

# Information om Bachs Blomsterremedier og Bachterapeut uddannelsen



Susanne Løfgren

## Hvad kan man bruge de 38 Bachremedierne (BBR) til?

Bachremedierne bruges til sindet og til at skabe bedre balance inden for det typiske følelsesregister.

De bruges *ikke* til at helbrede fysiske eller psykiske sygdomme, men kan supplere alle andre former for behandlinger.

Vi har derfor ingen remedier til fx astma eller andre sygdomme, men de, som har en lidelse eller en sygdom, vil ofte også have følelsesmæssige ubalancer, fx angst for at tilstanden bliver værre.

Det vil være oplagt at bruge BBR til den psykiske side af personen, og andre behandlinger til den fysiske sygdom.

BBR har været i brug siden 1929 verden over, og derfor er der tusindvis af cases, der bevidner deres effekt på følelser.

For at få et godt resultat bør man være ærlig omkring, hvilke følelser, man gerne vil have hjælp til, ellers er det vanskeligt at udvælge de relevante remedier.

Det er ikke altid, at vi har lyst til at indrømme vores lidt sværere og ikke så acceptable følelser, f.eks. vrede, jalousi og viljesvaghed. Men med ærlighed får man bedst hjælp.

Alle 38 følelser, som Bachremedierne kan hjælpe på, kan opstå hos alle, også velfungerende mennesker.



## Dr. Edward Bach er manden bag dette unikke og naturlige behandlingssystem



Dr. Bach levede i England 1886-1936 og arbejdede i flere år som læge, først på offentlige hospitaler, siden som homøopat inden han fandt det, han havde ledt efter hele sit liv:

Et *naturligt* behandlingssystem, der uden at skade kan hjælpe mennesker.

I dag lever hans principper videre gennem Bach Centret i England, talrige Bachterapeuter i mange lande og Den Internationale Bachterapeut Uddannelse.

### Dr. Bachs filosofi omkring sygdom og sundhed

I følge Dr. Bach bliver vi syge, når vi ikke lever i overensstemmelse med vores indre eller følger vores hjerte.

Han mente, at sygdom og mentale ubalancer er tegn på, at noget skal ændres, så vi kan leve som dem, vi *virkelig* er. Leve ægte og ærligt, kan man også sige.

I vor tid kan vi sammenligne Dr. Bachs teorier med nyere teorier om sammenhængen mellem krop og sind, fx at stress kan fremkalde forskellige sygdomme.

Dr. Bach anså vores negative tilstande, såsom vrede, bitterhed, usikkerhed, ængstelse m.m. som de egentlige årsager til sygdom (med enkelte undtagelser som fx udefra kommende påvirkninger).

Derfor brugte *han* blomsterremedierne, der kan genoprette os følelsesmæssigt, til både behandling og forebyggelse af sygdomme.

## Bemærk

*Bachterapeuter arbejder ikke med fysiske eller psykiske sygdomme, men udelukkende med det 'normale' følelsesregister.*

## Hvordan kan det være, at blomster kan gøre så meget for vores følelser?

Dr. Bach har udtalt, at remedierne er 'blomster af en højere orden', og at de repræsenterer forskellige 'sjælskvaliteter'.

F.eks. giver remediet *Abeblomst/Mimulus* kvaliteten 'mod' til den, der frygter, og altså mangler mod.

Remedierne sætter os i kontakt med de iboende positive kvaliteter, som vi er kommet væk fra.

Blomster er som alt muligt andet frekvenser/energi og kan derfor påvirke vores energi.

Man kan sige det på en mere dagligdags måde: At BBR giver os et positivt "brusebad", så vi kommer til at føle og tænke på en mere positiv måde.

Læs meget mere om Bachs filosofi i hans eget hæfte *Helbred dig selv* eller i *Introduktion til Bachs Blomsterremedier*, Susanne Løfgren.



## Hvilke følelser står remedierne for?

Engelsk navn	Dansk	Indikation
Agrimony	Agermåne	Overfladisk munterhed
Aspen	Bævreasp	Frygt af ukendt årsag, ængstelse
Beech	Bøg	Intolerance, kritik
Centaury	Tusindgylden	Viljesvag, tjenstvillig, manglende grænser
Cerato	Cerato	Stoler ikke på egen intuition
Cherry Plum	Kirsebærblomme	Frygt for at miste kontrollen, hysteri
Chestnut Bud	Kastanieknop	Lærer ikke af sine fejltagelser
Chicory	Cikorie	Hønemor, kræver opmærksomhed
Clematis	Klematis	Drømmerisk, lever i fremtiden
Crab Apple	Sødæble	Selvhad over sit ydre, følelse af urenhed
Elm	Elm	Overvældet af ansvar
Gentian	Ensian	Modløshed, hvor årsagen er kendt
Gorse	Tornblad	Håbløshed, fortvivlelse
Heather	Lyng	Snakkesalig, kan ikke være alene
Holly	Kristtorn	Misundelse, had, jalousi
Honeysuckle	Kaprifolie	Lever i fortiden, hjemve
Hornbeam	Avnbøg	Udsætter sine opgaver
Impatiens	Balsamin	Utålmodig med tid/tempo
Larch	Lærk	Manglende selvtillid
Mimulus	Abeblomst	Frygt af kendt årsag, nervøsitet
Mustard	Agersennep	Periodevis tungsind uden årsag
Oak	Eg	Fortsætter trods udmattelse
Olive	Oliven	Udmattelse, fysisk træthed
Pine	Skovfyr	Skyldfølelse, selvbefredelse
Red Chestnut	Rød Hestekastanie	Frygt på andres vegne
Rock Rose	Soløje	Rædsel og panik
Rock Water	Kildevand	Selvdisciplin, perfektionist, glemmer at nyde
Scleranthus	Knavel	Ubeslutsomhed, kan ikke vælge ml. to ting
Star of Bethlehem	Fuglemælk	Eftervirkning af chok, sorg, traumer
Sweet Chestnut	Ægte Kastanie	Ekstrem indre smerte, livskrise
Vervain	Jernurt	Overbegejstring, ildsjæl
Vine	Vinranke	Dominerende, ubøjelig, boss
Walnut	Valnød	Beskytter ved forandring, livsfaser, oversensitiv
Water Violet	Vandrøllike	Reserveret, privat, foretrækker at være alene
White Chestnut	Hestekastanie	Tanker kører i ring, småbekymringer
Wild Oat	Skovhejre	Svært ved at finde sin vej i livet
Wild Rose	Hunderose	Apati, resignation, lader sig nøje
Willow	Guldpil	Bitterhed, fornærmet, offer
Rescue Remedy	Nødhjælpsremediet	Akutte tilstande, stress, oprevethed

## Hvordan bruger man de 38 BBR?

Først skal du vide, at man max tager 7 forskellige remedier på én gang, da flere kan sløre virkningen. Når man har udvalgt sig de relevante remedier, kan man dels købe dem som *lagerflasker* på nettet, dels kan man kontakte en Bachterapeut og få denne til at blande sig en *behandlingsflaske* til ca. 3 ugers kur.

Vælger du at købe *lagerflaskerne*, har du remedier til mange behandlinger. Men behovet for *hvilke* remedier, du har brug for, kan ændre sig over tid, fordi remedierne jo virker, og du kan da være nødt til at anskaffe dig flere relevante lagerflasker.

## Dosering fra lagerflaskerne

Brug 2 dråber af HVERT valgt remedier (max 7 forskellige) i et glas vand op til ½ liter og nip af dette vand min. 4 gange i løbet af et døgn.

Bliv gerne ved til du har det bedre. Ofte skal man arbejde med mere rodfæstede følelser gennem 2-3 mdr.

Er det en følelse, der dukker op her og nu, kan du ofte klare dig med 1-2 dage, før du kan mærke, at det bliver bedre. Et eksempel herpå kan være en irritation over noget, der ikke lykkes.

Men bliver du ved at være irritabel, bør du enten blive ved at lave dig et glas vand med BBR hver dag eller skifte til denne metode:

## Dosering fra behandlingsflaske

En behandlingsflaske er en 30 ml pipetteflaske som er ubrugt og helt ren.

Heri kommer du vand til 'skulderen' af flasken og 1-2 tsk. spiritus, fx vodka eller cognac, så vandet ikke rådner, samt 2 dråber af hvert valgt BBR, dog max. 7.

Vil du eller dit barn/kæledyr **undgå alkohol**, kan du dels købe remedierne uden alkohol, dels bruge 1-2 tsk. æblecidereddike til konservering af behandlingsflaskerne.

Af behandlingsflasken tager du 4 dråber mindst 4 gange om dagen i ca. 3 uger.

Du gør herefter status: Behøver du mere af de samme BBR, eller er der dukket nye følelser op, som kræver andre BBR, eller er du kommet i balance igen?

**Man kan ikke få bivirkninger af at tage BBR, og man kan blive ved at bruge dem on/off gennem hele livet, hvis det er nødvendigt.**

**Dette gælder både dyr, børn og voksne.**

## Rescue

Dette blandingsremedie af 5 af de 38 er det mest kendte og benyttede.

Selv skeptikere må indrømme, at Rescue kan berolige.

Der findes forskellige variationer af Rescue:

**Rescue dråber** fås som 10 ml, 20 ml og som en 20 ml. spray.

De bruges når som helst, man er oprevet, stresset, forskrækket, nervøs for noget nyt, der skal ske, eksamen og andre præstationer, flyskræk og hundredvis af andre situationer, hvor man bliver nervøs.

### Dosering

Brug **4** dråber eller **2** pust i munden eller i et glas vand, som du nipper af, indtil du er rolig.

Kan gentages mange gange, men ofte er 1-2 gange nok.

### Rescue pastiller

1 pastil kan erstatte de 4 dråber. **MÅ IKKE GIVES TIL DYR** pga. af en aminosyre, dyr ikke kan tåle.

### Rescue cream bruges kun udvendigt

Bruges af Bachterapeuter til soleksem, buler, slag, skader på huden, insektstik, små forbrændinger. Virker ofte smertestillende og 'beroliger' huden.



## Forlaget Casu/Susanne Løfgren har udgivet disse bøger

### Om Bachterapi



*Introduktion til Bachs Blomstermedier*



*BACH dit barn op*



*Kvinder i overgang.*



*Hunde har også følelser*



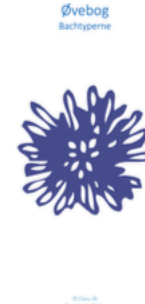
*Bachblomsternes sjælskvaliteter*



*Sammenligninger af Bachremedier*

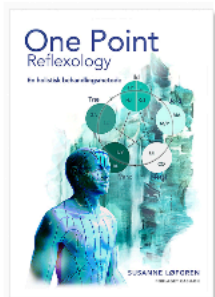


*Bachs blomstermedier til børn med særlige behov*



*Øvebog Bachtyperne*

### Andre bøger



*One Point Reflexology - holistisk behandling*



*Meridianlære – basisbog*

One Point og Meridianlære  
Øvebog



*Cases vedr. De 5 elementer*

Ønsker du at købe en eller flere bøger med rabat? Bestil på [mail@casu.dk](mailto:mail@casu.dk) GRATIS læseprøver på alle bøger på [www.casu.dk/shop](http://www.casu.dk/shop)



## Ønsker du behandling med Susanne Løfgren eller at få blandet en behandlingsflaske efter dit eget valg

Hvis du ønsker Bach Blomsterremedier til dig selv, dine børn eller din hund/kat/hest.

Jeg giver dig nogle tider at vælge mellem, og du ringer mig op til den aftalte tid.

Pris: 950 kr. i timen. Man bruger den tid, man har behov for. Ofte kan 15-20 min. være nok.

For 15 min. samtale betales 237 kr.

Ønskes Bachremedier, koster 1 behandlingsflaske til ca. 3 ugers forbrug 300 kr. inkl. fragt med GLS til nærmeste pakkeshop.

Tid kan bestilles på [mail@casu.dk](mailto:mail@casu.dk)

### Bach behandlingsflaske uden konsultation

Du kan via [mail@casu.dk](mailto:mail@casu.dk) bestille 1 behandlingsflaske (30 ml.) efter din egen udvælgelse til en ca. 3 ugers kur, med op til 7 Bachremedier **uden** forudgående konsultation.

Dette kræver, at du kender til Bachremedierne eller læser om dem i en af mine bøger.

**Pris:** 300 kr. pr. flaske inkl. fragt med GLS til nærmeste pakkeshop.



Det er også muligt at komme til min klinik udenfor Holbæk.

Jeg tilbyder holistisk behandling, hvor Bachterapi ofte indgår.

## Om Bachterapeut uddannelsen

Hvis du holder af alternativ behandling og gerne vil hjælpe dig selv, din familie eller måske klienter, bør du starte på et Trin 1 kursus.

Bliver du, som mange andre er blevet, helt bidt af det, du lærer på Trin 1, kan du vælge at gå videre.

### Om Trin 1

Dette er introduktionen til de 38 remedier, Rescue, Dr. Bachs filosofi, og hvordan man kan bruge de 38 i hverdagen.

Når du er færdig med Trin 1, vil du begynde at kunne hjælpe dig selv, din familie og dine kæledyr. Trin 1 kan tages som 2 dages klassekursus, eller online ofte over 3 x 4 timer eller som fjernstudie, hvor man besvarer 5 opgavesæt. Ikke svært, men spændende.

### Om Trin 2

Her lærer du om Bachs typeremedier, da nogle af de 38 kan bruges til bestemte personlighedstyper. Det er meget spændende læring og især at prøve at finde ud af sit eget typeremedie 😊 Kan tages som 2 dages kursus, men muligvis også som onlinestudie inden længe.

### Om Trin 3

På 4 dage (kun klassekursus) lærer man, hvordan en Bachkonsultation bør foregå. Man lærer de 38 remedier godt at kende, og kurset er nødvendigt for at arbejde som professionel Bachterapeut. Efter Trin 3 følger 2 hjemmeopgaver, hvor man øver sig på 3 personer (cases). Opgaverne er ikke svære, men lærerige, og studiet er absolut for alle, uanset hvor studievant man er.

Det er først efter, at disse 2 opgaver er klaret, at man kan blive registreret Bachterapeut.

Se kursusdatoer på [www.casu.dk](http://www.casu.dk)

Har du spørgsmål, er du velkommen til at maile mig på [mail@casu.dk](mailto:mail@casu.dk)

Mange hilsner

Susanne Løfgren