

Bach Bloesem types/stemmingen.

1: Agrimony: Je bent een vriendelijk persoon. Als het niet goed met je gaat zal je dat niet aan anderen laten merken, je verbergt je achter een vrolijk masker. Naar buiten ontspannen, van binnen gespannen. Je kan niet tegen ruzies, probeert conflicten te vermijden. Je kan niet goed alleen zijn. Je hebt de neiging tot verslaving (roken, eten, shoppen, alcohol) om je problemen te onderdrukken.

2: Aspen: Je hebt vaak last van onververklaarbare angsten of een naar voor gevoel zonder dat daar een reden voor is. Deze gevoelens kunnen plotseling opkomen en kunnen erg heftig zijn. Je hebt een groot inlevingsvermogen en veel fantasie. Je bent erg gevoelig, ook voor indrukken van buitenaf. Je bent gevoelig voor sfeer. Hebt soms last van enge dromen en kan dan niet in slaap komen door angstig gevoel.

3: Beech: Je bent erg perfectionistisch en kritisch zowel naar jezelf als ook naar anderen. Je staat snel met je oordeel klaar en zal niet snel je ongelijk toegeven. Je kan je slecht inleven in een ander en staat niet open voor de visie van een ander. Je ergert je snel aan mensen of dingen. Legt de schuld vaak bij de ander. Vaak ben je chagerijnig of prikkelbaar

4: Centaury: Je kunt heel moeilijk nee zeggen. Je kunt moeilijk voor jezelf opkomen en wilt iedereen graag tevreden stellen. Je bent een vriendelijk en rustig persoon. Maar je bent te makkelijk te beïnvloeden door anderen. Bent vaak op zoek naar complimentjes. Doordat je iedereen tevreden wilt stellen gaat dit vaak ten koste van jezelf en voel je je gauw moe en futloos.

5: Cerato: Je vindt het moeilijk om je eigen beslissingen te nemen, zowel grote als kleine beslissingen, en vraagt vaak de mening van anderen door twijfel aan je eigen oordeel. Diep in je hart weet je wel wat je wilt, maar je hebt te weinig vertrouwen in jezelf en in je eigen intuïtie en vraagt daarom advies aan anderen waardoor je erg aan het twijfelen gebracht wordt en makkelijk de verkeerde beslissing neemt.

6: Cherry Plum: Je bent vaak bang de controle over jezelf te verliezen. Je bent emotioneel labiel en gedraagt je soms zelfs hysterisch. Voelt je vaak erg gespannen en/of depressief. Bent bang dingen te doen of te zeggen waar je later spijt van zult krijgen. Je hebt last van ongecontroleerde woedeaanvallen en/of huilbuien. Je bent verslavingsgevoelig en je kunt last hebben van dwanggedachten. Je hebt vaak slaapproblemen.

7: Chestnut Bud: Je maakt vaak dezelfde fouten zonder er iets van te leren. Je trapt vaak in dezelfde valkuil. Je leert moeilijk van ervaringen. Patronen herhalen zich. Je hebt soms het gevoel je in een vicieuze cirkel te bevinden. Je hebt moeite om bepaald gedrag te veranderen. Je begint regelmatig aan iets zonder het af te maken. Je kan je moeilijk concentreren. Je bent slordig.

8: Chicory: Je hebt veel behoefte om anderen te helpen, maar verwacht daar wel dankbaarheid voor terug. Bent gauw overbezorgd. Je hebt de behoefte om “nodig” te zijn. Je bent vriendelijk en liefdevol, maar ook vaak betuttelend, wat bij anderen wel eens “verstikkend” over kan komen. Je hebt een hekel aan alleen zijn. Je bent vaak zeer spraakzaam en hebt een uitgesproken mening. Je hebt de neiging je veel te bemoeien met andermans leven en kan soms ook bezitterig zijn. Je hebt veel behoefte aan liefde en aandacht, krijg je die niet dan kan je jezelf best zielig vinden.

9: Clematis: Je bent een dagdromer, je leeft in je eigen wereld en hebt weinig interesse in wat er om je heen gebeurt. Je gaat conflicten uit de weg en trekt je dan liever terug in je eigen gedachtenwereld. Je bent vaak dromerig en afwezig, heb teveel behoefte aan slaap. Je bent artistiek en creatief aangelegd. Mogelijk heb je interesse in het paranormale. Je kan dan zweverig overkomen. Je hebt vaak koude handen en voeten, bent niet goed “geaard”. Dagdroomt vaak over de toekomst. Je vindt het moeilijk je aandacht bij een onderwerp te houden.

10: Crab Apple: Je bent erg perfectionistisch. Je bent overdreven hygienisch en netjes, hebt een sterk gevoel van onreinheid. Bent vaak dwangmatig met schoonmaken bezig, misschien heb je last van smetvrees. Je hebt een negatief zelfbeeld, je kan je soms erg storen aan onzuiverheden bij jezelf, zoals b.v. puistjes of rimpels. Vaak huidproblemen. Je hebt teveel aandacht voor details. Je kan van een mug een olifant maken. Voelt je vaak moedeloos.

11: Elm: Je hebt het gevoel de druk en verantwoordelijkheid van werk en/of gezin niet langer aan te kunnen. Je bent een zeer bekwaam iemand en denkt vaak alles zelf te moeten oplossen. Je hebt een groot verantwoordelijkheidsgevoel. Gaat vaak over je eigen grenzen heen. Maar je hebt teveel hooi op je vork genomen en het wordt je allemaal te veel. Je hebt het gevoel er alleen voor te staan. Je voelt je overbelast en hebt het gevoel tekort te schieten. Je ziet het even niet meer zitten. Burn-out mogelijk.

12: Gentian: Je voelt je depressief. Je weet wel waardoor de depressie ontstaan is, maar je bent niet in staat om jezelf “uit de put” te trekken. Bij tegenslagen ben je snel ontmoedigd. Je geeft snel op. Bij jou is het glas eerder half leeg, neiging tot pessimisme. Voelt je moedeloos. Gaat vaak van het negatieve uit, dan kan het ook niet tegenvallen. Je bent een piekeraar. Je hebt vaak het gevoel dat het toch wel weer zal mislukken.

13: Gorse: Je bent ten einde raad, hebt het gevoel in een uitzichtsloze situatie te zitten, voelt je wanhopig. Je ziet het niet meer zitten. Je hebt van alles geprobeerd, maar niets helpt. Mocht je ziek zijn dan heb je de hoop op herstel al ongeveer opgegeven. Je voelt je somber, bent het vertrouwen kwijt. Je wacht nog op een wonder van buitenaf.

14: Heather: Je hebt veel behoefte aan gezelschap en je wilt erg graag je verhaal kwijt. Je vindt het moeilijk om de aandacht bij de verhalen van iemand anders te houden omdat je gedachten dan al snel weer bij je eigen problemen zijn. Je wilt graag in het middelpunt van de belangstelling staan. Kan moeilijk alleen zijn. Je wilt graag dat anderen met je meeleven. Je hebt veel behoefte aan positieve aandacht, maar krijgt die vaak niet. Je voelt je vaak alleen.

15: Holly: Je bent vaak wantrouwend naar anderen toe, hebt snel het gevoel dat iets “te mooi voor woorden” is of dat er wel een addertje onder het gras zal zitten. Ook kan je last hebben van jaloeziegevoelens. Of zelfs van haatgevoelens of wraakgevoelens naar mensen die jou gekwetst hebben. Voelt je vaak eenzaam. Soms heb je last van humeurige uitbarstingen die zonder waarschuwing plaatsvinden. Het kan zijn dat je je hart “verhard” hebt. Je wilt geen dingen tegen je zin in doen. Misschien heb je problemen in je relatie. Hebt soms gevoelens van onvrede en boosheid zonder duidelijke reden. Vindt het moeilijk genegenheid te tonen.

16: Honeysuckle: Hebt vaak last van heimwee naar situaties of plaatsen van vroeger. Je verlangt terug naar vroeger. Kan moeilijk loslaten. Hebt spijt van fouten die je vroeger gemaakt hebt of dingen die je nog graag had willen doen maar niet gedaan hebt. Het kan zijn dat je iemand van wie je houdt verloren bent. En dat moeilijk kunt verwerken.

17: Hornbeam: Je voelt je vaak vermoeid en hebt het gevoel dat je de dag die voor je ligt niet aankunt, het “maandagochtendgevoel”, je draait je liefst nog een keer om. Je hoofd loopt soms om van teveel denken, lezen, leren, computeren of tv kijken. Je staat vaak nog vermoeider op dan dat je naar bed ging. Je verveelt je vaak, voelt je lusteloos. Je hebt eerst koffie nodig om wakker te worden. Als je eenmaal op gang bent gaat het wel. Je vindt je leventje soms een beetje saai. Hebt gebrek aan inspiratie. Maar wanneer er dan iets interessants op je pad komt leef je weer op. Je hebt de neiging om dingen uit te stellen.

18: Impatiens: Je bent snel ongeduldig en geïrriteerd, voelt je vaak gehaast, vindt het moeilijk om te wachten. Je voelt je onrustig of boos als mensen langzamer zijn dan jij. Dingen moeten snel af zijn. Je kan je moeilijk ontspannen of stilzitten en vindt dit ook zonde van de tijd. De dag zou eigenlijk meer uren moeten hebben. Anderen worden wel eens moe van je. Je denkt snel, praat snel, eet snel, beweegt snel. Bent snel afgeleid. Je werkt het liefst alleen.

19: Larch: Je hebt erg weinig zelfvertrouwen. Je begint vaak niet aan dingen omdat je ervan overtuigd bent dat het toch wel zal mislukken. Je bent erg bescheiden. Je voelt je vaak minderwaardig aan anderen. Je onderschat jezelf vaak door te denken dat je over minder kwaliteiten dan anderen beschikt. Je bent erg bang om iets fout te doen.

20: Mimulus: Je hebt last van specifieke angsten, dat kan van alles zijn, zoals vliegangst, hoogtevrees, claustrofobie, spinnen, honden, tandarts, doodgaan, pleinvrees. Je spreekt hier niet zo snel met anderen over. Je voelt je innerlijk onzeker en je hebt een hekel aan mensenmassa's. Je kan niet zo goed tegen drukte en lawaai om je heen. Het kan zijn dat je last hebt van blozen, stotteren of een nerveus lachje, je bent erg verlegen, vooral in gezelschap.

21: Mustard: Je voelt je regelmatig depressief en zwaarmoedig. Dit overvalt je plotseling zonder een duidelijke oorzaak. Je bent dan apathisch en lusteloos en kan hier moeilijk zelf weer uit komen. Je hebt dan nergens zin in en bent niet vooruit te branden. Vindt niks leuk meer. Je wilt het liefst slapen. Soms heb je last van een winterdepressie. Vaak verdwijnen de sombere gevoelens weer net zo plotseling als ze gekomen zijn.

22: Oak: Je bent een vechter, geeft niet makkelijk op. Je bent betrouwbaar en plichtsgetrouw. Een krachtige persoonlijkheid. Je zal nooit klagen, maar door blijven gaan, ook al ben je van binnen uitgeput. Dit zal je niet toegeven. Je hebt veel prestatiedrang en wilt jezelf heel graag bewijzen. Hebt een sterk verantwoordelijkheidsgevoel. Je hebt als je niet oppast door dit alles de neiging om maar door te gaan en teveel van jezelf te eisen en roofoverval op jezelf te plegen.

23: Olive: Je voelt lichamelijk en geestelijk uitgeput. Je voelt je zo moe dat je het liefst alleen maar zou willen slapen. Dit is waarschijnlijk zo omdat je overbelast bent. Het kan zijn dat je iets hebt meegemaakt zoals een examen, een ziekte, een bevalling, een operatie, het overlijden of verzorgen van iemand, gezinsproblemen, teveel stress of dat je te lang achter elkaar hebt gewerkt. Dit heeft teveel van je krachten gekost. Daardoor ben je nu uit balans en aan het einde van je latijn.

24: Pine: Je hebt vaak last van schuldgevoelens en zelfverwijt. Je trekt je alles vaak erg persoonlijk aan. Je verontschuldigt je vaak tegenover anderen, zegt vaak sorry, ook als je niks fout hebt gedaan. Je bent erg kritisch naar jezelf toe. Vindt gauw dat je dingen beter had kunnen doen. Je bent erg perfectionistisch naar jezelf toe. Je hebt het gevoel constant tekort te schieten. Je bent introvert. Je kunt dingen moeilijk loslaten, “had ik maar dit, had ik maar dat” Je voelt je vaak moedeloos en terneergeslagen.

25: Red Chestnut: Je bent vaak overbezorgd over de mensen die dicht bij staan, met name je gezin. Je wilt ze het liefst beschermen tegen de “grote boze buitenwereld” Je hebt een levendige fantasie en haalt je allerlei rampscenario’s in je hoofd. Je bent heel erg bang dat je geliefden iets ergs overkomt. Kan dit niet loslaten. Bent hier vaak obsessief mee bezig.

26: Rock Rose: Je bent heel snel in paniek, en heel schrikachtig. Hebt vaak last van klamme handen en hartkloppingen. Hebt veel last van nachtmerries. Je hebt een teer zenuwgestel. Je bent heel snel ergens van in de war en uit balans gebracht.

27: Rock Water: Je streeft altijd naar perfectie. Stelt hoge eisen aan jezelf, en ook aan de ander. Houdt je aan strikte regels, wilt en kunt daar niet van afwijken. Je wilt een voorbeeld zijn voor anderen en wilt ook dat je jouw voorbeeld volgen. Je bent erg hard voor jezelf. Alles moet wijken voor je idealen. Je hebt een erg sterke wil. Je bent niet flexibel. Je legt de lat hoog en bent erg teleurgesteld als je niet aan je eigen verwachtingen kunt voldoen. Je lichaam voelt vaak stijf en gespannen aan.

28: Scleranthus: Je voelt je heel vaak besluiteloos. Je twijfelt tussen diverse mogelijkheden. Kan moeilijk een beslissing nemen. Dit kan gaan om grote beslissingen, maar ook om kleine, zoals wat je wilt eten. Heb je eenmaal een besluit genomen dan kan dit ook zomaar weer veranderen. Je meningen en stemmingen kunnen omdraaien als een blad aan de boom. Je hebt een grillig karakter. Hebt veel last van stemmingswisselingen. Je zult je gevoelens van twijfel en problemen niet snel met een ander bespreken, je wilt het zelf uitvechten. Je voelt je vaak onzeker. Je vindt het erg moeilijk om je aandacht bij 1 onderwerp te houden. Maakt vaak dingen niet af en begint weer met iets nieuws.

29: Star of Bethlehem: Je hebt pas geleden of lang geleden iets ergs meegemaakt, dit heb je nog niet verwerkt. Waarschijnlijk heb je last van lichamelijke klachten, die hiervan het gevolg zijn. Oud zeer, dingen van vroeger, komen steeds weer bij je naar boven., je bent hier nog steeds regelmatig verdrietig om. Je voelt je van binnen verdoofd. Neiging jezelf af te sluiten.

30: Sweet Chestnut: Je voelt je radeloos en wanhopig. Dit kan komen omdat er iets totaal onverwachts of iets vreselijks is gebeurd. Je ziet geen uitweg meer. Je staat met je rug tegen de muur. Je eigen grenzen zijn bereikt. Je weet dat er iets wezenlijks moet veranderen. Je voelt je leeg en hulpeloos. Je bent aan het einde van je latijn, maar je praat er niet over.

31: Vervain: Je hebt een sterke wil, bent idealistisch en hebt veel passie voor bepaalde zaken. Je wilt dit graag met iedereen delen. Vurig type. Je wilt je levensopvatting heel graag overbrengen op anderen en bent hier erg fanatiek in. Je wilt een ander graag “bekeren” Soms sla je hierin door. Je hebt de neiging teveel druk uit te oefenen op anderen, en ook op jezelf. Je hebt moeite jezelf te ontspannen, je blijft maar doorwerken. Je voelt je vaak rusteloos en gejaagd. Het kan zijn dat je last van hoofdpijnen hebt en moeite met inslapen.

32: Vine: Je bent zelfverzekerd, ambitieus en vastbesloten. Je gaat geen enkele uitdaging uit de weg. Je wilt graag de touwtjes in handen hebben. Je kan je erg autoritair en dwingend gedragen. Jouw wil is wet. Je zegt dingen vaak op een bazige toon. Je voelt je snel aangevallen. Als je kinderen hebt eis je absolute gehoorzaming. Als je de situatie dreigt te verliezen kan je best gemeen uit de hoek komen waardoor je de ander kwetst.

33: Walnut: Je hebt moeite met veranderingen, je hebt tijd nodig om je aan de nieuwe situatie aan te passen. Moeite om gewoonten te doorbreken. Wellicht zit je in of sta je voor een verandering, al of niet zelf gekozen. Zoals bijvoorbeeld menopauze, verhuizing, stoppen met roken, iets voor jezelf beginnen, huwelijk, echtscheiding, pensionering. Je laat je snel beïnvloeden door je omgeving. Hebt soms moeite door te zetten en kan soms de laatste stap niet zetten. Je kunt de moed niet opbrengen, zit teveel vast in oude, vertrouwde patronen.

34: Waterviolet: Je bent een rustig persoon, je gaat je eigen gang. Wilt graag alleen zijn. Bemoeit je niet met anderen. Je laat je niet graag helpen, lost je eigen problemen op. Je vindt het moeilijk onbevange totadering tot anderen te zoeken. Op anderen kom je soms afstandelijk of arrogant over. Je bent iemand van weinig woorden. Laat je niet leiden door je emoties. Je hebt veel behoefte aan privacy.

35: White Chestnut: Je hoofd zit vol gedachten die maar door blijven malen. Je kunt je hoofd niet stilzetten. Het blijft maar rondcirkelen in je hoofd. Daardoor kom je moeilijk geestelijk tot rust. Ook en vooral als je in bed ligt lig je te piekeren, waardoor je vaak slecht slaapt. Je bedenkt keer op keer wat je had kunnen zeggen, of bent steeds met hetzelfde probleem bezig. Door vermoeidheid kun je je maar moeilijk concentreren. Je hebt regelmatig hoofdpijn.

36: Wild Oat: Je hebt veel talenten, maar weet niet goed wat je wilt. Bent op zoek naar je roeping of je levensdoel. Je vindt heel veel dingen leuk en begint vaak enthousiast aan iets nieuws. Na een tijdje raak je vaak uitgekeken en ben je weer op zoek naar iets anders. Je bent snel onrustig en besluiteloos. Je hebt soms het gevoel dat het leven je door de vingers glipt.

37: Wild Rose: Je hebt niet veel levenslust. Je hebt weinig motivatie om dingen aan te pakken of te veranderen. Je klaagt niet. De situatie “is nu eenmaal zoals hij is, daar verander je niks meer aan”. “Ik moet ermee leren leven” Je doet geen moeite je problemen te overwinnen. Dit kan bijvoorbeeld zijn onbevredigend werk, een vervelende relatie of een eentonig leven. Je bent niet echt ongelukkig, maar beleeft ook aan weinig dingen echt plezier.

38: Willow: Je hebt het niet gemakkelijk en hebt veel tegenslagen gehad. Je hebt veel moeite dit te accepteren en je vindt dat je het niet verdiend hebt. De schuld hiervan ligt niet bij jou. Je voelt je verbitterd, soms vol met wrok. Je voelt je vaak onrechtvaardig behandeld. Bent vaak pessimistisch. Voelt je slachtoffer van de situatie. Hebt moeite met relativeren.