

Wie finde ich die passenden Essenzen (Bachblüten) ?

Finden der passenden Essenz (Bachblüte) durch Fremdhilfe:

Eine Möglichkeit ist, einen Arzt, Heilpraktiker oder Blütenberater aufzusuchen. Der Berater wird nun versuchen, seelische Grundthemen zu erkennen, die bestimmte Verhaltensmuster auslösen: wiederkehrende Situationen und Probleme, auffallende Eigenschaften, Denkmuster und Verhaltensweisen sowie „Lebensaufgaben“. Je nach Kenntnisstand des Ausbilders und seiner bevorzugten Methoden kommen auch Methoden wie Kinesiologie, Pendeln usw. zum Einsatz. Körperliche Symptome werden in der Regel erst in zweiter Linie zur Ermittlung herangezogen, da bei der Arbeit mit Bachblüten die seelische Situation und die Lebenssituation des Menschen an erster Stelle steht. Der Bachblütenberater wird die geeignete Mischung ermitteln und in nachfolgenden Sitzungen Veränderungen ermitteln und gegebenenfalls die Mischung dann der neuen Situation anpassen.

Finden der passenden Essenz (Bachblüte) durch Eigenhilfe:

Von den meisten Hilfesuchenden werden Essenzen - Bachblüten durch Selbsthilfe angewandt. Hierbei haben sich viele Methoden als erfolgreich bewährt. Welche Vorgehensweise die Richtige ist, ist für jeden Hilfesuchenden individuell verschieden. Eines ist dabei wichtig zu wissen: Eine nicht passende Essenz – Bachblüte kann niemals schaden – der Körper nimmt die Schwingungen dieser Essenz nicht an! Dabei wird empfohlen, maximal sechs Essenzen gleichzeitig zu nehmen. Nach etwa einer Woche sollte man die Selbsthilfe wiederholen und wird dann oft eine neue, dann benötigte Mischung herausfinden. So unterschiedlich die Methoden auch sind, allen gemeinsam ist, dass sie nur in ruhiger entspannter Umgebung funktionieren.

→ „Die Essenz findet mich Methode“

Man legt oder stellt die Essenzen-Fläschchen mit von sich abgewandten Etiketten hin und lässt den Blick darüber schweifen. An einigen Fläschchen wird der Blick unwillkürlich hängen bleiben. Man fühlt sich dazu hingezogen. Dies sind die richtigen Essenzen.

→ „Die geschlossene Augen Methode“

Man legt oder stellt die Essenzen-Fläschchen hin, schließt die Augen und fährt mit den Händen über die Fläschchen, ohne sie zu berühren. Ein leichtes Kribbeln, ein Wärmegefühl oder ein spontaner Impuls in den Fingern, innezuhalten, weisen zu den richtigen Essenzen.

→ „Die Pflanzenbild Methode“

Man legt Bilder oder Devas aller Essenzen vor sich hin und lässt den Blick über die Bilder schweifen. An einigen Bildern wird das Auge unwillkürlich hängen bleiben. Man fühlt sich dazu hingezogen. Dies sind die richtigen Essenzen. (Diese Methode funktioniert auch mit geschlossenen Augen)

→ „Die Pendel Methode“

Voraussetzung dafür ist Erfahrung im Umgang mit dem Pendeln. Ohne Erfahrung damit sollte man zunächst das Pendeln erlernen. Man hält dabei das Pendel über die einzelnen Fläschchen und konzentriert sich auf die Frage: „Brauche ich diese Essenz?“. Bejaht das Pendel die Frage, ist die betreffende Essenz die Richtige.

→ „Die Fragebogenmethode“

Man füllt einen entsprechenden Fragebogen (auch online verfügbar) aus, der seelische Zustände und Lebenssituationen abfragt. Das Ergebnis ist die angemessene Mischung.

→ „Die Beschreibungsliste Methode“

Man geht eine Aufzählung von seelischen Zuständen und Lebenssituationen durch und wählt entsprechend die passenden Essenzen aus. Brauchbare Listen finden sich in zahlreichen Büchern und im Internet.

→ „Die Kinesiologie Methode“

Ein entsprechender Kenntnisstand in kinesiologischen Verfahren ist Voraussetzung zur erfolgreichen Nutzung dieser Methode. Unter Zuhilfenahme einer zweiten Person werden dabei Muskeltests ausgeführt. Man stellt sich dazu aufrecht hin und streckt einen Arm aus. In die andere Hand nimmt man nun ein Essenzen-Fläschchen. Die zweite Person versucht nun den ausgestreckten Arm herunterzudrücken. Ist die in der Hand sich befindende Essenz richtig, wird deren Energie den Arm stärken und das Herunterdrücken des gestreckten Armes verhindern. Dies ist dann die richtige Essenz. Durch Abfragen lässt sich mit der Hilfe der Kinesiologie auch ermitteln, wie viel von der Essenz genommen werden sollte und wie lange die Essenz genommen werden sollte.