












BACHS BLOMSTERREMEDIER OVERSIGT 1-38 & RESCUE

	Du bør prøve ...	hvis du...
	Agrimony (Agermåne)	Gemmer dine problemer bag en venlig facade
	Aspen (Bævreaspen)	Føler ængstelse og har ukendt frygt for at noget skal ske
	Beech (Bøg)	Er for kritisk overfor andre og reagerer uden medfølelse og forståelse
	Centauray (Tusindgylden)	Har svært ved at sige nej, fordi du er venlig overfor andre
	Cerato (Cerato)	Tvivler på din egen intuition og altid spørger andre om råd
	Cherry Plum (Kirsebærblomme)	Frygter at miste kontrollen over dig selv, hysterisk
	Chestnut Bud (Kastanieknop)	Ikke lærer af dine erfaringer, gentager dårlige mønstre
	Chicory (Cikorie)	Tager dig meget af din familie, men forventer meget tilbage, er dominerende
	Clematis (Klematis)	Ofte ikke er i nuet, dagdrømmer og har en livlig fantasi
	Crab Apple (Sødæble)	Ikke kan lide din egen krop på grund af små uperfekte bagateller; Har en stærk trang til en indre og ydre orden og renselse
	Elm (Elm)	Har en følelse af overvældende ansvar, det er for meget for dig
	Gentian (Ensian)	Let bliver modløs, når noget går dig imod, er skuffet, deprimeret eller reagerer skeptisk
	Gorse (Tornblad)	Føler at alt håb er ude, reagerer resigneret og pessimistisk
	Heather (Lyng)	Er selvcentreret, ikke gerne alene og taler meget om dig selv
	Holly (Kristtorn)	Er jaloux, misundelig, reagerer mistroisk, bliver hurtig aggressiv eller nemt såret
	Honeysuckle (Kaprifolie)	Længes efter fortiden, hænger fast i minder eller har hjemve
	Hornbeam (Avnbøg)	Har fornemmelsen, at du ikke kommer i gang; føler dig for træt, og tror du ikke overkommer dagen
	Impatiens (Balsamin)	Er utålmodig og let irriteret, især på de der er 'for langsomme', alt skal ske hurtigt
	Larch (Lærk)	Mangler selvtillid, føler at andre er bedre end dig selv, frygter at gøre fejl

Helle Skinnerup

Lillevangsparken 27 - 2670 Greve - 20 26 20 28 - Helle@HelleSkinnerup.dk

	Mimulus (Abeblomst)	Er ængstelig og genert, har frygt for en kendt situation som f.eks. tandlægebesøg, flyve, tale foran publikum...
	Mustard (Agersennep)	Lider af uforklarligt tungsind, det kommer og går, tager ting for tungt, græder
	Oak (Eg)	Har en så stærk pligtfølelse, at du trods udmattelse fortsætter med „at kæmpe“, kan ikke give op
	Olive (Oliventræ)	Føler dig træt og udmattet i sjæl og krop, "det hele er bare for meget"
	Pine (Skovfyr)	Hurtigt får dårlig samvittighed, bebrejder dig selv og finder dig i upassende beskyldninger
	Redchestnut (Rød Hestekastanie)	Er bange for at der skal ske dine kære noget; eller du føler andre personers følelser som dine egne
	Rockrose (Soløje)	Nemt får panikangst, er rædselsslagen og "ved hverken ud eller ind"
	Rockwater (Kildevand)	Er for streng ved dig selv og ufleksibel, når det gælder, dine egne principper, stiller for store krav til dig selv
	Scleranthus (Knavel)	Ikke kan vælge mellem to ting, ubeslutsom, skifter mening og stemning fra det ene øjeblik til det andet
	Star of Bethlehem (Fuglemælk)	Oplever sorg eller stadig ikke kan komme over chok og traumer, du har oplevet
	Sweet Chestnut (Ægte Kastanie)	Tror at du ikke kan tage mere; føler en stærk fortvivelse, men søger udveje
	Vervain (Jernurt)	Nemt gør "for meget af det gode"; er overbegejstret, reagerer lidt fanatisk
	Vine (Vinranke)	Vil styre alt og altid have din vilje, er for ambitiøs; problemer med magt og autoritet
	Walnut (Valnød)	Er nemt påvirkelig overfor andres mening, hvis du gennemgår en indre og ydre forandring.
	Willow (Guldpil)	Føler dig magtesløs, har en indre bitterhed og føler dig som et offer
	Wildrose (Hunderose)	Er ligegyldig, reagerer apatisk
	Wildoat (Skovhejre)	Et ubeslutsom og utilfreds, og har for mange målsætninger på samme tid, fordi du ikke kan finde din vej i livet
	White Chestnut (Hestekastanie)	Har tanker, der kværner dag og nat; ikke er i stand til at slappe af, indre samtaler
	Water Violet (Vandrøllike)	Foretrækker at være alene, virker utilgængelig og distanceret; Vil ikke bebyrde andre med dine problemer
	Rescue Remedy (Nødhjælpsremediet)	Kan bruges: lige før, i og efter en krisesituation

Helle Skinnerup

Lillevangsparken 27 - 2670 Greve - 20 26 20 28 - Helle@HelleSkinnerup.dk