

38 BACH-BLÜTEN & 7 EMOTIONALE GRUPPEN

Wie reagiert der Mensch seelisch auf seine Situation

Quelle: Original Bach-Blütentherapie, Mechthild Scheffer

I. Angstvoll		
Allgemeine Panik	26. <i>Rock Rose</i>	
Vor bestimmten definierbaren Situationen, z.B. Hunde, Fahrstühle etc.:	20. <i>Mimulus</i>	
Steht enorm unter Druck; kann nicht loslassen; fürchtet durchzudrehen:	6. <i>Cherry Plum</i>	
Kann nicht sagen, wovor; vage Ängste; nimmt Stimmungen auf:	2. <i>Aspen</i>	
Erlebt Ängste um andere Personen, da zu sehr verwoben mit ihnen oder noch nicht abgeheilt:	25. <i>Red Chestnut</i>	DD 33. <i>Walnut</i>

II. Verunsichert		
Weil er seiner eigenen Meinung nicht vertraut; braucht die Bestätigung anderer:	5. <i>Cerato</i>	DD 19. <i>Larch</i>
Weil er innerlich immer wieder hin- und herschwankt; oft zwischen zwei Möglichkeiten:	28. <i>Scleranthus</i>	
Weil er durch erlittene Enttäuschungen skeptisch und pessimistisch geworden ist:	12. <i>Gentian</i>	DD 21. <i>Mustard</i> DD 19. <i>Larch</i>
Weil er keine klare Zielvorstellung für sein Leben hat, dadurch unzufrieden:	36. <i>Wild Oat</i>	DD 33. <i>Walnut</i>
Weil er innerlich schon resigniert hat:	13. <i>Gorse</i>	DD 37. <i>Wild Rose</i> DD 33. <i>Sweet Chestnut</i>
Weil er glaubt, daß ihm die innere Spannkraft fehlt; er glaubt, ohne Stimulationen den Alltag nicht zu meistern:	17. <i>Hornbeam</i>	DD 11. <i>Elm</i>

III. Interesselos – wenig Gegenwartsbewußtsein		
Da gedanklich anderweitig beschäftigt; träumerisch:	9. <i>Clematis</i>	
Da zu sehr an der Vergangenheit orientiert; entweder wird diese überbewertet und idealisiert oder bestimmte Ereignisse sind noch gar nicht bearbeitet worden:	16. <i>Honeysuckle</i>	DD 29. <i>Star of Bethlehem</i>
Da er nichts vom Leben fordert und sich dem Schicksal ergeben hat; oft nur unentschieden in bestimmten Lebensbereichen:	37. <i>Wild Rose (Diagnose oft schwierig)</i>	DD 13. <i>Gorse</i>
Da geistig und körperlich vollkommen verausgabt und überfordert:	23. <i>Olive</i>	DD 17. <i>Hornbeam</i> DD 22. <i>Oak</i> DD 11. <i>Elm</i>
Da ständig andere Gedanken im Kopf kreisen, die man nicht abstellen kann:	35. <i>White Chestnut</i>	
Da zu naiv, wenig aufmerksam gegenüber tieferen Lebenszusammenhängen; stockende Erfahrungsverarbeitung; Lernprobleme:	7. <i>Chestnut Bud</i>	
Da in schwermütiger Traurigkeit befangen, die ohne erkennbare Gründe kommt und geht:	21. <i>Mustard</i>	DD 12. <i>Gentian</i>

IV. Innerer Rückzug, Einsamkeitsproblematik, Isolation		
Weil er glaubt, mit Schwierigkeiten am besten allein fertigzuwerden; den anderen Menschen nicht zu brauchen:	34. <i>Water Violet</i>	DD 27. <i>Rock Water</i>
Da er ein anderes inneres Tempo hat; es geht ihm alles nicht schnell genug:	18. <i>Impatiens</i>	DD 31. <i>Vervain</i> DD 32. <i>Vine</i>
Einsamkeit wird nicht gut vertragen, deshalb starkes Mitleidsbedürfnis; wirkt oft egozentrisch:	14. <i>Heather</i>	DD 31. <i>Vervain</i>

V. Überempfindlich, Abgrenzungsproblematik		
Gegenüber allem, was die Harmonie stören könnte, z.B. sorgenvolle Gedanken, Streit; Oft Flucht in die Ablenkung (Alkohol, Zigaretten u.ä.):	1. <i>Agrimony</i>	
Gegen Persönlichkeiten mit stärkerer Willenskraft; Patient wirkt gutmütig, kann nicht "nein" sagen; Oft sensitive Persönlichkeiten:	4. <i>Centaury</i>	
Labil in psych. und phys. Umwandlungsphasen, z.B. Zahnen, Klimakterium, Umzug, Berufswechsel; Das Neue kann noch nicht umgesetzt werden:	33. <i>Walnut</i>	DD 20. <i>Mimulus</i> DD 19. <i>Larch</i>
Weil er gefühlsmäßig leicht irritierbar ist; Mißtrauen, Eifersucht, Haßgefühle:	15. <i>Holly</i>	

VI. Mutlos bis verzweifelt, Defizit- und Grenzgefühle		
Weil es an Selbstvertrauen mangelt; Minderwertigkeitsgefühl:	19. <i>Larch</i>	DD 5. <i>Cerato</i>
Weil er ein falsches Schuldbewußtsein hat, sich zuviel Vorwürfe macht und anhängen läßt:	24. <i>Pine</i>	
Weil er wider besseren Wissens zur Zeit glaubt, seiner Aufgabe nicht gewachsen zu sein:	11. <i>Elm</i>	DD 17. <i>Hornbeam</i>
Weil er keinen Ausweg mehr sieht und glaubt, daß die Grenze der Belastbarkeit erreicht sei:	30. <i>Sweet Chestnut</i>	
Weil er durch unangenehme Vorfälle noch wie betäubt ist oder einen Schock noch nicht verarbeiten konnte; der "Seelenröster":	29. <i>Star of Bethlehem</i>	DD 16. <i>Honeysuckle</i>
Weil er verbittert ist, grollt und sich vom Schicksal ungerecht behandelt fühlt:	38. <i>Willow</i>	
Weil er ausdauernd mit allen Schwierigkeiten kämpft, und immer wieder neue Schwierigkeiten auftauchen:	22. <i>Oak</i>	DD 11. <i>Elm</i>
Weil er glaubt, etwas Unreines an oder in sich zu haben; Weil das innere Ordnungsprinzip gestört ist und er dieses schnellstens wieder herstellen möchte; die "Reinigungsblüte":	10. <i>Crab Apple</i>	DD 24. <i>Pine</i> DD 27. <i>Rock Water</i>

VII. Übertrieben – man will zuviel		
Manipulative Haltung; glaubt, Einfluß nehmen zu müssen und ist enttäuscht, wenn es nicht anerkannt wird:	8. <i>Chicory</i>	
Im Übereifer, sich für eine Idee einzusetzen, treibt er Raubbau mit seinen Kräften; Kann nicht aufhören; Missionsdrang:	31. <i>Vervain</i>	DD 22. <i>Oak</i> DD 18. <i>Impatiens</i> DD 27. <i>Rock Water</i>
Will seinen Willen um jeden Preis durchsetzen, nimmt auf andere wenig Rücksicht:	32. <i>Vine</i>	DD 18. <i>Impatiens</i>
Erkennt schnell die Schwachstellen einer Situation, kann das aber nicht hinnehmen, sondern reagiert sofort mit Kritik:	3. <i>Beech</i>	DD 10. <i>Crab Apple</i> DD 27. <i>Rock Water</i>
Stellt hohe theoretische Anforderungen an sich und ist hart gegen sich selbst; Unterdrückt vitale Bedürfnisse:	27. <i>Rock Water</i>	