



すぐに始められる悩みに合わせた 38種のバッチフラワーレメディ早見表

こころのバランス 自分らしさが輝きだす



バッチフラワーレメディ早見表

<p>Uncertainty 内面の不安定さ、不確かさがある状態</p>		
<p><u>セラトー(Cerato)</u></p> <p>自分の考えに自信が持てない</p> <p>→指針を持つことができる</p>	<p><u>スクレランサス(Scleranthus)</u></p> <p>優柔不断なことが多い</p> <p>→決断力が持てる</p>	<p><u>ゲンチアン(Gentian)</u></p> <p>マイナス思考である、落胆する</p> <p>→楽観的に考えられるように</p>
<p><u>ゴース(Gorse)</u></p> <p>あきらめが早い、どうせダメだが口癖</p> <p>→まだ大丈夫と思える</p>	<p><u>ホーンビーム (Horn Beam)</u></p> <p>月曜日の朝のようにやる気が出ない</p> <p>→自然にやる気が出てくる</p>	<p><u>ワイルドオート (Wild Oat)</u></p> <p>自分の進路に迷っている</p> <p>→方向性が見えてくる</p>

Oversensitivity 人や周囲に敏感すぎている状態

アグリモニー (Agrimony)

人に弱みを見せられない
 →内なる平和、本心が出せる

セントリー (Centaury)

いやと言えない、苦手な人がいる
 →自分を主張できる

ホーリー (Holly)

怒りや嫉妬がある
 →愛情と信頼の気持ちに変えられる

ウォルナット (Walnut)

すぐに影響される、引きずりやすい
 →気持ちの切り替えが早くなる

Fear 恐れ不安に駆られている状態

ロックローズ (Rock rose)

パニック、強い恐怖
 →パニックの克服、冷静になれる

ミムラス (Mimulus)

具体的な恐れ、不安
 →勇気が湧いてくる

レッドチェストナット (Red Chestnut)

心配性の人
 →平静な愛情を持てる、安心する

<p><u>アスペン (Aspen)</u></p> <p>いつも胸の辺りに不安がある</p> <p>→原因に向き合う、安らぎを与える</p>	<p><u>チェリープラム(Cherry Plum)</u></p> <p>自分の気持ちがコントロールできない</p> <p>→感情に流されない自己のコントロール</p>	
<p>Over care for others welfare 他人のことに関心を持ちすぎている状態</p>		
<p><u>チコリー(Chicory)</u></p> <p>愛情欲求が強い、わがまま</p> <p>→広い愛情が持てる</p>	<p><u>バーベイン (Vervain)</u></p> <p>過度の情熱で押し付けがましい</p> <p>→広い視野を持てるように</p>	<p><u>バイン(Vine)</u></p> <p>自分のやり方で支配しようとする</p> <p>→気配りができるようになる</p>
<p><u>ビーチ (Beech)</u></p> <p>人にいつも批判的</p> <p>→人に優しくできる</p>	<p><u>ロックウォーター (Rock Water)</u></p> <p>頑固、融通が利かない、型にはまりやすい</p> <p>→柔軟な思考を持てる</p>	

Loneliness 淋しさと孤独を感じている状態

<p><u>ウォーターバイオレット</u> <u>(Water Violet)</u></p> <p>心に壁を作ってしまう →人に共感できるようになる</p>	<p><u>インパチエンス (Impatience)</u></p> <p>思い通りにいかずイライラ →忍耐力が持てるように</p>	<p><u>ヘザー(Heather)</u></p> <p>自分のことばかりしゃべる →人の気持ちを理解できる思いやり</p>
---	--	---

Insufficient interest in present circumstances 現実に無関心な状態

<p><u>クレマチス (Clematis)</u></p> <p>空想的でボーっとしている →地に足が付くようになる、 集中力アップ</p>	<p><u>ハニーサックル(Honeysuckle)</u></p> <p>過去の思い出にとられる →今に気持ちを向けられるよう に</p>	<p><u>ワイルドローズ (Wild Rose)</u></p> <p>つらい時期が長く、希望を失う →人生にまた希望、情熱が持て るように</p>	<p><u>オリーブ (Olive)</u></p> <p>エネルギーが不足していて 疲れている →活力が湧いてくる</p>
--	---	--	---

<p>ホワイトチェストナット (White Chestnut)</p> <p>いつも葛藤している、堂々めぐり</p> <p>→葛藤から解き放たれる</p>	<p>マスタード (Mustard)</p> <p>悲しくてなんとなく憂うつ</p> <p>→明るさと喜びを取り戻す</p>	<p>チェストナットバッド (Chestnut Bud)</p> <p>同じ失敗を繰り返すことが多い</p> <p>→失敗から学べるように</p>
<p>Despondency or despair 失意、絶望している状態</p>		
<p>ラーチ (Larch)</p> <p>自信がない、劣等感</p> <p>→苦手意識の克服</p>	<p>パイン (Pine)</p> <p>自分を責めてしまう</p> <p>→自分を尊重できる</p>	<p>エルム (Elm)</p> <p>任されると自信がない、プレッシャーに弱い</p> <p>→きっとやれると思える</p>
<p>オーク (Oak)</p> <p>頑張りすぎる性格、思い込みが強い</p> <p>→時には肩の力を抜く</p>	<p>ウィロー (Willow)</p> <p>恨みっぽい気持ち、被害者意識</p> <p>→感謝の気持ちが持てるように</p>	<p>クラブアップル (Crab Apple)</p> <p>神経質で影響を受けやすい、自己嫌悪</p> <p>→ありのままの自分を受け入れる</p>

<u>スイートチェストナット</u> (Sweet Chestnut) 失意、いつも我慢してしまう →抑圧と絶望が癒される	<u>スターオブベツレヘム</u> (Star of Bethlehem) 過去のショック、心の傷がある →トラウマからの解放
---	---

お願い

フラワーレメディーは通常の医療の代わりになるようなものは一切ふくまれておりません。症状がなかなか改善しない場合は、医師に相談されアドバイスを受けるようお願いいたします。

◇ レメディーの基本的な取り方

バッチフラワーレメディーは4滴を1日4回、朝昼晩と寝る前にコップ一杯の水に入れて飲むか、舌の下に直接垂らしてお取りください。

より詳しい内容、使い方は、無料の勉強会でもお伝えしています。

38種のキットを揃えて本格的に使ってみたい! という方のために講座も開催しています。

ご興味ありましたら、お気軽に Yuki までご連絡ください☞

または、LINE や Facebook で繋がっている方は、個人的にメッセージ頂ければ、無料の勉強会のお知らせをさせていただきます☺