Mini guida ai 38 Fiori di Bach: stati emotivi e rimedi floreali

Agrimony
Per chi nasconde preoccupazioni e disagio dietro un'apparente serenità.

Aspen
Per paure vaghe, inquietudini o timori senza una causa precisa.

Beech
Per chi si sente irritato, intollerante o critico verso gli altri.

Centaury
Per chi fatica a dire di no e tende a mettere gli altri al primo posto.

Cerato
Per chi cerca continuamente conferme all'esterno e dubita del proprio giudizio.

Cherry Plum
Per la paura di perdere il controllo o la ragione, di fare del male a se stessi o agli altri.

Chestnut Bud
Per chi ripete gli stessi errori senza riuscire a imparare dall'esperienza.

Chicory
Per chi tende ad aspettarsi attenzioni, riconoscenza o presenza dagli altri.

Clematis
Per chi è distratto, con la mente altrove o poco presente nel qui e ora.

Crab Apple
Per chi vive disagio verso il proprio corpo o i difetti percepiti.

Elm
Per chi si sente temporaneamente sopraffatto dalle responsabilità.

Gentian
Per scoraggiamento e perdita di fiducia dopo una battuta d'arresto.

Gorse
Per chi ha perso la speranza e non vede possibilità di miglioramento.

Heather
Per chi sente un forte bisogno di riconoscimento e di essere ascoltato.

Holly
Per il senso di gelosia, vendetta, invidia, sospetto che induce a maltrattare.

Honeysuckle
Per chi vive ancorato al passato o fatica a lasciare andare ciò che è stato.

Hornbeam
Per la sensazione di stanchezza mentale davanti agli impegni quotidiani.

Impatiens
Per irritabilità, impazienza e difficoltà a rispettare i tempi degli altri.

Larch
Per chi manca di fiducia nelle proprie capacità e tende a sottovalutarsi.

Mimulus
Per paure concrete e ben identificate.

Mustard
Per la profonda tristezza che sembra arrivare senza una ragione apparente.

Oak
Per chi continua a impegnarsi anche quando avrebbe bisogno di fermarsi e recuperare.

Olive
Per l'esaurimento fisico e mentale dopo un periodo di sforzo.

Pine
Per chi si sente in colpa, si biasima o si attribuisce troppe responsabilità.

Red Chestnut
Per chi si preoccupa eccessivamente per l'incolumità e il benessere delle persone care.

Rock Rose
Per terrore e panico, paura estrema.

Rock Water
Per chi è troppo severo con se stesso e fatica a concedersi flessibilità.

Scleranthus
Per l'incapacità di scegliere tra più alternative.

Star of Bethlehem
Per il trauma, lo shock, il dolore inconsolabile dopo un'esperienza difficile.

Sweet Chestnut
Per i momenti di angoscia e disperazione profonda.

Vervain
Per chi vive ideali e passioni con eccessivo entusiasmo e intensità.

Vine
Per chi tende a imporsi sugli altri e non accetta obiezioni.

Walnut
Per chi si sente disorientato da cambiamenti, nuove fasi della vita, influenze esterne.

Water Violet
Per chi tende a isolarsi o a mantenere una distanza emotiva dagli altri.

White Chestnut
Per pensieri ripetitivi e circolari, che non si riesce a fermare.

Wild Oat
Per chi si sente insoddisfatto e cerca per sé una direzione chiara.

Wild Rose
Per apatia, rassegnazione o scarso coinvolgimento nella vita quotidiana.

Willow
Per chi prova risentimento, amarezza o si sente vittima delle circostanze.

Questa mini guida ha uno scopo orientativo e informativo e non sostituisce una consulenza personalizzata con un BFRP.

Una risorsa di Donatella Lechiancole BFRP, BFRAP, Trainer del Programma Internazionale di Formazione del Bach Centre