

Bachblüten Kurzbeschreibungen und die Wasserglasmethode



Cerato

Man hat zu wenig Vertrauen in die eigene Meinung und zu sich selbst. Ständig fragt man andere um Rat, weil man der eigenen Urteilsfähigkeit misstraut. Nicht selten lässt man sich dadurch gegen die eigene Überzeugung und zum eigenen Nachteil fehlleiten.

Gentian

Skeptisch, zweifelnd, leicht entmutigt, ausgeprägt pessimistische Grundhaltung, die so weit gehen kann, daß man diesen Zustand fast zu genießen scheint. Alles und jedes wird in Frage gestellt. Bei Schwierigkeiten geben Sie schnell auf, sind entmutigt und enttäuscht. Mangel an Glauben und Vertrauen.

Honeysuckle

Man weigert sich bewusst oder unbewusst bestimmte Ereignisse seiner Vergangenheit zu verarbeiten. Oft fällt es schwer, sich innerlich von vergangenen Ereignissen oder Beziehungen zu lösen (positiv oder negativ). Man hat Mühe mit der Gegenwart.

Rock Water

Man ist hart, strenger Lehrmeister zu sich selbst. Unterdrückt immer wieder notwendige körperliche beziehungsweise seelische Bedürfnisse.

Scleranthus

Man ist unschlüssig, sprunghaft, innerlich unausgeglichen. Meinung und Stimmung wechseln von einem Moment zum anderen. Vermag sich zwischen zwei Möglichkeiten nicht zu entscheiden.

Walnut

Haben ihr Ziel gefunden, werden durch die einschneidende Veränderung der Lebensumstände verunsichert, wankelmütig und lassen sich von anderen (z.B. Eltern, Partner, Lehrer) beeinflussen.

Elm

Man hat das vorübergehende Gefühl, seiner Aufgabe oder Verantwortung nicht gewachsen zu sein. Kleinste Belastungen wachsen über den Kopf. (Überforderung)

Mimulus

Man ist schüchtern, furchtsam, wird schnell rot. Haben Ängste, die erklärt werden können.

Olive

Man fühlt sich körperlich und seelisch ausgelaugt, erschöpft, „alles ist zuviel“.

Rock Rose

Man reagiert innerlich panisch (bedrohliche Situation) und wird von Terrorgefühlen überrannt.

Holly

Hat viele Negativgefühle: Eifersucht, Misstrauen, Hass, lähzorn, Wutausbrüche

Impatiens

Man reagiert gereizt und nervös. Ungeduld mit anderen, launisch, sprunghaft.

Sweet Chestnut

Man glaubt die Grenze dessen, was ein Mensch ertragen kann, sei nun erreicht. Verzweiflung, innere Ausweglosigkeit und Depressionen.

White Chestnut

Bestimmte Gedanken kreisen unaufhörlich im Kopf, man wird sie nicht wieder los, innere Selbstgespräche und Dialoge.

Wasserglasmethode: (für Erwachsene)



Diese Einnahmeform hat sich als Standardmethode bei allen akuten negativen Zuständen durchgesetzt.

Trinke dazu schluck weise ein Glas Wasser (ohne Kohlensäure), das fünf Tropfen der Blütenessenz enthält. Rühre dies mit einem Plastik oder Holz Gegenstand um (kein Metall). Behalte jeden Schluck kurz im Mund, da die Aufnahme bereits über die Zunge beginnt. Bei Bedarf kann die Mittelkombination geändert werden.

Bei der Behandlung akuter Beschwerden ist oft nach wenigen Tagen eine Überprüfung notwendig. Ich empfehle maximal sechs Blüten pro Mischung. (Weniger ist besser)