

'FRA ABEBLOMST TIL ÆGTE KASTANIE'

Hvis du...	Prov...
har en kendt frygt, f.eks. skræk for edderkopper, døden, at flyve, tandlæger eller er genert	Abeblomst Positivt aspekt: Mod
gemmer dine problemer bag en glad facade	Agermåne Positivt aspekt: Tør vise hvem man er
lider af uforklarligt tungsind der kommer og går	Agersennep Positivt aspekt: Glæde over livet
oplever 'mandag-morgen-følelsen' og ikke tror du overkommer dagen	Avnbøg Positivt aspekt: Vitalitet til at klare dagens opgaver
er utålmodig og ønsker alt gjort hurtigt	Balsamin Positivt aspekt: Tålmodighed med andre
er ængstelig og urolig	Bævreasp Positivt aspekt: Tillid og indre ro
er kritisk og irriteret over andre	Bøg Positivt aspekt: Medfølelse og tolerance
tvivler på din egen intuition	Cerato Positivt aspekt: Tillid til egen dømmekraft
kontrollerer dine nærmeste og er opmærksomhedskrævende	Cikorie Positivt aspekt: Ægte omsorg
har en stærk pligtfølelse og fortsætter trods udmattelse	Eg Positivt aspekt: Lære at give kroppen hvile
er overvældet af ansvar, kortvarigt mister selvtilliden	Elm Positivt aspekt: Selvtillid og overblik
let bliver modløs når noget går dig imod	Ensian Positivt aspekt: Overvinde forhindringer
oplever sorg eller har oplevet traumer og chok	Fuglemælk Positivt aspekt: Neutraliser chok og giver trøst
føler dig bitter, fornærmet, som et offer "stakkels mig"	Guldpil Positivt aspekt: Tage ansvar for sig selv
har tanker der kværner, bekymringer	Hestekastanie Positivt aspekt: Klart hoved, ro
er apatisk og ikke gør noget for at ændre dit liv	Hunderose Positivt aspekt: Interesse i livet
er overbegeistret, kæmper for "sagen"	Jernurt Positivt aspekt: Slappe af og ville mindre
længes efter fortiden, hænger fast i minderne, har hjemve	Kaprifolie Positivt aspekt: Leve med fortiden

Hvis du...	Prov...
ikke lærer af dine erfaringer, gentager dårlige mønstre	Kastanieknop Positivt aspekt: Lære af sine erfaringer
er streng ved dig selv, sætter dig selv høje krav	Kildevand Positivt aspekt: Nyde livet
er bange for at miste kontrollen over dig selv, er hysterisk	Kirsebærblomme Positivt aspekt: Sindsro
lever i fremtiden, dagdrømmer	Klematis Positivt aspekt: Er i nuet, jordforbindelse
ikke kan vælge mellem to ting, er ubeslutsom, svingende	Knavel Positivt aspekt: Kan vælge, balance
er jaloux, vred, hadefuld, mistroisk	Kristtorn Positivt aspekt: Åbner hjertet
er selvcentreret og snakkesaglig	Lyng Positivt aspekt: Lytte til andre
mangler selvtillid, tror andre er bedre end dig selv	Lærk Positivt aspekt: Selvtillid
føler dig træt og udmattet efter sygdom eller andet	Oliventræ Positivt aspekt: Vitalitet
oplever stress og kriser	Rescue Remedy (Nødhjælpsremediet) Positivt aspekt: Giver indre ro
er bange for at der skal ske dine kære noget	Rød Hestekastanie Positivt aspekt: Omsorg uden ængstelse
bebrejder dig selv og har svært ved at tilgive dig selv	Skovfyr Positivt aspekt: Tilgive sig selv
ikke kan finde din vej i livet	Skovhejre Positivt aspekt: Kende sin vej
er rædselsslagen, har panikangst	Soløje Positivt aspekt: Ro selv i kriser
føler dig uren og ikke kan lide din krop	Sødæble Positivt aspekt: Renselse, accept af kroppen
føler at al håb er ude, er dybt fortvivlet	Tornblad Positivt aspekt: Giver håb
har svært ved at sætte grænser og sige nej til stærke personer	Tusindgylden Positivt aspekt: Lære at sige fra
er påvirkelig overfor andre, har svært ved at vænne dig til det nye	Valnød Positivt aspekt: Vænne sig til forandringer
er reserveret, stolt, foretrækker at være alene	Vandrøllike Positivt aspekt: Få et varmere forhold til andre
dominerer, bestemmer alt, herskesyg	Vinranke Positivt aspekt: Kan lede andre
føler en overvældende indre smerte, ensomhed, (livskrise)	Ægte kastanie Positivt aspekt: Kan se lyset igen