

PARLONS DES MÉLANGES « TOUT PRÊTS »

Nombreuses sont les propositions sur internet, ou dans le commerce, qui conseillent de prendre des fleurs de Bach en complexes tout faits, pour une situation spécifique donnée ; par exemple : « anti âge », « perte de poids », « vieillissement », etc. Cela peut permettre de découvrir l'action des fleurs et donner des résultats dans certains cas. Mais ces mélanges ont aussi leurs limites.

Effectivement, « prendre des fleurs de Bach en complexe » ne veut pas dire « **utiliser la méthode du Dr Bach dans son authenticité** ». C'est précisément cette seconde option que va vous préconiser un conseiller agréé par le centre Bach, en vous proposant un mélange personnalisé, et spécifiquement adapté à votre vécu émotionnel personnel. Les bienfaits que vous pouvez en tirer sont alors bien différents.

Pourquoi ?

Voici trois bienfaits qu'apportent une utilisation authentique de la méthode du Dr Bach :

1/ Le cœur de la méthode Bach : l'auto-assistance !

Nul ne sait mieux que lui-même ce qu'il ressent et ce dont il a besoin : c'est ce que dit Edward Bach dans « Les écrits originaux du Dr Bach ».

Prendre des fleurs de Bach, c'est tout d'abord venir se relier à ses émotions, à ses difficultés émotionnelles singulières. **C'est revenir à soi et à ses propres ressources.**

C'est mieux comprendre ce qui nous anime et reprendre les rênes de sa vie émotionnelle afin de trouver **SA** bonne réponse et ne pas s'appuyer sur des réponses extérieures coupées de ses propres aspirations.

La méthode Bach permet de s'appuyer sur SOI pour trouver ses réponses propres, et aide à mieux gérer ses émotions.

2/ L'accompagnement émotionnel et rien d'autre !

Le Dr Bach avait la conviction profonde que l'équilibre émotionnel et le corps physique fonctionnent de pair. Si un déséquilibre apparaît dans une de ces sphères, cela impactera négativement l'autre sphère.

Pour accompagner le corps physique, il s'en remettait à la médecine traditionnelle.

Sa méthode vise uniquement à rééquilibrer la sphère émotionnelle.

Aucune fleur de Bach n'agit directement sur le corps physique, elles viennent harmoniser en douceur les blocages émotionnels. Expliquer qu'une fleur de Bach régule le sommeil, ou fait perdre du poids, est un raccourci qui prêche à confusion.

Dans le cadre d'une problématique liée au physique (poids, sommeil, etc.), **une fleur de Bach accompagne strictement les déséquilibres émotionnels vécus** dans cette problématique, elle n'a pas d'action curative directe. Cette ré-harmonisation des émotions va faire soutien aux traitements traditionnels en cours et permettre un cheminement profond de la personne dans son vécu ; elle va aussi aider à une meilleure compréhension de sa problématique de santé. Ce cheminement intérieur favorise un positionnement positif de la personne dans son processus de guérison.

La méthode du Dr Bach permet de mieux vivre émotionnellement une problématique de santé, en

complément des traitements traditionnels. Elle aide à se positionner positivement dans le vécu d'une épreuve.

3/ Pas de réponse toute faite, une réponse toujours personnalisée !

Prenons l'exemple de plusieurs femmes qui vivent la ménopause. Au niveau émotionnel, elles vivront cette étape de vie de manière singulière. Il en sera de même pour des personnes stressées, pour des personnes qui vivent mal leur corps, ou pour des problèmes de sommeil, etc.

Aussi pour obtenir les meilleurs effets des élixirs floraux du Dr Bach, il est important de clarifier et cibler le **vécu émotionnel spécifique de la personne**. Une problématique de « mauvaise image de soi » peut être due à des peurs de mal faire, à une difficulté de positionnement dans la relation aux autres (timidité, réserve) ou encore à un manque de confiance en ses aptitudes, etc.

Prendre ce temps d'échanges et de clarification aide la personne à s'approprier sa difficulté, à en comprendre les rouages. Cela contribuera à un choix assuré des fleurs adaptées à ce qu'elle vit.

La méthode Bach propose une réponse spécifique à chaque problématique émotionnelle afin de garantir le cheminement le plus positif possible de la personne.

Ainsi nous ne pouvons qu'inciter celles et ceux qui souhaitent utiliser les fleurs de manière optimale, à les utiliser en prenant soin de la dynamique originale que voulait le Dr Bach : aider chacun à s'approprier son individualité.

Séverine Nicollet

Conseillère & Formatrice agréée en fleurs de Bach

<https://www.severine-nicollet.com>

Jun 2024