

Manual Básico de Florais de Bach

Introdução

Apresento este manual básico por se tratar de um material educativo. Qualquer pessoa leiga no assunto certamente terá uma boa visão do mesmo após a leitura deste material. Os florais são um poderoso elemento de ajuda, tem a vantagem de não ter nenhum tipo de contra indicação e de serem passíveis de auto medicação sem restrições, mas só recomendo no caso de pessoas que possuam autoconhecimento.

Florais de Bach

Recomenda-se aos pacientes:

- Atividades físicas regulares.
- Relaxar alguns minutos todo dia.
- Mudar os hábitos alimentares.
- Evitar bebidas gasosas , chocolate , café.

Para o terapeuta:

- Não se restringir a florais quando o remédio alopático for necessário.
- Colher a história patológica pregressa do paciente.
- Acompanhar a evolução dos casos que você receitar.
- Prestar atenção na relação postura física/relato do paciente.
- Diferenciar o que é crônico , emergente e circunstancial no paciente.

Os doze primeiros Florais descobertos através da psicometria do Dr. Bach:

IMPATIENS / MIMULUS / CLEMATIS
AGRIMONY / CHICORY / VERVAIN
CENTAURY / CERATO / SCLERANTUS
WATER VIOLET / GENTIAN / ROCK ROSE

Os florais corrigem o equilíbrio emocional no campo energético. Tiveram seu efeito reconhecido em 1976. Para o Dr. Bach o importante era tratar a personalidade da pessoa e não a doença. A doença é o resultado do conflito da alma e da personalidade ("O sofrimento é mensageiro de uma lição, a alma manda a doença para nos corrigir, nos botar no caminho de novo. O mal nada mais é do que o bem fora do lugar.").

A origem das sete doenças é proveniente de sete defeitos do homem:

- 1º : Orgulho
- 2º : Crueldade
- 3º : Ódio
- 4º : Egoísmo
- 5º : Ignorância
- 6º : Instabilidade Mental
- 7º : Cobiça, Gula

São sete os caminhos do equilíbrio (liberdade):

- 1º : Paz
- 2º : Esperança
- 3º : Alegria
- 4º : Fé
- 5º : Certeza

6º : Sabedoria

7º : Amor

Seu conceito de saúde é: Harmonia, integração, individualidade e integridade.

O importante é ser livre, jogar muita coisa para o alto e fazer o que a nossa alma quer.

Ele dividiu os florais em sete categorias:

1ª : Para os que tem medo:

ROCK ROSE / MIMULUS / CHERRY PLUM
ASPEN / RED CHESTNUT

2ª : Para indecisão:

CERATO / SCLERANTUS / GENSIAN
GORSE / HORN BEAN / WILD OAT

3ª : Para falta de interesse pelas circunstâncias atuais:

CLEMATIS / HONEY SUCKLE / WILD ROSE
WHITE CHESTNUT / OLIVE / MUSTARD
CHESTNUT BUD

4ª : Para solidão:

WATER VIOLET / IMPATIENS / HEATHER

5ª : Para sensibilidade excessiva a influências e opiniões alheias:

AGRIMONY / CENTAURY
WALNUT / HOLLY

6ª : Para os que estão desesperados e abatidos:

LARCH / PINE / ELM
SWEET CHESTNUT / STAR OF BETHLEHEN
WILLOW / OAK / CRABB APPLE

7ª : Para os que tem preocupação excessiva com o bem estar dos outros:

CHICORY / VERVAIN / VINE
BEECH / ROCK WATER

OS 38 FLORAIS:

AGRIMONY - É o anseolítico do sistema Bach. Indicado para ansiedade, serve para obesidade e alcoolismo, medos físicos, medo de estar só, neurose da ansiedade, síndrome do pânico, pessoas que se preocupam muito com antecedência. Sempre fará emergir algo durante e depois do tratamento. É muito necessário acompanhar o tratamento, pois provavelmente será necessário o tratamento com outro floral.

ASPEN - Para medos ligados ao esoterismo, medos associados a religião e medo de dormir.

BEECH - Para pessoas intolerantes, críticas e arrogantes, que consideram os outros estúpidos e ignorantes, perfeccionistas. Ele ajuda a adotar uma postura mais compreensiva e tolerante.

CENTAURY - Para pessoas que são usadas, submissas e servis, "capachos", para pessoas que não conseguem dizer não. Por trás do CENTAURY normalmente há um LARCH (insegurança).

CERATO - Para pessoas indecisas que buscam opinião dos outros para tudo, que sempre pedem conselho e não tem confiança para tomar suas próprias decisões.

CHERRY PLUM - Para pessoas que tem impulso de fazer coisas horríveis. Indicado sempre que há falta de controle emocional , neurose obsessiva.

CHESTNUT BUD - Próprio para ajudar os que não aprendem as lições da vida, cometem sempre os mesmos erros. Ajuda a observar mais as experiências. Ótimo para fase de estudo, facilita o aprendizado. Indicado para a síndrome de Dawn.

CHICORY - Para os egoístas e possessivos, os que sempre querem agradar os outros pelo reconhecimento. Tipo material, superprotetor, que se sente rejeitado, incompreendido, fica magoado e ofendido quando as pessoas não reconhecem o que eles fazem de bom. Ajuda a amar e aconselhar sem exigir em troca amor e atenção.

CLEMATIS - Para personalidades "voadoras", sempre sonhadoras, sempre no mundo da lua, tem sono à tarde, não tem interesse pelas coisas atuais, dispersivas, pessoas que escutam sem ouvir, olham sem ver. Costumam ter problemas de visão e audição. É muito bem associado ao CHESTNUT BUD. Traz a pessoa à realidade.

CRABB APPLE - É o antibiótico do sistema, é o remédio da limpeza, tanto física quanto psicológica, para pessoas que se sentem culpadas, sujas, para problemas com a pele, aversão e desgosto de si próprio. Indicado para processos infecciosos, hábitos perniciosos, aversão a contatos físicos, idéias fixas. Limpa a mente. É o depurador para a mente e o corpo.

ELM- Para pessoas assoberbadas de responsabilidade, que sentem que carregam um fardo sobre os ombros, que se sentem pressionados pelo trabalho e compromissos. Indicado para dores físicas. É o analgésico do sistema.

GENTIAN - Para depressão com causa conhecida. Dá coragem, anima. O lema é : "Eu serei bem sucedido".

GORSE - Para os desesperados, pacientes com doença terminal. Faz a pessoa ter uma nova visão, para os que perdem a esperança por completo, casos graves, doenças em que nada dá resultado.

HEATHER - É o floral dos tagarelas, que trazem todo o assunto das conversas para elas. Para pessoas que ficam cutucando as outras, centradas em si mesmas.

HOLLY - Para qualquer tipo de estado negativo, ódio, desprezo, egoísmo, frustração, temperamentos violentos, vingativos. É usado para sentimentos explosivos que causam revolta. É o antídoto do ódio. Para quem tem raiva da vida. É a flor da amor. Para o ciúme.

HONEYSUCKLE - Para pessoas que vivem no passado, ficam presas no passado, serve para trazer as pessoas para o presente. Serve para viúvos, pessoas que moram no exterior e ficam com saudade, pessoas que perdem entes queridos e ficam presas a lembranças. É indicado para ajudar órfãos, pessoas mais velhas que vivem sozinhas. É floral das lembranças.

HORNBEAN - Para cansaço físico, mental, para pessoas que sentem que todo dia é 2ª feira de manhã. Dá força emocional. Para pessoas preguiçosas, sem força e energia.

IMPATIENS - Para pessoas irritadiças nervosas, que gostam de trabalhar sozinhas. Consideram todos com o pensar mais lento. Ótimo para inquietude e tensão mental.

LARCH - Dá autoconfiança, para timidez, insegurança, pessoas que não acreditam em si. Ajuda a mergulhar na vida, adquirir confiança. É o remédio da impotência masculina.

MIMULUS- Florais para o medo com causas conhecidas. Ótimo para timidez e pessoas retraídas, dá coragem as pessoas, é indicado para fobias, sensibilidade ao que é novo, para sexualidade reprimida.

MUSTARD - Para depressões cíclicas sem razão aparente. É muito pouco usado.

OAK - Para quem ignora os sinais de dor, trabalha demais e esconde o cansaço, luta até o fim, para pessoas que só ficam doentes sábado e domingo, para colapso de vitalidade. Mais usado como complemento de outro.

OLIVE - Para esgotamento físico e mental de quem está em recuperação de acidente, ou pessoas esgotadas. Para pessoas que se sentem exaustas e em total fadiga. Ótimo para reabastecer essa energia perdida.

PINE - Para sentimento de culpa, auto condenação, pessoas que se culpam por tudo, que trazem nos ombros a culpa do mundo, remorso, pessoas que se responsabilizam pelos outros.

RED CHESTNUT - Para medos desproporcionais, para pessoas que se preocupam demais com os outros, mães que não dormem quando o filho sai, ajuda a pessoa a devolver a devida proporção a preocupação.

ROCK ROSE - É o remédio do pânico, para pessoas que sentem extremo temor, para acidentes, enfermidades repentinas, risco de suicídio, para pessoas com um contato muito íntimo com o mal.

ROCK WATER - Para pessoas rígidas, que acham que todos devem segui-las, severas, reprimidas, ávidas de perfeição, indicado para pessoas com uma auto disciplina muito grande.

SCLERANTHUS - Para pessoas indecisas entre duas possibilidades (viajo ou fico?, vou ou não vou?, uma mulher ou outra), para instabilidade de humor, também indicado para enjôo.

STAR OF BETHLEHEM - É o floral da perda, de choques, traumas, para quem se separa de entes queridos, traumas causados por acidente. Neutraliza os efeitos de qualquer choque. Conforta as dores e as perdas.

SWEET CHESTNUT - Para angústia, tristeza profunda, aperto no peito, pessoas que acham a angústia insuportável. É "A noite escura da alma".

VERVAIN- Para idealistas, dominadores, autoritários, fanáticos, sensíveis a injustiça, defendem os fracos e oprimidos. Caracteriza os mártires por alguma situação.

VINE - Para líderes, dominadores, inflexíveis, ditatoriais, sado-masoquistas, pessoas que visando o fim usam qualquer meio, pessoas cruéis. Indicado para estabilizar pressão alta. Também indicado para pais que dominam o lar com mão de ferro.

WALNUT - É o remédio para mudanças, puberdade, menopausa, casar ou separar, ciclo menstrual, para pessoas que querem se livrar de influência, para quem quer mudar, mas fica preso, é quando chega o momento de dar grandes passos adiante, sensíveis a influências externas. Indicado para estados de transição, mudanças e hábitos arraigados.

WATER VIOLET - Para pessoas orgulhosas e indiferentes, pessoas que gostam de ser solitárias, independentes, seguras de si, sentem dores em silêncio. Ele ajuda a ser mais perceptível. É o remédio do orgulho.

WHITE CHESTNUT - Para pensamentos indesejosos, que não conseguem parar de pensar em algo, é o floral do "disco arranhado", para diálogo interno torturante, idéias fixas. Bom para neurose obsessiva.

WILD OAT - Para pessoas insatisfeitas entre a vontade e a realização, que está sempre perdida. É o remédio das almas perdidas. Bom para concursos e vestibulares. É o remédio para criar raízes.

WILD ROSE - Para pessoas resignadas e apáticas, totalmente na apatia, "É o meu carma", "É o meu destino", conformadas com as situações. É muito útil na apatia, na aposentadoria.

WILLOW - Para o ressentimento, para pessoas amarguradas e rancorosas, para os que se acham injustiçados, para os egocêntricos com pena de si mesmos.

RESCUE - Para emergências (ROCK ROSE , IMPATIENS, STAR OF BETHLEHEN, CHERRY PLUM e CRABB APPLE).

Farmacotécnica dos Florais de Bach

Estágios:

- tintura mãe.
- frasco estoque (kit)
- frasco de uso

Preparação:

- método solar - flores que florescem na primavera e verão.
- método de fervura - brotos de árvores, arbustos, plantas e flores.

Colheita das flores:

- checar com a ilustração botânica
- colher cerca de 8 horas da manhã
- flores de várias árvores do mesmo tipo
- usar uma folha para colher a flor.

Preparação da tintura mãe:

1 - Método solar: colocar um recipiente com as flores, encher de água da fonte até cobri-las e deixar o sol incidir direto sobre as flores durante 3 horas. O dia tem que estar totalmente claro, sem nenhuma nuvem, pois o sol não pode ser coberto nem por um momento.

2 - Método da fervura: colocar um tacho ou panela (inox) com as flores dentro, cobrir com água da fonte, ferver por 30 minutos, apagar o fogo e deixar esfriar. Em ambos os casos, após seus procedimentos a água é coada e colocada numa garrafa cheia até a metade de brandy.

Método solar : OAK, GORSE, WHITE CHESTNUT, WATER VIOLET, MIMULUS, AGRIMONY, ROCK ROSE, CENTAURY, SCHLERANTHUS, WILD OAT, IMPATIENS, CHICORY, VERVAIN, CLEMATIS, HEATHER, CERATO, GENSIAN, OLIVE, VINE, ROCK WATER.

Método de fervura: CHERRY PLUM, ELM, ASPEN, BEECH, CHESTNUT BUD, HORN BEAN, LARCH, WALNUT, STAR OF BETHLEHEN, HOLLY, CRABB APPLE, WILLOW, PINE, MUSTARD, RED CHESTNUT, HONEY SUCKLE, SWEET CHESTNUT, WILD ROSE.

Preparação do frasco de estoque (kit) :

Coloca-se duas gotas da tintura mãe num vidro de 30 ml cheio de brandy.

Preparação do frasco de uso:

Esteriliza-se o frasco de 30 ml fervendo-o por 30 minutos , em local escuro e com conta-gotas coloca-se brandy até 30% do frasco (no caso de alcoólatras vinagre de maçã ou álcool de cereais (20%), vira-se o frasco, sacode-o e coloca-se 2 gotas de cada floral (no máximo 6 (seis) no frasco, depois sacode-se o frasco e completa-se o resto com água mineral sem gás. Depois, com o vidro pronto, datar, colocar a validade (30 dias), o nome do paciente e os florais contidos.

ex: 22/jan/92

valid: 30dias

Leonardo A. F.

MIMULUS , OAK

OBS: Quanto menos florais melhor podemos avaliar o paciente. Preservar o kit na geladeira. Antes de tomar, dar umas sacudidas.

Preparação do RESCUE REMEDY:

Frasco de estoque (kit): colocar 2 gotas de cada floral componente do RESCUE.

Frasco de uso: colocar 4 gotas do RESCUE REMEDY do kit.

Em caso de emergência: colocar um copo cheio de água (se possível mineral) com 3 gotas do

RESCUE (do kit) e fazer o paciente tomar em goles pequenos em intervalos regulares (15 em 15 minutos, depois 30 em 30 minutos até acalmá-lo). Se o paciente estiver inconsciente molhar a boca, o pulso e atrás da orelha. Em caso de receitá-lo normalmente, o paciente deve tomá-lo 4 vezes por dia e 4 gotas. Pode ser usado em compressas para contusões - frias ou quentes.

Pomada de Bach:

- Em 30 g de base de vaselina colocar 4 gotas de RESCUE + 2 gotas de CRABB APPLE, mexer com uma espátula , nunca com a mão.

Creme de Bach:

- Mesmo procedimento da pomada , só que numa base neutra e hidrófila (30 g). Indicado para mordidas, ferroadas, queimaduras, assaduras, distensões, brotoejas, pancadas, alergias da pele (causadas por contato externo) e ferimentos.

Banhos:

- Colocar 8 gotas de RESCUE e 8 gotas de CRABB APPLE numa banheira pequena.
-

Fórmula de Exame:

- CLEMATIS, ELM GENTIAN ,LARCH WHITE CHESTNUT.

Dá segurança e coragem aos que tem que falar em público, artistas, quem tem que fazer provas, vestibulares, andar de avião, etc Para ansiedade, angústia temor ao fracasso e insegurança. Em geral toma-se 3 dias dias antes dependendo da aflição.

Fórmula de Aprendizagem:

- RESCUE REMEDY, CRABB APPLE CHESTNUT BUD

Para altismo, síndrome de Dawn e transtornos de aprendizagem.

Fórmula de Amplificação de Consciência:

- CRABB APPLE, WALNUT CHESTNUT BUD

Para ampliar horizontes, clarear, sair de crises existenciais.

Fórmula Combinada ara Plantas

- RESCUE REMEDY, HORN BEAN, OLIVE, VINE

Em caso de mudança de lugar ou vaso acrescentar WALNUT. Diluir em 1 litro de água (o frasco de 30 ml) e borrifar nas folhas.

Informar ao Paciente:

- Tomar 4 gotas 4 vezes ao dia: assim que acordar, antes do almoço antes do jantar e a última coisa antes de dormir.
- Nunca aumentar o número de gotas, se necessário, aumentar o número de tomadas.
- Não misturar com bebida alcoólica.
- Não tomar perto de escovar os dentes.
- Pingar em baixo da língua , reter na boca um pouco antes de engolir.
- Não deixar a pipeta encostar na língua.
- Não deixar o frasco de uso na claridade no calor, perto de perfumes ou medicamentos.

O Tratamento

- Os florais não tem contra indicação, não causam overdose ou efeitos colaterais.
- Podem ser receitados até para bebês, sendo dissolvidos numa colherinha de água ou na mamadeira (mesma dosagem). É o mesmo procedimento usado para animais.
- Em bebês colocar 2 florais , no máximo 3.
- A duração do tratamento varia com cada caso, se for emergente é rápido, se for crônico é a longo prazo e se for circunstancial depende dos acontecimentos.
- Manter o mesmo remédio pelo menos por 2 meses.
- Aconselhar o paciente a ler sobre florais, para melhor se conscientizar do tratamento.
- Depois de um tratamento, é muito difícil voltar o mesmo problema.
- Com o tempo, o terapeuta vai tirando e acrescentando florais.
- Após o tratamento (em geral de 5 a 8 meses) a pessoa pode parar e só tomar florais em condições especiais.

- O tratamento é feito pela personalidade da pessoa (básico) + complementares.
- Se em 2 meses o tratamento não der resultado ou os florais estão mal receitados ou o paciente tem um problema orgânico.
- O tratamento é feito pelo estado de ânimo do paciente.
- A doença do corpo se relaciona com o declínio da saúde psicológica.
- A terapia infantil é excelente pois você evita que ela forme camadas de defesa no inconsciente.
- O tratamento devolve a medida certa aos sentimentos.

Diagnóstico Diferencial:

- CERATO X SCLERANTHUS - Ambos para indecisão. O CERATO é quando ele busca na indecisão a palavra de uma outra pessoa, o SCLERANTHUS é quando está indeciso entre 2 possibilidades e ele resolve pela sua própria opinião.

- HORNBEAN X OLIVE - Ambos para cansaço físico e mental.

HORNBEAN é para preguiça, sensação constante de "2ª feira de manhã", sempre desmotivado. O OLIVE é quando o paciente já passou por situações esgotantes (recuperação de enfermidades, problemas contínuos, etc ...).

- ELM X OAK - Ambos para pessoas desesperadas e abatidas. O ELM é para uma sensação momentânea de incapacidade, sobrecarga de responsabilidade, "não posso ficar doente", para dores físicas, surtos psicóticos, OAK é momentânea perda de vitalidade, mas a pessoa continua lutando, só fica doente sábados e domingos, "não tem limites".

- GENTIAN X MUSTARD - GENTIAN é para depressões com causa conhecida, e MUSTARD é sem causa conhecida, é uma "nuvem negra" que paira sobre a pessoa.

- MIMULUS X ASPEN - Medos com causa conhecida (MIMULUS) e medos sobrenaturais (fantasmas, bruxas, macumba, etc ...)(ASPEN).

- CLEMATIS X HONEYSUCKLE - CLEMATIS é para pessoas que vivem no futuro, e HONEYSUCKLE é para pessoas que não conseguem se livrar do passado, os dois florais trazem os pacientes para a realidade.

O Dr. Bach costumava dizer: "Nunca se canse em excesso, nunca tome friagem e nunca fique com fome." . Essas são condições que afetam o sistema psíquico especialmente nas pessoas sob tratamento. Caso o tratamento não dê resultado em 2 meses (pelo menos uma melhora), ou caso você desconfie que o paciente tem algum problema orgânico você deve mandar ele fazer o exame do cabelo - Dr. Helion Pova (Rua Martins Ferreira nº 80).

Os 38 florais de BACH e suas características principais:

- AGRIMONY - Anseolítico do sistema BACH.
- ASPEN - Medos desconhecidos.
- BEECH - Críticos; intolerantes.
- CENTAURY - Servilismo; submissão.
- CERATO - Indecisos buscando opiniões alheias.
- CHERRY PLUM - Medo de perder o controle; desespero.
- CHESTNUT BUD - Tendência a repetir erros anteriores; facilita o aprendizado.
- CHICORY - Egoísmo; possessividade.
- CLEMATIS - Desinteresse pelo presente; sonhadoras.

- CRABB APPLE - Depurativo da mente e do corpo; antibiótico do sistema BACH.
- ELM - Assoberbado pelas responsabilidades; desânimo; exaustão.
- GENTIAN - Depressão com causa conhecida; desinteresse; falta de coragem.
- GORSE - Desesperança; desespero; pessimismo.
- HEATHER - Egocêntricos; maus ouvintes; "tagarelas".
- HOLLY - Ciúme; ódio; frustração; inveja; "flor do amor" .
- HONEYSUCKLE - Persistência em viver no passado.
- HORNBEAN - Cansaço; sensação de "segunda - feira de manhã".
- IMPATIENS - Impaciência; tensão mental; irritabilidade.
- LARCH - Falta de confiança; insegurança.
- MIMULUS - Medos cotidianos; fobias; timidez.
- MUSTARD - Depressão cíclica sem causa conhecida.
- OAK - Sentimento momentâneo de incapacidade; obstinação ; trabalha demais e esconde o cansaço.
- OLIVE - Esgotamento físico e mental.
- PINE - Sentimento de culpa; autocondenação.
- RED CHESTNUT - Medo e preocupação excessiva pelo estado dos outros.
- ROCK ROSE - Pânico; medo súbito; temor.
- ROCK WATER - Auto-repressão; autonegação; automartírio.
- SCLERANTHUS - Indecisos entre duas possibilidades; inconstância.
- STAR OF BETHLEHEM - Perdas; choques sustos traumas.
- SWEET CHESTNUT - Angústia.
- VERVAIN - Tensão; fanatismo; incapacidade de relaxar.
- VINE - Dominadoras; autoritários; ditatoriais inflexíveis.
- WALNUT - Mudanças em geral; rompimento de laços; transições.
- WATER VIOLET - Orgulhosos; solitários; indiferentes.
- WHITE CHESTNUT - Pensamentos torturantes, persistentes e indesejáveis.
- WILD OAT - Insatisfação entre a vontade e a realização; vocação duvidosa, ambições não cumpridas; indefinições quanto a carreira; falta de objetivo.
- WILD ROSE - Apatia; resignação.
- WILLOW - Ressentimento; rancor autocompaixão; amargura.
- RESCUE REMEDY - (STAR OF BETHLEHEM + ROCK ROSE + IMPATIENS + CHERRY PLUM + CLEMATIS) - Composto utilizado em casos de emergência.

Os Florais e Astrologia :

Os astrólogos baseiam-se no estudo do mapa astral para prescrever os remédios florais. O astrólogo Peter Damian reconhece as características dos doze signos astrológicos idênticos aos "doze remédios de Bach". Para isso, relacionou um floral para cada signo. Sendo :

Áries IMPATIENS
 Touro - GENTIAN
 Gêmeos - CERATO
 Câncer - CLEMATIS
 Leão - VERVAIN
 Virgem - CENTAURY
 Libra - SCLERANTHUS
 Escorpião - CHICORY
 Sagitário - AGRIMONY
 Capricórnio - MIMULUS
 Aquário - WATER VIOLET
 Peixes - ROCK ROSE

A prescrição dos florais pela astrologia requer conhecimento do assunto para que através da interpretação do mapa astrológico, obtenha-se o floral adequado. O uso dos florais pela astrologia não resume-se apenas em conhecer o floral do signo, envolve toda a posição dos astros existentes no mapa. O Dr. Bach descreveu alguns dos remédios com uma história, cada

personagem representando um remédio diferente e ilustrando o lado positivo da natureza, bem como a perspectiva negativa característica. Ele a chamou de:

"A História dos Viajantes" :

"Era uma vez - é sempre era uma vez - dezesseis viajantes que saíram para uma excursão através de uma floresta. A princípio, todos iam bem: porém depois de ter caminhado durante algum tempo, um dos integrantes do grupo, de nome AGRIMONY, começou a se preocupar quanto a estarem eles no caminho certo ou não. Depois, já de tarde, tendo mergulhado ainda mais na escuridão, MIMULUS começou a ter medo de que tivessem perdido a trilha. Quando o sol se pôs e as sombras aumentaram e os ruídos noturnos da floresta começavam a fazer-se ouvir, ROCK ROSE ficou apavorado e em estado de pânico. No meio da noite, quando tudo eram trevas, GORSE perdeu toda esperança e disse :

- "Não seguirei além daqui; continuem vocês ficarei aqui de modo como estou, até que a morte alivie meus sofrimentos".

OAK, por outro lado, embora sentindo que todos estavam perdidos e que nunca veriam novamente a luz do sol, disse:

- "Continuarei lutando até o fim", e o fez, de modo corajoso. SCLERANTHUS tinha alguma esperança, mas às vezes sofria de incerteza e de indecisão, espeando primeiro seguir uma trilha e quase ao mesmo tempo, outra.

CLEMATIS continuava a caminhar com dificuldade, quieta e pacientemente mas - OH ! - bem pouco preocupado no que diz respeito a dar ou não ali o último suspiro ou sair da floresta.

GENTIAN algumas vezes animava bastante o grupo , porém outras vezes caía em estado de desânimo e depressão. Outros excursionistas nunca tinham medo, a não ser de que seus companheiros desistissem da excursão e, a seu modo, queriam muito ajudá-los.

HEATHER tinha muita certeza de conhecer o caminho, e queria que todos os companheiros e seguissem.

CHICORY não se preocupava com o fim da excursão, porém demonstrava muita preocupação no que diz respeito a estarem ou não seus companheiros com dor nos pés, cansados ou com suprimentos suficientes para se alimentar.

CERATO não tinha confiança em suas opiniões, e queria tentar todos os caminhos para se certificar de que o grupo não estava errado, e o pequeno e dócil

CENTAURY queria tanto tornar mais leve o fardo dos outros que estava pronto para carregar os apetrechos de todos. Infelizmente , para o pequeno CENTAURY, ele carregava o fardo dos mais aptos a fazê-lo, pois eles eram considerados os mais fortes.

ROCK WATER, todo ansioso para ajudar, desapontava um pouco o grupo porque criticava o que eles estavam fazendo de errado e, no entanto, ROCK WATER sabia o caminho.

VERVAIN também devia conhecer suficientemente o caminho, mas, embora estivesse um pouco confuso, fazia um discurso detalhado sobre qual seria a única trilha que os levaria para fora da floresta.

IMPATIENS, outrossim, conhecia bem o caminho da casa, tão bem que estava impaciente com os que eram menos rápidos que ele.

WATER VIOLET percorrera anteriormente aquele caminho, e sabia a trilha certa, no entanto, era um pouco orgulhoso e arrogante, o que os outros não entendiam.

WATER VIOLET julgava-os um tanto inferiores. Ao cabo, todos foram ao fim da floresta. Agora , eles atuam como guias para os outros excursionistas, que não fizeram a excursão antes e, devido ao fato de saberem que há um caminho que leva até o final, e devido ao fato de saberem que a escuridão da floresta não é outra coisa que as sombras da noite, eles andam como "cavalheiros indômitos", e cada um dos dezesseis excursionistas ensina a seu próprio modo a lição, dando o exemplo:

AGRIMONY dá largas passadas, sem nenhuma preocupação, e faz troça de tudo.

MIMULUS não sabe o que é medo;

ROCK ROSE, nos momentos mais difíceis, é a própria imagem da calma, da coragem serena,

GORSE, na noite mais negra, fala-lhes a cerca das etapas que serão vencidas quando o sol surgir pela manhã.

OAK mantém-se imperturbável durante o mais forte vendaval,

SCLERANTHUS caminha com inabalável convicção; os olhos de

CLEMATIS estão postos com alegria no fim da viagem; nenhuma dificuldade, nenhum contratempo podem desanimar GENTIAN.

HEATHER aprendeu que cada viajante deve seguir o próprio caminho, e silenciosamente vai à frente, a passadas largas para mostrar que isso pode ser feito.

CHICORY sempre esperando ajudar, porém apenas quando solicitado, continua tranquilo.

CERATO conhece muito bem as pequenas trilhas que não levam a parte alguma, e

CENTAURY sempre busca as pessoas que são mais fracas, que julgam pesado o fardo que carregam.

ROCK WATER não sabe mais incriminar ninguém, passa o tempo todo encorajando os demais.

VERVAIN não prega mais coisa alguma, porém silenciosamente aponta o caminho.

IMPATIENS não sabe mais o que é pressa, mas se atrasa entre os retardatários para manter o passo.

WATER VIOLET, mais como um anjo do que como um homem, passa em meio ao grupo como um sopro de vento ou como um raio glorioso de sol, abençoando a todos."

Edward Bach, 1934