

Tema-aften, 18. aug. 2010 i Aabenraa:

"FIND DIT TYPE-REMEDIE":

af Reg. Bachterapeut, BFRP Anette Lei, medlem af Bach Blomsterterapiforeningen:

1. Hvad menes der med type-remedie?

Alle 38 bachremedier kan bruges som *stemningsremedier*, dvs. den stemning, følelse eller tilstand der midlertidigt og kortvarigt opstår. F.eks. et pludseligt opstået tungsind som en mørk sky på en blå himmel (Agersennp), eller mandagmorgen følelsen/udsætterkomplekset (Avnbøg). Men herudover kan en stor del af alle remedierne også bruges som *type-remedie*. Med type-remedie menes der et remedie, der kan bruges til vores *personlighed*, dvs. karaktertræk og tendenser der knytter sig til ens personlighed (f.eks. hønemoren, magtelskeren, ildsjælen o.s.v. Typeremediets funktion er at vende et negativt karaktertræk til dets positive "modpol"- sjæsegenskaben f.eks. tolerance og medfølelse (Bøg).

Hvis du er meget interesseret i at identificere typer, så vil du sikkert blive glad for at læse Dr. Edward Bachs egne beskrivelser om forskellige typer af mennesker, inddelt efter deres følelsesmæssige reaktioner i Bachs lille hæfte: "De tolv Helbredere og andre remedier"-se note1.

Der findes ikke en færdig og udtømmende liste over typeremedier, men nederst på siden er nogle oplagte remedier, som kan nævnes -se note2.

2. Hvordan finder man type-remediet?

a. Lyt til det, som din klient fortæller dig og se på din klients **adfærd, træk, kropssprog, særlige sætninger o. lign:**



*Jeg har altid været lidt af en pause- klovner, der laver sjov, Jeg hader konflikter (begge to Agermåne)
Jeg synes at man skal gå foran som et godt eksempel og anstrenge sig for at levere det bedste man overhovedet kan. (Kildevand)*

*Jeg har altid været genert (Abeblomst)
Jeg plejer gerne at ville overtale andre og giver ikke sådan op.
Jeg får tit at vide at jeg er overstadig og overtændt over en sag. Begge to: Jernurt.*

Jeg tænder ofte af i raseri (Kirsebærblomme)

Min kone siger, at jeg må lære at sætte grænser for folk, ellers bliver jeg udnyttet (Tusindgylden), jeg foretrækker at være alene og blander mig ikke i andres ting (vandrøllike) o.s.v.

b. Et andet godt spørgsmål, der ofte giver pote er: "hvordan ville din nærmeste ven/veninde eller familiemedlemmer beskrive dig, nævn 3 største egenskaber eller de 3 største negative kvaliteter". Undersøg så hvilket remedium det peger i retning af. Er du i tvivl må du give de vigtigste remedier, som klienten har brug for her og nu. Se mere under pkt. 5.

c) **Under pres:** Som nyttig metode til at finde typeremediet må også nævnes den situation, hvor man bliver presset, eller hvor det ikke går, som man forventede: hvordan reagerer man??? F.eks. da bussen kørte fra dig? Dit barn er gået ind med beskidte støvler på gulvtæppet? Eller du fik motorstop på landevejen og skulle til et vigtig begivenhed? Eller kagen brændte på. .CASE: En udbændt sygeplejerske fik Tusindgylden for ikke at kunne sige fra overfor sine kolleger og oplevede at *kunne komme tidligere hjem* til sin familie (og ikke overarbejde så meget).

d) **Reaktion på din sygdom:** Vi reagerer alle sammen forskelligt på vores sygdom, når vi er syge. Nogle reagerer ved at blive sløv og sove meget (Klematis). Andre ved at kræve en person tilstede hele tiden (Cikorie), atter andre reagerer ved at være utålmodige og måske gå for tidligt på arbejde (Balsamin). Andre slår en alvorlig sygdom hen med at det er ikke så galt, og "jeg har det godt" og skifte emne. (Agermåne). På denne måde kan man også være heldig at finde sit type-remedie.

c). **Øvelse:** Hvis du skulle nævne tre fremtrædende positive eller negative kvaliteter hos eks-statsmin. Anders Fogh Rasmussen, hvad skulle det så være? Eller hos Askepot? Eller hos Bill Clinton? Eller hos George Bush? Prøv også med dine nærmeste, og husk endelig på, at man med bestemmelse af



Jan Granberg, formand for bestyrelsen, indleder tema-aftenen med at tænde et lys for hver af de 7 hovedgrupper og oplæsning af foreningens formål: at udbrede kendskabet til Bach-blomsterremedie-systemet.

typeremediet opnår at remediet understøtter personen i at udtrykke og bruge sit iboende potentiale optimalt hvor igennem personen oplever livsglæde og et meningsfyldt liv.

3. Formidling til klienten: Man kan formidle typeremedier på to måder: *fra den negative vinkel:* når sjælskvaliteten ikke rigtig kan udtrykkes tilstrækkeligt igennem personligheden, og personen derfor udvises en negativ adfærd, eller vi kan fokusere *på de positive kvaliteter*, så klienten hører -og opmuntres af- de positive kvaliteter og stimuleres måske endda til at ønske at udtrykke de positive kvaliteter gennem sin personlighed, hvorved man opnår klientens aktive medvirken til at opnå balance/helbredelse. Derved er transformationen - forandringen- for alvor indledt. F.eks. ved Bøg er de negative kvaliteter et kritisk sind med fordomme og intolerance overfor andre mennesker og sig selv. Når man indtager Bøg oplever man, at det bliver nemmere at udtrykke tolerance, rummelighed og medfølelse med andre. Derved kommer man lettere ud af det med andre, og sjælens læring er påbegyndt! Derved flyder alle energierne frit i kroppen igen og man mærker måske mere indre ro, et bedre flow og en bedre synergi i sine relationer.

4. Indtagelse af typeremediet:

Du skal kun tage typeremediet, når du har brug for det, og det vil oftest være, når du oplever den negative kvalitet: f.eks. Eg, som knokleren, der er inde i en periode med at knokle alt for hårdt og halvhjertet. Typeremediet blandes og indtages nøjagtig på samme måde som med alle andre remedier. *To dråber i en 30 ml behandlingsflaske tilsat lidt æbleeddike eller cognac (uden karamelfarvestof) så flasken kan holde sig op til 3 uger. Tag 4 dråber, minimum 4 x dagligt. Tag det indtil bedring viser sig, eller udfordringen er overstået.*

Eg:



5. Fortvivl ikke. Det er enkelt: Brug altid løgmetoden:

Fortvivl ikke, hvis du er ude af stand til at finde dit eller din klients type-remedie. Bach Centret slår udtrykkeligt fast, at det allervigtigste er at finde det eller de remedier, som du har brug for til din uafbalancerede tilstand her og nu (max 7), for at skabe balance igen, for det har altid være det primære ifølge Dr. Bach. Vi kalder det for "at pille løget". Hvis man f.eks. har en tendens til at være en udpræget leder på arbejdet, der elsker at bruge sin magt positivt eller negativt (Vinranke), men derhjemme er meget underdanig (Tusindgylden), så er der her brug for begge remedier efter løgmetoden, som altid er den gældende hvis man er i tvivl.

Hvis du ønsker at arbejde dybere med type-remedier, så tilmeld dig et trin 2 her i landet - eller udlandet!!! Du vil få mest ud af det, når du har gennemgået trin 1.



Rigtig god fornøjelse!
Venlig hilsen
Anette Lei

Note 1) Hæftet kan købes hos foreningen koster kr. 30 plus evt. forsendelse. Henvendelse pr. mail til : bettyolesen@gmail.com

Note 2) Liste eller ord over typeremedier: (pensum på BIEP trin 2-kurset): Kan du finde din type blandt disse? Husk at slå op i hæfter/foldere og se hvilken positiv kvalitet, remediet åbner op for i dig☺:

Abeblomst: Den forsigtige generte
Agermåne: "klovnens m. facaden", distanceblænderen
Bøg: kritikeren, racisten
Balsamin: Den utålmodige
Cerato: Den usikre spørger
Cikorie: Høne-moren der overbeskytter
Eg: Den arbejdsomme "Samson", Knokleren
Elm: Den stressede (pga ansvar)
Hunderose: Den ligegyldige, hamsteren i hamsterhjulet
Jernurt: Den entusiastiske, ildsjælen
Kildevand: Den strenge asket, nydelsesfor nægteren, idealisten
Klematis: Den åndsfraværende, drømmeren (ofte sløv/søvnig)
Knavel: Den vægelsindede (kan ikke vælge)
Lyng: Den egoistisk snakkende
Lærk: Nederlags-forventeren
Rød Hestekastanje: Den omsorgsfulde ængstelige
Skovfyr: Den skyldfølelse selvpiner
Tusindgylden: Den underkastende, tjeneren
Valnød: Den letpåvirkelige (selv om afklarede idealer)
Vandrøllike: Den ensomme reserverede
Vinranke: Den viljestærke, magtelskeren

Kildevand:

