

翻訳

これは英語版から翻訳した日本語版です。訳者であるジェイドは台湾に住んでいるBFRPの一人です。中文で書いたウェブサイトとFBがあります。興味があるお方は下記のサイトを参考してお願いいたします。

ウェブサイト：<http://stellaire.pixnet.net/blog>

FB：巫婆的鍋子

できるだけ多くの子供たちがこのカードを使えるように、忝くも翻訳されました。プロの訳者ではないから、訳文の中に多分間違ったところもあるでしょう。もし間違ったところを見つけたら、気を使わなくて、私と連絡してください。(メールアドレス：contact@aimotions.be) 指摘を確認してから修正が行われます。

花にある私の情緒

ヨハン・ポトゥムス



絵
ノワラベンチ
noirel vache

作者

ヨハン・ポトゥムス

www.aimotions.be

絵

ノワラベンチ

www.noirelavache.be

© 2017-2018

翻訳

ジェイド

<http://stellaire.pixnet.net/blog>



エミリーです。

私はね、時々大声で叫びたくて、目の前のものを全部壊したい気持ちがあります。冷静になれません。憂鬱な私を慰めてくれることは何もないです。怖がっている私を安心させることもないです。頭の中に強烈な感情がいっぱいで煩わさせるので、そういう情緒が去ってくれない？

体の中にその感情を感じて、胃の中に穴が開けるように、喉に塊が塞がっているように、私は震えたり、こぶしをかしめたり、叫びたいです。

膝に傷があったときに、父さんは傷に消毒剤を塗ってくれる。咳をしたときに母さんは咳止めシロップをくれる。強烈な感情を湧いてきたときにはバッチフラワーレメディを飲みせます。バッチフラワーレメディは私の感情を再バランスしてくれます。

バッチフラワーレメディは私が経験した色んな感情に対応できます。

あなたのほうはどうでしょうか？ 下記のどちらの絵はあなたの感情を写しますか？

お父さんとお母さんへ

子供も大人も毎日冷静になれるように何度も調整し続けるけど、自分もわからない原因で冷静になれない時もあって気分が悪くなった。もしそのストレスが続けると、免疫システムと体に影響があります。（例えば、インフルエンザ、痛み、疲れとか）

想像してみてください。もし一冊の楽譜に一枚が失われたら、ミュージシャンがその楽譜によって演奏すると、その曲がおかしくて調和しなくなりました。バッチフラワーレメディは正しい振動をして、情緒のバランスを取り戻して、間違いノートを正しいノートに替わります。

人には感情を要ります。一つ一つの感情はそれぞれの役割を持っています。子供に対して耐えない強烈な感情を調和して反対の美德の発展を促す。例えば、焦りを忍耐に替わります。

参考までに、私はもちろん女の子向けのテキストを選んだのですが、カード内のすべての情報も男の子に適用しています。

バッチフラワーレメディプラクティショナー （BFRP）

もし自行診断で選んだレメディーを飲んでから、期待している緩和はないなら、多分見逃すレメディーがあるでしょう。その場合は、専門的に訓練されたBFRPと相談するほうがいいです。BFRPらは徹底した訓練を受け、判断なしに能動的なリスニングに集中します。彼らは時々後ずさりして、あなたの子供への愛着は許されないかもしれない。

プラクティショナーリストと豊かな資料を下記にウェブサイトに掲載されています。

www.bachcentre.com

バッチレメディについてもっと知りたいですか？

バッチセンターのウェブサイトをご覧ください：www.bachcentre.com

バッチレメディーカリキュラムを3レベルになります。

- レベル1: レメディーの紹介
- レベル2: もっと深まる内容を学ぶ。
- レベル3: プラクティショナー

バッチ博士のレメディー

38種類のレメディーは全部の感情状況を含めていて、液状にします。その中に保存のためにアルコールを入れています。ミックスに茶さし一杯のココナッツを入れて、より長く保存できます。

アルコールを含めるものをお嬢さんに飲ませることが心配するかもしれません。花を水に希釈することによって、アルコール含有量は最小限に抑えられます。もし完全にアルコールを避けたいなら、レメディーをお湯にいれてアルコールを蒸発させます。飲むことより他にレメディーを手首か泉門のところに塗るほうもいいです。レメディーもお風呂の水に入れてもいいです。

七つのカテゴリー

バッチ博士ははじめ発見したレメディーが「12のヒーラー」です。人に破壊的に影響がある感情状況と関係があります。後で7つのヘルパーと19の新規レメディーを加えて、7つのカテゴリーになりました。

『恐れ』

アスペン、チェリープラム、ミムラス、レッドチェストナット、ロックローズ

『現実の状況への無関心』

クレマチス、チェストナットバッド、ハニーサックル、オリーブ、マスタード、ホワイトチェストナット、ワイルドローズ

『淋しさ』

ヘザー、インパチエンス、ウォーターバイオレット

『不確かさ』

セラトー、ゲンチアナ、ゴース、スクレランサス、ホーンビーム、ワイルドオート

『敏感すぎて他の人に影響されやすい』

アグリモニー、セントーリー、ホリー、ウォルナット

『失意と絶望』

クラブアップル、エルム、ラーチ、オーク、パイン、スターオブベツレヘム、スイートチェストナット、ウィロー

『他人の幸せを気にしすぎる』

ビーチ、チコリー、ロックウォーター、バーベイン、バイン、

エドワード・バッチ博士の方法

バッチ博士は、英国の医師、外科医、細菌学者およびホメオパシーで1930年に自分の方法を開発しました。「私たちのソールと人格はハーモニーになると、すべてが喜び、平和、幸福と健康です。」言った。

長年の医療行為の間に、情緒と心の状態は病人の健康に影響すると分かってきました。表面に現す病状を治療しなくて、病気の根本原因（情緒）を扱っています。

バッチ博士は自然環境で答えがあると信じています。花、木のつぼみを収集して38種類のレメディを作りました。その中の5種類のレメディをミックスしてレスキューレメディにした。

そのヒーリングモダリティはできるだけ簡単にするほどいいです。誰でも使えるようにしたいです。だから、一つ一つの感情とフラワーレメディの関係を誰でも分かれるように説明してくれました。

子供たちがこの39枚のイラストカードを利用して、今の情緒を説明できるし、親たちもその中に適用なレメディを見つけることができます。

アグリモニー

叱られてもお嬢さんはいつも笑顔を見せて気分は悪くならなく見えますか？アグリモニー子供は自分の困難を言いづらいで、衝突を嫌っていつも笑顔で隠します。アルギモニーはお嬢さんに本当の気持ちを言い出せるようにさせます。

お嬢さんの言葉：

「悪くないです。」

アスペン

お嬢さんは不明な恐怖感を感じていて、なにか不愉快のような、悲劇のようなことを起こる予感があるが、到底どんなことなのか明確に言えない。アスペンは安心感をもたらしてくれる。もし怖げていることを明確いえるなら、例えば、暗い所、妖怪、鬼とか、ミムラスを参考してください

お嬢さんの言葉：

「お父さん、ベットの下のチェックしてくれない？ なにかあるじゃない？」

ビーチ

お嬢さんはどちらが正しいか間違っているかについて明確な考えを持っており、彼女の特定の型に合わないものには耐えられません。彼女が敏感で、ブーメランのように指摘に答えられる。食べ物にも、製品に対してその苛立ちも現れるかもしれません。ビーチはお嬢さんに人に対してもっと寛容で柔軟な態度にさせます。

お嬢さんの言葉：

「あの人はばかですよ。彼は靴ひもを結ぶことさえできません！」

レスキューレメディ

レスキューレメディは五種類のレメディを含めている：チェリープラム、クレマチス、インパチエンス、ロックローズ、スターオブベツレヘム。

これは緊急状況に対応できるレメディーです。例えば、事故、試験、恐怖、爆発のために、自分自身の制御を取り戻し、落ち着かせる必要がある時に。短期的に使用するためだけです。もしその感情的な不快感が続ける場合、他の感情状態を起こす可能性があり、詳しく調べるべきです。

飲み方

二つの方法があります。

- 1) 二滴のレメティを舌の下に垂らすか(子供の場合はこの方法でしないで)、水に入れて飲んでもいいです。
- 2) 30mlのトリートメントボトルにミネラルウォーター入れてから、選んだレメディーを二滴ずつ入れます。完成したトリートメントボトルから4滴を舌の下に垂らすか、飲み物に入れて飲んでもいいです。

(以上二つの飲み方では七種類以上を入れないでください。レスキューレメディーは一種類のレメディーとして使うが、トリートメントボトルに入れる時に普通のレメティと違って四滴を入れてください。)

ピペットが口と接触しないように気をつけてください。

レメディーは短期的な感情状態のために使用できます。より長い時期で使うなら、推薦してる使い方は一日四回、21日飲み続けてください。多めに飲んでも体に悪い影響はありません。お嬢さんは幼稚園や学校へ行くために水のボトルに加えてもいいです。ミックスを定期的に更新するか、水が汚染されている場合は交換してください。

ワイルドオート

お嬢さんは運命的になにかするべきだと思うけど、どの道へいくのか分かりません。色んなことに興味があるけど、彼女に満足感を与えることはできない。野心を実行するほどの粘りはありません。ワイルトオートは熱情があることと彼女の努力の値があることに導いていきます。

お嬢さんの言葉：

「本当に好きなことを見つけません。」

ワイルドローズ

ある時にお嬢さんは自分の感情と関係ない様子を表しています。彼女の反応を期待しているのに、無愛想のままに積極的でもない、消極的でもない、無関心です。喜びを失いました。ワイルドローズは彼女のダイナミズム、熱意と反応する能力を取り戻すでしょう。

お嬢さんの言葉：

「何もしたくないです。」

「あなたがほしいものは何でも気にしません。」

ウィロー

お嬢さんは自分が他の人か状況かの犠牲者だと思い込んでいる。他の人のせい、環境のせい、運命のせいで彼女を不幸にして、全部自分の責任ではありません。ウィローは物事に対して、ただ苦しめるだけではなくて、自分の責任を取って、自己同情になるのは止めさせます。

お嬢さんの言葉：

「私のせいではない。父さんは宿題をするように心づけさせないせいです。」

セントリーー

「娘は思うことを素直に言う！」

お嬢さんは断ることとか、限界を作り定めることができないかもしれない。たとえ代価を払っても助けになるのがすきです。いじめられても耐えます。セントリーーは彼女に自分が本当にしたいことと限界を言い出させることができます。

お嬢さんの言葉：

「皆を喜ばせたい。」

セラトー

自分の中に小さい声をもっと信じたいために、お嬢さんは他の人の意見からの確認を求める。もしそういう確認はなかったら、混乱になって、信用できる人はどこにいるかと分からなくなります。セラトーは彼女うに自分の直感と知識をもっと信じさせます。

お嬢さんの言葉：

「あの.....これは正しい答えですか？」

チェリープラム

お嬢さんは感情が強烈しすぎて、爆裂する恐れがあると考えています。これはチェリープラムの状態です。コントロールができなくて、他の人が自分も傷つくかもしれないことを恐れています。チェリープラムはその圧力を減らして、彼女を冷静に爆裂するような感情の下に隠す原因を説明できるようにさせます。

お嬢さんの言葉：

「もし彼が続けたら、彼を殴る！」

チェストナットバッド

同じ過ちを繰り返したり、同じ困難に直面したときに立ち往生したりするのは想像もつかないかもしれません。しかし、あなたの子供の学習メカニズムが詰まって故障する可能性があります。チェストナットバッドはそのメカニズムを回復させます。それで彼女は経験から学ぶことができようになります。

お嬢さんの言葉：

「あ！ナイフの置く方法はまた間違った。」

チコリー

親たちの脚をつかんで、離れることを断るか、窓から泣きながら、親たちが離れているところをみるか、チコリーの傾向です。

分離不安で苦しいです。たとえ「私を愛しているなら、私と一緒にいてください。」と脅かしてもあなたの愛の証拠を必要します。チコリーは彼女に無条件の愛を分からせます。

お嬢さんの言葉：

「私を愛していますか？」

「一緒にいてもいい？」

クレマチス

「彼女は一匹のハエでさえ気をそらす。」星の王子様のように、お娘さんは自分の星に住んでいます。彼女を地球に連れ戻すことは非常に難しいです。時間を守れないし、忘れっぽいです。クレマチスは彼女にそのままの想像力と創造性を持ちながら、今の現実を見えるように生活させます。

お嬢さんの言葉：

「え？何か言った？」

ウォルナット

成長というのは続々の移り変わりの時間です。家族の保護から幼稚園に入るには非常に大きな適応性が必要する。それと似てるようなことも他にあります。例えば、引越し、赤ちゃんの誕生など。そういう変化がある時期にウォルナットは一番いいレメディーです。

もしお嬢さんが他人の情緒に影響されやすいなら、ウォルナットも外部の影響を隔離して保護できます。

ウォーターバイオレット

お嬢さんはいつも皆から離れている。友達と一緒にいるのはいやで一人にいるほうがいいと思う。あまり他の人に近づきたくないし、他人を信用できない。ウォーターバイオレットは自然に友達を作れる雰囲気を見せます。

お嬢さんの言葉：

「一人にここで遊びたい。他の人はあそこに遊んでいるから。」

ホワイチェストナット

同じな心配事を何回もお嬢さんの頭の中に回っています。過度の集中力と繰り返す思考は睡眠障害になります。ホワイチェストナットはお嬢さんの思考の迷路に光を照らして頭の騒ぎを落ち着かせます。

お嬢さんの言葉：

「頭の中に同じ考えが繰り返して湧いてくる。」

スイートチェストナット

完全な失意。極度の苦悩。お嬢さんはもう限界になった。スイートチェストナットはいい結果が出ない状況を受け取りに導き、負担できないことを背負って、受け取るできないことを受け取ります。

お嬢さんの言葉：

「大好きな玩具は壊した。もう直せない。」

「痛いです。もう打つ手が無い。」

バーベイン

お嬢さんは本当にミニスーパーヒーローです。すべての不公平に立ち上がる。100mphで生活している。自分がすべき事だと確信があったら、他の人の説得に乗り出す。バーベインはお嬢さんの反応をすこし抑制して、他人の意見に対してもっとオープンな態度で対応できません。

お嬢さんの言葉：

「皆さん、一緒に地球を救いましょう！」

バイン

正真正銘のボスです。お嬢さんはいつも他の人に命令を下して皆に緊張させている。他の人に対して何が一番いいかということがその他人より分かると確信があるから。バインは彼女が意見を言い出す態度を少し下げさせて、他人に共感を覚えるようにさせます。

お嬢さんの言葉：

「バッグを持ってくれ！これで筋トレしよう！」

クラブアップル

自分の体に歪んだ考えがあります。自分の外観を嫌いで、自分にどこか間違ったところがあると信じています。彼女は少しの汚れ、食べ物と他のものさえにうんざりしています。細かいことと順序に過度に気にかけます。クラブアップルは彼女に、物事を見通すのを助けます。

お嬢さんの言葉：

「私は太りすぎる。」

「早く、ウェットワイプを取ってきて！手がぬめぬめしてる。」

エルム

もし人生を高速道路に走っていることに例え、いつも順調に走っているところで、突然渋滞になって速度が下げらなくていけない時もあります。一時的にどうしようもないと思います。そういうようなことを負担できない考え方はお嬢さんの生活に影響しています。例えば、宿題、部活動、家事など。エルムは彼女により大きな効率と優先順位を設定する能力を与える。

お嬢さんの言葉：

「サッカー、ギター、柔道と宿題、多すぎてもういやだ。」

ゲンチアナ

お嬢さんは小さな不具合であきらめた。彼女は悲観的に勇気がすこしもないです。ゲンチアナは彼女を励まして、失望を超えさせて、目標を達成する。

お嬢さんの言葉：

「黄色い鉛筆がないから、この絵を完成できない。」

「前回もう失敗した。もう一度試す価値はない。」

ゴース

お嬢さんはもう希望を失われた。もしなにかの意見を出したら、彼女は人に喜ばせるためにその意見に従ってするけど、もう打つ手がないと信じています。ゴースはまだ希望があってする手があると分かせます。若い子供たちの中にこういう感情状態はあまりないです。

bombardsお嬢さんの言葉：

「もし一緒に走るなら、私は自転車に乗ってみます。でも、多分だめです。もう何回乗ってみてだめです。」

ヘザー

寂しいから、チャットの爆弾を周りの人に投下し続けます。残念ながら、この行為は他の人に対して迷惑なことです。だから、さらに孤独感を感じています。ヘザーは他の人とのコミュニケーションがよくなることを助けます。過度の注意喚起行動についても役に立ちます。

お嬢さんの言葉：

「だれも私の話を聞いてくれない。」

ホリー

兄弟姉妹に嫉妬を持っています。彼女は復讐、憤慨、疑い、怒りを望む傾向がある。他の人に向かって攻撃行為を現れます。ホリーは彼女が他の人と対峙するときにもっと合理的にさせる可能性があります。

お嬢さんの言葉：

「彼を恨んでる。」

「彼女たちは絶対に陰で私の悪口を言っていると確信がある。」

ロックウォーター

お嬢さんは非常に自分自身を要求しています。仕事のリズムは挑戦的で、厳しいルールに従っています。自己犠牲を示し、自分自身に楽しい余地を与えません。ロックウォーターを飲むと彼女は日常生活の中でもっと明るさと自発性を見つけるでしょう。

お嬢さんの言葉：

「体によくないから、絶対にチョコレートを食べません。」

スクレランサス

いつも選択に迷っています。どの服を着るということさえ決めることも難しいです。スクレランサスはお嬢さんの決定を下す能力を改善します。他に様々な障害にも役に立ちます。例えば：失読症、統合運動障害、計算障害など。

お嬢さんの言葉：

「絵描きクラスと登山クラス、どっちがいいか迷ってます。」

スターオブベツレヘム

スターオブベツレヘムは慰めの花です。悪いニュースを聞いたり、事故があったというような心理的か物理的なショックの後に役立ちます。悲しい時に、何か失った時に、トラウマになった時に、スターオブベツレヘムは慰めをもたらすでしょう

お嬢さんの言葉：

「ブレストットが失くしたから、もういやだ。」

「私のワンちゃんが死んだから、悲しいです。」

「私はもう大変です。」

パイン

お嬢さんは罪悪感を抱いている。どんな失敗でも自分のせいだと考え込んでいます。他人の過ちにも謝って責任を取らなければいけないと思います。パインで自分がもうできるだけ精一杯したから、まだ改善する必要があっても、皆と責任を分担してもっと公平に仕事をする方法を考えさせます。

お嬢さんの言葉：

「私のせいです。弟さんの面倒は私の責任なのに。」

レッドチェストナット

親と子供の繋ぎは少しずつ発展します。子供が成長している間にだんだん親から離れて自分の道を歩いていきます。その間、親も子供も自由になります。でもお嬢さんはこういう分離が難しいかもしれません。目の前にいてない間に親しい人達（親、兄弟姉妹、ペットなど）に何か危ないことがあったかもしれないと想像します。レッドチェストナットは他の人達が自分自身を世話することができることを彼女に安心させます。

ロックローズ

パニック的に強い恐怖があったときに役に立つロックローズです。合理的な思考や行動を試みることはもう不可能です：お嬢さんは、パニックに襲われ石化しています。体の表現は発汗、震え、息切れなどです。ロックローズはお嬢さんの機能を回復させて適当な態度で今の状況に対応できるようにさせます。

お嬢さんの言葉：

「私は震えるほど怖いです。」

ハニーサックル

少しのノスタルチアが一番だが、お嬢さんは過去の時間に生活しています。いつもあの時はいいなと言ってくれます。例えば、元の学校、古い家、小さいごろ。ハニーサックルは彼女を今の現実に関係して今のことで新しくいい思い出を作ります。

お嬢さんの言葉：

「パパとママはまだ一緒に住んでいた時はいいな。」

ホーンビーム

何かをする必要があると考えるだけで、行為を起こす気がないです。実行する勇気を見出すのも時間を掛かります。何も先延ばしにします。ホーンビームは彼女の情熱を少し起こして、前へ歩き出します。

お嬢さんの言葉：

「あ〜あ！服を整えたくないです。明日にする。」

インバチエンス

お嬢さんはあなたに圧力を加えている：「ママ、もう帰れない？」「もう着いた？」まだ何もしてないのに、すぐ終わりにしたいです。他の人は遅すぎると思います。食べるときにあまり噛んでなくてすぐ飲み込みます。インバチエンスは彼女の落ち着きを和らげ、他の人のリズムにも耐えられるようにします。

お嬢さんの言葉：

「退屈だ。なにかをしない？」

ラーチ

時々他の人と比べる必要はないが、お嬢さんは友達が自分より才能があつて、賢いで自分が何もうまくできないと思ってしゃがみ込んでいる。ラーチは自分のためになにかをする喜びと自信をもたらして、他の人と比べる必要もないし、行動の結果を期待する必要もありません。

お嬢さんの言葉：

「私の友達は私よりよくできたので、やめた。」

ミムラス

ミムラスははっきり口に出せる心配のためのレメディです。例えば：暗い、犬、水、蜘蛛、雑音、鬼などです。ミムラスはお嬢さんに勇気をもたらしてその心配に対決できるようにさせます。

もしこの心配は恐怖かパニックになったら、もっと適用なレメディはロックローズです。

お嬢さんの言葉：

「そのピエロが怖い。」

ミムラス

人見知りと臆病なお嬢さんに助けます。人と挨拶するにも難しいと思う、知り合った人に会っても同じです。また公衆の中で電話にでるのも難しいです。ミムラスは彼女に他の人と接する自信を持たせます。

お嬢さんの言葉：

「挨拶したくない。」

「クラスで話すのは怖いです。」

マスタートード

理由がない気落ちを感じている？先までまだ状況はいいのになんか黒い雲は突然に来て周りは暗くなつたように力が落としてできることは何にもない。マスタートードは光をもたらして苦悩している彼女をはげします。

お嬢さんの言葉：

「私にも憂鬱の原因がわかりません。」

オーク

辛抱強く限界まで努力し続けている。彼女の勇気と決心は限界がないです。もう気力がなくても努力し続ける。オークは彼女に適度さを見せて自分の限界がもっとわからせます。

お嬢さんの言葉：

「記録を破るまで練習します。」

オリブ

寝ても体の調子は回復してなかったり、疲れているけど眠れられない。オリブは体の回復機能を復活させてたまってる疲労を回復させる。その疲労感はあるし、心理的にもあるか情緒的にもある。

気をつけてください。ほかの体と情緒の状況も睡眠問題を起こすから医者ともう一度確認の方がいいです。

お嬢さんの言葉：

「疲れてたので授業中で寝ちゃった。」