



## Temaaften: januar 2011

Med dette nyhedsbrev ved hånden - og Bachremedierne - kan du i sandhed hjælpe dig selv eller din bedste veninde, din datter eller andre som står dig nær, og som har brug for lidt balance under graviditeten.

Hvis man er i en lignende situation -f.eks. som adopterende, kan man på mange måder få stor glæde af dette nyhedsbrev, da Bach Blomsterremedier bruges til midlertidige **følelsesmæssige reaktioner og ubalance**. På samme måde kan man få glæde af dette nyhedsbrev, hvis man f.eks. får en idé(=undfangelsen), fostrar den (=graviditeten), føder den ud i livet (=fødslen) og giver den pleje og omsorg , indtil den kan flyve selv. . . .

Ifølge lægen E. Bach, der selv var far til en pige, er **forældre-hvervet det største privilegium i livet**. For at opgaven kan lykkes bedst muligt, kræver det ifølge Bach, en forældreindstilling, der understøtter barnets naturlige selvstændiggørelse gennem dets egen erfaring, og frem for alt en *dyb tillid til, at barnet udvikles under vejledning af dets egen sjæl* - helt fra begyndelsen!!! Pyha! -sved på panden - hånden på hjertet: hvor mange af os tør tro på dette? Gør du?

Essentielle dele af barnet udvikles allerede under fostertilstanden. Moderens livsstil og følelsesliv har stor betydning for fosterets optimale udvikling. Mor og foster er én hel organisme. Hvad den ene gør har betydning for den anden. Dvs. når moderen spiser sundt, lever sundt, får god kost, motion og hvile, smitter det positivt af på fosterets udvikling. At lytte til fin , harmonisk musik, meditere, og tænke positive , konstruktive tanker har også en god virkning på udviklingen af fosteret. Derfor er det også givende at kunne arbejde med sig selv, lægge mærke til både kroppens og sindets signaler og kunne bringe sine følelser og tanker i harmoni.

## Hvem er hovedperson/berørt af graviditeten?

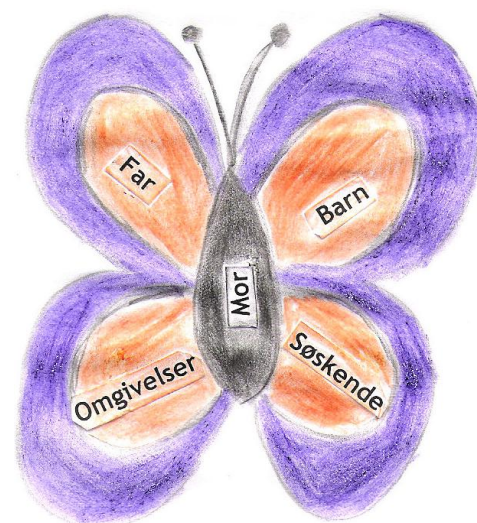
Aktørerne er Moderen i forhold til sit barn, faderen/ samleveren, søskende og omgivelserne. Til højre for teksten illustrerer denne sommerfugl symbolet på den vordende moders udfordringer i forhold til omgivelserne og familien. - med Bach (den lilla farve ) finder den balancen og bliver 'flyvende', da *alle følelserne afbalanceres og udfordringerne derved nemmere overvindes*. Her eksempler på udfordringer:

- Mange scenarier (følelser) i processen:
- Barnet vender forkert, men du skal føde almindeligt
- Dårlig oplevelse ved forrige fødsel
- Du er teenager og gravid, hvad så?
- Normalt graviditetsforløb, men angst/anspændthed omkring fødslen.
- Fader føler sig tilsidesat under graviditet

Foredragsholder: Anette Lei



Tegning: Lene Ravn





Hvilke følelser kan være forbundet med ovennævnte situationer: (nogle af scenarierne er fremkommet ved forslag fra det fremmødte publikum):

## FØR FØDSLEN:

- Kvalme- **Sød Æble** hvis kvalmen kommer af "det at have noget "fremmed i sin krop, "
- Er i tvivl om man ønsker barnet: **Knavel**
- Kroppen ændrer form, det kan man ikke lide -**Sød Æble for forfængelighed**
- Angst -**Mimulus**
- Bekymring -**Hestekastanie, Rød Hestekastanie**
- Traume -**Fuglemælk**
- Chock f.eks. trillinger - **Fuglemælk/Rescue**
- Overvældende, kan ikke overskue ansvaret **Elm evt. Rescue**
- Føler sig ikke klar til at blive til to. . **Valnød**
- Træthed grundet veer i mange timer - **Oliven, Avnbøg**
- Modløshed, hvis du ikke har åbnet dig nok og du skal tage hjem og vente yderligere -**Ensián**
- Rædsel/panik, når veerne ruller ind over kroppen -**Soløje**
- Bitterhed over at lade være ladet alene, hvis faderen ikke er tilstede -**Guldpil**
- Forandringer, problemer med at vænne sig til tanken -**Valnød**
- **Nødhjælpsremediet** (= Rescue): ve-fasen, hvis kaos, stress, eller store lidelser

Temaaften, Troldkær Centret, Aabenraa



## UNDER:

- Modløshed, hvis veerne stopper -**Ensián**
- Angst for smerter, ængstelse for dårligt udfald -**Rescue, Mimulus eller Bævreasp**
- Rædsel hvis fødslen ikke forløber som forventet **Soløje**
- Hysterisk på manden -**Kirsebærblomme**

## EFTER:

- Bekymring for barnet om det er ok -**Rød Hestekastanie**
- Kritisk vi ville hellere have haft dreng/pige -**Bøg**
- Fødselsdepression mand el. kvinde -**Kildevand, Agersennep, Agermåne**
- Jalousi søskende el. far , der føler sig overset -**Kristtorn**
- Chok el. traume over vanskelig fødsel -**Fuglemælk**
- Tilpasningsvanskeligheder, f.eks. overgang fra amning til fast føde -**Valnød**
- Træthed **Oliven, Avnbøg**

Kolik -**Rescue** gerne til forældrene - evt. smøre lidt **Rescuecreme** på barnets mave  
HUSK forøvrigt at man med BBR *ikke kan/skal behandle det, der er naturligt for barnet!* Det kan derimod komme på tale at behandle forældrene f.eks. for utålmodighed, usikkerhed, kritik, udmattelse, angst osv.



## Case fra en BACH studerende/medlem af foreningen:

Medlem af Bach Blomsterterapiforeningen Anette Petersen - fortæller:

Bach-studerende  
Anette Petersen:

### **Klient: Nybagt mor**

Det er en måned siden hun har født, og hun føler sig stadig **meget træt i kroppen** efter fødslen. Hun er generelt meget træt, da hun pga. amning ikke får så meget nattesøvn. Hun har meget svært ved at tage sig sammen til at få lavet noget derhjemme. Desuden dør hun meget med hovedpine. Hun synes det er en stor forandring nu at have to børn, og hun har dårlig samvittighed over for den ældste, fordi hun nu bruger rigtig lang tid på den lille pga. amning osv. Hun dør meget med store udsving i kropstemperatur, og synes også at hun er meget svingende hvad energiniveau angår.

Hun får blandingen: **Oliven, Avnbøg, Valnød, Skovfyr og Knavel**

Dette er første gang hun stifter bekendtskab med Bach Blomsterremedier!

Da jeg ca. 14 dage senere snakker med hende igen har hun det meget bedre. Hun er stadig noget træt, men har ikke hovedpine mere og har fået mere energi. Hun siger at hun ikke længere har brug for Valnød og Skovfyr. Da jeg spørger ind til hendes temperatursvingninger, konstaterer hun at de faktisk er væk. Dem havde hun ikke tænkt på. Hun var mere fokuseret på hovedpine og træthed!

Næste blanding har ikke så meget med efter fødslen at gøre, men vi fokuserer stadig på træthed. En ny blomst hun får i flasken er Elm, som er meget godt for stressede småbørnsforældre!

Kan til slut fortælle at hun fik første blanding i august, og at hun stadig bruger Bach, i dag - 5 måneder efter 1. konsultation. Hun er rigtig glad for systemet!

### **Case: Remedierne erstatter ikke lægebesøg!**

Remedierne er kun tænkt som et supplement til ens psykiske velbefindende og erstatter derfor ikke lægebesøg, sundhedsplejerske eller anden sundhedsmæssig behandling. Dvs. at selv om vi arbejder med remedierne selv, så må vi huske at henvise til relevant behandler, der så kan viderehenvise om nødvendigt. *Tag ikke ansvaret for behandlingen moder/ barn, men gør opmærksom på, at Bach Blomsterremedier er formidable til at supplere en eksisterende behandling og afbalancere stemninger og følelser.* Det er en fantastisk hjælp at blive beroliget og komme mere i balance med sig selv. Men det kan jo være, at der er brug for et indgreb her og nu, -det må vi lade op til lægen sammen med patienten at vurdere. Derfor skal vi

To bachstuderende:





opfordre til at søge læge og altid meddele, at Bach Blomsterremedier KUN er et supplement til at komme i følelsesmæssig balance. Se også case om et sygt spædbarn nedenfor.

Case: Dreng 7 uger til Reg. Bachterapeut. Græder meget, er en del forkølet. Har næsten grædt lige siden fødslen. "kolik", skriger meget, men der er ikke noget decideret mønster, har været forkølet en periode, lægen har kigget på drengen pga en forkølelse og sundhedsplejerske kommer også jævnligt. Moder synes hun har det rigtig godt med at være moder, men lider på drengens vegne. Ønsker Bach til at berolige drengen og sig selv samt faderen.

Pga drengens alder gives følgende flaske alene til moderen og faderen under den 1. Bachkonsultation:

**Fuglemælk:** Traume under fødslen

**Nødhjælp:** til mor og dreng (via amning)

**Bævreasp:** uforklarlig angst

**Rød Hestekastanje:** moderen er bekymret for barnet og ked af at han lider.

**Cikorie:** Vil kun være hos moderen:

**Læge besøg derefter pga forkølelsen ikke vil gå væk, og drengen græder fortsat.**

**Indlagt på hospitalet, diagnose: kræft i maven. Efterflg. operation samt kemobehandling. Drengen er i dag rask, glad og i fuld aktion.**

---

CITAT: Hæftet af E. Bach: "Helbred dig selv" skrev E. Bach i 1930'erne:

*Øvelse: Sæt dig på dit foretrukne (meditations)-sted med en kop kaffe, the eller vand og læs dette dybe citat, skrevet af en fremsynet læge, bakteriolog og homøopat engang i 1930'erne:*

*. . . . " I grunden bør det at være forælder være et privilegeret middel til at sætte en sjæl i stand til at kontakte denne verden med henblik på udvikling, og det burde i sandhed betragtes som et guddommeligt privilegium. Forstået rigtigt tilbydes der sandsynligvis ikke menneskeheden nogen større lejlighed end denne, at være årsag til en sjæls fysiske fødsel og at have omsorg for den unge personlighed i de første år af dens jordiske eksistens. Forældres indstilling bør være at give den lille nyankomne al den åndelige, mentale og fysiske vejledning de magter og altid huske, at den lille er en individuel sjæl, der er kommet til jorden for at vinde egne erfaringer og viden på sin egen måde i overensstemmelse med sit højere Selv, og denne sjæl bør gives enhver mulig frihed til uhæmmet udvikling.*

*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. Uafhængighed, Individualitet og frihed bør læres fra begyndelsen, og barnet bør opmuntres til så tidligt som muligt i livet at tænke og handle for sig selv. Al kontrol fra forældre bør skridt for skridt opgives, efterhånden som evnen til at kunne klare sig selv udvikles, og senere bør ingen tvang eller falsk idé om pligtfølelse overfor forældrene hæmme direktiverne fra barnets sjæl. . . ."*

**Bach-hæfterne kan købes hos foreningen og fremsendes mod betaling ☺**

Af bachterapeuterne

Lene Ravn og Anette Lei

Registreret i dr. Edward Bach Fonden