



Temaaften, Aabenraa, Oktober 2010

Formål: At hjælpe børn og teenagere, som er i følelsesmæssig ubalance, med Bachs Blomsterremedier og give inspiration til forældre at forstå forældreskabet ud fra Dr. Edward Bachs bog "Helbred dig selv", hvor han i kapitel 5 behandler dette emne.

Citat fra bogens kapitel 5:

"Forældrehvervet er guddommelig tjeneste og bør respekteres lige så meget og måske endog mere end noget andet, som vi måtte opfordres til at påtage os. Da det er en opofrelse bør det altid huskes, at ingenting, hvad det end må være, bør kræves til gengæld fra barnet, eftersom hele hensigten er at give mild kærlighed, beskyttelse og vejledning, indtil Sjælen selv tager vare på den unge personlighed."

Følgende remedier er ofte relevante til børn/teen-ageres følelser:

Kristtorn: Til helt små børn når der opstår søskendejalousi, som i den tidlige barndom f. eks. kan give sig udslag i, at børn kan finde på at bide og virke meget krigeriske. Under den videre opvækst, kan barnet opleve misundelse overfor deres kammerater i skolen og det kan optrappes til hadfølelser og mistænksomhed. I teenagerperioden ses ofte jalousi overfor veninder eller kærester, eller teen-ageren bliver "såret over det mindste". Men inderst inde lider barnet p.g.a. at "hjertet er blevet hårdt og har været lukket" for at kunne beskytte sig selv ud fra en falsk overbevisning om, at der ikke er kærlighed nok. *Kristtorn kan hjælpe med at "åbne hjertet", så barnet bliver mere storsindet og oplever kærlighed - overfor sig selv og fra andre."*

Guldpil: Børn kan komme til at føle sig uretfærdigt behandlet og opleve sig selv om "offer" i en situation, hvor barnet blot fulgte sine følelser, hvilket gav "skæld ud". Eller barnet har fået at vide, at det ikke må komme til den varme kogeplade, gør det og brænder alligevel fingrene. Her kan barnet opleve: "Det har jeg ikke fortjent / livet er uretfærdigt" og barnet får ondt af sig selv, får selvmedlidenhed og kogepladen bliver nu årsagen til at barnet bliver offer, fordi det ikke var muligt for barnet at skelne mellem årsag og virkning. Årsagen var at barnet rakte ud over kogepladen og derved blev brændt. Under opvæksten kan dette udvikle sig til at barnet ikke har proportionsfornemmelse, kan blive bitter og føle sig fornærmet over selv de mindste ting og have en tendens til at opfatte ens egne ulykker som "det er de andres skyld".

Guldpil vil hjælpe barnet så det ikke føler sig som offer, men bliver bygmester for sin egen skæbne og faktisk har mulighed for at skabe en positiv fremtid - "man er sin egen lykkes smed".

Vinranke: Kan tit ses hos det dominerende barn i en børnegruppe, hvor barnet har tendens til at kommandere rundt med de andre børn, som kan komme til udtryk som raserianfald, hvis barnet ikke får sin vilje. Senere i opvæksten giver karaktertrækket sig udtryk i, at barnet altid ved bedre end andre og undertrykker andre, hvorved det kan udvikle sig til blive hensynsløst eller brutalt og ikke have medfølelse med andre.

Vinranke vil hjælpe med at kunne vejlede uden at styre og give overblik, så barnet ikke behøver at dominere, ligesom det bliver i stand til at ændre sine egne stærke meninger, når det er nødvendigt.

Bøg: "Man ser straks splinten i den andens øje, men ikke bjælken i sit eget". Her handler det om intolerance, hvor barnet kan hidse sig op, hvis andre børn f.eks. ikke forstår deres leg. Senere kan det gå over i sarkasme, overlegenhed, fordømmelse, arrogance og barnet bliver meget kritisk overfor andre. Dette kan give sit udslag i irritation, fordi barnet er overbevist om, at det

altid har ret, og de andre tager fejl. **Bøg** vil være med til at vise tolerance og se det gode i andre. Barnet bliver mere rummeligt.



Agermåne: Helt små børn, der er glade og ubekymrede om dagen, men som er meget urolige om natten kan have stor gavn af Agermåne. Børn som konstant altid er glade, lykkelige og i godt humør, fordi de gemmer deres problemer bag en glad facade. De vil måske ikke gøre deres forældre kede af det med deres problemer. Senere kan det gå over i at barnet opleves som "festabe", eller "pause-klovn" fordi som en måde at skjule f.eks. frygt eller andre problemer på. De vil ofte være meget aktive

eller sociale og søge selskab, fordi de ikke ønsker at skulle konfronteres med egne problemstillinger. Det kan på sigt udvikle sig til afhængighed af alkohol, pillemisbrug, trøstespisning og andre stimulanser for at holde problemerne på afstand.

Agermåne kan hjælpe til med at acceptere den indre smerte og dele den med andre og kan i puberteten være med til at hjælpe med at finde sig til rette med de mange modsatrettede følelser og tanker som de udvikles igennem. Barnet får hjælp til fortrolighed, mod og oprigtighed.

Tusindgylden: Disse børn kan være generøse af natur og deler gerne ud af deres eget legetøj. De vil altid gerne hjælpe andre. Fordi de har svært ved at sætte sig selv igennem og ikke kan sige fra, kan det ende med, at de bliver udsat for mobning. Kaldes også for "askepotsyndromet". Deres hjælpsomhed kommer fra ønsket om anerkendelse og behovet for bekræftelse.

Tusindgylden vil gøre den enkelte i stand til at give udtryk for sine meninger og blive bedre til at erkende egne behov, og gøre mere og mere af det, som man virkelig gerne vil.

Ensi: Kan opstå hos børn, som har glædet sig til en bestemt ting, f.eks. et arrangement eller et besøg, som af en eller anden årsag ikke kan gennemføres. Her kan der opstå tristhed, skuffelse og barnet kan blive (endda virkelig) ked af det. Senere kan samme adfærd opstå, når teenageren oplever modløshed og nedtrykthed over noget som ikke vil lykkes - opgaver som ikke er gode nok - og herved taber modet.

Ensi giver opmuntring og en forståelse af, at der ikke er noget der hedder **nederlag** - man gør sit bedste og klør på med opgaven igen. Man får evnen til at overvinde forhindringen.

Lærk: Til de som ikke har selvtillid nok og børn som ikke vover sig ud i noget nyt uden at far eller mor er med. Senere i skolen kan det vise sig ved, at de ikke rækker hånden op i timerne, selvom de kender svaret - hellere lade en anden svare end at jeg "dummer mig". Man er overbevist om, at de andre er bedre. Det giver mindreværdsfølelser og i den negative Lærktilstand lader man hellere andre komme frem, hvilket kan opfattes som falsk beskedenhed, fordi omverdenen ser personen som kompetent (kombineres ofte med Aebelomst, som vil afhjælpe en eventuel frygt).

Lærk giver større selvtillid og selvværdsfølelse til at tage skridtet og ikke være bange for nederlag.

Skovhejre: Specielt her godt for de unge som ikke kan beslutte sig for hvilken uddannelse eller retning de skal vælge i livet.

Skovhejre vil hjælpe med at træffe en beslutning om (og give et klart billede af) hvilken retning personen skal vælge, således at dennes evner bruges konstruktivt og meningsfyldt i forhold til personens indre sjælsvejledning.

Sødæble: Til personer, som går ekstremt op i bagateller og uorden/urenlighed, og som kan lide af selvhad og kun ser det uperfekte / overfladen, frem for kvaliteten / indholdet i sig selv. Sødæble kan også rense på det fysiske plan.

Sødæble giver større acceptere sin egen og andres ufuldkommenhed og herved lære at give slip på kontrollen og at der aldrig kan være fuldkommen orden i det virkelige liv. Sød Æble giver den store oprydning/udrensning på alle plan.

Valnød: Når der sker forandringer i livet og udefra kommende indflydelser bevirker, at man kommer til at vakle i sin egen tro, selv om man grundlæggende kender sine idealer og det man står for.

Valnød vil hjælpe med at modstå ydre pres og lægge gamle begrænsninger bag sig og komme videre i livet på trods af andres indvendinger og stærke holdninger. *Styrker tilpasningsevnen.*

Kilevand: til de som stiller store krav til sig selv, de er perfektionistiske og vil gerne gøre alt rigtigt i forhold til deres egne idealer. De har forvekslet fuldkommenhed med perfektionisme. De er selvfornegetende, arbejdsomme, men aldrig tilfreds med det, som de udretter. Som teenager kan dette karaktertræk ses f.eks. når den unge skal aflevere skriftlige opgaver. Den unge vil måske gå i gang tidligt med opgaven, være meget omhyggelig, og opgaven vil fylde meget i den unges sind og miste "livsglæde" og afholde sig fra fornøjelser. Som voksen kan det føre til en uafbalanceret tilstand med mental stivtind, spændinger og en streng livsform.

Kildevand giver mulighed for at NYDE livet, således at livsglæden vender tilbage. Giver livsglæde, spontanitet og fleksibilitet.



Af Jan Granberg,
bach-studerende Trin 3.

Anvendt litteratur:

"De 38 Bachs Blomsterremedier", bearbejdet af Susanne Løfgren, kan købes hos www.casu.dk

"Bachs Blomsterremedier til børn", kan købes hos casu.dk, eller hos Bach Blomsterterapiforeningen

"Den originale Bachs Blomsterterapi", Mechthild Scheffer, kan købes hos Mezina.dk

"Growing up with Bach Flower Remedies", kan købes hos Bach Centret, www.bachcentre.com

Bachterapeut Lene Ravn, Vojens havde til temaaftenen fundet udvalgte citater fra Edward Bachs bog: "Helbred dig selv", Kapitel 5: om forældreskab og opdragelse:



Kapitel 5, indledningen: *Da mangel på individualitet (dvs. at man tillader andre at gribe ind i sin personlighed, hvilket kan betyde en hindring i at rette sig efter det højere Selvs direktiver) er så vigtig i sygdoms opståen, og da dette ofte begynder tidligt i livet, så lad os nu betragte den sande forbindelse mellem forælder og barn, lærer og elev."*

Side 31 - nederst på siden: *Forældrehvervet er guddommelig tjeneste og bør respekteres lige så meget og måske endog mere en noget andet, som vi måtte opfordres til at påtage os. Da det er*

en opofrelse bør det altid huskes, at ingenting, hvad det end må være, bør kræves til gengæld fra barnet, eftersom hele hensigten er at give mild kærlighed, beskyttelse og vejledning, indtil Sjælen selv tager vare på den unge personlighed.

Side 32 - midt på siden: Forældrehvervet er en stilling i livet, der gives videre fra den ene generation til den næste og er i virkeligheden en midlertidig ydelse af vejledning og beskyttelse for en kort periode, hvorefter det så burde ophøre og genstanden for omsorg lades alene for selv at gøre fremskridt. Det bør huskes, at barnet, for hvem man er en midlertidig vejleder, kan være en meget ældre og klogere sjæl end en selv og en åndeligt overlegen, så kontrol og beskyttelse bør begrænses i forhold til det den unge personlighed har behov for.

Side 33 - nederste halvdel: Hvis der er det mindste ønske om at dominere, bør det standses i starten. Vi må nægte at blive slave af begærligheden, som fremtvinger ønsket i os om at eje andre. Vi må i os selv fremme kunsten at give og udvikle denne, indtil selvopofrelse har udvasket ethvert spor af det modsatte.

Side 34 - midt: Børn bør erindre sig, at forældrehvervet er symbolet på skaberkraft og er guddommeligt i sit formål....

I næsten ethvert hjem bygger forældre og børn fængsler til sig selv ud fra fuldstændig falske motiver og forkerte begreber om forholdet mellem forældre og børn. Disse fængsler sætter en stopper for frihed, båndlægger livet, hindrer den naturlige udvikling og gør alle ulykkelige. De mentale, nervøse og endog fysiske forstyrrelser, som hjemsøger disse mennesker, skaber en meget stor del af vor tids sygdomme.

Side 36 - Øverst: For mange vil den største kamp findes i deres eget hjem hvor de, førend de opnår frihed til at vinde sejr i verden, først må befri sig selv fra uheldig dominans og beherskelse af en meget nær slægting.

Side 36 - nederst: De som er dominerende, behøver megen hjælp og vejledning for at de kan blive i stand til at forstå den store universelle sandhed om Enhed og forstå fællesskabets glæde.

Afslutningscitater for temaaften (sidste afsnit på side 37): "At opnå frihed og at vinde individualitet og uafhængighed vil i de fleste tilfælde fordrer meget mod og tro. Men i de mørkeste øjeblikke, og når det synes os næsten umuligt at opnå et godt resultat, da lad os altid erindre, at Guds børn aldrig bør være bange, at vor sjæl kun giver os sådanne opgaver, som vi er i stand til at udføre, og at med vort eget mod og vor tro på det guddommelige i os kommer sejren til alle, som bliver ved at stræbe."