

Welke Bach-bloesem helpt jouw zorgen overwinnen?

Overbezorgd, nerveus, aarzeling.... Iedereen ervaart wel eens emoties die ons flink onderuit kunnen halen. En natuurlijk komt het nooit uit. Toch kun je snel en eenvoudig weer in balans komen met de juiste Bach-bloesems. Overwin bijvoorbeeld je zorgen met de remedies Aspen, Mimulus, Cherry Plum, Rock Rose en Red Chestnut.

De heilzame kracht van de natuur. Dat is in het kort waar de bloesem-therapie van dr. Bach op neer komt. Onderverdeeld in zeven groepen hoofdemoties kwam hij tot 38 onevenwichtige gemoedstoestanden die met behulp van zijn bloesemincturen in balans worden gebracht.



Zo zet Bach-consulent Daniël Nelck de bloesemremedie Aspen vaak in bij mensen die vage, onbenoembare zorgen hebben. “Mensen die bijvoorbeeld een kamer binnenkomen en een naar gevoel krijgen, zonder dat ze kunnen verklaren waarom. Dan gebruik je Aspen.”

Heel anders dan de remedie met Mimulus, die juist ingezet wordt bij vrees met een

duidelijke oorzaak. “Bijvoorbeeld als je bang bent om iets te vertellen of een presentatie te geven in een groep of bang bent voor hoogtes, honden of armoede. Kortom: als je de oorzaak van je vrees kent of als je erg verlegen bent.”

Dan is er Cherry Plum. “Geschikt als er sprake is van angst om je verstand of de controle over jezelf te verliezen of bang bent jezelf of een ander iets aan te doen. Typerend hierbij: bang om een terugval te hebben of iets los te laten, overmatig reacties en woedeaanvallen bij een kind.”

Is er echt sprake van extreme ongerustheid, zoals paniek en hevige schrik, dan is Rock Rose de eerste keuze uit deze groep. “Bijvoorbeeld als je een ongeluk hebt meegemaakt of hebt zien gebeuren en aan de dood ontsnapt bent, maar ook als een kind valt of schrikt van harde geluiden. Rock Rose helpt om tot rust te komen en minder schrikkerig te zijn.”

Maar ook is er een remedie die kan worden gebruikt als er sprake is van overbezorgdheid over familie en vrienden. “Bijvoorbeeld moeders die zich ernstige zorgen maken over hun kinderen. Bij ongerustheid over anderen gebruik je Red Chestnut.”



Aspen



Mimulus



Cherry Plum



Rock Rose



Red Chestnut



Ieder persoon is anders en reageert anders op situaties. Bij het kiezen van de remedie is het daarom belangrijk uit te gaan van de eigen persoonlijkheid; wat voel ik en hoe reageer ik daar op? Door met de juiste bloesem te behandelen, zal de klacht dan vanzelf verdwijnen. Hulp nodig? Laat u informeren door het winkelpersoneel of door een geregistreerd Bach-consulent.

Kijk op www.bachcentre.com bij “Find a Bach practitioner”.