

# Bachblüten Übersicht

<p><b>1 Agrimony</b> Odermennig</p> <p>Die Ehrlichkeit</p> <p>Die Maske der Fröhlichkeit</p>	<p>Wenn man versucht quälende Gedanken oder innere Unruhe hinter einer Fassade von Fröhlichkeit und Sorglosigkeit zu verbergen.</p>	<p>Offenheit und Mitteilungsbereitschaft Fähigkeit, Gefühle und große Emotionen auszudrücken Konflikte bearbeiten aufrichtig sein innere Ruhe erleben Auseinandersetzung mit sich selbst und eigenem Suchtverhalten</p>	<p><b>11 Elm</b> Ulme</p> <p>Der Durchhänger</p> <p>Der mit dem „Black out“</p>	<p>Wenn man das vorübergehende Gefühl hat, seiner Aufgabe oder Verantwortung nicht gewachsen zu sein.</p>	<p>Vertrauen und Zuversicht zum Beispiel dass nach Momenten der Schwäche die eigene Leistungsfähigkeit wieder erwacht Maßvolles Übernehmen von Verantwortung</p>
<p><b>2 Aspen</b> Espe oder Zitterpappel</p> <p>Die Angst</p> <p>Das kleine Sensibelchen</p>	<p>Wenn man unerklärliche, vage Ängstlichkeiten, Vorahnungen oder eine geheime Furcht vor irgendeinem drohenden Unheil in sich trägt.</p>	<p>Vertrauen in das Leben Ruhe, Entspannung, besserer Schlaf Gefühl sicher und geborgen zu sein Überwindung irrationaler Ängste</p>	<p><b>12 Gentian</b> Bitterer Enzian</p> <p>Der Pessimist</p> <p>Der sorgenvolle Zweifler und pessimistische Skeptiker</p>	<p>Wenn man eine skeptisch, zweifelnd oder pessimistische Einstellung hat. Wenn man leicht entmutigt ist.</p>	<p>Glauben an den Sinn des Lebens und das Bewusstsein, dass Krisen uns verändern Ausdauer positive Auseinandersetzung mit Trauer, Schicksalsschlägen und anderen Krisen Vertrauen, dass wir unsere Realität schaffen und nicht Opfer des Schicksals sind</p>
<p><b>3 Beech</b> Rotbuche</p> <p>Die Toleranz</p> <p>Der selbst ernannte Kritiker</p>	<p>Wenn man überkritisch und intolerant reagiert. Wenn man wenig Mitgefühl und Einfühlungsvermögen aufbringen kann</p>	<p>Toleranz zwischenmenschliche Beziehungen Nächstenliebe und Mitgefühl Großzügigkeit.</p>	<p><b>13 Gorse</b> Stechginster</p> <p>Die Hoffnung</p> <p>Der Hoffnungslose, ständig auf Hilfe hoffende</p>	<p>Wenn man resigniert hat und keine Hoffnung mehr verspürt. Bei <i>„es hat doch alles keinen Zweck mehr“</i> - Gefühlen.</p>	<p>Lebensmut und Glauben Hoffnung auf Genesung und auf Lösung von Problemen Freude und Sorglosigkeit Vertrauen in das Leben Positives Denken</p>
<p><b>4 Centaury</b> Tausendgüldenkraut</p> <p>Der Diener</p> <p>Der unterwürfige Diener mit dem Helfersyndrom</p>	<p>Wenn man nicht NEIN sagen kann bei Willensschwäche bei Überreaktion auf die Wünsche anderer</p>	<p>Selbstverantwortung Fähigkeit "Nein" zu sagen Entfaltung der eigenen Willenskraft Ausdauer Gesunder Ablöseprozess von den Eltern</p>	<p><b>14 Heather</b> Schottisches Heidekraut</p> <p>Die Selbstbezogenheit</p> <p>Die Quasselstrippe oder das bedürftige Kleinkind</p>	<p>Wenn man selbstbezogen, völlig mit sich beschäftigt ist und sozusagen viel Publikum braucht. - das bedürftige Kleinkind - Egozentriertheit</p>	<p>Sich auf andere Einlassen Distanz und Zurückhaltung bessere zwischenmenschliche Beziehungen Lernen von Verzicht und Zurückhaltung das bessere Zuhören Ausgleich zwischen Geben und Nehmen, Yin und Yang Selbstverantwortung</p>
<p><b>5 Cerato</b> Bleiwurz</p> <p>Die Unsicherheit</p> <p>Der unsichere ratlose Frager</p>	<p>Wenn man unsicher ist und zu wenig Vertrauen in die eigene Meinung und Urteilsfähigkeit hat</p>	<p>Klarheit und Intuition Vertrauen in die eigene Weisheit Selbstbewusstsein Erspüren der eigenen Lebensaufgabe für sich und Andere Unabhängigkeit von fremden Meinungen</p>	<p><b>15 Holly</b> Stechpalme</p> <p>Die Liebe</p> <p>Der eifersüchtige Choleriker</p>	<p>Wenn man schnell gefühlsmäßig irritiert reagiert. Bei Eifersuchts-, Misstrauens-, Hass- und Neidgefühlen.</p>	<p>Nächstenliebe und Liebesfähigkeit bessere Beziehungen unter Geschwistern das Vertrauen, dass das Leben für alle genug bereit hält Freundschaft, Herzengüte und das Mitgefühl</p>
<p><b>6 Cherry-Plum</b> Kirschlorbeer</p> <p>Das Pulverfaß</p> <p>Der Kontrolleur, der manchmal ausrastet</p>	<p>Wenn es innerlich schwerfällt loszulassen. Wenn man Angst vor seelischen Kurzschluss-handlungen hat. - unbeherrschte Temperamentsausbrüche</p>	<p>konstruktiver Umgang mit Aggression Fähigkeit sich innerlich zu entspannen und loszulassen Ruhe und Gelassenheit finden in das Leben vertrauen</p>	<p><b>16 Honeysuckle</b> Geißblatt</p> <p>Die Vergangenheit</p> <p>Der wehmütige Nostalgiker</p>	<p>Bei bewusster oder unbewusster Weigerung bestimmte Ereignisse seiner Vergangenheit zu verarbeiten.</p>	<p>das Verschmerzen von Vergangenem und das Loslassen von früheren Beziehungen Abschied von gewohnten Mustern und überholten Botschaften das vertrauensvolle Hineingehen in die Zukunft</p>
<p><b>7 Chestnut Bud</b> Kastanienknospe</p> <p>Die Aufmerksamkeit</p> <p>Der zerstreute Professor oder zerlumpte Philosoph</p>	<p>Wenn man immer wieder die gleichen Fehler macht, weil man seine Erfahrungen nicht wirklich verarbeitet hat und nicht genug daraus lernt.</p>	<p>Konzentration und Wahrnehmung Fähigkeit zu lernen und zu begreifen aus Fehler lernen</p>	<p><b>17 Hornbeam</b> Hainbuche</p> <p>Das Montag-Morgen-Gefühl</p> <p>Der mental erschöpfte Manager</p>	<p>Wenn man sich fühlt und glaubt, man wäre zu schwach, um die täglichen Pflichten zu bewältigen, schafft es dann aber doch.</p>	<p>Wachheit - die geistige Frische Heiterkeit und Lebendigkeit und die Freude am Alltag das Interesse am Leben Verbindung von Herz und Verstand Kreativität</p>
<p><b>8 Chicory</b> Wegwarte</p> <p>Die Mütterlichkeit</p> <p>Die überbeschützende Mutter oder Glücke</p>	<p>Bei besitzergreifender Persönlichkeitshaltung, mit der man sich bewusst oder unbewusst überall einmischt.</p>	<p>Bedingungslose Liebe in zwischenmenschlichen Beziehungen Ausgleich zwischen Geben und Nehmen gesunde "Distanz"</p>	<p><b>18 Impatiens</b> Drüsentragendes Springkraut</p> <p>Die Ungeduld</p> <p>Der ungeduldige Tempomacher</p>	<p>Wenn man leicht ungeduldig und leicht gereizt reagiert. Wenn man überschießende Reaktionen zeigt.</p>	<p>innere Ruhe Geduld mit sich selbst und anderen haben ein entspannteres Umgehen mit der zur Verfügung stehenden Zeit</p>
<p><b>9 Clematis</b> Weiße Waldrebe</p> <p>Die Realitätsferne</p> <p>Der Tagträumer</p>	<p>Wenn man geistig abwesend ist Wenn man wenig Aufmerksamkeit für das Geschehen um einen herum zeigt</p>	<p>Erdung im Hier und Jetzt sein Konzentrationsfähigkeit Interesse am Alltag, Ja zum Leben Vitalität guten Zugang zu sich selbst und sich besser spüren können</p>	<p><b>19 Larch</b> Lärche</p> <p>Das Selbstvertrauen</p> <p>Die verzagte Schüchterne</p>	<p>Wenn man Minderwertigkeitskomplexe hat. Wenn man Fehlschläge wegen Mangel an Selbstvertrauen erwartet.</p>	<p>Kreativität Mut zu den eigenen Fähigkeiten und Talenten der persönliche Ausdruck der Sprung ins Neue das Selbstbewusstsein und die Spontaneität und Selbstvertrauen</p>
<p><b>10 Crab Apple</b> Holzapfel</p> <p>Die Reinigung</p> <p>Der putzsüchtige Putzteufel</p>	<p>Wenn man sich innerlich oder äußerlich beschmutzt, unrein oder infiziert fühlt. bei Detailkrämerei</p>	<p>Selbstachtung und Selbstzufriedenheit Annehmen der eigenen äußeren Erscheinung Heilkraft, die in uns steckt Traumfähigkeit körperliche, geistige und seelische Gesundheit, die von innen kommt körperliche und seelische Reinigung</p>	<p><b>20 Mimulus</b> Gefleckte Gauklerblume</p> <p>Die Tapferkeit</p> <p>Der empfindliche Angsthase</p>	<p>Wenn man schüchtern und furchtsam ist. Wenn man viele kleine Ängstlichkeiten hat.</p>	<p>sich den täglichen Herausforderungen stellen Vertrauen in das Leben Gefühl der Sicherheit innere Stärke und Risikobereitschaft Mut und Tapferkeit.</p>

<b>21</b>	<b>Mustard</b> Wilder Senf  Die Lichtquelle  Der schwermütige Melancholiker	Wenn tiefe Traurigkeit und Perioden von Schwermut kommen und gehen plötzlich ohne erkennbaren Grund.	Sinnfindung (Licht finden) Durchhaltevermögen in schwierigen Lebensphasen anerkennen, dass die Depression ein Hinweis oder Ruf der Seele nach Veränderung ist Vertrauen in das Leben	<b>31</b>	<b>Vervain</b> Eisenkraut  Der Missionar  Der übereifrige Fanatiker und Weltverbesserer	Wenn man im Übereifer, sich für eine gute Sache einzusetzen, Raubbau mit seinen eigenen Kräften treibt. Wenn man missionarisch bis fanatisch reagiert.	Gelassenheit und Entspannung Eigene Ego zurücknehmen Erkennen, dass es unterschiedliche Wege gibt, ein Ziel zu erreichen Erkennen, dass durch Missionieren Widerstand im anderen mobilisiert und so der Sache mehr geschadet als genutzt wird - missionieren loslassen
<b>22</b>	<b>Oak</b> Eiche  Der Einzelkämpfer  Der tapfere einsame Kämpfer	Man fühlt sich als niedergeschlagener und erschöpfter Kämpfer, der trotzdem tapfer weitermacht und nie aufgibt.	Ausgleich zwischen Geben und Nehmen Integrieren der weiblichen passiven Seite, das Zulassen von Schwäche Erkenntnis, dass man anderen schadet oder sie sogar entmündigt, wenn man ihnen ihre Probleme und Lasten abnimmt	<b>32</b>	<b>Vine</b> Weinrebe  Der Tyrann  Der Machtmensch	Wenn man unbedingt seinen Willen durchsetzen will. Wenn man Probleme mit Macht und Autorität hat.	der weise und sinnvolle Einsatz von Macht und Kraft sich selbst zurücknehmen, um anderen auch eine Chance zu geben Positive Autorität und Führungskraft ausstrahlen
<b>23</b>	<b>Olive</b> Olive  Die Kraftquelle  „Burnout“ - der Ausgebrannte	Wenn man sich körperlich und seelisch ausgelaugt und erschöpft fühlt. - alles ist zuviel	Erholung von großen körperlichen und seelischen Belastungen, Regeneration Wahrnehmen der eigenen Grenzen Fließen der Lebenskraft	<b>33</b>	<b>Walnut</b> Walnuss  Der Übergang  Der Wankelmütige, der vor dem Neuen zurückschreckt	Wenn man sich in Phasen des inneren Neubeginns oder einschneidenden Veränderungen verunsichern lässt und wankelmütig wird.	Umsetzen, was man sich vorgenommen hat Loslassen des Alten und Eintauchen in Neues die (Neu-) Geburt
<b>24</b>	<b>Pine</b> Schottische Kiefer  Die Schuld  Das arme Schwein oder der schuldige Masochist	Wenn man sich Vorwürfe macht und Schuldgefühle hat.	Gefühl, ein Recht auf das Leben zu haben Positive Auseinandersetzung mit dem Thema Schuld und besserer Umgang mit Menschen, die Schuldgefühle suggerieren und auslösen – bessere Abgrenzung, handeln statt sich schuldig zu fühlen die Liebe zu sich selbst	<b>34</b>	<b>Water Violet</b> Sumpfwasserfeder  Die Kommunikation  Der zurückgezogene einsame Aristokrat	Wenn man sich innerlich zurück zieht. isoliertes Überlegenheitsgefühl	zwischenmenschliche Beziehungen Offenheit und das Zulassen von Nähe Vertrauen in andere Fähigkeit, Gefühle zu zeigen Freude am geselligen Beisammensein im Fluss des Lebens sein
<b>25</b>	<b>Red Chestnut</b> Rote Kastanie  Die Übermutter  Die besorgte Mutter wartend hinter dem Vorhang	Wenn man sich mehr Sorgen um das Wohlergehen anderer Menschen macht, als um das eigene. Bei zu starker inneren Verbundenheit mit einer nahestehenden Person.	Loslassen der Ängste um Andere. positive Gedankenkräfte Die Fähigkeit, Belastungen uns nahestehender Menschen in Liebe bei ihnen zu belassen	<b>35</b>	<b>White Chestnut</b> Roskastanie  Die Gedankenmühle  Die Gedanken-tretmühle	Wenn bestimmte Gedanken unaufhörlich im Kopf kreisen, die man nicht wieder los wird. Bei innerlichen Selbstgesprächen und Dialogen. Wenn zuviel Nachdenken oder Grübeln Schlaf verhindert.	Stille und geistige Ruhe Loslassen immer wiederkehrender Gedanken Konzentration beim Lernen Vertrauen, dass die Lösung des Problems zur richtigen Zeit erfolgt
<b>26</b>	<b>Rock Rose</b> Gelbes Sonnenröschen  Die Panik  Das verschreckte Nervenbündel	Wenn man innerlich panisch reagiert und von Angst oder Panikgefühlen übermannt wird.	Vertrauen in göttlichen Schutz Gelassenheit während akuter Angstzustände	<b>36</b>	<b>Wild Oat</b> Waldtrespel  Die Berufung  Die gelangweilte Prinzessin, wartend auf den Traumprinz	Wenn man sich zersplittert und unklare Zielvorstellungen hat. Wenn man innerlich unzufrieden ist, weil man seine Lebensaufgabe nicht findet.	Fähigkeit Prioritäten zu setzen Zentrierung und Klarheit das Erkennen der persönlichen Berufung und Lebensaufgabe und die Auswahl der schulischen Weiterbildung
<b>27</b>	<b>Rock Water</b> Wasser aus heilkräftigen Quellen  Die Starrheit  Der dogmatische Asket	Wenn man zu hart zu sich selbst ist. Wenn man durch strenge oder starre Ansichten vitale Bedürfnisse unterdrückt.	Flexibilität die weibliche Seite in Uns Fähigkeit nachzugeben, weich zu werden - das Weiche und Passive in uns das Fließen unserer Energien das Loslassen von Zwang und Strenge	<b>37</b>	<b>Wild Rose</b> Heckenrose  Die Kapitulation  Willenloses menschliches Treibgut	Wenn man sich apathisch und teilnahmslos fühlt. Wenn man innerlich kapituliert hat.	Freude und Lust am Leben und an der Arbeit Wachheit und Bewegung Hingabe sich Einlassen auf Menschen und Situationen sich selbst besser spüren
<b>28</b>	<b>Scleranthus</b> Einjähriger Knäuel  Das Gleichgewicht  Der flatternde Schmetterling	Wenn man unschlüssig, sprunghaft, innerlich unausgeglichen ist. Wenn Meinung und Stimmung von einem Moment zum anderen wechseln.	die eigene Mitte finden das innere Gleichgewicht die Klarheit den Ausgleich zwischen Extremen Entschlossenheit	<b>38</b>	<b>Willow</b> Gelbe Weide  Der Stolz  Der unverzeihliche Griesgram	Wenn man sich den Umständen machtlos ausgeliefert fühlt. Wenn man verbittert ist und sich als Opfer des Schicksals sieht.	Vergeben und Zustimmung Erkennen, dass es kein ungerechtes Schicksal gibt und man daher auch nicht Opfer ist. Nachgeben positives Denken innerer Frieden Verzicht auf Rache und Trotz
<b>29</b>	<b>Star of Bethlehem</b> Doldiger Milchstern  Der Seelenröster  Der verteidigungslose Kämpfer	Wenn man eine seelische oder körperliche Erschütterung noch nicht verkräftet hat, vielleicht sogar noch „in den Knochen“ steckt.	größere Ruhe und Gelassenheit während großer Herausforderungen Verarbeitung von Schock und Schicksalsschlägen Harmonisierung von Körper, Geist und Seele nach einem Trauma	<b>39</b>	<b>Rescue</b> Notfall - Tropfen  Das erste Hilfe Mittel  Mischung aus den fünf verschiedenen Blüten: Clematis, Impatiens, Cherry Plum, Rock Rose, Star of Bethlehem	Wenn man durch Schreck oder schockierenden Erlebnissen oder einem Unfall aus dem Gleichgewicht gekommen ist. Wenn man innerlich angespannt ist, weil etwas Aufregendes bevorsteht. Lampenfieber	Beruhigung und Stabilisierung bei Schock, Panik und großen seelischen Belastungen, wie Schicksalsschlägen und körperlichen oder emotionalen Krisen Harmonisierung Körper, Geist und Seele Aktivierung der uns innewohnender Selbstheilungskräfte
<b>30</b>	<b>Sweet Chestnut</b> Edelkastanie  Die Verzweiflung  Die Nacht der Seele	Wenn man glaubt, die Grenze dessen, was ein Mensch ertragen kann, sei nun erreicht. - innere Ausweglosigkeit.	Gottvertrauen Durchhaltevermögen Glaube an die Gnade das Vertrauen in das eigene innere Licht die Hingabe an den inneren Wandlungsprozess				

In der jeweils zweiten Spalte finden Sie eine zusammenfassende Beschreibung in welchen Fällen die Bachblüte angebracht ist, und in der dritten Spalte, zu was die Blüte verhilft. Diese Kurzübersicht basiert auf den Erkenntnissen des Arztes Dr. Bach. Das Wissen über die Bachblüten ist seinen Forschungen zu verdanken. Weitere Informationen und der Link zum Download dieser Übersicht finden Sie im Internet unter: [www.spirituelle.info/artikel.php?id=175](http://www.spirituelle.info/artikel.php?id=175)