



Edith W. Kiendl
Musik, balans & blomster
Växjö

Hej kära Bachblomster-vän!

Äntligen har våren kommit och vi får åter glädja oss åt alla små växter som tittar upp och sträcker sig mot solen.

I detta nyhetsbrev får vi möta stjärnan bland Bachblomsterna: **Star of Bethlehem.**

Fastän jag älskar alla Bachblomster så är denna vackra vita blomma ändå min personlig favorit. För mig utstrålar blomman något så oerhört rent och samtidigt kraftfullt att jag alltid känner mig tröstad och trygg. Så även i fjol när jag var på tjänsteresa i Japan. På första morgonen i Saitama utanför Tokyo bestämde jag mig för att ta en promenad till stadens Shintotemplar. Med trötta steg fyllda av hemlängtan traskade jag på tills jag kom till en park med vackra urgamla träd. En hög portal ledde in till tempelområdet. Plötsligt fick jag syn på några vita blommor bredvid en klar liten källa som stod och nickade mot mig. Jag blev alldeles varm om hjärtat när jag kände igen *Star of Bethlehem*, det var som att möta en gammal vän.

På sidan 2 i nyhetsbrevet bjuder vi på första delen av Edward Bachs egen berättelse **Resenärerna** från 1934 (i svensk översättning av E.W.Kiendl). Måhända att du känner igen några personer i sällskapet...

Och slutligen vill jag tipsa dig som är sugen att testa och experimentera själv lite med Bachblomster om en rolig och utvecklande Bachblomster-workshop i Göteborg den 15 maj.

Star of Betlehem

lat. namn *Ornithogalum umbellatum*, svenskt namn *morgonstjärna*

Morgonstjärnan är en lågväxande lökväxt med många gröna blad med vit mittnerv. Blommorna bildas i en kvast, de kan vara upp till 20 blommor tillsammans. Blomtiden är maj/juni.

De vita stjärnformade blombladen går i ihop på natten och öppnas endast vid solsken. I äldre litteratur står att växten blommar på soliga dagar mellan kl. 11 och 15. Därför kallas blomman även för "Middags mjölkstjärna".



Genusnamnet *ornithogalum* är sammansatt av de grekiska orden *ornis* (fågel) och *gala* (mjölk). Släkten är stor, det finns omkring 200 arter av *ornithogalum* i Europa, Afrika och Asien. I Sverige odlades den först 1658 i Uppsalas Botaniska Trädgård. Förr i tiden åts växtens lök ibland som grönsak, fast i stora mängder är den giftig för både människor och djur och löken kan utlösa hudirritationer hos känsliga personer.

Hela växten, men framförallt löken, innehåller hjärtglukosider. Extrakt från löken har visat sig ha en liknande effekt på hjärtat som digitalis, dvs. den sänker hjärtslagets frekvens samt stärker hjärtslaget. Det verksamma kemiska ämnet är *Convallatoxin*, ett ämne som även visat sig vara verksamt mot lungcancer. Samma ämne finns i Liljekonvaljen, en växt som också traditionellt har använts för att behandla hjärtfel och ödem.

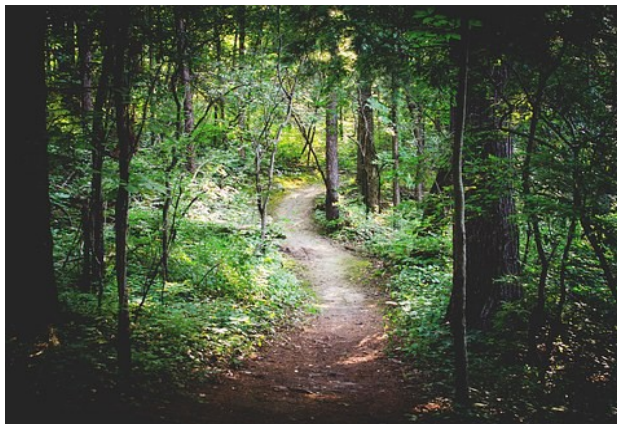
Det engelska namnet *Star of Bethelhem* kommer från en kristen legend. Enligt legenden brast stjärnan som ledde de Tre vise männen till platsen för Jesu födelse sönder i en kaskad av vita stjärnor efter att de Tre hade kommit fram till Jesusbarnet. Miljontals fragment av stjärnor föll ner på jorden och blev till små vita blommor.

Bachblomman *Star of Bethelhem* hjälper oss vid chock och trauma. Oavsett om vi nu har ramlat nedför trappan, varit med om en trafikolycka, fått en dålig diagnos eller blivit rånade så är chocken vi upplever en känsla som skakar om både kropp och sinne i sina fundament. Vi tror att tiden läker alla sår. Men ekot av den traumatiska känslan stannar kvar inom oss. Ibland ligger det precis under ytan och kan visa sig i form av skuggor eller mardrömmar. Eller så har det tryckts långt ner i glömskan och kan då ta sig upp under jobbiga perioder i livet. Det underbara med *Star of Betlehem* är att det läker alla trauman oavsett hur gamla de är. Essensen ingår även i Nödfallsdropparna.

Resenärerna

en berättelse av Dr. Edward Bach (fritt översatt av Edith W. Kiendl)

Det var en gång, en gång i alla tider, en grupp på 16 resenärer som gav sig ut på en vandring genom skogen.



I början gick allting bra, men efter en stunds vandrande började en i gruppen som hette *Agrimony* misstänka att de hade tagit fel väg. Senare på eftermiddagen när solen stod över grantopparna och skuggorna bland träden började bli längre blev även *Mimulus* lite rädd. Det kändes läskigt att ha gått vilse.

Något senare hade solen gått ner. Sällskapet vandrade i trädens skuggor, omgiven av skogens nattliga ljud som nu började framträda allt tydligare. Stackars *Rock Rose* fick panikångest. Med bultande hjärta och skräckslagna blickar hasade hon fram.

Snart var det bäcksvart i skogen. Mitt på natten då vandrarna mödosamt letade sig fram i mörkret tappade *Gorse* hoppet. Han stannade upp och sade till de andra: "Jag orkar inte gå vidare. Fortsätt ni, jag ska stanna här och vänta på att döden ska komma och befria mig från det här eländet."

Även *Oak* misstänkte att det var kört för dem och att ingen i sällskapet någonsin skulle återse solljuset. Icke desto mindre sträckte han på sig och förkunnade med beslutsam röst: "Jag tänka kämpa på in i det sista", varpå han stampade iväg genom diket med raska steg.

Scleranthus hyste fortfarande hopp om att allting skulle ordna sig. Samtidigt var hon lite osäker på vad som borde göras. Först kändes som om den ena vägen var den rätta, men redan i nästa ögonblick verkade det mer troligt att stigen på andra sidan skulle leda rätt.

Clematis lunkade på, tålmodigt och utan att klaga. Hon brydde sig faktiskt inte det minsta om hon skulle komma hem ikväll eller få sova under träden. Hos *Gentian* svängde humöret en del under nattens gång.

Ömsom muntrade han upp sällskapet med glada kommentarer, ömsom sjönk han ner i en dvala av nedstämdhet och misströstan.

Fortsättning följer.

Hurra, här kommer den.....

Best of Bachblomster *vårens blommigaste workshop!*

När? Ons 15 maj kl. 17 – 21

Var? Human Touch Body & Brain, Pusterviksgatan 15, Göteborg

En workshop enligt principen "lära genom att göra". I komprimerade teoridelar lär du dig vad Bachblomster är för något, hur de fungerar och vad de är bra för. Teorin varvas med praktiska moment och övningar där vi utforskar och analyserar våra känslor.

Du kommer att framställa din egen Bachblomster-kroppsolja som du får med dig hem. Kvällen avslutas med en skön avslappnande blomstermeditation. Manual och fika samt beståndsdelarna för blomsteroljan ingår.

Kursavgift: 450 inkl. moms, betalas via swish till Susanne 0704042099, kvitto fås på plats.

Mer info om kursen finns på www.kiendl.se

