

HOE TE GEBRUIKEN?

Neem een glas water en doe hierin 4 druppels uit het flesje Five Flower Remedy en neem in het begin om de vijf minuten of vaker een slok. Voor het doorslikken even in de mond houden.

- Of doe 4 druppels Five Flower Remedy in een dessertlepel met water en neem dit in.

- Of neem direct uit het voorraadflesje 2 druppels in onder de tong.

Neem de dosis zo vaak in als nodig is en bij acute situaties iedere vijf minuten. In alle gevallen voor het doorslikken even in de mond houden. Wanneer men zich weer beter begint te voelen het gebruik verminderen. Ook door het voorraadflesje met Five Flower Remedy bij zich te dragen kan het behulpzaam zijn. Als men niet in staat is om te drinken het op de lippen, de polsen of achter de oren smeren of op de gekwetste plek.

FIVE FLOWER TABLETTEN.

Speciaal geschikt voor personen die gevoelig zijn voor alcohol (conservering van het concentraat) of te gebruiken in situaties waarin men niet naar alcohol wil ruiken. In acute situaties 1 tablet laten smelten onder de tong. Zonodig herhalen.

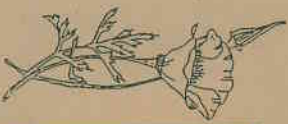
FIVE FLOWER CREAM.

De "FIVE FLOWER CREAM" is geprepareerd op basis van amandel-olie en de vijf Bloesem-Remedies van de Five Flower Remedy - Cherry Plum, Clematis, Impatiens, Rock Rose, Star of Bethlehem - met daaraan toegevoegd de Crab Apple Bloesem Remedie voor de reiniging en schoonmaak.

GEBRUIK.

Uitwendig gebruik voor allerlei soorten van ongelukken met de huid zoals: schrammen, verstuikingen, bulten, kneuzingen en bij kleine snijwonden. Het kan tevens pijn verminderen. Ook is het een erg goede zalf bij huidaandoeningen zoals acne, nat en droog eczeem, psoriasis enz. Het kan in het begin een lichte verergering geven in verband met de reinigende werking. De zalf drukt de problemen niet weg, maar probeert de reiniging te bevorderen. De zalf zit in potjes zodat het mogelijk is om hier een etherische olie aan toe te voegen. De zalf met een watten-staafje uit het potje halen.

Vraag tevens naar onze Terra Flora Etherische Olien, Self Heal creme, Californische F.E.S. Essences, Australian Bush Flower Essences, Alaska Flower Essences.



Uw plaatselijke d



HEALING HERBS



DE KWALITEITEN VAN DE 38 DOOR DR. BACH ONTDEKTE

ENGEELSE BLOESEM REMEDIES

KWALITEITEN VAN DE HEALING HERBS

Bloesem Remedies geprepareerd door Julian en Martine Barnard.

Julian en Martine hebben de laatste jaren alle door Dr. E. Bach ontdekte bloesem remedies zelf geprepareerd. Het zijn bloesem remedies die kwalitatief zuiver zijn en goed werken. Ze worden niet in een fabriek gemaakt, maar worden met liefde en aandacht bereid en hebben in een korte periode al bekendheid gekregen over de gehele wereld, ze worden bijvoorbeeld ook door F.E.S. Amerika uitgegeven.

Julian en Martine Barnard, hebben zich al jarenlang intens met de door Dr. Edward Bach ontdekte bloesems beziggehouden. Ze hebben geleerd om bij het bereiden van de oer-tinctuur te werken met een hoge graad van zuiverheid, waarbij ook geteld wordt op de juiste stand van sterren, het tijdstip, een mentale helderheid, de juiste groeiplaatsen en de zonne-kracht.

Beiden zijn sterk met de natuur en de planten verbonden en kunnen zich intuïtief in het wezen van de plant verplaatsen.

Julian en Martine hebben tevens al verscheidene boeken over bloesem remedies geschreven, zoals: "The Healing Herbs of Edward Bach", de "Kleine gids voor de Bach-Bloesem Remedies" en "Patterns of Life Force".

Julian en Martine Barnard zijn dankzij hun liefde en kennis van de bloesems uitermate geschikt om bloesem remedies van een hoge kwaliteit te maken.

P = positieve, transformerende kwaliteit
o = onevenwichtigheid

AGRIMONY - Agrimonia eupatoria, Agrimonie.

- p. Zelf-acceptatie; je innerlijke wereld open laten zien; rust; optimisme; vredesstichters. Het aanvaarden van gevoelens die vaak verborgen worden voor anderen.
- o. Verborgen zorgen; een niet echte uiterlijke kalmte of vreugde die een innerlijk conflict en kwelling verbergt; bij een scheiding tussen de innerlijke en uiterlijke wereld.

ASPEN - Populus tremula, Esp.

- p. Aantrekking tot het onbekende; geeft moed en innerlijke kracht om vol vertrouwen in het leven te staan en open te staan voor alle levenservaringen; je niet door angst te laten blokkeren.
- o. Onbekende angst; bezorgdheid zonder bekende redenen; angst voor het donker of het onbekende; angsten die uit de omgeving opgenomen worden en niet meetbaar zijn; nachmerries; angstige voorgevoelens.

BEECH - Fagus sylvatica, Beuk.

- p. Het kritisch oordelen over en afkeuren van anderen; het ontwikkelen van aanvaarding, tolerantie en zelf-inzicht; het goede in anderen leren zien; verschillen in de manieren van anderen accepteren.
- n. Oordelen en bekriften van anderen en de omgeving; overgevoelig voor de sociale en fysieke omgeving hetgeen resulteert in projectie van negativiteit op anderen; hoge idealen; niet verdraagzaam.

CENTAURY - Centaurium umbellatum, Duitzenduldenkruid.

- p. Geeft de kracht om een onderdanige houding te overwinnen; vanuit een innerlijke eertijheid "nee" kunnen zeggen, weten wanneer te geven of niet; het volgen van de eigen innerlijke richting; de baas zijn over je leven.
- o. Beinvloedbaar; geen "nee" kunnen zeggen; voor degenen die de behoefte hebben ontwikkeld om hulp aan anderen te verlenen zonder een goede ontwikkeling van hun eigen ego-krachten;

CERATO - Ceratostigma Willmottina, Loofkruid.

- p. Intuïtief; innerlijke zekerheid om je eigen innerlijke leiding te volgen; weten wat goed voor jezelf is en dit vol vertrouwen kunnen volgen; wijs.
- o. Geen vertrouwen in zichzelf; voortdurend de raad van anderen vragen; voor degenen die constant leraren, goeroes en autoriteiten zoeken ter bevestiging van zichzelf; handelen naar wat anderen verwachten dat je zal doen.

CHERRY PLUM - Prunus cerasifera, Kerspruin.

- p. Moed; spontaniteit; uithoudings-vermogen en sterkte op het mentale vlak, zelfs bij extreme spanning; controle over zichzelf; loslaten en het Goddelijke binnenlaten, de wijsheid van het Hogere Zelf erkennen.
- o. Angst voor controle verlies; verzet tegen de innerlijke leiding; bang om dingen te doen die men niet wil doen.

CHESTNUT BUD - Aesculus hippocastanum, Knop v/d Paardekastanje

- p. Inzicht; leren van voorbijge ervaringen; aard en doel van fouten in het leerproces begrijpen, snel en gemakkelijk kunnen veranderen; alert.
- o. Voor degenen die vast blijven zitten in dezelfde herhalende situatie, levensles of gewoonte; langzaam in leren; zorgvuldig het leven kunnen observeren.

CHICORY - Cichorium intybus, Cichorei.

- p. Geven zonder iets terug te verwachten; onpersoonlijke liefde; onpersoonlijke liefde, zorgen en verzorgen met grote liefde en toewijding, kunnen delen, de universele bron van Liefde binnenin jezelf kennen.
- o. Voor degenen die behoefte hebben aan een overdadige hoeveelheid aandacht; bezitterig; stemmingen met woede-uitbarstingen bij kinderen, voor overdreven drukke of aanhankelijke naturen; medelijden met zichzelf.

CLEMATIS - Clematis vitalba, Bostrank.

- p. Volledig wakker en aanwezig zijn in het hier en nu; geïnspireerd zijn om de praktische verwerkelijking van je idealen te scheppen.
- o. Wanneer men te dromerig en afwezig is; dagdromers; bij buitenlichamelijke of zwerfinge condities; vlucht in fantasieën en illusies, niet bewust van de hedendaagse werkelijkheid.

CRAB APPLE - Malus pumila, Appel.

- p. Reiniger van lichaam en geest; geeft zuiverheid; maakt ruimdenkend; voor ontspanning en ontgifting op elk niveau.
- o. Voor obsessieve zorgen over onreinheden en onvolmaaktheden; voor een gevoel van schaamte of zich niet schoon voelen; bij obsessies over details, te precies, te pietereuterig; moedeloos.

ELM - Ulmus procera, Veldiep.

- p. Doen naar het beste vermogen; goed verantwoordelijkheid kunnen dragen; begrijpen dat we perfect zijn zonder er iets voor te doen; het kunnen verenigen van idealisme en realiteit.
- o. Hoge idealen en gevoelens van ontoereikendheid door het niet bereiken van deze idealen; voor bezorgde en te perfectionistische inspanningen; zich overwelddigt voelen door verantwoordelijkheid; het gevoel hebben dat je alles alleen moet doen; uitputting; het niet kunnen dragen van verantwoordelijkheden.

GENTIAN - Gentiana amarilla, Gentiaan.

- p. Groot vertrouwen ondanks moeilijkheden of duisternis; moed om te accepteren wat is; het positieve uit alle levens-situaties halen; iedere ervaring als waardevolle les kunnen gebruiken.
- o. Het vertrouwen verloren; twijfel en ontmoediging door tegenslagen, vooral door een gebrek aan vertrouwen en begrip in verband met de gebeurtenissen in je leven; moedeloos door onze kijk op het leven.

GORSE - Ulex europaeus, Gaspeldoorn.

- p. Verder gaan ondanks tegenstand; positieve overtuigingen; vrouwen in het onmogelijke; vol hoop blijven ondanks overmacht.
- o. Hopeloosheid, wanhoop, berusting; gelatenheid; het gevoel van "niets kan mij nog helpen"; wanneer men voortdurend verwacht te zullen lijden als gevolg van de gebeurtenissen van het leven.

HEATHER - Calluna vulgaris, Struikheide.

- p. Zichzelf niet ontzien bij hulp aan anderen, begrijpen en medeleven met anderen; in staat zijn om de eigen zorgen te vergeten en rustig naar anderen te kunnen luisteren; persoonlijke behoeften zien vanuit een hoger bewustzijn.
- o. Te veel in beslag genomen zijn door zichzelf; zich terugtrekken; buitensporig praten en aandacht voor persoonlijke problemen; het te veel naar binnen gericht zijn van de ziele-krachten; zelfbeklag; aanklappen en niet loslaten van anderen.

HOLLY - Ilex aquifolium, Hulst.

- p. Onvoorwaardelijke liefde; het hart openen voor ware liefde; het vol medeleven aanvaarden van de ander; tevredenheid met en erkenning van zichzelf; negatieve emoties kunnen zien als geblokeerde liefde; de liefde uiten die je voelt; de eenheid met al het leven voelen in een universum van overvloed.
- o. Jaloezie, afgunst, vijandigheid, boosheid; tegen het gevoel niet geliefd te zijn, het gevoel hebben dat er niet genoeg liefde bestaat; te lage waardering voor zichzelf.

HONEYBUCKLE - Lonicera caprifolium, Kamperfoelie.

- p. Vreugd en geluk in het nu, het accepteren van het heden; goed in het hier en nu zijn; van het verleden leren terwijl je het loslaat.
- o. Te lang blijven stilstaan bij het verleden; nostalgisch; niet in staat om het heden met volle aandacht onder ogen te zien; ontvluchten aan de groei door naar een vorig stadium te willen terugkeren; spijtgevoelens.

HORNBEAM - Carpinus betulus, Haagbeuk.

- p. Kracht om persoonlijke voornemens uit te kunnen voeren; het aankunnen van interne en externe druk; mentale sterkte; over alle energie beschikken die je nodig hebt; wakkere geest.
- o. Bij vermoeidheid zonder duidelijke reden; niet in staat om de dagelijkse taken aan te kunnen of weerstand in verband met dagelijkse verantwoordelijkheden; het niet aan kunnen van of een afkeer hebben aan de dagelijkse praktische werkelijkheid; mentale uitputting; maandagmorgen gevoel.

IMPATIENS - Impatiens glandulifera, Reuzenbalsamien.

- p. Geduld; begrip, weten dat al het leven voortgaat in z'n eigen unieke ritme; levensprocessen de tijd geven om zich te ontwikkelen; kalmte in geest en lichaam; het aanvaarden van het ritme van anderen en de gebeurtenissen van het leven.
- o. Ongeduld, prikkelbaarheid, intolerantie; zich niet kunnen voortbewegen in een eigen ritme; het niet kunnen uiten van ergernissen en irritaties; te snel willen groeien.

LARCH - Larix decidua, Lariks.

- p. Zelfvertrouwen; vertrouwen in je creatieve zelfexpressie; spontaniteit; realiseren dat ook fouten waardevolle leerprocessen zijn en deze kunnen accepteren, zolang we groeien zijn we succesvol.
- o. Faalangst; voor degenen die zichzelf beperken door twijfel aan zichzelf, afschroom ze best bekwaam zijn; door angst laten verstoren en verstarren.

MIMULUS - Mimulus guttatus, Maskerbloem.

- p. Moed; de uitdagingen van het alledaagse leven tegemoet treden; het overwinnen van angsten en zorgen die de persoonlijkheid onnodig hinderen en verstoren; vrijheid naar doen en laten; het accepteren van alle levensvormen en weten dat we er niet door beperkt worden; iedere mogelijkheid herkennen als mogelijkheid om te groeien.
- o. Alle angsten die bekend zijn zoals voor bijvoorbeeld: dieren, hoogte, mensen, kleine ruimten, beperkingen, nieuwe dingen, enz.; schuchterheid en sociale verlegenheid.

MUSTARD - Sinapis arvensis, Herik.

- p. Vrouwen, innerlijke rust en levensvreugde, verder gaan in donkere tijden met het vertrouwen dat dit naar een groter Licht brengt.
- o. Manisch-depressieve stemmingen, zich overweldigd voelen door een "zwarte wolk" die plotseling of zonder reden te voorschijn lijkt te komen; somber, bedroefd en/of depressief zijn zonder duidelijke redenen.

OAK - Quercus robur, Eik.

- p. Kracht; begrijpen dat zolang we vechten we onze groei onderdrukken in plaats van te bevorderen; geeft Mars-achtige kracht en standvastigheid; meestromen met het leven.
- o. Temeertergeslagen doorzetter; degenen die doorstrijden en nooit ophouden; moedeloos, maar het niet opgeven; geloven dat we moeten strijden om te groeien.

OLIVE - Olea europaea, Olijf.

- p. Grote energie; kracht en vernieuwing; bewuster met energie omgaan; de gedachte laten gaan dat we onze eigen energie geven en vertrouwen dat we uit onze onethische bron kunnen gebruiken.
- o. Bij uitputting en vermoeidheid, zowel mentaal als fysiek; na een lange strijd of lang lijden; wanneer de fysieke krachten zwaar belast zijn geweest; na ziekte of extreme spanning.

PINE - Pinus sylvestris, Den.

- p. Zelf-acceptatie; vergeven; loslaten van alle gevoelens van schuld en zelfverwijt; vertrouwen in de wijsheid van het Hogere Zelf.
- o. Overkritisch op zichzelf; gevoelens van schuld en zelfverwijt; zich de "underdog" voelen; het jezelf niet kunnen vergeven of het niet kunnen loslaten van fouten gemaakt in het verleden of van gebeurtenissen in je leven.

RED CHESTNUT - Aesculus carnea, Rode Kastanje.

- p. Rustige en genezende gedachten naar anderen kunnen sturen; hulp geven waar mogelijk; vrijheid met betrekking tot problemen van anderen; goed de eigen geestelijke ruimte kunnen handhaven.
- o. Overbezorgdheid en zorgen over anderen, voor de verwachting dat anderen iets zal overkomen; het ergste verwachten; angst in verband met de veiligheid van anderen.

ROCK ROSE - Helianthemum nummularium, Zonneroos.

- p. Zichzelf overstijgende moed; helpt om zichzelf te vergeven; bewust worden van je eigen grotere persoonlijkheid; de ergste uitdagingen met moed onder ogen durven zien.
- o. Extreme angst of paniek; de angst om zichzelf te verliezen, angst voor de dood of de dood van het ego, angst voor het bewust of onbewust verliezen van de identiteit.

ROCK WATER - Aqua petra, Bronwater.

- p. Soepel en idealistisch; spontaniteit; mee kunnen stromen met natuurlijke ritmen en levens-processen; de behoefte laten gaan om mentaal streng voor jezelf te zijn.
- o. Zelfonderdrukking; te streng zijn voor jezelf; zelfontkenning, hard ascetisme; hoge idealen.

SCLERANTHUS - Scleranthus annuus, Hardblom.

- p. Evenwicht; snelle beslissingen kunnen nemen; vertrouwen bij het nemen van beslissingen; zien dat het niet altijd nodig is om te kiezen en hetgeen tegenstellingen lijken, opgenomen kunnen worden in een groter geheel; handelen vanuit innerlijke zekerheid.
- o. Twijfel; onzekerheid; besluiteloosheid; aarzeling en tweeslachtigheid bij keuzes; twijfelen tussen verstandelijk en gevoelsmatig.

STAR OF BETHLEHEM - Ornithogalum umbellatum, Vogelmelk.

- p. Trooster en verzacher van pijn en verdriet; voor een krachtig en snel herstel; vooral gebruikt voor zijn verzachtende en harmoniserende kwaliteiten; shocks door ons heen kunnen laten gaan zonder blokkades of spanning te maken.
- o. Shock, verdriet of trauma uit het verleden of het heden, zowel lichamelijk, emotioneel of mentaal niveau.

SWEET CHESTNUT - Castanea sativa, Tammie Kastanje.

- p. Vertrouwen wanneer men tot het uiterste gespannen is; het vermogen de leegte te ervaren en tegelijk heel te zijn.
- o. Wanhoop, extreem lijden, "de donkere nacht van de ziel", zich afgesneden voelen van God; eenzaamheid tot in de kern.

VERVAAN - Verbena officinalis, Ijzertard.

- p. Het vermogen te zijn; gematigd in denken en doen; gemakkelijk kunnen ontspannen; het kunnen overeenstemmen van de persoonlijke wil met het universele.
- o. Tegen over-enthousiasme wat tot uitersten leidt; het te fanatiek zijn en het te veel belasten van de wil; op de toppen van de zenuwen leven; overinspanning; altijd onder druk staan; "de ware gelovige" die anderen tracht te overtuigen of zijn ideeën wil opdringen.

VINE - Vitis vitifera, Wijnstok.

- p. Bevordert positieve sociale hulpverlening en leiderschap; respecteren van anderen; begrijpen dat ware autoriteit boven het individu uitgaat.
- o. Dominerend; niet flexibel; voor degenen die de wil van anderen onderdrukken; bekwamen maar bazig.

WALNUT - Juglans regia, Walnoot.

- p. Openheid om te veranderen; vrij zijn van beperkende invloeden; voor alle veranderingen in het leven, innerlijk en uiterlijk; door dr. Bach de "verbinding-verbreker" genoemd; je eigen richting vinden vrij van de druk van anderen; uiterlijke krachten afsluiten en duidelijk de innerlijke stem volgen.
- o. Beinvoedbaar voor krachten buiten ons, zoals de omgeving, andere mensen, samenleving; vast blijven zitten in oude patronen en gewoonten.

WATER VIOLET Hottonia palustris, Waterviooler.

- p. Gratie; zelfvertrouwen; open en vol waardering voor anderen; zien dat contact met anderen nodig is voor zelf-verwezenlijking.
- o. Gereserveerdheid; trots met een minachting ten opzichte van anderen; vaak met het gevoel dat men boven anderen staat; zich apart en ver weg van anderen voelen; alleen willen zijn.

WHITE CHESTNUT - Aesculus hippocastanum, Paardekastanje.

- p. Stille en helderheid in de geest; gedachten onder controle kunnen houden; stil zijn van binnen, zodat de intuïtie naar buiten kan komen; weten dat de antwoorden die je zoekt opkomen vanuit een rustige geest.
- o. Druk innerlijk praten; herhalende steeds terugkerende gedachten; ongewilde gedachten; wanneer de gedachten te snel gaan; slechte concentratie.

WILD OAT - Bromus ramosus, Ruwe dravik.

- p. Zekerheid over de levensrichting; helderheid over het doel van het leven en de bestemming; het vermogen om de mogelijkheden te herkennen en deze volledig te ontwikkelen.
- o. Wanneer de neiging bestaat om veel verschillende banen te proberen; teveel mogelijkheden; gebrek aan richting; legen rusteloos zoeken, voor degene met "twaalf ambachten en dertien ongelukken".

WILD ROSE - Rosa canina, Hondroos.

- p. Levenslust; enthousiasme; het kunnen aanvaarden en laten gaan van moeilijke gebeurtenissen; vreugde en humor binnen de dagelijkse routine; interesse in en actief deelnemen aan het leven.
- o. Apathie; droefheid en gebrek aan motivatie om beter te worden; slepende ziekte; berusting zonder het te aanvaarden; het ontbreken van een duidelijke interesse in aardse zaken; het gevoel van een nederlaag; levensmoede.

WILLOW - Salix vitellina, Wiig.

- p. Weten dat alles wat er buiten ons is een reflectie van onze binnenkant is; het nemen van verantwoordelijkheid; het loslaten van verbittering en schuld uit het verleden; anderen kunnen vergeven die ons pijn hebben aangedaan.
- o. Verbittering; verwijten; wrok; een negatieve werkelijkheid scheppen en krachten van buiten hiervan de schuld geven; het aanvaarden van de eigen verantwoordelijkheid.

FIVE FLOWER REMEDY - EERSTE HULP REMEDIE

- De "FIVE FLOWER REMEDY" is geprepareerd volgens de richtlijnen van Dr. E. Bach. Het is geschikt voor eerste hulp, zowel bij noodgevallen, als bij spanning. De remedie bestaat uit een concentraat van de hieronder beschreven vijf bloemens.
- * **Cherry Plum** - wanneer men de angst heeft om de controle over het lichaam of het verstand te verliezen. Helpt om de controle te kunnen overlaten aan het Hogere Zelf.
 - * **Clematis** - voor degene die te dromerig is en/of afwezig, bij flauwvallen en/of bewusteloos raken tijdens trauma's. Volledig wakker zijn in het hier en nu.
 - * **Impatiens** - voor degene die te ongeduldig is en snel last heeft van irritatie en/of geestelijke spanning. Geduld in het herstel- en geneesproces.
 - * **Rock Rose** - bij schrik, grote angst, paniek en hysterie. De ergste uitdagingen met moed onder ogen durven zien.
 - * **Star of Bethlehem** - bij shock of trauma, zowel geestelijk als lichamelijk. Voor een krachtig en snel herstel.

DE WERKING.

De "FIVE FLOWER REMEDY" heeft een kalmerende en stabiliserende werking op de emoties in een crisissituatie en is geschikt voor zowel geestelijke als lichamelijke ongelukken. Het helpt om de noodsituaties in ons leven beter te leren begrijpen en accepteren en herstelt het vertrouwen en de rust. Het is een natuurlijk kalmeringsmiddel, geeft geen bijverschijnselen, werkt niet verslavend, is volkomen veilig en kan bij elk ander medicijn worden gebruikt. Wanneer het evenwicht weer is hersteld, verminderd de behoefte aan inname en neemt het effect van de "FIVE FLOWER REMEDY" af.

WANNEER TE GEBRUIKEN?

Het is goed te gebruiken bij shock of plotseling slecht nieuws, bij bedroeftheid, vrees voor examens, sollicitaties of bij andere soorten van spanning zoals bijvoorbeeld bij het gaan naar de tandarts of het ziekenhuis, bij nervositeit, in stress situaties en bij verschillende soorten van hoofdpijn kan het verlichting geven. Er zijn nog talloze mogelijkheden en daarom zou de "FIVE FLOWER REMEDY" in geen enkele huisapotheek mogen ontbreken.