

# درمان با غنجه‌های باخ

تئوری و عمل

کتابی مرجع و حاوی مشروح ترین توصیفات درباره غنجه‌های باخ

## نوشته‌ی مختیلد شفیر

ترجمه‌ی مازیار جفروودی  
با همکاری فاطمه پیغمبرزاده



## فهرست

۱۵۹	۱۵. هالی (Holly)	۷۸۲
۱۵۱	۱۴. هدر (Header)	۷۸۳
۱۴۵	۱۳. گرس (Gorse)	۷۸۴
۱۴۰	۱۲. جشن (Gentian)	۷۸۵
۱۳۵	۱۱. اilm (Elm)	۷۸۶
۱۲۸	۱۰. کراب اپل (Crap Apple)	۷۸۷
۱۲۰	۹. کلمتیس (Clematis)	۷۸۸
۱۱۱	۸. چیکری (Chicory)	۷۸۹
۱۰۳	۷. چستنات باد (Chestnut Bud)	۷۹۰
۹۶	۶. چری پلام (Cherry Plum)	۷۹۱
۹۱	۵. سریتو (Cerato)	۷۹۲
۸۳	۴. سنتوری (Centaury)	۷۹۳
۷۶	۳. بیچ (Beech)	۷۹۴
۷۰	۲. آسپن (Aspen)	۷۹۵
۶۱	۱. اگرموونی (Agrimony)	۷۹۶
۵۵	فصل چهارم: سی غنچه باخ	
۴۳	فصل سوم: چگونه غنچه باخ صحیح را پیدا کنیم؟	
۲۳	فصل دوم: غنچه‌های باخ چگونه اثر می‌کنند؟	
۱۵	فصل اول: خوددرمانی با غنچه‌های باخ، روش درمانی کل نگر	
۱۳	مقدمه نویسنده	
۱۱	مقدمه زهرا حدادی	
۹	مقدمه فاطمه پیغمبرزاده	
۷	مقدمه متوجه	

دسته هایی از گیاهان را میتوان با استفاده از این ترتیب نامیدن اینها برای همچنان  
آنکه میتوان از آنها برای درمان بخوبی استفاده کرد. این ترتیب از این دسته هایی است:  
۱. گل و برگ ۲. گیاهانی که برای درمان بخوبی میتوانند از آنها برای درمان بخوبی استفاده کرد.  
۳. گیاهانی که برای درمان بخوبی میتوانند از آنها برای درمان بخوبی استفاده کرد.  
۴. گیاهانی که برای درمان بخوبی میتوانند از آنها برای درمان بخوبی استفاده کرد.  
۵. گیاهانی که برای درمان بخوبی میتوانند از آنها برای درمان بخوبی استفاده کرد.

### مقدمه مترجم

هنگامی که پانزده سال پیش، در شهر کلن آلمان "بطور اتفاقی" کتاب دکتر ادوارد باخ، به نام "خود را شفا بده"، را از یک کتابفروشی دسته دوم فروشی به قیمت یک یورو خریداری کردم، در گذار از یک مرحله از زندگیم به مرحله دیگری قرار داشتم. جهانبینی ماتریالیستی، که تا آن زمان بر من غالب بود، دیگر قادر به تبیین قانع کننده زندگیم و جهان اطرافم نبود.

در همان دوره شاهد آن شدم که گفتمان حاکم بر پزشکی و روان پزشکی اغلب به جای آن که حقیقتاً در پی غلبه بر بیماری های جسمی و روحی باشد، تنها حاصلش از میان برداشتن علائم بیماری است. بنابراین زمانی که از زبان ادوارد باخ، به عنوان یک پزشک، خواندم، که او به دنبال نالمیدی خود از درمان های سنتی پزشکی ابتدا به همیوپاتی روی آورد و سپس غنچه هایی را، که اکنون به غنچه های باخ مشهورند، کشف نمود، کنجکاویم برانگیخته شد.

از آن هنگام هم در تئوری و هم در عمل اوقات زیادی را صرف پژوهش درباره عصاره های این غنچه ها کردم و شاهد افسون این غنچه ها در شفای خود و دیگران بوده ام. بنابراین تصمیم گرفتم کتاب حاضر را، که در آلمان مهمترین کتاب مرجع درباره غنچه های باخ است، به فارسی ترجمه کنم. به ویژه از آن جهت که تاکنون کتابی به زبان فارسی در این خصوص ترجمه نشده است.

۱۶۷	۱۶. هانی ساکل (Honey Suckle)
۱۷۴	۱۷. هورن بیم (Hornbeam)
۱۸۱	۱۸. ایمپیشن (Impatiens)
۱۸۸	۱۹. لارچ (Larch)
۱۹۴	۲۰. میمیولس (Mimulus)
۲۰۲	۲۱. ماسترد (Mustard)
۲۰۹	۲۲. اک (Oak)
۲۱۶	۲۳. آلو (Olive)
۲۲۲	۲۴. پاین (Pine)
۲۳۰	۲۵. رد چستنات (Red Chestnut)
۲۳۶	۲۶. راک رز (Rock Rose)
۲۴۲	۲۷. راک واتر (Rock Water)
۲۵۱	۲۸. اسکلرانتس (Scleranthus)
۲۵۸	۲۹. استار آف بتلهم (Star of Bethlehem)
۲۶۵	۳۰. سوییت چستنات (Sweet Chestnut)

اکنون از زبان مختیلید شفر، نویسنده این کتاب، سی غنچه از مجموعه سی و هشت غنچه باخ را به شما معرفی می‌کنم. توصیف هشت غنچه باقیمانده را نیز به زودی تقدیمان خواهم کرد.

در این کتاب هم مثل همه جای دنیا نام انگلیسی غنچه ها آمده است.  
از خانم لیلا احمدی برای مطالعه دقیق و تصحیح متن و از خانم شقاویق  
رضادوست برای ترجمه نام و تلفظ انگلیسی غنچه ها بسیار مشکرم.

مازیار جفروودی

۱۳۹۵، زمستان، هیجان‌لا

نیای روح‌بگشته را با نهاده رفع می‌داند رحیمه رعله را می‌بیند و روح‌بگشته بیان می‌کند که رعله را لمعه دیده و همچنان خود را لمعه می‌داند. اینی لام را لمعه می‌داند و این را از چشم بینید. اینی را از چشم بینید و این را از چشم بینید. اینی را از چشم بینید و این را از چشم بینید. اینی را از چشم بینید و این را از چشم بینید.

## مقدمه نویسنده

کتاب حاضر را در سال ۱۹۸۱ بنا به تقاضا و تشویق بیماران و همکارانم نوشتم. آن‌ها مایل بودند با این روش درمان طبیعی، که تا آن زمان هنوز در آلمان ناشناخته بود، آشنا شوند.

كتابي که در دست داريد درباره روشی درمانی است، که بنا به خواسته کاشف آن، پزشك انگليسي، دكتور ادوارد باخ<sup>۱</sup>، بايستى هم در اختيار درمانگران و هم در اختيار افراد عادي و بدون آموزش پزشكى قرار گيرد. در اين كتاب سى و هشت غنچه معرفى مى شوند. توصيف اين غنچه‌ها به کسانى که آن‌ها را مصرف مى کنند کمک مى کند تا شفائي روحى عميقى که در اين غنچه‌ها نهفته است درک نمایند و بتوانند راحت‌تر با مشكلات خود مواجه شوند.

ما مى خواهيم به کمک عصاره غنچه‌های باخ گرايشات احساس منفي خود را نظير احساس ناالماني، احساس حسادت، احساس يأس و...، که ريشه در شخصيت ضعيفمان دارند درمان کنيم.

هدف آن است که روح‌مان پالايش يابد و خود را بشناسيم، استعدادها يمان شکوفا شوند و به اين ترتيب شخصيتی محکم و ثابت یافته و در برابر اختلالات روحی و روان تنی مقاومت بيشرتري به‌دست آوريم. با وجودی که اين غنچه‌ها

تأثیر مستقیمی بر بیماری‌های جسمی ندارند ولی قادراند برای پیشگیری از این بیماری‌ها به کار روند. غنچه‌های باخ امروز هم در همان نقاطی که دکتر ادوارد باخ آن‌ها را جمع‌آوری می‌کرد جمع‌آوری می‌شوند. بنا به نظر دکتر باخ، این سی‌وهشت غنچه درمان همه‌ی وضعیت‌های روحی منفی شخصیت آدمی را در بر می‌گیرد و مجموعه‌ی کامل و منسجمی را تشکیل می‌دهد!

آنچه از این غنچه‌ها می‌تواند برای درمان روشی مفید باشد، این است که از این غنچه‌ها برای درمان عصایر مخصوصاً از این قرار می‌باشد.

#### عصاره‌ی غنچه

عصاره‌ی غنچه در این روش در سال ۱۸۹۲ میلادی توسط ایزابل بولکا در فرانسه ابداع شد. این روش در این زمانه در فرانسه و ایالات متحده آمریکا محبوب شد و این روش را می‌توان از این دو کشور معرفی کرد.

برای این روش ابتدا باید یک غنچه را از یک گل از گونه‌ی *Baccharis halimifolia* برداشت و آن را در یک ظرف پلاستیکی قرار داد. سپس این گل را در یک ظرف پلاستیکی قرار داد و آن را در یک ظرف پلاستیکی قرار داد.

در این روش ابتدا باید یک غنچه را از یک گل از گونه‌ی *Baccharis halimifolia* برداشت و آن را در یک ظرف پلاستیکی قرار داد. سپس این گل را در یک ظرف پلاستیکی قرار داد و آن را در یک ظرف پلاستیکی قرار داد.

برای این روش ابتدا باید یک غنچه را از یک گل از گونه‌ی *Baccharis halimifolia* برداشت و آن را در یک ظرف پلاستیکی قرار داد. سپس این گل را در یک ظرف پلاستیکی قرار داد و آن را در یک ظرف پلاستیکی قرار داد.

برای این روش ابتدا باید یک غنچه را از یک گل از گونه‌ی *Baccharis halimifolia* برداشت و آن را در یک ظرف پلاستیکی قرار داد. سپس این گل را در یک ظرف پلاستیکی قرار داد و آن را در یک ظرف پلاستیکی قرار داد.

۱. برای تهیه این عصاره‌ی غنچه‌ها می‌توانید به سایت [www.bachcentre.com](http://www.bachcentre.com) مراجعه نمایید.