

## Was sind die Original englischen Bach®-Blüten?

Wenn wir uns positiv, froh und zufrieden fühlen, sind wir meistens auch in guter Verfassung. Wir haben mehr vom Leben und strahlen das auch auf unsere Familie und Freunde aus.

Aber manchmal kommt es anders... Dann brauchen wir etwas, was uns hilft, unsere Balance wiederzufinden und unser Leben zu entschleunigen.

Die 38 Original englischen Bach®-Blütenessenzen wurden in den 30er Jahren des letzten Jahrhunderts von dem berühmten englischen Arzt Dr. Edward Bach aus den Blüten wild wachsender Pflanzen und Bäume entwickelt. Sie unterstützen uns dabei, den emotionalen Anforderungen des täglichen Lebens in positiver Weise zu begegnen.

So finden Sie Ihre persönlichen Bach®-Blüten für eine aktuelle Situation:

Die eigenen Gefühlsreaktionen so genau wie möglich zu identifizieren, ist der Schlüssel zur Auswahl der passenden Original englischen Bach®-Blütenessenzen. Versuchen Sie ganz genau zu beobachten, wie Sie in Ihrer jetzigen Situation empfinden. Vergleichen Sie diese Beobachtung mit den Aussagen zu den einzelnen Bach®-Blüten. Sie können die Bach®-Blüten einzeln oder als Mischung einnehmen.

Die Bach®-Blüten wirken sanft und können für die gesamte Familie sowie auch für Tiere und Pflanzen angewendet werden.

## Die Original englischen Bach®-Blüten

Nur die Bach-Signatur garantiert Ihnen, dass Sie Original Bach®-Blütenessenzen erhalten. Die Original Bach®-Blütenessenzen werden noch wie zu Bachs Zeiten exklusiv vom Bach Centre in England (Mount Vernon) hergestellt.

## RESCUE®

Die Original  
Bach®-Blütenmischung!

Der Engländer Edward Bach konzipierte die bekannte Original RESCUE®-Mischung aus fünf Original Bach-Blütenessenzen® in den 30er Jahren des letzten Jahrhunderts, bestehend aus

- Nr. 6 Cherry Plum
- Nr. 9 Clematis
- Nr. 18 Impatiens
- Nr. 26 Rock Rose
- Nr. 29 Star of Bethlehem

Diese 5 Einzelessenzen wurden von Bach, unter Berücksichtigung der 5 häufigsten negativen Gemütszustände, die viele Menschen im Alltag erleben, ausgewählt.



Original RESCUE® ist heute in unterschiedlichen Varianten wie z.B. als Tropfen in der traditionellen Pipettenflasche, als fruchtige Pastillen, aromatische Gelperlen und als Creme erhältlich und wird von Verbrauchern in über 45 Ländern verwendet.

Kombiniert mit der Original Bach®-Blüte White Chestnut (weiße Kastanie) auch als RESCUE® Night - die Original Bach®-Blüten für die Nacht!



## FRAGEBOGEN



Wählen Sie untenstehend die passenden Blüten (max. 7), ausgehend von ihren jetzigen Gefühlen aus:

GEFÜHLSGRUPPE	BACH-BLÜTE	NR.	GEFÜHL
Ängstlichkeit	Aspen	2	<input type="checkbox"/> Sie sind leicht ängstlich und nervös.
	Cherry Plum	6	<input type="checkbox"/> Sie fürchten, Ihre Selbstbeherrschung zu verlieren.
	Mimulus	20	<input type="checkbox"/> Ihnen bereitet eine bevorstehende Situation, wie z. B. eine Flugreise, Sorgen.
	Red Chestnut	25	<input type="checkbox"/> Sie sorgen sich stark um andere Menschen.
	Rock Rose	26	<input type="checkbox"/> Sie sind über eine Nachricht oder Situation bestürzt.
Unaufmerksam gegenüber Ihrer Umgebung	Chestnut Bud	7	<input type="checkbox"/> Sie machen immer wieder die gleichen Fehler.
	Clematis	9	<input type="checkbox"/> Sie haben eine rege Phantasie und träumen leicht vor sich hin.
	Honeysuckle	16	<input type="checkbox"/> Sie hängen sehr an der Vergangenheit oder haben Heimweh.
	Mustard	21	<input type="checkbox"/> Sie fühlen sich manchmal bekümmert, ohne genau zu wissen warum.
	Olive	23	<input type="checkbox"/> Sie fühlen sich nach Herausforderungen ermüdet.
	White Chestnut	35	<input type="checkbox"/> Sie haben das Gefühl, dass sich Ihre Gedanken immer um dasselbe drehen.
Einsamkeit	Wild Rose	37	<input type="checkbox"/> Sie reagieren gleichgültig und setzen sich nicht gerne mit Unangenehmem auseinander.
	Heather	14	<input type="checkbox"/> Sie sind mit sich selbst beschäftigt und sehr redselig.
	Impatiens	18	<input type="checkbox"/> Sie sind sehr ungeduldig und dadurch leicht reizbar.
Unsicherheit	Water Violet	34	<input type="checkbox"/> Sie sind gerne alleine, wollen aber nicht unnahbar und überlegen wirken.
	Cerato	5	<input type="checkbox"/> Sie wissen im Grunde was Sie wollen, suchen aber die Bestätigung bei anderen.
	Gentian	12	<input type="checkbox"/> Sie lassen sich schnell entmutigen und sind schnell enttäuscht.
	Gorse	13	<input type="checkbox"/> Sie reagieren leicht pessimistisch, sobald die Dinge schlecht laufen.
	Hornbeam	17	<input type="checkbox"/> Ihnen fehlt der richtige Schwung oder Sie verspüren ein »Montagmorgen-Gefühl«.
	Scleranthus	28	<input type="checkbox"/> Sie können sich schwer zwischen zwei Dingen entscheiden.
Mutlosigkeit	Wild Oat	36	<input type="checkbox"/> Sie haben viele Interessen, sind aber unschlüssig, welcher Weg der richtige ist.
	Crab Apple	10	<input type="checkbox"/> Sie sind manchmal mit Ihrem Äusseren unzufrieden oder nicht selbstbewusst genug.
	Elm	11	<input type="checkbox"/> Sie haben viel Verantwortung zu tragen und fühlen sich dieser manchmal nicht gewachsen.
	Larch	19	<input type="checkbox"/> Sie möchten eine Aufgabe mit mehr Selbstvertrauen angehen.
	Oak	22	<input type="checkbox"/> Ihr Pflichtgefühl treibt Sie dazu, sich immer durchzukämpfen, wobei andere Dinge zu kurz kommen.
	Pine	24	<input type="checkbox"/> Sie fühlen sich in einer Situation leicht angesprochen und betroffen.
	Star of Bethlehem	29	<input type="checkbox"/> Sie fühlen sich betrübt nach einem plötzlichen Ereignis, wie z. B. einer persönlichen oder beruflichen Niederlage.
Übermäßiges Engagement für andere	Sweet Chestnut	30	<input type="checkbox"/> Sie benötigen einen Ansporn oder neuen Mut.
	Willow	38	<input type="checkbox"/> Sie verspüren Selbstmitleid und Verbitterung.
	Beech	3	<input type="checkbox"/> Sie sind anderen gegenüber kritisch und intolerant eingestellt.
	Chicory	8	<input type="checkbox"/> Sie sind besitzergreifend und übermäßig beschützend anderen gegenüber.
Leichte Beeinflussbarkeit	Rock Water	27	<input type="checkbox"/> Sie setzen sich zu hohe Maßstäbe.
	Vervain	31	<input type="checkbox"/> Ihr übermäßiger Enthusiasmus führt manchmal zur Überanstrengung.
	Vine	32	<input type="checkbox"/> Sie sind sehr ehrgeizig, fühlen sich dominant und unflexibel.
	Agrimony	1	<input type="checkbox"/> Sie verbergen Ihre wahren Gefühle hinter einer Fassade.
	Centaury	4	<input type="checkbox"/> Sie können nicht »nein« sagen.
	Holly	15	<input type="checkbox"/> Sie reagieren leicht neidisch, eifersüchtig und misstrauisch.
	Walnut	33	<input type="checkbox"/> Sie können sich schwer an Veränderungen anpassen.

Markieren Sie die Blüten, die Ihre aktuelle Situation am besten beschreiben. Wenn Sie mehr als sieben Blüten angekreuzt haben, streichen Sie bitte diejenigen wieder, die für Sie jetzt weniger wichtig sind.

#### WIE WERDEN DIE BACH®-BLÜTENESSENZEN ANGEWENDET?

**Wasserglasmethode:** Zwei Tropfen\* der gewählten Einzelessenz in ein Glas Wasser geben und schluckweise trinken. Bei Bedarf wiederholen.

**Einnahmeflasche:** Für die längere Einnahme einer Bach®-Blüten Mischung werden zwei Tropfen jeder ausgewählten Essenz (max. sieben) in eine 30 ml Flasche gegeben und mit stilem Mineralwasser aufgefüllt. Hiervon mind. vier Mal pro Tag vier Tropfen einnehmen.

\*von Rescue 4 Tropfen

\*von Rescue Spray 2 Sprühstöße

Unter Umständen können die Bach®-Blütenessenzen auch unverdünnt auf die Zunge getropft werden oder auf die Lippen, Schläfen, Handgelenke und hinter die Ohren gegeben werden. Sie können Bach-Blütenessenzen so lange anwenden wie gewünscht. In manchen Fällen kann ein Wasserglas der Mischung ausreichen, in anderen ist eine längere Einnahme zu empfehlen. Nehmen Sie Ihre Mischung solange, bis Sie das Gefühl haben, sie nicht mehr zu brauchen.

Hier können Sie das Ergebnis ihrer pers. Mischung eintragen:

Nr.: ..... Bach®-Blüte:

Nr.: ..... Bach®-Blüte: