

## Bloesemremedies

# Magische boodschappen van plant spirits

**Soms heb je een zacht duwtje in de goede richting nodig. Planten en bloemen bezitten precies de subtiele wijsheid om je lichaam in te fluisteren wat nodig is. Het is de magische werking van de plantenwereld.**

TEKST NICOLE VAN BORKULO ILLUSTRATIES XXX

De maatschappij gaat zo hard dat we vaak niet meer zijn afgestemd op de zachte fluistering van de natuur om ons heen. Maar elke bloem, elke plant, iedere boom en ieder bosje heeft een eigen plant spirit, een subtiele wijsheid waar je iets van kunt leren. Van de unieke boodschappen van bloesems worden zelfs remedies gemaakt, waarbij de essentie van de plant in een flesje wordt opgevangen. Zo'n remedie werkt energetisch, en lijkt op magische wijze een disbalans op fysiek, emotioneel, mentaal of spiritueel gebied te kunnen harmoniseren. Het is helende wijsheid uit de natuur. Het mooie daaraan is de zachte werking: de remedie werkt niet direct op een plek, maar geeft inzicht en wijst de weg naar een natuurlijk herstel van de balans, op het moment dat jij eraan toe bent.

### Vroege bloesems

In sjamanistische tradities en ook bij de druiden werden planten al ingezet vanwege hun helende eigenschappen.

Toen was de dauw op de plant de remedie: dat water draagt ook de boodschap van de bloem in zich. De Engelse arts Edward Bach verdiepte zich van 1928 tot 1936 in de geneeskrachtige eigenschappen van bloemen en maakte er natuurlijke medicijnen van. Hij prepareerde de bloemen die hij geschikt vond eerst op homeopathische wijze, daarna ontwikkelde hij zijn eigen methode, waarmee hij de wetenschap achter zich liet en zich liet leiden door zijn intuïtie. Hij legde bloesems of andere plantdelen in water, zette het in de zon - zonlicht is nodig voor de informatieoverdracht - en voegde alcohol toe voor de houdbaarheid. Uiteindelijk bestaat zijn Bach-bloesemtherapie uit 39 remedies, waarvan de rescue remedy, een middel tegen stress en paniek, wellicht het bekendst is. Zijn druppels worden nog altijd verkocht en vormen de basis voor veel nieuwe remedie-makers. Het nieuwe eraan was dat Bach er destijds van uitging dat ziekte een gevolg was van een geestelijke disbalans. Hij wilde niet het gevolg, maar de oorsprong van de ziekte behandelen, die volgens hem te vinden was in een uit evenwicht zijnde emotie. Met zijn remedies behandel je bijvoorbeeld de angst, boosheid of onzekerheid onder een probleem.

### Spirituele heling

Sandra Alderden werkt al twintig jaar met bloesemremedies, en maakt ze sinds een jaar of zes ook zelf, onder andere van de wilde bloemen rond haar boerderij in Zuidwest-Frankrijk en van de lotussen en waterlelies in Latour-Marliac, een prachtige waterlelietuin waar impressionistisch schilder Claude Monet zich ook liet inspireren. Waar Bachs bloesems gaan over emoties, gaan Sandra's bloesems over heling en spiritualiteit. >

47

*Trifolium  
h. l. ca.*



*h. l. ca.*

*Trifolium*

*Cr. l.*

277



*Syringa. Lillag  
Cerulea.*

*White Chastagnier*

*Syringa Lillac.*

*Lillac & Syringue.*

Ze kwam met deze natuurlijke geneeswijze in aanraking door te luisteren naar de plek waar ze kwam wonen. Het stuk land dat ze in Frankrijk kocht met haar man Santi was zo uitgeput door eenzijdige landbouw, dat er helemaal geen dieren meer leefden: geen wormen in de grond, geen insecten, slakken, dus ook weinig vogels en kleine roofdieren. "Het land was droog en dor, er wilde niets groeien. Jarenlang. We hadden besloten het land het land te laten, en te kijken wat er vanzelf wilde groeien. Welke natuur wilde hier zijn? We wilden de aarde zelf de balans laten herstellen door bomen te planten die hier natuurlijk groeien, en waar wij de vruchten van konden plukken, als een samenwerking." Maar het duurde lang, wat ze ook probeerden te planten, het sloeg niet goed aan. Na acht jaar geduld en een kleine vooruitgang, besloot Sandra erop te mediteren en de Deva's - natuurwezens, ook wel landschapsgelijken genoemd - van deze plek aan te roepen. Ze vroeg of het natuurverhaal dat hier verteld wilde worden, naar haar toe wilde komen. Een vlucht van papieren vogeltjes vertelde haar over de bloemen die hier zouden kunnen groeien, en wat die allemaal voor wijsheid in zich droegen. Prompt viel die avond het boek 'Flower Essences' van Machaëlle Small Wright uit de kast. Sandra las het opnieuw en toen ze bij het hoofdstuk kwam waarin werd uitgelegd hoe je bloesemremedies maakt, wist ze wat haar te doen stond. En ook wat haar eerste remedie zou zijn: de sering. Komende uit een familie van seringenkwekers, kwam alles zo mooi bij elkaar. Ze deed zoals in het boek stond: riep de Deva van de bloem aan, en ook natuurgod Pan kwam eraan te pas, god van de wildernis en personificatie van de natuur. Vanaf dat moment begon alles te groeien en bloeien in hun omgeving, en nu hebben ze een weelderige tuin. De remedie van de sering doorbreekt blokkades - iets wat er nu ook echt gebeurd was.

### Kiezen op intuïtie

Iedereen kan de boodschap van een plant ervaren, het enige wat je hoeft te doen - niet dat het een makkelijke opdracht is, het kan enige oefening vereisen: is stil worden en je intuïtie en verbeelding gebruiken. Net als bij krachtdieren, zit er een zekere logica in de boodschap van een plant. Zo geeft de remedie van braam, één van de eerste planten die opkomt op braakliggende grond, de kracht om ergens aan te beginnen. En beschermt je daarbij, wat je weer kunt afleiden uit de doorns die de plant heeft. Een oude eik die al honderden jaren op een plek staat

## Bekende planten & hun helende eigenschappen

- BOTERBLOEM - helpt kracht te vinden om donkere herinneringen onder ogen te zien

---

- DUIZENBLAD - verkwikt en geeft het lichaam energie waar nodig

---

- HERFSTNARCIS - helpt gedurende de laatste fase van een proces

---

- JASMIJN - haalt de romanticus in je naar boven, ook fijn voor in de slaapkamer

---

- KWEEPEER - brengt onze mannelijke en vrouwelijke kant in balans

---

- MADELIEFJE - geeft bescherming, veiligheid en luchtigheid aan jezelf en je innerlijke kind

---

- RODE KLAVER - houdt lichaam, geest en ziel flexibel, brengt nieuwe energie en creativiteit

---

- IJZERHARD - helpt grenzen te beschermen en ondersteunt afvoer van (energetisch) afval

---

- VENKEL - vergroot je begrip van ware communicatie en helpt vooruit te gaan

---

- WEEGBREE - doorbreekt vicieuze cirkels, helpt los te komen en bevrijdt de geest

en wijs is geworden door alles wat er om hem heen is gebeurd, geeft aarding, een gevoel van verbinding en rust. En een kortbloeiende lotusbloem kan je laten genieten van het huidige moment.

Via de fytotherapie, de kruidengeneeskunde, is al bekend dat bepaalde bloemen en planten iets voor mensen kunnen betekenen: lavendel werkt ontspannend, St. Janskruid wordt ook wel ingenomen tegen neerslachtigheid en kamille is rustgevend. Welke remedie je nodig hebt is te beredeneren, maar dan zit je verstand ertussen. Veel beter is het om intuïtief te kiezen of te pendelen\*, want misschien komt er wel iets uit waar je verstandelijk niet op komt, maar wel iets is wat je nu goed kunt gebruiken. Bovendien werkt elke bloesemremedie anders voor iedere persoon, simpelweg omdat iedereen iets anders uit te zoeken heeft. Je kunt een onderwerp in gedachten nemen en kiezen op intuïtie, je kunt kiezen op het uiterlijk van de bloem (is eigenlijk ook intuïtief), op de titel van een remedie of de remedie opzoeken van de bloem die in je hoofd opkomt. Als je goed afgestemd bent, voel je of het middel passend is. Kinderen kun je beter zelf laten kiezen - ouders hebben vaak al een oplossing bedacht voor hun kroost, terwijl er in de onderlaag iets anders kan spelen.

>



### Wijze vibraties

De wijsheid van de bloem wordt op het lichaam overgebracht door middel van vibraties. Je hoeft de druppels niet per se in te nemen, ze werken ook als je ze op de huid druppelt. Daarom zijn ze ook heel geschikt voor kinderen en dieren. Druppels vermengen zich met het water in je lichaam, delen hun boodschap en geven zo energetische ondersteuning, harmoniseren het evenwicht. Een probleem kan onder verschillende lagen bedekt zijn en het lichaam doet wat hij kan met de boodschap, dat zal bij de een resulteren in een inzicht en voor de ander voelen als een steuntje in de rug. De druppels kunnen het beste met enige regelmaat genomen worden: soms zijn gewoontes zo verankerd in het lichaam dat de boodschap meerdere keren gebracht moet worden om hem te kunnen verwerken. Hoe veel je nodig hebt is te pendelen\*, want voor iedereen anders. Remedies kunnen ook werken voor ruimtes: je kunt ze druppelen in de hoeken van een kamer, in een verdampertje of een flesje in slaapkamer zetten.

### Workshop Bloesemremedies

Wil je ook leren luisteren naar de boodschappen van bloesems en ontdekken hoe remedies balans kunnen brengen? Sandra geeft 18 t/m 22 mei een workshop Bloesemremedies, waarin je met een klein groepje op ontdekkingstocht gaat en de planten- en bloemenwereld in duikt. Leuk voor jezelf of als je bloesemremedies wil integreren in je praktijk als coach of therapeut. Kijk voor meer info op [scfessences.com/nl/workshops](http://scfessences.com/nl/workshops)

### Zuiver bloemenwater

Hoe gaat het duiden van de betekenis van een plant of bloem en het maken van een remedie nou eigenlijk in z'n werk? Sandra legt uit dat het belangrijk is om te werken met zo zuiver mogelijk water. Kraanwater gaat door te veel processen heen, dat is niet meer vitaal. Ook in regenwater vind je te veel verdampte vervuiling. Bronwater is beter. Britta- en Berkey-filters zuiveren het water van vuil en chemicaliën, maar doen niets voor de structuur. Je hebt ook speciale flessen die een draaikolk kunnen maken in het water zodat het weer vitaal wordt. Wetenschapper Masaru Emoto ontdekte ooit al dat mooie woorden of muziek effect hebben op water, de ijskristallen van dat water worden dan symmetrisch, terwijl ze van lelijke woorden en heftige muziek juist uit balans gaan. Water kan dus informatie opslaan, doorgeven en delen. "Dat laat meteen zien hoe belangrijk je eigen emotionele status is wanneer je remedies maakt," zegt Sandra. "Net als het soort water dat je gebruikt, is innerlijke rust bij het maken onontbeerlijk. Wanneer ik bloesemremedies ga maken, laat ik me graag roepen door de bloemen die het liefste een bloesemremedie willen worden en hun boodschap willen delen met de mensen. Dat gebeurt vooral als de bloemen in bloei staan, want dan komen hun spirituele waarden het sterkst naar voren." Met blaadjes van de bloem maakt ze de remedie op een speciale krachtplek in de tuin en vervolgens mediteert ze erop, soms heeft ze daar maanden voor nodig: wat wil deze bloem vertellen? "Zelfkennis en intuïtie zijn belangrijk om helder te kunnen communiceren met de plant, om zijn boodschap, die soms uit diverse lagen bestaat, goed te kunnen interpreteren. En vertrouwen dat het inzicht gaat komen, want het hoeft dus niet overnacht duidelijk te zijn wat een plant te melden heeft." Planten en bloemen hebben één boodschap, die iedereen op zijn eigen wijze interpreteert, maar dan toch op hetzelfde neerkomt. Sandra: "Inmiddels maak ik ook remedies van bijzondere spirituele plekken. Zo heb ik een remedie van Lourdes, die ondersteunt in gebed, heling en meditatie en een remedie van de Atlantische oceaan, die helpt innerlijke vrede te vinden wanneer er onrust is. Heel veel plekken in de natuur hebben iets te vertellen, het is zo bijzonder daarmee in contact te gaan." 🌸

**\* Pendelen: wil je leren hoe je een pendel het beste kunt gebruiken? Dat kun je lezen op [happinez.nl/pendelen](http://happinez.nl/pendelen)**