



# Original Bach®-Blüten Fragebogen

Welche Aussagen beschreiben Ihre persönlichen Empfindungen?  
Finden Sie Ihre persönliche Bach®-Blütenmischung durch Ankreuzen der Blüten (maximal 7).

Ängstlichkeit			
Sie sind leicht ängstlich und nervös.	2	Aspen	<input type="checkbox"/>
Sie fürchten, Ihre Selbstbeherrschung zu verlieren.	6	Cherry Plum	<input type="checkbox"/>
Ihnen bereitet eine bevorstehende Situation, wie z. B. eine Flugreise, Sorgen.	20	Mimulus	<input type="checkbox"/>
Sie sorgen sich stark um andere Menschen.	25	Red Chestnut	<input type="checkbox"/>
Sie sind über eine Nachricht oder Situation bestürzt.	26	Rock Rose	<input type="checkbox"/>
Einsamkeit			
Sie sind mit sich selbst beschäftigt und sehr redselig.	14	Heather	<input type="checkbox"/>
Sie sind sehr ungeduldig und dadurch leicht reizbar.	18	Impatiens	<input type="checkbox"/>
Sie sind gerne alleine, wollen aber nicht unnahbar und überlegen wirken.	34	Water Violet	<input type="checkbox"/>
Unaufmerksamkeit gegenüber Ihrer Umgebung			
Sie machen immer wieder die gleichen Fehler.	7	Chestnut Bud	<input type="checkbox"/>
Sie haben eine rege Phantasie und träumen leicht vor sich hin.	9	Clematis	<input type="checkbox"/>
Sie hängen sehr an der Vergangenheit oder haben Heimweh.	16	Honeysuckle	<input type="checkbox"/>
Sie fühlen sich manchmal bekümmert, ohne genau zu wissen warum.	21	Mustard	<input type="checkbox"/>
Sie fühlen sich nach Herausforderungen ermüdet.	23	Olive	<input type="checkbox"/>
Sie haben das Gefühl, dass sich Ihre Gedanken immer um dasselbe drehen.	35	White Chestnut	<input type="checkbox"/>
Sie reagieren gleichgültig und setzen sich nicht gerne mit Unangenehmem auseinander.	37	Wild Rose	<input type="checkbox"/>
Mutlosigkeit und Verzagtheit			
Sie sind manchmal mit Ihrem Äusseren unzufrieden oder nicht selbstbewusst genug.	10	Crab Apple	<input type="checkbox"/>
Sie haben viel Verantwortung zu tragen und fühlen sich dieser manchmal nicht gewachsen.	11	Elm	<input type="checkbox"/>
Sie möchten eine Aufgabe mit mehr Selbstvertrauen angehen.	19	Larch	<input type="checkbox"/>
Ihr Pflichtgefühl treibt Sie dazu, sich immer durchzukämpfen, wobei andere Dinge zu kurz kommen.	22	Oak	<input type="checkbox"/>
Sie fühlen sich in einer Situation leicht angesprochen und betroffen.	24	Pine	<input type="checkbox"/>
Sie fühlen sich betrübt nach einem plötzlichen Ereignis, wie z. B. einer persönlichen oder beruflichen Niederlage.	29	Star of Bethlehem	<input type="checkbox"/>
Sie benötigen einen Ansporn oder neuen Mut.	30	Sweet Chestnut	<input type="checkbox"/>
Sie verspüren Selbstmitleid und Verbitterung.	38	Willow	<input type="checkbox"/>



### Leichte Beeinflussbarkeit

Sie verbergen Ihre wahren Gefühle hinter einer Fassade.	1	<b>Agrimony</b>	<input type="checkbox"/>
Sie können nicht « nein » sagen.	4	<b>Centaury</b>	<input type="checkbox"/>
Sie reagieren leicht neidisch, eifersüchtig und misstrauisch.	15	<b>Holly</b>	<input type="checkbox"/>
Sie können sich schwer an Veränderungen anpassen.	33	<b>Walnut</b>	<input type="checkbox"/>

### Übermässiges Engagement für Andere

Sie sind Anderen gegenüber kritisch und intolerant eingestellt.	3	<b>Beech</b>	<input type="checkbox"/>
Sie sind besitzergreifend und übermässig beschützend Anderen gegenüber.	8	<b>Chicory</b>	<input type="checkbox"/>
Sie setzen sich zu hohe Massstäbe.	27	<b>RockWater</b>	<input type="checkbox"/>
Ihr übermässiger Enthusiasmus führt manchmal zur Überanstrengung.	31	<b>Vervain</b>	<input type="checkbox"/>
Sie sind sehr ehrgeizig, fühlen sich dominant und unfehlbar.	32	<b>Vine</b>	<input type="checkbox"/>

### Unsicherheit

Sie wissen im Grunde was Sie wollen, suchen aber die Bestätigung bei Anderen.	5	<b>Cerato</b>	<input type="checkbox"/>
Sie lassen sich schnell entmutigen und sind schnell enttäuscht.	12	<b>Gentian</b>	<input type="checkbox"/>
Sie reagieren leicht pessimistisch, sobald die Dinge schlecht laufen.	13	<b>Gorse</b>	<input type="checkbox"/>
Ihnen fehlt der richtige Schwung oder Sie verspüren ein « Montagmorgen-Gefühl ».	17	<b>Hornbeam</b>	<input type="checkbox"/>
Sie können sich schwer zwischen zwei Dingen entscheiden.	28	<b>Scleranthus</b>	<input type="checkbox"/>
Sie haben viele Interessen, sind aber unschlüssig, welcher Weg der richtige ist.	36	<b>Wild Oat</b>	<input type="checkbox"/>

 Enthalten in der Original RESCUE®-Mischung

 Enthalten in Original RESCUE NIGHT®

#### Zubereitungsvorschläge:

**Wasserglas (kurzfristig):** Zwei Tropfen der gewählten Essenzen (bei RESCUE® vier Tropfen) in ein Glas Wasser geben und schluckweise trinken. Nach Bedarf wiederholen.

**Mischung (längerfristig):** Wählen Sie maximal sieben Essenzen aus. Geben Sie je zwei Tropfen (bei RESCUE® vier Tropfen) jeder ausgewählten Essenz in eine 30 ml Flasche. Füllen Sie die Flasche mit stillem Mineralwasser und ca. einem Teelöffel Obstessig oder Alkohol auf. Hiervon nehmen Sie mindestens vier Mal pro Tag vier Tropfen.

Wenden Sie sich bitte an Ihre Apotheke/Drogerie oder finden Sie einen Bach-Blütenberater in Ihrer Nähe auf [www.haenseler.ch](http://www.haenseler.ch).

**HÄNSELER**   
SWISS PHARMA

Hänseler AG  
Industriestrasse 35  
CH-9101 Herisau  
T +41 71 353 58 58  
F +41 71 353 58 00  
[www.haenseler.ch](http://www.haenseler.ch)  
[info@haenseler.ch](mailto:info@haenseler.ch)