

## Bachblüten - Helfer in Krisenzeiten



Wer gerade einen ihm nahe stehenden Menschen oder einen geliebten Vierbeiner verloren hat oder mit dem möglichen nahen Tod eines Gefährten konfrontiert wird, weiss, dass eine solche Phase im Leben immer viel Kraft und Energie kostet. Gerade wenn es um ein Tier geht, kommt zum Schmerz des Verlustes noch das Unverständnis der Umwelt hinzu. Viele Menschen fühlen sich in diesem Schmerz alleingelassen oder nicht verstanden. Hier können Bachblüten eine grosse Hilfe darstellen.

### Geschichte und Wirkungsweise

Die Bachblüten-Therapie geht auf den englischen Arzt Dr. Edward Bach zurück, der Anfangs letzten Jahrhunderts 38 Blüten entdeckte, die Menschen und Tieren in allen Lebenslagen als Helfer zur Seite stehen kön-

nen. Jeder dieser Blüten ordnet er einen Seelenzustand zu. Diese Seelenzustände, die jeder Mensch in sich trägt, beschreiben positive Eigenschaften wie Mut, Liebe und Vertrauen. Im Verlauf des Lebens kann der Zugang zu diesen Eigenschaften verschüttet werden und es entsteht ein Ungleichgewicht, welches sich in Gefühlen wie Angst, Wut, Eifersucht, Minderwertigkeitsgefühlen oder sogar Verzweiflung äussern kann. Die Bachblüten sind in Notzeiten treue Begleiter, sie helfen uns, den Schlüssel zu den verschütteten Eigenschaften wieder zu finden und dadurch auf jene Kraft zugreifen zu können, die in uns schlummert und uns den Weg auch aus schwierigen Situationen zeigt.

### Hilfe durch Bachblüten

Sei es nach dem Tod eines Tieres oder in der Zeit davor: jede ernstzunehmende Arbeit mit Bachblüten führt über ein persönliches Gespräch. Nicht jeder Mensch reagiert auf den Verlust eines Tieres auf die gleiche Weise, die Trauer drückt sich auf unterschiedlichste Arten aus. Jeder Mensch hat eine eigene Persönlichkeit, auf die es einzugehen gilt, wenn die Bachblüten ihre heilsame Kraft entfalten sollen. Im Verlauf des

Gesprächs wollen wir gemeinsam herausfinden, warum wir auf unsere Weise auf den Verlust des Gefährten reagieren und welche Blüte uns in unserem Trauerprozess hilfreich zur Seite stehen kann. Es geht nicht darum, die Trauer zu verdrängen, damit man schnell wieder „normal“ funktionieren kann, sondern den Verlust so zu verarbeiten und ohne Schmerzen zurück schauen kann.

### Über mich und mein Angebot

Ich schliesse im Juni 2006 die Ausbildung zur Bachblüten-Therapeutin an der Naturheilschule Bern ab. Als Tierfreundin und stolze Besitzerin eines Kaninchens biete ich Ihnen meine Hilfe an, wenn Sie sich mit dem Tod Ihres Tieres auseinandersetzen müssen oder sich mit anderen Sorgen und Nöten herum-schlagen.

Die Bachblüten sind ein Geschenk der Pflanzenwelt an uns Menschen und Tiere, ich bin dankbar, wenn ich dieses Geschenk an Sie weitergeben kann.

### Ein Gedanke zum Schluss

Wenn Sie von der Schönheit einer Blüte, eines Tieres oder eines Sonnenunterganges ergriffen werden, denken Sie daran, dass diese Schönheit auch in Ihnen schlummert. Denn Sie können im Aussen nur das erkennen, was Sie im tiefsten Wesen Ihrer Seele in sich tragen.

### Lichtblüten

Réjeanne Zbinden  
Burgunderstrasse 8  
4051 Basel

Tel. 061 271 65 62

Email: rezbinden@solnet.ch



Ich habe ein offenes Ohr für Ihre Sorgen und Nöte und unterstütze Sie mit Bachblüten bei:

- Trauer und Abschiedsschmerz
- Beziehungs- und Familienproblemen
- Problemen mit Ihren Tieren
- Stress und Überlastung
- Schlaflosigkeit
- etc.

Gerne gebe ich Ihnen näher Auskunft.

Tel. 061 271 65 62