



Die Original Bach-Blüten-Therapie auf einen Blick

Sie gründet sich auf die Entdeckung des englischen Arztes und Philosophen Dr. Edward Bach und wurde durch Mechthild Scheffer in den vergangenen 25 Jahren systematisch weiter ausgebaut.



Das Konzept

Gesund sein, heißt im Gleichgewicht sein!

Die Bach-Blüten-Therapie geht davon aus, dass jedem körperlichen Ungleichgewicht (Krankheit) eine seelische Gleichgewichtsstörung voraus geht. Deren Ursachen sind - so Bach - geistig-seelische Missverständnisse, die zu disharmonischen Seelenzuständen oder Verhaltensmustern führen, wie z.B. Ungeduld, ängstlich sein, zu kritisch sein oder resignieren. Diese Verhaltensmuster werden zu Stolpersteinen bei der eigenen Entfaltung und blockieren den Kontakt zur inneren Stimme, zur eigenen Seelen-Intuition.

Ziel der Bach-Blüten-Therapie ist es, diesen Kontakt wieder zu aktivieren und dadurch das seelische Gleichgewicht wieder herzustellen.

Durch Erkenntnis der „geistigen Missverständnisse“ und die Einnahme der „reharmonisierenden“

Bach-Blüten-Mischung wird blockierte psychische Energie freigesetzt, die nun wieder für seelische Entfaltungsprozesse und körperliche Heilungsprozesse zur Verfügung steht.

Es gibt 38 Bach-Blüten-Konzentrate (ähnlich der Homöopathie) von wild wachsenden Pflanzen und Bäumen. Sie sind nebenwirkungsfrei und vertragen sich mit jeder anderen Form schulmedizinischer und naturheilkundlicher Therapie.

Anwendungsgebiete

Seelische Gesundheitsvorsorge

Wunsch nach Bewusstseinsentwicklung, Charakterstärkung, Harmonisierung disharmonischer seelischer Verhaltensmuster.

Akutbehandlung psychischer Stresssituationen und Lebenskrisen

Z.B. Beziehungskonflikte, Erziehungs- und Schulprobleme, Arbeitsplatzverlust, Midlifecrisis, ggf. ergänzend zu psychotherapeutischen Maßnahmen.

Begleitbehandlung akuter und chronischer Krankheiten

Besonders bewährt bei Beschwerden mit psychovegetativer Symptomatik; z.B. Allergien, Schlafstörungen, Kopfschmerzen und Migräne, Legasthenie, Stottern, Neurodermitis, Psoriasis sowie bei (kindlichen) Entwicklungsstörungen, zur Geburtsvorsorge und zur seelischen Nachsorgebehandlung von leichten und schwerwiegenden Operationen bei Krebs, Herzinfarkt u.a.

Dosierung und Einnahme

Wasserglasmethode: täglich zwei Tropfen pro Essenz im Wasserglas.

Einnahmeflasche: vier Mal täglich vier Tropfen direkt auf die Zunge, auf leeren Magen, abends nach dem Zähneputzen.

Einnahmeflasche: Medizinfläschchen mit Tropfpipette 20-50 ml. Das zu 75% mit Wasser und 25% mit Alkohol (dient nur der Konservierung, Cognac od. Weinbrand) gefüllt wird, dazu aus jedem der ausgewählten Konzentratfläschchen (Stockbottle) einen Tropfen pro zehn ml. In der Regel wird es zu einer Kombination von etwa sechs verschiedenen Blüten kommen, lieber mehr als zu wenig (wobei max. 11)

Bach-Blüten-Therapie bei Kindern

Man sollte Kindern freistellen, Bach-Blüten einzunehmen oder nicht, denn Kinder nehmen Bach-Blüten sehr gerne ein, wenn sie sie wirklich brauchen. Da sie ihrem höheren Selbst oder ihrer Seele noch näher sind als wir Erwachsene und weniger mentale Widerstände aufgebaut haben, reagieren sie nicht nur schnell, sondern auch seismographisch genau auf die Blütenenergien.

Besonders häufig werden Bach-Blüten eingesetzt bei: Schulproblemen, Charakterstärkung, Ängsten, Schlafstörungen, Ess- und Verdauungsstörungen, Kopfschmerzen und Migräne, Allergien, Ekzemen, Asthma bronchiale, Bettnässen, Legasthenie, Stottern, Aggressivität.

Dosierung wie beim Erwachsenen; Zubereitung ohne Alkohol.

Bach-Blüten-Therapie bei Tieren

Die Praxis hat gezeigt, dass Tiere oft besonders rasch auf positive Impulse der Bach-Blüten reagieren, so dass eine Harmonisierung häufig innerhalb kurzer Zeit erreicht ist. Bei akuten „psychischen“ Störungen (z.B. Ängste, Aggressivität), Verhaltensstörungen (z.B. Unsauberkeit, Eingliederungsprobleme), bei Notfällen aller Art.

Die Dosierung wird individuell dem einzelnen Tier angepasst.

Ängste

Innere Panik, kopflos:

Rock Rose

Vor bestimmten definierbaren

Situationen, z.B. Hunde, Fahrstühle etc.:

Mimulus

Man steht enorm unter Druck;

kann nicht loslassen; fürchtet durchzudrehen:

Cherry Plum

Man kann nicht sagen, wovor; vage

Ängste; man nimmt Stimmungen auf:

Aspen

*Man erlebt Ängste um andere Personen,
dazu sehr verwoben mit ihnen oder noch
nicht abgenabelt:*

Red Chestnut

Verunsicherung

*Weil man seiner eigenen
Meinung, nicht vertraut; braucht
die Bestätigung anderer:*

Cerato

*Weil man innerlich immer
wieder hin- und her schwankt:*

Scleranthus

*Weil man durch erlittene
Enttäuschungen skeptisch und
pessimistisch geworden ist:*

Gentian

*Weil man keine klare Zielvorstellung
für sein Leben hat, dadurch
unzufrieden:*

Wild Oat

*Weil man innerlich schon
resigniert hat:*

Gorse

*Weil man glaubt, dass die
Innere Spannkraft fehlt; man
glaubt ohne Stimulantien den
Alltag nicht zu meistern:*

Hornbeam

Zu wenig Gegenwartsbewusstsein

*Da gedanklich anderweitig
beschäftigt; träumerisch:*

Clematis

*Da zu sehr an der Vergangenheit
orientiert; entweder wird diese
überbewertet und idealisiert oder
bestimmte Ereignisse sind noch gar
nicht bearbeitet worden:*

Honeysuckle

*Da man nichts vom Leben fordert und
sich dem Schicksal ergeben hat; oft
nur unterschwellig in bestimmten
Lebensbereichen:*

Wild Rose

Da geistig und körperlich vollkommen
verausgabt und überfordert:

Olive

Da ständig andere Gedanken
im Kopf kreisen, die man nicht
abstellen kann:

White Chestnut

Da zu naiv, wenig aufmerksam gegenüber
tieferen Lebenszusammenhängen
stockende Erfahrungsverarbeitung;
Lernprobleme:

Chestnut Bud

Da in schwermütiger Traurigkeit
befangen, die ohne erkennbare
Gründe kommt und geht:

Mustard

Innerer Rückzug, Einsamkeitsproblematik, Isolation

Weil man glaubt, mit
Schwierigkeiten am besten
allein fertig zu werden, den
anderen Menschen nicht zu
brauchen:

Water Violet

Da man anderes inneres
Tempo hat; es geht alles nicht
schnell genug:

Impatiens

Einsamkeit wird nicht gut
vertragen, deshalb starkes
Mitteilungsbedürfnis; oft
egozentrisch:

Heather

Überempfindlichkeit, Abgrenzungsproblematik

Gegenüber allem, was die
Harmonie stören könnte, z.B.
sorgenvolle Gedanken, Streit;
oft Flucht in die Ablenkung
(Alkohol, Zigaretten u. Ä.):

Agrimony

*Gegen Persönlichkeiten mit
stärkerer Willenskraft; man
wirkt gutmütig, kann nicht
„nein“ sagen; oft sensitive
Persönlichkeiten:*

Centaury

*Labil in phys. Und psych.
Umwandlungsphasen, z.B.
Zähnen, Klimakterium, Umzug,
Berufswechsel; das Neue kann
noch nicht umgesetzt werden:*

Walnut

*Weil gefühlsmäßig, leicht irritierbar;
Misstrauen, Eifersucht, Hassgefühle:*

Holly

Mutlos bis verzweifelt, Defizite und Grenzgefühle

*Weil es an Selbstvertrauen
mangelt; Minderwertigkeitsgefühle:*

Larch

*Weil ein falsches Schuldbewusstsein
besteht; man sich zu viele Vorwürfe
macht oder anhängen lässt:*

Pine

*Weil man wider besseres Wissen
zurzeit glaubt, seiner Aufgabe nicht
gewachsen zu sein:*

Elm

*Weil man keinen Ausweg mehr
sieht und glaubt, dass die Grenze
der Belastbarkeit erreicht sei:*

Sweet Chestnut

*Weil man durch unangenehme
Vorfälle noch wie betäubt ist oder
einen Schock noch nicht verarbeiten
konnte; der „Seelentröster“:*

Star of Bethlehem

*Weil man verbittert ist, grollt und
sich vom Schicksal ungerecht
behandelt fühlt:*

Willow

*Weil man ausdauernd mit allen
Schwierigkeiten kämpft und
trotzdem immer neue Schwierigkeiten
auftauchen:*

Oak

*Weil man glaubt, etwas Unreines
an oder in sich zu haben; weil das
innere Ordnungsprinzip gestört ist
und man dieses schnellstens wieder
herstellen möchte:*

Crab Apple

Übertrieben - man will zu viel

*Manipulative Haltung; man glaubt
Einfluss nehmen zu müssen und ist
enttäuscht, wenn es nicht anerkannt wird:*

Chicory

*Im Übereifer, sich für eine Idee
einzusetzen, treibt man Raubbau mit
seinen Kräften; kann nicht aufhören;
Missionsdrang:*

Vervain

*Man will seinen Willen um
jeden Preis durchzusetzen, nimmt
auf andere wenig Rücksicht:*

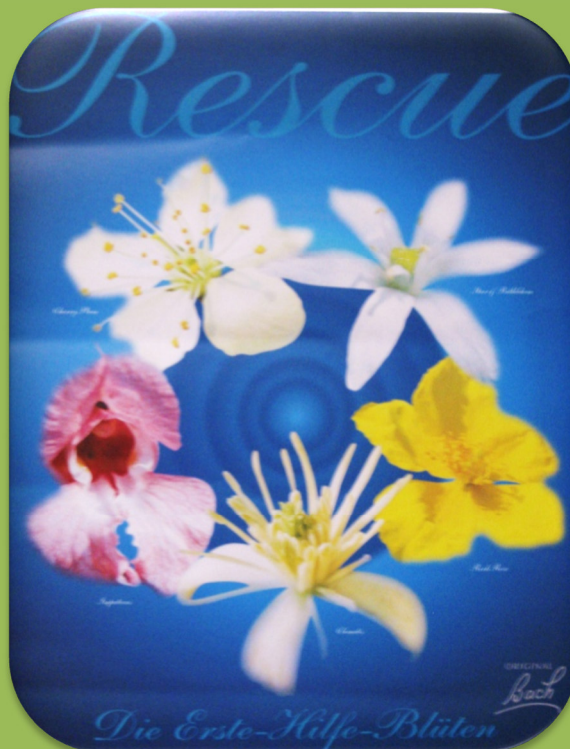
Vine

*Man erkennt schnell die Schwachstellen
in einer Situation, kann das aber nicht
hinnehmen, sondern reagiert sofort
mit Kritik:*

Beech

*Man stellt hohe theoretische Anforderungen
an sich und ist hart gegen sich selbst:*

Rock Water



Notfall-Tropfen: Rescue

Wirkt bei jedem Persönlichkeitstyp

Star of Bethlehem, Rock Rose, Impatiens, Cherry Plum, Clematis

Wenn man seelisch durcheinander ist, z.B. :

** Familienkrach, Auseinandersetzung, Operation, enttäuschende Nachricht*

Wenn einem etwas Unangenehmes bevorsteht z.B.

** Bewerbungsgespräch, Öffentlicher Auftritt, vorm Fliegen, Beerdigung, operativer Eingriff, Gerichtsverhandlung, schmerzlicher Abschied Wenn man einen „Schreck“ bekommen hat z.B.*

** nach Verkehrsunfall, Insektenstichen, Hundebissen, Sportunfällen, Verbrennungen, Erstickungsanfall, allergischen Anfall, nach Herzanfall Wenn man in einer stressgeladenen Atmosphäre arbeiten muss z.B.*

** mit sehr vielen Menschen, unter hohem Zeitdruck*

Preis für 1 Std. Beratung mit Bach-Blüten-Mischung: € 60,- exkl. MwSt.

„Denn das liegt jetzt in meiner Macht: Meinem Leben die Richtung auf das Gute zu geben!“ (Leo Tolstoi)