

Como você está se sentindo?

A tabela abaixo pode ajudá-l@ a encontrar as essências certas para cuidar e harmonizar os diferentes estados emocionais. O Dr. Bach classificou cada floral com uma descrição positiva (virtude) e uma negativa (falha/desequilíbrio). Foram 38 essências descobertas, reagrupadas em sete grupos emocionais.

Crie sua própria combinação de essências fazendo uma autorreflexão, buscando entender suas emoções e origem, ou procure a orientação de um profissional.

Grupo 1: Preocupação excessiva com o bem-estar alheio			"PARA ALCANÇAR A LIBERDADE, DÊ LIBERDADE." DR. BACH		
Essência	Eu me sinto	Eu busco			
Beech	Crítico e intransigente	Compreender os outros e ser tolerante			
Chicory	Possessivo porque sou carente	Amar sem esperar algo em troca, desapego			
Rock Water	Rígido e perfeccionista	Adaptabilidade e espontaneidade			
Vervain	Agitado, tenso e insistente	Moderação e tranquilidade			
Vine	Autoritário e dominador	Exercer o poder de forma positiva			
Grupo 2: Medo			"TODOS NÓS PODEMOS TER CORAGEM." DR. BACH		
Essência	Eu tenho	Eu busco			
Mimulus	Timidez e medos comuns (de adoecer, avião, bichos, escuro...)	Ousadia para enfrentar meus medos			
Aspen	Medos inexplicáveis e pressentimentos ruins	Estabilidade e confiança			
Cherry Plum	Medo de perder o controle e cometer uma loucura	Uma mente calma e serena			
Red Chestnut	Medo de que algo ruim aconteça aos outros	Acreditar no bem-estar alheio			
Rock Rose	Terror e pavor	Coragem e clareza mental			
Grupo 3: Solidão			"DEVEMOS LUTAR PARA SERMOS MUITO GENTIS, MUITO TRANQUILOS E PACIENTES." DR. BACH		
Essência	Eu me percebo	Eu busco			
Water Violet	Reservado e isolado	Relacionar-me melhor com os outros			
Impatiens	Apressado e irritado	Aceitar o ritmo do outro			
Heather	Infeliz quando fico só	Estar bem comigo mesmo			
Grupo 4: Hipersensibilidade a influências e ideias alheias			"SEJAM MESTRES DE SEUS DESTINOS." DR. BACH		
Essência	Muitas vezes eu	Eu busco			
Agrimony	Escondo meus problemas com humor e brincadeiras	Encarar meus conflitos e ser verdadeiramente alegre			
Holly	Sinto raiva, ciúme, inveja e desconfiança	Ter compaixão e aceitar o outro como ele é			
Centaury	Me submeto para agradar aos outros	Ter força para dizer não			
Walnut	Me sinto vulnerável às influências externas	Fortalecer minha individualidade			
Grupo 5: Desânimo ou desespero			"HÁ MOTIVOS DE SOBRA PARA TER ESPERANÇA." DR. BACH		
Essência	Eu sinto	Eu busco			
Crab Apple	Aversão a mim mesmo e às impurezas do ambiente	Melhorar minha autoestima e ver as coisas como são			
Elm	Que meu fardo é maior do que posso suportar	Força para cumprir minha missão			
Larch	Que não sou capaz e penso que vou fracassar	Confiança na minha capacidade de realizar			
Oak	Que luto sem parar e ignoro meus limites	Equilíbrio entre a obrigação e o prazer			
Pine	Culpa e arrependimento	Perdoar-me e aceitar meus erros			
Star of Bethlehem	Que não consigo superar meus traumas	Resgatar a paz e aliviar minha angústia			
Sweet Chestnut	Angústia profunda e abandono	Renascimento e transformação			
Willow	Amargura e ressentimento	Reagir de maneira positiva e responsável aos fatos			
Grupo 6: Desinteresse nas circunstâncias atuais			"(...) APROVEITAR TUDO O QUE FOR POSSÍVEL E VIVER PLENAMENTE." DR. BACH		
Essência	Eu me sinto	Eu busco			
Chestnut Bud	Repetindo os mesmos erros	Entender e assimilar as lições da vida			
Clematis	Distraído e disperso	Estar mais atento a tudo ao meu redor			
Honeysuckle	Preso a acontecimentos do passado	Voltar a ser tão feliz quanto já fui			
Mustard	Profundamente triste sem causa aparente	Recuperar meu ânimo e bem-estar			
Olive	Exausto e esgotado	Recuperar minhas forças			
White Chestnut	Atormentado por pensamentos repetitivos	Aliviar meu estresse mental			
Wild Rose	Desmotivado e apático	Recuperar o prazer da vida			
Grupo 7: Indecisão			"TODO VERDADEIRO CONHECIMENTO VEM DE DENTRO DE NÓS MESMOS." DR. BACH		
Essência	Eu	Eu busco			
Cerato	Duvido das minhas decisões e dificilmente escuto minha intuição	Fortalecer minha personalidade e escolhas			
Gentian	Desanimo diante dos obstáculos	Convicção para continuar e superar desafios			
Gorse	Desisto de lutar	Renovação e otimismo			
Hornbeam	Sinto-me cansado da rotina	Afastar a preguiça e o tédio			
Scleranthus	Tenho dificuldades de decidir entre duas coisas	Decidir sem hesitar			
Wild Oat	Sinto-me frustrado e sem direção na vida	Encontrar e desenvolver meu verdadeiro potencial			
Composto emergencial de Bach – FIVE FLOWER					
Busco o resgate emocional, harmonia e o equilíbrio para voltar ao meu eixo.					

Saúde, Bem-Estar, Educação e Inclusão

Que o nosso trabalho seja sempre um convite para que você possa refletir e se inspirar, a fim de viver uma vida com mais significado, consciência e saúde!

Seja bem-vind@!

Conheça nossos produtos e serviços:

Produtos

- Florais de Bach Healingherbs
- Aromaterapia
- Cosméticos
- Florais Ararêtama
- Livros
- Acessórios

Conhecimento

- Cursos
- Eventos
- Palestras
- Vivências
- Roteiros de Estudos
- Reportagens
- Entrevistas
- Podcasts
- Pesquisas e Publicações

Responsabilidade Social

- O cuidado com a vida transforma vidas!
- Instituto Healing
- Educação e disseminação das práticas integrativas e complementares em comunidades sociais.
- Nossa grande paixão!