



Nur Arboy ile Bach Çiçekleri ve Kullanım Alanları

Duygusal Dengenin Anahtarı

Doğanın şifalı gücüyle duygusal iyileşmeye giden yolculuk.

Nur Arboy
Homeopathy • Bioresonance • Hypnotherapy

www.nurarboy.com
Instagram: @nurarboy



TARİHÇE

Dr. Edward Bach ve Felsefesi

Dr. Edward Bach (1886–1936), İngiliz bir hekim ve homeopat olup, bedensel hastalıkların kökeninin duygusal dengesizlikte yattığına inanıyordu. 1930'larda İngiltere kırlarında araştırma yaparak 38 farklı çiçekten elde ettiği şifalı özleri keşfetti.

Bach'a göre her olumsuz duygu, belirli bir çiçeğin titreşimsel enerjisiyle dengelenebilirdi. Felsefesinin temeli şuydu: "Hastalığı değil, insanı iyileştir."

Bach Çiçekleri Nasıl Çalışır?

Çiçek özleri, kimyasal bir etki yaratmak yerine **titreşimsel rezonans** aracılığıyla duygusal bedeni etkiler.



Çiçekten Öze

Çiçekler güneş ışığı veya kaynatma yöntemiyle saf suya aktarılır; titreşimsel izleri suya geçer.



Öz Bedenle Buluşur

Alınan özler, beden enerjisi ile etkileşime girerek tıkanan duygusal kalıpları çözmeye başlar.



Denge Yeniden Kurulur

Olumsuz duygular yumuşar, içsel huzur ve duygusal netlik yeniden ortaya çıkar.

i Bach Çiçekleri dünya genelinde milyonlarca kişi tarafından tamamlayıcı bir yöntem olarak kullanılmaktadır.

38 Çiçeğin Temel

Kategorileri

Bach, 38 çiçeği yedi ana duygusal kategori altında gruplandırdı. Her kategori, farklı bilinç durumunu ele alır.

Korku

Mimulus, Aspen, Rock Rose gibi özler; bilinen ve bilinmeyen korkularla başa çıkmaya yardımcı olur.

Belirsizlik

Cerato, Scleranthus, Wild Oat; kararsızlık ve yönünü bulmada güçlük çekenlere destek olur.

Yalnızlık

Water Violet, Impatiens, Heather; sosyal çekilme veya aşırı sosyal ihtiyaç durumlarını dengeler.

Aşırı Hassasiyet

Agrimony, Centaury, Walnut gibi özler; dış etkilerden aşırı etkilenme durumlarını ele alır.



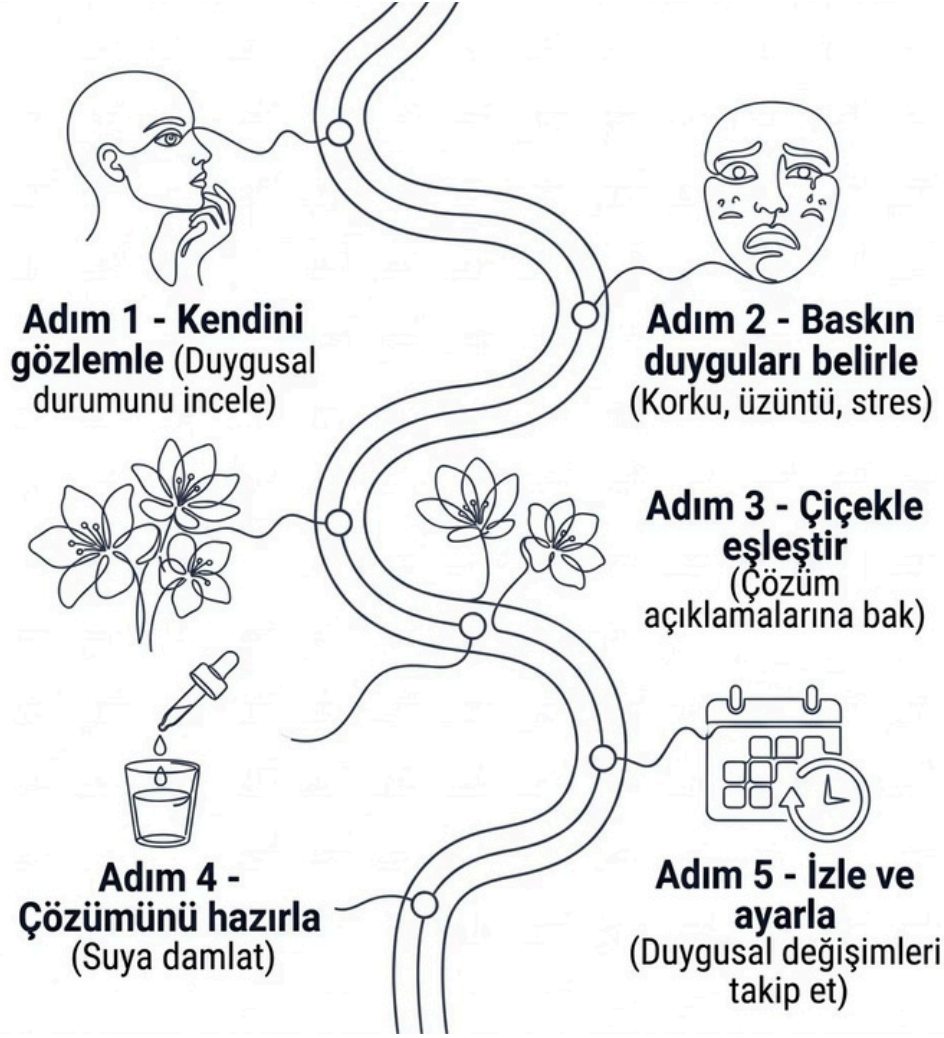
REHBER

Doğru Çiçeği Seçmek

Bach Çiçeği seçimi, derin bir öz-gözlem süreci gerektirir. Amaç, semptomları değil; altında yatan duygusal durumu anlamaktır.

- Fiziksel değil, duygusal belirtilere odaklanın
- Aynı anda en fazla 6-7 çiçek kombinasyonu önerilir
- Bir pratisyen veya uygulayıcıdan destek alınabilir

En iyi sonuçlar için içinde bulunduğunuz ana odaklanın; geçmiş ya da gelecek endişelerinden değil, şu an hissettiklerinizden yola çıkın.



Yaygın Kullanım Alanları

Bach Çiçekleri; stres, anksiyete, korku ve üzüntü gibi gündelik duygusal zorluklarla başa çıkmada en sık başvurulan doğal yöntemler arasındadır.

Stres ve Tükenmişlik

Elm ve Oak özleri; aşırı sorumluluk hissi ve kronik yorgunlukla boğuşanlara destek sağlar.

Anksiyete ve Endişe

White Chestnut ve Aspen; zihinsel tekrar döngüleri ve belirsizlik kaynaklı kaygıyı hafifletir.

Derin Üzüntü ve Kayıp

Star of Bethlehem ve Mustard; ani şok sonrası üzüntü ile nedensiz melankoliye yardımcı olur.

Acil Müdahale

Rescue Remedy (5'li kombinasyon); kriz anlarında hızlı sakinleşme için en bilinen formüldür.



ÖZEL KULLANIM

Çocuklar ve Evcil Hayvanlar

Bach Çiçekleri, alkol içermeyen seyreltilmiş formlarıyla çocuklara ve hayvanlara da güvenle uygulanabilir.

Çocuklarda Kullanım

- Okul korkusu, uyku sorunları ve sinirlilik için etkili
- Mimulus ve Chicory en sık kullanılan özler arasındadır

Evcil Hayvanlarda Kullanım

- Ayrılık kaygısı, veteriner korkusu ve agresiflik için
- Su kabına birkaç damla ekleyerek uygulanır



Pratik Uygulamalar ve Dozaj

Bach Çiçekleri;damlaşişeleri,kremlervespreyformlarıgibifarklıformatlardakullanılabilir.



Stok Şişe Kullanımı

Stok şişeden 2 damla, bir bardak suya eklenerek gün içinde yudumlanır. Akut durumlarda doğrudan dile de alınabilir.



Kişisel Karışım Şişesi

30 ml boş bir şişeye 30 ml kaynak suyu ve seçilen özlerden 2'şer damla eklenir. Günde 4 kez, 4 damla alınır.



Krem ve Losyon

Cilt üzerinden uygulanan formlar, özellikle Rescue Cream biçiminde; kaşıntı, stres kaynaklı cilt reaksiyonları için tercih edilir.

- ✓ Düzenli kullanımda en az 4-6 haftalık bir süre önerilir. Derin duygusal örüntüler için uzman desteği alınması tavsiye edilir.



Gerçek Hayattan Dönüşüm Hikayeleri

“

"Yıllarca süren sınav kaygısından sonra Mimulus ve Larch kombinasyonu hayatımı değiştirdi. Artık kendime güveniyorum."

— Ayşe, 24 yaşında öğrenci

“

"Annem vefat ettikten sonra Star of Bethlehem kullandım. Acım geçmedi ama onu taşıyabilecek gücü buldum."

— Mehmet, 38 yaşında öğretmen

”

”

“

"Köpeğim her fırtınada paniklerdi. Rescue Remedy'den sonra o korkuyu büyük ölçüde atlattı."

— Selin, evcil hayvan sahibi

”

Duygusal İyi Oluşu Giden Yolculuk

Bach Çiçekleri, bir tedavi değil; kendinizle daha derin bir bağ kurma davetiyesidir. Her çiçek, içinizdeki bir soruya nazikçe cevap verir.



Başlamak için

Kendinizi nasıl hissettiklerinizi bir deftere yazın ve en baskın 2-3 duyguyu belirleyin.



Daha Fazla Öğren

Bach Centre'ın resmi kaynakları ve sertifikalı uygulayıcılar aracılığıyla daha derinleşebilirsiniz.



Sorularınız?

Deneyimlerinizi, merak ettiklerinizi ve kişisel hikayelerinizi paylaşmaya davet ediliyorsunuz.



Duygusal iyileşme doğrusal bir süreç değildir. Sabır, öz-şefkat ve merak en güçlü şifa araçlarınızdır.