

BACHOVA KVĚTOVÁ TERAPIE

Od nepaměti jsou lidé přitahováni krásou a vůní květin. Ty však nejsou jen vhodným dárkem či dekorací, ale také nositelkami skrytých léčivých sil mocné matky Přírody. Jistě, každý z nás ve svém životě užíval léčivé rostliny v té či oné podobě, např. jako lék, doplněk stravy nebo součást nějaké diety. Bachovy květové esence jsou však jiného, vyššího řádu než běžné léčivky. Dovolte mi prosím, abych o nich pověděl trochu více.

Nejprve bych se rád zmínil o jejich objeviteli. Anglický lékař Edward Bach (1886 - 1936) byl podle některých svědectví člověkem duchovně založeným a neobyčejně senzitivním. Už od dětství velice miloval přírodu a často v ní pobýval. Vždy toužil pomáhat druhým lidem, a to bylo zřejmě důvodem, proč se rozhodl pro studium medicíny. Již v samých počátcích své lékařské kariéry si Edward Bach povšiml, že se tehdejší lékařská věda věnovala více léčení nemocí než člověku samotnému.

Dr. Bach intuitivně a správně vycítil, že za nemocemi již projevenými ve fyzickém těle se skrývají příčiny v jemnějších strukturách energetického systému člověka. Byl dobrým pozorovatelem lidských povah, což mu později pomohlo roztrždit charakterové rysy do určitých typů a léčit tak člověka podle jeho jedinečného psychologického založení, a nejen podle projevené choroby. V roce 1919 začal pracovat v Londýnské homeopatické nemocnici a s uspokojením shledal myšlenky zakladatele homeopatie Samuela Hahnemanna do značné míry shodné se svými vlastními. Již během praxe v nemocnici začal dr. Bach experimentovat s prvními rostlinami ze své kolekce a výsledky jej potěšily natolik, že se později rozhodl vzdát se lékařské kariéry a zcela se věnovat objevování nových rostlin, přípravě esencí a zkoumání jejich účinku. V roce 1930 odešel na britský venkov, kde se této činnosti věnoval až do konce svého života.

Genialita dr. Bacha byla ve způsobu, jakým nacházel ve volné přírodě mezi mnoha jinými druhy rostlin právě ty nejúčinnější pro léčení a harmonizaci lidské psychiky, a také ve způsobu, jakým z těchto rostlin vyráběl svoje květové esence. U rostlin, u nichž objevil výrazné léčivé účinky, zprvu nelze poznat jejich vnitřní kvalitu. Některé z nich jsou užívány také ve fytoterapii, ale v jiné formě. Další byly doposud označovány jako plevel. Významný je fakt, že se jedná vesměs o nejedovaté druhy rostoucí ve volné přírodě, tedy nekultivované člověkem. To je jistě zásadním předpokladem jejich léčivého účinku.

Dalším pozoruhodným faktorem je metoda, jakou používal k uvolnění léčivé složky z těchto rostlin. Nejprve šetrným způsobem bez přímého dotyku s pokožkou ruky uvolnil okvětní lístky určité rostliny a vložil je do nádoby s čistou pramenitou vodou. Nádobu naplnil květy tak, že zakryly celou hladinu, a vystavil je na několik hodin přímému slunečnímu působení. U těch druhů, které kvetou v době, kdy sluneční svit není tak intenzivní, používal metodu vaření. Vodu s výluhem neboli esencí z květů, preparoval alkoholem a rozdělil do zásobních lahviček. Tyto mateřské esence v zásobních lahvičkách dále určitým způsobem ředil a kombinoval s jinými esencemi tak, jak to vyžadoval zdravotní stav jeho pacientů.

Edward Bach v průběhu svého výzkumu objevil a popsal účinek celkem u 38 květů a rozdělil je dále do sedmi skupin podle základních témat způsobujících negativní naladění člověka.

Jsou to: strach, nejistota, nedostatečný zájem o přítomné okolnosti, přecitlivělost na určité vlivy, skleslost, zoufalství a přílišná péče o blaho druhých.

Bach zjistil, že odstraněním negativních myšlenkových konceptů docházelo často i ke spontánnímu, rychlému vyléčení některých nemocí již projevených ve fyzickém těle. Na sklonku života předal svůj květový léčebný systém svým kolegům a označil jej za kompletní a uzavřený. Systém obsahuje přesný návod pro výrobu, ředění a používání esencí. V současné době používá Bachovy květové esence ve své praxi mnoho terapeutů, lékařů a psychologů po celém světě. Jeho přáním také bylo rozšířit a zpřístupnit tento systém léčení pro všechny lidi, tak, aby sami mohli převzít zodpovědnost za své uzdravení a naučili se používat esence podle potřeby ve svém každodenním životě. Jeho vize se dnes stále více naplňuje.

Dr. Bach, který svými květovými esencemi úspěšně vyléčil u lidí i velmi závažné choroby často doporučoval podávat esence také zvířatům. Výsledky byly pozoruhodné, což je zřejmě i důvod, proč se jeho rostlinné preparáty rozšířily po celém světě také do ordinací veterinářů a terapeutů, používajících alternativní metody léčení.

V mé praxi představují Bachovy květové esence jednu z hlavních terapeutických metod. Při terapii používám Bachovy květové esence od renomovaných výrobců firmy Nelson a Ainsworths, které zaručují při výrobě originální postup podle dr. Bacha a tím i nejvyšší kvalitu esencí.

Seznam Bachových esencí:

1. AGRIMONY - Řepík lékařský - Agrimonia eupatoria
2. ASPEN - Topol osika - Populus tremula
3. BEECH - Buk lesní - Fagus silvatica
4. CENTAURY - Zeměžluč lékařská - Centaurium umbellatum
5. CERATO - Rožec - Ceratostigma willmottiana
6. CHERRY PLUM - Slivoň myrobalán (slíva třešňová) - Prunus cerasifera
7. CHESTNUT BUD - Poupě jírovce madalu, koňského kaštanu - Aesculus hippocastanum
8. CHICORY - Čekanka obecná - Cichorium intybus
9. CLEMATIS - Plamének plotní (bílá lesní réva) - Clematis vitalba
10. CRAB APPLE - Jablonoň obecná (plané jablko) - Malus pumila
11. ELM – Jilm - Ulmus procera
12. GENTIAN - Hořeček podzimní (hořec) - Gentiana amarella
13. GORSE - Hlodáš evropský - Ulex europeus
14. HEATHER - Vřes obecný - Calluna vulgaris
15. HOLLY - Cesmína ostrolistá - Ilex aquifolium
16. HONEYSUCKLE - Zimolez kozí list - Lonicera caprifolium
17. HORNBEAM - Habr obecný - Carpinus betulus
18. IMPATIENS - Netýkavka žláznatá - Impatiens glandulifera
19. LARCH - Modřín opadavý - Larix decidua
20. MIMULUS - Kejklířka skvrnitá - Mimulus guttatus
21. MUSTARD - Hořčice polní - Sinapis arvensis
22. OAK - Dub letní - Quercus robur
23. OLIVE – Olivovník evropský (oliva) - Olea europaea
24. PINE - Borovice lesní - Pinus sylvestris
25. RED CHESTNUT - Jírovec pletový (červený kaštan) - Aesculus carnea
26. ROCK ROSE - Devaterník penízkovitý - Helianthemum nummularium
27. ROCK WATER - Voda z léčivých pramenů - Aqua Petra
28. SCLERANTHUS - Chmerek roční - Scleranthus annuus

- 29. STAR OF BETHLEHEM - Snědek chocholičnatý (snědek okoličnatý) - *Ornithogalum umbelatum*
- 30. SWEET CHESTNUT - Kaštanovník jedlý (jedlý kaštan) - *Castanea sativa*
- 31. VERVAIN - Sporýš lékařský - *Verbena officinalis*
- 32. VINE - Vinná réva - *Vitis vinifera*
- 33. WALNUT - Ořešák vlašský (vlašský ořech) - *Juglans regia*
- 34. WATER VIOLET - Žebratka bahenní - *Hottonia palustris*
- 35. WHITE CHESTNUT - Jírovec maďal (bílý kaštan) - *Aesculus hippocastanum*
- 36. WILD OAT - Sveřep větevnatý - *Bromus ramosus*
- 37. WILD ROSE - Planá šípková růže - *Rosa canina*
- 38. WILLOW - Vrba žlutá - *Salix vitellina*
- 39. RESCUE REMEDY - Krizová esence

Poznámka:

Uvádím zde názvy esencí převzaté z českých překladů dostupných v literatuře a propagačních materiálech Bachova centra v Anglii a dostupných v současné době na českém trhu. Botanické názvy (české i latinské) a jejich synonyma se nemusí s těmito překlady shodovat, ale rozhodl jsem se je ponechat (v závorce), neboť jsou již u praktikujících terapeutů a uživatelů esencí zažitá a běžně používána.

1. AGRIMONY – ŘEPÍK LÉKAŘSKÝ – AGRIMONIA EUPATORIA

Popis: Vytrvalá bylina až 100 cm vysoká, s krátkým dřevnatým oddenkem, přímou, někdy větvenou lodyhou a žlutými květy uspořádanými v klasovitá květenství. Celá rostlina příjemně voní. Roste na suchých loukách, pastvinách, stráních, na mezích, v křovinách a u cest. Kvete od června do srpna.

Klíčové téma podle dr. Bacha: přecitlivělost na určité vlivy a myšlenky

Hlavní symptomy: Člověk se pokouší ukrýt mučivé myšlenky a vnitřní neklid za fasádou veselí a bezstarostnosti.

Další možné symptomy:

- člověk by rád žil v míru a chtěl by kolem sebe mít dobrou náladu, dostává se ale skrze hádky a špatnou náladu do duševní tísně
- dělá všechno možné pro „klid a mír“
- obětuje skoro vše, aby udržel vnitřní i vnější duševní mír a aby se vyhnul konfrontacím
- vlastní starosti a vnitřní neklid schovává za maskou vtipu a veselí
- motto: vždy s úsměvem...
- dobrý dojem navenek je pro člověka velmi důležitý
- člověk bagatelizuje vlastní problémy a nemluví o nich; nepřízná je ani tehdy, když je kvůli nim osloven
- aby unikl svým hlodavým a starostlivým myšlenkám, je pro každé vzrušení a pro každou změnu připraven, např. kino, party, „akce“ v jakékoli formě
- člověk je družný, aby ve společnosti zapomněl na vnitřní nouzi
- je na každé party dobrým přítelem, bezvadným kamarádem, rozdává náladu a mír
- podle okolností sáhne po alkoholu, tabletkách, drogách, aby mohl přestát potíže v dobré náladě a aby uklidnil mučivé myšlenky
- musí být neustále v pohybu, aby nemusel přemýšlet
- jako nemocný se přetvařuje, zakrývá své obtíže; baví svými vtipy dokonce i ošetřující personál
- znepokojuje se tím, že není schopný dodržet plán, jako např. hubnutí, přestat kouřit aj.
- tajemná duševní bolest a pocit osamělosti v dětství, u dětí, které obyčejně umí na svůj zármutek rychle zapomenout.

Harmonický stav:

- vyrovnanost, soudnost, objektivita
- pravá vnitřní radost
- důvěřivý optimista, chytrý diplomat, neúnavný původce míru
- člověk umí ignorovat to, co mu kalí život, hodnotí správně problémy
- může se vlastním starostem srdečně zasmát, protože mu je jasná jejich relativní bezvýznamnost
- rozeznává jednotu v množství

2. ASPEN – TOPOL OSIKA – POPULUS TREMULA

Popis: Topol osika je strom nebo keř z čeledi vrbovitéch, dorůstající do výšky 20 m, s široce rozvětvenou korunou. Kůra je šedá a hladká, později tmavší a v bázi zbrázděná. Původem pochází z Eurasie, roste v lesích na chudé půdě, je slunným typem a najdeme jej proto na okrajích lesa, světlínách, pasekách, loukách od nížin do horských oblastí. Rychle obsazuje lokality s narušeným půdním povrchem. Kvete od začátku března do poloviny dubna.

Klíčové téma podle dr. Bacha: strach

Hlavní symptomy: Nevysvětlitelná, neurčitá ustrašenost, předtucha, tajná obava z nějakého hrozného neštěstí.

Další možné symptomy:

- bezdůvodné pocity strachu a nebezpečí
- náhle přicházející stavy strachu, když je člověk sám nebo i mezi lidmi
- člověk se cítí stísněně, jako „začarovaný“
- fantazie letí jako splašená
- naplněný strachem, fascinovaný okultními fenomény, pověřčivý
- strach z pronásledování, z potrestání, strach z neviditelné moci nebo síly
- zlé sny; člověk se probouzí s panickým pocitem strachu a bojí se usnout
- strach z myšlenek a snů s náboženskými tématy, o temnotě a smrti
- strach ze strachu, ale člověk se neodváží o tom s nikým mluvit
- kolektivní strachy jako: strach z tělesného násilí, přepadení, znásilnění, týrání, strach z hadů, duchů apod.
- u dětí: nechce zůstat samo nebo nechce spát ve tmě ze strachu před bubákem nebo podobným zjevením
- člověk nemůže snést atmosféru na jistých místech

Harmonický stav:

- schopnost přenést se do subtilnějších úrovní vědomí, a tím pochopení pro náboženské a ezoterické myšlenkové pochody
- chápání vyšších duchovních světů. Člověk se cítí být těmito světy přitahován a bez obav se připravuje probádat je bez ohledu na eventuální potíže.

3. BEECH – BUK LESNÍ – FAGUS SILVATICA

Popis: Buk lesní je statný, opadavý a listnatý strom se štíhlým kmenem a pravidelnou vejčitou korunou, který může dorůstát výšky i přes 45 metrů. Jeho přirozený areál zahrnuje většinu Evropy, od jižní Itálie po Švédsko a od Portugalska po Turecko. V Anglii býval kdysi nazýván matkou lesa. Kvete v dubnu nebo květnu.

Klíčové téma podle dr. Bacha: přílišná péče o blaho druhých

Hlavní symptomy: Kritičnost, arogance, netolerance. Člověk odsuzuje druhé bez jakéhokoli vcítění.

Další možné symptomy:

- chyby druhých padnou člověku okamžitě do oka
- člověk nemá pochopení a shovívavost k nedostatkům druhých
- neumí se vcítit do pocitů druhých lidí, protože jsou jeho vlastní city blokovány
- vnitřně druhé soudí, vidí jejich chyby a odsuzuje je
- vidí vždy slabosti a to, co se dá situaci vytknout, ale nevnímá to, co by se z ní dalo pozitivně využít
- hloupost druhých lidí ho obtěžuje
- někdy reaguje malicherně, pedantský, nesmiřitelně
- dělá narážky na malá gesta a jazykové zvyklosti druhých; přemíra předrážděnosti není úměrná jejímu podnětu
- je vnitřně napjatý, zatvrzelý
- svým nadměrně kritickým postojem se izoluje od svých bližních

Harmonický stav:

- duchovní bystrozrak; pochopení pro různé vzory lidského chování a pro individuální cesty vývoje
- dobré diagnostické schopnosti
- člověk stojí tolerantně v životě, rozeznává jednotu v množství

4. CENTAURY – ZEMĚŽLUČ LÉKAŘSKÁ – CENTAURIUM UMBELLATUM

Popis: Zeměžluč roste velmi zpříma do výšky až 35 cm. Latinské rodové jméno je odvozeno buď od kentaura Cheirón, který prý první rozpoznal léčivé účinky této rostliny, nebo od latinských slov centum = sto a aurum = zlato, tedy velmi „cenná“ rostlina. Roste na pasekách, opuštěných místech, u lesních cest a na okrajích travnatých lesů, na půdách sušších, na minerály bohatých, a na světlých stanovištích. Kvete mezi červnem až srpnem.

Klíčové téma podle dr. Bacha: přecitlivělost na určité vlivy

Hlavní symptomy: Slabost vlastní vůle, přemrštěné reakce na přání druhých; jeho dobromyslnost je často využívána, neumí říci ne.

Další možné symptomy:

- člověk se umí špatně prosadit
- pasivní, se slabou vůlí, určován cizím
- reaguje spíš na přání jiných než na svá vlastní
- okamžitě cítí, co od něj druzí očekávají, a neumí pak nic jiného, než že dělá to, co se od něj očekává
- nechává se chybně vést přáním líbit se ostatním, v extrémním případě až do sebezapření
- víc otrok než vědomý pomocník
- je pod jhem nebo karabáčem jiných egoistických osobností: rodiče, partner, představený aj.
- nechá se lehko přemluvit k něčemu, co vlastně vůbec nechce
- vlastní ochota bývá lehce zneužitá
- je pro druhé často jako Popelka nebo duševní rohožka
- má málo sebevědomí, nechává si nevědomě diktovat od druhých, co má dělat
- nevědomě přejímá gesta, formulace a mínění silnějších osobností
- lehce znavitelný, bledý, vyčerpaný
- nezastupuje své zájmy
- nebezpečí zmeškání vlastního životního úkolu
- děti se silně řídí pochvalou nebo pokáráním

Harmonický stav:

- člověk ví, kdy má říct ano, ale umí na správném místě říct i ne
- umí se dobře integrovat ve skupinách, ale zachovává při tom vždy svou identitu
- slouží nenuceně a moudře podle vlastních vnitřních cílů
- umí zasvětit život své skutečné úloze

5. CERATO – ROŽEC – CERATOSTIGMA WILLMOTTIANA

Popis: Tato rostlina původem z Himalájí neroste divoce, ale je pěstována na zahradách. Dosahuje výšky asi 60 cm a má nádherně modré květy. Kvete v srpnu a září.

Klíčové téma podle dr. Bacha: nejistota

Hlavní symptomy: Nedostatečná důvěra ve vlastní intuici.

Další možné symptomy:

- nedůvěra ve vlastní úsudek
- člověk neustále žádá druhé o radu
- moc mluví a nervuje druhé skákáním do řeči
- přehnaně si cení mínění druhých
- přemrštěný hlad po informacích
- hromadí vědění, aniž by ho použil
- znejistí rozhodnutím druhých
- nechá se proti vlastnímu přesvědčení a ve svůj neprospěch chybně vést
- o právě padlém rozhodnutí pochybuje již v příštím okamžiku
- hledá potvrzení u autorit
- působí na druhé lehkověrně až přihloupě, dokonce hloupě
- miluje konvence, ptá se, co je momentálně v módě
- má sklon k napodobování druhých lidí
- děti přeskrtávají ve školních testech to správné

Harmonický stav:

- člověk je intuitivní a nadšení schopný, zvědavý, po vědění toužící
- umí dobře sbírat informace, umí je zpracovat a použít jich
- s radostí předává vědění
- dobrá koordinace abstraktního a konkrétního myšlení
- nechá se vést vnitřním hlasem, důvěřuje si a stojí za svým rozhodnutím
- jedná moudře

6. CHERRY PLUM – SLÍVA TŘEŠŇOVÁ – PRUNUS CERASIFERA

Popis: Stromy nebo keře slívy třešňové, známé spíše pod botanickým názvem myrobalán třešňový, jsou obvykle menší velikosti, avšak někdy mohou dosahovat i výšky 10–12 m. Vyznačují se obvykle vysokou mrazuvzdorností. V Anglii jsou často používány jako větrolamy okolo ovocných sadů. Koruny jsou úzké a větve často trnité. Kvete od dubna do května.

Klíčové téma podle dr. Bacha: strach

Hlavní symptomy: Člověk se bojí vnitřně uvolnit; strach ze ztráty rozumu; strach před duševními zkraty; neovladatelné výbuchy temperamentu.

Další možné symptomy:

- člověk se cítí duševně extrémně „napěchovaný“
- zápasí se sebeovládáním
- je zoufalý, stojí před nervovým zhroucením
- obává se, že udělá proti své vůli něco strašného
- proti normálnímu založení vystávají v člověku násilnické impulsy; také se obává, že bude muset udělat něco, co by jinak nikdy neudělal
- bojí se nekontrolovatelných duchovních sil ve svém nitru
- bojí se, že se zblázní, že bude muset do ústavu pro nervově choré
- má pocit, že sedí na sudu s výbušninou
- pohrává si s myšlenkou udělat konec
- utkvělé představy, šílené nápady
- extrémní vnitřní napětí a vnitřní křeč, podle okolností nucené chození sem tam, přehnané sebezpozorování
- okamžité, nekontrolovatelné výbuchy hněvu, zvláště u dětí: hodí sebou na zem, tlučou hlavou o zeď apod.
- rodiče se obávají, že se neovládnou, hrozí týrání dětí

Harmonický stav:

- odvaha, síla, spontánnost
- člověk se může vnořit hluboko do svého podvědomí, může tam získané zkušenosti a poznatky integrovat ve svém reálném životě a je napojený na své silné duchovní zdroje
- snáší největší psychické a fyzické tortury, aniž by utrpěl duševní škody
- může získat velké duchovní poznatky, rozezná svou pravou životní úlohu a dosahuje obrovských pokroků ve vývoji

7. CHESTNUT BUD – POUPĚ JÍROVCE, KOŇSKÉHO KAŠTANU – AESCULUS HIPPOCASTANUM

Popis: Opadavý, až 30 m vysoký strom s kmenem o průměru až 2 m. U nás převážně vysazován v parcích či alejích, ve své domovině roste zejména v horských a údolních lesích, na půdách výživných, humózních, hlubokých, svěžích a na stanovišti světlém až polostinném. Původní výskyt v jihovýchodní Evropě. Kvete koncem května a začátkem června.

Klíčové téma podle dr. Bacha: nedostatečný zájem o přítomnost

Hlavní symptomy: Člověk stále dělá tytéž chyby, jelikož opravdu nezpracoval své zkušenosti a jelikož se z nich dostatečně nepoučil.

Další možné symptomy:

- člověk se stále dostává do stejných potíží, vede neustále tytéž dohady, přivolává tytéž úrazy atd.
- vypadá to, jako by se jen velmi pomalu přiučoval, ať již z nezájmu, lhostejnosti, vnitřního spěchu nebo z nedostatečného pozorování
- nezíská ze svých zkušeností poučení; nezpracovává zážitky dostatečně hluboko
- raději se vrhá do nové zkušenosti, místo aby tu poslední na sebe nechal působit
- nepřijde na to, že by se mohl učit ze zkušeností druhých, protože je stále v myšlenkách o dva kroky napřed, reaguje na současnou situaci často nepozorně, netrpělivě nebo bez zájmu
- má vnitřní pocit, že jede v autě s vynechávajícím motorem
- na druhé působí bezstarostně až naivně
- pomalé učení, blokády v učení, retardovaný vývoj
- tento postoj může doprovázet pravidelně a periodicky se opakující tělesné onemocnění, např. záchvaty migrény, nárazově se objevující akné, záchvaty

Harmonický stav:

- člověk se může vnitřně lehce přepínat, dobrá schopnost učení
- duševně čilý, učí se i pozorováním chování jiných lidí
- sleduje všechny životní události pozorně, zvláště přesně pozoruje vše negativní a vlastní omyly
- pozorností je vždy v přítomnosti, každá zkušenost je vnitřním obohacením
- vybírá si z denních zkušeností optimum
- vidí vlastní chyby s takovým odstupem, jako je vidí jiní lidé

8. CHICORY – ČEKANKA OBECNÁ – CICHORIUM INTYBUS

Popis: Čekanka je vytrvalá, až jeden metr vysoká bylina s tuhým stonkem. Kvete od července do října, její květy jsou obvykle jasně modré. Rostlinu je možné nalézt ve volné přírodě poměrně hojně v okolí cest, polí, luk, lesů a strání.

Klíčové téma podle dr. Bacha: přílišná péče o blaho druhých

Hlavní symptomy: Majetnický postoj osobnosti, která se přehnaně vměšuje a manipuluje. Člověk očekává z okolí plnou podporu a propadá sebelítosti, když není po jeho vůli.

Další možné symptomy:

- sobeckost, panovačnost; postoj nadměrného požadování
- člověk hlídá jako kvočna potřeby, přání a vývoj své rodiny a okruhu svých přátel
- má vždy nějakou poznámku, návrh, poopravení
- nadměrná starostlivost a přívětivost
- neudělá téměř nic, aniž by při tom nemyslel na to, co z toho bude mít
- láska závislá na podmínkách: Miluji tě, když...
- člověk se pokouší mnohého dosáhnout nepřímou cestou
- manipuluje, diplomatizuje, taktizuje, aby prosadil svou vůli nebo aby si udržel vliv
- citové vydírání
- člověk chce udržet zastaralé citové vazby, např. jednání mezi matkou a dítětem, poměr mezi manželi aj.
- umí jen těžko odpustit a zapomenout
- tiše se obává, že ztratí přátele, vztahy nebo vlastnictví
- snadno se cítí odstrkovaný, přelstěný, snadno se uráží
- sebelítost: Nikdo mě nemiluje!
- člověk přehnaně líčí svou mizérii
- uchyluje se k nemoci, aby vzbudil soucit nebo aby mohl ovlivňovat
- když není podle jeho vůle, stává se zlostným a hraje eventuálně mučedníka
- propuká v pláč kvůli nevděčnosti druhých
- mluví o tom, „co mu ten druhý dluží“
- děti, které neustále vyžadují pozornost
- psychologická mateřská problematika

Harmonický stav:

- „Věčná matka“ (archetyp)
- člověk se věnuje druhým s velkou láskou a s pravou oddaností
- daruje, aniž by očekával nebo aniž by potřeboval oplatku
- teplo, přívětivost, jemnocit; člověk je v bezpečí sám v sobě
- dává bezpečí a jistotu druhým

9. CLEMATIS – BÍLÁ LESNÍ RÉVA – CLEMATIS VITALBA

Popis: Dřevitá, popínavá rostlina, která roste v lužních lesích, olšínách, podél vod, okrajů lesů, křovin, na půdách vápnitých, hlubokých, kyprých, hlinitých, mírně dusíkatých. Příjemně vonící květy mají na podzim čnělky stříbrné a nitkovité jako vousy starce. Kvete od července do září.

Klíčové téma podle dr. Bacha: nedostatečný zájem o přítomnost

Hlavní symptomy: Denní snílek; myšlenkami neustále někde jinde; projevuje malou pozornost pro to, co se kolem něj děje.

Další možné symptomy:

- zamyšlenost, nepřítomnost, zřídka myšlenkami přítomen
- nepozornost, roztržitost, sní s otevřenýma očima
- člověk nemá akutní zájem o přítomnost, víc žije ve světě své fantazie
- poutník mezi světy, v realitě se často necítí doma
- dává fantazii ve svém životě velmi velký prostor
- snadno působí jako trochu pomatený
- utíká před potížemi do nerealistických představ a iluzí
- typický pohled: přichází z dálky, do dálky odchází, „pohádkové oči“
- působí zasněně, ospale, nikdy docela bděle
- často reaguje se stejnou indiferencí na zprávy dobré jako špatné
- skoro nikdy není agresivní, nemá strach, jelikož není zcela v přítomnosti
- zdá se, že nemá vitalitu, často je nápadně bledý
- má najednou studené ruce a nohy nebo pocit prázdnoty v hlavě
- pocít vzášení, někdy se cítí jako lehce narkotizovaný
- potřebuje hodně spánku, rád pospává, umí v těch nejnemožnějších okamžicích „tlouct špačky“
- často kouká do prázdna, má sklon k omdlávání
- tělesná vnímavost je velmi slabá, lehce naráží do věcí
- špatná paměť, žádný smysl pro podrobnosti, protože se pro svůj nezájem ani nesnaží pořádně poslouchat
- sklon k poruchám zraku a sluchu; oči a uši jsou nasměřované víc dovnitř než ven
- v případě onemocnění nemá téměř žádnou sílu k rychlému uzdravení, protože má slabý pud sebezáchovy
- neumí už přesně rozlišovat fantazii od reality
- často nevyužité kreativní nadání, umělecky nadaní lidé v prozaických zaměstnáních (aby se uživil)

Harmonický stav:

- člověk vládne svému myšlenkovému světu a získává denně z reality nové podněty, protože chápe a akceptuje souvislosti
- kreativita se zaměřením na cíl převedená do fyzické reality, např. spisovatelé, herci, grafici atd.

10. CRAB APPLE – PLANÉ JABLKO – MALUS PUMILA

Popis: Okrasné jabloně rostou divoce v živých plotech, na lesních mýtinách a v houštinách. Oproti ovocným odrůdám mají menší, jasněji zbarvené plody. Jsou nepříliš chutné až zcela nepoživatelné. Strom dorůstá výšky i 10 m a kvete v březnu, dubnu a květnu.

Klíčové téma podle dr. Bacha: skleslost a zoufalství

Hlavní symptomy: Člověk se cítí vnitřně nebo zevně poskvrněný, špinavý nebo infikovaný. Puntičkáři.

Další možné symptomy:

- přemrštěné zdůrazňování principu čistoty na duševně-duchovní anebo tělesné úrovni
- výrazný cit pro „duševní hygienu“
- člověk se sobě oškliví, protože udělal něco, co není v souladu s jeho pravou vnitřní povahou
- má pocit, že se sebe musí smýt nečisté myšlenky
- má pocit, že je hříšný a poskvrněný
- zvětšuje hodnotu detailů, a přitom mu uniká podstata
- uváže v detailech, nechává se mást maličkostmi
- vzorná žena v domácnosti s pedantickou přesností
- vše musí být pořád jako „ze škatulky“
- nedůtklivý k nepořádku na veřejnosti a v soukromém životě
- člověk má někdy potíže se silně pozemským tělesným životním vyjádřením: kojení, líbání atd.
- štítí se sám sebe při kožních vyrážkách, pocení nohou, bradavicích atd.
- je vnitřně alergický na špínu, hmyz, bakteriologické nebezpečí aj.
- silná touha po čistotě, vedoucí ke stálému mytí
- bojí se zkažených potravin, nečistých toalet, nesprávných léků, znečištěného okolí apod.
- podle okolností i silná tělesná potřeba vyměšovat
- člověk se chce okamžitě zbavit i menších onemocnění a ztrácí odvahu, když se to hned nevede

Harmonický stav:

- člověk je velkorysý a nenechá se maličkostmi vyvést z míry
- vidí věci v jejich správné perspektivě
- smysl pro nadřazené souvislosti
- člověk rozeznává nejasnosti ve svém okolí a může je transformovat

11. ELM – JILM – ULMUS PROCERA

Popis: Jilmy se zřejmě vyvinuly už v období miocénu, tedy asi před 40 miliony let. Původně pochází ze střední Asie, ovšem nyní jej můžeme najít napříč celou severní polokoulí a až po rovníkovou Indonésii. Kvete od února do dubna v závislosti na počasí.

Klíčové téma podle dr. Bacha: skleslost a zoufalství

Hlavní symptomy: Přechodný pocit, že člověk nezvládne svůj úkol.

Další možné symptomy:

- člověk se najednou cítí zavalený úkoly
- má pocit, že mu odpovědnost přerůstá přes hlavu
- má pocit, že nemá dost síly, aby zvládl všechno, co musí a co chce udělat
- malomyslná fáze vyčerpání u silných charakterů, přechodně jim uniká jinak dobrá sebedůvěra
- pocity přechodné nedostatečnosti způsobené vyčerpáním
- člověk přechodně pochybuje o svých schopnostech a o tom, hodí-li se k určitému úkolu
- již neví, kde má začít
- vmanévroval se do situace, že je nepostradatelný, a věří, že již nikdy nebude moci uniknout odpovědnosti
- převzal kdysi mnoho úkolů a teď zjišťuje, že to bylo pro něj velké sousto

Harmonický stav:

- vrozený altruistický základní postoj
- člověk následuje vnitřní povolání
- nadprůměrné nadání, silné schopnosti
- pozitivní vedoucí osobnost
- vysoká odpovědnost
- sebejistý, důvěřivý
- vědomý si odpovědnosti, spolehlivý
- neoblomný v přesvědčení, že pomoc přijde vždy a v pravý čas
- člověk je ochotný pokusit se o nemožné, když jde o zdolání potíží celku
- umí vidět problémy ve správných proporcích

12. GENTIAN – HOŘEC PODZIMNÍ – GENTIANA AMARELLA

Popis: Hořec podzimní je rostlina s většinou modrými, zvonkovitými květy. Na světě je známo asi 320 druhů rozšířených téměř po celém světě, s těžištěm v Číně a Himálajích. Dorůstá výšky 15–20 cm, vyskytuje se na suchých a vápencových loukách, útesech a dunách. Kvete v období od srpna do října.

Klíčové téma podle dr. Bacha: nejistota

Hlavní symptomy: Skeptický, pochybovačný, pesimistický, lehce ztrácející odvahu.

Další možné symptomy:

- člověk je deprimovaný a ví také proč
- vypadá, jako by svůj pesimismus téměř vychutnával
- je z principu předem skeptický
- ukazuje a oznamuje v každé situaci své pochyby
- nejistota vyplývající z nedostatku víry a důvěry
- člověk při nepředvídaných potížích lehko ztratí odvahu a je zklamaný
- přechodné recidivy člověka „sklání“
- nechápe, že příčinou těchto stavů je jeho vlastní malomyslnost

Harmonický stav:

- schopnost umět žít s konflikty
- přesvědčení, že neexistují nezdary, když člověk udělal všechno, co bylo v jeho možnostech
- jistota, že se potíže nechají mistrně zvládnout
- neotřesitelná naděje navzdory těžkým okolnostem
- člověk vidí „ve tmě světlo“ a umí tento pocit dát i jiným lidem

13. GORSE – HLODAŠ EVROPSKÝ – ULEX EUROPEUS

Popis: Keř 1–2 m vysoký, hustě větvený, trnitý. Květy jsou asi 2 cm dlouhé, vonné, koruna žlutá, hlavní doba květu trvá od ledna do července, ojedinělé květy se objevují na rostlině po celý rok. Roste na suchých, skalnatých a písčitých stanovištích, na mýtinách, kolem cest i ve světlých lesích.

Klíčové téma podle dr. Bacha: nejistota

Hlavní symptomy: Beznaděj, dokonalé zoufalství, pocit, že nic už nemá žádný význam.

Další možné symptomy:

- hluboko v nitru stagnuje vypořádání s vlastním osudem
- člověk se neodvažuje doufat ve změnu své situace
- deprimovaný, rezignovaný, vnitřně unavený
- člověk již nemá sílu pokusit se ještě jednou o rozběh
- v nitru se vzdal a čeká, že přijde něco zvenku
- nechá se příbuznými proti svému přesvědčení přemluvit k dalším terapiím, a potom je i při nejmenší recidivě zklamaný
- často měl jako dítě těžkou chronickou nemoc nebo vyrůstal ve společnosti chronicky nemocných lidí

Harmonický stav:

- člověk je přesvědčen, že nakonec všechno dobře dopadne
- získá jiný postoj ke své beznadějné situaci, může akceptovat svůj osud
- rozezná, že beznaděj proces léčení brzdí a že „si každý svůj raneček nese sám“
- ví, že nikdy nesmí říkat „nikdy“ a že může doufat
- v lehčích případech: dostane novou naději na uzdravení, a tím udělá první krok k uzdravení

14. HEATHER – VŘES OBECNÝ – CALLUNA VULGARIS

Popis: Keřík 15–50 cm vysoký, bohatě větvený. V terapii dr. Bacha se sbírají květy tzv. „skotského vřesu“, který má květy fialově růžové až bílé a roste na vřesovištích, rašeliništích a holých otevřených rovinách. Kvete od června do září.

Klíčové téma podle dr. Bacha: osamělost

Hlavní symptomy: Na sebe zaměřený, zcela sebou zaměstnaný, neustále potřebuje publikum, „potřebné malé dítě“.

Další možné symptomy:

- myšlenky krouží jen okolo vlastních problémů, člověk si připadá velmi důležitě
- pociťuje vnitřní nutnost s každým o sobě mluvit
- ve společnosti přebírá hovor a zaměřuje ho na svou osobu
- s úmyslem vnutit se, se při mluvení dostává do těsné blízkosti druhých, tahá je za rukáv, nikdy je nenechá uniknout
- své bližní velice „potřebuje“
- neumí být sám
- má sklon k citovému přepínání, dělá z komára velblouda
- je pro něj velmi těžké naslouchat druhým
- je úplně absorbován svými myšlenkami, pro nic jiného nemá pochopení
- navenek předstírá, že je silnější, než je, nevyvolává proto bezprostřední účast
- často pochází z citově chudého domova, jako dítě citově podvyživený
- často na začátku spirituální cesty, když je konfrontován se svým Já a když musí všechny vnitřní zážitky vypovědět

Harmonický stav:

- porozumění plný dospělý člověk s velkou schopností vcítit se
- dobrý posluchač, zajímaví se diskusí partner
- umí se vcítit do jiného člověka nebo nějakého úkolu
- vyzařuje sílu a spolehlivost

15. HOLLY – CESMÍNA OSTROLISTÁ – ILEX AQUIFOLIUM

Popis: V anglosaských zemích je cesmína (Holly = svatý) vánočním stromem a symbolem nepodmíněné lásky v našich srdcích. Jde o pomalu, až středně rostoucí vzpřímený keř, většinou dorůstající výšky 2–3 m. Má stále zelené listy a jeho plody vypadají jako svítivě červené bobulky, které zdobí rostlinu od července do března příštího roku. Původní druh pochází z jižní a západní Evropy, kde roste od Skotska až po severní oblasti Afriky, zasahuje také do jižního Rakouska a na sever Turecka. Roste převážně v lesích, křovinách, někdy na skalách. Květy jsou drobné bělavé a kvetou v květnu až červnu.

Klíčové téma podle dr. Bacha: přecitlivělost na určité vlivy a myšlenky

Hlavní symptomy: Žárlivost, nedůvěra, nenávistné a závistivé pocity na všech úrovních.

Další možné symptomy:

- srdce je ztvrdlé
- člověk je nespokojený, nešťastný, frustrovaný, ale vždy neví proč
- pocity závidění a nenávisti
- žárlivost, nedůvěra, pomstychtivost
- škodolibost
- člověk se obává, že bude podveden
- nedorozumění; člověk si stěžuje na druhé
- za vším větří něco negativního
- lehce podezřívá druhé
- často se cítí uražený nebo zraněný
- vnitřně druhé ponižuje
- vztek, zlost, prchlivost, u dětí náhlé, prudké až pranicemi končící záchvaty špatné nálady

Harmonický stav:

- člověk žije ve vnitřní harmonii a vyzařuje lásku
- má hluboké porozumění pro sféru lidských citů
- umí se těšit z výkonů a úspěchů druhých, i když se jemu nevede dobře
- má smysl pro pořádek světa a umí každého na jeho pravoplatném místě uznat

16. HONEYSUCKLE – ZIMOLEZ KOŽÍ LIST – LONICERA CAPRIFOLIUM

Popis: Opadavý, ovíjivý, až 7 m vysoký silný keř, krásně vonící. Roste na okrajích lesa a v suchopárné půdě. Plody zimolezu obecného se dříve používaly jako prostředek proti horečce. Pro silnou vůni, která vyniká večer při otevření květů, byl zimolez oblíbený pro milostná loubí. Na povrchu červené a uvnitř bílé květy zimolezu prý lákají noční lišaje, kteří v květech nacházejí mnoho nektaru. Doba květu je v květnu, červnu a červenci.

Klíčové téma podle dr. Bacha: nedostatečný zájem o přítomné okolnosti

Hlavní symptomy: Touha po minulém; lítost nad uplynulým; nežije v přítomnosti.

Další možné symptomy:

- člověk se neustále odvolává na minulé, vnitřně i v rozhovoru s druhými
- glorifikuje minulost a nejraději by byl, kdyby bylo všechno tak jako dřív
- vzpomíná se zármutkem na minulé hezké časy
- nemůže zapomenout na ztrátu milovaného člověka (např. rodiče, dítě, manžela, manželku)
- žije zcela ve vzpomínkách
- veliký stesk
- lituje promarněných příležitostí nebo nesplněných snů, po nichž toužil
- má malý zájem o aktuální problémy, protože myšlenkami je v minulosti
- touha moci ještě jednou začít od začátku
- jistá minulé událost je ještě tak přítomná, „jako by to bylo včera“
- podle okolností: zvlášť slabé vzpomínky na dětství

Harmonický stav:

- člověk má živý vztah k minulosti, ale žije v přítomnosti
- poučil se z minulých zkušeností, ale netrvá na nich
- umí to hezké z minulosti udržet a přenést do přítomnosti
- umí (např. spisovatel, archeolog, historik) nechat minulost znovu ožít

17. HORNBEAM – HABR OBEČNÝ – CARPINUS BETULUS

Popis: Statný strom s mohutnou, vysoce klenutou korunou. Kmen je pokryt šedou hladkou kůrou, větve leskle hnědou. Je podobný lesnímu buku, ale menší a zelenější. Roste v hájích a smíšených lesích nižších poloh. Kvete od dubna do května.

Klíčové téma podle dr. Bacha: nejistota

Hlavní symptomy: Únava; mentální vyčerpání jako přechodný nebo déle trvající stav.

Další možné symptomy:

- člověk má těžkou hlavu, je unavený a ochablý
- vnitřní pocit jako po opití, pocit „pondělního rána“
- v hlavě hučí po dlouhém dívání na televizi, po dlouhém čtení, po dlouhém učení a po jiném smyslovém přetažení
- člověk si připadá bez síly, jako vyždímaný, duchovně líný
- ráno leží v posteli a pochybuje o tom, že zvládne denní zátěž; když potom vstane, je to lepší
- člověku chybí elán
- po delším ležení v posteli: myslí, že ještě nemá dostatek sil, aby mohl pracovat, ačkoliv to objektivně nesouhlasí
- myslí si, že bez stimulací jako je káva, čaj nebo posilňující prostředky nemůže začít žádnou práci
- oživne, odvrátí-li jeho pozornost od ochromující únavy zajímavé úkoly
- život je příliš organizovaný a v zaběhnutých kolejkách
- duševní únava, způsobená desetiletí trvající rutinou
- člověk ráno vstává víc unavený, než když si šel večer lehnout
- někdy možná: tlak nebo pálení v očích nebo okolo očí
- často: ochablost vaziva, způsobená nedostatečným duševním napětím
- často u lidí, kteří pocházejí z tzv. starých rodů

Harmonický stav:

- živý duch, jasnější a chladnější hlava, smysl pro změnu
- člověk si je jistý, že své úkoly zvládne, i když se zdá, že jsou nad jeho síly

18. IMPATIENS – NETÝKAVKA ŽLÁZONOSNÁ – IMPATIENS GLANDULIFERA

Popis: Jednoletá bylina může dorůst výšky až dva metry. Domovským areálem jsou Himaláje (v nadm. výšce 1800–3000 m n. m.). Do Evropy byla přivezena v roce 1839 jako okrasná a nektarodárná bylina. Roste nejčastěji na březích řek, dále na březích potoků a rybníků. Přechodně se vyskytuje na rumišťích, u hřbitovů, plotů zahrad a také v říčních přístavech a překladištích. Kvete v červnu a červenci.

Klíčové téma podle dr. Bacha: osamělost

Hlavní symptomy: Netrpělivý, lehko popudlivý, přestřelující reakce.

Další možné symptomy:

- mentální napětí způsobené vysokým vnitřním tlakem
- všechno by mělo probíhat rychle a bez třenic
- člověk neumí počkat, až se věci vyvinou
- lidé, kteří pracují pomaleji, iritují, frustrují, „člověk se z nich může zbláznit“
- netrpělivý a nediplomatický k pomalejším lidem
- člověk z netrpělivosti skáče druhým do řeči
- z netrpělivosti bere druhým věci z rukou
- z netrpělivosti dělá zbrklá rozhodnutí
- popohání druhé ke spěchu
- pracuje nejraději sám svým vlastním tempem
- silná potřeba nezávislosti
- člověk snadno „vyletí jako raketa“, potom je příkrý, bryskní, ale hněv zase brzy přejde
- děti, které neumějí klidně sedět
- vnitřním vysokým napětím vzdor rychlým reakcím vystaven nebezpečí úrazu
- nervózní pohyby rukou, „nedočkavec“
- silové rezervy se vysokými obrátkami rychle vyčerpávají, jsou možné i krátkodobé stavy vyčerpání a náhlá bolestná nervová napětí

Harmonický stav:

- rychlé chápání, myšlení a jednání
- vnitřně nezávislý
- nadprůměrně schopný
- trpělivý, jemný
- dobromyslnost, soucit a porozumění pro druhé
- člověk může dát diplomaticky své schopnosti do všeobecných služeb

19. LARCH – MODŘÍN OPADAVÝ – LARIX DECIDUA

Popis: Opadavý, jehličnatý, až 50 m vysoký strom se stanovišti na okrajích světlých lesů, preferuje půdy mírně zásadité, hlubší, mírně vlhké, roste ale i na půdách kamenitých. Modřín raší na jaře světlou zelení a na podzim se nádherně zbarvuje. Kvete v dubnu a květnu.

Klíčové téma podle dr. Bacha: skleslost a zoufalství

Hlavní symptomy: Očekávání neúspěchů z nedostatku sebevědomí, komplexy méněcennosti.

Další možné symptomy:

- člověk podléhá ostatním lidem již předem
- co obdivuje u druhých, sám si netroufá
- v podstatě očekává pouze neúspěchy
- je pevně přesvědčen, že to nezvládne, a proto to ani nezkouší
- je váhavý a pasivní následkem nedostatku sebevědomí
- nastrčí nemoc, aby nemusel nějakou věc začít
- falešná skromnost z nedostatku sebevědomí
- cítí se být neužitečný a impotentní
- děti se cítí ve škole neschopné, jako by selhaly

Harmonický stav:

- člověk se realisticky chápe věci
- vytrvá i přes nepříznivé zvraty
- umí situaci střídavě ohodnotit

20. MIMULUS – KEJKLÍŘKA SKVRNITÁ – MIMULUS GUTTATUS

Popis: Kejklířka skvrnitá je vytrvalá, 25–50 cm vysoká bylina. Roste kolem potoků, vodopádů, řek, příkopů a struh. Dává přednost polostinným stanovištím a vyhledává chudé, hlinité a písčité, až kamenité vlhké půdy. Kvete od června do srpna velkými žlutými květy.

Klíčové téma podle dr. Bacha: strach

Hlavní symptomy: Specifické strachy, které člověk může pojmenovat; ostýchavost, bázlivost; strach před světem.

Další možné symptomy:

- plachý, zdrženlivý, tělesně velmi citlivý
- člověk se bojí situace, ale o svých obavách nemluví
- jednotlivé specifické světové strachy a fobie, např. strach ze zimy, strach z tmy, strach z nemoci a bolesti, strach z rakoviny, strach před smrtí, strach z budoucnosti, strach z úrazů, strach o zdraví, strach ze ztráty přátel, strach z pavouků, myší, psů apod.
- strach telefonovat, strach z nových situací, strach z nedostatku místa, strach přejít přes určitý práh (hranici), tréma, strach z nemocnice a mnoho jiných
- přecitlivělost všeho druhu, např.: na chlad, hluk, pronikavé světlo, hlasité mluvení, silné zápachy, odmluvy, člověk nechce být oslovován atd.
- přestrašeností vzniká vnitřní napětí, dočasné potíže s mluvením nebo koktání, nervózní smích, člověk příliš mluví z nervozity
- člověk lehce zčervená
- odsouvá z ustrašenosti věci na pozdější dobu
- má strach být sám, a přesto je ve společnosti plachý a nervózní
- je velmi ustrašený, narazí-li na odpor nebo když mu něco nevyjde
- přítomnost druhých ho vyčerpává
- je přespříliš opatrný při uzdravování: např. netroufá si hýbat nohou, která byla zlomená a nyní je zdravá
- rychle onemocní, když se začíná dít něco, z čeho má strach
- novorozeňata pláčou ráno při probuzení, aniž by měla zjevnou příčinu
- děti se bojácně drží matky, např. mezi shromážděnými lidmi, na tmavém schodišti, při pohledu na psy apod.

Harmonický stav:

- jemný, senzitivní současník
- člověk své strachy přerostl a jde světem klidně a vesele
- osobní statečnost a porozumění pro druhé v podobných životních situacích

21. MUSTARD – HOŘČICE POLNÍ – SINAPIS ARVENSIS

Popis: Pochází pravděpodobně ze Středozeří a dnes je rozšířena ve všech světadílech. U nás se hojně vyskytuje v nížinách, až po teplejší oblasti podhůří. Roste na půdách úrodnějších, vlhčích, živinami bohatých, především na bazických a neutrálních horninách. Dává přednost černozemním a hnědozemním půdám, ale vyskytuje se i na rozmanitých, převážně minerálně bohatých substrátech. Roste na polích, v zahradách, na rumišťích, sídlišťích apod., často v masovém množství. Kvete svítivě žlutými květy v období od května do října.

Klíčové téma podle dr. Bacha: nedostatečný zájem o přítomné okolnosti

Hlavní symptomy: Období hluboké melancholie přicházejí a odcházejí náhle, aniž by se dala poznat jejich příčina.

Další možné symptomy:

- hluboká malomyslnost, světobol
- něco těžkého, černého, neznámého se snáší na člověka; duše truchlí
- zasmušilost zahalí z čista jasna osobnost jako černý mrak
- člověk se cítí vyjmutý z normálního života, všechna světla jsou zhasnutá, veliký smutek
- nenachází logickou souvislost mezi tímto stavem a normálním životem
- těžká melancholie, v níž přítomnost téměř není brána na vědomí
- člověk je zcela introvertní, zavřený ve smutku nemůže tuto náladu před druhými ukrýt
- nemůže na ni vyvrát rozumnými argumenty
- je tomuto pocitu vydán na pospas tak dlouho, než sám od sebe opět zmizí; pak se cítí jako propuštěný z vazby
- člověk se těchto stavů obává, protože je neumí ovládat

Harmonický stav:

- člověk prochází světlými i temnými dny s vnitřním jasnem, veselím a stabilitou

22. OAK – DUB LETNÍ – QUERCUS ROBUR

Popis: Dub letní je rozložitý strom s nepravidelnou korunou a křivolakými větvemi. Vyskytuje se téměř v celé Evropě s výjimkou nejjižnějších a nejsevernějších oblastí. U nás je rozšířen od nížin do podhůří v původních doubravách i smíšených lesích, běžně roste především na kyselejších písčitých půdách. Kvete od května do června.

Klíčové téma podle dr. Bacha: skleslost a zoufalství

Hlavní symptomy: Sklíčený a vyčerpaný bojovník, který přesto pokračuje a nikdy se nevzdá.

Další možné symptomy:

- svědomitost, spolehlivost, houževnatost
- člověk má sklon k přepracovanosti, čímž dosahuje vnitřní sklíčenosti a malomyslnosti
- je totálně vylouhovaný a udřený, ale nikdy si nestěžuje
- projevuje téměř nadlidskou výdrž a trpělivost
- statečně bojuje proti všem nesnázím, aniž by ztrácel naději
- často pracuje již z pouhého pocitu povinnosti
- nese i břemeno ostatních
- ignoruje svůj přirozený impuls klidu
- snaží se, aby se jeho únava a slabost neprojevily navenek
- člověk je obdivovaný, protože se nenechá zdolat

Harmonický stav:

- člověk má výdrž, je spolehlivý, stálý, silný, rozumný
- svérázně vydrží velkou zátěž
- překonává nesnáze života s dobrou myslí a vytrvalostí

23. OLIVE – OLIVA – OLEA EUROPAEA

Popis: Olivovník evropský (*Olea europaea*) pochází z Asie, avšak dnes se s ním běžně setkáme ve středozemních oblastech Evropy. Olivovník je stále zelený strom s tuhými špičatými listy. Protože je velmi odolný, je také nazýván „věčným stromem“. Bohatou úrodu přináší až asi kolem dvacátého roku svého stáří a plodí dalších 150, ale i více let. Nejstarší stromy jsou až několik tisíc let staré. Kvete nenápadnými bílými květy v různých jarních měsících, podle místa výskytu.

Klíčové téma podle dr. Bacha: nedostatečný zájem o přítomné okolnosti

Hlavní symptomy: Úplné vyčerpání, extrémní únava těla i ducha.

Další možné symptomy:

- energická manifestační přísaha, že všechno „je na člověka moc“
- vyčerpání po dlouhotrvajícím období nadměrných požadavků nebo po dlouhé tělesné nemoci
- člověk se cítí totálně na konci
- nemůže nic podniknout, nemá do ničeho chuť
- hluboká vnitřní únava po období silných vnitřních bojů a změn, v nichž bylo spotřebováno mnoho psychické energie
- vyčerpání po dlouhotrvajícím ošetřování nemocných
- člověk neumí správně zacházet se svou životní energií
- fáze velké výkonnosti a extrémního vyčerpání se v životě stále střídají

Harmonický stav:

- hodně síly a vitality
- člověk hospodaří se zdánlivě nevyčerpatelnými rezervami energie
- ve fázích, které zatěžují, se člověk zcela odevzdá svému vnitřnímu vedení, a může proto zvládnout největší námahu s vitalitou i v dobré náladě

24. PINE – BOROVICE LESNÍ – PINUS SYLVESTRIS

Popis: Borovice lesní (sosna) je stálezelený jehličnatý strom s mohutným, hluboko jdoucím hlavním kořenem a široce rozestřenou až plochou korunou. Může dorůst výšky 40 metrů. Dožívá se stáří 300–350 let. Místa výskytu: světlé lesy, skály, písčiny, okraje rašelinišť, stanoviště světlé nebo jen slabě přistíněné, na půdách písčitých, kamenitých, chudých, vápnitých i rašelinných. Strom začíná kvést ve stáří 15 až 70 let dle stanoviště. Kvete v květnu.

Klíčové téma podle dr. Bacha: skleslost a zoufalství

Hlavní symptomy: Vyčítání si, pocity viny, sklíčenost.

Další možné symptomy:

- člověk se často vyjadřuje omluvně
- neumí prominout, něčím se zatěžuje
- bere na sebe v situacích, které se dají různě vyložit, vinu druhých
- cítí se zodpovědný za chyby druhých
- klade na sebe nejvyšší nároky – vyšší než na druhé – a cítí se vnitřně vinen, když je nemůže splnit
- má-li úspěch, vnitřně si předhazuje, že ještě to či ono mohl udělat lépe
- vidí spíš své hranice než své možnosti, ničivě se podkopává svými negativními koncepty
- pracuje nadmíru svědomitě, a tím se lehko dostává do emocionálního stresu
- cítí se nehodnotný, méněcenný, jako „pes čekající na výprask“
- omlouvá se za to, že je nemocný nebo deprimovaný nebo vyčerpaný
- hluboko v nitru se cítí jako zbabělec
- připadá mu těžké něco přijmout, protože nevědomky věří, že si to nezaslouží
- cítí se vinen, když musí druhým říct důrazně své mínění
- dopřeje si málo, okamžitě se stáhne, je-li poptávka větší než nabídka
- myslí, že si nezaslouží lásku, vnitřně si odpírá právo na existenci: „Promiň, že jsem se narodil.“
- často základní pocit dětinské ustrašenosti
- někdy masochisticky zabarvená touha po obětování
- přehnané podceňování sebe, negativní narcismus
- často nevědomky silně nábožensky zabarvené koncepty o dobru a zlu, sexualitě a hříchu, představy o dědičném hříchu apod.

Harmonický stav:

- člověk si přiznává udělané chyby, akceptuje je, ale netrvá na nich
- pociťuje pravou lítost místo viny, umí si odpustit a zapomenout
- velká trpělivost, pokora, vnitřní skromnost

25. RED CHESTNUT – ČERVENÝ KAŠTAN – AESCULUS CARNEA

Popis: Krásný listnatý strom, menší než bílý kaštan, který roste především v alejích. Kvete v květnu a červnu sytě růžovými, nápadnými květy.

Klíčové téma podle dr. Bacha: strach

Hlavní symptomy: Přehnaná starostlivost a strach o druhé.

Další možné symptomy:

- silné vnitřní spojení s milovanými osobami
- člověk má přehnanou starost o bezpečí druhých (děti, partner), ale nemá strach o sebe
- má plnou hlavu starostí o druhé
- spoluprožívá život někoho jiného, jako by to byl život vlastní
- myslí si, že se druhému mohlo něco stát, když se náhodou opozdí
- bojí se, že by se za nevinným postěžováním druhého mohla skrývat zlá nemoc
- když vidí, že něco prošlo „jen tak tak“, představuje si, co všechno zlého se mohlo přihodit
- ještě se správně neodpojil od jistého člověka
- rodiče nabádají své děti neustále k opatrnosti

Harmonický stav:

- schopnost vyzařovat k jiným lidem v těžkých situacích pozitivní myšlenky, zdraví a odvahu
- člověk umí druhé z dálky pozitivně ovlivňovat a řídit
- neztrácí duchovní a tělesný přehled v nouzových situacích

26. ROCK ROSE – DEVATERNÍK PENÍŽKOVITÝ – HELIANTHEMUM NUMMULARIUM

Popis: Někteří botanikové považují devaterník ještě za trvalku, jiní ho jednoznačně řadí mezi dřeviny. Existuje asi 80 druhů devaterníku. Název Helianthemum je odvozen z řečtiny, kde „helios“ znamená slunce a „anthos“ květ. V Anglii se devaterník nazývá „skalní sluneční růží“ - Sun Rock Rose. Vyhovují mu teplá místa s přímým sluncem a propustnou kamenitější půdou. Kvete zářivě žlutě od června do září.

Klíčové téma podle dr. Bacha: strach

Hlavní symptomy: Pocity teroru a paniky; krajně akutní stavy strachu.

Další možné symptomy:

- člověk má sklon rychle podlehnout vnitřní panice
- náhlé, stupňující se pocity strachu v tělesných nebo duševních výjimečných případech
- teror, horor, čistá hrůza, nervový systém „blázní“
- člověk je strachy jako smyslů zbavený: neslyší, nevidí, nemluví, srdce se skoro zastaví
- pocity strachu při nehodách, přírodních katastrofách, životu nebezpečných zraněních
- často u dětí, které lehko dostanou tlučení srdce a vlhké ruce
- člověk nemůže z nervových důvodů cokoliv poskytnout druhému
- solární plexus bolí nebo je pociťován jako kámen
- často u lidí, kteří dlouho konsumovali drogy
- často u lidí z nervově labilních rodin

Harmonický stav:

- člověk ve výjimečných stavech a v krizových situacích sám sebe přerůstá a umí zmobilizovat téměř nadlidské síly
- zasazuje se o blaho druhých, bez ohledu na nebezpečí hrozící jeho vlastní osobě
- osobní hrdinství

27. ROCK WATER – VODA Z LÉČIVÝCH PRAMENŮ – AQUA PETRA

Popis: Jedná se o jedinou esenci, která není vyrobena z květů rostlin. Přípravuje se z křišťálově čisté vody léčivých pramenů v nedotčené přírodě na určitých vybraných místech v Anglii.

Klíčové téma podle dr. Bacha: přílišná péče o blaho druhých

Hlavní symptomy: Přísné a strnulé názory, potlačované potřeby, člověk je k sobě příliš tvrdý.

Další možné symptomy:

- silná snaha o perfektnost
- člověk podrobuje svůj život přísným teoriím a někdy má přehnaně idealistické představy
- mnohé si odpírá, protože věří, že se to neshoduje s jeho životním principem; přitom ztrácí radost ze života
- dělá všechno, aby se dostal do nejvyšší formy a aby se v ní udržel; na sebedisciplínu je kladen velký důraz
- vytýčil si nejvyšší měřítko a nutí se téměř k sebezapření do života podle nich
- nerozeznává, jakému násilí se denně vystavuje
- chybně chápaná spiritualita; člověk se křečovitě drží uchopitelného dílčího aspektu (meditační techniky, dietní předpisy atp.) a dělá z něj svou „svátou krávu“
- člověk se násilně snaží o duchovní vyšší vývoj, ale přitom tvrdohlavě trvá na jistém sebezapření
- věří, že světské choutky duchovnímu vývoji překážejí a chtěl by být svátý již na zemi: askéti, fakírovi, duchovní flagelanti
- potlačuje podstatné tělesné a emocionální potřeby
- padne v meditaci sám sobě do pasti, protože příliš „chce“
- nevměšuje se do života druhým, protože je zcela zaměstnán sebezdokonalováním
- často striktní vegetariáni, makrobiotikové, antialkoholici apod.
- člověk si dělá výčitky, když nemůže dodržet svou přísnou disciplínu
- fyzické potřeby nejsou dobře integrované, odtud u žen časté menstruační potíže
- mnoho stresových jevů v těle

Harmonický stav:

- otevřený idealista; nemusí se držet svých teorií a pravidel, když je konfrontován s nějakým novým poznatkem nebo hlubší pravdou
- člověk se nenechá druhými ovlivňovat, protože ví, že pravé poznání najde sám v sobě ve správném čase
- umí vysoké ideály převést do praxe a umí žít příkladem
- je pro svou vnitřní radost a vnitřní mír přírodním vzorem pro druhé

28. SCLERANTHUS – CHMEREK ROČNÍ – SCLERANTHUS ANNUUS

Popis: Plazivá chomáčovitá rostlina 5–70 cm vysoká roste na polích, zahradách, sadech, vinicích, na pustých místech u cest, rumišťích, kamenných tarasech apod. Nejvíce je zastoupen na lehčích a chudších půdách s nedostatkem vápníku. Chmerek je rozšířen téměř po celé Evropě, na východě po Ural a Kavkaz, Malá Asie, na jihu do Středozeří, včetně severní Afriky. Kvete od května do pozdního podzimu malými, světle nebo tmavě zelenými květy v trsech.

Klíčové téma podle dr. Bacha: nejistota

Hlavní symptomy: Nerozhodný, těkavý, vnitřně nevyrovnaný. Názory a nálada se mění z jednoho okamžiku na druhý.

Další možné symptomy:

- nerozhodný kvůli vnitřnímu neklidu
- je myšlenkami strháván od jedné možnosti ke druhé
- extrémní výkyvy v náladě: pláč a smích, výská si radostí – je smrtelně zarmoucený
- přijímá mnoho impulsů, přeskakuje v myšlenkách sem a tam jako luční kobylka
- pro neustále se měnící názory působí člověk na druhé nespolehlivě
- nedostatek vnitřní stejnoměrnosti a vnitřní rovnováhy, nervové krize
- nekoncentrovaný, přeskakuje v rozhovoru od jednoho tématu ke druhému
- kvůli vnitřní kolísavosti ztrácí cenný čas a zmeškává v soukromí i v zaměstnání mnohou dobrou příležitost
- při vnitřním konfliktu se neptá na radu druhých, ale pokouší se dojít k rozhodnutí sám
- často roztržitá gesta
- tělesné jevy doprovázející chybějící balanci mohou být mimo jiné: extrémní střídání aktivity s apatií, tělesná teplota rychle stoupá a klesá, symptomy putují po celém těle sem a tam: dnes to bolí tady a zítra jinde, poruchy rovnováhy všeho druhu, cestovní nemoci: vzduch, loď, auto, střídání nenasycenosti s nechutí, střídání průjmu se zácpou, zvracení v těhotenství a mnoho jiného.

Harmonický stav:

- koncentrace a rozhodnost
- člověk udržuje svou vnitřní rovnováhu za všech okolností
- mnohostranný a pohyblivý, může ve svém životě integrovat stále více možností
- člověk udělá správné rozhodnutí v okamžiku a s jistotou náměsíčníka
- jeho přítomnost uklidňuje ostatní lidi

29. STAR OF BETHLEHEM – SNĚDEK OKOLIČNATÝ – ORNITHOGALUM UMBELLATUM

Popis: Snědek je vytrvalá cibulovina, dorůstající výšky 15–30 cm, se štíhlými listy a bílými květy, které jsou narubu zeleně pruhované. Roste hlavně na slunných stanovištích, na okrajích polí, vinic, starých zahrad, parků a lesů. U nás je zařazen mezi ohrožené druhy naší květeny. Kvete od dubna do května a květy se otevírají pouze na část dne, kdy svítí slunce.

Klíčové téma podle dr. Bacha: skleslost a zoufalství

Hlavní symptomy: Následky po tělesných, duševních nebo duchovních šocích, přičemž nezáleží na tom, zda se staly před krátkou nebo dlouhou dobou. „Utěšitel duší a tišitel bolestí“.

Další možné symptomy:

- nešťastný, smutný, ochromující zármutek po zklamání, Jobových zvěstech, úrazech a jiných šokujících událostech. Událost může být i z dávného dětství, podvědomý zážitek.
- nepříjemné citové zážitky doznívají v člověku příliš dlouho
- člověk neumí přijmout útěchu v situacích, které útěchu vyžadují
- může citově jen velmi těžko zvládnout minulé nepříjemné situace
- možné tělesné průvodní jevy: ztráta vnímání, vrávoravá chůze, zastřený hlas
- drzost některých lidí člověku zaráží řeč

Harmonický stav:

- vnitřní živost, duchovní jasno a vnitřní síla
- dobrá adaptace nervového systému na změny energie
- schopnost rychlého zotavení

30. SWEET CHESTNUT – KAŠTAN JEDLÝ – CASTANEA SATIVA

Popis: Strom kaštanovníku setého (lidově „jedlého kaštanu“) dorůstá výšky 20–25 m a má širokou vejčitou korunu. Tloušťka jeho kmene někdy přesahuje až 2 m. Dožívá se věku několika stovek let. Roste v otevřených lesích v teplejších oblastech Evropy a Asie. Květy s intenzivní vůní se objevují teprve po vypuštění listů v červnu, červenci a srpnu. Plody – kaštany jsou lesklé, tmavě hnědé a dozrávají v září. Jsou jedlé a po upečení nebo uvaření představují oblíbenou a zdravou pochoutku.

Klíčové téma podle dr. Bacha: skleslost a zoufalství

Hlavní symptomy: Nejhlubší zoufalství. Člověk si myslí, že dosáhl hranice toho, co může snést.

Další možné symptomy:

- člověk pocituje svou situaci jako bezvýchodnou a neví, jak dál
- má pocit, že dosáhl nejvyššího stupně možného zatížení
- mezní situace: člověk se vnitřně cítí naprosto ztracený, v bezmocné prázdnotě a v totální izolaci
- extrémně výjimečný duševní stav
- tzv. „temná noc duše“
- člověk nevěří, že je možné tolik prodělat a myslí, že na něj Bůh zapomněl
- vzdal se veškeré naděje (akutnější než u typů hlodaš), ale nedává to navenek znát
- ví, že teď musí přijít něco podstatně jiného, nového

Harmonický stav:

- zkušenost zážitku nicoty na prahu k novým horizontům
- člověk byl ztracený a znovu se našel
- povstane opět jako Fénix z popele
- člověk rozeznal šanci k rozhodující změně a nastoupil cestu k sobě samému
- může opět věřit, osobní zážitek Boha

31. Vervain – sporýš lékařský – Verbena officinalis

Popis: Sporýš lékařský je mimořádně účinná, v současnosti však ve fytoterapii opomíjená bylina. Jeho léčivé účinky znali lidé už ve starověku. Latinský název čeledi sporýšovitých (verbenaceae) pochází od Římanů, kteří tak označovali rostliny, jež sloužily k očistě ducha. Roste většinou na mezích a pastvinách, výjimkou nejsou ani pustá místa, skládky či rumiště. Rostlina miluje teplo. Malé, světle fialové květy se otevírají od července do září.

Klíčové téma podle dr. Bacha: přílišná péče o blaho druhých

Hlavní symptomy: V přílišné horlivosti zasadit se o dobrou věc drancuje své síly; podrážděný až fanatický.

Další možné symptomy:

- člověk je nadšen ideou a chtěl by ostatní lidi strhnout s sebou
- nespravedlnost může člověka „vyvést z míry“
- intenzivní, nadměrně soustředěný, chtěl by všechno dělat na sto padesát procent
- impulzivní, idealistický až misionářský
- vnitřně „natažený na pero“, vždy zapojený
- v horlivosti říká druhým, jak mají co dělat, jedná za ně, pokouší se je donutit ke štěstí
- s přáním druhé napravit je vysloveně převálcuje a unaví svou energií
- člověk přehání, chce druhým bezpodmínečně svou ideu „prodat“, ale tím své věci neposlouží
- udolá svým tématem k smrti: fanatici
- jde „ve spravedlivém hněvu za věc na barikády“
- odvážný, počítá s rizikem, je ochotný se obětovat svým cílům
- s enormním vynaložením energie se nutí pokračovat, i když jsou jeho fyzické síly vyčerpány
- je podrážděný a nervózní, „užírá se“, když věci nejdou kupředu tak, jak chtěl
- často šlachovitý typ, mluví a pohybuje se rychle
- je vnitřně přepjatý a skoro se nemůže uvolnit, často má extrémně napjaté svaly, oči, hlavu
- přemrštěné aktivní děti, které člověk večer nemůže dostat do postele

Harmonický stav:

- člověk se přiznává ke své ideji, ale uznává také právo druhých na jejich vlastní názor
- nechá se podle okolností přesvědčit také jinými dobrými argumenty
- vidí věci ve větším rámci
- člověk umí použít svou energii cílevědomě a s láskou k úkolu, který za to stojí
- „nosič pochodně“, umí ostatní bez námahy nadchnout, inspirovat a strhnout s sebou

32. VINE – VINNÁ RÉVA – VITIS VINIFERA

Popis: Této, až 15 m dlouhé liánovité pnoucí rostlině, se daří zejména v teplých podmínkách.

Potřebuje dostatek slunce a vzduchu. Její zralé plody se používají především jako surovina pro výrobu vína a dalších nápojů, ale též k přímé konzumaci. Někdy se označuje též jako evropská réva nebo jako ušlechtilá réva. Malé zelené vonící květy rostou v hustých hroznech a doba květu je závislá na podnebí.

Klíčové téma podle dr. Bacha: přílišná péče o blaho druhých

Hlavní symptomy: Dominantní ctižádost, hlad po moci, „malý tyran“.

Další možné symptomy:

- velmi schopný, krajně sebejistý, silná „já – síla“
- problémy s poroučením a s poslušností
- člověk rád přejímá vedení a často je „duchapřítomným záchráncem v nouzových situacích“
- hrozí mu nebezpečí, že zneužije svých velkých schopností k osobním mocenským cílům
- bezohledně přechází mínění druhých
- ani vteřinu nepochybuje o své nadřazenosti, a proto vnucuje druhým svou vůli
- domácí tyran, diktátor
- tvrdý, nelítostný až brutální založení, bez špatného svědomí
- hlava předchází srdce
- člověk vládne tím, že druhým vědomě nahání strach
- ještě na smrtelné posteli poradí lékaři, co má udělat, a prohání ošetřující personál
- nediskutuje, protože má stejně vždy pravdu
- lidé, kteří tuto mocenskou hru nechtějí hrát, jsou ignorováni
- podle okolností mentalita cyklisty
- vnitřní nepovolnost může vést k extrémnímu vnitřnímu napětí a k tělesným bolestem
- děti brutálně bijí své kamarády

Harmonický stav:

- moudrý vůdce s porozuměním, milovaný pedagog, který vlastní přirozenou autoritu
- umí dobře delegovat a dát své vůdčí vlastnosti do služeb většího úkolu
- pomáhá druhým, aby si uměli najít vlastní cestu

33. WALNUT – VLAŠSKÝ OŘECH – JUGLANS REGIA

Popis: Vlašský ořech, zvaný také Ořešák královský, je opadavý listnatý strom, který dorůstá výšky až 30 m. Začíná plodit ve věku 8 až 10 let a dožívá se i 100 let, ve výjimečných případech až 300 let. U starých Římanů byl prý zasvěcen bohu Jupiterovi. Vlašskému ořechu prospívá život v půdách hlubokých, dobře provzdušněných, vlhčích, výživných a vápnitých. Květy mají zelenavou barvu a kvetou v dubnu nebo květnu.

Klíčové téma podle dr. Bacha: přecitlivělost na určité vlivy a myšlenky

Hlavní symptomy: Znejistění, ovlivnitelnost a kolísavost během rozhodujících fází nového začátku v životě. „Květ, který zvládne průlom, uvolní cestu.“

Další možné symptomy:

- člověk má v životě jasné představy o cíli, ví vždy, co chce, ale momentálně má potíže zůstat si věrný
- normálně reaguje velmi samostatně, ale přechodně znejistí z ohledu na rodinu, společenské konvence, sentimentální vzpomínky nebo mínění varujících skeptiků
- člověk udělal důležité životní rozhodnutí a k uskutečnění mu chybí poslední krok
- člověk chce konečně zanechat veškerého omezování a ovlivňování, ale ještě se mu to docela nepodařilo
- při vlastním rozhodnutí se neumí vymanit z vlivu fascinující silné osobnosti: vzor, partner, učitel atd.
- je nečekanou vnější událostí donucen znovu přemyslet celý svůj životní plán
- probíhají různé rozhodující životní změny: povolání, rozvod, odchod do důchodu, stěhování do jiného města, stěhování do starobince apod.
- rozhodující biologické změny: menopauza, těhotenství, puberta, růst zubů, nemoc v konečném stadiu zdejšího života
- člověk se chce konečně vnitřně „zcela vypořádat“ s nějakou změnou
- člověk se z nevysvětlitelné příčiny vzdor svému rozhodnutí stále ještě neumí odtrhnout od staré zvyklosti
- vzdal se partnerství, ale přes prostorové rozdělení se dál cítí „v klatbě“ partnera

Harmonický stav:

- pionýr, který si zůstává věrný
- člověk neomylně sleduje svůj životní cíl, vzdor všem nesnázím a neovlivněn míněním druhých
- jeho postoj k novému je nezaufatý a otevřený
- poznává ve změnách zákonitost
- je imunní proti vnějším vlivům a otevřený vnitřním vnuknutím
- umí se definitivně osvobodit ze stínů minulosti

34. WATER VIOLET – ŽEBRATKA BAHENNÍ – HOTTONIA PALUSTRIS

Popis: Žebratka bahenní je vodní rostlina se vznešeným a zajímavým vzhledem, která se vyskytuje v mělkých tůních, slepých ramenech, vodních příkopech. Světle fialové nebo bílé květy s velkými žlutými středy se otevírají v květnu a červnu. Listy podobné peří zůstávají pod hladinou. Rostlina je ohroženým druhem naší květeny.

Klíčové téma podle dr. Bacha: osamělost

Hlavní symptomy: Občas: vnitřní rezervovanost, hrdé stáhnutí se do ústraní, pocit izolované převahy.

Další možné symptomy:

- se projevují téměř vždy v souvislosti s transformovaným potenciálem
- člověk se někdy ve své převaze cítí izolovaný a "vyloučený"
- někdy jedná povýšeně nebo pyšně
- nestrpí, aby se jiní vměšovali do jeho záležitostí
- všechno si vyřizuje sám, nezatěžuje druhé svými potížemi
- protože je vnitřně na distanc, mají ho ostatní za nafoukaného, nadřazeného nebo arogantního
- jen ztěžka si vytváří sám upřímný přístup k ostatním lidem
- chtěl by sestoupit se svého vnitřního piedestalu, ale neví jak
- někdy neví, jak daleko má v určité situaci jít, a drží se v případě pochybnosti stranou
- chtěl by se odtáhnout ode všeho: Můj dům, můj hrad.
- druzí se mu jen těžko mohou přiblížit a vejít s ním do blízkého osobního kontaktu
- vyhýbá se emocionálně vedeným rozmíškám, protože ho vyčerpávají
- je vyhledáván pro své rady, často také „duševní popelnice"
- neumí se dobře uvolnit
- pláče zřídka, snaží se o vnitřní pevnost

Harmonický stav:

- laskavý, jemný, s taktní zdrženlivostí
- vnitřně nezávislý, vyrovnaný, spíš klidný

35. WHITE CHESTNUT – BÍLÝ KAŠTAN – AESCULUS HIPPOCASTANUM

Popis: Opadavý, až 30 m vysoký strom s kmenem o průměru až 2 m s původním výskytem v jihovýchodní Evropě (severní Řecko, Albánie, Bulharsko). U nás převážně vysazován v parcích či alejích, ve své domovině roste zejména v horských a údolních lesích, na půdách výživných, humózních, hlubokých, svěžích a na stanovišti světlém až polostinném. Bílé květy se žlutou a později červenou skvrnkou se objevují v květnu nebo začátkem června.

Klíčové téma podle dr. Bacha: nedostatečný zájem o přítomné okolnosti

Hlavní symptomy: Určité myšlenky krouží nezadržitelně hlavou, člověk se jich nezabaví, vnitřní samomluva a dialogy.

Další možné symptomy:

- nežádoucí myšlenky nebo obrazy se nezadržitelně derou do vědomí a člověk je nemůže zastavit
- jedna starost nebo událost nenechá člověka na pokoji, hryže mysl
- člověk neustále myslí na to, „co ještě mohl říct" nebo „co říct měl"
- jako prasklá gramofonová deska
- člověk přešlapuje myšlenkově na místě, připadá si jako veverka ve šlapacím kole
- nezadržitelné vnitřní tlachání, ozvěna v hlavě
- člověk vnitřně zpracovává znovu a znovu tytéž problémy, aniž by došel k jakémukoliv řešení
- vnitřní nadměrná aktivita myslícího aparátu, proto ve všedním dni nekoncentrovanost, člověk např. neslyší, když je osloven
- kvůli mučivému návalu myšlenek nemůže spát, zvláště v ranních hodinách
- z mentálního napětí podle okolností skřípání zuby, pohyb spodní čelisti, pocit napětí kolem očí a čela

Harmonický stav:

- vyrovnaný duchovní stav
- v hlavě panuje klid a mír
- z vnitřního klidu se vynoří řešení jakéhokoliv problému
- člověk může se svou myšlenkovou silou konstruktivně pracovat

36. WILD OAT – SVEŘEP VĚTEVNATÝ – BROMUS RAMOSUS

Popis: Sveřep je ovsovitá tráva z čeledi lipnicovitých. Jedná se o jednoletou nebo vytrvalou bylinu, dorůstající výšky až 120 cm. Roste ve vlhkých lesích a loukách, v houštinách a na okrajích cest. Klásky této trávy jsou většinou vícekvěté. Kvete v letních měsících v závislosti na podnebí.

Klíčové téma podle dr. Bacha: nejistota

Hlavní symptomy: Neurčitost v představách o cíli, nespokojenost, protože člověk nenachází svůj životní úkol.

Další možné symptomy:

- člověk má nejasné představy o cíli, nemůže najít směr svého života. To vede k nespokojenosti, frustraci nebo dlouhé chvíli
- člověk je ctižádostivý, chce vykonat něco významného, ale neví přesně co
- vzdor mnoha možnostem necítí sklon k určitému povolání a toto „visení ve vzduchu“ ho dělá malomyslným
- člověka to táhne a nutí k neustále novým projektům
- je sklíčený, protože u něj nejsou věci tak jasné jako u druhých
- je mnohostranně nadaný, mnohé vyzkoušel, ale nic mu nedalo skutečné uspokojení
- nevyčerpané talenty a schopnosti
- člověk se vnitřně nechce zavazovat, a tím se stále nevědomky manévruje do neuspokojivých situací
- štěpí své síly
- žije v nevhodných poměrech v soukromí nebo v povolání

Harmonický stav:

- schopnost rozeznat vlastní potenciál a dokonale ho rozvinout
- mnohostranné talenty; člověk může sledovat nadřazený hlavní cíl a může každou věc dovést do konce
- má jasné představy a ambice a nic ho od nich neodradí
- má schopnost dělat dobře mnoho věcí, podle okolností i několik povolání najednou a úspěšně

37. WILD ROSE – PLANÁ ŠÍPKOVÁ RŮŽE – ROSA CANINA

Popis: Planá růže, jak se někdy růži šípkové říká, je až 3 metry vysoká keřovitá rostlina se silně ostnatými větvemi, množstvím opadavých listů a hákovitě zahnutými ostny. Roste hlavně na suchých místech – suché stráně, okraje lesů a polí i v okolí lidských sídel. Květy této růže jsou světlounce růžové, posazené buď jednotlivě nebo v květenství. Rozkvetlé šípky můžeme vidět od června do července.

Klíčové téma podle dr. Bacha: nedostatečný zájem o přítomné okolnosti

Hlavní symptomy: Nezúčastněnost, apatie, rezignace, vnitřní kapitulace.

Další možné symptomy:

- člověk vnitřně rezignoval, ačkoliv okolnosti nejsou vůbec tak beznadějně nebo negativní
- totální ztráta radosti ze života a ztráta vnitřní motivace na základě nevědomých negativních rozhodnutí
- člověk již neusiluje vůbec o nic co by mohlo v jeho životě něco pozitivně změnit
- fatalistický se se vším spokojil
- poddává se svému osudu, např. nešťastnému manželství, neuspokojivému povolání, chronické nemoci nebo jinému
- věří, že je negativně dědičně zatížený
- podvědomý zármutek
- člověk je chronicky unuděný, vnitřně prázdný a lhostejný
- na svůj stav si nestěžuje, protože ho má za normální
- je ochablý, zcela bez energie, apaticky vegetuje
- mluví monotónním, nejasným hlasem

Harmonický stav:

- člověk denně nachází nový zájem o život
- zvládne všední den bez ochromujícího pocitu rutiny
- umí se s potěšením oddat svým vnitřním životním zákonům
- žije v pocitu vnitřní svobody a flexibility

38. WILLOW – VRBA ŽLUTÁ – SALIX VITELLIN

Popis: Vrby jsou domácí nebo cizokrajné druhy, které se vyskytují ve všech velikostech. Existují velké druhy stromovité, nižší keřovité, i zcela nízké, až úplně plazivé. Většina z nich rychle roste, to znamená, že mají dřevo měkké a lehké, a proto jsou relativně krátkověké. Některé druhy na jaře rozkvétají květy, známými jako jehnědy – kočičky. Naše domácí druhy rostou na loukách a na březích potoků a řek. V přírodě se vyskytuje několik set zakrslých i plazivých druhů vrb. Všechny rostou na severní polokouli, od arktických oblastí až po mírné pásmo. Vrba žlutá se lehce rozezná od ostatních podle toho, že se její větve v zimě zbarví do zářivě žlutooranžové barvy.

Klíčové téma podle dr. Bacha: skleslost a zoufalství

Hlavní symptomy: Vnitřní hněv, zatrpkllost, „oběť osudu“.

Další možné symptomy:

- zahořklý životní postoj, člověk se hněvá na svůj osud a cítí, že je s ním nespravedlivě jednáno
- necítí se za svou situaci zodpovědný; vinu mají druhí nebo okolnosti
- věří, že mu život mnohé upírá
- cítí se být situaci vydán na milost a nemilost
- od osudu „vyžaduje“, ale není připraven „dát“
- přijímá pomoc od druhých jako samozřejmost a odcizí si tak časem ty, kdo mu pomáhali
- klade zásadně důraz na negativní stránky věci, a proto často působí jako škarohlíd nebo rušitel zábavy
- prožívá se jako bezmocný
- vnitřně nedopřává druhým jejich lepší osud, štěstí nebo zdraví
- v extrémních případech se dokonce pokouší dobrou náladu a optimismus druhých pokazit
- jedovaté a potutelné myšlenky z vnitřní zahořklosti
- člověk doutná tichou zlostí, ale neexploduje
- vnitřně se vzpírá akceptovat vlastní negativitu, protože se nemůže změnit
- při zotavování z nemoci přizná jen velmi těžko, že se mu daří lépe

Harmonický stav:

- pozitivní základní postoj, člověk přejímá za svůj osud plnou zodpovědnost
- rozeznal spojitost mezi svým myšlením a vnějšími událostmi a akceptoval je
- ví, že podle zákona „jak uvnitř – tak zvenku“ může přitahovat jak negativní, tak pozitivní a vědomě s tímto principem pracuje
- z role „oběti“ se stává „mistrem svého osudu“

39. RESCUE REMEDY – KRIZOVÁ ESENCE

Složení:

- Snědek okoličnatý: proti úleku a omráčení, integrující osobnost
- Devaterník penízkovitý: proti teroru a panice
- Netýkavka žlázonosná: proti mentálnímu stresu a napětí
- Slíva třešňová: proti strachu před ztrátou kontroly
- Bílá lesní réva: proti tendenci „odejít“, proti pocitu „být strašně daleko“, který se objevuje často před mdlobou.

Léčivé účinky:

Po aplikaci Krizové esence dochází k okamžitému zklidňujícímu účinku na celý energetický systém člověka nebo zvířete v takových případech, jako je např. šok při nehodách a úrazech, příliš silné emoce v podobě paniky, strachu apod. Odstraněním šoku při podobných událostech dochází k rychlejší schopnosti regenerace organismu a přirozenému procesu vyléčení. Je dobré mít malou lahvičku Krizové esence stále po ruce doma, v příručním zavazadle nebo v lékárně svého automobilu. Člověk tím v naléhavých případech může pomoci sobě i druhým.

Příklady použití Krizové esence u člověka:

- duševní zmatenost a desintegrace např. po hádce či konfliktu či obdržení nepříjemné zprávy
- úmrtí v rodině, zhlédnutí šokujících událostí ve zprávách nebo filmu apod.
- náhlé nečekané zhoršení fyzické či psychické kondice a rovnováhy
- v případech návštěvy zubního lékaře, soud či rozvodové řízení, přijímací řízení atd.
- práce v atmosféře plné stresu a napětí
- mimořádná psychická zátěž a vyčerpání

Příklady použití Krizové esence u zvířat:

- k ošetření široké škály potíží, včetně popálenin, úpalu, záchvatů, poranění apod.
- jako doplněk lehké anestezie před zákrokem u malých zvířat
- pro oživení a lepší adaptaci slabých zvířat po narození
- po probuzení zvířete z anestezie
- jako bezpečná alternativa sedativ a uklidňujících léků
- při resuscitaci zvířete, které přestalo dýchat nebo při akutních stavech dušnosti

Důležité upozornění:

Krizová esence je určena jako doplňující a pomocný prostředek a nenahrazuje v případě nutnosti odbornou lékařskou péči.