

Checkliste Bachblüten



Checkliste Bachblüten

Das wichtigste Mittel der Bachblüten für die Haus- und Sportler-Apotheke sind die **Rescue-Tropfen**, die auch einfach nur **Bachblüten-Notfall- oder Erste Hilfe-Tropfen** genannt werden. Aus der Reihe der Bachblüten ist dieses Mittel für die Haus- und Sportler-Apotheke ausreichend. Bei allen Verletzungen, Unfällen, Aufregungen, Schock- und sonstigen plötzlichen Ausnahmesituationen helfen sie sehr gut weiter.

Die Bachblüten-Notfalltropfen sind eine **Kombination aus den Blüten Star of Bethlehem, Rock Rose, Impatiens, Cherry Plum und Clematis**. Es gibt sie auch als Salbe. Vor allem bei Verletzungen ist diese Anwendungsform sinnvoll.

Für die **Haus- und Sportler-Apotheke:**



Bachblüten-Notfalltropfen als Tropfen und als Salbe

Die folgende Tabelle gibt Dir einen Überblick über alle Bachblüten mit einer kurzen Beschreibung des jeweiligen Seelenzustandes, für den die betreffende Blüte steht. Je nach Deinem persönlichen Empfinden kann es sinnvoll sein, neben den Rescue-Tropfen auch andere Blüten einzusetzen. Bei den einzelnen Beschwerden habe ich für Dich jeweils Vorschläge angegeben, die aus meiner Sicht passend sein könnten. Ich empfehle Dir jedoch auf jeden Fall, anhand der Tabelle nochmals zu überprüfen, welche Blüten für Dich individuell die geeignetsten sind.

Bachblüten und ihre Seelenpotentiale

Nr.	Blüte	Thema	Beschreibung
1	Agrimony	Konfrontationsfähigkeit	Die Ehrlichkeitsblüte quälende Gedanken und innere Unruhe hinter Fassade von Fröhlichkeit und Sorglosigkeit
2	Aspen	Dünnhäutigkeit	Die Ahnungsblüte unerklärliche, vage Ängstlichkeit; Vorahnungen; geheime Furcht
3	Beach	Toleranz und Kritik	Die Toleranzblüte überkritische, intolerante Haltung; wenig Mitgefühl und Einfühlungsvermögen
4	Centaury	Nicht nein sagen können	Die Blüte des Dienens willensschwach, kann nicht „nein“ sagen; Überreaktion auf Wünsche anderer
5	Cerato	Vertrauen in die eigene Meinung	Die Intuitionsblüte hat zu wenig Vertrauen in die eigene Meinung; fragt andere ständig nach Rat
6	Cherry-Plum	Offenheit und Gelassenheit	Die Gelassenheitsblüte innerlich loslassen fällt schwer; Angst vor seelischer „Kurzschlusshandlung“; unbeherrschte Temperamentsausbrüche
7	Chestnut Bud	Fehlerwiederholung	Die Lernblüte hat immer die gleichen Probleme, weil Erfahrungen nicht verarbeitet werden und nichts daraus gelernt wird
8	Chicory	Einmischung und Manipulation	Die Beziehungsblüte besitzergreifende Persönlichkeit, die sich viel einmischt; glaubt, manipulieren zu können
9	Clematis	Realitätsbezug	Die Realitätsblüte ist mit den Gedanken woanders; wenig Aufmerksamkeit für das, was um einen herum vorgeht; „Tagträumer“
10	Crab Apple	Ordnung und Reinheit	Die Reinigungsblüte fühlt sich beschmutzt, unrein oder infiziert; überstarkes Reinheits- und Ordnungsideal; „Detailkrämer“
11	Elm	Überforderung	Die Verantwortungsblüte Gefühl, seiner Aufgabe oder Verantwortung nicht gewachsen zu sein; das „psychologische Riechsalz“
12	Gentian	Entmutigung, Skepsis	Die Glaubensblüte ist skeptisch, pessimistisch, leicht entmutigt
13	Gorse	Resignation	Die Hoffnungsblüte ist ohne Hoffnung; hat resigniert; „Es hat doch keinen Zweck mehr“-Gefühl

14	Heather	Seelische Bedürftigkeit	Die Identitätsblüte selbstbezogen, völlig mit sich beschäftigt; braucht Publikum; „das bedürftige Kleinkind“
15	Holly	Emotionale Verletzlichkeit	Die Herzöffnungsblüte ist gefühlsmäßig irritiert; Eifersucht, Misstrauen, Jähzorn, Hass- und Neidgefühle
16	Honeysuckle	Vergangenheitsbewältigung	Die Vergangenheitsblüte Sehnsucht nach Vergangenem, Wehmutsgefühle; weigert sich unbewusst, bestimmte Ereignisse zu verarbeiten
17	Hornbeam	Mentale Erschlaffung	Die Spannkraftblüte mentale Erschöpfung, glaubt zu schwach zu sein, um die täglichen Pflichten zu bewältigen, schafft es dann doch; „Montagmorgen“-Gefühl
18	Impatiens	Ungeduld	Die Zeitblüte ungeduldig, leicht gereizt; zeigt überschießende Reaktionen
19	Larch	Selbstwert und Selbstvertrauen	Die Selbstvertrauensblüte Minderwertigkeitskomplex; Erwartung von Fehlschlägen durch Mangel an Selbstvertrauen
20	Mimulus	Ängstlichkeit	Die Tapferkeitsblüte schüchtern, scheu, furchtsam, zurückhaltend; hat viele kleine Ängstlichkeiten
21	Mustard	Grundlose Schwermut	Die Lichtblüte Perioden tiefer Traurigkeit kommen und gehen ohne erkennbare Ursache
22	Oak	Durchhalten um jeden Preis	Die Ausdauerblüte fühlt sich als niedergeschlagener, erschöpfter Kämpfer, der tapfer weitermacht und nie aufgibt
23	Olive	Erschöpfungsneigung	Die Regenerationsblüte fühlt sich körperlich und seelisch ausgelaugt und erschöpft; „alles ist zu viel“
24	Pine	Schuldgefühle	Die Selbstakzeptanzblüte macht sich Vorwürfe, hat Schuldgefühle; bedrücktes Lebensgefühl
25	Red Chestnut	Mitfühlen und Abgrenzen	Die Abnabelungsblüte macht sich mehr Sorgen um das Wohlergehen anderer als um das eigene; zu starke innere Verbundenheit mit nahestehenden Personen
26	Rock Rose	Innere Panik	Die Eskalationsblüte innere Panik und Terrorgefühle; akute Angstzustände nach lebensbedrohenden Ereignissen

27	Rock Water	Disziplin und Dogma	Die Flexibilitätsblüte zu hart zu sich selbst; hat strenge, starre Ansichten; unterdrückt vitale Bedürfnisse
28	Scleranthus	Hin- und Hergerissen	Die Balanceblüte unschlüssig, sprunghaft, innerlich unausgeglichen; Meinungen und Stimmungen wechseln ständig
29	Star of Bethlehem	Schockerlebnis	Die Trostblüte hat seelische und körperliche Erschütterung noch nicht verkraftet; der „Seelentröster“
30	Sweet Chestnut	Verzweiflung im Krisentief	Die Erlösungsblüte innere Ausweglosigkeit; glaubt, die Grenze dessen, was ein Mensch ertragen kann, sei erreicht
31	Vervain	Übereifer, Übertreibung	Die Begeisterungsblüte treibt im Übereifer, sich für eine gute Sache einzusetzen, Raubbau an seinen Kräften; reizbar bis fanatisch
32	Vine	Macht und Autorität	Die Autoritätsblüte will seinen Willen durchsetzen; ehrgeizig, dominierend, der „kleine Tyrann“
33	Walnut	Wankelmütigkeit	Die Verwirklichungsblüte Wankelmut und Beeinflussbarkeit während entscheidender Phasen von Neubeginn; die Blüte, die „den Durchbruch schafft“
34	Water Violet	Nähe und Distanz	Die Kommunikationsblüte zieht sich innerlich zurück; isoliertes Überlegenheitsgefühl
35	White Chestnut	Gedankliche Überaktivität	Die Gedankenblüte unaufhörliches Kreisen der Gedanken im Kopf, man wird sie nicht los; innere Selbstgespräche und Dialoge
36	Wild Oat	Innere Unzufriedenheit; „Visionssuche“	Die Berufsungsblüte Unklarheit über Zielvorstellungen; innerlich unzufrieden; findet seine Lebensaufgabe nicht
37	Wild Rose	Innere Teilnahmslosigkeit	Die Blüte der Lebenslust apathisch, teilnahmslos; innere Kapitulation
38	Willow	Groll und Verbitterung	Die Schicksalsblüte ist verbittert, grollt; fühlt sich als Opfer des Schicksals
39	Rescue	Notfalltropfen	Die Notfalltropfen durch Schreck, schockierende Erlebnisse oder Unfall aus dem Gleichgewicht gekommen; Lampenfieber; das „Erste Hilfe-Mittel“