

Ako užívať Bachove esencie

Úvod : Ako užívať Bachove esencie

Bachove kvety sa užívajú jednotlivo alebo si môžete zostaviť osobnú kombináciu kvetov, ktorá presne zodpovedá vašej momentálnej emocionálnej situácii.

Pohár s vodou:

Dve kvapky vybranej esencie (alebo viacerých esencií) sa kvapnú do pohára s vodou a pomaly popíjajte. Opakujte počas dňa podľa potreby.

Zmes:

Vyberte si maximálne sedem esencií. Z každej zvolenej esencie kvapnite dve kvapky do 30 ml fľaštičky. (originál mixovacia fľaštička v našej ponuke). Túto fľaštičku naplňte neperlivou minerálkou a trochou alkoholu (použite alkohol, ktorý bežne dostanete v potravinách) pre konzerváciu. Z takto pripravenej zmesi užívajte najmenej 4 kvapky 4 x denne.

Pozn. Alkohol nie je nutné použiť. Pridáva sa len pre konzerváciu. Pokiaľ budete fľaštičku uchovávať v chladničke, alkohol nemusíte pridávať.

Kvapky užívajte do ustúpenia problémov podľa potreby. Takto namiešaná užívacia fľaštička vám vydrží približne 2-3 týždne.

Priame užívanie: Kvapnite dve kvapky vybranej esencie pod jazyk priamo z fľaštičky. Opakujte podľa potreby.

Externé použitie: Potrite si niekoľkými kvapkami spánky alebo pulzné body.

Užívanie Rescue Remedy: Z Rescue Remedy sa užívajú 4 kvapky do pohára s vodou alebo pod jazyk. Voda sa popíja až do ustúpenia problémov podľa potreby. V prípade, že orálne užitie nie je možné, kvapky sa môžu natrieť na spánky, zápästia a iné pulzné body.

Upozornenie: Všetky Bachove esencie (okrem Rescue Night a Rescue Kids) sú konzervované 27% alkoholom. Po zriedení esencií v pohári s vodou je množstvo alkoholu veľmi malé. Napriek tomu môžu byť Bachove esencie nevhodné pre ľudí, ktorí nesmú užívať alkohol. Pri akýchkoľvek pochybnostiach odporúčame poradiť sa s vaším lekárom.


Kedy sa dostaví účinok ?

Účinok vždy závisí od konkrétnej osoby a jej emocionálnych stavov. Ak je emocionálny stav hlboko zakorenený a potlačený, môže trvať aj niekoľko týždňov, kým pocítite účinok. Naopak, keď sa cítite unavený z celého dňa a dáte si Olivu, posilňujúci účinok pocítite okamžite. Podobne rýchlo môže vaše náhle stavy smútku rozptýliť Mustard. Ak však ani po dvoch týždňoch nebudete pociťovať zmenu, je možné, že ste prehliadli niektorý aspekt vašich problémov a mali by ste prehodnotiť výber esencií alebo prípadne pridať ešte niektorú. Bachove kvety pôsobia veľmi jemne a je možné, že účinok si na vás skôr všimne nestranná osoba z medzi vašich známych ako vy sami. Zlepšovanie prichádza jemným a prirodzeným tempom, tak aby sa mu osobnosť ľahko prispôsobila. Môže sa stať, že niekoľkotýždňovej liečbe sa ešte objavia ďalšie prejavy vašej osobnosti, ktoré budú potrebovať liečiť.

Ako dlho môžem Bachove esencie užívať?

Bachove kvety môžete užívať neobmedzene podľa potreby. Nemajú vedľajšie účinky a nie sú návykové. Môžu sa užívať s akoukoľvek inou liečbou či liekmi.

Kto môže Bachove kvapky užívať ?

Bachove kvapky môže užívať ktokoľvek bez rozdielu veku, kto pociťuje potrebu vytvorenia vnútornej rovnováhy a odstránenia negatívnych emócií. Bachova kvetová terapia je bezpečná aj pre tehotné **ŽENY** , matky po pôrode, novorodencov a počas celého detstva. Rovnako dobre pomáha dospelým, seniorom, zvieratám, či rastlinám.

Čo sa stane, ak si vyberiem nesprávnu esenciu ?

Nič. Síce vám nepomôže, ale ani neuškodí. Nesprávna esencia jednoducho nebude mať žiadny účinok.

Môžem do zmesi Bachových esencií pridať aj Rescue Remedy ?

Áno. Rescue Remedy môže byť súčasťou namiešanej zmesi Bachových esencií. Z Rescue Remedy sa vždy dávajú 4 kvapky.

Je lepšie užívať kvapky z namiešanej zmesi alebo ich kvapkať priamo do vody ?

Účinok je v oboch prípadoch rovnaký. Namiešaná zmes sa pripravuje vtedy, ak chcete kvapky užívať dlhodobejšie. Pokiaľ máte len dočasné negatívne stavy a nálady, tak stačí keď si zvolené esencie nakvapkáte niekoľkokrát počas dňa do pohára s vodou.