

5 Fleurs de Bach en période de deuil

Le deuil provoque en nous une multitude d'émotions et nous bouleverse au plus profond de notre être. Les fleurs de Bach, alliés précieux dans une démarche holistique du bien-être émotionnel, peuvent être utiles pour nous aider à traverser ce douloureux moment apaisant l'esprit, les émotions et le corps.

1 Etoile de Bethlehem

Cette fleur blanche aux six pétales symétriques symbolise l'apaisement, le réconfort ou encore la consolation. Elle permet de venir nous apporter une aide et un soutien lorsque nous sommes en deuil et que nous faisons face à un choc émotionnel. Dans le cas d'une grande détresse, cette fleur va nous permettre de nous recentrer, de retrouver le calme, l'équilibre, d'accepter le réconfort et la consolation des autres et de surmonter cette épreuve difficile.

2 Le Saule

Cette fleur est particulièrement utilisée lorsque les personnes ressentent une colère et une profonde injustice après le départ d'un être cher. Cette fleur de Bach vous guidera vers un état de paix, d'acceptation et vous permettra ainsi de mieux gérer votre chagrin.

3 Châtaigner doux

Cette fleur de Bach est particulièrement utilisée pour les moments de désespoir intense. Cette fleur de Bach vous guidera vers la lumière dans les moments les plus sombre.

4 Chèvrefeuille

Cette fleur de Bach soutient les personnes ayant du mal à laisser le passé derrière eux.

5 Chêne

Cette fleur de Bach est utilisée pour les personnes ayant du mal à exprimer leur douleur. Le chêne vous permettra de vous laisser transporter par vos émotions et laissera place à la vulnérabilité qu'il est nécessaire d'accueillir en ces moments.

Utilisation : Si vous prenez 1 seule fleur : 2 gouttes, 4 fois par jour au minimum, réparties dans la journée. À prendre pures en bouche, ou dans un verre d'eau.

Si vous prenez plusieurs fleurs (entre 2 et 7) dans un contenant adapté : 4 gouttes du mélange, 4 fois par jour au minimum, réparties dans la journée. À prendre pures en bouche, ou dans un verre d'eau.

Durée d'utilisation : vous pouvez avoir recours aux fleurs de Bach jusqu'à amélioration. Si votre désarroi émotionnel demeure présent, il est conseillé de prendre les fleurs au moins 3 à 4 semaines pour un traitement de fond.