

БАРБАРА МАЦАРЕЛА

**ЗДРАВИ И
ЩАСТЛИВИ
ДЕЦА**

ЧРЕЗ ТЕРАПИЯТА НА Д-Р БАХ С ЦВЕТОВЕТЕ НА РАСТЕНИЯТА

Преводът е направен по изданието:
Barbara Mazzarella
FIORI DI BACH PER I BAMBINI

© Xenia Edizioni, Via Dell' Annunciata 31, Milano, Italy 1994, 2002

© Габриела де Лука, превод, 2003 © Издателство "Изток-Запад"TM, 2003

Превод от италиански *Габриела де Лука*

Редактор *Любомир Кюмюрджиев*

ISBN 954-8945-73-8

Посвеждавам тази книга на моя син Томазо, защото е уникален и е най-доброто дете, което може да се пожелае...

... и на всички майки, надявайки се вече да са осъзнали, че "всяко" дете в своята уникалност е...

... най-доброто дете на света!

Съдържание

ПРЕДГОВОР НА АВТОРКАТА КЪМ БЪЛГАРСКОТО ИЗДАНИЕ.....	3
ВМЕСТО ПРЕДГОВОР.....	3
ВЪВЕДЕНИЕ.....	5
1. AGRIMONY (КАМШИК).....	11
2. ASPEN (ТРЕПЕТЛИКА).....	13
3. BEECH (БУК).....	17
4. CENTAURY (ЧЕРВЕН КАНТАРИОН).....	18
5. CERATO (ЗЪБНА ТРЕВА).....	20
6. CHERRY PLUM (ДИВА ДЖАНКА).....	21
7. CHESTNUT BUD (ПЪПКА ОТ БЯЛ КОНСКИ КЕСТЕН).....	22
8. CHICORY (ЦИКОРИЯ).....	24
9. CLEMATIS (ПОВЕТ).....	26
10. CRAB APPLE (КИСЕЛИЦА).....	27
11. ELM (БРЯСТ).....	28
12. GENTIAN (ТИНТЯВА).....	29
13. GORSE (ПРЕЩИП).....	30
14. HEATHER (КАЛУНА).....	32
15. HOLLY (ДЖЕЛ).....	33
16. HONEYSUCLE (ОРЛОВ НОКЪТ).....	34
17. HORNBEAM (ОБИКНОВЕН ГАБЪР).....	35
18. IMPATIENS (СЛАБОНОГА).....	36
19. LARCH (ЛИСТВЕНИЦА).....	37
20. MIMULUS (МИМУЛУС).....	39
21. MUSTARD (ПОЛСКИ СИНАП).....	40
22. OAK (ДЪБ).....	41
23. OLIVE (МАСЛИНА).....	42
24. PINE (БЯЛ БОР).....	43
25. RED CHESTNUT (ЧЕРВЕН КЕСТЕН).....	45
26. ROCK ROSE (СКАЛНА РОЗА).....	46
27. ROCK WATER (СКАЛНА ВОДА).....	47
28. SCLERANTHUS (ЕДНОГОДИШНА ХРУЩЯЛКА).....	48
29. STAR OF BETHLEHEM (ВИТЛЕЕМСКА ЗВЕЗДА).....	49
30. SWEET CHESTNUT (СЛАДЪК КЕСТЕН).....	50
31. VERVAIN (ВЪРБИНКА).....	51
32. VINE (ЛОЗА).....	52
33. WALNUT (ОРЕХ).....	54
34. WATER VIOLET (ВОДНА ТЕМЕНУГА).....	55
35. WHITE CHESTNUT (БЯЛ КОНСКИ КЕСТЕН).....	56
36. WILD OAT (ДИВ ОВЕС).....	58
37. WILD ROSE (ШИПКА).....	59
38. WILLOW (ПЛАЧЕЩА ВЪРБА).....	60
ОБРЪЩЕНИЕ КЪМ МАЙКИТЕ.....	62
ПОЛЕЗНИ СЪВЕТИ И ВИЗУАЛИЗАЦИИ.....	62
ПОМОЩ! ДЕТЕТО МИ НЕ ЯДЕ!!!.....	63
ПОМОЩ! ДЕТЕТО МИ ИМА ПЕТНО!.....	64
ПОМОЩ! ДЕТЕТО МИ НЕ СПИ!.....	64
ТВОРЧЕСКА ВИЗУАЛИЗАЦИЯ ЗА ОТПУСКАНЕ.....	65
ХИЛЯДИ ВЪЗМОЖНОСТИ ЗА ЦВЕТОВЕТЕ НА БАХ.....	67
КРАТЪК ОБЗОР.....	69
КОИ ЦВЕТОВЕ СЕ ПРИЛАГАТ В УЧИЛИЩЕТО?.....	69
ВЗАИМООТНОШЕНИЯТА С ДРУГИТЕ.....	69
В СЕМЕЙСТВОТО.....	70
ОТТУК-ОТТАМ.....	70
ДА ОПИТАМЕ ДА ПОСТАВИМ ДИАГНОЗА -ДА ОПИТАМЕ ДА ПРОВЕДЕМ ТЕРАПИЯ.....	72
НЯКОЛКО „СЛУЧАЯ“.....	75
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	77
ЧЕТИРИ ПИСМА НА ДЕЦА.....	77
ПИСМО ДО МОЯТА УЧИТЕЛКА (ЕДНО ДЕТЕ ПИШЕ... С ЕЗИКА НА ДЕТЕ).....	77
ЗНАЕШ ЛИ ЗАЩО СЪМ ЯДОСАН?.....	78
СТРАХУВАМ СЕ, НО НЕ ЗНАМ КАК ДА ВИ ГО КАЖА.....	79

ПРЕДГОВОР НА АВТОРКАТА КЪМ БЪЛГАРСКОТО ИЗДАНИЕ

Има една народна поговорка, която казва. "За да се реализираш в живота, трябва да създадеш дете, да напишеш книга и да посадиш дърво." Добре, аз имам син, на когото е посветена моята първа и най-обичана книга... моята любов към цветята може да ви подсказва, че на терасата ми има много растения... а сега съм радостна и удовлетворена и от това, че тази моя книга се появява и в България.

Когато написах "Здрави и щастливи деца чрез терапията на д-р Бах с цветовете на растенията", аз изразих желанието си тя да може наистина да помогне и на децата, и на родителите, като облекчи притесненията около тези прекрасни създания, които Господ ни е дал, за да се грижим за тях. Минаха девет години, книгата ми беше преведена на немски и английски... и потвържденията за това, че простотата на моята книга е помогнала наистина на много хора, започнаха да идват - по телефона, по пощата, по Интернет!! Колко майки и баби се обадиха, ентузиазирани именно от простотата на метода и от неговите резултати!!

Какво да кажа? Възнаградена съм, защото осъзнавам своята задача, а и не вярвам на случайността. Сега, когато превод на книгата на нов език ще донесе позитивни послания и на вас, мога само да пожелаая българското ѝ издание да успее да достигне до вашите деца и да внесе много вълшебство в техния живот.

Книгата ми не е само наръчник по цветотерапия - между редовете ѝ ще откриете множество съвети, които ще ви помогнат да възпитате вашите деца на Свобода, а също и кратки, но полезни приказки. Те ще засилят процеса на трансформация и той ще даде добри резултати и за вас, възрастните, защото в душата на всеки възрастен живее едно "вътрешно дете" - понякога весело и ведро, но по-често забравено и страдащо... Така вие и вашите деца ще оздравеете заедно.

Нека Любовта и Свободата да бъдат винаги с всички вас.

Барбара

Целта на живота ни е да търсим Щастие!

Далай Лама

Няма истинско лечение, ако няма промяна в миросгледа, спокойствие на ума и вътрешно щастие.

Едуард Бах

ВМЕСТО ПРЕДГОВОР

Преди седемдесет години английският лекар Едуард Бах изгражда една естествена система за лечение.

Създадената от него терапия се основава на дълбокото познаване и разбиране на вътрешния живот на човека; на душевните причини, които са в основата на нашите болести и проблеми.

Според неговите виждания здравето е състояние на равновесие, на душевно спокойствие и вътрешно щастие. Ето защо д-р Бах насочва вниманието си към корените на болестите, които той открива в неправилния начин на мислене и в произтичащите от това негативни душевни настроения.

В търсене на възможно най-естествени лечебни средства Едуард Бах се е спръл на растенията и по-точно на техните цветове. Известно е, че по време на цъфтежа в цветовете се акумулира цялата лечебна енергия на растението. Доктор Бах открил естествен начин за извличане на тази лечебна сила. Така той създаде 38 цветни лека. 37 от цветовете на растенията и един от скална вода. Тези лекове, наричани още цветни екстракти или цветни есенции, са във формата на течност. След разреждане се пият на капки по няколко пъти дневно.

У нас този метод е все още нов и е познат като Цветолечение по метода на доктор Бах. Много хора, когато чуят за първи път "Цветолечение по Бах", си мислят за терапия с цветовете на дъгата. Ето защо понякога се използва още названието "Бахова терапия"

Терапията с цветни екстракти или есенции от цветовете на растенията отдавна е преминала границите на Англия и е широко популярна в големите европейски страни (Германия, Италия, Франция и др.), Русия, Австралия, САЩ... Това е уникална лечебна система, която се различава от хомеопатията в своя подход към човека, а също и със своята безвредност и широка приложимост

не само при различни болести и болестни състояния, но и при ежедневни ситуации. Ефектите от нея са меки, не се наблюдават бурни лечебни кризи. Терапията не е капризна - може да се прилага съвместно с други лечебни методи, в това число конвенционална терапия с медикаменти. Чудесно се съчетава с хомеопатия, като често дори задълбочава лечебния ефект на хомеопатичните лекарства.

Баховата терапия е насочена към човека в неговата цялост; тя разглежда неговите физически проблеми във връзка с душевността му. Изборът на цветните лекове е базиран на индивидуалния начин, по който всеки реагира на житейските ситуации. Крайната цел на терапията е да ни излекува, като ни помогне да станем по-балансиранни и по-щастливи хора. Затова цветолечението по метода на Бах е наричано още Път към душевна хармония, а също и терапия на характера.

Баховата терапия е ефикасна при широка гама болестни проблеми, а също и при справяне с трудни житейски ситуации - започване на нова работа, преместване в друг град, загуба на близък човек, раздяла, изпити, преживян силен стрес, преумора... Списъкът може да бъде продължен.

Абсолютната безвредност на есенциите ги прави приложими при хора, които са свръхчувствителни към лекарства. Могат да се прилагат без притеснения по време на бременност, а също и при съвсем малки деца, като дори се препоръчва цветните есенции да се използват веднага след раждането, за да се помогне на новороденото да преживее стреса от преминаването в материалния свят.

Простотата, безвредността и ефикасността на терапията с цветни есенции са предимства, които я правят подходяща за използване при деца. Известно е, че редица труднолечими болести могат да водят началото си от периода след раждане или от първите години на живота. В много случаи медикаментозните терапии в ранното детство имат като последици едно крехко здраве и често боледуване в по-зряла възраст. Ето защо е важно проблемите, които децата имат, да бъдат решавани с безвредни природни средства! Трудно лечимите болести при възрастните могат да бъдат уподобени на една огромна лавина, която е невъзможно да бъде спряна. Ала тази лавина е започнала от една малка топчица сняг, която бавно се е търкала по склона. С времето е нараствала на маса и е набирала скорост! Постепенно тази малка топчица е увлякла в своето движение тонове сняг и застрашава да нанесе непоправими вреди. Спирането ѝ действително е безкрайно трудно, ако не и невъзможно! Но докато е съвсем малка, няма нищо по-лесно от това! С цветните лекове можем да помогнем на децата да бъдат здрави и щастливи, да бъдат устойчиви на болести и да израснат по-адаптирани към житейските ситуации, в които протича ежедневието им. Своевременното решаване на техните проблеми няма да допусне те да нараснат до размерите на огромна лавина, която не може да бъде спряна.

У нас вече излязоха няколко книги за терапията на доктор Бах. Но книгата, която сега ви представяме, е уникална с това, че е насочена именно към децата. Впрочем, тя е уникална не само у нас, но и в света - подобни книги, посветени на децата, са голяма рядкост. Ето защо сме щастливи, че и българският читател ще има възможност да се запознае с нея.

След като е пожънала голям успех в Италия, където е претърпяла за кратко време седем издания, тя веднага е преведена и издадена в Англия и Германия. Това е голямо признание за класата на тази книга, понеже именно в последните две страни терапията на доктор Бах е най-широко популярна и има най-големи традиции.

Възможностите на тази терапия при деца наистина са неограничени! Когато преди години в кабинета ми дойде възрастна жена с малкия си шестгодишен внук, аз имах възможността да се уверя в това. Детето имаше много проблеми. Израснало в трудно семейство, с често пиян и доста брутален баща, то беше силно изплашено. Освен това беше възприело бащиния си "кръчмарски език" - още на петата минута от консултацията започна да дърпа баба си да си тръгват, като в своето красноречие вмъкна сочни ругатни за близките ѝ роднини. Жената ме гледеше безпомощно. Обясни ми, че никой не иска да играе с внука ѝ; че има славата на "черната овца" на махалата, че всички възрастни също го избягват, защото пакостите му нямат край и оплакванията от него са постоянни и многобройни. Спомена, че успокоителните, които лекарят назначил, не помогнали. Да си призная честно, в този момент и аз не можех да си представя, че с нещо може да се помогне на това дете. Така че вярвам ще си обясните нашата гордост и удовлетворение, когато след един месец научих, че детето е доста по-спокойно и се заиграва с други деца, след два - че вече е предпочитано другарче и е получило първите похвали от възрастните в махалата, а след още един-два месеца

вече беше отличник и сочен за пример първокласник. В своята десетгодишна практика с цветните есенции съм имал възможност да наблюдавам подобни резултати при деца нееднократно.

Когато прочетете книгата на Барбара Мацарела, ще можете да си отговорите как това става възможно. Самата тя, със своя двадесетгодишен опит като педагог и Бахов лечител, владее уменията да общува с деца и да ги разбира във висша степен. По един достъпен начин авторката ни прави съпричастни на истината, че децата се лекуват преди всичко с Любов!

Книгата е написана на достъпен стил и прави мечтата на доктор Бах - терапията му да навлезе във всеки дом - лесно изпълнима. Сами ще се убедите, че всяко дете - а също и възрастен - може да намери един лесен и достъпен начин да си помага в сложните времена, в които живеем. По безвреден и естествен път ние добиваме възможността да направим живота си здрав и хармоничен!

Препоръчвам тази книга на всички майки, учители, възпитатели, лекари, лечители, психолози; на всички, които работят по въпросите, свързани със здравето и особено на тези работещи с деца. Разбира се, книгата е много подходяща и за самите деца, защото в нея се съдържат интересни приказки, стихчета, игри и забави, които ще направят всяко дете щастливо.

В това четиво ще откриете също достъпни начини да общувате със собствените си деца и да ги разбирате по-добре! Ще научите естествени подходи за възпитание и справяне със съществуващи негативни тенденции на характера като страхливост, нерешителност, раздразнителност и избухливост, свръхчувствителност, склонност към тиранизиране на околните и други познати проблеми при децата.

Чрез книгата на Барбара Мацарела вие можете да бъдете по-близо до идеала на истинската медицина - децата ви да растат здрави и честити; да бъдат душевно балансирани и щастливи!

*д-р Тодор Господинов
лекар и хомеопат
с десетгодишен опит
в терапията с цветни есенции
София
7 октомври 2003*

ВЪВЕДЕНИЕ

Не зная дали сте купили тази книга, защото искате да разширите познанията си върху разбиранията и метода на д-р Бах. Ако е така - много добре. Ако ли пък не - препоръчвам ви да прочетете поне една от издадените различни книги¹ по този въпрос. Това е необходимо, защото настоящият труд представлява едно задълбочаване, което се отнася само за децата. Надявам се, че представеното тук ще възбуди у вас любопитство и стимул да навлезете още по-дълбоко в този прост и изумителен метод.

Да си призная, нямам особено желание да повтора онова, което вече е казано от мнозина, като просто добавя "деца" Именно за децата мога да споделя с вас наистина много неща, тъй като съм работила двадесет години в детските градини на Милано. Познавам много добре въпроса не само поради придобитите знания, но и в резултат на изживявания и натрупан опит.

За мен е приятно задължение да ви представя д-р Бах. Когато го опознаете, положително ще бъдете очаровани от тази невероятна личност.

Кой е Едуард Бах? Преди да стане доктор, той е бил... дете - едно много чувствително дете, което обичало природата и одухотворявало всяко нещо: и пеперудата, и стръкчетата трева, и водата на изворчето. Неговата чувствителност го направила съпричастен към болките на другите до такава степен, че още на шестгодишна възраст той взел решение да стане лекар, защото усещал, че задачата на живота му е да облекчава човешките страдания.

Преди да завърши медицина, Бах работил във фабриката на баща си. Там добре опознал още едно лице на страха, който заболяванията предизвиквали у хората - който не работел, не получавал заплата, а без пари не можел да се лекува.

Едуард Бах се родил в Англия през 1886 година, а се дипломирал през 1912. Бил имунолог и

¹ На български език до момента са издадени следните книги: Метхилд Шефер, „Цветолечение по метода на д-р Едуард Беч“, С., 1993.

Сб. „Медицинските открития на д-р Едуард Бах“, С., 1996. (Съдържа биографията на д-р Бах от Нора Уиикс; „Излекувай сам себе си“ и „Дванадесетте лечители и други лекарства“ от д-р Бах.)
Пати Аспен, „Цветята на Бах“, С., 2002. Всички бележки в книгата са на д-р Тодор Господинов

бактериолог, по-късно станал и хомеопат; открил нозоди¹, които и сега се използват в хомеопатията. Въпреки всичко, не чувствал истинско удовлетворение.

Бах смятал инжекциите за твърде суров тип лечение и затова търсел решение в средствата, предоставени от природата. Подобно на Ханеман, бащата на хомеопатията, той се опирал на правилото "Лекувай болния, а не болестта". Интуицията му го насочвала да търси в съвършената картина на сътворението възможността всеки човек да може да се лекува сам. Той стигнал до твърдото убеждение, че болестта не е нищо друго, освен сигнал за дисхармония между душата и личността. Позитивния потенциал, който търсил така усърдно, д-р Бах открил в цветовете на растенията.

След това откритие Едуард Бах изоставил своя вече разработен лекарски кабинет, както и възможността за блестяща кариера, преустановил всичките си досегашни изследователски търсения и заминал за Галия, Южен Уелс. Там, в малка къща, завещана от дедите му, той започнал и завършил своята мисия.

Трябва да се има предвид, че по време на своето преместване в Уелс д-р Бах бил на тридесет години и му била поставена диагноза "неизлечима болест" Лекарите отсъдили, че му остават не повече от три месеца живот - но не станало така... Той починал около двадесет години по-късно, когато вече бил изпълнил своята мисия.

Тъй като постигал блестящи резултати посредством един толкова прост и достъпен за всички метод, д-р Бах непрекъснато се натъквал на пречки от страна на представителите на официалната медицина и това му създавало големи затруднения. Тогава решил да се заличи от списъка на лекарите; предпочел да се нарича "билкар" и продължил смело практиката си, подпомаган само от няколко последователи.

Резултатите от своя труд той обявил на смъртния си одър. Отишъл си от този свят спокойно - беден, както почти винаги се случва с първооткриватели като него. Вероятно се досещате, че Едуард Бах не се притеснявал особено от бедността.

Вярвам, че дори и написаното дотук е достатъчно, за да почувствате красотата на неговата душа.

Методът на Бах се основава върху разкриването и опознаването на различни човешки типове. Ако характеристиките ни са хармонични и в равновесие, те позволяват да разгърнем нашите качества, да осъществим нашето развитие, да бъдем в добро здраве. Всичко това би могло да се реализира благодарение на контакта с нашия Висш Аз. Казано по-просто: ако се вслушваме в душата си, ще е само за нашето добро.

Отрицателните емоции като страх, безпокойство, самота, гняв, недоверие, песимизъм и разочарование ни отдалечават от нашия Център, като ни карат да се отнасяме зле и със себе си, и с другите. Колкото повече такива емоции изпитваме, толкова повече страдаме, тъй като всяка една от тях може да породи друга такава. Започваме да губим контакта с нашия вътрешен пътеводител и изминаваме мъчителен път, тъй като отказваме да признаем нашата божествена искра, нашата принадлежност към единния Космос. Тогава се появяват проблемите, за да ни предупредят, че нещо не върви - а, ако не го разберем, ще дойде и болестта. Бах казва, че заболяването е "благодатно в основата си", защото ни напомня по най-недвусмислен начин, че трябва и можем да намерим отново нашето равновесие.

Добре, но какво общо имат цветовете на растенията с всичко това? Работата е там, че Бах открива в дадени цветове вибрациите, подходящи за възстановяването на нашето равновесие. Оказва се, че тъкмо цветовете могат да дадат търсения отговор за всеки човешки тип или емоция.

"По един цвят за всеки от нас?" - сигурно ще попитате вие. И да, и не. Ние "сме" определен цвят, това е така. Цветотерапевтът би казал: "Този е именно *Beech*", докато хомеопатът може да определи: "Това е *Pulsatilla*² Един цвят съответства най-точно на това, което сме, но е възможно и да трябва да приемем повече отговарящи на особеностите ни цветове. Така всичко става още по-интересно, а и не е толкова сложно, колкото първоначално изглежда.

Ще ви дам пример, който да изясни казаното по-горе. Аз съм *Vervain*, т.е. ентузиастка до

1 Нозодите на доктор Бах представляват орално поемани ваксини, които широко са се използвали по време на Първата световна война. Ползват се и днес.

2 *Pulsatilla* е хомеопатично лекарство от растение от семейство Лютикови, познато у нас като Котенце. Типът *Pulsatilla* са деца (както и възрастни) с руси коси и сини очи, много емоционални, с променливо настроение, лесно разплакващи се, стеснителни, с кротък характер, с подчертана нужда от обич и внимание. Когато са притеснени, лесно се успокояват от прегръдки и утешаване.

"краен предел". Често желая да увлека другите в нещо, в което вярвам (вж. съответната глава). Готова съм да направя наистина много. Същевременно съм много шумна и не търпя несправедливости. Точно сега изпитвам нужда от доверие, за да довърша тази книга, и затова ще прибавя *Larch*, но тъй като имам и други тежки задължения и ми се струва, че няма да мога да се справя с всичко, ще добавя и *Elm* в своето шишенце.

Сега ясно ли е? Не? Още по-добре - така съмнението ще ви подтикне да опитвате, да си прокарате път напред. Категоричността не ми е много симпатична, с изключение на тази, която ви съветвам да запечатате добре в съзнанието си (защото тъкмо съзнанието често ни пречи, а не интуицията!): **да предприеш грешна есенция не е беда; то е като да се опитваш да отключиш с грешен ключ - вратата остава затворена, но не се взривява!** Най-много, което може да се случи е... да не стане нищо. Просто не се получава желаният ефект и тогава се опитва с друго средство.

Например *Elm* се предписва на дете, на което ходенето на училище му тежи и то изглежда наистина претоварено, изморено. Ала в този случай детето изобщо не се оправя. След това става ясна истинската причина на него му тежи не ходенето на училище, а натрупаният гняв към една учителка. Тогава му се предписва *Holly* и малко по малко възелът се развързва.

Исках да бъде кратка, но ако не обясня как да пригответе цветовете и ви препратя към други четива, рискувам да забавя вашите опити.

Имайте доверие във вас самите и във вашата чувствителност. Вземете *Larch* и *Cerato*, които ще ви помогнат за това, а за да не сте нетърпеливи да видите резултатите, вземете *Impatiens*. Сега вече сте готови да действате.

Цветовете на Бах - по-точно **лековете** или **лечебните средства** - могат да се намерят в много хомеопатични или билкови аптеки. Доставят се в рамките на няколко часа. Шишенце от 10 мл. струва около 8 евро, но е достатъчно за един доста дълъг период. В смес от вода и бренди са разтворени и разредени "енергийните вибрации" на различните лечебни средства. Тези лекове са 38 на брой, плюс известния *Rescue*¹

¹ *Rescue* или *Rescue Remedy* са капки за спешна помощ. Това е една комбинация есенции от цветове, която д-р Бах е изготвил за употреба при по-тежки случаи. По същество, това не е „39-та есенция“ и дори, само по себе си, не е есенция. *Rescue* е комбинация от пет цветни лека, която има животоспасяваща сила. Самият д-р Бах, както и много от последователите му, редовно е носел със себе си малко шише с капки за спешна помощ (*Rescue Remedy*). Те могат да ви спасят живота при извънредни ситуации, докато пристигне квалифицираната медицинска помощ, защото тогава и секундите са от значение. Цветовете, от които се състои *Rescue* са: *Cherry Plum* (помага при усещане за безизходност), *Clematis* (повлиява състоянието на замаяване), *Impatiens* (премахва психическия стрес и напрежението), *Rock Rose* (отстранява ужаса и паниката) и *Star of Bethlehem* (извежда от шока).

При извънредни ситуации капките за спешна помощ (*Rescue Remedy*) са мощно средство за даване на първа помощ и за преодоляване на стреса, свързан с неочакваните травми. Затова са наричани още „спасително лекарство“ Ако сте изпаднали в шок или внезапно сте научили лоши новини, ако сте имали семейни неприятности или току-що сте се скарали с близък приятел, ако сте изпълнени със страх или объркване, ако сте обхванати от ужас и паника - във всички тези и други подобни ситуации спасителното лекарство ще ви помогне да се успокоите и да овладеете стреса си.

Rescue е подходящо средство в случаите, когато очаквате някакви важни новини, преди явяване на изпити, преди началото на тежко обсъждане или преди да говорите пред публика, преди влизане при лекар или зъболекар; този лек ще ви освободи от тревожността и напрежението и ще възвърне вашия вътрешен баланс и увереност

Капките за спешна помощ (*Rescue Remedy*) са незаменимо средство при всеки спешен случай, независимо дали ситуацията е тежка или не чак толкова. Те могат да балансират една силна скръб и ще ви помогнат да посрещнете хладнокръвно някоя неочаквана лоша вест

Дръжте ги подръка и ги използвайте винаги след злополука, независимо дали е голяма или незначителна - всяка злополука, каквато и да е тя, винаги предизвиква съответните емоции. Пострадалият може да получи шок, да бъде обладан от страх, който да прерасне в ужас или паника, да изпадне в отчаяние, водещо до вцепенение или объркване. Да облекчим страха на пострадалия и да му върнем спокойствието и равновесието е много важно заради бъдещото му физическо здраве. Капките за спешна помощ (*Rescue Remedy*) не могат да му причинят вреда - напротив, те могат да му спасят живота, докато чакате лекар професионалист

Използвайте спешните капки винаги, когато сте объркани, изплашени и смутени духом, когато внезапни и неочаквани събития са ви наранили душевно или пък сте преживели физическа травма. Това чудесно натурално средство ще ви помогне да се справите с шока и да дойдете отново на себе си. Капките за спешна помощ (*Rescue Remedy*) са предвидени да се употребяват кратко време, като по преценка срокът на ползването им може да се удължи.

Препоръчително е, след като премине първоначалният шок, да се изготви комбинация от цветни лекове, подходяща за случая. Начин на приложение:

При инцидент капнете 4 капки в чаша вода (или друга течност - плодов сок, чай) и отпийвайте на малки глътки на всеки 10-15 минути, докато се успокоите. Продължавайте да приемате на 30 минути, на час и по-рядко, в зависимост от подобрението. Ако ситуацията е критична, *Rescue* могат да се приемат на всеки 5 минути. При нужда може да се

В аптеката се купува шишенце от 30 мл. с капкомер и се напълва до "раменете" с минерална вода. Добре е да се прибавят двадесетина капки бренди или ябълков оцет, необходими за тяхното запазване - преди всичко през лятото, защото от горещината водата може да се развали. Прибавянето на оцет или бренди е толкова препоръчително, колкото е противопоказано лековете да се държат в хладилника.

Ето го и нашето шишенце от 30 мл.! Сега, след като другото е готово, сложете 2 (подчертавам **две**) капки от всеки лек, който сте избрали. Ако става дума за *Rescue*, сложете 4 капки.

Направихте ли го вече? Не превишавайте числото 7. Седем е хубаво число (всеки терапевт има своя теория за тези неща - според моята 7 е максималният брой капки), но при децата са достатъчни и 3. (Така разредени, тези комбинации не биха навредили дори на комар!)

Капнете 4 капки под или над езика (не повече, излишно е). Правете го три или четири пъти на ден. Ако не успеете да капнете капките под езика, бихте могли да ги разтворите във вода или в плодов сок.

Ще видите, че и цената на съставките ще се сведе до минимум, защото с две капки от шишенцето-майка ще сте приготвили една доза за около петнадесет дни. Освен това (между нас да си остане), ако си купите целия комплект, ще ви струва много по-малко, отколкото ако купувате единични шишенца. Добра идея е, ако няколко майки си направят "дружество" - така проблемът бързо ще бъде разрешен. Тези жени биха могли да създадат група за работа, сътрудничество и развитие, без да забравят, че и те ще извлекат полза от взимането на цветовете. Впрочем, това касае и котките, кучетата, рибките, мушкатите и всички растения, цветята във вазите и т.н.

Надявам се да съм била изчерпателна, без да съм изчерпала вашето търпение!

Препоръчвам ви да препрочитате няколко пъти кратките, ясни и, вярвам, духовити описания на различните цветове. Необходимо е да вниквате в дълбочина и да опознавате все повече тези лечебни средства.

Аз самата съм майка и твърдя, че всяка майка е най-добрият терапевт за собственото си дете. Освен това съм зодия Лъв - знаете как лъвиците се грижат за малките си. Асцендентът ми е в Рак, знакът на "съвършената майка", така че ми се доверете, без да се тревожите и колебаете.

Методът с цветовете на д-р Бах е път, чието извървяване ще помогне не само на вашите деца, но и на вас самите - **почти** съм сигурна.

Съветвам детските учители: не бъдете скептични, пробвайте. Вярно е, че понякога ни предлагат "експерименти", които си позволявам да определям като "слабо ефикасни" - това е така. Ала защо да не се опитате да осъществите това възвръщане на равновесието, което - освен че е просто, икономично и стимулиращо - предлага и добри резултати? Дори да бъде постигнат само единичен успех, пак не би било напразно.

Един от начините за избиране на подходящия цвят съм нарекла на шега "научен метод" (необходимо е да притежавате целия комплект). Той е следният: отворете четирите кутии, извикайте "пациента" и поискайте да си избере едно или повече шишенца, както желае. Много вероятно е да посочи подходящите, както и точния брой. Прекалено просто, нали? Но в природата

долива вода, за да се удължи лечението, докогато е необходимо. Ако пострадалият е в безсъзнание, навлажнете устните, китките и областта зад ушите с приготвената смес. Ако нямате вода или подходяща течност на разположение, може да ги накапете неразредени върху устните, венците и езика на нуждаещия се.

Спешните капки могат да се прилагат и външно. При наранявания, ухапвания и ужилвания се капят в неразреден вид, но не е подходящо да се прилагат директно в рана и при случаи, когато кожата е обелена и разкъсана.

При външни наранявания могат да се прилагат като бани, във вид на студен компрес или гореща лапа. В такива случаи 6 капки са достатъчни за половин литър вода. За пръв път д-р Бах е използвал капките за спешна помощ (*Rescue Remedy*) през 1930 г., когато те са включвали Скална роза (*Rock Rose*), Повет (*Clematis*) и Слабонога (*Impatiens*) по онова време той още не е открил останалите два цвята. Една малка лодка, натоварена с керемиди, по време на силна буря се разбила край брега на Кромър, където по онова време живеел д-р Бах. Двамата мъже от екипажа се били завързали за мачтата, за да не бъдат изхвърлени от разбитата лодка. Морето било много бурно и мъжете прекарвали дълго време във водата, преди спасителната лодка да успее да ги измъкне. Когато ги спасили, по-младият от мъжете бил в безсъзнание, с посиняло лице, а дрехите му били вкоравени от морската сол. Д-р Бах се втурнал сред вълните и след като го качили на спасителната лодка, намокрил устните на мъжа с капките за спешна помощ (*Rescue Remedy*).

Едуард Бах продължил да се грижи за него, докато носели пострадалия по брега към най-близкия хотел. Мъжът дошъл в съзнание още преди да стигнат до хотела и когато го настанили там, си поискал цигара!

У нас лековете на доктор Бах може да намерите при лечители и лекари, практикуващи Бахова терапия, както и в някои специализирани хомеопатични аптеки в София. В действителност лечебната доза от 30 мл. често може да ви стигне за 30 и повече дни.

всичко е просто - ние сме тези, които усложняват всяко нещо.

Опитайте, **безплатно е!** Това важи преди всичко за тези от вас, които не вярват на **случайността**. Просто постъпете по вашия начин - според това, на което вие самите се доверявате.

А ако детето не иска да взима лечебното средство?

Хайде да видим кой би могъл да ме убеди, че едно дете не е склонно да вземе 4 "вълшебни капки"! Никога не ги наричайте лекарства, такива **те не са**. Назовавайте ги "Енергии", "витамини за Обич", "отварата на Астерикс", "Вода от Огън" - просто разгърнете въображението си!

Както споменах, добре ще е да ги капнете и в напитките или върху възглавницата на детето, в обувките, върху дрехите, в ъглите на стаите... Не, това няма да го видите написано никъде (поне така мисля), но опитайте - не поставяйте граници на безграничното.

Колко време се приема лечебното средство?

Не знам. Хубав отговор, нали? Но е искрен.

Обикновено децата реагират по-добре от възрастните, имат по-малко психически бариери и не са предубедени, нито си създават предварителни очаквания - и това е добре. Тъй като всеки от нас е **уникален**, той трябва да установи своето време, своите реакции, своите цветове... Те ще претърпяват и промени, защото всичко се променя и преобразява. По-късно може пак да се върнат към първоначалните си измерения, тъй като цикличността също е характерна особеност на живота. Решаващ фактор е дълбочината на проблема: ето ви още едно съмнение, върху което трябва да работите.

Често в книгите, посветени на цветотерапията на Бах, проблемът "деца" се пренебрегва или се разглежда бегло. Смятам, че е полезно стабилизирането на равновесието и хармонизирането на съществата да започне още от детска възраст. Ако лекуваме чрез цветовете негативните състояния на малчуганите, може би ще имаме по-малко проблеми при възрастните. От дълго време обмислям създаването на тази книга, посветена на децата. В нея, освен едно "почти" обичайно описание на лечебните средства, ще намерите и съвети, игри, трикове. Заедно с енергията на цветовете те биха могли да допринесат да се сбъдне онзи сън, който от дълго време сънувам: че сме родени, за да бъдем щастливи, а най-щастливи трябва да са децата.

Преди всичко смятам, че всяка майка и учителка би трябвало да познава употребата на лековете на Бах, за да вземе своевременни мерки, без необходимост от лекарска намеса там, където цветовете могат да решат някои проблеми. От личен опит ви уверявам, че дори едно **плацебо**¹ може да помогне ефикасно при даден детски симптом (не смятайте обаче, че цветовете на Бах действат на принципа на ефекта **плацебо!**). По време на стаж ми на учителка съм давала толкова много вода и захар с вълшебни капки - и винаги с успех! Понякога майките и бабите на децата ме питаха за името на капчиците, които бяха излекували болките в корема, и аз "под секрет" им казвах рецептата: вода + захар + "мистериозната съставка", наречена "О" - като особено внимание... като обгръщане... като Обич!

Нека си припомним, че често единствено голямата потребност от внимание е винтчето, което "развинтва" механизма на болестта. Спомняте ли си как сме искали мама да ни носи сок в леглото? И сега използваме този механизъм, когато имаме "желание за ласки". Не е срамно да искаме милувки, така че нека се погрижим поне децата да имат достатъчно, без да е необходимо да си докарват болки в корема.

За тези, които работят в училище и биха могли да имат трудности при даването на лечебните средства, бих искала да напомня, че те са вибриращи енергии и не трябва да се приемат непременно през устата. С други думи, ако е спорно дали ще е най-подходящо да се дадат 4 капки *Rescue* на дете, което е паднало, то със сигурност ще е много добре, ако ги капнем върху леда, който ще поставим върху удареното място или си натрием ръцете с есенцията и после погалим детето. Утешавайки го, ние не само ще спрем сълзите му, но и ще прибавим благотворната вибрация на лечебните "капки за спешна помощ"

¹ Плацебо - привидно лекарство, лекарство-илюзия. Истинските лекарства имат доказано лечебно действие в определена посока (напр. аналгинът облекчава болката, амидофенът понижават температурата), докато привидните нямат. Те са напълно безобидни. Действието им се дължи на доверието в авторитета на лекаря или човека, който ги предлага.

Колкото до *Rescue Cream*² на доктор Бах, липсата на този лек за спешна помощ в училище или в дома за мен е направо недопустим пропуск. Винаги съм казвала, че кремът *Rescue* върши отлична работа за всичко (не е подходящ само за намазване върху филии - те, все пак, са по-вкусни с майонеза). Той облекчава изгаряния, ужилвания от насекоми, синини, рани, сърбежи... Кремът е на хомеопатична основа, не е мазен, не цапа, не мирише. Съдържа *Rescue* и *Crab Apple*. Това ли е всичко? Да, но върши много добра работа. Как именно действа? Не знам, просто опитайте.

Имайте винаги предвид, че цветовете на Бах **не са лекарства**, не премахват симптомите, а се вливат с подходяща за случая вибрационна енергия, възстановявайки равновесието.

Да се върнем отново към училището (извинете, но това е професионална деформация)! Там ще можем да използваме средствата по всички начини, подсказани от нашата интуиция. Ще ви дам някои, родени от моето въображение, други ще оставя на вашата творческа фантазия - а такава възпитателките имат в предостатъчни количества. Стига да поискаме, чрез творческата си фантазия можем да изградим и замъци с помощта на рола тоалетна хартия! Кой от нас не би могъл да го направи?

И все пак - къде да сложим цветовете? Върху покривката, в ъглите на класната стая, върху ръцете си, в обувките на децата, можем да напръскаме с тях мебелите... Защо ли? Вече казах, че това е въпрос на интуиция и обич, а не на разум; тук няма нужда от логика. Повярвайте ми - ако решите, че след като сложите *Holly* върху мокета, това ще ви помогне да бъдете по-малко ревниви и агресивни, ако го направите с искреното желание да възстановите хармонията в класа - всичко онова, което вашата чувствителност ви подсказва да направите, ще бъде правилно. И, съвсем не на последно място, то никога не ще е вредно.

Използването на лековете на Бах би трябвало да започне още преди раждането - по време на бременността и най-вече в нейната последна фаза. *Rescue* ще бъде ценна помощ за майката (и за детето, което още е част от нея) в преодоляването на страха и напрежението. Необходимите за самата бременност лекове могат да бъдат различни: *Scleranthus*, ако има гадене; *Crab Apple* срещу натрапчиви идеи за "намиращите се навсякъде" нечистотия и микроби или срещу изпадане в шок при вида на кръв; *Mimulus*, ако самата мисъл за раждането всява страх; *Olive*, ако бременността е довела бъдещата майка до изтощение или когато тя е затънала в работа...

Впрочем, добре би било да се взима *Olive* и при изучаване на самата методология за даването на цветовете. Този, който не ги познава, трябва да прочете една от многото книги, излезли на пазара. Коя точно ли? Аз имам своите предпочитания, а вие се доверете на "случайността", ако вярвате в нея, или ги прочетете всички, което би било най-доброто.

Веднага след раждането е желателно и майката, и детето да вземат *Star of Bethlehem*, тъй като самото раждане е първата травма, която всички изживяваме. *Rescue* (тук ще се усмихнем) също може да бъде подходящ, защото съдържа *Star of Bethlehem*. *Walnut* е полезен както по време на бременността, така и при самото раждане, поради свойството си да защитава, а и защото е цветът на промените. Но как да се даде лечебното средство на новородените? Отгоре на всичкото, то съдържа и бренди... няма ли да ги напием! Спокойно, такава опасност няма разтворът от 4 капки *Rescue* или 2 капки от което и да е друго средство, в 30 мл. вода, поета в доза 4 капки по 4 пъти на ден, не би напила дори микроб. Достатъчно е да ги поеме майката, която кърми бебето - и въпросът е решен. Друг вариант е да се капнат върху биберона или в самия биберон. Може да ви звучи като небивалица, но капките помагат по най-невероятен начин.

По време на отбиването *Red Chestnut* е добро лечебно средство и за майката, и за детето, защото помага да се "среже пъпната връв" (да се преустанови съществуващата до този момент твърде тясна зависимост между двата организма - б.р.). *Walnut* също е препоръчително, тъй като става дума за поредна промяна. Не забравяйте да дадете *Holly* на децата, сдобили се с братчета или сестричета - дори и да ви се струва, че те изобщо не са ревниви към новороденото, даже и да изглежда, че направо го обожават

Ето че дойде и моментът да преминем към тълкуването на всеки лек. Моето намерение е да помогна на интересувашите се, като се опитам да бъда възможно най-ясна, затова ще използвам

² *Rescue Cream*: Капките за спешна помощ (*Rescue Remedy*) са адаптирани - под формата на крем - и за външна употреба. Той съдържа *Rescue Remedy* и *Crab Apple* в естествена растителна основа. Кремът е много подходящ за локална употреба при внезапно възникнали телесни шокове - навяхване, изгаряне или ужилвания от насекоми. Подходящ е също при различни обриви (включително и тези, които са резултат от алергична реакция), при чувствителна кожа, при закрити травми на тялото с насинявания и подуване. Кремът е едно естествено средство, което успокоява и подпомага възстановяването, като допълва действието на капките за спешна помощ.

изразите от ежедневиия език, дори с риск да изглеждат необразована и наивна. Тъй като нарочно ще търся простотата, аз се извинявам на тези, които предпочитат ерудираниите трактати. Бих искала тази книга да бъде практическо ръководство, достъпно за всички.

В следващите страници ще намерите описание на различните типове поведение. Няма да ви бъде трудно да разпознаете детето, което се отразява във всеки цвят или в схемата на характера, върху който енергията на дадения цвят ще въздейства положително. Ще намерите и позитивните фрази, върху които да работите. Обикновено аз ги използвам при възрастните, така че те ще помогнат преди всичко на вас. От тези фрази можете да научите правилните начини за контактуване с детето, защото във всяка фраза е скрито добро послание.

Реших също да "съчиня" разказчета, малки приказки, защото посредством метафората на приказката до съзнанието достигат най-стойностните и значими послания. Стига само да пожелаете, разказчето може да бъде още един начин да бъдете заедно с детето - под формата на вашата приказка за лека нощ или по време на следобедната почивка. Не е проблем, ако решите да внесете дадени промени - в зависимост от случая, който лекувате. Все пак, съветвам ви да не наричате с името Матео някое чернокосо момче със зелени очи... само защото вашето дете се казва Матео и е чернокосо със зелени очи. Направете така, че да се търси приликата, но не и еднаквостта; тогава ще подействат и метафорите, и притчите.

Ако детето ви харесва конете, хубаво е в приказката да присъства някакво духче, което да обича да язди водни кончета. Колкото до останалото - оставете децата сами да прибавят и променят по тяхно желание историите. Това ще ви послужи като един изключително ценен ключ при интерпретацията.

1. AGRIMONY (КАМШИК)

Agrimony се препоръчва за тези деца, които се утешават лесно, добродушни са и са готови да отстъпят, а после си гризат ноктите или ядат лакомо закуски цял следобед. Те са склонни да се представят като веселяци, но не са особено постоянни.

Agrimony е ефикасно средство и там, където има "зависимости" от шоколад, от честа смяна на гащичките или от нещо друго. Върши добра работа при деца, които отстъпват с желание своите играчки и никога не се карат с приятелите си. Ако това все пак се случи, те изпадат в дълбок смут, защото търсят симпатията на другите.

На децата *Agrimony* трябва да се подчертае, че ги приемате такива, каквито са, че е удоволствие да бъдете с тях, тъй като са толкова добри и великодушни. Когато са в позитивно състояние, те са истински веселяци, затова споделете тяхното веселие и се смейте заедно с тях. Същевременно не забравяйте, че когато са в негативно състояние, те се измъчват от желанието непременно да се харесат и от безпокойството да не бъдат изоставени. Прекалено чувствителни са и често трябва да бъдат насърчавани.

В комбинация с *Walnut*, *Agrimony* помага на такива деца при поникването на зъбите, докато *Scleranthus* ги стабилизира по време на промени, възникнали при пътувания и смяна на часовото време, както и въобще при затруднения с приспособяването.

Възможни симптоми при тези деца са непрекъснатото чесане (до разраняване), честото пипане на косите и въртенето на кичури от тях.

Принципната основа, върху която трябва да се работи, е насърчаването им, затова трябва да се внимава с думите, които се използват при общуване с тях. Трябва да ги обичаме безусловно, за да се научат те самите да се обичат. Необходимо е да разберат, че са ценни такива, каквито са, че няма нужда да се приспособяват или насила да се правят на палячовци, за да бъдат харесвани от другите. Използвайте винаги положителни фрази, дори и когато се налага да отправите упрек, като акцентирате върху това, че действието е погрешно, а не че извършителят е сбъркал. "Виж колко си разхвърлян" подчертава на детето, че негативната причина е в него, докато: "Тази стаичка наистина е в безредие" не го въвлича в първо лице единствено число.

Това изглежда дреболия, но всъщност пречи да се създадат онези негативни мозъчни схеми, които после влачим в себе си цял живот.

Напомням, че *Agrimony* е типично средство за деца, защото те почти винаги се стремят да скриват своите вътрешни напрежения. Каквото и да мислим, децата се опитват по всякакъв начин да бъдат желани и да накарат другите да ги приемат. Дори да ни се струва, че проблемът не съществува, често той просто се укрива.

В случай, че гризането на ноктите се свързва с криза на гняв или особена възбуда, или пък с възмущение, би било добре да се вземе *Agrimony* + *Holly*.

Във всички случаи, при които съществува някакъв вид зависимост, *Agrimony* се допълва с *Walnut*, което улеснява промените и "разчупва оковите", както казва самият доктор Бах.

Agrimony

Аз съм в мир със себе си.

Аз показвам на другите кой съм в действителност.

Аз съм честен със себе си и с другите.

Аз се разбирам добре със себе си.

Аз се държа, устоявам, когато съм в конфликт.

АЛИСА, НЕЙНАТА МАСКА И ЗЛАТНОТО ОГЛЕДАЛО

Подобно на много други, Алиса беше симпатично момиченце - мила и интелигентна като всички свои приятелки, но... имаше едно "но". Алиса не излизаше никога от къщи, без да си е сложила маска. "Защо?" - ще се запитате. Изглежда, че тя никога не се чувстваше "на ниво" Ето защо, за да създава впечатление, че е весела, Алиса си слагаше маска с усмихваща се уста. Смееше се като палячо до такава степен, че приятелките ѝ я смятаха за малко глуповата, но винаги я канеха на срещите си, тъй като се забавляваха с нейните шеги и закачки. Алиса не желаше да пропусне нито една среща - да бъде с другите за нея беше изключително важно. Тя не искаше да остава сама нито час. Ако все пак това се случеше, за нея то бе мъчение. Тогава тя си гризеше ноктите или поглъщаше закуска след закуска. Не можеше и дума да стане Алиса да излезе без маска - тя вече беше актриса. И макар че понякога маската дразнеше кожата ѝ и предизвикваше екзема по лицето ѝ, тя или излизаше с усмихнатата маска, или за нищо на света не се появяваше пред другите. Една вечер, на празника на нейната приятелка Елвира, Алиса се вихреше в центъра на групата с шеги и закачки и се чудеше как Елвира може да бъде толкова спокойна. Лицето на приятелката ѝ беше бледо и личеше, че накъдрането на косата ѝ не се бе получило добре, но тя беше ведра и се радваше на тържеството, без да се притеснява.

Когато поднесоха тортата, майката на Елвира извади от една кошница много пакетчета - това бяха подаръци за гостите. Алиса получи своето и реши да го разгледа вкъщи. Едва прибрала се, тя отвори пакетчето - в него имаше огледало с позлатена рамка. Алиса се погледна и видя, че е още с маската. Махна я и хубаво се изми от лепилото, сложи си малко крем заради сърбежа и се върна към новото си огледало.

Трябва да знаете, че Алиса не се харесваше особено - всъщност това вече го разбрахме - и малко се страхуваше да се гледа без маска... Ала изведнъж се сети, че Елвира с развалените къдрици не се беше притеснявала и се погледна!

Видя едно момиче с тъжно, макар и много мило лице. Дойде ѝ на ум, че може би никой не би искал да я види такава и плака много, много - а сълзите развързваха възела, който стягаше гърлото ѝ. Тя намери смелост да се погледне още веднъж в огледалото... и един глас ѝ каза: "Но виж колко си хубава, Алиса! Това е истинската Алиса, а не онази клоунска маска. Ти си обичана такава, каквато си и няма нужда толкова да се насилваш - имаш всички права, каквито имат и другите момиченца. Опитай утре да излезеш с истинското си лице..."

Алиса отговори: "Ти луд ли си? Така ще се видят обривите от лепилото и зачервените ми очи, защото плаках. Никога! Утре ще си остана целия ден тук!"

"Обещавам ти, че ако излезеш без маска, никой няма да забележи това, от което излишно се притесняваш. Освен това огледало, което говори, не може да е купено от пазара, нали? Ще ми повярваш ли, ако ти кажа, че съм вълшебна и съм дошло специално при теб, за да те накарам да разбереш, че истинската Алиса е по-добра от маскираната Алиса? Ако се окаже, че не казвам истината, можеш да ме счупиш на хиляди парчета и да се върнеш към предишното си маскиране..."

Алиса се опита... и вярват ли - сега огледалото се намира на почетно място в нейната стаичка!

Първата приятелка, която срещна в своето ново приключение - излизането "без маска" - ѝ каза: "Как сияеш днес! Извинявай, че ти го казвам, но обикновено все се смееш и смееш, та понякога ми се струваше, че си глупава. Днес най-после те виждам с нови очи... Знаеш ли, че си се променила?"

Алиса си помисли, че не очите на приятелката ѝ бяха нови, а тя самата беше нова и

огледалото беше право. Отиде си вкъщи, изтри го до блясък и му благодари, а маската и лепилото захвърли в кофата за боклук: "Благодаря ви и на вас, но вече ни ми трябва. Нямам нужда от излишни усилия!"

2. ASPEN (ТРЕПЕТЛИКА)

Деца *Aspen* не желаят да стоят сами - страхуват се от призраци, от крадци и чудовища, затова не искат да стоят на тъмно и не са съгласни да си лягат в леглото. Напоследък телевизията щедро подхранва тези страхове... *Aspen*, комбиниран с *Rock Rose*, побеждава нощните кошмари. *Aspen* е подходящ лек и за тези твърде чувствителни деца, които казват, че "виждат" или "чуват" странни неща, омайват се от приказки и истории за магии, но след това се чувстват притеснени или ги боли коремът. Те лесно се потят, бълнуват или викат на сън, а страдат и от стомашни смущения.

Aspen е едно от средствата, които могат да помогнат при психически смущения, изявяващи се при малтретирани деца (в комбинация със *Star of Bethlehem*).

Тъй като са още много "отворени", някои малки деца могат да постигнат контакт с дадени висши нива - *Aspen* им помага да придобият своя опит в това, без да се притесняват. Нека разгледаме например **въображаемия приятел**. Възможно е наистина да го виждат и - след като веднъж са споделили това с майка си - да чуят тъкмо от нея думите: "Да не си полудял?" Понякога малките са толкова сензитивни или, ако предпочитате, чувствителни, че не са в състояние да стоят на определени места или не могат да приемат присъствието на някои хора. Поради тези свои особености, те живеят в тягостна атмосфера и са все неспокойни.

Излишно е да се подчертава, че техните страхове не бива да се подхранват, като се говори за "черни човечета", които могат да ги отнесат, за зловредни вещици, които режат ръчички и крачета или за Торбалановци, които нямат друга работа, освен да наказват малки невинни деца. Това не означава, че не бива повече да им четем приказки; просто винаги трябва да поясняваме, за да превърнем в позитивно всяко нещо, което би могло да събуди у тях, макар и несъзнателно, излишни страхове.

Не е правилно на такива деца да се казва, че не съществува нищо извън материята. Това, преди всичко, не е вярно, а и те са толкова интуитивни, че няма да ни повярват; те усещат, че има **нещо**. Ето защо нашата задача е да им покажем по прост начин колко позитивен може да бъде техният контакт с "божественото"

Да се подхранват прекалено негативните фантазии е вредно, но ако насочим тяхното желание за вълшебство с позитивни ритуали, ще можем чрез добри "заклинания" да прогоним много страхове. Ангелът-пазител, който ги закриля, "вълшебните" води на пълнолунието, предмети, които са придобили за отделния човек символична духовна стойност - това са все неща, в които и аз вярвам непоколебимо до ден-днешен.

Какво още можем да използваме, за да укрепим максимално нашите деца?

В случай на проблеми със съня, освен да предпишем подходящите есенции (ако има страх и кошмари: *RockRose*, *Mimulus*, *Aspen*), можем да се обърнем и към някои предмети, които ще дефинираме като "магически". Кой от вас не притежава талисман (бил той пръстен, медальон или камъче), с който никога не се разделя - особено в моменти, в които трябва да се преодолее някаква голяма трудност?

И ние, ако пожелаем, можем да използваме фантазията си като децата и да измисляме малки подаръчета, на които да придаваме благотворен и защитен смисъл... това върши работа, повярвайте ми.

Едно вълшебно камъче с определен цвят може да ги пази от лоши сънища. В стаята им можете да сложите една паничка с камъчета във всички цветове... и вечерта да изберете онова, което - ако се държи в ръце или под дюшека - ще абсорбира всяка лоша мисъл и ще я превърне в прекрасен сън.

Ритуалът е прекрасно средство за постигане на спокоен сън. След измиването на зъбите и обличането на пижамата, преди приказката за лека нощ, преминете към избирането на камъка и, ако искате, накарайте детето да каже една молитва или някакво стихче, стига всеки път да е все същото. Можете да извикате и ангела-пазител да бди над съня му, стига това да не противоречи на вашите религиозни убеждения.

В Ню Ейдж общността Финдхорн¹ в северната част на Шотландия (както вече и в Италия)

¹ Самото село се нарича Финдхорн. В това село е изградено така нареченото планетарно селище Финдхорн, членовете

често се използват картички с ангелчета като начин да се привлече нужната енергия. Нека разгърнем нашето творческо въображение и нарисуваме за децата си подходящи за тях "карти"; нека всяко да си избере една и да си я държи в джоба, в раницата или под възглавницата. Това положително ще внесе дух на вълшебство... и защо не?

Но какви картинки да изберем за децата? Нарисувах ви няколко, но вероятно те са далеч от тяхната и от вашата фантазия. Ако не ви харесва Ангелчето, изберете Духчето, феи, Звездички, Джуджета, животинки. Направете много и всякакви - достатъчно е картончето да е налице и играта вече е започнала! Уверявам ви, че това би могло да бъде благословия. Не казвайте "не вярвам" Най-важното е децата да повярват (спомнете си слончето Дъмбо и вълшебното перце!). Аз съм събрала най-различни видове карти, билетчета с думи, послания, ангелчета и таласъмчета. Убедена съм, че когато ги покажа, всички ще се "нахвърлят" върху тях, все едно, че искат да хванат рибки, ей-така, "на шега" - и ще се впускат напред... към безкрая. Дори да кажете, че не вярвате, аз зная, че веднага след като сложите дребосъците в леглата, вие самите ще се разтършувате в чувалчето и за вас също ще има една фея за "лека нощ"... Впрочем, това е прекрасно. Колко хубаво би било, ако всички ние останем деца, ако се вслушваме в това дете, което се е съхранило дълбоко в нас! Този, който вярва във вълшебствата, не обича войните. Този, който търси ангелите, иска крила, но не ходи на лов за неприятели... Децата са чисти и добри. Ние самите ще бъдем такива, ако се вслушаме в нашето дете и поиграем с него.

Aspen

Аз притежавам цялата смелост, от която се нуждая.

Аз съм отворен за житейския опит.

Аз притежавам вътрешната сила да посрещна бъдещето.

Аз знам, че моят свят е едно сигурно място.

Аз съм готов за развлечения и приключения.





КОЙ СТОЕШЕ В ТЪМНОТО?

Когато Алфредо трябваше да отиде да спи, започваше да трепери. Никой не му вярваше, но той чувстваше, че в неговата стая има "нещо" или "някой"

Преди да заспи, Алфредо оглеждаше ъглите внимателно, но все пак не прекалено - ами ако се окажеше, че в ъгъла наистина има нещо?... Вратата трябваше да остане отворена, но не твърде широко, защото... ако някой нахлуеше?... Да, но пък останеше ли съвсем затворена, как щеше да го чуе мама?

Първо момчето искаше чаша вода, след това бонбон, после му беше ту топло, ту студено... Викаше мама и татко с хиляди извинения, но в действителност искаше да забави колкото е възможно повече моментът на заспиването.

Никой не му вярваше, но Алфредо знаеше, че на моменти в стаята му се дочува някакъв странен звук. Понякога приличаше на шумолене и тогава той се страхуваше, че това сигурно е змия. Да, напълно възможно е под леглото да се намира леговището на някоя змия! Е, тя едва ли би се чувствала добре там, но той усещаше, че може и да е под леглото... Друг път му се струваше, че чува скърцане... може би е мишка? Но как може една мишка да стигне до десетия етаж, как ще отвори блиндираната врата, та да се разположи близо до него? Ами?! Въпреки това Алфредо изпитваше голям страх, та трябваше да се измори до изтощение, за да заспи. И пак никой не му вярваше. Понякога се събуждаше от кошмари и крещеше, докато не пристигнеха родителите му да

го успокоят.

Един път обаче той заспа веднага. Беше на екскурзия в гората с татко си и бяха ходили много, а после играха и с топка. Едва легнал, Алфредо потъна в сън. Присъни му се, че в десния ъгъл - точно там, където си държеше ските и подплатените ботушки - живее едно гномче. То беше хубавичко, симпатично и - преди всичко - безобидно. Беше се настанило в левия ботуш, за да му е удобно и топличко. Разказа на момчето, че задачата му е да идва всяка нощ от света на вълшебствата, за да запалва в неговата стая звездите на фантазията и на хубавите сънища. Само дете досега никога не беше успяло, защото Алфредо измисляше толкова щуротии и толкова дълго се бавеше със заспиването, че гномчето не издържаше и заспиваше първо.

За щастие, през деня Алфредо се бе изморил от продължителната екскурзия, та точно в тази нощ гномчето най-сетне успя да "запали" за него този хубав сън. Иначе феите щяха да му се карат, а можеше и да си изгуби работата! Да, то бе създавало шумовете, когато бе влизало в ботуша или когато бе хрупало някой железен предмет, преди да заспи. Само че момчето не бива да разказва това на мама и татко, защото то трябва да си остане тяхна тайна - само между него и гномчето!

Сега вече Алфредо си ляга да спи щастлив.

3. BEECH (БУК)

Критикарят порицава всичко: дома, училището, а и към себе си е непримирим. Ако рисунката не е станала такава, каквато е искал да бъде, той се ядосва. Ако не намери фигурките си в чекмеджето, в което смята, че те трябва да бъдат, държи речи с часове. Не харесва нито този пуловер, нито косите на Тереза - и продължава да го подчертава. В игрите иска да е водещият, защото единствено той познава добре правилата (останалите деца знаят нещата най-много приблизително!) - и само посмейте да не се съобразите с него!

Тези деца са свадливи и другите ги избягват, защото се плашат от тях. Често те са и тирани, и нахалници - трябва непременно да наложат своята гледна точка, винаги поправят останалите.

Важно е те да разберат, че никак не е лошо да си поставят граници и добре да ги познават - така ще станат по-толерантни спрямо околните.

Трябва да бъдат научени да виждат доброто във всяко нещо и във всеки човек, да бъдат възпитавани в дух на универсалност. Не мислете, че това е трудно. Децата са много по-отворени от нас за идеалите на правосъдието и на мира. Те са в по-тесен контакт със своя висш Аз от възрастните, а той дава винаги точни указания относно израстването и на индивидуалния, и на универсалния дух.

Подтиквайте ги да не се отнасят към другите с предубеждение. Естествено, това важи и за вас, защото децата са нашето огледало и имитират поведението ни - било като играят на къщичка, било като избягват презрително някое не много чисто или не особено интелигентно дете.

Твърдостта е негативна черта на *Beech*. Затова при такива деца трябва да внимаваме за евентуални симптоми от ревматичен и артритен тип или просто за изкривявания на врата още в крехка възраст. Ако аз не искам да видя онова, което правят другите и ходя с вдигната глава по свой собствен път, вратът ми ще се втвърди като мен самия.

Този лек може да действа и при запек (също както *Chicory* и *Vine*), тъй като онзи, който има склонност да ръководи, иска да командва и физическите си нужди и така... се запича.

В позитивен аспект *Beech* е онова дете, което е в състояние да види подробностите, успява да даде правилни и обективни оценки и затова може да бъде от голяма помощ за своите приятели. Ще му бъдат възлагани задължения, при които неговото точно око и критично чувство - този път конструктивни - ще са полезни за прилагане на правосъдието и толерантността по отношение на всекиго.

Прецизност и доверие, съчетани със способности, с чувство за дълг и отговорност, правят така, че детето *Beech* да не разочарова очакванията, фактът, че търси хубавото и позитивното, подсилва още повече доверието в него. То може да бъде много полезно като подкрепа на по-малко напреднали ученици, на които ще е в състояние да даде съвети и помощ по конструктивен начин. Неговата позитивност може да се използва практически, за да му се даде възможност да се изявява като малък терапевт или като малък учител.

Beech

Аз създавам благоразположение.

Аз приемам различията у другите.

Аз виждам добротата като основа във всеки.

Аз не обръщам внимание на желанието си да оценявам.

Аз съм добър и любезен към себе си.

БУХАЛЪТ ВСЕЗНАЙКО И БУЛДОЗЕРЪТ

В гората на Фурлония живееха много животни. Както става в приказките, те си играеха и говореха помежду си. Често се срещаха под големия дъб, където Бухалът четеше разкази. Бухалът бе единственият, който можеше да чете. Той беше много образован, но често се правеше на важен.

"Би трябвало да учите латински, за да си раздвижите мозъка..." - казваше Бухалът на Елените, които бяха заети със скачането по скалите; след това критикуваше Орела, че лети прекалено високо, а Заека поучаваше, че не трябва да тича толкова бързо, а да учи законите на физиката. После се обръщаше към Къртицата:

"Едва ли има някой по-глупав от теб, Къртицо! И без това виждаш слабо, а копаяш дупки под земята. Би трябвало да учиш философия..."

Можете да си представите какъв досадник беше Бухалът, когато не четеше приказки; във всеки един миг той имаше какво да каже или кого да критикува. Така накрая си остана сам - повече никой не идваше под дъба, защото наистина беше тежко да понасяш непрекъснато строги укори за щяло и нещяло.

"Достатъчно" - казаха си животните, а Бухалът промърмори: "Да се оправят сами тези глупави и некомпетентни същества, аз си имам друга работа - трябва да превеждам Тацит и да уча логаритмите.

Та аз да не съм невежа и страхливец като тях! Ще видят те до какъв край ще стигнат!"

Един ден наистина се случи нещо лошо. Появи се Булдозерът и поиска да унищожи половината гора, за да построи едно огромно селище. Животните решиха да му се противопоставят, да се разбунтуват. Булдозерът им каза, че той няма нищо общо с това решение, а те трябва да подадат официална молба, позовавайки се на член 2, буква "б" от Закона за регионите и горите. Животните се погледнаха и си казаха: "Ще трябва да отидем при всезнайкото... само той може да чете и да пише... може би и ние ще трябва да се научим."

В тази ситуация Бухалът беше незаменим - той подготви листове, жалби... Само че срокът почти беше изтекъл и затова Заекът, най-бърз от всички, отиде да предаде плика, докато Орелът отвисоко разузнаваше да не пристигнат инженерите-копачи.

Когато копачите все пак дойдоха, Къртицата започна да гризе гумите на колите им и заедно с други колежки прокара толкова подземни тунели, че натоварените със задачата за изкопите се запитаха дали точно това е най-подходящото място за построяване на планираното селище. В същото време Елените скачаха върху колите, а Щурците пееха ден и нощ, докато нашествениците, изтощени, си тръгнаха.

Сега под големия дъб в гората има училище за четене, писане и различни изкуства. Бухалът разбра, че всеки притежава различни дадености и качества, но всички са полезни за нещо. Ако Орелът не беше летял толкова високо, ако Заекът не беше тичал толкова бързо, ако Къртицата не беше уплашила хората с дупките... неговото познаване на Кодекса нямаше да послужи за нищо!

Всичко, което завършва добре, е добро. След малко във Фурлония ще завърши часът по математика с Бухала и ще започне този по археологически и други разкопки с Къртицата.

Колко е хубав светът в своето разнообразие!

4. CENTAURY (ЧЕРВЕН КАНТАРИОН)

Мекушави деца, които съучениците им използват... Те са склонни да казват всякога "да", никога не се противопоставят, винаги са послушни. В по-големите семейства биха могли да бъдат по-голямата сестра, която се жертва за останалите. Във всички случаи цветът действа върху затвърждаване на волята - там, където липсва способността за налагане, усещането за индивидуалност.

Тези деца имат голяма нужда от признание и поощрения, много са чувствителни както към похвали, така и към упреци, винаги са зависими от другите.

В позитивно състояние те са прости души и спонтанни деца, но е важно да се създаде у тях усещането за "силата" в нейния конкретен смисъл, а именно - "Аз мога" Макар че никога няма да станат лидери, трябва да се научат поне да не се превръщат в изтривалка на другите. Понякога са малко лениви в мисълта си, защото смятат, че им е по-удобно да бъдат малки слуги, отколкото да мислят със собствената си глава.

Трябва да се работи върху самоуважението им, като бъде положително оценявано всичко, което създадат, а също и да им се възлагат ръководни задачи, като по този начин се стимулират техните способности.

Трябва да кажа, че в моята дълга практика (за щастие!) не съм срещнала деца *Centaury*. Може би те принадлежат на едно минало като това, описано в книгата "Сърце" Днешното възпитание вече не акцентира толкова върху възхваляването на Бога и покорството. Нашата епоха е епохата на свободния Човек, на духа и мисълта. Макар малко трудно бихме могли да се уверим, че във всеки от нас са налице всички необходими възможности.

Centaury

Аз задоволявам своите нужди.

Аз съм откровен към самия себе си.

Аз съм отговорен за живота си.

Аз стоя сам на краката си.

Аз уважавам силата на своята воля.

ПТИЦАТА, КОЯТО ЛЪСКАШЕ КРИЛЕТЕ НА ДРУГИТЕ

В ятото всички летяха на голяма височина; само той, рибарът Пепино - не.

Занимаваше се с това да поддържа чисти крилата на другарите си и от това се чувстваше доволен.

Когато виждаше другите рибари да летят, това го изпълваше със задоволство и той си мислеше, че всеки има своята задача: ако трябва да летиш - лети, ако трябва да лъскаш - лъскай.

Дори през ум не му минаваше, че и неговите крила са създадени за летене. Само една похвала от водача на ятото бе достатъчна, за да се почувства щастлив. Държеше в порядък четките и парчетата плат за лъскане, а останалите рибари от ятото му бяха измислили прякора Пепеляшко, защото всъщност Пепино беше слугата на групата.

Един ден пристигна някаква величествена птица. Тя кацна плавно, а перушината ѝ искреше във всички цветове на дъгата. Никой досега не беше виждал такъв рибар. Кой беше той?

Пепино го попита дали би желал едно хубаво лъскане на крилата или фрикция на перата, но непознатият отговори:

"Не, разбира се - аз дойдох тук, за да летя с теб."

"С мен? Не, не - аз не мога да летя! Аз съм Пепино - този, дето лъска криле."

"Да - онзи, на когото викат Пепеляшко, нали?"

Пепино се натъжи и си помисли: "Изпълнявам си задълженията, жертвам се за цялата група, а този дори ми се подиграва!"

"Виж какво, знаеш ли, че аз чета мислите ти? Не ти се подигравам, наистина те поканих да летим. Ти твърде лесно се обезкуражаваш. Кой ти каза, че щом имаш задача да се грижиш за крилете на другите, не можеш да използваш своите собствени?"

"Но аз никога не съм го правил, много е трудно. Не, остави това."

"Пепино, това е твоят шанс! Аз нямам време за губене, трябва да събудя толкова много други като теб! Побързай, оправи си крилете, както само ти знаеш и ела с мен да се качим на онзи склон. Ти ще летиш като всички рибари!"

Пепино си беше стеснителен, а сега се чувстваше и уплашен, защото не очакваше подобно нещо. Все пак, ако трябваше да си признае истината... хм, да летиш всъщност, той често сънуваше че може да го прави. Сега не му оставаше нищо друго, освен да се реши да каже "да". Затова изду гърди и извика: "Искам да летя!"

Докато се отправяше към склона, се появи Туоно, водачът на ятото, който го попита: "Пепино, можеш ли да ми оправиш перата?" Пепино се разтрепери: как да каже "не" на водача? След това забеляза благия поглед на Туоно - разбра, че и той искаше да го види най-после да лети и, без сам да знае как, събра смелост да каже: "Не, водачо, сега ще летя - може би по-късно ще ти помогна." Пъстроцветният рибар и Туоно си намигнаха взаимно: успяхме! Пепино разпери криле и

се издигна в полет... Това е свободата.

5. CERATO (ЗЪБНА ТРЕВА)

Детето *Cerato* винаги пита дали направеното от него е добро, защото няма доверие в собствената си преценка. В училище жадува за непрекъснати поощрения от страна на учителя. Понякога създава впечатление, че е "глупаче" и не успява да бъде убедително, но всъщност не е глупаво, а само несигурно. То иска винаги да е в крак с модата, често имитира останалите и, вместо да излиза с предложения в игрите и в учението, винаги е зависимо от мнението на другите.

В училище е склонно да изтрива непрекъснатото онова, което е написало - дори когато е вярно. Много пъти може добре да отговори на зададения въпрос, но не смее да вдигне ръка, защото му се струва невероятно да знае.

То се стреми да купува същите игри като тези на приятелите си или като онези, които предлага рекламата. Макар че сърцето му желае играчката-укрепление и фигурките-индианци, ще поиска последната видео-игра "като всички", защото не иска да се чувства различно. *Cerato* понася зле различието, възприема го като нещо негативно, а не като невероятно красиво и човешко. Ето защо накарайте тези деца да разберат колко хубава е индивидуалността и колко би било скучно, ако всички бяхме еднакви! Ето проблемът, върху който трябва да се работи настойчиво, за да възприемат тези деца ценността на собственото си съществуване, на индивидуалното си усещане за да се доверят на своя вътрешен глас и да бъдат свободни в своето мислене.

Деца *Cerato* често са направо гладни за информация. Те искат да знаят всичко и търсят съвет от всички, но понякога по един нагласен начин - като прехвърлят собствения си избор върху другите. *Cerato* може да се приложи позитивно именно при деца, които непрекъснато променят идеите си, вечно се съмняват.

В игрите и в приказките им обърнете внимание върху това, че по-голямата част от човешките открития са били направени, защото някой е намерил смелостта да следва своята интуиция. Използвайте примери, за да ги накарате да приемат ценното в индивидуалността, като цитирате техните герои, например: Робин Худ е правил това, което е смятал за правилно, а ако Христофор Колумб беше слушал съветите на другите, сега нямаше да пием кока-кола.

Cerato

Аз вярвам на собствената си преценка.

Аз знам какво е правилно за мен.

Аз вярвам на своята интуиция.

Аз се уважавам достатъчно много.

Аз имам смелостта да следвам своята интуиция.

МАГАРЕТО РЕВЕ, А КРАВАТА - НЕ...

Във фермата на Сдручоло - едно селце, разположено малко върху нанадолнище - имаше... какво искате да е имало? Много животни, разбира се. Полдо беше едно живо и пъргаво патенце. То търсеше винаги някого, когото да имитира -минаваше покрай обора, виждаше кравите и се опитваше да мучи; чуваше овцете и искаше да блее.

Във фермата се говореше, че Полдо е глуповат. Не че е особено мило да кажеш за някого, че е глупак, но тъкмо това бе мнението, което се ширеше! Патицата не е кон и, ако може да плува, не може да галопира, но Полдо настояваше да се научи. Питаше също и как да държи човката си, за да може да реве като магаре.

Тази негова странна мания да имитира другите му навлече - освен лошата слава на глупак - и доста беди... Когато изяде ярмата на кравите, получи ужасни болки в корема, а когато се опита да гризе дървото като заек... оставам на вас да си представите състоянието на човката му.

Майката патица го умоляваше да осъзнае, че е патенце, но на вас ви е ясно, че майките почти никога не биват слушани.

Един ден във фермата пристигна един прекрасен паун. Излишно е да ви казвам, че Полдо се опитваше по цял ден да разпери опашка - разбира се, напразно. Паунът беше много мъдър, пребивавал бе месеци наред в една тайнствена, магическа долина и често разказваше на другите животни толкова увлекателни случки, че всички го слушаха в захлас. Полдо беше винаги "на първия ред" и един ден паунът ненадейно го попита: "Каж ми, Полдо, кое е това животно, което

снася яйца, плува в блатото, има ходило с форма на палма и пръсти с ципа между тях, може да лети много добре, има жълта човка, разноцветни пера и прави "ква-ква"?"

"Патицата?" - по-скоро попита, отколкото отговори Полдо, който никога не беше сигурен в себе си.

Паунът каза тържествено и кратко: "Да!", но Полдо разбра и от този ден най-после беше само патица - и то стопроцентова.

6. *CHERRY PLUM* (ДИВА ДЖАНКА)

Това дете почти със сигурност страда или е страдало от нощно напикаване. Успява да се контролира през деня, но нощем се "изпуска". Може да демонстрира пристъпи на гняв, маниакално поведение или фобии.

Винаги играе едни и същи игри, облича все същия анцуг (ако той не е изпран - да му мисли майка му). Иска да държи всичко под контрол, затова е любопитно и тършува с подозрение във вашите чекмеджета или чанти. Ходи непрекъснато напред-назад, подскача, а понякога може да си удари главата в стената или в мебелите.

Cherry Plum може да помогне на деца аутисти¹ или психотични деца²; освен това е подходящ при заекване, предизвикано от прекомерен самоконтрол. Може да лекува и заекване, причинено от стеснителност, поради вътрешно напрежение или по други причини. Използва се при "превъзпитаване", при възвръщане на говора след травми, заедно с *Chestnut Bud*.. Много е полезен при случаи, когато децата плачат или крещат истерично, неконтролируемо, но и в противоположни такива - когато са обзети от мания за ред и подреждат всичко, от моливите до приборите за хранене, или пък сгъват отново и отново, до съвършенство, маншетите на ризата.

Трябва да се знае, че който има нужда от това средство е като че ли седнал върху експлозив - затова се опитва да контролира всяко движение, защото усеща, че и при най-малкия трус всичко може да се взриви. Наистина, случва се да видим деца, които приличат на самия господин Съвършенство, а на следващия ден са в състояние да "захапят до кръв" своя приятел, който ги е блъснал по невнимание.

Тези деца не показват и не споделят своите страхове, но на практика се страхуват и от самите себе си, и от собствените си мисли - затова мълчат. Думата "отпускане" за тях не съществува, затова можем да им помогнем с дейност, чрез която ще се научат да прилагат принципа "карай да върви" Под форма на игра бихме могли да използваме някои техники, които ще им се отразят добре - като масаж с топки, обработка на глина и слушане на нежна музика. Ала, освен да ги накараме да се отпуснат, нека използваме по възможност игри, които ще им помогнат да изразяват и агресивността си по контролиран начин, вместо да чакаме кризите. Нека да боксираме възглавниците, да играят на борба, да покрещат за определено време, да се развихрят в изключително бързи народни танци, при които се пляска с ръцете, да се посветят на дребни дърводелски дейности, които се състоят в това да се забиват много пирони с чук!

При по-тежки случаи е ясно, че *Cherry Plum* може да бъде "подкрепен" от други терапии - както медицински, така и психически. Макар че доктор Бах казва, че "болестта се разтопява като сняг под слънцето...", не мога да обещаая, че този лек сам ще излекува една психоза. Трябва да се вземат предвид също конституционалните фактори и окръжаващата среда, които изискват помощта на специалист-психиатър.

Cherry Plum

Аз оставам силен и при тежък стрес.

Аз съм спокоен и смел.

Аз избрах да бъда уравновесен и стабилен във всяка ситуация.

Аз съм силен като скала.

Аз правя това, което е правилно.

ЕДНА ВИСОКА, ВИСОКА КУЛА

Един великан живееше в кула, пълна с мебели и най-вече със скринове, за които беше

1 Аутизъм (от гръцки autos = "сам") - състояние, при което човекът се затваря в собствения си свят; затвореност, необщи-телност

2 Психотичен - напрегнат, възбуден, дори агресивен. Състояние, характерно за някои душевни разстройства

обичайно да се пълнят с какви ли не дреболии. Той не само си запазваше и това, което никога нямаше да му послужи, но имаше и навика да изписва листове и листове, в които отбелязваше всички свои ядове и всички свои страхове. След това ги затваряше - трак! - в чекмеджето; никой не биваше да ги вижда.

Кулата изглеждаше подредена, защото всички вехтории бяха добре скрити в мебелите, а извън тях цялата покъщнина беше съвършено подредена по височина от ниско към високо. Всички чашки за кафе бяха поставени с дръжките наляво, всички кани - с дръжките надясно. Тежко и горко на този, който би дръзнал да наруши реда; великанът си имаше свой начин на подреждане и никой нямаше право да го променя. Е, той и не приемаше много гости, защото си имаше едно доста нервно характерче, лесно се поддаваше на гняв, а и винаги много умуваше, подозираше всички... Всъщност си беше един нещастник -голям и дебел, с всичките си страхове, затворени в чекмеджета, които ставаха все по-пълни и рискуваха да се пръснат.

Великанът си купуваше още гардероби и скринове, а кулата се люшкеше под тежестта на целия този товар, но той не си даваше сметка за това, защото се страхуваше единствено да се лиши от каквото и да било.

Понякога го спохождаше изкушението да изпочупи или изгори всичко. Не беше лесно да държи под око и в ред цялото това огромно имущество, но той не беше в състояние да предприеме каквото и да било... до момента, в който с това не се зае един хубав ураган! Докато великанът тичаше към градината, където беше проснал огромното си пране (чорапи, закачени в градация по цветовете - от по-светли към потъмни; прецизно подредени тениски), една мълния улучи центъра на кулата - и без това претоварена и застрашена от срутване. Тя се сгромоляса, превръщайки се в купчина от развалини.

Великанът плака, вика, крещя, а после се нахвърли с ритници върху камъните: "Нещастният аз, вече си нямам нищо, нищичко! Всичките ми спомени, всичките ми документи, всичките ми дреболийки..." Но докато крещеше и ридаше, всички страхове, които бе държал притиснати като в тенджерата под наляга не, изплуваха на повърхността. След като си изля душата, великанът си даде сметка, че май се беше освободил - можеше да започне наново, можеше да си построи по-малка кула, по-весела, по-малко наблъскана с мебели, а можеше и да живее някъде друга де... Изведнъж му олекна и той си каза: "Защо не?" Събра тениски и чорапи, откри сред развалините една раница и торбичката със сребърните монети... и с весело подсвиркване тръгна към една нова цел, без да поглежда назад. Кулата държа великана като затворник твърде дълго време... Сега от кулата бяха останали само развалини, а той се чувстваше като нов.

7. CHESTNUT BUD (ПЪПКА ОТ БЯЛ КОНСКИ КЕСТЕН)

Chestnut Bud е особено полезен цвят за малките ученици - за тези, които учат трудно или често повтарят едни и същи грешки. За разлика от детето *Cerato*, което нерядко изтрива написаното, дори и когато то не е сгрешено, нуждаещото се от *Chestnut Bud* дете действително не си дава сметка, че греша. То често е разсеяно, спъва се винаги в едно и също стъпало, обича да повтаря все същите изрази, както и вече разказания анекдот - затова приятелите му се отегчават от него и започват често да го избягват или му се подиграват

Това дете не успява да осмисли грешките, отново и отново ги повтаря, винаги забравя вкъщи "онази" тетрадка, не умее да се съсредоточава и не проявява интерес към училището. Всъщност, неговите пространство и време са различни от тази на другите; действителността, която обитава, е някак забавена и поради това на него му липсва координацията между вътрешно усещане и реалност. Често се питаме как успява да намери толкова "глупави" и неподходящи отговори, а неговата учителка непрекъснато му повтаря: "Мисли, преди да говориш!"

Chestnut Bud е полезен на тези деца, които страдат от *Trisomia 21* (синдрома на *DOWN*)¹, като им помага в ученето. Препоръчва се също на деца аутисти или на такива със забавено развитие.

Разглежданото лечебно средство помага при периодично повтарящите се болести, където принципът е същият- "урокът" не е разбран и трябва да се обясни отново, докато се усвои. Това се отнася и до цикличните болести.

Този "лек за изпити", препоръчан от самия доктор Бах, има способността да възстановява силата на концентрацията и така да улеснява заучаването. Извън училището се препоръчва на тези,

¹ Тризомия 21, известна още като синдромът на Даун, е генетично заболяване, при което е налице хромозомен дефект. Изразява се с психическа неадекватност и забавено умствено развитие.

които не искат да пораснат и да учат - за всички като Пинокио и Питър Пан, независимо на каква възраст са.

Чрез *Chestnut Bud* вдъхваме на този тип деца удоволствието от новото, от познанието с помощта на така наречените "евристични" игри на разкриването, на разгадаването. Трябва да им се даде възможността да оценяват, да откриват, да се провокира тяхното любопитство. Има безкрайно много начини, по които това може да стане. След това можем да им подготвим изненади, за да придобият вкус към удивлението, да им предложим игри със загадки, в които трябва да открият грешката и книги с променящо се действие, за да разгадават мистерии и приключения. Следователно просто трябва да посетите някоя добра книжарница за деца.

Не смесвайте този тип психика със *Cerato*, който изтрива винаги и онова, което е вярно. В случая *Chestnut Bud* детето наистина не си дава сметка, че греша, а освен това го няма "гладът" за новости - напротив, става дума за повторемост

Chestnut Bud

Аз научавам нещо ново от всичко, което правя. Моето минало е извор на сила и енергия за мен. Аз наблюдавам и се уча от другите. Аз виждам нещата такива, каквито са в действителност. Аз се уча от своите грешки.

КОГАТО БЪРКАШ, СЕ УЧИШ ОТ ГРЕШКИТЕ СИ. НО ТРЯБВА ДА ГИ ОТЧИТАШ

Имаше една феичка - нали знаете, от онези мъничките, светещи същества, със златни крилца и муцунка, приличаща донякъде на муцунката на мишле. Подобно на всички феички, тя ходеше на училище за магии, но не постигаше големи резултати... Когато научеше дадена формула, вместо да учи и други, с месеци продължаваше да прави една и съща магия. Естествено, оценките на Артемила бяха доста ниски, а и никой не се интересувахе от нейните игри, защото те също все се повтаряха.

По време на уроците Артемила не внимавахе много и грешеше. Тя дори и не забелязвахе, че прави все една и съща магия - онази да превърне жаба в принц. Честно казано, това всички можем да го правим, нали?

Другите феички удивляваха околните с разнообразни магии - с всеки изминал ден все по-трудни. Крилцата им ставаха все по-блестящи и техните приятели им ръкопляскаха. Артемила почти не си даваше сметка, че въобще не напредва. Струваше й се, че учи, посещавахе уроците... Дори всеки ден се спъваше в жасминовия храст, та затова винаги имаше лепенка върху лакътя.

Учителката на феите реши, че е настъпил моментът да направи нещо за тази малка ученичка. Тя й съчувстваше, като виждаше, че стои изолирана и че никога няма да получи полагащата се на всички феи вълшебна пръчица. Затова учителката приложи своето магическо изкуство - тя постави Артемила върху колелото на един часовник като на въртележка, завъртя я стремително и изрече следната формула.

Въртят се, въртят се стрелкичките,

крилцата в позлата са целите.

По-скоро, че май закъсняваме -

на стрела с бързината литнете,

тази феичка вий научете;

не може урокът да чака.

В кратунката нейна сипете солница,

в устата й формули нови сложете,

та нови неща да поиска да знае.

И нека отпратим далеч повторенията...

Върти се, върти се стремглаво, стрелкичке -

сега вече всички ще бързаме с теб.

Когато странната въртележка се спря, Артемила беше замаяна и изтощена, но чувстваше и някакъв сърбеж в главата и в крилцата. На мига я обзе желание да превърне един слон във виолетка... е, появи се лале, но тя не се обезкуражи. Вече беше разбрала, че когато бъркаш, се учиш от грешките си. Затова нейният трети опит се увенча с голям успех. Всички й ръкопляскаха.

8. CHICORY (ЦИКОРИЯ)

"Това е мое!" С потребност да притежава и качества на изнудвач, детето *Chicory* иска всички да са на негово разположение, нищо не отстъпва, от нищо не се отказва, нито пък дава каквото и да е назаем. Понякога се опитва да "изтръгне" подаръци и ласки дори като се разболе... така със сигурност всички ще са на неговото височайше разположение! По време на боледуването малкият тиранин ще предизвиква съжаление и ще държи всички в ръцете си.

Може да е дребнаво дете, да плаче често и да има склонност да драматизира.

Трудно му е да се откъсне от майка си и често състоянието *Chicory* е налице както при детето, така и при майката - на едипово и симбиотично ниво. Полезно е този лек да се съчетае с *Red Chestnut*.

Ревниво към своите неща и към своите чувства, това дете е приело за свое правилото "ще ти дам, но при едно условие" (това, разбира се, е лошо, но вината не е негова). То ще даде целувка на баба си (която обикновено е *Chicory* като него) само в замяна на три бисквити или на ново автомобилче.

Chicory се прибавя към *Holly* във всички случаи на ревност - най-вече, когато се появи братче или сестриче, което отнема част от вниманието на майката.

Момиченцата, които имат нужда от *Chicory*, са тези мили "женички", които много се грижат за по-малките, стига те да правят онова, което каките искат. Задушават ги с целувки и ласки и дори включват глупави стихчета... но на висока цена! Наистина, само ако някой посмее да се откъсне от нейното поле на действие, "нежната майчица" става отмъстителна като звяр; изобщо, тя доста рано се подготвя да стане една потискаща и досадна майка... Явно това е моделът, който това момиче познава.

И в игрите децата *Chicory* могат да се разпознаят веднага: те избират винаги ролята на учителки, медицински сестри, на "майка Кураж"

Всички трудности при взаимоотношенията с другите се раждат в резултат на заложените в тези деца чувство за собственост и ревност, от претенциите им за нещо в замяна. Те правят трагедии, ако най-близката им приятелка отиде на закуска с друга, ревниви са, ако съученикът бъде похвален от учителката за колективна работа, в която нашият "герой" (или "героиня") е дал максимум от себе си, а похваленият - нищо... или поне така *Chicory* вижда нещата.

Изобщо тези деца изискват много работа с тях. Преди всичко е необходимо техните родители да променят поведението си, защото те явно имат погрешна представа за любовта. Затова нека се опитаме да накараме тези деца да се научат да обичат заради удоволствието да го правят, като им подарим някакво животинче... но трябва да внимаваме те да не го поробят, а да се грижат за него, да го гледат, да го гаят.

Това, което трябва да развият, е усещането за универсална любов - към растенията, цветята, камъните... и към всички деца по земята, които имат по-малко късмет от тях. Защо например да не ги включим в някаква дейност за подпомагане на деца от Третия свят? Те ще бъдат щастливи да подарят някое свое спестяване и бъдете сигурни, че няма да очакват нищо в замяна.

Не подхранвайте у тях схеми от типа на "ако получиш хубава оценка, ще ти купя желаната играчка". Ако искате, купете му я и толкоз - иначе ще се получи една размяна на сладки изнудвания и повече или по-малко замаскирани подкупи. В позитивното състояние *Chicory* се свързва с Безусловната Любов - нещо, върху което всички трябва да се замислим, до което всички трябва да се докоснем и към което всички трябва да се обърнем. Важно е да знаем, че от нас самите Безусловна Любов може да извира само ако обичаме и приемаме докрай самите себе си. Как иначе ще можем да обичаме безгранично другите? Когато постигнем това, ще се чувстваме добре, без да имаме никакви специални очаквания... Точно тогава... всичко ще си дойде на мястото!

Chicory

Аз обичам безусловно.

Аз уважавам независимостта на другите.

Аз съм достоен за любовта на всички.

Аз се радвам на цялото внимание, което ми е необходимо.

Аз давам, без да очаквам да получа.

ГОСПОЖА КАТЕРИНА И НЕЙНАТА СЪСЕДКА

Къщата на госпожа Катерина е като огледало: подът и мебелите блестят, пердетата са снежно бели, върху мебелите са поставени скъпи статуетки и украшения. Госпожа Катерина държи на своята къща, докато нейната съседка... Е, не, че е мръсна, но предпочита да свърши бързо работата си, за да има време да си чете книгите и да ходи на курс по танци.

Госпожа Катерина я порицава и ѝ дава съвети... макар че съседката ѝ, честно казано, не ѝ ги иска. Ала госпожа Катерина е убедена, че само тя знае как се постигат покривките или как се гладят ризите. Тя продължава да гладя ризите на синовете си, макар че вече са женени; казва, че снахите ѝ работят извън къщи, а и гладят лошо. Междувременно обаче се оплаква, че я болят краката. Нейната съседка ѝ казва: "Ами тогава не гладете! Елате и Вие на курса по танци - те ще Ви се отразят добре на краката, а и ще се забавлявате."

Катерина мърмори: "Как може да помислите, че имам време за губене? Аз съм добра майка и се жертвам за своите деца."

"Да, но после се оплаквате и не се чувствате добре... Вижте какво, аз също имам деца; не мислете, че не ги обичам, но ги научих да могат сами да се грижат за себе си. Мауро, който учи в Лондон, сам си приготвя яденето и се пере, а Елиза, която е стюардеса, виждам наистина рядко, но знам, че е добре и това ми стига."

Госпожа Катерина е възмутена: дъщерята все лети нанякъде със самолетите, а синът е сам толкова далече... "А-а, не - аз моите деца съм ги убедила (или принудила?) да живеят тук наблизо. Идват всяка неделя на обяд (и горко им ако не дойдат!). С часове им приготвям пълнено пиле и торта с ябълки..."

"Чуйте ме - прекъсва я съседката - не смятате ли, че би било по-добре, ако понякога ги оставите да си правят собствена програма? Аз не искам да се изявявам като клюкарка, но всяка неделя ви виждам с удължени от напрежение физиономии! Винаги разказвате за някакво ново притеснение. Ами оставете ги да си живеят живота - ще ги виждате по-рядко, но ще са по-весели, ако те сами решат да Ви дойдат на гости..."

"Престанете, толкова сте невъзпитана! Гледайте си вашите работи! Вие ли ми го казвате, егоистка такава, дето предпочитате да танцувате и да четете вашите глупости, вместо да се притеснявате как са децата ви! Вие сте една ненормална майка! Не си позволявайте да говорите повече с мен!" - изкрещява госпожа Катерина, обидена.

„Не исках да Ви обидя, а да Ви помогна. Ако продължавате да се правите на квачка и да смятате, че децата ви са пиленца..."

"Казах Ви да млъкнете" - и госпожа Катерина си тръгва, затръшвайки вратата.

Чува се звънът на телефона в къщата на съседката. Катерина, която обикновено не се занимава само със собствените си дела, подслушва през стената и чува гальовния глас на съседката, която казва: "Разбира се, че можеш да дойдеш за Великден с приятелката си, Елиза... Не, не се притеснявай, аз ще приготвя... Да, изплетох ти онзи пуловер, розовия, който ти харесваше... Но да - разбира се, че не се изморявам, ходя дори на курсове по танци... Вие сте две прекрасни деца и аз съм щастлива, защото в събота ще пристигне и Мауро... Да, не ти ли го бях казала? Ще дойде с английската си годеница и, за да ги изненадам, научих няколко фрази на английски... знаеш ли, такива, дето биха ми хрумнали... дето ти идват от сърцето... Знаеш ли, днес пък исках най-чистосърдечно да помогна на госпожа Катерина - да я накарам да разбере, че любовта не е да притежаваш - но я ядосах, горкичката. Направо се е препълнила с тъги и проблеми, та се надявах да ѝ бъда приятелка, но... здраве да е... Може би повече няма да ме поздравява. Чао, слънчице - стига сме говорили, че прекалено много пари ще похарчиш."

Лицето на Катерина е почти уплашено. Значи така стоят нещата, а тя нищичко не е разбрала. Нейната съседка не е егоистка, както мислеше тя - напротив, обичана е от децата си, а и тя ги обича... Какво да направи?

Госпожа Катерина разбира, че трябва да се промени. Отваря вратата и почуква на съседката: "Извинете, че бях малко рязка. Кога е курсът по танци? Знаете ли, ако действително помага на кръвообръщението... Мислех си, че моите снахи биха могли да занесат ризите на химическо чистене или да ги изгладят в неделя... Разбира се, че трябва да си стоят и в тяхната къща. Даже, ако Вие желаете, можем да отидем двете на кино..."

Една топла прегръдка между двете жени - и ето го началото на едно голямо приятелство. Това е безусловната любов.

9. CLEMATIS (ПОВЕТ)

Разсеян, с мисли в облаците... Поради своята отвейност в училище е истинска "трагедия": учителката му говори, а той преследва сънищата си и своите фантазии... или някоя летяща муха.

Макар и очевиден мързеливец, той притежава един богат, фантастичен вътрешен свят - със сигурност по-забавен от класната стая. Рисува много добре, защото е фантазьор, но е възможно зрението и слухът му да не са съвсем в ред, защото се откъсва от действителността. Очарован е от бъдещето: космически роботи, машина на времето -това е неговата действителност, защото той не е напълно "тук и сега"

Губи всичко онова, което е почти невъзможно да се загуби, пада от стола, защото е разсеян, а освен това е и поспаланко...

И *Clematis* е част от "лековете за изпити"; съдържа се и в *Rescue*. Не бива да забравяме важността на този Цвят, който отново ни връща на земята.

Деца на *Clematis* може да са бледички и да имат студени ръце и крака. Техният слаб интерес към настоящето води до липса на апетит, а когато са болни, оздравяват бавно и трудно.

За тези деца са подходящи всички дейности, които са свързани с това "да се получи контакт със земята" танци, надбягване с чували, градинарство, работа с глина или каквото и да било, стига то да не "развинтва" още повече фантазията им. Не че в това има нещо лошо, но те и така живеят твърде много във въображаемия си свят

В менюто им трябва да се включват храни, богати на енергия - ето защо парче шоколад от време на време ще им се отрази добре.

Не разрушавайте техните въздушни кули, а насърчавайте "пренасянето" на фантастичния им свят в действителността - по този начин той ще им бъде опора в преодоляването на несигурностите и страховете. Поощрявайте артистичния изказ на фантазията им - примерно като дадете на тези деца възможността да изразят чрез рисуването своя начин на съществуване.

Clematis

Аз съм тук и сега.

Аз съм убеден във всичко, което правя. Аз изживявам пълноценно всеки миг.

Аз довеждам намеренията си до резултат. Аз съм стъпил здраво на земята.

ФЕЯТА КАМЕЛИЯ

Да бъдеш фея е прекрасно и Камелия беше щастлива, че може да лети високо-високо над облаците - все по-нагоре и по-далече. Светът оставаше долу, а в небето бяха само фантазията и оцветените небесни дъги. Нейните вълшебни ръце създаваха позлатени изображения, блестящи небесни картини, в които звезди и цветове се сливаха в извивки от въображение.

Само че Камелия забравяше да яде... Често летеше толкова много, че после трябваше да спи часове наред. Понякога пропускаше урока по магия. Никога не беше стъпила твърдо на земята и, ако я питаха нещо, отговаряше отнесено и с блуждаещ поглед. Често чуваше да я питат: "Камелия, къде ти е главата?" Ех... там горе!! Действителността, нещата от ежедневието изобщо не я интересуваха. Предпочиташе да живее в своя свят. Беше мечтателка, артистка - за нея съществуваше само безкрайната небесна шир, там се чувстваше най-добре.

За беда, един ден Камелия се разболя. Е, не беше нищо страшно - просто едно лошо възпаление на сливиците, - но трябваше да се лекува, феята-билкарка й приготвяше отвара от лековити билки, но Камелия, освен че забравяше да ги пие... излиташе навън! Това влошаваше състоянието й, вместо да го подобри и сливиците й не оздравяваха. Изглеждаше, че тя наистина не се интересуваше дали ще оздравее.

Тогава феята-билкарка реши да остане при нея и седна до леглото й - така Камелия нямаше да излети навън и щеше да оздравее. Ала билкарката осъзна, че малката фея може лети и само чрез въображението си. Дори и за миг тя не искаше да стои на земята.

"И все пак, ще ми обясниш ли защо си все в небесата? Та ти не си птичка. Макар и да можеш да летиш, трябва да живееш и да се учиш тук. Какво става с теб?"

"Там горе аз се чувствам добре; виждам толкова неща от висините - фантастични, цветни..." - отговори малката Камелия.

"Но и тук има такива. Погледни навън през прозореца - виждаш ли цветята? Не са ли

прекрасни и пъстри? Пипни тревата, пипни земята, помисли за чудото, че всичко това идва от едно семенце. В небето има звезди и облаци, но какво друго? Опитвала ли си се да работиш в твоята градина?"

Феята-билкарка направи всичко възможно да събуди интерес у Камелия към нещата от ежедневието. Заедно посадиха анемонии и моркови, направиха торти с форма на звезди и сладки, приличащи на сърца.

Билкарката ѝ показва какви магии могат да направят иглата и конецът, убеди я, че нейните фантастични изображения могат да се направят с каквото и да било - от венчетата на цветята до копчетата. Защо феята правеше всичко това? Защото не биваше да се подценява опасността Камелия да отлети и повече да не се върне. Нейните бягства в света на фантазиите трябваше да бъдат по-кратки, а краката ѝ - да докосват земята поне от време на време.

За да предотврати всичко това, феята-билкарка подари на Камелия един чифт златни обувчици - много красиви, но и доста тежки. Така, след всяко реене във въздуха, Камелия щеше да се връща на земята, за да си почива. Знаете как е... целта оправдава средствата.

10. CRAB APPLE (КИСЕЛИЦА)

Душ, шампоан и гребен - детето *Crab Apple* се грижи много за себе си. Внимава ноктите му да не са мръсни, пуловерът да не мирише лошо. Чистоплътно до маниакалност, то си сменя чорапите по два пъти на ден и се залива с одеколон.

Никога няма да използва чужда тоалетна и обувките му ще са винаги чисти. То просто не докосва земята, или - в краен случай - го прави много внимателно, без да се изцапа. Приборите и чашите му са щателно подбрани, иска да му се сменя вилицата при всяко ястие - в противен случай ще я избърсва старателно в покривката

Детето *Crab Apple* може да изпитва срам от тялото си, а не е изключено да пази болезнен спомен от сексуален тормоз.

Често *Crab Apple* се предписва при възпаления на кожата, кожни обриви, петна, също при катар и простуди. В системата на доктор Бах се смята за пречистващо средство. Може да се ползва и като тоалетна вода, и като помада. Това средство се препоръчва при телесните проблеми в пубертета като младежки пъпки. Тъй като е пречиствател, може да бъде полезен при проблеми с червата (понякога болките в корема са свързани с нагласата "карай да върви"), както и при алергии, бронхити и всякакви случаи, при които нещо трябва да се изчисти.

Добре е да се има предвид и едно друго възможно приложение на този лек - при липса на комфорт и притесненост

Често детето *Crab Apple* не се чувства "на висота", усеща неудобство, че не си е "на мястото" За съжаление, стереотипите, създавани от нашия ум, ни карат да живеем зле заради една пъпка, една бенка, нос като картофче, малко коремче. Негативното състояние на *Crab Apple* ни кара да смятаме, че имаме "мръсни" мисли, само защото искаме да видим тялото на някой друг.

Crab Apple е съставка на помадата *Rescue Cream*, но може да се използва в разтвор за къпане или за компреси. Две или три лъжици вода и две капки *Crab Apple* се превръщат в пречистващ лосион.

След приема на много лекарства, това средство пречиства организма от натрупаните токсини.

Crab Apple

Аз се освобождавам от нежелани мисли.

Аз заслужавам да бъда здрав.

Аз се възприемам с нежност и интерес.

Аз окуражавам тялото си да оздравее.

Аз се обичам.

МЕЧОКЪТ ТОМИ... И ЧИСТИТЕ ЛАПИ

Да живееш в гората и да искаш да не си изцапаш лапите?! За един мечок това, меко казано, не е лесна работа. Без сам да знае защо, Томи непрестанно се тормозеше от микробите. Когато неговите приятели намираха кошер и си пъхаха лапите в него, за да ближат меда, той с отвратена физиономия тичаше при извора да се измие. Другите мечки ловяха направо от реката големи риби,

а Томи, когато въобще го правеше, използваше въдица и стръв; след това хубаво изчистваше рибата, обезкостяваше я и я измиваше и премиваше, преди да я изяде.

Неговата бърлога беше изключително чиста, защото той беше обявил война на праха и мръсотията. Дните му минаваха в непрекъснато чистене на къщата и дълго миене на тялото и козината му.

Другите мечки му се подиграваха. Известно е, че не може да си мечка и да си пръскаш дезодорант върху козината през три часа. Как да не се изцапаш с кал, като живееш в гората? А освен това - що за страх е този от микробите и болестите! Има ли такова чудо мечка да си прави изследване на кръвта или да ходи на операция за отстраняване на апендикса - само заради това, че от една развалена ябълка се е почувствала зле?

Наближи времето за зимен сън и всички мечки започнаха да ядат до пръсване, защото трябваше да напълнеят, преди да заспят до пролетта. Томи обаче бе изцяло погълнат от основното почистване на бърлогата си, като запечатваше прозорците и всички пролуки, за да не проникнат микроби. Той не искаше да напълнее заради зимния сън, тъй като страдаше от страха да не стане "дебеланко".

През последните дни на есента, непосредствено преди зимния сън, Томи видя, че другите мечки ядат обилно плевели... "Каква гадост!" - каза той и отвратен влезе в бърлогата, изми си добре зъбите и си легна: всичко беше наред.

Само че след няколко дни сън Томи се събуди от ужасни болки в корема. Не разбираше какво става... Ненадейно го нападна такова разстройство, че той страшно се изплаши и изтича при най-възрастния мечок: "Събуди се, мечо Лигранио - зле съм, болен съм!"

"Хей, кой ме безпокои посред дълбокия ми зимен сън? Буди ли се спяща мечка? А, ти ли си, Томи! Да не би случайно да си свършил почистващия препарат? Или си дошъл да ми кажеш, че си открил гъба сред прахта?"

"Не, лошо ми е, много съм зле, имам ужасни болки в корема и още... и още..."

"Разбрах, имаш също и разстройство, и не само това. Ако не беше такъв гнуслив мечок, какъвто си, щеше да се сетиш, че имаш и глисти!!"

"Не, не, глисти не - само при мисълта за тях бих могъл да умра. Не ми говори така, не е възможно! Аз ям малко, не е възможно... глисти... не!!"

Мечокът Лигранио отговори: "Напротив, скъпи приятелю - така е, макар да знам, че си потресен от погнуса. Извинявай, три дни преди да заспим ти яде ли като всички нас горчивата трева, за да се пречистиш?"

"Не, гнусях се от това мръсно тревеще..."

"Добре, мило мое мече - но кога най-после ще станеш истинска мечка? Казвам ти - откакто свят светува, ние, мечките, си прочистваме корема преди да заспим за месеци именно с това "тревеще"... иначе се появяват глисти и ни е зле. А ти, на всичкото отгоре, си толкова стерилен от главата до петите, че, за да се разболееш, е достатъчно една мравка да остави следи по пода!"

"Сега ще умра ли?" - попита уплашен Томи.

"Не, разбира се. Изпий тази отвара от горчиви билки и след няколко часа ще се почувстваш много по-добре. Ето, изпий всичко на един дъх."

Томи погледна чашата и тя не му се видя много чиста... поколеба се, но вдигна поглед и видя, че Лигранио беше вдигнал лапа. Разбра, че този път ще получи шамар... и че си го заслужава. Затова изгълта на един дъх отварата и се затича към бърлогата си.

11. ELM (БРЯСТ)

Ако ви се струва, че училище, плуване, танци, уроци по немски и всичко друго, което сте възложили на вашето дете, са "прекалено много неща", то... разкайте се (*Pine*) и му дайте *Elm*, който помага да преодолеем във всеки момент отпадналостта и безсилието.

Elm се препоръчва и в случай, че детето трябва да се изправи пред активни изяви и отговорни моменти - например изпити, изпълнения пред публика, състезания и т.н. Дава се и при така наречените "болки от растежа", когато неговият скелетен апарат се формира и претърпява промени.

Този лек може да помогне и при една обща възбуда, като премахне вътрешната напрегнатост и създаде чувство на сигурност.

Детето, което казва: "Уморено съм, не успявам да свърша всички задачи през седмицата,

прекалено много са!", има нужда от *Elm* и от... не толкова възискателна учителка.

Бихте могли да помогнете на това дете и като го карате да прави упражнения за отпускане и презареждане, основаващи се на дишането и творческата визуализация (създаване на конкретен образ чрез въображението). Не се безпокойте за него, защото за него това ще бъде дори по-лесно, отколкото за нас. Използвайте картини от природата, в които детето би могло да черпи от собственото си въображение, за да открие средство за презареждане. Може да бъде дърво или делфин - това няма значение.

Онова, което ни интересува, е да приучим детето да вникне в себе си, да достигне до извора на своето съществуване и да свикне да привежда в движение енергията, която открие там. Тези упражнения могат да се правят в детската градина в моментите на почивка: така, още от съвсем малко, детето ще спре да осъзнава като наказание следобедния сън, а ще го приеме с радост като една приказна възможност за полет.

В края на тази книга ще намерите няколко малки примера за "медитация".

Взимането на *Elm* е много важно по време на юношеството, защото е много трудно да бъдеш винаги на висота във всичко, което се иска от теб: училище, задължения, физически растеж и промени (добавете и *Walnut*). Всичко ускорява порастването ти, а толкова много ти се иска да останеш дете поне за още малко, колкото и тежко и мъчително да е това.

Elm

Аз съм оптимист.

Аз не смятам, че трябва да бъда перфектен във всичко.

Аз съм отговорен само за тези неща, които сам избира да правя.

Аз имам помощта, която ми е необходима.

Аз се отказвам от задължението да правя всичко.

МРАВКАТА... ГРАДИ КАРИЕРА

Беше много способна мравка - успяваше да пренесе огромни трохи, можеше да организира всичко толкова добре, че останалите мравки ѝ поверяваха всяка нова задача: "Трябва да се изкопае тунел за трохите от бисквити - нека го направи мравката, която "гради кариера". Тя положително ще се справи много добре с това, а също и с преброяването на оризовите зрънца - така ще сме сигурни, че няма да има грешка: тази мравка е перфекционистка."

Само че по този начин горкичката мравка беше винаги затънала в работа. Никой не ѝ помагаше, но понеже се чувстваше отговорна, тя продължаваше да работи до припадък: "Всъщност, аз съм способна и трябва да го върша. Иначе кой ще го направи?"

Един ден обаче, след като копа, брои и направи опис на свършеното, а после отново и отново... мравката чу вътре в себе си един глас, който крещеше: "Не мога повече, всичко това е прекалено!". Краката ѝ отказваха да се движат и тя се чувстваше така, сякаш бе затисната от планина, но... как да се откаже от работата, която ѝ беше поверена?

Оказа се достатъчно да остави този глас да излезе през гърлото ѝ - и така из мравуняка се чу: "Стига, прекалено е! Не мога и не искам аз да правя всичко, помогнете ми! Не ме интересува дали ме смятате за добра или не - сега съм просто изморена! Свършете своята работа, повече не съм съгласна аз да я върша!"

За миг мравките онемяха, но след това си дадоха сметка, че са прекалили. Всъщност до този момент изглеждаше, че тази мравка е много доволна от то ва да гради кариера. Така или иначе, мравките за почнаха да си разпределят работата, както става във всеки уважаващ се бе си мравуняк. На всеки – неговия дял.

12. GENTIAN (ТИНТЯВА)

Пада духом дори от дребни неща. И счупената ръка на куклата или на плюшената играчка може да го обезкуражи или даже хвърли в притеснение.

Gentian се препоръчва, когато училището просто не върви и се чувстваме като претърпели поражение, както и във всички онези случаи, при които трябва да се утешим след преживяна скръб. Това средство се съдържа в "комбинацията за изпити", в която влизат също *Clematis*, *Chestnut Bud*, *Larch* и *Elm*.

При случай на траур никога не забравяйте да покажете разбиране към детето *Gentian*. За

него е голяма загуба и когато червената рибка умре, защото този тип деца са по-чувствителни и по-хуманни от повечето от нас. Ще им е необходимо доста време да станат цинични като възрастните...

Освен при неуспехи в училище, *Gentian* е подходящо средство за периоди на възстановяване, за преодоляване на разочарования, когато трябва да се започне отначало. Детето *Gentian* е винаги тъжно и често болно. Имайте предвид, че болестта нерядко е бягство - тя е начин да се избегне среща с действителността, с определени нейни аспекти. Затова - дълбоко в себе си - детето *Gentian* дори предпочита да е болнаво или въобще в ситуация, в която да може да въздиша: "Никога няма да бъда щастливо."

Обикновено е затворено и мълчаливо, не обича да бъде въвличано в някаква дейност, защото усеща, че това би разрешило проблемите му. Води заседнал живот, не обича занимания, които изискват енергия. Детето *Gentian* страда от алергии, защото - като типичен песимист - то просто привлича разболяващия го цветен пращец, разсъждавайки: "Какво да се прави, то е ясно, че ще се чувствам зле, така е!"

Повече от всичко друго тези деца имат нужда да развият своята мисъл в положителна насока. Затова трябва да им помогнем да се сдобият с вяра, като им подадем ръка - един първоначален тласък към успеха. Така ка пример може да ги накарате да визуализират много добре едно свое желание - и след това то да се сбъдне...

И още - помогнете им с музика. Веселието без музика и най-вече - без песен - е като небесна дъга в сиво и кафяво.

Gentian

Аз се захващам уверено да правя онова, което е правилно.

Аз знам, че всеки опит е ценен урок.

Аз създавам собствената си действителност.

Аз вярвам в крайния успех.

Аз постоянтвам.

СВЕТЪТ НА СИВКО - АМА ЧЕ ТЪГА!

Той не беше никога доволен. Устата му винаги бе замръзнала в тъжна гримаса. Каквото и да ставаше, все не му харесваше. Ако имаше слънце, Сивко казваше: "О, колко е досадно слънцето!", а ако валеше дъжд: "О, не - вали!" Всичко, което правеше или даже докосваше, ставаше тъжно и сиво.

Не че всичко му вървеше по мед и масло. Всъщност Сивко имаше своите причини да бъде обезверен... но той самият упорито си търсеше проблемите, знаеше предварително какво да направи, за да си развали един хубав ден. Там проблясваше лъч небесна дъга? Хоп - Сивко го докосваше и лъчът ставаше сив, а после казваше: "Каква тъга, всичко е сиво!" Така и не разбираше, че сив е самият той.

Неговият съсед Пиерино беше щастлив, когато бе слънчево, защото тогава можеше да се премята по поляната. Пиерино бе щастлив и когато валеше дъжд - тогава се забавляваше като шляпаше из локвите. А ако в небето се появеше дъга, той се пързалияше, спускаше се по нея, докато сам не станеше многоцветен. Пиерино не виждаше живота в сиво.

Сивко не само не намираще причина да бъде доволен, но и не правеше нищо, за да я открие... и въздишаше. Пиерино успяваше да оцвети в радост всяко нещо, дори и най-малкото.

Ти, който слушаш тази приказка, знай, че тя няма нито начало, нито край. Това е само малък разказ, който съдържа следния извод: "Махни всичко сиво от живота си... светът е пълен с цветове - използвай ги!"

13. GORSE (ПРЕЩИП)

Надяваме се никога да не се налага да използваме *Gorse* за деца, но животът ни поставя пред случаи, при които и децата могат да страдат от хронични заболявания, да бъдат неизлечимо болни или да се налага ампутации. Тогава *Gorse* дава утеха и помага да не се стига до безнадеждност. Да се говори за това е неприятно и тъжно, но и деца могат да лежат на смъртно легло и да имат нужда от подкрепа.

Бледи, възсиви, с хлътнали очи, със сенки под тях, с отмалели клепачи и лоша кожа, много

деца, които растат в условия на голяма бедност и лишения, отговарят на тези характеристики. Това са жестоко изстрадали деца, без никакъв жизнен заряд, иначе така характерен за тяхната възраст; те приличат на старци.

Gorse може да се предпише и при тежка злополука, възстановяването след която е невъзможно, както и при случай на нещастие, когато се смята, че няма спасение. *Gorse* е и за деца с недъзи, с трудна, мъчителна житейска съдба.

Тези деца се нуждаят от слънце, слънце и пак слънце, а също и от радост, от правилно хранене и от богата на енергия храна. Имат нужда да се смеят и да се чувстват обичани. Трябва да разберат, че възможността да се изживее радостта съществува при всякакви условия. Помогнете им с приятна музика и представления, облечете ги във весели цветове и разпръснете около тях такива, засипете ги с конфети, дори и карнавалът да е отминал. Накарайте ги да изживеят взаимността на празника, а не съжалението, че е свършил. Те трябва да почувстват, че са в състояние сами да стоят на краката си. Помагате им вие, но способностите са в тях - просто направете така, че те да се изявят.

Не подценявайте скритите сили, които децата, нуждаещи се от този лек, могат да притежават. Нека първо сами си дадем сметка, че не можем да разберем всичко, че много неща стоят извън границите на разума, че всеки живот на тази земя - както казва Бах - не е друго, освен страница от нашия урок. Затова много души, въплътени по труден и тежък начин, отговарят със сигурност на някакъв божествен промисъл, което може би не успяваме да проумеем. Предлагам ви да прочетете писмото на едно дете с увреждания в края на книгата. Може би ще ви развълнува дълбоко, но то не е публикувано там само за това.

Gorse

Аз вярвам в самия живот.

Аз избирам да бъда оптимист.

Аз вярвам в себе си.

Аз притежавам опит и вяра в бъдещето.

Аз виждам нещата откъм положителната им страна.

ЕЛФЪТ ГАБРИО И ФЕЯТА НАДЕЖДА

Елфът Габрио беше много болен. Обикновено жителите на приказния свят не боледуват, но нали знаете, че - ако си го представим - едно нещо може наистина да се случи.

Един ден Габрио падна от едно дърво и, след като кракът му беше в шина три месеца, си внуши, че вече никога няма да проходи. Така и стана. Вярно, след такова дълго обездвижване не беше лесно да проходи, но той не се и опитваше. Реши, че с него е свършено. Водачът на елфите му носеше отвари и мехлеми - Габрио ги използваше, но те нямаха никакъв ефект, защото той не вярваше, че ще оздравее.

Не отиваше дори на тържествата и не ядеше почти нищо. "Габрио - канеха го другите - та ти не свириш с крака! Ела на тържеството на пълнолунието и ни посвири на флейта, ти се справяше прекрасно с този инструмент..." Ала той, дори когато се оставяше да бъде довлечен, не свиреше, не се смееше; изглеждаше, че чака само да умре - и точно така си беше.

Една вечер, по време на тържеството на скакалците, един приятел го попита как тъй се е докарал до това състояние, защо не опита отново да ходи или поне да пее и свири. С плачевен тон Габрио отговори: "Нямам никаква надежда... никаква надежда"

Като че ли беше изговорил магическа формула! До него се появи една огромна светлина и се чу продължително звънтене на камбанки и смях. Габрио отвори широко очи и видя едно прекрасно същество с дълги зелени коси и нежна усмивка, което каза: "Кой ме извика? Кой каза, че ме няма? Ето ме тук - аз съм феята Надежда, може би някой има нужда от мен."

Сърцето на Габрио туптеше като барабан, а краката му... какъв сърбеж! Чувстваше огромно желание да покани феята на танц и... кой знае... може би да й каже, че я обича - но как да го направи?

"Е, никой ли няма да ме покани да танцуваме?" Горката фея Надежда, какво разочарование! Ала в този миг краката на Габрио се решиха почти сами да се изправят и да подскочат към площадката за танци. Той се въртя в танц цяла нощ с Надежда и повече никога не я остави.

14. HEATHER (КАЛУНА)

Това е цветът на детето, което се нуждае от възрастните. Аз наричам този цвят "искам ласки, но как да ти го кажа?".

Детето *Heather* егоцентрично се опитва да привлече вниманието, но всъщност това не е егоизъм, а потребност. Нека не прекаляваме с чувството за вина - необходимостта не е каприз. Важно е да разберем това и да удовлетворим потребността.

Това дете говори много, без да слуша другите; държи се повеляващо, настойчиво. Понякога се проявява като хипохондрик - разболява се, за да накара околните да го "забележат".

В дадени случаи храната може да се окаже най-директният начин да бъдат подкупвани членовете на семейството - децата *Heather* или я отказват, или са прекалено лакоми, защото чрез "сладкишите", които заменят ласките, те запълват емоционални празнини.

Обикновено тези деца ни изморяват, защото злоупотребяват с нашата енергия, но това е още една демонстрация на тяхното желание за нежност. Те трябва "да се хранят" с любов - иначе недостигът ѝ се проявява, когато са възрастни. Състоянието им трябва добре да се контролира. Знам, че е лесно да отречете твърденията ми с аргументи от типа на: "Но как така недостиг на обич? След всичко това, което има! Та на него нищо не му липсва!" Но нека се замислим честно дали това е истината... или само нашето "алиби". Може би и ние самите имаме нужда от *Heather*... а ако нашата чаша е празна, не бихме могли да утолим жаждата на другите.

Децата в негативно състояние *Heather* толкова настойчиво се стараят да привличат вниманието върху себе си, че дори стават малко досадни. Ако пият, го правят на големи глътки (обратно на децата *Mimulus*, които пият като вrabчета), ядат по неприличен начин, играят свръхактивно и се изморяват след пет минути. Макар че имат голямо желание от компания, обикновено биват отбягвани от своите връстници именно заради техния начин да съсредоточават вниманието върху себе си. Искат, а не умеят да дават - и всичко произтича от това, че се чувстват лишени от нещо, което очакват да получат.

За тези деца са подходящи игри, свързани с размяна, за да се научат да уважават нуждите на другите, а също и игри, при които има и размяна на нежности, на милувки: масажи с ръце или с топчици, "сляпа баба", за да могат да пипнат и познаят другия, скокове върху дюшек със съответните търкулвания и прегръдки. Имат нужда от приятели, много приятели, с които да се научат да поделят нещата. Нека не забравяме, че позитивният *Heather* е големият приятел, добрият и весел оптимист, който вечно търси радостта... а това, струва ми се, си е негово право по рождение!

Не подценявайте идеята да добавяте *Heather*... почти винаги, защото с всяко свое поведение децата проявяват потребност да бъдат зачитани и изслушвани. Един цвят в повече няма да навреди, така че... "злоупотребявайте" спокойно с него. *Heather* е "най-детският" лек. Не забравяйте и детето вътре във вас самите - то е там и зове от години.

Heather

Аз се грижа за всички свои нужди.

Аз съм един внимателен слушател.

Аз съм винаги готов да помогна.

Аз обичам да прекарвам времето си сам. Аз не смятам, че имам нужда от помощ.

ТЕРЕЗА ДРЪН-ДРЪН

Тереза много обичаше да бъде в компания - самотата я плашеше.

Обожаваше да дърдори и да разказва за себе си, но ѝ беше трудно да изслушва приятелките си. В момента, в който някоя от тях казваше: „Случи ми се това...“, тя веднага я прекъсваше: „И аз... дрън-дрън- в дрън...“

Дрън-дрън днес, дрън-дрън утре... Макар и да чувстваше голяма нужда от своите приятелки, Тереза оставаше все по-сама и се питаше защо: „Как така - таз съм толкова общителна, а те ме избягват! Не искам да стоя сама с часове както Франческа, която рисува, или като Розета, която бродира покривки...“ ; Освен това Тереза не правеше кой знае какво в групата - все трябваше да ѝ се помага като на бебе... Нека си го кажем направо - беше в голяма тежест, : затова и я избягваха.

Да прекарва времето в тишина за Тереза беше истински кошмар. Затова един ден, в който

беше сама вкъщи - само и само да чуе някакъв глас - тя набра номера на телефонния хороскоп. Когато стигна до нейния астрологически знак, записаният глас каза: „Не си центърът на света, не съществуващ само ти, твоите брътвежи и твоите проблеми изморяват и изцеждат енергията на околните. Ако искаш да се промениш, трябва да се научиш да слушаш и другите. Освен това трябва да поемеш своя дял от трудностите в живота - престани с това твое непрестанно оплакване!“

„Що за глупости?“ - помисли си Тереза и затвори телефона. После, докато се чудеше какво да прави, чу едно гласче, което каза: „Сигурна ли си, че беше глупост? Та то изглежда почти като магия - това послание е изцяло за теб, чуй го отново...“

Кой знае чий беше този гласец... Важното е, че Тереза прослуша отново съобщението и трябваше да си признае, че то беше адресирано именно до нея.

Колко е странен животът! Едно просто телефонно обаждане - е, по-точно две - накараха Тереза да научи верния урок. Сега тя наистина е една търсена и обичана приятелка, сътрудничи на останалите, знае как да изслушва и умее да помага, а може и да постои малко сама... все пак има и телефон!

15. HOLLY (ДЖЕЛ)

Това дете наистина е лошо!! Чупи всичко, бие брат си, ревниво е!

Всъщност не е лошо, а само ядосано. Омраза, скрита злоба, ревност, завист - това са просто емоции и ние ги познаваме прекрасно, нали? Не лъжете!

Винаги препоръчвам да се дава *Holly*, когато се роди братче или братовчедче - дори и да ви се струва, че не е необходимо, защото по-голямото дете обича много новороденото. Повярвайте ми, по-добре е да му дадете това средство - то няма да му навреди, по-скоро ще му се отрази добре.

Когато детето е свадливо, жестоко, раздразнително, а и всеки път, когато се държи "невъзпитано" - помислете какво може да е отприщило подобно поведение.

Детето *Holly* е кавгаджийче, което не иска да се извини и е натрупало толкова ярост, че трябва да я изхвърли навън. Щом е така, нека му помогнем, като броим, крещейки заедно с него, от едно до тридесет, или да пеем колкото ни глас държи някаква улична песен. Поиграйте на война с възглавници и - когато времето го позволява - на стрелба с водни пистолети.

Безсмислено е в момент на разтоварване да кажете на децата да престанат и да се успокоят, а още по-лошо е да им натяквате: "Разсъждавай." По-добре ще е да измислим нещо, което би довело до желания мир, защото, дълбоко в себе си, нуждаещото се от *Holly* дете всъщност крещи: "Помощ - искам обич, ала не я намирам и затова робеснявам!"

На децата със склонност към агресия давайте по-малко месо. Плодовете, от които се прави алкохол, също трябва да се ядат много преди или много след основното хранене - и то само от един вид на ден. По-скоро давайте на такива деца бадеми.

Опитвайте се понякога да "изолирате" макар и за кратко по-малките деца и запазете на по-голямото правото на привилегировани моменти, като на възрастен. Например да хапнат по една пица с татко навън, оставяйки вкъщи "беззъбото" хлапе, или да изиграят една хубава игра на томбола и то "късно вечер", докато новороденото "хърка"...

Holly

Аз съм едно цяло със света.

Аз отварям сърцето си за другите.

Аз излъчвам любов, радост и щастие.

Аз се радвам на онези, които имат успех.

Аз заслужавам любовта на другите.

УЖАСНО СЪРДИТИЯТ ВЕЛИКАН

Великанът си е великан - той по традиция е лош. А когато Гронко беше и разярен, по-добре бе да си далеч от него - ако се намираш наблизко, можеш да усетиш по главата си удари от камъни, големи колкото скали. Затова Гронко често беше много самотен... а от това, че е оставен сам, се ядосваше още повече! Веднага щом видеше някой по-щастлив, усещаше завист, ядосваше се и започваше да раздава ритници, юмруци и да хвърля камъни.

Тази история нямаше да свърши никога, ако един ден Гронко не се беше запитал: "Но защо

съм толкова ядосан? Какъв е този гняв, който нося в себе си, та той ме прави толкова яростен и лош? Дали пък не бих могъл да бъда един добър великан? Ама какви ги дрънкам - великаните винаги са лоши! Точка по въпроса!"

Това, разбира се, не беше вярно. Всъщност Гронко беше убеден, че и той може да бъде щастлив, но усещаше в себе си един великански гневен възел и се питаше кога беше започнало всичко това... Може би, когато се беше родила сестра му, великанката Гертруда, и всички ѝ се радваха, повтаряйки колко е сладка... или вероятно, когато веднъж се надяваше Дядо Коледа да донесе и на него подарък, но не получи нищо?

Великаните не получават ласки, на тях не им се правят подаръци - те трябва да станат лоши, а кой е най-добрият начин да се озлобят? Уж нищо кой знае какво не се случва, а ставаш лош. Да, би искал обич, но не я получаваш и се ядосваш... това е номерът!

Гронко започна да плаче. Изуми се от самия себе си, защото един великан никога не плаче, но се чувстваше добре - усещаше, че сълзите изличаваха болката му и стопяваха възела. Плака толкова, ама толкова много, че изтощен заспа и му се присъни, че е съвсем, съвсем мъничък; мама великанка го галеше и му пееше приспивна песничка; играеше си с котенца, а под коледната елха имаше много пакети, оставени от Дядо Коледа, с бележка, върху която пишеше: "На малкия Гронко, защото е много добър!" Прочитането на това изречение, макар и на сън, го накара да плаче още повече. Неговите сълзи се стекоха до ливадата и накараха хиляди цветя в прекрасни багри да поникнат около него. Пристигнаха пеперуди и птички, които запяха. Гронко отвори очи и се усмихна на този толкова очарователен спектакъл - и всичката тази обич и нежност само за него! Избърса си очите, издуха си носа и започна да гали едно зайче: беше свободен, беше се отървал от своята маска на лош.

Смеейки се, Гронко каза: "Сега липсва само Дядо Коледа!" Още не беше го доизрекъл и - макар че беше 15 юли - от обаците се появи шейна със звънчета и донесе на Гронко всички подаръци, за които си мечтаеше от малък. Приличаше на чудо, но чудесата се случват по-често, отколкото предполагахме. Обичаме те, Гронко!

16. HONEYSUCKLE (ОПЛОВ НОКЪТ)

Този цвят е за децата, които изпитват носталгия към дома - особено през първите дни в училището, или пък през прекарваната извън дома ваканция, когато искат да се върнат вкъщи.

Honeysuckle е за този, който иска да остане в миналото, който отказва да порасне. Лекът е полезен за децата, които - подобно на Питър Пан -не желаят да станат големи. Те може вече да са на тринадесет години, но все още да ходят на почивка с овехтялото мече.

Когато сме принудени да ги изпратим на лагер или при баба и дядо, *Honeysuckle* ще им помогне да изживеят ваканцията без прекалена носталгия. Това средство е полезно и в случаите, когато юноши демонстрират инфантилно поведение, като отричат нормалния процес на развитие, както и при деца, принудени да живеят в общности, колежи, или под наем при семейства, много по-различни от тях самите.

При такива деца е необходимо да се стимулира усещането за приемственост между различните периоди в живота. Трябва да ги приучим да свикнат с мисълта, че миналото има своя стойност, че спомените са важни, но може да се живее единствено тук и сега.

За да им помогнем да се откажат от биберона или да се разделят със старото скъсано мече, ще прибавим *Honeysuckle* към *Walnut* за по-леко понасяне на промяната и за прекъсване на връзка с миналото без прекалена болка.

Внимавайте да не би вие самите да попречите на детето си да порасне. Да бъдеш свидетел на растежа на децата може да бъде не само хубаво, но и притеснително. Да видиш как децата порастват е не само хубаво, но и притеснително, ала нашето умение на родители и учители се състои именно в това да ги видим да растат, без да изпитваме каквото и да е съжаление: това е животът

Honeysuckle

Аз се отказвам от старите спомени, които ме ангажират излишно.

Аз идвам от своето минало и отивам към своето бъдеще.

Аз живея в настоящето.

Аз се потапям в живота.

Аз посрещам бъдещето с "Добре дошло".

ЕДОАРДО, КОЙТО НЕ ИСКАШЕ ДА ВЪРВИ НАПРЕД

Едоардо живееше в света на миналото. Той непрекъснато мъкнеше със себе си детските си снимки и си повтаряше: "О, какво хубаво, какво мило детенце." А обувките на Едоардо бяха вече номер 39... и той съвсем не беше детенце.

Верен на своите разбирания, Едоардо винаги навиваше часовника си така, че да изостава; записваше филмите от телевизията, за да ги гледа по-късно; учеше малко, за да не научи докрай уроците си. Дори във влака седеше в обратна на движението посока - така му се струваше, че може да се върне назад към детството.

Малкото приятели, които имаше, го наричаха Питър Пан, защото и той, като героят от приказката, не искаше да порасне. Само че приказният Питър изживяваше хиляди приключения, а Едоардо - нито едно.

Дните му минаваха във въздишки над старите снимки и скъпия му биберон, в галене на старото му мече, цялото в кръпки; а в това време съучениците му ходеха на мач или на екскурзия със скаутите. Ала Едоардо не искаше да се отдалечава от къщи, от мама, от своите вещи. Той не желаше да върви напред, а предпочиташе да гледа назад. Стигна дори дотам, че започна да си обува обувките с върха назад, а откъснатите листове от календара залепваше отново с илюзията, че времето ще се спре.

Мина по тези места Животът - и не позна Едоардо. Та как можеше да го познае, след като той живееше в миналото? Животът погледна момчето с любопитство и го попита: "Какво чакаш? Какво търсиш в миналото? Та ти не правиш нищо, не живееш... Не се страхувай от настоящето, нито от бъдещето - съществувам само аз, Животът! Ела в моите обятия!"

Едоардо се колебаеше, но усети, че Животът излъчва прекрасен аромат. Отначало само се наслаждаваше на уханието, а после щастлив се хвърли в обятията му и най-сетне се реши да порасне.

Като всички приказки и тази има добър край. Но какъв ти край? За Едоардо това беше само началото.

17. HORNBEAM (ОБИКНОВЕН ГАБЪР)

Когато сутрин децата не искат да се събудят и им е трудно да станат, замаяни са и даже се оплакват от болки в очите или в главата (защото вероятно са седяли твърде дълго пред телевизора или компютъра), *Hornbeam* ще им подейства като свеж възстановяващ душ.

Ако пък са вдигнали температура, *Hornbeam*, прибавен към *Rescue*, премахва тежестта в главата.

Когато в училище децата имат труден период и им е необходима повече умствена енергия, за да изпълнят възложените задачи, ползата от *Hornbeam* е много голяма.

Това средство се препоръчва и тогава, когато човек се опитва да си намери собствено "пространство" или няма необходимата енергия да започне някаква дейност. Въобщо, *Hornbeam* е незаменим в моменти на умора.

Когато очите и главата болят вследствие на някакво прекаляване или когато ушите пищят след часове слушане на "хард" музика, компресите с *Hornbeam* и памук върху очите могат да помогнат за отнемане на напрежението.

Преподаватели, опитайте се да поставите малко *Hornbeam* в ъглите на класната стая, когато ви се струва, че учениците се туткат, когато са отпуснати и разсъречени, или в първите учебни дни след ваканцията, когато един енергиен тласък е просто наложителен.

Ако децата се оплакват от главоболие и знаете, че то е причинено от умора, настъпила след прекалена възбуда не им давайте веднага обезболяващи лекарства! Опитайте с *Rescue* и две капки *Hornbeam* - ако е необходимо, давайте им ги дори през пет минути. Накарайте ги да легнат на тъмно и им прочетете една от творческите визуализации в края на книгата. Ако заспят - толкова по-добре; явно тъкмо от това са имали нужда.

Hornbeam

Аз притежавам енергията, която ми е нужна.

Аз съм силен.

Аз живея живота си без усилие.
Аз съм бодър и свеж.
Аз живея, както си искам.

КАКВА УМОРА!

За господин Хектор ставането сутрин беше голям проблем. И да беше спал, той пак се чувстваше изморен и нямаше никакво желание да отиде на работа.

Едно или две кафета, една прозявка и - хайде... но главата му тежеше; дори душът не успяваше да го активизира. Реши да пие витамини, за да се почувства в поне малко по-добра форма, но неуспешно. Виждаше голям зор.

Един ден, гледайки се в огледалото, господин Хектор видя, че става нещо странно: около главата му се стелеха цветни облачета дим. Тъкмо се питаше каква ли е тази магия, когато забеляза, че и тялото му е покрито с облачета. Бяха странни, защото напомняха формата и чертите на неговото лице и непрекъснато се прозяваха.

Бе станало така, че умората на господин Хектор беше приела форма, беше се сгъстила и материализирала и сега не му позволяваше вече нищо да прави. Той не можеше дори да седне да чете или да гледа телевизия. С всичките тези облачета, които се въртяха около него, на Хектор му се струваше, че живее в голяма бала памук... Какво можеше да направи?

Господин Хектор опита да реши проблема, като се изкъпа с един специален пенлив шампоан от водорасли. После се напръска с препарат против мравки. Накрая изяде седем сладоледа с вкус на лимон - пак не се получи нищо, но те поне бяха по-вкусни от препаратата.

За да се освободи от тази умора във форма на облачета, господин Хектор се опита да спи по цели дни, но отново нищо не се промени. Един ден реши да не обръща повече внимание на облачетата, да се примири с тях. Купи си един хубав спортен велосипед (какъвто винаги бе искал да има) и се впусна по пътя с пълна скорост.

Може и да не повярвате, но ленивите облачетата от умора не успяха да последват Хектор, който караше велосипеда с пълна пара... и проблемът беше решен в един миг... всъщност, с помощта на две колела и едно кормило.

18. IMPATIENS (СЛАБОНОГА)

За детето *Impatiens* ви идва веднага да кажете "живак". Нервно и възбудено, с неспокоен дух, то прави всичко набързо и... почти веднага се уморява. Често се спъва се и пада, защото прекалено бърза. Това дете страда от нервни тикове; неговият ритъм е ускорен. Много е способно, но не успява да се приспособи към темпото на другите. Предразположено е към наранявания и навяхвания, яде лако-мо.и бързо,, без дори.да дъвче,, *S Impatiens* се лекуват сърбежи, възпаления на кожата, а също и спазми на стомаха и корема.

Детето *Impatiens*. не успява да играе и да учи с другите деца, защото не приема по-бавния ритъм; в рамките на половин час то сменя четири поредни игри. Често се блъска или претърпява малки домашни произшествия.

Изключително подвижни, никога в покой, тези деца могат да заекват заради своето нетърпение или често да страдат от разстройство поради начина.им на хранене.

Ясно е, че за тях ще бъде трудно Да се научат на търпение, но има игри, които възпитават в зачитане както на собствения ред в играта, така и на времето, необходимо да се изредят другите. Накарайте ги да оценят удоволствието от спокойствието на тишината и отпускането посредством упражнения с творческа визуализация, при която умът им може да витае, но тялото им да бъде отпуснато, освободено от напрежението.

Тези деца могат да имат проблеми и със спането. В този случай въведете един бавен и винаги повтарящ се ритуал, който да им помогне да се отпуснат изцяло. Би могло да се наблегне и на упражнения с бавен ритъм, йога за деца, гимнастика с плавни и ритмични движения.

"Медитация" може да изглежда твърде претенциозна дума, но в действителност самата медитация може да се практикува и от най-малките. Имайте предвид, че трансценденталната медитация, чието название звучи така гръмка, може да се започне на четиригодишна възраст и да се извлекат всички ползи, които тя води след себе си.

Именно децата, които имат нужда от *Impatiens*, могат да намерят истинска опора в медитацията. Достатъчни са няколко минути на ден, за да се разтовари натрупаният стрес, да се

свикне със "слушането на тишината", с гласа на тялото ни, със силните усещания.

Impatiens

Аз имам търпение и проявявам разбиране.

Аз имам цялото време, което ми е необходимо.

Аз намирам време да оценя другите.

Аз живея живота си по спокоен и приветлив начин.

ЗАЩО БЪРЗАШ, РАДОСТИНА?

Всеки знае, че малките феи са палави и игриви. Не говоря за феите с островърхи шапки и тояжки, а за онези капризни създания с позлатени крилца - нещо като феичката Звънче от Питър Пан. Радостина освен капризна беше и все нетърпелива и забързана, Никога не можеше да я откриеш в групата на другите феички в момента, когато те трябваше да отидат да събудят цветчетата.

По това време Радостина вече беше изприпкала на поляната и беше свършила половината от работата. Често в бързината се блъскаше в дървета и гъби, затова беше винаги цялата в синини и лепенки.

Радостина недоволно пухтеше, като виждаше колко са мудни приятелките ѝ - тя предпочиташе да действа сама. Нейният ритъм беше неударим, тя не разбираше как може да се губи време в съзерцаване на един залез или стрък трева с блестяща капка роса върху него. И сънят ѝ беше неспокоен, а и обноските ѝ бяха малко резки. Ако някоя феичка чистеше венче на цвете, Радостина идваше и казваше: "Дръпни се настрана, аз ще го направя! По-бърза съм от теб - ти действаш като охлюв!" Тя просто не можеше да свикне с различията на другите феички и оставаше все по-сама.

Един ден, докато си слагаше мехлем върху поредната подутина, видя една по-голяма фея - от онези с шапките, - която нанизваше една по една перли от роса. Те бяха толкова блестящи и красиви, че на Радостина ѝ се прииска и тя да има такава огърлица. Приблужи се и попита: "Мога ли и аз да си направя една?"

Феята отговори: "Да, опитай. Нанижи търпеливо капките роса върху съвсем тънък стрък трева."

"Да, да, разбрах - веднага ще го направя, ей-сега, набързо! Аз съм много бърза, а и искам веднага да имам такава огърлица..." Неударимото желание на Радостина доведе дотам, че в един момент тя стискаше в ръката си... шепа вода.

"Така не става, малка моя - по този начин никога няма да имаш твоите перли! Бързането е лош съветник. Ти имаш нужда от мен."

Радостина попита: "Защо? Ти коя си?"

"Наричам се Търпеливка и е крайно време да ме опознаеш."

Така започна едно чудесно приятелство. Радостина опозна търпението и разбирането на другите, намери време да оцени моментите на спокойствие и стана по-любезна. Сега вече името ѝ ѝ подхожда, сега вече тя наистина е Радостина.

19. LARCH (ЛИСТВЕНИЦА)

Обезверено е, чувства, че е загубило още при старта - затова и никога не дръзва да опита пак. Това е детето, което за нищо на света няма да се съгласи да участва в ученическо представление или в състезанието по висок скок, защото смята, че няма се справи.

В ученическия живот много често има нужда от *Larch*.. На вас оставам да прецените защо, но е така. Във всеки случай, не бива никога да се държим негативно не само спрямо детето *Larch*, но и спрямо нас самите. Ако то свикне да мисли, че не се справя добре, ще върши всичко все по-зле. Изобщо нека му помогнем да не програмира неуспехите си.

В такива моменти трябва просто да го засипваме с позитивни фрази (те поне са безплатни!). Нека го накараме да извършва дейности, при които няма съревнование и противопоставяне, но пък позволяват да бъдат похвалени неговата сръчност и творчески умения - такива като абстрактно рисуване, акварел, колаж с хартия и възстановяване на предмети.

Позитивното мислене наистина върши работа, затова нека научим детето *Larch* да влага доверие във всичко, което прави - дори и в най-малките неща, които понякога ни се струват

незначителни. За него би било истинска победа да включи само тостера за хляб и да ни поднесе най-вкусния сухар в живота ни. Нужно е само да го окуражим и - преди всичко - да му възлагаме задачите като нещо съвсем естествено. Няма да е трудно с крайчеца на окото си да следим всичко да мине добре. Във всички случаи *Larch* премахва страха от грешки, затова нека го използваме винаги, когато искаме да постигнем успехи. Впрочем има ли въобще ситуации, в които се препоръчва да се провалим?!

И в игрите детето *Larch* трябва да бъде уверено, че всичко върви добре - затова е добре да му се подчертава, че играта си е игра. Освен това нека му поверим и някакви задължения, изискващи доверие - но истински, а не трикчета, които биха го накарали да се почувства като слабоумно. Да се каже на един ученик: "Дръж ми дневника, ако обичаш, защото трябва да отида в дирекцията" е много по-различно от "Я, колко добре хвърляш хартиите в кошчето!" Нека не се подиграваме на този, който и без това живее в страх да не сбърка.

Доверието е основата на всяко начинание. Ако мисля, че нещата ще тръгнат зле... вероятността да се случи така е голяма. В нашето общество би било добре *Larch* да тече от чешмите - страхът от неуспех е твърде разпространен, а училището безспорно не помага на нашите деца в това отношение... Но какво правим ние самите?

Когато изпитваме доверие към себе си, ние си даваме сметка, че сме **уникални** и прекрасни в нашата неповторимост. Тогава всичко върви по-добре. За съжаление често сме склонни да се сравняваме с другите, да си изграждаме прекалено големи очаквания, в които всъщност никога не смеем да повярваме... и така недоверието ни кара да губим. В главата, посветена на *Pine*, е описано как чувството за вина произтича от недоверието в самите нас ако не се справим с нещо, се чувстваме виновни.

Larch е много подходящ за всички случаи, при които се наблюдава нерешителност и склонност към отдръпване назад. Често в училище не се получават високи оценки това също може да доведе до загубата на стимул да се опитат нови неща или да се развият нови интереси.

Не бива да смесваме доверието в себе си с фалшивото самочувствие, което може да доведе до арогантно поведение или до демонстрации на превъзходство. Често зад подобно държание се крие комплекс за малоценност, който се изразява в преувеличена изява на липсващото.

Съчетаването на *Larch* с други лекове никога не е вредно. Изобщо, за това средство напълно важи правилото, че винаги е по-добре да се употребява, отколкото да не се употребява.

Larch

Аз действам с пълно доверие.

Аз винаги очаквам да постигна успех.

Аз придобивам нови сили от всяко следващо предизвикателство

Аз действам смело и решително.

Аз умея да изразявам себе си творчески.

НЯМА ДА ГО НАПРАВЯ, НЯМА ДА ГО НАПРАВЯ !

Сухосливко беше гномче. За да не загуби в състезанието по хвърляне на камъни, той... просто не се състезаваше. За да не направи лошо впечатление на изложбата по рисуване върху лист от дърво, Сухосливко... не рисуваше. На танцовата вечер в гората... стоеше седнал през цялото време. Когато другите пееха, той мълчеше като ням. Не играеше дори на томбола, защото беше убеден, че - така или иначе - ще загуби!

Не можеше да се каже, че животът на Сухосливко бе хубав. Впрочем, той не искаше никога да рискува, не опитваше нищо. Нещата, които трябваше да върши насила, действително ставаха зле, защото Сухосливко вече очакваше, че така би трябвало да стане:

"Ето, сега трябва да нацепя дърва - значи... или ще се счупи брадвата, или ще завали дъжд." Така и ставаше, защото програмирането на един неуспех просто го привлича да се случи!

Когато Сухосливко се наканеше да бере ягоди, той вече очакваше, че ще намери само изгнили и толкова се колебаеше, че отиваше последен... и намираше наистина само развалени ягоди! "Знаех си, знаех си" -хленчеше той и се връщаше вкъщи, потънал в скръб. Смятате, че следващия път би решил да тръгне по-рано? Не - Сухосливко просто реши повече да не бере ягоди.

Един ден в гората организираха турнир по "мухобол" една прекрасна игра, която само гномите знаят. Сухосливко беше много добър в мухобола - особено в изпълнението на един майсторски удар, наречен "зберилъза", който донасяше цели 100 точки. Ала, за да не бъде

принуден да играе, той се скри в най- големия горски гъсталак и заспа под една борика.

Бориката беше вълшебно дърво и клоните ѝ улавяха мислите и страховете на околните. Но не само това -тези нейни клони можеха да превърнат всяка труд ност в нещо полезно. Е, начинът, по който го правеше, беше малко странен, някак неестествен дори... Накратко - както си спеше, Сухосливко първо усе ти, че го облива един леден душ, след това върху главата му се изсипа порой от бубонки и като завършек получи удар в долната част на гърба... или, казано по-точно, един нисък клон с ловко движение му фрасна хубав ритник по задника!

Всичко това беше един древен начин за внушаване на доверие. Не ме питайте защо този начин е толкова безцеремонен: не зная, както и не знам да играя мухобол. Сухосливко обаче отбеляза 800 точки от "зберильоза"... и за мен това е достатъчно. И за вас ли?

20. *MIMULUS* (МИМУЛУС)

Това е много полезен лек при всякакви страхове от известен произход: като се почне от котката, мине се през пътуването със самолет, та се стигне до зъболекаря. *Mimulus* помага и на прекалено стеснителни и несигурни деца, които лесно се изчервяват или бързат да се скрият, ненавиждат силните шумове и острите миризми.

Това средство се оказва полезно и при заекванията, предизвикани от прекомерна стеснителност. То дава добри резултати при чести психосоматични разстройства: болки в корема при изпита по история, настинка от урока по плуване, астма поради семейни притеснения. Страхът отприщ-ва безброй много патологии.

Следователно децата *Mimulus* често са болни и техните периоди на възстановяване са дълги, защото болестта е бягство, начин да не се изправиш срещу онова, което внушава страх. Много чувствителни, те лесно се потят... затова мама ги навлича с дебели дрехи... от което се изпотяват още повече и си докарват кашлица и настинка.

Тези деца поемат течностите на малки глътки, с неохота вкусват нови ястия, не обичат да са сред други хора, защото не се чувстват на съответната висота.

Аз съм експериментирала с успех *Mimulus* в случаи на алергия. Принципът, върху който базирам употребата му при такива оплаквания е, че алергенът предизвиква "страх" и този страх е нещо конкретно, материално - било то цветен прашец, било конски косъм. Ето защо прилаган в комбинация с *Crab Apple* и *Gentian* или *Willow* може да бъде едно прекрасно средство за предотвратяване на алергични кризи.

Децата *Mimulus* обикновено са стеснителни, но не се колебайте да използвате този цвят и при деца, които са всичко друго, но не и срамежливи, а са се уплашили от някаква ситуация или обстоятелство.

Mimulus

Аз действам смело и с вътрешна сила.

Аз приемам всяка трудност като възможност за израстване.

Аз тръгвам към всяко предизвикателство с чувство за хумор.

Аз съм сигурен и стабилен в моя свят.

Аз мога да правя всичко.

СТИХОПЛЕТСТВО ЗА СТРАХЛИВОТО ЗАЙЧЕ

-Излез навън ти, мило зайче, да се разходим из гората!

- О, толкоз съм уплашен, майче -не искам вън, щом духа вятър!

- Излез от нашата бърлога, да идем с тебе до чеимата.

- Водата плаши ме, не мога -я, моля, залости вратата!

- В небето слънцето блести, ела да хапнеме трева.

- Не, по-добре без мен иди -навън лети чудовищна муха.

- -До блатото да идем двама, не искаш ли ти, сине мой?

- А, ако срещна там пък жаба! -трепери нашият "герой".

- Е, да потичаме тогава в горичката зад пътя стар!

- От спомена ми прилошава: там бръмбар имаше - цял звяр!

- Все във бърлогата затворен, от седмица не се подаваш...

- Тъй чувствам се съвсем спокоен -светът навън ме притеснява.

- Ех, Зайко, много съжалявам -сама отивам на реката.
- Страхът ти просто изморява...Обядвай с хляб и със салата.
- О, мамо - не! Сам ли оставам?
- Побързай - вече закъснявам!
- -Ала синът ти от реката се бои...
- Тогава във леглото остани!
- -Добре де, идвам... Ама че беда...
- Това е скакалец - о, ужас, да!

Как страшно квакат жабите проклети -направо ми треперят коленете!

- Кураж - до теб съм, мое зайче!
- Подай ми много бързо лапа, майче, че мравка някаква към мен пълзи -
- от мравките мен страх ме е дори!
- Внимавай този лист да не разклатим -там крият се комарите зъбати!
- Какъв е този грохот, мила мамо?
- Е, нищо страшно - буря се задава.
- -Какво! Насам пристига ураган?
- -Ама какъв си смешен малчуган!
- Изглежда, само малко ще вали,а от дъждовни капки не боли.
- Но малките си лапи ще намокря!
- Те ще изсъхнат бързо-бързо после.
- О, ужас! Мамо, погледни натам!В реката има страшен великан!
- Чудовището явно е опасно -зъбите му стърчат така ужасно, ушите му небето чак

достигат, мустациите му като змии се надигат...

- Ох, Зайко, просто вече прекали -това, в реката, си самият ти! Страхът ти надминава всяка смешка -тъй глупава е тази твоя грешка! Не се ли сецаши, че водата отразява, та в нея виждаш се като във огледало!

21. MUSTARD (ПОЛСКИ СИНАП)

Понякога и на децата може да се случи да се събудят с "надвиснал черен облак" над главата. Това са дни, в които те плачат, без дори да знаят защо, неутешими са и не искат да чуят никакви доводи против лошото си настроение, или поточно - няма никакви доводи! Такива са те! Възможно е това да съвпада с някакъв труден период в живота им, но би могло да се случи и просто при натрупване на повече вълнения, например при приближаването на Коледа. *Mustard* побеждава депресията и възвръща спокойствието.

Това лечебно средство помага и на деца, които преживяват сериозни затруднения -отдалечаване от семейството, нестабилни социално-здравословни условия, неправилно хранене. Подходящо е също за деца от богати семейства, които са поверени на грижите на бавачки. То е и за децата, отглеждани в религиозни институти, детски домове и други места, където липсва истинската семейна топлина. Накратко, *Mustard* е за тъжни деца.

Често виждаме деца, на които като че ли не им липсва нищо, но в същност им липсва радостта.

Знаете ли колко добре се отразява смехът? Не? Тогава опитайте - смехът развързва големите, упорити възли и кръвта тече добре, а аурата вибрира в цветовете и се прочиства.

"Радост" е дума, която в наши дни звучи едва ли не абсурдно и то преди всичко в света на училището. А да се изживява радостта е толкова просто и естествено и тя така добре се отразява и на възрастните, и на децата, че се -олучават изненадващи резултати.

Ето една добра рецепта за постигане на радост. Вземете една усмивка, разстелете я добре и върху нея сложете три дози смях и две безсмислици. След това навийте плътно усмивката върху тревата или върху дюшек, стегнете я добре и я попритиснете, та да се слегне и изтощи. после вземете различни други усмивки и ги разположете кръг около навитата. Накарайте ги да се хванат за ръце и да пеят песни, да подскачат и да лудуват до пълно изтощение... Но я се опитайте да изтощите радостта - невъзможно е, тя просто се самопазвана и пак избухва... и после с нея се свиква... Е, да - вярно е, че радостта може да породи зависимост: след като веднъж си я изпитал, вече е трудно да живееш без нея!

Но бъдете спокойни - доколкото знам, досега не са установени смъртни случаи от радост!

Mustard

Аз съм извор на светлина и сила.

Аз притежавам свеж и спокоен ум. Моето сърце пее.

Аз възвръщам своята лъчезарност и радост.

БРИГИТА И ЧЕРНИЯТ ОБЛАК

Не се знае как се случи, но в къщата на Бригита пристигна един странен, плътен черен облак. Ето, сега се настанява върху главата на горката Бригита и потъмнява всичките ѝ мисли, натъжава я и я разплаква. Вижте, сега пък се отправя към гардероба и превръща всичките ѝ разноцветни Дрехи в купчина сив плат... Направи нещо Бригита, спри го - не може да се живее сред сълзи и сивота! Ах, каква тъга!

Черният облак е върху стерео-уредбата и... всички дискове започват да свирят тъжни песни, а Бригита плаче ли плаче. Нима не може да се направи нищо; няма ли как да се спре тази сива вълна? На всичкото отгоре, ако не се вземат бързи мерки, ще е необходима лодка, защото сълзите започват да наводняват стаята... стените са влажни и сиви, посивяват и доматиите върху масата... А, не - доматиеният сос за спагетите трябва да бъде червен!

Стига толкова! Бригита, направи усилие, опитай се да запееш една весела песен... или даже някаква глупава песен, но пей, скачай - иначе облакът ще те погълне!

"Песен, песничке за слънчевия лъч, бързо, моля те, ела при мен... и върни ми радостта и цветовете... отнеси ти тази сивота... трала, трала, тралала."

Усилието на Бригита е възнаградено - ето, че през прозореца влизат Лъч от Слънце, Парче от Небесна дъга и Блясък от Радост. Само за миг те изсушават стаята от сълзите, оцветяват стените, дрехите и... доматиите. Дисковете започват отново да свирят весела музика, облакът се разсейва - той направо изчезва! Със своите весели приятели Бригита се хвърля във вихрени танци. Нека и ние празнуваме с тях -вижте, има червени и жълти бонбони, бисквити с крем и напитки... и всичко е толкова страхотно оцветено. Ура!

22. ОАК (ДЪБ)

Да, има такива деца - децата *Oak*- Те са трудолюбиви, но не особено способни; може да се каже, че дори са прекалено активни, но не в училието, а в играта... е, тя също е работа, факт е, че те не почиват никога, погълнати са изцяло от своите интереси, чак до изтощение - а след това рухват. *Oak* са и тези деца, които поемат на плещите си прекалено много задължения и после нямат смелостта да се откажат от тях: училище, курс по керамика, вероучение, тенис, младежко движение на скаутите... Те не могат да кажат: "Днес не съм в състояние, няма да отида." Не - като себеуважаващи се дъбове, тези деца устояват.

В училищния дневник няма нито едно отсъствие срещу тяхното име. В краен случай се разболяват в неделя, когато би трябвало да отидат на езерото. *Oak* може да бъде в помощ на онези ученици, които - поради дългото стоене над книгите, - когато си легнат, дълго стоят с широко отворени очи. Те са толкова изморени, че не успяват да заспят. Изглежда нелогично, но всички сме го изпитвали... поне веднъж.

На тези малки "работохолици" им е нужно разтоварване. Затова нека ги научим, че освен от задължения, животът се състои и от развлечения, както и че и другите също трябва да поемат своя дял. Всички сме необходими, но никой не е незаменим...

В своя позитивен аспект те се изявяват като добри работници. Не се страхувайте, че *Oak* може да ги превърне в мързеливци или лентяи. Честно казано, да можеш да лентяйстваш качествено е нещо, което и аз бих научила с удоволствие, но почти никога не си го позволявам! Колко е хубаво да безделничиш, като знаеш, че имаш да вършиш цял куп неща! Доставка по-голямо удоволствие, не смятате ли?

Оак

Аз си давам малко почивка винаги, когато имам нужда от това.

Аз почивам пълноценно.

Аз съм непринуден и спонтанен.

Аз отказвам да се справям с всичко.

НЕУМОРИМИЯТ ЕЗДАЧ

Казваше се Ермо. Беше силен и смел и никога не почиваше, защото да работи беше единственият смисъл в живота му. Не познаваше друго, освен работа, работа, здрава работа.

Другите ездачи знаеха, че Ермо не се бои от работа, затова го товареха и със своите задължения. Той обикаляше селата с една неимоверно тежка раница на гърба, с купища пликове за предаване, вързани за седлото на коня и в продължение на много часове изпълняваше поръчения, от които просто не му оставаше време да поспи. Понякога се спираше в някой хан или под някое дърво, но беше толкова изнурен, че за съжаление не успяваше дори да дремне - мисълта за това как ще изпълни задълженията си не го напускаше нито за миг.

Хубавото беше, че Ермо никога не се оплакваше, напротив. Ако видеше дървосекач, слизаше от коня и започваше да му помага. Когато най-сетне се прибереше къщи, започваше да поправя прозорците, къпеше коня, чистеше обора, рендосваше подпори и етажерки от дърво в своята дърводелска работилница.

На кого възлагаха да отиде на война? На Ермо. Кого викаше царят да го придружава по време на лов? Ермо. Кой носеше най-тежките пакети за каретата на царския двор? Познайте.

Дойде обаче един ден, в който краката му отказаха да вървят напред, гърбът му беше в плачевно състояние, сърцето му щеше да се пръсне, а нервите му крещяха: стига! Но безстрашият Ермо се насили да довърши дъбовото столче за царицата. Когато то беше свършено полирано и напълно готово, той реши да опита добре ли се седи на него... и заспа толкова дълбоко, че и с топ нямаше да могат да го събудят.

Спа един ден и след това втори, а после трети... Когато се събуди, беше ужасно разтревожен: кой ли е свършил неговата работа? Как си беше позволил да почива толкова дълго? Тогава видя, че не се е случило нищо непоправимо, всичко си беше наред - най-вече гърбът му и краката му. Тогава разбра, че да почиваш също е задължение - към самия себе си. Да се работи е добре, но да се прекалява не е!

23. OLIVE (МАСЛИНА)

Olive се препоръчва по време на възстановителен период след болест, преумора и други подобни проблеми. Този цвят е полезен за уморени или слаби деца, нуждаещи се от енергиен заряд, както и за болни деца или такива, които водят тежък живот.

Децата *Olive* могат да имат уморени очи, често с отсъстващ поглед, смеят се малко, изглеждат твърде добре възпитани, но всъщност са тъжни и не очакват нищо хубаво от живота си. Премахнете от менюто им ориза, който води до съзерцателност и им давайте повече твърдо сварени макаронени изделия. Следете внимателно храната и почивката им.

Съвсем ясно е, че ако им се наложи да се натоварят отново, не бива да очакваме от тях да се хвърлят в дейности, които изискват много енергия - те просто не притежават толкова. Настоявайте да стоят на слънце и на чист въздух и правете така, че да получават енергия от вашите ръце или от тези на техните приятели.

Аз препоръчвам *Olive*, в съчетание с *Gentian*, във всички моменти, в които трябва да се преодолеят някакви трудности: *Gentian* премахва обезкуражаването, а *Olive* дава необходимата сила. Тази комбинация може да се прибави към "средството за изпити" или може да се предприше, когато децата в семейството нямат достатъчно въздух и се изчерпват мълчаливо, неспособни да внесат хармонията, която биха искали да имат около себе си.

Маслината е символ на мира: затова събудете в тези деца универсалния стремеж към мир. В нашето време, когато расизмът и войните са драматична ежедневна действителност, позитивната мисъл на милиони деца би могла да спаси Земята!

Ето защо приканвам всички деца да запалят на 1-ви януари една свещичка, в името на мира по целия свят... а защо не и в други дни?

Приканвам ви и да помислите върху значението, което може да има всеки вид помощ за страдащите: под формата на пари или време, солидарност, участие в обществени доброволни организации за подпомагане, осиновявания от разстояние или временни "осиновявания". Когато помагаме за облекчаване на чуждите страдания, отнемаме напрежението от нашите собствени. Дори една обикновена позитивна мисъл към планетата би могла да ѝ помогне да оздравее.

Olive

Аз си давам малко почивка винаги, когато имам нужда от това.

Аз почивам пълноценно.

Аз съм непринуден и спонтанен.

Аз отказвам да се справям с всичко.

МОЛЯ, ЗАРЕДЕТЕ ДОГОРЕ!

К 720 беше робот. Той живееше в страната Телемакия и имаше много работа.

Понеже беше робот, К720 смяташе, че трябва да изпълнява всички задачи, без никога да се спира дори и за миг. Поддържаше чист гаража на аеротурбините, организираше центъра за статистически данни и преподаваше в училището за конструктори "Енергетик 45".

Не всички работи поемаха толкова задължения. Те спираха да работят от време на време, за да се поддържат в изправност, изискваха да им сменят електрическите вериги, да им зареждат резервните батерии и да им лъскат бутоните - въобще, грижеха се да бъдат във форма. К720 обаче не успяваше да намери никога време за това - ето защо един ден той блокира и то до такава степен, че в него нямаше дори енергия за сигнал... Дали пък не беше умрял? Не, но бе толкова изтощен и изчерпан, че дори не разбираше какво му се беше случило. Затова отиде в работилницата за поддържане в изправност и каза: "Моля, заредете догоре с енергия, защото трябва да започна пак да работя." Само че това вече не бе достатъчно, защото К720 бе толкова изчерпан от умората, че направо се беше износил.

Инженер Белизарио му каза откровено: "Скъпи ми приятелю, малко течено гориво и нови батерии вече няма да ти помогнат. Трябва да те спра за малко, за да те подновя изцяло. Но ти не се страхувай - ще го направя бързо и скоро ще си като нов."

За няколко часа роботът беше разглобен: оказа се, че действително се е подредил зле, защото дълго беше злоупотребявал със способностите си, като никога не бе и помислял да си даде отдих. За щастие, инженерът разполагаше с всички необходими резервни части - и К720 пак проработи. Когато го включиха отново, се почувства като нов; само не разбра каква беше тази лепенка, която му бяха сложили върху лявата антена. Не смяташе, че тя е необходима и попита защо му е поставена.

Инженер Белизарио се засмя и му отговори: "Остави тази лепенка там, сложих я нарочно. Върху нея е написано: "Не забравяй да заредиш догоре."

24. PINE (БЯЛ БОР)

Чувството за вина! Ако имаше как да не го предаваме на следващото поколение, та децата да пораснат, съзнавайки, че да направиш грешка не означава, че си "грешен" - тогава бихме решили половината, а може би и още по-голяма част от човешките проблеми! Няма никаква полза да се обвиняваме и самоосъждаме - това поражда единствено болка и чувство за малоценност. По-скоро трябва да осъзнаваме грешката като урок, а не да заплашваме с "божествени" възмездия; Бог със сигурност има по-важни дела от това да наказва деца, които са направили някаква пакост.

Pine е незаменим лек за деца, които се самообвиняват, за да защитят другите, не излизат напред, дори когато са прави, страхуват се да не ошетят хора или повредят предмети. Може би са такива, защото често сме им казвали: "Видя ли какво направи! Падна и счупи стъпалата. Недей да плачеш, защото ще те накарат да ги платиш със собствените си пари!" Може да сме искали по този начин да направим нещата по-леки... а всъщност сме забъркали голяма каша!

Извинявайте, ако изпадам в подробности, но след като години наред съм провеждала терапия, основаваща се на позитивната гледна точка и позитивните фрази, не мога да не подчертая как възрастните подхвърлят отровни, язвителни забележки, които оставят незаличими следи в съзнанието на децата. В годините на работа с деца чула толкова много и какви ли не упреци, като например-"Не си пипай пишлето, защото Торбалан ще ти го отреже!" или "Ако правиш така, ще разболееш майка си!" или "Ти си виновен за всичко! Вината винаги е твоя, всички го знаят!". И детето мисли: "Божичко, какво съм направил - та аз съм опасен!", а после се появява съдбовният въпрос: "Защо съм се родил?"

Други често използвани фрази са: "Ако не ядеш, ще ставаш все по-мъничък и по-мъничък и накрая ще изчезнеш..." или "Знаеш ли колко деца умират от глад, а ти имаш толкова хляб, месо, картофи..."

Накратко, онова, което има значение, е нашето поведение спрямо греха или вината. Трябва да осъзнаем това, защото физическите и психически проблеми, които произтичат от поведението ни, са безкрайни: неразположение, главоболие, безсъние, чувство за малоценност, мазохизъм, презрение към себе си... Смятам, че никой не се е спасил от необходимостта да взима *Pine* за дълъг период от време.

Може би ще ви се стори пресилено да говорим за чувство за вина у децата, но трябва да знаете, че сме засукали това чувство още с майчиното си мляко. От векове наред идваме на този свят вече обвързани с вината от "първородния грях", а това оставя отпечатък в нашите енергии. Моралът ни е принуждавал винаги да усещаме греха и злото по неправилен начин. С това не искам да кажа, че всичко е позволено, а само, че има един различен начин на разбиране какво са доброто и злото. Прочетете "Излекувай сам себе си" от Едуард Бах на страница... всъщност, прочетете целия Бах, защото е прекрасен!

Трябва да се живее и разбере, че грешката е учител на живота. Ако твърде често не успяваме да осъзнаем това, трябва да използваме *Chestnut Bud*. - да почерпим от досегашния си опит, като го преработим отново. Да се чувстваме виновни е изключително вредно - особено за едно дете.

Често съм чувала майки и учителки да сочат с пръст някой "подсъдим" на три- или четиригодишна възраст: Ще кажа и на учителката ти какво си направил!"... "Как? Това не съм го очаквала от теб! Ти си просто един гамен! Обещай ми, че вече никога няма да го правиш!" Какво ли толкова страшно е направило това дете? А ние самите как се държим?

Истината е, че се стараем да го накараме да се почувства малък - много малък и много виновен, - без да си даваме сметка, че казаното от нас ще остави неизлечими белези в него. По-късно ще се появяват все по-големи проблеми и комплекси, той ще се чувства винаги недостоеен и ще изживява като наказание всичко, което му се случи. *Pine* е полезен цвят, но трябва ние, родителите, първи да го вземем, защото, ако сами не сме преодолели това негативно състояние, няма да можем да направим нищо за децата си. *Pine* се приема дълго време, защото е сигурно, че и от дълго време имаме такова поведение.

Pine

Аз се отказвам от угризения и самообвинения.

Аз поемам отговорността за всичко, което правя.

Аз си прощавам за това, че преди съм се самообвинявал.

Аз съм давал винаги най-доброто от себе си.

Аз съм вече изцяло добър.

Аз се приемам и одобрявам такъв, какъвто съм.

АЗ ЛИ ГО НАПРАВИХ?

Паолино беше свикнал да му се карат. Дори и когато не беше направил нищо, очакваше упреци - било вкъщи, било в училище. Непрекъснато му се струваше, че е извършил нещо лошо; както се казва, беше вече свикнал да е виновен и заради грешките на другите.

Една неделя, когато цялото семейство реши да отиде на екскурзия с корабче по езерото, Паолино, за съжаление... имаше настинка... Виждайки удължените физиономии на родителите и на сестра си, той се почувства като червей: как можа да се разболе, точно когато параходчето ги чакаше!!

И на Коледа се почувства много зле: при отварянето на пакетите изпусна на пода три фигурки от композицията, представяща раждането на Младенеца - две от тях се счупиха и на Паолино му стана безкрайно неловко... Понеже често му се случваха такива неща (които всъщност се случват на всички), той малко по малко свикна да мисли за себе си като за "черната овца" на всяка ситуация и непрекъснато казваше: "Извинявай, извинявайте." Когато се обаждаше на някой приятел, питаше, без въобще да е нужно: "Безпокоя ли те?". Влизаше в класната стая и казваше: "Извинявайте, ако съм закъснял"... а никога не закъсняваше. Паолино щедро се раздаваше и правеше дори повече от необходимото, но винаги му се струваше, че не дава достатъчно и никога не искаше нищо за себе си.

Един ден чу от новините по телевизията, че е станало земетресение. О, небеса - та той беше нарисувал земетресение именно във вторник - да не би вината за бедствието да е негова? Хайде стига, Паолино, успокой се - каква е тази лоша дума "вина"? Изхвърли я от речника си - никой

няма вина за нищо; нещата се случват, защото трябва да се случат Животът е като игра на зарове - понякога печелиш, после прескачаш един ход или три, но никога не знаеш колко точки ще направиш, когато хвърлиш зара. Доброто и злото са братя, както бялото и черното.

Вините не съществуват, има само поуки. Ако си изпуснал вазата, това означава, че си научил закона за гравитацията и следващия път ще пипаш по-внимателно. Разбира се, не те приканвам да започнеш да чупиш цялата къща - просто се отпусни, не се извинявай за всяко нещо и знай, че всичко, което се случва, има смисъл. Ние може би не го разбираме, но ангелите - онези, които са там, горе - положително го знаят Дишай спокойно и живей!

25. RED CHESTNUT (ЧЕРВЕН КЕСТЕН)

Това е цветът, който прекъсва пъпната връв (а тя понякога и на четиридесетгодишна възраст още не е срязана) -затова е полезен при "отбиване", особено в комбинация с *Walnut*.

Има такива едни неспокойни деца, които непрекъснато питат кога ще дойде майка им, безпокоят се при най-малкото ѝ закъснение и се чудят какво ли се е случило, като съчиняват какви ли не евентуални злополуки и наранявания. Макар и да знаят, че майка им винаги идва да ги вземе последна, защото работи далече или трябва първо да се преоблече, техният ум препуска бързо към възможни бедствия... а това означава, че прекалено често чуват да се говори за подобни неща. Тези деца живеят живота на другите като свой собствен. Те не се безпокоят толкова за себе си, колкото за околните. С по-малките се държат крайно покровителствено. Често се питат дали не съществува някакво лекарство, което да направи скъпите им близки неуязвими за каквито и да са беди.

Във всички случаи на Едипов комплекс и майката, и синът би трябвало да взимат *Red Chestnut*, за да приемат спокойно собствената си идентичност.

Много важно за този тип деца е да бъдат научени на творческа визуализация. Посредством играта те ще могат наистина да изпращат позитивни енергии към този, когото искат да закрилят. По този начин се обезврежда механизмът на модела, при който негативните мисли привличат действително най-нежеланите ситуации. В края на тази книга ще намерите едно симпатично и ценно упражнение по въпроса.

Надявам се да не изпадна в противоречие с досегашните си твърдения, като кажа, че не бива да провокираме в децата и комплекса на "спасителя на света". Убедена съм, че е напълно възможно да се внесат подобрения чрез позитивна мисъл, но също така подчертавам, че не бива да се претоварваме с неща, които нямаме сили да реализираме.

Red Chestnut

Аз излъчвам мир и спокойствие.

Аз се предпазвам от проблемите на другите.

Аз се грижа за своето психично пространство.

Аз очаквам позитивни резултати.

Аз предавам спокойни мисли на обич към тези, които имат нужда от тях.

ПАНДОЛФА И ДРУГИТЕ

Госпожа Пандолфа живееше вечно в тревога -не се притесняваше за себе си, а за другите, искаше всички да са в безопасност. Ако мъжът ѝ закъснее, тя мислеше: "О, случило му се е някакво произшествие!" Ако по улицата видеше дете да тича, вече си го представяше под колелата на някой автобус. Винаги гледеше да облече с дебели жилетки внучетата си, защото се притесняваше, че ще се простудят... и така нататък.

Вечер започваше истинска трагедия, която в един момент се превръщаше в комедия: "Изключих ли газта? Луиджи, върни се по-рано от дискотеката - в полунощ, а не в три часа; иначе ще мисля, че си претърпял тежка катастрофа и няма да спя!"

"Майко, танците започват в полунощ! Десет часа е -заспивай и бъди спокойна, ще се върна в три!"

"Не! Не в три - това е най-лошият час, тогава стават най-много катастрофи!"

"Но, майко, има ли лоши и добри часове? Знаеш, че шофирам добре и че съм въздържател... пия само кока-кола."

Пандолфа "безстрашно" стоеше будна до три и с ужас си представяше лекари и болници, а тъй като и без това времето за чакане не беше малко, вмъкваше и мисълта за подутия крак на мъжа

си: "Сигурно е някаква странна болест... може би ще му отрежат крака. Ах, какво да направя!" Единственото нещо, което успяваше да направи, бе да се безпокои, много да се безпокои. Ако безпокойството се заплащаше, Пандолфа би станала милионерка.

Дъщерята на Пандолфа живееше в Канада. Това даваше основание на Пандолфа да трепери от мисълта за студа, за мечките там, които положително щяха да нападнат детето ѝ (дъщеря ѝ бе на 35 години и самата тя имаше две деца)... Ами самолетът - това пакостно превозно средство, с което щяха да пътуват всички, за да дойдат от Канада за Коледа! Пандолфа много искаше да ги види, но... дали самолетът нямаше да падне? Като нищо! О, каква тревога!

Един ден Пандолфа беше на фризьор и много се безпокоеше, че няма да може навреме да приготви соса за своя Луиджино (на 29, дипломиран от три години). Точно тогава тя случайно хвърли поглед върху една статия във вестника, която възбуди силно любопитството ѝ. Ставаше дума за една госпожа, приблизително на нейната възраст, която също била все неспокойна за онова, което можело да се случи на кого ли не... Тази госпожа открила, че е много по-добре, вместо да мисли за ужасни неща, да се опитва да изпраща мисли, заредени със светлина и енергия. В първия момент Пандолфа се почувства обърквана, но след това реши да опита... и действително, получи се! Вечер изпращаше един лъч от светлина към предпочитаната от сина ѝ дискотека, а друг лъч - към крака на мъжа си... и спеше спокойно. А какво щастие, че беше октомври - имаше два месеца, през които да изпраща лъчи и към Канада! Самолетът щеше да се приземи без проблеми... и нямаше да има никакви мечки.

26. *ROCK ROSE* (СКАЛНА ПОЗА)

Когато нещо ги притесни, децата *Rock Rose* биват обхванати от силен страх и изпадат в паника. Имайте предвид, че те могат да се ужасят и от приказката, в която Червената шапчица е погълната от лошия вълк!

Давайте *Rock Rose* на тези деца, които страдат от кошмари и нощни страхове (тук комбинацията с *Aspen* и *Mimulus* ще е от голяма полза), а при спешни случаи (когато и *Rescue* е подходящ) го вземете и вие, за да не им предадете обхваналата ви паника. Не внушавайте страх на децата, като призовавате да ги накажат "черни човечета", лоши вълци, полицаи и пожарникари. Децата не познават ужаса по рождение -ние сме тези, които им го предаваме, като често не си мерим думите.

Едно прекрасно упражнение за прогонване на "зли духове" е да предложим на децата да ги рисуват. Нека ги видят върху окачения лист, за да могат да ги сравнят с тези, които са изобразили другите - това им дава възможността да преодолеят успешно страха си от тях.

И импровизираният театър би послужил за освобождаване и преодоляване на страховете. С помощта на четири цветни парцала можем да организираме символични представления на приказки или измислени истории, където доброто винаги триумфира над злото - горките вещици ще бъдат изгорени, крадецът заловен, вълкът изкормен и т. н., и т. н. Това трябва да стане съвсем свободно - нека оставим децата да крещат, когато трябва да заловят чудовището. Вие бихте ли могли да вържете триглав змей и да ликувате само с половин глас?

Паника може да предизвика и контролно в часа по математика, затова съветът ми е да дадете *Rock Rose* още от предишния ден: така ще се развърже характерният възел в гърлото и ще мине сърцебиенето, които предшестват диктуването на задачите.

Можете да го прибавите и към "средството за изпити", защото изпитите нерядко предизвикват истински ужас... Започнете да прилагате *Rock Rose* поне две седмици преди изпитите, до идването на съдбовния ден, в който средството може да се приема и на всеки пет минути.

Rock Rose

Духът ми живее.

Аз съм готов на всичко.

Аз притежавам непоклатимо самообладание по време на криза.

Аз съм в контакт със своята вътрешна сила.

УЖАС НА ВЪРХА НА ПЛАНИНАТА

Майстор Джилберто съвсем не беше страхливец. Той разсичаше големи дънери само с един

удар на острата си брадва - сериозна работа за истински мъже! С ренде и трион Джилберто се справяше прекрасно, а някоя драскотина или малко кръв в никакъв случай не можеха да го уплашат. Напротив, когато някой изпаднаше в беда, той пръв се хвърляше да помогна по този път...

Този път той беше на върха на планината със своя приятел Карлето. Трябваше да секат големи дървета- ацери с много яки стебла - и бяха необходими много сила, точност и смелост, защото при най-малката грешка дървото можеше да се стовари върху главите им, вместо на земята.

Точно когато първият дънер беше вече срязан и готов да падне, се появи силен вятър и разлюля опасно клоните. Карлето не си даваше сметка за опасността, която ги грозеше, но Джилберто разбра, че един порив на вятъра можеше да бъде фатален и се ужаси. Сега всяка минута бе ценна. Вятърът задуха още по-силно. Джилберто не искаше да крещи, за да не уплаши своя приятел и колега, но и нямаше време за губене. Внезапно се сети за времето, когато като дете изпитваше ужас от чудовища... Сега чудовището, което трябваше да бъде срязано, бе едно огромно, клонесто дърво. Джилберто си спомни, че като дете побеждаваше страха, като пееше колкото му глас държи.

"Ще се опитам да пея - каза си той. - Освен това нямам кой знае какъв избор; поне ще умра с песен!"

От гърлото на дървесекача излезе само един-единствен тон, но толкова силен, че отблъсна назад вятъра: освободената сила на Джилберто беше спасила неговия живот и този на другаря му.

27. ROCK WATER (СКАЛНА ВОДА)

Макар и този лек да е предназначен основно за деца, човешкият тип *Rock Water* откриваме навсякъде, където са налице инат и склонност към перфекционизъм. Ако детето *Rock Water* иска майонеза, тя трябва да е точно такава, каквато то ви е посочило. Дадете ли му друга, няма да я приеме, защото не сте се съобразили с неговото категорично желание. То не търси власт, но изисква от всички да са перфектни.

Това дете е готово е да се лиши от много други удоволствия, ако само едно му достави голяма радост- ето защо неговите рисунки не са особено шарени, но пък са създадени със старание, изпипани, сериозни.

Rock Water е единственият лек, който не е цвят, а скална вода - дори това вече създава усещане за нещо твърдо и студено. Имайте предвид, че именно твърдите, прекалено праволинейни схеми на нашия ум са това, което често прави живота ни труден; те ни подтикват да се отказваме от всякакъв вид промяна, а това е опасно. Трябва винаги да сме готови да обърнем всичко на игра, да бъдем гъвкави. Често този подход отсъства в семейства, в които съществуват твърди правила - както по отношение на религията, така и по отношение на храната. В подобна семейна атмосфера е налице една погрешна концепция за Духовност или морал, а понякога и лицемерие, което преминава в самоограничаване.

Родителите първи трябва да вземат от този лек, така всички заедно ще могат да изживеят прекрасния процес на отваряне към живота, към радостта.

За да се преодолее твърдоглавието на детето *Rock Water*, ще е добре да го накарате да прави упражнения, в които има много движение: пързалане с кьнки, аеробика или свободни танци. Не бива да има никакви правила -важното е да се насърчават творческите му проявления.

Rock Water

Аз се движа със своя естествен ритъм.

Аз съм винаги релаксиран.

Аз съм приспособим и гъвкав.

Аз се грижа добре за себе си.

Аз ценя удоволствията на живота.

ТАКА Е!

Господин Постоянски не беше съгласен с никого, освен със себе си. Та той никога не грешеше- просто другите не разбираха, че не са прави, както и не разбираха, че той е съвършеният пример, образецът за правилен начин на живот.

Господин Постоянски се беше подложил на една изключително строга диета, която комбинираше най-твърдите макробиотични правила с храната на тибетските монаси. Той не пиеше

никога глътка вино - даже и на празници. Поддържаше се във форма, като всяка сутрин в 5 часа тичаше. Обличаше се перфектно, по дрехите му никога нямаше и гънка. Въобще, във всеки свой навик Постоянски беше сериозен, трезв и подреден.

Един ден, след ожесточен спор със семейството си, за чиято причина дори не си спомняше (вероятно никой не искаше да следва неговите правила за живот), господин Постоянски се ядоса толкова, че излезе от къщи вбесен и седна в градината. Там той усилено започна да размишлява върху случилото се. Разбира се, правеше това, за да не забрави, че неговото мнение беше правилно, че той беше прав.

Когато отидоха да го потърсят, роднините му останаха изненадани, защото на мястото на Постоянски намериха едно парче скала - сив и студен камък: ето в какво се беше превърнал той. Постоянски също си даде сметка за станалото, но не се притесни особено: можеше да си стои и такъв, гранитен!

Ала измина време и усещането за спокойствие и твърдост започна да му омръзва. В господин Постоянски се зароди малко, но измъчващо го съмнение: може би все пак неговите разбирания не бяха правилни за всички, та затова не всички споделяха неговото мнение... Може би трябваше да обсъди вижданията си с някого, но беше твърде късно: той се бе превърнал в един голям, ненужен камък.

Дойде пролетта и господин Постоянски се покри с красив блестящ мъх. Около него поникваха пъстри цветя и той се почувства доволен. Един ден семейството му дойде на пикник в градината. Изведнъж, по време на веселия обяд, те чуха някакъв жаловит глас: беше Постоянски, който поиска да говори с тях. Всички бяха щастливо изненадани от това, че - вместо да поучава и критикува - той ги разпиташе за мненията им относно разни готварски рецепти, модата, обществото и развлеченията.

Като че ли забравил дискусиите, в този ден Постоянски просто разговаряше; скалата ставаше все по-мека и когато придоби отново предишния си вид, господин Постоянски вече беше друг човек.

Стана голям празник и се пи шампанско... Естествено, една чаша шампанско изпи и той... изяде и две парчета торта. Е, тортата не беше много макробиотична... но пък бе изключително вкусна, истинско лакомство!

28. *SCLERANTHUS* (ЕДНОГОДИШНА ХРУЩЯЛКА)

Важен симптом, който помага да се разпознае състоянието, при което има нужда от *Scleranthus*, е изразената недоверчивост. Това дете има нужда да се затвори в себе си, макар че никога не успява да постигне вглъбяване. То живее в нерешителност и съмнения. В него има една дълбока неуравновесеност и тя не му позволява да постигне задоволителни резултати: то е като платно на вятър. И времето също му влияе много - то е зависимо от метеорологичните условия.

Scleranthus се препоръчва при гадене, повръщане, виене на свят в превозно средство и при морска болест - все проблеми, към които децата често са предразположени. Прекрасен лек е и за болките в ушите при тези деца, на които им се вие свят, докато ходят; помага и на онези, които преминават само за няколко минути от смях към плач.

Този цвят е подходящ при всякакви смущения: разстройство и запек, ненаситен глад и липса на апетит, плач и неестествена веселост; полезен е при всички двигателни смущения и при смущения в равновесието. От него се нуждаят тези деца, които лесно падат.

Давайте *Scleranthus* на всички, които са вечно нерешителни и никога не знаят какво да изберат: "Сладолед или скрежина? Може би сладолед... Не, скрежина... или все пак сладолед?"

За тези деца е важно да участват в психомоторни дейности, за да координират движенията си и да обединят физическата активност с умствената.

Не е изключено те да имат проблеми с координацията. Следователно добре ще им се отразят игри, преходи и всякакви занимания, които изискват едно по-дейно участие на тяхното въображение.

Против прилошаването им по време на път с автомобил ви съветвам да комбинирате *Scleranthus* с *Gentian* и *Rescue*.

Scleranthus

Аз знам какво е правилно за мен.

Аз мисля ясно и решавам лесно.
Аз се доверявам на собствените си решения.
Аз съм ясен и последователен в действията си.

СТИХОПЛЕТСТВО ЗА ЕДНО НЕРЕШИТЕЛНО ДЕТЕ

*Туй е историята на Джоби Джампиеро.
Един ден върху крушата катери се,
на другия катери се на ябълка.
Днес люшка се насам, натам пък утре.
От ставането неговите колебания
-да, колебанията му от самото ставане
-започват с избора на панталона:
"Дали да бъде тъмен или светъл?
Дали да бъде светъл или тъмен?
Дали ще си отива с тез чорапи?
" Какво да хапне Джоби на закуска
-дали погача, или козунак? Я дай погача
-не, дай козунак! Тъй времето минава
безполезно...
И Джампиеро нищичко не прави.
Когато тръгне Джоби на почивка,
затъва пак в съмнения ужасни -
дали на планина... не -на море...
Накрая тръгва с плавници и пояс,
но взима и обувки планинарски
и още - алпинистките си "котки"
И да ядеш със Джоби е проблем.
Избира той - ще хапне сладолед;
не, май му се яде на него крем...
Добре де, крем - но дали със шоколад,*

*или с фъстъци да поръча Джампиеро?
Не, иска сандвич -но с какъв колбас?
Дали пък Джоби да не вземе пица?
Спагетите май избор по-добър са...
Да бъдат със сметана... не, с масло!
Готов е той да вземе и камила,
и после да я впрегне във каруца!
Да купи копче иска от бръснаря!
Май мозъкът му здравата е мръднал!
Все по-разсеян става, по-объркан...
Не се научи нищо да решава,
в съмнения се люшка непрестанно.
А всъщност вярното решение е просто,
за да излезе той от тази бъркотия...
Везни на Джоби подаряват
а той ги гледа, нещо май размисля
и... в него проговаря интуиция!
Разбира вече Джампиеро, че и той
везни такива има, те отмерват
кое е вярно и кое - погрешно,
кое добро е и кое е лошо...
А да решаваши и да отговаряши
на толкова въпроси най-спокойно -
това е вече истинската радост!*

29. STAR OF BETHLEHEM (ВИТЛЕЕМСКА ЗВЕЗДА)

Първата травма на всяко човешко същество е самото му появяване на този свят. Ако няма как да предпишете *Star of Bethlehem* направо на новороденото, ще е добре да го взима майката, която го кърми; могат евентуално да се сложат две капки върху зърната на гърдите ѝ. И в този случай *Rescue* може да замести *Star of Bethlehem*, тъй като и без това участва в комбинацията, която го изгражда. Добавянето на *Walnut* също ще помогне на новороденото да изживее по-леко голямата промяна в живота му: прехода от утробата към външния свят

Този цвят е подходящ за всеки вид емоционален или физически шок - от падането до скарването с приятел, от внезапно затръшвалата се врата до раздялата с родителите. Нашите енергийни тела могат да претърпят последици от сътресения, които може дори да не сме отбелязали. Въобще *Star of Bethlehem* е лек за всички случаи, при които трябва да се отстрани някаква травма, даже и ако тя ни е сполетяла преди много време.

Деца от този тип често са с недостатъчно енергия, наплашени са и са малко или повече апатични. Затова ви напомням, че трябва да се настроите на тяхната дължина на вълната, ако умре рибката им или по пътя видят премазано гълъбче, възможно е те да изживеят това болезнено и силно да се разстроят

Този лек може да се окаже необходим по-често, отколкото си мислим. Той помага да се преодолее блокирането, предизвикано от притеснение и с негова помощ учителите могат да се справят в ситуации, в които отлични ученици не успяват да реагират адекватно. Често казват за такова дете: "Той е като блокиран..." Добре, ето начинът да бъде разблокиран.

Разбира се, не можете да дадете лека на деца без съгласието на родителите им. Същевременно не винаги е необходимо да им го дадете през устата. Намажете *Star of Bethlehem* върху ръцете им или върху вашите, напръскайте малко върху техните дрехи. Ще видите, че постепенно дори изразът на лицето и тембърът на гласа им ще станат по-живи, по-заредени с

енергия.

За тези, които имат опит в използването на хомеопатични средства, ще кажа, че този цвят е познат в цветотерапията като вид Арника¹.

Star of Bethlehem

Аз се възстановявам след всяка минала травма. Аз съм кротък и спокоен. Аз притежавам вътрешно спокойствие Моята енергия тече леко и плавно.

ВЪЗЛИТЕ НА АЛДЕБАРАН

Алдебаран беше красив кон с лъскава козина и гъста грива, но от месеци боледуваше, без да е ясно защо и от какво. Ветеринарният лекар не успя да определи диагноза на болестта, която го беше налегнала.

Алдебаран ядеше малко (не че се засищаше, но просто не можеше повече...), не искаше да пренебрегва както преди и никакво лечение не успяваше да го възстанови - нито витамините, нито специалният зоб, нито скъпите сиропи. Той изглеждаше блокиран.

Един ден покрай обора мина една от онези старици, които живеят в приказките и изглеждат хем малко глуповати, хем мъдри. Обикновено те носят шалче и кошничка с магически билки, докато тази (понеже беше модерна) бе облечена в костюмче в жълто и зелено и имаше кожено куфарче, а на главата ѝ се мъдреше смешна шапчица, подобна на тези, които носят стюардесите. Като цяло създаваше впечатление на малко... изветряла, но вие не се доверявайте на външността.

Пришила - така се казваше старицата - погледна коня и каза: "Дявол да го вземе! Това хубаво животно има нужда от мен, има един възел. В гърлото му е заседнал голям възел, а в стомаха му - цяло кълбо от възли. Виж ти, виж ти - и краката му са целите оплетени в конци и въжета... Горкичкият!"

Чеко, собственикът на Алдебаран, помисли, че старицата е луда. Какви конци, какви въжета? Да, конят му не беше добре, но на Чеко и през ум не му бе минавало да го връзва с върви и въжета!

Пришила невъзмутимо попита: "Хей, Вие - това нали е Вашият кон? Я ми кажете дали случайно преди време не се е уплашил силно от нещо? Ако е така, ще го излекувам веднага - на мига."

Чеко вече бе убеден, че старицата е напълно луда - от тези, които в главата си вместо мозък имат бръмбър-ри... макар че... като се замисли... преди три месеца фургонът на месаря за малко не прегази Алдебаран.

Вярно е, че - за щастие - нищо не се беше случило, но тъкмо оттогава конят му спря да се храни добре...

"Да - каза Чеко - всъщност..."

"Ясно - рече Пришила. - Ето, уплахата го е омотала целия, държи го като в плен... Сега една шепа от моята билка ще го излекува мигновено."

Така и стана. Алдебаран се възстанови веднага, наяде се хубаво и започна да пренебрегва... Изумен, Чеко попита: "Ама Вие какво му дадохте?"

"Мляко от кокошка" - отговори Пришила.

"Тази наистина е луда! Е, важното е, че конят ми вече е добре."

Не, Чеко, старицата не беше луда! Тя бе вълшебница, а кокошето мляко е един цвят... с магически свойства.

30. SWEET CHESTNUT (СЛАДЪК КЕСТЕН)

Дано прилагането на това средство никога да не се налага, но... понякога се случва - особено в училищна възраст, при скъсване на изпит или други неуспехи. *Sweet Chestnut* се препоръчва и след събития, които се понасят тежко, както и при всякакви признаци на отчаяние - винаги, когато някой изглежда лишен от всякаква живителна сила. Освен това е подходящ лек и в случаи на тежки болести или увреждания - когато ни е трудно да приемем нещо и се питаме дали Господ не ни е забравил.

Не смятайте, че едно дете не може да изпитва подобни чувства. То по-скоро не умее да ги изрази, но това е дори още по-лошо.

¹ Арника - хомеопатично лекарство, което се предписва при травми.

Sweet Chestnut възвръща светлината и радостта от живота. Направете така, че щастието да влезе скришом в ежедневието на тези малки неудачници, за да могат те да преодолеят възможно най-бързо негативното състояние, което ги кара да се чувстват преждевременно лишени от надежда.

Всъщност, за да се почувстваме изоставени от Бог, трябва първо въобще да вярваме, че Той съществува, дори и да го наричаме с различни имена: Аллах, Космос, Буда, Баба, Съдба. Без съмнение в нас трябва да съществува вяра в едно изпълнено с обич Върховно Същество, от което и ние самите сме част. Когато осъзнаем, че божественото е във всеки от нас, повече никога няма да изпитаме безнадеждност.

Разбира се, пак ще ни се налага да понасяме тежестта и болката, но когато знаем, че сме божествени, ще знаем и как да посрещнем живота. Научете на това децата и... шишенцето със *Sweet Chestnut* ще си остане пълно.

Sweet Chestnut

Аз вярвам в самия живот.

Аз моля да ми бъде оказана цялата помощ, от която имам нужда.

Аз напускам тъмнината и отивам при светлината.

Аз приемам промените и развитието.

РАЗМИСЛИ НА ЕДНА КАКАВИДА

Горката аз - колко е тъмно тук вътре... и колко ми е тясно! Бедната аз - каква бях, а се затворих тук и сега нямам никаква надежда!... Защо, защо го направих? Слънцето, няма да видя никога повече слънцето. Казаха ми, че после ще се променя, но не е вярно - тук вътре има само тъмнина и безнадеждност, а и всичко ме боли, всичко, дори и кожата... Никой не може да ми помогне; кой би повярвал, че някога ще излезна оттук? Свърши се, всичко свърши. Какви ти крилца и цветя - говореха така само, за да ме утешат, но сега го чувствам: това е смъртта. Да, чувствам се зле, струва ми се, че ще се пръсна. Помощ - чупи се дори и тази сигурна обвивка! Вярно е, че е тясна и тъмна, но сега и тя се разчупва... и аз умирам, знам че умирам! Защо? Помощ!... Но къде съм?! Светлина, това наистина ли е светлина - о, аз съм на открито... цветята, слънцето, крилето! Значи е вярно, аз съм жива - има живот, има светлина, имам крила: аз наистина съм пеперуда! Летя, летя, живея и летя!

31. VERVAIN (ВЪРБИНКА)

Vervain е ентузиазирано дете и прекалява във всичко, което прави - то иска да въвлече всичките си приятели в играта или спорта, които то обича, настойчиво ги подканя да го следват. Убедено ли е в дадено нещо, иска всички да са убедени в същото. Ако не срещне разбиране, то се възмущава. Прекалено активно е, занимава се с хиляди неща, но често се изморява, защото не успява да насочи енергията си по подходящ начин.

Би могло да яде твърде много, и то лакомо, защото е дете, което върши всичко с прекален възторг.

Може да изпадне в моменти на голямо разочарование, защото в основата си е добро същество. Ако иска да увлече другите след себе си, то е, защото чувства, че може да им даде нещо важно, а не просто от желание да бъде водач. Говори с много силен глас и ходи, марширувайки като гвардеец; забързаният му ритъм на действие може да му докара стрес и безсъние.

Тези деца имат нужда да бъдат въвлечени в нещо. Щом е така, нека им поверим отговорни задачи. Няма да съжаляваме, защото може да им се има доверие, а и те са неуморими. Дали ще бъдат водачи на скаутите, организатори на турнир по волейбол или друго, винаги ще го правят с желание.

Добре ще е обаче да бъдат научени и да пестят енергията си за собствени нужди, като дадат възможност и на други да се изявят. Нека култивираме у тях дейности и лични хобита, които да практикуват заради самото удоволствие от това да го правят, без да изпитват необходимост от одобрението и потвърждението на околните.

Понеже аз самата съм до голяма степен *Vervain*, иска ми да се обърна към тези "любители на битките" с няколко думи на симпатия и разбиране. Знаем, че ви е тежко, деца - та вие влагате в това, което правите, всичко от себе си! Ала, все пак, оставете другите да се оправят сами - иначе

влизаме в ролята на досадници. Нека ние продължим напред, развявайки нашето знаме, а останалите да ни следват, ако искат. Бъдете самите себе си, без да се притеснявате от това! Само ако останете верни на себе си, ще можете наистина да бъдете свободни и да накарате другите да ви уважават заради способността ви да въплъщавате онази справедливост, заради която сме готови на всичко.

Vervain

Аз живея живота си без усилие.

Аз съм спокоен, отворен към света и уравновесен.

Аз съм умерен в мисленето и в действието.

Аз проявявам толерантност към мненията на другите.

Аз съм свободен и спонтанен.

Аз постигам успехи чрез спокойствие и любезност.

СЛЕДВАЙТЕ МЕ... МОИ ХРАБРЕЦИ!

В една страна, чието име не си спомням, живееше един принц. Беше висок, хубав и силен като всички принцове, но за разлика от онези кралски синове, които не правят нищо друго, освен да яздят бели коне и да целуват девойки, принц Родолфо беше истински вулкан от идеи и желаше да увлече възможно най-голям брой хора в своите дела.

Родолфо искаше да открие пицария на Марс или да превърне пустинята в гора. Ако някъде избухнеше война, той пристигаше, за да възцари мир и справедливост. Само че искаше и другите да го последват... доброволно или насила.

"Напред, мои храбреци!" - викаше принцът. А ако никой не откликнеше на призива му, крещеше: "Напред, негодници!". Ако и тогава нищо не се получеше, той изревяваше: "Ей, говеда такива - ще ме следват ли или не?"

Не, Родолфо - не искат да те следват. Не бъди толкова нетърпелив и настойчив към своите последователи, а и разбери, че не всички трябва да искат онова, което искаш ти. Ако на теб ти се ходи пеша до Китай... ами, направи го, но не можеш да изискваш от всички да те последват. Има принцове, които целуват спящи красавици, други, които ходят на кръстоносни походи, трети, които си стоят тихо и кротко в своята градина... и така и трябва да бъде. Не разбираш ли, че прекаляваш - успокой се и не изпадай в стрес! Готов си на невероятни подвизи, но едва ли ще успееш да ги извършиш, като задължаваш приятелите си да участват. Ясно е, че ти вярваш в това, което правиш, че се бориш за един идеал, но ще видиш, че ако не си толкова фанатичен, хората ще осъзнаят колко хубави са нещата, които мечтаеш да осъществиш. Все пак, не можеш да изискваш от всички да бъдат като теб. Отпусни се, Родолфо.

32. VINE (ЛОЗА)

Малките диктатори! Има ги толкова много, а донякъде това е и по наша вина, защото го позволяваме: по-лесно е да се подчиняваш на капризите на едно дете *Vine*, отколкото да успееш да изградиш балансирано взаимоотношение с него.

В игрите *Vine* винаги е царят или принцесата, бащата или майката, главатарят на разбойническата шайка, учителят, въобще - лидерът. Издава заповеди на всички и изисква абсолютно подчинение без уговорки - или ще изпълниш разпорежданията му, или очаквай неприятности!

Малкият тиранин има малко приятели (често те са от типа *Centaury*, защото другите деца се изморяват да му бъдат подвластни дълго време. Детето *Vine* може да бъде жестоко и да използва сила, за да постигне това, което иска.

Как да се подходи към такова дете? Преди всичко, не бива да му се предоставя цялата тази власт, към която то се стреми; уважението към другите трябва да се научи с помощта на примери - и то незабавно! На второ място, трябва да се запитае каква е причината, довела до толкова негативно поведение и да използваме игри, свързани с превъплъщения в отделни роли, за да го научим да се поставя в различни положения, дори и в такива на най-смирено подчинение. И накрая - необходимо е да го приучим да се грижи само за своите основни потребности. *Vine* са тези разглезени деца, на които от малки им се донасят пантофките и непрекъснато някой тича до кухнята, за да им се достави лъжичката или сока. Ако ги научим да имат винаги слуга на

разположение, ясно е, че ще го използват като свое придобито право.

Добре е от момента, в който се излягат техните лидерски качества, да им се възлагат задължения, но трябва и да бъдат приучени да си сътрудничат с другите, а не да обсебват цялата ръководна власт

Предлагам ви едно упражнение за настройване, което във Финдхорн се изпълнява преди започването на каквато и да било дейност. Съберете ръце по такъв начин, че дясната да бъде обърната с дланта нагоре, а лявата - с дланта надолу. Сега се хванете за ръце, затворете очи и поискайте от децата да усетят снопа от светлина и енергия, който минава през вас. Съсредоточете се и призовете в изградения от вас кръг ангела-покровител или необходимата за момента енергия. Ще видите, че когато разделите ръцете си, пред вас ще стоят хора, много по-предразположени да работят заедно - и, най-вече, да приемат и уважават другите.

Vine

Аз вярвам в силата на своя пример.

Аз уважавам правата на другите.

Аз вярвам в себе си, както вярвам и в другите.

Аз окуражавам другите да станат силни и да ръководят.

Аз съм чувствителен и състрадателен.

АДОЛФО... БРАТОВЧЕД НА ПРИНЦА ОТ ПРЕДИШНАТА ПРИКАЗКА

Вярно е, че Родолфо беше фанатик, човек, който прекалява, но е вярно и, че намеренията му бяха добри. Неговият братовчед Адолфо обаче правеше нещо много по-лошо - той използваше властта просто за да командва. Никой нямаше право на дума или идея - Адолфо решаваше вместо другите и бе убеден, че всички трябва да му се подчиняват. Разбира се, хората силно го мразеха, защото беше жесток и безсърдечен. Ако някой не изпълняваше неговите заповеди, той разпореждаше да му отсекаат главата.

Адолфо беше безмилостен. За него беше забавление да разпалва войни - какво от това, че пращаше войниците на смърт, нали той само командваше! Адолфо дори не изпитваше болка или съжаление при вида на обилно леещата се кръв.

По време на една битка той падна от седлото на коня и - тъй като беше далече от лагера - седна под едно дърво в очакване неговите войници да дойдат да го вземат. Адолфо чакаше, чакаше, но никой не идваше...

"Кой мислиш, че ще те потърси, Адолфо? Твоите войници празнуват твоята смърт, защото мислят, че са се освободили от едно отвратително и лошо същество като теб!"

Кой говореше? Кой си позволяваше да отпрати такива думи към него, принц Адолфо, ужаса на страната?

"Не можеш да ме видиш... аз съм само един глас... повече не е нужно да ти обяснявам. Знай, че ще оставаш все повече и повече сам - даже може би ще си и останеш тук завинаги. Всъщност вече го казах... кому си притрябвал? Никой не е толкова глупав, че да дойде да те търси, освен ако..."

"Освен ако какво? Кажи ми го! Не смятам да остана тук и да умира от глад и студ! Кажи ми го - това е заповед." Тишина. "Отговори, казах ти - това е заповед!" Тишина, а после смях...

"Нищо не разбра, нали? Скъпи ми диктаторе, на мен не можеш да заповядваш... Остани тук и мисли как да се справиш сам. Гладът и студът ще ти се отразят добре, ще те накарат да разбереш колко страдания си причинил на другите. Хайде, сбогом."

"Не, чакай! Кой си ти? Какво мога да направя?"

Адолфо беше деспотичен, но не и глупав и разбра, че не беше зачитал никога правата на другите, че винаги беше злоупотребявал със своята власт и вместо да се подготви да стане добър крал... бе спечелил единствено омразата на хората.

"Разбра - усещам, че го разбра. Добре, сега ще отида да извикам твоите войници, но внимавай - знай, че ти не ме виждаш... но аз те виждам!"

Чий беше този глас? Не е важно да научим, но се радваме, че Адолфо разбра... Така е добре.

33. WALNUT (OPEX)

Този лек се дава всеки път, когато има някаква промяна, била тя поникване на зъби,

тръгване на детска градина или на училище (добавя се *Honeysuckle* против носталгията), смяна на дома, излизане във ваканция и т.н. Той намира своята употреба и във всички онези случаи, при които детето се проявява като свръх-чувствително: други се карат, а то се чувства зле или пък поема дълбоко външните и семейни влияния и страда от това.

Детето *Walnut* не се справя с осъществяването на промени, защото не е достатъчно решително. Знае какво би му харесало да прави, но се оставя да бъде убедено от други да се откаже от него.

Този лек е подходящ и за деца, принудени да прекарват дълго време в контакт с непознати хора - например в заведения или в магазини.

В комбинация с *Red Chestnut*, *Walnut* се препоръчва и при отбиването на кърмачето.

Когато почувствате необходимост да предпазите малкия човек от нещо, което не можете да си обясните, дайте му *Walnut* - наред с другите си характеристики, този цвят има и способността да закриля, в смисъл че изгражда нещо като защита, която подсилва аурата и пречи на преминаването на "нежелателни" енергии. Ако си помислите: "Това дете наистина е нещастно!", направете така, че то да може да има контакт с енергията на *Walnut* - и може би нещо ще се промени...

За подсилване на аурата и за осигуряване на закрила, както и при по-големи житейски промени, много полезни биха могли да бъдат и упражненията за творческа визуализация. След настъпили промени упражненията могат да помогнат на детето да се почувства сигурно и без проблеми в новата ситуация.

Хубаво би било да визуализираме самите себе си, сгъсени в орехова черупка (все пак, *Walnut* е орех), която ни закриля. Когато аз взимах този лек, се виждах в черупка с форма на люлка, закачена на един огромен орех - така се чувствах закриляна и сигурна.

Walnut

Аз се освобождавам от всички негативни влияния.

Аз следвам своя вътрешен пътеводител.

Аз съм готов за промяна.

Аз си пробивам път, за да реализирам своите способности.

Аз "излизам от пашкула".

РИКАРДО И ВЪЛШЕБНИТЕ НОЖИЦИ

Още от малък Рикардо беше решил да напра ви нещо голямо и хубаво в своя живот. Приключенията го очароваха; той искаше да пътува и да посети най-далечните места, за да открие нещо...което със сигурност очакваше именно него, за да бъде открито.

Само че майката на Рикардо го разубеждаваше, като му повтаряше: "Не заминавай - сърцето ми ще е постоянно свито, като знам, че си далече", а баща му добавяше: "По-добре гледай да си намериш добра работа. Стига с тези приключения - нищо добро няма да излезе от това!" Така Рикардо отлагаше заминаването и се ограничаваше да се разхожда в близката гора, мечтаейки за деня, в който ще може да предприеме своето начинание. Ала го сполетя нещастие -по време на една от разходките му в гората беше заловен от зъл магьосник, който го превърна в свой пленник и, за да предотврати евентуалното му бягство, го оплете в невидими нишки: така Рикардо можеше да работи за магьосника, но не и да излиза извън пределите на неговата градина.

Момчето се чувстваше зле. Точно той, който искаше да види целия свят, беше пленен и принуден да върши унизителна работа, докато неговите родители мислеха, че е избягал и вероятно се намира на Еверест или в Бразилия!

Но Рикардо не се отчая. Слушаше винаги своята интуиция, която му казваше, че един ден ще изпълни някаква важна мисия... и с тази надежда в сърцето продължаваше напред. Разбира се, нишките бяха много неприятни, но - колкото и да се опитваше да ги дърпа и къса - нямаше начин да се освободи от тях: беше омагьосан и само една контрамагия можеше да го освободи.

Една нощ по пълнолуние Рикардо чу музика в градината. Магьосникът спеше здраво и затова той излезе и видя хиляди малки вълшебни същества, които блестяха и танцуваха под лунната светлина. Рикардо се обърна към тях: "Моля ви, помогнете ми -аз съм пленник - направете нещо за мен; трябва да избягам оттук колкото се може по-бързо..."

Водачът на съществата се приближи до него и му каза: "Ние можем да ти помогнем, но готов ли си и ти да ни помогнеш? Виж какво, от години се опитваме да стигнем до пещерата, където се пази един виолетов камък. Той има силата да дарява мъдрост и доброта на всички, но се

намира твърде далече... Ние не можем да стигнем до пещерата, защото сме мънички, пък и изкачването е толкова изморително... Урвите и пропастите са голяма опасност! Ти би ли се решил да отидеш?"

"Господи, бъдете благословени - цял живот чакам такава неща! Освободете ме оттук и се заклевам пред вас, че на всяка цена ще ви донеса виолетовия камък!" - радостно закрещя Рикардо.

"Шшшт... ще събудиш магьосника! Вземи - ето ти този чифт сребърни ножици. Те са вълшебни - за два или три часа ще успееш да срежеш нишките. Дори да не ги виждаш, режи насам-натам и ще се освободиш."

Рикардо успя да се освободи и потегли щастлив... най-после беше дошъл мигът, който той очакваше цял живот Така от едно пленничество се роди възможността да реализира своята най-голяма мечта.

"Виолетов камък, чакай ме - идвам!"

34. WATER VIOLET (ВОДНА ТЕМЕНУГА)

Детето *Water Violet* е високомерно, не се доверява на никого и може да изглежда горделиво. Понякога е стеснително и не обича да излиза от къщи.

Крайно в своите преценки, то не одобрява другите деца и не общува с тях, защото се смята за "по-висока класа" Затова пък всички се обаждат именно на него, когато трябва да питат за уроците. То любезно ги информира, след което поставя телефонната слушалка обратно, поклаща глава със съчувствие и се връща към своите занимания. Детето *Water Violet* никога и от никого не търси помощ - за него това е унизително.

Най-големият му проблем са неговите взаимоотношения с околните - вярно е, че го търсят често като съветник, но е вярно и че съвсем не е идеалният другар в игрите. Нерядко създава впечатление, че е много по-зряло за възрастта си, а и действително е така.

Детето от този тип може да има проблеми от дихателен характер, предвид нежеланието му "да дели въздуха с други"; известно е, че този симптом се поражда от смущения в душевното равновесие. Могат да се появят и двигателни проблеми, които се дължат на липсата му на гъвкавост.

Първото нещо, което трябва да се направи в такива случаи, е *Water Violet* да бъдат убедени да бъдат повече деца. Без да прозвучи банално - нека оставим високомерието на възрастните преподавателки по латински. Нима не можем да ги убедим, че да играеш на войници, като се "сражаваш" с другите деца с пликове, пълни с вода, е фантастично? Онова, което в действителност е необходимо на тези деца, е хуморът. Трябва да се научат да се забавляват и с глупави неща - на тяхната възраст това играе невероятно възстановяваща роля.

Water Violet

Аз обичам да бъда сред другите. Аз съм готов и да давам, и да вземам.

Аз умея да имам топли, близки и сърдечни взаимоотношения.

Аз споделям своите мисли, фантазии и сънища. Аз изразявам обичта си към другите.

БЕАТРИЧЕ И НЕЙНИЯТ ЗАМЪК

Освен че беше прекрасна кралица, Беатриче бе е и вълшебница. Тя живееше в замък от кристал, с който се гордееше и почти никога не излизаше от него. Затова пък нейните поданици често ходеха в замъка, за да потърсят добър съвет или отвара против болки. Кралица Беатриче даваше рецепти или съвети, но в същото време поведението ѝ излъчваше отчужденост и превъзходство спрямо другите. Не че беше невъзпитана - напротив, беше много любезна, но никога не бе дарила когото и да е с прегръдка или с усмивка. Тя живееше в един изцяло свой свят, в който не допускаше никого и смяташе, че така и трябва да бъде. Когато я търсеха да помогне, Беатриче не отказваше, но никога, ама абсолютно никога тя самата не "падаше" дотам, че да поиска някаква помощ за себе си или пък да потърси просто малко компания, за да мине времето по-забавно.

Кралицата беше много самотна, но ѝ се струваше, че никой не е на нейната висота, за да може да сподели нейното време и нейните магически знания... докато един ден, докато се разхождаше по брега на езерото, намери някаква кошница. Вътре в кошницата тя видя едно вързопче от парцали, което плачеше - беше едно прекрасно момиченце и Беатриче реши да го осинови. Занесе детето в своя замък, нарече го Каролина и се захвана да го отглежда с обич и

умение. Въпреки грижите на Беатриче, Каролина растеше тъжна, защото не чуваше никога смях, нито имаше с кого да си играе на "ринги, ринги рае"...

Кралицата се зарови в своите наръчници, за да разбере дали има билка или отвара, която може да направи нейната кръщелничка щастлива, но откри, че само компанията на други деца радва малката Каролина. Тогава Беатриче започна да кани гости, да организира тържества и куклен театър и... усмивката разцъфтя и върху нейните устни, и върху тези на детето! От този ден замъкът се превърна за всички в любимо място за срещи - в него царяха спокойствие и радост. Кралицата започна да проявява любопитство към разговорите на другите майки и да се вслушва, а не само да дава съвети - те си разменяха готварски рецепти, показваха си различни начини за изработване на плетива, помагаша си при правенето на покупки и в организирането на рождени дни.

Дори облеклото на Беатриче стана по-удобно и не толкова строго. Един ден пристигна една нейна възрастна леля и почти не я позна - в сини джинси и розови маратонки, Беатриче люлееше люлката на своята малка Каролина и пееше колкото ѝ глас държи. Строгий замък се беше превърнал в парк за развлечения и възрастната леля възкликна изумена: "Но това е истинско чудо!"

Да, наистина беше чудо! Съществуват много чудеса, макар и понякога да не успяваме да ги видим.

35. *WHITE CHESTNUT (БЯЛ КОНСКИ КЕСТЕН)*

Това дете страда от идеи фикс. По време на сън или в будно състояние то може да бъде обзето от някаква мисъл, от която не успява да се освободи. Умът му е все зает с тази мисъл и то не успява никога да се отпусне.

Може да бъде дете, което да повтаря същия клас, но това не означава, че проблемът му е като този на *Chestnut Bud* - да не научава новите неща; *White Chestnut* просто не успява да се освободи от нещо, което го принуждава "да се върти в кръг". Затова може да изглежда безпомощно, често да е изморено и да се оплаква от силно главоболие.

Много полезни за него са упражненията за отпускане, творческите, но и неангажиращи действия, свързани преди всичко с ръцете - в този смисъл, че физическите упражнения улесняват откъсването от умствената работа.

Освен това, трябва да се намери причината за обзелата го мисъл и да се потърси начин за обезвреждане на нейния приковаващ механизъм. Възможно е да е необходимо и прилагането на *Star of Bethlehem*, защото не е изключено състоянието на детето да се дължи на отдавнашна, но все още тлееща травма.

Внимавайте да не се окаже, че всъщност ние самите сме причина за неговото притеснение. Нека направим обичайния преглед на съвестта си и се опитаме да разберем Дали не сме му създали неудобна ситуация с нашите разбирания или дори само с някоя странна фраза.

За работа с ръцете ви предлагам рецептата на един сладкиш, която аз самата успешно прилагам. Изпълнете я заедно и ще видите как тези прости, натурални съставни продукти се превръщат по магически начин в една прекрасна, мека, оцветена смес.

РЕЦЕПТА: 4 чаши бяло брашно; 4 чаши вода; 2 чаши фина сол; 4 лъжички бадемово масло; 2 лъжички крем "Тартар" - от този, който се използва за сладки; оцветител за храни.

Разбъркайте всичко добре в една тенджера, докато се превърне в гладко тесто, след това го сложете на газовата печка на бавен огън за около пет минути, докато тестото се сгъсти и се отлепи от стените. Оставете го да изстине, замесете го и... играта може да започне. За да съхраните тестото е достатъчен съд, който да се затваря херметически; ако пък желаете да изсушите произведенията си, оставете ги на въздух. Това е всичко.

Обикновени продукти, които всички имат в къщи, могат да се превърнат в материал за творческа работа... И още нещо - след като и без това сте купили оцветители за храни (надявам се, че не сте взели само един; моите приятели желаят да имат този сладкиш във всички цветове), намерете си бурканчета (ама много, много малки -като онези за конфитюр) и с малко вода и още по-малко оцветител (защото те дават доста силен цвят) ще се сдобие с едни направо чудесни акварели. При това те се съхраняват за неограничено време, а и цената им е почти нулева.

Понякога ограничаваме фантазията си, защото е по-лесно и по-бързо да купим всичко вече готово... но представете си удовлетворението от това да си го направите сами - да не говорим пък

за реализираните спестявания-

White Chestnut

Аз съм спокоен и ведър.

Аз мога да си осигуря душевно спокойствие и тишина.

От моя спокоен ум отговорите просто извират.

Аз съм в мир със себе си.

Аз развивам своята интуиция.

КАФЕЙНО И ЛАЙКО

Кафейно работеше в бюрото за информация, а Лайко в службата за помощи. Работата им си "приличаше поради своята ангажираност и голяма отговорност.

Кафейно търчеше насам-натам: телефон, канцелария, три кафета, една цигара, тичане до летището. Какъв стрес! В главата му се вихреше истински водовъртеж от идеи и мисли, които се бореа помежду си... Един магьосник би могъл да види мълнии около главата на Кафейно, докато около главата на Лайко щеше да забележи прекрасна небесна дъга.

И Лайко работеше, но понякога стоеше със затворени очи и, ако го попиташ: "Какво правиш?", отговаряше: "Медитирам, отпускам си съзнанието, зареждам се с енергия."

Кафейно мислеше, че колегата му е странен и казваше за него: "Този не е в час", но си даваше сметка, че Лайко беше винаги ведър, усмихнат... а неговата заетост в никакъв случай не бе по-малка!

Напротив, службата за помощи работеше с много по-голяма документация от тази, с която боравеше бюрото, координирано от Кафейно, така че нещата бяха повече от странни... "Чакай малко, колега - когато си там, с цялата тази работа, която трябва да свършиш, как така успяваш да се отпуснеш? Аз дори нощем не мога. Не те ли тормозят и теб притеснения и мисли, свързани с работата?"

"Разбира се, че мисля за работата - и аз имам мозък, не мислиш ли? Но аз управлявам мислите си, не се оставям те да ме завлекат" - отговори с изражение на невинно ангелче Лайко.

"Извинявай, но аз нещо не разбирам..."

"Ще ти дам един пример. Представи си, че си зад волана на колата си: ти ли я управляваш или оставяш тя да те управлява? Ето, аз управлявам своите мисли и не се оставям да бъда изхвърлен извън пътя."

Кафейно беше объркан, но примерът му се видя подходящ - той имаше страхотна кола... правена по поръчка.

"Виж, Лайко, извинявай, ако ти досаждам..."

"Не, не ми досаждаш - на мен никога никога не ми досажда, аз се чувствам добре..."

"Ето, за това става дума... мислиш ли, че... може би... не, не знам... знаеш ли... така де... имах предвид... всъщност..."

"Разбрах. Искаш да знаеш дали е възможно и ти да постигнеш това, така ли е?"

"Да, така е." Май този Лайко не беше чак толкова "изкукал" - напротив, беше си съвсем "в час"! "Разбра ме веднага."

"Да, заслугата е на тези техники. Отговорът е "да" - дори едно дете може да прави това, което правя аз. Изключително лесно е, стига да искаш да се промениш и да решиш, че предпочиташ един спокоен живот пред живеене в стрес. Ако искаш, ще ти обясня как да го правиш."

"Окей, благодаря - да го обсъдим на по едно кафе? Или може би ще е по-добре на по чаша чай от лайка?"

"Няма да навреди никому, ако ти обясня за какво става въпрос на по чаша... чай."

Добре, нека сега пожелаем успех на Кафейно, за да има не след дълго и около неговата глава небесна дъга.

36. WILD OAT (ДИВ ОБЕС)

Пасивни, но и вечно недоволни, защото не знаят какво биха искали да направят, те не вършат почти нищо.

Wild Oat са деца, които могат да ядат твърде много или съвсем малко - в първия случай, за

да задоволят чувството си на неудовлетвореност, във втория поради слаб интерес към всичко. Те биха могли да имат проблеми със щитовидната жлеза.

Този орган отговаря и за съзидателността, за творческия потенциал, затова дайте "зелена улица" на всякакви творчески дейности, които ви хрумнат. Оставете обаче децата сами да избират и сами да се справят - вие се ограничете с това да подчертавате колко са сръчни и способни при осъществяването на съответната задача.

Wild Oat може да бъде подходящо средство за по-големите в моменти на избор, но кое дете на 14 години знае точно какво иска да прави? Аз го разбрах, когато станах на около 37! Но в училище често се налага да се взимат решения, а и *Wild Oat* може да помогне за изясняване на желанията, както и за откриване на възможности, които иначе могат да останат непроявени.

Този лек е подходящ и за всички деца, които изглеждат незаинтересовани, а всъщност са неориентирани. Той помага и на тези, за които ни се струва, че се държат прекалено свито и дори раболепно в ситуации, в които биха могли да господстват, като докажат своите умения. Действието на *Wild Oat* можем да характеризираме с помощта на един известен израз: "Изважда ни от чувала, в който сме се вмъкнали."

Игри, свързани с преходи и пътувания - независимо дали действителни, или въображаеми, - при които активният избор е решаващ, ще им помогнат да разберат колко важна е **силата** (в най-добрия смисъл на думата) на магическия израз "аз мога"

Смятам *Wild Oat* за цвят, свързан с принципа на творчеството, но бих искала да подчертая, че това понятие не е непременно синоним на музика или живопис - прекалено често под "творчество" се разбират само такива дейности, но за мен то е самият живот: да откриеш смисъл във всички неща и най-забавния начин да ги правиш. Тогава творчество има и в подреждането на масата или в преподреждането на чекмеджетата.

Преди няколко дни прочетох една кратка история, която ще се опитам да направя още по-кратка. Трима работници режат и пренасят каменни блокове, а някакви хора ги питат какво правят. Първият отговаря, проклинайки, че се блъска и поти като добиче за три мизерни гроша; вторият работи, защото трябва да издържа семейството си, но вечер се връща вкъщи, усмихва се и умората му изчезва; третият като че ли пее и танцува, докато работи, и с изпълнена с любов усмивка отговаря: "Аз строя катедрала за Господ!" Нямам какво повече да прибавя.

Wild Oat

Аз сам създавам удобните ситуации, от които се нуждая.

Аз усещам дълбоко своето призвание.

Аз имам специфични амбиции за реализиране.

Аз следвам посоката на моя живот.

ЕХ, АКО МОЖЕХ...

Така казваше Бернардо още от малък: "Ех, ако можех да играя баскетбол"... и си стоеше вкъщи да гледа мачовете по телевизията; "Как бих искал да умея да свиря на китара!"... и слушаше плочи. Имаше толкова желаниа, но никога нямаше волята да ги осъществи на практика. Не знаеше и в какво училище да учи; после пък си намери работа, колкото да не е без хич... Не беше изобщо удовлетворен от живота си и му се струваше, че живее, затворен в чувал; само че той самият беше влязъл в чувала и, вместо да излезе... какво мислите, че правеше? Ако искаше да предприеме някакво пътешествие, гледаше картата, рекламните диплянки на туристическите агенции... и си стоеше вкъщи, за да въздиша отново и отново: "Ех, ако можех..." Понеже всички негови приятели си имаха хобита, Бернардо реши да се занимава с дърводелство и купи материали, за да скове поставки, но не направи нито една... С часове гледаше снимките в списание "Съвременен рибар", но не знаеше какво е въдица... Вместо да кара велосипед, си купи вело-уред за стая... Една книга за живописиста му замести четките и боите... Често четеше готварски рецепти, но никога не опита да сготви каквото и да е!

Бернардо намираще смелост да каже, че е неудовлетворен, че животът му е празен, но в крайна сметка никой не му пречеше да прави онова, което харесваше. Единствено неговата пасивност бе причина за тези неудовлетворения и той не можеше да обвинява никого, освен собствения си мързел. Но на помощ му дойде една малка фея, която капна в шишето му с минерална вода една вълшебна капка. Кипнаха хиляди мехурчета и когато Бернардо се наведе да пие, усети една тръпка, която мина през цялото му тяло. Той си каза: "Ето какво ще направя! Сега

ще изляза и ще си купя един червен велосипед, после една раница и ще потегля към планината. Там ще бера цветя, за да си направя хербарий и когато се върна, ще си купя четки и бои и ще рисувам, а после... после..."

После разбра, че може да осъществи и други свои мечти - затова най-после се записа в един отбор по баскетбол, запази си билет за полет до Англия, научи се да свири на китара и улови няколко пъстърви... ей-толкова дълги! По-точно колко ли? Колкото големите възможности, които Бернардо никога не беше използвал. За щастие, малката фея бе пристигнала навреме и нейните мехурчета го бяха събудили.

37. *WILD ROSE (ШИПКА)*

Апатични, уморени, безволеви, често без апетит, децата *Wild Rose* са бледи и изглеждат болнави. Трябва в тях да се събуди интерес, за да открият енергията, необходима им за живота, който ги очаква.

Понякога състоянието им е като след възстановяване от болест - напълно апатични са, от нищо не се дразнят, но и нищо не ги привлича.

Прекарват с часове пред телевизора, но не с типичното пламенно любопитство на децата; не, те вегетират, затова гледат като хипнотизирани както рисуваните филми, така и рекламите. Безразлични са, сънливи, тъжни, с влажен поглед.

За да вдъхнете живот на едно такова дете, опитайте се да поддържате вашия енергиен потенциал висок и му предайте малко жизнелюбие или се запитайте защо това малко същество има толкова скръбен вид. За щастие, подобно поведение може да се окаже и само преходно състояние в резултат на възстановяване след болест или други проблеми.

Wild Rose дава онзи ключ, който може да освободи желанието да правиш нещо и преди всичко да си жив. Няма значение какво точно ще правиш; всичко е подходящо - и колекционирането на капачки от бутилки, и изрязването на фигури от вестниците за лепене на колажи. Важното е да се поддържа висок тонусът на енергията.

Нека има шум, танци, смехове, пикантна храна, а защо не и течен шоколад, който децата да взимат направо с пръсти от бурканчето (да си признаем - така наистина е по-вкусно)!

Wild Rose

Аз съм жив и изпитвам интерес към живота.

Аз правя всичко с ентузиазъм.

Аз излъчвам жизненост.

Аз усещам в себе си духа и радостта от приключението.

АМА ЧЕ СКУКА, АМА ЧЕ ДОСАДА!!

Когато сутрин ставаше от сън, Розалба вече се чувстваше изморена. Каква скука, каква досада - всеки ден да се занимаваш с домакинска работа! Тя почистваше набързо и малко отгоре-отгоре, след това сядаше пред телевизора и с часове гледаше сериалите: "Блазе им - мислеше Розалба. -Моят живот е толкова скучен, докато тези жени наистина си живеят прекрасно!" Тя не си даваше сметка, че тези сериали бяха измислица, а не реалност Същевременно самата Розалба не правеше нищо и нищо не я интересуваше. Нейните съседки многократно я бяха канили в спортния салон или в кварталния клуб, но тя отказваше, защото беше толкова изморена! Пък и каква скука е да правиш гимнастика или да играеш на карти...

Понякога чуваше, че една нейна съседка пее, докато чисти - Розалба просто не разбираше как е възможно такова нещо. Ами онази нейна братовчедка, която всеки ден опитваше да прави различни готварски рецепти... колко уморително! Не, не - Розалба предпочиташе обичайните си спагети с масло... макар че и те ѝ бяха омръзнали... Каква скука, каква досада!

Веднъж, докато гледаше телевизия, тя видя, че героинята от сериала отива при една гледачка на карти, за да ѝ предскаже бъдещето: "Пътувания, любов и почит! Вие ще станете богата и известна - виждам басейни и прислуга, бижута и кожени палта, букети от червени рози и чаши за шампанско!"

Така говореше една глуповата на вид актриса, наки-чена с огърлици и обици, с тюрбан на главата, седяща в приемна, претрупана с амулети и талисмани... "Ето - и аз ще отида да ми гледат на карти; кой знае дали и в моето бъдеще няма да се открие нещо хубаво!" - помисли си Розалба.

Тя се отправи към приемната на госпожа Чезира. Бяха ѝ казали: "Много е добра! Вижда всичко - такова, каквото си е!"... но малко се разочарова, защото Чезира не носеше нито тюрбан, нито фрапиращи обици, а бе облечена в най-обикновена пола и синьо сако. Върху масата стояха картите, ала наоколо нямаше никакви препарирани кукумявки или талисмани - само мебели и картини; всичко си беше съвсем нормално. Все пак Розалба беше нетърпелива да научи съдбата си.

"Скъпа Розалба, Вие искате да узнаете бъдещето си. Знайте, че ние сами изграждаме съдбата си. Ето- около Вас аз виждам само скука и телевизионни сериали... нали не очаквате да ви разправам небивалици? Добре, разберете, че животът ви е една голяма скука, защото вие самата сте скучна, апатична, не се интересувате от нищо, правите малко и то насила, без никакъв ентузиазъм... Знаем, че сега ще станете и ще си отидете, затръшвайки вратата, защото се надявахте да ви предскажа принц на бял кон и шампанско, но не е така..." В този момент Розалба стана и действително тръшна вратата.

Чезира се засмя и каза: "Знаех, че ще стане така -наистина ме бива в предсказанията, нали? Горката Розалба, кой знае дали е разбрала! Аз исках да ѝ помогна, а пък тя дори и не ми плати... Ех..." - и, развеселена, Чезира започна да плете: правеше пуловерче за дъщеря си...

Розалба се примири - предсказателката беше права: нищо не я интересуваше! Каква скука, каква досада, каква скука, каква досада!

Колко жалко, Розалба - ти наистина не разбра нищо! Чезира искаше да ти помогне да излезеш от твоята леност, но щом ти не желаш...

38. *WILLOW* (ПЛАЧЕЩА ВЪРБА)

Колко е тъжно да видиш деца-песимисти! Още преди да опитат пъпеша, те знаят, че не им харесва; отиват на въртележката и са убедени, че това конче не е истинско. Всъщност, самото им поведение привлича към тях разочарованията, защото те това и очакват.

Таят скрита злоба и то за дълго време, затова се радват, когато на приятеля им не му върви, все едно в какво; ако той, например, не знае темата на урока, тогава те наистина са удовлетворени: "Така му се пада - защо пък все аз да получавам лоши оценки... сега и той ще види какво е!"

Децата *Willow* "имат зъб" на учителката, на учителя, на портiera... на всички. Те винаги са в ролята на горките беззащитни жертви, вината никога не е тяхна, а на другите или пък просто имат лош късмет. Често намират убежище в болестта, за да покажат на света - и най-вече на близките си, - че действително са нещастни и трябва да бъдат утешени.

Хленчеци, оплакващи се, винаги недоволни от всичко, тези деца не разбират, че самите те са отговорни за ставащото в живота им. Излишно е да се каже, че нямат приятели: вие бихте ли искали да имате един непрекъснато мрънкащ приятел, който е песимист, досадник, а на всичкото отгоре - и отмъстителен?

Необходимо е детето *Willow* да осъзнае, че не е нещастно, а просто привлича върху себе си онова, за което мисли. Но защо то винаги се смята за жертва? Попитайте се сами...

Много по-добре е то да се опита да се забавлява, да мисли за хубави неща, вместо да се окайва - и тогава тези хубави неща наистина ще му се случат.

Решите ли да организирате томбола, моля ви, поне понякога правете така, че то да спечели - дори да се наложи да поизлъжете.

Ако трябва да изберете кой да отиде на двора и да събере малко листа за хербария и забележите, че детето *Willow* е вече с примирено и посърнало лице, посочете него и ще видите как желанието му за участие веднага ще се възроди. Винаги е допустим някой и друг трик, щом целта си заслужава.

Аз прощавам на другите така, както прощавам на себе си.

Аз се отказвам от упреците и от горчивината.

Аз виждам нещата в тяхната перспектива.

Аз поемам отговорността за моите връзки.

Аз виждам в другите най-доброто.

Аз давам безусловно своята подкрепа

ИНТЕРВЮ С МЪРМОРКО И БЪРБОРКО

- Господа, благодаря ви, че се съгласихте да дадете това интервю. Известно ми е, че сте братя, че сте отстраната Немихаресванищо и че вярвате в нещастията - така ли е?

- О, да, разбира се: ние сме най-нешащните същества на света - нали, Мърморко?
- Още по-лошо, Бърборко - ние сме истински жертви; нас никои не ни обича, всички ни мразят...
- Сигурни ли сте, че е така? Все пак, кажете ни нещо за себе си: кои са вашите приятели? Какви хубавини правите заедно?
- Какво толкова има за казване - приятелите си ниене харесваме особено, пък и никои никога не ни идва на гости. Казват, че кафето, което поднасяме, е горчиво, а на нас така ни харесва. Всички са неприятни, егоисти и лентяи...
- Да, прав си, Мърморко. Виж, аз направо съм доволен, че на Късметко му падна една тухла върху крака - така ще престане да се смее толкова глупашки! И без това само той си знае за какво толкова се смее защо е вечно доволен, след като работи малко илошо... докато ние... които сме най-добрите!... Обаче никога - дори един-единствен път - не сме спечелили от лотарията...
- А вие двамата често ли участвате?
- Не, ама какво общо има това - ние така или иначе никога не печелим...
- Добре, но щом не участвате в томболата...
- Вижте какво, госпожице - не ни се правете на много умна! Ние много добре знаем колко не ни върви и колко сме нещастни - така ли е, Бърборко?
- Разбира се, братко - и в градината ни домати растат вече развалени, ябълките стават сиви, вместо червени, зелената салата е бяла и мека... А вие какво сте дошли да ми обяснявате: ясно е, че за всичко е виновен онзи съсед, който надува радиото, тамузиката му убива нашата салата...
- Но какво говорите? Та растенията обичат музиката...
- Да бе - растенията обичали музика, дрън-дрън! Всички заслужават по един хубав ритник в задника - ето, това е истината!
- Не се обиждайте, но вие май сте големи песимисти, виждате всичко в черно...
- Нали ти казах, Бърборко, да не приемаме интервюто с тая тук! Аз знаех предварително, че ще е досадна история, но ти си прекалено добър... тия тук само ни критикуват, не виждаш ли? Голям късмет извадихме, няма що - ето, че пак се прецакахме!
- Ама чакайте, какво говорите, защо да сте се "прецакали"? Нали ви платихме и пътя, и хотела...
- А, то пък един хотел! От нашия прозорец не се вижда дори и една градинка... само някаква разрушена стена от изпотрошени тухли - истинска гадост!
- Но това е Колизеят...
- Притрябвал ми е Колизеят - аз предпочитам градинка, а ти, Мърморко?
- Аз предпочитам да си стоя вкъщи. На закуска не ми дадох нито трошичка, само кроасани, хлебчета с масло и мляко, бисквити, мармалад, мед и портокалов сок... Това закуска ли е?
- Добре, нека кажем каква е причината да се чувствате нещастни?
- Всичко, всичко ни върви зле и сме сигурни, че винаги така и ще бъде - нали, Бърборко?
- Ех, Мърморко, ти си прекалено голям оптимист - много, много по-лошо ще става!
- Прекъсваме предаването поради технически причини...
- Ето, видя ли - прави бяхме! Всичко ни върви накриво, така е!

ОБРЪЩЕНИЕ КЪМ МАЙКИТЕ

Бих искала да се спра за малко върху това колко е важно самото даване на цветовете. Преди всичко се освободете от всякакво безпокойство относно вашата способност да го правите.

Доктор Бах ни уверява в простотата на метода; той дори подчертава, че не бива да се притесняваме от тази простота, защото в Природата всичко е просто - ние сме тези, които усложняваме нещата. Следователно давайте лековете без притеснение - вярно е, че вие сте отговорни за благополучието на вашите деца, но изцяло в положителния смисъл на това твърдение. Ще видите, че след като веднъж сте свикнали с цветовете, ако се запознаете добре с указанията и се доверите на вашата интуиция на майки, няма да сбъркате. Както вече казах, в този случай не съществува грешка, която може да навреди... най-много нищо да не се получи. Тогава ще можете отново да опитате.

При положение, че все пак не се чувствате достатъчно сигурни, самите вие вземете *Larch* и

Cerato. Ако сте нетърпеливи да видите резултатите, вземете *Impatiens*.

При успешно лечение не очаквайте благодарност... или вземете *Chicory*. Това, което правим за нашите деца, не дава друга компенсация, освен вътрешното задоволство, че сме създали прекрасни същества, които са дошли да ни научат на нещо, но които не трябва да смятаме за своя собственост и които не бива да задължаваме да ни бъдат признателни. Безусловната любов е онова, което трябва да бъде в основата на нашите взаимоотношения с тях. Нека ги обичаме, без да искаме нищо в замяна и без никога да изтъкваме "жертвите", които правим. Трябва само да сме сигурни, че всичко, което правим, е позитивно, а не негативно и да помним, че то ни се връща многократно под други форми. След като разберем този прост, но обективен закон, ние ще сме разрешили голяма част от проблемите си.

Вътре в нас можем да открием отговора на всеки въпрос - стига само да сме готови да слушаме тишината. Така и Бах е открил своите цветове, вслушвайки се в самия себе си и в природата, която е част от нас. Ако използвате тази система, няма да имате никакво съмнение в абсолютната простота на решението кой лек да дадете: доверете се на вашия вътрешен глас. Никога няма да се изморя да повтарям, че този метод е преди всичко интуитивен, основава се по-скоро на чувствителността, отколкото на статистиката и там, където има любов, не може да се сгреша.

ПОЛЕЗНИ СЪВЕТИ И ВИЗУАЛИЗАЦИИ

Разделянето на класовете в училищата е било винаги проблем. Да се намерят точните параметри, за да се образуват възможно най-хомогенни и балансирани класове е целта, към която всеки преподавател се стреми... Аз изобщо не разбирам от астрология, но много вярвам в нея. Не сте ли мислили някога какво неравновесие се получава, ако в класа има примерно десет Овни и само една Риба?

Може би ще ви се стори лудост това, което ви предлагам, макар аз самата да смятам, че не е - вижте дали е възможно сред записаните при вас деца да има от всички знаци на Зодиака, или поне равни проценти от Огън, Земя, Вода и Въздух. Да се работи с близки по характеристики ученици е хубаво, но се натрупват и твърде много идентични проблеми, докато разнообразието, според мен, помага всички да се развиват заедно.

Учителят не е Супермен! Твърди се, че когато работим, нашите проблеми трябва да останат извън училището? Отчасти това е вярно, но да се покажем уязвими не е грешка, напротив, то разкрива какви сме в действителност - нормални човешки същества. Затова, ако някой ден просто не ви върви и се чувствате като в черен облак, вземете *Mustard*, но споделете и с вашите малчугани- не смятайте, че не могат да ви разберат и да ви помогнат

Децата са много чувствителни и в моменти, в които страдаме или сме уморени, ще направят всичко възможно, за да облекчат болката ни, ще разберат, че всички ние изпитваме понякога позитивни, а друг път негативни емоции. Аз смятам, че е много добре да се споделят с тях и трудните моменти.

Ако ви мъчи жестоко главоболие, извикайте своите Ученици и им обяснете какво ви е, кажете им също така, че не сте спали, защото сте били притеснени от еди-какво си, помолете ги да се организират в тиха игра и дори да направят една визуализация, за да ви помогнат - ще откриете, че срещу вас са най-грижовните и безкористни същества, които ще са в състояние да споделят вашите трудности и наистина ще ви помогнат.

Говорете винаги позитивно и направете така, че и те да се научат на същото - по този начин ще подобряват качеството на живота. Вместо да упрекувате Джиджино всеки път, когато взима неправилно четката в ръка, случи ли се да го направи по правилния начин, спрете се при него и подчертайте колко добре се справя, а ако това не се случи никога... е, дръжте си под ръка едно шишенце с *Chestnut Bud*.

По отношение на грешките трябва също да внимаваме как се държим, защото вече видяхме, че действието е грешно, а не хората, които са го извършили. Следователно, ако Луиза скъса рисунката на своята приятелка, не е нужно да я хвалите, естествено, но не я карайте да се чувства лоша. Подчертайте как това да развалиш една рисунка, създадена от друг може да го нарани. Кажете дори нещо като: "Странно е, че едно толкова очарователно момиченце като теб, Луиза, е допуснало да стане тази неприятна случка. Сигурно си разбрала този урок и си научила нещо ново. Помири се с твоята приятелка, която вероятно е готова да те прегърне силно, а после може би дори

заедно ще направите една голяма рисунка, която ще окачим тук, на стената."

ПОМОЩ! ДЕТЕТО МИ НЕ ЯДЕ!!!

Като имаме предвид, че само в Третия свят децата умират от глад и като си припомним, че тази книга се отнася до децата, а не до юношите, та затова сме още далече от възрастта на анорексията¹, нека ви кажа направо - не познавам случаи на деца, починали от глад, ако въщи има храна.

В продължение на моите двадесет години работа в детските градини на Милано основният въпрос на майките и бабите беше: "Яде ли?" Та това не е проблем! Аз прескачах този въпрос и показвах хубавата рисунка, направена от детето им през деня... но те пак питаха: "Добре, ама яде ли?"

Трябва да знаете, че яденето е най-мощното оръжие за изнудване, с което децата разполагат. Още от съвсем малки те забелязват това, когато при даването на първите солени кашички летят лъжички-самолети, дядото, преоблечен като "дух", свири на тромпет, включеното видео показва слончето Дъмбо и - ако си отворят малката уста и успеем из засада да вкараме една лъжичка каша - следват овации, подобни на тези на стадиона. За нас това е един истински стрес, а за тях е безплатен цирк, който се повтаря три или четири пъти на ден. Не е за изпускане да се види как дядото от сериозен директор на банка се превръща в клоуна Чарли само срещу малко глътната кашичка, която в крайна сметка винаги може да се изплюе - разливайки се в забавни заврънкулки - върху масата, върху стола, върху мама. Въобще малчуганите откриват, че моментът "кашичка" е ключ, който може да отвори много врати - и го помнят добре.

Не искам да ви държа поучителни речи върху отношението на детето към храната, но може би все пак ще е по-полезно да ви пошушна някоя... хитрост.

Играйте чрез цветовете и формите на храните. Понякога, ако ябълката има форма на лодка, тя по-лесно ще "доплава" до устата. Все пак, изберете нещата, които са приятни на малкия човек и не прекалявайте с предлагането на чушки, ако ги мрази, колкото и да са полезни, колкото и витамини да съдържат... Ако вие предпочитате броколи, яжте ги на воля, но ако детето обича повече тиквички (които вие ненавиждате) - дайте му тиквички.

Освен това обърнете внимание на факта, че кубчета от сирене, шунка и моркови, нанизани върху дълга клечка за зъби, могат да се превърнат в очарователни "трикоълорни шишчета". Да не говорим колко ще харесат на децата плодове, добре измити и нарязани с пластмасово ножче от тях самите - самият им вкус се променя, защото те вече съдържат тяхната енергия и тяхната фантазия! Уверявам ви, че няма да оставят нито едно парченце. (Помните ли колко вкусни бяха крадените череша от дървото на съседа? Не? Аз помня: бяха изключително сладки, много по-сладки от тези, които растяха на нашето дърво!)

Сега ще ви разкажа в общи линии за онова, което се нарича "**пиратско лапане**" (може да е "разбойническо" или пък "гаменско"... по ваш избор). Първо се обявява, че днес няма да има обикновено хранене, а ще се лапа "по пиратски": в картонени чинии, вместо в порцеланови; забранено е да се постила покривка върху масата; разрешени са само цветни съдове, в които може и да се постави някоя маслина, три картофчета, една пица, нарязана на парченца или питки (все едно че са морски аперитив). После върху поднос (от картон, разбира се) се поднасят кисело мляко с плодове, канелени камъчета, пръчици от целина, моркови, копър, тук и там парченце шунка и две зарчета сирене, просто така, само за опитване. Дори тиквичките на скара, навити и набучени върху клечките за зъби (по подобие на героя в някой любим филм) ще са забавни хапчици.

След унищожаването на всичките тези здравословни и вкусни неща ("на аванта"), децата трябва да бъдат убедени, че ужасно са нарушили правилата! Всичко се върти около това да се намали напрежението около проблема с храната.

Ами ако детето яде прекалено много? Опитайте се да откриете защо. Възможно е да запълва потребност от обич, да търси начин да привлече вниманието ви, като стане по-обемисто. Не бива да чувствате вина от ситуацията. Една потребност не е обвинение - трябва просто да успеете да я задоволите.

¹ Анорексия - психическо разстройство, водещо до сериозни деформации в начина на хранене. В резултат на различни душевни травми, човек изгубва желание за живот и това се изразява в трайно подтиснат апетит и нежелание за хранене. Като следствие се достига да значително редуциране на телесното тегло. Обикновено се развива след 15-та - 17-та година от живота. Характерно е за млади момичета, при които се намесва и желанието да имат перфектно тяло.

Често механизмът е заложен още в най-ранните детски години. Помните ли преоблечения като дух дядо? И виковете на радост, че детето си е изяло всичко? Ето, то сега яде много, много... защо не му се радвате?

А помните ли, че за да го накарате да слуша му купувахте по три сладоледа? Е, сега то само търси утеха в сладкишите! Впрочем, доста често и ние правим същото...

ПОМОЩ! ДЕТЕТО МИ ИМА ПЕТНО!

В такива случаи използвайте крема на доктор Бах *Rescue*; после уточнете причините за появата на прословутите точки или досадното петънце.

Обикновено *Crab Apple* и *Impatiens* са най-подходящите лечебни средства за формите на еритема¹, но ако прецените, че някакъв страх е причина за алергията, използвайте *Mimulus*. Аз действително смятам, че тялото ни се страхува от алергена - бил той косъм от котка или ягода - и се отбранява, като освобождава хистамин, а той често предизвиква дразнене.

Използвайте *Holly*, когато един пристъп на ревност или гняв се изяви под формата на цирей - това е типичен механизъм на отбрана и може да въвлече и черния дроб. Дайте *Agrimony*, когато продължителното чесане се дължи на вътрешно измъчване и може да предизвика едно дразнене на кожата и сърбежът да се разпространи още повече. Доверете се на *Pine*, ако е налице чувство за вина (дори след едно тайно преяждане с шоколад), което е довело до самонаказване чрез обриви и циреи. Употребете *Beech*, *Chicory* или *Vine*, ако е налице задържане на изпражненията и това предизвиква отравяне (прибавете *Crab Apple* за прочистване).

При болести, свързани с обриви, дайте *Impatiens*, *Crab Apple* и *Agrimony* за премахване на страданието и спазъма, плюс *Rescue* и *Hornbeam* за премахване на треската и облекчаване на главоболието.

Rescue Cream винаги помага за премахване на сърбежа.

ПОМОЩ! ДЕТЕТО МИ НЕ СПИ!

Смуценията на съня при децата са по-често срещани, отколкото обикновено се предполага...

Ако произтичат от страх или просто става дума за кошмари, дайте следната комбинация: *Aspen*, *Rock Rose*, *Mimulus*.

Децата, които отговарят на тези цветове, се страхуват от тъмното, отлагат непрекъснато момента да отидат да си легнат и не биха искали никога да спят сами, защото смятат, че страшни призрци и чудовища биха могли да се появят до леглото им. Те се очароват от истории за магия, но после се страхуват. Разказвайте им успокояващи приказки и преди момента на лягане ги накарайте да направят простичките обичайни ритуали за всяка вечер: измиване на зъбите, подреждане на играчките, а защо не и молитва към техния ангел-пазител.

Ако сънят не идва поради това, че са твърде палави деца, може да им помогне *Vervain* или *Impatiens*, защото в този случай именно техният прекалено бърз ритъм пречи на добрия им сън. Тези деца не успяват да синхронизират своите телесни ритми с тези на мозъка, защото винаги имат прекалено много енергия за изразходване.

Накарайте ги да се пораздвижат малко, преди да си легнат, но не така, че да се възбудят още повече - затова никакви скокове върху леглото; по-скоро малко аеробика или още по-добре някакъв свободен танц.

Ако са деца, които са кротки и спокойни през деня, а през нощта се измъчват (възможно е и да скърцат със зъби), техният лек е *Agrimony*. Ще ви поискат вода, а после бонбон, но няма да ви кажат, че са разтревожени. Има много начини да го разберете; обикновено си гризат ноктите.

Ако кажат, че не успяват да заспят, защото някаква мисъл не им дава покой, дайте им *White Chestnut*, а ако усетите, че може би има нещо, заради което се чувстват виновни, дайте им *Pine*.

Не забравяйте, че не бива да сте прекалено строги в искането ви да останат сами. Има моменти, в които ръката на един възрастен, хванала тяхната, може да им даде сигурност, затова в такива случаи не им я отказвайте.

А по въпроса за съня искам да ви разкажа за своя опит. Моят син никога не е трябвало да моли да дойде в голямото ни съпружеско легло - напротив, аз и мъжът ми бяхме много доволни

¹ Еритема - зачервяване на кожата.

понякога той да идва там. Във всеки случай, аргументът, който синът ми използваше, за да постигне целта си, беше неоспорим: "Не е правилно аз, едно малко дете, да трябва да спя само и да не се страхувам, и да не се оплаквам, докато вие, големите, спите заедно и то в едно и също легло!" Наистина, приятно е да спиш в компания. Едно време къщите на семействата са били подредени така, че възрастни и деца са спели заедно в големите стаи. Сега, в този свят на семейства с по едно дете, с множество стаи и с двойни сервизни помещения, всички или почти всички наши деца имат собствена стаичка, за каквато ние само сме мечтали. Там те си играят добре... но за спане биха предпочели огромна обща стая, за да имат компания и през нощта!

ТВОРЧЕСКА ВИЗУАЛИЗАЦИЯ ЗА ОТПУСКАНЕ

Деца, излегнете се, разположете се удобно, не кръстосвайте нито ръцете, нито краката си, а ги дръжте малко разтворени; почувствайте ги приятно омекнали и се отпуснете. Сега затворете очите (не съм казала да намигате) и се подгответе за една чудесна игра. Ще участвате в нея, като използвате своята фантазия: ще влезем във вълшебния свят на цветовете.

Да направим заедно няколко дълбоки вдишвания и издишвания - както правя аз... а сега да отпуснем всички наши напрегнати мускулчета така, че да станат меки; при всяко вдишване и издишване да ставаме меки и леки като пухчета.

Представете си, че виждате една небесна дъга - тя е като мост, по който вие ще се изкачите до небето с помощта на цветовете. Стъпете върху червеното и почувствайте, че наистина сте добре. Преминете в оранжевото и се почувствайте спокойни и ведри. Влезте в жълтото и вашата глава и вашите мисли ще са ясни и безоблачни, докато вашият ум работи за вас. Идете върху зеленото и се почувствайте в мир с всичко и с всички, безгрижни и отпуснати. Минете в синьото и се обичайте много, обичайте самите себе си; обичайте това очарователно момиченце или момченце, което сте, и обичайте и всички останали. Пресечете индиговото и ще откриете вътре в себе си едно скрито кътче, където се намира вашата най-добра и най-хубава частица, вашето сърце. Прекосете виолетовото и ще усетите колко е силна красотата, която се намира вътре във вас: вие сте тези, които създавате всичко това.

Отпуснете се - намирате се на върха на дъгата; тук са и облаците. Полетете, издигнете се нависоко и гледайте надалече - някой се приближава към вас и ви подава ръка. Аз не знам кой или какво е, не знам дали вие го познавате, напомня ли ви някой човек или образ. Само знам, че е там, за да ви прави компания в това пътуване, приличащо на сън. Ако не го познавате, попитайте го в съзнанието си как се казва...

Хванете се за ръце - вие и вашият водач - и тръгнете заедно на разходка... какво ли ще срещнете? Възможно е от облаците да преминете в друго място, което много да ви хареса: гледайте, докосвайте и играйте заедно с вашия приятел.

Сега аз ще престана да говоря няколко минути и ще ви оставя на тази нежна музика, която ще ви води във вашето малко пътешествие... после отново ще чуете моя глас, който ще ви покани да се върнете назад и, ако искаме, ще си разкажем какво се е случило с нас по време на този хубав експеримент...

Сега се сбoguвайте с вашия приятел, вашия водач, но знайте, че всеки път, когато поискате да го извикате, той ще дойде, за да ви помогне и забавлява. Върнете се върху дъгата и нека преминем обратно през цветовете: виолетово... индигово... синьо... зелено... жълто... оранжево... червено... Отворете очите и почувствайте колко сте добре.

КАК ДА СЕ УКРЕПИ АУРАТА ЧРЕЗ ТВОРЧЕСКАТА ВИЗУАЛИЗАЦИЯ

Затворете очите, поставете ръцете върху слънчевия сплит, който се намира почти там, където е стомахът; представете си, че сте в една стая, която много ви харесва, с много хубави неща наоколо и обляна в златна светлина.

Представете си, че върху вашия слънчев сплит има една огромна златна монета и че от нея тръгват златни лъчи... започнете бавно да вдигате ръцете си - малко по малко, много бавно... лъчите следват движението им. Сега си представете една голяма златна черупка, която ви обгръща... все едно, че сте вътре в едно яйце, окъпано в златна светлина.

Представете си добре границите на това закрилящо ви яйце и ще видите как ще можете да ги разширите по свое желание. Направете така, че яйцето да стане по-голямо... но и по-здраво - нали знаете, че в тази черупка сте напълно защитени... Опитайте се да си представите, че тази

светлина е непроходима, че нищо не може да мине през нея... Извикайте чрез въображението си една муха- ето, опитва се да дойде и да ви обезпокои, но не успява защото не може да влезе в златното яйце.

Останете няколко мига така, за да затвърдите добре упражнението... помнете, че и след като ви кажа да отворите очи отново, вашата златна черупка ще продължи да съществува - и винаги ще ви закриля.

ВИЗУАЛИЗАЦИЯ ЗА ИЗПРАЩАНЕ НА БЛАГОТВОРНИ ЕНЕРГИИ КЪМ ДРУГИТЕ И КЪМ СЕБЕ СИ

Излегнете се, чувствайте се удобно и не кръстосвайте нито ръцете, нито краката си; затворете очи и вдишайте дълбоко три пъти: едно... две... три.

Отпуснете се и се пригответе да изградите с помощта на фантазията си едно място, което е изцяло ваше. Ще бъде едно въображаемо място, където само вие ще можете да отивате, защото то се намира във вашите мисли.

За да стигнем до това място, ще слезнем по цветни стъпала: първото стъпало е червено и върху стъпалото има нещо червено; второто стъпало е оранжево и върху стъпалото има нещо оранжево; третото стъпало е жълто: какво жълто нещо откривате върху стъпалото? Ето го после и зеленото, синьото, индиговото, виолетовото. Стигнахте до последното стъпало: какво намерихте?

Вижте къде сте стигнали и се опитайте да потърсите една местност, за да построите там вашето тайно място. Би могло да бъде колиба или къщичка, гнездо на птица или облак, дърво или гигантско цвете. Не правете това, което аз ви казвам, а онова, което на вас ви се иска. С мисълта си можете да построите всичко, което желаете.

Когато сте сигурни, че сте намерили мястото, използвайте ръцете си и, без да отваряте очи, направете своя делова стая. Това е една вълшебна стая, където има всичко, което искате; има мебели, които съдържат всичко, което ще ви е необходимо. Искате да гледате рисувани филми? Щракнете с пръсти и ще се появи телевизор, който ще ви покаже приключенията на вашия най-любим герой.

Сега в стаята ви ще влязат две същества, едното в мъжки образ, а другото - в женски. Това са вашите помощници - те са тук, за да ви помагат и ще можете да ги пращате където поискате чрез мислите си.

Ето че пристига мъжкото същество: кой е той? Мъж ли е, момче ли или нещо друго? Поздравете го и му благодарете, че е дошъл да ви помогне, щракнете с пръстите и му поръчайте столче... После пристига женското същество: а тя коя е? Познавате ли я или не? Голяма ли е или малка? Поканете я да седне върху друго столче и се сприятелете със своите помощници; ще видите, че ще ви бъдат много полезни.

Искате да се опитате да ги накарате да направят нещо? Те ще ви слушат винаги. Кажете им, например, да отидат да ви донесат една вълшебна сфера, от която да излизат цветни светлини... Ето, те отиват и се връщат веднага с топката, от която излизат цветни светлини: видяхте ли колко са добри? Искате да помогнете някому... знам ли... може би на мама, която е на работа и е много уморена? Добре, пратете ги да занесат на мама едно кафе или, още по-добре, една заредена с енергия отвара от билки, или пратете вашите помощници да й занесат един лъч от зелена светлина...

Вече знаете, че тези двама ваши помощници пътуват с бързината на мисълта и така всеки път, когато ви се случи да бъдете разтревожени, те ще могат да се намесят. Така например, ако татко закъснява и вие се безпокоите, ще му изпратите помощниците със светлини срещу мъгла, ако той е на път, с вълшебно хапче, ако знаете, че го боли зъб...

Можете да лекувате и вашите болки в корема... там, във вашето вълшебно място има едно шкафче с всички средства, помагачи да сме добре... вашата помощничка ще ви приготви една отвара... Боли ви коляното? В шкафчето има един специален крем... Страхувате се от класното в училище? Има едно шишенце с много вкусна течност, която помага и за това.

Всъщност, с вашата фантазия строите една истинска лаборатория за вълшебства и най-хубавото е, че тя работи много добре.

Има и лампи, и истински душеве от светлина, за да се заредите догоре с енергия, когато сте изморени, а има и друга светлина, която ви отпуска и ви приспива, когато поискате.

Ето, всеки път, когато дойдете на това място, ще можете да правите всичко, което поискате...

Можете да прибавяте и други неща, да измисляте нови идеи... Все пак, има едно нещо, което никога няма да можете да правите. Знаете, че и в магиите има твърди правила! Това е място, където се правят само добри и хубави неща; следователно - никакво спъване на нахалния съученик, никакви разхла-бителни хапчета за учителката, никакви сърбежи в носа на лелята. Тук се правят само положителни неща и който направи грешка - плаща. Това е законът на бумеранга, всичко се връща обратно: ако изпратите обич, благопо-желания, нежни и вежливи мисли, ще получите в отговор любов, милувки, здраве и добро отношение. Но, ако изпратите обиди и злини... какво смятате, че ще върне при вас?

Сега, тъй като това упражнение сигурно ви е изморило доста, излегнете се върху едно удобно кресло и пожелайте да ви залее душ от златна светлина, който да ви отпусне и зареди... после отворете очи.

ХИЛЯДИ ВЪЗМОЖНОСТИ ЗА ЦВЕТОВЕТЕ НА БАХ

Вече съществува харта за правата на децата, както съществува харта и за правата на болния и на гражданина - но спазват ли се тези права?

Аз мисля, че едно дете преди всичко има право да бъде щастливо. Разбира се - и да бъде нахранено, измито, гледано и образовано... Но и любовта е право по рождение на всички, а далеч не всеки може да се възползва от това свое право; същевременно е абсолютно сигурно, че никой не може без любов. Някои казват, че с годините се свиква и без нея... това ми напомня за онова магаре, което тъкмо свикнало да не яде и умряло.

Какво общо има всичко това с цветовете на Бах? Има много общо - Бах ни е оставил послание за любов и право на здраве: достатъчно е да си спомним, че неговата чувствителност го е накарала да се откаже от всякаква терапевтична форма на насилие, включително от прословутата "инжекция". Да, Бах отказва да използва вещества, които трябва да бъдат инжектирани... не ви ли се струва нещо като право на децата?

Същият д-р Бах многократно говори как всяко дете трябва да бъде оставено да прави онова, към което по природа има предразположение - да стане обуцар или поет, физик или градинар. Той настоява да не се намесваме с критики или мнения, когато детето изразява своята творческа същност... а колко пъти ни се случва да кажем: "Но защо си нарисувал този прозорец толкова малък? Слънцето розово ли е според теб? Къде са ръцете на това дете?" и така караме ръцете да си отидат на мястото, но и... Моливите да се приберат в кутията. А може би тази рисунка, която идва от сърцето, да е била изненада за нас или за таткото... След нашата намеса в най-добрия случай детето ще промени нарисуваното, за да ни задоволи; но критиката ни може да блокира творческата му дейност или дори да го накара да унищожи рисунката си... Почти никога няма да чуете от малкия художник: "На мен така ми харесва - искам слънцето да е зелено и за мен така е добре!"; децата гледат винаги да ни задоволят, да се съобразят с нас, защото непрекъснато се опитват да получат одобрение. Толкова ли ще ни бъде трудно винаги и при всички случаи да възкликваме: "Колко е хубаво! Колко много си работил, какви цветове! Ще окача рисунката ти веднага на стената!?" Моите уважения към съвременното изкуство, но - след като харчим такива големи суми за абстрактни платна - нека, освен вдъхновението на големите имена, възнаградим и това на нашите деца!

Друго право и основна необходимост на децата е това да се смеят. В нашето общество се смеем все по-малко; устата ни увисват все повече, вече трябва да се задоволяваме с обичайните "смехове в кутия" - тези по телевизионните предавания или във филмите. Разбира се, не съм против тях, макар и често да са проява на лош вкус... и все пак съвсем друго нещо е да се смеем поради наши причини, да си измисляме поводи за развлечение. Всъщност, знаете ли, че смехът упражнява пречистващо въздействие върху аурата? Така е - смейте се и ще ви се отрази добре. Въобще не е трудно да започнете да се смеете. Чувството за хумор ни помага да понасяме невероятни тежести, то не боли, не води до привикване, няма противопоказания и дава добър тласък на енергия - точно както и цветовете на Бах!

Децата имат и правото да бъдат облечени както им харесва на тях, а не само на нас - с техните цветове, с необходимото удобство, за да могат да се движат, търкалят, без кошмара да си изцапат новата дрешка, "защото мама ще се ядоса, тъй като току-що я купи". Не отричайте, така е понякога използване децата като играчки за преобличане. Не казвам, че те не държат на това, но трябва да имат избор. Разбира се, ако искат да облекат бански костюм за Нова година, ще им кажем

твърдо не (освен ако не сте на ваканция в Санто Доминго), но ако една червена блуза с розов панталон ви карат да настръхнете... е, толкоз по-зле за вас.

Ако ви е студено, облечете се вие; често виждаме "опаковани", изпотени деца, чиято майка носи супер мини-пола с някаква перушина за горна дреха. За да можете да преценявате точно колко да облечете децата, питайте самите тях дали им е топло или студено. Вярно е, че сутрин ходят по улицата, но после в училищата често става много топло и тогава трябва да си махат шаловете, пуловерите, вълнените чорапогащи. Често съм виждала през март нещастни създания, навлечени като за екскурзия до Северния полюс, докато навън *Cherry Plum* вече цъфти!

Децата имат право да им се вярва и не трябва да изхождаме от предположението, че само възрастните казват истината. Аз лично винаги съм вярвала на онова, което синът ми е казвал след двегодишната си възраст (преди това той просто не можеше да говори) - дори и в ущърб на преподавателите. Правех го и когато ми се налагаше да чувам зад гърба си неодобрително мърморене. Защо действително да не разглеждаме всяко нещо и от гледната точка на децата?

Децата имат право да си почиват, да ползват отид.

Случвало ли ви се е да нямате никакво желание да отидете на работа? Не? На мен често ми се случва. Случва се и на децата и - вместо да задвижите механизма, който ще ги доведе до това да се разболеят наистина, за да не отидат на училище - по-добре е да им дадете един ден "ваканция, почивка, отид, зареждане, релаксация". Наречете го както искате, но сигурно ще можете да прецените сами кога е точният момент да кажете: "Виждаш ми се много изморен - вероятно ще е по-добре утре да поспиш малко повече и след това да се поразходим из парка, на слънце..." Не, не ви карам да узаконявате бягството от дълга, нито да създавате бъдещи лентяи - всичко, което искам да кажа е, че необходимостта от малка почивка може да не отговаря на деня на действителната ваканция. Един изгубен ден няма да превърне детето ни в магаре, както и два дни повече в училище няма да му осигурят Нобелова награда.

Естествено, вие сте свободни да постъпите както искате - от моя страна това е само един съвет, но ви уверявам, че върши работа. Децата трябва да имат свободата да могат да изразят дадена своя нужда, без да се чувстват виновни и, преди всичко, без да задвижват онези прословути механизми, които след това ще носят като бreme в себе си цял живот

Имайте пред вид, че в разглеждания случай едно дете *Oak* ще откаже на предложението да не изпълни задълженията си, докато *Clematis* ще каже веднага "да" (неговото мото е "бягай"); детето *Hornbeam* ще покаже ясни симптоми на физическа и умствена умора и няма да успее да се събуди добре, докато *Elm* ще е претоварено и няма да се чувства на висотата. *Larch* би избягал от всичко, дори и с вързани крака, *Mimulus* ще се страхува да не бъде разкрит, докато *Pine* ще потъне в комплекс за вина. Виждате ли колко е прост методът Бах? Тръгва се от една ситуация, която се изследва от различни ъгли, според това кой какъв е и как реагира. Когато свикнете с този метод, всичко ще върви гладко: достатъчно е да преценявате обективно.

Откъде тръгнахме? А, да - от правата и потребностите... вашите собствени, които не взимате под внимание и които са права и нужди и на вашите деца. Ще забележите, че ако вие сте удовлетворили вашата необходимост от увереност, самоуважение, почивка, смях, милувки и нежност, любов и споделяне, приятелство, компания, сътрудничество и всички други хубави неща, които ви дойдат на ум, като по чудо и вашите деца или ученици, вдишвайки позитивност с пълни дробове, ще бъдат невероятно здрави, хубави, добри и в мир със себе си и с живота.

Това е ясна покана да пристъпите и вие към лековете на доктор Бах, които осигуряват истинско благоденствие. Но внимавайте! С това да си добре се свиква и то води до зависимост - след като веднъж се почувстваме добре, после ще ни е много трудно да се върнем и приемем болестта отново!

КРАТЪК ОБЗОР

КОИ ЦВЕТОВЕ СЕ ПРИЛАГАТ В УЧИЛИЩЕТО?

Ако имаш изпити, „рецептата“ Бах е: *Gentian*, *Larch*, *Clematis*, *Chestnut Bud*, *Elm*, но ако те е и малко страх, прибави *Mimulus*, ако пък си изпаднал в истински ужас, добави *Rock Rose*.

Ако имаш проблеми с ученето: *Clematis* и *Chestnut Bud*.

Ако винаги мислиш, че си сбъркал: *Cerato*.

Ако си дълбоко се колебаеш между две неща. *Scleranthus*.

Ако не успяваш да решиш какво ще правиш след завършване на средното училище *Wild Oat, Cerato, Scleranthus*.

Ако работиш прекалено много или имаш прекалено много задължения: *Elm, Oak*.

Ако трябва да преодолееш трудностите при смяна на училището: *Walnut* и *Honesuckle*.

ВЗАИМООТНОШЕНИЯТА С ДРУГИТЕ

Винаги се насилваш да присъстваш, да си симпатяга и имаш нужда да се чувстваш одобрен, но може би после спиш зле, ядеш си ноктите или твърде много закуски; дълбоко в себе си не искаш да покажеш своите затруднения. В такъв случай употребявай *Agrimony*.

Винаги си подчинен, „втора класа“ - все трябва да казваш „да“ на другите; не правиш друго, освен да приемаш техните решения. Освен това сам си „създаваш работа, защото имаш нужда от похвали и се чувстваш зле, ако те укоряват. В този случай използвай *Centaury*.

Нека си го кажем направо - ревнуваш, защото смяташ, че вкъщи обръщат много повече внимание на сестра ти, отколкото на теб. Е, с всички ни се е случвало: човешко е. За да преодолееш яда, който таиш в себе си, вземай *Holly*.

Ти ли си лидерът? Дали не е по-точно да кажем, че си един малък тиранин и всички трябва да изпълняват твоите заповеди! Никак не е хубаво да живееш така: прилагай *Vine*.

Даваш много, но в отговор очакваш вечна благодарност. Изпитваш скрито чувство за притежание към своите приятелки. Искат ти се да бъдеш нещо като Голямата Майка във всяка ситуация и се чувстваш обидена, ако не бъдеш възнаградена. В този случай употребявай *Chicory*.

Трябва ли винаги да следваш другите... а какво става с твоите идеи? Защо винаги копираш някого или купуваш същите неща като тези на твоя приятел? Защо нямаш доверие в самия себе си? Подвластен си на много модели за подражание, но ако искаш да си неповторим (и вътрешно вече си), би могъл да ти помогне *Cerato*, който произхожда от Тибет и носи в себе си много мъдрост.

Знаеш ли защо всички те избягват, докато ти търсиш компания? Защото все ти говориш, при това само за себе си, не даваш възможност и на другите да вземат думата... Да, зная, че в дълбоко в себе си имаш нужда от внимание и ласки, но не това е правилният начин да ги получиш. *Heather* ще ти помогне да станеш истински добър приятел и тогава всички ще търсят твоята симпатична компания.

На другите се струва, че си високомерен, но не е точно така: просто малко си затворен в сравнение с останалите, защото имаш своите идеи и се чувстваш умен. Не показваш своето неодобрение към останалите, но се изолираш, чувстваш се сам... и, вместо да помолиш за помощ, по-скоро би изял жаба. Най-голяма помощ ще получиш от *Water Violet*.

Слагаш си широки пуловери, за да не ти се вижда бюстът, взимаш си по три душа на ден, защото си „чистница“, искаш всичко да ти е изрядно и подредено, а ако ти се появи пъпка, изживяваш истинска трагедия. Подходящият цвят за теб е *Crab Apple*.

Нетърпелив си, правиш всичко набързо и другите просто не успяват да те стигнат. Ти ги избягваш, но от време на време си удряш главата или се опарваш. Като вулкан си, вършиш хиляди неща, а и действително си много способен... но не всички са такива. *Impatiens* ще ти помогне да се сдържаш.

Смятат те за нахалник и грубиян, защото винаги възразяваш за всяко нещо, критикуваш, търсиш грешките на другите и ти харесва да ги отбелязваш. Изглежда, че само ти знаеш кое е добре и кое не... и после кой да иска да дружи с теб? Чрез *Beech* ще превърнеш своята нетолерантност в способност да бъдеш мил с другите.

В СЕМЕЙСТВОТО

С мама не се разбираш, в този период се чувстваш отхвърлена, приписваш си вина и мислиш, че досаждаш: вземи *Pine*. Голяма е вероятността мама да няма нищо против теб, а тя самата да има нужда от помощ.

Все чуваш да ти се казва. „Остави аз да го направя, иначе кой знае какво ще сътвориш“ и никога не ти поверяват отговорна задача, затова и ти не смееш никога да опитваш нови неща... Липсва ти доверие в собствените сили. *Larch* е цветът за теб.

Изживял си сътресение и сега си много тъжен. *Gentian* ще ти помогне да преодолееш трудния момент.

Би направила всичко, за да си в центъра на вниманието. Искаш да бъдеш слушана и

говориш винаги твърде много... или може би ядеш прекалено, защото искаш да запълниш една празнина, която чувстваш... или се разболяваш често, за да бъдеш глезена. По-лесно е просто да си поискаш ласки и внимание... и да вземеш *Heather*.

Малко прекаляваш и до такава степен се увличаш в някои неща, че искаш всички да те следват. Дори движенията ти изглеждат неконтролирани; готов си и да не спиш, за да свършиш повече неща... Твоят цвят е *Vervain*.

Не ядеш, висиш по цял ден пред телевизора, винаги скучаеш и ако те питат защо - не можеш да отговориш. Вземи *Wild Rose*.

Претърпял си ужасен стрес – *Star of Bethlehem* ще ти помогне.

Питат те: „Къде ти е главата?“... Тя е в облаците, в този твой прекрасен фантастичен свят. Разбира се, там е много хубаво, но ти губиш ключовете, забравяш да си напишеш домашните, объркваш деня за тренировката по плуване, оставяш отворено кранчето на чешмата. За да стъпиш на земята ти трябва *Clematis*.

Стеснителен си, изчервяваш се от всичко, пречат ти шумовете и силните миризми, винаги изпитваш някакъв страх и често се разболяваш - преди всичко, когато трябва да се изправиш пред някакво „изпитание“ Твоят цвят е *Mimulus*.

ОТТУК-ОТТАМ

Страхуваш се от тъмното, а четеш ужасни истории и после си изненадан, че сънуваш кошмари или имаш странни болки в корема. Много си чувствителен и си като лист, треперещ от вятъра - използвай *Aspen*.

Не се чувстваш никога удовлетворен, но дори и ти самият не знаеш какво искаш: употребявай *Wild Oat*.

Никога не би се разделил със своето мече, дори и вече да носиш обувки номер 41. Мислиш винаги за това, колко хубаво беше времето в началното училище. Ти си като Питър Пан, който не иска да стане възрастен: *Honeysuckle* ще ти помогне да пораснеш.

Чувстваш се учител, водач и наставник, би искал да промениш света със своя пример и е логично, че не успяваш... Прекалено си твърд и неотстъпчив: използвай *Rosck Water*.

Дори на твоята възраст вече си казват за теб, че си като „стара мома“ Така е поради вечния ти песимизъм, заради твоя начин да виждаш всичко през очила със сиви стъкла. Ако искаш те да придобият прекрасен лазурен цвят - като тези на Дороти от „Вълшебникът от Оз“ - вземи *Willow* и ще разбереш колко си хубава и силна.

Не се отчайвай. Не е вярно, че няма повече надежди, защото вътре в теб са всички възможности - *Gorse* или *Sweet Chestnut* ще ти помогнат да разбереш, че не си била изоставена, нито пък си неудачница.

Ако допускаш все една и съща грешка или ставащ досадна, защото разказваш все същия виц, ако сто пъти са ти показали как се включва видеото за запис, но изглежда, че всичко минава покрай теб и никога няма да се научиш - използвай *Chestnut Bud*.

Нервен си, превъзбуден си и не знаеш защо. Цветовете, които биха могли да ти помогнат са много: *Agrimony, Impatiens, Vervain, Holly, Aspen, Red Chestnut, Cherry Plum*.

ДА ОПИТАМЕ ДА ПОСТАВИМ ДИАГНОЗА -ДА ОПИТАМЕ ДА ПРОВЕДЕМ ТЕРАПИЯ

	Какво ми е?	Какво да взема?
1	Търся приятели, преструвам се на весела, но после скришом си дъвча ноктите или ям много... може би защото не се чувствам приета - тогава се правя на шут	<i>Agrimony</i>
2	Имам странни страхове... от нощта, тъмното, смъртта. Трудно заспивам, понякога имам кошмари, изпитвам безпокойство и не знам защо...	<i>Aspen</i>
3	Другите казват, че съм досадна. Да, падам си малко критикарка, но се старая да бъда на ниво и бих искала и останалите да са като мен... Вярно е, не съм толерантна, винаги виждам грешките... на другите. Затова ме избягват...	<i>Beech</i>
4	Чувствам се като същинска Пепеляшка! Никога не мога да кажа "не" и винаги се стига дотам, че правя всичко онова, което решат другите. Понякога се натоварвам и с допълнителни задачи...	<i>Centaury</i>
5	Вечно искам съвет от другите, не успявам сама да реша, нямам си доверие. Искам винаги да съм в крак с модата, да имам нещата, които всички имат - дори и когато не ме интересуват... Понякога имитирам начина на говорене или на обличане на мои приятелки.	<i>Cerato</i>
6	Не го признавам, но понякога имам ужасни мисли: струва ми се, че съм седнала върху бомба, която всеки миг може да избухне! Опитвам се да се владея, но на моменти като че ли ми пада перде пред очите и ми идва "да избия" всички. Какъв ужас!	<i>Cherry Plum</i>
7	В училище е голяма мъка... правя все същите грешки. Струва ми се, че съм (на) учила, но нищо не ми остава в главата, не разбирам, бавно съобразявам, а и - като се замисля - то и в другите неща все не се справям; непрекъснато купувам дрехи, които после въобще не нося...	<i>Chestnut Bud</i>
8	Много обичам децата, както и да се правя на "майчица" От малка все аз бях в ролята на учителката, защото наистина мога да дам много... логично е и да очаквам благодарност в отговор. Ревнива съм спрямо приятелката си - та нали е моя приятелка... Трябва мен да слуша, на мен да обръща внимание - не е ли така?	<i>Chicory</i>
9	Непрекъснато ме питат- "Къде ти е главата?" Вярно е, че малко витая в облаците, разсеяна съм, губя вещи, забравям всичко... Обичам да мечтая, да рисувам и да фантазирам, но поради това закъснявам за училище, а когато все пак отида, се оказва, че съм си взела учебниците за друг ден!	<i>Clematis</i>
10	Мия се почти непрекъснато, ужасявам се от микробите, както и от лошите миризми, не ползвам никога тоалетната в училище! Всичко си прибирам по определен ред, дрехите ми са свръхчисти, но тялото ми... малко ме притеснява! Нося широки анцузи, които прикриват формите ми и - Господи! - дали пък няма да се гнуся от себе си, когато порасна?	<i>Crab Apple</i>

11	Не знам как се стигна до това... но повече не мога! В четвъртък - танци, в понеделник и в събота - плуване, след това - уроците, а поисках и да стана отговорник за театралната група... Скоро ще има преглед на училищния театър - как ще се справя? Помощ!	<i>Elm</i>
12	Тъжна и обезкуражена съм. На мен все не ми върви - толкова съм разочарована! Котето ми е болно, в училище оценките ми са ужасни... та как мога да съм щастлива! Нищо не мога да направя...	<i>Gentian</i>
13	Нямам надежда! Видяхте ли какво ми се случи? Остава ми единствено отчаянието - за мен няма друго, всичко свърши!	<i>Gorse</i>
14	Казват, че говоря прекалено много за себе си... Че кога успявам да го направя, след като всички ме избягват -само да тръгна към тях и те вече се разотиват! Признавам, че искам да бъда в центъра на вниманието, да бъда разбрана и... глезена (ласкана)... и, когато ми отказват това, съм дълбоко нещастна!	<i>Heather</i>
15	Сърдита съм, ужасно съм сърдита! Вие обичате повече брат ми... Завиждам на приятелките си, защото са по-щастливи от мен... Разбира се, че съм обидена - на всички!	<i>Holly</i>
16	Не обичам да напускам дома си! Изпитвам силна носталгия по старото ми училище! Нямам никакво желание да порасна - не желая да ходя на море без мама!	<i>Honeysuckle</i>
17	Как ми тежи главата! Вероятно прекалих с телевизията, а и... доста надувах вчера музиката в слушалките! Някои сутрини се събуждам с въпроса: "Как ще се справя с всичко?"	<i>Hornbeam</i>
18	Колко са бавни моите приятели, нищо не може да се прави съвместно с тях - направо ми късат нервите! Аз съм страшно бърза, правя хиляди неща - едно след друго... Е, някой път падам или се удрям, което малко ме ядосва... но пък наистина съм бърза!	<i>Impatiens</i>
19	Безполезно е да опитвам - все едно, няма да успея! Не съм като другите -вече знам, че няма да ми върви. Никога не постигам успех - защо трябва да правя други опити? Ето, сигурно и утре ще сбъркам темата - както винаги...	<i>Larch</i>
20	Стеснителна съм, доста се притеснявам и понякога се изчервявам... Говоря малко. Страхувам се от котките, от асансьора...	<i>Mimulus</i>
21	Не зная защо съм толкова тъжна... Не разбирам какво искате от мен! Чувствам се като обвита в черен облак, плача и не успявам нищо да направя! Ох!	<i>Mustard</i>
22	Уморена съм, но дългът е нещо свещено - трябва да направя всичко и то добре, дори и да не почивам! Да, вярно е, че работя и заради другите, но все някой трябва да изпълни тази задача, а и аз наистина съм силна...	<i>Oak</i>
23	Съсипана съм, без енергия - дълго време бях болна и прекарах тежък период... Трябва да се презаредя!	<i>Olive</i>
24	Чувствам се по-незначим от другите, не им подхождам, не заслужавам онова, което имат те. Искам винаги извинение за всичко, струва ми се, че досаждам... поемам и вините на другите...	<i>Pine</i>

25	Защо татко закъснява? Мамо, да не е станала катастрофа? Нали никога няма да ме изоставите? Какво ти е - зле ли си; изследва ли си кръвта?	<i>Red Chestnut</i>
26	Какъв кошмар, утре съм на зъболекар! О, ужас, изпитите чукат на вратата! Видях нещо страховито, потресена съм...	<i>Rock Rose</i>
27	Не разбирам как някои хора могат да се държат така! Има строги правила, които трябва да се спазват! Това важи и за храненето. Ако всички постъпваха като мен, светът би бил едно прекрасно място! Аз съм истински пример за жертвоготовност! Аз...	<i>Rock Water</i>
28	Винаги се двоумя, не мога да преценя кой е правилният избор. Настроението ми е на периоди - ту се смее, ту плача...	<i>Scleranthus</i>
29	Каква уплаха! Още съм потресена! Бях малка, когато изживях този шок, но явно още не съм се отърсила от него!	<i>Star of Bethlehem</i>
30	Потънал съм в отчаяние и мъка - всички ме изоставиха, намирам се в черна дупка... Не знам как ще се оправя?	<i>Sweet Chestnut</i>
31	Подхванал съм толкова добри начинания и работя много; вярвам в това, което правя, но... не успявам да увлека и моите приятели.	<i>Vervain</i>
32	Аз съм водач... и всички трябва да правят това, което аз кажа. Аз умея да ръководя, а - ако се наложи - мога да бъда и много строг!	<i>Vine</i>
33	Предстои ми да се преселя в нов дом, а и училището ще сменям.... Ставам голямо момиче. Колко трудни са тези промени!	<i>Walnut</i>
34	Защо да трябва да се срещам с онези? Та те струват толкова малко в сравнение с мен! Казват, че съм високомерна... обаче все при мен идват за съвет, нали? Аз съм любезна, изслушвам ги, но никога нищо не искам от тях... Притрябвало ми е!	<i>Water Violet</i>
35	Струва ми се, че главата ми е винаги "пълна", не мога да се отпусна, имам натрапливи мисли. Не че аз ги викам... те все идват...	<i>White Chestnut</i>
36	Какво ще правя, след като завърша училище? Господи, откъде да знам? Да, умея да правя някои неща... но... знам ли... не искам да кажа, че нищо не ме удовлетворява, но не съм сигурна какво точно искам...	<i>Wild Oat</i>
37	Колко ми е скучно! То пък и какво толкова би могло да се прави? По цял ден гледам телевизия и дремя... нямам желание за каквото и да е.. Нищо не върша, а се чувствам уморена - ама че досада!... Е, това е, какво да се прави... нищо!	<i>Wild Rose</i>
38	Все на мен се случва нещо лошо - аз съм най-нешащната! Виж онези там как се забавляват, а аз... Ах, колко доволна бих била, ако и на тях им дойдат до главата някакви неприятности, та да разберат какво ми е на мен... горката... неразбраната...	<i>Willow</i>

НЯКОЛКО „СЛУЧАЯ“

А. е много интелигентно и чувствително дете, но живее при трудни условия поради семейни недоразумения.

Проблемът, заради който се подлага на терапията, се състои в затруднения при ученето в училище. То е много разсеяно. Зодиакалният му знак е Рак, затова е емоционално и с малко странно поведение - твърди, че „търси“ отговорите „на едно специално място“ и това ме кара да

мисля, че освен *Clematis* (защото се „рее в облаците“) и *Chestnut Bud* (за съсредоточаване), случаят изисква да му се предпише и *Aspen*, защото явно става дума за едно свръх-чувствително и лесно уязвимо дете.

Карам го само да си избере лековете, като го приканвам да си вземе шишенцата, които най-много му харесват. *Clematis* и *Aspen* са първите, които то избира, а после се спира на *Rescue*. Питам го дали спи добре и то споделя, че има кошмари, нощите му са изпълнени със страхове и чудовища, които „чува“, че сноват наблизо.

Предписвам *Rescue* и, понеже този лек съдържа *Clematis*, прибавяме *Aspen* и *Larch* вместо *Chestnut Bud*, защото в това дете трябва да се изгради повече самоувереност иначе това дете учи добросъвестно - не е разглежено или изоставашо.

А. е заинтригувано, наблюдавайки как се приготвят цветовете на лека и ме пита дали са вълшебни. „Да, разбира се, че са вълшебни. Ти наистина всичко разбираш. Ето ти и едно вълшебно камъче - сложи го близо до леглото си, после ще ми разкажеш какво се е случило.“

Rescue работи прекрасно и при лечение на минали травми, защото съдържа *Star of Bethlehem*. *Rock Rose* помага на А. да се освободи от кошмарите, а *Impatiens* го успокоява, защото е и доста нетърпелив.

За около два месеца А. решава проблемите си със съня - настъпилото подобрене му донася и по-голяма увереност в училище. Браво, А.!

М. е бледо момиченце, доста високо за възрастта си, стеснително, макар и много способно. Напоследък няма никакъв апетит и направо не иска да седне на масата. На всичкото отгоре му натрапват упорито пържола със спанак, „защото е толкова бледо“!

Анализирайки ситуацията откривам, че това момиченце със сигурност е *Clematis*- говори винаги за онова, което ще стане... по-нататък, често фантазира, а рисунките му определено показват дарба на художник.

Детето ми изглежда отегчено, пасивно; може би се е примирило с досадната действителност и, избягвайки храната, иска да се изолира от света. Откривам, че на гърба му тежи скорошната раздяла на неговите родители, станала по доста груб начин.

За да не създава проблеми на околните, М. я е изживяла, таейки всичко вътре в себе си... Ето защо предписвам *Star of Bethlehem* и *Olive*, които да бъдат приемани в продължение на 15 дни- така отслабналата енергийната система на детето ще може да се зареди отново. При следващата среща забелязвам, че гласът вече не е толкова слаб и очите са по-живи; предписвам *Clematis* и *Wild Rose*, за да може М. да преоткрие интереса към живота. Междувременно изнасям хубава лекция на майката за храненето: „Ако обичате, престанете с тези пържоли и с този спанак! М. има нужда от други неща. Пригответе му по-разнообразни храни и не се безпокойте за липсата на апетит. Накарайте го да ви помага - детето Ви е невероятно артистично; поверете му украсяването и поднасянето на храните. Освен това купете му една хубава кутия с акварели или темперни бои, както и някоя и друга четка! И, моля Ви, госпожо, престанете с притесненията... впрочем, за Вас също има подходящи средства сред цветовете на доктор Бах.“

Майката разбра добре „поученията“ ми, даде си ясна сметка, че скорошните преживявания са разтърсили и двете с дъщеря ѝ и се убеди, че и тя има нужда от възвръщане на равновесието. Сега и тя, и момиченцето ѝ взимат от цветовете, но ги приемат като дар, а не като лекарство. М. отново започна да се храни с апетит. Майка ѝ, макар и все още обременена от станалото, си спомни, че винаги е искала да учи, но досега не го е направила, затова тя се записва във вечерно училище, възползвайки се от желанието на бабата да се занимава с М. Сега и двете се чувстват наистина добре, всяка е удовлетворена от себе си, а и взаимоотношения им като майка и дъщеря са много по-добри. Те изглеждат като две нови момичета.

Р. има големи проблеми с агресивността. В училище вече не знаят какво да правят с него. Семейната ситуация на Р. е много тежка; практически е невъзможно да се помогне на родителите на Р. - и съответно на него самия - посредством разговори или психологическа намеса.

Нека опитаме да поставим малко *Rescue* близо до мястото, където момчето се храни, върху мястото, където би трябвало да почива (но никога не успява), върху дрехите и в обувките му.

Това може да прилича на някакво магьосничество, но не е: опитваме всичко възможно, за да помогнем на Р.. След няколко седмици в поведението му има известно подобрене - не е кой знае

какво, но е склонен да слуша и се оставя да бъде докосван и дори гален, макар и да е много напрегнат

В началото на пролетта, поради многото ветровити дни, Р. получава остра гневна криза. Той определено е метеоропат - това показват и рисунките му. Кризата му е отприщана от вероятна ревност по отношение на един приятел, която от своя страна задвижва подтик към борба. В резултат на всичко това разбираме, че Р. е не само едно уплашено дете, но и таи в себе си страшно много гняв, който трябва да се освободи. Започваме да разпръсквам колкото е възможно повече *Holly* и да му поверяваме задачи, в които да може да освободи цялата си агресивност. Като първи опит решаваме да я канализираме в игра с балони, които той да пука.

Учителката търпеливо приготвя балончета, които Р. и други две приятелчета пукаат. Бързината и разпалеността, с които балончетата са „взривени“, е рекордна - пукаат ги с ръце и крака, под съпровода на бесни викове.

Второто упражнение за подпомагане действието на *Holly* се извършва в една малка дърводелска работилница: главната цел е да се забиват пирони. Под зоркия поглед на учителката, Р. нанася удари с чука без прекъсване, но след няколко дни (и след някои освобождаващи фрази от рода на: „Ще му счупя главата на този пирон!“) виждаме, че работата става по-прецизна и вече не се състои само в нанасяне на удари. Нещо се е разтворило и Р. се справя по-добре със самия себе си - поне доколкото неговото състояние му позволява... Мъничък Р., надяваме се, че възможно най-скоро и за теб ще дойде един ангел-спасител. Пожелавам ти го от сърце!

Т. е весело дете и привидно няма сериозни проблеми. Току-що се е завърнало от едно чудесно пътешествие. Казва, че не се страхува от самолета, но че не би пътувало със самолет скоро. От няколко дни заявява открито, че се страхува от „неща, които летят“ и уточнява: „Пчелите, мухите, птиците... но не и самолета - от него не се страхувам, просто не ми се лети на него още утре!“

Майката не е склонна да се довери на цветовете, затова няма как те да се поемат през устата, но... кой би възразил да капнем няколко капки в маратонките му?

Почти цяла седмица слагаме *Mimulus* в обувките на Т. (2 чисти капки). Веднъж детето забелязва какво правим и ни пита защо. Отговаряме, че това е парфюм, а то много мило ни обръща внимание, че крачетата му не миришат. Тогава му казваме, че този парфюм предпазва от насекоми - мухи, комари и т.н. Т. ни поглежда и в очите му виждаме, че ни е разбрал. След няколко дни детето дава трошички на гълъбите, а след шест месеца лети на самолет (блазе му!), за да прекара Коледата в Куба.

Когато се върна, момчето ни разказа колко било хубаво да лети сред облаците. Разбира се, че е хубаво, малък Т. (благодаря, ти *Mimulus*)

П. е на 12 години и има дълбоки психологически проблеми. От години се подлага на терапия, макар че според мен би трябвало това да прави и цялото му семейство. Сега се обръщат към мен, за да приложи терапия, защото така целят да се избегне използването на фармакологични препарати.

Поведението на П. ме навежда веднага на мисълта за *Cherry Plum*. Моята работна маса е очарователно разхвърляна: флумастери от всички цветове и размери, цветна хартия с форма на цветя или сърца... От всичко това моите малки пациенти изпадат във възторг - разрешено им е да пипнат, пробват, поискат, сграбчат всички камъчета, билетчета, лепила и различни други дреболии.

Със самото си влизане П. започва да подрежда на купчинки всички листчета, за да продължи после със сортирането - по цветове и размери - и на цветните моливи. Аз не казвам нищо, но забелязвам - докато прави това, детето се люлее на стола и всеки път си удря главата в облегалката му *Cherry Plum* е, няма съмнение.

Неговият анцуг е целият в кръпки; майката казва, че непрекъснато купува анцузи, но всеки път П. работи упорито поне два часа, за да сътвори поредната дупка върху дрехата. Откъде иска да избяга? Аз се ограничавам да предпиша средството и да изпратя няколко реда на неговия терапевт.

Резултатите можеха да бъдат много добри, защото само след месец П. не се напишкваше повече нощем в леглото... а това не е малко. Но някои майки очакват незабавни чудеса, а - за съжаление - аз още не съм се научила да ги сътворявам! Накратко - цветовата терапия беше прекъсната, защото майката прецени, че не е ефикасна...

Дори да наречем цитирания случай „неуспех“, той също имаше своя смисъл. Това беше една голяма възможност за П. да успее да успокои толкова крехката си нервна система. Жалко - след още някой и друг нов анцуг може би щяхме да успеем..

ПРИЛОЖЕНИЕ

ЧЕТИРИ ПИСМА НА ДЕЦА

В тези четири писма съм се опитала да се вживея в няколко типични детски ситуации. Не беше трудно, като се има предвид, че дълбоко в мен все още живее дете. Надявам се, че ще можете да чуете онова, което то има да ви каже.

ПИСМО ДО МОЯТА УЧИТЕЛКА (ЕДНО ДЕТЕ ПИШЕ... С ЕЗИКА НА ДЕТЕ)

Мила Лили,

Преди всичко ми харесва, че мога да те наричам не „госпожица“, а с твоето истинско име, което освен това е и много хубаво; после исках да ти кажа, че си истински хубава с онези твои обици, дето са с форма на звездичка и на сърце, те са ми любими. И когато си облечеш онази блузка с многото цветни влачета върху нея и полата, онази жълтата, която се люлее около теб, когато ходиш. Знаеш ли, в училище миналата година имаше една учителка, на която трябваше да казвам „Добър ден“ и се обличаше винаги в тъмно, със сако, за което майка казваше, че е елегантно, но на мен ми се струваше малко като монахиня, само че монахините така си ходят в тъмни дрехи, а тази учителка беше винаги облечена тъжно. Не се смееше никога с нас, казваше, че трябва да изучим много учебни текстове, за да станем интелигентни и ние се стараехме, дори когато ни бяха омръзнали, но да не мислиш, че тя след това ни хвалеше? Правеше от онези гримаси като когато трябва да ядеш грис, не ти казва направо „гадно е“, но аз го разбирах и се питах: „Ама значи няма никога да стана интелигентен?“ Притеснявах се, нали разбираш - та ние да не сме кукли на конци! А по въпроса за куклите, толкова беше хубаво представлението вчера; порано никога не сме го правили. Разбрах, че гласът на Пинокио беше твоят, какъв смях падна!

Ще ти разкажа каква хубава идея ми хрумна един ден, за да не ям домати, които просто са ми гадни, ти го знаеш и не ми ги даваш, но учителката с тъмното сако ме караше да ги ям въпреки това. Тя ми казваше „опитай с парченце хляб“, аз опитвах с малко повръщане. Хлябът има вкус на хляб, а домати си е домати и освен това... понякога повръщах, друг път започвах да плача. Тя казваше толкова са вкусни, е добре, нека тя да си ги яде, пък ако иска и моите домати да изяде, обаче ми хрумна един трик. Предишната вечер при нас дойде Анабела, приятелката на майка ми, която прави винаги разни странни неща, но ни донесе и хубави свирки от... не си спомням. Докато свирех, чух че говори за диета (жените винаги са на диета, защо?), с едно странно име - май беше маркотична или микроботична - и казваше, че не „могат“ да се ядат патладжани, картофи и домати.

Веднага ми светна една лампичка в главата, като онази на Архимед Питагор, и на следващия ден, много сериозен и уверен, казах на учителката: „Аз съм на микробна диета, не мога да ям домати и патладжани.“ За картофите не казах... те са толкова вкусни, но, ако тя знаеше, че и те влизат в диетата, здраве да е, щях да зарежа и картофите и да ги ям преди всичко у баба, която прави онези, пържените с форма на вълна... Струваше ми се, че успях, ама знаеш ли тя какво ми каза? Със стиснати устни, точно като мащехата на Снежанка, ми изтърси: „Добре, тогава отиваме в кабинета при лекарката, така ще кажеш на нея; може би ще има една хубава спринцовка, та да накара да ти минат тези микроби.“ Сам се бях изиграл, надявах се само по-бързо да мине сезонът на домати или даже да можеха да ги закарат някъде, където хората нямат домати... Този ден „беше тъмна и бурна нощ“, както казва Снупи - домати пристигаха, червени и ужасно пълни с оцет... разбиха ми се всичките надежди!

Но не е честно, защото на нея, на която не ѝ харесват червеите, един ден, когато бяхме в градината и един мой приятел ѝ донесе един червей да го види, тя започна да крещи. Тогава аз ѝ казах: „Опитайте се да си го сложите върху ръката, може би дори с едно парченце хляб“... и скоро се намерих наказан в дирекцията, сякаш бях счупил стъкло, пък и аз не исках да ѝ го дам да го изяде, само да го види. А ти онзи ден направо ни донесе една жаба... оная жаба, която разгледахме хубаво и после отидохме всички заедно да я върнем в канала близо до училището, колко си силна, и после ти ни накара нещо да рисуваме и стана толкова хубава рисунка, цялата пълна със зелени жаби и когато я окачихме на стената и просто поисках да ти дам една целувка, а и толкова ми харесва твоя парфюм, който си слагаш, и макар че бях ял един бонбон и малко те поизцапах, ти

дори не се разсърди, засмя се и толкоз.

Понякога ти ни крещиш, когато се правим на луди или никога не си прибираме на място играчките, казваш ни „Сега ще видите какво ще ви се случи!“, но тъй като очите ти се смеят (харесва ми твоят грим - този, зеленикавият), знаем, че не е вярно, че нещо ще ни се случи, но че е време да се размърдаме. Знаеш ли, онази с присвитите устни и очи не викаше почти никога, но аз се страхувах от лицето ѝ, от очите ѝ излизаха искри и ми се струваше, че все мен улучват... никога, нито веднъж не накара противните неща да ги свърши Едоардо. Аз дори мислех, че тя го предпочита него, защото имаше това име, което може би е вълшебено, за да не ти се карат, а аз се казвам Лука и сме трима такива в класа и може би е име, с което ти се карат повече.

Понякога и ти си тъжна... може би и ти си получила някаква глоба, мама когато получи онази „с прангите“ на колата, се отчайва, защото после татко ѝ казва: „Ама ти наистина си глупачка“, а тя казва, че полицаят се бил объркал, но ако си тъжна и ми го кажеш, виж аз ще те погалия и, ако искаш, ще подреда ъгъла с куклите, ти знаеш, че не ми харесва, но ще го направя, за да те зарадвам, защото и ти правиш толкова мили неща и аз ги забелязвам, нищо че съм малък. Ти купи звездички за нашите писма за Коледа, заведе ни на екскурзия със сандвичи, която беше чудесна и ни позволяваш да използваме всички цветове с четките за рисуване, макар че после оставаш цял час да изчистиш всичко. Щастлив съм, че си смених къщата и дойдох тук при теб, в класа има толкова игри и толкова листове, бои, но отиваме и в салона да се раздвижим и правим интересни работи, като се забавляваме страхотно. Аз вчера се правих на вълк и после, ако не крещим всички заедно, ти ни слушаш и можем да ти разказваме нашите неща. Когато измислим някоя глупост... ти се правиш, че не забелязваш, прекалено много те обичам, Лили.

Лука

ЗНАЕШ ЛИ ЗАЩО СЪМ ЯДОСАН?

Скъпи приятелю по перо,

Пиша на теб, който ме разбираш, защото имам огромно желание да си излея душата, толкова съм ядосан, ама толкова ядосан, а те? Ядосаха ме още повече! Казват ми „престани, лош си“ и когато ми кажат така, ми иде да рева като лъв в клетка. Вчера например бях в градината с моя приятел Давид, търсехме едно съкровище вътре в храста, почти го открихме и „...Матео, късно е, тръгваме!“ „Майко, чакай, намираме съкровище!“ Нищо, тя не вярва и започва да казва стига с тия глупости и е късно, и си мръсен, и трябва да си вземеш душ, и да си научиш уроците, и вечерята и дрън, дрън, дрън, дрън... А съкровището?? Възможно ли е моята майка, която е толкова хубава и добра, да не разбира, че ние искаме да доведем докрай делото си? „Часът е шест, стига толкова, тръгваме!“ „Но, мамо, ами ако трябва да намерим съкровището в шест и десет?“ Удря ме яко по дупето и аз започвам да крещя (да не мислиш, че ще ѝ благодаря?). Да не ти разправам каква сцена стана, тя казва, че аз съм лош, а аз мисля, че тя е несправедлива, на мен ми се струва, че е важно да защитя своето съкровище. Майките и татковците не си ли спомнят, че са били деца? Те не са ли играли на търсене на съкровища или на бандити и полицаи?

Да не говорим после за вкъщи, аз бях ужасно ядосан, мислейки за съкровището, а и плесникът не ми беше харесал - и какво, да се оставя да ми вкарат сапун в очите и в ушите? Но след като нямах избор, започнах да крещя като орел, който крещи, макар и никога да не съм го чувал, но знам, че така се казва. Чувствах, че ми се отразява добре и ядът излизаше от гърлото ми, така после може би щях да склуча мир... Не исках да чуя, че ми казва, че съм мръсно дете, което не иска да се мие, защо ми го казва, аз исках да се мия, обаче като си крещя. Колкото повече ми казваше да престана, толкова повече крясъкът ми се превръщаше в сирена и знаех, че си навличам белята, но не можех нищо да направя, просто така си беше. Разбира се, когато тя мие братчето ми, тъй като то е малко и крехко, и още не казва обидни думи (но аз ще го науча, да знаеш), тогава онзи малкият като крещи, всички казват „я колко е сладък, колко сладко вика“ и може да изплиска дори и цялата вода наоколо, а ако аз го правя, ще ме убият, ето как става... Знаем, че той е малък, но аз какво мога да направя - да не би да съм чак толкова голям, защо той може да прави всякакви шуротии, а аз не? Казват, че и аз като малък съм ги правил и че сега ми се карат, защото мога да разбера... Възможно е, но има още много, прекалено много неща, които не разбирам... и се ядосвам, ядосвам се и това си е!

Скъпи приятелю по перо,

Знам, че това може да продължи до безкрай! Казват, че да си ядосан и да си ревнив е най-естественото нещо на света (макар и да не е лесно да се обясни), но било лесно да се преодолее. Има един цвят, който се казва *Holly*; кажи на мама да ти приготви едно шишенце с вода и 2 капки от *Holly*, после взимай по 4 капки от време на време... ще си по-малко ядосан и може би - когато добродушното дебеланче пръска вода наоколо - и на теб ще ти стане смешно и ще си спомниш: „Мамо, нали и аз като малък пръсках така?“

СТРАХУВАМ СЕ, НО НЕ ЗНАМ КАК ДА ВИ ГО КАЖА

(Aspen, Rock Rose, Mimulus)

Знам, че когато дойде моментът да отида да си легна, настъпва истинска трагедия, но аз не мога да ви обясня защо... просто тъмното е толкова тъмно и аз се страхувам, че изведнъж може да се появи нещо или някой, призрак или крадец...

Чувствам, че вътре в мен всичко трепери и, като си стоя там самичък, ми се струва, че бих могъл и да умра; страхувам се и от лошите сънища, аз не ги искам, но те идват и дори и вече да съм заспал, все едно, че съм буден и тогава се събуждам, викам за помощ, наистина ги виждам тези чудовища, виждам ги!

Никога не знам дали да държа вратата отворена или затворена. Ако е отворена, се чувствам по-близо до вас, а ако е затворена те не могат да влязат, но после си казвам, че могат да влязат отвсякъде... през прозорците, но и от главата ми - те могат да влязат и излязат от главата ми... това е лошо, ужасно е!

Бих искал нещо, което да ми осигури хубави и спокойни сънища, бих искал да държа винаги ръката на мама или на татко в своята. Знам, че моят приятел Валерио си ляга, без да се притеснява, блазе му, че не го е страх, а аз толкова много се страхувам, не знам защо, но е така.

Обичам да гледам по телевизията рисувани филми с чудовища, но през нощта не ги искам, то и змията в зоологическата градина зад стъклото не ме плашеше толкова, обаче... ако дойде в стаята ми? Ще кажете, че няма да дойде, аз също се опитвам да си го кажа, но после „мисълта“ за змията става все по-истинска. Не я виждам, но усещам присъствието ѝ в моя страх, какво мога да направя?

Оставете ми запалена лампата, защото после, когато съм успял да заспя, понякога идва някой кошмар и се събуждам целият потен и уплашен. В някои случаи плача и ви викам... като видя, че сте тук, вече се чувствам спокоен, но май искам повече да не спя, сънят като че ли е лош приятел, който ме отвлича и ме води да гледам лоши неща, които сами виждате колко много ме плашат.

Отговор: Здравей, малчуган,

Ние сме енергиите на три цвята. Знай, че нашият ум и нашата фантазия създават програмата на сънищата ни като че ли правят филм. Да кажем, че сме режисьори и можем да преобразим твоята фантазия, да ѝ дадем други възможности. Ако ти взимаш тези капки, ще видиш върху екрана на нощта красиви и отпускащи образи, а не филми на ужасите. Тъмното няма да те плаши - също както не се страхуваш в киното, когато гасят светлините... Прожекцията започва... Лека нощ.

ПИСМО НА ЕДНО ДЕТЕ С УВРЕЖДЕНИЯ ДО НЕГОВАТА МАЙКА

Мила мамо,

Знам, че не ти е лесно... ала искам да ти разкажа нещо, което може би не знаеш.

Преди да се сдобие с тяло, всяка душа вече знае какъв път трябва да извърви - така и аз знаех, че ще се родя, за да придобия определен тип опит. Ти знаеше ли?

Има повече и по-малко извисени души, затова недей да се доверяваш на онова, което изглежда най-логично... не е точно така. Изборът да се родиш и да изживееш едно особено съществуване - нека го наречем „трудно“ - е тежък и мъчителен, но той е и избор на обич и само много чувствителни и извисени души могат да си позволят да го направят

Не можеш ли да си го обясниш? Не е лесно да се разбере, не всичко е просто, но повярвай ми, не физическата изява има значение... и ти знаеш, че моята душа е чиста и прекрасна: това е истински важното и ти го разбра още когато ме взе в прегръдките си за първи път... Всъщност, всеки от нас сам избира родителите си - и аз ви търсих и намерих, това е толкова хубаво!

Трябваше да съм сигурна, че ще бъда безрезервно приета и обичана, трябваше да намеря

двама души, прекрасни... като вас двамата с татко.

Надявам се, че ще ти достави удоволствие да разбереш, че изпълняваш една висша мисия, която не е за всеки, която ти е поверена от Небето. Знаеш ли, някои майки - ти не си от тях, това го знам - изживяват зле този опит, това познание, те го приемат почти като наказание и не осъзнават, че за едно същество, притежавашо големи способности и любов, е награда да придобие толкова деликатен и понякога мъчителен опит. Той може да дари множество неповторими, неописуеми моменти,... аз и ти ги познаваме - нали, мамо? Те не могат да се предадат с думи, а само да се почувстват с помощта на емоциите... или чрез ефирните енергии, които си разменяме.

Мамо, как бих искала да успееш да разкажеш за това на всички онези хора, които пренебрегват танца в нашите лични съществувания... Е, засега няма значение - достатъчно ми е, че съм го предала на теб това, което дълбоко в себе си ти вече знаеше... просто исках да дам потвърждение на твоята интуиция. Ние всички сме същества от светлина, които от време на време слизат на Земята, за да научат поредната „страница“ от уроците си.

Нашите две светлини толкова си приличат, че се разпознаха - ти си родена, за да ме чакаш и аз дойдох така, както беше писано (с една писалка със златно мастило).

Прегръщам те, мамо - благодаря ти, че си такава, каквато си и ми даваш цялата си любов. Не се притеснявай, ти вече разбираш всичко - имай ми само поне толкова доверие, колкото имам и аз в теб и тогава ще продължим нашия танц, с нашата музика, която ангелите са създали специално за нас.

Обичам те, обичаш ме... обич е отговорът за всяко нещо.

твоего дете

Смущение	Условие, причина	Лек (цвят)
Агресивност	скрита злоба, яд, ревност	<i>Holly</i>
	жажда за власт	<i>Vine</i>
	напрежение, гняв, избухване	<i>Cherry Plum</i>
	страст към критикуване	<i>Beech</i>
(Свръх) активност	прави всичко набързо	<i>Impatiens</i>
	говори и действия напрегнато, понякога с маниакални жестове, психически превъзбуден	<i>Cherry Plum</i>
	обсебен от определена фикс идея	<i>White Chestnut</i>
	старае се да увлече другите след себе си, прекалява, дори злоупотребява със своята енергичност	<i>Vervain</i>
	работи много, захваща се с тежка работа и не се оплаква	<i>Oak</i>
	прекалено зает е	<i>Elm</i>
	изпълнен е с ярост, разрушава, бунтува се	<i>Holly</i>
Апатия	психофизическо изтощение, изчерпване	<i>Olive</i>
	слаб интерес към каквото и да е	<i>Wild Rose</i>
Апетит	незаинтересованост към храната	<i>Wild Rose или Clematis</i>
	инатене, отричане напук	<i>Holly</i>
	създава проблеми, за да бъде в центъра на вниманието	<i>Heather</i>
	манипулира с цел постигане на власт	<i>Chicory</i>
	ненаситен, прекалява	<i>Vervain</i>
	яде скришом, зависим от храната	<i>Agrimony</i>
	яде много и бързо, с неудържимо желание	<i>Impatiens</i>
	запълва липси от друг характер	<i>Heather</i>
Астма	на алергична основа или превантивно	<i>Mimulus + Walnut</i>
	като допълнително лечение (извън медицинското)	<i>Gentian + Willow</i>
(Бронхиална) астма	извън медицинското лечение, по време на криза, в очакване на лекаря	<i>Rock Rose + Crab Apple + Centaury</i>
Афти		<i>Rescue + Crab Apple (гаргара с половин чаша вода)</i>
Ацетон	по време на криза, извън медицинското лечение	<i>Aspen + Crab Apple</i>
	страх от тъмнината, от чудовища	<i>Aspen</i>
	неспособност да се успокои съзнанието	<i>White Chestnut</i>
Безсъние	свръхактивност и френетично бърз ритъм	<i>impatiens или Vervain</i>
	меланхолия	<i>Mustard</i>
	носталгия по дома	<i>Honeysuckle</i>
	скрита мъка	<i>Agrimony</i>
	силно нервно напрежение	<i>Cherry Plum</i>
	поради страх от вина	<i>Pine</i>
	за да привлече внимание	<i>Heather</i>
поради негодувание	<i>Willow</i>	
Биберон	не успява да се откъсне от него...	<i>Red Chestnut + Walnut + Honeysuckle</i>
	но и не иска да се знае (да се прибави и) Биберон?	<i>Agrimony</i>
Болки	поради растежа	<i>Elm</i>
	от неизвестен произход	<i>Pine</i>
	поради скованост схващане	<i>Beech</i>
	(да се прецени според причината!)	<i>Rock Water , Water Violet , Vine</i>
	поради стрес	<i>Vervain</i>
	(да се прецени според причината!)	<i>Impatiens, Oak, Elm</i>
	симулирани	<i>Willow , Chicory, Heather</i>

	за привличане на внимание	<i>Heather , Willow , Chicory</i>
	циклична	<i>Chestnut Bud</i>
	бавно лечима	<i>Clematis, Wild Rose</i>
Болест	уж приемана "оптимистично"	<i>Agrimony</i>
	страх от болестта	<i>Aspen, Mimulus, Crab Apple</i>
	с обриви	<i>Rescue + Crab Apple + Agrimony</i>
	с възпаления	<i>Crab Apple</i>
	водеща до отслабване	<i>Olive</i>
	хронична	<i>Gorse</i>
	която изглежда, че никога няма да мине	<i>Star of Bethlehem</i>
Бъбривост	говори много и необмислено	<i>Heather</i>
Възбуда	безпокойство, страх	<i>Aspen, Mimulus</i>
	прекомерен ентузиазъм	<i>Vervain</i>
	след травма	<i>Rescue или Star of Bethlehem</i>
	бързана и нетърпение	<i>Impatiens</i>
Гадене	изобщо	<i>Scleranthus</i>
	поради недобро храносмилане	<i>Crab Apple</i>
Глас	слаб, като че ли е блокиран	<i>Star of Bethlehem</i>
	тих и сладникав, направо "гласец"	<i>Water Violet</i>
	твърде силен, натрапващ се, "ораторски"	<i>Vervain</i>
	креслив, истеричен	<i>Holly или Cherry Plum</i>
	блокиран от вътрешно вълнение	<i>Aspen</i>
	тих от стеснителност, почти шепнеш	<i>Mimulus</i>
	не излиза от гърлото, парализиран	<i>Rock Rose</i>
	твърд и безапелационен, на лидер	<i>Vine</i>
Гърло	"възел" в гърлото	<i>Aspen, Water Violet, Star of Bethlehem, Centaury, Mustard, Mimulus, Rock Rose</i>
Докачливост		<i>Chicory</i>
Егоизъм	съществува само той, непрекъснато претендира за нещо	<i>Heather</i>
	иска твърде много в замяна на направеното от него	<i>Chicory</i>
	чувства се нещастен, очаква да му се случи нещо лошо и не позволява да му се повлияе положително	<i>Willow</i>
	желае да властва	<i>Vine</i>
	жертва на егоизма на друг	<i>Centaury</i>
Език с налепи	поради недобро храносмилане	<i>Crab Apple + Elm + Chicory</i>
	поради лошо хранене	<i>Walnut + Agrimony + Crab Apple</i>
Жълтеница	за пречистване (хепатит) и преодоляване	<i>Rescue + Crab Apple + Olive</i>
Завист	в чист вид	<i>Holly</i>
	копира неумело другите	<i>Cerato</i>
Заекване	стеснителност	<i>Mimulus</i>
	вътрешно напрежение	<i>Cherry Plum</i>
	недоверие в себе си	<i>Larch</i>
	бързана, висок ритъм	<i>Impatiens</i>
Закуски	изядени скришом	<i>Agrimony + Walnut</i>
	защото основната храна не представлява интерес	<i>Wild Rose</i>
	за запълване на празнина, от скука	<i>Wild Oat</i>
Зъби - поникване	момента на поникването	<i>Walnut</i>
	с болка, мъчително	<i>+ Agrimony</i>
	което изтощава	<i>+ Olive</i>
Извинение	непрекъснато иска извинение	<i>Pine</i>
	никога не иска извинение	<i>Holly</i>
	смята, че не трябва да се извинява за нищо	<i>Willow</i>
	никога не грехи	<i>Vine, Rock Water</i>
	другите трябва да се извинят	<i>Beech</i>
	не иска извинение, а просто те "отписва"	<i>Water Violet</i>

Изоставяне	страх да не бъде изоставен	<i>Red Chestnut</i>
	действително преживяно	<i>Star of Bethlehem</i>
Изтощение	физическо; трудолюбив, но не особено способен	<i>Oak</i>
	умствено, необходимост от "презареждане"	<i>Hornbeam</i>
	физическо и психическо или след болест, в процес на оздравяване	<i>Olive</i>
	нервно, с натоварена психика	<i>Cherry Plum</i>
	след травма или неприятност	<i>Rescue + Gentian + Olive</i>
	необяснима депресия	<i>Mustard</i>
апатия, примирение	<i>Wild Rose</i>	
Изчервяване	срам, стеснителност	<i>Mimulus</i>
Импулсивност		<i>Impatiens, Vervain</i>
Истерия	поради напрежение с внезапен изблик на гняв	<i>Cherry Plum</i>
	за да привлече вниманието	<i>Chicory</i>
	бясна	<i>Holly</i>
	поради страх, паника	<i>Rock Rose, Star of Bethlehem (a най-добре Rescue)</i>
Капризи	с тежка криза на гняв и крясъци	<i>Cherry Plum</i>
	чупи всичко наоколо, удря с крак	<i>Holly</i>
	опитва се да спечели, хленчейки	<i>Chicory</i>
	с тиранично поведение	<i>Vine</i>
Колит	симптом на страх	<i>Aspen или Mimulus</i>
	от притеснение, от прекалена добросъвестност по отношение на храната	<i>Crab Apple</i>
Кошмари	със сомнамбулизъм	<i>Rock Rose + Aspen</i>
Лакомия	поради липса на обич	<i>Heather, Chicory</i>
	поради яд	<i>Holly</i>
	поради вътрешно измъчване, което се превръща в зависимост	<i>Agrimony</i>
	поради недоволство	<i>Wild Oat</i>
	поради лоши навици	<i>Walnut</i>
Лимфатизъм*	с уголемени жлези	<i>Wild Oat</i>
	бледност апатия	<i>Wild Rose</i>
Майка	не се откъсва от м.	<i>Walnut + Red Chestnut</i>
	носталгия към м.	<i>Honeysuckle</i>
	без нея не прави нищо	<i>Larch + Cerato</i>
	страх, че м. ще умре	<i>Aspen + Red Chestnut</i>
	задушава се от нея, но не смее да каже "не"	<i>Centaury</i>
Маскулинизъм*	подчертано чувство за превъзходство	<i>Vine</i>
Менструация	страх от първата м.	<i>Mimulus</i>
	поради чувство за нещо нечисто, мръсно	<i>Crab Apple</i>
	изживяна с болки	<i>Star of Bethlehem</i>
	изживяна с ужас	<i>Rock Rose</i>
	скрита, заради страх	<i>Aspen</i>
Мигрена	защото прекалено много напруга ума си, при продължително мозъчно натоварване	<i>White Chestnut</i>
	чувства се неловко, по-нисш	<i>Pine</i>
	прекалено дълго гледане на телевизия или слушане на силна музика; главата тежи, може да има и температура	<i>Hornbeam</i>
Миризми	дразнят	<i>Mimulus</i>
	създават усещане за нечисто	<i>Crab Apple</i>
Мистериозност	любители на м.	<i>Aspen</i>
	любители на бъдещето	<i>Clematis</i>
Мнителност	с неприязън	<i>Holly</i>
	с критикарство	<i>Beech</i>
	с песимизъм	<i>Willow</i>

	поради страх от всичко ново	<i>Mimulus</i>
	или недоверие	<i>Larch</i>
Мъка	поради психически причини	<i>Cherry Plum</i>
	вътрешна, скрита под маска на веселие	<i>Agrimony</i>
	поради ревност	<i>Chicory</i>
	тормози другите	<i>Vine</i>
	самонаказва се	<i>Pine</i>
Напикаване (нощно)	защото е напрегнат, през деня "се стиска" и после се "изпуска"	<i>Cherry Plum</i>
	изглежда ведър, но в действителност е в тревога	<i>Agrimony</i>
	поради връщане в миналото или недоизживяна травма	<i>Star of Bethlehem</i>
	защото се е родили братче	<i>Holly</i>
Напрежение	държи под контрол, но може да избухне	<i>Cherry Plum</i>
	дължащо се на бързина и виско ритъм	<i>Impatiens</i>
	поради разхищение на енергия, използвана за убеждаване на другите	<i>Vervain</i>
	защото задържа емоциите си, като се изолира от другите	<i>Water Violet</i>
	защото иска да се разпорежда	<i>Vine</i>
	вътрешно, скрито от другите	<i>Agrimony</i>
	защото се безпокои за другите	<i>Red Chestnut</i>
	защото е разтревожен, от лоши предчувствия	<i>Aspen</i>
	за да бъде пример	<i>Rock Water</i>
	за да постигне изслушване	<i>Heather</i>
Недоволство	никога от нищо не е доволен	<i>Gentian + Willow</i>
	критикува другите	<i>Beech</i>
	уточнява всичко в прекалени подробности	<i>Rock Water</i>
	досаден, повтарящ се	<i>Chestnut Bud</i>
Нетърпение	заради което не свършва нищо докрай	<i>Chestnut Bud</i>
	като основна характеристика	<i>Impatiens</i>
Нощ	която тероризира	<i>Rock Rose + Aspen</i>
Обърканост	защото е прекалено активен и припрян	<i>Impatiens</i>
	защото е разсеян	<i>Clematis</i>
	защото е разсеян и не успява да научи	+ <i>Chestnut Bud</i>
	поради прекалено желание да увеличи	<i>Vervain</i>
Обърканост	защото е нерешителен	<i>Scleranthus</i>
	защото започва хиляди неща, но не ги довършва никога; пасивен	<i>Wild Oat</i>
	защото няма доверие в себе си	<i>Cerato</i>
Омраза	яд, завист, ревност	<i>Holly</i>
	злоба, неприязън	<i>Willow</i>
	към самия себе си	<i>Pine</i>
	към самия себе си като към нещо мръсно	<i>Crab Apple</i>
Перфекционизъм	по отношение на себе си, непреклонност	<i>Rock Water</i>
	дребнав и придирчив	<i>Crab Apple</i>
	търси да открие себе си в другите	<i>Beech</i>
	зазира си носа навсякъде	<i>Chicory</i>
Песимизъм	поради недостатъчно доверие в себе си	<i>Cerato</i>
	поради усещане за провал	<i>Larch</i>
	поради обезкуражаване, съмнение	<i>Gentian</i>
	със скрита злоба	<i>Willow</i>
Плач	истеричен, неконтролируем	<i>Cherry Plum</i>
	гневен, яростен	<i>Holly</i>
	каприз или хленчене	<i>Chicory</i>
	слаб и смирен	<i>Star of Bethlehem</i>
	примирен	<i>Wild Rose</i>
	от изтощение, уморен	<i>Olive</i>

Плач	за да го забележат всички	<i>Heather</i>
	поради разочаровани от очакванията	<i>Vervain</i>
	тихо, скрито от другите	<i>Water Violet</i>
	заради който се чувства виновен или защото е бил обвинен	<i>Pine</i>
	поради самоизмъчван или склонност към омаловажаване	<i>Agrimony</i>
Подаръци	на които се придава голямо значение	<i>Chicory</i>
	получени с подкуп	<i>Chicory</i>
	иска ги подобни на други	<i>Cerato</i>
	иска все същите	<i>Chestnut Bud</i>
	които желае твърде много, но не смее да ги поиска	<i>Centaury</i>
	които "с удоволствие" прави и на другите за които претендира	<i>Agrimony</i> <i>Heather</i>
Провал	току-що претърпял	
	чувства се винаги губещ	<i>Larch</i>
	в миналото, от който не може да се съвземе	<i>Star of Bethlehem</i>
	временно усещане за провал поради прекалени отговорности	<i>Elm</i>
Промени	поради трудностите, които му носят	<i>Walnut</i>
	ако има и носталгия	+ <i>Honeysuckle</i>
Равновесие	губи го, главата му се замайва, смяна на контрастни настроения, приливи и отливи	<i>Scleranthus</i>
	губи го, пада дори и от столовете, защото е разсеян	<i>Clematis</i>
	удря се, защото е припрян и неспокоен	<i>Impatiens</i>
Разсеяност	с "глава в облаците"	<i>Clematis</i>
	не научава нищо ново	<i>Chestnut Bud</i>
	поради психическа умора	<i>Hornbeam</i>
	поради слаб интерес	<i>Wild Oat + Wild Rose</i>
Ревност	изразена или не	<i>Holly</i>
	с чувство за притежание	<i>Chicory</i>
Скука	с апатия	<i>Wild Rose</i>
	заради настоящето	<i>Clematis</i>
	повтаря винаги същите неща	<i>Chestnut Bud</i>
	защото копира другите	<i>Cerato</i>
	няма истински интереси	<i>Wild Oat</i>
	отегчава другите, бърбивец	<i>Heather</i>
Слух	смущения в слуха	<i>Clematis</i>
	смущения на слуха и на равновесието	<i>Scleranthus</i>
Смърт	страх от смъртта	<i>Aspen</i>
	страх от смъртта на скъп човек	<i>Gentian, Gorse</i>
	която хвърля в отчаяние	<i>Sweet Chestnut</i>
	на смъртно легло	<i>Honeysuckle + Gorse</i>
	тероризиран от мисълта за с. (изобщо)	<i>Rock Rose</i>
	на която присъства	<i>Rescue</i>
Спокойствие	прекалено или съчетано със сънливост	<i>Clematis</i>
	"угаснал", без интерес	<i>Wild Rose</i>
	като подчиненост или зависимост	<i>Centaury</i>
	примирение	<i>Gorse</i>
Спешност	в очакване на първа помощ	<i>Rescue</i>
Страхове	всички онези, предизвикани от дадена "форма" (образ)	<i>Mimulus</i>
	неясни и непознати, тревожни	<i>Aspen</i>
	ужас, паника	<i>Rock Rose</i>
	за другите	<i>Red Chestnut</i>
	старание да бъде контролиран, вътрешен, потиснат	<i>Cherry Plum</i>
	терзание, укривано от другите	<i>Agrimony</i>

Сутрин	трудно се буди	<i>Hornbeam</i>
	събужда се много рано с безпокойство	<i>Aspen</i>
	не иска да ходи на училище	<i>Honeysuckle</i>
Сънливост	почти "не присъства" в действителността	<i>Clematis</i>
	поради апатия	<i>Wild Rose</i>
	сутрин, трудно става	<i>Hornbeam</i>
	защото е много уморен или отпаднал от боледуване	<i>Olive</i>
Тирания	пасивност, недоволство	<i>Wild Oat</i>
	господар, тиранин	<i>Vine</i>
	свръхкритичен, свадлив	<i>Beech</i>
	при гняв	<i>Holly</i>
	поради прибързаност и неуважение към другите	<i>Impatiens</i>
	намесва се в работите на другите за да наложи дадена идея	<i>Chicory</i> <i>Vervain</i>
Треска	в очакване на лекаря	<i>Rescue + Hornbeam</i>
	със сърбеж от обриви при заболяване	<i>Rescue + Agrimony + Crab Apple</i> или <i>Rescue Cream</i>
	със силна отпадналост	<i>Rescue + Olive</i>
	със ставни болки	<i>Rescue + (според митологията) Beech, Vine, Water Violet, Rock Water, Pine, Vervain</i>
Трудности	при учене	<i>Chestnut Bud</i>
	чиято причина е известна (преждевременно родени, страдащи от синдром на <i>Down</i> , с повече или по-малко тежки увреждания)	<i>Chestnut Bud</i>
	при приемане на нови предложения	<i>Mimulus + Larch</i>
	говорни, поради тревога	<i>Aspen</i>
	говорни, поради нервно напрежение	<i>Cherry Plum</i>
	говорни, поради незрялост	<i>Chestnut Bud</i>
	говорни, поради прибързаност	<i>Impatiens</i>
Увреждания	за превъзможване на мисълта за хронични у.	<i>Gorse</i>
	за спечелване на доверие	<i>Larch + Cerato</i>
	за постигане на по-добри резултати при възстановяването и ученето	<i>Chestnut Bud</i>
	за понасяне на психически натоварвания	<i>Elm + Cherry Plum</i>
	поради нервни кризи	<i>Cherry Plum</i>
	поради вълнение, треперене	<i>Aspen</i>
Увреждания	поради Тризомия 21	<i>Chestnut Bud</i>
	поради аутизъм	<i>Chestnut Bud + Rock Water + Sweet Chestnut</i>
Увреждания	за ново събуждане на интереса	<i>Wild Rose, Wild Oat, Clematis</i>
	поради кошмари	<i>Cherry Plum, Crab Apple</i>
	поради свръхчувствителност	<i>Walnut, Mimulus, Centaury</i>
	поради свръхактивност	<i>Impatiens</i>
	за подпомагане действието на спазмолитици*	<i>Rock Water, Pine, White Chestnut, Beech</i>
Удар	върху посинялото	<i>Rescue Crem</i>
	заради уплахата	<i>Rescue</i>
Уши	смущения в равновесието	<i>Scleranthus</i>
	смущения при силни шумове	<i>Mimulus</i>
	патологична свръхчувствителност	<i>Clematis</i>
Училище	първи ден в у.	<i>Honeysuckle</i>
	страх от у.	<i>Mimulus</i>
	уморен от прекалена работа	<i>Elm</i>
	изпитва недоверие	<i>Larch</i>
	разсейва се по време на у.	<i>Clematis</i>
	трудно учи, повтаря грешките	<i>Chestnut Bud</i>
	винаги търси одобрение	<i>Cerato</i>
	не може да накара другите да го оценят	<i>Centaury</i>
ходи, дори когато е болен	<i>Oak</i>	

Уплаха	в момента на у.	<i>Rescue или Rock Rose</i>
	след у.	<i>Star of Bethlehem</i>
	от нещо, което предстои да се случи	<i>Rescue + Larch + Gentian</i>
Цирей	ако трябва да пречистим	<i>Crab Apple</i>
	изживявани като нещо "мръсно"	<i>Crab Apple</i>
	от съдържан гняв	<i>Holly</i>
	като "вулкан при изригване"	<i>Impatiens</i>
Чувство за собственост	като манипулация	<i>Chicory</i>
	поради силно желание	<i>Holly</i>
	от желание за властване	<i>Vine</i>
Чудовища	страх от чудовища	<i>Rock Rose + Aspen</i>
Яд	едновременно силно привличане и страх от чудовища	<i>Aspen</i>
	като "истински"	<i>Mimulus</i>
	проявява	<i>Holly</i>
	тих, потиснат	<i>Willow</i>