

## Inte bara luktar gott...

Ta hjälp av blommornas livskraft för att balansera upp olika känslomässiga tillstånd. Blommornas läkande kraft blir ett verktyg – men du måste göra jobbet. Oro, rädslor och blockeringar kan lösas upp med några droppar blomessenser.

Av Hélène Lundgren

# BLOMSTERKRAFT i behandlingen

Att det mesta som vi behöver finns i naturen och att många mediciner utvinns från växtriket är ett välkänt faktum. Dr Edward Bach som levde mellan åren 1886 och 1936 var mycket fascinerad av naturen. När han var liten spenderade han hela sommarloven i Wales. Där kunde han sitta i naturen och studera en blomma eller en skalbagge i timmar. Han utbildade sig till läkare och blev även en välkänd bakterio-

log, immunolog och homeopat men tyckte att det var något som fattades inom vården. Han upptäckte att samma behandling inte alltid botade samma sjukdom på olika personer. Han menade att patientens mentala läggning och sätt att se på livet hade inverkan på tillfrisknandet. Det var viktigt att behandla patienten och inte sjukdomen. Han ville hitta ett nytt botemedel som skulle komma från naturen och vara helt ofarligt. År 1928 började han därför på ren intuition att leta efter växter i Wales som kunde balansera upp olika känslotillstånd. Han utformade ett system med 38 blommor som skulle hela både kropp och själ.

planet. Har vi t.ex. gått hela dagen och blivit trötta i benen så släpper det när vi sätter oss. Vi tänker kanske inte på att vi gått runt en längre tid och burit på en massa känslor som tynger oss. Man kanske känner sig frustrerad och irriterad. Blomessenserna ger ökad medvetenhet, känslomässig avslappning och ökar förståelsen för de mönster vi sitter fast i. Att vilja förändra och söka orsaken till att vi mår som vi gör är en process, säger Lisa Sandberg som är massageterapeut och arbetar med Flower Essences The Netherlands.

### Återuppstår i vatten

Blommor är en form av energi. Genom att plocka blommor när de är på toppen av sin blomningscykel och lägga dem i en glasskål med vatten som får stå i solen 3-6 timmar överförs växtens energi till vattnet. Den läkande kraften hos växten överförs till vattnet. Enligt dem som arbetar med blomessenser är dessa energiavtryck av växtens livskraft som agerar på ett subtilt sätt med människokroppen. Det fungerar på liknande sätt som med inspirerande musik eller konst som arbetar genom ljud och ljus. Blomessenserna arbetar

### Tar inte bort problemet

– Det fysiska, psykiska och det sociala måste vara i balans för att vi ska må bra. Det handlar om min reaktion på det som sker utanför mig. Blomsterdropparna tar inte bort problem men man kan förhålla sig till problem på ett annat sätt och med större säkerhet, berättar Jirina Göransson som håller kurser om Dr Bach Blomsterdroppar, är diplomerad aromaterapeut och studerar psykologi.

– Det fungerar som på det fysiska



*Det vanligaste sättet att använda blomessenser är att ta några droppar under tungan, flera gånger per dag. Andra sätt är att spraya det i rummet eller på sig själv, applicera direkt på kroppen, i ett bad eller på kudden innan man somnar.*



## Vanliga blomessenser är:

- ❁ **Impatiens** (balsamin) – har taggade blad och frökapslar som exploderar med stor kraft. Människor som är impatiens (otåliga) går på högvarv, gör allting snabbt, avbryter och stressar andra och blir ofta utbrända.
- ❁ **Clematis** är drömmare med stora fantasier som inte förverkligas. Är okoncentrerade och glömmer saker. De försvinner ibland bort in i sig själva och kopplar helt bort tankar.
- ❁ **Mimulus** (gyckelblomma) – hänger ofta över strömt vatten och kan leva flera dagar under vatten. Människor som är Mimulus har en konkret rädsla för sjukdom, fattigdom, olyckor och har ofta fobier. De är ofta blyga och ängsliga.
- ❁ **Oliv** används mycket och ofta ser man en reaktion direkt. Står för utmattning, utbrändhet och fysisk och psykisk trötthet.
- ❁ **Pine** – Tall känner ofta skuld och skam med höga prestationskrav och oförmåga att känna sitt eget värde som människa. De ursäktar sig att de finns till och känner inte att de är värda att älska.
- ❁ **Rescue Remedy** – Räddningsdroppar är Dr Bach mest kända blomsterdroppar. Innehåller fem olika blomessenser och används i krissituationer vid traumatiska händelser, olyckor, chock, psykiska påfrestningar, stress och nervositet.



Clematis



Pine = tall

istället genom vattnet.

– Vårt medvetande ökar så att vi ser vad det är som gör att vi hamnar i en viss situation, berättar Lisa Sandberg.

Det finns inga vetenskapliga bevis på att det fungerar och Julian Barnard från Healing Herbs i England säger ”Man kan inte mäta, med de fysiska medel vi har idag, det som inte är fysiskt”

Blomsterdropparna är helt ofarliga, och det går inte att överdosera eller att välja fel droppar av de olika blommorna. Där kemiskt framställda droger kan undertrycka symtom verkar istället blomsterdropparna som

en katalysator till förändring och ökat medvetande om problem. Blomessenserna kan även vara ett komplement till annan behandling och används av olika terapeuter, homeopater och psykoterapeuter samt även av läkare i vissa länder.

Det finns ca 15 stora producenter och Dr Bach är den mest kända i Sverige. Lisa Sandberg ville utforska och arbeta med flera olika essenser. Därför åkte hon runt till olika producenter och gick på kurs i Alaska, Kalifornien, Australien och Holland.

– Jag fastnade för Bram Zaalberg och hans Flower Essences The Netherlands tack vare filosofin, öppenheten och kunskapen, berättar Lisa Sandberg.

### Växter vilt i trädgården

Bram Zaalberg från Holland har arbetat med blomessenser sen 1979 och sju år senare började han och hans fru tillverka egna blomessenser. De flesta av de blommor de arbetar med växer vilt i deras trädgård i Holland. Han jobbade först med Dr Bach och F.E.S. blomessenser från Kalifornien men har nu utvecklat ett eget system med 36 blomessenser.

– Jag och min fru producerar själva

blomessenserna för att kunna behålla blommornas livskraft och inte blanda in några maskiner.

Bram sätter stor vikt vid helheten och den andliga aspekten av blommorna. Först studerar han en växt i sex-sju år för att försöka förstå vad växten kan hjälpa till med innan han började använda den.

– Varje blomessens gör oss medvetna om att vi har gudomlighet inom oss. Blomessenserna hjälper dig att förändra den bild du har av dig själv men det är du som måste göra arbetet säger Bram Zaalberg. ■



Bram Zaalberg från Holland har 25 års erfarenhet av att arbeta med blomessenser. Under hösten har han varit i Sverige och lett kurser i hur man använder sig av blommornas kraft.

Foto: Hélène Lundgren

## Vill du veta mer?

**BÖCKER:** • Hela dig, Hjälp till självhjälp och Befria dig själv – Dr Bach • Blommornas helande energier – Jirina Göransson

### KONTAKTER:

• Aroma Creative – tel 0142-360110

[info@aromacreative.se](mailto:info@aromacreative.se) [www.aromacreative.se](http://www.aromacreative.se)

• Jirina Göransson tel 035-124664,

[jirinagoransson@tele2.se](mailto:jirinagoransson@tele2.se)

• Orchid behandlingscenter – Lisa Sandberg tel 021-330131 [info@orchid.se](mailto:info@orchid.se) [www.orchid.se](http://www.orchid.se)

• Flower Essences The Netherlands - Bram Zaalberg [www.bloesem-remedies.com](http://www.bloesem-remedies.com)