



# TERAPIA FLORAL





A Terapia Floral é uma modalidade de tratamento complementar à saúde que busca o equilíbrio emocional e mental a fim de causar um reflexo positivo na vida da pessoa.

As essências Florais têm sua ação baseada nos princípios de ressonância vibratória entre a energia das flores e o padrão vibratório do paciente.

Facilitam a transformação emocional modificando para melhor o comportamento do indivíduo.

Foram descobertos por Edward Bach e têm seu uso legalizado pela ANVISA. Seu grande desejo era encontrar e desenvolver um método de cura simples e que pessoas de quaisquer idade pudessem utilizar.

A constatação de que a doença é, de maneira geral, a expressão corporal do desequilíbrio psico-emocional, fez com que Dr. Bach criasse as 38 essências florais.

Os Florais de Bach foram as primeiras essências a serem descobertas e, isso ocorreu na década de 30.

Ao longo das últimas décadas, dezenas de sistemas florais foram sendo desenvolvidos em várias partes do mundo. Os florais da Califórnia surgiram na década de 1980 e os florais de Minas logo em seguida.

Segue abaixo, uma lista das essências florais de Minas, Bach e Califórnia existentes na Farmácia Art Med.





## FLORAIS DE MINAS

**Agave:** corajosos e fortes, mas exauridos; escondem o cansaço. Similar ao Oak (Floral de Bach).

**Ageratum;** purificação das emoções nos sonhos; limpeza espiritual.

**Anil:** enfraquecimento intelecto-sensorial; aceitação da velhice.

**Aristolóquia:** usada para pessoas que “enxergam” seus órgãos性uais, como partes impuras do corpo. Geralmente carregam sentimento de culpa de origem religiosa.

**Arnica campestre:** usada para aquelas personalidades que abusaram prolongadamente de seus corpos, através do consumo exagerado de drogas, álcool. Também apropriada aos que se sentem social ou moralmente “feridos”.

**Bipinatus:** utilizada para situações emergenciais onde o indivíduo é acometido de pânico, terror, medo; pesadelo, distúrbios noturnos. Similar ao Rock Rose (Floral de Bach)

**Bougainvillea:** desperta a criatividade artística e a necessidade de auto-transformação.

**Buquê da transformação:** restauração profunda da psique, potencializando novas posturas internas, externas e comportamentais.

**Buquê de 5 flores:** emergências psíquicas; tensão; choque; pânico. Similar ao Rescue (Floral de Bach).

**Buquê de 9 flores:** emergências psíquicas e físicas; situações graves., onde há risco de morte. É o “Rescue Plus”.

**Calmin:** estados de tensão, ansiedade, nervosismo, irritabilidade, impulsividade, impaciência.

**Camelli:** amor divino, vingativos, ciumentos, possessivos, agressivos, ódio. Similar ao Holly (Floral de Bach).

**Feminalis:** superação dos sintomas da tensão pré-menstrual: irritabilidade, nervosismo, supersensibilidade, depressão, dores de cabeça e no corpo, falta de apetite, cólicas menstruais,sentimentos de angústia e de abandono. Distúrbios da menopausa: fogachos e depressão.

**Fórmula do Aprendizado** (Sálvia, Margarites, Piperita, Taraxacum, Rosmarinus, Lavândula, Tababeuia, Lantana e Sonchus): situações em que haja dificuldades gerais de compreensão, aprendizado, memorização, concentração.

**Fórmula de Exame** (Rosmarinus, Basilicum, Lavândula, Momórdica, Sonchus, Foeniculum e Tabebbuia): para aqueles que estão na expectativa de um exame,uma prova, uma situação qualquer que exija maior coragem, confiança, segurança, autocontrole, concentração e tranquilidade.

**Fórmula do Adolescente:** recomendada para “trabalhar” nos distúrbios que se manifestam no período da adolescência: desobediência, ilusão com autoimagem falsa, tendência ao vício, revolta, insegurança, baixa autoestima, timidez, entre outros.

**Fuchsia:** para as pessoas ansiosas que buscam dissimular suas torturas internas através de muito senso de humor. São extremamente nervosas e super-emotivas quando sozinhas.

**Guttagnello:** fórmula adequada para crianças inseguras, tensas e temerosas. É considerada o rescue infantil ou pediátrico.

**Heliotropium:** para os estados temporários de melancolia e angústia extrema. Similar ao Sweet Chestnut (Floral de Bach).





**Hibiscus:** dificuldades de fusão com o parceiro; conflitos, frieza no relacionamento sexual.

**Hymenaea:** quando há rejeição ou medo da maternidade ou da paternidade.

**Lantana:** harmonia em agrupamentos e reuniões; equilíbrio e elevação do padrão coletivo.

**Lilium:** conflitos masculino e feminino; sensualismo; morbidez.

**Madressilva:** para pessoas presas aos acontecimentos passados, cuja passagem de tempo e as distâncias sempre lhe trazem dor. São pessoas saudosistas. Similar ao Honeysuckle (Floral de Bach).

**Malus:** para os que necessitam de limpeza física e psíquica. Essas pessoas tem mania de limpeza, tem medo de contaminação, possuem pensamentos impuros, sentem vergonha de alguma parte do corpo e podem ter complexos. Similar ao Crab Apple (Floral de Bach).

**Margarites:** para pessoas com uma visão fragmentada da vida e que não conseguem correlacionar os eventos.

**Matricaria:** pessoas nutritivas, esgotam-se na ânsia de servir bem.

**Momórdica:** para pessoas super-preocupadas, sujeitas a pensamentos repetitivos, causando com isso, insônia, fadiga e confusão mental. Similar ao White Chestnut (Floral de Bach).

**Myosotis:** para os que viveram um trauma de perda de um ente afetivo e não conseguem se recuperar de sua ausência. Pessoas que perderam o gosto pela vida. Similar ao Forget me not (Floral da Califórnia).

**Nicociana:** aventureiros; impetuosos, estão sempre procurando um desafio.

**Passiflora:** para as pessoas atormentadas por temores ou medos vagos de origem desconhecida, bruxismo; pesadelos. Similar ao Aspen (Floral de Bach).

**Plantago:** para pessoas que tem medo do ambiente e das pessoas que o cercam. Sempre assustadas e inseguras.

**Psidium:** para os impulsivos e violentos e que tem medo de perder o controle sobre a razão e os sentimentos. Tem medo do suicídio e pensamentos irracionais. Similar ao Cherry Plum (Floral de Bach).

**Sálvia:** dificuldades de aprendizado; tendência a repetir erros na vida. Similar ao Chestnut Bud (Floral de Bach).

**Silene:** fraca identidade pessoal; tende a imitar as pessoas.

**Supplerium:** para pessoas de caráter depressivo, negativista, pessimista, triste, melancólico.

**Tabebuia:** para potencializar os recursos internos de autocura.

**Tonarion:** cansaço, esgotamento mental e físico.

**Viola:** para os indivíduos acometidos por falta de confiança nos relacionamentos de grupo. Sentem-se oprimidos quando na presença de diferentes personalidades. Extremamente sensíveis, são geralmente delicados, tímidos, solitários, porém, anseiam por um compartilhamento livre e confiante.



## FLORAIS DE BACH

- Agrimony:** faz cara alegre para esconder os problemas.
- Aspen:** tem medos e preocupações indefinidos, pressentimentos.
- Beech:** é crítico e intolerante em relação às outras pessoas.
- Centaury:** tem dificuldade em dizer não, vontade fraca e submissão.
- Cerato:** duvida da sua própria capacidade de julgar as situações.
- Cherry plum:** tem medo de perder o controle mental e emocional.
- Chestnut bud:** não aprende com a experiência e repete os mesmos erros.
- Chicory:** é demasiado possessivo e espera que os outros se adaptem aos seus valores.
- Clematis:** é sonhador, vive no futuro e não concretiza seus ideais.
- Crab apple:** tem uma fraca imagem de si mesmo e sente vergonha ou embaraço devido a sintomas característicos ou traços físicos desagradáveis.
- Elm:** está sobrecarregado por obrigações que a vida lhe impõe.
- Gentian:** tem tendência a desanimar facilmente frente às dificuldades.
- Gorse:** perdeu a esperança, desistiu de lutar.
- Heather:** sofre com a solidão, necessita ser ouvido por alguém.
- Holly:** sente ódio e ciúmes, é vingativo e revoltado.
- Honeysuckle:** vive no passado, sentindo saudades ou nostalgia.
- Hornbeam:** sente preguiça, falta de energia para as situações do dia-a-dia e obrigações.
- Impatiens:** é impaciente e irrita-se com facilidade.
- Larch:** falta de confiança na sua capacidade, sente-se inferior.
- Mimulus:** tem medos enraizados, com causas conhecidas, por exemplo, medo de aranhas, de voar, da morte, entre outros.
- Mustard:** sente tristeza profunda, sem causa e cíclica.
- Oak:** tem um forte sentido do dever e continua a lutar, apesar de exausto.
- Olive:** falta de energia vital, esgotamento, stress.
- Pine:** sofre de fortes sentimentos de culpa e recrimina-se pelos erros das outras pessoas.
- Red chestnut:** sente ansiedade ou preocupação excessivas em relação aos outros.
- Rescue remedy:** encontra-se numa situação que exige mais de si ou que lhe provoca stress.
- Rock rose:** experimentou terror, medo paralizante ou uma sensação de impotência, pânico.
- Rock water:** é inflexível e impõe a si mesmo padrões muito elevados.
- Scleranthus:** sofre de indecisões.
- Star of Bethlehem:** sofreu choques ou traumas do presente e do passado; está inconsolável.
- Sweet chestnut:** está em desespero profundo, buscando saída para seu sofrimento como a luz no final do túnel.
- Vervain:** está eufórico, quer convencer os outros daquilo que acredita.
- Vine:** é muito voluntarioso e tende a ser dominador ou inflexível.
- Walnut:** sofre por não se adaptar às mudanças e pelas influências externas do presente e do passado.
- Water violet:** é reservado, sério, fechado em suas emoções e solitário.
- White Chestnut:** tem pensamentos indesejados e preocupações fixas que causam tormento mental.





**Wild oat:** está inseguro sobre o caminho certo na vida, insatisfeito com o seu estilo de vida atual e não consegue decidir o caminho a seguir.

**Wild Rose:** faz pouco esforço para melhorar as situações, resignação.

**Willow:** sente ressentimento e autopiedade, “coitado de mim”.

## FLORAIS DA CALIFÓRNIA

**Aloe vera:** restaura a energia vital quando a pessoa se sente exausta.

**Angelica:** traz proteção espiritual na vida e no trabalho.

**Arnica:** restaura energia vital depois de choque ou trauma. Remédio básico na maioria dos trabalhos terapêuticos.

**Baby blue eyes:** falta de confiar nos outros; falta de apoio do pai ou de outras figuras masculinas na infância.

**Basil:** para conflitos nos relacionamentos em relação a assuntos sexuais ou emocionais.

**Black berry:** para inabilidade em traduzir objetivos e ideais em atividades concretas e viáveis.

**Black cohosh:** para pessoas que possuem tendência a relacionamentos e estilo de vida abusivos, viciados, violentos.

**Black eyed susan:** não reconhecimento de aspectos traumáticos da personalidade, comportamento resultante de uma boa percepção de si mesmo.

**Bleeding heart:** para aqueles que se identificam demais com o outro, “grudados” e possessivos com aqueles que amam; ajuda quando se vive o rompimento de uma relação ou para curar uma relação de apego excessivo.

**Borage:** para os que possuem sentimento de pesar, falta de autoconfiança ao enfrentar circunstâncias difíceis, comportamento depressivo.

**Buttercup:** para o reconhecimento do próprio valor, sabendo valorizar as próprias qualidades, para aqueles que tendem a desvalorizar sua vocação ou estilo de vida, que não se sentem merecedores.

**Calla Lily:** ambivalência sobre a identidade sexual; equilíbrio entre o masculino e o feminino.

**Cayenne:** forte catalizador para mobilizar a vontade, para superar a inércia; agilizar, mover-se em direção ao “próximo passo”.

**Chamomile:** restaura a calma quando emocionalmente abalado; nervosismo; para uma objetividade maior, um temperamento mais sereno.

**Chaparral:** para eliminação de toxinas psíquicas acumuladas, especialmente durante os sonhos; ajuda especialmente na desintoxicação de drogas.

**Chrysanthemum:** medo do envelhecimento e da mortalidade; excessiva identificação com o caráter transitório da personalidade.

**Corn:** ajuda a manter o equilíbrio interior em meio a situações de aglomeração de pessoas, para superar desorientação nas cidades.

**Cosmos:** desfocalização, comunicação desorganizada; expressão verbal excessivamente excitada, sobrecarregada por excesso de idéias.





**Dandelion:** liberação de tensão emocional retida nos músculos; para aqueles que se esforçam demais e disciplinam demais suas vidas.

**Deer brush:** pureza de intenção; para aqueles com motivações dúbias ou inconscientes; promove uma habilidade de ser mais honesto e aberto no relacionamento com os outros.

**Dill:** para aqueles sobrecarregados devido a muita estimulação do sistema nervoso pelo rápido ritmo de vida ou dos eventos externos; excelente remédio para o stress da vida urbana.

**Dog wood:** para emoções e atitudes endurecidas, frequentemente associadas a trauma no passado ou abuso; restaura a suavidade e a graciosidade.

**Equinacea:** sentindo-se despedaçado em consequência de grande trauma ou abuso.

**Evening primrose:** para aqueles que possuem sentimento de rejeição, tendência a evitar relacionamentos que envolvam compromisso, medo da maternidade/paternidade; frieza ou repressão sexual e emocional.

**Fairy lantern:** tendência a permanecer infantil; imaturidade.

**Fawn lily:** para os que querem se isolar, retirar-se, falta de força interna para participar na comunidade e na família.

**Filaree:** para os que tem preocupação com as miudezas da vida diária; ajuda a ver os problemas pessoais num contexto mais amplo do destino; ganhando visão em perspectiva.

**Forget-me-not:** para os que sentem solidão e isolamento em decorrência da morte de um ente querido.

**Fuchsia:** traz maior conscientização da repressão de emoções profundamente guardadas que são frequentemente expressas como falsas ou hiper-emocionalidades e doenças psicosomáticas; pode ser uma essência usada para liberar as emoções.

**Garlic:** para libertação de ansiedades e inseguranças; para medo de estar diante do público no palco, medo nervoso que paralisa a pessoa diante dos outros.

**Golden ear drops:** para memórias suprimidas desde a infância; sentimentos de dor e trauma sobre eventos passados que afetam a identidade emocional atual.

**Goldenrod:** para aqueles que criam barreiras ao contato social através de comportamento repulsivo ou necessidade de atenção negativa.

**Hibiscus:** para aqueles que tem inabilidade em desfrutar da experiência sexual; falta de calor afetivo e vitalidade, frequentemente decorrente de falsas expectativas de uma cultura, ou de situações em que a pessoa se sentiu usada ou abusada.

**Hounds tongue:** para aqueles que estão pesados ou embotados por uma visão excessivamente limitada ao plano material ou centrada no corpo; promove uma visão da vida e uma filosofia mais espiritual.

**Indian pink:** para permanecer calmo e centrado em meio à intensa atividade e movimento; para eficiência em situações caóticas ou quando pressionado por muitas solicitações ao mesmo tempo.

**Iris:** para trazer inspiração mais elevada para o trabalho criativo e artístico; para aqueles que se sentem frustrados na sua criatividade, “sem inspiração”.

**Ladys slipper:** exaustão nervosa ou sexual.

**Lavender:** para sedar nervos esgotados devido à super-estimulação.

**Lotus:** usado para equilibrar e sintetizar outros remédios; receptividade meditativa.

**Madia:** para focalização mental, concentração, atenção para o detalhe; habilidade de ir do começo ao fim de um projeto; bom para os estudos ou outras atividades que requerem a atenção focalizada, para aqueles que tendem a se distrair e se desviar; também útil em termos temporários para perda de concentração.





**Mallow:** para desenvolver afetividade nas amizades; superando insegurança social e tendência a criar barreiras nas relações pessoais; desenvolve maior abertura e confiança.

**Manzanita:** para aqueles com profunda repulsa ao corpo físico, ajuda na gravidez para a mãe receber bem a criança por vir; usado no tratamento de desordens alimentares tais como anorexia nervosa.

**Mariposa lily:** trata sentimentos profundamente arraigados de falta de amor e aconchego; de separação com relação à mãe, sentindo-se “orfão”.

**Morning glory:** para estilo de vida desregrado, hábitos abusivos ou fisicamente destrutivos; pode ser auxiliar na desintoxicação de drogas ou álcool.

**Mountain Pennyroyal:** limpa a mente de pensamentos negativos absorvidos de outras pessoas; para força e clareza de pensamento.

**Mountain pride:** para os que sentem medo e evasão diante do desafio; incapaz de se posicionar firmemente sustentando as próprias convicções.

**Mullein:** para os que são incapazes de escutar a voz interior; fraqueza moral e confusão, falta de firmeza de decisão; tendência a mentir ou enganar a si próprio ou aos outros.

**Mugwort:** tendência à histeria, fantasia ou projeção, vida psíquica excessivamente ativa que torna difícil distinguir ou integrar experiências para além do plano físico.

**Nasturtium:** para vitalidade; colorido emocional; útil para estudantes e professores.

**Oregon grape:** para medo da hostilidade emocional dos outros; paranóia social; ajuda a desenvolver a confiança e o reconhecimento da boa vontade das outras pessoas.

**Passion flower:** ajuda em períodos difíceis da vida. Compaixão profunda é o aspecto chave.

**Penstemon:** ajuda nos desafios pessoais nos relacionamentos ou situações de trabalho; quando a pessoa está sendo “testada”.

**Peppermint:** promove um estado mental ativo e desperto.

**Pink monkey flower:** para medo de se expor ou expressar os verdadeiros sentimentos; medo de mostrar o lado mais sensível ou sentimentos íntimos do coração, abrindo o coração para uma maior vulnerabilidade.

**Pitcher plant:** falta de energia, digestão e assimilação deficientes.

**Pink Yarrow:** para supersensibilidade emocional; “esponja psíquica” que absorve facilmente o emocional do ambiente ou dos que estão a sua volta; traz um sentido de clareza emocional.

**Pomegranate:** ambivalência ou confusão sobre a focalização da criatividade feminina, especialmente entre os valores da carreira e do lar, do pessoal e do global.

**Pretty face:** para os que se sentem feios ou rejeitados por causa da aparência pessoal.

**Quince:** especialmente para mulheres que oscilam entre o seu poder e a sua força e a habilidade de serem amorosas e nutridoras, tais como as mães solteiras.

**Red clover:** calma em meio ao pânico e histeria coletiva; recomendado durante desastres naturais e emergências como um “primeiro socorro psíquico”.

**Rosemary:** tendência ao esquecimento e dificuldade de aprender.

**Sage:** descobrindo a sabedoria interior das experiências da vida; destilando e consolidando as próprias experiências; habilidade de refletir sobre o significado dos eventos da vida.

**Sagebrush:** excessiva identificação com partes ilusórias de si mesmo; apegos caóticos que deixam juntar coisa demais.





**Saguaro:** para alienação e conflito com relação à autoridade e figuras de poder.

**Saint Johns wort:** sonhos atemorizantes, ajuda crianças que urinam na cama e outros traumas noturnos da infância.

**Scarlet monkey flower:** coragem para encarar ou expressar emoções fortes, especialmente raiva; repressão ou medo de sentimentos intensos os quais se manifestam de maneira oculta ou abrupta.

**Scoth broom:** para superar o pessimismo e o desespero, o sentimento de “o que adianta?”.

**Self Heal:** desperta o poder de auto-cura existente dentro de cada um; auto-confiança; auto-aceitação; encontrando motivação interna para estar bem.

**Shooting star:** para aqueles que não se sentem fazendo parte da espécie humana ou que sentem que não se encaixam; ajuda aqueles que se sentem “estranhos no ninho”.

**Snapdragon:** agressão verbal e hostilidade; energia da libido reprimida ou mal direcionada; comportamentos inadequados que envolvem uso afiado das palavras ou tendência a morder.

**Star Thistle:** para mesquinhez em doar de si próprio e em compartilhar possessões com as outras pessoas geralmente baseada no medo da escassez.

**Star tulip:** ajuda a meditação e a conscientização dos sonhos.

**Sticky monkey flower:** dissipa o medo e confusão sobre intimidade, especialmente sexual; equilibra e harmoniza sentimentos emocionais sobre sexualidade; ajuda a tratar bloqueios em relação à intimidade provindos de dor mal resolvida em relacionamentos passados; pode equilibrar uma vida sexual excessivamente ativa assim como sentimentos sexuais reprimidos; integração do amor e da sexualidade.

**Sunflower:** para distúrbios na relação com o pai; para equilíbrio entre auto-anulação ou egoísmo; equilibra distorção do ego tanto por auto-estima baixa quanto por vaidade.

**Tansy:** para tendência a ser lento e hesitante, não agindo mesmo sabendo o que fazer.

**Tiger Lily:** para qualidades masculinas excessivamente agressivas, competitividade; trazendo o equilíbrio do feminino. Pode ser de ajuda na transição da menopausa nas mulheres.

**Trumpet vine:** vitalidade e expressão na comunicação verbal; indicado para gagueira ou outras dificuldades na comunicação verbal.

**Turks cap:** para pessoas que sofreram violência na infância e se fecham. Medo de serem invadidas, violentadas.

**Violet:** para timidez, medo da perda do eu em grupo; tendência a se retrair ou a se conter para proteger seu sentido do eu.

**Yarrow:** extrema vulnerabilidade aos outros e ao ambiente; desenergizando-se facilmente, absorvendo em excesso as influências negativas.

**Yellow star tulip:** insensibilidade com relação ao sofrimento dos outros; falta de percepção da consequencia das próprias ações.

**Yerba santa:** libera os sentimentos contidos tendênciia a internalizar melancolia e tristeza; ajuda a tonificar outras essências que mexem em emoções dolorosas ou perturbadoras.

**Zinnia:** humor pueril e leveza; para aqueles que são muito sérios consigo próprios, embotamento.