

Introdução à Terapia Floral de Bach

 Cursoslivres



O Método da Terapia Floral, uma prática milenar, tem ganhado destaque nos dias atuais. Essa técnica utiliza essências florais diluídas em água para promover o equilíbrio emocional e psicológico dos indivíduos. A história remonta a épocas antigas, com povos como os Egípcios, Africanos e Malaios já fazendo uso dessas essências para tratar questões emocionais. Da mesma forma, os aborígenes australianos consumiam flores inteiras para tratar problemas físicos.

No entanto, após um período de esquecimento, a terapia floral ressurgiu no final do século XIX graças ao Dr. Edward Bach. Ele dedicou-se a essa arte após ser diagnosticado com uma doença incurável e alcançou resultados surpreendentes. Desde então, essa técnica ficou conhecida como "Florais de Bach".

As essências florais atuam diretamente no estado emocional e psicológico, eliminando e controlando medos, inseguranças, fobias, negativismo e outras questões. A terapia estimula uma nova perspectiva sobre a vida, intensificando sentimentos positivos. A Organização Mundial de Saúde reconheceu a terapia floral de Bach na década de 70.

Cada flor possui uma vibração única que interfere no organismo, proporcionando efeitos eficazes. Um profissional deve ser consultado para indicar a flor adequada a cada problema. Atualmente, as essências florais podem ser adquiridas em farmácias, ervanários ou dietéticas.

A terapia floral é considerada uma medicina alternativa que pode ser complementar à medicina convencional. As essências florais correspondem aos sentimentos humanos, e a nobreza dessa técnica está na simplicidade das flores como recurso terapêutico. É relevante lembrar que a consulta a um médico também é importante.

Os Florais de Bach são indicados para diversas questões, como estresse, ansiedade, vícios, depressão, ciúme, indecisão, raiva, pânico, obesidade, problemas sexuais, insônia, entre outros. Eles representam uma nova alma para a Terapia Floral,

oferecendo uma abordagem valiosa para a vida que muitos procuravam e ainda não tinham encontrado.

