

“बाख फ्लावर रेमेडीज” (Bach Flower Remedies)

- 1) **एग्रिमनी (Agrimony)** : जिन लोगों के मन में बहुत दुख, तनाव, मानसिक पीड़ा होती है लेकिन उनके चेहरे पर खुशी का झूठा दिखावा करते हैं।
- 2) **ऐस्पन (Aspen)** : चिंता और काल्पनिक बातों का डर
- 3) **बीच (Beech)** : असभ्य, दूसरो को निच समझने वाले, कठोर आलोचना करने वाले।
- 4) **सेन्टौरी (Centaury)** : बहुत कम संयम और इच्छा शक्ति और दूसरों के लिए कुछ भी करने की इच्छा। किसी भी चीज का मन पर तुरंत प्रभाव पड़ता है।
- 5) **सिरॅटो (Cerato)** : मूर्खता, आत्मग्लानि, इसलिए लगातार दूसरों से सलाह लेना।
- 6) **चेरी प्लम (Cherry Plum)** : अल्हड़ , निराशा, आत्महत्या के विचार, मन का नियंत्रण खो कर कुछ भयानक करने का डर।
- 7) **चेस्टनटबड (Chestnut Bud)** : अनुभव से कुछ नहीं सीखना, इसलिए जीवन में बार-बार वही गलतियाँ करना, बार-बार एक कहानी सुनाना,
- 8) **चिकोरी (Chicory)** : स्वार्थी, आत्म-उन्नयन, अधिकारपूर्ण रवैया।
- 9) **क्लेमाटिस (Clematis)** : जो लोग अलग ही धुन में हैं, लापरवाह, उदास, हर चीज में लापरवाही।
- 10) **क्रैब एप्पल (Crab Apple)** : अपने आप से घृणा, पूर्ण निराशा।
- 11) **एल्म (Elm)** : जो लोग किसी भी काम को सफलतापूर्वक कर लेते हैं लेकिन समय-समय पर बढ़ती जिम्मेदारियों के कारण निराश हो जाते हैं और खुद में कुछ कमी है ऐसा मानने लगते हैं।
- 12) **जेंटियन (Gentian)** : ऐसे स्वभाव के लोग जो संकट के समय निराश हो जाते हैं, अपना धैर्य खो देते हैं और सुख के समय भी दुखी रहते हैं।
- 13) **गोर्स (Gorse)** : बड़ी निराशा और निराशा।

- 14) **हीदर (Heather)** : एक स्वार्थी, अभिमानी व्यक्ति जो लगातार अपनी तकलीफो के बारे मे ही बात करता है या लगातार अपने बारे में बात करता है।
- 15) **होली (Holly)** : शक्की और प्रतिशोधी प्रवृत्ति, ईर्ष्यालु, दुसरो का द्वेष करने वाले।
- 16) **हनीसकल (Honeysuckle)** : लगातार घर के लिए तरसना, लगातार अतीत के बारे मे सोचना
- 17) **हॉर्नबीम (Hornbeam)** : शारीरिक और मानसिक थकान, और उसके कारण आज के काम को कल पर टालने की प्रवृत्ति
- 18) **इम्पेशन्स (Impatiens)** : मन पर अत्यधिक तनाव, धैर्य की कमी, चिड़चिड़ापन।
- 19) **लार्च (Larch)** : आत्मविश्वास की कमी, निराशा, असफलता की भविष्यवाणी करने की प्रवृत्ति।
- 20) **मिमुलस (Mimulus)** : ज्ञात बातों का डर। उदा. बीमारी, अंधकार, बुढ़ापा या मृत्यु का भय।
- 21) **मस्टर्ड (Mustard)** : अकारण होने वाली उदासी, शोक।
- 22) **ओक (Oak)** : बेडर, विपरीत परिस्थितियों में प्रयास करते रहने की मेहनती प्रवृत्ति।
- 23) **ऑलिव (Olive)** : अत्यधिक मानसिक और शारीरिक थकान।
- 24) **पाइन (Pine)** : अपराधबोध की भावनाएँ।
- 25) **रेड चेस्टनट (Red Chestnut)** : दूसरों के बारे में चिंता, विशेष रूप से परिचितों और प्रियजनों के बारे में।
- 26) **रॉकरोज़ (Rock Rose)** : घबराहट, दहशत।
- 27) **रॉक वाटर (Rock Water)** : निस्वार्थी, आत्म-त्याग करने वाला रवैया, अपने निर्णय पर अडिग रहने की प्रवृत्ति।
- 28) **स्क्लेरेनियस (Scleranthus)** : अनिश्चित, बार-बार निर्णय, योजनाओं को बदलने की प्रवृत्ति,
- 29) **स्टार ऑफ़ बेथलेहम (Star of Bethlehem)** : मानसिक और शारीरिक आघात और इसके दुष्प्रभाव
- 30) **स्वीट चेस्टनट (Sweet Chestnut)** : किसी बात के बार बार होनेसे आने वाला चिड़चिड़ापन, धीरज खत्म हो गया ऐसे कहने वाले व्यक्ति।
- 31) **व्हरव्हेन (Vervain)** : अति उत्साह, इसलिए किसी भी चीज की अतिरेक,उस कारण निर्माण होने वाला तनाव, अन्याय सहन ना करने वाला स्वाभाव।

32) **व्हाईन (Vine)** : महत्वाकांक्षी, सत्ता का भूखा, प्रभुत्वशाली या तानाशाही रवैया।

33) **वॉलनट (Walnut)** : किसी भी प्रकार के परिवर्तन या नई स्थिति से उत्पन्न होने वाली स्थिति।

34) **वाटर वायलेट (Water Violet)** : एक एकान्त, नम्र, थोड़ा अभिमानी रवैया।

35) **व्हाइट वेस्टनेट (White Chestnut)** : वही वही विचार मन में आते हैं, एकाग्रता की कमी।

36) **वाइल्ड ओट (Wild Oat)** : अनिश्चितता, असंतोष, निराशा।

37) **वाइल्ड रोज़ (Wild Rose)** : महत्वाकांक्षा की कमी, उदासीनता, सहानुभूति की कमी, प्रयास की कमी।

38) **विलो (Willow)** : कड़वाहट दूसरों को दोष देने की प्रवृत्ति है।

39) **रेस्क्यू रेमेडी (Rescue Remedy)** : यह औषधि ऊपर वर्णित 6, 9, 18, 26 और 29 संख्या वाली पुष्प औषधियों का मिश्रण है। इस दवा का उपयोग आपात स्थिति में किया जाना चाहिए, उदाहरण के लिए, दुर्घटना, घर पर मृत्यु का आघात, बड़ी सर्जरी का समय, अचानक चक्कर आना, बेहोशी या कोई गंभीर घटना,

“बाख फ्लॉवर रेमेडीज” (Bach Flower Remedies) के संबंध में अन्य महत्वपूर्ण जानकारी:

1) इस दवा का चयन सिर्फ रोगी के मानसिक लक्षणों के आधार पर जाना चाहिए।

2) जैसे-जैसे मानसिक स्थिति बदलती है, वैसे-वैसे दवाएं भी बदलती हैं।

3) आप एक बार में 4-5 दवाओं का मिश्रण भी दे सकते हैं।

4) ये दवाएं 100% सुरक्षित हैं और शरीर पर कोई प्रतिकूल प्रभाव नहीं डालती हैं।

5) यह दवाई दिन में 3 बार थोड़ेसे पानी में 2-3 बूंदें डालकर ले सकते हैं।

6) इसका उपयोग प्राकृतिक चिकित्सा में किया जाना चाहिए लेकिन गंभीर बीमारी की स्थिति में समय पर अपने चिकित्सक से परामर्श किए बिना इसका दुरुपयोग नहीं करना चाहिए। क्योंकि हर इलाज की अपनी सीमाएं होती हैं।

7) ये दवाएं भारत में सभी होम्योपैथिक दवा की दुकानों से उपलब्ध हैं।

संक्षेप में मन को प्रसन्न, ऊर्जावान, आकांक्षी बनाए रखने के लिए पुष्प औषधि के रूप में दुनिया को जो अनमोल धरोहर को डॉक्टर बाख ने संशोधित करके दी है उससे मानव समाज का बहुत भला हुआ है। तो आइए इसका उपयोग अपनी आवश्यकताओं के अनुरूप करें और अपने जीवन को पूर्ण रूप से जीने का प्रयास करें।