

Antonella Castelli - Maura Tuveri

# FLOWERS ORACLE

Antonella Castelli - Maura Tuveri - FLOWERS ORACLE



LO SCARABEO

Antonella Castelli  
Maura Tuveri

# FLOWERS

## ORACLE



LO SCARABEO





# FLOWERS ORACLE

Artwork by Antonella Castelli

Text by Maura Tuveri

Special thanks to Gianmarco Canapini

Translations by Studio RGE, Avvallon

Printed by Glamour Paper Products

© Lo Scarabeo 2018

*All rights reserved*

Lo Scarabeo

Via Cigna 110

10155 Torino - Italy

info@loscarabeo.com

www.loscarabeo.com

Follow *Lo Scarabeo Tarot*  
on Facebook and Instagram

## TABLE OF CONTENTS

English

5



Italiano

25



Español

45



Français

65



Português

85



Русский

105





# THE FLOWERS ORACLE



## THE ORACLE

Consulting this Oracle is like entering a wonder garden where we can experience an infinite variety of forms, colours, and perfumes, just like the different and marvelous experiences of our life. Each Flower speaks directly to our soul and offers us the possibility to observe a different aspect of our existence.

All of us have experienced moments of fatigue, fear, and loss. Something said with gentility and a voice that touches our very soul can provide us the council we need. In this Oracle, the voices of the Flowers speak to us and advise us, helping to leave habits that cause us pain and encouraging to face life with balance and serenity.

There may be many reasons that push us to interrogate the Flowers. Perhaps we are living a difficult moment in our life and so we can ask advice to better understand what action should be taken. Or we feel we are heading in the wrong direction, but are unable to understand what is obstructing our path and preventing us from making our dreams come true: through this Oracle we can observe our situation from a different viewpoint, seeing beyond the obstacles and pursuing our goals. Or we may simply wish to draw inspiration from the wisdom of the Flowers to be able to live our life more fully.



We can consult the Oracle whenever we wish, either occasionally or by adopting it as an everyday moment of reflection. The Flowers are wise and discreet: they would never make decisions in our place, but rather support us when we wish to raise our awareness and become the masters of our own life.



## THE FLOWERS

Who among us has never walked through a meadow in bloom? Few things can be compared to the joy offered by a field of colourful flowers: surely there is one among them that we prefer, whether it be for its shape, its colours, or its perfume.

Likewise, there is one Flower capable of speaking to our soul in every moment of our life, making contact with our inner self, understanding and interpreting our needs, bearing a message to help improve our life.

In the large Garden available to us, we have selected these thirty-eight Flowers because Edward Bach, in his wisdom, selected them. As a physician, his desire was always to relieve human suffering. When someone consulted him, Bach would take a walk amidst the moors to question the nature that surrounded him until he was capable of finding the exact Flower that could help him to bring serenity and balance into the life of his patient.

Through this cards, you can hear the voice of the Flowers as Bach heard them during his walks amidst nature.

## NOTE TO THE PREVIOUS EDITION

The Oracle of the Flowers is a new version of the previous “Bach Flower Remedies”, and heir to the same structure and enchanting illustrations. In this edition, it is possible to find a richer section dedicated to the methods of reading and using the cards.



## HOW TO USE THE ORACLE

### THE COUNSEL CARD

When you feel you want to consult the Flowers for advice, take the deck in hand and shuffle it. Then arrange the cards, face down, on a table and select one: this is the advice the Flowers are offering you.

First of all, observe the drawing; it does not matter if you forgot the meaning of the card. What strikes you? What sensations do you feel when looking at the image? Does it seem that the flower has a message for you? Take all the time you need to observe the card and listen to its voice. If you don't remember the precise meaning, consult this booklet and reflect on how to apply the advice your Flower gave you to your life. If you wish, you can keep the card with you during the day, or keep it near your bed while you sleep.



## THE SELECTION

Another way of selecting a card can be reading the descriptions of the Flowers and selecting the one you feel is best suited to the situation you are experiencing, your characters, or your aspirations. For a while, as long as you feel necessary, read again the meaning of the Flower every morning or several times a day. Reflect on how its words can help you daily.

## A CARD A DAY

The Flowers can be consulted when we need advice during a particular moment of life, but also as a source of inspiration, perhaps daily. Every morning, shuffle the deck in any way you prefer and select a card: during the day reflect on the words of the Flower you selected and observe how it helps you to deal with your life experiences.

This method, over time, will also help you to effectively learn the meaning of each card.

## READING WITH FOUR CARDS: THROUGH THE GARDEN

This method of reading makes it possible to use the Oracle as an aid to better understand the situation that we face. We will take a path through the Garden, learning to recognise and observe the obstacles, discovering what can be helpful to us in reaching our goal at the end of the path.

Shuffle the cards face down. Then cut the deck into four smaller decks and take the first card from each one, creating this spread:

1. **The gate.** *You are outside the Garden and waiting to enter:*

this card represents you in this moment of your life.

2. **The hedge.** *The obstacle that prevents you from advancing and seeing beyond:*

this card indicates the challenge you are being called upon to face;

3. **The woods.** *With its shade that welcomes and protects you:*

this card indicates a gift or a capacity that will help you and will be precious during your journey.

4. **The path.** *What brings you to your destination:*

this card represents what you can achieve at the end of this journey.





If necessary, consult the meaning of the cards in the booklet.

Concentrate on the first card: reflect on how the meaning of the Flower represents your situation at this time. Do you recognise the description? What are the feelings that those words arouse in you?

Then shift your attention to the description of the card in position two: with which situation of your life can you associate it? What is your position in terms of that situation? Now study the card in position three: this is your ally, the part of you that will help you to overcome the obstacle. Which of your characteristic is the Flower speaking of? Prepare yourself to learn more about this aspect of yourself and make better use of it.

Now you have reached the fourth card: the end of this journey. Every obstacle, indeed, once it has been overcome, makes it possible to gain something, a better awareness of ourselves, greater serenity. The fourth card represents the finish line waiting for you beyond the hedge. What conquest is the card speaking about? It is long-term goal you have been wanting to reach for some time?

If you so desire, select one of these four cards, the one you feel is most representative, and keep it with you during the day or keep it near you while you sleep.

## MEDITATION WITH THE FLOWERS

You may meditate where you wish, at home or - better yet - amidst nature. Ensure that you will not be disturbed or distracted: this is a moment totally dedicated to yourself! Sit in a comfortable position, whether on the ground or in a chair, legs crossed or not. You must feel comfortable and relaxed. Shuffle the deck, arrange the cards face down and select one: you should meditate on this Flower. If you don't remember the meaning of the Flower, read about it in this booklet and try to memorise it.

Hold the card in front of you and observe it for a few moments. Then close your eyes and begin breathing slowly. With every breath, your body should be more relaxed. Take your thoughts back to the words of your Flower, even if you don't remember them perfectly. Visualize yourself describing the Flower and observe your emotions. Take all the time you wish; when you have completed your visualization, before opening your eyes, you can formulate an affirmation like: "I will face my life with balance and serenity", or: "I am deserving of love." Repeat your affirmation three times, then take some time for a few slow, deep breaths before concluding your meditation.

The affirmation you have formulated can be useful later as well: repeat it, always three times, even several times a day, whenever you feel the need or when you wish to restore the serenity you felt while meditating.



## THE WORDS OF THE FLOWERS

### 1 *SW* AGRIMONY

If you have chosen this flower you need harmony and peace in both your inner and outer life. You can find it by letting the mask that covers your real face fall away. Be careful not to discard it, as you will still need it. Let it slip just a little and watch the reactions of the world toward your truth.

### 2 *SW* ASPEN

Trust can be recovered, but not alone. This flower will keep you company, but help it by finding also the comfort of others. Not to console you, but to play, laugh, and joke together. In this way ghosts will be able to return from whence they came. Once in a while, take a deep breath!

### 3 *SW* BEECH

Allow yourself to be imperfect: it will put you at peace with the world. This is the message of the flower that urges you to choose tolerance and comprehension. Your acumen is undoubtedly important, your critical spirit is a wonderful gift, but improve your qualities with mental openness and compassion for other human beings.

#### 4 *SW* CENTAURY

Your glance is fixed on others, by their needs and desires, but in this way you risk disappearing from your own horizon. Look inside yourself towards what you are and what you want. There you will find the constancy to be free, the will to move along your path, the strength to create your destiny. Love your neighbour as yourself.

#### 5 *SW* CERATO

You are curious and open towards the world, trusting in others' wisdom and experience. The world risks becoming a labyrinth, a room of mirrors, a forest where you can get lost and ask too many questions to any wayfarer. Heed your instinct, as there is more wisdom in your gut reaction than in an entire library.

#### 6 *SW* CHERRY PLUM

This flower will help you feel you are out of danger. You can stop holding back the sea in the storm of your emotions, stop controlling your thoughts that are in a tailspin. Let relaxation overtake you, from the images in your mind to the fibres of your muscles. "Raise your voice in joyful song!"

#### 7 *SW* CHESTNUT BUD

Be concentrated, one thing at a time but done well, with total commitment and dedication. This is the capacity that

the flower will help you to develop, without making the same errors that haunt you, harmonising the speed of your thought with that of your actions. You will learn from your experience and that of others, thereby attaining your material and spiritual evolution.

## 8 *SW* CHICORY

You can feel it: you are loved. You can let everyone remain at the right distance, no longer being offended by the ungratefulness that surrounds you. The unconditional love you give is returned hundredfold and all is at peace.

## 9 *SW* CLEMATIS

Now your imagination is a divine gift that you combine with the concreteness of the real world. Here and now you are awake and present, involved and benevolent. Everything is clear and bright, you are finally with your feet firmly on the ground. Rejoice!

## 10 *SW* CRAB APPLE

Look at your reflection in the mirror: it is transparent and pure. You can stop your incessant cleaning and accept that reflection. Now look at the woods instead of each individual tree. Observe divine works and not a speck of dust. You are innocent and pure, there are gifts that are not lost, but merely forgotten.

## 11 *elm* ELM

Now you can take a break and put everything into perspective. Rediscover the limits of your liability, the measure of your strengths, the confines of your commitments. Only you can give yourself the vacation you need.

## 12 *gentian* GENTIAN

Let the gentian flowers sweeten your life. You have looked at the darkness and emptiness, the difficulties and sadness that are part of life for too long. Now constancy and faith are with you to help you overcome obstacles, to once again appreciate the gifts of this existence.

## 13 *gorse* GORSE

Change your perspective on the world and find peace again! You and your loved ones will come up with new solutions that have thus far eluded you. There are different paths to be taken, just let yourself imagine them. The world will change colour if you truly desire to do so.

## 14 *heather* HEATHER

This flower will make you appreciate silence and peace. Silence is born of a peaceful mind. Peace that is born of the acknowledgment of limits. You can live peacefully, as if you were in a fluid connection with the world. Widen your perspective on the hills.

## 15 *OL* HOLLY

You have been hurt and are very angry. Now hate, resentment, envy, and anger are finished. Love can return. Bach said, "Holly protects us from everything that is not Universal Love. Holly opens our hearts to divine love". What more do you need?

## 16 *OL* HONEYSUCKLE

Honeysuckle will advise you to stop looking back. Whether it was beautiful or horrible, you have looked at the past, overcome it, and perhaps even learned some difficult lessons. Leave nostalgia and regrets behind you. Empty drawers and closets from what you no longer need. Enjoy the feeling of not being encumbered!

## 17 *OL* HORNBEAM

Freshness and vitality flow throughout your entire body. Move it, do sports, dance, run, walk. Change your habits a little at a time. Boredom is dispelled and fatigue melts away. After all, it was only a question of taking the first step!

## 18 *OL* IMPATIENS

Forgive others and yourself. Time is an illusion, hurry slowly and let the world move at its own pace. Listen to the rhythm of your breathing and restore your natural sense of calm. This time belongs to you, don't hurry it.



## 19 *SW* LARCH

Take heart, everything is fine. Everything you need is already within you. It is useless to seek it in a panic and useless to find excuses not to act. You are perfectly capable of dealing with the situation, so take action!

## 20 *SW* MIMULUS

Be compassionate with others and yourself. Closeness, presence, and understanding are qualities that you can offer and receive. In this way you will find the resolution and the courage to abandon all trepidation and fears. Often you are frightened by imaginary shadows. Change your perspective and you will laugh at them!

## 21 *SW* MUSTARD

This flower bears the warm and joyous light of a day with clear skies, a refreshing sea breeze, the music of a child's laughter. Joy is within. Others will help you to bring it to the surface. Celebrate life!

## 22 *SW* OAK

You are strong and persevering. Tenacity is your best quality, even if you don't always realise it. Now you can loosen the reins. Stop fighting the life flow and the true needs of your soul. Enjoy flexibility.

## 23 *OLIVE* OLIVE

You will find new energies by resolving the conflict that exhausts you. Recharge your batteries. You have faced difficult trials and now it is time for restful peace. Strength will once again flow in you.

## 24 *PINE* PINE

Forgive the children and ask fathers for forgiveness. By distinguishing blame from error and responsibility, you free yourself from rigid mental schemes. Discover the benevolence of the father, that overcomes all judgment. Accept the possibility of humans making mistakes.

## 25 *RED CHESTNUT* RED CHESTNUT

Break the symbiosis: pray and be calm. Your worries will not protect your loved ones, but will make both them and you ill. Mitigate the need to control everything with your faith in life.

## 26 *ROCK ROSE* ROCK ROSE

Leave chaos and panic behind to rediscover your capacity to dominate the situation. Courage returns and you will resolve the emergency. You are sensitive and delicate. Remember that you can also be strong and courageous.

## 27 *SW* ROCK WATER

The world is a symphony of brilliant, delicate, subtle, shaded, bold, pure and blended colours. Abandon the illusion of having found the best colour, because it simply does not exist. Every flower, every moment, every situation presents different colours. Enjoy the beauty of the universe and open yourself up to the pleasures of life.

## 28 *SW* SCLERANTHUS

Getting your instincts and rationality to agree is necessary for making a choice. Once you find balance, the capacity to decide returns spontaneously. If you cannot have everything, you appreciate what you have.

## 29 *SW* STAR OF BETHLEHEM

You have had bad experiences and it is difficult to forget them. This flower will help you to find closure with the past that traumatized you, rediscover your sense of wholeness, and mend your life fabric. Open new doors.

## 30 *SW* SWEET CHESTNUT

Look beyond, towards the light. Give a limit to suffering and accept help. Don't be alone. You are being presented with a great opportunity to change – a unique opportunity. Pain is showing you the way. It is up to you to change direction!

### 31 *SW* VERVAIN

Your enthusiasm is a sacred fire. Respect it and nurture it carefully. In this way neither you nor others will burn with the flames of your passion. Tame the fire to heat the earth.

### 32 *SW* VINE

Use your skills to serve others. With respect, your reliable leadership becomes a precious gift for all. Once in a while, loosen the reins!

### 33 *SW* WALNUT

In this moment of change, you find your inner freedom. Protect yourself from external conditioning, whether from people or situations. Follow your path with confidence.

### 34 *SW* WATER VIOLET

You have been granted great gifts. Don't disdain those who have been less fortunate. Free your emotions and you will rediscover the joy of being with others.

### 35 *SW* WHITE CHESTNUT

Dispel your thoughts. They are not the only truth. They are not your guide, especially when they become repetitive mental chatter. Find calm in a steady rhythm.

### 36 *SW* WILD OAT

Find your direction by clarifying your lifetime objectives. Understanding is what makes your actions worthwhile. You can be honest and sincere with yourself and with the world.

### 37 *SW* WILD ROSE

Rediscover vitality and a lust for life. The glass wall that separates you from existence is shattered. Take up your path once again. What adventure are you ready to undertake?

### 38 *SW* WILLOW

Self-responsibility makes you free. You feel that you can sail your ship even with head winds. Complaining will get you nowhere. Find the right strategy and strength to move on. Bon voyage!



## APPENDIX: EDWARD BACH

Born in 1886 near Birmingham, Edward Bach became a physician in 1912. Over the following years he worked in various London hospitals, leaving his work in the wards behind almost immediately to dedicate himself to immunology. During those years he began developing his own concepts, according to which the medicine of his time failed to pay

sufficient attention to the personality of the patient, concentrating excessively and exclusively on the physical aspect.

At the same time, he began having serious health problems, for which he underwent emergency surgery in 1917. Doctors gave him no more than three months to live, but Bach threw himself into his work, driven by his passion for his research. He himself attributed his surprising recovery to this enthusiasm: his illness went into remission and disappeared, reappearing only many years later.

During this time, Bach's discovery of homeopathy was fundamental, as he recognised an underlying uniformity of principles with his own thought: it is necessary to consider, and therefore cure, the patient and not the illness. Bach worked to synthesize the seven *nosodes*, a type of homeopathic therapy that won him a certain fame in circles of alternative medicine.

For Bach this was a period of great success, having produced numerous publications and given many conferences. During this period, his attention paid to the non-physical aspects of illness brought him to identify seven types of personalities among his patients, each of which was different and corresponded to one of the bacterial strains from which he had synthesized the nosodes. He concluded that a cure is more effective the more it is focused on the emotional aspects of the patient.

As he wished to further analyse this aspect, he began working with curative natural remedies based on sponta-

neous flowers: this was the birth of Bach's Flower Remedies. Following the synthesis of the remedies based on the first three flowers (Impatiens, Mimulus and Clematis), he decided to leave London to dedicate himself full-time to researching floratherapy. During the early 1930s he had synthesized twelve remedies, which he called "The Twelve Healers", and began sharing his studies with some publications. Over the last years, he synthesized remedies from another seven flowers, called "Helpers" for their capacity to boost the action of the "Healers", to which he later added another nineteen remedies. In 1935 the remedies amounted to the thirty-eight that we know today.

A year later, in 1936, Bach died due to the relapse of the tumour that had gone into remission eighteen years earlier. His inheritance is now represented by the Bach Centre, founded in the place where the founder of floratherapy lived and worked during his last years. His work has now spread and is studied worldwide.





# L'ORACOLO DEI FIORI



## L'ORACOLO

Consultare questo Oracolo è come entrare in un meraviglioso giardino, in cui possiamo sperimentare una infinita varietà di forme, colori e profumi, esattamente come diverse e meravigliose sono le esperienze della nostra vita. Ogni Fiore parla direttamente al nostro animo e ci offre la possibilità di osservare un diverso aspetto della nostra esistenza. Tutti abbiamo sperimentato momenti di stanchezza, paura e smarrimento. Una frase detta con dolcezza e una voce capace di parlare direttamente al nostro animo possono fornirci il consiglio di cui abbiamo bisogno. In questo Oracolo sono le voci stesse dei Fiori che ci parlano e ci consigliano, aiutandoci ad abbandonare le abitudini che ci causano dolore e ad affrontare la vita con equilibrio e serenità. I motivi che ci spingono a interrogare i Fiori possono essere molteplici. Forse stiamo attraversando un periodo difficile della nostra vita e allora possiamo chiedere un consiglio per capire qual è l'atteggiamento giusto che dobbiamo adottare. Oppure sentiamo di non andare nella giusta direzione ma non capiamo cosa ci blocca e ci impedisce di realizzare i nostri desideri: attraverso l'Oracolo possiamo osservare con occhi nuovi la nostra situazione, oltrepassare gli ostacoli e proseguire verso la nostra meta. O semplicemente desideriamo trarre ispirazione dalla saggezza dei Fiori per vivere in modo più pieno la nostra vita.

Possiamo consultare l'Oracolo quando lo desideriamo, ricorrendovi occasionalmente oppure lasciando che ci accompagni nella nostra quotidianità. I Fiori sono saggi e discreti: non vorranno mai prendere le decisioni al nostro posto, piuttosto ci sosterranno quando vorremo diventare più consapevoli e protagonisti della nostra vita.



## I FIORI

Chi di noi non ha mai passeggiato in un prato fiorito? Poche cose sono paragonabili alla gioia che può offrire una distesa di fiori colorati: sicuramente ce n'è uno fra tutti che prediligiamo, per la sua forma, le sue sfumature e il suo profumo.

Allo stesso modo c'è un Fiore che in ogni momento della nostra vita è capace di parlare al nostro animo, di entrare in contatto con la nostra parte più autentica, di conoscere e interpretare i nostri bisogni, di farsi portatore di un messaggio per migliorare la nostra vita.

Nel grande Giardino a nostra disposizione, abbiamo scelto proprio questi trentotto Fiori poiché tra tutti li aveva selezionati la saggezza di Edward Bach. Da medico, il suo desiderio è sempre stato alleviare le sofferenze umane. Quando qualcuno si rivolgeva a lui, Bach andava a passeggiare per la brughiera interrogando la natura attorno a lui finché non era in grado di trovare esattamente il Fiore che potesse aiutarlo a riportare la serenità e l'equilibrio nella vita del suo paziente.

Attraverso queste carte potete udire la voce dei Fiori come la ascoltava Bach nelle sue passeggiate in mezzo alla natura.

## NOTA ALLA PRECEDENTE EDIZIONE

L'Oracolo dei Fiori si propone come una nuova versione del precedente "Fiori di Bach", di cui eredita l'impianto e le incantevoli illustrazioni. In questa edizione è possibile trovare una più ricca sezione dedicata ai metodi di lettura e di utilizzo delle carte.



## COME USARE L'ORACOLO

### LA CARTA CONSIGLIO

Quando sentirete di voler interrogare i Fiori per ricevere un consiglio, prendete il mazzo e mischiatelo. Disponete poi le carte, con il disegno coperto, su un piano e sceglietene una: questo è il consiglio che i Fiori vi stanno offrendo. Per prima cosa osservate il disegno, non importa se non ricordate il significato della carta: che cosa vi colpisce? Che sensazione provate davanti all'immagine? Vi sembra che il fiore abbia un messaggio per voi? Prendete tutto il tempo di cui avete bisogno per osservare la carta e mettervi in ascolto della sua voce. Se non ne ricordate il significato preciso consultate questo libretto e riflettete su come potete applicare nella vostra vita il consiglio del vostro Fiore. Se lo desiderate potete portare con voi la carta durante la giornata, oppure tenerla vicina al letto quando dormite.

## LA SCELTA

Un altro modo di scegliere una carta può essere quello di leggere le descrizioni dei Fiori e selezionare quello che sentite più adatto alla situazione che state vivendo, al vostro carattere o alle vostre aspirazioni. Per un po' di tempo, finché sentirete di averne bisogno, rileggete il significato del Fiore ogni mattina, o più volte al giorno. Riflettete su come le sue parole possono aiutarvi nella vita quotidiana.

## UNA CARTA AL GIORNO

I Fiori possono essere consultati quando abbiamo bisogno di un consiglio in un momento particolare della vita, ma anche come fonte di ispirazione, magari quotidiana. Ogni mattina mischiate il mazzo nel modo che preferite e scegliete una carta: durante la giornata riflettete sulle parole del Fiore che avete scelto e osservate in che modo vi aiutano ad affrontarla.

Questo metodo, con il passare del tempo, vi aiuterà anche ad apprendere meglio il significato delle singole carte.

## LETTURA CON QUATTRO CARTE: ATTRAVERSO IL GIARDINO

Questo metodo di lettura consente di utilizzare l'Oracolo come aiuto per comprendere meglio la situazione in cui ci troviamo. Compiremo un percorso attraverso il Giardino, imparando a conoscere e osservare gli ostacoli, scoprendo cosa può esserci di aiuto e sostegno e giungendo alla nostra meta, alla fine del sentiero.

Mescolate le carte, mantenendo il disegno coperto. Poi suddividete il mazzo in quattro mazzetti più piccoli e prendete da ciascuno la prima carta, creando questo schema:

- 1. Il cancello.** *Siamo al di fuori del Giardino e attendiamo di entrare:*  
questa carta rappresenta noi stessi in questo momento della vita;
- 2. La siepe.** *l'ostacolo che ci impedisce di procedere e vedere oltre:*  
questa carta indica la sfida che siamo chiamati ad affrontare;
- 3. Il bosco.** *Con la sua ombra ci accoglie e ci protegge:*  
questa carta indica una dote o una capacità che ci aiuterà e ci sarà preziosa nel percorso;
- 4. Il sentiero.** *Ciò che porta alla meta:*  
questa carta rappresenta ciò che potremo realizzare alla fine di questo percorso.



Se necessario consultate il significato delle carte nel libretto. Concentratevi sulla prima carta: riflettete su come il significato del Fiore rappresenti la vostra situazione in questo momento. Vi riconoscete nella descrizione? Quali sono i sentimenti che vi suscitano quelle parole?

Spostate poi la vostra attenzione sulla descrizione della carta nella posizione due: a quale situazione della vostra vita potete assimilarla? Qual è il vostro atteggiamento nei confronti di quella situazione?

Esplorate ora la carta in posizione tre: è il vostro alleato, la parte di voi che vi aiuterà a superare l'ostacolo. Di quale vostra caratteristica ci parla il Fiore? Preparatevi a conoscere meglio e a valorizzare questo aspetto di voi stessi.

Siamo arrivati alla quarta carta: la fine di questo percorso. Ogni ostacolo, infatti, una volta superato, ci permette di guadagnare qualcosa, una migliore consapevolezza di noi stessi, una maggiore serenità. La quarta carta rappresenta il traguardo che vi aspetta oltre la siepe. Di quale conquista vi parla la carta? È una meta che desideravate raggiungere da tempo?

Se lo desiderate, scegliete una di queste quattro carte, quella che sentite più rappresentativa, e portatela con voi durante la giornata oppure tenetela vicina mentre dormite.

## MEDITAZIONE CON I FIORI

Potete fare questa meditazione dove volete, in casa o ancora meglio in mezzo alla natura. Assicuratevi di non essere

disturbati e di non avere distrazioni: questo è un momento dedicato solo a voi! Sedetevi in una posizione comoda, non importa se per terra o su una sedia, a gambe incrociate o meno. Dovete essere a vostro agio e rilassati. Mischiate il mazzo, disponete le carte con il disegno scoperto e sceglietene una: questo è il Fiore per la vostra meditazione. Se non ne ricordate bene il significato leggetelo sul libretto e cercate di memorizzarlo.

Tenete la carta davanti a voi e osservatela ancora per qualche tempo. Poi chiudete gli occhi e iniziate a respirare lentamente. Ad ogni respiro il corpo si rilassa maggiormente. Ritornate con la mente alle parole del vostro Fiore, non importa se non le ricordate perfettamente. Visualizzate voi stessi nell'atteggiamento descritto dal Fiore e osservate le vostre emozioni. Prendetevi tutto il tempo che desiderate, e quando avete terminato la vostra visualizzazione, prima di aprire gli occhi, potete formulare un'affermazione, come: "Io affronterò la mia vita con equilibrio e serenità", oppure: "Io sono meritevole d'amore". Ripetete la vostra affermazione per tre volte, dopodiché prendetevi ancora il tempo per qualche respiro, lento e profondo, e concludete la meditazione.

L'affermazione che avete formulato può essere utilizzata anche in seguito: ripetetela, sempre per tre volte, anche diverse volte al giorno, quando sentite di averne bisogno o quando desiderate ritrovare la serenità sperimentata durante la meditazione.





## LE PAROLE DEI FIORI

### 1 *DM* AGRIMONIA

Se avete scelto questo fiore avete bisogno di armonia e di pace, fuori e dentro di voi. Potete trovarla lasciando cadere la maschera che copre il vostro vero volto. Ma attenti, non buttatela via, vi servirà ancora. Lasciate che scivoli solo un poco, e guardate le reazioni del mondo alla vostra verità.

### 2 *DM* PIOPPO TREMULO

La fiducia si può ritrovare, ma non da soli. Questo fiore vi farà compagnia, ma aiutate la sua azione trovando anche il conforto degli altri. Non per farvi consolare, ma per giocare, ridere e scherzare insieme. Così i fantasmi potranno ritornare da dove sono venuti. Ogni tanto tirate un sospiro di sollievo!

### 3 *DM* FAGGIO

Concedetevi di essere imperfetti: vi riconcilierà con il mondo. Questo è il messaggio del fiore che vi invita alla tolleranza e alla comprensione. Il vostro acume è senz'altro importante, lo spirito critico è una bellissima dote, ma ampliate le vostre qualità con l'apertura mentale e con la compassione verso gli altri esseri umani.

#### 4 *SW* CENTAUREA

Il vostro sguardo è catturato dagli altri, dai loro bisogni e desideri, ma così rischiate di sparire dal vostro orizzonte. Guardate dentro voi stessi, a ciò che siete e che volete. Lì troverete la fermezza per essere liberi, la volontà di muovervi per le vostre strade, la forza di creare il vostro destino. Amate il vostro prossimo come amate voi stessi.

#### 5 *SW* CERATO

Siete curiosi ed aperti al mondo, fiduciosi nell'altrui saggezza e maestria. Il mondo rischia di diventare un labirinto, un gioco di specchi, una foresta nella quale vi perdetevi e ponete troppe domande a qualsiasi viandante. Ascoltate la vostra pancia, vi è più saggezza nelle vostre viscere che in una intera biblioteca.

#### 6 *SW* MIRABOLANO

Questo fiore vi aiuterà a sentirvi fuori pericolo. Potrete smettere di arginare il mare in tempesta delle vostre emozioni, di controllare il volo vorticoso dei vostri pensieri. Lascerate che la distensione si faccia spazio dentro di voi, dalle immagini della vostra mente fino alle fibre dei vostri muscoli. "Lasciatevi cantare!"

#### 7 *SW* GEMME DI IPPOCASTANO

Rimanere concentrati, una cosa per volta ma fatta bene, con tutto l'impegno e la dedizione. Questa è la capacità che

il fiore vi aiuterà a sviluppare, senza più commettere i soliti errori che vi perseguitano, armonizzando la velocità del vostro pensiero con quella delle vostre azioni. Imparerete dalla vostra e dalla altrui esperienza, realizzando la vostra evoluzione materiale e spirituale.

## 8 CICORIA SELVATICA

Lo potete sentire: siete amati. Potete lasciare che ognuno si collochi alla giusta distanza, senza più offendervi per l'ingratitude che vi circonda. L'amore incondizionato che date vi ritorna centuplicato e tutto scorre.

## 9 VITALBA

Ora la vostra fantasia è un dono divino che coniugate con la concretezza del mondo reale. Qui e ora siete svegli e presenti, interessati e benevolenti. Ogni cosa si fa nitida e vivace, siete finalmente con i piedi ben piantati in terra. Rallegratevi!

## 10 MELO SELVATICO

Guardatevi nello specchio: è trasparente e puro. Potete smettere l'incessante opera di pulizia, accettare quel riflesso. Ora guardate il bosco e non il singolo albero, la costruzione divina e non il granello di polvere. Siete innocenti e puri, vi sono doni che non si perdono ma solo si dimenticano.

## 11 *OLMO* OLMO INGLESE

Ora potete fare una pausa, ritornare nella giusta dimensione. Ritrovate i confini della vostra responsabilità, la misura dei vostri sforzi, il limite dei vostri impegni. La vacanza di cui avete bisogno potete concedervela solo voi.

## 12 *GENZIANELLA* GENZIANELLA AUTUNNALE

Lasciate che i fiori della genzianella vi addoliscano la vita. Per troppo tempo avete guardato la parte vuota e nera, la difficoltà e la tristezza che sono nella vita. Ora sono con voi la costanza e la fede per superare gli ostacoli, per ritornare ad apprezzare i doni di questa esistenza.

## 13 *GINESTRONE* GINESTRONE

Cambiate la prospettiva dalla quale state guardando il mondo e ritroverete la speranza! Insieme ai vostri cari vi verranno in mente nuove, impensate soluzioni. Vi sono strade diverse da percorrere, permettetevi di immaginarle. Con attenzione, cura e volontà il mondo cambia colore.

## 14 *BRUGO* BRUGO

Questo fiore vi farà apprezzare il silenzio e la quiete. Il silenzio che nasce da una mente quieta. La quiete che nasce dalla certezza dei confini. Potrete vivere tranquilli, sentendovi in una fluida connessione con il mondo. Ampliate il vostro sguardo sulle colline.

## 15 *SW* AGRIFOGLIO

Siete stati feriti e vi siete molto adirati. Ora odio, rancore, invidia, collera sono finiti. L'amore può tornare. Di questo fiore Bach dice "Holly ci protegge da tutto ciò che non è Amore Universale. Holly ci apre il cuore all'amore divino". Avete bisogno di altro?

## 16 *SW* CAPRIFOGLIO

Il caprifoglio vi suggerirà di smettere di guardare indietro. Bello o brutto che sia stato, il tempo trascorso lo avete guardato, superato, forse avete anche imparato lezioni non facili. Lasciate nostalgie e rimpianti. Svuotate cassetti e guardaroba da ciò che non serve più. Sentite come siete leggeri!

## 17 *SW* CARPINO BIANCO

Freschezza e vitalità vi scorrono in tutto il corpo. Muovetelo, fate sport o danzate, correte o passeggiate. Cambiate le vostre abitudini, un po' alla volta. La noia se ne va, la fatica si scioglie. In fondo, era solo questione di fare il primo passo!

## 18 *SW* ERBA IMPAZIENTE, NON-MI-TOCCARE

Perdonate e perdonatevi. Il tempo è un'illusione, affrettatevi lentamente e lasciate che il mondo scorra con il suo ritmo. Ascoltate il ritmo del vostro respiro e ritrovate la calma naturale. Questo tempo vi appartiene, non fuggitelo.

## 19 *SW* LARICE

Coraggio, va bene così. Ciò che serve è già qui, dentro di voi. Inutile affannarsi per cercarlo, inutile trovare scuse per restare fermi. Siete perfettamente all'altezza della situazione, quindi iniziate a muovervi!

## 20 *SW* MIMOLO GIALLO

Abbiate compassione degli altri e di voi stessi. Vicinanza, presenza, comprensione sono qualità che potete offrire e ricevere. Troverete così la risolutezza e il coraggio di abbandonare ogni timidezza e ogni paura. Spesso siete spaventati da ombre inconsistenti, cambiate prospettiva e ne riderete!

## 21 *SW* SENAPE SELVATICA

Questo fiore vi porta la luce calda e gioiosa di una giornata senza nubi, la leggerezza della brezza di mare, la freschezza della risata di un bambino. La gioia è dentro, gli altri vi aiutano a farla venire a galla. Fate festa, celebrate la vita!

## 22 *SW* QUERCIA

Siete forti e perseveranti, la tenacia è la vostra migliore qualità, anche se non sempre ve la riconoscete. Ora potete allentare le redini, smettere di resistere al flusso vitale, alle vere richieste della vostra anima. Godetevi la flessibilità.

## 23 *OL* OLIVO

Risolviendo il conflitto che vi esaurisce trovate nuove energie. Ricaricate le batterie, avete affrontato prove difficili e ora è il tempo della pace che ristora. La forza ritorna a scorrere in voi.

## 24 *PI* PINO SILVESTRE

Perdonate i figli e chiedete perdono ai padri. Distinguendo la colpa dall'errore e dalla responsabilità vi liberate da rigidi schemi mentali. Scoprite la benevolenza del padre, che supera ogni giudizio. Accettate l'umana possibilità dell'errore.

## 25 *IP* IPPOCASTANO ROSSO

Rompete la simbiosi: pregate e state tranquilli. Il vostro pensiero preoccupato non protegge i vostri cari, ma fa ammalare voi e loro. Mitigate la necessità di controllo con la fede nella vita.

## 26 *EL* ELIANTEMO

Uscite dal caos e dal panico, ritrovate la capacità di dominare la situazione. Il coraggio ritorna, e voi risolvete la situazione di emergenza. Siete sensibili e delicati, ricordatevi che potete essere anche forti e coraggiosi.

## 27 *SW* ACQUA DI SORGENTE

Il mondo è una sinfonia di colori brillanti, delicati, lievi, sfumati, decisi, puri e intrecciati. Abbandonate l'illusione di aver trovato il colore migliore, perché semplicemente non esiste. Ogni fiore, ogni momento, ogni situazione presenta colori diversi. Godete la bellezza dell'universo, apritevi al piacere della vita.

## 28 *SW* CENTIGRANI

Mettere d'accordo pancia e testa è indispensabile per poter scegliere. Ritrovando l'equilibrio, la capacità di decidere ritorna spontaneamente. Non potendo avere tutto, apprezzate ciò che avete.

## 29 *SW* LATTE DI GALLINA

Avete fatto brutte esperienze e vi è difficile liberarvene. Questo fiore vi aiuterà a chiudere con il passato che vi ha traumatizzato. Ritrovate la vostra integrità, riannodate i fili della vostra vita. Aprite nuove porte.

## 30 *SW* CASTAGNO DOLCE

Guardate oltre, verso la luce. Date un limite alla sofferenza, accettate l'aiuto. Non restate soli. Avete di fronte a voi una grande possibilità di cambiamento, una opportunità unica. Il dolore vi indica la strada, a voi girarvi dall'altra parte!



### 31 *OLIV.* VERBENA

Il vostro entusiasmo è un fuoco sacro, rispettatelo e maneggiatelo con cura. Così né voi né gli altri vi brucerete con le fiamme della vostra passione. Addomesticare l'incendio per riscaldare la terra.

### 32 *OLIV.* VITE

Usate le vostre capacità al servizio degli altri. Con il rispetto la vostra guida sicura diventa un dono prezioso per tutti. Ogni tanto, mollate le redini!

### 33 *OLIV.* NOCE

In questo momento di cambiamento, ritrovate la vostra libertà interiore. Proteggetevi dai condizionamenti esterni, sia che vengano dalle persone che dalle situazioni. Andate sicuri per la vostra strada.

### 34 *OLIV.* VIOLETTA D'ACQUA

Vi sono stati concessi grandi doni, non disprezzate chi è stato meno fortunato. Liberare le vostre emozioni e ritroverete la gioia di stare in compagnia.

### 35 *OLIV.* IPPOCASTANO

Staccate la spina ai vostri pensieri. Non sono essi la vostra unica verità, non sono la vostra guida, specialmente quando diventano ripetitive chiacchiere mentali. Trovate la calma nel ritmo.

### 36 *OL* AVENA SELVATICA

Trovate la vostra direzione chiarendo gli obbiettivi della vostra vita. La comprensione del senso rende appaganti le azioni. Potete essere onesti e sinceri con voi stessi e con il mondo.

### 37 *OL* ROSA CANINA

Ritrovate la vitalità e il piacere della vita. Il muro di vetro che vi separa dall'esistenza si frantuma. Ritornate a muovervi nel cammino. Quale avventura volete vivere?

### 38 *OL* SALICE GIALLO

La responsabilità di voi stessi vi rende liberi. Sentite che potete guidare la vostra nave anche in presenza di venti contrari. Non serve lamentarsi, ma trovare le giuste strategie e la forza per praticarle. Buon vento!



## APPENDICE: EDWARD BACH

Nato nel 1886 vicino Birmingham, Edward Bach diviene medico nel 1912. Negli anni successivi lavora in diversi ospedali di Londra, lasciando quasi subito il lavoro in corsia per dedicarsi all'immunologia.

Inizia in quegli anni a formulare il suo pensiero, secondo cui la medicina del suo tempo non prestava sufficientemente attenzione alla personalità del malato, concentrandosi troppo sull'aspetto meramente fisico.

Contemporaneamente si manifestano per lui gravi problemi di salute che lo portano, nel 1917, ad essere operato d'urgenza. Gli vengono dati non più di tre mesi di vita, ma Bach si rituffa nel lavoro spinto dalla passione per le sue ricerche. Lui stesso attribuirà a questo entusiasmo la sua sorprendente guarigione: la sua malattia regredisce fino a scomparire, ripresentandosi solo molti anni più tardi.

È fondamentale per Bach in quegli anni l'incontro con l'omeopatia, con cui condivide una sostanziale uniformità di pensiero: è necessario considerare, e quindi curare, il malato e non la malattia. Bach lavora alla sintetizzazione di sette *nosodi*, un tipo di terapia omeopatica, che gli garantiscono una certa fama negli ambienti della medicina alternativa.

È per Bach un periodo caratterizzato da un grande successo, con numerose pubblicazioni e conferenze. In questo periodo la sua attenzione per l'aspetto non fisico della malattia lo porta a individuare nei suoi pazienti sette tipologie di personalità differenti, ciascuna corrispondente a uno dei ceppi batterici da cui aveva sintetizzato i nosodi. Ne trae la conclusione che una cura è tanto più efficace quanto più è incentrata sull'aspetto caratteriale del paziente.

Desideroso di approfondire questo aspetto inizia a lavorare con rimedi curativi naturali basati su fiori spontanei: è la nascita dei rimedi floreali di Bach. Dopo la sintesi dei rimedi basati sui primi tre fiori (Impatient, Mimulus e Clematis) decide di lasciare Londra per dedicarsi a tempo pieno alle ricerche di floriterapia. All'inizio degli anni '30 aveva sintetizzato dodici rimedi, da lui chiamati "I dodici guaritori" e

iniziato a divulgare i suoi studi con alcune pubblicazioni. Negli ultimi anni sintetizzò rimedi da altri sette fiori, detti “aiutanti” poiché capaci di coadiuvare l’azione dei “guaritori”, a cui si aggiunsero in seguito altri diciannove rimedi. Nel 1935 i rimedi erano i trentotto che oggi conosciamo. Un anno dopo, nel 1936, Bach muore, per una recidiva del tumore da cui era guarito diciotto anni prima. La sua eredità è raccolta dal Bach Centre, fondato nel luogo in cui il fondatore della floriterapia visse e lavorò negli ultimi anni. La sua disciplina è ora diffusa e studiata in tutto il mondo.



# ORÁCULO DE LAS FLORES



## EL ORÁCULO

Consultar este oráculo es como entrar en un jardín maravilloso, en el que podemos percibir una variedad infinita de formas, colores y aromas, tan diversas y maravillosas como las experiencias de nuestra vida. Cada flor habla directamente a nuestra alma y nos brinda la posibilidad de contemplar un aspecto diferente de nuestra existencia.

Todos hemos pasado por momentos de cansancio, miedo y confusión. Una frase dicha con cariño o una palabra dirigida a nuestro espíritu, pueden representar un consejo realmente necesario. En este oráculo las voces de las flores nos hablan y dan consejos, nos ayudan a dejar de lado hábitos que nos causan dolor y a afrontar la vida con equilibrio y serenidad.

Las razones que nos llevan a consultar las flores pueden ser múltiples. Si estamos pasando por un mal momento en nuestra vida, podemos pedirles consejo para saber qué actitud deberíamos adoptar. O bien si creemos que no vamos por el buen camino, pero no llegamos a entender qué es lo que nos paraliza y nos impide cumplir nuestros deseos, con este oráculo podemos contemplar nuestra situación con ojos nuevos, superar los obstáculos y continuar hacia nuestra meta. O quizá simplemente queramos que la sabiduría de las flores nos inspire para vivir nuestra vida con mayor plenitud.

Podemos consultar el oráculo cuando lo deseemos, haciéndolo de forma ocasional o dejando que nos acompañe en nuestro día a día. Las flores son sabias y discretas. Nunca tomarán una decisión por nosotros, más bien nos apoyarán cuando queramos ser más conscientes y protagonistas de nuestra vida.



## LAS FLORES

¿Quién no ha paseado nunca por una campiña repleta de flores? Pocas cosas hay que puedan compararse con la alegría que provoca todo un campo de flores de colores. Seguro que, entre todas las que hay, existe alguna que preferimos por su forma, color y aroma.

De igual manera existe una flor para cada momento de nuestra vida capaz de hablar a nuestra alma, conectar con nuestro lado más auténtico, descubrir e interpretar nuestras necesidades, y dejarnos un mensaje para mejorar nuestra vida.

Para llenar nuestro jardín hemos elegido las treinta y ocho flores que ya seleccionó en su día el sabio Edward Bach. Su deseo, como médico, fue siempre el de querer aliviar el sufrimiento del ser humano. Cuando alguien acudía a él, Bach salía a pasear por el campo y examinaba la naturaleza que le rodeaba hasta dar con la flor que le hacía falta para devolver serenidad y equilibrio a la vida de su paciente. Por medio de estas cartas podréis escuchar las voces de

las flores igual que las escuchaba Bach en sus paseos por la naturaleza.

## COMETARIOS SOBRE LA EDICIÓN ANTERIOR

Este Oráculo de las Flores es una versión nueva del anterior “Flores de Bach”, del que hereda su estructura y sus atractivas ilustraciones. En esta edición se puede encontrar una sección más rica dedicada a las tiradas y el empleo de las cartas.



## CÓMO USAR EL ORÁCULO

### UNA CARTA CONSEJO

Cuando necesitéis consultar con las flores algún tema concreto, coged la baraja y mezclad las cartas. Colocadlas con el dibujo tapado sobre una superficie y coged una: esta será el consejo que las flores os ofrecen.

Primero observad su dibujo sin preocuparos si no recordáis su significado. ¿Qué os sorprende de ella? ¿Qué sensaciones os transmite? ¿Tenéis la impresión de que os dan algún mensaje? Tomaros el tiempo que necesitéis para observar la carta y escuchar su voz. Si no recordáis su significado, consultad el folleto y reflexionad sobre cómo podéis aplicar el consejo de la flor en vuestra vida. Si queréis, podéis llevarla con vosotros todo el día o colocarla cerca de vuestra cama al ir a dormir.



## UNA ELECCIÓN

Otra forma de elegir una carta es leer las descripciones de las flores y elegir la que creáis que se adapta mejor a la situación que estáis viviendo, a vuestro carácter o a lo que aspiráis. Durante un cierto tiempo, mientras lo creáis necesario, releed el significado de la flor cada mañana o varias veces al día. Reflexionad sobre cómo sus palabras os ayudan en vuestra vida diaria.

## UNA CARTA AL DÍA

Las flores pueden consultarse cuando necesitemos un consejo en un momento determinado de nuestra vida, pero también como fuente de inspiración en la vida diaria. Cada mañana mezclad la baraja y elegid una carta. Durante el día reflexionad sobre las palabras que os sugiere la flor que habéis elegido y observad de qué manera os ayuda a encarar el día.

Con el paso del tiempo, este método os ayudará a aprender mejor el significado de cada carta.

## TIRADA CON CUATRO CARTAS: POR EL JARDÍN

Con esta tirada podemos utilizar el oráculo para tratar de comprender mejor la situación en la que nos encontramos. Seguiremos un camino por el jardín, en el que aprenderemos a reconocer y examinar bien los obstáculos, descubriremos qué es lo que puede servirnos de ayuda y apoyo y, al final de este sendero, llegaremos a nuestra meta.

Barajad las cartas dejando el dibujo tapado. Separad la baraja en cuatro montones y coged la primera carta de cada uno de ellos, formando el siguiente esquema:

1. **La verja.** *Estamos fuera del jardín esperando a entrar:*  
esta carta nos representa a nosotros mismos en este momento de nuestra vida;
2. **El seto.** *El obstáculo que nos impide seguir adelante y ver más allá:*  
esta carta hace referencia al reto que tenemos que afrontar;
3. **El bosque.** *Nos resguarda y protege en su sombra:*  
esta carta indica una habilidad o capacidad que nos ayudará y será de gran valor en este camino;
4. **El sendero.** *Lo que conduce a la meta:*  
esta carta representa lo que podemos realizar al final de este camino.



Si es necesario, se puede consultar el significado de las cartas en el folleto.

Concentraros en la primera carta: reflexionad sobre cómo el significado de la flor representa vuestra situación en este momento. ¿Os reconocéis en esa descripción? ¿Qué sentimientos os suscitan esas palabras?

A continuación concentraos en la descripción de la carta de la segunda posición: ¿con qué situación de vuestra vida la relacionaríais? ¿Cuál es vuestra actitud con respecto a esta situación?

Ahora analizad la carta de la posición tres: esta es vuestro aliado, esa parte de vosotros que os ayudará a vencer el obstáculo. ¿De qué característica vuestra os habla la flor? Preparaos para descubrir y valorar mejor este aspecto de vosotros mismos.

Y por último llegamos a la cuarta carta: el final de este camino. Cuando se vencen los obstáculos, ganamos algo: mayor consciencia de nosotros mismos o más serenidad. Esta cuarta carta representa la meta que nos espera detrás del seto. ¿De qué conquista nos habla la carta? ¿Es una meta que deseabais alcanzar desde hace tiempo?

Si queréis, podéis elegir una de estas cuatro cartas, la que creáis que os representa mejor, y llevarla con vosotros todo el día o colocarla cerca de vuestra cama al ir a dormir.

## MEDITACIÓN CON LAS FLORES

Podéis hacer esta meditación donde queráis, en casa o incluso mejor en plena naturaleza. Aseguraos de que nadie ni nada os moleste o distraiga: es un momento dedicado sólo

a vosotros. Sentaos cómodamente, no importa si es en el suelo o una silla, con las piernas cruzadas o no. Tenéis que estar cómodos y relajados. Barajad las cartas, colocadlas con el dibujo destapado y elegid una: esta será la flor para vuestra meditación. Si no recordáis bien su significado, leedlo en el folleto y tratad de aprenderlo de memoria. Colocad la carta ante vosotros y observadla por un rato. Luego cerrad los ojos y respirad lentamente. Notad que con cada respiración el cuerpo se va relajando cada vez más. Volved a pensar en las palabras de vuestra flor, aunque no las recordéis a la perfección. Tratad de veros a vosotros mismos en la actitud que describe la flor y poned atención en las emociones que os transmite. Tomaros el tiempo que deseéis para hacer esto, y, cuando hayáis terminado vuestra visualización, antes de abrir los ojos, expresad afirmaciones como: “Voy a afrontar mi vida con equilibrio y serenidad”; o también: “Me merezco tener amor”. Repetid vuestra afirmación tres veces y volved a respirar lenta y profundamente durante otro rato, luego terminad la meditación.

La afirmación que habéis expresado también puede utilizarse más adelante: repetidla tres veces varias veces al día, siempre que lo necesitéis o cuando deseéis volver a sentir la calma que habéis percibido durante la meditación.



## LAS PALABRAS DE LAS FLORES

### 1 *SM* AGRIMONIA

Si habéis elegido esta flor es porque necesitáis armonía y paz, fuera y dentro de vosotros. Podréis encontrarla si os quitáis la máscara que cubre vuestro verdadero rostro. Pero cuidado, no os deshagáis de ella, ya que os hará falta. Quitárosela sólo un poco y mirad cómo reacciona el mundo ante vuestra verdad.

### 2 *SM* ÁLAMO TEMBLÓN

Podéis recuperar la confianza, pero no solos. Esta flor os hará compañía, pero tenéis que ayudarla buscando alivio en los demás. No para que os consuelen, sino para jugar, reír y bromear juntos. Así será cómo los fantasmas podrán regresar al lugar de donde han venido. ¡De vez en cuando dad un suspiro de alivio!

### 3 *SM* HAYA

Permitíos ser imperfectos: os reconciliará con el mundo. El mensaje de esta flor os anima a ser tolerantes y comprensivos. Sin duda alguna vuestra agudeza es importante, vuestro espíritu crítico es un don estupendo, pero tenéis que incrementar estas cualidades con apertura mental y compasión hacia los seres humanos.

#### 4 *DL* CENTAURA

Vuestra mirada es capturada por los demás, por sus necesidades y deseos, pero os exponéis a desaparecer de vuestro horizonte. Mirad en vuestro interior lo que sois y lo que deseáis. Ahí encontraréis la firmeza para ser libres, la voluntad para recorrer vuestro camino y la fuerza para crear vuestro destino. Amad a vuestro prójimo como a vosotros mismos.

#### 5 *DL* CERATOSTIGMA

Sentís curiosidad y estáis abiertos al mundo, confiando en la sabiduría y maestría ajenas. El mundo corre el peligro de convertirse en un laberinto, un juego de espejos, una selva en la que os perdéis y donde hacéis demasiadas preguntas a cualquier transeúnte. Escuchad vuestro vientre: hay más sabiduría en vuestras vísceras que en una biblioteca completa.

#### 6 *DL* CERASIFERA

Esta flor os ayudará a sentirnos fuera de peligro. Podréis dejar de contener la agitación de vuestras emociones y controlar el vuelo frenético de vuestros pensamientos. Dejaréis que la relajación os invada, desde las imágenes de vuestra mente a las fibras de vuestros músculos. “¡Dejaos acunar!”

#### 7 *DL* BROTE DE CASTAÑO

No os desconcentréis: haced una cosa a la vez, bien hecha, con total empeño y entrega. Esta es la capacidad que la flor

os ayudará a desarrollar, sin volver a cometer continuamente los mismos errores que os persiguen, armonizando la velocidad de vuestro pensamiento con la de vuestros actos. Aprenderéis de vuestra experiencia, y de la de los demás, y cumpliréis vuestra evolución material y espiritual.

## 8 *SW* ACHICORJA

Podéis sentirlo: sois amados. Dejad que cada cual se ponga a debida distancia, y no os ofendáis más por la ingratitud que os rodea. El amor incondicional que dais vuelve a vosotros incrementado y todo fluye.

## 9 *SW* CLEMÁTIDE

Vuestra fantasía es un regalo divino que conjugáis con el mundo real. Estáis despiertos y presentes, aquí y ahora, interesados y benévolos. Todo adquiere nitidez y energía; finalmente tenéis los pies bien plantados en el suelo. ¡Alegraos!

## 10 *SW* MANZANO SILVESTRE

Miraos al espejo: lo que en él veis reflejado es transparente y puro. Aceptad ese reflejo y abandonad esa continua labor de limpieza. Ahora mirad el bosque y no sólo un árbol, la construcción divina y no la mota de polvo. Sois inocentes y puros; hay cosas que no se pierden, sólo se olvidan.

## 11 *OLMO*

Ahora podéis tomaros un descanso y volver a la dimensión justa. Recuperad los límites de vuestra responsabilidad, la medida de vuestros esfuerzos, y el límite de vuestros compromisos. Las vacaciones que necesitáis sólo podéis concedéros las vosotros.

## 12 *GENCIANA*

Dejad que las flores de genciana os endulcen la vida. Por mucho tiempo habéis visto sólo el lado vacío y negro de la vida, sus dificultades y tristezas. Ahora contáis con fe y constancia para vencer cualquier obstáculo y volver a apreciar las cosas bellas de esta existencia.

## 13 *AULAGA*

Cambiad el punto de vista con que miráis el mundo y volveréis a tener esperanza. Junto con vuestros seres queridos, se os ocurrirán soluciones nuevas e inimaginables. Existen diferentes caminos por recorrer, concedeos la oportunidad de imaginarlos. Con atención, cuidado y voluntad, el mundo cambia de color.

## 14 *BREZO*

Esta flor os hará apreciar el silencio y la calma. Un silencio que nace de una mente plácida. Una calma que proviene de la seguridad de los límites. Podréis vivir tranquilos, sintiendo cómo vuestro ser fluye en conexión con el mundo. Extended vuestra mirada hacia las colinas.



## 15 *✍* ACEBO

Os han herido y os sentís enfurecidos por ello. Pero ahora odio, rencor, envidia e ira se han terminado. El amor puede volver. Bach dice sobre esta flor: “El acebo nos protege de todo lo que no es Amor Universal. Abre nuestro corazón al amor divino”. ¿Qué más necesitáis?

## 16 *✍* MADRESELVA

La madreSelva os sugiere que dejéis de mirar atrás. Por bello o feo que haya sido, el tiempo pasado ya lo habéis vivido y superado; quizá hasta hayáis aprendido lecciones poco fáciles. Dejad atrás nostalgias y añoranzas. Vaciad vuestros cajones y armarios de lo que ya no os hace falta. ¡Notáis lo ligeros que sois!

## 17 *✍* HOJARAZO

Frescura y vitalidad fluyen por vuestro cuerpo. Movedlo, haced deporte, bailad, corred o pasead. Cambiad vuestros hábitos, un poco a la vez. El tedio se va, la fatiga desaparece. ¡En el fondo, sólo era cuestión de dar el primer paso!

## 18 *✍* IMPACIENCIA

Perdonad y perdonaos. El tiempo es una ilusión; apresuraos lentamente y dejad que el mundo vaya a su ritmo. Escuchad el ritmo de vuestra respiración y recuperad la calma natural. Este tiempo os pertenece, no huyáis de él.

## 19 *SK* ALERCE

Seguid así, que va bien. Ya tenéis lo que hace falta, está dentro de vosotros. Es inútil empeñarse en seguir buscando; es inútil buscar pretextos para no hacer nada. Estáis perfectamente a la altura de la situación, o sea que empezad a moveros.

## 20 *SK* MÍMULO

Tened compasión por los demás y por vosotros mismos. Proximidad, presencia y comprensión son cualidades que podéis ofrecer y recibir. Así hallaréis el valor y la decisión para abandonar cualquier timidez y miedo. A menudo os asustan sombras infundadas, ¡cambiad de perspectiva y os reiréis de ello!

## 21 *SK* MOSTAZA

Esta flor os trae la luz cálida y dichosa de un día sin nubes, la ligereza de la brisa marina y la frescura de la risa de un niño. La alegría está en vuestro interior, los demás os ayudan a sacarla a la superficie. ¡Festead y celebrad la vida!

## 22 *SK* ROBLE

Sois fuertes y tenaces; la constancia es vuestra mejor cualidad, aunque no siempre os deis cuenta de ello. Ahora podéis aflojar las riendas, dejar de resistiros al flujo vital, a las auténticas demandas de vuestra alma. Gozad de la flexibilidad.

## 23 *OL* OLIVO

Solucionando el conflicto que os agota hallaréis nuevas energías. Recargad las pilas; habéis pasado por pruebas difíciles y ahora es el momento de disfrutar de una paz reparadora. La fuerza vuelve a fluir en vosotros.

## 24 *PI* PINO

Perdonad a vuestros hijos y pedid perdón a vuestros padres. Distinguiendo la culpa del error y de la responsabilidad, os liberaréis de vuestros rígidos esquemas mentales. Descubrid la bondad del padre, que supera cualquier juicio. Aceptad la posibilidad humana de cometer errores.

## 25 *CA* CASTAÑO ROJO

Romped la simbiosis: rezad y vivid tranquilos. Vuestro pensamiento preocupado no protege a vuestros seres queridos, sino que os hace enfermar a vosotros y a ellos. Calmad la necesidad de controlar teniendo fe en la vida.

## 26 *HE* HELIANTEMO

Salid del caos y el pánico; recobrad la capacidad de controlar la situación. El valor vuelve y vosotros solucionaréis la situación de emergencia. Sois sensibles y delicados, recordad también que podéis ser fuertes y valerosos.

## 27 *SW* AGUA DE ROCA

El mundo es una sinfonía de colores brillantes, sutiles, ligeros, suaves, fuertes, puros y mezclados. Abandonad la ilusión de haber encontrado el mejor color, porque simplemente no existe. Cada flor, cada momento, cada situación tienen colores distintos. Gozad de la belleza del universo, abrid los brazos al placer de la vida.

## 28 *SW* SCLERANTHUS

Conciliar cuerpo y mente es indispensable para poder elegir. Al recuperar el equilibrio, vuelve espontáneamente la capacidad de decidir. No pudiendo tenerlo todo, valorad lo que tenéis.

## 29 *SW* LECHE DE GALLINA

Habéis vivido malas experiencias y os resulta difícil libraros de ellas. Esta flor os ayudará a cerrar la puerta a un pasado que os ha traumatizado. Recuperad vuestra integridad; reatad nuevamente los hilos de vuestra vida. Abrid puertas nuevas.

## 30 *SW* CASTAÑO DULCE

Mirad más allá, hacia la luz. Poned un límite a vuestro sufrimiento; aceptad ayuda. No os aisléis. Tenéis ante vosotros una gran posibilidad de cambio, una oportunidad única. El dolor os muestra el camino, pero vosotros podéis ir por otro lugar.

### 31 *DM* VERBENA

Vuestro entusiasmo es un fuego sagrado, respetadlo y manejadlo con cuidado. De esta manera, ni vosotros ni los demás arderéis en las llamas de vuestra pasión. Domad el incendio para calentar la tierra.

### 32 *DM* VID

Poned vuestras aptitudes al servicio de los demás. Con respeto vuestra guía certera se convierte en dote valiosa para todos. De vez en cuando, ¡aflojad las riendas!

### 33 *DM* NOGAL

En este momento de cambio, recuperad vuestra libertad interior. Protegeos de cualquier limitación exterior, ya provenga de personas como de situaciones. Id seguros por vuestro camino.

### 34 *DM* VIOLETA DE AGUA

Habéis recibido dotes importantes, no despreciéis a quienes han tenido peor suerte. Liberad vuestras emociones y encontraréis la alegría de estar en compañía.

### 35 *DM* CASTAÑO BLANCO

Desconectad de vuestros pensamientos. No son vuestra única verdad ni vuestro guía, especialmente cuando se convierten en una charla mental repetitiva. Buscad calma en el ritmo.

### 36 *SW* AVENA SILVESTRE

Buscad vuestra dirección teniendo bien claro cuáles son los objetivos de vuestra vida. Comprender su sentido hace que las cosas sean gratificantes. Sed honrados y sinceros con vosotros mismos y con el mundo.

### 37 *SW* ROSA SILVESTRE

Recuperad la vitalidad y el placer de la vida. Ese muro de cristal que os separa de la existencia se hace añicos. Volved a retomar vuestro camino. ¿Qué aventura queréis vivir?

### 38 *SW* SAUCE

La responsabilidad de vosotros mismos os hace libres. Notad que podéis guiar vuestro barco incluso con viento en contra. Lamentarse no sirve para nada, hay que encontrar una estrategia adecuada y la fuerza para ponerla en práctica. ¡Buen viento!



## APÉNDICE: EDWARD BACH

Edward Bach nace en 1886 cerca de Birmingham y se hace médico en 1912. En los años siguientes trabaja en varios hospitales de Londres, donde abandona casi inmediatamente el trabajo en las salas para dedicarse a la inmunología. En esos años comienza a definir su línea de pensamiento, según el cual la medicina de su tiempo no da la suficiente

importancia a la personalidad del enfermo para concentrarse, en cambio, en su aspecto puramente físico.

Al mismo tiempo empiezan a manifestarse en él graves problemas de salud, que en 1917 lo llevan a ser operado con urgencia. Le dan no más de tres meses de vida, pero Bach se vuelca en su trabajo movido por la pasión de sus investigaciones. Él mismo atribuye su sorprendente curación a este entusiasmo: la enfermedad revierte hasta desaparecer, para volver a presentarse años más tarde.

En esos años resulta fundamental para Bach el descubrimiento de la homeopatía, con cuyo principio se encuentra totalmente de acuerdo: es vital considerar y por tanto curar al enfermo y no la enfermedad. Bach trabaja en la preparación de siete *nosodes*, un tipo de terapia homeopática que le proporciona cierta fama en el ámbito de la medicina alternativa.

Para Bach es un periodo caracterizado por un gran éxito, con numerosas publicaciones y conferencias. En este periodo su atención se centra en el aspecto no físico de la enfermedad, lo que le lleva a determinar en sus pacientes siete clases de personalidades diferentes, cada una de las cuales corresponde a una de las cepas bacterianas de las que había sintetizado los nosodes. Este estudio le lleva a la conclusión de que la eficacia de una cura es mayor cuanto más esté centrada en el carácter del paciente.

Ansioso por perfeccionar este aspecto, comienza a trabajar con remedios naturales basados en flores silvestres. Así nacen los remedios florales de Bach. Tras sintetizar los reme-

dios basados en las primeras tres flores (Impatient, Mimulus y Clematis), decide abandonar Londres para dedicarse de lleno a la investigación de las terapias florales. A comienzos de los años '30 había sintetizado doce remedios, a los que llama “los doce curadores” y empezado a divulgar sus estudios en algunas publicaciones. En los últimos años sintetiza los remedios de otras siete flores, denominados “ayudantes”, ya que ayudan a potenciar la acción de los “curadores”, y a ellos se añaden después otros diecinueve remedios. En 1935 los remedios eran los treinta y ocho que conocemos en la actualidad.

Un año después, en 1936, Bach muere a causa de una recaída del tumor que había curado dieciocho años antes. Su herencia queda recogida en el Bach Centre, fundado en el lugar donde el creador de la terapia floral había vivido y trabajado en sus últimos años. Hoy su disciplina se estudia en todo el mundo.





# L'ORACLE DES FLEURS



## L'ORACLE

Consulter cet Oracle, c'est comme entrer dans un jardin merveilleux, où nous pouvons expérimenter une variété infinie de formes, de couleurs et de parfums, tout comme les expériences différentes et merveilleuses que nous vivons jour après jour. Chaque Fleur parle directement à notre âme et nous offre la possibilité d'observer un aspect différent de notre existence.

Nous avons tous vécu des moments de lassitude, de peur et d'égarement. Une phrase prononcée avec douceur et une voix capable de parler directement à notre âme peuvent nous donner les conseils dont nous avons besoin. Dans cet Oracle, ce sont les voix des Fleurs qui nous parlent et nous conseillent, elles nous aident à abandonner les habitudes qui nous causent de la peine et à affronter la vie avec équilibre et sérénité.

Les raisons qui nous poussent à interroger les fleurs peuvent être les plus disparates. Peut-être traversons-nous une période difficile de notre vie, nous pouvons alors demander conseil pour comprendre quelle est la bonne attitude à adopter. Peut-être avons-nous la sensation d'aller dans la mauvaise direction, mais nous ne comprenons pas ce qui nous bloque et nous empêche de réaliser nos désirs : à travers l'Oracle nous pouvons observer notre situation sous une nouvelle perspective, surmonter les obstacles et

continuer vers notre but. Peut-être souhaitons-nous simplement nous inspirer de la sagesse des Fleurs pour vivre pleinement notre vie.

Nous pouvons consulter l'Oracle quand nous le désirons, y recourir le cas échéant ou le laisser nous accompagner dans notre vie quotidienne. Les Fleurs sont sages et discrètes : elles ne voudront jamais prendre de décisions à notre place, mais elles nous soutiendront quand nous voudrons devenir plus conscients et protagonistes de notre vie.



## LES FLEURS

Qui d'entre nous ne s'est jamais promené dans une prairie fleurie ? Rares sont les choses comparables à la joie que peut nous offrir une étendue de fleurs colorées : de toutes, il en existe certainement une que nous préférons, en raison de sa forme, de ses nuances et de son parfum.

De même, à tout moment de notre vie, il existe une Fleur qui est capable de parler à notre âme, d'entrer en contact avec notre côté le plus authentique, de connaître et d'interpréter nos besoins, de nous apporter un message qui améliorera notre existence.

Dans le grand Jardin dont nous disposons, nous avons justement choisi ces trente-huit Fleurs, car c'est la sagesse d'Edward Bach qui les avait sélectionnées. En tant que médecin, son désir a toujours été de soulager la souffrance humaine. Quand quelqu'un s'adressait à lui, Bach allait se

promener dans la bruyère, interrogeant la nature autour de lui jusqu'à ce qu'il puisse trouver exactement la Fleur susceptible de l'aider à recouvrer la sérénité et l'équilibre dans la vie de son patient.

Grâce à ces cartes, vous pouvez entendre la voix des Fleurs telle que l'écoutait Bach lors de ses promenades au milieu de la nature.

## NOTE CONCERNANT L'ÉDITION PRÉCÉDENTE

L'Oracle des Fleurs est une nouvelle version du précédent «Fleurs de Bach», dont il hérite la structure et les superbes illustrations. Cette édition offre toutefois une section plus riche consacrée aux méthodes de tirage et d'utilisation des cartes.



## UTILISATION DE L'ORACLE

### LA CARTE CONSEIL

Lorsque vous ressentirez le besoin d'interroger les Fleurs pour recevoir un conseil, prenez le jeu et mélangez-le. Disposez ensuite les cartes couvertes sur une surface plane et choisissez-en une : voilà le conseil que vous offrent les Fleurs.

Tout d'abord, observez le dessin, peu importe si vous ne vous souvenez pas de la signification de la carte : qu'est-ce qui vous frappe ? Quelle sensation éprouvez-vous devant l'image ? Pensez-vous que la Fleur ait un message pour

vous ? Prenez tout le temps nécessaire pour observer la carte et écouter sa voix. Si vous ne vous souvenez pas de la signification précise, consultez ce livret et réfléchissez à la façon dont vous pouvez appliquer le conseil de votre Fleur dans votre vie. Si vous le souhaitez, vous pouvez garder votre carte sur vous pendant toute la journée ou la laisser près de votre lit lorsque vous dormez.

## LE CHOIX

Une autre façon de choisir une carte peut être de lire les descriptions des Fleurs et de choisir celle qui vous semble la mieux adaptée à la situation que vous vivez, à votre caractère ou à vos aspirations. Pendant un certain temps, aussi longtemps que vous en ressentez le besoin, relisez la signification de la Fleur tous les matins, ou plusieurs fois par jour. Réfléchissez à la façon dont ses mots peuvent vous aider dans la vie quotidienne.

## UNE CARTE PAR JOUR

Les Fleurs peuvent être consultées lorsque vous avez besoin d'un conseil à un moment donné de la vie, mais aussi comme source d'inspiration, même au quotidien. Chaque matin, mélangez le jeu selon vos préférences et choisissez une carte : pendant la journée, réfléchissez aux mots de la Fleur que vous avez choisie et observez la façon dont ils vous aident à affronter la vie.

Au fil du temps, cette méthode vous aidera également à mieux comprendre la signification de chaque carte.

## TIRAGE AVEC QUATRE CARTES: À TRAVERS LE JARDIN

Cette méthode de tirage permet d'utiliser l'Oracle pour mieux comprendre la situation dans laquelle vous vous trouvez. Vous effectuerez un parcours à travers le Jardin et vous apprendrez à connaître et à observer les obstacles, vous découvrirez ce qui peut vous aider et vous soutenir, jusqu'à atteindre votre objectif au bout du sentier.

Mélangez les cartes en les laissant couvertes. Ensuite, partagez le jeu en quatre petits tas et prenez la première carte de chacun d'entre eux en créant le schéma suivant :

1. **Le portail.** *Vous êtes à l'extérieur du Jardin et vous attendez avant d'entrer:*  
cette carte vous représente en ce moment précis de votre vie ;
2. **La haie.** *L'obstacle qui vous empêche de continuer et de voir plus loin :*  
cette carte indique le défi que vous êtes appelé à relever ;
3. **La forêt.** *Avec son ombre, elle vous accueille et vous protège :*  
cette carte indique un talent ou une capacité qui vous aidera et vous sera précieuse dans votre parcours ;
4. **Le sentier.** *Ce qui vous conduit à votre objectif :*  
cette carte représente ce que vous pourrez réaliser à la fin de ce parcours.



Si nécessaire, consultez la signification des cartes dans le livret.

Concentrez-vous sur la première carte : pensez à la façon dont la signification de la Fleur représente votre situation en ce moment. Vous reconnaissez-vous dans la description ? Quels sentiments ces mots vous suscitent-ils ?

Déplacez ensuite votre attention sur la description de la carte qui se trouve dans la position deux : à quelle situation de votre vie pouvez-vous l'assimiler ? Quelle est votre attitude face à cette situation ?

Maintenant, explorez la carte se trouvant dans la position trois : c'est votre allié, la partie de vous-même qui vous aidera à surmonter l'obstacle. De quelle caractéristique vous concernant la Fleur vous parle-t-elle ? Préparez-vous à mieux connaître et à valoriser cet aspect de vous-même.

Nous en sommes à la quatrième carte : la fin de ce parcours. En effet, une fois surmonté, chaque obstacle vous permet de gagner quelque chose, une meilleure conscience de vous-même, une plus grande sérénité. La quatrième carte représente le but qui vous attend au-delà de la haie. De quelle conquête la carte vous parle-t-elle ? S'agit-il d'un objectif que vous vouliez atteindre depuis longtemps ?

Si vous le souhaitez, choisissez l'une de ces quatre cartes, celle que vous considérez comme la plus représentative, et gardez-la sur vous toute la journée ou laissez-la près de votre lit pendant votre sommeil.

## MÉDITATION AVEC LES FLEURS

Vous pouvez faire cette méditation où vous voulez, à la maison ou mieux encore en pleine nature. Assurez-vous de ne pas être dérangé et de ne pas avoir de distractions : c'est un moment que vous consacrez uniquement à vous-même! Asseyez-vous dans une position confortable, que ce soit par terre ou sur une chaise, les jambes croisées ou non. Vous devez vous sentir à votre aise et vous détendre. Mélangez le jeu, disposez les cartes découvertes et choisissez-en une : c'est la Fleur de votre méditation. Si vous ne vous souvenez pas bien de la signification, lisez-la dans le livret et essayez de la *mémoriser*.

Tenez la carte devant vous et observez-la pendant un certain temps. Puis fermez les yeux et commencez à respirer lentement. À chaque respiration, votre corps se détend davantage. Revenez avec votre esprit aux mots de votre fleur, peu importe si vous ne vous en souvenez pas parfaitement. Visualisez-vous dans l'attitude décrite par la Fleur et observez vos émotions. Prenez tout le temps nécessaire. Quand vous avez terminé votre visualisation, avant d'ouvrir les yeux, vous pouvez formuler une affirmation, par exemple : «Je vais affronter ma vie avec équilibre et sérénité» ou «Je suis digne d'amour». Répétez votre affirmation trois fois,



puis prenez encore du temps pour quelques respirations, lentes et profondes, et terminez la méditation.

L'affirmation que vous avez formulée peut également être utilisée par la suite: répétez-la, toujours trois fois, même plusieurs fois par jour, lorsque vous en ressentez le besoin ou lorsque vous souhaitez retrouver la sérénité ressentie pendant la méditation.



## LES MOTS DES FLEURS

### 1 AIGREMOINE

Si vous avez choisi cette fleur, vous avez besoin d'harmonie et de paix, au-dehors et au-dedans de vous. Vous pouvez les trouver en laissant tomber le masque qui couvre votre vrai visage. Mais attention, ne le jetez pas car il vous servira encore. Laissez-le glisser juste un peu, et observez les réactions du monde face à votre vérité.

### 2 PEUPLIER TREMBLE

La confiance peut être retrouvée, mais pas tout seul. Cette fleur vous tiendra compagnie, mais aidez-la dans son action en trouvant aussi du réconfort chez les autres. Non pas pour vous faire consoler, mais pour jouer, rire et plaisanter ensemble. Les fantasmes pourront retourner d'où

ils sont venus. De temps en temps, poussez un soupir de soulagement!

### 3 *DL* HÊTRE

Admettez que vous êtes imparfait : cela vous réconciliera avec le monde. C'est le message de la fleur qui vous invite à la tolérance et à la compréhension. Votre finesse d'esprit est certes importante, l'esprit critique est une très belle qualité, mais élargissez vos dons vers les autres êtres humains avec ouverture mentale et compassion.

### 4 *DL* CENTAURÉE

Votre regard est capturé par les autres, par leurs besoins et leurs désirs, mais vous risquez ainsi de disparaître de votre horizon. Regardez au-dedans de vous, essayez de comprendre ce que vous êtes et ce que vous voulez. Vous y trouverez la fermeté pour être libre, la volonté de prendre votre propre chemin, la force de créer votre destin. Aimez votre prochain comme vous-même.

### 5 *DL* PLUMBAGO

Vous êtes curieux et ouvert au monde, confiant dans la sagesse et la maestria d'autrui. Le monde risque de devenir un labyrinthe, un jeu de miroirs, une forêt dans laquelle vous vous perdrez et poserez trop de questions au premier pèlerin. Écoutez votre ventre, vos entrailles renferment plus de sagesse qu'une entière bibliothèque.

## 6 *SV* PRUNIER MYROBOLAN

Cette fleur vous aidera à vous sentir hors de danger. Vous pourrez cesser de contenir la mer en tempête de vos émotions, de contrôler le vol vertigineux de vos pensées. Vous laisserez place à la détente au-dedans de vous, des images de votre esprit jusqu'aux fibres de vos muscles. «Laissez-vous proclamer!»

## 7 *SV* BOURGEONS DE MARRONNIER

Restez concentré, une chose à la fois mais bien faite, avec toute votre application et tout votre dévouement. Telle est la capacité que cette fleur vous aidera à développer, sans plus commettre les mêmes erreurs qui vous poursuivent, en harmonisant la vitesse de votre pensée avec celle de vos actions. Vous apprendrez à partir de votre expérience et de celle des autres, en réalisant votre évolution matérielle et spirituelle.

## 8 *SV* CHICORÉE

Vous pouvez le sentir : vous êtes aimé. Vous pouvez laisser chacun se placer à la bonne distance, sans plus vous vexer à cause de l'ingratitude qui vous entoure. L'amour inconditionnel que vous donnez vous revient centuplé et tout s'écoule.

## 9 *SV* CLÉMATITE

Maintenant votre fantaisie est un don divin que vous alliez aux choses concrètes du monde réel. Ici et maintenant

vous êtes éveillé et présent, intéressé et bienveillant. Toute chose devient nette et vivante, vous avez finalement les pieds sur terre. Réjouissez-vous!

## 10 *SM* POMMIER SAUVAGE

Regardez-vous dans le miroir : il est transparent et pur. Vous pouvez arrêter votre travail incessant de nettoyage et accepter ce reflet. Regardez maintenant la forêt et pas simplement l'arbre, la construction divine et pas le grain de poussière. Vous êtes innocent et pur, il est des dons qui ne se perdent pas mais qui s'oublient simplement.

## 11 *SM* ORME

Maintenant vous pouvez faire une pause, retourner dans la bonne dimension. Retrouvez les limites de votre responsabilité, la mesure de vos efforts, les confins de vos engagements. Vous seul pouvez vous accorder les vacances dont vous avez besoin.

## 12 *SM* GENTIANE

Laissez les fleurs de la gentiane adoucir votre vie. Pendant trop longtemps vous avez regardé la partie vide et noire, la difficulté et la tristesse de la vie. Maintenant la constance et la foi sont à vos côtés pour surmonter les obstacles, pour recommencer à apprécier les dons de cette existence.

### 13 *DL* AJONC

Changez votre perspective sur le monde et vous retrouverez l'espoir! Avec vos proches, de nouvelles solutions insoupçonnées vous viendront à l'esprit. Il existe des voies différentes à parcourir, permettez-vous de les imaginer. Avec attention, soin et volonté, le monde change de couleur.

### 14 *DL* BRUYÈRE

Cette fleur vous fera apprécier le silence et la quiétude. Le silence qui naît d'un esprit calme. La quiétude qui naît de la certitude des limites. Vous pourrez vivre tranquille, en vous sentant en liaison fluide avec le monde. Poussez votre regard sur les collines.

### 15 *DL* HOUX

Vous avez été blessé et vous êtes fâché. Maintenant la haine, la rancœur, l'envie et la colère ont disparu. L'amour peut revenir. Bach affirme à propos de cette fleur «Holly nous protège de tout ce qui est contraire à l'amour. Holly ouvre le cœur et nous unit à l'amour divin». Avez-vous besoin d'autre chose ?

### 16 *DL* CHÈVREFEUILLE

Le chèvrefeuille vous suggérera de cesser de regarder en arrière. Qu'il ait été beau ou triste, le temps passé est révolu, surmonté, peut-être en avez-vous même tiré des ensei-

gnements peu faciles. Laissez de côté les nostalgies et les regrets. Vider les tiroirs et les armoires de tout ce qui ne sert plus à rien. Ne vous sentez-vous pas plus léger!

## 17 *SW* CHARME

La fraîcheur et la vitalité coulent dans tout votre corps. Bougez-le, faites du sport ou dansez, courez ou promenez-vous. Changez vos habitudes, peu à peu. L'ennui s'en va, la fatigue s'estompe. Au fond, il n'était question que de faire le premier pas!

## 18 *SW* IMPATIENCE

Pardonnez les autres et pardonnez-vous. Le temps est une illusion, hâtez-vous lentement et laissez le monde couler à son rythme. Écoutez le rythme de votre respiration et retrouver votre calme naturel. Ce temps vous appartient, ne le fuyez pas.

## 19 *SW* MÉLÈZE

Courage, allez de l'avant. Ce qui sert est déjà présent, au-delà de vous. Inutile de vous fatiguer à le chercher, inutile de trouver des excuses pour rester inactif. Vous être parfaitement à la hauteur de la situation, alors commencez à agir!

## 20 *SW* MIMULE

Ayez de la compassion pour les autres et pour vous-même. La proximité, la présence, la compréhension sont des qua-

lités que vous pouvez offrir et recevoir. Vous trouverez ainsi la résolution et le courage d'abandonner toute timidité et toute peur. Vous être souvent effrayé par des ombres inconsistantes, changez de perspective et vous en rirez!

## 21 *SW* MOUTARDE

Cette fleur vous apporte la lumière chaude et joyeuse d'une journée sans nuages, la légèreté de la brise marine, la fraîcheur des rires d'un enfant. La joie est au-dedans de vous, les autres vous aideront à la faire ressortir. Faites la fête, célébrez la vie!

## 22 *SW* CHÊNE

Vous êtes fort et persévérant, la ténacité est votre plus grande qualité, même si vous ne le reconnaissez pas toujours. Vous pouvez maintenant relâcher les rênes, cessez de résister au flux vital, aux vraies requêtes de votre âme. Profitez de la souplesse.

## 23 *SW* OLIVIER

C'est en résolvant le conflit qui vous ronge que vous trouverez de nouvelles énergies. Rechargez les batteries, vous avez affronté des épreuves difficiles, le temps de la paix qui restaure est désormais arrivé. La force recommence à revivre en vous.

## 24 *SW* PIN SYLVESTRE

Pardonnez les enfants et demandez pardon aux pères. En distinguant la faute de l'erreur et de la responsabilité, vous vous libérerez des règles mentales rigides. Vous découvrirez la bienveillance du père, qui va au-delà de tout jugement. Acceptez la possibilité humaine de l'erreur.

## 25 *SW* MARRONNIER ROUGE

Brisez la symbiose : priez et restez tranquille. Votre pensée inquiète ne protège pas vos proches, bien au contraire elle les ronge et vous ronge vous-même. Tempérez le besoin de contrôle avec la foi dans la vie.

## 26 *SW* HÉLIANTHÈME

Fuyez le chaos et la panique, retrouvez la capacité de maîtriser la situation. Le courage revient, et vous résoudrez la situation d'urgence. Soyez sensible et délicat, n'oubliez pas que vous pouvez être aussi fort et courageux.

## 27 *SW* EAU DE ROCHE

Le monde est une symphonie de couleurs brillantes, délicates, légères, nuancées, vives, pures et mêlées. Abandonnez l'illusion d'avoir trouvé la meilleure couleur, tout simplement parce qu'elle n'existe pas. Chaque fleur, chaque moment, chaque situation présente des couleurs différentes. Profitez de la beauté de l'univers, ouvrez-vous au plaisir de la vie.



## 28 *DL* GNAVELLE

Il est indispensable de mettre d'accord votre ventre et votre tête pour pouvoir choisir. En retrouvant votre équilibre, votre capacité de décider reviendra spontanément. Ne pouvant pas tout avoir, vous apprécierez ce que vous avez.

## 29 *DL* ÉTOILE DE BETHLÉEM

Vous avez fait de mauvaises expériences et il vous est difficile de vous en libérer. Cette fleur vous aidera à couper les ponts avec le passé qui vous a traumatisé. Retrouvez votre intégrité, renouez les fils de votre vie. Ouvrez de nouvelles portes.

## 30 *DL* CHÂTAIGNIER

Regardez au-delà, vers la lumière. Fixez une limite à la souffrance, acceptez qu'on vous aide. Ne restez pas seul. Vous avez devant vous une grande possibilité de changement, une occasion unique. La douleur vous indique la voie, c'est à vous de vous tourner de l'autre côté!

## 31 *DL* VERVEINE

Votre enthousiasme est un feu sacré, respectez-le et maniez-le avec soin. Ainsi, ni vous ni les autres ne vous brûlerez avec les flammes de votre passion. Maîtrisez l'incendie pour réchauffer la terre.

### 32 *DM* VIGNE

Utilisez vos capacités au service des autres. Avec le respect, vous deviendrez un guide sûr qui sera un don précieux pour tous. De temps en temps, relâchez les rênes!

### 33 *DM* NOYER

En cette période de changement, retrouvez votre liberté intérieure. Protégez-vous des conditionnements extérieurs, qu'ils viennent des personnes ou des situations. Continuez droit votre chemin.

### 34 *DM* VIOLETTE D'EAU

Des dons précieux vous ont été accordés, ne méprisez pas ceux qui ont eu moins de chance que vous. Libérez vos émotions et vous retrouverez la joie d'être en compagnie.

### 35 *DM* MARRONNIER BLANC

Donnez un peu de répit à vos pensées. Elles ne sont pas votre seule vérité, elles ne sont pas votre guide, spécialement quand elles deviennent des babillages mentaux répétitifs. Retrouvez votre calme dans le rythme.

### 36 *DM* AVOINE SAUVAGE

Trouvez votre voie en clarifiant les objectifs de votre vie. La compréhension du sens permet d'assouvir les actions. Vous pouvez être honnête et sincère avec vous-même et avec le monde.

## 37 ÉGLANTIER

Retrouvez la vitalité et le plaisir de la vie. Le mur de verre qui vous sépare de l'existence se brise. Retrouvez le droit chemin. Quelle aventure voulez-vous vivre ?

## 38 SAULE

La responsabilité à l'égard de vous-même vous rend libre. Vous sentez que vous pouvez naviguez votre bateau même en présence de vents contraires. Il ne sert à rien de vous plaindre, trouvez les bonnes stratégies et la force pour les mettre en œuvre. Bon vent!



## APPENDICE: EDWARD BACH

Né en 1886 près de Birmingham, Edward Bach devient médecin en 1912. Au cours des années suivantes, il travaille dans plusieurs hôpitaux de Londres, mais il finit bientôt par se consacrer uniquement à l'immunologie.

Durant cette période, il commence à formuler sa pensée, selon laquelle la médecine de son temps ne prête assez d'attention à la personnalité du patient et se concentre trop sur l'aspect purement physique.

Entre-temps, il a de graves problèmes de santé qui l'amènent, en 1917, à être opéré d'urgence. Ses confrères ne lui donnent plus que trois mois à vivre, mais Bach se replonge dans son travail, animé par sa passion pour ses re-

cherches. Lui-même attribuera à cet enthousiasme sa surprenante guérison : sa maladie régresse jusqu'à disparaître. Elle ne réapparaîtra que de nombreuses années plus tard. C'est pendant ces années, fondamentales pour Bach, qu'il découvre l'homéopathie, avec laquelle il reconnaît une grande uniformité de pensée : il faut prendre en compte, puis guérir, le patient et non la maladie. Bach travaille sur la synthétisation de sept nosodes, un type de traitement homéopathique qui lui garantit une certaine notoriété dans les milieux de la médecine alternative.

C'est pour Bach une période caractérisée par un grand succès, avec de nombreuses publications et conférences. Son attention pour l'aspect non physique de la maladie le conduit à identifier sept types différents de personnalité chez ses patients, chacun correspondant à l'une des souches bactériennes à partir de laquelle il avait synthétisé les nosodes. Il en tire la conclusion que plus un traitement se concentre sur l'aspect caractériel du patient, plus il est efficace.

Désireux d'approfondir cet aspect, il commence à travailler avec des remèdes naturels de guérison basés sur des fleurs spontanées : c'est la naissance des remèdes floraux de Bach. Après la synthèse des remèdes à base des trois premières fleurs (Impatient, Mimulus et Clematis), il décide de quitter Londres pour se consacrer à plein temps à la recherche de la florathérapie. Au début des années 30, il synthétise douze remèdes, qu'il appelle «Les douze guérisseurs» et commence à divulguer ses études à travers quelques pu-

blications. Au cours des dernières années, il synthétise des remèdes à partir de sept autres fleurs, appelés «aides», car ils sont en mesure de renforcer l'action des «guérisseurs», auxquels s'ajoutent par la suite dix-neuf autres remèdes. En 1935, il présente les trente-huit remèdes que nous connaissons aujourd'hui.

Un an plus tard, en 1936, Bach meurt suite à une récurrence du cancer dont il s'était rétabli dix-huit ans auparavant. Son héritage est recueilli par le Bach Centre, fondé à l'endroit même où l'auteur de la florathérapie avait vécu et travaillé pendant les dernières années de sa vie. Sa discipline est actuellement répandue et étudiée dans le monde entier.

# O ORÁCULO DAS FLORES



## O ORÁCULO

Consultar este Oráculo é como entrar em um maravilhoso jardim, onde podemos experimentar uma variedade infinita de formas, cores e aromas, assim como as experiências de nossa vida são diferentes e maravilhosas. Cada Flor comunica-se diretamente com a nossa alma e nos oferece a oportunidade de observar um aspecto diferente da nossa existência. Todos nós experimentamos momentos de exaustão, medo e aniquilamento. Uma frase pronunciada com doçura e uma voz capaz de falar diretamente à nossa mente podem nos dar o conselho que precisamos. Neste Oráculo são as próprias vozes das Flores que nos falam e nos aconselham, ajudando-nos a abandonar os hábitos que nos causam dor e a enfrentar a vida com equilíbrio e serenidade.

Os motivos que nos levam a questionar as flores podem ser muitos. Talvez estejamos passando por um período difícil de nossas vidas e então podemos pedir conselhos para entender qual é a atitude correta que precisamos adotar. Ou sentimos que não estamos indo na direção certa, mas não entendemos o que nos bloqueia e nos impede de satisfazer os nossos desejos: através do Oráculo, podemos observar a nossa situação com novos olhos, superar os obstáculos e continuar em direção ao nosso objetivo. Ou simplesmente queremos inspirar a sabedoria das Flores para viver nossas vidas de forma mais completa.

Podemos consultar o Oráculo quando o desejarmos, ocasionalmente recorrendo a ele ou deixando- que nos acompanhe em nossa vida diária. As flores são sábias e discretas: nunca vão querer tomar decisões no nosso lugar, e elas nos apoiarão quando quisermos nos tornar mais conscientes e protagonistas de nossas vidas.



## AS FLORES

Quem entre nós nunca passou em um prado florido? Poucas coisas são comparáveis à alegria que uma extensão de flores coloridas pode oferecer: certamente há uma entre todas as que preferimos, por sua forma, por suas nuances e por seu perfume.

Da mesma forma, existe uma Flor que, em cada momento da nossa vida, é capaz de falar com a nossa alma, de entrar em contato com a nossa parte mais autêntica, de conhecer e de interpretar as nossas necessidades, de tornar-se a portadora de uma mensagem para melhorar nossa vida.

No grande Jardim à nossa disposição, escolhemos exatamente essas trinta e oito Flores porque entre todas a sabedoria de Edward Bach as tinha selecionado. Como médico, seu desejo sempre foi o de aliviar o sofrimento humano. Quando alguém se dirigia a ele, Bach ia dar uma volta na lenda, questionando a natureza ao seu redor até conseguir encontrar exatamente a Flor que poderia ajudá-lo a trazer serenidade e equilíbrio para a vida de seu paciente.

Através destas cartas você pode ouvir a voz das Flores como as escutava Bach nas suas caminhadas pela natureza.

## NOTA A EDIÇÃO ANTERIOR

O Oráculo das flores se propõe como uma nova versão do anterior “Flores de Bach”, da qual herda a estrutura e as ilustrações encantadoras. Nesta edição, é possível encontrar uma seção mais rica dedicada aos métodos de leitura e ao uso das cartas.



## COMO USAR O ORÁCULO

### A CARTA DO CONSELHO

Quando você sentir o desejo de pedir às Flores um conselho, pegue o baralho e embaralhe as cartas. Em seguida, arrume as cartas, com o desenho coberto, em uma superfície plana e escolha uma: este será o conselho que as Flores lhe estão oferecendo.

Antes de tudo, observe o desenho, não tem importância se você não se lembra do significado da carta: o que o atinge? Que sensação você está sentindo diante da imagem? Você acha que a flor tem uma mensagem para dar a você? Fique olhando para a carta o tempo que for necessário a fim que você possa escutar a voz dela. Se você não se lembrar do seu significado preciso, consulte este folheto e reflita sobre como você pode aplicar o conselho de sua Flor em sua vida. Se desejar, você pode levar a sua carta com você



durante o dia ou mantê-la perto da sua cama quando você estiver dormindo.

## A ESCOLHA

Outra maneira de escolher uma carta pode ser a de ler as descrições das Flores e selecionar aquela em que você se sinta mais adequado à situação que você está enfrentando, ao seu temperamento ou às suas aspirações. Por um tempo, enquanto você sentir que precisa, releia o significado da Flor todas as manhãs, ou várias vezes ao dia. Reflita sobre como suas palavras podem ajudá-lo em sua vida diária.

## UMA CARTA POR DIA

As flores podem ser consultadas quando precisamos de conselhos em um determinado momento da vida, mas também como fonte de inspiração, talvez diariamente. Todas as manhãs, misture o baralho da maneira que você preferir e escolha uma carta: durante o dia, reflita sobre as palavras da Flor que você escolheu e veja como elas ajudam você a lidar com a situação.

Este método, com o correr do tempo, também o ajudará a entender melhor o significado de cada uma das cartas.

## LEITURA COM QUATRO CARTAS: ATRAVÉS DO JARDIM

Este método de leitura permite o uso do Oráculo como um auxílio para entender melhor a situação em que nos encon-

tramos. Vamos percorrer um caminho pelo Jardim, aprendendo a conhecer e a observar os obstáculos, descobrindo o que pode ser de ajuda e apoio para atingir o nosso objetivo no final do caminho.

Embaralhar as cartas, mantendo o desenho coberto. Em seguida, corte o baralho em quatro maços menores e pegue a primeira carta de cada um, criando o seguinte esquema:

1. **O portão.** *Estamos fora do Jardim e estamos esperando para entrar:*  
esta carta representa nós mesmos neste momento da nossa vida;
2. **O tapume.** *O obstáculo que nos impede de prosseguir e ver além:*  
esta carta indica o desafio que estamos sendo chamados a enfrentar;
3. **O bosque.** *Com sua sombra, ele nos acolhe e nos protege:*  
esta carta indica um dote ou uma capacidade que nos ajudará e será importante no caminho;
4. **O caminho.** *O que leva ao objetivo:*  
esta carta representa o que poderemos realizar no final desse caminho.



Se for necessário, consulte o significado das cartas no folheto. Concentre-se na primeira carta: pense em como o significado da Flor representa a sua situação agora. Você se reconhece na descrição? Quais são os sentimentos que essas palavras lhe provocam?

Em seguida, mude a sua atenção para a descrição da carta na posição dois: a qual situação em sua vida você consegue assimilá-la? Qual o seu comportamento em relação a essa situação?

Agora explore a carta na posição três: é a sua aliada, a sua parte que o ajudará a superar o obstáculo. De qual característica a Flor nos fala? Prepare-se para aprender mais e valorizar este seu aspecto.

Chegamos à quarta carta: o fim deste percurso. Na verdade, todos os obstáculos, depois de terem sido superados, permitem-nos ganhar algo, uma melhor consciência de nós mesmos, maior serenidade. A quarta carta representa o objetivo que o espera além do tapume. Qual é a conquista que esta carta lhe comunica? É uma meta que você queria alcançar há muito tempo?

Se desejar, escolha uma dessas quatro cartas, a que você sente que é a mais representativa, leve-a com você durante o dia ou mantenha-a perto enquanto estiver dormindo.

## MEDITAÇÃO COM AS FLORES

Você pode fazer esta meditação onde quer que você queira, em casa ou melhor ainda no meio da natureza.

Certifique-se de que nada ou ninguém o perturbe e não se distraia: este é um momento dedicado apenas a você! Sente-se em uma posição confortável, não importa se no chão ou em uma cadeira, com as pernas cruzadas ou não. Você deve estar confortável e relaxe-se. Misture o baralho, organize as cartas com o desenho descoberto e escolha uma: esta será a Flor para a sua meditação. Se você não lembrar o significado, leia-o no folheto e tente memorizá-lo.

Segure a carta na sua frente e olhe para ela por algum tempo. Então feche os olhos e comece a respirar devagar. A cada respiração o corpo relaxa cada vez mais. Volte com a mente às palavras de sua Flor, não importa se você não se lembra delas perfeitamente. Visualize-se na atitude descrita pela Flor e observe as suas emoções. Leve o tempo que quiser e, quando tiver terminado a sua visualização, antes de abrir os olhos, você pode formular uma declaração, como: “Eu vou enfrentar minha vida com equilíbrio e serenidade”, ou então: “Eu sou digno de amor” “. Repita sua afirmação três vezes, depois arranje tempo para fazer novamente algumas respirações, lentas e profundas, e termine a meditação.

A afirmação que você formulou também pode ser usada mais tarde: repita-a, sempre três vezes, mesmo várias vezes ao dia, quando você sentir que precisa ou quando desejar redescobrir a serenidade experimentada durante a meditação.



## AS PALAVRAS DAS FLORES

### 1 *SW* AGRIMÔNIA

Se você escolheu esta flor, você precisa de harmonia e paz, fora e dentro de você. Você pode encontrá-la tirando a máscara que cobre seu verdadeiro rosto. Mas tenha cuidado, não a jogue fora, você ainda vai precisar dela. Deixe que escorregue apenas um pouco e observe as reações do mundo à sua verdade.

### 2 *SW* POPULUS TREMULA

A confiança pode ser encontrada, mas não você sozinho. Esta flor lhe fará companhia, mas ajude a sua ação, procurando também ser confortado por outros. Não para consolar você, mas para brincar, rir e divertir-se juntos. Então, os fantasmas poderão voltar para o lugar de onde eles vieram. De vez em quando tire um suspiro de alívio!

### 3 *SW* FAIA

Permita-se ser imperfeito: conciliará você com o mundo. Esta é a mensagem da flor que convida você à tolerância e à compreensão. Sua perspicácia é, sem dúvida, importante, o espírito crítico é uma dádiva esplendorosa, mas amplie suas qualidades com a mente aberta e com a compaixão para com outros seres humanos.

#### 4 *OL.* CENTÁUREA

Seu olhar é capturado pelos outros, pelas suas necessidades e desejos, mas desta maneira você corre o risco de desaparecer do seu horizonte. Olhe dentro de si mesmo, o que você é e o que deseja. Lá você encontrará a firmeza para ser livre, a vontade de se mover em suas estradas, a força para criar seu destino. Como você mesmo ama seu próximo.

#### 5 *OL.* CERATO

Você é curioso e aberto ao mundo, tenha confiança na sabedoria e no domínio dos outros. O mundo corre o risco de se tornar um labirinto, um jogo de espelhos, uma floresta na qual você se perde e faz muitas perguntas a qualquer viajante. Ouça o seu interior, há mais sabedoria em suas entranhas do que em uma biblioteca inteira.

#### 6 *OL.* ABRUNHEIRO DE JARDIM

Esta flor irá ajudá-lo a se sentir fora de perigo. Você pode parar de delimitar o mar tempestuoso de suas emoções, controlar o voo turbulento de seus pensamentos. Você vai deixar que o relaxamento aconteça dentro de você, desde as imagens de sua mente até as fibras de seus músculos. “Deixe-se cantar!”

#### 7 *OL.* BOTÃO DE CASTANHEIRO-DA-ÍNDIA

Fique focado, uma coisa de cada vez, mas bem-feita, com todo o esforço e a dedicação. Esta é a habilidade que a

flor irá ajudá-lo a desenvolver, sem cometer mais os erros habituais que o perseguem, harmonizando a velocidade do seu pensamento com a das suas ações. Você aprenderá com as suas e com a experiência dos outros, realizando a sua evolução material e espiritual.

## 8 *OL* CHICÓRIA SELVAGEM

Você pode sentir isso: você é amado. Você pode deixar que cada um se ponha à distância certa, sem mais ofendê-lo pela ingratidão que o rodeia. O amor incondicional que você dá retorna para você cem vezes a mais e tudo flui.

## 9 *OL* CLEMATITE

Agora, a sua fantasia é um dom divino conjugado com a concretude do mundo real. Aqui e agora você está acordado e presente, interessado e benevolente. Tudo é claro e animado, você finalmente está com os pés firmemente plantados no chão. Fique alegre!

## 10 *OL* MAÇÃ SELVAGEM

Olhe-se no espelho: é transparente e puro. Você pode parar o trabalho de limpeza incessante, aceitar esse reflexo. Agora, olhe para o bosque e não para uma única árvore, a construção divina e não o pó de poeira. Você é inocente e puro, há dons que não se perdem, mas apenas que se esquecem.

## 11 *OL* OLMO INGLÊS

Agora você pode dar uma parada, retornar à dimensão certa. Encontre os limites de sua responsabilidade, a extensão dos seus esforços, o limite dos seus compromissos. As férias de que você precisa só você se pode conceder.

## 12 *OL* GENCIANA DO OUTONO

Deixe as flores de genciana adoçarem sua vida. Durante muito tempo, você olhou para a parte vazia e preta, a dificuldade e a tristeza que existem na vida. Agora encontra-se com você a constância e a fé para superar os obstáculos, para voltar a apreciar os dons desta existência.

## 13 *OL* GIESTA

Mude a perspectiva da qual você está olhando para o mundo e você encontrará a esperança novamente! Juntamente com seus entes queridos, você encontrará soluções novas e inesperadas. Existem diferentes caminhos a seguir, permita-se imaginá-los. Com concentração, cuidado e vontade o mundo muda de cor.

## 14 *OL* QUEIRÓ

Esta flor irá fazer você apreciar o silêncio e a paz. O silêncio que nasce de uma mente tranquila. A paz que nasce da certeza dos limites. Você pode viver pacificamente, sentindo uma conexão fluida com o mundo. Expanda o seu olhar até as colinas.



## 15 *SW* AZEVINHO

Você foi ferido e você está muito irritado. Agora ódio, rancor, inveja, raiva acabaram. O amor pode voltar. Bach diz desta flor que “Azevinho nos protege de tudo o que não é o Amor Universal. Azevinho abre nossos corações para o amor divino “. Você precisa de mais alguma coisa?

## 16 *SW* MADRESSILVA

A madressilva sugerirá que você pare de olhar para trás. Que tenha sido bom ou ruim, o tempo que passou você observou-o, ultrapassou-o, talvez você também tenha aprendido lições difíceis. Deixe para trás nostalgias e arrependimentos. Esvazie gavetas e armários jogando fora tudo o que você não precisa mais. Veja como se sentirá leve!

## 17 *SW* CARPINO BRANCO

Frescura e vitalidade fluem através do corpo. Mova-o, pratique esportes ou dance, corra ou passeie. Mude seus hábitos, um pouco de cada vez. O aborrecimento desaparece, a fadiga se dissipa. Afinal, era apenas uma questão de dar o primeiro passo!

## 18 *SW* GRAMA IMPACIENTE, NÃO-ME-TOQUE

Perdoe e perdoe a si mesmo. O tempo é uma ilusão, acelere lentamente e deixe que o mundo flua com o seu ritmo. Ouça o ritmo da sua respiração e recupere a sua calma natural. Este momento pertence a você, não se afaste disso.

## 19 *SK* LARÇH

Coragem, está tudo em ordem. O que é necessário já está aqui dentro de você. Não é necessário se afligir para o procurar, não é necessário encontrar desculpas para ficar sossegado. Você está perfeitamente à altura da situação, então comece a se mexer!

## 20 *SK* MIMOLO AMARELO

Tenha compaixão pelos outros e por você mesmo. Proximidade, presença, compreensão são qualidades que você pode oferecer e receber. Assim, você encontrará a firmeza e a coragem de abandonar qualquer timidez e medo. Muitas vezes você tem medo de sombras inconsistentes, se você mudar de perspectiva, você vai rir!

## 21 *SK* MOSTARDA SELVAGEM

Esta flor traz a luz quente e alegre de um dia sem nuvens, a leveza da brisa do mar, a frescura do riso de uma criança. A alegria está dentro, os outros o ajudam a chegar à superfície. Faça uma festa, comemore a vida!

## 22 *SK* CARVALHO

Seja forte e perseverante, a tenacidade é a sua melhor qualidade, mesmo que nem sempre você a reconheça. Agora você pode afrouxar as rédeas, parar de resistir ao fluxo da vida, às verdadeiras exigências de sua alma. Aproveite a flexibilidade.

### 23 OLIVEIRA

Resolvendo o conflito que o extenua, você encontrará nova energia. Recarregue as suas baterias, você enfrentou provas difíceis e agora é hora de restaurar a paz. A força retorna para fluir em você.

### 24 PINHEIRO ESCOCÊS

Perdoe seus filhos e peça perdão aos seus pais. Ao distinguir a culpa do erro e da responsabilidade, você se livra de padrões mentais rígidos. Descubra a benevolência do pai, que supera todo julgamento. Aceite a possibilidade humana de erro.

### 25 CASTANHEIRO-DA-ÍNDIA VERMELHO

Rompa a simbiose: reze e fique quieto. Seu pensamento preocupado não protege seus entes queridos, mas isso faz com que você e eles fiquem doentes. Mitigar a necessidade de controle com fé na vida.

### 26 HELIANTEMO

Saia do caos e do pânico, encontre novamente a capacidade de dominar a situação. A coragem retorna e você resolve a situação de emergência. Você é sensível e delicado, lembre-se de que você também pode ser forte e corajoso.

## 27 *OL* ÁGUA DE NASCENTE

O mundo é uma sinfonia de cores vivas, delicadas, leves, macias, decisivas, puras e entrelaçadas. Abandone a ilusão de ter encontrado a melhor cor porque simplesmente não existe. Cada flor, cada momento, cada situação apresenta cores diferentes. Aproveite a beleza do universo, abra-se ao prazer da vida.

## 28 *OL* SCLERANTHUS

Ficarem de acordo a barriga e a cabeça é essencial para poder escolher. Ao redescobrir o equilíbrio, a capacidade de decidir retorna espontaneamente. Não podendo ter tudo, aprecie o que você tem.

## 29 *OL* LEITE DE GALINHA

Você teve experiências ruins e é difícil se livrar delas. Esta flor irá ajudá-lo a esquecer o passado que o traumatizou. Redescubra a sua integridade, torne a amarrar os fios da sua vida. Abra novas portas.

## 30 *OL* CASTANHA DOCE

Olhe além, em direção à luz. Dê um limite ao sofrimento, aceite ajuda. Não fique sozinho. Você tem uma ótima oportunidade de mudança diante de você, uma oportunidade única. A dor lhe mostra o caminho, é você que se deve virar para o outro lado!

### 31 *SK* VERBENA

O seu entusiasmo é um fogo sagrado, respeite-o e modele-o com cuidado. Assim nem você nem os outros se queimarão com as chamas da sua paixão. Dome o incêndio para aquecer a terra

### 32 *SK* VIDEIRA

Use as suas habilidades para servir os outros. Com respeito, sua condução segura torna-se um presente precioso para todos. De vez em quando, afrouxe as rédeas!

### 33 *SK* NOZ

Neste momento de mudança, redescubra a sua liberdade interior. Proteja-se das influências externas, sejam elas proveniente de pessoas ou de situações. Vá com segurança pelo seu caminho.

### 34 *SK* VIOLETA DE ÁGUA

Você recebeu grandes presentes, não despreze aqueles que tiveram menos sorte. Liberte as suas emoções e você encontrará a alegria de estar junto com outras pessoas.

### 35 *SK* CASTANHEIRO-DA-ÍNDIA

Desconecte seus pensamentos. Eles não são a sua única verdade, eles não são o seu guia, especialmente quando se tornam conversas mentais repetitivas. Encontre a calma no ritmo.

### 36 AVEIA SELVAGEM

Encontre sua direção esclarecendo-se os objetivos de sua vida. Compreender o significado torna as coisas bem-sucedidas. Você pode ser honesto e sincero consigo mesmo e com o mundo.

### 37 ROSA CANINA

Redescubra a vitalidade e o prazer da vida. A parede de vidro que o separa da existência quebra-se. Retorne a se mover no caminho. Que aventura você quer viver?

### 38 SALGUEIRO AMARELO

A sua responsabilidade faz com que você seja livre. Sinta que você pode guiar seu navio mesmo na presença de ventos contrários. Não há necessidade de reclamar, mas de encontrar as estratégias certas e a força para praticá-las. Bom vento!



## APÊNDICE: EDWARD BACH

Nascido em 1886, perto de Birmingham, Edward Bach tornou-se médico em 1912. Nos anos seguintes trabalhou em vários hospitais em Londres, deixando quase imediatamente o trabalho na ala dos doentes para se dedicar à imunologia. Naqueles anos, ele começou a formular o seu pensamento, segundo o qual a medicina do seu tempo não prestou aten-

ção suficiente à personalidade do paciente, concentrando-se demais no aspecto meramente físico.

Ao mesmo tempo, se manifestaram sérios problemas de saúde para ele que o levou, em 1917, a ser operado com urgência. Ele não tinha mais de três meses de vida, mas Bach mergulhou em seu trabalho, impulsionado pela paixão por suas pesquisas. Ele mesmo atribuirá a esse entusiasmo sua incrível recuperação: sua doença regrediu até desaparecer, reaparecendo apenas muitos anos depois.

É fundamental para Bach, naqueles anos, o encontro com a homeopatia, com a qual ele reconhece uma substancial uniformidade de pensamento: é necessário considerar e, portanto, curar o paciente e não a doença. Bach trabalha na síntese de sete *nosodes*, um tipo de terapia homeopática, que lhe garantiram uma certa fama nos ambientes de medicina alternativa.

É um período caracterizado por grande sucesso para Bach, com inúmeras publicações e conferências. Neste período, sua atenção ao aspecto não físico da doença o levou a identificar sete tipos diferentes de personalidade em seus pacientes, correspondendo cada uma a uma das estirpes bacterianas de que ele sintetizou os nosodes. Isso leva a conclusão de que uma cura é ainda mais eficaz à medida que se concentra no caráter do paciente.

Ansioso para aprofundar esse aspecto, começou a trabalhar com remédios curativos naturais baseados em flores espontâneas: é o nascimento de remédios florais de Bach. Após a síntese dos remédios baseados nas primeiras três

flores (Impatient, Mimulus e Clematis), decidiu deixar Londres para dedicar-se a tempo integral à pesquisa de terapia de flores. No início dos anos 30, tinha sintetizado 12 remédios, que chamou de “Doze curandeiros” e começou a divulgar seus estudos com algumas publicações. Nos últimos anos, ele sintetizou remédios de outras sete flores, chamados de “ajudantes”, porque eles foram capazes de auxiliar a ação dos “curandeiros”, aos quais foram adicionados depois dezanove remédios. Em 1935, os remédios eram os trinta e oito que conhecemos hoje.

Um ano depois, em 1936, Bach morreu, devido a uma recorrência do tumor do qual ele havia se recuperado dezotoito anos antes. Seu legado foi coletado pelo Bach Center, fundado no lugar onde o fundador da terapia de flores viveu e trabalhou nos últimos anos. Sua disciplina agora é generalizada e estudada no mundo inteiro.





# ЦВЕТОЧНЫЙ ОРАКУЛ

Этот Оракул подобен чудесному саду, гуляя по которому и созерцая всё разнообразие окружающих нас форм, расцветок и ароматов, мы погружаемся в замечательные оттенки всех форм нашей жизни. Слова, произнесённые нежным голосом каждого растения, способны прозвучать в нашей душе, позволяя соприкоснуться и понять все сферы нашего существования. Порой мы все испытываем усталость, страх или растерянность. Тихий и нежный шёпот цветов, способен улучшить наше настроение и дать необходимый совет. Через этот Оракул можно также услышать голос растений, позволяющий нам отказаться от вредных привычек, помогающий выздоровлению, внести в жизнь гармонию и покой.

Мотивы, которые могут подтолкнуть нас обратиться к Цветам – самые разные. Если мы переживаем сложный период нашей жизни, то мы можем попросить у Цветов совета и спросить, в чём причина наших проблем: насколько мы сами виноваты в своих несчастьях, и как это изменить; что именно предпринять для облегчения ситуации.

Бывает и так: мы понимаем, что движемся в правильном направлении, но при этом испытываем трудности, и что-то мешает нам реализовать наши планы. С помощью Оракула мы можем по-новому взглянуть на ситуацию, найти причину помех, обойти препятствия и двинуться к цели. Или мы просто ищем источник вдохновения, помогающий жить полной жизнью.

Обращаться к Оракулу можно время от времени в минуты сомнений, а можно сделать Оракул своим постоянным спутником, сопровождающим нас в нашей повседневности. Цветы мудры и ненавязчивы: они не принимают решения за нас – они нас тактично направляют к сознательному восприятию действительности, к тому, чтобы мы стали хозяевами своей жизни.



## ЦВЕТЫ

Кто из нас не гулял по цветущему лугу или саду? Мало что может сравниться с тем упоением, которое чувствуешь при виде колышущихся трав и ярких цветов. Но всегда среди них найдётся один

Цветок, привлекающий нас видом, оттенком цвета и ароматом.

Так же существует Цветок, который в определённый момент нашей жизни созвучен с нашей душой, может проникнуть в самые её глубины, чтобы узнать и интерпретировать наши желания и нужды, а затем дать нам совет, как сделать нашу жизнь лучше.

Из всего огромного земного Сада, подаренного нам природой, мы выбрали именно эти тридцать восемь Цветов, подсказанных нам Эдвардом Бахом – врачом-фитотерапевтом, направляющим свои знания на облегчение человеческих страданий. Когда кто-то обращался к нему за помощью, Бах уходил в луга и бродил по болотам, и просил окружающую природу подсказать ему именно тот Цветок, который нужен, чтобы вернуть спокойствие и равновесие в жизнь своего пациента.

С помощью этих карт вы можете услышать голос Цветов, также, как слышал его Бах во время своих загородных прогулок.

### Примечание

«Оракул Цветов» является новой версией предыдущего Оракула «Цветы Баха». В этой версии

неизменёнными остаются список растений и прекрасные иллюстрации, но здесь добавлен новый раздел, посвящённый методам интерпретации и способам использования карт.



## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КАРТ

### Карта совета

Если вы почувствовали, что пришло время получить совет от Цветов, возьмите колоду и подержите её в руках, сосредоточившись на вопросе. Затем перемешайте колоду, соберите карты рубашками вверх и поднимите их. Верхняя карта будет тем советом, который предлагает Оракул.

Всмотритесь в рисунок карты, при этом не стараясь вспомнить её значение из инструкции: что поражает вас? Что вы чувствуете, глядя на изображение? Вам кажется, что цветы что-то говорят вам? Не спешите и не жалеете времени на то, чтобы услышать голос Цветка. Теперь вдумайтесь в значение карты, данное в инструкции, соотнося это с тем, что поняли из изображения – это совет, к которому стоит прислушаться. При желании вы можете

держат эту карту при себе весь день или положить рядом с кроватью на ночь.

## Выбор карты

Есть и другой способ выбора Цветка. Можно сначала обратиться к инструкции и найти в списке ту карту, значение которой больше всего соответствует вашему вопросу о ситуации, отношениях или целях. Выбрав Цветок, держите его перед собой в течении одного или нескольких дней. Думайте о том, как его слова могут помочь в решении вопроса и в повседневной жизни.

## Карта дня

Цветок может быть полезен не только как советчик в определённый момент жизни, но и как источник вдохновения, причём на каждый день разный. Для этого утром следует перетасовать колоду любым способом и наугад вытащить карту. В течение дня, помня подсказку Цветка, который вы выбрали, следовать ей, чтобы справиться с возникающими проблемами.

Этот способ также позволит со временем научиться точнее интерпретировать значение отдельных карт.

## Расклад из четырёх карт: Аллеи Сада

Этот способ работы с Оракулом позволяет использовать карты для более широкого понимания ситуации, в которую вы попали. Проходя Аллеями Сада, мы учимся замечать и преодолевать препятствия, находить помощь, поддержку и правильное направление, чтобы выйти к нашей цели в конце пути.

Перетасуйте колоду и положите на стол рубашками вверх. Затем разделите колоду на четыре части и снимите с каждой по одной верхней карте. Выложите карты в Расклад:

**1. Ворота.** *Мы находимся вне Сада и ждём начала работы:*

эта карта представляет нас в настоящий момент жизни.

**2. Живая изгородь.** *Препятствие на нашем пути или помеха из прошлого:*

эта карта указывает на проблему, которую следует преодолеть.

**3. Сад.** *То, что как тень от деревьев защищает и придаёт силы:*

эта карта указывает на наши природные способности или ценные навыки, которые помогут в пути.

**4. Следы.** *То, что приводит к цели:*

эта карта представляет то, что мы сможем осуществить в конце пути.



Если есть необходимость, см. значение карт в инструкции.

Сосредоточьтесь на первой карте: подумайте о том, как значение Цветка соотносится с вашей ситуацией на данный момент. Вы узнаете себя в описании? Какие чувства вызывают эти слова?

Затем перенесите ваше внимание на карте в позиции 2: о какой ситуации в вашей жизни она напоминает? Каково ваше отношение к этой ситуации?

Теперь исследуйте карту в позиции 3: это ваш союзник, часть вас, которая поможет вам преодолеть



препятствие. О какой вашей способности говорит Цветок? Вам следует лучше узнать и оценить это в себе.

Мы добрались до 4-ой карты: она в конце пути. Каждое пройденное препятствие, на самом деле, это опыт, который позволяет нам что-то получить, глубже познать себя, стать твёрже. Четвертая карта представляет цель, которая ждёт вас за изгородью. О каком завоевании говорит карта? Это именно та цель, которую вы поставили перед собой в настоящее время?

При желании можно взять одну из этих четырёх карт, выбрав ту, значение которой, как вы чувствуете, наиболее актуально на определённый период времени, и держать её при себе днём или вблизи от постели ночью.

### Медитация с Цветами

Процесс медитации может происходить в любом месте, где вам удобно: в доме, на балконе, но лучше всего на природе. Убедитесь, что вас не беспокоят, и что не будет отвлекающих факторов: это время посвящено только вам!

Сядьте удобно (положение не имеет значения, на земле или на стуле, скрестив ноги или нет). Вы должны чувствовать себя комфортно и спокойно. Перетасуйте колоду и разложите карты вверх рисунком. Цветок, который привлечёт ваше внимание – это Цветок для вашей медитации. Если вы забыли значение карты, посмотрите в инструкции и постарайтесь запомнить его.

Теперь приступайте к процессу медитации. Держите карту перед собой и всматривайтесь в неё ещё какое-то время. Затем закройте глаза и медленно дышите. С каждым вдохом тело всё больше расслабляется. Не напрягайте мысли, возвращаясь к значению Цветка, даже если вы его плохо запомнили – это не имеет значения. Представьте себя персонажем карты и наблюдайте за своими эмоциями. Длительность времени медитации не ограничена. Когда вы почувствуете, что сеанс медитации подходит к концу, прежде чем открыть глаза, сформулируйте результат в форме утверждения, типа: «Моя жизнь наполнена покоем и равновесием» или: «Я достоин любви». Повторите своё утверждение три раза, затем ещё некоторое время просто медленно и глубоко подышите до завершения медитации.

Для поддержания того, чего вы достигли в процессе медитации, или, когда вы почувствуете желание вернуться к состоянию уверенности и спокойствия, испытанных во время медитации, можно несколько раз в день, но всегда по три раза, повторять утверждение.



## СЛОВА ЦВЕТОВ

### 1 *СМ.* Репейник

Если вы выбрали этот цветок, вам нужна гармония и мир вне и внутри вас. Вы сможете их найти сбросив маску, которая скрывает ваше истинное лицо. Но будьте осторожны, не выбрасывайте её, она может ещё пригодиться. Сначала просто чуть-чуть приоткройте, и посмотрите реакцию мира на свою правду.

### 2 *СМ.* Осина дрожащая

Доверие можно вернуть, но не в одиночку. Этот цветок поможет быть среди людей; его действие также позволит найти поддержку в других. Не для того, чтобы утешить, но, чтобы общаться, играть и

смеяться вместе. Так призраки уйдут туда, откуда пришли. И все сейчас и потом смогут вздохнуть с облегчением!

### **3 *sk* Бук**

Позвольте себе и другим быть несовершенными: примиритесь с миром. Этот совет цветка призывает вас к терпимости и пониманию. Ваша пронцательность – это, несомненно, прекрасный дар; критический взгляд – это хорошее качество, но проявите толерантность и больше сострадания к людям.

### **4 *sk* Золототысячник**

Свои взгляды, идеи и желания вы переняли у других, но так вы рискуете потерять себя. Посмотрите в глубь себя, поймите, кто вы есть и чего хотите. Там вы обретёте твердость духа и силу, чтобы стать свободным и двигаться по своему личному пути, строя свою судьбу. Полюбите себя настоящего.

### **5 *sk* Свинчатка или Плюмбаго**

Вы любознательны и открыты миру, но полагаетесь на чужой ум и опыт. Мир для вас

рискует превратиться в лабиринт, игру зеркал, лесную чащобу, в котором вы заблудились и все встречные указывают вам разные дороги. Слушайте себя – внутри вас больше мудрости, чем во всех библиотеках.

## **6 *✍* Мирабель или Алыча**

Этот цветок помогает избавиться от страха и почувствовать себя вне опасности. Вы остановите бурю своих эмоций, сможете контролировать вихри ваших мыслей. Пусть вокруг вас будет бурлить океан, вы сможете силой своего разума освободить внутри него своё безопасное пространство. Пусть душа поёт!

## **7 *✍* Почки Конского Каштана**

Вы ответственны и сосредоточены, преданны делу и сохраняете приверженность идеям. Но цветок советует вам развиваться дальше, и, опираясь на свой опыт и опыт других, не повторять те же ошибки. Вы сможете двигаться вперёд в струе времени и включиться в общий эволюционный поток.

## 8 *СВ* Цикорий дикий

Вы почувствовали: вы любимы. Вы готовы помочь другим, озабочены их делами. Не стоит обижаться на их неблагодарность. Безусловная любовь, что вы даете, возвращается в стократном размере.

## 9 *СВ* Клематис

Ваше воображение – это божественный дар, который не противоречит реальному миру. Здесь и сейчас вы пробудились в не менее интересном, чем ваши мечты, и доброжелательном настоящем. Вы, наконец, прочно стоите на земле. Радуйтесь!

## 10 *СВ* Дикая Яблоня

Посмотрите в зеркало: оно прозрачно и чисто. Вы можете остановить бесконечную уборку, вы чисты как зеркальная гладь, и не бойтесь запачкаться. Посмотрите на лес – это божественное творение, и в нём нет пыли. Вы невинны и чисты, и этот дар не теряется, а только забывается.

## 11 *СВ* Вяз английский

Теперь вы можете сделать паузу, вернуться в свои границы. Территория вашей ответственности имеет

границы, предел ваших обязанностей и усилий наступил. Отправляйтесь в отпуск, позвольте себе отдохнуть.

## **12 *✍* Горечавка горьковатая**

Пусть эти цветы сделают вашу жизнь слаще. Слишком долго вы смотрели в чёрную пустоту, жили заботами и печалью. Теперь цветок подарит вам надежду и веру, чтобы преодолеть препятствия, воспрянуть к жизни и получить её дары.

## **13 *✍* Ракитник**

Смените позицию, из которой вы смотрите на мир, и в результате откроется перспектива! Вместе с любовью в голову вам придут новые, неожиданные решения. Есть разные пути, по которым можно идти, дайте простор воображению, и мир засверкает красками.

## **14 *✍* Вереск**

Этот цветок говорит: цените тишину и покой. Ту тишину, которая рождается из спокойствия ума, даваемого чувством защищённости. Но не от спокойствия, похожего на болото. Смотрите на дальние холмы.

## 15 *ОМ* **Остролист (падуб)**

Вы были ранены и разгневаны. Теперь ненависть, горечь, зависть, гнев прошли. Любовь может вернуться. Этот цветок Баха говорит: «Я защищаю от всего, что не есть Всемирная Любовь. Я открываю сердце к божественной любви». Вы хотите этого?

## 16 *ОМ* **Каприфоль или Жимолость**

Каприфоль советует не оглядываться назад. Хороши или плохи были прошедшие времена; возможно, вы даже извлекли нелегкий опыт, но оставьте позади ностальгию и сожаления. Опустошите ящики и шкафы от того, что больше не нужно. Почувствуйте, какое это облегчение!

## 17 *ОМ* **Граб белый**

Свежесть и жизненная сила растекаются по всему телу. Двигайтесь, занимайтесь спортом или танцами, бегайте или гуляйте. Понемногу, раз за разом изменяйте свои привычки. Скука и усталость уйдут. Главное, сделать первый шаг!

## 18 *ОМ* **Недотрога обыкновенная или Бальзамин**

Простить и помириться. Время – это иллюзия, не торопитесь, и пусть мир течёт в своем собственном



ритме. Слушайте ритм вашего дыхания и приобщайтесь к спокойствию природы. Это время принадлежит вам, не надо никуда бежать.

### **19** *СМ* **Лиственница**

Смелость – это хорошо. То, что вы ищете, уже есть у вас. Бесплезно бороться и суетиться, и не надо искать оправдания, чтобы оставаться на месте. Это не ваша ситуация, чтобы действовать!

### **20** *СМ* **Мимоза жёлтая**

Имейте сострадание к другим и себе. Близость, сочувствие, понимание – то, что вы можете дать и получить. Так вы обретёте решительность и мужество, избавившись от робости и страха. Ваши страхи надуманны, посмотрите вокруг и улыбнитесь!

### **21** *СМ* **Дикая Горчица**

Этот цветок приносит вам тепло и радость безоблачного дня, свежесть морского бриза, лёгкий детский смех. Счастье приходит изнутри и помогает держаться на плаву. Вы сами – праздник, радость жизни!

## 22 *ДУБ* Дуб

У вас есть воля и упорство, настойчивость – ваше лучшее качество, хотя и не всегда идёт вам на пользу. Теперь вы можете отпустить вожжи, перестать сопротивляться истинным запросам души. Наслаждайтесь легкостью и свободой.

## 23 *ОЛИВА* Олива или Маслина

Конфликтуюя, вы истощили эмоциональные и физические силы и теперь в поиске новых энергий. Вы выдержали сложные испытания и сейчас для вас настало время мира и питания. Сила возвращаются в вас.

## 24 *СОСНА* Сосна обыкновенная

Простите детей и просите прощения у отцов. Отличите вину от ошибки, и вы освободитесь от долгов и жёстких стереотипов. Отцовская доброжелательность превыше всякого суда. Допустите возможность ошибаться.

## 25 *КАШТАН* Каштан конский красный

Успокойтесь: вам не надо беспокоиться. Ваши опасения за то, что вы не сможете вовремя защитить

близких вам людей, необоснованны. Смените контроль верой в жизнь.

## **26** *☞* **Солнцецвет**

Уйдут паника и смятение, и вы обретёте способность управлять ситуацией. Мужество и решительность снова с вами. Вы чувствительный и мягкий, но помните, вы можете быть сильными и смелыми.

## **27** *☞* **Ключевая (родниковая) Вода**

Мир – это симфония цветов – ярких и нежных, резких и размытых, чистых и смешанных. Оставьте свои иллюзии, что можете выбрать среди них лучший – его просто не существует. Каждый цветок, каждый момент, каждая ситуация имеет свои оттенки. Откройте для себя красоту вселенной, получайте удовольствие от жизни.

## **28** *☞* **Тигридия**

Баланс ума и чувств – это то, что вам необходимо. Найдя равновесие, вы отыщете решение, которое придёт само собой. Не желайте слишком многого, цените то, что имеете.

## 29 *OL* Белая Лилия

Вы получили тяжёлый удар и ушли в себя. Этот цветок поможет вам покончить с прошлым, которое вас травмировало, и восстановить свою целостность. Отворите двери.

## 30 *OL* Каштан сладкий

Встречайте рассвет. Время страдания закончилось, примите помощь. Не оставайтесь одни. Перед вами открывается уникальная возможность изменить всё. Отчаяние указывает вам путь, у вас есть выход!

## 31 *OL* Вербена

Ваш энтузиазм – это священный огонь, но обращайтесь с ним с осторожностью. Так чтобы ни вам, ни другим не сгореть от вашей страсти. Приручите огонь, чтобы согреть землю.

## 32 *OL* Виноградная лоза

Используйте свои способности лидера в служении другим. Они будут полезны всем, если вы проявите уважение и такт. И передайте однажды бразды правления другим!

### **33 *ОК* Орех грецкий**

В это время перемен вы получите внутреннюю свободу, защиту от внешних воздействий, от влияния людей. Вы сможете адаптироваться к ситуации. Уверенно идите своей дорогой.

### **34 *ОК* Водяная фиалка**

У вас есть великий дар не завидовать более успешным и не презирать тех, кто менее удачлив. Относитесь к людям спокойно и получайте радость от общения.

### **35 *ОК* Конский Каштан**

Не концентрируйтесь на своих мыслях. В них нет истины, они – не ваш поводырь, особенно, когда они становятся навязчивой болтовнёй. Успокойте их.

### **36 *ОК* Дикий Овес**

Определите своё направление, сформулируйте цели. Понимание истинного смысла даёт эффективный результат. Будьте честным с миром и не обманывайте самого себя.

### 37 Шиповник собачий

Жизненные силы и радость жизни вернётся к вам. Стеклянная стена, отделяющая вас, рухнет. Вы снова двинетесь в путь. Какого приключения вам бы хотелось?

### 38 Ива или Ветла

Вы стали свободным, взяв ответственность за свою жизнь на себя. Вы поняли, что можете вести свой корабль даже при боковом ветре. Не нужно жаловаться на жизнь, надо самому управлять ей. Попутного ветра!



## ЭДВАРД БАХ И ЕГО ЭЛИКСИРЫ

Эдвард Бах родился в 1886 году недалеко от Бирмингема, в 1912 году получил диплом врача. В последующие годы работал в различных больницах Лондона, почти сразу же выбрав специализацию иммунолога. В те же годы он приходит к мысли, что медицина его времени уделяет недостаточно внимания личности больного, а концентрируется на его физиологии и внешних признаках болезни.

К 1917 году в связи с ухудшением собственного здоровья, Эдварду Баху предлагают срочную операцию. Врачи дают ему не более трех месяцев жизни. Но Бах не сдаётся, и движимый захватившей его идеей, погружается в исследовательскую работу. И его болезнь отступает. Сам он припишет чудо своего удивительного исцеления только тому воодушевлению, которое дала ему его цель.

Решающую роль для Баха в те годы сыграло знакомство с гомеопатией, в которой он нашёл существенное сходство со своими представлениями, сформулированные им много лет спустя: необходимо учитывать, и, следовательно, лечить, больного, а не болезнь.

Продолжая свои исследования, Бах работает над синтезом нозоды. (Нозодами называются препараты, приготовленные с соблюдением гомеопатической технологии из патологически измененных частей органов животных и человека; из умерщвленных культур микроорганизмов, из продуктов распада органов животных и из жидкостей организма, содержащих возбудителей и продукты заболевания, которые после соответствующей обработки более не являются токсичными). Это приносит ему широкую известность в кругах нетрадиционной медицины.

Опытным путём Бах доказывает, что его препараты тем эффективней, чем больше они ориентированы на личность пациента.

Всё более углубляясь в этот метод лечения, Бах расширяет свою идею в сторону использования растительных препаратов, что положило начало созданию «Эликсиров Баха».

После получения первых трех цветочных основ (Бальзамина, Мемюлюса и Клематиса) Бах решает покинуть Лондон, чтобы полностью посвятить своё время созданию цветочной терапии. В начале 30-х годов, синтезировав двенадцать основ, названных им «двенадцать целителей», Бах публикует результаты своих исследований. В последние годы синтезированы препараты ещё из семи цветущих растений, названные им «помощники», так как они дополняют воздействие «целителей».

К 1935 году Бахом было создано 38 эликсиров, эффект воздействия которых заключается в том, что они гармонизируют наши эмоции. Приступы тоски, нарушения сна, недостаток уверенности в себе... препараты Баха помогают при многих проблемах. Будучи созданы в тридцатые годы английским медиком Эдвардом Бахом, они с тех пор служат нам, содействуя нашему эмоциональному благополучию.



Коллекция «Эликсиров Баха» является уникальной системой лекарственных препаратов, которые сегодня изготавливают некоторые фармацевтические фирмы, и успешно используют практикующие профессиональные медики.