

Inhalt

1. Teil

Die Bachblütentherapie

Die Kernaussage der Bachblütentherapie	9
Was sind Bachblüten und wie wirken sie.?	9
Was sind positive Gefühle?	10
Was sind negative Gefühle?	10
Warum gibt es negative Gefühle?	10
Wie viel Bachblüten gibt es?	11
Wie finde ich nun die richtige Bachblüte?	11
Wie werden Bachblüten hergestellt?	12
Wie werden Bachblüten eingenommen?	13
Wie viel Blüten kann ich einnehmen?	13
Gibt es bei der Einnahme etwas Besonderes zu beachten?	13
Die Grenzen der Bachblütentherapie	14
Das Ziel der Bachblütentherapie	14
Das übergeordnete Ziel	15
Fazit	15

2. Teil

Bachblütenspaziergang

Der ganz normale Alltag ist unsere Herausforderung!	16
Die Einteilung der Bachblüten	18
Das Land der Angstauflösung	19
Das Land der Sicherheit	24
Das Land der Gegenwart	30
Das Land der Geborgenheit	37

Das Land der Stärke und des Schutzes	37
Das Land der Feinfühligkeit	44
Das Land der Hoffnung	49
Das Land der Soforthilfe	57

3. Teil

Übungen	58
----------------	----

Neue Anwendungsmöglichkeiten	
------------------------------	--

4. Teil

Edward Bach Arzt und Pionier	60
-------------------------------------	----