

**В России набирает силу необычный метод предупреждения болезней – при помощи особых цветочных настоев. В чем его преимущество?**

# Фиалка от одиночества

Рассказывает генеральный директор ООО «Центр цветочной терапии «Баха» в столице **Лариса Райкова**.

**– Как при помощи цветов можно защитить себя от недугов?**

– Наши болезни не появляются ниоткуда, причиной тех или иных телесных недугов являются болезни души. Негативные эмоции разрушают нас изнутри, а внутренняя дисгармония приводит к физическому недомоганию. Сегодня уже доказано, что самые распространенные хронические болезни – та же язва, гастрит, гипертония неразрывно связаны с эмоциональным состоянием человека.

У каждого недуга есть «свои» черты характера. Например, любой гастроэнтеролог скажет, что язвенники – это, как правило, ворчливые и придирчивые личности, которые с подозрением относятся ко всем и вся. Гипертоники слишком беспокойны и суетливы, а астматики любят все держать под контролем. Конечно, заболевание не всегда можно свести к той или иной черте характера, но роль негативных эмоций очевидна.

Более того, опасны даже не единичные приступы гнева, злости или разочарования. Гораздо больший урон нашему здоровью наносит накопление отрицательных эмоций или сильные эмоциональные стрессы.

Постоянный негативный прессинг вызывает стресс у организма. Импульсы, посылаемые мозгом в ответ на него, разрушают иммунную систему, которая уже не в силах противостоять недугам. И болезни берут верх.

Поэтому, чтобы быть здоровым, нужно избавиться от негативных эмоций, которые есть у каждого из нас. И один из наиболее простых и в то же время действенных способов – это применение цветочных эссенций.

Еще в двадцатом веке в Англии доктором Бахом была создана уникальная гомеопатическая система, которая впоследствии получила название «Цветы

Баха». Но к нам она пришла совсем недавно.

Цветочная система состоит из 38 различных цветочных средств. Каждое из них соответствует определенной эмоции или состоянию человека. Дополняет систему – Рескью Ремеди – средство скорой помощи.

Каждый из «Цветов Баха» имеет своё лечебное свойство.

Например, Бук помогает справиться с нетерпимостью и критическим отношением к окружающим. Жимолость хороша в борьбе с тоской и ностальгией. От зависти и ревности избавляет Падуб, от раздражительности – Недотрога.

**– Допустим, зависть или злоба, действительно, разрушают человека. Но одиночество может сослужить и добрую службу, например, создание литературного произведения невозможно без уединения. Почему же от него нужно избавляться?**

– Уединение и одиночество это разные понятия. Временное уединение бывает необходимо, а одиночество для многих – мука.

Или другой пример – «страх» Экстремал испытывает желанное и радостное наслаждение, мчась на горных лыжах или ныряя в глубину. Для другого страх, например, полётов на самолете – существенная проблема, которая мешает в жизни.

Представьте, что организм – это лодка, а эмоции – пассажиры. Если лодка переполняется негативными эмоциями, то движется с трудом, а от перегруза может и вообще пойти ко дну. Как только негативные эмоции начинают покидать нас, лодка вновь набирает ход и всё легче и легче скользит по воде.



Цветочная методика доктора Баха помогает справиться со многими препятствиями, мешающими нам. При чем каждый человек самостоятельно может подобрать необходимые ему средства. Доктор Бах позаботился об этом, он сделал описание каждого из средств.

**– Я смотрю на эту таблицу и с ходу могу назвать сразу несколько, подходящих мне. Как разобраться, какое из них мне, действительно, нужно и сколько одновременно можно принимать?**

– Ориентир – это ваше настоящее. От каких ощущений, состояний или комплексов вы готовы избавиться? Может быть, мешает неуверенность или лень? Или испытываете душевную боль, обиду? А может быть, вы взвалили на себя сложную работу, не рассчитали свои силы, и чувствуете, что сдают нервы? Безусловно, одно цветочное средство не сможет разрешить сразу все проблемы.

**– Получается, что я могу без консультации врача сама подобрать себе лечение?**

– Метод абсолютно натурален и безопасен и в консультации врача необ-

ходимости нет. Медицинские знания здесь не требуются.

Руководствоваться следует только собственными чувствами и описанием средств самого доктора Баха. Ведь мы сейчас говорим не о лечении, а об улучшении качества жизни.

Справедливо ради, надо сказать, что «Цветы Баха» достаточно широко используются в медицине. За рубежом цветочные эссенции уже давно успешно применяют врачи разных специальностей как дополнительный терапевтический метод.

С методикой познакомились и врачи отечественных клиник. Например, было изучено применение цветочного метода на пациентах с психовегетативным синдромом. Прием индивидуальных подобранных препаратов в течение месяца приводил к стойкому улучшению состояния.

**– Хорошо, оставим в стороне лечение. Но с профилактикой тоже не все так просто, так как каждое растение имеет свои особенности. Например, та же горечавка, которая по вашей методике помогает от уныния и сомнений, содержит глюкозу, поэтому должна с осторожностью применяться при диабете. Она же повышает аппетит, следовательно, нежелательна при лишнем весе. Да и просто индивидуальная непереносимость, которую может вызвать то**

**или иное растение. Где гарантия, что человек, самостоятельно подобрал средство, не навредит себе?**

– Сама технология производства цветочных эссенций Баха защищает от побочных эффектов. Гомеопатическую матричную настойку готовят, используя нежные соцветия, собранные вручную в экологически чистых районах и родниковой воде. Затем, на фармацевтической фабрике, из них готовится конечный продукт, путём разбавления и смешивания с 27% виноградным бренди. Алкоголь не является активным ингредиентом, а служит консервантом для длительной сохранности лекарств. Технологии производства цветочных эссенций соответствуют международным стандартам, а методики занесены в Британскую гомеопатическую фармакопею.

**– А насколько этот метод эффективен? Может все дело – лишь в настрое пациента, так называемом синдроме плацебо – помогает тем, кто верит?**

– Эффект плацебо встречается часто, однако в случае с цветочной методикой таковых немного. Согласно наблюдениям, эти средства помогали не только взрослым людям, но и детям и даже животным. А их, как известно, невозможно «угovorить» или «убедить».

**– Все-таки эмоции человека – это настолько тонкая и сложная материя, как возможно воздействовать на них при помощи цветочных настоев? Думаю, что более понятен принцип действия химических, искусственно созданных препаратов. А вот то, что дала нам природа – мы так до конца, увы, еще и не узнали. Традиционная медицина существует много веков, но ее секрет так нами и не разгадан. И мы не в состоянии до конца объяснить механизм действия растений на организм человека.**

– Лечение травами практикуется много тысяч лет. Рецепты целебных снадобий из трав использовали во все времена и передавались из поколений в поколения. Если бы они не помогли, о них давно бы уже забыли, и мы не знали бы имён великих целителей. А если говорить о химических созданных, искусственных препаратах, то можно отметить то, что на смену одним очень часто приходят другие.

Цветочному методу Баха уже без малого 100 лет. У этой терапии много приверженцев, в частности, среди них даже члены королевской семьи Великобритании. Мы больше опираемся на опыт наблюдений и результаты практического применения. Результаты говорят сами за себя.

**– А бывают случаи, когда цветочные настои не помогают?**

– Крайне редко. Но тому есть несколько причин. Первая – это неправильный подбор препарата. При точном попадании эффект начинает проявляться уже через несколько дней, а заметное улучшение наступает через 2-3 недели. Для закрепления результата нужно не меньше месяца.

Вторая причина – одновременное применение цветочных настоев и антидепрессантов. Эти препараты подавляют эмоции, как бы совсем выключая их. И цветочным настоям «работать» здесь не с чем.

**– Если человек сам решает, когда и какие цветочные настои ему принимать, следовательно, он определяет и когда заканчивать. На что нужно ориентироваться в этом случае?**

– Только на собственные ощущения. Вы сами почувствуете, что средства свое «дело» сделали и больше не нужны. Привыкания к цветочным эссенциям не бывает.

Наталья ЕПИФАНОВА

## Цветы Баха – это красота, здоровье, успех

**Обида? Раздражительность? Страх? Апатия? Чувство вины?**

Каждому члену семьи поможет индивидуальный подбор из 38 чудодейственных природных эликсиров.

Рескью Ремеди – средство скорой помощи поможет в стрессовых ситуациях успокоиться и не терять самообладание (экзамен, увольнение с работы, авиаперелёт, свадьба, похороны, ожидание...)

