

# *Prática Terapêutica Com Florais de Bach*



*Rogelio Raquel*

**Copyright © 2009 by Rogelio Raquel**

**Todos os direitos reservados. Obra registrada no Escritório de Direitos Autorais EDA/FNB ( Fundação Biblioteca Nacional), Ministério da Cultura, Rio de Janeiro-RJ, de acordo com a lei federal dos direitos autorais nº 9.610/98. Sendo, portanto proibida a reprodução total ou parcial desta obra, de qualquer forma ou por qualquer meio.**

# Índice

	<b>Pgs</b>
Introdução.....	04
Aspectos históricos.....	06
Filosofia do Dr. Bach.....	07
Dúvidas Frequentes.....	10
As categorias dos Florais de Bach.....	14
Florais de Bach Contra Os Medos.....	15
Florais Contra A Solidão.....	19
Florais Contra A Indecisão.....	22
Florais Contra As Influências Externas.....	27
Florais Contra O Desespero Ou O Desânimo.....	30
Florais Contra A Apatia E O Desinteresse Nas Circunstâncias Atuais.....	36
Florais Contra O Excesso De Preocupação Com Os Outros.....	41
Resumo dos Florais E Suas Indicações.....	45
Mini-dicionário dos Florais de Bach e suas Indicações.....	49
Os compostos florais.....	51
Florais de Bach para ambientes.....	54
Florais de Bach para animais.....	56
Resumo dos Florais de Bach Para Animais.....	59
Florais de Bach para plantas.....	63
Casos clínicos do uso de Florais de Bach.....	65
Ficha Padrão de cliente.....	76
Terapia Floral E O Terapeuta Floral.....	78
Anexo 1-Bloco de Anotações Terapêuticas.....	80
Anexo 2-Modelo Com Recomendação Floral.....	81

## Introdução

### Os Florais de Bach

*“Não devemos dar atenção à interpretação que o mundo faz de nossos atos. Somente nossa alma é responsável pelo nosso bem, por nossa reputação. Podemos descansar certos de que o único pecado que existe é o de não obedecermos aos ditames de nossa própria Divindade.”-Edward Bach*

A terapia com Florais de Bach é vibracional, está portanto na mesma categoria terapêutica da Cromoterapia e do Reiki. Sendo desta forma uma terapia energética, onde as energias contidas nas plantas interagem com as nossas energias e fazem a transmutação dos problemas, de forma sutil, gradativa, porém profunda.

Para se entender o mecanismo desta técnica terapêutica, faz-se necessário compreender o ser humano não apenas como um ser físico, mas alguém dotado de campos sutis, como a aura, os chacras, enfim, de energias variadas as quais somos potencialmente grandes condutores.

Quando sofremos por uma notícia trágica, por um relacionamento que se findou, ou por problemas dos mais diversos que nos afligem no dia-a-dia, acumulamos uma série de energias que vão se alojando em nossos corpos: físico, sutil e espiritual. Levando-nos a estados lastimáveis de tristeza, fadiga, depressões, estresses, debilidade física, etc.

O que é a terapia com Florais de Bach, senão o receber em si, as energias poderosas e positivas desse maravilhoso remédio que ao adentrar em nós, faz uma simetria, criando uma comunhão energética conosco, filtrando e dissipando as energias negativas acumuladas, trazendo desta forma o alívio para um mal que aquela energia negativa, antes acumulada, causava.

Podemos afirmar que as energias dos Florais são como anticorpos energéticos, que nos fortalecem contra o vírus das energias negativas que acabamos por acumular durante nossa existência. Assim, o entendimento mais didático possível sobre esta técnica pode ser resumido nesta frase: “Não é a estrutura química das plantas que nos transforma, mas sim a energia contida nelas”.

Haverá, portanto um Floral específico para cada energia negativa acumulada por um determinado problema, seja ele físico, mental, emocional, energético ou espiritual. Tomemos por exemplo o medo. Se a pessoa sofre pelo medo de dirigir deverá tomar o floral Mimulus, que é o

indicado para transformar os medos específicos em coragem para enfrentar a situação conflitante.

Outro exemplo é o ciúme, que traz uma carga vibratória energética extremamente negativa. Para o enfrentamento desta energia deverá ser indicado o Floral Holly, que é Floral transformador dos sentimentos inferiores para os superiores da compreensão, do amor, da confiança, do carinho, etc.

Muitas pessoas que durante muitos anos de suas vidas sofreram com problemas, situações e conflitos interiores, encontraram nesta modalidade terapêutica, um alívio antes inimaginável. Enquanto muitas técnicas são caras e demoradas, levando diversas vezes os consulentes ao desânimo e a desistência, a terapia floral, é considerada rápida e eficaz, se levada a sério e se for seguida como recomendado.

## Aspectos Históricos

*"A doença é o resultado do conflito entre a alma e a mente, e ela jamais será erradicada exceto por meio de esforços mentais e espirituais".*

*Edward Bach*

O Dr. Edward Bach era um médico bacteriologista muito conceituado em seu país, a Inglaterra. Através de suas pesquisas, acabou descobrindo Os Nosodos que são bactérias encontradas no intestino de pessoas com artrite e reumatismo. Assim pode criar uma vacina baseada nestas bactérias que o levou a um grau elevadíssimo de prestígio e riqueza.

Apesar de seu sucesso como médico, o Dr. Bach sentia que faltava algo em sua existência. Costumava refugiar-se em meio à floresta com o intuito de meditar e encontrar a paz interior que dificilmente dispunha em sua vida de pesquisa e trabalho em grandes centros médicos.

Certa manhã ao caminhar pela mata, sentiu-se atraído por uma flor, pegou-a com carinho e teve uma forte intuição de colocá-la na boca. Imediatamente, houve uma sintonia entre ele e a planta, levando-o a sentir uma forte carga negativa. Teve neste instante a certeza, que a sensação negativa que estava sentindo era exatamente o mal que aquela simples plantinha curaria. Durante alguns meses, permaneceu embrenhado na floresta, abandonando suas pesquisas convencionais. Desta forma, foi sintonizando dia a dia, mais e mais flores.

Edward Bach, para conseguir sintonizar todos os 36 florais, mais a água da fonte considerada por ele especial (Rock Water) e ainda o composto Rescue; teve que sentir em si todas as mazelas, sofrimentos e inquietações para os quais cada floral era indicado. Seria como que sofrer para compreender a indicação de cada floral. Assim, em 1936, aos 50 anos, morre este grande homem. Deixando para o mundo esta maravilhosa descoberta: Os Florais de Bach.

## A Filosofia do Dr. Bach

*“ Há dois grandes erros: o primeiro é fracassar em honrar e obedecer os ditames de nossa Alma;;o segundo é agir contra a unidade. No que diz respeito ao primeiro, deve-se evitar julgar os outros, porque o que é certo para um não o é para o outro”-*

*Edward Bach*

O Dr. Edward Bach trouxe uma filosofia inovadora para sua época e que até os dias atuais ainda encontra obstáculos e objeções, principalmente nos catedráticos e cientistas.

Para ele o mais importante era o tratamento da personalidade e não da doença em si. Segundo Bach, a doença é o resultado do conflito de nosso Eu superior (alma), com nossa personalidade: medos, dúvidas, sentimentos de culpa, incertezas, fraquezas, defeitos, etc.

Edward Bach condicionou a origem das doenças com sete defeitos do homem:

- 1º) Orgulho
- 2º) Crueldade
- 3º) Ódio
- 4º) Egoísmo
- 5º) Ignorância
- 6º) Instabilidade Mental
- 7º) Cobiça, gula

E ainda dizia que o equilíbrio emocional é encontrado a partir de sete caminhos:

- 1º) Paz
- 2º) Esperança
- 3º) Alegria
- 4º) Fé
- 5º) Certeza
- 6º) Sabedoria
- 7º) Amor



## **Veja alguns pensamentos de Edward Bach:**

“ O sofrimento é mensageiro de uma lição, a alma envia a doença para nos corrigir e nos colocar no nosso caminho novamente. O mal nada mais é do que o bem fora do lugar.”

“ A doença é o resultado do conflito entre a alma e a mente, e ela jamais será erradicada exceto por meio de esforços mentais e espirituais.”

“ Os remédios devem agir sobre as causas e não sobre os efeitos, corrigindo o desequilíbrio emocional no campo energético.”

“ As doenças reais e básicas do homem são certos defeitos como: o orgulho, a crueldade, o ódio, o egoísmo, a ignorância, a instabilidade, a ambição... tais defeitos são o que constituem a verdadeira doença, e a continuidade desses defeitos, se persistirmos neles, é o que ocasiona no corpo os efeitos prejudiciais que conhecemos como enfermidades.”

Podemos resumir toda a filosofia deste maravilhoso médico inglês através das **Cinco verdades do Dr. Bach:**

**1º) Todo homem é possuidor de uma alma, que é seu Eu verdadeiro: portanto é um ser divino, sendo que o corpo, morada terrena dessa alma, é apenas o menor dos reflexos. Nossa alma, nossa divindade, estabelece nossas vidas, da maneira que ela deseja, e conforme permitimos, sempre nos guiando, protegendo e encorajando.**

**2º) Nosso propósito aqui neste mundo é obter todo conhecimento e experiência que podem ser conseguidos através da existência terrena. Para que possamos desenvolver virtudes que carecemos e eliminemos tudo de errado dentro de nós. Desta forma estaremos caminhando em direção da nossa perfeição.**

**3º) Nossa breve passagem por este mundo, que chamamos de vida, é como se fosse apenas um único dia na escola. Portanto mesmo que no presente consigamos enxergar e compreender apenas esse único dia, nossa profunda intuição nos diz que nosso nascimento encontra-se infinitamente longe de nosso início e nossa morte infinitamente longe de nosso fim.**



**4º) Quando existe harmonia entre nossa alma e nossa personalidade, tudo será repleto de alegria e paz, felicidade e saúde. O conflito surge quando nossas personalidades são desviadas do caminho estabelecido por nossa alma, seja por causa dos nossos desejos terrenos, seja pela persuasão de outras pessoas. Este conflito é a base da doença e da infelicidade.**

**5º) A unidade de todas as coisas,... o criador de tudo é o Amor e de que tudo aquilo de que temos consciência é, em seu número infinito de formas, uma manifestação do amor, seja um planeta ou um seixo, uma estrela ou uma gota de orvalho, o homem ou a mais elementar forma de vida... Deste modo, qualquer ação contra nós mesmos ou contra alguma outra pessoa afeta o todo...”**

## **Dúvidas Frequentes Sobre A Terapia com Florais de Bach**

*"As doenças reais e básicas no homem são certos defeitos como o orgulho, a crueldade, o ódio, o egoísmo, a ignorância, a instabilidade e a ambição... tais defeitos é que constituem a verdadeira doença..., e a continuidade desses defeitos, se persistirmos neles,... é o que ocasiona no corpo os efeitos prejudiciais que conhecemos como enfermidades".-Edward Bach*

### **Em Quanto Tempo Os Resultados Aparecem?**

O tempo para que os resultados positivos aconteçam dependerá muito de cada pessoa. Muitos são os fatores para que cada ser tenha um resultado diferente do outro. Geralmente os resultados são percebidos entre uma semana a dois meses. Porém em alguns casos são perceptíveis em minutos ou horas.

A única certeza é que em todos os consulentes há uma transformação positiva. Bastará para tal que haja o comprometimento com a terapia, tomando o floral como recomendado e dando tempo ao tempo, sem pressa ou ansiedade.

### **Qual A Dosagem Recomendada?**

A dosagem recomendada é de 4 gotas sublinguais (abaixo da língua) quatro vezes ao dia, sendo que antes de dormir e ao acordar em jejum são horários obrigatórios, cabendo ao consulente escolher os outros dois períodos para tomar seu floral. Porém dependendo do caso e situação o terapeuta poderá indicar uma dose maior e com intervalos menores, como por exemplo, o Rescue que é um composto emergencial em casos de choques emocionais ou momentos traumáticos, poderá ser indicado com intervalos de até 15 minutos.

### **Qual é a formulação dos florais?**

O Floral de Bach tem a seguinte formulação: frasco de 30 ml de água pura, 20% do conservante “Brandy”, quatro gotas diretamente do frasco de estoque (matriz) para cada essência indicada.

## **Modelo de indicação de Floral**

### **Recomendação de Floral Para José da Silva**

Sistema Bach

Holly;

Rescue;

Cerato;

Vervain.

Frasco de 30 ml.

Brandy 20%

Tomar 4 gotas 4X ao dia

Data:

(Assinatura) \_\_\_\_\_  
Nome do Terapeuta ou carimbo

### **Existem outros tipos de conservantes?**

Sim. Além do Brandy que é um conservante de álcool, temos a Glicerina Vegetal e o Vinagre de maçã. Recomendamos estes dois últimos para pessoas que não podem ingerir álcool como: dependentes químicos, alcoólatras em fase de tratamento e alérgicos. Porém, o Brandy ainda é considerado o melhor conservante, por fazer com que as propriedades curativas dos florais demorem mais tempo para perderem o efeito. Por se tratar de uma quantidade pequena de álcool pode ser indicado sem medo a qualquer pessoa de qualquer idade sem risco algum.

### **Que Quantidade De Florais Deve Ser Recomendada?**

Não existe uma regra para a quantidade de florais a ser recomendada pelo terapeuta. Porém, existe uma máxima já aplicada pelo Dr. Bach de que quanto menos, melhor.

Imagine um consulente com diversos problemas a superar e o terapeuta indica para ele uma quantidade exagerada de florais. Sabendo que os florais trazem à tona os desequilíbrios para saná-los, estaria o este consulente, preparado para suportar o aflorar de todos os seus problemas de uma só vez?

O ideal é trabalhar poucos desequilíbrios de cada vez. Desta forma, o número recomendado e que geralmente os terapeutas costumam indicar, tem o máximo de seis florais.

### **Como Funciona A Piora da Melhora?**

Parece estranho usar este termo “piora da melhora”, alguns médicos usam “crise de cura”. Uma explicação bastante didática sobre a crise de cura é a seguinte. Imagine que fosse possível engolirmos um gato vivo, porém o rabo dele fica do lado de fora de nossa boca. Resolvemos então puxar o animal pelo rabo, mas ele quer ficar dentro de nosso estômago, agarrando-se às paredes de nosso corpo interno, quanto mais puxamos, mais ele fixa suas unhas arranhando-nos por dentro, sangrando-nos, porém no final conseguimos retirá-lo à força, livrando-nos dos ferimentos que ele nos causou. Assim é a piora da melhora ou crise de cura. Quando começamos a terapia com florais ou qualquer outro tipo de terapia, parece que o problema se agrava, mas é exatamente o contrário, é neste momento que as energias poderosas dos florais estão transmutando as energias negativas, fazendo com que elas passem do plano inconsciente ao plano consciente, ativando o problema para daí então eliminá-lo. É como se o problema tentasse não sair de nós, como o gato de nossa história, mas a vibração energética negativa é expelida à força de dentro do nosso ser mais profundo pela potência vibracional dos florais. Portanto, se algum consulente reclamar que ao tomar os florais seu desequilíbrio parece piorar, explique e tente acalmá-lo dizendo ser este um processo natural. Para todo mal enraizado poderá existir um quadro aparentemente de piora, este é o momento exato em que os problemas estão sendo trabalhados.

Também existem pessoas que passam pela terapia, conseguindo resultados maravilhosos sem passar pelo processo de piora da melhora, isto também é natural, pois cada ser agirá de uma forma particular nos diversos tipos de terapia.

### **Podemos Aplicar A Terapia Floral em Animais E Plantas?**

Claro que sim. Muitos veterinários inclusive são terapeutas florais, conseguindo resultados extraordinários com os animais.

A Aplicação em plantas também é algo comum, sendo que alguns especialistas germinam sementes molhando-as com água e algumas gotas de florais. O resultado é que as sementinhas cuidadas com florais germinam mais fortes e vistosas enquanto as outras regadas com água somente, além de demorarem mais para a germinação, muitas vezes ficam doentes e até não vingam.

### **Qual A Idade Mínima Para Começar A Tomar Florais?**

Não existe idade mínima para começar a se tomar floral. Ainda no ventre materno, o feto pode ser beneficiado por esta terapia energética, quando a mãe faz uso deste artifício terapêutico. Até mesmo na mamadeira aplicam-se gotinhas de certos florais. A única restrição é com a dosagem: recomendam-se duas gotinhas ao invés de quatro por vez.

### **Os Florais Interferem Em Outros Medicamentos?**

De forma alguma. Não é preciso interromper outros tratamentos alopáticos para se tomar floral. Pode-se usar juntamente com outros remédios à vontade.

### **Alimentos E Bebidas Podem Interferir No Resultado?**

Alguns especialistas dizem que álcool e até o perfume que usamos pode interferir nos resultados. Isso nos parece um exagero. Não encontramos ainda comprovação de que estes produtos interfiram realmente nos resultados desta técnica. Porém devemos ressaltar que para um tratamento encontrar o resultado esperado é necessário o comprometimento do consulente. Portanto deve-se manter sempre um equilíbrio, seja na alimentação ou na quantidade do que se bebe.

### **Qual a forma correta de estocar os frascos?**

Jamais guarde seu frasco de floral próximo a campos elétricos ou eletromagnéticos como: TVs, computadores, microondas, celulares, geladeiras, etc. Também deixe-o longe da exposição direta à luz do sol e a temperaturas muito elevadas como: dentro de gavetas e armário trancados.

A melhor maneira de guardá-lo é em prateleiras, armários abertos ou sobre uma mesa.

**Atenção:** consideramos cada pessoa o tipo específico de pelo menos um dos florais, ou seja, se ela enquadra-se na característica exata de quem precisa tomar o Floral Holly, por exemplo, a chamamos de “Pessoa do tipo Holly”.

Lembramos que as características que podem acompanhar as pessoas de cada tipo de floral não seguem uma regra, pois podem ser um traço marcante em uma pessoa e em outra não.

## Categorias dos Florais de Bach

*“Nossa breve passagem por este mundo, que chamamos de vida, é como se fosse apenas um único dia na escola. Portanto mesmo que no presente consigamos enxergar e compreender apenas esse único dia, nossa profunda intuição nos diz que nosso nascimento encontra-se infinitamente longe de nosso início e nossa morte infinitamente longe de nosso fim”-Edward Bach*

Os Florais de Bach são divididos nas seguintes categorias: Florais contra os medos, Florais contra a solidão, Florais contra a indecisão, Florais contra as influências externas, Florais contra o desespero ou o desânimo, Florais contra a apatia e desinteresse nas circunstâncias atuais, florais contra o excesso de preocupação com o bem estar dos outros.

**Florais contra os medos:** Rock Rose, Mimulus, Cherry Plum, Aspen e Red Chestnut.

**Florais contra a solidão:** Water Violet, Impatiens, Heather.

**Florais contra a indecisão:** Cerato, Scleranthus, Gentian, Gorse, Hornbeam, Wild Oat.

**Florais contra as influências externas:** Agrimony, Centaury, Walnut, Holly.

**Florais contra o desespero ou o desânimo:** Larch, Pine, Elm, Sweet Chestnut, Star of Bethlehem, Willow, Oak, Crab Apple.

**Florais contra a apatia e desinteresse nas circunstâncias atuais:** Clematis, Honeysuckle, Wild Rose, Olive, White Chestnut, Mustard, Chestnut Bud.

**Florais contra o excesso de preocupação com o bem estar dos outros:** Chicory, Vervain, Vine, Beech, Rock Water.

## Florais Contra Os Medos

- Mimulus;
- Aspen;
- Rock Rose;
- Cherry Plum;
- Red Chestnut.

### Mimulus

*Das fobias faz coragem  
E transforma em nova imagem  
O meu medo tão concreto,  
Fico então encorajado  
Sigo em frente mais ousado  
De confiança repleto*

**Sentimento chave:** medo de coisa concreta de origem conhecida;

**Características que podem surgir no tipo Mimulus:** gagueira, timidez, ruborização, hipersensibilidade a barulho, nervosismo, tem facilidade em ficar doente ao enfrentar situações pelas quais tem medo.

**Para quem indicamos o Floral Mimulus?**

Para pessoas que tem medos de coisas mundanas, medos de situações concretas como: medo de morrer, medo de escuro, medo de ficar doente, medo de doença específica, medo de ficar pobre, medo de falar em público, medo de outras pessoas, medo de altura, medo de água, medo do futuro, medo de animais e insetos, medo de acidente, medo de sentir dor, medo de agulha, medo de perder os amigos, etc.



## Aspen

*Aspen me traz coragem  
Contra o medo sem imagem  
Abstrato sem razão,  
Me faz ver o invisível  
Faz possível o impossível  
Traz coragem ao coração*

**Sentimentos chave:** medos de coisas desconhecidas e abstratas. Medos de coisas vagas e sem explicação;

**Características que podem surgir no tipo Aspen:** pesadelos, tremores, imaginação fértil, arrepios, ataques de ansiedade, ilusões, suores.

### **Para quem indicamos o Floral Aspen?**

Para pessoas com medos inexplicáveis, vagos, medos abstratos, medo de algum mal que possa acontecer, medos sem fundamentos que atormentam dia e noite, medo de estar sendo perseguida por forças mágicas, místicas ou espirituais, medo de um poder perseguidor invisível, sensação de medo que chega a arrepiar, medo de estar enfeitiçada.

Também indicamos Aspen para pessoas em tratamento contra drogas, pessoas com maus tratos na infância e mulheres violentadas sexualmente. Nestes casos os medos vagos não têm explicação consciente, mas podem ter raízes no inconsciente mais profundo.

## Rock Rose

*Contra o pânico sem fim  
Que toma conta de mim  
Me deixa paralisado,  
Este Floral traz alento  
A calma e o discernimento  
Me deixando encorajado*

**Sentimentos chaves:** terror, pânico e histeria;

**Características que podem surgir no tipo Rock Rose:** Paralisia de tanto medo, calafrios, perda de controle, desmaio, fica mudo de medo, parece que o coração vai saltar pela boca.

### **Para quem indicamos o Floral Rock Rose?**

Para uma situação repentina, de emergência, pois este tipo de Pânico ou medo que necessita de Rock Rose acontece em casos extremos como: um pânico por que quase morreu num acidente, ou uma criança que acorda de madrugada muito assustada por um terrível pesadelo. Desta forma, indicamos este floral em situações de pressão psicológica muito forte, em cenas ou acontecimentos tremendamente aterrorizantes. Ou seja, Rock Rose não é um floral a ser usado cotidianamente, mas em casos especiais.

## **Cherry Plum**

*Contra o medo da demência  
De perder a consciência  
De causar paralisia,  
Esta essência traz clareza  
Muita calma e sutileza  
Te livrando da fobia*

**Sentimento chave:** medo de perder o controle

**Características que podem surgir no tipo Cherry Plum:** Olhar parado, palidez, agitação, mudanças repentinas de humor, explosões e mudanças de gênio.

### **Para quem indicamos o Floral Cherry Plum?**

Para pessoas que tem medo de perder o controle, medo de perder a cabeça, medo de não conseguir ter consciência e controle de seus atos. Para quem sente medo de fazer algo que normalmente nunca teria coragem de fazer. Para quem brinca com a idéia de suicídio.

## **Red Chestnut**

*Se tenho medo profundo  
Pelos problemas do mundo  
Pelos outros preocupado,  
Este floral tranquiliza  
Minha mente suaviza  
E me deixa mais centrado*

**Sentimentos chave:** preocupação excessiva com os outros, medo pelo outros.

**Características que podem surgir no tipo Red Chestnut:** pensamentos negativos em relação aos demais, mães e pais superprotetores.

**Para quem indicamos o Floral Red Chestnut?**

Para pessoas que tem uma preocupação excessiva e exagerada com os demais, sejam filhos, amigos, pais, etc. Sempre imaginam que algo de ruim possa acontecer com os outros. Indicamos este Floral para quem esquece de si mesmo para cuidar dos demais. Para aqueles pais que não dormem enquanto os filhos não chegam, imaginando o que de mal possa ter acontecido a eles. Para quem se preocupa demais com os problemas alheios. Com tudo isso, a pessoa do tipo Red Chestnut acaba por sacrificar a si próprio, esquecendo de cuidar de sua saúde, sua vida e seus afazeres, para focar sua existência em cuidar dos que o cercam.

## Florais Contra a Solidão

- Water violet;
- Impatiens;
- Heather.

### Water Violet

*Para o ser tão reservado  
E está sempre isolado  
Prefere ficar sozinho,  
Esta essência faz pensar  
Como é bom compartilhar  
Seguir juntos o caminho*

**Sentimentos Chave:** reservado, solitário, orgulhoso.

**Características que podem surgir no tipo Water Violet:** isolamento, tensão e rigidez física devido ao bloqueio de energia.

**Para quem indicamos o Floral Water Violet?**

Para pessoas que gostam de ficar sozinhas, isoladas e solitárias. Para quem devido a esta atitude acaba por afastar as demais pessoas, tornando-se anti-social, às vezes julgado orgulhoso e pretensioso. Tem poucos envolvimento emocional. São pessoas calmas, mantendo sempre uma postura elegante e digna. Devido a esta personalidade é bastante procurado para dar conselhos. Muitos terapeutas são do tipo Water Violet. Porém não só os terapeutas como as pessoas em geral, devem interagir com as demais, pois não podemos nos isolar em nosso mundinho interior, isso não nos faz bem. Vivemos em um mundo de comunhão, portanto, devemos ser humildes e entendermos que podemos ensinar e aprender com o próximo: relacionando-se, interagindo-se, sentindo, conversando e convivendo com os demais.

## Impatiens

*Para quem é impaciente  
E a nós não compreende  
Se irrita se sou lento,  
Traz a calma novamente  
E me faz ser paciente  
Pra esperar o bom momento*

**Sentimentos chave:** Impaciência e irritabilidade.

**Características que podem surgir nos tipos Impatiens:** ondas de calor, tensão física e nervosa, dores de cabeça e no corpo em geral, indigestão, fome excessiva.

**Para quem indicamos o Floral Impatiens?**

Para as pessoas muito impacientes, apressadas, que seguem seu próprio ritmo e que não aceitam que as demais pessoas não acompanhem sua velocidade e acabam fazendo as atividades sozinhas, achando que assim sairá bem feito. São pessoas inteligentes, impulsivas, muito irritadas, inquietas, muito exigentes com os demais, pois querem que todos sejam perfeitos como acham que são. Sempre liderando e exigindo muito dos demais. Com tanta velocidade e cobrança, acaba por desenvolver muita tensão física, nervosa, rigidez muscular, câimbras, dores em geral, principalmente dores de cabeça e insônia devido a tanta tensão e estresse. São tão impacientes que chegam a terminar frases que alguém ainda não terminou de falar. Devido a querer fazer tudo com muita agilidade e pressa, é muito suscetível a acidentes.

## Heather

*Para o ser tão dependente  
De ser ouvido é carente  
Não suporta a solidão,  
Esta essência lhe faz ver  
Que pode sobreviver  
Sem precisar de atenção*

**Sentimentos chave:** Egoísmo, egocentrismo, deseja ser o centro das atenções, medo da solidão, não sabe ouvir.

**Características que podem surgir no tipo Heather:** tagarelice (só fala de si mesmo) não deixando os outros falarem, não consegue ficar só.

**Para quem indicamos o Floral Heather?**

Para pessoas que não conseguem ficar sozinhas. Apegam-se às demais, não sabendo ouvi-las, despejam seus problemas e histórias, sem ao menos ouvir as opiniões alheias. Gostam de ser o centro das atenções, de aparecer, de serem vistas, isto é mais uma demonstração de insegurança, pois necessitam saber que as pessoas gostam delas e as admiram. É aquela criança que chega fingir uma doença para chamar a atenção. Tende a ser hipocondríaco, mais uma vez com o intuito de chamar a atenção. Às vezes são chamadas de chatas, pois chegam a segurar no braço e nas roupas da pessoa que o ouve, isso mostra seu medo inconsciente de que o seu interlocutor fuja dele.

## Florais Contra a Indecisão

- Cerato;
- Scleranthus;
- Gentian;
- Gorse;
- Hornbeam;
- Wild Oat.

### Cerato

*Para aquele que duvida  
De ser capaz nessa vida  
De fazer algo concreto,  
Este floral traz mudança  
Muita autoconfiança  
De coragem faz repleto*

**Sentimentos chave:** Falta de confiança em si mesmo e em suas idéias, buscam geralmente o conselho dos outros.

**Características que podem surgir no tipo Cerato:** Tendência a imitar as atitudes alheias, concentração fraca.

#### **Para quem indicamos o Floral Cerato?**

Para pessoas inseguras em suas decisões, que precisam sempre da opinião alheia. Vivem pedindo conselhos aos demais. Mete-se nas conversas dos outros, fazendo diversas perguntas. São pessoas superficiais, muito instáveis, e por isso geralmente induzidas a erros pelos demais. Gostam de imitar as atitudes e modo de vida dos outros, pois não tem personalidade própria. É o tipo famoso: “Maria vai com as outras”.



## Scleranthus

*Duas coisas torturantes  
E pra mim angustiantes  
É difícil decidir,  
Este floral me norteia  
E minha mente clareia  
Pra qual caminho seguir*

**Sentimento chave:** Indecisão entre duas coisas.

**Características que podem surgir no tipo Scleranthus:** Falta de equilíbrio e postura, inquieto, fala sem parar, tendência a ânsia de vômito em viagens, mudanças de humor repentinas, mudanças bruscas no estado físico: de fome a perda total de apetite, de uma forte prisão de ventre a diarreia.

**Para quem indicamos o Floral Scleranthus?**

Para pessoas indecisas entre duas coisas. No mesmo momento que querem usar o tênis azul, muda optando pelo vermelho, mas volta a pensar que o azul ficaria melhor, fica um tempão decidindo sobre algo simples de ser decidido. Seus pensamentos sempre estão oscilando entre dois caminhos distintos. Tem mudanças bruscas de humor, pode estar rindo e de repente mudar para um choro profundo. Tem opiniões contraditórias e que mudam sem mais nem menos. São pessoas que não inspiram confiança pois oscilam demais em suas idéias. O interessante é que as pessoas do tipo Scleranthus, não pedem conselhos aos demais, mesmo mergulhados na dúvida, tendem a decidirem sozinhos. Esta personalidade traz a estas pessoas grandes perdas tanto sentimentais como profissionais.

## Gentian

*Se um fato aconteceu  
Deixar-lhe entristecido  
Causando-lhe a depressão,  
Este floral traz a paz  
E a mudança ele faz  
Interna transformação*

**Sentimentos Chaves:** depressão por causa conhecida, sentimento de fracasso, falta de fé.

**Características que podem surgir no tipo Gentian:** cético ao extremo, sente grande desalento, muito pessimista.

**Para quem indicamos o Floral Gentian?**

Para quem acha que o tratamento ou outra coisa não vai dar certo. Para quem sente uma depressão e sabe o porquê. São pessoas muito desanimadas, acham que não adianta tentar, são extremamente pessimistas; muitas vezes por já terem vivido situações de fracasso no passado. Sua tristeza é visível, está estampado em seu semblante. São sempre cabisbaixas, pois não acreditam que podem erguer a cabeça e mudar sua vida. São céticos não somente no lado religioso, mas falta-lhe fé na vida, na transformação.

## Gorse

*Para quem já desistiu  
E na depressão caiu  
Pela falta de esperança,  
Esta essência revigora  
E faz crer nesta hora  
Que quem luta sempre alcança*

**Sentimentos chave:** sem esperança, desespero, desânimo, depressão crônica por demora na cura.

**Características que podem surgir no tipo Gorse:** resignação, olheiras, palidez.

### **Para quem indicamos o Floral Gorse?**

Para quem se encontra no desespero, e mergulhado numa depressão crônica. Para quem tem a crença de que nada pode ser feito. Porém ao contrário do tipo Gentian, o tipo Gorse aceita a motivação de outra pessoa. Mesmo trazendo dentro de si o pensamento de que não adianta tentar, aceita uma palavra amiga de que ele pode sair dessa. Porém no estado Gorse, suas forças já estão quase esgotadas. Sente-se fraco fisicamente e isso é visível, pois tem a pele pálida e muitas vezes cria olheiras fortes, como sombras negras embaixo dos olhos. Geralmente ficam paradas, tristes, mergulhadas no vazio. São pessoas que há muito vêm lutando contra uma moléstia e já ouviram de um médico que nada pode ser feita em seu caso. É para quem luta pela cura, mas ela demora a chegar. Gorse é a coragem, o empurrão que impulsiona o consulente a tentar novamente, a creditar que pode sim vencer seu mal.

## Hornbeam

*Para quem está cansado  
Com a rotina fadigado  
Sem ânimo e sem energia,  
Este floral reanima  
E te joga para cima  
Pra encarar novo dia*

**Sentimentos chave:** cansaço e desinteresse por suas tarefas, mas que cumpre mesmo assim; exaustão mental, cansaço com a rotina da vida.

**Características que podem surgir no Tipo Hornbeam:** Sente a cabeça pesada, levanta-se sentindo mais cansado do que quando deitou, pressão ou queimação nos olhos.

### **Para quem indicamos o Floral Hornbeam?**

Para pessoas que passam por um estado temporário de exaustão física e mental. Sensação como uma ressaca. Ao acordar sente desânimo só de pensar nas tarefas que terá que fazer. Para quem sente um cansaço com a rotina que tem que cumprir dia após dia. Na verdade é aí que está o problema da pessoa do tipo Hornbeam, a repetição, a vida rotineira, cria nela a sensação de que tudo não tem mais graça, acarretando em sintomas físicos e mentais de cansaço e exaustão. Esta é a forma que o corpo e a mente encontram de demonstrar o que seu inconsciente está pedindo: uma mudança, uma transformação, uma razão nova para viver, para se animar. Desta forma, estes sintomas de desânimo são um pedido de socorro. Hornbeam trará a força de vontade para se quebrar esta rotina cansativa.

## Wild Oat

*Para o ser da indecisão  
Não sabendo a direção  
A tomar em sua vida,  
Esta essência traz clareza  
Dá um rumo com certeza  
O teu ponto de partida*

**Sentimentos chave:** indecisão quanto à carreira, indecisão geral.

**Características que podem surgir no tipo Wild Oat:** sentimentos de frustração e tédio, geralmente não termina o que começa.

### **Para quem indicamos o Floral Wild Oat?**

Para pessoas indecisas sobre que carreira seguir. Para quem tem ambições indefinidas. Tem muito talento, mas ficam mudando de profissões, sentindo-se frustradas por não encontram um rumo na vida. O mais interessante é que devido seus talentos, em sua jornada encontram várias oportunidades, mas como são cheios de dúvidas, acabam por deixar escapar todas elas. Com isso, estão sempre insatisfeitas, frustradas, entediadas quando estão em ambientes que sentem incompatíveis com suas pretensões. São pessoas que esperam encontrar a sua missão na vida.

Na verdade parecem fugir de se comprometerem, por isso tendem a buscarem sempre algo novo seja no trabalho ou na vida sentimental. O Floral Wild Oat, faz com que estas pessoas centrem suas idéias, encontrando um rumo, uma certeza, um caminho único e satisfatório tanto vocacional quanto sentimental.

## Florais Contra As Influências Externas

- Agrimony;
- Centaury;
- Walnut;
- Holly.

### Agrimony

*Se tu foges de um problema  
E assumi-lo é teu lema  
Esconde a dor que lhe assola,  
Esta essência te faz  
Compartilhar com os demais  
E o partilhar te consola*

**Sentimentos chave:** traz pensamentos e sofrimentos interiores mas esconde dos demais com uma falsa alegria e jovialidade.

**Características que podem surgir no tipo Agrimony:** vícios em geral: tabagismo, alcoolismo, etc.

#### **Para quem indicamos o Floral Agrimony?**

Para aquelas pessoas que mesmo sofrendo interiormente com um problema grave ou não, fazem de tudo para esconder de todos à sua volta, fingindo estar feliz. É sempre brincalhão, usa isso como uma máscara a mascarar seu sofrimento interior. Mesmo doentes, quando perguntadas sobre sua saúde sempre responderá “Estou muito bem!”. Escapam de seus pensamentos torturantes fazendo sempre muitas atividades, gostam de sair, baladas, cinemas, são muito inquietas, não gostam de ficar em casa. É uma pessoa amiga, amante da paz, evita brigas, é a alma de qualquer ambiente. Porém quem o olha nem imagina o quanto sofre em seu íntimo. Procura às vezes o caminho do álcool ou outras drogas com o intuito de “fugir” dos seus tormentos interiores.

## Centaury

*Para o ser tão submisso  
Que só tem um compromisso  
Ser capacho de verdade,  
Esta essência faz pensar  
E te faz acreditar  
Na sua personalidade*

**Sentimentos chaves:** muito submisso, não sabe dizer não.

**Características que podem surgir no tipo Centaury:** rosto pálido, olheiras, porte encurvado, dores nos ombros e costas.

### **Para quem indicamos o Floral Centaury?**

Para aquelas pessoas que não tem vontade própria, são submissos aos demais, verdadeiros capachos. São muitas vezes explorados pelos outros por causa de sua personalidade fraca. Acaba sendo dominado por alguém de personalidade mais forte, sejam os pais, o cônjuge, etc. Evita disputas, não defendendo nunca seus interesses. Faz tudo o que os outros pedem, parecem verdadeiros escravos. Muitas vezes seguem caminhos errados na vida, apenas para agradar uma determinada pessoa. Nega-se a si mesmo. Aceita facilmente as idéias alheias. Sente muitas dores nas costas e ombros, pois parece carregar o mundo nas costas, pois tudo que lhe pedem acaba por fazer.

## Walnut

*Quando há em sua vida  
Uma mudança sentida  
Que te abala por completo,  
Este floral lhe faz ver  
Que em cada amanhecer  
Recomeçar é o correto*

**Sentimentos chave:** proteção contra as influências externas e grandes mudanças.

**Características que podem surgir no tipo Walnut:** são características transitórias, acontecem quando surgem grandes mudanças na vida: dentes nascendo em recém nascidos, sentir-se sem rumo após a aposentadoria, ou triste por ter acabado de ficar desempregado.

### **Para quem indicamos o Floral Walnut?**

Para quem precisa de proteção externa seja de idéias ou energias negativas de pessoas ou ambientes. Este maravilhoso floral é um grande

protetor, revigora-nos energeticamente, criando um campo energético positivo e potente. Também é indicado em momentos de grandes mudanças na vida, quando algo acontece e ficamos nos perguntando o que fazer, seja o fim de um casamento ou após a aposentadoria. Traz força e energia, abrindo a mente para encontrar novos rumos. Ajuda a romper velhos conceitos e traz-nos novos padrões. Indicado para quem sabe que caminho seguir, mas falta-lhe dar o passo fundamental. Para os que sentem dificuldades de se ajustar em períodos de transição em sua vida. Para quem se separou do (a) parceiro (a), mas ainda sente-se preso fisicamente. Para quem tem dificuldade de deixar algo para trás.

## Holly

*Transforma o ódio em amor  
Dissolve qualquer rancor  
Com a energia do perdão,  
Faz do ciúme confiança  
Enche o ser de esperança  
Irradia o coração*

**Sentimentos chave:** inveja, ciúme, desconfiança, ódio, raiva, e todos os sentimentos inferiores.

**Características que podem surgir no tipo Holly:** explosões de mau-humor violentas, expressões de raiva, dores de cabeça, dores estomacais.

### **Para quem indicamos o Floral Holly?**

Para as pessoas ciumentas, que sentem desconfiadas dos demais, acham que estão sendo traídas. Para quem guarda rancor, sente ódio, não consegue perdoar. Tem desejo de vingança. Deseja o mal. Pessoas com o coração duro e às vezes cruel. Para quem sente inveja, raiva e suspeita. É o Floral do amor incondicional, dos sentimentos superiores de perdão, compreensão, confiança e da bondade.



## Florais contra o desespero ou o desânimo

- Larch;
- Pine;
- Elm;
- Sweet Chestnut;
- Star of Bethlehem;
- Willow;
- Oak;
- Crab Apple

### Larch

*Se te sentes fracassado  
E pensa estar tudo errado  
Não encontra confiança,  
Este floral te anima  
E lhe traz a auto-estima  
A força e a perseverança*

**Sentimentos chave:** sente-se fracassado, acredita que irá fracassar.

**Características que podem surgir no tipo Larch:** complexo de inferioridade, impotência sexual.

#### **Para quem indicamos o floral Larch?**

Para aquelas pessoas que se sentem fracassadas ou pensam que vão fracassar. Para quem não tem autoconfiança. Por serem assim acabam adiando seus projetos por acharem que não vão dar certo. São pessoas perfeitamente capazes, mas que pensam o contrário. Sentem-se inferiores aos demais (complexo de inferioridade). Sentem-se inúteis. Muitas vezes acaba usando uma enfermidade qualquer como muleta para fugir de um problema ou para não enfrentá-lo.

## Pine

*Um sentimento que corrói  
A culpa que em mim dói  
Faz-me ser um homem triste,  
Este floral me desperta  
E da culpa me liberta  
E sinto que a paz existe*

**Sentimento chave: Sentimento de culpa**

**Características que podem surgir no tipo Pine:** abatimento, vê a sexualidade como pecado, masoquista, introspecção, desalento.

**Para quem indicamos o floral Pine?**

Para pessoas com um enorme sentimento de culpa. Para quem culpa a si mesmo, para quem se auto-reprova. Ficam se desculpando por tudo como se todos os erros fossem seus. Para quem se sente descontente consigo mesmo. Acaba sentindo-se culpado pelos erros do outros também. Acha que não merece nada de bom por sentir-se indigno pelos seus erros. Também indicamos o floral Pine para pessoas que realmente cometeram algo errado e trazem dentro de si esta culpa como: a mãe que cometeu um aborto, o bandido arrependido, uma ofensa proferida, uma mentira contada, etc.

## Elm

*Para um momento da vida  
Onde sentes sem saída  
Ou que não será capaz,  
Este floral te apruma  
E sem dúvida nenhuma  
Tua confiança ele traz*

**Sentimento chave:** sentimento momentâneo e passageiro de incapacidade causado pelas responsabilidades.

**Características que podem surgir no tipo Elm:** tristeza transitória, exaustão.

### **Para quem indicamos o Floral Elm?**

Para aquelas pessoas que devido uma grande ou nova responsabilidade acabam sentindo-se incapazes de enfrentá-las e resolvê-las. Sentem-se inadequadas. São pessoas que recebem uma promoção ou tarefa e por um período curto acham que não são capacitadas para assumir. Também são do tipo Elm as pessoas que acumulam muitas atividades ao mesmo tempo chegando num determinado momento em que pensam não serem capazes mais de fazerem todas elas. Carregam nos ombros grandes responsabilidades e se sentem ocasionalmente incapacitadas para levarem à frente estas tarefas. Elm é o analgésico entre os florais, é indicado para dores em geral.

## **Sweet Chestnut**

*Contra a angustia mais profunda  
Que todo meu ser inunda  
A noite escura da alma,  
Esta essência traz a luz  
Me ampara e me conduz  
Me ilumina e me acalma*

**Sentimento chave:** angústia e desespero extremos. Sentimento chamado de “a noite escura da alma”

**Características que podem surgir no tipo Sweet Chestnut:** abatimento profundo, acredita já ter atingido os seus limites de resistência.

### **Para quem indicamos o Floral Sweet Chestnut?**

Para aquelas pessoas que encontram mergulhadas na mais profunda angústia e desespero mentais, porém sem pensamentos suicidas. Para quem não sabe mais o que fazer frente a um grande problema. São pessoas que sentem como se seu limite de resistência tenha chegado ao fim, quando parece que a alma está experimentando a sua destruição. Quando parece não existir mais luz ou mesmo amor no mundo, apenas o fim de tudo. Podemos didaticamente exemplificar como o estado Sweet Chestnut o pára-quedista que ao pular de pára-quedas puxa a corda para acioná-lo, mas ele não abre, tenta o reserva e também não abre, então se vê de frente com seu fim sem saber o que fazer. Apesar de tamanho sofrimento estas pessoas tendem a não falarem sobre seus sentimentos para ninguém.

## Star Of Bethlehem

*Contra o choque tão profundo  
Que faz desabar o mundo  
Me levando a um forte trauma,  
Este floral me anima  
Me acalma e me ensina  
Me alivia a dor da alma*

**Sentimentos chave:** choques emocionais e físicos, traumas.

**Características que podem surgir no tipo Star Of Bethlehem:** estado de choque frente a um acontecimento: acidente, susto, medo profundo.

**Para quem indicamos o floral Star Of Bethlehem?**

Recomendamos para pessoas que passaram ou estão passando por situações traumáticas e que trazem consigo grande carga emocional negativa como: notícias más e tristes, tristeza por um fato acontecido, mágoa, acidentes, susto, situações de enfrentamento do medo, trauma do nascimento, lembranças assustadoras. Para quem precisa de consolo e conforto para choques traumáticos do passado e do presente.

## Willow

*Contra a falta de perdão  
E o rancor no coração  
Que guardo e não libero,  
Este floral me transforma  
E minha alma revigora  
Do amor que tanto quero*

**Sentimentos chave:** ressentimento, rancor, amargura.

**Características que podem surgir no tipo Willow:** amargura, sentimento de vítima, de autocomiseração. Expressão carrancuda, resmungos, mau-humor.

**Para quem indicamos o Floral Willow?**

Para aquelas pessoas que guardam muito ressentimento e rancor, mesmo nas situações mais simples. Tendem a culpar os outros por tudo. Sentem-se os coitadinhos, vítimas do destino e dos demais. São egocêntricos, sempre se justificam por tudo e acham-se os injustiçados. São extremamente negativos em relação aos demais, tentando abafar a

felicidade e o otimismo das pessoas com uma pitada de seu veneno que são palavras duras e negativas. Guarda dentro de si uma raiva que vai se acumulando e tende a explodir um dia. Quando doente após ser curado, não admite aos demais estar recuperado. É o que podemos chamar de desmancha-prazeres. A diferença entre o tipo Willow do tipo Holly é que a pessoa Holly expressa escancaradamente sua raiva, seu rancor e ódio, sendo assim mais ativa, enquanto a pessoa Willow vai guardando dentro de si estes sentimentos negativos, até ao ponto de explodir, sendo portanto muito passivos.

## Oak

*A resistência tem seu limite  
Todos cansam, acredite  
Todos chegam à exaustão,  
Este floral lhe dá vigor  
Pra continuar com seu valor  
Na luta e obstinação*

**Sentimentos chave:** é o batalhador que carrega um grande fardo sem se queixar. Não desiste nunca. Excede o limite da resistência.

**Características que podem surgir no tipo Oak:** desanimado com excesso de trabalho, problemas de saúde por excesso de trabalho.

### **Para quem indicamos o Floral Oak?**

Para aquelas pessoas batalhadoras que assumem muitas atividades ao mesmo tempo, fazendo também as atividades dos outros. Carregam grandes fardos sem se queixar. Nunca perdem a esperança apesar dos reveses. Porém, devido à sua labuta sem trégua e sem descanso acabam levando-o à exaustão. Tendem a assumirem por sua presteza, atividades demais, que às vezes devido ao acúmulo não conseguem realizar, mas como são muito obstinados, tentam de todas as formas realizá-las, levando-as à debilidade física.

## Crab Apple

*Este é o floral da limpeza  
De quem busca a pureza  
Do corpo, alma e da mente,  
Purifica por completo  
De energia faz repleto  
O existir de toda gente*

**Sentimentos chave:** sentimento de vergonha e impureza.

**Características que podem surgir no tipo Crab Apple:** problemas dermatológicos, mania de limpeza, muita necessidade de exteriorizar suas emoções: tosse nervosa, coriza, etc. mau cheiro nos pés, intoxicação, obsessão por não ser contaminado: bactérias, alimentos, remédios, etc.

### **Para quem indicamos o Floral Crab Apple?**

Para aquelas pessoas que se sentem sujas no físico ou na alma, impuras, contaminadas. Sentem vergonha de si mesmas e de sua aparência. Estas pessoas têm aversão delas mesmas. Condenam-se por terem feito algo que não está de acordo com sua natureza interior. Achem que sexo é sujo. Fogem do contato físico. Devido sua sensação interior de impureza tem incrível mania de limpeza, tanto com sua casa, local de trabalho quanto com seu corpo, tomando banho várias vezes ao dia. Lavam as mãos dezenas de vezes, pois tudo parece contaminá-las. Sente-se pecaminoso. Tem comportamento muito egoísta em relação aos demais. Perde-se nas coisas pequenas, fazendo de algo simples muito maior do que é.

Este é o Floral da limpeza interior. Limpa-nos o corpo e a alma. Em conjunto com o floral Walnut, que nos protege das influências exteriores torna-se grande aliado de todos que lidam com muitas pessoas e ambientes diferenciados.

## Florais contra a apatia e o desinteresse nas circunstâncias atuais

- Clematis;
- Honeysuckle;
- Wild Rose;
- Olive;
- White Chestnut;
- Mustard;
- Chestnut Bud.

### Clematis

*Se meu nome é distração  
E me falta concentração  
Com o futuro estou sonhando,  
Este floral me ancora  
E me faz viver o agora  
No presente vou pensando*

**Sentimentos chave:** pessoas sonhadoras, não tem os pés no chão, ficam presas ao futuro, distraídas.

**Características que podem surgir no tipo Clematis:** sonolência, problemas de audição e visão (pois vivem mais presas às visões inconscientes e a que diz sua voz interior), memória fraca, palidez, sensível aos barulhos, apresenta desmaios, muito desajeitadas e distraídas: deixam cair objetos facilmente, tropeçam frequentemente.

#### **Para quem indicamos o Floral Clematis?**

Para pessoas que ficam presas no futuro, sonhando com algo que ainda não aconteceu. Fantasiando, vislumbrando situações que não se esforçam no presente para que aconteçam realmente. São pessoas muito quietas, distraídas, românticas, desatentas ao presente. Vivem num mundo interior fantasioso, chegando ao estágio de criarem uma vida paralela em sua imaginação. São confusas e desorientadas, parecendo às vezes estarem entorpecidas, desligadas do mundo real. Tendem a desmaiar com facilidade. Tem vários dons artísticos. Dormem muito, pois assim mergulham no seu inconsciente mais profundo, seu lugar



preferido. Chegam ao extremo de se desligarem durante uma conversa. Devido ao seu jeito introspectivo e distante tem um ar apático.

## Honeysuckle

*Se de noite e de dia  
Minha vida é nostalgia  
Vivo preso no passado,  
Esta essência me alerta  
E o presente me desperta  
Sou no presente ancorado*

**Sentimentos chave:** nostalgia vive presa no passado, melancolia.

**Características que podem surgir no tipo Honeysuckle:** distração, envelhecimento precoce.

**Para quem indicamos o floral Honeysuckle?**

Para quem vive preso no passado, nas lembranças nostálgicas e acabam se esquecendo de viver o presente. Para quem fica mergulhado em pensamentos de saudade de um tempo que não volta mais: um romance, a infância, infelicidades, momentos felizes, sucesso e fracasso, perda de um ente querido. Ficam lamentando-se por uma chance que deixou escapar ou um sonho que deixou de realizar.

## Wild Rose

*Se a apatia me consome  
E o fatalismo é meu nome  
E o desinteresse é geral,  
Este floral é a saída  
Enche meu ser de vida  
Traz mudança radical*

**Sentimentos chave:** apatia, desmotivação e desinteresse geral.

**Características que podem surgir no tipo Wild Rose:** voz sem expressão, cansaço, sem energia de espécie alguma.

**Para quem indicamos o floral Wild Rose?**

Para quem se rendeu ao pessimismo, sentindo-se incapaz de fazer qualquer esforço. A pessoa do tipo Wild Rose é apática, fatalista, desistiu em seu íntimo de lutar mesmo quando a situação não seja tão

desesperadora. Não tem alegria de viver, muito menos motivação em seu interior. Aceita seu destino sem esforçar-se para mudá-lo: o emprego que não gosta o casamento infeliz, a doença crônica, etc. Não reclama de seu estado, pois pensa que ele é perfeitamente normal. Apresenta sempre cansaço, muita apatia, parece vegetar.

## Olive

*Contra todo o esgotamento  
A fadiga e o sofrimento  
Do cansaço e exaustão,  
Esta essência vitaliza  
E a mudança realiza  
Traz vigor e muita ação*

**Sentimentos chave:** esgotamento físico e mental.

**Características que podem surgir no tipo Olive:** fadiga física e mental, muito cansaço e sono.

**Para quem indicamos o floral Olive?**

Para quem sofre por uma exaustão extrema da mente e do físico. As pessoas do tipo Olive parecem que perderam as últimas reservas energéticas que dispunham, demonstrando não possuir mais forças. Assim sentem-se muito cansadas, exaustas, sonolentas. Após doenças prolongadas, tratamentos ou ter estado ao lado de alguém doente deve-se tomar Olive. Depois de passar por uma crise pessoal seja ela de qualquer natureza, este floral é recomendado para trazer uma nova vibração energética.

O floral Olive é um fortificante energético trazendo vigor e animação.

## White Chestnut

*Contra o pensar constante  
Pensamentos torturantes  
Que poluem minha mente,  
Traz na idéia clareza  
Calma, paz e a leveza  
Me faz pensar diferente*

**Sentimentos chave:** Pensamentos persistentes e obsessivos.

**Características que podem surgir no tipo White Chestnut:** cansaço, insônia, confusão, dores de cabeça freqüentes.

### **Para quem indicamos o floral White Chestnut?**

Para quem convive com pensamentos persistentes e obsessivos. Quando as idéias focam em um mesmo tema e não fogem da mente. Seja a dívida que preciso pagar, o amor não correspondido, o seminário que terei que apresentar, enfim, todo tema ou assunto que persiste em ficar latejando na cabeça deverá ser tratado com este maravilhoso floral. As pessoas do tipo White Chestnut vivem em uma reprise constante dos mesmos problemas, com isso acabam tendo terríveis dores de cabeça frontal ou nos olhos e ainda perdem o sono devido aos pensamentos repetitivos. Este floral traz clareza mental, levando a pessoa a perceber com tranquilidade que caminho seguir para resolver seu problema sem se desesperar.

## **Mustard**

*Uma tristeza profunda  
Que meu coração inunda  
De origem sem razão,  
Este floral me acalma  
E liberta minha alma  
Da terrível depressão*

**Sentimento chave:** tristeza cíclica de origem incerta.

**Característica que podem surgir no tipo Mustard:** depressão, melancolia.

### **Para quem indicamos o floral Mustard?**

Para as pessoas que sem nenhum motivo ou razão aparente entram em um estado de depressão, trazida por uma tristeza profunda e a melancolia. É como se uma nuvem negra descesse de repente sobre a pessoa, fazendo com que ela sinta-se excluída da vida normal. É uma depressão muito intensa que parece não poder ser aliviada até que de repente desaparece de uma forma inesperada, da mesma maneira que chegou. O Floral Mustard acelera o desaparecimento desta depressão cíclica, trazendo uma paz interior e um estado de felicidade profunda.

## Chestnut Bud

*Para quem vive insistindo  
E o erro repetindo  
Não aprende com a vida,  
Esta essência traz clareza  
E ensina com certeza  
A encontrar a saída*

**Sentimento Chave:** Dificuldade de aprender com os seus erros.

**Características que podem surgir no tipo Chestnut Bud:** periodicamente apresenta diferentes moléstias físicas sem que se saiba o porquê.

**Para quem indicamos o floral Chestnut Bud?**

Para aquelas pessoas que não aprendem com suas experiências e acabam cometendo e repetindo os mesmos erros. Repetem os mesmos erros, os mesmos argumentos e as mesmas tentativas. São pessoas muito lentas em aprender com as situações da vida, os motivos podem ser: pressa interior, falta de observação, falta de interesse e por indiferença. Costumam esquecer as experiências desagradáveis rapidamente, com isso não assimilam as próprias falhas, persistindo assim no que não deu certo. São aparentemente desatentos, ingênuos e atrapalhados. Na escola são estudantes com dificuldade de aprendizagem.

# Florais Contra O Excesso De Preocupação Com O Bem Estar Dos Outros

- Chicory;
- Vervain;
- Vine;
- Beech;
- Rock Water.

## Chicory

*Contra a chantagem emocional  
De um ser tão passional  
Possessivo e carente,  
Este floral lhe acalma  
Traz a paz pra sua alma  
Traz clareza em sua mente*

**Sentimentos chave:** possessividade, carência e chantagem emocional.

**Características que podem surgir no tipo Chicory:** superproteção, muito chorona.

### **Para quem indicamos o Floral Chicory?**

Para pessoas que fazem chantagem emocional, são extremamente carentes, gostam de ter todos ao seu redor sempre, é a mãe superprotetora que acaba por sufocar os filhos, ou a criança que chega a ficar doente para ter os pais ao seu redor cuidando dele. Apresenta um amor condicional: “Eu o amo, porém você tem que...”. Pessoas possessivas, gostam de chamar a atenção. Tornam-se às vezes muito críticas, autoritárias, rabugentas. Nas crianças o traço marcante do tipo Chicory é a necessidade constante de atenção, não gostam muito de perceberem-se independentes, costumam agarrar os pais ou outros adultos com força (medo que o deixem sozinho), aliás, também os adultos desse tipo de floral não gostam de ficar sozinhas. Também indicamos Chicory para pessoas que tiveram ou têm algum tipo de carência afetiva, principalmente em relação aos pais.

## Vervain

*Para todo ser tão tenso  
Pelo fanatismo imenso  
Por excesso da ação,  
Traz um relaxar profundo  
Me faz ver um novo mundo  
Tranqüiliza o coração*

**Sentimentos chave:** fanatismo, idealismo excessivo, tenso.

**Características que podem surgir no tipo Vervain:** dores de cabeça, tensão física: olhos, costas, muscular, distensão muscular, insônia.

**Para quem indicamos o Floral Vervain?**

Para aquelas pessoas entusiasmadas ao extremo com alguma coisa ou projeto, que movem céus e terras para realizar o que lhe foi confiado, exagerando no entusiasmo, pois chegam ao limite para convencer a todos de suas idéias na realização de seu trabalho. É chamado de fanático em tudo que faz, pois encara as coisas com tamanho entusiasmo e idealismo, que para os demais chega ao exagero, tentando convencer a todos de que este caminho é o correto e que todos devem seguir seus propósitos. É incapaz de relaxar, tendo como exemplo claro as crianças hiperativas que não querem ir para cama. São pessoas muito tensas, que devido ao excesso de entusiasmo no que faz acaba por adquirir o hábito de não relaxar trazendo como conseqüências: dores pelo corpo e insônia.

## Vine

*Para o ser da arrogância  
Mergulhado na ganância  
Autoritário e sem clemência,  
Floral de mudar profundo  
E faz ver que nesse mundo  
Somos uma só essência*

**Sentimento chave:** autoritarismo

**Características que podem surgir no tipo Vine:** pressão alta, rigidez física, problemas nas costas.

**Para quem indicamos o Floral Vine?**

Para aquelas pessoas que são muito autoritárias, que aproveitam de algum posto seja de chefia ou não, para ter poder e domínio sobre as

demais. Apresenta às vezes certa arrogância, crueldade, inflexibilidade. São extremamente ambiciosas, muito severas e rígidas. É aquele patrão que não sabe pedir, só mandar, que sente prazer em humilhar, mostrando sua autoridade, rebaixando os outros. Grandes líderes são exemplos do tipo Vine, são valorosos nas lutas e casos de emergências, pois são firmes nas decisões, porém após as conquistas, tornam-se tirânicos e cruéis. Pensa saber exatamente o que é certo ou errado, menosprezando assim as opiniões alheias. Impõe sempre sua vontade a todos. Outros exemplos seriam: o pai severo, o professor carrasco, o ditador, o doente que mesmo no hospital dá palpite aos médicos sobre o tratamento. Sabe ser puxa-saco dos superiores, mas trata seus subalternos com dureza e rigidez.

## **Beech**

*Para o ser intolerante  
E que tem traço marcante  
Crítica sem piedade,  
O floral da compreensão  
Que faz ver em seu irmão  
Suas lindas qualidades*

**Sentimentos chave:** intolerância, crítica excessiva.

**Características que podem surgir no tipo Beech:** tensão nos maxilares, nos braços e nas mãos.

### **Para quem indicamos o floral Beech?**

Para quem é extremamente crítico e impaciente com relação aos demais. São insatisfeitas com os outros, vendo defeito em tudo que os demais fazem, observando sempre falhas nas pessoas. Vê o lado negativo das coisas, não achando qualidade em nada e ninguém. Às vezes tornam-se arrogantes, pois são incapazes de perceberem os sentimentos dos outros, mas fazem isso por terem seus próprios sentimentos bloqueados. Intolerantes, não aceitam o erro alheio. Tende a se isolar dos semelhantes.

## Rock Water

*Se me reprimo sem piedade  
E me cobro de verdade  
Buscando a perfeição,  
Esta essência tranqüiliza  
E como suave brisa  
Me alivia o coração*

**Sentimentos chave:** auto-repressão, muito perfeccionista consigo mesma.

**Características que podem surgir no tipo Rock Water:** muita tensão física: músculos e juntas.

### **Para quem indicamos o floral Rock Water?**

Para aquelas pessoas muito severas consigo mesma. Que buscam a perfeição a qualquer custo, achando que sempre falta algo mais para conseguir a plenitude. Quando pendem para o lado religioso, tornam-se fanáticas, tentando ser um exemplo divino de luz para os demais. Geralmente, sua alimentação é focada em dietas rígidas, pois são muito preocupadas com a pureza de vida. Pregam uma moralidade extremamente rígida. Não interfere na vida dos demais, pois sua preocupação é focada em sua própria perfeição. Muitas vezes crê que deve libertar-se dos desejos mundanos, pois eles acabam por inibir o desenvolvimento do espírito, tentando desta forma atingir sua meta: ser santo durante sua passagem pela Terra. Por se cobrar tanto em relação a tudo acaba por adquirir muita tensão física nos músculos e juntas.



## Resumo Dos Florais e Suas Indicações

Florais	Indicação	Transformação
<b>Agrimony</b>	Para o sofrimento de tortura interior, fingindo alegria exterior	Autenticidade
<b>Aspen</b>	Ansiedade, temor sem saber o motivo. Medo de origem desconhecida, apreensão, presságios	Confiança no desconhecido
<b>Beech</b>	Crítico e intolerante para com os outros. Rigidez de pensamentos. Auxilia a ver também o lado bom dos outros	Passa a perceber o lado bom das coisas
<b>Centaury</b>	Debilidade nas resoluções, submissos, escravo das vontades alheias	Auto-estima. Aprende a dizer não e a ter suas próprias vontades
<b>Cerato</b>	Falta de confiança em seu próprio juízo e idéias, buscando constantemente o conselho dos outros	Confiança em si mesmo
<b>Cherry Plum</b>	Medo de perder o controle, de fazer coisas terríveis. Às vezes desesperado	Calma mental
<b>Chestnut Bud</b>	Repetição dos mesmos erros. Não aprende com os erros. Dificuldade de aprender	Aprende com as experiências passadas
<b>Chicory</b>	Possessividade e chantagem emocional. Indivíduos que constantemente estão controlando os demais.	Aprende a compartilhar, a dar sem esperar nada em troca
<b>Clematis</b>	Cobrança excessiva de atenção Para indivíduos sonhadores, que não prestam atenção ao que se passa ao redor, vivem no futuro. Muito distraídos	Aprende a por os pés no chão
<b>Crab Apple</b>	Para quem se sente impuro, sujo, tem vergonha e aversão por si mesmo	Traz a autoaceitação e a sensação de limpeza e pureza interior. É o remédio que purifica e filtra-nos contra energias

negativas.

<b>Elm</b>	Contra os sentimentos temporários de incapacidade sobrecarregados pela responsabilidade	Força para cumprir seu dever
<b>Gentian</b>	Contra o desânimo, desalento, tristeza ou até depressão causados por fato acontecido	Traz perseverança e certeza de que o problema poderá ser superado
<b>Gorse</b>	Sem esperança, desalento, desistência de lutar	Esperança renovada
<b>Heather</b>	Egoísmo. Indivíduo obsessivo com seus deveres, aflições e experiências. Constantemente relatando-as aos outros. Não suporta a solidão.	Tranquilidade interior. Torna-se um bom ouvinte. Aprende a se preocupar com os outros
<b>Holly</b>	Para a inveja, ciúme, ódio, desconfiança, suspeita, raiva	Abre o coração. Traz confiança nas pessoas e a energia do perdão
<b>Honeysuckle</b>	Para a saudade e para quem constantemente vive preso no passado, com recordações e nostalgia	Concentra a pessoa no momento presente
<b>Hornbeam</b>	Para indivíduos cansados e desinteressados por suas tarefas, mas que a cumprem perfeitamente. Preguiça pela manhã. Cansaço físico e mental, causados pelo cansaço com a rotina	Vitalidade e determinação
<b>Impatiens</b>	Impaciência, irritabilidade e intolerância com os demais, ansiedade	Gentileza e tolerância
<b>Larch</b>	Para falta de auto-estima. Acha que vai fracassar ou falhar sempre. Sente-se inferior	Traz auto-estima e ousadia para fazer
<b>Mimulus</b>	Contra os medos específicos de origem conhecida. Para pessoas	Traz bravura e coragem

reservadas e tímidas

<b>Mustard</b>	Profunda melancolia, depressão sem saber a causa e que pode desaparecer repentinamente mas que retorna. Vai e volta sem causa	Alegria serena. Clareza mental
<b>Oak</b>	Bravo lutador, apesar das dificuldades aceita qualquer tarefa sem desistir, com isso excedem os limites da resistência	Aceita os limites
<b>Olive</b>	Esgotamento total, cansaço. Fadiga mental e física extrema	Fortalece e renova, revigora e traz ânimo
<b>Pine</b>	Sentimento de culpa. Para quem se culpa pelos erros seus e dos outros	Liberação da sensação de culpa
<b>Red Chestnut</b>	Excessiva apreensão ou ansiedade por outras pessoas. Medo pelos outros	Confiança na vida
<b>Rock Rose</b>	Terror, extremo medo, pânico	Coragem para enfrentar uma emergência
<b>Rock Water</b>	Rigidez moral, desejo de ser tomado como exemplo. Autorepressão	Tolerância e espontaneidade
<b>Scleranthus</b>	Para pessoas indecisas entre duas coisas. Instáveis. Opinam uma coisa em um minuto e o oposto no minuto seguinte	Equilíbrio e determinação
<b>Star of Bethlehem</b>	Para todos os tipos de choques e situações traumáticas físicas ou psíquicas	Traz tranquilidade e paz interior
<b>Sweet Chestnut</b>	Desespero e angústia extrema que podem alcançar os extremos da resistência. Desolação. A noite escura da alma	Encontra uma luz no escuro da alma
<b>Vervain</b>	Para pessoas fanáticas, que tem grande entusiasmo e	Traz calma e tranquilidade

	fazem muito esforço para convencer e propagar aos demais o fruto de seu fanatismo ou à causa que abraçou. Tensão e rigidez física	
<b>Vine</b>	Cruel e inflexível. Líderes, pais ou chefes arrogantes e tirânicos. Pessoas onipotentes e sádicas.	Aprendem a educar com amor e a soltar para a liberdade
<b>Walnut</b>	Contra as influências negativas externas sejam elas energéticas ou de idéias. Para os momentos de transição e mudança na vida	Faz-nos romper com os velhos vínculos
<b>Water Violet</b>	Para pessoas orgulhosas, solitárias, superiores, reservadas. Não interferem nos assuntos alheios. Não interagem com as demais. Muito isolados	Traz calma, paz e sabedoria para compartilhar com os demais
<b>Wild Oat</b>	Para os descontentes, indecisos no que se refere a carreira, ou que direções seguir. Indecisão geral	Autorealização
<b>Wild Rose</b>	Contra a apatia, resignação, pouco desejo de fazer esforços. Para os que se entregam sem lutar	Espírito de alegria e aventura
<b>Willow</b>	Contra o rancor, ressentimento e amargura guardados no coração. Para quem tem dificuldade em aceitar adversidades e perdoar	Traz a aceitação do perdão e do compreender o próximo
<b>Rescue</b>	Fórmula de emergência. Para a perda de controle, perda da consciência, estresse, pavor, choque.	Traz o equilíbrio geral e necessário para enfrentar uma situação traumática: más notícias, acidentes, etc.

## Mini Dicionário de Recomendações dos Florais de Bach

### Problemática

Abandono (sensação de...)  
 Abatido por sentimento de culpa  
 Abatido por muitas dificuldades  
 Abatido por motivo de doença  
 Abatido por notícia negativa  
 Abatido profundamente  
 Agonia (sensação de...)  
 Agressivo (pessoa agressiva)  
 Amargura (sensação de...)  
 Angustiado(a)  
 Ansioso(a) (extremamente)  
 Arrogante  
 Auto-estima baixa  
 Autoritarismo  
 Cansaço Físico  
 Cansaço Mental  
 Carente (afetivamente)  
 Choque emocional  
 Ciumento(a)  
 Complexo de inferioridade  
 Concentração (dificuldade de...)  
 Confiança (falta de...)  
 Coragem (falta de...)  
 Culpa( sentimento de...)  
 Depressão profunda sem causa  
 Depressão por causa conhecida  
 Desânimo  
 Dependente químico  
 Egocêntrico(a)  
 Egoísta  
 Energia (falta de...)  
 Esgotamento físico

### Floral Indicado

Chicory, Rock Rose  
 Pine  
 Gorse  
 Oak  
 Star of Bethlehem  
 Sweet Chestnut  
 Holly, Walnut, Rock Rose  
 Holly, Cherry Plum, Impatiens  
 Willow, Holly, Gentian  
 Star of Bethlehem  
 Rescue Remedy, Impatiens  
 Beech, Vervain  
 Larch, Centaury  
 Beech, Chicory, Vervain, Vine  
 Olive, Vervain, Wild Rose  
 Hornbeam  
 Chicory, Heather  
 Star of Bethlehem, Rock Rose  
 Holly  
 Larch, Cerato  
 White Chestnut, Scleranthus,  
 Larch, Cerato, Gentian  
 Mimulus, Gentian  
 Pine  
 Mustard, Gorse  
 Gentian, White Chestnut  
 Larch, Gentian, Gorse, Mustard  
 Agrimony, Cherry Plum  
 Willow, Heather, Chicory  
 Vine  
 Olive, Centaury, Hornbeam  
 Olive, Hornbeam

Esquecimento	Chestnut bud
Fanático	Vervain
Fantasia ( pessoa fantasiosa)	Honeysuckle, Clematis
Fé (perda de...)	Gentian, Gorse
Fracassado(a) (sente-se...)	Gentian, Larch, Oak
Gravidez difícil	Rescue, Walnut, Scleranthus
Hipocondríaco(a)	Chicory, Clematis, Centaury, Heather
Imaturo(a)	Chicory, Cherry plum, Chestnut Bud
Impaciente	Impatiens, Vervain
Impulsivo(a)	Impatiens
Incapaz (sente-se...)	Larch
Indeciso entre duas opções	Scleranthus
Indeciso entre muitas opções	Wild Oat
Infeliz (sensação de infelicidade)	Holly, Star of Bethlehem, Pine
Inseguro(a)	Larch
Insensível	Wild Rose, Clematis
Insônia	Vervain, Impatiens, Agrimony
Invejoso(a)	Holly, Willow
Irritado(a)	Vervain, Impatiens
Mágoa(guarda dentro de si...)	Holly, Willow
Medo de coisas concretas, conhecidas	Mimulus
Medo de coisas abstratas	Aspen
Medo de perder o controle	Cherry Plum
Medo pelos outros	Red Chestnut
Medo exagerado(Pânico)	Rock Rose
Memória fraca	Chestnut Bud
Pânico	Rock Rose
Paralisado( por medo e choque)	Rock Rose, Star of Bethlehem
Pena de si mesmo	Chicory, Heather
Pensamentos obsessivos	White Chestnut
Perdão (não consegue perdoar)	Holly, Willow
Perdão (não perdoa a si mesmo)	Pine
Pessimista	Larch, willow
Possessivo(a)	Chicory
Pressentimentos negativos	Red Chestnut, Aspen
Rabugento(a) (mau-humor)	Holly, Willow, Chicory
Raiva (sentimento de...)	Holly, Willow
Rancor (guarda dentro de si...)	Willow, Holly
Reprime a si mesmo	Pine, Rock Water
Reprime os outros	Vine
Sensível a influências externas	Walnut
Solidão (sofre pelo medo da...)	Chicory, Mimulus
Sono em excesso	Olive
Sono (falta de...)	Vervain, Impatiens
Superprotetor (a)	Red Chestnut, Chicory
Stress Físico	Olive
Stress constante	Oak
Stress com tensão	Vervain
Tenso mentalmente	Vervain, Impatiens
Tenso fisicamente	Elm, Vervain, Impatiens

Tímido(a)	Larch, Mimulus
Triste por motivo conhecido	Gentian
Triste profundamente	Mustard, Gorse
Vergonha de si mesmo	Crab Apple
Vingança(sentimento de...)	Willow, Holly
Violento(a)	Cherry Plum

## Compostos Florais

*“ O sofrimento é mensageiro de uma lição, a alma envia a doença para nos corrigir e nos colocar no nosso caminho novamente. O mal nada mais é do que o bem fora do lugar.”*

*Edward Bach*

### **Rescue Remedy( Remédio de Emergência)**

Composto por cinco Florais:

Cherry Plum: para a perda do controle;

Clematis: para a perda da consciência;

Impatiens: Para o estresse;

Rock Rose: Para o pavor;

Star of Bethlehem: para o choque.

### **Indicamos o Rescue para quais casos?**

Floral utilíssimo para qualquer situação seja grave ou não. Para casos corriqueiros como o susto por que viu uma pequena cobra no quintal ou o algo mais sério como o pânico de um acidente. Recomendado também para quem recebeu uma má notícia: o falecimento de um ente querido, o roubo de um carro, uma tragédia, etc. Enfim, é o floral para aquele momento emergencial de socorro, pois alivia a dor, o medo, o estresse, o choque, trazendo paz e serenidade para encarar o problema com clareza e mais tranquilidade.

Este Floral é tão importante que seria ideal que pudéssemos tê-lo em casa sempre à mão para quando precisarmos. Para aquela dor de cabeça de origem psicológica ou por tensão de uma notícia desagradável. Para aquela criança que levou um susto ao cair do balanço, ou porque foi mordido pelo cachorro. Neste último caso recomenda-se além de tomar, borrifar o floral no ferimento.

Em alguns casos recomenda-se o Rescue em pomada. Encontrada em farmácias de manipulação. São muitas as suas aplicações: queimaduras

leves, queda de cabelo provocada por estresse, queda de pêlos nos animais, coceiras em geral.

Aplica-se o Rescue em sementes ou plantas já germinadas: 25 gotas do floral para cada 100ml de água, fazendo com que a sementinha tenha mais força e vigor para vencer a casca e torne-se uma bela planta. Já para a flor adulta traz saúde e vitalidade, restaurando-a contra as doenças e fungos.

Ótimo para os animais, seja como restaurador da saúde e apetite ou para o vigor físico e energético.

Este composto é o grande harmonizador de todos os Chacras.

### **Fórmula de Exame**

Composto por seis florais:

Gentian: para a dúvida;

Elm: para a perda momentânea de confiança;

Clematis: para os devaneios e distrações;

White Chestnut: para a concentração;

Larch: para dar coragem e autoconfiança;

Mimulus: para o medo de reprovar.

Este composto tem sido usado com muito sucesso por vestibulandos, prestadores de concursos públicos, testes seletivos, provas escolares ou de faculdades. Age diretamente nos Chacras Frontal, Plexo Solar e Umbilical.

### **Fórmula da Paz Interior**

Composto por quatro florais:

White Chestnut: para os pensamentos persistentes e obsessivos;

Vervain: relaxa a musculatura;

Impatiens: relaxa as pessoas impacientes, irrequietas e muito ativas;

Rescue: reequilibra por completo trazendo a paz interior.

Este composto realmente é extraordinário, acalma, relaxa, traz tranquilidade, sendo um remédio maravilhoso contra o “**estresse**” e a “**insônia**”. Age diretamente no Chakra Frontal, mas também reequilibra e harmoniza os demais chacras.

### **Fórmula da Transformação**

Composto por quatro florais:

Holly: contra os sentimentos inferiores: ciúme, raiva, ódio, mágoa, sentimento de vingança;



Willow: para os sentimentos negativos guardados que não são exteriorizados;

White Chestnut: liberta contra os pensamentos negativos persistentes;

Rescue: traz o equilíbrio interior completo e pleno. Age diretamente nos chacras Cardíaco e Plexo Solar, porém também reequilibra os demais chacras.

A Fórmula da Transformação literalmente tem esta finalidade. Transformar os sentimentos inferiores e negativos nos sentimentos nobres do amor, do perdão, da compreensão, da esperança e confiança. Age diretamente nos chacras Plexo solar, Laríngeo e Cardíaco.

### **Fórmula da Confiança**

Composto por cinco florais:

Cerato: para dar autoconfiança;

Wild Oat: traz a clareza para tomar decisões;

Larch: aumenta a auto-estima;

Olive: traz vigor físico;

Mimulus: para o medo de falhar.

Fórmula excelente para pessoas inseguras, com baixa auto-estima, para quem pretende ter a primeira relação sexual, para quem se sente inadequado para alguma situação, para a entrevista do primeiro emprego, para a impotência sexual.

**Atenção:** quando recomendar um composto floral com exceção do Rescue, nunca indique somente pelo nome genérico tipo “Fórmula de Exame”, você deverá escrever o nome dos cinco florais deste composto, e assim proceder com todas as fórmulas com florais de Bach. Veja o modelo a seguir:

Neste caso o terapeuta floral quer indicar o composto “Fórmula da Transformação”:

Recomendação de Floral

Para José da Silva

Sistema Bach:

Holly

Willow

White Chestnut

Rescue

1 Frasco de 30 ml.

Brandy 20%

Tomar 4 gotas 4X ao dia

Data:

## Florais Para Ambientes

*"Os florais curam, não combatendo a doença mas inundando nosso corpo com as sublimes vibrações da nossa natureza superior em cuja presença a enfermidade se dissolve como a neve à luz do sol." -Edward Bach*

Dependendo do ambiente e o que se quer harmonizar recomendamos alguns compostos florais:

Para ambientes carregados energeticamente. Lugares de grande circulação de pessoas. Local que precisa se reequilibrar: consultórios (após cada atendimento), casas, comércios, etc.

O modo de aplicação é simples: 25 gotas do floral já pronto dentro do borrifador com 100ml de água. Chacoalhe bem e borrife por todo o local.

### **Florais indicados:**

**Crab apple:** para filtrar as energias negativas, transmutando-as;

**Walnut:** para proteger o ambiente contra as influências negativas externas;

**Star of Bethlehem:** para ambientes como consultórios onde há muitas lembranças tristes e traumáticas por parte dos consulentes;

Se o ambiente é carregado pela energia do ciúme, por brigas e desavenças, ódio e ressentimentos, recomenda-se acrescentar os florais: **Holly** e **Willow** neste composto.

Caso seja um quarto de dormir os florais indicados juntamente com Crab Apple e Walnut são:

**Vervain**: para relaxar;

**White Chestnut**: para trazer paz e tranquilidade mental.

## Modo de Recomendação

Floral para ambientes

Para José da Silva

Sistema Bach:

Crab Apple

Walnut

Holly

Willow

1 Frasco de 30 ml

Brandy 20%

25 gotas para cada 100ml de água

Data:

---

Carimbo e assinatura

**Atenção:** Caso queira que seu floral para ambientes tenha algum tipo de aroma, basta saber quais essências dispõe a Farmácia que mandou manipular e indique na recomendação logo após o item Brandy 20% o aroma desejado, exemplo: Brandy 20%, essência de Lavanda.

Também pode-se usar para esta modalidade de floral o conservante Álcool 70, na quantidade de 20%. Porém, lembre-se, este conservante é somente para uso externo.

## Florais Para Animais

*"Não existe cura autêntica, a menos que haja uma mudança de perspectiva, serenidade mental e felicidade interior" - Edward Bach*

### **Qual a dosagem recomendada para os animais?**

Recomenda-se administrar os florais quatro vezes ao dia. Sendo que a dosagem varia conforme o tamanho e o porte do animal:

Animais pequenos: esquilos, porquinhos-da-Índia, hamsters, coelhos, aves, sagüis, gatos, cachorros pequenos, camundongos, animaizinhos recém-nascidos, etc.- **“ 3 Gotas 4 vezes ao dia”**;

Animais Maiores: cachorros grandes, cabras, carneiros, leões, tigres, chimpanzés, etc.- **“ 6 Gotas 4 vezes ao dia”**;

Animais de grande porte: vacas, cavalos, burros, zebras, etc.-**“ 15 Gotas 4 vezes ao dia”**.

### **Como deve ser o modo de administração dos florais?**

Poderá ser aplicado diretamente na boca do animal, na língua ou sob a língua. Em caso de aves pode-se aplicar na ponta dos bicos que a ação capilar fará com que o floral entre na boca. Também administra-se através da água que o animal bebe, no leite ou outros líquidos e até mesmo na comida.

Em casos de cães muito grandes, carneiros, cabras, chimpanzés, recomenda-se seis gotas a três litros de água. Para animais de grande porte como cavalos, vacas, touros, adicionam-se quinze gotas para quatro litros de água.

### **Quais os efeitos do tratamento em animais?**

Geralmente os animais reagem de forma rápida aos florais. Podendo sentir seus efeitos imediatamente ou de um dia para outro. Em alguns casos podem ser sentidos de maneira gradativa.

Quando o animal reagir bem ao tratamento, a dosagem deverá ser diminuída gradativamente, até não se perceber mais nenhuma piora.

Caso o animal não apresente nenhuma melhora, recomenda-se continuar a terapia por mais cinco dias. Após este período, não havendo nenhuma reação positiva, a fórmula deverá ser trocada, pois provavelmente os florais indicados não sejam os corretos.

### **Existem efeitos colaterais nesta terapia?**

Não existem efeitos colaterais através da terapia floral. O que poderá acontecer é a piora da melhora ou crise de cura, que assim como nos humanos pode aparecer no animal, sendo que este processo é natural e passa rapidamente.

Em casos onde forem administrados os florais errados não haverá problema algum, pois os florais que não fazem bem, também não farão mal algum. O floral que não serve ao animal é simplesmente descartado pelo seu organismo.

### **Qual a quantidade de florais deverá ser recomendada?**

No máximo seis florais.

### **Qual a forma correta de estocar os frascos?**

Jamais guarde seu frasco de floral próximo a campos elétricos ou eletromagnéticos como: TVs, computadores, microondas, celulares, geladeiras, etc. Também deixe-o longe da exposição direta à luz do sol e a temperaturas muito elevadas como: dentro de gavetas e armário trancados.

A melhor maneira de guardá-lo é em prateleiras, em cima de uma mesa, nunca fechado.

### **Quais os conservantes Florais para animais?**

Se for um pássaro recomenda-se apenas água mineral. Para os demais animais temos o Brandy a 10%, Vinagre de maçã a 10%, ou Glicerina a 30%.

O melhor conservante é o Brandy(conhaque) pois preserva por mais tempo as propriedades dos florais. Caso haja alguma rejeição a este produto, recomenda-se o uso de um dos outros conservantes.

## **Recomendação dos Florais de Bach para animais**

O modelo de recomendação segue o mesmo padrão dos humanos:

Modelo 1

Vamos indicar um floral para a cadela Laica:

Colocamos a recomendação no nome do dono:

Recomendação de Floral para José da Silva

Sistema Bach:

Holly;

Chicory;

Rescue.

1 Frasco de 30 ml

Brandy 20%

Tomar 3 gotas 4 vezes ao dia

Data:

\_\_\_\_\_  
Carimbo e assinatura do Terapeuta

Modelo 2:

Floral para o cavalo Pégasus

Recomendação Floral

Para Genaro Silvino( dono do cavalo)

Sistema Bach:

Vervain;

Elm;

Holly;

Rescue.

1 Frasco de 30 ml.

Brandy 20%  
Tomar 15 Gotas 6 vezes ao dia

Data:

\_\_\_\_\_  
Carimbo e Assinatura

## Resumo das Recomendações Para Animais

Floral	Recomendação	Transformação	Sentimentos-Chave
Agrimony	Sufrimento que não é expressado	Paz interior, calma, docilidade	Sinais suaves de sofrimento; respiração ofegante, coração acelerado.
Aspen	Medo de coisas sem explicação e desconhecidas	Ousadia e Coragem	Apreensivo
Beech	Para animais que não toleram brincadeiras	Tolerância e flexibilidade com as brincadeiras	Mau humor.
Centaury	Para animais muito submissos, que vivem com o rabinho entre as pernas	Traz firmeza e resistência.	Submissão, condescendência.
Cerato	Para animais sem confiança	Traz muita auto-confia	Necessita de aprovação, falta de auto-confiança.
Cherry Plum	Para animais com comportamento incontrolável devido ao medo extremo	Controle da situação apavorante	Fobias extremas e frequentes.
Chestnut Bud	Para animais que não aprendem com as experiências	Traz capacidade de aprender	Dificuldade de aprender, repete os mesmos erros
Chicory	Para animais carentes, possessivos, com necessidade de atenção.	Traz o instinto de proteção normal	Carência e possessividade
Clematis	Para animais desatentos	Faz com que o animal esteja sempre de prontidão	Desatenção
Crab Apple	Para animais que	Asseio, dignidade.	Limpeza geral

	gostam de sujeira, falta de asseio. Contra infecção, ou envenenamento.		
Elm	Animal que sente inadequado em alguma situação temporariamente	Traz a sensação de competência	Sensação de incapacidade temporária
Gentian	Para o animal desanimado	Traz a sensação de ânimo e vontade continuar fazendo	Desalento
Gorse	Para animais que não respondem a tratamentos	Força, vitalidade, vontade de levantar	Completamente sem energia para tentar outra vez
Heather	Animais que se sentem solitários, pulam sem parar nos colos dos donos, gostam de ser o centro das atenções	Tranquilidade e domínio sobre si	Ser o centro das atenções, medo da solidão, carência
Holly	Para animais ciumentos, muito bravos, desconfiados, traiçoeiros	Traz a tranquilidade e os deixam mais inofensivos	Ciúme, desconfiança, raiva
Honeysuckle	Para animais que mudaram de casa e sentem saudade do antigo lar	Traz o entendimento de que mora em outro lar	Preso ao passado
Hornbeam	Para animais fracos e cansados por atividades rotineiras e que exigem muito	Traz vigor para encarar as atividades que se repetem	Cansaço com a rotina
Impatiens	Para animais impacientes e irritados	Traz paciência e tranquilidade	Impaciência e Irritabilidade
Larch	Para animais sem confiança de fazer algo por já terem feito antes e dado errado. Sentem-se inferiorizados perante outros animais maiores	Traz confiança e ousadia	Falta de auto-confiança
Mimulus	Para animais que sentem medo de coisas concretas e que se sabe o que é	Traz muita coragem	Medo de origem conhecida
Mustard	Tristeza cíclica de origem desconhecida que deixa o animal abatido de repente	Traz mais alegria e serenidade	Tristeza profunda que aparece de repente
Oak	Para aqueles animais que labutam de sol a	Traz força e capacidade de	Excedem os limites da resistência



	sol e devido ao excesso de trabalho ficam desanimados e exaustos	suportar grandes tensões	
Olive	Para os animais exaustos fisicamente, sonolentos e cansados	Traz força e vitalidade	Fadiga física e cansaço
Pine	Para os animais que depois de fazer algo errado demonstram sentimento de culpa e arrependimento	Traz a clareza do que é certo ou errado	Sentimento de culpa
Red Chestnut	Para aquele animal superprotetor com seus donos e com suas crias	Traz a tranquilidade necessária para evitar os excessos	Superproteção excessiva com donos e crias
Rock Rose	Para o animal dominado pelo terror ou pânico. Chega a ficar paralisado de medo ou com os pelos arrepiados	Traz coragem e muita calma	Pânico e terror
Rock Water*	Para os animais que buscam a perfeição. Os cães de guarda que mesmo na chuva ou no frio não deixam seus postos para manterem a aparência de perfeitos	Traz flexibilidade e clareza sobre os exageros	Auto-repressão
Scleranthus	Para o animal que tem dúvida entre duas coisas: qual dono agradar primeiro, qual comida comer agora, qual brinquedo pegar. Oscila de humor	Traz estabilidade e equilíbrio.	Dúvida entre duas coisas e oscilação de humor.
Star of Bethlehem	Para o animal que sofre por algum choque ou trauma que pode ser devido a maus tratos, um atropelamento, etc.	Traz Calma, serenidade e confiança para enfrentar a situação traumática	Traumas e choques.
Sweet Chestnut	Para animais que sofreram demais e já estão no mais absoluto abatimento, chegando quase à morte	Traz resistência e força para continuar sua jornada	Sufrimento profundo
Vervain	Para animais hiperativos, agitados e que devido a tanta agitação ficam com	Traz comedimento	Hiperatividade

	muita tensão física		
Vine	Para animais dominadores, que brigam com unhas e dentes pelo território, tornando-se muito agressivos	Traz a clareza e a compreensão de dividir	Dominador agressivo
Walnut	Para os animais que não conseguem se adaptar a novas situações como; um novo dono, uma nova casa, um outro animal de estimação para dividir a atenção	Traz adaptabilidade	Saber lidar com situações novas
Water Violet	Para animais arredios, reservados, que se isolam	Traz sociabilidade	Reservados
White Chestnut	Para animais inquietos, que não dormem	Traz a capacidade ficar quieto e um sono reparador	Inquietos
Wild Oat	Para animais indecisos que não tem senso de direção	Traz senso de direção	indecisão
Wild Rose	Para animais resignados e apáticos parece vegetar	Traz muita vontade de viver	Apatia Geral
Willow	Para o animal que guarda rancor de alguém por ter-lhe maltratado antes, atacando esta pessoa sempre que a vê	Traz a tranquilidade para conviver mesmo com quem a fez mal antes	Guardar rancor.

## Florais de Bach Para Plantas

### Problemática

Plantas que tiveram suas pétalas

ou flores arrancadas e tem que conviver

com a pessoa que a maltratou

Plantas que não crescem por estarem próximas de outras plantas maiores

Plantas que mesmo mudadas de lugar :sol ou sombra não ficam vistosas

Plantas murchas ou doentes por terem sido abandonadas pelo dono ou por terem passado por algum fato marcante

Plantas que já estão morrendo, sem força para viver

Plantas fracas que tendem a murchar

Plantas que ficaram doentes ou fracas depois de uma mudança de endereço

Sementes que não conseguem germinar

Plantas que sofrem em ambientes repletos de energias negativas como: inveja, ciúme, brigas, discussões, ódio, etc.

Plantas que não crescem e não florescem

Para planta frondosa que durante anos mostrou-se forte fazendo grandes esforços, mas chegou ao limite de sua resistência

Plantas que são dependentes de outras, sufocando, enrolando-se em outras, mostrando possessividade

Para as plantas que são cobradas para darem lindas flores e frutos

Plantas contaminadas por fungos, poluição do ar ou água suja

Para plantas que sofreram por incêndio

Para plantas que servem de alimentos e de repente param de produzir

Plantas que quando ficam solitárias ficam doentes

### Florais Recomendados

Mimulus, Star of bethlehem, Holly

Cerato, Rescue, Larch

Scleranthus, Rescue

Gentian, Star of Bethlehem, Rescue

Gorse, Wild Rose, Olive, Rescue, Mustard

Olive, Rescue, Crab Apple, Walnut

Honeysuckle, Rescue, Crab Apple, Walnut

Wild Rose, Rescue, Olive

Holly, Willow, Crab Apple, Walnut, Rescue

Larch, Rescue

Oak, Rescue, Olive

Chicory, Vine

Rock Water, Vervain, Rescue

Rescue, Crab Apple, Walnut

Star of Bethlehem, Rescue, Mimulus

Elm, Larch, Rescue

Heather, Rescue

Para a planta que mesmo envolto de belas flores não consegue florir igual às outras	Chestnut bud, Rescue
Plantas que são alvo da inveja alheia	Crab Apple, Holly, Walnut, Rescue
Para a planta que vendo uma outra ficar doente começa a ficar doente também	Rock Rose, Rescue, Mimulus

## Dicas Importantes Sobre Florais Para Plantas

**Atenção:** para cada problema observe que existe um grupo de florais recomendado. O ideal é que todos os florais indicados sejam usados.

**Exemplo:**

• Plantas que são alvo da inveja alheia:

**Recomendação:** Crab Apple, Holly, Walnut, Rescue.

♣ Para fazer a recomendação de Floral para plantas, deve-se seguir o padrão de indicação para os seres humanos;

♣ Quando mandar manipular use o nome do dono da planta;

♣ O conservante poderá ser o Brandy, porém algumas plantas podem ser sensíveis ao álcool. Desta forma use como conservante o Vinagre de maçã;

♣ Há duas maneiras de aplicar os florais nas plantinhas, a pessoa deverá utilizar as duas formas:

1º) Borrifando: 25 gotas do floral para cada 100 ml. de água em um borrifador. Borrifar 4 vezes ao dia;

2º) Regando: 15 gotas para cada 100 ml de água. Pingue os florais no regador com água, misture bem e regue conforme de costume.

# Casos Clínicos Com Florais de Bach

*"A maior contribuição que podemos dar aos outros é sermos, nós mesmos, felizes e esperançosos; assim poderemos tirá-los do seu desalento. A ação destes remédios é a elevação de nossas vibrações, a abertura de nossos canais para o Eu espiritual e inundando nossa natureza com a virtude particular de que necessitamos e removendo de nós a imperfeição que nos está causando danos"- Edward Bach*

Vamos conhecer agora diversos casos reais tratados com Florais de Bach. Lembramos que por uma questão de ética, usaremos nomes fictícios para cada situação.

## Caso 1 “O ciúme”:

Miguel é um homem bem sucedido profissionalmente e financeiramente. Seu grande problema é o ciúme doentio que tem por sua esposa. O agravante neste caso é que há dez anos atrás, sua mulher teve uma amizade com um rapaz da empresa que trabalhava. O próprio Miguel diz saber conscientemente que nada existiu entre os dois além de uma bela amizade. Porém em seu inconsciente, acredita piamente na traição da esposa. Mesmo hoje após dez anos do fim da amizade entre eles, todos os dias quando chega em casa, faz as mesmas perguntas: “Cadê ele?”, “Ele passou por aqui?”.

No seu íntimo, Miguel carrega muitos medos, traumas e sentimentos que precisam ser superados. A pessoa ciumenta sofre muito, principalmente pela dúvida que carrega se está sendo traída ou não. Elas criam fantasias em suas mentes, verdadeiras novelas com um final pronto, onde ela é a vítima e o parceiro ou parceira é o vilão, ou vilã. Acaba por ter certeza de algo que não é certo. Sente um ciúme doentio, causado pela insegurança ou pelo medo de perder quem ama. É um dos sentimentos mais torturantes que existe, comparado até mesmo à depressão. O ciúme é uma verdadeira neurose, onde a vida da

pessoa para, e sua mente apenas tem foco no alvo de seu ciúme e de suas fantasias negativas.

Florais Recomendados:

**Holly:** para o ciúme e a raiva;

**White Chestnut:** para os pensamentos persistentes;

**Larch:** para aumentar a auto-estima pois o ser ciumento tem tendência a se diminuir perante a pessoa amada.

## **Caso 2 “Medo de dirigir”**

Rafael é um ótimo professor. Adorado pelos alunos, querido pelos colegas e respeitado na sua área de atuação. Porém, ele carrega um grande bloqueio. Deixou muitas oportunidades escaparem devido ao medo aterrorizante que tem de dirigir. Tudo causado por um acidente que sofreu na infância, em que seu pai acabou batendo o carro da família sem maiores consequências.

Neste caso o medo de dirigir tem uma raiz conhecida. Mesmo o acidente tendo sido leve, sem feridos. Rafael por ser apenas um bebê de colo, registrou a cena como traumática, impedindo-o de dirigir, pois em seu inconsciente ficou arquivado que carro é algo perigoso e que causa acidentes.

Florais Recomendados:

**Star of Bethlehem:** para o trauma do acidente;

**Mimulus:** para o medo específico de dirigir;

**Cerato:** para ter auto-confinça de que é um bom motorista.

## **Caso 3 “Sentimento de Culpa”**

Angélica é uma jovem de vinte e dois anos. Há três anos, envolveu-se com um rapaz quatro anos mais velho, casado, pai de dois filhos. No auge de sua paixão, de forma desesperada, mandou cartas à esposa do amante, contando tudo. Mandou fotos, inventou histórias, enfim, conseguiu destruir o casamento do homem por quem estava apaixonada.

Hoje, passados alguns anos do fato, ela sente-se culpada pelo fim deste relacionamento. Principalmente por sua relação com o rapaz em questão não ter dado certo. Angélica carrega no peito o remorso de ter feito toda uma família sofrer.

Floral Recomendado:

**Pine:** pelo sentimento de culpa;

## **Caso 4 “O General”**

Samuel é homem muito dedicado no trabalho, é o chefe de uma grande empresa de produtos eletrônicos. Sua queixa é que as pessoas da empresa reclamam da forma como ele trata a todos: asperamente, secamente, como um general. Autoritarismo é a marca da personalidade de Samuel. Sempre criticando o que os outros fazem.

Quando esta pessoa procurou a ajuda do terapeuta era porque seu modo de agir com os demais estava afastando a todos de seu convívio. Ninguém quer ter como amigo quem o maltrata.

Florais indicados:

**Vine:** contra o autoritarismo;

**Beech:** contra a intolerância e crítica excessiva com os outros;

**Vervain:** para trazer um pouco de relaxamento e tranquilidade.

## **Caso 5 “A máscara”**

Sâmara é uma linda mulher. Sempre aparentado ser a pessoa mais feliz do mundo. Nas festas é a alma do lugar. Sua presença traz brilho e alegria. Nunca aparenta sequer um traço de tristeza ou abatimento. Porém, ninguém consegue ser feliz e alegre em 100% do tempo. Quando perceber alguém assim desconfie. Como Sâmara esta pessoa pode estar escondendo atrás de uma máscara de felicidade e jovialidade, um sofrimento interior muito profundo.

Esta mulher criou em sua vida um escudo para não compartilhar seus problemas com os demais. Isto de certa forma é nobre, pois não querer que os outros sofram com suas dores é um exemplo bonito, mas que traz um sofrimento interior muito profundo. O desgaste mental e energético de quem tem que fingir a todos estar sempre feliz e cheia de energia, mesmo em momentos em que está sentindo a mais terrível tristeza e desespero é avassalador. É na verdade uma fuga dos problemas.

Florais Recomendados:

Agrimony: para as fugas dos problemas, contra a máscara de jovialidade e felicidade, para fazer confiar nos demais;

Olive: contra o desgaste energético causado pela máscara da felicidade;

Rescue: para trazer paz interior.

## **Caso 6 “A má notícia”**

Irineu é um homem batalhador, bom pai, bom filho, um ser humano nota dez. Certo dia ele recebeu a terrível notícia do falecimento de sua querida mãe. Ficou muito abatido, triste, cabisbaixo, arrasado. O que é compreensível. Porém, como o terapeuta era amigo da família, imediatamente percebendo a

situação desesperadora que Irineu se encontrava, preparou uma fórmula floral para que ele pudesse suportar este momento marcante.

Florais recomendados:

Rescue: para o trauma da má notícia, traz tranquilidade para suportar o momento triste, evita o desfalecimento, centra a mente em bons pensamentos;

Gentian: contra o desânimo ou tristeza por fato acontecido, no caso o falecimento da mãe.

## **Caso 7 “O Capacho”**

Tiago é um rapaz muito gentil, atencioso e carinhoso com todos. Porém sua gentileza chega a ser motivo de piada pelas pessoas de seu convívio. Aproveitando-se dessa personalidade exageradamente bondosa, alguns indivíduos fazem dele um verdadeiro escravo, um capacho. No trabalho pedem que faça atividades que não são de sua competência, e ele ávido por agradar faz prontamente. Na faculdade, alguns alunos folgados, pedem que ele lhes faça um trabalho que não terão tempo de fazer, e novamente Tiago, querendo ser gentil, faz.

Tudo tem um limite. Ser bondoso e gentil é ter virtudes maravilhosas, porém quando essa gentileza ultrapassa os limites da normalidade, tornando a pessoa capacho na mão de outras mal intencionadas, torna-se um problema.

Florais Recomendados:

**Centaury:** contra a submissão;

**Larch:** para aumentar a auto-estima;

**Cerato:** para aumentar a autoconfiança.

## **Caso 8 “Esgotamento Físico E Mental”**

Silas devido ao trabalho e a faculdade está esgotado fisicamente e mentalmente. A fadiga faz com que ele sinta muito cansaço, moleza no corpo, sono, vontade de não fazer nada. Existem dois motivos que podem estar levando nosso consultante a este estado: o cansaço real pelo excesso de atividades e o acúmulo de energias negativas captadas de pessoas e ambientes.

Florais Recomendados:

Olive: para o esgotamento físico e mental;

Crab Apple: filtra as energias negativas internas;

Walnut: protege contra as influências negativas externas.



## **Caso 9 “Repetição do Erro”**

Letícia é uma jovem simpática e bonita. O problema dela é que mesmo passando às vezes por situações complicadas e constrangedoras, parece não aprender com os próprios erros e acaba repetindo as mesmas atitudes e erra novamente.

Nos relacionamentos, Letícia age sempre da mesma forma. Escolhe rapazes que não querem um compromisso sério, desta forma, no final acaba sofrendo pelo rompimento do namoro. Na vida cotidiana, ela sempre empresta dinheiro para amigos, faz compra em seu cartão de crédito para colegas, e muitas vezes, eles lhe dão o calote, e a consulente tem de arcar com o prejuízo.

Fica claro para o terapeuta que Letícia não consegue aprender com os seus erros. Parece não perceber que o que deu errado poderá dar errado novamente. Não tem a noção de que quando falhamos, ou cometemos atitudes que não dão certo, devemos ficar atentos para não repetirmos os mesmos erros novamente.

Floral Recomendado:

Chestnut Bud: para ter o discernimento e aprender a não cometer os mesmos erros.

## **Caso 10 “Pensamentos Torturantes”**

Pedro é um homem inteligente, trabalhador e aplicado em tudo que faz. Há poucos dias ele foi demitido de um emprego onde trabalhou por dez anos, sendo muito bem remunerado. Agora, sofre com uma angústia profunda. Pensamentos torturantes e obsessivos povoam sua mente, pensa nas dívidas, no aluguel, no carro financiado. “Será que nunca mais vou conseguir emprego?”, “Ai meu Deus, e as contas, como vou pagar sem emprego?”.

Devido as neuroses Pedro tem se alimentado muito mal, perdeu o apetite e tem sido acometido por uma insônia profunda, pois passa as noites mergulhado em seus pensamentos.

Florais Recomendados:

White Chestnut: contra os pensamentos obsessivos;

Mimulus: contra o medo concreto de ficar sem emprego;

Vervain; para trazer-lhe um relaxamento.

## **Caso 11 “A sonhadora”**

Marilda é uma mulher muito sonhadora. Vive mergulhada em suas fantasias. Cria em sua mente um futuro maravilhoso, acredita nele. Acaba tendo uma vida paralela em suas ilusões.

O problema é que para a mente, o futuro é um tempo que nunca chega. Ficar esperando algo bom no futuro é uma espera em vão. O tempo correto para uma mentalização é o presente. Portanto a pessoa que foca sua existência em um futuro que nunca vai chegar é viver uma vida na desilusão.

Floral recomendado:

Clematis: contra as fantasias, para pessoas que vivem presas ao futuro, ancora os consulentes no tempo presente.

## **Caso 12 “Nostalgia”**

Marcos vive preso ao passado. Parece fugir da realidade presente. Enquanto todos estão focados em fazer algo concreto, ele fica navegando em pensamentos, longe, distante, recordando a infância que não volta mais, ou alguns instantes alegres que teve antigamente.

Focar somente o passado, ser alguém extremamente nostálgico, é uma fuga do tempo atual. Pessoas assim, tendem a não resolver seus problemas, na verdade sempre que tem de enfrentá-los vagueia nas lembranças, evitando desta forma a confrontação com o presente.

Floral Recomendado:

Honeysuckle: para a nostalgia exagerada.

## **Caso 13 “ O indeciso”**

Rafael é um rapaz bonito e inteligente. O problema é que gosta de duas moças. Sente muita atração física por Ana, e tem um carinho enorme por Kely. Não consegue decidir com qual das duas realmente quer ficar e ter um namoro sério. Assim, vai prorrogando a situação, tendo que mentir hora pra uma, depois pra outra. Porém quando tem que chegar à conclusão de que deve namorar apenas uma, fica muito indeciso e prolonga a tortura da dúvida.

Floral Recomendado:

Scleranthus: para a dúvida entre duas coisas.

## **Caso 14 “Medo de fantasma”**

Priscila é uma menina de oito anos. Alegre, carinhosa e extrovertida. De uns tempos para cá, ela começou a apresentar um medo inexplicável de dormir sozinha em seu quarto. Só consegue dormir com a presença dos pais. Diz estar com medo de fantasmas e assombrações. Quer que a luz fique acesa a noite toda.

Floral recomendado:

Aspen: para medos abstratos e inexplicáveis: fantasmas, assombrações, medo de dormir, de estar sendo perseguido por forças mágicas e místicas, etc.

## **Caso 15 “Pânico”**

Marlene é uma senhora de cinquenta anos. Há um mês começou a sentir um pequeno medo de sair de casa. Pensava que lá fora havia muitos perigos: assalto, seqüestros, violência no trânsito, etc. O caso foi se agravando, até chegar ao ponto dela não sair mais de casa, devido ao pânico e terror que sente de que algo ruim possa acontecer.

Esta mulher é o caso típico da pessoa influenciada por tantas tragédias e acontecimentos negativos que assolam nosso mundo.

Florais Recomendados:

Rock Rose: para o pânico;

Mimulus: para os medos concretos;

Aspen: para os medos abstratos.

## **Caso 16 “Doente Sem Esperança”**

Francisco é um homem sofrido, de uma vida com muita luta e batalha. Atualmente, vem travando mais uma luta. Está fazendo tratamento contra um câncer, que teima em não curar. Depois de tantas tentativas, ele perdeu a vontade de melhorar, está desanimado quanto à cura. Pensa que nada mais pode ser feito. A depressão tomou conta juntamente com a desesperança.

Florais Recomendados:

Gorse: contra a falta de esperança na cura;

Rescue: para o reequilíbrio geral.

## **Caso 17 “A impaciente”**

Lara é uma professora iniciante. Tem sofrido muito neste início de carreira devido à sua impaciência. Não está conseguindo lidar com alunos que apresentam dificuldades de aprendizado. Ela fica irritada com a lentidão de certos estudantes. Acaba forçando para que eles terminem mais rápido suas lições. Lara ao fazer perguntas aos alunos, percebendo que eles demoram em responder, responde antes mesmo de eles tentarem pensar a resposta.

Florais Recomendados:

Impatiens: contra a impaciência e irritabilidade pela lentidão e dificuldade dos demais;

Vervain: traz o relaxamento para enfrentar situações de estresse.

## **Caso 18 “Não Suporta a Solidão”**

Pablo é um adolescente tagarela. Adora falar sobre seus problemas, mas não gosta muito de ouvir os problemas alheios. Gosta de ter a atenção de todos. Na escola é chamado de chato pelos colegas, pois no grupo é o que mais fala, não deixando os outros falarem. Encosta nas pessoas quando está próximo, segfura em suas roupas, toca nelas ao conversar.

Este caso é típico da pessoa insegura, que tem medo da solidão e de ser rejeitado. O pegar e o tocar é uma forma inconsciente de evitar que as pessoas fujam dele.

Florais indicados:

Heather: contra o medo da solidão, traz segurança para saber enfrentar situações sozinho;

Larch: aumenta a auto-estima;

Cerato: traz autoconfiança.

## **Caso 19 “A Grande Mudança”**

Joaquim é um recém aposentado. Agora, está se sentindo um pouco perdido. Não sabe o que fazer, pois trabalhou a vida inteira. Está sentindo-se sem rumo, um pouco inútil. É um momento de grande mudança em sua vida.

As pessoas perdem o chão quando passam por uma grande mudança: seja a mudança de emprego, quando vão morar sozinhas, na separação depois de um longo casamento, etc. Muitas entram em depressão. Na verdade o que as pessoas precisam entender é que não existe um fim, sempre há um recomeço.

Florais Recomendados:

Walnut: para encarar os grandes momentos de mudança na vida com confiança e discernimento;

Rescue: traz a paz e o equilíbrio para o enfrentamento do momento de mudança.

## **Caso 20 “ O Perdão”**

Natália guarda uma grande mágoa de seu pai. Quando recém-nascida foi rejeitada por ele, e teve somente depois de adulta sua paternidade reconhecida por decisão judicial. Guarda este rancor profundo, e vive cheia de questionamentos a respeito do pai.

A mágoa, a raiva e o rancor, são sentimentos muito fortes e que só fazem mal para quem sente. Eles criam nódulos energéticos tão poderosos que acabam por prejudicar a saúde: física, energética e mental da pessoa que os carrega. Portanto, o único caminho para se encontrar a paz verdadeira nesta vida é através do Perdão. Este sim é um sentimento maravilhoso, libertador, curativo e unificador.

Florais Recomendados:

Holly: contra todo sentimento negativo de raiva, ódio, rancor. Traz a certeza do perdão;

Willow: Transmuta toda energia negativa reprimida, facilitando o perdão.

## **Caso 21 “Insônia Crônica”**

Jaime está sofrendo de insônia crônica. Fica pensando na vida, no afazeres de amanhã, fica ligado em tudo, não consegue se desligar muito menos relaxar.

Muitos são os fatores que podem levar uma pessoa à insônia: pensamentos obsessivos, tomar muito chá, café, refrigerante, que devido ao excesso de cafeína podem provocar a insônia. Fazer atividades no quarto de dormir: como assistir televisão, ler, trabalhar no computador, etc.

Lembre-se o quarto de dormir é para dormir. Nossa mente tem que separar atividades em que precisa estar ligado, do quarto de descanso.

Florais Recomendados:

Vervain: relaxante muscular e mental;

Impatiens: traz tranquilidade para esperar o outro dia chegar e assim resolver os problemas;

Rescue: traz o equilíbrio geral.

White chestnut: traz tranquilidade mental, clareza nas idéias, livra a mente de pensamentos torturantes.

## **Caso 22 “Que Carreira Seguir?”**

Lucas terminou o Ensino Médio, está prestes a fazer a matrícula no vestibular. O que parece uma atitude simples e prazerosa, para ele tornou-se um tormento. Este rapaz não consegue decidir que carreira, que caminho profissional seguir. Hora pensa em fazer direito, depois muda de idéia e decide estudar engenharia, logo em seguida muda novamente os planos, e sente-se inclinado em matricular-se no curso de psicologia.

Esta indecisão geral é traço marcante em muitas pessoas, e não se resume apenas quanto à carreira profissional, poderá afetar decisões das mais diversas, em todos os setores da vida. Isto é quase uma tortura mental. Pessoas com esta personalidade, sofrem muito, pois tem extrema dificuldade em tomar decisões e escolher caminhos. Desta forma acabam sempre fazendo diversas coisas e não terminando nenhuma.

Florais Recomendados:

Wil Oat: contra a indecisão geral;

White Chestnut: para ter clareza de idéias.

## **Caso 23 “Vítima de Fofocas”**

Sirlei é uma moça cheia de amigos, muito simpática e extrovertida. Há dois meses vem sofrendo muito, sentindo-se triste, desiludida, angustiada. O motivo desta tristeza toda é a terrível fofoca. A boataria é uma bomba atômica na vida das pessoas, pois o ser humano tem a incrível tendência em acreditar primeiro no que ouve para depois saber se é verdade. E mentiras se espalham na velocidade da luz, e depois, para a pessoa que foi alvo do boato provar o contrário, torna-se uma missão difícil. Até porque existe uma máxima que é real: “Uma mentira contada muitas vezes torna-se verdade”. Sim uma fofoca espalhada, e de tanto contada, acaba por ser aceita como verdade por todos.

Sirlei, com seu sofrimento interior, buscou ajuda do terapeuta, tentando ao menos encontrar forças para suportar as maledicências que falaram sobre ela.

Infelizmente, contra as malditas palavras, já lançadas ao vento, não se pode fazer nada. Porém, esta moça pode ser ajudada a ter a clareza em sua mente para o enfrentamento deste momento crítico em sua vida. Ela conseguiu ter o discernimento, a paz interior e a hombridade, em erguer a cabeça de forma tranqüila, com postura, e com o tempo conseguiu recuperar a imagem positiva que sempre teve perante todos.

Florais Recomendados:

Holly: contra qualquer raiva que tenha ficado das pessoas que espalharam a fofoca;

Cerato: para trazer a autoconfiança perdida;

White Chestnut: traz a paz e a clareza mental;

Gentian: contra a tristeza pelo fato ocorrido.

## Ficha Padrão de Cliente

Nome: \_\_\_\_\_

Idade: \_\_\_\_\_

Anotar	Problemática Padrão	Floral Recomendado
um		
“X”		
X	<p>Pânico, terror, histeria</p> <p>Medo de coisas concretas</p> <p>Medo de perder o controle</p> <p>Medos abstratos e inexplicáveis</p> <p>Medo pelos outros</p> <p>Falta de autoconfiança</p> <p>Indecisão entre duas coisas</p> <p>Tristeza por fato acontecido</p> <p>Perda da esperança e vontade de tentar</p> <p>Cansaço devido a rotina da vida</p> <p>Indecisão Geral</p> <p>Vive ligada ao futuro, distraídas</p>	<p>Rock Rose</p> <p>Mimulus</p> <p>Cherry plum</p> <p>Aspen</p> <p>Red Chestnut</p> <p>Cerato</p> <p>Scleranthus</p> <p>Gentian</p> <p>Gorse</p> <p>Hornbeam</p> <p>Wild Oat</p> <p>Clematis</p>
X	<p>Nostalgia, vive presa ao passado</p> <p>Apatia, falta de interesse geral</p> <p>Esgotamento físico e mental</p> <p>Pensamentos persistentes e obsessivos</p> <p>Tristeza cíclica sem motivo aparente</p> <p>Dificuldade de aprender com os erros</p> <p>Isolamento, pessoas fechadas</p> <p>Impaciência, Ansiedade</p> <p>Não suportam a solidão, carentes</p> <p>Foge de encarar os problemas</p> <p>Pessoa submissa, capacho</p> <p>Mudança que abala. Influências externas</p> <p>Inveja, Ódio, Suspeita, Raiva, etc</p>	<p>Honeysuckle</p> <p>Wild Rose</p> <p>Olive</p> <p>White Chestnut</p> <p>Mustard</p> <p>Chestnut Bud</p> <p>Water Violet</p> <p>Impatiens</p> <p>Heather</p> <p>Agrimony</p> <p>Centaury</p> <p>Walnut</p> <p>Holly</p>

Baixa auto-estima	Larch
Sentimento de culpa	Pine
Perda da confiança momentânea	Elm
Angústia extrema	Sweet Chestnut
Choques, traumas, lembranças tristes	Star of Bethlehem
Ressentimento, mágoa, mal-humor	Willow
Excedeu os limites da resistência	Oak
Sente-se impuro, contaminado, sujo	Crab Apple
Possessivo, chantagem emocional	Chicory
Excesso de idealismo, fanático, tenso	Vervain
Autoritário, severo, rígido	Vine
Intolerante, critica excessivamente	Beech
Reprime e cobra muito de si mesmo	Rock Water

### **Como Trabalhar Com A Ficha de Cliente**

1º) O Terapeuta poderá perguntar item por item, ou ir anotando na ficha o problema detectado no decorrer da consulta;

2º) Cuidado para não exceder o limite de florais. A quantidade ideal é de no máximo seis;

3º) Caso no final da conversa o terapeuta perceber que assinalou muitos florais. Deverá seleccionar aqueles mais importantes e pertinentes para o momento do consulente.



## Terapia Floral E O Terapeuta Floral

*"Os medicamentos devem atuar sobre as causas e não sobre os efeitos, corrigindo o desequilíbrio emocional no campo energético".*

*Edward Bach*

A terapia floral é uma técnica de livre exercício, ou seja, não há lei que proíba a sua aplicação. O que existem são algumas normas, que devem ser respeitadas de acordo com a ética, e o bom senso profissional.

O Terapeuta Floral deve sempre proceder à análise de seu cliente, observando-o sob o enfoque holístico, levando em consideração aspectos sócio-somato-psíquicos. Atuando com uma proposta onde o consulente será levado a transcender os limites de sua personalidade, conectando-o consigo mesmo, trazendo ao plano consciente aspectos de seu “eu” mais profundo.

A Terapia floral é indicada para harmonizar um tipo de emoção específica. O uso contínuo dos florais traz a compreensão de sentimentos e emoções há muito reprimidos. Esta técnica ajuda a transmutar energias densas e devastadoras que foram geradas por todas as situações traumáticas, tristes e marcantes que vivemos no passado ou que estamos vivenciando no presente.

O Terapeuta Floral deve proceder dentro da ética profissional que envolve todos os Terapeutas holísticos. Baseando seu trabalho no respeito e no bom senso que permeiam esta modalidade.

Alguns terapeutas compram os Kits e eles mesmos preparam as formulações. Afirmamos com convicção que este não é o melhor caminho. O ideal é que cada Terapeuta floral faça sua recomendação, atentado sempre para que sua indicação não se pareça com a receita de um médico porque ela não o é. Escrever os florais em um simples pedaço de papel, seguindo os modelos já apresentados, já será suficiente para a compreensão da Farmácia de manipulação, que é o local ideal de preparação dos florais, pois seguem normas rígidas de acordo com a vigilância sanitária.

Os Florais são produtos naturais, portanto não se exige receita médica para a sua recomendação. Bastará uma indicação do Terapeuta floral para que imediatamente a Farmácia de manipulação escolhida faça a formulação. Porém

é claro que o terapeuta, até mesmo para causar boa impressão não irá recomendar um determinado floral em uma folha de caderno, ou num pedaço rasgado de papel, demonstrando desleixo e pouco caso. Existe um padrão que poderá ser seguido, o do Bloco de Terapia Holística, encontrado no Anexo desta apostila.

A Terapia Floral é um excelente mecanismo terapêutico, pois traz benefícios rápidos e eficazes. Desta forma torna-se uma grande aliada do profissional engajado no segmento holístico

Agora é contigo Terapeuta Floral. Não tenha medo de arriscar, de experimentar. O máximo que poderá acontecer com uma indicação sua é não funcionar. Assim você aprenderá com o tempo onde errou, e saberá exatamente que fórmula indicar para determinada situação. A persistência e as tentativas levam à experiência. E esta só virá com o tempo. Por isso, não desanime, caso no início, encontrar dificuldade em lembrar-se dos florais. Nenhum terapeuta floral no início de carreira já saiu por aí com todas as essências decoradinhas na ponta da língua e acertando sempre. Todos aprenderam na verdade com a prática do dia a dia. Vá em frente e parabéns por mais este curso.

## **Anexo 1-Bloco de Anotações Terapêuticas**

Para diferenciar de uma receita médica, devemos usar o bloco de anotações terapêuticas padrão. Preferencialmente que seja feito em gráfica ou através do computador.

O preenchimento da recomendação floral seguirá os modelos estudados anteriormente.

### **Bloco de Anotações Terapêuticas**

**José da Silva**  
**Terapeuta Floral**

**Aqui neste campo**  
**Coloca-se a recomendação floral**  
**desejada de acordo com o padrão já estudado**

Av. Paraná 705, Jd. Brasil, Londrina-Pr, Cep: 86065-180  
Fone: 745171900, Email: josé@simulação.com.br

## **Anexo 2-Modelo Com Recomendação Floral**

### **Bloco de Anotações Terapêuticas**

**José da Silva**  
**Terapeuta Floral**

Recomendação Floral  
Para Maria da Silva  
Sistema Bach:

Holly  
Chicory  
Rescue  
Cerato

1 Frasco de 30 ml.  
Brandy 20%  
Tomar 4 gotas 4 vezes ao dia

**10/04/2008**

---

**Carimbo e Assinatura**

Av. Paraná 705, Jd. Brasil, Londrina-Pr, Cep: 86065-180  
Fone: 745171900, Email: [josé@simulação.com.br](mailto:josé@simulação.com.br)

## **Faça Mais Cursos no INPP**

**“Aqui você já sai com carteira de Terapeuta Holístico credenciado.**

**Basta fazer o curso de Psicoterapia Holística, ou dois outros cursos online da área terapêutica, em nosso site [Inppcursos](http://Inppcursos.com.br).”**



**Curso de Psicoterapia-Holística**  
**Carga horária: 300hs**  
**Aulas em áudio, vídeo e apostilas**  
**Certificado Chancelado**



**Curso de Regressão de Memória**  
**Carga horária: 200hs**  
**Aulas em áudio, vídeo e apostilas**  
**Certificado Chancelado**



**Curso de Parapsicologia Aplicada**  
**Carga Horária: 200hs**  
**Aulas em áudio, vídeo e apostilas**  
**Certificado Chancelado**

**Dúvidas ligue:(43) 33471710**

**Email: [contato@inppnet.com.br](mailto:contato@inppnet.com.br)**  
**Site Institucional: [www.inppnet.com.br](http://www.inppnet.com.br)**