

INHALT

Dank an meine Wegbegleiter	9
Kapitel 1: Die Medizin der Zukunft – Bachblütentherapie heute	11
»Wir blicken zurück und denken nach vorne«	12
»Vom Höheren Selbst zum Höheren Wir«	13
So ist dieses Buch aufgebaut.....	13
Das ist neu in diesem Buch	14
Kapitel 2: Vier Jahrzehnte mit den Bachblüten – ein Interview	17
Kapitel 3: Zu den geistigen Grundlagen der Bachblütentherapie	31
Was ist die Bachblütentherapie? Definitionen aus unterschiedlicher Sicht	32
Fragen und Aspekte zur Wirkungsweise der Bachblüten	35
Wie kann man die Wirkung der Bachblüten sichtbar machen?	38
Dunkelfelddiagnostik oder Vitalblut-Untersuchung.....	38
Kirlian-Diagnostik.....	41
Zum Lebensplanmodell von Edward Bach	46
Das Lebensplanmodell in Stichworten	47
Die häufigsten Fragen zum Lebensplanmodell der Bachblütentherapie	49
Bachblütentherapie und die Hermetischen Prinzipien	54
Was sind die Hermetischen Prinzipien?	54
Das Prinzip der Geistigkeit	56
Das Prinzip der Entsprechung	57
Das Prinzip der Schwingung	58
Das Prinzip der Polarität	60
Das Prinzip des Rhythmus	62
Das Prinzip von Ursache und Wirkung	64
Das Prinzip des Geschlechts	65
Zusammenfassung	68

Kapitel 4: Die 38 Bachblüten – aktuell	71
Inhalt und Aufbau der Blütenkapitel	72
1 Agrimony. Potenzial: Authentizität	74
2 Aspen. Potenzial: Sensitivität	80
3 Beech. Potenzial: Toleranz	85
4 Centaury. Potenzial: Hilfsbereitschaft	90
5 Cerato. Potenzial: Vertrauen in die Intuition	95
6 Cherry Plum. Potenzial: Innere Gelassenheit	100
7 Chestnut Bud. Potenzial: Lernbereitschaft	105
8 Chicory. Potenzial: Fürsorglichkeit	110
9 Clematis. Potenzial: Gestaltungskraft	114
10 Crab Apple. Potenzial: Ordnungsliebe	120
11 Elm. Potenzial: Verantwortungsgefühl	125
12 Gentian. Potenzial: Glaubenskraft	130
13 Gorse. Potenzial: Hoffnungskraft	135
14 Heather. Potenzial: Identitätsbewusstsein	140
15 Holly. Potenzial: Wohlwollen	146
16 Honeysuckle. Potenzial: Traditionsbewusstsein	151
17 Hornbeam. Potenzial: Innere Spannkraft	157
18 Impatiens. Potenzial: Zeitgefühl	162
19 Larch. Potenzial: Selbstvertrauen	167
20 Mimulus. Potenzial: Tapferkeit	172
21 Mustard. Potenzial: Allverbundenheit	177
22 Oak. Potenzial: Ausdauer	182
23 Olive. Potenzial: Leistungsbereitschaft	187
24 Pine. Potenzial: Selbstakzeptanz	193
25 Red Chestnut. Potenzial: Einfühlungsvermögen	198
26 Rock Rose. Potenzial: Geistesgegenwart	205
27 Rock Water. Potenzial: Geistige Flexibilität	210
28 Scleranthus. Potenzial: Innere Balance	216
29 Star of Bethlehem. Potenzial: Empfindsamkeit	223

30 Sweet Chestnut. Potenzial: Wandlungsbereitschaft	229
31 Vervain. Potenzial: Begeisterungsfähigkeit	235
32 Vine. Potenzial: Führungswille	241
33 Walnut. Potenzial: Standhaftigkeit	247
34 Water Violet. Potenzial: Innere Unabhängigkeit.....	253
35 White Chestnut. Potenzial: Geistige Klarheit	258
36 Wild Oat. Potenzial: Zielbewusstsein	263
37 Wild Rose. Potenzial: Lebenslust	269
38 Willow. Potenzial: Eigenverantwortung	274
 Kapitel 5: Bachblüten in der praktischen Anwendung	281
Neue Erfahrungen und Erkenntnisse zu den Themen »Diagnose«, »Praktische Anwendung« und »Reaktionen«	282
Bachblütentherapie und Klassische Homöopathie: Gemeinsamkeiten und Unterschiede	288
Hilfsmittel für die praktische Arbeit	292
Rezeptbausteine für die schnellere Bestimmung einer individuellen Bachblüten-Mischung	292
Diagnostische Schlüsselfragen	303
Hartnäckige Blockaden – die Arbeit mit den Bachblüten-Spiralen	311
Burn-out-Risiko und Bachblüten	317
 Kapitel 6: Bachblüten in der therapeutischen Praxis	325
Meine eigene Arbeit mit Bachblüten	326
Zu den Gastbeiträgen	331
Eva Tröbinger: Psychische Störungen und Bachblüten	332
Zur Einführung	332
Mein beruflicher Werdegang mit den Bachblüten	333
Das Seelenhaus mit den drei Kellern	335
Psychiatrische Alterserkrankungen: Bachblütenarbeit mit betreuenden Angehörigen	341
Die Begegnung mit psychisch Kranken	344
Hans Peter Kjer: Bachblütentherapie und chronische Krankheiten	345

Einführung	345
1. Funktionelle Beschwerden	348
2. Regulationsstörungen	352
3. Allergie	356
4. Neurodermitis	359
5. Spannungskrankheiten	362
6. Magen-Darm-Krankheiten	365
7. Bluthochdruck	368
8. Asthmatische Beschwerden	372
9. Chronischer Kopfschmerz, Migräne	376
10. Herzbeschwerden	380
11. Rheumatische Störungen	383
Patricia Winkler-Payer:	
Essverhalten und Darmgesundheit mit Bachblüten verbessern	389
Einführung	389
Zu einem gesunden Essverhalten finden mit Bachblüten	391
Damit Gewichtsreduktion durch das Lösen seelischer Blockaden nachhaltig gelingen kann	392
Verschiedene Essmuster und hilfreiche typische Bachblüten – oder:	
Welcher Esstyp bin ich?	393
Wenn die Lust am Essen verloren gegangen ist	397
Aus der Praxis	399
Zusammenfassung: Seelenharmonie und Darmgesundheit	402
Kapitel 7: Dokumentation	405
Information: Original Bachblütentherapie	406
Reaktionsprotokolle	408
Schlüssel zur Seele – das Grundkonzept in Kürze	412
Quiz: Welcher Stress-Typ sind Sie?	417
Der Schiffsuntergang oder: In welchem Passagier erkennen Sie sich wieder?	417
Ausstellung »Krank – Warum?«	422
Ausstellung »Erfühle deine Seelenlandschaft«	424
Kommentierte Publikationsliste	426
Über die Autorin	430