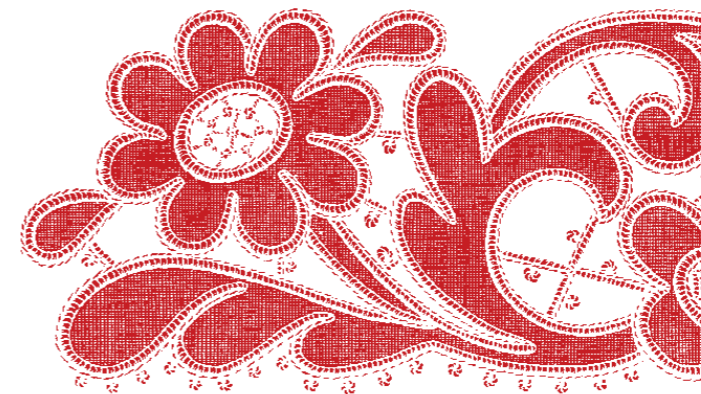


Sami i samouvereni



U DANAŠNJE VREME LAKO JE POSTATI NESIGURAN. SISTEM VREDNOSTI JOŠ UVEK SE ZNAČAJNO MENJA, A NOVI SISTEM JOŠ NIJE UOBLIČEN. MALO, MALO, PA SMO NA NEKOJ RASKRSNICI: DA LI JE OVO DOBRO ILI NIJE, DA LI JE OVO BITNO ILI NIJE... DILEME NA SVE STRANE! MOŽEMO BITI NESIGURNI POVODOM NEKE NAŠE ODLUKE, NESIGURNI DA LI MOŽEMO IZAĆI NA KRAJ SA BROJNIM OBAVEZAMA, NESIGURNI DA LI DA POKUŠAMO PONOVO POSLE NEKOG NEUSPEHA... SREĆOM, BACHOVE KAPI SU NAM UVEK PRIJATELJI.

Mnogi ljudi se ne snalaze dobro u ovim vremenima koja se menjaju. Jedna od karakteristika ovog vremena je i doživljaj otuđenosti. Danas je teško naći srodnu dušu među ljudima koji nas okružuju. Čovek mora biti veoma vešt u komunikaciji da bi ta komunikacija bila *otvorena i iskrena*, a ne površna. Zato ovu otuđenost prati i *doživljaj usamljenosti*. Kakav paradoks: u vreme kad smo preplavljeni komunikacijom, SMS porukama, telefonskim pozivima i internet komunikacijom, uprkos tome mnogi ljudi se osećaju usamljeno!? Iako postoje ljudi koji više vole da rade sami ili da budu sami, to ne znači da im prija i usamljenost. *Samoća i usamljenost nisu jedno te isto.*

BACHOVI LEKOVI NAMENJENI PREVAZILAŽENJU NESIGURNOSTI I USAMLJENOSTI

Kada se nađemo u situaciji da treba da biramo između dve ili više opcija, na primer da li da ostanemo na nekom radnom mestu ili da pređemo na novi posao, dešava se da iako znamo šta bismo hteli još uvek nismo sigurni da je to dobar izbor. Tražimo savet drugih koje poznajemo: *Šta bi ti uradila da si na mom mestu?* ili *Šta ti misliš da li je bolje ovako ili onako?* Tražeći savet od drugih mi u stvari samo tražimo potvrdu da li je naše mišljenje ili naš izbor dobar. A različiti ljudi imaju različito mišljenje, pa se desi da nas svojim savetima samo zbune i zapravo posle tih saveta nismo ništa odlučniji, postanemo nesigurni: *I šta sad?!* Za sve situacije u kojima *nismo sigurni* u naš sud, odluku, mišljenje ili izbor, kada mislimo da uvek treba da se oslonimo na nekog drugog, kada stalno zapitkujemo druge šta oni misle, umesto da mislimo svojom glavom – dobro će nam doći cvetni preparat koji se zove *Cerato*.

Scleranthus ili trava treskavica je dobar preparat za one koji su neodlučni. Za razliku od (prethodnog) *Cerato* stanja, kada znamo šta bi trebalo ali to hoćemo da potvrdimo mišljenjem drugih, *Scleranthus stanje* podrazumeva da smo se „zaglavili” u procesu odlučivanja ili biranja između dve opcije. Ovi ljudi ne zapitkuju druge, oni se sami muče čak i kad su sitnice u pitanju. Za njih je čak i kupovina velika muka: *da li da kupim crni ili beli hleb; da obučem haljinu ili pantalone; da kupim ovu ili onu majicu...* I taman kad je izgledalo da su se odlučili za, na primer crni hleb, istog trenutka se predomisle... I tako u nedogled. Za ove ljude kažemo da su kolebljivi i neodlučni. Ovakvo stanje svako od nas barem ponekad doživi.

Wild Out ili cvet divlje zobi pomaže u situacijama kada smo nesigurni *koju profesiju odabrati*, čime se baviti u životu... pa do situacija kada nismo sigurni koji je smisao našeg života.

Elm, cvet brešta, namenjen je ljudima koji mnogo rade i imaju *veliku odgovornost* da organizuju posao i druge ljude koji to treba da realizuju. Kada poraste broj obaveza pa nam

Water Violet, cvet vodene ljubičice namenjen je osobama koje vole samoću. Prosto im je veoma dobro u njihovoj koži. Samostalne su, nikad ne traže savet ili pomoć. Osobe kojima je izuzetno dragocena njihova autonomija, vrlo ponosne osobe. Ali taj ponos i insistiranje na autonomiji mogu biti prepreka njihovoj komunikaciji sa okruženjem u porodici ili na poslu. Preparat od ovog cveta inače je namenjen svima koji imaju *teškoće u komunikaciji*. Zbog tih teškoća njihovi periodi dragocene samoće mogu da budu prolongirani i u nekom momentu mogu da se oseće usamljenima.

Impatiens, cvet nederka, namenjen je onima koji su brzi. Brzo misle, brzo donose odluke, brzo sa reči prelaze na dela. Ali drugim ljudima, na primer članovima porodice ili saradnicima na poslu, teško je da ih prate. Pa često dolazi do konflikta. Zbog tih konflikata osobe koje su u *Impatiens stanju* odlučuju da radije rade sami, a i drugi ljudi počinju da ih izbegavaju jer se osećaju nervozno ili napeto pored njih. To se naravno odmah odražava i na kvalitet i na količinu komunikacije sa okruženjem, pa je jedna od nužnih posledica osobe u ovom stanju doživljaj usamljenosti.

*Postoje ljudi koji više vole da rade ili da budu sami,
ali samoća i usamljenost nisu jedno te isto*

se učini da će nas to prevazići, postajemo nesigurni u svoje moći i sposobnosti. To su *krize samopouzdanja*, i ta kriza čini nas nesigurnima.

Gentian, preparat napravljen od cveta lincure odlična je *podrška za našu motivaciju*. U situacijama posle nekog neuspeha, postanemo malodušni. Ta malodušnost blokira našu motivaciju da probamo ponovo. Postanemo nesigurni u pogledu nove šanse i razmišljamo da potpuno odustanemo. Kao da tražimo garanciju da ćemo sledećeg puta uspeti. Kako garancije obično nema, razmišljamo da odustanemo. Ali to odustajanje ne donosi nam spokoj već veliku nervozu i napetost. Ovo stanje često se sreće kod učenika i studenata.

Hornbeam, preparat od cveta graba uvek će dobro doći kada imamo problem da započnemo neki posao. Na primer da ispeglamo veš koji se gomila već danima, ili da nazovemo nekog, ili da odemo kod zubara, ili da započnemo sa učenjem ili dijetom... To su sve one situacije u kojima započinjanje neke aktivnosti odlažemo *za ponedeljak* ili *za sutra*. I tako u nedogled...

Sigurno poznajete bar jednu osobu koja *mного priča* i kad god priča, priča o sebi, svojim uspesima ili svojim problemima. Trenuci provedeni sa takvom osobom nikad ne liče na razgovor, nego na monolog, a posle takve priče osećate se kao iscedena krpa. Podseća vas na nekog?

Heather, preparat napravljen od cveta vreska, pomoći će takvim osobama. Naime, osobe u *Heather stanju* užasavaju se samoće. Bežeći od samoće oni se rečima prosto lepe za svakog ko hoće da ih sasluša, to može biti i nepoznata osoba koja zajedno sa Heather, na primer, čeka autobus ili stoji u redu pred šalterom. Ali tolikom pričom, posvećenoj samo sebi, potpuno nesvesna koliko guši drugu osobu, ona iscrpi svog „sagovornika”. I šta se dešava? Drugi počinju da je izbegavaju u širokom luku, pa je sve manje onih koji su raspoloženi da je slušaju. Tako ispadne da bežeći od samoće koja ih užasava postanu odbačeni i neprihvaćeni. Epilog toga je usamljenost, koja razorno deluje na osobe u ovom stanju.

Udruženje Bachovih praktičara priprema i časopis u elektronskom formatu *Bachove cvetne kapi* koji možete preuzeti na WWW.BAHOVEKAPI.COM