

Dr. Edward Bach

Jens-Erik R. Petersen:

Heile dich selbst mit den Bach-Blüten

Aus dem Englischen von Karl Friedrich Hörner

Knaur®

INHALT

TEIL I

Edward Bach

HEILE DICH SELBST 9

TEIL 2

Jens-Erik Risom Petersen

BLÜTENESSENZEN NACH

DR. BACHS METHODE 63

Vorwort	65
Einführung in Bachs Blüthen therapie.	67
Die Bach-Blüthen in alphabetischer Ordnung mit Kurzbeschreibung	92
Die sieben grundlegenden Wirkungsbereiche der Bach-Blüthen.	97
Die Blüthenmittel: Schlüsselbegriffe, Charakteristik, Anwendungsbeispiele.	98
1. Angst	98
Rock Rose 98 • Mimulus 101 • Cherry Plum 104 Aspen 107 • Red Chestnut 110	
2. Unsicherheit	113
Cerato 113 • Scleranthus 116 • Gentian 119 Gorse 122 • Hornbeam 125 • Wild Oat 128	

3- Ungenügendes Interesse an der Gegenwartssituation131
Clematis 131 • Honeysuckle 134 • Wild Rose 137 Olive 140 • White Chestnut 143 • Mustard 146 Chestnut Bud 149	
4. Einsamkeit152
Water Violet 152 • Impatiens 155 • Heather 158	
5. Überempfindlichkeit gegenüber Einflüssen und Ideen161
Agrimony 161 • Centaury 164 • Walnut 167 Holly 170	
6. Mutlosigkeit und Verzweiflung173
Larch 173 • Pine 176 • Elm 179 • Sweet Chestnut 182 Star of Bethlehem 185 • Willow 187 • Oak 190 Crab Apple 193	
7. Übergroße Sorge um das Wohl anderer196
Chicory 196 • Vervain 199 • Vine 202 • Beech 205 Rock Water 208	
Rescue-dasErste-Hilfe-Mittel211
Die Herstellung der Blütenessenzen.214
Die Zubereitung der Blütenmittel.218

TEIL 3
Edward Bach
IHR LEIDET AN EUCH SELBST 221

TEIL 4
Edward Bach
BEFREIE DICH SELBST 243

TEIL 5
Petra Schweikardt
SYMPTOMENVERZEICHNIS 269

ANHANG 325

Die deutschen, englischen und botanischen Namen der	38	Bach-Blütenmittel.....	327
Bezugsquellen der Bach-Blütenmittel			330
Englischsprachige Literatur			331
Deutschsprachige Literatur			332