

Mechthild Scheffer

# Die Original Bach-Blüten- therapie

Das gesamte theoretische  
und praktische  
Bach-Blütenwissen

IRISIANA

# Inhalt

Kapitel 1: Zur Einführung .....	9
1. Für ein neues Miteinander ...	
Botschaft und Beitrag der Bach-Blüthenherapie .....	15
2. ... wie Sie dieses Buch optimal nutzen .....	18
Kapitel 2: Seelentherapie mit Blütenenergie - Medizin der Menschlichkeit .....	19
1. Die Vision von Edward Bach .....	20
2. Die Botschaft der Intuition .....	22
3. Genialität und Nächstenliebe .....	24
4. Simplicity - Die Einzigartigkeit der Bach-Blüthenherapie in acht Punkten .	27
<b>Kapitel 3: Heal Thyself- »Heile dich selbst«</b>	
<b>Die geistigen Grundlagen der Bach-Blüthenherapie .....</b>	<b>29</b>
1. Schöpfung und Schicksal .....	30
2. Tugenden und Mängel .....	31
3. Gesundheit und Krankheit .....	32
4. Krankheitsursachen: .....	32
5. Die Heilungsstrategie von Edward Bach .....	33
<b>Kapitel 4: Zur Wirkungsweise der Bach-Blüthen .....</b>	<b>37</b>
1. Interpretation aus geistiger Sicht: .....	38
2. Bach-Blüthen in der Aura, im bioenergetischen Feld: .....	39
3. Hypothese aus naturheilkundlicher Sicht .....	41
4. Bach-Blüthen und Immunsystem .....	42
5. Eine Patientin über die Wirkung der Bach-Blüthen: .....	42
<b>Kapitel 5: Die Seelenpflanzen des Edward Bach .....</b>	<b>43</b>
1. Blütenpflanzen und menschliche Entfaltung .....	44
2. Bachs Kriterien für seine Pflanzenwahl .....	45
3. Die neue einfache Potenzierung: Sonnenmethode und Kochmethode ....	46
4. Die Frohnaturen der Pflanzenwelt - Merkmale und Standorte .....	47
5. Die sieben Bach-Gruppen .....	55

Kapitel 6: Das Bach-Blütensystem .....	57
1. WICHTIGE HINWEISE ZU DEN BLÜTENBESCHREIBUNGEN .....	58
2. BESONDERE EIGENSCHAFTEN DER BACH-BLÜTENMUSTER .....	59
1. AGRIMONY - DIE EHRLICHKEITS-BLÜTE .....	62
2. ASPEN - DIE AHNUNGS-BLÜTE .....	67
3. BEECH - DIE TOLERANZ-BLÜTE .....	71
4. CENTAURY - DIE BLÜTE DES DIENENS .....	76
5. CERATO - DIE INTUITIONS-BLÜTE .....	81
6. CHERRY PLUM - DIE GELASSENHEITS-BLÜTE .....	85
7. CHESTNUT BUD - DIE LERN-BLÜTE .....	90
8. CHICORY - DIE MÜTTERLICHKEITS-BLÜTE .....	95
9. CLEMATIS - DIE REALITÄTS-BLÜTE .....	101
10. CRAB APPLE - DIE REINIGUNGS-BLÜTE .....	106
11. ELM - DIE VERANTWORTUNGS-BLÜTE .....	111
12. GENTIAN - DIE GLAUBENS-BLÜTE .....	115
13. GORSE - DIE HOFFNUNGS-BLÜTE .....	119
14. HEATHER - DIE IDENTITÄTS-BLÜTE .....	123
15. HOLLY - DIE HERZÖFFNUNGS-BLÜTE .....	128
16. HONEYSUCKLE - DIE VERGANGENHEITS-BLÜTE .....	133
17. HORNBEAM - DIE SPANNKRAFT-BLÜTE .....	138
18. IMPATIENS - DIE ZEIT-BLÜTE .....	142
19. LARCH - DIE SELBSTVERTRAUENS-BLÜTE .....	147
20. MIMULUS - DIE TAPFERKEITS-BLÜTE .....	151
21. MUSTARD - DIE LICHT-BLÜTE .....	156
22. OAK - DIE AUSDAUER-BLÜTE .....	161
23. OLIVE - DIE REGENERATIONS-BLÜTE .....	166
24. PINE - DIE BLÜTE DER SELBSTAKZEPTANZ .....	170
25. RED CHESTNUT - DIE ABNABELUNGS-BLÜTE .....	175
26. ROCK ROSE - DIE ESKALATIONS-BLÜTE .....	179
27. ROCK WATER - DIE FLEXIBILITÄTS-BLÜTE .....	183
28. SCLERANTHUS - DIE BALANCE-BLÜTE .....	188
29. STAR OF BETHLEHEM - DIE TROST-BLÜTE .....	193
30. SWEET CHESTNUT - DIE ERLÖSUNGS-BLÜTE .....	198
31. VERVAIN - DIE BEGEISTERUNGS-BLÜTE .....	202
32. VINE - DIE AUTORITÄTS-BLÜTE .....	207
33. WALNUT - DIE GEBURTSHELFERIN .....	212
34. WATER VIOLET - DIE KOMMUNIKATIONS-BLÜTE .....	217

35. WHITE CHESTNUT - DIE GEDANKEN-BLÜTE . . . . .	221
36. WILD OAT - DIE BERUFUNGS-BLÜTE . . . . .	226
37. WILD ROSE - DIE BLÜTE DER LEBENSLUST . . . . .	230
38. WILLOW - DIE SCHICKSALS-BLÜTE . . . . .	234
39. RESCUE, »ERSTE HILFE«- ODER »NOTFALL-TROPFEN« . . . . .	239
<b>Kapitel 7: So finden Sie die richtigen Bach-Blüten . . . . .</b>	<b>243</b>
1. Machen Sie sich mit den Blütenbeschreibungen vertraut . . . . .	245
2. Beobachten und erkennen Sie eigene typische Reaktionsmuster. . . . .	245
3. Studieren Sie die »menschliche Natur« . . . . .	246
4. Sammeln Sie erste Einnahmeerfahrungen. . . . .	247
5. Möglichkeiten und Grenzen der Selbstbehandlung . . . . .	249
<b>Kapitel 8: So können Sie Ihren Mitmenschen mit Bach-Blüten helfen. . . . .</b>	<b>253</b>
1. Innere Vorbereitung . . . . .	255
2. Die Struktur des Bach-Blütengesprächs. . . . .	258
3. Die Nachbereitung des Bach-Blütengesprächs. . . . .	262
<b>Kapitel 9: Praxis der Original Bach-Blütentherapie. . . . .</b>	<b>263</b>
1. Zubereitung, Dosierung, Einnahme . . . . .	264
<i>Die beiden klassischen Zubereitungsmethoden.</i> . . . . .	264
<i>Andere Anwendungsformen.</i> . . . . .	265
<i>Aufbewahrung der Bach-Blütenkonzentrate.</i> . . . . .	266
<i>Hinweise für Dosierung und Einnahme.</i> . . . . .	267
<i>Wie läßt sich die Bach-Blütentherapie mit anderen Therapien kombinieren?.</i> . . . . .	268
2. Verlaufsformen und typische Reaktionen . . . . .	270
<i>Die beiden klassischen Verlaufsmuster.</i> . . . . .	271
<i>Häufige Reaktionen.</i> . . . . .	272
<i>Erkenntnisse durch Träume.</i> . . . . .	273
<i>Wenn man keine Wirkung spürt.</i> . . . . .	274
3. Erfahrungen aus verschiedenen Anwendungsgebieten. . . . .	276
<i>Die begleitende Behandlung von körperlichen Krankheiten.</i> . . . . .	276
<i>Bach-Blüten für Kinder.</i> . . . . .	279
<i>Bach-Blüten im weiblichen Lebenszyklus, bei Schwangerschaft und Geburt.</i> . . . . .	283
<i>Was man bei der Behandlung von alten Menschen wissen sollte.</i> . . . . .	285
<i>Bach-Blütentherapie bei Suchtkranken, Behinderten und Psychiatriepatienten.</i> . . . . .	285
<i>Bach-Blütentherapie für Haustiere.</i> . . . . .	287

Kapitel 10: Ähnlichkeiten und Unterschiede zwischen verschiedenen Bach-Blüten - mit Referenztablelle. ....	291
Referenztablelle. ....	328
Kapitel 11: Rezeptbausteine zur Anregung für individuelle Bach-Blütenmischungen. ....	331
1. Anleitung zum Arbeiten mit den Rezeptbausteinen. ....	332
2. Reaktionsmustergruppe zur ersten Orientierung: Was trifft auf mich zu? ..	334
3. Rezeptbausteine. ....	337
Kapitel 12: Der Doppelfragebogen mit Checklisten zur Einengung der Blütenauswahl. ....	353
1. Anleitung zum Arbeiten mit dem Doppelfragebogen. ....	354
2. Situationsfragebogen. ....	357
3. Charakterfragebogen. ....	359
4. Checkliste zur Einengung der Blütenauswahl. ....	362
5. Gegencheckliste zur Einengung der Blütenauswahl. ....	364
6. Auswertungsbogen. ....	366
Kapitel 13: ABC der Stichworte, Fragen und Antworten. ....	367
Anhang. ....	382
Adressen - Die Institute für Bach-Blütentherapie in den deutschsprachigen Ländern. ....	382
Literatur zur Original Bach-Blütentherapie. ....	383