

Bachblüten Auswahlhilfe

Die Fragen über Ihren Gemütszustand und die Übersicht der sieben Gruppen weiter unten helfen Ihnen die Bachblüten auszuwählen, die Sie im Moment benötigen.



Gemütszustand:	Gruppe:
<p>Fühlen Sie sich ängstlich, erschreckt, verzagt? Sind Sie vor Schrecken wie gelähmt? Fürchten Sie sich vor einer schwierigen Situation (Prüfung, Reise, Arztbesuch, Besprechung usw.)?</p>	Angst
<p>Sind Sie unsicher, gehemmt, schüchtern? Haben Sie kein Vertrauen in Ihre eigene Meinung? Fühlen Sie sich hin- und hergerissen?</p>	Unsicherheit
<p>Haben Sie kein Interesse, sind Sie unmotiviert? Sind Sie träumend, abwesend; weilen Sie in der Vergangenheit? Sind Sie erschöpft, depressiv; leiden unter einem Misserfolg?</p>	Interesselosigkeit
<p>Fühlen Sie sich einsam, von der Umwelt abgeschnitten, isoliert? Sind Sie ungeduldig, reizbar, nervös?</p>	Einsamkeit
<p>Reagieren Sie überempfindlich, sensibel, gereizt? Können Sie nicht nein sagen? Plagen Sie Eifersucht, Hass- und Neidgefühle?</p>	Überempfindlichkeit
<p>Haben Sie kein Selbstvertrauen? Machen Sie sich Selbstvorwürfe? Fühlen Sie sich überfordert und elend?</p>	Mutlosigkeit / Verzweiflung
<p>Machen Sie sich Sorgen um sich, um andere, um die Welt? Möchten Sie, dass alles genau nach Ihrem Willen geht? Sind Sie mit sich zu streng; überfordern Sie sich?</p>	Überbesorgtheit

Die sieben Gruppen (Übersicht in Stichworten)

Bachblüte	Nr.	Empfindung	Ziel
Angst			
Aspen	2	unbewusste Angst	Furchtlosigkeit
Mimulus	20	ausdrückbare Angst	Tapferkeit
Rock Rose	26	akute, panische Angst	Mut, Standhaftigkeit
Cherry Plum	6	Angst vor sich selbst	Offenheit
Red Chestnut	25	Angst um Andere	Fürsorge, Distanz
Unsicherheit			
Cerato	5	bezüglich eigener Fähigkeiten	Intuition
Scleranthus	28	bei Entscheidungen	Eindeutigkeit, Balance
Gentian	12	bei Hindernissen	Glaube, Zuversicht
Gorse	13	Resignation	Hoffnung
Hornbeam	17	Erschöpfung	Lebendigkeit, Frische
Wild Oat	36	Unsicherheit in der Auswahl	Berufung, Zielstrebigkeit
Interesselosigkeit			
Clematis	9	Träumer	Interesse, Teilnahme
Honeysuckle	16	Heimweh, Nostalgie	Wandlung, Verbindung
Wild Rose	37	Resignation, Apathie	Motivation, Freude
Olive	23	Erschöpfung	Regeneration
White Chestnut	35	geistige Unruhe	Ruhe, Unterscheidung
Mustard	21	Hochs und Tiefs	Heiterkeit, Klarheit
Chestnut Bud	7	Fehler, Misserfolg	Lernen, Erkennen
Einsamkeit			
Heather	14	Redseligkeit, Bedürftigkeit	Einfühlungsvermögen
Impatiens	18	Ungeduld, Reizbarkeit	Geduld, Sanftmut
Water Violet	34	Zurückgezogenheit	Weisheit, Demut
Überempfindlichkeit			
Agrimony	1	Auseinandersetzung	Konfrontationsfähigkeit
Centauray	4	Wünsche, Anforderung	Selbstbestimmung
Walnut	33	Unsicherheit, Wankelmut	Neubeginn
Holly	15	Eifersucht, Hass, Neid	Liebe, Harmonie
Mutlosigkeit / Verzweiflung			
Larch	19	Misserfolg, kein Vertrauen	Selbstvertrauen
Pine	24	Selbstvorwurf, Schuld	Reue, Verzeihen
Elm	11	Überforderung	Verantwortlichkeit
Sweet Chestnut	30	seelische Qual, Elend	Erlösung
Star of Bethlehem	29	plötzliches nicht zu verarbeitendes Ereignis	Erweckung
Willow	38	Groll, Verbitterung	Einsicht, Verantwortung
Oak	22	dauernde Überforderung	Kraft, Ausdauer
Crab Apple	10	Unreinheit, Makel	Reinheit, Ordnung
Überbesorgtheit			
Chicory	8	um sich selbst, Egoismus	Selbstlosigkeit
Vervain	31	um eine gute Sache	Selbstdisziplin
Vine	32	um Autorität, Macht	Durchsetzungskraft
Beech	3	um Urteil, Ansicht	Mitgefühl, Toleranz
Rock Water	27	um Haltung, Prinzip	Anpassung, Freiheit