



S'adapter au confinement

Si vous avez du mal à vous adapter à cette période si particulière, je peux vous conseiller plusieurs fleurs de Bach selon votre problématique.

Walnut : Fleur de l'adaptation au changement et qui a aussi le mérite de nous éviter d'être des éponges (des news TV, de l'humeur et de peurs des autres...). Un moyen simple de conserver sa sérénité et son bien être intérieur.

Cherry Plum : Fleur de Calme intérieur. On le voit bien, c'est le moment où jamais de rester Zen ! Pour ne pas péter un plomb cette fleur est fabuleuse. Que ce soit face aux devoirs des enfants, où vous n'êtes pas professeur...enfin pas tous ☺, à la surcharge liée au fait de tout avoir à gérer et d'avoir du mal à s'isoler un petit peu.

Beech : Fleur de la tolérance. Le fait de vivre 24h/24h avec les mêmes personnes peut nous faire réagir à leurs petites manies ou « travers », quand certains deviennent hyper actifs ou au contraire font de la procrastination le guide de leurs journées, il est parfois difficile de ne pas passer à la critique et de déclencher les conflits.

Beech vous amènera cette tolérance qui est l'essence de l'amour.

Rock Rose : Fleur de la terreur aigue. Pour ceux qui sont en panique complète à l'idée d'avoir à aller faire des courses à l'extérieur, qui se noient dans toutes les recommandations et ont peur de faire des erreurs.

Crab Apple : Fleur de la purification. Pour ceux qui malade ou non ont l'impression d'être sales du fait du virus, ou qui vont se laver les mains ou nettoyer leur maison de manière abusive...Bien évidemment se laver les mains régulièrement est recommandé mais pas toutes les 10 minutes quand vous êtes chez vous...

Bien entendu, plein d'autres émotions peuvent survenir. Nous réagissons tous de manières très différentes. Il existe des fleurs ou une combinaison qui pourra convenir à chacun. Si dans les exemples ci-dessus vous ne vous retrouvez pas à 100%, sachez que vous pouvez prendre rendez-vous. Nous pourrions échanger ensemble via Messenger ou WhatsApp afin que je vous conseille au mieux !

