



# Introductie Bloesemremedies

Wat zijn bloesemremedies eigenlijk en hoe werken ze of hoe neem je ze in? Hieronder wat meer informatie.

## **De Oorsprong**

De bekendste bloesemremedies zijn die van meneer Bach (Bach Bloesems of Rescue Remedy). Hij heeft bloesemremedies ontdekt (rond 1930). Vandaag zijn prachtige bloesemremedies te vinden van verschillende mensen en uit verschillende bijzondere natuurhoeken van de wereld. Er is nu ook een lijn vanuit een bijzondere plek in Frankrijk, Simply Canvas Farm (SCF Bloesemremedies) en ik ben er trots op deelgenoot te zijn van het proces en ze te mogen introduceren.

## **Simply Canvas Farm**

In 2008 vonden Sandra en Santi de boerderij van Simply Canvas. De boerderij is een mooi gebouw stammend uit 1760, landelijk gelegen in Zuidwest Frankrijk in het departement Lot et Garonne. Ooit werd er wijn gemaakt op de boerderij en stonden er koeien in de wei, maar al ruim 20 jaar wordt de 5 hectare land die de boerderij nu omgeeft, niet meer beploegd en bespoten. Sandra (Nederlandse) en Santi (geboren in Laos, maar opgegroeid in Frankrijk) ontmoetten elkaar in het boeddhistische klooster Plum Village van Thich Nhat Hanh waar ze beiden non en monnik waren. Ze hebben meer dan 25 jaar meditatie-ervaring en bijna 20 jaar ervaring in het oefenen en delen van mindfulness. Een



mooi verhaal waarover boeken zijn geschreven en documentaires gemaakt,<sup>1</sup> Maar laten we bij het land en de bloesemremedies blijven. Voortkomend uit een passie voor een bewust leven en hart voor de natuur is de boerderij van Simply Canvas opgebloeid. De vijf hectare land die de boerderij omgeeft wordt ingericht naar de principes van permacultuur en het is prachtig te zien hoe veel wild leven en wilde bloemen zich weer geïnstalleerd hebben. Sandra en Santi kennen bloesemremedies al jaren, het maakt een dagelijks onderdeel uit van het leven. Verder maakt Sandra ook al veel jaren eigen tincturen en bloesemolies. De laatste tijd is de samenwerking met de natuur geïntensifieerd, hieruit volgend was het een natuurlijke stap om een eigen lijn van bloesemremedies te gaan maken in samenwerking met het land en de wezens die er leven. We introduceren deze bloesemremedielijng graag en met een warm hart. Een belangrijke rode draad in onze levens is heling van trauma geweest. Niet alleen genezing van het fysieke lichaam, maar ook van het emotionele, mentale en spirituele lichaam. De bloesemremedies van Simply Canvas Farm werken allen door op deze verschillende niveaus. Bij deze introductie tref je ook de definities aan van de diverse bloesems. Hieronder nog wat meer informatie over bloesemremedies en hoe ze in te nemen.

### **Wat zijn bloesemremedies?**

Bloesemremedies zijn energetische extracten van de heilzame eigenschappen van bloemen. Wat betekent dat nu? Wilde bloemen, bloemen van bomen en planten, bloembollen etc., allen hebben ze een positieve boodschap voor ons. Het is mogelijk deze boodschap vast te leggen in water. Het vastleggen of gronden in water gebeurt met behulp van de zon, een paar bloemen en één of meerdere personen in samenwerking met behulpzame natuurwezens. Na deze vastlegging wordt alcohol toegevoegd (meestal cognac) of gedistilleerde azijn om de bloesemremedie te conserveren. Zonder conservator blijft de bloesemremedie zo'n twee weken goed, met conservator enkele jaren.



---

<sup>1</sup> Boek: Levensreis naar Frankrijk van Sandra Alderden en Op Scheppen! van Sandra Alderden, documentaire "My Wife is My Message" van de Boeddhistische Omroepstichting: <https://www.youtube.com/watch?v=vt5W-PAN0tU>. KRO De Reunie: <https://www.kro-ncrv.nl/programmas/dereunie/seizoenen/seizoen-2016/snellius-lyceum-amstelveen-kn1685596>





### **Hoe werken bloesemremedies**

Door druppels van de bloesemremedie in te nemen ontvangen we de heilzame werking van de bloemen in ons eigen lijf en wezen. Bloesemremedies werken niet zoals een paracetamolletje die je hoofdpijn kortdurend verjaagt. Ze proberen ons bij te staan en te helpen inzicht te geven in de oorsprong van de pijn of het lijden. De oorzaak of wortel van het probleem kan onder verschillende lagen zijn bedolven. Door de bloesemremedie een tijdje in te nemen worden de verschillende lagen aangesproken en afgepeld. Bloesemremedies helpen ons holistisch op fysiek, emotioneel, mentaal en spiritueel gebied. Deze hulp wordt ook wel vibrationele of energetische ondersteuning genoemd. Misschien klinkt het een beetje zweverig, maar eigenlijk is het een prachtige samenwerking tussen jou en de essentie van de bloem om je lichaam, geest en ziel weer tot een harmonieus zangkoor te laten zingen.

### **Hoe werken bloesemremedies niet**

Bloesemremedies kunnen een krachtige helper zijn op je pad naar heling, maar ze werken niet op dezelfde manier als de reguliere medicijnen. Stel niet je eigen diagnose vast gebaseerd op de beschrijvingen van de bloesemremedies. Ga naar de dokter wanneer je flink ziek bent (zowel fysiek als mentaal) en gebruik de remedies ter ondersteuning van je genezingsproces, niet als vervanging.

### **Hoe kies je bloesemremedies**

- *De gemakkelijke weg: intuïtief*

Schrik niet dit kan iedereen. Kijk naar de flesjes, het label, de definities en kijk welke er uitspringt. Dit kan een kleur een woord of de foto van de bloem zijn. Het kunnen ook 2 of 3 remedies zijn. Dat is ook goed. Je kunt prima bloesemremedies combineren, maar neem als regel niet meer dan 3-5 bloesemremedies tegelijk. Je kunt bloesemremedies kiezen ter ondersteuning van je algehele welzijn, maar ook specifiek voor een bepaald probleem. In het laatste geval begin dan met het omschrijven van het probleem of de ziekte waar je mee aan de slag wilt. Bijvoorbeeld de rugpijn die al dagenlang zeurt, daar wil je nu graag iets aan doen. Let op wees specifiek in de beschrijving (dit mag trouwens in je hoofd): Dus niet: ik wil graag iets voor mijn rugpijn. Maar: ik wil graag geholpen worden met de stekende pijn in mijn rug net tussen mijn schouderbladen, gekomen omdat ik drie dagen geleden een boom plantte. Welke bloesemremedie(s) kan mij daar mee helpen? Kijk vervolgens welk flesje, woord, foto, definitie eruit spring.

- *Via kinesiologie of de pendel*

Weet je niet wat dit is, sla het dan direct over en ga naar de volgende alinea.

Ben je gewend aan kinesiologie of de pendel dan kun je ook steeds een flesje in je hand pakken en vragen of deze behulpzaam is voor je. Opnieuw als je aan een bepaald probleem wilt werken wees dan specifiek in je beschrijving. Niet: ik wil wat voor mijn slaap, maar: ik wil graag geholpen worden omdat ik slecht in kan slapen, want zodra ik in bed ga liggen eisen allerlei boodschappenlijstjes en klusjes mijn aandacht op. Hou vervolgens steeds een flesje in je hand en vraag of deze behulpzaam is. Als er bijvoorbeeld drie rijen flesjes zijn, kun je ook vragen: is het een flesje in deze rij (wijs op de rij), bij 'ja' ga je vervolgens elk individueel flesje af, bij 'nee' ga je door naar de volgende rij.



### **Hoe neem je bloesemremedies in**

- *Druppels innemen*

Neem vier druppels vier keer op een dag, direct op of onder je tong of in een glas water. Ook kun je 16 druppels in 0,5L flesje water doen en deze gedurende de dag opdrinken.

Je mag trouwens ook rustig verschillende bloesemremedies combineren in je glas of flesje of op je tong. Het beste is om niet meer dan 3-5 remedies tegelijk te nemen.

Wanneer je de druppels rechtstreeks van het pipetje op je tong druppelt zorg er dan wel voor dat het pipetje niet je tong raakt. Gebeurt dit wel, spoel het pipetje dan eerst af met warm water en zeep of alcohol (iets met 40% zoals cognac of wodka) voor je het weer terugdoet in het flesje. Dit om te voorkomen dat jouw energie en bacteriën het flesje contamineert.

- *In bad*

Sommige remedies zijn heerlijk om in te badderen. Vooral wanneer je bijvoorbeeld op zoek bent naar ontspanning of eens goed te zorgen voor vermoeide spieren. Doe dan 20 druppels in je badwater. Dat mag met of zonder sop. Nog beter doe wat heilzame olie in je badwater als rozen- of lavendelolie.

- *Rechtstreeks op een zere plek*

Bij pijnlijke spieren of gewrichten kun je ook rechtstreeks op de plek een paar druppels smeren. Doet dit in combinatie met de druppels innemen.

## Bloesemremedies voor kinderen, dieren, planten, tuinen en huizen

Je kunt bloesemremedies overal voor gebruiken. Soms kun je zien dat een dier bijvoorbeeld gestrest is of een boom wat hangerig. Let ook goed op je gevoel in en rondom je huis. Je wordt bijvoorbeeld altijd doodmoe zodra je de keuken inloopt of verdrietig in een bepaald hoekje van de tuin. Sprenkel de remedies wat rond om harmonie terug te vinden op de plek.

- *Kinderen*

Je kunt zonder gevaar bloesemremedies gebruiken voor kinderen. Het is dan fijner om 2-4 druppels zachtjes op het voorhoofd te smeren en niet de druppels aan het kind te geven (vooral niet degene met alcohol).

- *Dieren*

Je kunt bloesemremedies ook prima aan dieren geven. Roer 4 druppels 's ochtends en 's avonds door het eten.

- *Planten*

Denk ook aan je bomen, planten en tuin. Ziet een boom of plant er een beetje pips uit, sprenkel dan een paar druppels op de aarde van de plant of een heel pipetje voor een boom.

- *Huis of andere plekje*

Zet een flesje neer op de plek of sprenkel wat druppels.

## Hoe lang gebruik je bloesemremedies

Je kunt bloesemremedies langdurig, zonder probleem gebruiken. Hieronder nog wat richtlijnen.

- *De gemakkelijke weg: Intuïtie*

Neem ze in of sprenkel ze rond totdat je het vergeet. Dan is het klaar. Dat kan dus een paar dagen zijn, een paar weken of maanden. Alles is goed.

- *Via kinesiologie of de pendel*

Ben je gewend aan kinesiologie of de pendel gebruik deze dan als ja en nee antwoordbaken. Weet je niet wat het is, vergeet het direct en sla onderstaande over.

- *vraag: hoeveel druppels*

Je krijgt steeds ja, totdat het nee is, dan is het de hoeveelheid ervoor. Dus 1 druppel/ja, 2 druppels/ja, 3 druppels/nee → dan is het 2 druppels

- *Vraag: hoe vaak per dag*

1 keer/ja, 2 keer/ja, 3 keer/ja, 4 keer/nee → 3 keer per dag

- *Vraag: hoe lang*

1 dag/ja 2 dagen/ja etc. Als het veel dagen is kun je ook per week vragen 1 week/ja, 2 weken/nee. Het ligt er dan ergens tussen. Dus vraag 8 dagen/ja 9 dagen/ nee. Dan is het 8 dagen.



Er valt nog veel meer te vertellen over de remedies. Je kunt prima zelf met de remedies werken, maar er bestaan ook therapeuten op bloesemremedie gebied. Zij weten heel goed om te gaan met verschillende lagen van ziektebeelden en kunnen je bijstaan met een goed consult. Het kan heel ondersteunend zijn om zo nog wat dieper te duiken in de wereld van de bloesemremedies.

Geniet van SCF Bloesemremedies.