



HERLINDE HAFNER

Bach Flowers

"2009'dan beri Türkiye'de bu işin tek temsilcisi olarak Bach Flowers Terapisi uyguluyorum."



Bitki özlerinin iyileştirici etkisini savunan Bach Flowers Terapi yöntemini tanıtır mısınız?

İngiliz doktor, araştırmacı ve bakteriyolog Edward Bach'ın 1930'da yarattığı ve kendi adını verdiği Bach Flowers Terapisi, yabancı bitki-ağaçların çiçeklerinden üretilen ve her biri farklı bir duygu durumu için kullanılan karışımlardan oluşan bir marka. Artık hepimizin fark edip kabul ettiği üzere, günümüzde duygu ve düşüncelerimiz hızlı bir biçimde değişime uğruyor ve iç dengemizi bulmak gün geçtikçe zorlaşıyor. Oysa tüm bunların temelinde doğadan uzaklaşmamız var. Çareyi de yine doğanın ta kendisi sunuyor. 2009'dan beri Türkiye'de bu işin tek temsilcisi olarak Bach Flowers Terapisi uyguluyorum.

Yaklaşım nasıl geliştirilmiş?

Bach, insanda 38 temel olumsuz duygu durumu-davranış örneği saptamış ve bunları çiçek özleriyle eşleştirmiş. Bach Flowers'ın ana tentürü hazırlanırken Bach'ın yöntemine sadık kalınıyor ve bitkiler onun belirlediği bölgelerden toplanıyor.

Bach Flowers hangi durumlarda başvurulacak bir terapi türü?

Ümitsizlik, depresyon, korku,

panik atak vb. durumlarında kullanılıyor. Avrupa ve Amerika'da bilinen bir yöntem, eczane ve danışmanlık yetkisi olan dükkânlarda satılıyor. Avusturya'da doktorlar kanser, felç gibi hastalıklarla mücadele eden hastaların duygusal durumlarını dengeleyebilmek için tamamlayıcı tedavi olarak öneriyor. Hiçbir yan etkisi yok ve katkı maddesi bulundurmuyor. Hamilelik ve menopozun yanı sıra stresli iş hayatı, aile içi sorunlar gibi durumlarda da hayata yeni bir açıdan bakılmasını sağlıyor.

Etkisini ne kadar süre sonra gösteriyor?



İç dengemizi bulmak gün geçtikçe zorlaşıyor. Oysa tüm bunların temelinde doğadan uzaklaşmamız var. Çareyi de yine doğanın ta kendisi sunuyor.

İlk kullandığınız günden itibaren hissedersiniz ama en az dört hafta düzenli kullanılması gerekiyor. Çiçek özlerinden oluşan karışım, dil üzerine günde dört defa dört damla şeklinde uygulanıyor.

En yaygın ürününüz hangisi?

'Rescue'. Ani duygusal tepkiler yaratan

durumlar, ölüm, ayrılık gibi şoklar ve panik atak gibi durumlarda anında etki gösteren özel bir karışım.

Bach Flowers

Mumhane Caddesi Atilla İşhanı
6/3, Karaköy. (0533) 662 97
78/bachflowersinturkey.com

