



# Blütenblatt

Ausgabe 03 / Dezember 2006

Liebe Leserin,  
lieber Leser,

den Spätherbst habe ich genutzt, um den Bachblütengarten für das kommende Jahr vorzubereiten: neue Beete sind angelegt, Reisighaufen für Igel und andere Winterpausler bereitgestellt, die Zwiebeln gesteckt. Jetzt ist Zeit, den Geräteschuppen aufzuräumen und das Gartenhaus winterfest zu machen.

Bis zum Auftakt des Seminarjahres 2007 am 13./14. Jänner in Wien verabschiede ich mich in die „staade Zeit“. Ich wünsche Ihnen Ausruh-Nischen im vorweihnachtlichen Alltag und friedliche Tage zwischen den Jahren.

Ihre  
Katja Bähr

## In dieser Ausgabe:

Geschenke-Tipps für Weihnachten  
Rätsel / Lösung aus Blütenblatt 02/2006  
LeserInnen-Fragen  
Bachblütengarten-Tipp  
Kinder im Bachblüten-Garten  
Seminartermine

## Blüte des Monats: Honeysuckle



# Rätsel

*Welchen Blüten-Charakteren würden Sie die folgenden Beschreibungen zuordnen?*

A Ich mache meinen Kranz jedes Jahr gleich: Tannengrün, rote Kerzen, karierte Schleifen. Das hat meine Mutter schon so gemacht. (2., 4. und 7. Buchstabe dieser Blüte)

B Aufblasbar, Lieferung inkl. Luftpumpe (4. und 7. Buchstabe)

C Es ist ja echt schade, daß da nur vier Kerzen drauf sollen. Dieses Jahr habe ich mir eine blaue dünne, eine gelbe dicke, eine glitzernde kugelförmige und eine Duftkerze draufgestellt. Den Kranz selbst habe ich mit ganz vielen verschiedenen Grüns gebunden. Wo ich ihn hinstelle weiß ich noch nicht genau. Wahrscheinlich in die Küche, oder ins Wohnzimmer, vielleicht ins Bad? (6. Buchstabe)

D Vier weiße viereckige Kerzen auf einem flachen Teller (1. und 8. Buchstabe)

E Ich mache immer gleich fünf oder sechs Kränze. Wissen Sie, es gibt Leute, die kommen einfach nicht dazu, oder haben nicht das rechte Geschick. Rechtzeitig vor dem 1. Advent bringe ich ihn dann vorbei und wenn ich einen Stollen oder ein gutes Fläschchen Rotwein dafür bekomme, bin ich ganz zufrieden. (2. und 6. Buchstabe)

F Ein Adventskranz hat von der Decke zu hängen. Alles andere ist Unfug. (3. Buchstabe)

*...und wie sieht Ihr Kranz aus? Für die nächsten Wochen wünsche ich Ihnen von Herzen eine schöne Vorweihnachtszeit! Ihre Katja Bähr.*

*Rätselauflösung aus dem Blütenblatt 02: Mit Ihrem Tipp auf Centaury lag Ildiko L. richtig und kann jetzt auf ihrem Nackenkissen wohlverdiente Pausen einlegen.*

Möchten Sie das Blütenblatt regelmäßig in Ihrem Garten finden? Dann melden Sie sich bitte nicht! Sie kennen Leute, die es ebenfalls beziehen möchten? Eine kurze Nachricht mit e-mail Adresse genügt.

# LeserInnen-Fragen

Sandra U. aus Solingen fragt:

Stimmt es, daß eine Bach-Blüten Mischung besser wirkt, wenn man sie auf leeren Magen einnimmt?

Liebe Sandra,  
für Dr. Bach war das Prinzip der Einfachheit grundlegend wichtig. Das gilt für die Herstellung der Blüten genauso wie für die Einnahme. Patienten, die ihre Bach-Blüten Mischung ins Müsli geben, berichten ebenso von einer Verbesserung ihres Zustandes, wie diejenigen, die einen zeitlichen Abstand zu den Mahlzeiten halten. Wichtig ist es in jedem Fall, die Mindestdosierung von vier mal täglich vier Tropfen nicht zu unterschreiten.

Herzliche Grüße  
Katja Bähr



Geschenktipp:

Hinterlegen Sie in Ihrer Apotheke einen Wunschzettel mit den Blüten, die Ihnen im Set noch fehlen!

Schon wunschlos glücklich? Dann schicken Sie Freunde und Familie doch mal im Bachblütengarten Shop vorbei oder stellen Sie ein Geldbäumchen auf: wer sich an den Seminarkosten für Ihren nächsten Kurs beteiligt, darf sich anschließend von Ihnen beraten lassen...



## Bachblütengarten-Tipp:

Gewürz-Blüten (ca. 35 Stück)

100 g Zucker  
2 EL Rübensirup  
150 g weiche Butter  
250 g Mehl  
½ TL Natron  
1 TL gemahlener Ingwer  
½ TL gemahlene Nelken  
½ TL geriebene Muskatnuss  
Mehl zum Ausrollen  
ca. 20 ungesalzene Macadamianüsse halbieren



Backofen auf 180 Grad, Umluft 160, Gas Stufe 3 vorheizen  
Zucker, Sirup, weiche Butter und 1 EL Wasser verrühren.  
Mehl, Natron und Gewürze mischen, zur Sirupmischung geben und zu einem glatten Teig kneten. Den Teig in Folie gewickelt mind. 1 Stunde kalt stellen. Teig auf bemehlter Arbeitsfläche ca. 2 mm dünn ausrollen und mit Blumenförmchen ausstechen. Ausstecherle auf mit Backpapier ausgelegte Backbleche legen und je eine halbe Macadamianuß in die Mitte drücken. Plätzchen im Backofen 6-8 min backen. Auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.

Elke B. aus Chur fragt:

Sind die Notfallbonbons für Kinder besser geeignet als die Creme?

Liebe Elke,  
beruhigenderweise gibt es seit September die Notfallbonbons auch im Original. Sie schmecken wie „besonders leckere Gummibärchen“ (Zitat eines kleinen Patienten). In manchen Situationen lassen sich Kinder leichter überzeugen, ein Bonbon zu essen, als sich eincremen zu lassen. Warum sollte sich z.B. ein Schulkind die Creme auftragen lassen, wenn es gerade verzweifelt versucht eine Hausaufgabe zu beenden und darüber „explodiert“? Aus meiner Sicht sind damit die Notfallbonbons eine weitere Form, einem Kind Bach-Blüten in einer stressigen Situation anzubieten – und sie ihm damit vielleicht (im wahrsten Sinne des Wortes) schmackhaft zu machen.

Nicht zu viele Notfalleinsätze wünscht  
Katja Bähr

# Seminar-Termine

Ich freue mich darauf, 2007 (wieder) mit Ihnen zusammenzuarbeiten. Im Level 2 werden wir die Bach-Blüten von sämtlichen Seiten her beleuchten, betrachten und erfahren. Mit dieser Vorbereitung sind Sie gut gerüstet für den Practitioner Lehrgang (Level 3), in dem wir intensiv den Umgang mit unserem Bach-Blüten-Wissen üben: Gesprächsführung, Einsatz in der Praxis und das Weiterentwickeln unserer persönlichen Stärken.

Falls Sie noch keine Gelegenheit hatten, an einem Level 1 Seminar teilzunehmen, finden Sie Termine und Orte auf der website [www.bachbluetenwissen.de](http://www.bachbluetenwissen.de). Vielleicht möchten Sie auch die kommenden Winterabende zum Level 1 - Fernlehrgang nutzen? Details hierzu finden Sie ebenfalls auf der vorgenannten Website.

Das Seminarjahr startet am 13./14. Januar 2007 mit einem Level 2 Seminar in Wien. Im zentral gelegenen Veranstaltungsraum von Mag. Doskar werden wir uns intensiv mit Ähnlichkeiten und Unterschieden der 38 Blüten befassen.

Im März 2007 lädt die Heilpraktikerschule Westfalen an einen ganz außergewöhnlichen Ort ein: Inmitten eines Parks findet das Level 2 Seminar in der nach Feng Shui Prinzipien gestalteten Villa in Hamm statt. Die Klarheit und Höhe der Räume und der unmittelbare Kontakt zur

Natur werden diesem Kurs eine besondere Note verleihen. Wenn das Wetter mitspielt, entdecken wir vielleicht schon die ersten Blüten.

Das moderne Seminarhotel Laabnerhof in 3053 Laaben (Raum Wien) beherbergt den nächsten Practitioner Lehrgang (Level 3) in Österreich. Hier kommen wir vom 30. März bis 2. April 2007 zusammen. Anmeldeschluss ist der 31. Januar!

Die nächste Station im Seminarreigen ist Winterthur (CH): Vom 20. bis 23. April 2007 haben Sie Gelegenheit, hier im grenznahen Raum am Practitioner Lehrgang (Level 3) teilzunehmen.

Für den 15. bis 18. Juni 2007 steht der Level 3 Termin im Raum Bamberg fest. Im Jahr des 1000-jährigen Bistumsjubiläums gleich aus mehreren Gründen eine Reise wert!

Voraussichtlich Mitte Juni 2007 treffen wir uns in Oberfranken zum Level 3. Nähere Informationen hierzu folgen im nächsten Newsletter.

Gemeinsam mit Nicola Hanefeld plane ich für 2007 Erweiterungstage. Ein Angebot für alle, die ihr Bachblüten-Wissen im Austausch mit anderen auffrischen und ausbauen möchten.

## Kinder im Bachblütengarten:

Liebe Kinder,

diesmal seid Ihr dran mit dem Gewinnen: die CD mit tollen Liedern für Kinder und Erwachsene von Joely und Oliver wird verlost unter allen, die sich draußen gut auskennen und die Antwort auf das folgende Rätsel an mich schicken:

Welch armer Tropf  
hat einen Hut und keinen Kopf  
und hat dazu  
nur einen Fuß und keinen Schuh?

Schöne Grüße aus dem Bachblütengarten  
Eure  
Katja Bähr



P.S.: Wir haben im Blütenblatt wieder unsere kleine Elfe versteckt. Findest Du sie?