

Les fleurs de Bach



C'est quoi ?

Les Fleurs de Bach sont des élixirs floraux réalisés à partir de fleurs sauvages. Elles tiennent leur nom de celui de leur concepteur, le Dr Edward Bach. Tout comme l'homéopathie, l'usage des Fleurs de Bach est une thérapie globale de l'individu qui a une action de fond. Il en existe 38 ; ils sont utilisés pour traiter les symptômes psychologiques et émotionnels.



Comment ça marche ?

Les élixirs floraux contiendraient l'énergie de la plante originelle, ce qui permettrait de mettre en place le processus d'autoguérison de l'organisme. Chaque individu étant constitué différemment, le remède type est adapté au tempérament et à la personnalité de la personne.

Contre-indication ?

Aucune contre-indication ni aucun risque de surdosage, sans effet secondaire ou interaction médicamenteuse

Mais elles contiennent de l'alcool. Pour les enfants, les personnes souffrant d'alcoolisme, les femmes enceintes ou allaitantes, il existe des élixirs sans alcool.



Posologie

Pendant 21 jours prendre 3 gouttes du mélange des fleurs matin, midi, soir et au couché, à mettre sous la langue ou diluer dans un petit verre d'eau. Ou alors diluer 15 gouttes dans une bouteille d'eau et la boire tout au long de la journée si c'est plus simple. Ces gouttes doivent être prises en conscience avec une intention positive. Après les 21 jours, pause de 7 jours, puis recommencer 21 jours.

38 élixirs selon sept groupes correspondant à des états mentaux qui peuvent être pris en charge (jusqu'à 7 dans un mélange)

1. les états de peur
2. l'incertitude et le découragement
3. le manque d'intérêt pour le présent
4. les états de solitude
5. l'hypersensibilité aux personnes et aux idées
6. le désespoir
7. les états de préoccupation excessive d'autrui

