



Biserka Bahunek
bioenergoterapeut



Biserka Bahunek

*Reiki majstor
učitelj i
bioenergetičarka,
stručnjak za
Bachovu cvjetnu
terapiju*



Bachove cvjetne kapi

Neizlječive bolesti ne postoje. To je samo stanje Duše, koje se očituje na tijelu u obliku raznih bolesti, kao posljedica dusevnog stanja, tvrdi gospođa **Biserka Bahunek**, koja već 15-ak godina uz pomoć bioenergije, Reikija, medicinske i biomasaže te **Bachovih cvjetnih kapi**, zdravlje i radost života, uspješno vraća tisućama ljudi s najtežim i najbeznadnijim dijagnozama.

Čudesna su iscjeljenja **Ivana P.** od raka pluća dvanaestogodišnjeg dječaka **Petra T.** od epilepsije te gospođe **Marije**, iz Varaždina, koja je nakon teškog oblika epilepsije potpuno iscjeljena. Petogodišnjem dječaku **Marku** od rođenja je cijelo tijelo pokriveno psorijazom, a nakon dva tjedna tretmana Bachovim cvjetnim kapima tijelo je bilo čisto. Pomogla je i onima koji su, pateći od teških bolova (tumora pluća, želuca i drugih) uzimali morfin, da bi u kratkom vremenu prestali sa uzimanjem i danas se osjećaju dobro. Riječ je o ljudima kojima je službena medicina davala svega par mjeseci života, kaže gospođa Bahunek. Velika je radost žene koja je nakon više godina neplodnosti dobila sina, a gospođa Biserka je najsmretnija kad joj se javila žena kojoj je liječnik, nakon tretmana bioenergijom kod nje, rekao: "Pa tu više nema mioma!"

Moram naglasiti da je uz tretman potrebna i želja, povjerenje i vjera u ozdravljenje, kazuje gospođa Bahunek.

Energija cvijeta skupljena u kapi rose od bolesti je spasila i one koji su dugo niz godina patili od raznih psihičkih stanja: nemira, straha, depresija, premorenosti, dusevne i tjelesne iscrpljenosti, nesanicice, arogancije, agresivnosti, šokova, ovisnosti te mnogih drugih stanja Duše, koja se vremenom mogu pretvoriti u bolna stanja kao angina, astma, visoki i niski tlak, problemi sa probavom, cirkulacijom, glavobolje, artritis, lumbago, probleme sa PMS-om, klimakterične tegobe (menopauza) ukočenost zglobova i mišića...

Ono što posebno oduševljava i samu Biserku Bahunek, moć je Bachovih cvjetnih kapi - riječ je o paleti od 38 vrsta cvjetova, koji su pravi Božji dar. Sva energija te biljčice, tog cvijeta, sakupljena je u rosi, u toj kapi, kazuje gospođa Biserka. Snaga prirode tu je nezaustavljiva tvrdi ona i dodaje: za svaku bolest ima barem jedan cvjetić.

Posebno bih naglasila veliku pomoć Bachovih cvjetnih kapi kod male djece, školske djece i studenata te kod ljudi pod stresom (manageri), kod učenika pojačava koncentraciju, hrabrost, daje samopouzdanje za ispitne strahove i tremu, za djecu koja teže i sporo uče.

Gospođa Bahunek mnogo slučajeva nevjerojatnih iscjeljenja čuva u svojoj kartoteci, a pisane zahvale, koje dolaze svaki dan, više i ne broji.

U borbi sa psorijazom Biserka koristi biljne preparate **Danice Kos**, iz Varaždina, a sin gospođe Bahunek - **Tomislav**, vrstan je maser, čije ruke tijelu oboljelih vraćaju životnu energiju. U svojoj dugogodišnjoj iscjeliteljskoj karijeri najveća sreća gospođe Biserke je ta što pomaže ljudima i daruje im ono najdragocjenije - a to je zdravlje.

Sve zainteresirane gospođa Bahunek obavještava da održava i seminare za I, II i III stupanj Reikija.



Biserka Bahunek

Miljackina 42 a (prizemlje), Zagreb

tel. 01/61 50 862 i 091/205 97 71

Članak objavljen u alternativnom časopisu.

Bachove kapi

Ekstrakti 38 cvjetnih vrsta, zarobljeni u bočice, namijenjeni su liječenju raznih psihičkih i fizičkih tegoba. Na Zapadu su jednako popularni danas kao i na početku 20. stoljeća

OZDRAVLJENJA



Bliska Bahunek jedna je od rijetkih naših terapeutkinja koja radi s Bachovim kapima

Globalni povratak prirodi i traženje lijekova upravo u njoj trend je koji već godinama traje. Upravo su tu svoje mjesto pronašle Bachove cvjetne kapi, biljne esencije nastale početkom 20. stoljeća koje je otkrio britanski liječnik dr. Edward Bach. Dok zapadni ženski časopisi vrve savjetima o tim darovima prirode koji se mogu nabaviti u svakoj ljekarni, u nas se o njima malo zna. Ne može ih se nabaviti u slobodnoj prodaji. Šeta, jer se za te eliksire doista tvrdi da imaju iscjeliteljske moći.

Baza od 38 esencija

Bach je, nezadovoljan učinkovitošću klasičnih lijekova u svojoj praksi, odgovor potražio u prirodi. Tvrdi se da je osjetio energetsku vibraciju određenih cvjetova koji su mu potom pomogli da se riješi i vlastitih tegoba, poput nerвозe, nezadovoljstva i bezvoljnosti. Načinio je ukupno 38 esencija od cvjetova za koje je smatrao da su "višeg reda", kojima je liječio brojne psihičke tegobe, ali i fizičke bolesti. I dan-

as im i ime kaže, Bachove kapi se konzumiraju u kapima četiri puta dnevno. Gotovo nema bolesti koja se njima ne može liječiti, a može se kombinirati do sedam esencija - otkrila je Bliska Bahunek, jedna od rijetkih hrvatskih terapeutkinja koja radi s Bachovim kapima. Napominje kako je Bach stvorio prvu mješavinu nazvavši je Prva pomoć (Rescue) jer djeluje kod akutnih napadaja bolesti ili problema poput uboda insekata, mučnine, stresa i slično.

Liječiti dušu, a ne simptome

Najzanimljivije je kako se bira esencija. Naime, terapeute koji rade s Bachovim kapima iskustvo je naučilo koje su kapi najbolje za koje bolesti i poremećaje. No, otkrili su, međutim, da se dvije osobe s istim simptomima ne mogu liječiti na isti način. - Važno je što stoji iza bolesti. Bach je smatrao da sve fizičke bolesti imaju korijen u psihi, odnosno stanjima poput straha, nesigurnosti, bijesa i drugih negativnih osjećaja te da stoga treba liječiti dušu, a ne simptome bolesti. Oni su bili bolni zbog...

ju kod jedne, možda uopće neće imati učinka kod druge, jer dva niza iste poremećaja mogu biti prouzročena dvama potpuno drukčijim stanjima svijesti.

No, osim što kapi može izabrati terapeut, Bach je zamislio vrlo originalan način samoliječanja. On je od svojih pacijenata tražio da "oključuje" intuiciju. Naime, ponudio im je kartice sa slikama svojih 38 biljaka i tražio da intuitivno izaberu onu koja ih najviše privlači. Upravo bi kapi izabrane biljke bile ključ za određenu bolest. Ta se metoda "dijagnoze i terapije" koristi i danas. I djeluje.

Lijek bez kontraindikacija

Prema vlastitim iskustvima Bach je biljke s kojima je radio svrstao u sedam glavnih grupa s kojima je veo sedam sljedećih glavnih stanja: usamljenost, preosjetljivost na tuđe ideje i utjecaje, pretjerana briga, strah, nesigurnost, nedovoljan interes za okolnostima u kojima se nalazimo i otaj. Upravo ta negativna stanja uma, smatrao je on, izazivaju bolesti i sprječavaju da se tijelo vrati u ravnotežu.

- Treba imati malo povjerenja i sve se može izliječiti. Zato najbolje rezultate imam kod djece koja ne sumnjaju u učinkovitost preparata. No, liječila sam i bolesti pu-purice, ovisnosti, migrena i alergija. Uvijek me iznenadi kako dobro i bezo- dje-luju. S Bachovim se kapima ne može pogrešiti. Naime, one se ne mogu predozirati, potpuno su bezopasne jer se rade od neotrovnih biljaka i nemaju nikakvih umjetnih dodataka. Ako i uzmete one kapi koje nisu odgovarajuće za vaš problem, one jednostavno neće djelovati. Nema nikakvih loših posljedica - kaže naša sugovornica koja znanje o toj terapiji nadopunjava već deset godina. Esencije koje liječe osjećaje su Vidilica, Dječja i



Recepti stari 70 godina

Posljednje godine života dr. Edward Bach proveo je u svom centru u engleskom okrugu Oxfordshireu, nedaleko od grada Wallingforda. Svoju je gradsku ordinaciju zamijenio prirodom gdje je do posljednjih godina života proučavao djelovanje biljaka na ljudsko zdravlje. Bach je do svojih saznanja došao skupljajući jutarnju rosu s određenog cvijeta, vjerujući da su u njoj sadržani ljekoviti sastojci, kao što je vjerovao da su cvjetovi izloženi suncu djelotvorniji od onih koji rastu u sjeni. I danas, 70-ak godina poslije, biljne esencije proizvode se prema njegovu receptu. Naime, za dobivanje ljekovitih kapi biljke se ili izlažu suncu u potopljenoj vodi ili se kuha-ju, a potom se dobivena otopina razrjeđuje. Među najpoznatijim esencijama su oni cvjetova jabuka, divjeg kestena, ljubičice, bora, divlje ruže, gorušice, hrasta, vinove loze... Sve su to biljke koje rastu u europskom podneblju. Iako se u Hrvatskoj Bachove kapi teško nabavljaju, već malo zapadnije preko granice mogu se naći na policama većine biljnih, pa i konvencionalnih ljekarni ili se mogu naručiti izravno od proizvođača.

Bach je od svojih pacijenata tražio da "oključuje" intuiciju. Naime, ponudio im je kartice sa slikama svojih 38 biljaka i tražio da intuitivno izaberu onu koja ih najviše privlači. Upravo bi kapi izabrane biljke bile ključ za određenu bolest. Ova se metoda "dijagnoze i terapije" koristi i danas. I djeluje

Važno je što stoji iza bolesti. Bach je smatrao da je korijen svih fizičkih bolesti u psihi, odnosno stanjima poput straha, nesigurnosti, bijesa i drugih negativnih osjećaja te da stoga treba liječiti dušu, a ne simptome bolesti

Članak objavljen u "Večernjem listu".

Bachove

Ekstrakti 38 cvjetnih vrsta, zarobljeni u bočice, namijenjeni su liječenju raznih psihičkih i fizičkih tegoba. Na Zapadu su jednako popularni danas kao i na početku 20. stoljeća

OZDRAVLJENJA



DOMILA KURČIĆ/STYLING

Biserka Bahunek jedna je od rijetkih naših terapeutkinja koja radi s Bachovim kapima

Globalni povratak prirodi i traženje lijekova upravo u njoj trend je koji već godinama traje. Upravo su tu svoje mjesto pronašle Bachove cvjetne kapi, biljne esencije nastale početkom 20. stoljeća koje je otkrio britanski liječnik dr. Edward Bach. Dok zapadni ženski časopisi vrve savjetima o tim darovima prirode koji se mogu nabaviti u svakoj ljekarni, u nas se o njima malo zna. Ne može ih se nabaviti u slobodnoj prodaji. Šteta, jer se za te eliksire doista tvrdi da imaju iscjeliteljske moći.

Baza od 38 esencija

Bach je, nezadovoljan učinkovitošću klasičnih lijekova u svojoj praksi, odgovor potražio u prirodi. Tvrdi se da je osjetio energetsku vibraciju određenih cvjetova koji su mu potom pomogli da se riješi i vlastitih tegoba, poput nerveze, nezadovoljstva i bezvoljnosti. Načinio je ukupno 38 esencija od cvjetova za koje je smatrao da su "višeg reda", kojima je liječio brojne psihičke tegobe, ali i fizičke bolesti. Ista

im i ime kaže, Bachove kapi se konzumiraju u kapima četiri puta dnevno. Gotovo nema bolesti koja se njima ne može liječiti, a može se kombinirati do sedam esencija - otkrila je Biserka Bahunek, jedna od rijetkih hrvatskih terapeutkinja koja radi s Bachovim kapima. Napominje kako je Bach stvorio prvu mješavinu nazvavši je Prva pomoć (Rescue) jer djeluje kod akutnih napadaja bolesti ili problema poput uboda insekata, mučnine, stresa i slično.

Liječiti dušu, a ne simptome

Najzanimljivije je kako se bira esencija. Naime, terapeute koji rade s Bachovim kapima iskustvo je naučilo koje su kapi najbolje za koje bolesti i poremećaje. No, otkrili su, međutim, da se dvije osobe s istim simptomima ne mogu liječiti na isti način. - Važno je što stoji iza bolesti. Bach je smatrao da sve fizičke bolesti imaju korijen u psihi, odnosno stanjima poput straha, nesigurnosti, bijesa i drugih negativnih osjećaja te da stoga treba liječiti dušu, a ne simptome bolesti. On je bio bolistički liječnik

Važno je što stoji iza bolesti. Bach je smatrao da je korijen svih fizičkih bolesti u psihi, odnosno stanjima poput straha, nesigurnosti, bijesa i drugih negativnih osjećaja te da stoga treba liječiti dušu, a ne simptome bolesti

ju kod jedne, možda uopće neće imati učinka kod druge, jer dva naizjed ista poremećaja mogu biti prouzročena dvama potpuno drukčijim stanjima svijesti.

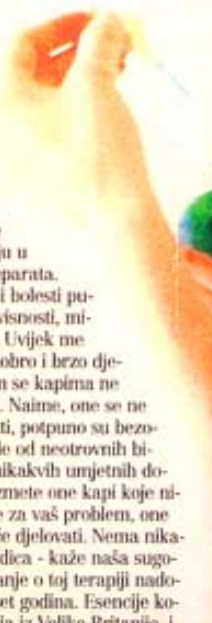
No, osim što kapi može izabrati terapeut, Bach je zamislio vrlo originalan način samoliječenja. On je od svojih pacijenata tražio da "uključuju" intuiciju. Naime, ponudio im je karte sa slikama svojih 38 biljaka i tražio da intuitivno izaberu onu koja ih najviše privlači. Upravo bi kapi izabrane biljke bile ključ za određenu bolest. Ta se metoda "dijagnoze i terapije" koristi i danas. I djeluje.

Lijek bez kontraindikacija

Prema vlastitim iskustvima Bach je biljke s kojima je radio svrstao u sedam glavnih grupa s kojima je vezao sedam sljedećih glavnih stanja: usamljenost, preosjetljivost na tuđe ideje i utjecaje, pretjerana briga, strah, nesigurnost, nedovoljan interes za okolnošću u kojima se nalazimo i očaj. Upravo ta negativna stanja uma, smatrao je on, izazivaju bolesti i sprječavaju da se tijelo vrati u ravnotežu.

- Treba imati malo povjerenja i sve se može izliječiti. Zato najbolje rezultate imam kod djece koja ne sumnjaju u učinkovitost preparata.

No, liječila sam i bolesti poput psorijaze, ovisnosti, migrena i alergija. Uvijek me iznenadi kako dobro i brzo djeluju. S Bachovim se kapima ne može pogriješiti. Naime, one se ne mogu predozirirati, potpuno su bezopasne jer se rade od neotrovnih biljaka i nemaju nikakvih umjetnih dodataka. Ako i uzmete one kapi koje nisu odgovarajuće za vaš problem, one jednostavno neće djelovati. Nema nikakvih loših posljedica - kaže naša sugovornica koja znanje o toj terapiji nadopunjava već deset godina. Esencije koje liječi nastoje iz Valerije Režanec i



Članak objavljen u časopisu "Večernjem listu" (dio).

ve kapi

ENJA

i uopće neće imati
er dva naizjed ista
iti prouzročena
čijim stanjima.

ože izabrati tera-
lio vrlo originalan
. On je od svojih
"uključio" intui-
im je karte sa sli-
ka i tražio da intu-
oju ih najviše pri-
i izabrane biljke
ni bolest. Ta se
i terapije" koristi i

Indikacija

astvima Bach je
dio svrstao u se-
s kojima je vezao
vinih stanja: usa-
vost na tuđe ideje i
briga, strah, nesli-
interes za okolno-
zimo i očaj. Upravo
uma, smatrao je i

ta.
lesti pu-
sti, mi-
jek me
i i bezo dje-
kapima ne
ime, one se ne
otpuno su bezo-
i neotrovni bi-
cvih umjetnih do-
e one kapi koje ni-
vaš problem, one
elovati. Nema nika-
- kaže naša sugo-
o toj terapiji nado-
odina. Esencije ko-
A. B. Bacha i

Bach je od svojih pacijenata tražio da 'uključio' intuiciju. Naime, ponudio im je karte sa slikama svojih 38 biljaka i tražio da intuitivno izaberu onu koja ih najviše privlači. Upravo bi kapi izabrane biljke bile ključ za određenu bolest. Ova se metoda 'dijagnoze i terapije' koristi i danas. I djeluje

Recepti stari 70 godina

Posljednje godine života dr. Edward Bach proveo je u svom centru u engleskom okrugu Oxfordshireu, neda- leko od grada Wallingforda. Svoju je gradsku ordinaciju zamijenio prirodom gdje je do posljednjih godina života proučavao djelovanje biljaka na ljudsko zdravlje. Bach je do svojih saznanja došao skupljajući jutarnju rosu s određenog cvijeta, vjerujući da su u njoj sadržani ljekoviti sastojci, kao što je vjerovao da su cvjetovi izloženi suncu djelotvorniji od onih koji rastu u sjeni. I danas, 70-ak godina poslije, biljne esencije proizvode se prema njegovu receptu. Naime, za dobivanje ljekovitih kapi biljke se ili izlažu suncu u potopljenoj vodi ili se kuha-ju, a potom se dobivena otopina razrjeđuje. Među najpoznatijim esencijama su oni cvjetova jabuke, divljeg kestena, ljubičice, bora, divlje ruže, gorušice, hrasta, vinove loze... Sve su to biljke koje rastu u europskom podneblju. Iako se u Hrvatskoj Bachove kapi teško nabavljaju, već malo zapadnije preko granice mogu se naći na policama većine biljnih, pa i konvencionalnih ljekarni ili se mogu naručiti izravno od proizvođača.

Članak objavljen u časopisu "Večernjem listu" (dio).

ACHOVE CVJETNE KAPI mješavina su 37 cvjetnih esencija, rod kojih svaka pomaže određenom psihičkom stanju čovjeka

LATICICE snaže dušu

Vemoj tretirati bolest, nergj cijelog čovjeka, temeljna je postavka britanskog doktora i bakteriologa Edwarda Bacha, koji je prije osamdeset godina sastavio 37 mlh cvjetova prirodne jeze esencije od kojih svaka vezana za određenu psihičku stanju. Njima kao što dođao preparat čk watera, voda iz kameng izvora. Djelotvornost jaka isprobavati je prvo u Srbiji, a zbog velike koncentracije mnoge naravno ih

je 'Balkama vlog reda'. Kao prve postavio je cvjetne preparate 'impatiens', probojstva i 'mimulus' protiv straha pred poznatim svjetlom. Tada je zaključio da su sve iscjeljujuće vibracije svih drvećih biljaka u cvjetnoj tuzi posebno čiste i intenzivno sadržane, pa je taj efekat pokušao dobiti tako što je svjetlo svijetlog tog bilja stavio na izvorno vjetrove u vodu i izradio sunčevu svjetlost. Kad je uočio da se iscjeljujuće vibracije mogu prijenositi na vodu, rođio su se Bachove kapi isprizila nam je Ilnerka Babunek, jedan je od terapeuta Bachovim cvjetnim kapima kad ona, koja se zove bači oko 25-tak godina. Bachove svjetle kapi djeluju na osjetnost, emocije i um, a za svaku negativno stanje postoji odgovarajuća esencija koja izgovorne misli prevrtala u pozitivne vibracije i time nam poma-

že da se osjetimo opuštenije, sretnije, sigurnije i da se lakše nosimo sa životnim

problezima i stresovima. Uzrok svake bolesti nalazi se u duhovnoj sferi, u pod-

svjesni i osjetivim biokadama koje u nama stvaraju različite slike stvarnosti,

odnosno pogrešno stajališta prema sebi, okolini i ljudima u njoj. To se na kraju manifestira na fizičkoj razini u obliku raznih tjelesnih bolesti: alergija je Biserka Babunek.

Bachovim kapima mogu se tretirati razni strahovi, stresovi, razočarenja, tjeskoba, depresije, problemi s dišnim sustavom, slab ili prevrtalet apetit, kašni problemi, alergije, infekcije, noćni mokrenje djece u krevet, mučnina, problemi s učenjem... Ona osobito ima dobre rezultate kod tretiranja sviznosti, alkoholizma, droge, PTSD-a, što u današnje vrijeme postavlja veliki problem u obitelji.

Strah je najveći neprijatelj zdravlja

Šak je strah postojao, kaže ona, a došlo se tretira s Bachovim cvjetnim kapima pod nazivom Babuka, Viba. Pijeje mljeko ili biserčanska nala, a alergije Vihon i Biskom. Inače, preparat Biserčanska nala dobar je za sve vrste kukova i stvarna nakon teških nesreća, kod gubitka bliske osobe, kod završava i slično, a Viba koja kod jakih strahova kada osoba ima bijesnu da će izgubiti kontrolu nad svime i pri tome na tjelesnoj razini ima osjetaj napetosti u stjezi, probavne smetnje, tegobe sa sinusima, grize noćno... Dječi koja teže uču, imaju manjak samopouzdanja i strah pred ispitom daje preparat Arki, Brijest, Pismo koston ili Pavčina. Dok Bačakovina pomaže kod ljubavne, raznje, agresivnosti, nasilnog ponašanja, grubosti, što je posljedica čestog zlostavljanja u obitelji, kod određivanja komunikacije važno je biti savršeno iskren prema terapeutu, kako bi se mogla izdvojiti najbolja, jer je boraviti individualna za svaku osobu, ovisno u kojemu duhovnom i tjelesnom stanju.

Biserka Babunek



Odabir karata

ko nemo dovoljno sigurni što odabrati i kaavi vam je bolje, kombinacija se može odrediti odabir karata. Na uzorci se karti jedna bilka ima 30 karata, a ostanu poznato, bez razmišljanja treba izvući kartu koja bi ju isprizila za njeno duševno i tjelesno stanje. Izvlače se za svaku stanje po tri, to se obično radi kad osoba iz nekog razloga nije prisutna kod terapeuta ili kad nije sigurna u svoje odluke. Inače, upotrebljavati se mogu i u meditaciji jer daju snagu, olakšavaju odabiranje, daju jurni korak Bachove kapi kod meditacije za izvorni rasni i podržavaju na viši nivo svijesti. Svaka biljka odredi ponuku i afirmaciju pomoću koje rasni usmjerava ili s. Biserka.



Riječ stručnjaka



BISERKA BABUNEK, terapeuta Bachovih cvjetnih kapi

Uzrok u psihi

Bachovi cvjetni preparati pomažu u uklanjanju uzroka bolesti za koje je odgovorna naša psiha. Dr. Edward Bach kaže je preparate podjelio u sedam glavnih skupina, prema psihom stanju na koje djeluju: strah, nesigurnost, nezainteresiranost, osamljenost, stidljivost, sumnja i samozavjerenost. Preparati iz prve skupine pogodni su za osobe koje često gube kontrolu nad sobom, npr. pija, iz druge skupine odgovaraju osobama koje su npr. utonjale užno nego naučivo. Treća skupina odnosi se na različita psihika stanja u koje čovjeka dovedu stres. Četvrta skupina preparata djeluje na stanja koje proizlaze iz osamljenosti: nezainteresiranost, razočarenost, straganje... Oni iz pete i šeste skupine pogodni su za osobe koje imaju otečaj neobitica i gadivodi prema samima sobi, nezadovoljstvo samopouzdanja, osjećaj krivnje i slično. Samozabavljenje, sudjelovanje drugih, sučrti farveje od venija i životni radost podjeljuje su prevleke samokontrolu i mogu se tretirati prirodnim esencijama iz sedme skupine kao što su cikrija, sporte, vinova koca, bakra i izvornika voda. Na kraju iz vlastitog iskustva mogu reći da samo gije klasike lijeveni patnje, ti dioni dionni prirodne, noseje rečnu, snažno djeluju i sigurno mogu pomoći.

Članak objavljen u "Jutarnjem listu".

BACHOVE CVJETNE KAPI mješavina su 37 cvjetnih esencija (od

LATICICE

Vemoj tretirati bolest, nego cijelog čovjeka - temeljna je postavka britanskog doktora i bakteriologa Edwarda Bacha, koji je prije sedamset godina sastavio 37 raznih cvjetova prirodne cvjetne esencije od kojih svaka vezana za određeno psihičko stanje. Njima kao 38 dodao preparat čiji je naziv 'cuckoo water', vodu iz kameg izvora. Djelotvornost Bachovih cvjetnih esencija isprobavao je prvo na sebi, a zbog velike koncentracije snage nazvao ih

'biljkama višeg reda'. Kao prve pronašao je cvjetne esencije 'impatiens', protiv nestrpljenja i 'mimulus' protiv straha pred poznatim stvarima. Tada je zaključio da su sve iscjeljujuće vibracije svih divljih biljaka u cvjetnoj rosi posebno čiste i intenzivno sadržane, pa je taj efekt pokušao dobiti tako što je svježi cvijet tog bilja stavio na izvjesno vrijeme u vodu i izložio sunčevu svjetlu. Kad je uočio da se iscjeljujuće vibracije mogu primijeniti na vodu, rodile su se Bachove kapi ispričala nam je Biserka Bahunek, jedan je od terapeuta Bachovim cvjetnim kapima kod nas, koja se time bavi oko 15-tak godina.

Bachove cvjetne kapi djeluju na osobnost, emocije i um, a za svako negativno stanje postoji odgovarajuća esencija koja negativne misli pretvara u pozitivne vibracije i time nam poma-

že da se osjećamo opuštene, sretnije, sigurnije i da se lakše nosimo sa životnim



Odabir karata

Ako niste dovoljno sigurni što odabrati i kakvo vam je stanje, kombinacija se može odrediti odabirom karata. Na svakoj je karti jedna biljka (ima 38 karata), a osoba koja ih koristi spontano, bez razmišljanja treba izvuci karte koje su joj najpotrebnije za njeno duševno i tjelesno stanje. Izvlače se za svako stanje po tri. To se obično radi kad osoba iz nekog razloga nije prisutna kod terapeuta ili kad nije dovoljno sigurna u svoje osjećaje. Inače, upotrebljavati se mogu i za meditaciju jer biljke zrače, odnosno odašilju vibracije. Mnogi gurui koriste Bachove kapi kod meditacije za duhovni rast i podizanje na viši nivo svijesti. Svaka biljčica sadrži poruku (afirmaciju) pomoću koje naš usmjerava silu tj. iscjeljenju.



Članak objavljen u "Jutarnjem listu" (dio).

i čovjeka

UŠU

ia stajali- za sve vrste šokova i trau-
ollni i lju- ma nakon teških nesreća,
: na kraju kod gubitka bliske osobe,

**Strah je najveći
neprijatelj
zdravlja**

e tretirati me i pri tome na tjelesnoj
:sovi, raz- razini ima osjećaj zagušenja
, depres- u tijelu, probavne smetnje,
im puto- tegobe sa sinusima, grize
lik apetit, nogte... Djeci koja teže uče,
alergije, imaju manjak samopouzda-
mokrenje nja i strah pred ispitom daje
mucanje preparat Ariš, Brijest, Pito-
m... Ona mi kesten ili Pavitina. Dok
re rezul- Božjakovina pomaže kod
a ovisno- ljubomore, mržnje, agresiv-
ge, PTSP- nosti, nasilnog ponašanja,
: vrijeme grubosti, što je posljedica
problem čestog zlostavljanja u obi-
telji. Kod određivanja kom-
binacije važno je biti sasvim
iskren prema terapeutu,

kaže kako bi se mogla odrediti
n kapima najbolja, jer je terapija indi-
vidualna za svaku osobu,
ika, Vrba, ovisno o njenom duševnom
letlehem- i tjelesnom stanju.
je Vrboom preparat
preparat dobar je

Tatjana Alavanja



Riječ stručnjaka



BISERKA BAHUNEK,
terapeut Bachovim
cvjetnim kapima

Uzrok u psihi

Bachovi cvjetni preparati pomažu u uklanjanju uzroka bolesti za koje je odgovorna naša psiha. Dr. Edward Bach svoje je preparate podijelio u sedam glavnih skupina, prema psihičkim stanjima na koja djeluju: strah, nesigurnost, nezainteresiranost, osamijenost, obeshrabrenost, sumnja i samokontrola. Preparati iz prve skupine pogodni su za osobe koje često gube kontrolu nad sobom, oni pak, iz druge skupine odgovaraju osobama koje su npr. umornije ujutro nego navečer. Treća skupina odnosi se na različita psihička stanja u koja čovjeka dovodi stres. Četvrta skupina preparata djeluje na stanja koja proizlaze iz osamljenosti: nesnošljivost, razdražljivost, aroganciju... Oni iz pete i šeste skupine pogodni su za osobe koje imaju osjećaj nečistoće i gadljivosti prema samima sebi, nedostatak samopouzdanja, osjećaj krivnje i slično. Samosažaljenje, osuđivanje drugih, suzdržavanje od veselja i životnih radosti posljedice su prevelike samokontrole i mogu se tretirati prirodnim esencijama iz sedme skupine kao što su cikorija, sporiš, vinova loza, bukva i izvorska voda. Na kraju iz vlastitog iskustva mogu reći da tamo gdje klasični lijekovi zataje, ti divni darovi prirode, naoko nježni, snažno djeluju i sigurno mogu pomoći.

Članak objavljen u "Jutarnjem listu" (dio).



Lisa Alternativna medicina

Bachove cvjetne kapi - mješavina 37 cvjetnih esencija

Cvjetne latice za dušu

Još prije 70-ak godina Edward Bach, britanski liječnik i bakteriolog, sastavio je 37 raznih prirodnih cvjetnih esencija, od kojih je svaka vezana za određeno psihičko stanje. Dodao im je kao 38. dodao preparat pod nazivom rock water - vodu iz kamenog izvora. Njegova osnovna misao u liječenju je bila: nemoj tretirati bolest, nego cjelokupnog čovjeka. Napravio ga je oduševila spoznaja kako su sve iscjeljujuće vibracije svih divljih biljaka u cjelovitoj rosi intenzivno sadržane i posebno čiste, pa je taj učinak pokušao dobiti tako što je svjež cvijet ag bilja stavio na određeno vrijeme u vodu i izlazio ga sunčevu svjetlu.

Onog trenutka kad je uvidio da je iscjeljujuće vibracije moguće primijeniti na vodu, nastale su nadaleko svima dobro znane Bachove cvjetne kapi. Među prvim provalio je preparat usmjeren protiv nestrpljenja i

imunitas protiv straha pred poznatim stvarima.

Sedam glavnih skupina

Dr. Edward Bach preparate je podijelio u sedam glavnih skupina, i to prema psihičkim stanjima na koja djeluju: strah, nesigurnost, nezainteresiranost, osamljenost, obostranost, sumnja i samokontrola.

Gotovo da nema čovjeka koji nije barem jednom u života osjetio neki strah: od samoće, bolesti, smrti, siromaštva, kriznih stanja i slično. Takvim osobama koje često gube kontrolu nad sobom ili su pred živčanim slonovima, namijenjeni su preparati iz ove skupine, a oni iz druge ponužu pri nedostaku samopouzdanja te nesigurnim i neodlučnim osobama koje oklijevaju i teško donose odluke. Također mogu pomoći osobama koje su umornije i ljutije nego na vjeru u nadolazanje takvih

negativnih stanja.

Osobama koje su opterećene prošlošću, jadom i brigama iz prošlosti preparati iz treće skupine vraćat će volju, snagu, radost i interes za život. Djeluju i kod totalne iscrpljenosti, velike pihičke i fizičke pretreniranosti,

kroničnih bolesti, povišenosti i nelojalnih misli. Različita pihička stanja u koja čovjeka dovode stresne situacije poput ravnodušnosti, pospanosti, dezorijentacije, duhovne odsutnosti, gubitka volje za radom, živčanom i učestijem samu su neka od

LISIN EKSTRA SAVJET

Predušno Bachovih cvjetnih preparata u usporedbi s klasičnim lijekovima jest to da ih mogu upotrebljavati odrasli i djeca, bolesni i zdravi ljudi kao preventivu jer su sasvim prirodni, bez umjetnih dodataka, a čak ni nakon dugotrajnih terapija nema štetnih posljedica ili nuspojava. Važno je napomenuti da nisu zamjenjivi kao zamjena za klasičnu medicinu, nego kao njegova dopuna. Zato se mogu uzimati kao dodatak bilo kojem drugom obliku liječenja. Kod određivanja kombinacije važno je biti posve iskren prema svom terapijski kako bi se mogla odrediti najbolja kombinacija esencija, jer je terapija individualna za svaku osobu.

stanja koja se mogu tretirati trećom skupinom preparata. Veliki problem današnjeg svijeta - osjećaj osamljenosti - obilježava sve životne generacije i uzraste. Ta četrta skupina obilježava razna psihička stanja koja protislaže iz osamljenosti. Tako se stanja poput razdražljivosti, svadljivosti, sebičnosti, nepovjerenja, ljubavne... mogu tretirati preparatima iz četrte skupine. Svi su negativni osjećaji raduju se iz osamljenosti, pa ako potraju duže vrijeme, na kraju mogu prerasti u ozbiljnu bolest. Za osobe koje se gade samima sebi, imaju osjećaj krivnje zbog nečega ili im nedostaje samopouzdanja pogodni su preparati pete i šeste skupine.

Uklonjenje uzroka

Od velike pomoći bit će svima onima koji su sumnjivci prema vlastitu uspjehu, koji si nešto probacuju zbog pogreške iz prošlosti, pripisuju tuđe pogreške sebi, onima koje muči osjećaj nedovolnosti. Izbjegavanje velikih odgovornosti, preuveličavanje čestice boli i patnje, očaj, te skrivanje tih stanja pred drugima neke su od posljedica obostranosti i sumnje.

Sve vrste šokova, bilo psihičkih, bilo fizičkih, gubitak drage osobe i teško nenoćeno ogorčenje, ljutnja, waljivanje krivnje na druge zbog vlastite loše sudbine mogu prozračiti iz sumnje koju osoba osjeća prema sebi. Ti su preparati također pogodni za ljude s osjećajima nečistoće, za oslobađanje od loših navika, neugodnih misli, pojave bradavica i ekcema, ličijeva i nezadovoljstva vlastitim izgledom. Preparatom cikorije, vinove loze, bulove i izvorkove vode uspjelo se mogu prirodnim esencijama iz sedme skupine tretirati sva ona

bitna prirodna pomagala u stanjima uzroka bolesti



stanja poput suzdržavanja od veselja, samostaljenja, osuđivanja drugih, stalne napetosti, strogosti prema sebi... Svi ti darovi prirode snažno djeluju i pomažu u uklanjanju uzroka bolesti za koje je u prvom redu odgovorna naša psiha.

Što se sve može liječiti?

Bachovim cvjetnim kapima mogu se tretirati depresije, razni strahovi, gubitak obostranosti, zadržanost, iscrpljenost, besvoljnost, agresivnost, razdražljivost, kožni problemi (psorijaza, dermatitis, alergije, ekcemi, akne, herpes). Tu su i problemi s dišnim putovima (upalna sinusna, astma, bronhi-



Bachove kapi mogu koristiti bolesni i zdravi ljudi

ti zubci, a netko kasnije tijekom odrastanja kad se pojavi destruktivnost, agresivnost prema drugoj djeci, histeričnost i egoizmatizam. Treba spomenuti i probleme s učenjem - sprost, nedostatak volje i koncentracije, odsutnost mladi i nadasve kad se od njih traži da budu perfekcionista. Dobra rezultati pokazali su se kod uklanjanja mučanja, ekcema, grčenja kralježni, klergiranja zubna... Hvale ih i oni koji su se pomučili njih rješiti napetosti i umatanoj žurbe, kao i osjećaja da uvijek moraju biti prvi i "šefovi" ili su bili arogantni iz nesigurnosti.

Osobito dobro reaguju žene koje imaju teškoća s bolnom i neredovitim menstruacijom, one u klimakteriju, s cistama i tumorom, seksualnim problemima...

Spasonosne kapi

Dakako za mnoge su spasonosne one kapi koje "odnose" teške i nepodnošljive bolove, primjerice prije ili nakon operacije. Tretirali se mogu još i osjećaju koji proizlaze iz partnerskih odnosa, npr. ljubavne, nepovjerenje, zavist, slova, oveseljeljivosti, mirnja, nepostojenosti, grubosti i slično. Treba spomenuti i traumne iz djetinjstva, lišene ljubavi u djetinjstvu te zlostavljanje.

Bachove cvjetne kapi ponajprije su tu da uklone uzrok bolesti, te da vrate mir i osjećaj sigurnosti. Za ostale informacije i narudžbu ovih kapi molimo se obratiti terapeutkinji Bilanci Babinec na tel. 01/24 06 776 ili 091/53 76 517. Ima kraja, kako reče dr. Bach: "Ništa nam u prirodi ne može nasokoditi ako umno vjerni i skladni, naprocvata proljeće i tu da joj se radujemo i da je koristimo."

LISA DOZNAJE

Kapi prve pomoći

Ove kapi sastavljene su od pet vrsta cvjetica, univerzalne su i mogu ih upotrebljavati svi, dok se ostale kapi pripremaju i rabe ovisno o problemima i psihičkom stanju osobe koja ih uzima. Kapi prve pomoći koriste se kod nesvjestice, stanja šoka, akutnih psihičkih i fizičkih bolnih stanja, oslobađaju od strahova, panike i vraćaju osjećaj sigurnosti. Pomažu i kod uboda insekata, nagnječenja ili lokalnih bolova, kao hladni ili topli oblog.



Osobito dobro reaguju žene koje imaju teškoća s bolnom i neredovitim menstruacijom, one u klimakteriju, s cistama i tumorom, seksualnim problemima...

Uputstvo

1. U čašu vode stavite 4 kapi te je ispijte malim gutljajima.
2. Kod variranja tlaka potrebno ih je uzeti 2-3 puta uzastopno, svakih 5-10 minuta, do smirivanja tlaka. Isto valja napraviti i kod glavobolje i zubobolje (kapnite ih i na bolno mjesto).
3. Ako je osoba u nesvjesti ili nije u stanju sama piti, mogu se uzeti, desni, mjesta liza usjaju i nožni zglobovi na rukama ovladati ovim kapima.
4. Za vanjsku upotrebu stavite 6 kapi u 1/2 l tople ili hladne vode i koristite kao oblog. Kod nagnječenja mišića staviti u kapeli 15 kapi i ostavite 30 minuta.



Bachove cvjetne kapi - mješavina 37 cvjetnih esencija

Cvjetne latice za dušu

Još prije 70-ak godina Edward Bach, britanski liječnik i bakteriolog, sastavio je 37 raznih prirodnih cvjetnih esencija, od kojih je svaka vezana za određeno psihičko stanje. Dodatno im je kao 38. dodao preparat pod nazivom rock water - vodu iz kamenog izvora. Njegova osnovna misao u liječenju je bila: nemoj tretirati bolest, nego cijelog čovjeka. Najviše ga je oduševila spoznaja kako su sve iscjeljujuće vibracije svih divljih biljaka u cvjetnoj rosi intenzivno sadržane i posebno čiste, pa je taj učinak pokušao dobiti tako što je svježi cvijet tog bilja stavio na određeno vrijeme u vodu i izložio ga sunčevoj svjetli.

Onog trenutka kad je uvidio da je iscjeljujuće vibracije moguće primijeniti na vodu, nastale su nadaleko svima dobro znane Bachove cvjetne kapi. Među prvim pronašao je preparat impatiens protiv nestrpljenja i

mimulus protiv straha pred poznatim stvarima.

Sedam glavnih skupina

Dr. Edward Bach preparate je podijelio u sedam glavnih skupina, i to prema psihičkim stanjima na koja djeluju: strah, nesigurnost, nezainteresiranost, osamljenost, odeshrabrenost, sumnja i samokontrola.

Gotovo da nema čovjeka koji nije barem jednom u životu osjetio neki strah: od samoće, bolesti, smrti, siromaštva, kriznih stanja i slično.

Takvim osobama koje često gube kontrolu nad sobom ili su pred živčanim slomom, namijenjeni su preparati iz prve skupine, a oni iz druge pomažu pri nedostatku samopouzdanja te nesigurnim i neodlučnim osobama koje oklijevaju i teško donose odluke. Također mogu pomoći osobama koje su umornije ujutro nego na večer u naviđavanju takvih

negativnih stanja.

Osobama koje su opterećene prošlošću, jadom i brigama iz prošlosti preparati iz treće skupine vratit će volju, snagu, radost i interes za život. Djeluju i kod totalne iscrpljenosti, velike psihičke i fizičke premorenosti,

kroničnih bolesti, povučeniosti i neželjenih misli. Različita psihička stanja u koja čovjeka dovode stresne situacije poput ravnodušnosti, pospanosti, dekoncentracije, duhovne odsutnosti, gubitka volje za radom, životom i učenjem samo su neka od

LISIN EKSTRA SAVJET

- Prednost Bachovih cvjetnih preparata u usporedbi s klasičnim lijekovima jest to da ih mogu upotrebljavati odrasli i djeca, bolesni i zdravi ljudi kao preventivu jer su sasvim prirodni, bez umjetnih dodataka, a čak ni nakon dugotrajnih terapija nema štetnih posljedica ili nuspojava. Važno je napomenuti da nisu zamišljeni kao zamjena za klasičnu medicinu, nego kao njegova dopuna. Zato se mogu uzimati kao dodatak bilo kojem drugom obliku liječenja. Kod određivanja kombinacije važno je biti posve iskren prema svom terapeutu kako bi se mogla odrediti najbolja kombinacija esencija, jer je terapija individualna za svaku osobu.

stanja koja se mogu tretirati trećom skupinom preparata.

Veliki problem današnjeg svijeta - **osjećaj osamljenosti** - obuhvaća sve životne generacije i uzraste. Ta, četvrta skupina obuhvaća razna psihička stanja koja proizlaze iz osamljenosti. Tako se stanja poput razdražljivosti, svadljivosti, sebičnosti, nepovjerenja, ljubomore... mogu tretirati preparatima iz četvrte skupine. Svi ti negativni osjećaji rađaju se iz osamljenosti, pa ako potraju dulje vrijeme, na kraju mogu prerasti u ozbiljnu bolest. **Za osobe koje se gade samima sebi, imaju osjećaj krivnje zbog nečega ili im nedostaje samopouzdanja** pogodni su preparati pete i šeste skupine.

Uklanjanje uzroka

Od velike pomoći bit će svima onima koji su sumnjičavi prema vlastitu uspjehu, koji si nešto predbacuju zbog pogrešaka iz prošlosti, pripisuju tuđe pogreške sebi, onima koje muči osjećaj nedoraslosti. Izbjegavanje velikih odgovornosti, proživljavanje **duševne boli** i patnje, očaj, te skrivanje tih stanja pred drugima neke su od posljedica obehtrabrenosti i sumnje.

Sve vrste šokova, bilo psihičkih, bilo fizičkih, gubitak drage osobe i teške nesreće, ogorčenje, ljutnja, svaljivanje krivnje na druge zbog vlastite loše sudbine mogu proizaći iz sumnje koju osoba osjeća prema sebi. Ti su preparati također pogodni za ljude s osjećajima nečistoće, za oslobodenje od lakših navika, neugodnih misli, pojave bradavica i ekcema, lišajeva i nezadovoljstva vlastitim izgledom. Preparatom cikorijske, vinove loze, bukve i izvornike vođe uspješno se mogu prirodnim cvjetnim esencijama iz sedme skupine tretirati sva ona



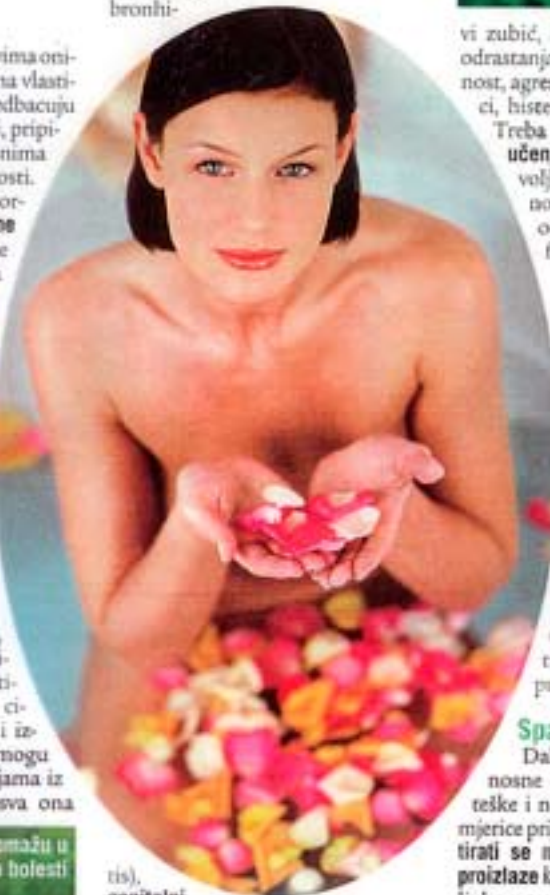
Darovi prirode pomažu u uklanjanju uzroka bolesti

stanja poput suzdržavanja od vesolja, samosažaljenja, osuđivanja drugih, stalne napetosti, strogosti prema sebi...

Svi ti darovi prirode snažno djeluju i pomažu u uklanjanju uzroka bolesti za koje je u prvom redu odgovorna naša psiha.

Što se sve može liječiti?

Bachovim cvjetnim kapima mogu se tretirati depresije, razni strahovi, tjeskoba, obeshtrabrenost, razočaranost, iscrpljenost, bezvoljnost, agresivnost, razdražljivost, kožni problemi (psorijaza, dermatitis, alergije, ekcemi, akne, herpes). Tu su i problemi s dišnim putovima (upala sinusa, astma, bronhi-



tis), **genitalni problemi**, bakterije u mokraći, prevelika težina, slab apetit, razne infekcije, visoki tlak, šećerna bolest, mucanje, noćno mokrenje kod djece, dekoncentracija tijekom učenja, probavne smetnje, slaba cirkulacija, glavobolje.

Dobri rezultati pokazali su se i kod tretiranja osoba koje su imale problema s alkoholom, drogom, PTSP-om, onih koje su doživjele neki šok, imaju samoubilačke misli, te koje su ovisne o cigaretama, hrani, kao i kod onih koje muči ekstremni umor, iscrpljenost, nesаница, noćne more. Pomažu i razdražljivim i plačljivim bebama, oada kad im niče pr-



Bachove kapi mogu koristiti bolesni i zdravi ljudi

vi zubić, a nešto kasnije tijekom odrastanja kad se pojavi destruktivnost, agresivnost prema dragoj djeci, histeričnost i egocentričnost.

Treba spomenuti i **probleme s učenjem** - sporost, nedostatak volje i koncentracije, odsutnost misli i nadave kad se od njih traži da budu perfekcionista. Dobri rezultati pokazali su se kod uklanjanja mucanja, tikova, grčenja noktiju, skrućavanja zubima... Hvale ih i oni koji su se pomoću njih riješili napetosti i unutarnje žurbe, kao i osjećaja da uvijek moraju biti prvi i "šefovi" ili su bili arogantni iz nesigurnosti.

Osobito **dobro reaguju žene koje imaju tegoba s bolnom i neredovitim menstruacijom**, one u klimakteriju, s cistama i tumorom, seksualnim problemima...

Spasonosne kapi

Dakako za mnoge su spasonosne one kapi koje "odnose" teške i nepodnošljive bolove, primjerice prije ili nakon operacije. **Tretirati se mogu još i osjećaju koji proizlaze iz partnerskih odnosa**, npr. ljubomora, nepovjerenje, zavist, zloba, osvetoљubivost, mržnja, zapostavljenost, grubost i slično.

Treba spomenuti i traume iz djetinjstva, lišenost ljubavi u djetinjstvu te zlostavljanje.

Bachove cvjetne kapi ponajprije su tu da uklone uzrok bolesti, te da vrate mir i osjećaj sigurnosti. Za ostale informacije i naredbu ovih kapi možete se obratiti terapeutkinji Biserki Babunec na tel. 01/24 06 776 ili 091/53 76 537.

Na kraju, kako reče dr. Bach: "Ništa nam u prirodi ne može naškoditi ako smo sretni i skladni, naprosto priroda je tu da joj se radujemo i da je koristimo."

LISA DOZNAJE

Kapi prve pomoći

Ove kapi sastavljene su od pet vrsta cvijeća, univerzalne su i mogu ih upotrebljavati svi, dok se ostale kapi pripremaju i rabe ovisno o problemima i psihičkom stanju osobe koja ih uzima. **Kapi prve pomoći koriste se kod nesvjestice, stanja šoka, akutnih psihičkih i fizičkih bolnih stanja, oslobađaju od strahova, panike i vraćaju osjećaj sigurnosti**. Pomažu i kod uboda insekata, nagnječenja ili lokalnih bolova, kao hladni ili topli oblozi.



Upotreba:

1. U čašu vode stavite 4 kapi te je ispijite malim gutljajima.
2. Kod variranja tlaka potrebno ih je uzeti 2-3 puta uzastopno, svakih 5-10 minuta, do smirivanja tlaka. Isto valje napraviti i kod glavobolje i zubobolje (kapnite ih i na bolno mjesto).
3. Ako je osoba u nesvijesti ili nije u stanju sama piti, mogu se usne, desni, mjesto iza ušiju i ručni zglobovi na rukama ovlažiti ovim kapima.
4. Za vanjsku upotrebu stavite 6 kapi u 1/2 l tople ili hladne vode i koristite kao oblog. Kod napetosti mišića staviti u kupelj 15 kapi i ostavite 30 minuta.