



Bach®

ORIGINAL
VIRÁGESZENCIÁK

Original Bach®-virágok

út a pozitív
életszemlélethez

AZ

ORIGINAL BACH-VIRÁGESZENCIÁK



Mik is azok az Original Bach®-virágok?

Amikor jókedvűek, boldogok és elégedettek vagyunk, megfigyelhetjük, hogy egészségünk is jobb. Többet kapunk az életből, így többet is adhatunk családuknak, barátainknak. De néha másként történnek a dolgok... Ilyenkor segítségre van szükségünk, hogy megőrizzük harmóniánkat és legyen erőnk tovább lépni. Ekkor segíthetnek az Original Bach®-virágok. A híres angol orvos, Dr. Edward Bach dolgozta ki az 1930-as években vadon élő növények és fák virágaiból a 38 Original Bach®-virágesszenciát, melyek segítenek pozitívan megélni a mindennapok érzelmi kihívásait. Az esszenciák egy-egy kedélyállapotnak felelnek meg, használhatóak külön-külön is, vagy összeállítható belőlük egy, a jelen érzelmi állapotnak megfelelő virágkombináció is. A kedélyállapotok és az immunrendszer közötti összefüggésekkel foglalkozó kutatások egyértelműen alátámasztják az érzelmek és a fizikai egészség kapcsolatát. Egyre több egészségügyi szakember egyetért abban, hogy a pozitív lelkiállapot befolyással van a test egészségi állapotára. Az Original Bach®-virágesszenciák segítségével kedélyállapota kiegyensúlyozottabbá válhat, és így jobban élvezheti az életet.

„Korábban dühös lettem, ha a környezetemben lévőek nem az én akaratom szerint cselekedtek, mert mindig meg voltam győződve, hogy nekem van igazam. A Vine esszencia segített felismerni a másokban lévő jót, és elfogadni mások véleményét.”

Eszter Eichenberger
CH – MEILEN



VINE

„A munkában és a magánéletben is állandó nyomás alatt voltam, negatív érzelmeim felhalmozódtak és féltem az önkontroll elvesztésétől. Megoldást kerestem és a Cherry Plum segített.”

Hildegard Bruns
D – FRANKFURT



CHERRY PLUM

„Amikor fiam elköltözött otthonról, rosszul éreztem magam egyedül. Mindig mások társaságát kerestem és majdnem mindig csak saját magamról beszéltem. Ebben a nyomasztó helyzetben segített a Heather. Most újból képes vagyok mások meghallgatására.”

Carolyn Richter
A - WIEN



HEATHER



Bach®
ORIGINAL
VIRÁGESZENCIÁK



Így találhatja meg személyre szóló Bach®-virágát

A legmegfelelőbb Original Bach®-virágesszencia kiválasztásának a kulcsa, hogy felismerjük, milyen kedélyállapotban vagyunk. Igyekezzen a lehető legpontosabban az adott pillanatban közérzetét meghatározni, majd válassza ki az érzelmi állapotának megfelelő Bach®-virágesszenciát. Ha például lakhelyének változtatása frusztráltta, türelmetlenné teszi, próbálja ki az Impatiens (Nebáncsvirág) Bach®-virágesszenciát. Ha az új szomszédokhoz való alkalmazkodás nehezen megy, próbálja ki a Walnut (Dió) essenciát. Néha nehezünkre esik önmagunkkal szemben őszintének lenni. Kevesen ismerik el, ha féltékenyek vagy önzőek. Viszont éppen ez szükséges a megfelelő virágok megtalálásához. Ha esetleg nehéz beazonosítania saját érzelmeit, javasoljuk, keressen fel egy – a Bach Nemzetközi Képzési Programban résztvevő – Bach®-virág tanácsadót, aki segít Önnek a nehézségei megoldása során.

Bach doktor hét csoportba sorolta a 38 negatív kedélyállapotot harmonizáló virágesszenciát, mindegyikük egyenként utal egy bizonyos érzelmi állapotra. Az egyedi virágesszenciákról további információ a következő oldalon található az „Agrimony-tól a Willow-ig” nevű táblázatban.

Csoport	A Bach® csoportokhoz kapcsolódó virágesszenciák
BÁTORTALANSÁG VAGY KÉTSÉGBEESSETTSÉG	Larch, Oak, Crab Apple, Star of Bethlehem, Willow, Elm, Pine, Sweet Chestnut
ÉRDEKTELEN A VILÁG TÖRTÉNESEI IRÁNT	Olive, White Chestnut, Wild Rose, Honeysuckle, Chestnut Bud, Clematis, Mustard
FÉLÉNK	Mimulus, Red Chestnut, Cherry Plum, Rock Rose, Aspen
BIZONYTALAN, KÉTELKEDŐ	Hornbeam, Gorse, Gentian, Scleranthus, Wild Oat, Cerato
TÚLÉRZÉKENY (HIÁNYOS ELHATÁROLTSÁG)	Holly, Centaury, Agrimony, Walnut
TÚLZOTTAN TÖRŐDIK MÁSOKKAL	Vine, Vervain, Beech, Chicory, Rock Water
MAGÁNYOS	Heather, Impatiens, Water Violet



Segítő Bach®-virágok az AGRIMONY-tól a WILLOW-ig

Ha úgy érzi, hogy...	segíthet a...
a vidámság látszata mögé rejtí gondjait	AGRIMONY
megmagyarázhatatlan félelmei és aggodalmai vannak, ideges és nyugtalan emiatt	ASPEN
kritikus és intoleráns másokkal szemben	BEECH
nem tud nemet mondani, mert mások kedvében akar járni	CENTAURY
nem bízik saját ítélőképességében, és mindig másoktól vár tanácsot/megerősítést	CERATO
fél, hogy elveszti a kontrollt saját viselkedése felett	CHERRY PLUM
mindig ugyanazokat a hibákat ismétli, képtelen azokból tanulni	CHESTNUT BUD
birtokló és túlzott elvárásai vannak másokkal szemben	CHICORY
gondolataiban gyakran nincs jelen, könnyen ábrándozik, élénk a fantáziája	CLEMATIS
külsejével elégedetlen és téves ön-képpel rendelkezik	CRAB APPLE
felelősséggel túlterhelt	ELM
könnyen elbátortalanodik, csalódott és csüggedt	GENTIAN
reménytelenül, lemondóan és borúlátó módon reagál	GORSE
állandóan saját magával van elfoglalva, nem szeret egyedül lenni és sokat beszél önmagáról	HEATHER
féltékeny, irigy, gyanakvó és hamar támad	HOLLY
nem tudja lezárni a múltat, nosztalgikus vagy honvágya van	HONEYSUCKLE
csak nehezen tudja reggelente összeszedni magát, fáradt, kételkedik, hogy boldogulni tud napi tennivalójával	HORNBEAM
türelmetlen és hamar dühbe gurul – mindennek gyorsan kell történnie	IMPATIENS
alsóbbrendűnek érzi magát, túl kevés az önbizalma, fél a sikertelenségtől	LARCH
szégyenlős vagy egy konkrét helyzettől fél, pl. fogorvostól, repüléstől, a nyilvánosság előtti fellépéstől, vizsgától	MIMULUS

hirtelen, minden ok nélkül mély szomorúságba esik, mely váratlanul el is tűnik	MUSTARD
túlzott körelességrudat hajtja, kimerültség ellenére sem adja fel, hanem küzd a végsőkig	OAK
testileg és szellemileg kimerült, „minden túl sok”	OLIVE
bűntudata van, és mások hibájáért is önmagát okolja	PINE
túlzottan félti szeretteit vagy aggódik értük, és mindig a legrosszabbtól tart	RED CHESTNUT
valamitől retteg és a rémülettől kővé dermed	ROCK ROSE
önmagával szemben túl szigorú, életvitelében rugalmatlan	ROCK WATER
nehezen tud dönteni két dolog között	SCLERANTHUS
még nem dolgozott fel egy lelki vagy testi megrázkódtatást	STAR OF BETHLEHEM
elérkezett az elviselhetetlenség határához, mélységes a reménytelensége	SWEET CHESTNUT
túlbugzó, meghatározott alapelveitől és ötleteitől eltérő ríthatatlan, akarát minden áron érvényesíteni akarja	VERVAIN
túlzottan becsvágyó és rugalmatlan, uralkodó	VINE
támogatásra van szüksége egyik életszakaszból a másikba, védelem változásoknál és külső befolyásoktól	WALNUT
visszahúzódó, megközelíthetetlen és távolságtartó módon viselkedik	WATER VIOLET
éjjel-nappal visszatérő gondolatokról szenved, nem tud ki- kapcsolódni, rőpreng	WHITE CHESTNUT
elégedetlen sorsával, ezért bizonytalan, nem tudja melyik utat válassza	WILD OAT
egykedvűen és apatikusan reagál, már helyzete megváltoztatásával sem próbálkozik	WILD ROSE
az elkeseredettség és az önsajnálát gyöttri, azt érzi, hogy az élet kegyetlen önnel	WILLOW
erőpróba előtt áll, vagy stresszes helyzetbe került	RESCUE REMEDY®

Az Original Bach®-virágeszenciák eredete



DR EDWARD
BACH



BACH KÖZPONT,
MOUNT VERNON

Edward Bach (1886-1936) korának elismert kutatóorvosa, bakterológusa volt, aki általános orvosként praktizált a Londoni Harley Street-en. 38 alapvető negatív lelkiállapotot (reakciómintát) ismert fel, és ezek mindegyikére létrehozott egy növényből vagy virágból készült esszenciát. Életének utolsó éveit Bach doktor a „Mount Vernon” nevezetű kicsi falusi házban Oxfordshire megyében töltötte, kutatásait itt fejezte be. Napjainkban „Mount Vernon” leginkább a Bach Központ, „The Bach Centre” által vált ismertté. Az anyatinktúrák (első lépés az esszenciák elkészítésében) ma is ugyanúgy készülnek, mint Bach doktor idejében, leggyakrabban ugyanazokon az élőhelyeken gyűjtik, melyeket Bach doktor a 1930-as években meghatározott.

A címkén található *Bach*® logó Bach doktor eredeti aláírása garانتálja, hogy az Original Bach®-virágeszenciák kizárólag a Mount Vernon-ból származó anyatinktúrák felhasználásával készülnek, ugyanúgy, mint Bach doktor idejében.



Original RESCUE®

A 38 Original Bach®-virág mellett Bach doktor az 1930-as években létrehozta az Original RESCUE®-keveréket, mely öt Original Bach®-virágeszencia kombinációja: Impatiens (Nebáncsvirág), Star of Bethlehem (Ernyős madártej), Cherry Plum (Cseresznyeszilva), Rock Rose (Molyhos napvirág) és Clematis (Erdei iszalag). Ma már több mint 70 országban ismerik az Original RESCUE® jótekonny hatását az élet mindennapi kihívásaiban (pl. repülés, vizsga vagy stresszes munkahely).



Original RESCUE® Spray

Az Original RESCUE® keverék spray formában is kapható, ideális otthoni használatra vagy praktikus akár útközben is, egyszerűen csak két fújás a nyelvre.



Original RESCUE® krém

Tartalmazza az Original RESCUE® Bach®-virágkeveréket, kombinálva a Crab Apple (Vad alma) Bach®-virágeszenciával. Egy intenzív, tartós, hidratáló krém, mely gyorsan felszívódik, regenerálja és nyugtatja a bőrt.



Ki használhatja az Original Bach®-virágesszenciákat?

Miután teljesen biztonságosak és természetesek, ezért a család minden tagja használhatja az Original Bach®-virágesszenciákat. Sőt nyugodtan alkalmazható háziállatoknál és növényeknél is.

Hogyan használhatóak?

POHÁRMÓDSZER: Cseppentsen két-két cseppet a kiválasztott esszenciákból vagy négy RESCUE® cseppet egy pohár vízbe és kortyolgassa el. Ha szükséges, készítsen további adagokat.

KEVERÉKÜVEG: Gyakori használat esetén cseppentsen két-két cseppet a kiválasztott esszenciákból (maximum összesen hetet) egy 30ml-es cseppentős üvegcsébe, töltsse fel szén-savmentes forrásvízzel és csepegtessen a szájába ebből a keverékből legalább négyszer naponta négy cseppet. Olyan gyakran használhatja a Bach®-virágesszenciákat, amilyen gyakran igényli. Ha rossz a kedélyállapota vagy krízishelyzetbe kerül, a cseppek akár egyszeri alkalmazása is elegendő lehet a harmónia visszaállításához. Viszont ha ez az állapot már huzamosabb ideje fennáll, akkor használja a Bach®-virágkeveréket addig, amíg nem érik meg Önben a probléma megoldásához vezető út.

ÚTKÖZBEN: Praktikus a RESCUE® Spray – egyszerűen két fújás a nyelvre.

Ha szeretne többet megtudni

További részleteket megtudhat a Bach®-virágesszenciákról szakönyvekből, videókból és tanfolyamokon.

TANFOLYAMOK & INFORMÁCIÓ:

Magyarul:

www.doskar.hu

www.bachviragok.hu

www.bachvirageszencia.hu

www.bachflowershungary.com

Angolul:

The Dr Edward Bach Centre, Mount Vernon,
Sotwell, Wallingford, Oxon, UK OX10 0PZ,
Tel.: 0044 1491 834678, mail@bachcentre.com
www.bachcentre.com





Magyarországi kizárólagos forgalmazó:

CEE Naturline Kft.

tel: 06 (30) 244-4028, fax: 06 (23) 378-726, e-mail: info@doskar.hu

www.doskar.hu

Kiadta:

A Nelsons and Co. Ltd. Nelsons House, 83 Parkside,

Wimbledon, London SW19 5LP

www.nelsonsnaturalworld.com

©Bach Flower Remedies Ltd 2005. Bach, a Bach aláírás, Bach doktor fényképe, a termékek csomagolása és bemutatása a Bach Flower Remedies Limited, London, England által bejegyzett és levédett márkajelek.