



Bachblüten Auswahlhilfen mittels Blütenbilder

Lass Dir etwas Zeit, um **zur Ruhe zu kommen**. Schliesse die Augen und konzentriere Dich auf die **Situation, wie sie jetzt ist**, die Dir vielleicht zu schaffen macht, lass das Problem, das Du lösen möchtest, **bildlich vor Deinem inneren Auge** entstehen. Lass die Gefühle, die Du in diesem Moment empfindest, zu.

Stelle Dir nun bewusst die Frage: **Welche Bachblüte hilft mir in dieser Situation weiter?**

Jetzt öffnest Du die Augen und merkst Dir die Blütenbilder, welche **Dich besonders ansprechen**. Wähle **höchstens fünf** Blüten aus.

