

Oslobodi sebe

Edward Bach

Prvo izdanje: 1932.

Ovo izdanje © The Bach Centre, 2014.

Naslov izvornika: Edward Bach, *Free Thyself*

Umnožavanje i distribucija ove publikacije dozvoljeni su samo u nekomercijalne svrhe, pod uvjetom da ništa nije prepravljano. Sva ostala prava pridržana.

1.0

Prevela s engleskog jezika: dr. sc. Ana Šafran, BFRP

Lektorirala: Viktorija Tomšić, prof.

The Dr Edward Bach Centre
Mount Vernon
Bakers Lane
Brightwell-cum-Sotwell
Oxon OX10 0PZ
United Kingdom

Bilješka urednika

Doktor Edward Bach napustio je London 1930. godine u potrazi za iscjeljujućim biljkama u poljima Walesa i Engleske.¹ U proljeće 1932. godine vratio se i proveo neko vrijeme primajući pacijente u ordinaciji u Ulici Wimpole. Teško je podnosio London, baš kao što mu je to i ostalo u sjećanju, pa je nakon nekoliko mjeseci ponovno otišao da bi nastavio svoju potragu.

U Londonu je napisao svoju knjigu *Oslobodi sebe*, a većinu teksta je sastavio u Parku Regent, gdje je odlazio da bi pobjegao od buke i užurbanosti glavnoga grada. Tekst je objavljen kao brošura kasnije te godine, ali nikada nije ponovno tiskan tijekom života dr. Bacha. Opisi cvjetnih esencija uskoro su zastarjeli; kako je stjecao više iskustva s pacijentima i otkrivao nove cvjetne esencije tako je i usavršavao svoje razumijevanje osobina svake biljke.

Bach je zabranio ponovno tiskanje svojih zastarjelih radova kad god bi pripremio i objavio noviju i točniju knjigu, pa je *Oslobodi sebe* uskoro izgubljena. To je bila velika šteta jer je prava svrha *Oslobodi sebe* bila u prikazivanju Bachove temeljne filozofije. Mnogi citati o izlječenju, koji su najpoznatiji

1 Priča o Bachovoj potrazi za pojedinim biljkama ispričana je u knjizi *The Medical Discoveries of Edward Bach, Physician (Medicinska otkrića Edwarda Bacha, iscjelitelja, op. prev.)*, autorice Nore Weeks.

njegovim studentima, dolaze upravo iz tog teksta. Podnaslov jednog kratkog poglavlja mogao bi čak sažeti sve ono u što je Bach vjerovao, a sažetak glasi: *zdravlje ovisi o tome jesmo li usklađeni s našim dušama*.

Godine 1990. Bachov centar je ponovno objavio *Oslobodi sebe*, kao dio kolekcije pod naslovom *The Original Writings of Edward Bach (Izvorni tekstovi Edwarda Bacha, op. prev.)*, no, tada su ispušteni opisi cvjetnih esencija u skladu s Bachovim željama. I prije i poslije *Izvornih tekstova* tiskana su neautorizirana izdanja tog teksta, bez da je igdje navedena činjenica da opisi cvjetnih esencija više nisu točni. U ovom smo novom izdanju knjige stoga koristili potpunu verziju, točno onakvu kakvu je dr. Bach prvi puta napisao, a mi smo dodali bilješke i istaknuli one dijelove teksta koje je Bach nazivao „podizanje skele” – neophodni koraci u izgradnji sustava, ali smetnja njenom gotovom obliku. Nadamo se da ćemo na ovaj način pripremiti tekst koji će biti idealan za one koji proučavaju Bachov rad, ali da neće stvoriti pomutnju koju bi inače izazvalo čitanje starih opisa cvjetnih esencija bez ovih napomena.

*Stefan Ball
Bachov Centar, 2014.*

Oslobodi sebe

Edward Bach

Uvod

Nemoguće je istinu pretočiti u riječi. Autor ove knjige nema namjeru propovijedati, dapače, on nikako ne voli tu metodu prenošenja znanja. On je pokušao, na stranicama koje slijede, što jasnije i jednostavnije prikazati koja je svrha naših života, svrha poteškoća koje nas pritišću, te sredstva putem kojih možemo ponovno vratiti svoje zdravlje – zapravo, kako svatko od nas može postati svoj vlastiti doktor.

I. poglavlje

To je, najjednostavnije rečeno, Priča o Životu

Malo dijete je odlučilo naslikati sliku kuće za rođendan svoje majke. U njenom malenom umu kuća je već naslikana. Ona zna kako će kuća izgledati sve do najmanjih detalja i samo još preostaje da to sve prenese na papir.

Izvadila je kutiju s bojama, kist i papir za slikanje te puna entuzijazma i sreće kreće na posao. Sva njezina pažnja i interes usmjereni su na ono što radi – ništa je ne može omesti od onoga što trenutno radi.

Slika je gotova na vrijeme za rođendan. Ona je svoju ideju o kući uobličila najbolje što je mogla. To je umjetničko djelo jer je to sve sama napravila. Svaki je potez kistom učinila iz ljubavi prema svojoj majci. Svaki prozor i svaka vrata naslikani su s uvjerenjem da to upravo tako treba izgledati. Čak i ako to izgleda kao plast sijena, to je najsavršenija kuća koja je ikad bila naslikana - to je uspjeh jer je mala umjetnica uložila u to cijelo svoje srce i dušu. Cijelo njezino biće je bilo uključeno u taj rad.

To je zdravlje, to su uspjeh i sreća i istinsko služenje. Služenje kroz ljubav, u savršenoj slobodi, na naš vlastiti način.

Tako i mi dolazimo na ovaj svijet, znajući koju sliku moramo naslikati. Već smo zacrtali svoj put kroz život i jedino

nam preostaje pretočiti to u materijalni oblik. Koračamo puni sreće i interesa, usredotočeni na usavršavanje te slike, te pretačemo vlastite misli i ciljeve u fizički život, najbolje što možemo, u onom okruženju koje smo odabrali.

Prema tome, ako od početka do kraja slijedimo vlastite ideale, korištenjem sve snage koju posjedujemo, neuspjeh nije moguć, a naš je život bio ogroman uspjeh – bio je zdrav i sretan život.

Ta ista priča o djevojčici slikarici može nam pokazati kako poteškoće u životu mogu ometati taj uspjeh, sreću i zdravlje, ako im dopustimo, i kako nas mogu skrenuti od ispunjenja naše svrhe.

Dijete marljivo i sretno slika, sve dok joj netko ne priđe i kaže: „Mogla bi ovdje staviti prozor, ovdje vrata, a puteljak u vrtu, naravno, treba biti ovdje.“ Rezultat je taj da će dijete u potpunosti izgubiti interes za to što radi. Ona će možda i nastaviti, no tada ona samo stavlja nečije tuđe ideje na papir. Ona će možda postati ljuta, iritirana ili nesretna. Možda će biti u strahu odbiti te prijedloge, a možda će zamrziti tu sliku i na kraju je poderati. U stvari, reakcija će ovisiti o tipu djeteta.

Slika u konačnici može prikazivati prepoznatljivu kuću, no ona je nesavršena. Ona predstavlja neuspjeh jer je to interpretacija tuđih misli, a ne djetetovih. Ta se slika više ne može upotrijebiti kao rođendanski poklon jer možda uopće neće biti gotova na vrijeme, pa će majka trebati čekati cijelu jednu godinu na svoj poklon.

To je bolest – reakcija na uplitanje. To je privremeni neuspjeh i nezadovoljstvo, a do njih dolazi kada dopustimo

drugima da se miješaju u ispunjenje naše životne svrhe, te da ugrade u naš um sumnju, strah ili ravnodušnost.

II. poglavlje

Zdravlje ovisi o tome jesmo li usklađeni sa svojim dušama.

Od iznimne je važnosti da jasno razumijemo pravo značenje zdravlja i bolesti.

Zdravlje je naša baština, naše pravo. To je potpuna i prava povezanost između duše, uma i tijela. To nije težak i nedostižan ideal, već je toliko jednostavan i prirodan da ga mnogi od nas zapravo prepuste prepoznati.

Sve su ovozemaljske stvari interpretacija spiritualnih stvari. Najmanji i najznačajniji događaj možda nosi Božansku svrhu u pozadini.

Svatko od nas ima Božansku misiju na ovom svijetu, a naše duše koriste naše umove i tijela kao sredstva koja će obaviti taj posao. Stoga, kada svi troje rade usklađeno, rezultat su savršeno zdravlje i savršena sreća.

Božanska misija ne podrazumijeva žrtvu, povlačenje od svijeta niti odbijanje radosti ljepote i prirode. Baš suprotno, ona podrazumijeva potpunije i veće uživanje u svim stvarima. To znači da radimo posao koji volimo raditi, cijelim svojim srcem i dušom, bez obzira na to radi li se održavanju kuće, obrađivanju zemlje, slikanju, glumi ili služenju drugima kroz rad u trgovinama ili kućama. Ako taj posao, kakav god bio, volimo iznad svega, tada je to jasan zahtjev naše duše – to je posao koji trebamo obavljati na ovom svijetu. Jedino kroz taj

posao mi možemo biti ono što mi zapravo jesmo i stoga trebamo protumačiti poruke našeg istinskog sebstva koje dobivamo putem običnih materijalističkih pokazatelja.

Prema tome, prema stanju našeg zdravlja i sreće možemo vidjeti koliko uspješno tumačimo tu poruku.

Savršen čovjek posjeduje sve duhovne kvalitete i mi dolazimo na ovaj svijet da bismo ih ispoljili jednu po jednu, da ih usavršimo i ojačamo, tako da nas nikakav događaj ili poteškoća ne mogu oslabiti niti odvratiti od ispunjenja ove svrhe. Mi odabiremo naše ovozemaljsko zanimanje i vanjske okolnosti koje će nas najbolje i u potpunosti testirati. Dolazimo s potpunim shvaćanjem naše određene zadaće te s nezamislivom privilegijom svjesnosti da su sve naše bitke dobivene i prije nego što smo ih vodili, da je pobjeda sigurna i prije nego što test stigne, jer znamo da smo djeca Tvorca te da smo time i sami Božanski, nepobjedivi i nesavladivi. S tim znanjem je život radost, a na poteškoće i iskustva možemo gledati kao na avanture jer mi trebamo spoznati svoju moć i biti odani našem Božanskom, pa će sve poteškoće nestati, kao što sunce rastjera maglu. Bog je zaista dao Svojoj djeci vlast nad svim stvarima.

Naše će nas duše voditi, ako ih budemo slušali, u svim okolnostima i kod svake poteškoće. Pod takvim će vodstvom um i tijelo prolaziti kroz život isijavajući sreću i savršeno zdravlje, oslobođeno svih briga i odgovornosti, poput malog djeteta punog povjerenja.

III. poglavlje

Naše duše su Savršene jer su djeca Tvorca i sve što nam kažu da radimo je za naše dobro.

Zdravlje je, prema tome, istinska realizacija onoga što mi zapravo jesmo – mi smo savršeni – mi smo djeca Božja. Ne možemo težiti tome da steknemo nešto što već imamo. Mi smo ovdje samo zato da bismo manifestirali u materijalnu formu savršenstvo kojim smo obdareni od početka vremena. Zdravlje predstavlja slušanje naredbi isključivo naše duše, a očituje se u tome da imamo povjerenje poput male djece, da odbacujemo intelekt (ono drvo znanja o dobru i zlu) s njegovim rasuđivanjima, njegovim „za” i „protiv”, njegovim strahovima zbog očekivanja: ignoriranje konvencija, beznačajnih ideja i naredbi drugih ljudi, da bismo se kretali kroz život netaknuti, neozlijeđeni, slobodni da služimo drugim ljudima.

Možemo procijeniti svoje zdravlje prema svojoj sreći, a sretni smo kada slušamo naredbe svoje duše. Nije nužno da budemo redovnik ili časna sestra, niti da se sakrijemo od svijeta. Na ovom svijetu trebamo uživati i služiti, a samo kada služimo s ljubavlju i veseljem, možemo biti istinski korisni i dati sve od sebe da obavimo taj zadatak. Kada nešto radimo zbog osjećaja dužnosti, možda čak i s osjećajem ljutnje i nestrpljivosti, to se uopće ne može vrednovati. To je samo

uzalud utrošeno dragocjeno vrijeme, koje je moglo biti iskorišteno da se pomogne osobi kojoj je zaista potrebna naša pomoć.

Istinu nije potrebno analizirati, nije potrebno o njoj raspravljati, niti je upakirati s mnogo riječi. Istinu spoznajemo u djeliću sekunde, ona je dio nas. Samo kad su u pitanju nebitne i komplicirane stvari u životu, trebamo puno uvjerenja, i upravo je to dovelo do razvoja intelekta. Bitne stvari su jednostavne. To su one stvari za koje kažemo: „Da, to je istina, čini mi se da sam to oduvijek znao.” Tako je i sa spoznajom sreće koja nam dolazi kada smo usklađeni s našim duhovnim ja. I što je veća usklađenost, to je intenzivnija naša radost. Sjetite se sjaja koji ponekad vidite kod mladenke na njezin dan vjenčanja ili oduševljenja na licu majke kad drži svoje novorođenče ili ushita kod umjetnika koji je upravo završio svoje remek-djelo – sve su to trenuci u kojima se radi o usklađenosti s dušom.

Zamislite kako bi divan bio život kada bismo ga proživjeli u takvom stanju radosti. To je uistinu moguće kada nam je naš životni poziv važniji od nas samih.

IV. poglavlje

Ako slijedimo svoj vlastiti instinkt, svoje vlastite želje, svoje vlastite misli i svoje vlastite čežnje, poznavat ćemo samo radost i zdravlje.

Nije teško i dalekosežno dostignuće čuti glas vlastite duše. Sve je to jednostavno uređeno za nas i to samo trebamo prihvatiti. Jednostavnost je osnovna značajka Kreacije.

Naša duša (mirni i tihi glas, glas samog Boga) govori nam kroz našu intuiciju, naš instinkt, kroz naše čežnje, ideale, naše svakodnevnne naklonosti i averzije – na onaj način koji je za nas najprikladniji da bismo ga čuli. Kako bi nam se On inače mogao obraćati? Naše istinske čežnje, instinkti, naklonosti i averzije dani su nam da bismo mogli protumačiti duhovne naredbe naše duše, posredstvom naše ograničene fizičke percepcije, jer mnogima od nas još nije moguće ostvariti izravnu komunikaciju s našim Višim Ja. Te naredbe treba slijediti bez pogovora jer samo duša zna koja su iskustva potrebna za tu pojedinu osobnost. Kakva god bila naredba, trivijalna ili važna - želja da popijemo još jednu šalicu čaja ili potpuna promjena svih životnih navika osobe - nju treba dobrovoljno izvršiti. Duša zna da je zadovoljstvo jedini pravi lijek za sve ono što mi u ovom svijetu smatramo grijehom i pogrešnim, jer sve dok se cijelo biće ne pobuni protiv određene stvari - mana nije iskorijenjena, već je samo prikrivena - baš kao što je puno bolje i brže nastaviti jesti džem

iz staklenke sve dok nam ne bude toliko slabo od džema da nam on više uopće ne predstavlja zadovoljstvo.

Naše istinske čežnje, želje našeg istinskog ja, ne smiju se pobrkati sa željama i čežnjama drugih ljudi koje su toliko često ugrađene u naš um, ili u našu svijest, što je ustvari druga riječ za istu stvar. Ne smijemo obraćati pozornost na to kako drugi na ovom svijetu gledaju na naše djelovanje. Samo je naša vlastita duša odgovorna za naše dobro i samo On čuva naš ugled. Možemo biti sigurni da postoji samo jedan grijeh, a to je onaj da ne izvršavamo naloge našeg Božanskog. To je grijeh protiv Boga i našeg bližnjeg. Te želje, intuicija i čežnje nikad nisu sebične. One se tiču samo nas i uvijek su dobre za nas te nam donose zdravlje u tijelu i umu.

Bolest nastaje u fizičkom tijelu kao posljedica opiranja naše osobnosti uputama koje daje duša. Bolest nastaje kada zatvorimo uši pred onim „mirnim i tihim glasom“ i kada zaboravimo na Božansko u nama, te kada pokušamo nametnuti naše želje drugima ili dopustimo da tuđe sugestije, misli i naredbe utječu na nas.

Što više postajemo slobodni od vanjskih utjecaja i drugih ljudi, to nas naša duša više može koristiti da izvrši Njegov posao.

Sebični smo samo onda kada pokušamo nametnuti svoju kontrolu i vladati nad drugima. No, u današnjem svijetu nam govore da je sebično slijediti svoje čežnje. To se događa zato što nas svijet pokušava porobiti. Točno je da samo onda kada smo spoznali sebe i kada možemo nesputano biti ono što stvarno jesmo, možemo biti korisni za dobrobit čovječanstva. To je velika Shakespeareova istina: „Sam prema sebi budi

istinit, jer zatim slijedi kao noć za danom, da nikom lažan biti ne možeš.”

Pčela, svojim izborom pojedinog cvijeta za svoj med, sredstvo je putem kojeg se sakuplja cvjetni prah potreban za budući život mladih biljaka.0

V. poglavlje

Dopuštanjem uplitanja drugih ljudi zapravo prestajemo slušati naloge svoje duše pa to dovodi do neravnoteže i bolesti. Kada tuđa misao uđe u naš um, to nas tada skreće s našeg pravog puta.

Bog je svakom od nas dao naše pravo po rođenju – osobnost - našu vlastitu. Dao je svakom od nas određeni zadatak koji moramo obaviti, a koji samo mi možemo obaviti. Svakom je od nas dao vlastiti put koji trebamo slijediti, na kojem nas ništa ne smije omesti. Pobrinimo se za to da ne dopustimo kakva uplitanja i, još važnije, da se ni mi ne uplicemo ni na kakav način ni jednom drugom ljudskom biću. U tome leži pravo zdravlje, pravo služenje i ispunjenje naše svrhe na zemlji.

Do uplitanja dolazi svakodnevno, ona su dio Božanskog Plana i neophodna da bismo mi naučili zauzeti se za svoj vlastiti put. Ustvari, možemo na njih gledati kao na vrlo korisnog protivnika, koji je tu da nam pomogne da ojačamo i spoznamo naše Božansko i našu nepobjedivost. Također, trebamo znati da samo onda kada im dopustimo da utječu na nas, tada jača njihova važnost i tada ona testiraju naš napredak. Isključivo o nama ovisi koliko brzo ćemo napredovati: možemo li dopustiti uplitanja u našu Božansku misiju, hoćemo li prihvatiti manifestaciju uplitanja (koja se zove bolest) i dopustiti joj da ograničava i pozljeđuje naša

tijela, ili hoćemo li, kao djeca Božja, iskoristiti sve to da se još više učvrstimo u ispunjenju naše svrhe.

Što su očitije poteškoće na našem putu, to možemo biti sigurniji da je naša misija vrijedna truda. Florence Nightingale dosegla je svoje ideale usprkos otporu nacije. Galileo je vjerovao da je zemlja okrugla usprkos onome što je ostatak svijeta vjerovao, a ružno pače je postalo labud iako mu se cijela obitelj rugala.

Nemamo apsolutno nikakvo pravo uplitati se u život bilo kojeg Božjeg djeteta. Svatko od nas ima svoj vlastiti posao, za koji samo mi imamo moć i znanje da ga dovedemo do savršenstva. Samo onda kada zaboravimo tu činjenicu, te pokušamo nametnuti neki posao drugima, ili drugima dopustimo da se upliću u naš posao, nastaje sukob i neravnoteža u našem biću.

Ta neravnoteža – bolest – manifestira se u tijelu jer tijelo samo služi za odražavanje djelovanje duše, kao što lice odražava sreću pomoću osmijeha ili ljutnju pomoću mrgođenja. Isto je i s velikim stvarima – tijelo će odražavati prave uzroke bolesti (koji su strah, neodlučnost, sumnja itd.) pomoću poremećaja svojih sustava i tkiva.

Bolest je, prema tome, rezultat uplitanja: uplitanja drugoj osobi ili dopuštanja drugima da se upliću nama.

VI. poglavlje

Sve što trebamo raditi jest: očuvati našu osobnost, živjeti svoj život i biti kapetan svog broda – i tada će sve biti u redu.

Postoje važne osobine koje svi ljudi postupno usavršavaju, uglavnom se usmjeravajući na jednu ili dvije osobine istovremeno. To su one osobine koje su bile vidljive u ovozemaljskim životima svih Velikih Učitelja, koji su s vremena na vrijeme došli na ovaj svijet da bi nas podučavali, te da bi nam pomogli da spoznamo lagan i jednostavan način prevladavanja svih naših poteškoća.

To su ove osobine:

LJUBAV

SUOSJEĆANJE

MIR

POSTOJANOST

BLAGOST

SNAGA

RAZUMIJEVANJE

TOLERANTNOST

MUDROST

OPRAŠTANJE

HRABROST

RADOST

Usavršavanjem ovih osobina u nama samima svatko od nas može dovesti cijeli svijet korak bliže njegovom nezamislivo veličanstvenom cilju. Tada spoznajemo da ne tražimo sebični dobitak kroz osobno postignuće, već da je svako ljudsko biće – bogato ili siromašno, na visokom ili niskom položaju – od jednake važnosti u Božanskom Planu, i da mu je dana ista moćna privilegija da bude spasitelj svijeta, kroz jednostavnu spoznaju da je on savršeno dijete Tvorca.

Kao što postoje te kvalitete, ti koraci do savršenstva, tako postoje i prepreke ili smetnje, koje služe tome da nas jačaju u našoj odlučnosti da ostanemo čvrsti.

One su pravi uzroci bolesti, a to su:

SPUTAVANJE	SUMNJA
STRAH	PRETJERANO USHIĆENJE
NEMIR	NEZNANJE
NEODLUČNOST	NESTRPLJIVOST
RAVNODUŠNOST	PANIKA
SLABOST	TUGA

Ako im dopustimo, one će se očitovati u tijelu uzrokujući ono što nazivamo bolest. Kada ne razumijemo pravi uzrok bolesti, pripisujemo ga vanjskim utjecajima – bakterijama, hladnoći, vrućini – i dajemo joj ime prema njezinim posljedicama: artritis, rak, astma itd., te mislimo da bolest započinje u fizičkom tijelu.

Tako postoje određene skupine ljudi, od kojih svaka obavlja svoju zadaću, odnosno, odražava u materijalnom svijetu određenu lekciju koju je savladala. Svaki pojedinac u tim skupinama ima svoju određenu osobnost, svoj određeni zadatak te svoj određeni individualni način na koji obavlja taj zadatak. To isto tako može dovesti do neravnoteže jer, ako se ne držimo naše određene osobnosti i našeg zadatka, to će se odraziti u tijelu u obliku bolesti.

Pravo zdravlje je sreća, i to sreća koja je lako ostvariva, jer je to sreća zbog malih stvari – kad radimo ono što volimo i kad smo s ljudima koje istinski volimo. Tu nema napora, uložnog truda ni težnje k nedostižnom. Zdravlje je tu za nas da ga

prihvatimo kad god to zaželimo. To ćemo postići tako da otkrijemo koji je to posao za koji smo stvoreni i da ga obavljamo. Mnogi ljudi potiskuju svoje istinske čežnje i postaju „kocke koje netko gura kroz okrugle otvore“: prema željama roditelja sin postaje odvjetnik, vojnik, poslovni čovjek, dok je njegova stvarna želja postati stolar. Ili, zbog ambicija majke da kćer nađe dobru priliku za udaju, svijet može izgubiti još jednu Florence Nightingale. Taj je osjećaj dužnosti lažan osjećaj dužnosti i šteta za svijet jer rezultira nezadovoljstvom i vrlo vjerojatno će proći veći dio života prije nego što osoba uspije popraviti tu pogrešku.

Jednom je jedan Učitelj rekao: „Zar ne znate da ja moram obavljati posao koji mi je moj Otac odredio?“, što je značilo da On mora slušati Svoje Božansko, a ne Svoje ovozemaljske roditelje.

Pronađimo jednu stvar u životu koja nas najviše privlači i obavljajmo je. Dopustimo da ta jedna stvar bude toliko jako dio nas da nam bude prirodna kao disanje, prirodna kao skupljanje meda za pčelu, kao opadanje lišća s drveća u jesen i rast novog lišća u proljeće. Ako malo proučavamo prirodu, otkrit ćemo da svako živo biće, ptica, drvo i cvijet, ima svoju određenu ulogu u njemu, svoj određeni i osebujni zadatak putem kojeg pomaže i obogaćuje cijeli svemir. Čak i običan crv, obavljajući svoj svakodnevni zadatak, pomaže drenirati i čistiti zemlju koja je potrebna za rast svega zelenila, a vegetacija dalje pomaže u održavanju ljudske vrste i svakog drugog živog bića, koji zatvaraju krug obogaćivanjem tla. Njihov život je prekrasan i koristan, a njihov je rad toliko prirodan za njih, da je to njihov život.

Takav je i naš posao, kada ga pronađemo. On toliko pripada nama, toliko nam odgovara, da ne izaziva nikakav napor, već ga obavljamo s lakoćom i veseljem. Od toga se posla nikada ne umorimo, on je kao naš hobi. On iz nas izvlači našu pravu osobnost, sve talente i sposobnosti koje samo čekaju unutar nas da bi se manifestirale. Kada obavljamo taj posao, mi smo sretni i osjećamo se kao kod kuće, a samo kad smo sretni (što znači da slušamo naredbe naše duše) možemo najbolje obavljati svoj posao.

Možda smo već i pronašli posao koji je ispravan za nas – kakvu nam tada radost predstavlja naš život! Neki ljudi još od svog djetinjstva znaju što trebaju raditi u životu i toga se drže cijelog svog života, dok neki to znaju u djetinjstvu, ali ih od toga odvrate suprotne sugestije i okolnosti te odgovaranje drugih. No, svi se mi možemo vratiti natrag k našim idealima, pa čak i kad ih ne možemo odmah prepoznati, možemo nastaviti potragu za njima, jer će nam već i sama potraga za njima donijeti utjehu jer je naša duša vrlo strpljiva s nama. Ispravne čežnje i ispravan motiv su, bez obzira na ishod, ono što se računa i pravi uspjeh.

Stoga, ako želite biti poljoprivrednik, a ne odvjetnik; ako želite biti frizer, a ne vozač autobusa; ili ako želite biti kuhar, a ne trgovac voćem i povrćem – promijenite svoje zanimanje, budite ono što želite biti – i tada ćete biti sretni i zdravi, tada ćete raditi s uživanjem, i tada ćete bolje obavljati svoj posao kao poljoprivrednik, frizer ili kuhar, nego što bi to ikada mogli postići kroz zanimanje koje uopće nije bilo namijenjeno vama.

I tada ćete ispunjavati naloge svog Duhovnog ja.

VII. poglavlje

Kada spoznamo Božansko u nama, sve ostalo je lako.

U početku je Bog čovjeku dao vlast nad svim stvarima. Čovjek, dijete Tvorca, ima dublji razlog za svoju neravnotežu nego što je to propuh kod otvorenog prozora. „Za našu manu nisu odgovorne zvijezde, već mi sami.“ Koliko samo možemo biti puni zahvalnosti i nade kada spoznamo da i lijek također postoji u nama! Kada uklonimo tu neravnotežu, strah, paniku ili neodlučnost, te ponovno uspostavimo usklađenost između duše i uma, naše će tijelo opet biti savršeno u svim svojim dijelovima.

Bez obzira na to o kojoj se bolesti radi – posljedici ove neravnoteže - možemo biti sigurni da posjedujemo moći koje su potrebne da to nadvladamo, jer naša duša nikada ne traži od nas da učinimo više od onoga što je u našoj mogućnosti.

Svatko od nas ima moći izlječenja jer svatko od nas u srcu nosi ljubav prema nečemu – prema drugim ljudima, životinjama, prirodi, nekom obliku ljepote – i svatko od nas želi to zaštititi i pomoći mu da raste. Svatko od nas posjeduje suosjećanje za one koji su u nevolji, što je prirodno, jer smo svi mi u nekom trenutku života bili u nevolji. Tako da, osim što možemo izliječiti sebe, imamo i veliku povlasticu da možemo pomoći i drugima da izliječe sami sebe, a jedine potrebne kvalifikacije za to su ljubav i suosjećanje.

Mi, kao djeca Tvorca, nosimo u sebi savršenstvo, i došli smo na ovaj svijet samo zato da spoznamo naše Božansko u nama, da bismo nakon svih testova i iskustava ostali netaknuti, jer su kroz te Božanske Moći sve stvari moguće za nas.

VIII. poglavlje

Ljekovite biljke su te koje kojima je dana moć da nam pomognu sačuvati našu osobnost.

Jednako kao što su nam Bog i Njegova milost dali hranu za jelo, tako je On postavio, među bilje u poljima, prekrasne biljke koje nas mogu izliječiti kada smo bolesni. One su tamo da pruže ruku pomoći čovjeku u njegovim mračnim trenucima zaboravnosti, kada on gubi s vidika svoje Božansko, i dopušta da mu oblak straha i boli zamagli vid.

Te biljke su:

CHICORY	<i>Chicorium intybus</i>
MIMULUS	<i>Mimulus luteus</i>
AGRIMONY	<i>Agrimonia eupatoria</i>
SCLERANTHUS	<i>Scleranthus annuus</i>
CLEMATIS	<i>Clematis vitalba</i>
CENTAURY	<i>Erythroea centaurium</i>
GENTIAN	<i>Gentiana amarella</i>
VERVAIN	<i>Verbena officinalis</i>
CERATO	<i>Ceratostigma willmottiana</i>
IMPATIENS	<i>Impatiens royalei</i>
ROCK ROSE	<i>Helianthemum vulgare</i>
WATER VIOLET	<i>Hottonia palustris</i>

Svaka biljka odgovara jednoj vrlini i njezina je svrha ojačati tu vrlinu kako bi se osobnost mogla izdići iznad mane koja za nju predstavlja kamen spoticanja.

Sljedeća tablica² prikazuje vrline i mane, te cvjetne esencije koje pomažu osobnosti da iskorijeni tu manu.

<i>Mana</i>	<i>Biljka</i>	<i>Vrlina</i>
Sputavanje	Chicory	Ljubav
Strah	Mimulus	Suosjećanje
Nemir	Agrimony	Mir
Neodlučnost	Scleranthus	Postojanost
Ravnodušnost	Clematis	Blagost
Slabost	Centaury	Snaga
Sumnja	Gentian	Razumijevanje
Pretjerano ushićenje	Vervain	Tolerantnost
Neznanje	Cerato	Mudrost
Nestrpljivost	Impatiens	Opraštanje
Panika	Rock Rose	Hrabrost
Tuga	Water Violet	Radost

Cvjetne esencije su obdarene određenim iscjeljujućim moćima, i njihovo djelovanje ni u čemu ne ovisi o osobi koja ih

2 Godine 1932., kada je sastavljena ova tablica, Bach je otkrio tek dvanaest cvjetnih esencija. Između 1933. i 1935. godine pronašao je dodatnih 26 i nekoliko puta revidirao strukturu sustava i indikacije pojedine cvjetne esencije. Korisno je usporediti ovu tablicu – i to posebno zastarjeli opis za Water Violet – sa sustavom i opisima cvjetnih esencija koje je Bach prikazao u konačnom izdanju *Twelve Healers and Other Remedies* (*Dvanaest iscjelitelja i ostale cvjetne esencije*, op. prev.). Vidi www.bachcentre.com/healers i Uvodnu riječ urednika.

daje, osim što trebamo imati povjerenje – isto kao što će i sedativ uspavati pacijenta, bez obzira na to daje li ga pacijentu medicinska sestra ili doktor.

IX. poglavlje

Prava priroda bolesti.

Kod pravog izlječenja priroda bolesti i ime fizičke bolesti nisu ničime povezani. Bolest u tijelu nije ništa drugo nego posljedica neusklađenosti između duše i uma. To je samo simptom uzroka, a isti se uzrok može drugačije manifestirati kod gotovo svake osobe. Težite uklanjanju tog uzroka i tada će njegove posljedice, kakve god one bile, automatski nestati.

To možemo bolje razumjeti ako ovdje damo primjer samoubojstva. Neće se sva samoubojstva izvršiti utapanjem. Neki se bace s velike visine, a neki uzmu otrov, no iza svega toga nalazi se očaj. Pomozite im da nadvladaju taj očaj i pronađite im nekoga ili nešto za što će živjeti – i oni su trajno izliječeni. Ako im oduzmete otrov, spasit ćete ih samo privremeno, jer kasnije oni mogu to ponovno pokušati. Strah također djeluje na ljude na različite načine: netko će problijedjeti, netko će se zacrvnjeti, netko će postati histeričan a netko će zanijemiti. Objasnite im taj strah, objasnite im da su dovoljno veliki da ga prevladaju i da se suoče s njime – i ništa ih više neće moći preplašiti. Dijete se više neće obazirati na sjene na zidu ako mu date svijeću i ako mu pokažete kako sam može pokrenuti te sjene da skaču gore-dolje.

Predugo smo krivili bakterije, vremenske uvjete i hranu koju jedemo kao uzroke bolesti. Jer, mnogi su od nas imuni na

epidemiju gripe, mnogi vole hladan vjetar i mnogo ljudi može pojesti sir i popiti crnu kavu kasno navečer bez da imaju bilo kakve neželjene posljedice. Ništa nam iz prirode ne može naštetiti kada smo sretni i kada smo u ravnoteži. Naprotiv, priroda je tu da je iskoristimo i da uživamo u njoj. Samo onda kada dopustimo sumnji, depresiji, neodlučnosti i strahu da se uvuku u nas, postajemo osjetljivi na vanjske utjecaje.

Prema tome, od najvećeg je značenja pravi uzrok u pozadini bolesti, kao i mentalno stanje samog pacijenta, a ne stanje njegovog tijela.

Bilo koju bolest možemo izliječiti, ma koliko ona bila ozbiljna ili dugotrajna, ako vratimo pacijentu sreću i želju da nastavi dalje u životu. Vrlo često se radi samo o nekoj sitnoj promjeni u njegovom načinu života, o nekoj maloj fiksnoj ideji zbog koje je netolerantan prema drugima, o nekom pogrešnom osjećaju dužnosti koji ga drži zarobljenog, dok bi zapravo mogao raditi nešto drugo.

Postoji sedam prekrasnih stupnjeva u izlječenju bolesti, a to su:

MIR

NADA

RADOST

VJERA

SIGURNOST

MUDROST

LJUBAV

X. poglavlje

Da bismo stekli slobodu – trebamo dati slobodu.

Krajnji cilj cijelog čovječanstva je savršenstvo, a da bi dosegao to stanje, čovjek treba naučiti kako proći kroz sva iskustva nedirnut. On se mora suočiti sa svim uplitanjima i iskušenjima bez da ga ona skrenu s njegovog puta. Tada je on slobodan od svih životnih poteškoća, nevolja i patnji – on je u svojoj duši nakupio savršenu ljubav, mudrost, hrabrost, tolerantnost i razumijevanje, koji su rezultat toga da sve znamo i vidimo, jer savršen gospodar je upravo onaj koji je sam prošao svaki vid posla u svojoj trgovini.

Ovo putovanje možemo učiniti kratkom veselom avanturom ako spoznamo da slobodu od vezanosti možemo steći samo tako da dajemo slobodu. Slobodni smo ako oslobodimo druge jer samo primjerom možemo podučavati druge. Kada damo slobodu svakom ljudskom biću s kojim dođemo u kontakt, kada damo slobodu svakom stvorenju i svemu oko nas, tada smo i sami slobodni. Kada vidimo da mi sami niti kod najmanjih sitnica ne pokušavamo dominirati nad drugima, kontrolirati ih ili utjecati na njihov život, tada ćemo

spoznati da su sva tuđa uplitanja nestala iz našeg života, jer kada mi nekoga vežemo, oni vežu nas. Jedan je mladić bio toliko vezan za svoju imovinu, da nije mogao prihvatiti Božji dar.

Možemo se vrlo lako osloboditi dominacije drugih – kao prvo, dajući im potpunu slobodu, i drugo, nježnim i ljubaznim odbijanjem da oni dominiraju nad nama. Lord Nelson vrlo je mudro jednom prilikom prislonio svoje slijepo oko na teleskop. Bez sile, bez ljutnje, bez mržnje i bez neljubaznosti. Naši su neprijatelji naši prijatelji, oni čine tu igru vrijednom igranja, i svi ćemo se mi rukovati na kraju utakmice.

Ne možemo očekivati da drugi žele ono isto što i mi želimo. Njihove ideje su ispravne ideje za njih, te iako ih njihov put može odvesti u različitom pravcu od našeg, cilj na kraju putu je isti za sve nas. Poznato nam je da, kad želimo da se drugi „pokore našim željama“, i mi padnemo zajedno s njima.

Mi smo poput teretnih brodova, koji su isplovili prema različitim dijelovima svijeta – neki prema Africi, neki prema Kanadi, neki prema Australiji – no svi se vraćaju kući u istu luku. Zašto bismo slijedili neki brod do Kanade, ako je naša destinacija Australija? To bi značilo da ćemo kasniti u našu luku.

Da ponovimo, možda mi ne shvaćamo kakve nas sitnice vežu – iste one stvari koje želimo zadržati one su stvari koje nas drže. To može biti kuća, vrt ili komad namještaja, no čak i oni imaju pravo na svoju slobodu. Svjetovni posjedi su naposljetku prolazni i samo dovode do uznemirenosti i brige jer mi unutar sebe zapravo znamo da ćemo ih neizbježno na kraju izgubiti. Oni su tu da uživamo u njima, da im se divimo i

da ih koristimo do njihovog punog kapaciteta, a ne da im pridajemo toliko značaja da oni postanu lanci koji nas vežu.

Ako damo slobodu svima i svemu oko nas, uvidjet ćemo da smo bogatiji u ljubavi i posjedima nego ikada prije, jer ljubav koja daje slobodu velika je ljubav koja nas zbližava.

XI. poglavlje

Izlječenje.

Od drevnih je vremena čovječanstvu poznato da je Tvorac iz Svoje ljubavi prema nama postavio ljekovite biljke u polja za naše Izlječenje, jednako kao što nam je osigurao kukuruz i voće za našu prehranu.

Astrolozi, koji su izučavali zvijezde, i travari, koji su izučavali biljke, oduvijek su tražili lijekove koji će nam pomoći da održimo svoje zdravlje i radost.

Da bismo pronašli biljku koja će nam pomoći, moramo prvo pronaći cilj svojeg života, čemu težimo, te također razumjeti poteškoće na svojem putu. Mi poteškoće zovemo pogreškama ili neuspjesima, no, nemojmo se obazirati na te pogreške ili neuspjehe jer su nam upravo oni dokaz da ćemo postići veće stvari. Naše pogreške nam trebaju biti ohrabrenja jer one znače da ciljamo visoko. Moramo sami spoznati koje bitke vodimo i koje točno poteškoće želimo savladati, i onda sa zahvalnošću uzeti biljku koja nam je poslana da nam pomogne pobijediti. Trebamo prihvatiti te prekrasne biljke u poljima kao sakrament, kao Božanski dar našeg Tvorca, koji će nam pomoći u našim nevoljama.

Kod pravog izlječenja ne smijemo poklanjati pažnju bolesti, već trebamo razmotriti stanje uma i samo stanje uma. Bitno je samo ono u čemu griješimo vezano uz naš Božanski plan. Neusklađenost s naših Duhovnim Ja može proizvesti stotinu

različitih slabosti u našim tijelima (jer naša tijela zapravo samo reproduciraju stanje naših umova), no čemu nam to služi? Ako ispravimo svoje misli, tijelo će ubrzo ozdraviti. Krist nam je rekao: „Što je dakle lakše reći: ‘Tvoji su grijesi oprošteni.’ ili reći: ‘Digni se i hodaj!’?”

Da ponovimo, mora nam biti jasno da naša fizička bolest nije nikakva posljedica – to je stanje naših misli, stoga je to, i samo to, ono što je važno. Prema tome, potpuno ignorirajući bolest od koje bolujemo, samo trebamo razmotriti kojem od sljedećih tipova pripadamo.³

Ako naiđemo na neku poteškoću u odabiru svoje cvjetne esencije, može pomoći da se zapitamo koju od vrlina najviše cijenimo kod drugih ljudi, ili koju manu kod drugih ljudi ne podnosimo, jer bilo koja mana koja je još prisutna u nama i koju pokušavamo iskorijeniti upravo je ona mana koju najviše mrzimo vidjeti u drugim ljudima. To je način koji nas potiče da je iskorijenimo u nama.

Svi smo mi iscjelitelji te s ljubavlju i suosjećanjem u našoj osobnosti možemo pomoći svakome tko zaista želi zdravlje. Potražite najistaknutiji mentalni sukob kod pacijenta, dajte mu cvjetnu esenciju koja će mu pomoći da nadvlada tu određenu manu, kao i sve ohrabrenje i nadu koju možete, i tada će iscjeljujuća vrlina u njemu samostalno učiniti ostalo.

3 U svojem ranijem radu Bach je vjerovao da prvih dvanaest cvjetnih esencija predstavlja dvanaest osnovnih tipova ljudske osobnosti. To je uvjerenje kasnije, kada je završio svoj rad, promijenio. Vidi www.bachcentre.com/centre/type_remedies.php za razvoj koncepta „tipova“ u Bachovu radu.

XII. poglavlje⁴

Cvjetne esencije.

CHICORY⁵

Sputavanje – Ljubav

Jeste li jedan od onih koji žude za tim da služe svijetu: koji žude za tim da otvore obje ruke i blagoslove sve oko sebe, koji žele pomoći, utješiti i suosjećati, no iz nekog razloga vas okolnosti ili ljudi sputavaju u tome? Smatrate li da ste ograničeni samo na nekoliko ljudi, umjesto da služite mnogima, tako da su ograničene vaše mogućnosti za pružanje drugima onoliko koliko biste željeli? Jeste li došli u tu fazu da želite spoznati da je to ovako: „Ako svi ljudi računaju na tebe, no nitko pretjerano“?⁶

4 Vidi stranicu 4. Ovo cijelo poglavlje je ispušteno kada je *Oslobodi sebe* objavljena u knjizi *The Original Writings of Edward Bach (Izvorni tekstovi Edwarda Bacha, op. prev.)*.

5 Bachov opis Chicory vrlo je sličan indikacijama za Centaury (vidi 35. stranicu, ispod). U trenutku kad je otkriveno svih 38 cvjetnih esencija, 1936. godine, Bach je opisao Chicory kao snažniju osobu, koja više kontrolira druge, nego drugi nju: „Oni koji se puno brinu za potrebe drugih. Skloni su pretjeranoj brizi za djecu, rodbinu i prijatelje te uvijek traže nešto što treba ispraviti. Stalno ispravljaju ono što smatraju pogrešnim i uživaju u tome. Čeznu za time da su oni do kojih im je stalo blizu njih.“ (Ovaj i drugi opisi cvjetnih esencija dani u bilješkama u ovom poglavlju preuzeti su iz konačnog izdanja *The Twelve Healers and Other Remedies (Dvanaest iscjelitelja i ostale cvjetne esencije, op. prev.)* iz 1941. godine; vidi www.bachcentre.com/healers.)

6 Stih iz pjesme Rudyarda Kiplinga *Ako*, jedne od Bachovih najdražih

Tada je predivan plavi Chicory iz polja kukuruza taj koji će ti pomoći da stekneš slobodu – slobodu koja je toliko neophodna za sve nas da bismo mogli služiti svijetu.

MIMULUS⁷

Strah – Suosjećanje⁸

Jeste li jedan od onih koji se boje, ljudi ili okolnosti, i koji hrabro koračaju, dok im je istovremeno životu uskraćena sreća zbog straha – straha od stvari koje se nikada neće dogoditi, straha od ljudi koji zapravo nemaju nikakvu moć nad vama, straha od sutrašnjeg dana i onoga što on može donijeti, straha od bolesti ili od gubitka prijatelja, straha od usvojenih normi, straha od stotinu stvari?

Želite li se zauzeti za svoju slobodu, ali nemate hrabrosti presjeći svoje vezanosti? Ako želite, tada će vas Mimulus, koji raste uz kristalno čiste potoke, osloboditi da biste voljeli svoj život, te će vas naučiti razviti najnježniju naklonost prema drugima.

pjesama.

- 7 Konačne indikacije za Mimulus nisu se mnogo promijenile u odnosu na ovaj rani opis: „Strah od poznatih stvari, bolesti, boli, nezgode, siromaštva, mraka, samoće i nesreće. Strahovi u svakodnevnom životu. Ti ljudi tiho i potajno podnose svoje poteškoće i ne govore o tome slobodno s drugima.”
- 8 Bach je kasnije više povezoao pozitivne kvalitete suosjećanja s drugim cvjetnim esencijama. Primjerice, za Beech je napisao da nam ona pomaže „da budemo tolerantniji, popustljiviji i da imamo više razumijevanja za različite načine na koji svaki pojedinac i sve stvari rade na postizanju vlastitog konačnog savršenstva.”

AGRIMONY⁹

Nemir – Mir

Jeste li jedan od onih koji prolazi muke, čije su duše nemirne, koji ne mogu naći mir, no ipak se hrabro suočavaju sa svijetom i skrivaju svoje brige od drugih, koji se smiju i šale, te pomažu drugima oko sebe da budu veseli, dok istovremeno sami pate? Tražite li utjehu od tuge u vinu i drogama, koji vam pomažu da savladate poteškoće? Osjećate li potrebu za stimulansima u životu da biste uz njihovu pomoć mogli nastaviti dalje?

Ako je tako, prekrasna biljka Agrimony, koja raste duž naših uličica i na našim livadama, sa svojim šiljkom poput crkvenog tornja te sjemenkama poput zvona, donijet će vam mir – mir koji „nadilazi svaki razum”.¹⁰ Ova će vam biljka pomoći da nađete mir kod svih testova i poteškoća, sve dok vas više nitko ne može naljutiti.

9 Usporedite Bachove konačne indikacije za ovu cvjetnu esenciju: „Vedri, raspoloženi i šaljivi ljudi koji vole mir i koji su rastreseni zbog prepirke ili svađe, pa će se stoga biti popustljivi da bi ih izbjegli. Iako u pravilu imaju probleme zbog koji su na muci i zabrinuti u umu ili tijelu, oni skrivaju svoje brige iza svog humora i šala te ih obično smatramo vrlo dobrim prijateljima koje je vrijedno poznavati. Često u prevelikim količinama konzumiraju alkohol ili drogu da bi ih to podiglo i pomoglo im da podnesu svoje poteškoće s vedrim licem.”

10 Citat iz Biblije: vidi Filipljanima 4:7.

SCLERANTHUS¹¹

Neodlučnost – Postojanost¹²

Jeste li jedan od onih kojima je teško donijeti odluku i mišljenje kada konfliktne misli ulaze u vaš um pa je teško odlučiti što je ispravno? Stoji li neodlučnost na vašem putu i usporava li vaš napredak? Čini li vam se prvo jedna stvar ispravnom, a zatim druga?

Ako je tako, vi učite brzo djelovati u teškim okolnostima, te formirati ispravno mišljenje i biti postojani u slijeđenju istog, a mali zeleni Scleranthus iz polja kukuruza pomoći će vam u tome.

CLEMATIS¹³

Ravnodušnost – Blagost

Jeste li jedan od onih koji smatraju da život nije baš zanimljiv i koji, kad se probude, gotovo da požele da se ne

- 11 Bachov konačan opis je vrlo sličan: „Oni koji se muče zbog nemogućnosti da odluče između dviju stvari, kad im se prva stvar čini ispravnom, pa zatim druga. To su često tihi ljudi koji se sami nose sa svojim poteškoćama i nisu skloni raspravljati o tome s drugima.”
- 12 Bach je kasnije povezo pozitivnu vrlinu postojanosti u pridržavanju naših ideja s drugim esencijama, uključujući Walnut i Cerato.
- 13 Bachov konačni opis: „Oni koji su sanjivi, pospani, koji nisu u potpunosti budni i koji nemaju interes za život. Tihi ljudi, koji nisu istinski sretni u svojim sadašnjim okolnostima, koji žive više u budućnosti nego u sadašnjosti, koji žive u nadi da će doći sretniji dani, kada će se njihovi ideali možda ostvariti. Kada su bolesni, ne trude se previše da bi ozdravili ili se uopće ne trude, a u određenim slučajevima se čak i vesele smrti, jer se nadaju da će ih tamo dočekati bolja vremena ili da će tamo ponovno sresti voljenu osobu koju su izgubili.”

trebaju suočiti s još jednim danom? Smatrate li da je život jako težak i naporan te da ne nosi nimalo radosti? Smatrate li da nema smisla truditi se? Pomislite li da bi bilo dobro da jednostavno možete zaspati i da nema smisla da se trudite ozdraviti?¹⁴ Imaju li vaše oči onaj zamišljeni izgled, kao da ste odlutali negdje daleko, kao da živite u snovima? Jesu li vam snovi mnogo ljepši nego sam život? Ili su vaše misli često s nekim tko je otišao iz vašeg života? Ako se tako osjećate, tada vi učite da „...tako ustraješ kada u tebi nema ničeg više osim volje, koja ti govori - ustraj!“¹⁵ i to je vrlo velika pobjeda koju treba osvojiti.

Ta prekrasna biljka koja ukrašava naše živice – Clematis – poznata kao Radost Putnika, i njezino sjemenje koje je poput perja, uvijek žudi za tim da je otpuhnete da bi započela ponovno, i ona će vam pomoći da se vratite natrag, da se suočite sa životom i pronađete svoj posao, te će vam donijeti radost.

CENTAURY¹⁶

Slabost – Snaga

14 Bach je kasnije identificirao druge cvjetne esencije koje se mogu povezati sa stanjem koje je ovdje opisano: usporedite, primjerice, opise za Hornbeam, Olive, Wild Rose i Willow u opisima iz 1936. godine na www.bachcentre.com/healers.

15 Još jedan stih iz Kiplingove pjesme *Ako*.

16 Bachov konačni opis: „Ljubazni, tihi, nježni ljudi koji pretjerano služe drugima. Oni se preopterećuju tim služenjem. Ta njihova želja ih toliko obuzme da postanu više sluge nego dobrovoljni pomagači. Njihova dobra narav vodi do toga da naprave i više nego što je bio njihov zadatak, pa zbog toga često zapostave svoju vlastitu misiju u životu.“

Jeste li jedan od onih ljudi koje svi iskorištavaju jer zbog dobrote koju nosite u svom srcu vi ne želite nikome ništa odbiti? Popustite li često u ime mira, umjesto da učinite ono što znate da je ispravno, jer se ne želite sukobljavati? Vaši su motivi ispravni, ali se ponašate pasivno, umjesto da aktivno odabirete što ćete raditi. Oni među vama koje drugi koriste kao otirač za cipele, jako su puno udaljeni od puta na kojem drugima pomažete. Vi trebate spoznati da je potrebno biti malo pozitivniji u svom životu.

Centaury, koji raste na pašnjacima, pomoći će vam da pronađete pravoga sebe, tako da možete postati aktivan i pozitivan radnik, umjesto pasivnog posrednika.

GENTIAN¹⁷

Sumnja – Razumijevanje

Jeste li jedan od onih s visokim idealima, koji žele činiti dobro i koji se obeshrabre kada im se ambicije ne realiziraju brzo?¹⁸ Osjećate li se ushićeno kada je uspjeh na vidiku, a depresivno kada naiđete na poteškoće?

Ako je tako, mali Gentian s naših brdovitih pašnjaka pomoći će vam da zadržite čvrstoću svojeg cilja, te sretniji i

17 Bachov konačni opis: „Oni koji se lako obeshrabre. Njihovo ozdravljenje dobro napreduje ili se njihov svakodnevni život dobro odvija, no čak i najmanja odgoda ili zastoj u napretku uzrokuje kod njih sumnju, koja ih uskoro obeshrabruje.”

18 Karakteristika osobnosti vezana uz visoke ideale, ambiciju i želju da čine dobro nije uključena u konačni opis – koji je naveden u prethodnoj bilješci. U konačnoj verziji to više značajka cvjetnih esencija poput Vervain, Walnut, Elm itd.

pozitivniji stav, čak i kad se nebo zamračí. On će vam donijeti ohrabrenje u svim prilikama te spoznaju da ne postoji neuspjeh kada ste dali sve od sebe, kakav god bio ishod.

VERVAIN¹⁹

Pretjerano ushićenje – Tolerantnost²⁰

Jeste li jedan od onih koji gore od uzbuđenja, čeznu za time da postignu velike stvari, koji sve žele učiniti odjednom? Imate li problema sa strpljenjem kada provodite svoj plan jer želite rezultate čim ste započeli? Čini li vas vaš entuzijazam strogima prema drugima jer želite da oni vide stvari isto onako kako ih vi vidite, pa im pokušavate nametnuti svoja vlastita mišljenja, ili ste nestrpljivi kada vas oni ne slijede?²¹

Ako je tako, vi imate u sebi snagu da budete vođa ili učitelj ljudima. Vervain, mali svjetloljubičasti cvijet koji raste uz rubove cesta, pomoći će vam steći osobine koje su vam potrebne: ljubaznost prema drugima i tolerantnost prema

19 Bachov konačan opis: „Oni s fiksnim principima i idejama, za koje su uvjereni da su ispravni, i koje vrlo rijetko mijenjaju. Imaju veliku želju preobratiti sve oko sebe na svoje poglede na svijet. Imaju snažnu volju i mnogo hrabrosti kada snažno vjeruju u te stvari koje žele prenijeti drugima. Kada ih zahvati bolest, oni se nastavljaju boriti mnogo duže od ostalih, koji bi mnogo prije od svega odustali.”

20 Ovo je primjer toga koliko su pozitivne indikacije često klizave jer se ta ista pozitivna osobina može preokrenuti na drugu stranu u mnoga različita negativna stanja. Tolerantnost je pozitivna osobina koja je u konačnom sustavu povezana i sa cvjetnom esencijom Beech.

21 Ovaj rani opis uključuje neke indikacije koje su u konačnom sustavu više povezane s drugim cvjetnim esencijama, posebice Vine i Impatiens.

mišljenjima drugih. Pomoći će vam da spoznate da se velike stvari u životu postižu nježno i tiho, bez pritiska i stresa.

CERATO²²

Neznanje – Mudrost

Jeste li jedan od onih koji osjećaju da su mudri, da mogu biti filozofi i vođe drugim ljudima? Osjećate li u sebi snagu da druge savjetujete u njihovim poteškoćama, da umirite njihove tuge, te da im u svako doba budete pomoć u njihovim nevoljama, dok istovremeno imate nedostatak povjerenja u sebe te zbog toga to sve ne možete ispuniti? Možda previše slušate što drugi govore i obraćate previše pažnje usvojenim pravilima ponašanja u svijetu?

Shvaćate li da je to samo nedostatak povjerenja u sebe, to neznanje o svojoj vlastitoj mudrosti i znanju, koje vas vodi tome da previše slušate savjete drugih?

Cerato će vam pomoći da pronađete svoju individualnost, svoju osobnost, i pomoći će vam da, slobodni od vanjskih utjecaja, koristite taj veliki dar mudrosti koji posjedujete za dobrobit čovječanstva.

22 Bachov konačan opis naglašava da Cerato ljudi traže savjet: „Oni koji nemaju dostatno povjerenje u sebe da samostalno donesu odluku. Oni neprestano traže savjete od drugih pa ih stoga drugi često pogrešno usmjeravaju.“ U konačnom sustavu, skretanje s puta zbog tuđih ideja i mišljenja je indikacija za jednu od kasnijih cvjetnih esencija – Walnut.

IMPATIENS²³

Nestrpljivost – Opraštanje

Jeste li jedan od onih koji znaju da duboko u njihovoj osobnosti postoji tračak okrutnosti jer, kada vas izazivaju i uznemiravaju, ne možete se suzdržati a da ne napravite neku malu pakost?²⁴ Je li još ostala u vama želja da silom drugima nametnete svoj način razmišljanja?²⁵ Jeste li nestrpljivi i čini li vas to ponekad okrutnima? Postoje li u vašoj osobnosti tragovi inkvizitora?²⁶

Ako je tako, vi težite iznimnoj blagosti i opraštanju, pa će vam u tome pomoći prekrasan ružičasto-ljubičast cvijet Impatiens, koji raste duž nekih potoka u Walesu,²⁷ i koji će vam dati blagoslov da nastavite na tom putu.

23 Bachovo konačno razumijevanje ove cvjetne esencije daje veći naglasak na brzinu i strpljenje: „Oni koji su brzi u mislima i djelima, te koji sve stvari žele obaviti bez oklijevanja ili odgode. Kada su bolesni, oni su nemirni jer žele žuran oporavak. Vrlo im je teško pronaći strpljenje za ljude koji su spori jer to smatraju pogrešnim i gubitkom vremena, pa stoga pokušavaju ubrzati te ljude na bilo koji način. Često preferiraju raditi i razmišljati sami kako bi mogli sve učiniti tempom koji njima odgovara.”

24 U konačnom sustavu od 38 cvjetnih esencija, pakost i okrutnost su povezanije s esencijom Holly.

25 Korištenje sile da bi ljudi promijenili mišljenje više je značajka Vine u konačnom sustavu.

26 Stav inkvizitora u konačnom sustavu odnosi se na Holly ili Beech.

27 Bach je prvi put pronašao *Impatiens glandulifera* koja je rasla uz potoke u području Abergavenny u Walesu, 1928. godine.

ROCK ROSE²⁸

Panika – Hrabrost

Jeste li jedan od onih koji su u stanju potpunog očajaja,²⁹ u panici, osjećate da ne možete više izdržati, prestravljeni ste zbog onoga što će se desiti: smrti, samoubojstva, ludila³⁰, neke grozne bolesti ili ste u strahu jer ste suočeni s bezizlaznom materijalnom situacijom?

Ako je tako, vi učite biti hrabri usprkos svim prognozama, i borite se za svoju slobodu, pa će vam prekrasna mala žuta Rock Rose, koja raste u obilju na brdovitim pašnjacima, dati hrabrost da pobijedite.

28 Bachov konačan opis: „Lijek za spašavanje. Lijek za sve hitne slučajeve, kada se čini da nema nade, za nezgode ili iznenadne bolesti, ili za situacije u kojima se pacijent osjeća jako preplašeno ili prestravljeno, ili kada je stanje toliko ozbiljno da uzrokuje veliki strah svima koji su u blizini.“

29 Bach je kasnije spoznao da je Sweet Chesnut cvjetna esencija koja se koristi za tešku muku i očaj.

30 Ovo je još jedan dobar primjer kako su indikacije za pojedine cvjetne esencije postale fokusiranije kako je sustav rastao. Bach je 1935. godine patio od akutne upale sinusa i bojao se da će skrenuti s pameti zbog boli i teške mentalne muke. To ga je dovelo do otkrića cvjetne esencije Cherry Plum, koja je u gotovom sustavu indicirana za „strah zbog preopterećenosti uma, strah da će nas napustiti razum ili strah da ćemo učiniti užasne i strašne stvari“.

WATER VIOLET³¹

Tuga³² – Radost

Jeste li jedna od onih velikih duša, koje se hrabro i bez prigovaranja trude služiti drugim ljudima, koje podnose patnju mirno i bez pogovora, ne dopuštajući da ih tuga ometa u njihovim dnevnim zadacima? Jeste li imali prave gubitke, tužna vremena, no usprkos njima ste tiho ustrajali?³³

Ako je tako, prekrasni cvijet Water Violet, koji tako slobodno pluta na površini naših najbistrijih potoka, pomoći će vam da spoznate da ste bili pročišćeni putem svoje tuge, uzdignuti do viših ideala, da biste naučili služiti drugim ljudima, čak i u trenucima svojih nevolja. Vi učite biti potpuno samostalni u ovom svijetu, stječete veliku radost potpune slobode, pa ste savršeni za služenje čovječanstvu. Stoga, kad to sve spoznate, za vas to više nije žrtva, već velika radost pomoći u svim okolnostima. Štoviše, ta mala biljka će vam pomoći da spoznate da je sve ono što vi smatrate okrutnim i tužnim u životu, zapravo za dobrobit onih koje sažalijevate.

31 Indikacija za ovu cvjetnu esenciju znatno se promijenila do trenutka kad je Bach završio svoje istraživanje. On ju je 1936. godine opisao ovako: „Za one koji u zdravlju ili bolesti vole biti sami. Vrlo tihi ljudi, koji se kreću bez imalo buke, pričaju vrlo malo i blago. Vrlo neovisni, sposobni i samouvjereni. Gotovo da ne mare za mišljenje drugih. Oni su samotnjaci, ostave ljude same i idu svojim putem. Često su pametni i talentirani. Njihov mir i staloženost blagoslov su za sve oko njih.”

32 U gotovom je sustavu tuga obično povezana sa Star of Bethlehem.

33 Za one koji koriste kompletan sustav, zadnja rečenica također može ukazivati na Mimulus ili Oak, između ostalih.

Svi možemo biti hrabri i održati srce jakim jer nas je On postavio u ovaj svijet s velikim razlogom.

On želi da znamo da smo mi Njegova djeca, da spoznamo svoje Božansko u nama, da budemo savršeni, da budemo zdravi i sretni. On želi da znamo da kroz Njegovu ljubav možemo postići sve stvari, i da zapamtimo sljedeće: samo kada zaboravimo na sve to, patit ćemo i biti nesretni. On želi da život svakog od nas bude ispunjen radošću i zdravljem te da s ljubavlju služimo, jer nam je Krist rekao:

„Moj jaram je lagan, Moj teret je svjetlo.“

Te se cvjetne esencije mogu nabaviti u svim bolje opskrbljenim homeopatskim ljekarnama u Londonu, no svi oni koji to žele mogu ih pripremiti i samostalno, prema uputama u nastavku.

Uzmite zdjelu od tankog stakla, napunite je čistom vodom iz potoka ili izvora, po želji, i stavite da u njoj pluta dovoljno cvjetova pojedine biljke da potpuno pokriju površinu vode. Pustite da stoji na blještavom sunčevom sjaju dok cvijeće ne počne venuti. Vrlo nježno izvadite cvijeće, izlijte vodu u boce i dodajte jednaku količinu brendija radi konzervansa.

Samo je jedna jedina kap toga dovoljna da pripremite potenciranu bocu od osam unci³⁴, iz koje se mogu uzimati doze sa čajnom žličicom, po potrebi.

34 8 uk fl oz = 227.30 mL, op. prev.

Pacijent može uzimati te doze kada osjeća potrebu: svakih sat vremena u akutnim slučajevima, ili tri do četiri puta dnevno u kroničnim slučajevima, dok ne nastupi olakšanje, kada ih može prestati uzimati.

I uvijek zahvaljujmo Bogu Koji je iz ljubavi prema nama postavio ljekovite biljke u polja za naše izlječenje.