



anja nothelfer
heilpraktikerin

Was sind Bach-Blüten?

Bach-Blüten sind Essenzen wildwachsender Pflanzen und Bäume, die von dem englischen Arzt, Bakteriologen und Homöopathen Dr. Edward Bach entdeckt und erforscht wurden. Ähnlich wie die Homöopathie bilden auch sie ein System, das einen Zusammenhang zwischen Erkrankungen und negativen Gemütszuständen herstellt. Bach-Blüten-Essenzen haben die Fähigkeit unmittelbar auf unsere Emotionen und Empfindungen zu wirken. Mit insgesamt 38 verschiedenen Blütenessenzen und den jeweils dazugehörigen Blütenbildern, stehen uns eine Vielfalt an Mitteln zur Verfügung, um sehr genau einzelne Gemütszustände zu analysieren und sie anschließend mit persönlich abgestimmten Blütenmischungen behandeln zu können. Jeder von uns kennt Emotionen, die uns in Form von quälenden Gedanken, innerer Unruhe, oder eingegrabenen Verhaltensmustern Energie rauben können. Bach-Blüten-Essenzen bieten uns hier durch ihre Wirkungsweise ein hilfreiches Mittel, wieder in unser seelisches Gleichgewicht zu kommen. Sie fördern Vitalität, Konzentrationsfähigkeit, mentale Ruhe und Ausgeglichenheit, und unterstützen uns darüberhinaus, uns selbst zu verwirklichen und unsere innere Weisheit zu leben. Somit können Bach-Blüten-Essenzen eine wichtige Grundlage für körperliche Gesundheit und unser seelisches Wohlbefinden bilden.

Wie wirken Bach-Blüten?

- sie stabilisieren unser seelisches Gleichgewicht
- als Gesundheitsprophylaxe
- sie unterstützen eine positive Persönlichkeitentwicklung
- sie bieten eine aktive Unterstützung in Zeiten der Veränderung, oder Herausforderungen
- sie fördern Kreativität im Denken und Handeln und helfen Willensstärke und Zielstrebigkeit zu entwickeln, damit wir uns bewusster den Anforderungen des Lebens stellen können
- sie finden darüberhinaus praktische Anwendung z. B. bei Schlafschwierigkeiten, in Prüfungssituationen, oder bei beruflicher Veränderung, u.v.m.