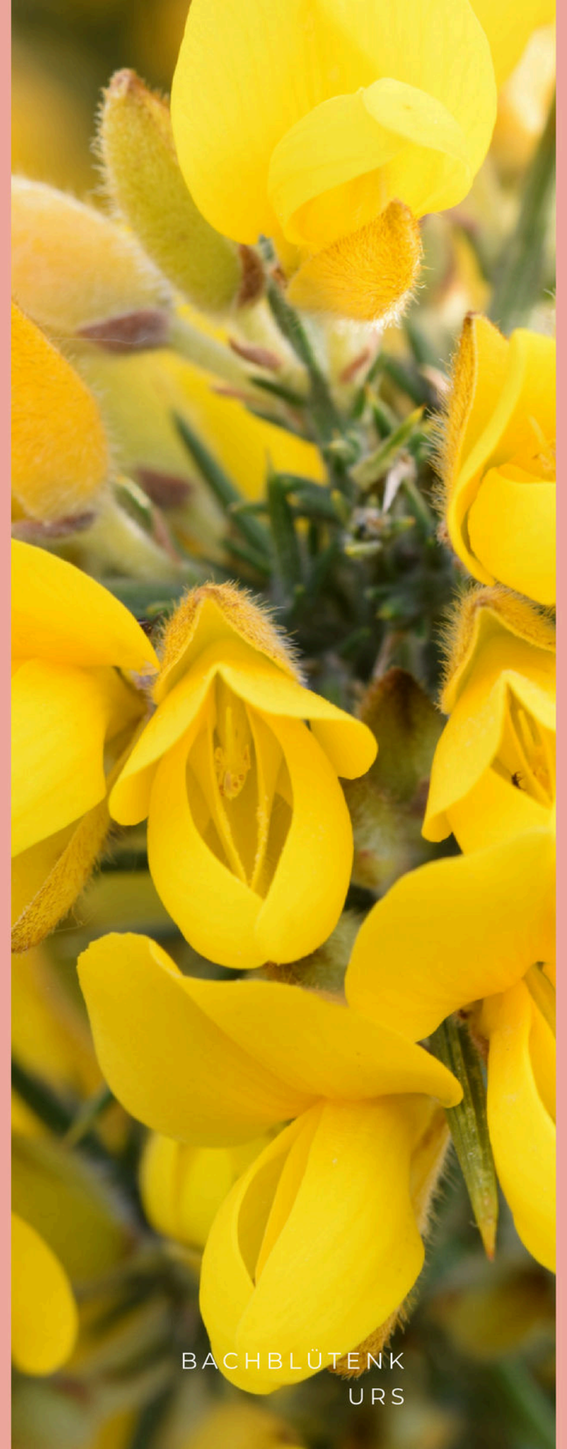
## Bachblume der Hoffnung

## Von der Einreichung ... bis zur Initiation.

## Wenn Sie das Gefühl haben, dass Ihre Situation aussichtslos ist, sind Sie verzweifelt und pessimistisch.

Leitsymptom:
„Sie sind sehr hoffnungslos, sie haben den Glauben daran verloren, dass mehr für sie getan werden könnte.“ Auf Überredung oder Wunsch anderer versuchen sie möglicherweise andere Behandlungen, vermitteln dabei aber ihren Mitmenschen, dass es kaum Hoffnung auf Genesung gibt.“ — Dr. Edward Bach






Gorse ist die Blume des spirituellen Potenzials der Hoffnung. In einem negativen Zustand gibt ein Mensch innerlich die Hoffnung auf und bricht in sich selbst zusammen. Dieser Zustand kann bei Menschen auftreten, die schon lange krank sind und ihren Glauben an die Genesung aufgegeben haben. Die Essenz hat sich als Zusatzbehandlung bei chronischen Erkrankungen bewährt. Es gibt auch einen vorübergehenden Ginsterzustand, zum Beispiel wenn wir vor einer Routineoperation Zweifel haben und in diesem Fall schnelle Hilfe aus der vorübergehenden Hoffnungslosigkeit schafft.

Die Essenz ist für diejenigen, bei denen der Funke des Wunsches nach Heilung nicht nur verblasst, sondern völlig erloschen ist.

Der Ginstertyp zeichnet sich durch einen blassen Teint und Augenringe aus. „Sie sehen aus, als bräuchten sie mehr Sonnenlicht in ihrem Leben, um die dunklen Wolken abzulenken“, schreibt der Doktor.

Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:

- Hoffnungslosigkeit, Abfall vom Glauben
- Ständige innere Erschöpfung
- Er gab den Kampf im Geiste auf

Bestätigungen:

*"ICH BIN HETEROSEXUELL"*

*„ICH BIN VOLLER HOFFNUNG“*

*„ICH SEHE NEUE MÖGLICHKEITEN“*

# 14.Schottisches

# Heidekraut - Heather

## Die Bachblume der Identität

**Vom kleinen, hilfsbedürftigen Kind ... bis zum verständnisvollen Erwachsenen.**

**Wenn Sie sich immer auf sich selbst konzentrieren, sind Sie nicht gerne allein und müssen ständig reden.**

Leitsymptom:

„Diejenigen, die ständig die Gesellschaft anderer suchen, egal wer verfügbar ist, weil sie das Bedürfnis verspüren, ihre eigenen Angelegenheiten mit anderen zu besprechen, wer auch immer sie sein mögen. Sie sind sehr unglücklich, wenn sie auch nur für kurze Zeit allein gelassen werden." — Dr. Edward Bach






Heather wird mit dem spirituellen Potenzial von Selbstbewusstsein und Empathie in Verbindung gebracht. In diesem negativen Zustand drehen sich Ihre Gedanken und Gefühle nur um Sie selbst. Normalerweise ist es egal, mit wem man redet, wichtig ist, dass man redet. Die Menschen im Bundesstaat Heather denken nicht einmal daran, sich für die Angelegenheiten der anderen Person zu interessieren. Diese Typen wurden als Kinder oft allein gelassen und waren emotional unterernährt. Er möchte nur empfangen, aber damit seine Beziehungen gesund funktionieren, muss er auch geben. Aufmerksamkeit für andere muss bewusst entwickelt werden, sie kann Gutes bewirken, z.B. soziale Arbeit leisten.

Seine körperlichen Merkmale sind im Allgemeinen: gesunder Teint, guter Körperbau, Neigung zu Herzbeschwerden, Angstzuständen, Aufregung. Dieser Geisteszustand wird so sehr zu einem Teil des Wesens dieses Typs, dass er schließlich ihr zentraler Charakterzug zu sein scheint. Es zeichnet sich durch Egoismus, Selbstvertrauen und Egoismus aus.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Du fühlst dich einsam
- Er kümmert sich nur um seine eigenen Probleme
- Er kann es nicht ertragen, allein zu sein, er braucht Gesellschaft, mit der er über seine Probleme sprechen kann, auch wenn er sein Publikum langweilt
- Er redet viel, möchte immer im Mittelpunkt stehen

<u>Bestätigungen:</u>

*"ICH FÜHLE MICH SICHER"*

*„ICH BEKOMME ALLES, WAS ICH BRAUCHE“*

*„ICH KÜMMERE UND PFLEGE“*

# 15.Stechpalme - Holly

**Die Bachblüte, die das Herz öffnet**

**Von hartherzig ..... bis warmherzig.**

**Er ist unendlich eifersüchtig, neidisch und misstrauisch. Wütend.**

Leitsymptom:
„Für diejenigen, die manchmal Gedanken wie Eifersucht, Neid, Rache, Misstrauen haben. Für verschiedene Formen der Rache. Sie können in sich selbst sehr leiden, obwohl es oft keinen wirklichen Grund für ihr Unglück gibt. — Dr. Edward Bach






Laut Dr. Bach „schützt Holly uns vor allem, was keine Liebe ist.“ Holly ist ein Symbol der in unseren Herzen wiedergeborenen Liebe. Liebe ist eine mächtige Kraft, weshalb sich ihre Schattenseiten auch in sehr starken Emotionen ausdrücken: Wut, Hass, Neid, Eifersucht, Wut, Rache... Diese Emotionen verstecken sich entweder auf der sichtbaren Ebene oder im Unterbewusstsein und geben ihnen eine Chance für die Entstehung von Krankheiten wie z Preise. Die Essenz öffnet das Herz und verbindet uns mit der göttlichen Liebe.

Holly ist ein Gegenmittel gegen Hass und Wut und wird verwendet, um negativen Gefühlen entgegenzuwirken. Holly wird vom Arzt als Katalysator empfohlen und kann für aktive, energiegeladene Personen wirksam sein.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Bosheit, Verlangen nach Rache
- Wut, Hass, Groll, Verletzung
- Verdacht
- Neid, Hass, negative Gedanken
- Er wird schnell wütend und reagiert aggressiv
- Er hat Angst, getäuscht zu werden, er hat oft das Gefühl, dass alle gegen ihn sind

<u>Bestätigungen:</u>

*„ICH BIN VOLLER FREUDE“*

*"ICH BIN GESUND"*

*"ICH LIEBE DICH"*

# 16.Geißblatt - Honeysuckle

## Die Bachblume der Vergangenheit

## Von der Vergangenheit ..... bis zur Gegenwart.

## Wenn man in der Vergangenheit lebt, sehnt man sich nach der Vergangenheit und verspürt viel Nostalgie.

Leitsymptom:
„Für diejenigen, die es vorziehen, in der Vergangenheit zu leben, vielleicht in einer sehr glücklichen Zeit, oder in Erinnerung an einen verlorenen Freund, oder beim Erreichen eines Ziels, das nie erreicht wurde. Sie erwarten nicht mehr das Glück, das sie vorher hatten.“ — Dr. Edward Bach






Geißblatt ist die Blume der Fähigkeit zur Transformation. In einem negativen Zustand hängt diese Person zu sehr an der Vergangenheit. Obwohl die betreffende Person in der Gegenwart lebt, steckt sie geistig in der Vergangenheit fest.

Diese Blume entfernt das Bedauern und die Traurigkeit der Vergangenheit aus dem Bewusstsein, neutralisiert alle vergangenen Einflüsse, Wünsche und Wünsche und bringt Sie zurück in den gegenwärtigen Moment.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Pathologische Nostalgie
- Träumend
- Er sehnt sich nach der Vergangenheit, die Ereignisse der Gegenwart interessieren ihn nicht
- Er bekommt Heimweh
- Er möchte sich mit nichts zufrieden geben, er kann wegen des Verlusts eines geliebten Menschen oder seines Lieblingshaustiers nicht zu seinen Plänen zurückkehren

<u>Bestätigungen:</u>

*„ICH LEBE HEUTE“*

*"SCHAU VORAUS"*

*„ICH WERDE DEN NÄCHSTEN SCHRITT MACHEN“*

# 17. Hainbuche - Hornbeam

## Die Bachblume der Aktivität

## Von geistiger Laxheit ..... zu geistiger Frische.

## Wenn Sie das Gefühl haben „es ist schon wieder Montag“, zweifeln Sie daran, dass Sie Ihre Aufgaben für den Tag schaffen werden. Stall.

Leitsymptom:
„Diejenigen, die das Gefühl haben, weder körperlich noch geistig stark genug zu sein, um die Last zu tragen, die ihnen das Leben auferlegt; Alltägliche Angelegenheiten sind für sie zu schwierig und zu Ende, trotzdem sind ihre Handlungen meist von Erfolg gekrönt. Für diejenigen, die glauben, dass ein Teil ihrer Seele oder ihres Körpers gestärkt werden muss, um ihre Arbeit problemlos erledigen zu können.“ — Dr. Edward Bach






Hainbuche wird mit dem spirituellen Potenzial innerer Vitalität in Verbindung gebracht. Typisches „Montagmorgen“-Syndrom. Dies geschieht jedoch im Kopf, auf einer bewussten Ebene. Eine Hainbuchen-Erschöpfung entsteht durch übermäßige, einseitige psychische Belastung. Diese Art von Müdigkeit scheint wie weggeblasen zu sein, wenn einem Menschen etwas Unerwartetes passiert, das ihn aus dem Alltag reißt. In einem negativen Zustand ist das Energiesystem aus dem Gleichgewicht geraten. Die Essenz ist wie eine kalte Dusche, sie erfrischt. Aufgrund seiner stärkenden Wirkung wird es zur Rehabilitation von Drogenabhängigen empfohlen. Es ist auch ein bewährtes Mittel gegen verwelkte Blumen. Bei müden und entzündeten Augen lohnt es sich, einen Umschlag zu machen, insbesondere wenn jemand viel vor dem Computer sitzt. Der Hainbuchentyp erfordert eine Erdung.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- „Montagmorgen“-Syndrom
- Müdigkeit, Erschöpfung
- Müdigkeit, Übersättigungsgefühl, Schwäche
- Morgenmüdigkeit oder Stimmungsschwankungen, die später verschwinden
- „Laufband“-Gefühl, tägliche Aufgaben scheinen zu schwierig
- „Gewöhnlicher Schleifer“
- Prokrastination

<u>Bestätigungen:</u>

*„Ich fühle mich frisch“*

*„ICH BIN IM MOMENTUM“*

*„Ich arbeite gerne“*

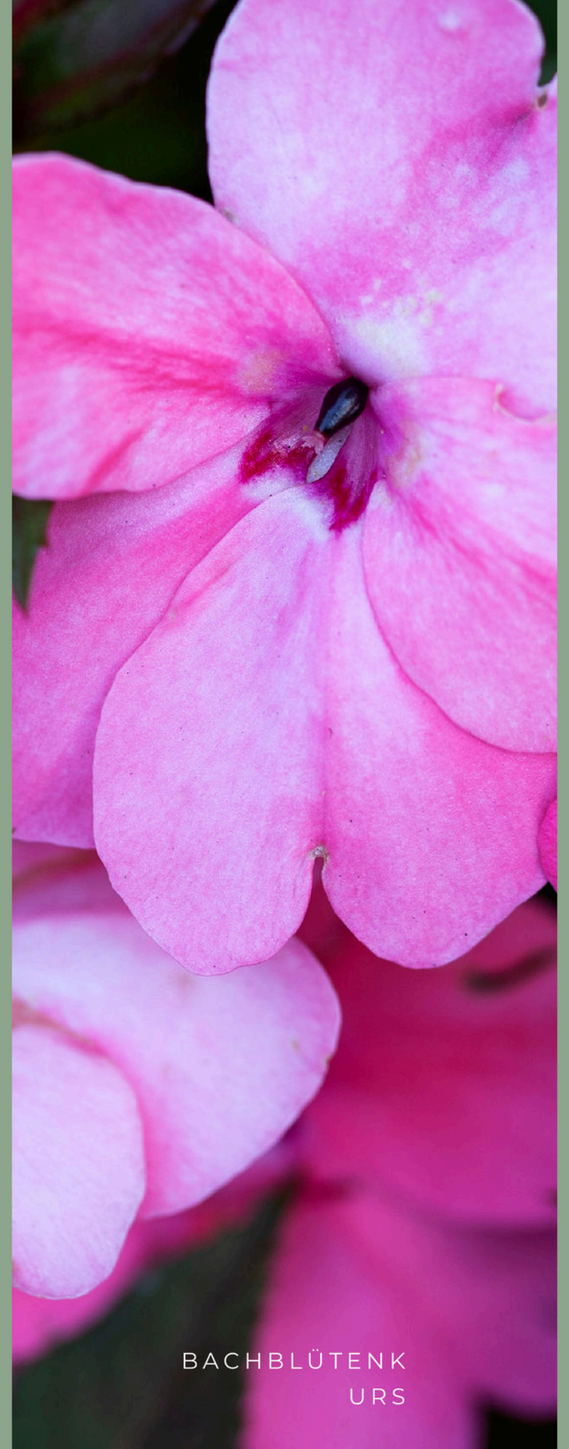
# 18.Drüsentragendes Springkraut - Impatiens

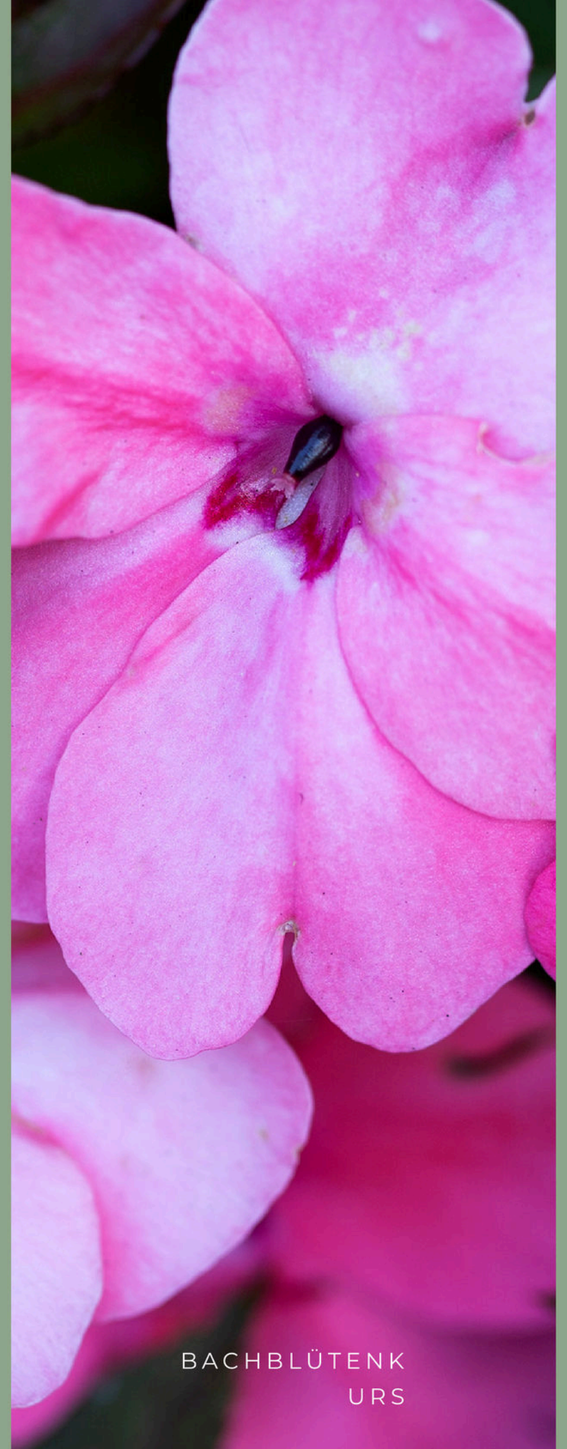
## Die Bachblume der Zeit

## Von Ungeduld ..... zu Geduld.

## Wenn Sie ungeduldig und gereizt sind. Ihn stört die Langsamkeit anderer.

Leitsymptom:
„Diejenigen, die schnell denken und handeln, die sich wünschen, dass alles ohne Zögern und Verzögerungen erledigt werden kann. Wenn Patienten ungeduldig auf die Genesung sind. Es fällt ihnen sehr schwer, Geduld mit Menschen zu haben, die langsam sind, weil sie es für schlecht und Zeitverschwendung halten. Sie versuchen, solche Leute zum Beschleunigen zu ermutigen. Sie arbeiten oft lieber unabhängig, damit sie alles in ihrem eigenen Tempo erledigen können.“ — Dr. Edward Bach






Impatiens wird mit dem spirituellen Potenzial von Geduld und Sanftmut in Verbindung gebracht. Dieser Typ ist sehr plötzlich, sein Adrenalinspiegel steigt schnell an, aber genauso plötzlich wie seine Wut verfliegt er ebenso plötzlich. Ihn treibt eine große innere Unruhe an, er möchte alles schnell erledigen. Impatiens sind im Familienleben gut etabliert. Effektive Hilfe für ungeduldige Eltern, aber auch für Kinder, die Wutanfälle haben oder wählerisch sind, wenn sie zu Gast sind. Dieser Zustand ist, auch wenn er sich nicht verbal manifestiert, durch Gewohnheiten und Bewegungen gekennzeichnet, wie z mit den Fingern trommeln, auf dem Stuhl schwingen usw.

Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:

- Ungeduld
- Nervosität, Reizbarkeit, Unruhe
- Genervt von der Langsamkeit anderer (beim Transport, bei der Arbeit, beim Essen usw.), hetzt er andere
- Er arbeitet lieber in seinem eigenen Tempo als mit anderen
- Er redet viel, denkt viel nach, kann nicht still sitzen
- Ständig verwirrt über die Zeit: übermäßig pünktlich, ständig zu spät oder durch Termine gestresst

Bestätigungen:

*"ICH HABE ZEIT"*

*"ICH BIN GEDULDIG"*

*"ICH ENTSPANNE"*

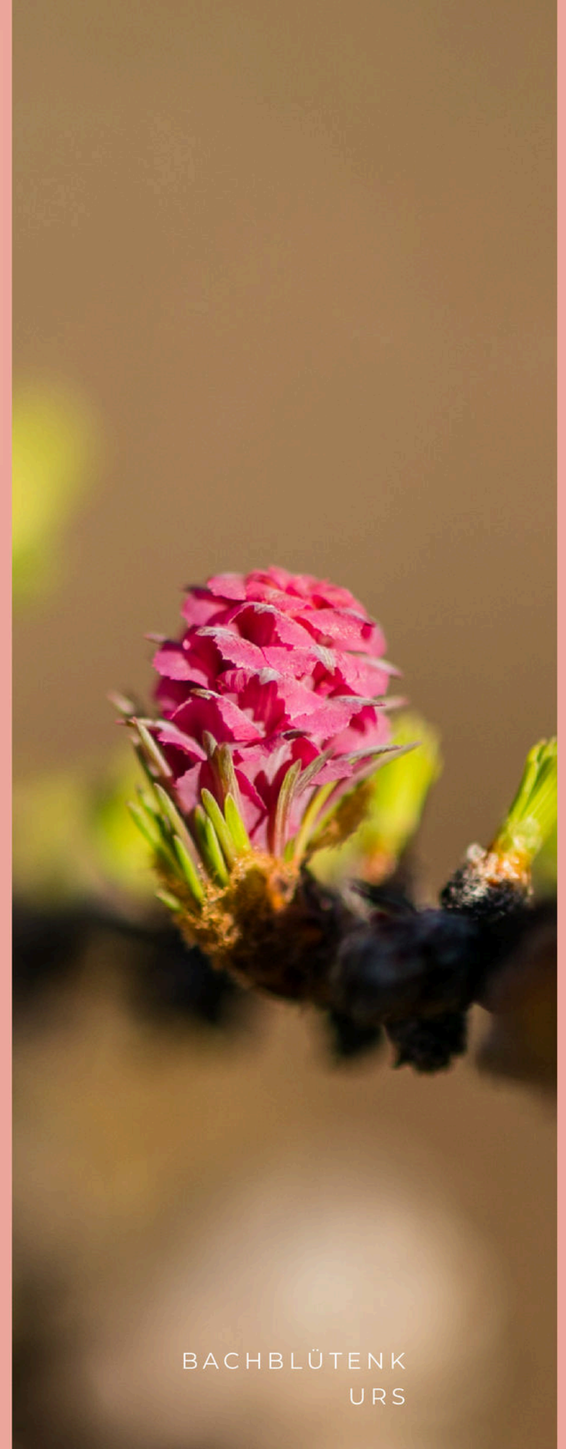
# 19.Lärche - Larch

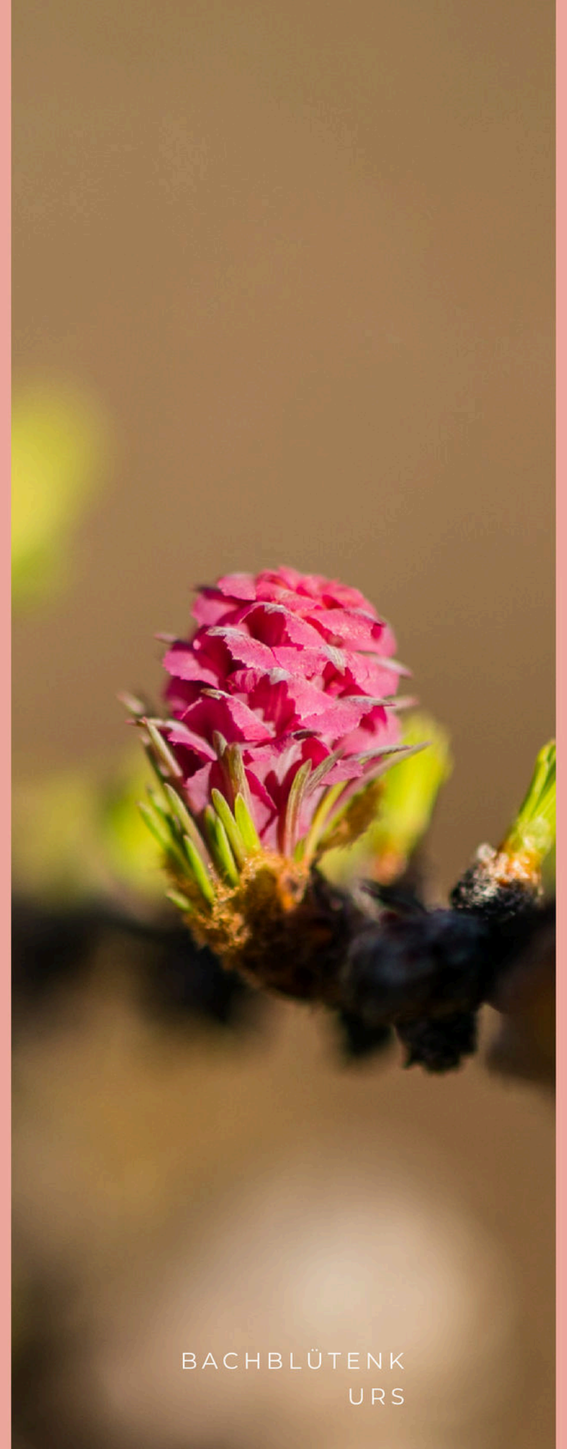
## Die Bachblume des Selbstbewusstseins

## Von der Selbstbegrenzung ..... zur Entfaltung.

## Wenn du dir selbst nicht vertraust. Auch er fängt nicht an, weil „es sowieso nicht geht“.

Leitsymptom:
„Für diejenigen, die sich selbst nicht so gut oder talentiert sehen wie ihre Mitmenschen, die damit rechnen, dass sie scheitern werden, die das Gefühl haben, dass sie nie Erfolg haben werden, und deshalb keinen entschlossenen Versuch unternehmen, erfolgreich zu sein.“






Lärche wird mit dem spirituellen Potenzial des Selbstvertrauens in Verbindung gebracht. In einem negativen Larch-Zustand besteht das Problem darin, dass die Persönlichkeit übermäßig an ihren vergangenen negativen Erfahrungen festhält, anstatt ihnen zu vertrauen, da sowohl Misserfolge als auch Erfolge für unsere Entwicklung wertvoll und notwendig sind. Man vergleicht sich mit anderen Menschen, man misst sich an deren Maßstäben. In diesem Zustand unternehmen Sie nicht einmal genug Anstrengung, um erfolgreich zu sein. Lärchenenergie hilft, einschränkende Gedanken zu beseitigen und gibt Selbstvertrauen. Es eignet sich sowohl zur Langzeitbehandlung als auch zur Lösung kurzfristiger Probleme. Das Medikament eignet sich auch zur Behandlung von Potenzstörungen, sowie bei der typischen Zwangsvorstellung, dass ich sowieso scheitern werde. Ein bewährtes Mittel zum Schreiben von Abschlussarbeiten, vor Prüfungen, aber auch für schüchterne Kinder, die ihre Eltern immer vorausschicken usw. Das Medikament hilft Ihnen, wieder auf die Beine zu kommen.

„Nun, meine Seele, wir gewinnen nur, wenn wir es versuchen.“

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Mangel an Selbstbewusstsein
- Ein Gefühl der Minderwertigkeit
- Er vergleicht sich mit anderen, denkt, andere seien hübscher, besser, klüger als er
- Er ist von seiner eigenen Inkompetenz überzeugt
- Er hat wenig Vertrauen, aus Angst vor dem Scheitern probiert er keine neuen Dinge aus
- Er steht sich selbst kritisch gegenüber
- Er hat Angst vor Prüfungen und Vorstellungsgesprächen

<u>Bestätigungen:</u>

*„ICH KANN ES SCHAFFEN“*

*"ICH WILL"*

*"ICH WERDE"*

# 20.Gefleckte Gauklerblume - Mimulus

## Bachblume des Mutes

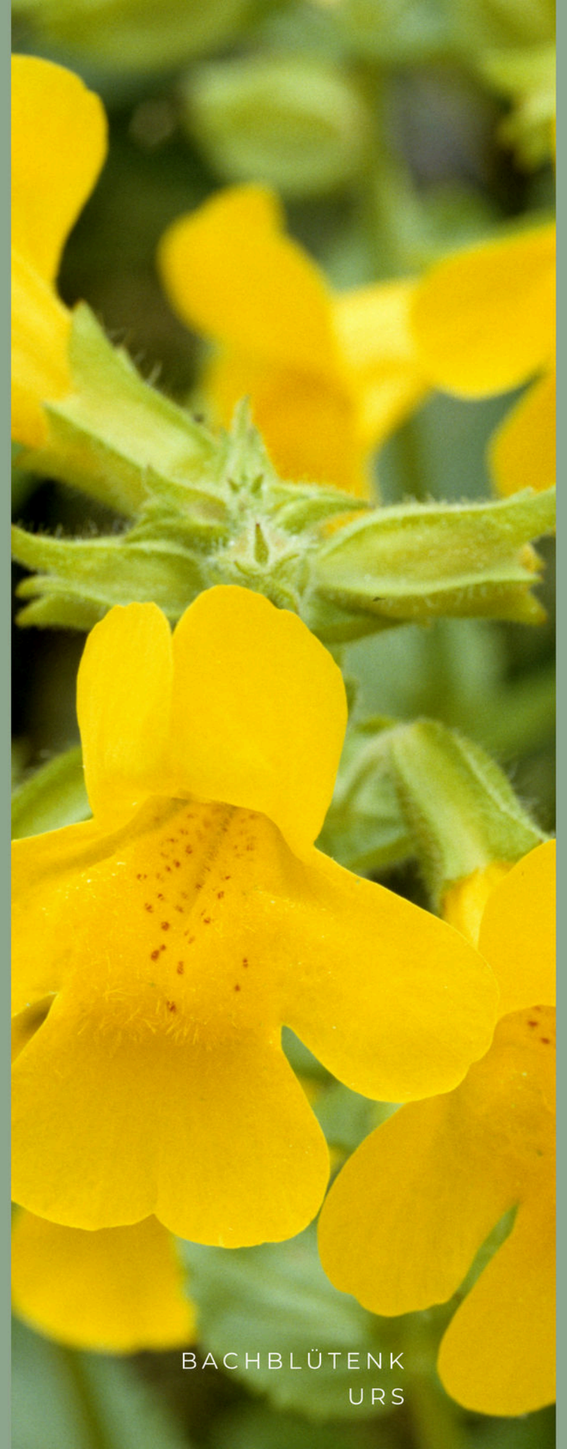
**Von der Angst vor der Welt …… zum Vertrauen in die Welt.**

**Wenn Sie wissen, wovor Sie Angst haben, z. B. vor Spinnen, Fliegen, Tod usw.**

Leitsymptom:

„Angst vor weltlichen Dingen, Krankheit, Schmerz, Unfällen, Armut, Dunkelheit, Alleinsein, Unglück. Ängste des Alltags. Diese Menschen tragen ihre Ängste im Stillen und im Verborgenen, sie reden nicht offen mit anderen darüber.“ — Dr. Edward Bach






Mimulus wird mit der spirituellen Qualität von Mut und Vertrauen in Verbindung gebracht. Mimulus-Typen leiden unter artikulierten, konkreten Ängsten. Diese mentale Struktur kann sehr empfindlich auf Licht, Geräusche und Geräusche reagieren. Ihre Überempfindlichkeit macht sich oft bei sozialen Kontakten bemerkbar, sie erröten schnell, stottern oder undeutlich, wenn sie nervös sind. Für den Mimulus-Typ ist es wichtig, einen Ort zum Rückzug und zum Auftanken zu haben. Die Droge hilft einem Menschen, sein wahres, kraftvolles Wesen zu finden.

Wer von Grund auf Mimulus veranlagt ist, sehnt sich nach Stille, meidet Lärm und Menschenansammlungen. Er wird durch das Summen des Fernsehers und laute Musik gestört. Die Lernaufgabe dieser Art ist nach Bach Mitgefühl und Barmherzigkeit.

Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:

- Schüchternheit
- Mangel an Mut
- Es können konkrete Ängste und Phobien benannt werden
- „Angst vor der Welt“
- Überempfindlichkeit: z.B. zu Kälte, Lärm, blendendes Licht, lautes Sprechen

Bestätigungen:

*„ICH BIN MUTIG“*

*"ICH GEHE REIN"*

*"FORTSCHRITT"*

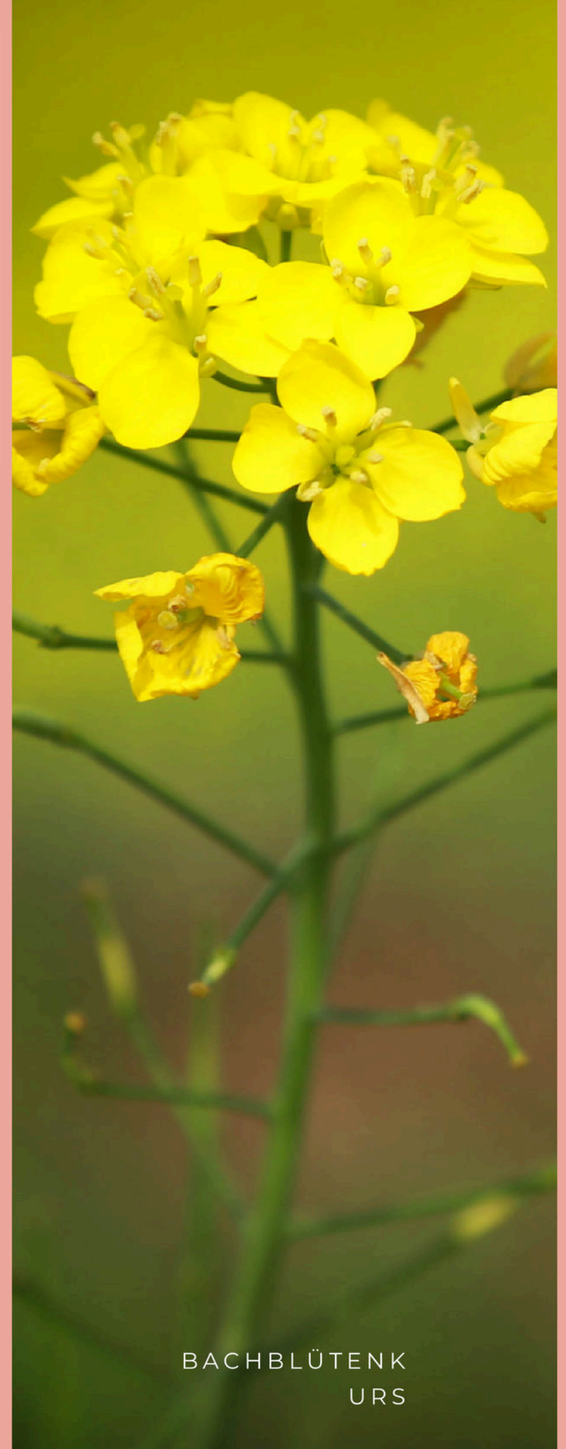
# 21.Wilder Senf - Mustard

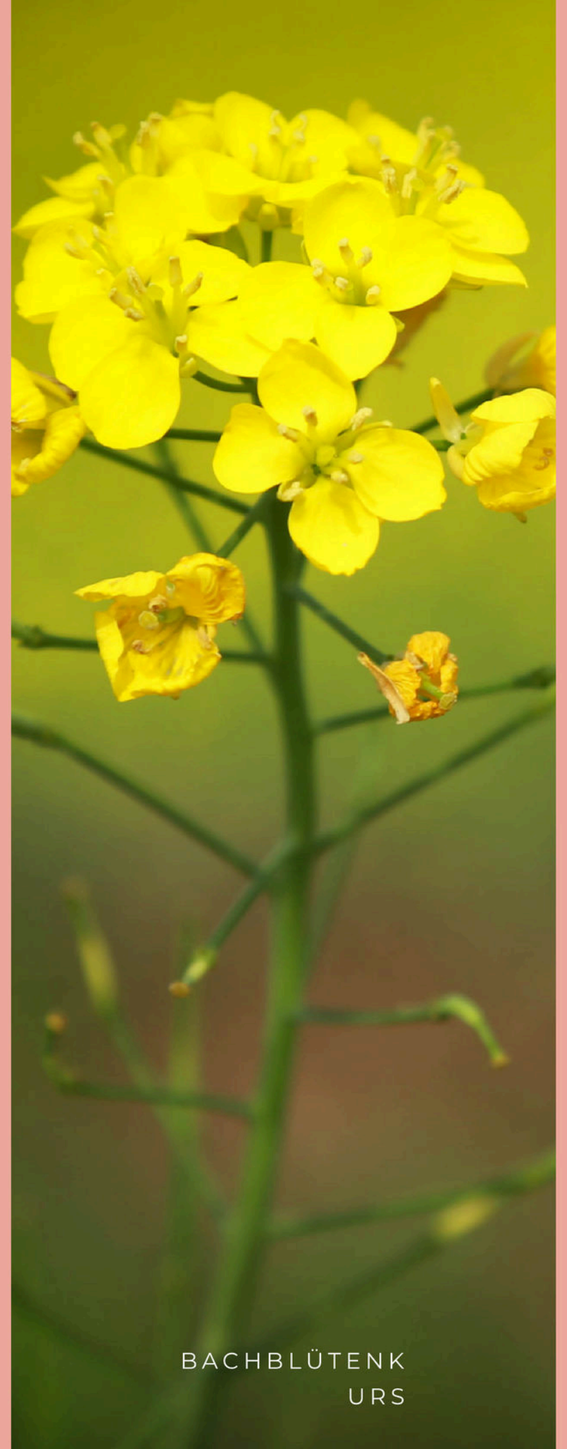
## Die Bachblume des Lichts

## Vom mentalen Schmerz ..... zur mentalen Stärke.

## Wenn Ihre Trauer unerklärlich tief ist und ohne Grund kommt und geht.

Leitsymptom:
„Für diejenigen, die zur Trübsinnigkeit oder sogar zur Verzweiflung neigen, als ob eine kalte, dunkle Wolke sie überschattet und ihnen das Licht und die Freuden des Lebens verbirgt.“ Es gibt keinen Grund oder eine Erklärung für diese Anfälle. Unter solchen Umständen ist es fast unmöglich, glücklich oder fröhlich zu sein.“ — Dr. Edward Bach






Senf verkörpert einen Geisteszustand der Fröhlichkeit und strahlenden Reinheit. In einem negativen Senfzustand ist eine Person von Trübsinn umgeben. Wir alle kennen diesen unerklärlichen, tiefen Weltschmerz, der uns ohne Grund überkommt. Es entwickelt sich oft unbemerkt auf der inneren Ebene. Zu den typischen Begleitsymptomen der Senf-Erkrankung gehören: Verlangsamung der Bewegungen, Müdigkeit, verminderte Wahrnehmung. Viele Komponisten und Maler hatten diesen Geisteszustand und konnten aus diesen tiefen Emotionen schöpfen. Laut Dr. Bach Raps: „Senf vertreibt Kummer und bringt wieder Freude ins Leben.“ Die Essenz hilft Ihnen, aus einem dunklen Traum aufzuwachen. Die Mustard-Depression wird auch durch dunkle Mächte verursacht, die manipulativ die Kontrolle über den Geist einer Person übernehmen. In Ländern, in denen die Sonne während des langen Winters längere Zeit nicht scheint (z. B. Skandinavien), kommt die Senferkrankung häufig vor. Besonders nützlich ist die Blume: in depressiven Phasen im Frühling und Herbst (auch meine eigene Erfahrung!), in den Wechseljahren und auch bei Kindern, wenn sie die Traurigkeit anderer unbewusst auf sich nehmen.
Diese Blume kann jederzeit eingenommen werden, wenn sich eine Person deprimiert fühlt, aber nicht weiß, warum. (Dies unterscheidet es von Enzian, das aus einem bekannten Grund bei Traurigkeit und Abfall vom Glauben empfohlen wird.)

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Schlechte Laune, Trübsinn, Niedergeschlagenheit ohne Grund
- Depression, Melancholie
- Die depressive Verstimmung entwickelt sich ohne vorherige Anzeichen und verschwindet dann schnell, was zu einer tiefen Erleichterung führt
- Er fühlt sich von der Welt abgeschnitten
- Unglücklich und traurig
- Ihn interessiert oder motiviert nichts
- Er kann seine schlechte Laune nicht vor anderen verbergen
- Er würde lieber einfach da sitzen und starren

<u>Bestätigungen:</u>

*"ICH BIN LOCKER"*

*"ICH BIN SPASS"*

*„ICH GEHE ZUM LICHT“*

# 22.Eiche - Oak

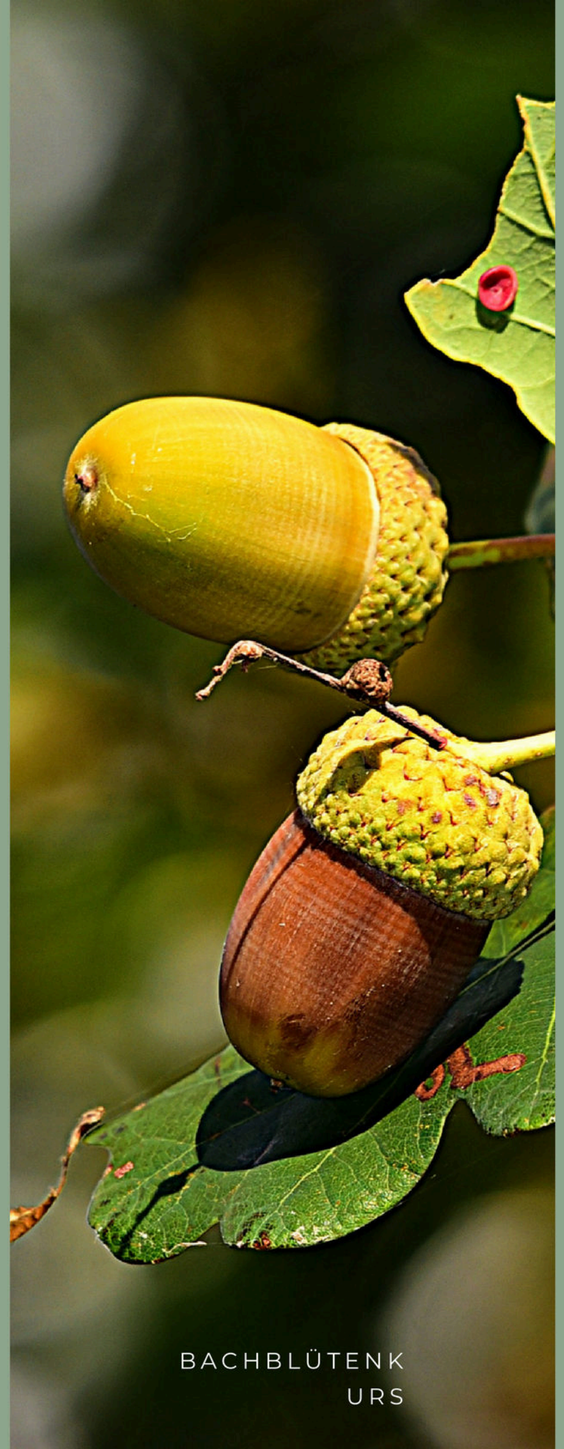
## Die Bachblume der Ausdauer

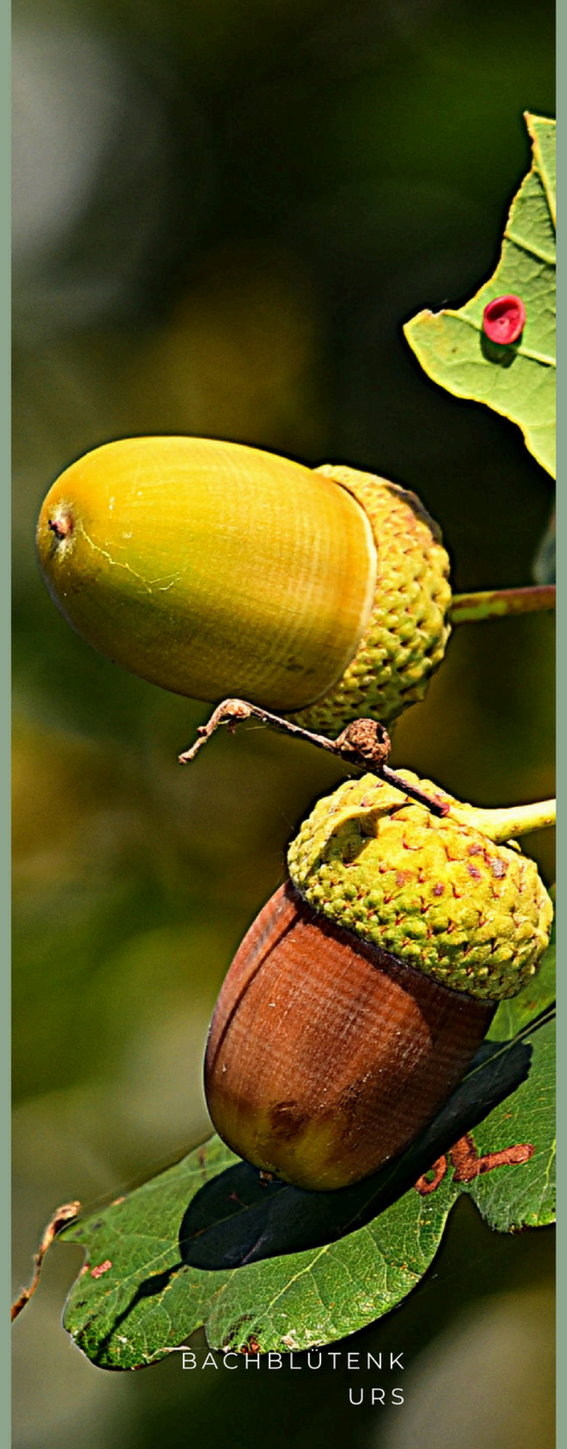
**Vom pflichtbewussten Krieger ..... zum friedlichen Soldaten.**

**Ist er von einem ausgeprägten Pflichtbewusstsein getrieben, leidet er unter einem Leistungszwang. Obwohl er erschöpft ist, gibt er nicht auf, strengt seine Kräfte an und kämpft, bis ihm die Nägel brechen.**

Leitsymptom:

„Für diejenigen, die hart kämpfen und kämpfen, um besser zu werden oder ihre alltäglichen Angelegenheiten zu bewältigen.“ Sie versuchen eins nach dem anderen, auch wenn es aussichtslos erscheint. Sie werden weiter kämpfen. Sie sind mit sich selbst unzufrieden, wenn eine Krankheit sie daran hindert, ihren Verpflichtungen nachzukommen oder anderen zu helfen. Mutige Menschen, die gegen große Widrigkeiten kämpfen, ohne die Hoffnung aufzugeben.“ — Dr. Edward Bach






Eiche, der heilige Baum der Druiden, verkörpert das spirituelle Potenzial von Stärke und Ausdauer. Er ist die wirklich hartnäckige Figur. Dieser Typ ist wie ein pflichtbewusster Krieger, solide und stark, auf ihn kann man sich immer verlassen. Er gibt niemals auf, ist nicht verbittert über Misserfolge, bleibt standhaft und packt Aufgaben an. Er kann auch in Krisenzeiten ruhig bleiben. Er hat eine edle, ehrliche Einstellung und hilft anderen freiwillig. Das Medikament wirkt auch nach längerer Krankheit gut, wenn die notwendigen Nachbehandlungen lange dauern. In solchen Fällen gibt Eiche neue Impulse und erleichtert die Genesung. Es hilft Kindern auch, wenn sie größere Gegenstände ausfüllen müssen.

Der Eichentyp erträgt alles, was das Leben ihm entgegenwirft, und kämpft ohne zu zögern. Selbst wenn er krank ist, kämpft er, als wäre er gesund. Menschen, die die Essenz einnehmen, gewinnen Einblick in ihre Probleme und finden einen neuen Weg, sich weiterzuentwickeln, indem sie die Ursache ihrer Schwierigkeiten verstehen.

Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:

- Hartnäckig, stur, unnachgiebig, gibt niemals auf und lässt niemals nach
- Pflichterfüllung hält er für die größte Tugend
- Er gibt den Kampf nie auf, selbst wenn er hineinfällt
- Besiegt, erschöpft
- Er geht zur Arbeit, auch wenn er krank ist
- Sie möchten vor anderen nicht schwach erscheinen

Bestätigungen:

*"ICH ENTSPANNE"*

*„ICH KANN ES EINFACH MACHEN“*

*"ICH FÜHLE MICH FREI"*

# 23.Olive - Olive

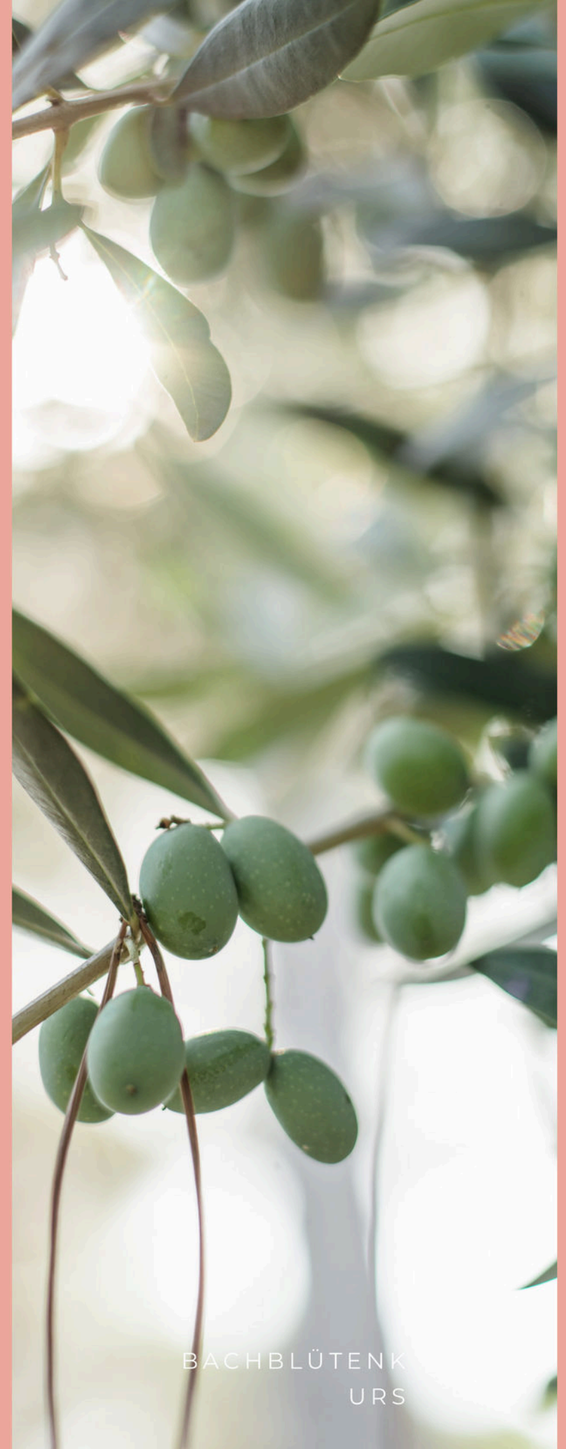
## Die Bachblume der Erneuerung

## Von der Erschöpfung …… zur Ressource.

## Wenn Sie sich nach körperlicher oder geistiger Arbeit oder Krankheit körperlich und geistig erschöpft fühlen.

Leitsymptom:

„Wer geistig und körperlich viel gelitten hat, fühlt sich so erschöpft und müde, dass er überhaupt keine Kraft mehr hat, sich noch mehr anzustrengen. Der Alltag ist für sie harte Arbeit ohne Freude.“ — Dr. Edward Bach






Die Essenz der Olive hängt mit dem Prinzip der Erneuerung zusammen. Schon die Erledigung kleinerer Aufgaben erschöpft ihn. Befindet sich jemand immer wieder in diesem Zustand, muss er lernen, seine Energie richtig zu verwalten. Wenn sich jemand längere Zeit überanstrengt, schlägt plötzlich die Alarmanlage des Körpers an. In einem negativen Olive-Zustand ist es sehr wichtig, auf den Körper zu achten und sich selbst gründlich zu untersuchen. Bei körperlichen Erkrankungen, die viel Kraft verbrauchen, hilft die Essenz immer, stärkt Körper und Seele. Nach der ersten Einnahme von Olive besteht häufig ein hohes Schlafbedürfnis, das gedeckt werden muss, damit sich der Körper regenerieren kann. Das Medikament beeinflusst nicht die Psyche, sondern einen chronischen Gefühlszustand, der in bestimmten Lebenssituationen auftritt. Es löst das Gefühl unermesslicher geistiger Erschöpfung. Hinweise auf die Regenerationsfähigkeit von Olive finden sich bereits in der Bibel, z.B. Psalm 128:3, Matthäus 26:36-46, Lukas 24:50.

Olive ist ein Zustand völliger Erstickung. Sie haben das Gefühl, dass ihnen die Energie für weitere Anstrengungen fehlt. Mit Hilfe der Essenz können sie die für die Erneuerung notwendigen Reserven finden.

Die äußeren Anzeichen sind Blässe und Erschöpfung. Es wird bei Erschöpfung empfohlen, die nach viel Leid, Krankheit, Traurigkeit oder größerer Anstrengung auftritt.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Geistige und körperliche Erschöpfung
- Schwäche
- Erhöhtes Schlafbedürfnis, Sie möchten die ganze Zeit schlafen
- Du fühlst dich entmannt
- Es ist schwierig, an Wochentagen aufzutreten
- Sie haben zu viel gearbeitet, Ihre Batterien sind leer, Sie brauchen eine Pause
- Ständige Müdigkeit, keine Reserve

<u>Bestätigungen:</u>

*„Ich bin voller Energie“*

# 24.Schottische Kiefer - Pine

## Die Bachblume der Selbstakzeptanz

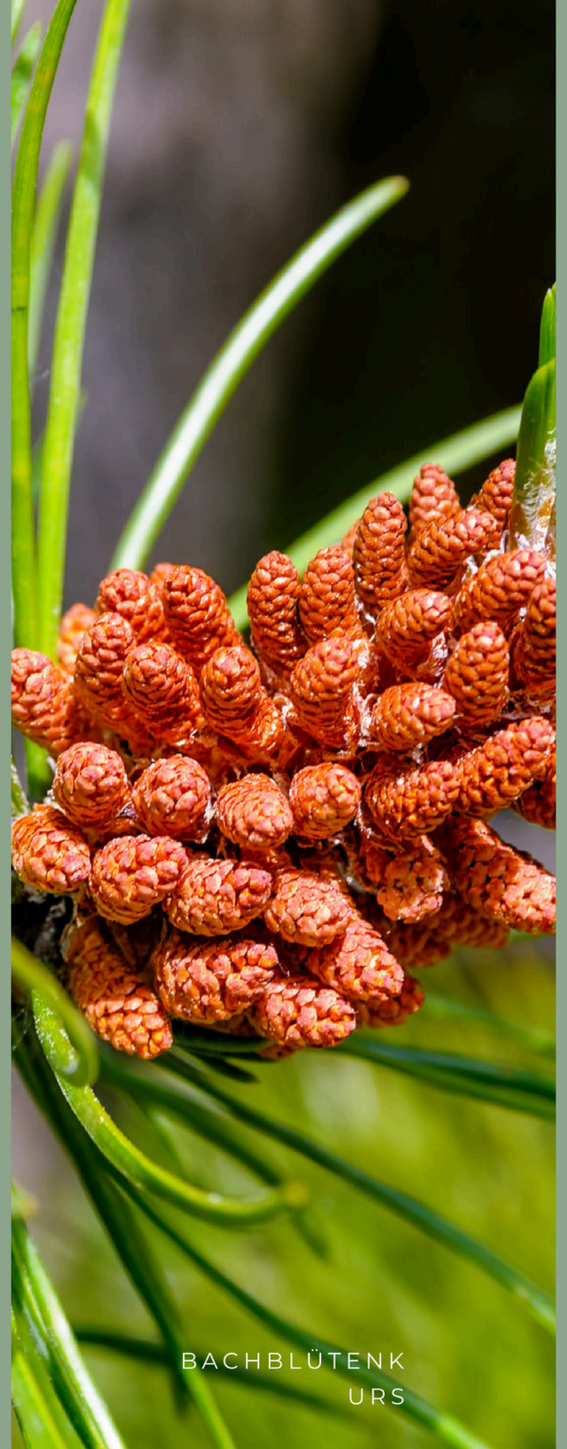
## Von der Selbsterniedrigung …… zum Selbstwertgefühl.

## Wenn Sie unter Schuldgefühlen leiden und sich die Fehler anderer vorwerfen, geben Sie sich selbst die Schuld dafür.

Leitsymptom:

„Für diejenigen, die sich selbst die Schuld geben. Selbst wenn sie erfolgreich sind, denken sie, sie hätten es besser machen können und sind mit den Entscheidungen, die sie getroffen haben, nie zufrieden. Könnte mir dieses Medikament helfen, mir nicht mehr die Schuld für alles zu geben?“ — Dr. Edward Bach






Kiefer wird mit der spirituellen Qualität der Selbstakzeptanz in Verbindung gebracht. Die Essenz befreit uns ein für alle Mal von der Schuld. Tief im Inneren erwartet dieser Typ, für seine Fehler bestraft zu werden. Wenn keine Strafe von oben kommt, bestraft er sich selbst. Die Vermutung beruht auf verschiedenen Erfahrungen, dass negative Pine-Reaktionen im Mutterleib fixiert werden, wenn aus dem Kind ein Junge statt eines Mädchens wird oder wenn die Mutter während der Schwangerschaft gesundheitliche Probleme hat. Ein negativer Zustand ist durch Selbstvorwürfe und eine zu starke Bindung an die Vergangenheit und die Familie gekennzeichnet. Ein solcher Mensch macht sich ständig Vorwürfe, ist fleißig, leidet aber unter selbstverschuldeten Fehlern. Manchmal übernimmt man die Verantwortung für die Fehler anderer Menschen.

Seine Gefühle stammen möglicherweise aus der Kindheit, als er die Vorwürfe auf sich nahm, die ihm wegen seines Verhaltens innerhalb der Familie (z. B. religiöse Erziehung) zuteil wurden, weil mehr Wert auf Sünden als auf Vergebung und Gnade gelegt wurde.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Schuld
- Gewissensbisse
- Selbstablehnung, Selbstbestrafung
- Er fühlt sich auch für die Fehler anderer verantwortlich
- Du fühlst dich wertlos
- Maßgeblich, übermäßig bescheiden und entschuldigend
- Er ist zu kritisch gegenüber sich selbst, auch wenn er erfolgreich ist
- Er hat zu hohe Erwartungen an sich selbst, er sehnt sich zwanghaft nach Perfektion

<u>Bestätigungen:</u>

„ICH DARF ES“

*„ICH VERGEBE MIR SELBST“*

„ICH BIN FREI“

# 25.Rote Kastanie - Red Chestnut

## Die Bachblume der Unabhängigkeit

## Von der Symbiose …… zur Unabhängigkeit.

## Wenn Sie sich zu viele Sorgen um andere machen oder sich zu sehr um andere kümmern.

Leitsymptom:
„Für diejenigen, denen es schwerfällt, sich keine Sorgen um andere zu machen. Sie sorgen sich oft nicht mehr um sich selbst, sondern nur noch um ihre Lieben. — Dr. Edward Bach






Red Chestnut  wird mit dem spirituellen Potenzial der Fürsorge und des Mitgefühls in Verbindung gebracht. Dieser Zustand zeichnet sich durch eine starke energetische Verbindung zwischen zwei Menschen aus, die die Person entweder aktiv erfährt oder unter der sie passiv leidet. Dieser Typ kann leicht in die Psyche anderer eindringen. Sie sind scheinbar selbstlos um andere besorgt und befürchten immer das Schlimmste. Das sind die Eltern, die nicht schlafen, bis ihr Kind nach Hause kommt, oder die Großeltern, denen der Gedanke entsetzt, dass ihr Enkelkind alleine eine stark befahrene Straße überqueren muss. Der Zustand der Red Chestnut kann auch als symbiotische Beziehung beschrieben werden. Diese innige Beziehung zwischen Mutter und Kind ist völlig natürlich, aber sie ist nicht gesund, wenn die geistige Nabelschnur nicht zu lange durchtrennt wird. In Kombination mit Walnuss ist es für Menschen, die in helfenden Berufen arbeiten, eine wirksame Hilfe, sich nicht auf die Gefühlswelt des anderen einzulassen. Es ist ein bewährtes Mittel während der Entwöhnungsphase sowohl für das Baby als auch für die Mutter. Zusammen mit White Chestnut hilft es, wenn jemand sich ständig Sorgen um jemanden macht und die Gedanken nicht loslässt. Bei übermäßiger Besorgnis sollte es mit Rock Rose kombiniert werden.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Übermäßige Angst davor, was anderen passieren wird
- Zu viel Sympathie
- Zu starke innere Bindung an andere
- Übermäßige, krankhafte Sorge um andere
- Er lässt sich emotional zu sehr auf das Leben anderer Menschen ein, er kennt die Gefühle anderer Menschen besser als seine eigenen

<u>Bestätigungen:</u>

*"ICH BIN ICH SELBST"*

*„ICH BLEIBE ICH“*

*„ICH BIN ICH – DU BIST DU“*

# 26.Gelbes Sonnenröschen - Rock Rose

## Die Bachblume des Ausbruchs

## Von der Panik …… zum Heldentum.

## Wenn er vor etwas Angst hat, erstarrt er vor Schrecken und kann nicht reagieren.

Leitsymptom:
„Ein Heilmittel für den Notfall in Fällen, in denen keine Chance auf Hoffnung besteht.“ Ein schwerer Unfall, eine plötzliche Krankheit oder wenn der Patient große Angst und Angst hat oder wenn sein Zustand so ernst ist, dass er bei seinen Mitmenschen große Angst auslöst. Wenn der Patient bewusstlos ist, können die Lippen mit diesem Arzneimittel befeuchtet werden.“ — Dr. Edward Bach






„Sie sind völlig verzweifelt, sie haben das Gefühl, dass sie es nicht mehr aushalten.“

Mit der Rock Rosewird das spirituelle Potenzial von Mut und Standhaftigkeit in Verbindung gebracht. Die Eigenschaften von Angst und Mut in den negativen und positiven Zuständen. Der negative Rock-Rose-Zustand ist der stärkste Angstzustand, den ein Mensch erleben kann, weshalb er zu einem wichtigen Bestandteil des First Aid Drop wurde. Effektive Hilfe für Panikgeplagte, Rescue Remedy wird bei Panikattacken empfohlen. Wenn Kinder weinend aufwachen, nippen Sie an Rock Rose, bis sie sich beruhigt haben. Die Essenz befreit die Persönlichkeit von eingefrorener Angst. Ein solcher Mensch hat ein sensibles Nervensystem, seine mentalen Kraftreserven sind schnell erschöpft, er ist instabil und ausgesprochen sensibel. Sind unsere Nerven im Alltag vorübergehend angespannt, wir sind gereizt, sorgt die Zistrose für Ausgleich. Eine bewährte Hilfe für alle, die Angst vor Gewittern haben.

Am Anfang diente die Essenz als Strukturmittel, doch dann wurde sie eher zu einem Zusatz. Die Droge gibt Kraft und Hoffnung.
Sie ist eine der gefragtesten Essenzen in der Bachblütentherapie.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Panik und Terror
- Beängstigend
- Extrem intensive Angstzustände
- Angst, Abscheu, Entsetzen, abnormale Funktion des Nervensystems
- Starke Angst bei Unfällen, Naturkatastrophen, lebensbedrohlichen Verletzungen
- Blockiertes Handeln und Denken
- Plötzliche starke Angst

<u>Bestätigungen:</u>

*"KOMM DARÜBER HINWEG"*

*„ICH WEISS, DASS ES FUNKTIONIEREN WIRD“*

*„ICH VERSTEHE DIE SITUATION“*

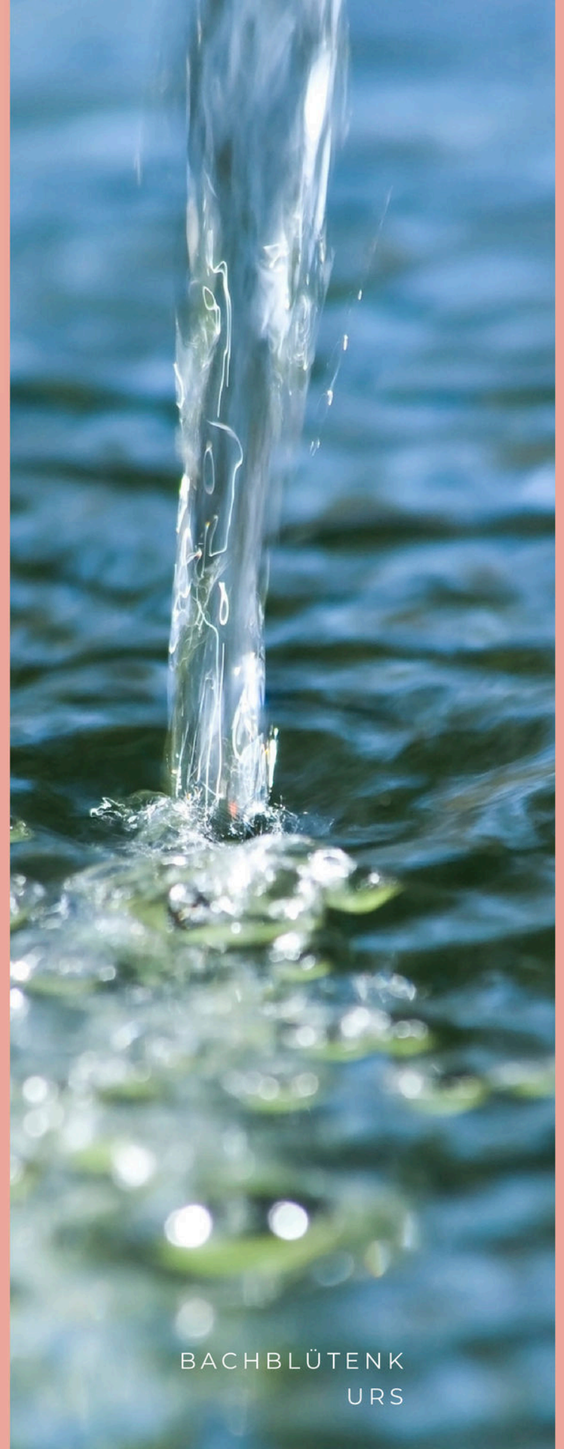
# 27.Felswasser - Rock Water

## Die Bachblume der Flexibilität

## Von der dogmatischen Disziplin ..... zur Besonnenheit.

## Wenn Sie unflexibel sind und die Messlatte für sich selbst zu hoch legen.

Leitsymptom:
„Für diejenigen, die in ihrem Lebensstil sehr streng sind. Sie berauben sich selbst einer Menge Erfahrung und Freude, weil dies ihre Arbeit beeinträchtigen kann. Sie sind harte Lehrer für sich selbst. Sie wollen gesund, stark und aktiv sein und tun alles, von dem sie glauben, dass es ihnen dabei hilft. Sie hoffen, ein Beispiel für andere zu sein, die ihren Ideen folgen und dadurch besser werden.“ — Dr. Edward Bach






Rock Water wird mit dem spirituellen Potenzial der Anpassungsfähigkeit in Verbindung gebracht. In einem negativen Zustand verweigert sich ein Mensch viele Dinge, weil er glaubt, dass dies mit seiner strengen, fast asketischen Wahrnehmung unvereinbar ist. Viele Felswasserfiguren wollen schon auf der Erde vollkommen und heilig werden. Er legt sich strenge Prinzipien auf, systematische Dinge, die er tun und abhaken kann. Er gibt sich selbst die Schuld, wenn er es nicht schafft. Er ist ziemlich starr, egal um welches Thema es geht, er akzeptiert nur das, was er für richtig hält. Unterdrückt Ihre Bedürfnisse, stellt zu hohe Ansprüche an sich selbst. Er will die Entwicklung vorantreiben. Wenn Sie diese Blume brauchen, lassen Sie sich die Freuden des Lebens nicht entgehen. Gönnen Sie sich Raum, erlauben Sie sich, Fehler zu machen.

Rock Waters Lebenseinstellung ist zu streng. Seine positive Seite: alles erneuert zu sehen, mit neuen Augen, frei von Vorurteilen und vorgefassten Theorien. Jeder muss seine eigenen Erfahrungen sammeln und sein eigenes Heil finden – Rock Water hilft dabei. Bach brachte es mit Impatiens, Eisenkraut und Wasserveilchen in Verbindung und sagte, dass sie alle den Ehrgeiz hätten, im Leben etwas zu erreichen.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Unflexibilität, starres Denken, mangelnde Spontaneität
- Probleme, die aus dem Wunsch nach Perfektion entstehen
- Er ist zu streng mit sich selbst und befolgt drakonische Regeln
- Er verweigert sich die Freude am Leben, unterdrückt seine Bedürfnisse – Schlafen, Essen, Unterbrechung der Arbeit usw.
- Er stellt zu hohe Ansprüche an sich selbst, er ist ein Idealist

<u>Bestätigungen:</u>

*„ICH ERLAUBE MIR“*

*„ICH BIN MOBIL“*

*„Ich bin spontan“*

# 28.Einjähriger Knäuel - Scleranthus

## Bachblüte des Gleichgewichts

**Von der inneren Unruhe …… zum inneren Gleichgewicht.**

**Wenn Sie unter Unsicherheit leiden, sich nicht zwischen zwei Dingen entscheiden können, zeichnen Sie sich durch Stimmungsschwankungen aus.**

Leitsymptom:
„Für diejenigen, die sehr darunter leiden, dass sie sich nicht zwischen zwei Dingen entscheiden können, wo das eine besser erscheint und wo das andere. Sie sind meist ruhige Menschen, sie ertragen ihre Schwierigkeiten alleine, weil sie nicht mit anderen darüber diskutieren wollen.“ — Dr. Edward Bach






„Diese Blume wird mit dem spirituellen Potenzial der inneren Ausgeglichenheit und Entschlossenheit in Verbindung gebracht. In einem negativen Sclerantus-Zustand ändert ein Mensch ständig seine Meinung. Er erscheint in den Augen anderer sehr instabil und unzuverlässig. Er schwankt zwischen den Meinungen, heute will er eines , morgen völlig anders. Er ist aufgrund seiner inneren Unruhe sehr nervös. Das mangelnde innere Gleichgewicht zeigt sich auch in körperlichen Symptomen wie Ungleichgewicht, Innenohrproblemen, Appetitlosigkeit oder Heißhunger mit extremen Stimmungsschwankungen.

Diese Essenz leitet die Seele. Scleranthus ist ein Denker, kein emotionales Wesen. Mit der Droge können wir lernen, in schwierigen Situationen schnell zu handeln, uns eine richtige Meinung zu bilden und dieser standhaft zu folgen. „Es verleiht uns die Klarheit der inneren Vision, die Fähigkeit, schnelle Entscheidungen zu treffen und die Entschlossenheit und Ruhe, die wir angesichts von Schwierigkeiten brauchen.“

Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:

- Unentschlossen, normalerweise nicht in der Lage, sich zwischen zwei Dingen zu entscheiden
- Er zögert, es ist ihm wichtig, eine gute Entscheidung zu treffen
- Er ändert oft seine Entscheidungen, gilt als unzuverlässig und launisch
- Stimmungsschwankungen
- Unentschlossenheit, mangelndes inneres Gleichgewicht
- Es fällt ihm schwer, sich zu beruhigen

Bestätigungen:

*„ICH STEHE STARK“*

*"ICH WEISS WAS ICH WILL"*

*"ENTSCHEIDUNG"*

# 29.Doldiger Milchstern - Star of Bethlehem

## Die Bachblume des Trostes

## Vom Schock ..... zur Neuorientierung.

## Wenn Sie schockiert, traurig oder verängstigt sind

Leitsymptom:
„Für diejenigen, die sich in einer sehr überwältigenden, traurigen oder krisenhaften Situation befinden, die sie für eine Weile unglücklich macht.“ — Dr. Edward Bach






Der Star of Bethlehem wird mit dem spirituellen Potenzial der Erweckung und Neuorientierung in Verbindung gebracht. Diese Blume ist einer der sehr wichtigen Bestandteile des Erste-Hilfe-Tropfens. Es neutralisiert die möglichen Nachwirkungen eines Traumas und aktiviert die Selbstheilungsmechanismen des Körpers. Wir alle erleben im Laufe unseres Lebens psychische Traumata, die wir nicht verarbeiten können. Die Essenz belebt Ihre Persönlichkeit aus geistiger Benommenheit, unverarbeitete Erlebnisse lösen sich auf. Wirksam in Kombination mit Crab Apple für diejenigen, die im Laufe ihres Lebens viele bewusstseinsverändernde Medikamente eingenommen haben. Es kann in Kombination mit Walnut dem Badewasser von Neugeborenen zugesetzt werden und hilft so den Babys, ihre Ankunft auf der Welt zu verarbeiten. Es wird auch bei starken Menstruationsblutungen eingesetzt.

Durch die Essenz werden Menschen, die traumatische Lebenssituationen erlebt haben, wieder ausgeglichen und ruhig. Es hilft, das emotionale Gleichgewicht wiederherzustellen, nicht umsonst wird es als Tröster, Linder von Schmerz und Traurigkeit bezeichnet. „Bei Schock aufgrund schlechter Nachrichten, Verlust einer nahestehenden Person, Angst nach einem Unfall und dergleichen. Dieses Medikament bringt Erleichterung für diejenigen, die schon lange keinen Trost mehr finden wollten.“

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Körperliche und seelische Traumata
- Unbearbeitete alte Ereignisse
- Es gibt einen wunden Punkt in seinem Leben, an den er nicht gerne erinnert wird
- Streitigkeiten und Streitigkeiten werden Sie für lange Zeit unter ihrem Einfluss halten
- Der Heilungsprozess wird durch etwas behindert oder ist nach der Genesung nicht mehr derselbe

<u>Bestätigungen:</u>

*"ICH FÜHLE"*

*"ICH ATME"*

*"SINN"*

# 30.Esskastanie - Sweet Chestnut

## Bachblume der Erlösung

## Von der Dunkelheit …… zum Licht.

## Wenn Sie an der Grenze Ihrer Belastbarkeit sind und tief verzweifeln. Sogar die menschliche Seele schmerzt in dieser Zeit.

Leitsymptom:
„Für jene Momente, in denen man sich in einer Situation befindet, in der die Qual so groß ist, dass sie unerträglich erscheint. Wenn der Körper oder Geist das Gefühl hat, dass er die Grenze seiner Belastbarkeit erreicht hat und jetzt aufgeben muss. Wenn es scheint, dass nichts mehr übrig bleibt als Zerstörung und Vernichtung.“ — Dr. Edward Bach






Mit der Blume wird das Prinzip der Erlösung in Verbindung gebracht. In einem negativen Zustand glaubt der Mensch, dass es für ihn keine Hoffnung mehr gibt, er verzweifelt und hat das Gefühl, am Ende seiner Leistungsfähigkeit angelangt zu sein. Wir könnten es auch die dunkle Nacht der Seele nennen. Du fühlst dich hilflos. Die Edelkastanie zeichnet sich vor allem durch das Nebeneinander von Licht und Dunkelheit aus. Es scheint, dass nur das Ende und die Zerstörung folgen können. Dieser Zustand entwickelt sich oft zu Beginn einer wahren spirituellen Entwicklung. „Gottes Hilfe ist beim nächsten Mal am nötigsten." – dieses Bibelzitat beschreibt treffend die Wirkung der Essenz. In diesem Zustand versucht der Mensch, seine innere Verzweiflung zu verbergen.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Verzweifeln
- Du fühlst dich verloren, traurig, hoffnungslos
- Er hat das Gefühl, die Grenze seiner Leistungsfähigkeit erreicht zu haben
- Er hat keine Energie mehr zum Kämpfen, er steht kurz vor einem Nervenzusammenbruch
- Er ist erschöpft, er hat nicht die Kraft weiterzumachen
- Er sieht keinen Ausweg aus seiner aktuellen Situation

<u>Bestätigungen:</u>

*„ÜBERSICHT"*

*"ICH STIMME ZU"*

*„Ich habe es geschehen lassen"*

# 31. Eisenkraut - Vervain

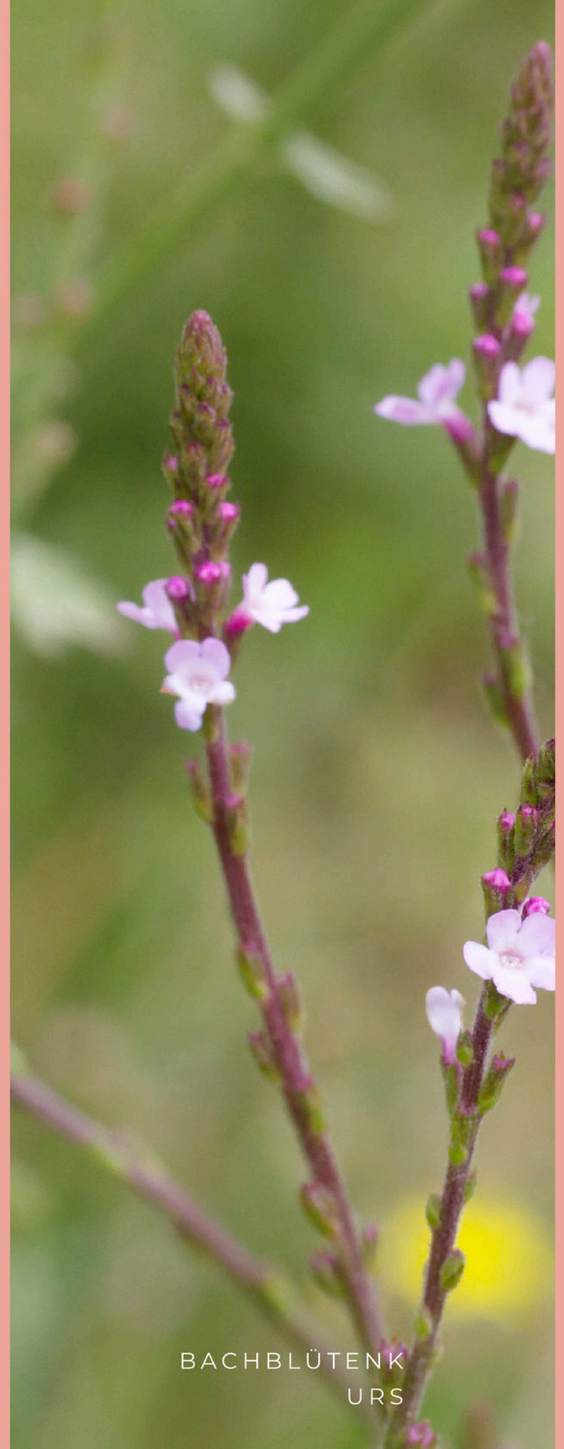
## Die Bachblume der Begeisterung

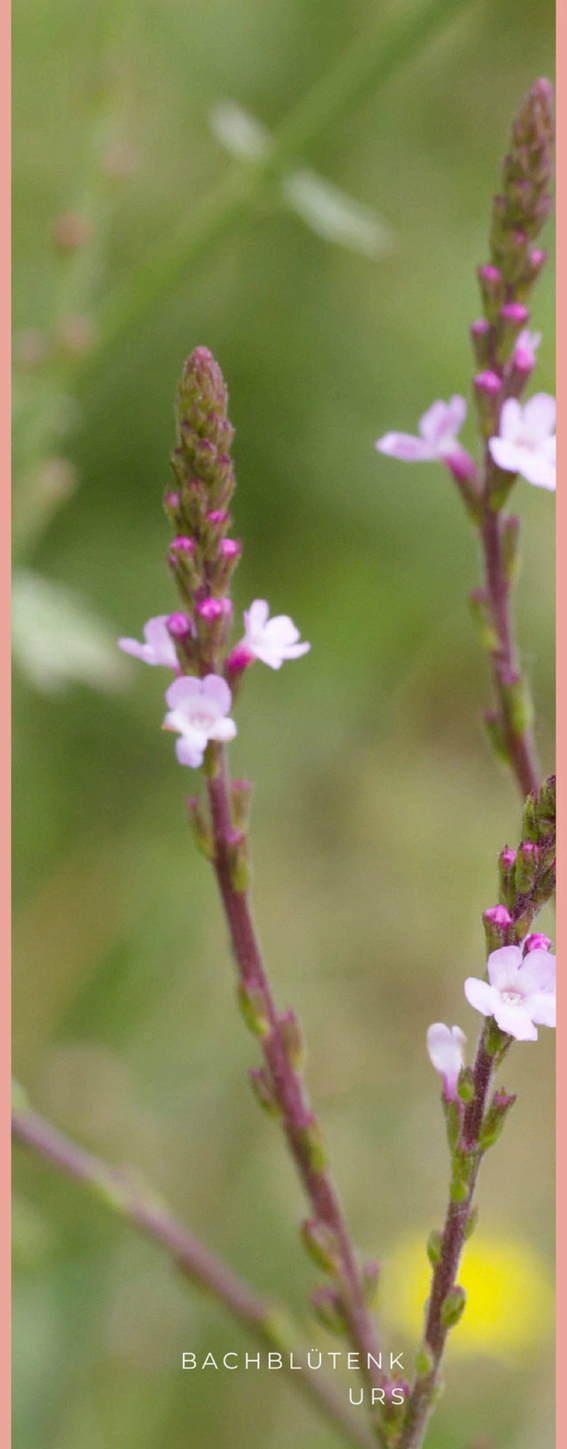
## Vom Weltenretter …… zum Fackelträger.

## Wenn Sie übermäßig enthusiastisch und übereifrig sind; fordert Prinzipien und Ideen heraus. Er hat einen ausgeprägten Gerechtigkeitssinn. Kann mich nicht entspannen.

Leitsymptom:

„Diejenigen, die bestimmte Prinzipien und Ideen haben, von denen sie glauben, dass sie gut sind, und die sie selten ändern. Sie haben den starken Wunsch, die Menschen um sie herum entsprechend ihrer eigenen Lebensauffassung zu verändern. Sie haben einen starken Willen und großen Mut, wenn sie von den Dingen, die sie lehren wollen, überzeugt sind. Selbst wenn sie krank sind, kämpfen sie lange, während andere ihre Verpflichtungen schon längst aufgegeben hätten.“ — Dr. Edward Bach






Eisenkraut wird mit dem spirituellen Potenzial der Begeisterung in Verbindung gebracht. In einem negativen Zustand ist die Begeisterung übertrieben, die Person verschwendet ihre Energie. Der Vervain-Typ hat ein brennendes Verlangen nach einer guten Sache, von der er versucht, seine Mitmenschen zu überzeugen. Sie sind willensstark, aber weil sie ihre Energie verschwenden, erschöpfen sie sich schnell. Sie sind nervös und angespannt, wenn die Dinge nicht so laufen, wie sie es sich vorgestellt haben. Sie haben tagsüber kaum eine freie Minute, sind ständig beschäftigt, überschätzen aber ihre Kräfte und überanstrengen sich. Diese Form richtet ihre Energien nach außen und zwingt die Menschen oft fast dazu, das zu tun, was sie für gut hält. In bestimmten Situationen können sie sogar fanatisch werden. In der Praxis wird das Medikament bei übermäßiger Aktivität aller Art empfohlen, sei es bei der Arbeit, beim Sport, beim Essen usw.

„Sie brennen vor Begeisterung, sie wollen Großes erreichen und alles in einem Augenblick erledigen. Es fällt ihnen schwer, ihre Pläne geduldig zu entwickeln, sie wollen die Ergebnisse sofort nach Beginn der Arbeit sehen. Aufgrund ihrer Begeisterung sind sie streng.“ Sie wollen, dass andere die Dinge genauso sehen wie sie. Er zwingt ihnen seinen Willen auf, wenn sie ihm nicht folgen.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Übermäßiger Enthusiasmus, Fanatismus, stressverursachender Übereifer
- Übermäßige Aktivität, übertriebene Dinge (Essen, Arbeit, Sport, Sex usw.)
- Er verliert das Maß und kann sich nicht ausruhen
- Er glaubt, genau zu wissen, was für andere gut ist, er möchte andere verändern

<u>Bestätigungen:</u>

*"ICH LASSE GEHEN"*

*„ICH GEBE RAUM“*

*„ICH WEISS, WO DIE GRENZE LIEGT“*

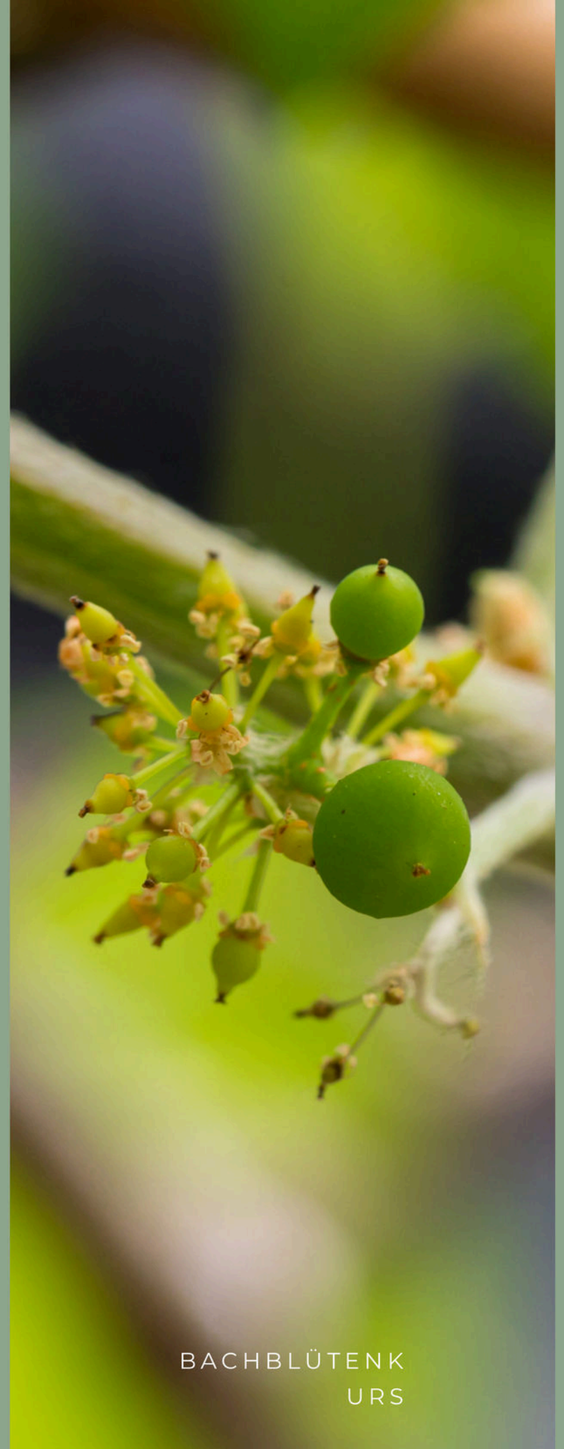
# 32.Weinrebe - Vine

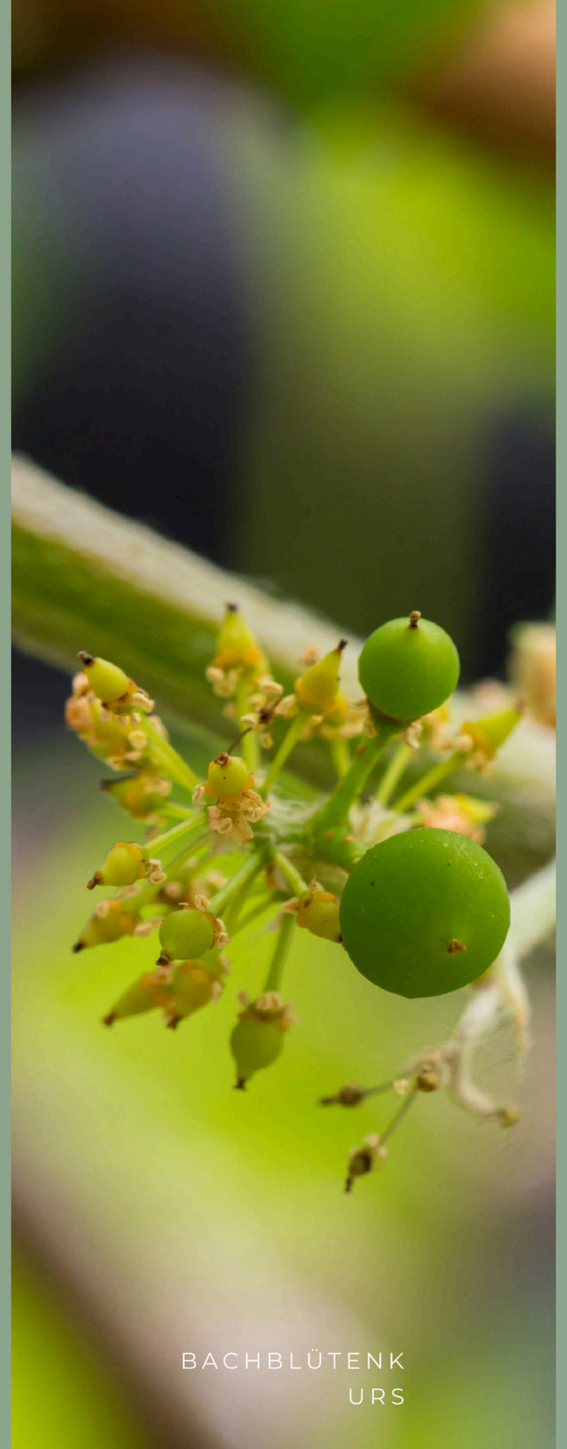
## Die Bachblume der Autorität

## Fahren ..... und gefahren werden.

## Wenn er einen starken Willen hat, neigt er zur Dominanz, zum Befehlen oder zur Intoleranz.

Leitsymptom:
„Sie sind sehr talentierte Menschen, die von ihren Fähigkeiten und ihrem Erfolg überzeugt sind. Sie sind sehr selbstbewusst und glauben, dass es anderen zugute kommen würde, wenn sie davon überzeugt werden könnten, die Dinge so zu tun, wie sie es tun, oder sicher zu sein, dass es das Richtige ist. Tatsächlich kümmern sie sich um ihre Mitarbeiter, auch wenn diese krank sind. „Sie können im Notfall sehr wertvoll sein“, sagt Dr. Edward Bach






Vine wird mit dem spirituellen Potenzial der Autorität in Verbindung gebracht. Wenn man die Eigenschaft der Blume mit einem Wort beschreiben müsste, wäre es Führung. Im negativen Zustand ist das Verhältnis zum Autoritätsprinzip verwirrt. In solchen Fällen kann die Persönlichkeit tyrannisch werden und die Individualität anderer nicht respektieren. Der Vine-Typ hat eine sehr starke Persönlichkeit. Sein Ehrgeiz, seine Willenskraft und seine Geistesgegenwart sind beispiellos. Er hat das Gefühl, dass er sich selbst einen Gefallen tut, indem er anderen sagt, was sie tun sollen, und glaubt, dass er unfehlbar ist. Bei Zwangserkrankungen, z.B. Bei Essstörungen oder Multipler Sklerose spielt es eine wichtige Rolle bei der Zusammenstellung der individuellen Mischung.

Vine richtet sich speziell an scharfe Kritiker, die versuchen, alles auf ihre Weise zu machen. Szőlő zeichnet sich durch eine unkomplizierte Persönlichkeit und einen Mangel an Sensibilität aus. Ein äußeres Merkmal kann ein helles, rötliches Gesicht sein. Sie sind talentiert, erfahren in den Angelegenheiten der Welt, ihre Aufmerksamkeit ist auf das Körperliche gerichtet. Sie vertrauen auf ihre eigenen Fähigkeiten. Es ist sehr schwierig, ihre Erwartungen zu erfüllen, weil sie so viel kontrollieren wollen, dass sie es ruinieren. Das Medikament wirkt beruhigend und macht das Herz weicher. Das Szőlő-Verhalten bleibt uns in der Familie haften.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Er hält sich für unfehlbar
- Er wacht über andere
- Er duldet keinen Widerspruch
- Mobbingverhalten; fordert von anderen Disziplin
- Übermäßiges Design
- Mangel an Mitgefühl; gibt Anweisungen, akzeptiert aber nicht die Meinung anderer
- Inflexibilität
- Übermäßige Dominanz, Herrschaft

<u>Bestätigungen:</u>

*"ICH FÜHLE"*

*"ICH RESPEKTIERE"*

*„ICH SCHÄTZE UND UNTERSTÜTZE“*

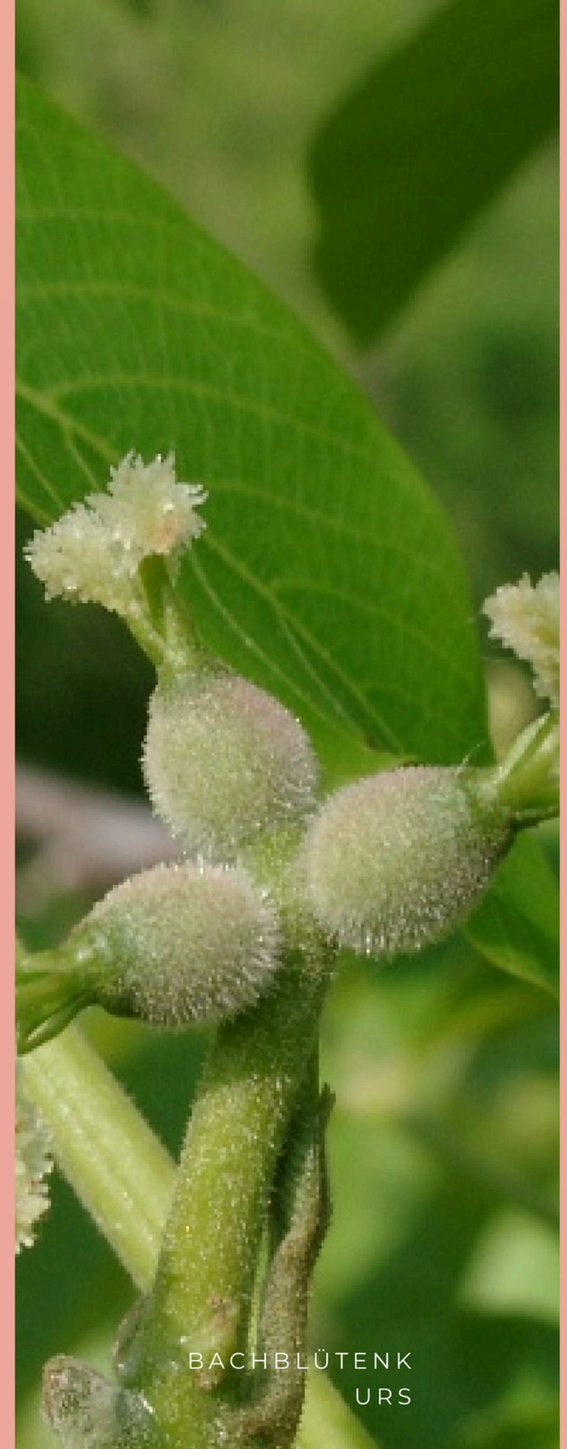
# 33.Walnuss - Walnut

## Die Bachblume, die der Welt hilft

## Von der Beeinflussbarkeit …… zur inneren Stärke.

## Wenn Sie vor großen Veränderungen in Ihrem Leben stehen oder Schutz vor dem Einfluss anderer benötigen

Leitsymptom:
„Für diejenigen, die unterschiedliche Ideale und Wünsche im Leben haben, die sie realisieren, aber manchmal von der Begeisterung, dem Glauben oder der starken Meinung anderer in Versuchung geführt werden und ihre eigenen Ideen, Ziele und Arbeit aufgeben.“ Dieses Medikament sorgt für Stabilität und Schutz vor äußeren Einflüssen.“ — Dr. Edward Bach






Walnut wird mit dem spirituellen Potenzial des Neuanfangs und der Unvoreingenommenheit in Verbindung gebracht. Es sorgt für Stabilität und Schutz vor äußeren Einflüssen. In einem negativen Zustand fällt es einem Menschen schwer, sich zu einem neuen Schritt zu verpflichten, er ist sich seiner selbst nicht sicher. Es wird vor allem bei lebenswichtigen Veränderungen benötigt, wie z im Falle einer neuen Beziehung, eines Jobwechsels oder eines Umzugs. Walnussessenz hilft uns bei der Entscheidungsfindung und hilft uns, uns nicht von der Meinung anderer beeinflussen zu lassen. Bach Walnut ist für diejenigen gedacht, die sich entschieden haben, mit etablierten Gewohnheiten zu brechen, ihre alten Einschränkungen hinter sich zu lassen und ein neues Leben zu beginnen. Es kann bei Scheidungen hilfreich sein und empfiehlt sich besonders bei der Erwartung eines Kindes.

Walnut ist die Essenz des Übergangs zwischen den Lebensphasen. Die Droge schützt uns als Schutzschild, sodass uns keine störenden Faktoren oder negativ beeinflussenden Kräfte von unserem Weg abbringen können. Es wird auch „Zauberbrecher“ und „Barrierebrecher“ genannt.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Seine Ziele sind klar, aber er lässt sich leicht von der Meinung anderer beeinflussen
- Es lässt sich beeinflussen
- Unbeständig, unsicher, weiß was er will, aber es fehlt ihm an der Umsetzung
- Alte Gewohnheiten hindern ihn daran, seine Vorsätze zu verwirklichen
- Es ist schwierig, mit neuen Lebenssituationen zurechtzukommen (Schulanfang, Berufswechsel, Pubertät, Höhepunkt...)

<u>Bestätigungen:</u>

*„Ich bin selbstbewusst“*

*„Ich bleibe mir selbst treu“*

*„Ich reise meinen eigenen Weg“*

# 34.Sumpfwasserfeder - Water Violet

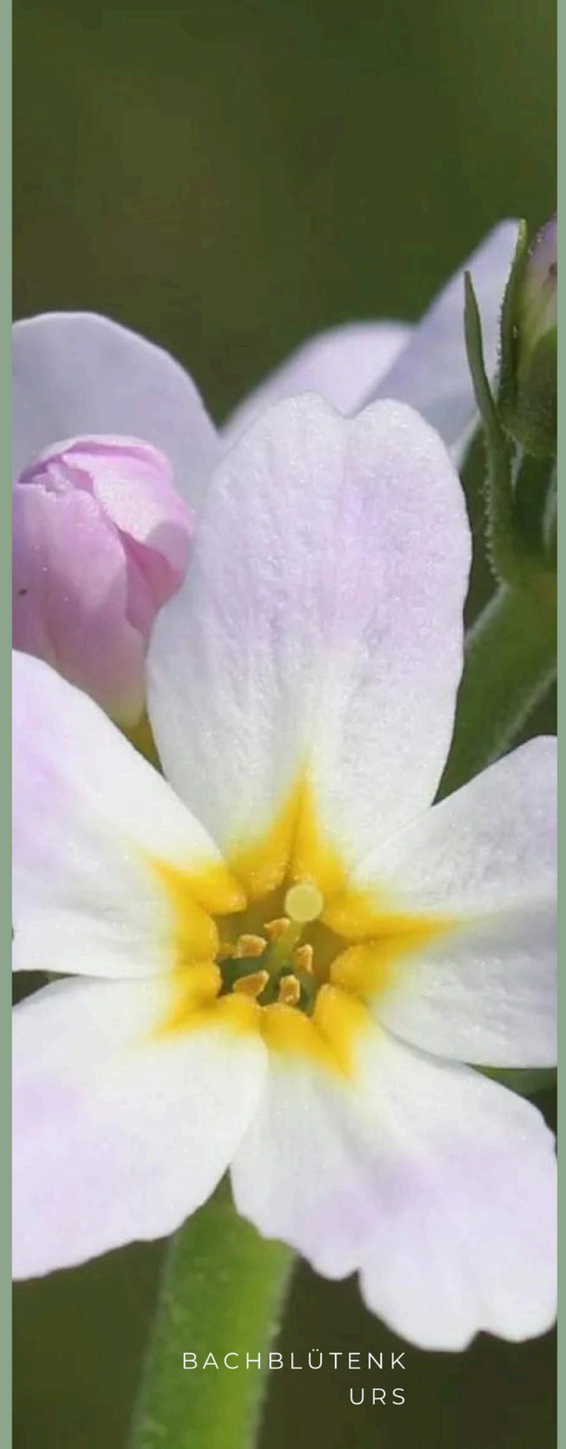
## Die Bachblume der Kommunikation

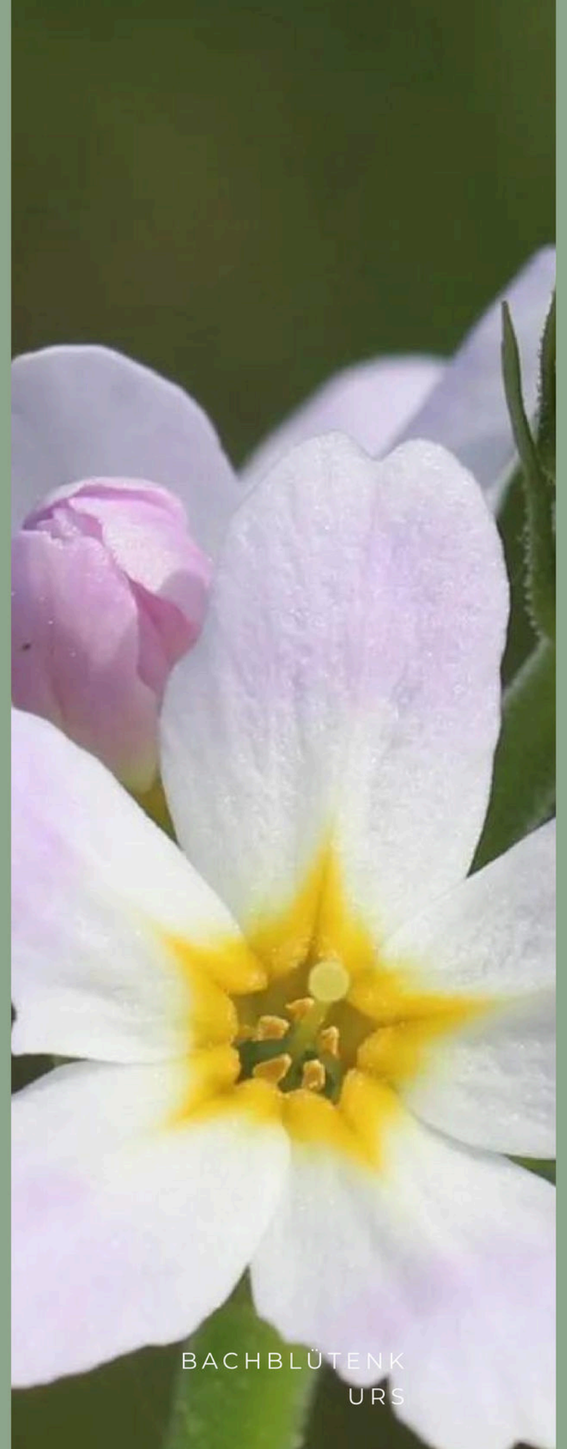
## Von der Isolation ..... zur Zweisamkeit.

## Wenn er gerne allein ist oder sich zurückhält, fällt es ihm schwer, in Gesellschaft zu sein.

Leitsymptom:

„Für diejenigen, die in Gesundheit und Krankheit gerne allein sind. Sie sind sehr ruhige Menschen, die ohne Lärm fahren. Sie gehen ihren eigenen Weg und lassen andere in Ruhe. Sie sind oft kluge und talentierte Menschen. Ihr Frieden und ihre Ruhe sind ein Segen für die Menschen um sie herum.“ — Dr. Edward Bach






Water Violet wird mit dem spirituellen Potenzial der Kommunikation sowie Demut und Weisheit in Verbindung gebracht. In diesem Zustand ist die Person etwas überlegen und abhängig. Für andere wirkt es cool, unnahbar. Obwohl es dieser Figur schwerfällt, jemanden in ihre Privatsphäre zu lassen, bittet sie sie dennoch um Rat. Fühlt er sich durch andere Menschen belastet, zieht er sich zurück. Er mischt sich nicht in die Angelegenheiten anderer Menschen ein und erwartet von anderen, dass sie sich nicht in seine Angelegenheiten einmischen. Er löst seine Probleme selbst. Er bittet nicht gern um Hilfe. Eine Water Violet-Figur sitzt nie in der ersten Reihe. Wählt ein Kind instinktiv diese Essenz, versucht es eine bestimmte Situation (z. B. den Kindergartenbesuch) zu vermeiden. Das Medikament hilft auch Lehrern, eine Beziehung zu ihren Schülern aufzubauen, sowie Mitarbeitern des Gesundheitswesens zu ihren Patienten. Auch wer nicht an Gemeindeversammlungen teilnimmt, kann von der Essenz profitieren.

„Ruhige, ruhige Menschen, die sich ohne Lärm bewegen, wenig und leise sprechen. Sie sind unabhängig, sie verlassen sich nur auf sich selbst. Sie sind zu Egoismus fähig, sie mögen es nicht, wenn sich jemand in ihr Leben einmischt. Sie lassen sich sogar selten auf enge Beziehungen ein.“ mit denen, die ihnen nahe stehen.

Seine Schuld: Egoismus. Seine Lektion: Das Loslassen dieser negativen Eigenschaften sei „vollkommener Dienst an der Menschheit“.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Einsamkeit, Gefühl der Isolation, krankhafte Distanz
- Zurückgezogenheit
- Überlegenheit, Stolz, Hochmut
- Er versucht, seine Probleme alleine zu lösen und mischt sich selten in die Angelegenheiten anderer Menschen ein
- Er ist distanziert, unnahbar, Kontaktaufnahme bereitet ihm Probleme

<u>Bestätigungen:</u>

*"ICH GEHÖRE"*

*"ICH NEHME TEIL"*

*„ICH ERLAUBE NÄHE“*

# 35.Weiße Kastanie - White Chestnut

## Die Bachblume des Denkens

## Vom mentalen Karussell …… zum inneren Frieden.

## Wenn Sie Ihre Gedanken, die Sie ständig beschäftigen, nicht loswerden können.

Leitsymptom:

„Für diejenigen, die unerwünschte Gedanken, Ideen und Argumente, die in ihrem Kopf kursieren, nicht verhindern können. Normalerweise reicht in diesen Phasen das Interesse des Augenblicks nicht aus, um Ihre Gedanken vollständig zu füllen. Diese Gedanken verfolgen mich für immer und bleiben immer, oder selbst wenn sie für eine Weile verschwinden, werden sie zurückkehren. Sie scheinen ständig herumzulaufen und seelische Qualen zu verursachen. Das Vorhandensein dieser unerwünschten Gedanken stört den inneren Frieden und hindert uns daran, uns nur auf die Arbeit oder die angenehmen Ereignisse des Tages zu konzentrieren. — Dr. Edward Bach






Diese Blume wird mit der geistigen Fähigkeit des inneren Friedens und der Urteilskraft in Verbindung gebracht. In einem negativen Zustand ist eine Person Opfer von Gedankenimpulsen. Seine Gedanken sind immer bei etwas. Deine Gedanken kehren immer wieder zum Gleichen zurück. Dieses ständige Nachdenken führt bei vielen Menschen zu Kopfschmerzen. Andere haben mit Schlafstörungen zu kämpfen, oder selbst wenn sie einschlafen, wachen sie im Morgengrauen auf und können ihre Gedanken nicht loswerden. Auch im Gesicht ist eine starke psychische Anspannung sichtbar. Anfällig für diese Erkrankung sind Menschen, mit denen man als Kind überhaupt oder nur wenig zu tun hatte. Ein bewährtes Mittel gegen Sprachstörungen (z. B. Stottern) in Kombination mit Eisenkraut. Wir sollten White Chestnut nicht nur einnehmen, wenn unsere Gedanken rasen, sondern auch, wenn uns die Gedanken und Ideen fehlen. Die Essenz hilft auch bei der Konzentration.

Es wird empfohlen, es mit Star of Bethlehem zu kombinieren, denn wenn jemand von der Droge getröstet wird, wird auch White Chestnut benötigt, damit die deprimierenden Bilder nicht immer wieder im Kopf der Person abgerufen werden.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Ständige, wiederkehrende Gedanken
- Innere Monologe
- Ständige Sorge, Wiederholung unerwünschter Gedanken
- Schwieriges Schlafen
- Übermäßig aktive, unkontrollierbare Gedanken oder Bilder

<u>Bestätigungen:</u>

*„ICH SPÜRE DIE STILLE“*

*„ALLES KLAR UND LICHT“*

***„ICH KONTROLLIERE MEINE GEDANKEN“***

# 36.Waldtrespe - Wild Oat

## Die Bachblume der Hingabe

## Vom Suchen ... bis zum Finden.

## Wenn Sie bei der Wahl Ihres eigenen Lebensweges unsicher sind, mit Ihrer aktuellen Situation unzufrieden sind, sich aber nicht für den besten Weg entscheiden können

Leitsymptom:

„Für diejenigen, die etwas Besonderes in ihrem Leben tun möchten, die mehr Erfahrungen sammeln und die Möglichkeiten genießen möchten, um das Leben in vollen Zügen zu genießen.“ Ihr Problem besteht darin, zu entscheiden, welche Aktivität sie wählen möchten. Obwohl ihr Verlangen sehr stark ist, fühlen sie sich niemandem verpflichtet, der sie über die anderen stellen würde. Dies kann zu Verzögerungen und Unzufriedenheit führen.“ — Dr. Edward Bach






Wild oat wird mit dem spirituellen Potenzial der Hingabe in Verbindung gebracht. In einem negativen Zustand ist sich ein Mensch seiner Berufung nicht bewusst und daher zutiefst unzufrieden und unerfüllt. Dieser Typ ist in viele Dinge involviert, ihm fehlt jedoch die innere Gewissheit, sich auf etwas festzulegen. Mit der Zeit langweilt ihn seine Arbeit, er verliert das Interesse an seinen Kollegen, er sucht erneut nach etwas und ergreift eine weitere Gelegenheit zur gewünschten Erfüllung. Das Medikament hilft uns, immer genauer zu wissen, was wir wollen. Effektive Hilfe für diejenigen, die einen neuen Beruf suchen. Es kann auch während des männlichen Höhepunkts verwendet werden.

Reagiert der Patient auf andere Essenzen nicht oder lässt sich nicht entscheiden, welches Mittel benötigt wird, sollte Wild Oat ausprobiert werden. Bach schreibt, dass es notwendig sei, die Essenz mindestens eine Woche lang zu verabreichen, bis sich sein Zustand weiter bessert, und erst dann eine andere Blume ausprobieren könne.

Es ist in der Lage, den Patienten in die richtige Richtung zu lenken, wenn wir von unserem Weg abgewichen sind, hilft es, den Weg zu weisen. Dieser Typ bleibt oft vor der Tür der Gelegenheit stehen, es mangelt ihm an Ehrgeiz. Die Essenz hilft dabei, einen bestimmten Sinn im Leben zu finden.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Unsicherheit über den Lebensweg
- Er probiert viele Dinge aus, aber keines davon befriedigt ihn
- Sie raubt ihre Kräfte, will viele Dinge auf einmal
- Tief im Inneren will er sich nicht festlegen

<u>Bestätigungen:</u>

*„ICH SEHE DEN SINN DER DINGE“*

*„ICH VERFOLGE MEINEN ZWECK“*

*"ICH BIN ZUFRIEDEN"*

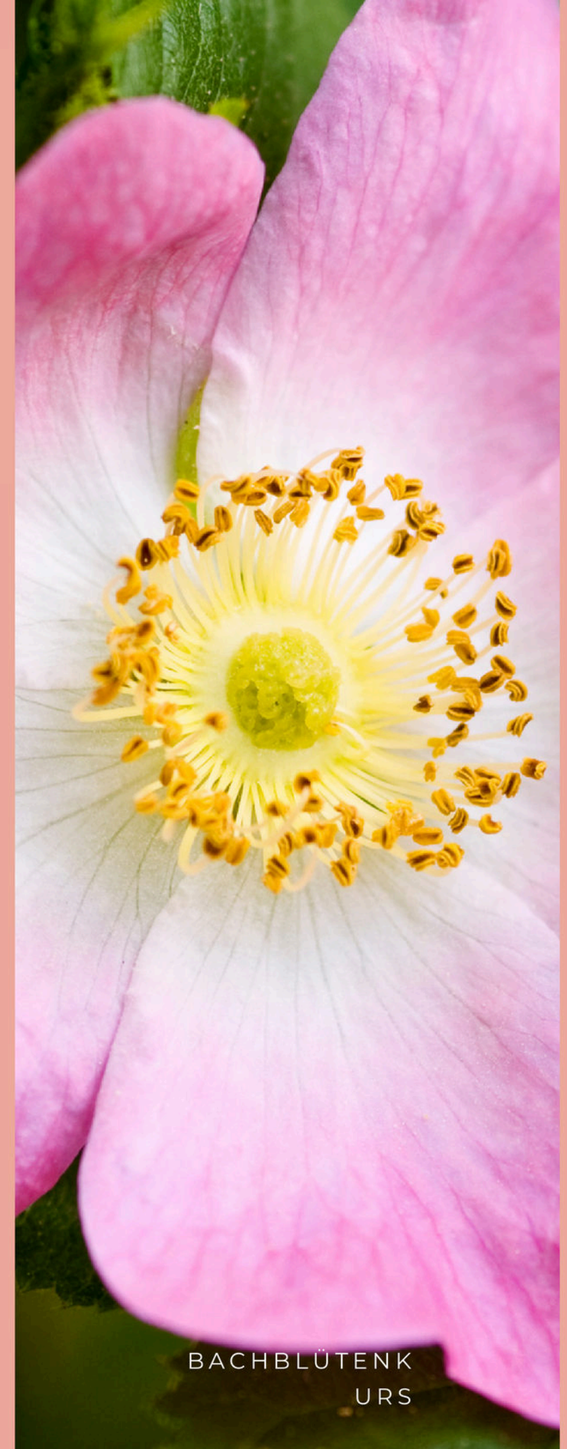
# 37.Heckenrose - Wild Rose

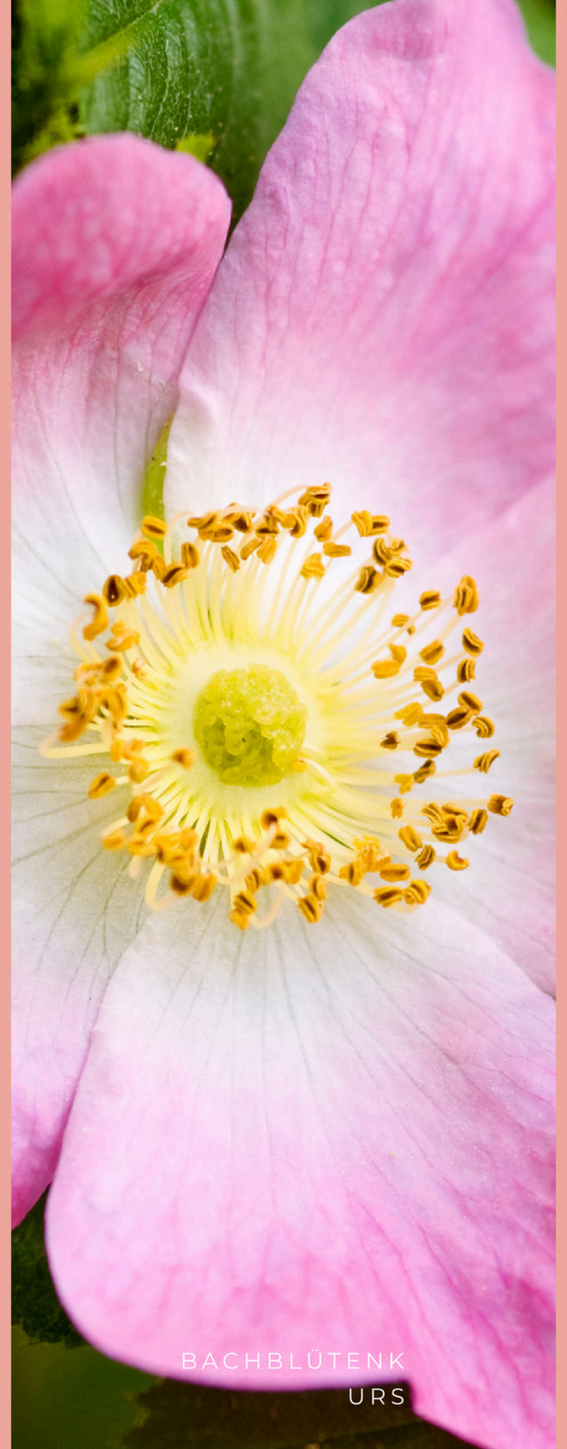
## Die Bachblüte der Lebensfreude

## Von der Selbsthingabe ..... zur Hingabe.

## Wenn er wenig tut, um seine eigene Situation zu verbessern, ist er in seinem Leben gleichgültig und hilflos.

Leitsymptom:
„Für diejenigen, die sich mit allem abfinden, was passiert, zweifellos ohne ausreichenden Grund, geht das Leben an ihnen vorbei, sie akzeptieren es so, wie es ist, ohne sich darum zu bemühen, die Dinge zu verbessern oder Freude daran zu finden.“ Sie haben den Kampf ums Leben ohne Probleme aufgegeben.“ — Dr. Edward Bach






Wild Rose wird mit dem spirituellen Potenzial von Lebensfreude und Lebenshingabe in Verbindung gebracht. Wer diese Blume braucht, hat sie aufgegeben, sie sieht halb tot aus. Er hat die Depression längst überwunden und sich seinem Schicksal ergeben. Er glaubt, dass er seine Umstände nicht ändern kann. Im negativen Zustand kann die Nähe des Wild Rose typs aufgrund seiner Gleichgültigkeit ermüdend sein. Die Essenz empfiehlt sich zur Langzeitanwendung, wirkt aber auch bei vorübergehender Energiearmut. Wenn Kinder sich instinktiv für dieses Mittel entscheiden, muss es ihrer Mischung hinzugefügt werden.

Die Schlüsselwörter der Droge sind Unterwerfung und Resignation. Es ist für diejenigen, die in Apathie versunken sind, sich langweilen und gleichgültig sind. Diejenigen, deren Willensleben in einen Traum verfallen ist. Die Absicht ist unklar und der Typ zeichnet sich durch einen schwachen Willen aus.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Gleichgültigkeit, Apathie
- Rücktritt, obwohl die äußeren Umstände nicht negativ sind
- Negative Einstellung
- Interner Versand
- Er ist müde und hat keine Energie
- Er spricht mit monotoner, dumpfer Stimme
- Lassen Sie sich von den Ereignissen mitreißen
- Er wird scheinbar ohne Grund zum Aufgeben

<u>Bestätigungen:</u>

*"ICH MÖCHTE LEBEN"*

*„ICH FORDERE DAS LEBEN HERAUS“*

*„ICH ERGREIFE JEDE GELEGENHEIT“*

# 38.Gelbe Weide - Willow

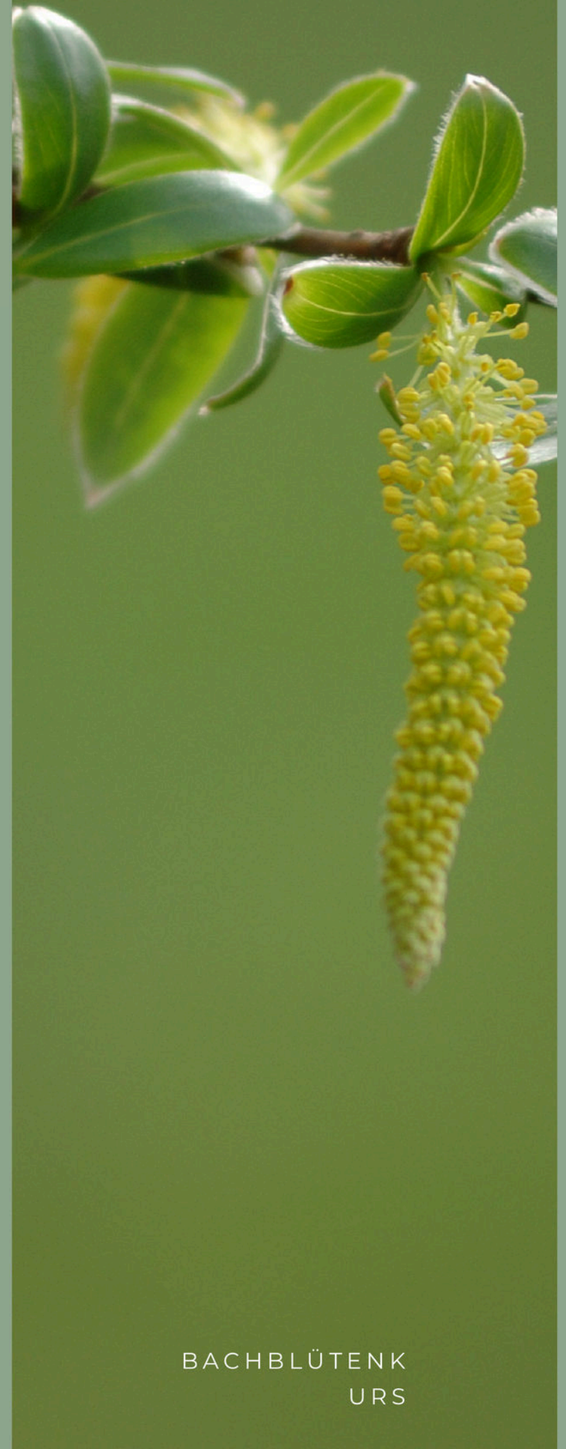
## Die Bachblume des Schicksals

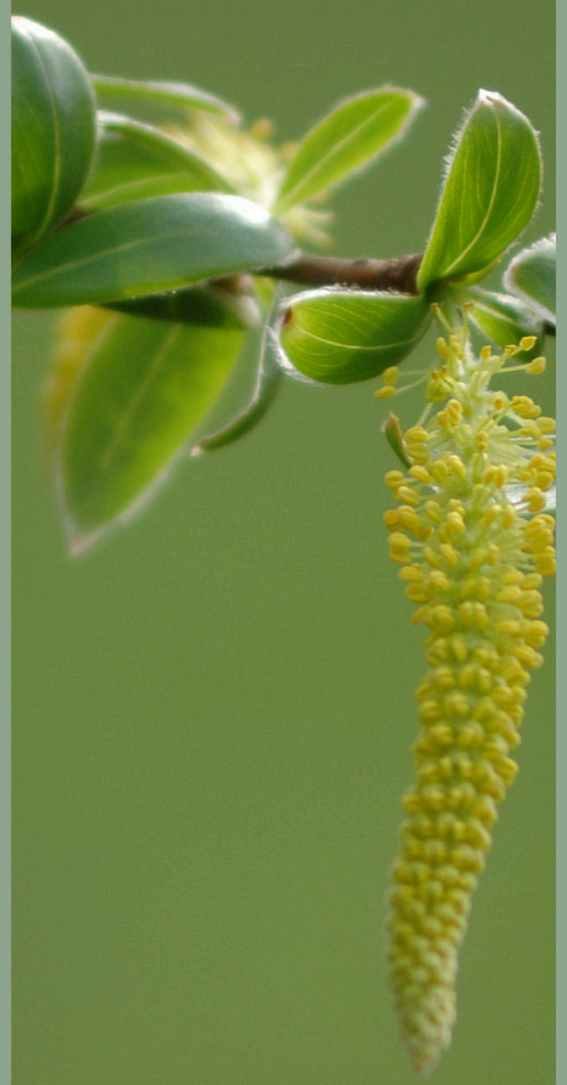
## Von der Wut auf das Schicksal ... bis hin zum Verantwortungsbewusstsein gegenüber uns selbst.

## Wenn Sie sich über andere ärgern, sich selbst bemitleiden, suchen Sie nach Gründen im Außen

Leitsymptom:

„Für diejenigen, die von Unglück oder Unglück getroffen wurden, das sie nur schwer ertragen können, ohne sich zu beschweren und sich beleidigt zu fühlen, weil sie glauben, dass sie im Leben bereits viel Mühe auf sich genommen haben.“ Sie haben das Gefühl, dass sie eine so große Tortur nicht verdient haben, dass es ungerecht war, und werden verbittert. Sie zeigen oft wenig Interesse und Aktivität für die Dinge, die ihnen früher Spaß gemacht haben.“ — Dr. Edward Bach





BACHBLÜTENK
URS

Willow hängt mit dem Verantwortungsgefühl zusammen, das wir uns selbst gegenüber empfinden. Willow ist im Grunde ein Symbol der Trauer. In einem negativen Zustand fühlt sich ein Mensch wie ein Opfer seines Schicksals und gibt immer einem äußeren Umstand oder einer Person die Schuld für die Entwicklung seines Lebens. Willow kann Form verlangen, will sie ihr aber meist nicht geben. In diesem Zustand nimmt man die negative Seite der Dinge wahr. Der Schwerpunkt liegt auf der Rolle des Opfers, er möchte keine Verantwortung für sein Leben übernehmen. Er projiziert seine innere Unzufriedenheit nach außen, es bilden sich Vorurteile, er verweigert die Kooperation.

In diesem Zustand zeigen sie oft weniger Interesse und Aktivität an Dingen, die sie früher liebten. Sie halten ihre Energie zurück, wenden sich nach innen und sammeln nur Bitterkeit an. Der Willow-Typ muss lernen, „Ja“ zum Leben zu sagen und mit neuer Kraft an die Arbeit zu gehen, um Schwierigkeiten zu überwinden.

Interessanterweise ist der Baum selbst so voller Leben, dass er auch dann nachwächst, wenn er gefällt wird.

<u>Zu den wichtigsten Symptomen können gehören:</u>

- Bitterkeit
- Beleidigung, Enttäuschung, Groll
- Neidisch auf das Glück und die Gesundheit anderer Menschen
- Er fühlt sich ungerecht behandelt
- Er gibt anderen die Schuld für seine Probleme
- Er hält sich für hilflos, ein Opfer der Umstände
- Er sieht nur die schlechte Seite der Dinge
- Einsam

<u>Bestätigungen:</u>

*"ICH HABE KRAFT"*

*„ICH HABE KRAFT“*

*„ICH ÜBERNEHME VERANTWORTUNG“*

# 39. Rescue Remedy

## Schnelle Hilfe (Notfall)

Der Erste-Hilfe-Tropfen ist eine vorgefertigte Mischung, die von Doktor Bach erfunden wurde und mit der er 1933 erfolgreich einem Fischer das Leben rettete. In europäischen Ländern gehört es zur Grundausstattung von Krankenwagen, bei uns ist es jedoch noch nicht weit verbreitet. Das beliebteste und meistgekaufte Produkt der Bachblütentherapie.

In der Bachblütentherapie erhielt es die Nummer 39, im Grunde handelt es sich aber nicht um eine Essenz, sondern um eine Komposition aus 5 Inhaltsstoffen.

Rescue Remedy wird nicht zur Langzeitanwendung empfohlen.

Grundsätzlich wird der Erste-Hilfe-Tropfen wie alle anderen 38 Blütenessenzen mit Alkohol konserviert, die Original RESCUE-Produkte werden jedoch mit Glycerin konserviert. Wenn Sie aus irgendeinem Grund auf der Suche nach einer alkoholfreien Verpackung sind, entscheiden Sie sich für die originalen englischen Produkte.






Dosierung:

Empfohlen werden 4 Tropfen davon, die bei Bedarf wiederholt werden können. Bei starken Panikattacken oder extremem Stress kann diese Menge verdoppelt werden. Es kann Tieren und Pflanzen verabreicht werden. Es kann auch zur Herstellung von Umschlägen, Bädern und Cremes verwendet werden. Bei der Herstellung von Sahne mit Crab Apple-Essenz kombinieren. Auf die gleiche Weise 2-2 Tropfen in die gewählte Cremebasis tropfen. Wir können eine hydrophile Creme verwenden, die in der Apotheke erhältlich ist, sie kann aber auch natürlichen Cremes zugesetzt werden.

Einige grundlegende Situationen, in denen der Notfallabwurf nützlich sein kann:

- Wenn wir verärgert sind, zum Beispiel nach einem Familienstreit
- Vor jedem unangenehmen Ereignis (öffentlicher Auftritt, Prüfung, Jobsuche)
- Wenn eine Person Angst hat, von einem Insekt gebissen wird oder sich ohnmächtig fühlt
- Wenn bei der Arbeit viel Stress herrscht
- Wir können Menstruationsschmerzen, Gallenkrämpfe, kurze Bewusstlosigkeit, Epilepsie- und Migräneanfälle usw. verhindern. Später, wenn die körperlichen Symptome bereits auftreten, ist Rescue wirkungslos.
- Bei Panikattacken sehr zu empfehlen.

Seine Bestandteile:

- Tagesblume: zur Vorbeugung und Linderung übermäßiger Aufregung und Panik
- Kirschpflaume: zur Vorbeugung oder Linderung der Angst vor Kontrollverlust, unkontrollierten körperlichen Symptomen (Schwitzen, Zittern)
- Wirkung: hilft, in der Gegenwart zu bleiben, wirksam gegen Ohnmacht und Schwindel
- Nebáncsvirág: zur Vorbeugung oder Linderung von übermäßigem Handlungszwang, Unruhe, Ungeduld
- Regenschirm-Vogelmilch: Zur Unterstützung bei der Verarbeitung von Traumata auf körperlicher oder geistiger Ebene

Wenn wir die Mischung selbst zubereiten, geben Sie von jeder der 5 Essenzen 2 Tropfen in die 30-ml-Pipettenflasche, zusammen mit hochwertigem Mineralwasser ohne Kohlensäure und dem ausgewählten Konservierungsmittel.

Produktkenntnisse:
Alle RESCUE®-Produkte sind, wie der Name schon sagt, Erste-Hilfe-Tropfen.
Alle Bachblütenessenzprodukte anderer Hersteller mit der Nummer 39 enthalten Erste-Hilfe-Tropfen.

Der Emergency Drop ist kein Ersatz für medizinische Versorgung!



# EINTEILUNG DER BLÜTENESSENZEN:

**Dr. Bach teilte Blütenessenzen in 7 Gruppen ein:**



## 1. Angst
Mimulus, Rock Rose, Aspen,
Red Chestnut, Cherry Plum



## 2. Unsicherheit
Scleranthus, **Wild Oat**
Cerato, Hornbeam,
Gentian, Gorse



## 3. Gleichgültigkeit gegenüber aktuellen Ereignissen
Clematis, Honeysuckle, White Chestnut,
Chestnut Bud, Olive, Mustard, Wild Rose



## 4. Einsamkeit
Impatiens, Water Violet, Heather

# EINTEILUNG DER BLÜTENESSENZEN:

**Dr. Bach teilte Blütenessenzen in 7 Gruppen ein:**



## 5. Verzweiflung

Larch, Pine, Elm, Sweet Chestnut, Star of Bethlehem, Willow, Oak, Crab Apple



## 7. Überempfindlichkeit gegenüber den Ideen und äußeren Einflüssen anderer Menschen

Agrimony, Centaury, Walnut, Holly



## 6. Übermäßige Sorge um das Wohlergehen anderer

Chicory, Vervain, Vine, Beech, Rock Water

# EINTEILUNG DER BLÜTENESSENZEN:



Interesse:
Von März bis Juli 1935 fand Doktor Bach 19 neue Heilmittel. Die ersten 19 Essenzen waren 1933 fertiggestellt und es dauerte mehrere Jahre, sie zu finden.

Wie wirken Essenzen?
Die Essenzen helfen, indem sie mit Hilfe ihrer hohen Schwingung das negative Muster in den positiven Gegenpol kippen. Schauen wir uns ein Beispiel an! Wenn jemand zum Beispiel wütend ist, besteht die Lösung nicht darin, sich selbst zu sagen, dass man verzeiht, sondern sich in Richtung liebevoller Vergebung zu bewegen. Diese Tropfen können dabei wirksam helfen.

Gesundheit und Krankheit
Der Arzt verwendete die Konzepte von Gesundheit und Krankheit, um die Beziehung zwischen Körper und Seele zu veranschaulichen. Wenn wir die richtige Einstellung zu unserem Leben hätten, auf unsere Seele hören und den Zweck unserer körperlichen Aktivität verstehen würden, gäbe es keinen Grund für Krankheit. Kurz gesagt, Krankheit zeigt an, dass wir von unserem Lebensweg abgewichen sind. Das Ziel des menschlichen Lebens ist, wie alles Leben, Entwicklung, die durch die Ausschöpfung unseres Potenzials geschieht.
Free Yourself hat klar zum Ausdruck gebracht, dass Essenzen mit einer reinen, wohlwollenden Kraft gesegnet sind, die unabhängig vom Glauben ist.

Dr. Bach über die Krankheit:
„Krankheit ist das Ergebnis schlechter Gedanken und schlechter Taten und verschwindet, sobald unsere Handlungen und Gedanken an ihre Stelle gesetzt werden. Sobald wir die Lehren aus Beschwerden, Leiden und Ängsten gezogen haben, werden sie unnötig und verschwinden automatisch.“ Krankheit ist immer das Ergebnis eines Konflikts, wenn die Persönlichkeit den Befehlen der Seele nur ungern nachkommt, wenn es zu einer Disharmonie, einem Bruch zwischen unserem höheren oder spirituellen Selbst und der niederen Persönlichkeit, die als wir selbst bekannt ist, kommt.
Laut dem Arzt „besteht der Zweck einer Krankheit ... darin, uns zu zwingen, unser falsches Verhalten aufzugeben ...“ „Wir werden krank, damit es uns schneller besser geht. So grausam die Krankheit auf den ersten Blick auch erscheinen mag, ihre Natur ist es.“ ist eigentlich gütig. Dies ist die Methode, die dein Vater, dein Geliebter, unsere Seele gewählt hat, um uns auf dem Weg zur Verständigung zu helfen.

# Mischen, Dosieren

## Wir verwenden zwei traditionelle Zubereitungsmethoden:

1. Glas-Wasser-Methode

Geben Sie 2 Tropfen der ausgewählten Mutteressenz(en) in ein Glas sauberes Wasser und verwenden Sie dies mindestens dreimal täglich, um den gewünschten Effekt zu erzielen. Es wird empfohlen, morgens mit der Anwendung zu beginnen.
Die empfohlene Dosierung für die Originalessenzen beträgt 4x2 Tropfen. Die Glas-Wasser-Methode ist meiner Erfahrung nach die effektivste Einnahmeempfehlung.

# Mischen, Dosieren

## Wir verwenden zwei traditionelle Zubereitungsmethoden:

2. Tropfflasche

Es eignet sich am besten für Langzeitbehandlungen. In Apotheken ist eine 30-ml-Flasche mit Pipette erhältlich.

Füllen Sie das Glas mit 20 ml sauberem Wasser (wir empfehlen hochwertiges Mineralwasser ohne Kohlensäure) und geben Sie 10 ml hochwertigen Brandy (z. B. VSOP) hinzu. Brandy kann ersetzt oder weggelassen werden, wenn Sie zur Konservierung keinen Alkohol verwenden möchten. Es ist wichtig zu beachten, dass die Mischung nicht für den Langzeitgebrauch geeignet ist, wenn sie keine Konservierungsstoffe enthält. Geben Sie 2 Tropfen der ausgewählten Essenzen in die mit Wasser und Konservierungsmittel gefüllte Flasche.
Es kann sich um ein alkoholfreies Konservierungsmittel handeln, z.B. Grapefruitkernöl. Es ist auch üblich, zur Konservierung Apfelessig (Fruchtessig) zu empfehlen, allerdings muss man sich in diesem Fall des unangenehmen Geschmacks bewusst sein.
Meiner eigenen Erfahrung nach eignet sich Brandy am besten zur Konservierung. Es ist kein Zufall, dass Dr. Bach ihn als das am besten harmonierende Konservierungsmittel mit Blütenessenzen empfand.

Wichtig ist, dass die Pipette während der Einnahme auf keinen Fall mit der Zunge in Berührung kommt, um zu verhindern, dass Bakterien in die Flasche gelangen. Neben falscher Anwendung und Lagerung kann auch Schimmel entstehen.

Sie können beliebig viele Blumen in eine persönliche Mischung stecken, aber erfahrungsgemäß lohnen sich nicht mehr als 7. Das Bach-Zentrum empfiehlt 6 Blüten in einer Standardmischung. Da sich die Zusammensetzung persönlicher Mischungen im Laufe der Zeit ändert, empfehle ich Ihnen, sich auf die Essenzen zu beschränken, die Sie wirklich benötigen. Wenn wir unsere persönliche Mischung haben, ist die Empfehlung, 4x4 Tropfen pro Tag (morgens, morgens, nachmittags, abends) einzunehmen.
Auf Anraten eines Helfers können Sie hiervon abweichen, bzw Wenn eine Sitzung verpasst wird oder die Tropfen versehentlich mehr als einmal verwendet werden, stellt dies kein Problem dar. Die 4x4-Dosierungsempfehlung gilt nicht für den Erste-Hilfe-Tropfen. Der Erste-Hilfe-Tropfen wird bei Bedarf auch mehrmals täglich angewendet. Weitere Einzelheiten finden Sie in Abschnitt 39. Erste-Hilfe-Tropfen.

Die Tropfen können auf der Zunge oder in einem Glas klarem Wasser eingenommen werden. Bei Babys kann die Mischung in die Luft gesprüht werden, bei kleineren Kindern auch in Fruchtsaft, wenn sie es sonst nicht vertragen können. Die Tropfen können von pollenempfindlichen Personen sowie von Schwangeren verwendet werden, allerdings wird dies vorsorglich nicht im ersten Trimester empfohlen. Wir können auch Tieren und Pflanzen Blütenessenzen verabreichen.

# Mischen, Dosieren

Lagerung:

Eine 30 ml Mischung ca. eine monatliche Dosis. Es wird nicht empfohlen, die Tropfen länger als zwei Monate aufzubewahren. (Die Verwendung der Mutteressenzen ist unterschiedlich, das auf der Verpackung angegebene Verfallsdatum ist maßgebend) Es ist nicht für die Langzeitlagerung in der Nähe eines Fernsehers, Mobiltelefons, einer Mikrowelle, eines Kühlschranks sowie in heißer Sonne oder extremer Kälte geeignet.

Gebrauchte Flaschen können recycelt werden, es wird empfohlen, sie zur Reinigung auszukochen.

Es wird empfohlen, die Flaschen zu kennzeichnen, insbesondere wenn Sie mehr als eine verwenden.

Zubereitung von Essenzen:

Ein erheblicher Teil der Pflanzen ist hier zu finden, wer also die Essenzen selbst herstellen möchte, kann dies problemlos tun.

Es empfiehlt sich, Pflanzen, die in Ungarn nicht wild vorkommen (Sulzano, Olivenbaum), in ihrem ursprünglichen Lebensraum aufzusuchen und daraus die Mutteressenz herzustellen.

Beschreibung von Dr. Bach:

„Zubereitungsmethode: Die Zubereitung der Mittel muss nah am Lebensraum der Pflanzen erfolgen, damit die Blüten sofort nach der Ernte ins Wasser gestellt werden können, wenn sie noch frisch und voller Leben sind.“

Nehmen Sie eine dünne, feinwandige Glasschüssel und füllen Sie sie mit Wasser aus einer sauberen Quelle oder Quelle. Stellen Sie dann so viele Blumen auf das Wasser, dass sie die Oberfläche vollständig bedecken, aber nicht untereinander geraten. Die Schale mit den Blumen sollte in der Sonne stehen, bis die Blumen zu welken beginnen. Diese Dauer variiert je nach Pflanze und Intensität des Sonnenlichts und kann zwischen etwa zwei und sieben Stunden liegen. Anschließend sollten die Blüten vorsichtig von der Wasseroberfläche entfernt und das Wasser in eine Flasche gegossen werden. Danach sollte die gleiche Menge Brandy als Konservierungsmittel hinzugefügt werden. "

Wichtig ist auch, dass die Blumen während des Sonnenbadens nicht beschattet werden, denn in diesem Fall muss wieder von vorne begonnen werden.

# Mischen, Dosieren

## Die Kochmethode:

Diese Methode ist wesentlich einfacher als das Bräunen.

Doktor Bach beschreibt es prägnant in zwei Sätzen:

„Die Pflanzen müssen eine halbe Stunde lang in sauberem Wasser gekocht werden. Anschließend den Sud filtern, das entsprechende Glas zur Hälfte damit füllen und nach dem Abkühlen mit Brandy als Konservierungsmittel auffüllen.

# Blumenauswahl

Der wichtigste und gleichzeitig vielleicht schwierigste Teil der Bachblüten-Beratung ist die Auswahl der Blüten. Die Essenzen haben keine Nebenwirkungen, aber wenn sie nicht richtig ausgewählt werden, ist unsere Mischung wirkungslos.

Aufbau des Gesprächs:

Gespräche sollten mit einer Anamnese beginnen. Es ist wichtig, die Krankengeschichte des Patienten zu kennen, bzw vorliegende Beschwerden. Bei der Auswahl der Blumen orientieren wir uns immer am jeweiligen emotionalen Zustand, sodass wir im Falle einer konkreten Krankheit nicht die Krankheit selbst beobachten, sondern die Art und Weise, wie der Patient auf die jeweilige Krankheit reagiert.

Die wichtigste Frage ist, was der Mensch, der sich an uns wendet, im jeweiligen Moment über seine Situation denkt!

Weitere Fragen, auf die es sich lohnt, nach Antworten zu suchen:

- *Wie lange besteht das Problem schon?*

(Die Anzahl der Jahre, die ein bestimmtes Problem bereits besteht, die Behandlungszeit beträgt in der Regel etwa diese vielen Monate)

*-Was beschwert sich der Patient bei uns?*

(Hier lohnt es sich, sich näher mit dem Thema auseinanderzusetzen. Wir müssen die emotionale und spirituelle Schwierigkeit erkennen, für die wir eine Lösung suchen!)

*-Was ist das Symptom?*

(Gibt es körperliche Symptome?)

Die Beratung kann auf verschiedene Arten erfolgen. Die ursprüngliche Bach-Methode basiert auf persönlichen Gesprächen und kennt keine andere Methode zur Blumenauswahl. Ich schlage vor, dass der Mechtild-Scheffer-Test beim Üben eine große Hilfe sein wird, bis wir das komplette Wissen über Blumen ausreichend beherrschen. Dieser Test ist sehr detailliert und gibt genaue Antworten auf unseren spezifischen emotionalen Zustand. Ich empfehle nicht, Blumen mit einer Karte auszuwählen. Die beste Orientierung gibt meiner Meinung nach unser Wissen bei Gesprächen, das durch unsere innere Intuition gestärkt werden kann. Bei der Wahl der richtigen Essenzen, die durch nichts zu ersetzen sind, hilft jedoch das genaue Kennenlernen der Blumen am meisten.

Wenn wir uns aus irgendeinem Grund zu einer bestimmten Blume hingezogen fühlen, ist es ratsam, sie zu unserer persönlichen Mischung hinzuzufügen.

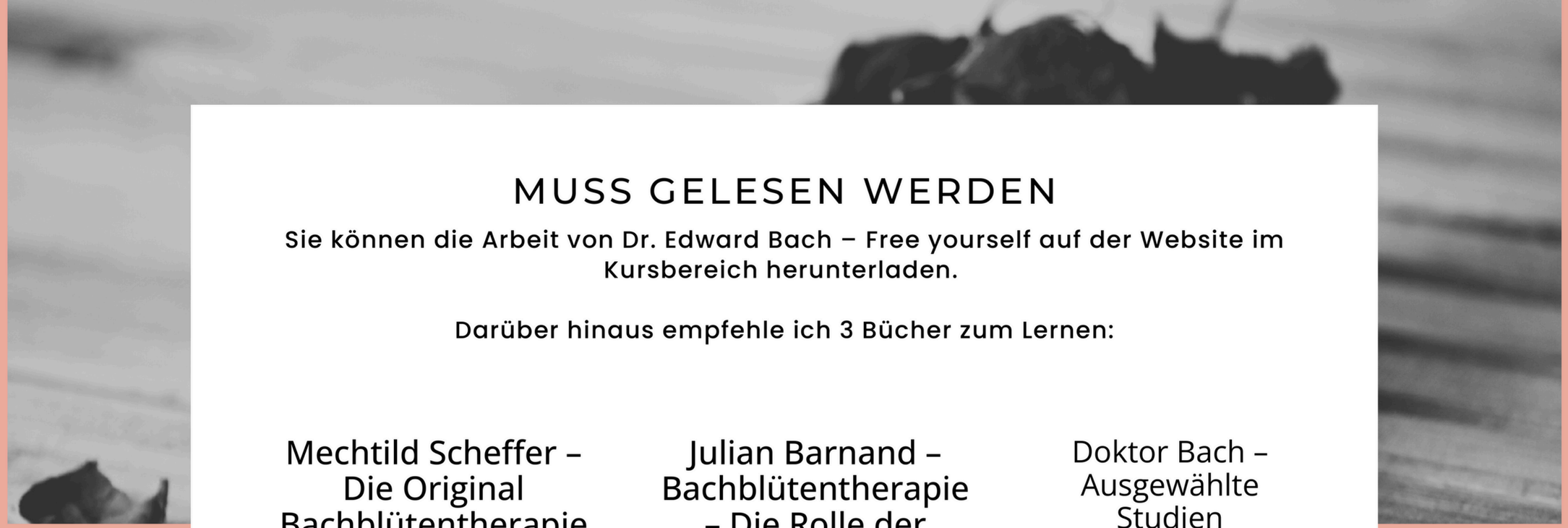
Der Rat von Doktor Bach:

„Wenn Sie bei der Suche nach Ihrem eigenen Heilmittel auf Schwierigkeiten stoßen, wird es Ihnen helfen, sich zu fragen, welche Tugenden Sie an anderen am meisten bewundern oder welche Fehler Sie am meisten ablehnen, da wir als der abstoßendste Fehler im anderen dienen. Auch wenn nur eine Spur in uns zurückbleibt, an deren Ausmerzung wir mit größter Mühe gearbeitet haben. So bemerken wir unsere Fehler, um sie aus uns selbst herausschreiben zu können.

- Wenn wir uns nicht zwischen zwei Essenzen entscheiden können, empfiehlt es sich, beide Substanzen in die Flasche zu geben.

- Bessert sich der Zustand des Patienten, ist oft ein weiteres Medikament notwendig.

- In manchen Fällen scheint keiner der 12 Heiler genau richtig zu sein, manchmal scheinen sie Teil des Wesens der Krankheit zu sein. In diesem Fall müssen Sie versuchen, aus dem Zustand der Stagnation herauszukommen und ihn in Aktivität umzuwandeln.



# MUSS GELESEN WERDEN

**Sie können die Arbeit von Dr. Edward Bach – Free yourself auf der Website im Kursbereich herunterladen.**

**Darüber hinaus empfehle ich 3 Bücher zum Lernen:**

## Mechtild Scheffer – Die Original Bachblütentherapie

Dies ist ein grundlegendes Werk und sehr nützlich. Es lohnt sich, eine davon aufzubewahren, wenn jemand sich intensiver mit der Bachblütentherapie befassen möchte.

## Julian Barnand – Bachblütentherapie – Die Rolle der Pflanzenform bei der Heilung

Es hilft uns, ein umfassenderes und breiteres Wissen über Blütenessenzen und Blumen selbst zu erlangen. Leider ist dieses Buch nicht mehr erhältlich, aber in einigen Buchhandlungen noch erhältlich.

## Doktor Bach – Ausgewählte Studien

Dieses Buch finden Sie auch im Webshop neben dem Werk von Mechtild Scheffer.

Die Bücher sind im Webshop nur auf Ungarisch erhältlich.