



*Bachovy
esence*

SANDRALIVING.CZ



O R I G I N Á L N Í

Bachovy květy

Anglický lékař a homeopat Edward Bach v r. 1930 definoval 38 základních emocionálních stavů a přiřadil k nim odpovídající květové esence. Tyto esence jsou dodnes známé, jako Originální Bachovy květy. K jejich výrobě Dr. Bach použil divoce rostoucí rostliny, květy, stromy, ale i vodu z léčivých pramenů.

Dr. Eduard Bach byl přesvědčen, že každý člověk má ve svém životě určení nebo úkol, který se rozhodl splnit.

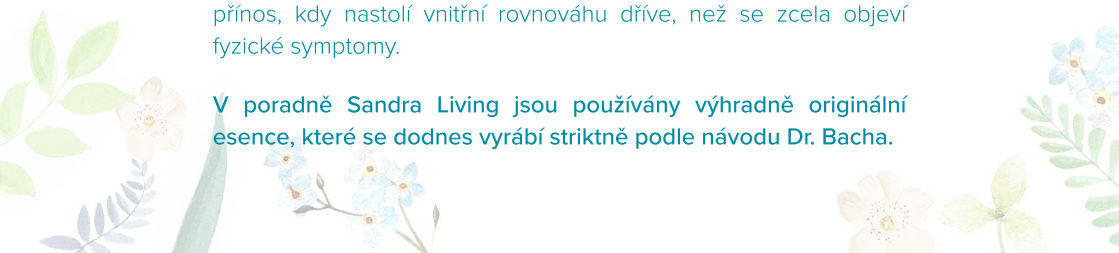


ESENCE HARMONIZUJÍ STAV, VE KTERÉM SE NACHÁZÍME.

Květové esence ošetřují individualitu člověka a působí především na emocionální rovině. Pomáhají uvolnit zablokovanou životní energii a uvést ji opět do pohybu. Nedochází k potlačování negativních pocitů, ale k jejich přeměně v pozitivní postoj. Tím se podpoří vlastní vnitřní potenciál a obranné síly člověka pro sebeuzdravení.

Prožíváme-li těžké životní období, nebo nevysvětlitelné stavy únavy, mohou tyto stavy v nás rozvinout negativní emocionální postoje. Právě v těchto obdobích přináší Bachovy květy neocenitelný přínos, kdy nastolí vnitřní rovnováhu dříve, než se zcela objeví fyzické symptomy.

V poradně Sandra Living jsou používány výhradně originální esence, které se dodnes vyrábí striktně podle návodu Dr. Bacha.





Bachovy esence

LAHVIČKA NA MÍRU, KTERÁ PŘESNĚ
ODPOVÍDÁ VAŠÍ MOMENTÁLNÍ
EMOCIÁLNÍ SITUACI.

Bachovy esence se užívají nejméně 4× denně 4 kapky kapat do úst, či do nápoje. První užití by mělo být hned ráno a poslední k večeru. Vaše nálady mohou během užívání kolísat. Doporučuji pokračovat v užívání esencí, potíže odezní.

[VÍCE INFORMACÍ NALEZNETE V MÉM ČLÁNKU >](#)

Během užívání esencí jsem Vám kdykoliv a ráda k dispozici. Těsně před dobráním obsahu lahvičky se ozvěte a zkonzultujeme Váš stav.



Sandřin tip:

Pokud Váš stav vyžaduje neustálý přísun esencí, můžete je užívat tak často, jak vám to vyhovuje. Esence si můžete nakapat do džbánu či láhve s vodou, kterou nosíte u sebe a popíjet své esence tak po celý den.

Celit svým strachům

20 KEJKLÍŘKA SKVRNITÁ / MIMULUS

Pomáhá s konkrétními strachy a fobiemi. Mimulus je vhodný pro ty, jejichž strachy jsou zcela známé a pojmenovatelné.

2 TOPOL OSIKA / ASPEN

Vhodný pro lidi, kteří bez určitého důvodu propadají náhlým strachům, úzkostem, obavám a předtuchám, jejichž původ je neznámý.

26 DEVATERNÍK PENÍZKOVITÝ / ROCK ROSE

Vhodný v případech hlubokých otřesů či stavu, kdy jste hrůzou neschopní jediného pohybu či slova, způsobených například nehodou, ve které jste přímým účastníkem, svědkem nebo těsně uniknete podobné události.

6 SLÍVA TŘEŠŇOVÁ / CHERRY PLUM

Pomůže se strachy ze ztráty kontroly nad svým chováním, např. hysterie či náhlé výbuchy zuřivosti. Cherry Plum je žádoucí, když tito lidé cítí, že stojí krátce před „výbuchem“.

25 ČERVENÝ KAŠTAN / RED CHESTNUT

Přehnané strachy o blaho jiných, obzvláště o rodinu a blízké přátele. K tomu se přidává nervozita a starost o problémy jiných lidí.



Žit naplno

16 ZIMOLEZ KOZÍ LIST / HONEYSUCKLE

Pomůže těm, kteří silně lpí na svých vzpomínkách z minulosti. Tito lidé mají sklon žít v minulosti, ve stavu stýskání po domově nebo v nostalgii.

9 BÍLÁ LESNÍ RÉVA / CLEMATIS

Jsou duchem nepřítomní a žijí ve svém vlastním světě, nemají zájem o realitu. Žijí ve vlastním světě fantazie a budují lepší zítřky.

7 POUPĚ JÍROVCE KOŇSKÉHO KAŠTANU / CHESTNUT BUD

*Nepoučitelnost ze zkušeností, čímž pokrok v životě není možný.
Opakují stejné chyby.*

35 BÍLÝ KAŠTAN / WHITE CHESTNUT

*Nutkavé, neklidné myšlenky, které se nemohou dostat pod kontrolu.
Negativní události nebo výměny názorů nemohou zpracovat,
takže je v mysli neustále znovu prožívají.*



Žit vyplno

37 PLANÁ ŠÍPKOVÁ RŮŽE / WILD ROSE

*Vhodná pro lidi, kteří rezignovali na nepříjemnou situaci.
Berou život tak jak je, protože věří, že je to osud a nedá se nic dělat.*

21 HOŘČICE POLNÍ / MUSTARD

*Pomáhá při depresi a stavech hlubokého smutku, které se objeví znenadání
a bez patrného důvodu a stejně tak neočekávaně zmizí.*

23 OLIVA / OLIVE

*Pro všechny tělesně i duševně vyhořelé, kteří jsou dlouhodobě
bez energie a vyčerpání až k slzám.*



Přiblížit se ostatním

1 4 VŘES OBEČNÝ / HEATHER


Skvělý pro lidi, kteří si ze své životní situace nebo nemoci vytvořili právo, že nejsou schopni se zabývat mezilidskými vztahy k jiným lidem. Jejich extrémní potřeba být pořád ve středu pozornosti prakticky ubíjí ostatní lidi.

1 8 NETÝKAVKA ŽLÁZONOSNÁ / IMPATIENS

Netýkavka harmonizuje stavy nervozity, podráždění. Je indikována těm, kteří rychle mluví, chodí, ťukají prsty a rozčiluje je pomalost ostatních.

3 4 ŽEBRATKA BAHENNÍ / WATER VIOLET

Lidé typu Žebratky jsou považováni za chytré, klidné a schopné. Jako mírní, v soukromé sféře vážení lidé, jsou často žádáni o radu, ale nikdy nevnucují ostatním své názory a přání. Tito lidé jsou často introverti a špatně se seznamují.





Znat svou vlastní mysl

17 HABR OBEČNÝ / HORN BEAM

Pro všechny, kteří se cítí vyčerpaně, více na duševní než tělesné úrovni. Tito lidé se probouzí s pocitem skepse a pochybnostmi, zda zvládnou úkoly a povinnosti dne.

12 HOŘEC NAHOŘKLÝ / GENTIAN

Působí proti pochybnostem a sklíčenosti. Postižení jsou snadno zbaveni odvahy a deprese, když se jim věci vymknou z rukou nebo nastoupí těžkosti.

13 HLODAŠ EVROPSKÝ / GORSE

Používá se při extrémní beznaději a zoufalství, když člověk rezignuje a vzdává boj.

28 CHMEREK ROČNÍ / SCLERANTHUS

*Vhodný pro lidi trpící nerozhodností, jsou-li vystaveni volbě.
Dále pomůže při výkyvech nálad.*

36 SVEŘEP VĚTEVNATÝ / WILD OAT

*Důležitý pro ty, kteří se dostali ve svém životě na křižovatku
a není jim zcela jasné, kterým směrem se vydat.*

5 ROŽEC / CERATO

*Rožec pomůže těm, kteří nedůvěřují při rozhodování svému vlastnímu
úsudku a hledají potvrzení u druhých.*





Najít radost a naději

29 SNĚDEK OKOLIČNATÝ / STAR OF BETHLEHEM

*Pomáhá neutralizovat psychické či fyzické trauma,
či šok a je jedno, kdy se tato událost stala.*

38 ŽLUTÁ VRBA / WILLOW

*Pomáhá lidem, kteří prožívají nespokojenost, sebelítost, zatrpklost a pocity nespravedlnosti
vůči vlastní osobě. Pomáhá pocity hněvu a rozmrzelosti neutralizovat.*

11 JILM / ELM

*Jilm je pro ty, kteří se cítí přetížení úkoly a vlastní zodpovědností.
V tomto stavu si přestávají věřit a vážít si sebe sama.*

24 BOROVICE LESNÍ / PINE

*Máte silné pocity viny a výčitky. Viníte se za chyby ostatních
– vlastně za všechny věci, které nejdou správně a dobře.*

19 MODŘÍN OPADAVÝ / LARCH

*Modřín nám pomáhá zvednout nedostatečné sebevědomí, kdy se ze strachu
ani nepokusíme cokoliv uskutečnit. Dominuje strach a pocit méněcennosti.*





Najít radost a naději

30 JEDLÝ KAŠTAN / SWEET CHESTNUT

Vhodný pro lidi, kteří trpí extrémními vnitřními útrapami. Může se projevit hlubokým smutkem, kterým se cítí trpitelně zcela zničení.

22 DUB LETNÍ / OAK

Člověk typu Dubu je za normálních okolností silný, statečný a spolehlivý. Přehlíží však svou únavu, pomáhá druhým i přes vlastní vyčerpání a nedovolí si odpočinout.

10 PLANÉ JABLKO / CRAB APPLE

Pomáhá získat pozitivní náhled na sebe sama a vlastní tělo i přes jeho nedokonalosti.





Žít a nechat žít

3 2 VINNÁ RÉVA / VINE

Vhodná esence pro ty, kteří mají silnou tížádnost a chtějí dominovat ostatním.

3 1 SPORÝŠ LÉKAŘSKÝ / VERVAIN

Esence pomáhá harmonizovat přílišné nadšení, které může vést až k fanatismu. Tito lidé mají pevné zásady, které neradi mění, jsou velice citliví na nespravedlnost.

3 BUK LESNÍ / BEECH

Pomáhá těm, kteří neustále kritizují, nemají žádné porozumění k nedostatkům jiných a nechtějí dělat žádné ústupky.

8 ČEKANKA OBECNÁ / CHICORY

Je určena pro ty, kteří svou láskou manipulují a ovládají své blízké. Jsou velice nápomocní, ale veškerou pomoc a podporu vynakládají s myšlenkou na sebe.

2 7 VODA Z LÉČIVÝCH PRAMENŮ / ROCK WATER

Lidé typu Vody z léčivých pramenů jsou na sebe příliš tvrdí, upírají si spoustu životních radostí a potěšení. Pokud nesplňují vlastní vysoké požadavky, jsou sebou zklamaní a nespokojení.



Zjistat sám sebou

1 ŘEPÍK LÉKAŘSKÝ / AGRIMONY

Lidé, kteří Řepík potřebují, nosí masku veselí. Za usměvavou tvář skrývají problémy.

4 ZEMĚŽLUČ LÉKAŘSKÁ / CENTAURY

Esence Zeměžluči pomáhá lidem, kteří neumí říct „ne“, aniž by měli pocit viny. Necháávají se často využívat nebo dokonce komandovat druhými.

15 CISMÍNA OSTROLISTÁ / HOLLY

Cesmína se používá na žárlivost, zatvrzelost, bezcitnost až vztek. Tito lidé většinou trpí bez skutečných příčin.

33 VLAŠSKÝ OŘECH / WALNUT

Tato esence pomáhá člověku přizpůsobit se změně či změnám, které se v jeho životě staly. Pomáhá při přecitlivělosti na vnější okolnosti.

Krizové esence

RESCUE® REMEDY

Krizové esence se užívají vždy po 4 kapkách, které se nakapou do úst či do nápoje. Dávkování opakujeme do zklidnění. Nelze se předávkovat.

Nejznámější, nejpoužívanější a také jediná směs v Bachově květové terapii (podle originální receptury Dr. Bacha se skládá z 5 Bachových květů), tzv. první pomoc, podpora a záchrana ve všech krizových situacích. Nenahrazuje lékařskou péči, ale může ji velmi dobře doplnit a podpořit.



- ✓ Harmonizuje emoce a tím nás stabilizuje, zklidňuje
- ✓ Uvolňuje napětí, stres, strachy, úzkost, paniku
- ✓ Zabraňuje šoku, traumatu, hysterii, neadekvátním reakcím
- ✓ Pomáhá nastartovat samoléčící síly organismu
- ✓ Urychluje uzdravování a rekonvalescenci



Pomohu Vám rozzářit se, aby
s Vámi mohl zářit celý svět.

Sandra 

PORADNA BACHOVÝCH ESENCÍ
& TERAPIE EFT

SANDRALIVING.CZ
BACHOVKYPROZVIRATA.CZ