

BEWIT HOME
Esencje kwiatowe – seria FE

Preparaty dostępne przez stronę www.zagrajwzielone.pl

FE1	Rzepik pospolity (<i>Agrimony</i> <i>Agrimonia eupatoria</i>)	Ukrywanie problemów pod maską uśmiechu. Ludzie, którzy potrzebują ekstraktu z Rzepika sprawiają często wrażenie pogodnych i wesołych nawet w chwilach, kiedy doświadczają napięć, zmartwień lub załamania. Może to być podyktowane chęcią ucieczki od bolesnych przeżyć albo próbą ukrycia trudnych emocji. W sytuacjach kryzysu mogą próbować obrócić problem w żart i stłumić to, co czują. Unikają samotności i szukają towarzystwa jako ucieczki przed samym sobą. Wolą ignorować ciemniejsze strony życia i unikają konfrontacji. Ludzie ci mogą szukać rozluźnienia w nadużywaniu alkoholu, objadaniu się. Działanie Ekstrakt z Rzepika uwalnia od napięcia spowodowanego ukrywaniem problemów i tłumieniem emocji pod maską uśmiechu. Pomaga dokonać konfrontacji z własnym wnętrzem oraz przyczyną sfrustrowania, a także w szczyry sposób wyrażać własne odczucia. Przywraca optymizm i nadzieję. Tagi: zaprzeczenie, smutek, cierpienie, ukrywanie, nałóg, nałogi, otyłość
FE2	Topola osika, (<i>Aspen</i> , <i>Populus Tremula</i>)	Zastosowanie: Lęk nieznanego pochodzenia, nieuzasadniona obawa i niepokój. Osoba cierpiąca na tego typu stan nie zawsze potrafi sprecyzować, czego się boi. Może przeżywać dyskomfort i zdenerwowanie w pewnym miejscu lub sytuacji (bez uświadomionej przyczyny), albo lęk zaraz po przebudzeniu. Z reguły bywa napięta i nerwowa oraz łatwo daje się zastraszyć. Może u niej pojawić się drżenie, pocenie i gęsia skórka. działanie: Ekstrakt z Osiki pomaga uświadomić sobie podłoże lęku i wyeliminować niepokój. Tagi: niepokój, obawa, lęk uogólniony, nerwica, objawy nerwicowe, stres
FE3	Buk zwyczajny (<i>Beech</i>)	Zastosowanie: Brak tolerancji i zrozumienia, krytykanctwo. Osoby, które potrzebują tego ekstraktu odczuwają irytację związaną z osobami lub sytuacjami. Trudno im zaakceptować pewne działania, sposoby zachowania i myślenia innych. Bywają krytyczni i przekonani, co do swojej racji. Koncentracja na detalach i łatwość w zauważaniu błędów może im przeszkadzać w docenianiu i cieszeniu się różnymi rzeczami. Działanie: Daje więcej zrozumienia i empatii. Pozwala osiągnąć większy dystans do błędów innych. Tagi: akceptacja, tolerancja, krytycyzm, krytykanctwo, krytykowanie

FE4	Tysięcznik (<i>Centaury</i>)	Uległość, poczucie bycia słabym, brak asertywności. Tysięcznik jest ekstraktem dla ludzi, którzy mają trudności z wyrażaniem sprzeciwu, broniением swoich poglądów. Ulegają innym i przeżywają w związku z tym frustrację. Są to zazwyczaj osoby ciche, spokojne i pasywne, stojące w cieniu innych. Pragną zadowolić otoczenie, nawet własnym kosztem, a w trudnych sytuacjach mają skłonność do wycofywania się, aby uniknąć konfrontacji. Pomaga w wyrażaniu własnych potrzeb, oczekiwań. Wzmacnia zachowania asertywne.
FE5	Zawciągowiec (<i>Cerato</i>)	Brak wiary we własny osąd, intuicję. Potrzeba uzyskania potwierdzenia. Cerato jest dla ludzi, którzy mają trudności w podejmowaniu decyzji, ponieważ brak im wiary we własny osąd. Chociaż obdarzeni są dobrą intuicją, pojawia się u nich niepewność, czy dobrze wybrali i czy mają rację. Mogą poszukiwać wtedy rady i potwierdzenia u innych. Esencja z Cerato dodaje wiary we własną mądrość, intuicję, pozwala też wytrwać przy podjętych już decyzjach.
FE6	Śliwka wiśniowa (<i>Cerry Plum</i>)	Strach przed utratą kontroli nad umysłem, impulsywność, napady hysterii. Jest jednym ze składników Rescue Remedy. Jest to ekstrakt dla ludzi, którzy obawiają się, że stracą kontrolę nad swoim zachowaniem, impulsami. Mogą być na granicy załamania, rozpacz i bać się utraty zdrowych zmysłów. Czasami mają wrażenie, że są bliscy eksplozji i skłonni zrobić coś niekontrolowanego. Bywa również że tracą nad sobą kontrolę (impulsywne zachowania, napady agresji, obżarstwa). Mogą doświadczać natrętnych myśli dotyczących niekontrolowanych reakcji: wskoczenia pod pociąg, narobienia wrzasku w czasie mszy w kościele, skrzywdzenia kogoś. Ekstrakt ten działa uspokajająco i tonizująco. Pomaga w zachowywaniu kontroli nad swoim zachowaniem.
FE7	Pąk kasztanowca (<i>Chestnut Bud</i>)	Powielanie starych błędów i schematów, kłopoty w nauce, trudności z pamięcią. Jest to ekstrakt dla ludzi, którym trudno uczyć się na własnych błędach i w konsekwencji powielają stare schematy - kolejny raz wchodzi w sytuacje, które okazują się problematyczne i są źródłem frustracji. Mogą być uznawane za naiwne. Osoby potrzebujące ekstraktu z Pąka kasztanowca, zamiast wynosić nauczkę ze swoich pomyłek, starają się je wymazać z pamięci. Dlatego, brak im podstawy, aby móc w przyszłości podjąć właściwe decyzje i działania. Poprawia pamięć i przyspiesza zapamiętywanie (np. w sytuacji przygotowywania się do egzaminu). Ułatwia wyciąganie odpowiednich wniosków z sytuacji i zmian zachodzących w życiu.
FE8	Cykoria podróżnik (<i>Chicory</i>)	Nadmierna ochrona i kontrola, zaborczość. Poczucie bycia niedocenionym lub niekochanym. Cykoria jest stosowana przez osoby nadmiernie opiekuńcze, zaborcze i mające tendencję do kontrolowania bliskich, krytyki, pouczenia. Łatwo się obrażają, czują odrzucone, zlekceważone, niekochane i niedocenione. W przypadku dzieci - będą one mało samodzielne, trzymające się blisko opiekunów. Pozwala rozwinąć więcej autonomii, samodzielności. Umożliwia czucie się ważnym, potrzebnym i kochanym, bez względu na to, ile potwierdzenia dostaniesz od innych.

FE9	Powojnik pnący (<i>Clematis vitalba</i>)	Marzycielstwo, uciekanie w świat fantazji, sen. Jest to ekstrakt dla ludzi, którzy żyją w swoim świecie marzeń, nie wykazując szczególnego zainteresowania tym, co dzieje się wokół nich. W chwilach, kiedy nie czują się szczęśliwi, tworzą przyjemne fantazje - stają się znanymi i podziwianymi artystami, biznesmenami, albo marzą o doskonałej miłości. Rzadko jednak czynią jakiegokolwiek kroki w kierunku realizacji tych marzeń. Mogą uskarżać się na problemy z pamięcią i koncentracją. Czasem zapominają o swoich obowiązkach, terminach i wydają się roztargnieni, słabo zorganizowani. Wycofują się z życia towarzyskiego, unikając w ten sposób konfrontacji. Mogą również uciekać w sen. Pomaga przywrócić do rzeczywistości - odnaleźć zainteresowanie sprawami bieżącymi oraz zapanować nad umysłem, fantazjami. Daje poczucie lepszego osadzenia w rzeczywistości, pozwala na bardziej realistyczne spojrzenie na sprawy, zachowując przy tym wrażliwość, optymizm i idealizm.
FE10	Jabłoń (<i>Crab Apple</i>)	Wstyd, poczucie nieczystości, obrzydzenia lub wstręt do spraw związanych z cielesnością, seksualnością. Jabłoń płonka jest ekstraktem o oczyszczającym działaniu. Zalecany jest dla ludzi, którzy czują się nieczysti i mają negatywny obraz siebie, czasami powodujący uczucie nienawiści do siebie, obrzydzenia, wstrętu do swojego ciała. Ludzie ci mogą doświadczać również wstydu lub złości w związku ze swoją cielesnością, seksualnością (np. . nie akceptują swoich potrzeb, popędów, preferencji seksualnych, lub ogólnie faktu dojrzewania). Mogą rozwinąć w sobie objawy nerwicowe, natręctwa (np. . ciągłe mycie rąk lub kąpiele, itp.), jadłowstręt. Ekstrakt ten pomaga również w przypadku wstydu na skutek i zażenowania wskutek posiadanych dolegliwości somatycznych (np. . widocznych zmian skórnych, blizn, wydzielania nieprzyjemnego zapachu, itd.). Pomaga poradzić sobie z negatywnymi myślami na swój temat i związanymi z nimi emocjami. Pozwala pełniej cieszyć się swoją cielesnością, seksualnością. Zmniejsza poczucie obrzydzenia, wstydu. Ekstrakt ten stosuje się też często zewnętrze: do przemywania skóry, w formie kompresów, kąpiele.
FE11	Wiąz angielski (<i>Elm</i>)	Poczucie przytłoczenia obowiązkami. Wiąz jest dla ludzi, którzy czują się przytłoczeni ilością pracy. Są to zazwyczaj osoby kompetentne, sumienne i podejmujące się różnych zadań i obowiązków. To dobrzy kierownicy, lekarze, nauczyciele, terapeuci, itp. Czasami jednak, wskutek napięcia i dużych oczekiwań, jakie na nich ciąży, mogą poczuć się wyczerpani i zwątpić w swoje siły. Symptomy te są natomiast w większości przypadków krótkotrwałe. Ekstrakt ten pomaga racjonalnie ocenić swoje możliwości (zasoby energetyczne, czas) i ustalić priorytety. Pomaga również przywrócić wiarę w swoje siły i spokojnie realizować kolejne obowiązki, plany.
FE12	Goryczka gorzkawa (<i>Gentian</i>)	Rozczarowanie, zniechęcenie na skutek trudności lub niepowodzeń. Goryczka jest na stan zniechęcenia i rozczarowania w chwilach, kiedy sytuacji nie rozwija się po twojej myśli, pojawiają się trudności lub niepowodzenia. W przeciwieństwie do Goryczycy, można w tym przypadku określić przyczynę smutku. Pozwala zachować pozytywne nastawienie i nadzieję w trudnej sytuacji oraz determinację w działaniu. Wspiera pacjentów w chwilach Nawrotów objawów choroby, studentów, którym nie powiodło się w trakcie sesji czy egzaminu, sportowców, którzy ponieśli porażkę w zawodach lub biznesmenów, którym trudno zrealizować dany projekt.

FE13	Kolcolist zachodni (Gorse)	Brak nadziei na przyszłość, rezygnacja, pesymizm. Kolcolist to ekstrakt dla ludzi, którzy odczuwają całkowite zwątpienie i mają ochotę wycofać się, zaprzestać podejmowania dalszych prób. Całkowicie tracą nadzieję. Jako pacjenci, mogą wierzyć, że ich choroba jest dziedziczna i niemożliwa do wyleczenia. Czasem czują się skazani na ból i cierpienie, odczuwają smutek, bezsilność i nie próbują szukać pomocy. Jeśli podejmują próby leczenia się, aby usatysfakcjonować otoczenie, nie wierzą w najmniejszym stopniu w skuteczność stosowanej metody. Kolcolist pomaga przywrócić wiarę i nadzieję na lepsze jutro. Pozwala dostrzec pozytywne aspekty trudnej sytuacji i możliwości rozwiązania problemów. Chroni także przed uleganiem negatywnym wpływom innych pesymistów (w sytuacji takiej, warto również zażyć Orzech Włoski).
FE14	Wrzos zwyczajny (Heather)	Koncentracja na sobie, unikanie bycia samemu, nadmierna gadatliwość. Wrzos zaleca się dla ludzi silnie skoncentrowanych na sobie i swoich dolegliwościach. Są oni niezdolni do wejścia w prawdziwą, dwustronną komunikację z innymi. Często wyolbrzymiają swoje symptomy i problemy. Silnie i barwnie przeżywają emocje, które mogą w krótkim czasie zmieniać swój bieg - od całkowitej euforii, po załamanie i rozpacz. Osoby te mają potrzebę bycia w centrum uwagi. Mówią dużo i głośno. Szukają słuchaczy i mogą odczuwać niepokój, kiedy pozostają sami. Pomaga osobie opisanej powyżej zachować większą równowagę emocjonalną. Chroni przed częstymi zmianami nastroju. Pozwala być bardziej uważnym dla potrzeb innych i odnaleźć w sobie większe zainteresowanie tym, co inni chcą przekazać w rozmowie.
FE15	Ostrokrzew kolczasty (Holly)	Uczucie złości, zazdrości lub podejrzliwości. Jest to ekstrakt dla ludzi targanych uczuciami złości, zazdrości, chęci zemsty. Mogą żyć w poczuciu zagrożenia, nieufni w stosunku do innych. Starają się zachować czujność i kontrolę, co prowadzi często do napięcia. Mogą reagować agresją na sytuacje, kiedy sami czują się zagrożeni. W przypadku dzieci, może to być zazdrość o rodzeństwo lub o to, że koleżanka otrzymała lepszą ocenę w szkole. Ostrokrzew pomaga rozwijać jakości takie jak bezinteresowna dobroć w stosunku do innych i współczucie. Zmniejszając poczucie zagrożenia i potrzebę ciągłej kontroli, pozwala osiągnąć większe rozluźnienie.
FE16	Wiciokrzew przewiercień (Honeysuckle)	Życie przeszłością, tęsknota za sytuacją lub osobą, rozpamiętywanie utraconych możliwości lub błędnych decyzji. Wiciokrzew jest ekstraktem dla ludzi nadmiernie trzymających się przeszłości. Stan ten charakteryzuje uczucie tęsknoty za osobą lub sytuacją (np. tęsknota za rodziną u dziecka, które wyjechało na kolonie, żałoba). Osoby takie często oglądają się za siebie i odczuwają żal z powodu utraconych możliwości lub popełnionych błędów. Mogą rozpamiętywać chwile, kiedy czuli się zdrowsi, sprawniejsi, bardziej dynamiczni, atrakcyjni. Często czynią sobie wyrzuty, że mogli podjąć lepsze decyzje, inaczej pokierować swoim życiem. Wiciokrzew pomaga skoncentrować umysł na sprawach obecnych i angażować się w życie, czerpiąc z niego większą satysfakcję.
FE17	Grab pospolity (Hornbeam)	Odkładanie spraw i obowiązków na później, brak weny twórczej i poczucie psychicznego zmęczenia. Grab jest dla odczuwających zmęczenie psychiczne i powątpiewających, czy wystarczy im sił, by podołać trudnościom dnia codziennego. Ludzie ci odkładają swoją pracę na później lub szukają wszelkich możliwych pretekstów i zajęć, które odciągnęłyby ich od zaległych obowiązków. Stan ten często występuje u uczniów i studentów, którym trudno zabrać się do nauki. W przypadku ludzi pracujących twórczo, może to być okres, kiedy brakuje im pomysłów i

		weny twórczej. Stan ten może pojawiać się u osób przemęczonych i przepracowanych - np. . przygotowując się do egzaminu (patrz również: Oliwka). Mogą oni też odczuwać przytłoczenie obowiązkami (patrz: Wiąz). Ekstrakt z Grabu dodaje się i chęci do działania. Ułatwia zabrać się za sprawy i obowiązki, odkładane na później.
FE18	Niecierpek gruczołowaty (<i>Impatiens</i>)	Niecierpliwość, irytacja, pośpiech, poczucie braku czasu. Niecierpek jest właściwym ekstraktem dla ludzi rozdrażnionych, łatwo ulegającym irytacji, złości. Są niecierpliwi i chcą, aby wszystko przebiegało sprawnie. Działają i myślą bardzo sprawnie. Nie lubią czuć się spowalniani, ani ograniczani przez innych - dlatego wolą pracować w pojedynkę. Nie lubią marnować czasu i w sytuacji rozmowy z kimś , mogą kończyć zdanie za rozmówcą. Stan występuje często u rodziców małych dzieci. W przypadku dziecka, może to być rozdrażnienie i marudzenie przed snem (rozważ dodatkowo ekstrakt z Cykorii). Inne przykłady: głód nikotynowy, napad obżarstwa, nerwowość przed egzaminem lub w oczekiwaniu na ważną wiadomość.
FE19	Modrzew europejski (<i>Larch</i>)	Niskie poczucie własnej wartości, brak wiary w siebie. Jest to ekstrakt dla ludzi, którzy unikają podejmowania prób, ponieważ pewni są porażki. Czują się gorsi, mniej doświadczeni, niekompetentni. Dodaje pewności siebie, wiary w swoją wiedzę i umiejętności. Zalecany na przykład przed egzaminem na prawo jazdy, rozmową kwalifikacyjną albo przed randką.
FE20	Kroplik żółty (<i>Mimulus</i>)	Kroplik stosuje się w przypadku strachu o konkretnym podłożu. Może to być obawa przed chorobą, bólem, śmiercią, wypadkiem, ciemnością, ubóstwem, utratą przyjaciela lub pracy, innymi ludźmi , krytyką, określoną instytucją (np. Sąd, Urząd Skarbowy, Policja, uniwersytet), autorytetem, wystąpieniem publicznym, zwierzętami, pajakami, itd. Jest to ekstrakt dla ludzi, którzy potrafią nazwać przyczynę swojego strachu. . może to być też ekstrakt dla osób nieśmiałych, które mimo licznych talentów, milkną w towarzystwie, trzymają się na uboczu. Często się wstydzą i czerwienią. Zobacz również : Modrzew. Dodaje odwagi i śmiałości w kontaktach towarzyskich. Pomaga zdobyć dystans do sytuacji i bodźców, które wywołują strach.
FE21	Gorczyca polna (<i>Mustand</i>)	Niewytłumaczalne uczucie smutku, chandra. Gorczyca jest ekstraktem na nagłe obniżenie nastroju, którego przyczyną trudno jest ustalić. Pojawiający się smutek może być bardzo silny i czasem towarzyszą mu myśli na temat bezsensu życia, śmierci. Osoba cierpiąca na ten stan wydaje się całkowicie owładnięta negatywnym nastrojem i nie może się z niego otrząsnąć. Pomaga przywrócić wewnętrzną radość i spokój oraz uświadomić sobie przyczynę nawracających nieraz okresów przygnębienia.

FE22	Dąb szypułkowy (Oak)	Ogromne poczucie obowiązku i walka do upadłego, nieumiejętność odpoczywania, pracoholizm. Ekstrakt ten charakteryzuje osoby silne, pracowite, odważne i mocno stąpające po ziemi. Zachowują cierpliwość, konsekwencją i wytrwałość, mimo trudnych warunków i sytuacji. Lubią czuć się niezastąpieni i łatwo angażują się w odpowiedzialne zadania. Ignorują jednak sygnały z ciała, informujące o osłabieniu, przemęczeniu i w konsekwencji popadają w chorobę. Jako pacjenci, zależni od innych, mogą czuć się sfrustrowani i złościć się. Zaprzeczają swoim słabościom i potrzebie uzyskania pomocy. ułatwia nawiązać kontakt z własnym organizmem i dostrzegać jego potrzeby. Uczy odpoczywać.
FE23	Oliwka europejska (Evropský Olive)	Poczucie wyczerpania fizycznego i psychicznego, trudności z koncentracją na skutek przemęczenia. Jest to ekstrakt dla ludzi, którzy utracili dużo energii na skutek przepracowania fizycznego, psychicznego lub po przebytej chorobie. Utrata się sprawia, że nie interesują się tym, co ich otacza - również sprawami, które wcześniej dostarczały im wiele satysfakcji i radości. W tym stanie, wszystko wydaje się męczące i człowiek marzy tylko o spokoju, ciszy i śnie. Paradoksalnie, niektórzy mogą mieć trudności z zaśnięciem. Oliwkę zaleca się w okresie egzaminów, po nieprzespanej nocy. Często sięgają po nią studenci, kierowcy samochodów lub matki, wychowujące małe dzieci. Przywraca energią, chęć do działania i zainteresowanie tym, co dzieje się wokoło.
FE24	Sosna zwyczajna (Pine)	Poczucie winy i tendencja do ciągłego przepraszania za błędy swoje i innych. Sosna jest dla ludzi, którzy cierpią z powodu poczucia winy. Mogą to być wyrzuty sumienia w związku z jakimś wydarzeniem lub zachowaniem lub też bezpodstawne oskarżania siebie, przyjmowanie roli Kozła ofiarnego i branie odpowiedzialności za błędy innych. Stan taki może znajdować podłoże racjonalne i irracjonalne (w drugim przypadku, przyczyny leżą w sferze nieświadomej). Rozważ także jabłoń płonkę. Ludzie ci czują często nadmierną odpowiedzialność za ludzi i sytuacje. Towarzyszy im przekonanie, że nie zasługują na pewne rzeczy lub są niegodni. Często przepraszają. Pomaga uwolnić się od poczucia winy. Pozwala poczuć się godnym, zasługującym na miłość, uwagę, szacunek innych.
FE25	Kasztanowiec (Red Chesnut)	Natłok myśli, brak koncentracji na skutek zamartwiania się. Ekstrakt z Kasztanowca zwyczajnego zaleca się dla osób , których męczą nieprzyjemne, powtarzające się myśli, wyobrażane lub zapamiętane sprzeczki, rozmowy, melodie. Mogą one być przyczyną bezsenności i trudności z koncentracją. W odróżnieniu od stanu Powojnika, powodują zmęczenie i napięcie. Pomaga odzyskać spokój umysłu, uczy, jak kontrolować myśli, aby nas nie zdominowały - tym samym sprzyja koncentracji.
FE26	Posłonek rozestany (Rose)	Stan przerażenia charakteryzowany przez posłonek może pojawiać się u osoby biorącej udział lub będącej świadkiem wypadku. Może być też doświadczany przez dzieci, które budzą się z krzykiem w nocy albo u ludzi cierpiących na różnego rodzaju fobie. Czasami pojawia się niezależnie i w sposób nieuzasadniony (tj. . nieświadomiony), kiedy osoba pozostaje sama w domu, nagle w supermarkecie, na mieście . Zaleca się wtedy również kontakt z psychoterapeutą. Podanie posłonek jest korzystne przed egzaminem, wystąpieniem publicznym, rozprawą sądową, wizytą u dentysty, itp. Ekstrakt ten wchodzi w skład Rescue Remedy i jeśli ma być stosowany doraźnie, to warto zastosować go w tej formie.

FE27	Woda źródłana (<i>Rock water</i>)	Sztywność zasad i skłonność do perfekcjonizmu. Ekstrakt z Wody źródlanej jest dla osób mających skłonność do perfekcjonizmu. Ludzie ci mają poczucie, że bez względu na sytuację muszą postępować dokładnie według zasad, określonych teorii, poleceń, rozkazów. Chęć osiągnięcia doskonałości i wynikająca z niej autokontrola i samodyscyplina może sprawiać, że stają się mało elastyczni. Rzadko pozwalają sobie na odstępstwa. Nie potrafią być spontaniczni i mogą mieć trudności w doświadczaniu przyjemności. Przywraca elastyczność myślenia i działania. Pozwala odstąpić od imperatywu zasad i reguł, jeżeli wymaga tego sytuacja.
FE28	Czerwiec jednoroczny (<i>Sclerantus</i>)	Niezdecydowanie, trudność w dokonaniu wyboru i częste zmiany decyzji. Czerwiec jednoroczny to ekstrakt dla ludzi mających problemy z dokonaniem wyboru, wynikające z niezdecydowania. Trudno im ocenić wszystkie za i przeciw. Często zmieniają zdanie. Mogą odczuwać napięcie i rozterki w kolejce w sklepie, nie mogąc zdecydować się na zakup ani wybrać pomiędzy produktami albo składając zamówienie w restauracji. Jest to również ekstrakt dla tych, którzy doświadczają częstych zmian nastroju (pobudzenie/apatia, radość/smutek) i ludzi chaotycznych - przeskakujących z tematu na temat. Dr Bach określił to "mentalnością konika polnego". ułatwia koncentrację, dzięki czemu pozwala jaśniej, klarowniej rozważyć wszelkie opcje za oraz przeciw i w rezultacie podjąć właściwą decyzję. Pozwala samodzielnie dostrzec najkorzystniejsze dla siebie rozwiązania i trzymać się obranej drogi. Ekstrakt zalecany w przypadku choroby lokomocyjnej (również : Rescue Remedy i jabłoń płonka).
FE29	Śniadek baldaszkowaty (<i>Star of Bethlehem</i>)	Szok i jego następstwa (skutki traumatycznych doświadczeń). Jest to ekstrakt dla ludzi, którzy doznali szoku lub przeszli w życiu trudne, pozostawiające uraz, odbijające się na zdrowiu fizycznym lub psychicznym sytuacje (np. . wypadek, złe wieści, żałoba, zaskoczenie, nagła rozczarowanie...). Optymalnie byłoby zażyć ekstrakt natychmiast po stresującym zdarzeniu ale działa on również bardzo dobrze na skutki wszelkich traumatycznych doświadczeń - nawet bardzo odległych w czasie. Śniadek baldaszkowaty wchodzi w skład Rescue Remedy. Neutralizuje skutki szoku. Jeżeli osoba cierpi z powodu nawracających wspomnień (np. wypadku, przestępstwa, itp.) możesz rozważyć zastosowanie dodatkowo ekstraktu z Wiciokrzewu.
FE30	Kasztan jadalny (<i>Sweet Chestnut</i>)	Całkowite załamanie i brak nadziei, czarna rozpacz. Jest to ekstrakt dla ludzi, którzy czują, że osiągnęli już kres wytrzymałości - załamali się i popadli w czarną rozpacz. Są przekonani, że wypróbowali już każde możliwe rozwiązanie. Nie proszą o wsparcie, nie wierzą bowiem, że ktokolwiek lub cokolwiek zdoła im pomóc. Mogą izolować się od otoczenia i samotnie przeżywać swój ból. Są na granicy nerwowego załamania (ale bez myśli samobójczych, w których przypadku stosuje się śliwę wiśniową). Łagodzi i koi w chwili desperacji. Pomaga przywrócić spokój i nadzieję w porządek świata, pomimo trudnych sytuacji, strat.
FE31	<i>Werbena pospolita</i> (<i>Vervain</i>)	Nadmierny entuzjazm, podniecenie. Werbenę zaleca się dla ludzi o aktywnej, przedsiębiorczej naturze. Obdarzeni dużą kreatywnością, przejawiają wzniosłe cele. Lubią angażować się w sprawy, mające na celu dobro ogółu. Na skutek pobudzenia wywołanego przez niektóre

		pomysły jest im trudno realnie ocenić sytuacje, rozważyć wszystkie możliwości, pozostać neutralnym. Często bywają zbulwersowani zdarzeniami i skłonni są aktywnie działać społecznie, politycznie. Narzekają często na trudności z zasypianiem na skutek pobudzenia. Jest to ekstrakt zalecany dzieciom z zespołem nadpobudliwości psychoruchowej - ADHD. Uspokaja osoby silnie pobudzone (psychicznie, ruchowo, seksualnie). Pomaga zachować należyty dystans, spokój i racjonalne myślenie, nie tracąc przy tym chęci do działania. Można też wysłuchać racji innych i, jeśli jest to słuszne, przewartościować własny sposób myślenia. Jeżeli chodzi o idee, które propagują - robią to z szacunkiem dla poglądów innych ludzi, nie narzucają się. Werbenę zaleca się dla ludzi o aktywnej, przedsiębiorczej naturze. Obdarzeni dużą kreatywnością, przejawiają wzniosłe cele. Lubią angażować się w sprawy, mające na celu dobro ogółu. Na skutek pobudzenia wywołanego przez niektóre pomysły jest im trudno realnie ocenić sytuacje, rozważyć wszystkie możliwości, pozostać neutralnym. Często bywają zbulwersowani zdarzeniami i skłonni są aktywnie działać społecznie, politycznie. Narzekają często na trudności z zasypianiem na skutek pobudzenia. Jest to ekstrakt zalecany dzieciom z zespołem nadpobudliwości psychoruchowej - ADHD. Uspokaja osoby silnie pobudzone (psychicznie, ruchowo, seksualnie). Pomaga zachować należyty dystans, spokój i racjonalne myślenie, nie tracąc przy tym chęci do działania. Można też wysłuchać racji innych i, jeśli jest to słuszne, przewartościować własny sposób myślenia. Jeżeli chodzi o idee, które propagują - robią to z szacunkiem dla poglądów innych ludzi, nie narzucają się.
FE32	Winorośl właściwa (Vine)	Silna wola, z tendencją do dominacji, upór. Winorośl to ekstrakt dla ludzi, posiadających skłonności do podporządkowywania sobie innych - dominacji, domagania się posłuszeństwa i braku tolerancji wobec sprzeciwu. Ludzi tych cechuje przekonanie o swojej nieomyślności i upór. Mogą być agresywni i dumni oraz żądni władzy. To typ despotycznego rodzica, szefa, profesora, lekarza... Rozwija współczucie i szacunek dla potrzeb innych, odmiennych poglądów, aspiracji.
FE33	Orzech włoski (Walnut)	Potrzeba ochrony w chwili ważnych zmian w życiu, trudności w aklimatyzacji. Ekstrakt z orzecha przyspiesza aklimatyzację i pomaga zmienić stare przyzwyczajenia, schematy zachowań, zerwać z nałogiem. Wspiera w czasie zmian (miejsca zamieszkania, Szkoły, pracy, partnera) i przechodzenia do kolejnych faz rozwojowych (np. . ząbkowanie, trening czystości, dojrzewanie, pierwsze związki, studia, małżeństwo, ciąża, wychowywanie dzieci, praca, przekwitanie...). Chroni również ludzi, narażonych na wpływy innych osób i ich pomysłów, przekonań, ocen - pozwala zachować autonomię myślenia i nie ulegać nastrojom innych. Zalecany dla podróżników - dzięki ekstraktowi łatwiej przystosują się do innej strefy klimatycznej, czasowej, kuchni, obyczajów, itd. Może towarzyszyć w trudnych chwilach związanych ze zmianami - utrata przyjaciół, starzenie się, żaloba, nadchodząca śmierć... W czasie zmian: ułatwia aklimatyzację.
FE34	Okreznica bagienna (Water Violet)	Izolacja od ludzi, nieumiejętność czerpania satysfakcji z kontaktów z innymi, lub też duma, wyniosłość. Jest to ekstrakt dla ludzi z natury spokojnych, zrównoważonych, z tendencjami do zamykania się w sobie. Czasem mają trudności w odczuwaniu satysfakcji ze spotkań z ludźmi - izolują się wtedy lub szukają ludzi "na poziomie". . zwykłe relacje i rozmowy na tematy przyziemne mogą ich nudzić. Szukają wtedy kontaktu z ludźmi szczególnymi, wybitnymi, a jeśli ich nie znajdują, pozostają samotni. Mogą mieć? trudności z wyrażaniem emocji, spontanicznością i doświadczaniem przyjemności. Bywają postrzegane jako chłodne emocjonalnie, sztywne, oficjalne. Często uskarżają się na problemy

		seksualne, obojętność. Okrężnica bagienna jest również ekstraktem dla ludzi dumnych, wyniosłych, przekonanych, że są lepsi, stworzeni do wyższych celów, gardzących otoczeniem. Izolacja od ludzi, nieumiejętność czerpania satysfakcji z kontaktów z innymi, lub też duma, wyniosłość. Wyzwała więcej Ciepła emocjonalnego. Poprawia relacje z ludźmi - ułatwia otwarcie się, bycie bardziej autentycznym, na luzie.
FE35	Kasztanowiec pospolity (<i>White Chesnut</i>)	Jest to ekstrakt zalecany dla ludzi, którzy mają tendencję do nadmiernej troski o innych (szczególnie rodziną, bliskich, przyjaciół), zamartwiania się o ich zdrowie, życie osobiste czy zawodowe. Ich obawy mogą być z natury racjonalne i irracjonalne. W wielu sytuacjach wywołują w rodzinie napięcie, gdyż w celu redukcji lęku, osoba taka może próbować kontrolować otoczenie. Jest to jednak inny rodzaj kontroli, niż w przypadku Cykorii. Obawa o bliskich może być racjonalna i uzasadniona (np. . przeżywanie poważnej operacji dziecka) lub irracjonalna. Może powodować trudności w koncentracji. Pomaga troszczyć się o innych bez nadmiernej obawy. Ludziom przejawiającym skłonności do nadopiekuńczości, pozwala przyjąć rolę osoby
FE36	Stokłosa gałęzista (<i>Wild Oat</i>)	Poczucie niespełnienia i trudności z odnalezieniem drogi życiowej, wypalenie zawodowe. Stokłosa jest ekstraktem dla ludzi, którzy mają ambicję, by dokonać w życiu czegoś wspaniałego, ale nie potrafią odnaleźć drogi życiowej. Czasami są to ludzie, którzy próbowali wielu zawodów , ale nadal nie czują się spełnieni. Stan charakteryzowany przez Stokłosą pojawia się często u ludzi młodych, którzy stają przed dylematem wyboru Szkoły lub studiów, ale nie potrafią określić, co ich naprawdę interesuje. Stokłosę stosuje się również dla ludzi przeżywających wypalenie zawodowe. Nadaje życiu kierunek, ułatwia wybór Szkoły, studiów (porównaj z Czerwcem jednorocznym). Pomaga odzyskać zainteresowanie i zaangażowanie pracą zawodową w przypadku wypalenia zawodowego.
FE37	Róża dzika (<i>Wild Rose</i>)	Brak ambicji, apatia, bierność. Ekstrakt zalecany dla ludzi poddających się losowi, pasywnych. Mimo niezadowolenia z sytuacji, brak im ambicji lub chęci, aby dokonać zmian. Mogą prowadzić nudne, monotonne życie, popadać w apatię. Czasami odgrywają rolę ofiary, mówią: "tak widocznie musi być". Taka postawa jest często biernym sposobem wyrażania złości i wymaga zastosowania dodatkowych ekstraktów (np.: Tysięcznika, Ostrokrzewu, Sosny, Wierzby) Pomaga rozbudzić ambicję, poczucie celu, stymuluje do rozwoju lub wprowadzania zmian.
FE38	Wierzba biała (<i>Willow</i>)	Tendencja do użalania się nad sobą, poczucie krzywdy, zgorzknienie. Wierzba jest dla ludzi doświadczających żalu i poczucia krzywdy. Mogą czuć się poszkodowani przez los, wykorzystani, oszukani. Stają się wtedy zgorzkniali, czasem złośliwi w wypowiedziach. Mogą się też czuć odrzuceni i wtedy możesz rozważyć zastosowanie Cykorii. Pomaga wybaczać. Ludziom zgorzkniałym przywraca poczucie humoru i dystans do spraw. Pomaga dokonać analizy własnego postępowania i zrozumieć, że my sami może my być również odpowiedzialni za konflikty i niepowodzenia, które nas spotykają.
FE39	Remedy rescue	RESCUE REMEDY to receptura, która tonizuje napięcie psychiczne i chroni przed skutkami silnego stresu. Doraźne stosowanie Rescue Remedy ułatwia funkcjonowanie w trudnych chwilach lub w kryzysie. Rescue możesz stosować we wszystkich sytuacjach stresowych, takich

		jak egzamin, rozmowa kwalifikacyjna, występ publiczny, wizyta u dentysty albo planowany zabieg medyczny. Jest zalecany dla ludzi żyjących w dużym napięciu i pośpiechu. Pomaga w czasie kryzysu emocjonalnego, po rozpadzie związku, utracie pracy, w żałobie lub doświadczeniach związanych z traumą. Oryginalna receptura Rescue zawiera pięć spośród 38 ekstraktów kwiatowych: Niecierpka, śliwę, śniedka, posłonka, Powojnika. Rescue Remedy stosuje się doraźnie w chwilach stresu. Możesz stosować preparat osobno, oprócz mieszanki.
--	--	--