

Dietmar Krämer / Anne Simons

Bach-Blüten Praxisbuch

Ursprünglich erschienen unter dem Titel *Neue Therapien mit Bach-Blüten - Praxisbuch* beim Scherz Verlag, Bern.

Neuausgabe 2002 Lotos Verlag
Neuausgabe 2003 Ansata Verlag

Überarbeitete und gekürzte eBook-Ausgabe 2011 Isotrop Verlag, Frankfurter Str.155, D-65520 Bad Camberg. www.isotrop-verlag.de

© Dietmar Krämer & Anne Simons

Covergestaltung: Peter Latsch
eBook-Konvertierung: Dietmar Krämer

ISBN (eBook, epub) 978-3-940395-04-7
ISBN (eBook, mobi) 987-3-940395-05-4

Die Informationen, die in diesem Buch vermittelt werden, sollen nicht die Hilfe eines Arztes oder Heilpraktikers ersetzen. Das Buch bezweckt, die Leser zur Gesundheitsvorsorge und Selbsthilfe bei alltäglichen Beschwerden anzuleiten. Manifeste Erkrankungen sollten vor Selbstversuchen unbedingt diagnostisch abgeklärt werden. Massive körperliche Beschwerden oder ernsthafte seelische Probleme gehören grundsätzlich in die Hand eines erfahrenen Therapeuten.

Vorwort

Als ich vor mittlerweile fünfzehn Jahren mein Examen ablegte, war ich eine unbeschwerte, junge Frau, die bis dahin von keinen körperlichen oder seelischen Beschwerden angekränkt war. Zuversichtlich lebte ich vor mich hin, verfolgte zielstrebig mein Studium und war erfüllt von allgemeiner Lebensfreude und Optimismus. Kurz vor der Prüfung erlebte ich zum ersten Mal in meinem Leben eine extreme Verunsicherung. Das passiert zwar vielen Examenskandidaten, aber bei mir war es besonders schlimm: Ich konnte nicht mehr schlafen, hatte Anfälle von Herzrasen und verlor immer häufiger die Nerven. Wenn ich nur an die bevorstehende Angstsituation dachte, geriet ich völlig ins Flattern. Plötzlich war ich überzeugt davon, dass ich zuwenig wusste, mich unsterblich vor den Prüfern blamieren würde und ohnehin viel zu dumm war für ein anspruchsvolles Studium. Meine Freunde erkannten mich in dieser abgrundtiefen Verunsicherung nicht mehr wieder.

Glücklicherweise beschäftigte sich meine Schwester zu dieser Zeit mit den Bach-Blüten und verabreichte mir ein Fläschchen mit Elm und Larch und der strengen Anweisung, diese Tropfen regelmäßig viermal täglich einzunehmen. Ich tat's. Hatte keine Ahnung von Bach-Blüten, gab mir auch keine Mühe zu begreifen, was es damit auf sich hatte. „Schaden kann's nicht, und wenn's hilft, um so besser“, dachte ich. Zum Glück! Denn ich gewann zusehends meine gewohnte Ruhe und Sicherheit zurück und absolvierte geradezu gelassen und souverän diese zuvor so gefürchtete Prüfung.

Nach diesem eindrucksvollen Erlebnis aber wollte ich wissen, was genau passiert war. Ich begann mich mit den Bach-Blüten, ihrem Entdecker und den entsprechenden Therapien zu beschäftigen und verfolge seither die zu diesem Thema immer zahlreicher veröffentlichten Neuerscheinungen.

Dass die Bach-Blüten in den vergangenen Jahren auf immer stärkeres Interesse stoßen, ist wenig überraschend. Angesichts der manchmal hilflos wirkenden Symptombekämpfung der Schulmedizin, die oft zu starke Medikamente einsetzt und damit ihrerseits neue Krankheiten hervorruft, hat die allgemeine Technik- und Fortschrittsgläubigkeit in den letzten zwei Jahrzehnten stark nachgelassen. Viele Menschen suchen nach Alternativen zur immer noch verbreiteten drakonischen Behandlung von Beschwerden. Sie wenden sich sanften Heilmethoden zu, bei denen nicht nur einzelne Symptome kuriert, sondern die Ursachen einer Krankheit behandelt werden. Dabei wird immer deutlicher, dass die Natur uns in geradezu verschwenderischer Weise die Mittel zu unserer Gesundheit - der physischen wie psychischen - anbietet. Wir müssen sie nur erkennen.

Dr. Edward Bach, ein schulmedizinisch ausgebildeter Arzt und erfolgreicher Wissenschaftler unseres Jahrhunderts - er lebte von 1886 bis 1936 in England - gehörte zu den Menschen, die den engen Rahmen von chemischen Formeln und zu einfachen Ursache- Wirkung- Prinzipien überwand, sich auf die Sprache der Natur einließ und sie verstand. Seinen überwältigenden Entdeckungen über die Wirkungen bestimmter Blüten auf die menschliche Seele verdanken immer mehr Menschen ihr geradezu wundervolles Heil-Werden aus schlimmen Zuständen.

Mittlerweile ist die Bach-Blüthenherapie regelrecht in Mode gekommen, insbesondere in der

New-Age-Szene, in der Bachs Gedankengänge bereitwillig aufgenommen wurden.

Jeglicher Boom beinhaltet allerdings auch die Gefahr der Scharlatanerie. So konnte ich beobachten, dass es unter den vielen Büchern über die Bach-Blüten auch solche gibt, die keine neuen Erkenntnisse bringen oder Bachs ursprüngliche Einsichten nur unzureichend wiedergeben.

Ganz anders stellt sich die Auseinandersetzung des Bach-Blüten-Experten Dietmar Krämer dar. Offenbar mit ähnlichen sensitiven Fähigkeiten ausgestattet wie der große Vorläufer, hat er die Blüten-Therapie im Sinne Bachs in entscheidender Weise vorangetrieben und weiterentwickelt. Die Lektüre seiner Bücher und die persönliche Begegnung mit Dietmar Krämer, der sich unermüdlich den Herausforderungen ganzheitlichen Heilens stellt, legen mir die Vermutung nahe, dass Bach, hätte er noch länger gelebt, möglicherweise zu den gleichen Erkenntnissen gekommen wäre wie Krämer.

Ich wünsche den Lesern dieses Buches, dass auch sie von seinen Erkenntnissen profitieren und im richtigen Gebrauch der Bach-Blüten eine beglückende Selbsterfahrung machen.

*Anne Simons,
im November 1997*

Was sind Bach-Blüten und wie wirken sie?

Bei der Behandlung von erkrankten Menschen ging Bach von einer Vorstellung aus, die am treffendsten in seinem Ausspruch „Behandle den Menschen und nicht die Krankheit“ zum Ausdruck kommt. Krankheit betrachtete er als „Korrektiv“ des Körpers, der uns auf diesem Wege Fehler in unserer Lebensweise signalisiert und somit die Möglichkeit gibt, einen für uns günstigeren beziehungsweise den richtigen Weg einzuschlagen. Gesundheit ist für Bach die „vollständige Einheit von Seele, Geist und Körper“. Wenn wir auf die Stimme unserer Seele hören und ihr vertrauen, folgen wir unserem „Höheren Selbst“. Dieses ist bestrebt, unser seelisches Grundkonzept, unseren Lebensplan, auch auf der materiell-physischen Ebene unserer Persönlichkeit zu realisieren und so Körper und Seele in Einklang zu bringen.

Bach fand aufgrund seiner außergewöhnlichen Sensitivität heraus, dass bestimmte Blüten die gleiche Schwingung wie seelische Grundzustände haben. Er legte sie sich auf die Zunge und erspürte, welche Symptome die Pflanze heilen kann. Diese Vorstellung mag zunächst - gelinde gesagt - merkwürdig klingen. Aber haben Sie schon einmal versucht zu ergründen, warum manche Melodien Sie so bewegen können, dass sie Ihnen Tränen in die Augen treiben? Oder denken Sie an die Farbtherapie, die sich der unterschiedlichen Schwingungsfrequenzen der verschiedenen Farben bedient, um mit ihnen sowohl psychisch als auch physisch Veränderungen herbeizuführen. Die Blütentherapie nach Bach ist mit wissenschaftlichen Methoden nicht erklärbar, aber sie wirkt.

Alles Leben ist Schwingung. Jede Zelle schwingt in ihrem eigenen Rhythmus. Ist es da so von der Hand zu weisen, dass auch Pflanzen ihre Grundschwingung haben, die mit bestimmten seelischen Befindlichkeiten identisch sind? Dies jedenfalls ist ein durchaus plausibles Erklärungsmodell für die tief greifenden Veränderungen, die Menschen unter dem Einfluss bestimmter Bach-Blüten immer wieder erfahren: Deren Schwingung regt das positive seelische Grundkonzept im Menschen zu neuer Aktivität und Eigenschwingung an. Blockierende negative Gemütszustände werden umgestimmt und durch positive ersetzt. Die daraus resultierende seelische Ausgeglichenheit aber ist die Voraussetzung für die Aktivierung unserer Selbstheilungskräfte und die Stärkung unseres Immunsystems.

Dass Krankheit eine Folge von negativen Gefühlen und Einstellungen, beispielsweise von bohrendem Hass und lebenslanger Rachsucht, sein kann, ist seit alters her bekannt. Also ist es nur logisch, diese negativen „Gemütszustände“ durch positive zu ersetzen und so die Krankheit zu vermeiden oder rückgängig zu machen.

Bachs Sprache wirkt heutzutage auf fast rührende Art altmodisch: Er spricht von „Seele“, „Tugenden“, von unserer eigenen „Göttlichkeit“, unserem „Höheren Selbst“ und unserem „geistigen Zustand“. Und doch kann es vorkommen, dass man bei aller anfänglichen Befremdung über solche überholten Begriffe und Vorstellungen plötzlich von einer Sehnsucht ergriffen wird. Einer Sehnsucht nach dem Guten, das für Bach der Ausgangspunkt unseres Seins ist. Und wenn in Edward Bachs Lehre die Wahrheit steckt? Dann jedenfalls brauchen wir nur die richtigen Blüten zu ermitteln, die uns aus unserer Blockierung, aus unserer Sackgasse oder gar Verzweiflung herausholen, uns psychisch und seelisch wieder ins Lot bringen können und uns wieder heil machen. Lassen Sie es auf einen Versuch ankommen. Es lohnt sich.

Dietmar Krämers Weiterentwicklung von Bachs Blüentherapie

Bach hatte die 38 Blüten, die seiner Meinung nach ein bestimmtes negatives Seelenkonzept verkörpern, in sieben Gruppen eingeteilt: Angst, Unsicherheit, ungenügendes Interesse an der Gegenwartssituation, Einsamkeit, Überempfindlichkeit gegenüber Ideen und Einflüssen, Mutlosigkeit und Verzweiflung, übermäßige Sorge um das Wohl anderer. Diese sieben Gruppen sind in Anlehnung an die von ihm entdeckten sieben Darmnosoden entstanden. Für die Blüentherapie haben sie jedoch keine zwingende Relevanz.

Dietmar Krämer entwickelte eine neue, praktikable Systematik. Er teilt die Bach-Blüten in zwei Gruppen ein: in Innere und Äußere Blüten.

Die Äußeren Blüten behandeln negative Seelenkonzepte, die aus äußeren Einflüssen resultieren, also Folgen von Schock, zu hohen Anforderungen durch die Umgebung, Verletzungen, Neubeginn u.ä. sind. Zu ihnen gehören Star of Bethlehem, Elm, Walnut, Gorse und Aspen.

Die Inneren Blüten sind wiederum in zwölf Gruppen (Schienen) unterteilt, die mit den Meridianen der chinesischen Akupunktur korrespondieren und bei denen jeweils drei Blüten in einer bestimmten Abfolge zueinander gehören. In diesem Modell werden die Beziehungen der Blüten zueinander - und gleichzeitig die ihr zugeordneten Gefühlszustände - berücksichtigt. Negative Gefühlszustände können die Folge von nicht behandelten anderen vorausgegangenen negativen Zuständen sein.

Krämer erkannte, dass bestimmte Blüten die oberflächliche Seite von viel tiefer gehenden Problemen behandeln, und dass es bestimmte Gesetzmäßigkeiten in der Entwicklung von Negativzuständen gibt. So entdeckte er, dass sich negative Gemütszustände auseinander entwickeln und es oberflächliche und tiefer liegende Gemütszustände gibt. Wenn man nämlich eine Blüte einnimmt, die einem tiefer liegenden Zustand entspricht, zum Beispiel Centaury, kommt es zur Verstärkung des darüber liegenden Zustandes, in diesem Fall Pine, und zwar um so stärker, je länger die Blüte eingenommen wird.

Das Schienenmodell

Mit dem Krämerschen „Schienenmodell“ ist es möglich, negative Gemütszustände bis an ihre Wurzeln zurückzuverfolgen und Schritt für Schritt aufzulösen.

Eine Gruppe oder „Schiene“ besteht aus drei aufeinander folgenden Blüten: der Kommunikationsblüte, der Kompensationsblüte und der Dekompensationsblüte. Sie stellen unterschiedliche Stadien eines negativen Prozesses unserer Gemütszustände dar.

Die *Kommunikationsblüte* verkörpert die Art und Weise, wie wir mit unserer Umgebung kommunizieren. Nehmen wir ein Beispiel: Ein Mensch, dessen Zustand dem der Blüte Centaury entspricht, verhält sich entsprechend seinem übergroßen Bedürfnis, anerkannt und geliebt zu werden. Er ist freundlich, hilfsbereit, höflich und stellt seine eigenen Ansprüche zugunsten anderer zurück. Treten in diesem Stadium Probleme auf, etwa dadurch, dass andere ihn leicht ausnutzen können, wird das Problem kompensiert.

Nun verhält sich die Person aggressiv und gereizt. Sie reagiert ständig überschießend und aus einer Abwehrhaltung heraus. Dies ist jetzt ihre einzige Möglichkeit, sich abzugrenzen: Aus einem chronischen Ja-Sager wird ein notorischer Nein-Sager. In diesem Fall ist die zutreffende *Kompensationsblüte* Holly.

Auf Dauer aber lässt sich das Problem nicht kompensieren, und es folgt das Stadium der *Dekompensation*. Da die betroffene Person aus unserem Beispiel wegen ihres aggressiven und abwehrenden Verhaltens die ursprünglich gesuchte Zuneigung nicht mehr erhält, wachsen in ihr Zweifel und Schuldgefühle. In dieser Phase, in der die Blüte Pine indiziert ist, herrscht der größte Leidensdruck.

In der Dekompensationsphase haben wir einen psychopathologischen Endzustand erreicht, der durch Grundbefindlichkeiten gekennzeichnet ist wie zum Beispiel Verzweiflung, Verunsicherung und Ziellosigkeit, physische und psychische Verkrampfung, Schuldgefühle, Realitätsflucht, zwanghaftes Denken und Handeln u.a.

Therapie bei chronischen Fällen

Wegen der oben beschriebenen Abfolge negativen Gemütszustände kann es bei der Behandlung chronischer Fälle, bei denen die Bach-Blüten über einen längeren Zeitraum verabreicht werden, allmählich zu einer Verstärkung bestimmter Zustände kommen, die anderen Blüten zugeordnet sind. Die Behandlung mit Schienen erfordert daher eine gründliche Befragung durch den Therapeuten, damit keine Blüte übersehen wird. Das therapeutische Erstgespräch dauert in der Regel zwei Stunden.

Verlauf der Behandlung anhand der Schienen

Für die Arbeit mit Schienen gilt ein Verlauf von „oben“ nach „unten“. Das heißt, die einzelnen negativen Gemütszustände werden in der umgekehrten Reihenfolge ihrer Entstehung behandelt. Dabei müssen aber auch noch durch äußere Einflüsse bedingte Störungen aufgelöst werden, um mögliche, hierdurch entstandene Therapieblockaden zu beseitigen. Daher benötigen wir in der allerersten Blütenmischung sämtliche in Frage kommenden *Äußeren Blüten*, insbesondere Star of Bethlehem. Des Weiteren gehören in diese Mischung alle ermittelten Dekompensationsblüten.

Im Laufe der Behandlung - meist nach drei bis vier Wochen - zeigt sich, dass einige der Dekompensationsblüten nicht mehr erforderlich sind. Nun werden sie gegen tiefer liegende Blüten, also die Blüten der Kompensations- und zuletzt der Kommunikationsphase ausgetauscht. Mit dieser Methode kann man die negativen Gemütszustände schrittweise in der umgekehrten Reihenfolge ihrer Entstehung beseitigen.

Solche Heilungsprozesse gehören ausschließlich in die Hände eines geschulten Bach-Blüten-Therapeuten. Dieser kontrolliert anfangs alle vier Wochen, später im sechswöchigen Abstand den Therapieverlauf, indem er den Patienten befragt und gegebenenfalls gestörte Hautzonen untersucht.

Behandlung akuter Befindungsstörungen

Bei akuten Befindungsstörungen genügt es, die im Augenblick benötigten Bach-Blüten so lange einzunehmen, bis sich das Problem aufgelöst hat. Dies geschieht meist innerhalb einiger Tage, höchstens jedoch binnen weniger Wochen. Nimmt man die Blüten wie hier beschrieben nicht länger als drei bis vier Wochen ein, braucht man die Beziehungen der Blüten zueinander (Schienen) nicht zu beachten, da die beschriebenen Effekte in der Regel erst nach diesem Zeitraum auftreten.

Entdeckung der Hautzonen

Bach hatte bereits bei bestimmten Beschwerden die Blütenessenzen auch äußerlich an der betroffenen Stelle aufgetragen und damit beachtliche Heilungserfolge erzielt.

Bemerkenswert ist in diesem Zusammenhang der Fall, bei dem er einen ungefähr 50jährigen Mann mit einem schlimm verstauchten Knöchel behandelte. Dieser war am Abend der Verletzung steif, stark angeschwollen und schmerzte. Der Patient war ein kräftiger, vitaler, willensstarker Mann, der gegenüber seiner Verletzung extrem ungeduldig war. Der von ihm vermutete Heilungsprozess von drei Wochen erschien ihm unerträglich lang, wie er auch sonst über seine körperlichen Bedürfnisse nach Ruhepausen rücksichtslos hinwegging und unfähig war, sich zu entspannen und zu erholen.

Bach verordnete dem Mann wegen seiner Ungeduld die Blüte Impatiens, und wegen seines Drangs nach aktiver Betätigung sowie des Unvermögens, sich zu entspannen, die Blüte Vervain. Von beiden Heilmitteln gab man je zwei oder drei Tropfen in eine mit warmem Wasser gefüllte Schüssel. Eine mit dieser Flüssigkeit getränkte Kompresse wurde um den verstauchten Knöchel gelegt und regelmäßig angefeuchtet.

Zu seinem eigenen großen Erstaunen konnte der Mann am nächsten Morgen seinen beruflichen Verpflichtungen nachgehen und war am Abend wieder ganz gesund.

Dietmar Krämers großes Verdienst ist die Entdeckung, dass alle Bach-Blüten bestimmten Hautzonen entsprechen, die man als seelische Reflexzonen betrachten kann. Hat man bei einem Patienten die Blüten ermittelt, die für Harmonie und Heilung sorgen, so kann man zusätzlich zur inneren Einnahme die wichtigsten aufgespürten Blütenmittel äußerlich in Form eines Umschlags oder einer Creme auf bestimmte Körperpartien auftragen und die Gesundung deutlich beschleunigen.

Tatsächlich erweisen sich die äußerlichen Anwendungen der Blütenmittel an den ihnen zugeordneten Hautzonen in fast allen Fällen als sehr viel wirkungsvoller als die alleinige innerliche Einnahme der entsprechenden Blüte. Vor allem körperliche Beschwerden lösen sich deutlich schneller auf.

Dank seiner herausragenden Sensitivität konnte Krämer erspüren, welche negative Emotion an gestörten Stellen der Körperoberfläche gespeichert sind. So ordnete er die Blüten bestimmten Hautarealen zu.

Geradezu historisch ist die erste Hautzonenbehandlung, die Krämer 1987 an einer 50jährigen Patientin vornahm und deren großartiger Erfolg ihn glücklicherweise dazu brachte, in dieser Richtung weiter zu forschen.

Die Patientin klagte über Schmerzen im Kreuzbein und in der rechten Hüfte. Sie konnte kaum laufen und humpelte stark. Ärztlich verordnete Spritzen und Reizstrombehandlungen waren

ergebnislos geblieben. Krämer gab zunächst einige Tropfen Pine auf das Kreuzbein und wartete zehn Minuten auf eine Reaktion. Die Patientin erlebte unmittelbar, wie sich ein Gefühl der Erleichterung auf ihrem ganzen Rücken ausbreitete. Darauf spürte sie ein Ziehen, das sich vom Rücken bis zum Sonnengeflecht auf der Körpervorderseite und weiter bis zur Lunge ausbreitete. Der Druck, den sie zuvor im Sonnengeflecht empfunden hatte, löste sich auf und machte einem Gefühl der Erleichterung Platz.

Nun wurden der Patientin einige Tropfen Vervain auf den Hals im Bereich der Schilddrüse aufgetragen. Zwar hatte sie dort keine Beschwerden, aber Krämer hatte sensitiv eine Störung ihrer Aura an dieser Stelle erfasst. Wieder erfolgte eine unmittelbare Reaktion: Die Patientin fühlte sich leichter im Kopf, ihre Gedanken gingen freier. Sie hatte zuvor wochenlang ein Gefühl von Nebel vor den Augen gehabt und unter einer gewissen Dumpfheit gelitten. Beides war nun verschwunden.

Nach weiteren zehn Minuten wurde die schmerzende Stelle an der rechten Hüfte mit einigen Tropfen Wild Oat eingerieben, woraufhin der Schmerz sofort nachließ. Lediglich ein geringfügiger Druck blieb zurück. Auch eine zuvor empfundene Erstarrung im Unterleib wich. Die Patientin gab an, sie hätte endlich wieder ein normales Körpergefühl.

Zehn Minuten später war sie völlig beschwerdefrei - und ist es bis heute geblieben!

Anmerkung: Zu Forschungszwecken wurden damals die Tropfen pur aufgetragen. Dies ist zur Nachahmung nicht empfohlen, die Blütenessenzen *sollten stets verdünnt* werden.

243 „seelische Reflexzonen“

Im Laufe der Zeit gelang Krämer eine topografische Erfassung des menschlichen Körpers, unterteilt in 243 Bach-Blüten-Hautzonen, die als "seelische Reflexzonen" die gesamte Körperoberfläche abdecken. Der praktische Nutzen für die Behandlung mit Bach-Blüten ist immens und besonders auch für den Laien sehr hilfreich. Tauchen körperliche Beschwerden auf, kann man auch folgendermaßen vorgehen: ermitteln, welches Blütenmittel für die betroffene Hautzone zuständig ist und es - zusätzlich zur inneren Einnahme - dort äußerlich anwenden. Eine beschleunigte Heilung ist auch bei dieser Vorgehensweise die Folge.

Bach-Blütentherapie bei Kindern

„Elternschaft ist ein göttlicher Dienst (...) Unabhängigkeit, Individualität und Freiheit sollten von Anfang an gelehrt werden, und das Kind sollte so früh wie möglich im Leben dazu ermutigt werden, eigenständig zu denken und zu handeln. (...) Elternschaft (...) verlangt keine Verpflichtung der Kinder als Gegenleistung, da ihnen die Freiheit gegeben werden muss, sich auf ihre eigene Weise zu entwickeln (...) Jeder Wunsch nach Kontrolle oder danach, das junge Leben aus persönlichen Motiven zu prägen, ist eine schreckliche Form der Habgier (...)“

Edward Bach: Heile dich selbst, 1931

Der oben stehende Auszug aus Edward Bachs äußerst interessanten und beachtenswerten Überlegungen zu den Aufgaben und Pflichten, die Elternschaft beinhaltet, zeigt, dass es bei der Behandlung von Kindern mit den Bach-Blütenessenzen nicht darum geht, die kindlichen Verhaltensweisen so zu verändern, dass sie den elterlichen Vorstellungen entsprechen. Ganz im Gegenteil!

Die Bach-Blütenbehandlung von Kindern sollte ausschließlich eine Hilfestellung sein. Sie ist besonders dann angezeigt, wenn das Kind in der Entfaltung seiner Persönlichkeit durch die Umgebung so stark behindert wird, dass es auf Dauer unter gesundheitlichen Folgen leidet.

Bereits Bach behandelte Kinder mit den Blütenmitteln, aber Krämer war der erste, der sie systematisch bei Kindern einsetzte und spezielle Methoden für sie entwickelte. Die unterstützende Behandlung kranker Kinder mit den Bach Blüten ist wegen der starken kindlichen Sensibilität in der Regel sehr erfolgreich.

Durch einfühlsame Beobachtung ihrer Kinder können Eltern erkennen, ob deren körperliche oder psychische Beschwerden einen Hinweis auf die ursächlichen seelischen Probleme geben, unter denen ihre Kinder möglicherweise leiden. Bettnässen kann beispielsweise ein auf die Blase verlagertes Weinen darstellen: Das Kind steht tagsüber unter so starkem Druck, dass es erst im Schlaf „loslassen“ und sich entlasten kann.

Dieses Beispiel zeigt aber auch, dass kindliche Probleme oft elterliche Verhaltensweisen widerspiegeln und Eltern ihren Umgang mit dem Kind gleichzeitig kritisch betrachten sollten. Die besten Ergebnisse bei der Anwendung von Bach-Blüten bei Kindern lassen sich meist dann erzielen, wenn nicht nur die Kinder, sondern auch deren Eltern Bach-Blüten einnehmen.

Grundsätzlich gilt, dass die Bach-Blüten-Behandlung den Kinderarzt nicht ersetzen darf. Bei Kinderkrankheiten, hohem Fieber, jeglichem Verdacht auf ernsthafte Hintergründe von kindlichen Beschwerden sollte man unverzüglich den Kinderarzt aufsuchen. Die Bach-Blüten sind in jedem Fall eine sinnvolle unterstützende Maßnahme und haben sich insbesondere bei der Behandlung von Kindern bewährt, die unter seelischen Problemen und Schwierigkeiten im Umgang mit ihrer Umgebung leiden.

Auf die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten der Bach-Blüten bei Kindern geht Dietmar Krämer ausführlich in seinem Buch *Neue Therapien mit Bach-Blüten 3* ein. Hier stellt er u.a. dar, wie Traumata in der Schwangerschaft und bei der Geburt sowie einschneidende Erlebnisse des Kindes in seiner frühesten Kindheit und elterliche Erziehungsstile zu bestimmten negativen Grundzuständen führen und mit welchen Blüten sie behandelt werden können.

Zubereitung und Dosierung der Blütenmittel

Edward Bach wanderte durch die unberührte Natur Englands und Wales', sammelte Pflanzen und präparierte sie.

Für die Gewinnung der als Bach Blüten weltberühmt gewordenen Essenzen gibt es zwei Wege:

Bei der *Sonnenmethode* werden die Blüten an einem warmen Sommertag gepflückt und so in eine Glasschale mit frischem Quellwasser gelegt, dass sie die Wasseroberfläche vollständig bedecken. Man lässt sie nun zwei bis vier Stunden in der Sonne stehen. Während dieser Zeit überträgt sich unter der Einwirkung der Sonnenstrahlen die Schwingung der jeweiligen Blüten auf das Wasser, das nach Entfernen der Blüten mit Alkohol haltbar gemacht wird. Die so gewonnene Lösung ist die Urtinktur, die nochmals mit Alkohol verdünnt und dann in Flaschen abgefüllt wird. Dies sind die so genannten „Stockbottles“, die im Handel erhältlichen Vorratsflaschen. Bei der späteren Behandlung mit Bach-Blüten verdünnt man diese Essenzen noch weiter.

Nicht alle Blumen, Sträucher, Büsche und Bäume blühen zu einer sonnenreichen Jahreszeit. Diese Pflanzen werden daher zur Herstellung der Blütenessenzen nach der *Kochmethode* verarbeitet: Hierbei werden die gepflückten Blüten beziehungsweise Knospen ausgekocht. Der entstehende Extrakt wird wiederholt filtriert und zur Haltbarmachung mit Alkohol vermischt. Anschließend wird diese Essenz genauso weiterverarbeitet wie die nach der Sonnenmethode hergestellten Mittel.

Dosierung bei längerfristigen Beschwerden

Zur Behandlung längerfristiger Probleme stellt man eine Mischung folgendermaßen her: Auf 10 ml fertige Lösung (bestehend aus $\frac{3}{4}$ stillem Mineralwasser und $\frac{1}{4}$ 40prozentigem medizinischem Alkohol) gibt man einen Tropfen einer Blüte - bei Rescue Remedy die doppelte Menge - aus der entsprechenden Stockbottle. Bei den so genannten „Notfalltropfen“ (Rescue Remedy) handelt es sich um eine Mischung aus Blüten, die in Notsituationen als Erste-Hilfe-Maßnahme verabreicht wird. Hierzu gehören Star of Bethlehem (Schock), Rock Rose (akute Panik), Impatiens (innere Spannung), Cherry Plum (Angst, aus Verzweiflung durchzudrehen) und Clematis (Gefühl, „nicht ganz da“ zu sein).

Wichtig: Verwenden Sie für jede weitere Blütenmischung ein neues Fläschchen. Da die Bach-Blüten durch ihre Schwingung wirken, bleibt immer etwas von der alten Mischung zurück, was sich weder durch normales Ausspülen noch durch Auskochen beseitigen lässt.

Muss man auf Alkohol verzichten, etwa bei Blütenmitteln für Kleinkinder, sollte man jede Woche kleinere Mengen herstellen und verbrauchen.

Von dieser Mischung nimmt man täglich viermal zwei bis vier Tropfen: morgens nüchtern, vor dem Mittagessen, vor dem Abendessen und schließlich vor dem Schlafengehen. Sie können die

Tropfen auch häufiger einnehmen, wenn Sie das Gefühl haben, dass dies nötig ist. Die Bach-Blüten sind ein sehr wirkungsvolles Heilmittel, das schon in minimaler Konzentration wirkt. Dennoch besteht niemals die Gefahr der Überdosierung. Auch in großer Menge eingenommen sind sie völlig frei von schädlichen Nebenwirkungen. Wenn Sie sehr sensibel sind und stark auf die Blüten reagieren, reduzieren Sie einfach die Dosis oder verdünnen die Tropfen in einem Glas Wasser, von dem Sie ein- bis zweimal täglich trinken.

Dosierung bei akuten Beschwerden

Bei akuten Schwierigkeiten sind andere Dosierungen erforderlich, etwa bei Prüfungsangst, bei einem seelischen Schock, bei starker Erschöpfung oder einer momentanen Überforderung. Man gibt zwei Tropfen je benötigter Blütenessenz - von Rescue Remedy vier Tropfen - aus der Stockbottle auf ein Glas Wasser und trinkt in regelmäßigen Abständen jeweils einen Schluck. Die Häufigkeit richtet sich danach, wie akut das zu behandelnde Problem ist. Beispielsweise sollte man bei einem seelischen Schock von einer Wasserlösung mit Star of Bethlehem jede Minute einen Schluck trinken, bis eine deutliche Verbesserung des Befindens festzustellen ist. Anschließend trinkt man alle fünf bis zehn Minuten, später dann alle fünfzehn bis 30 Minuten davon. In weniger dramatischen Situationen reicht es, wenn man halbstündlich bis stündlich einen Schluck der entsprechenden Bach Blüten in Wasser nimmt. Diese Anwendung ist über mehrere Tage fortzusetzen, bis sich die aktuellen Schwierigkeiten aufgelöst haben.

Dosierung bei Kindern

Die Dosierung ist bei Kindern die gleiche wie bei Erwachsenen. Bei Kleinkindern empfiehlt sich die Verwendung von stillem Mineralwasser oder abgekochtem Wasser. Bei akuten Schwierigkeiten gibt man je zwei Tropfen einer Blüte aus der Stockbottle in ein Glas Wasser, aus dem das Kind in den oben beschriebenen Abständen einen Schluck trinkt. In dem Maße, wie sich der Zustand des Kindes bessert, werden die Abstände zwischen den Einnahmen größer.

Bei chronischen Beschwerden gibt man einen Tropfen pro Blüte aus der Stockbottle auf je 10 ml stilles Mineralwasser. Wird die Mischung wöchentlich frisch angesetzt, kann man auf den Zusatz von Alkohol verzichten. Dies ist aber wegen des geringen Alkoholgehalts nur bei Säuglingen erforderlich. In diesem Fall ist jedoch unbedingte Sterilität zu beachten. Vor jeder neuen Zubereitung muss das Fläschchen ausgekocht werden, wobei man, wie gesagt, in ein Fläschchen immer nur dieselbe Mischung füllen darf. Von der Mischung nimmt das Kind viermal täglich zwei bis vier Tropfen zu sich.

Anwendungen auf der Haut

Die Blütenmittel können in unterschiedlicher Form und Intensität äußerlich aufgetragen werden, wobei besonders die Applikation auf den entsprechenden Hautzonen sehr wirkungsvoll ist.

Umschläge: Mit Umschlägen können Sie besonders hartnäckigen Problemen wirkungsvoll begegnen. Geben Sie zwei Tropfen des benötigten Blütenmittels auf ein Viertel Glas Wasser, und tränken Sie ein Wegwerftuch damit. Dieses legen Sie ein- bis dreimal täglich für etwa zehn bis fünfzehn Minuten auf die entsprechende Hautzone. In besonders schwierigen Fällen kann man die Umschläge auch häufiger anbringen. Bereiten Sie das Blütenwasser jedes Mal neu zu.

Cremes: In je zehn Gramm möglichst neutraler Creme verrühren Sie gründlich zwei Tropfen einer Blüte. Bis zu drei Blütenmittel können miteinander kombiniert werden, was den Vorteil hat, dass man mit einer Creme gleich mehrere Hautzonen behandeln kann. Die zu behandelnden Hautzonen werden mit dieser Creme täglich zwei- bis dreimal eingerieben. Häufigere Einreibungen sind im Einzelfall durchaus möglich. Die Wirkung der Creme ist minimal schwächer als die der Umschläge, die besonders in hochakuten Fällen sinnvoll sind.

Tinktur: Eine Tinktur eignet sich besonders für die Behandlung von Hautzonen am Kopf im Bereich der Haare. Geben Sie auf je 10 ml destilliertes Wasser einen Tropfen aus der Stockbottle, und träufeln Sie die Tinktur mit einer Pipette auf die entsprechende Hautzone. Auf Alkohol sollte hier verzichtet werden, um bei längerfristigem Gebrauch eine eventuelle Reizung empfindlicher Kopfhaut zu vermeiden.

Warnhinweise

Wenden Sie die Blütenmittel äußerlich niemals unverdünnt an. Dies kann unter Umständen zu heftigen Reaktionen beim Behandler selbst führen, die offenbar durch Übertragung körperlicher und seelischer Symptome hervorgerufen werden. Auch die Selbsteinreibung mit unverdünnten Blütenessenzen ist nicht unproblematisch, da sich hierbei zum Teil Symptome sogar verstärken oder an eine andere körperliche Stelle verlagern. Auch Bach setzte seine Blüten offenbar nicht pur ein, sondern verdünnte sie prinzipiell. Selbst bei akuten Verletzungen wandte er sie äußerlich nur in Form von Umschlägen, Teilbädern, Einreibungen mit einem Schwamm oder als Lotion an. Die einzige Ausnahme bildeten Ohnmächtige, denen er Rescue Remedy pur einflößte.

Achten Sie darauf, dass Sie nie alle drei Blüten einer Schiene gleichzeitig einnehmen, weil sonst der mit dieser Schiene gekoppelte Akupunkturmeridian mitreagiert. Dies führt in der Regel zu äußerst heftigen, vor allem negativen Reaktionen.

Möglichkeiten und Grenzen der Anwendung

Die Bach-Blüten zeichnen sich dadurch aus, dass sie völlig ungiftig und frei von jeglichen Nebenwirkungen sind. Somit kann jeder sie anwenden.

Dem medizinischen Laien eröffnet sich mit dieser Heilmethode die Möglichkeit, Alltagsbeschwerden, kleinere Unpässlichkeiten und momentane Gemütsverstimnungen erfolgreich selbst zu behandeln. Vielen Problemen unserer Zeit, die von Hektik, Lärm, Stress und Umweltverschmutzung geprägt sind, können wir sinnvoll mit den Bach-Blüten begegnen.

Da Bach eine Krankheit als Ausdruck der Seele versteht, ist im Falle von akuten körperlichen Beschwerden für die Ermittlung der in Frage kommenden Blütenessenzen die psychische Verfassung des Betroffenen zu berücksichtigen. Klagt dieser beispielsweise über Magenschmerzen, so stellt sich die Frage, was ihm auf den Magen geschlagen sei oder was er nicht verdauen könne. Es kann sich hierbei um Sorgen, Schuldgefühle, hinuntergeschluckten Ärger oder auch um ein schockartiges Erlebnis handeln, das unverarbeitet geblieben ist. In einem solchen Fall ist die Blüte für das zugrunde liegende seelische Problem gleichzeitig auch das Heilmittel für die körperlichen Beschwerden. Die Hautzonen erleichtern hier die Wahl der passenden Blüte.

Bei Kindern ist häufig zu beobachten, wie sich deren Verhalten kurz vor dem Ausbruch einer akuten fieberhaften Erkrankung verändert. Sie werden plötzlich weinerlich, anhänglich, ungeduldig oder aggressiv. Gibt man die hierfür passende Bach-Blüte, so bessern sich meist auch sehr schnell die Krankheitssymptome.

Allerdings sollten medizinische Laien sich ihrer Grenzen bewusst sein. Auch wenn wir die erfreuliche Erfahrung gemacht haben, dass wir körperliche Beschwerden mit Hilfe der Bach-Blüten erfolgreich kurieren konnten, sollten wir keinesfalls den Ehrgeiz entwickeln, alles ausschließlich selbst zu kurieren. Damit schaden und gefährden wir uns!

Manifeste Erkrankungen brauchen unbedingt fachliche Hilfe. Wir können deren Behandlung mit den Bach-Blüten zwar unterstützen. Aber wir sollten mit Bach-Blüten niemals behandeln, wofür wir normalerweise einen Therapeuten aufsuchen würden. Auch ernsthafte seelische Probleme sind von der Selbstbehandlung ausgenommen.

Zuverlässige Diagnosemethoden

Welche Verfahren gibt es, um Fehldiagnosen weitgehend ausschließen? Dietmar Krämer stehen eine Reihe von Methoden zur Verfügung, mit denen er seine Diagnose stellt und absichert. Dazu gehören vor allem die Spontananamnese, bei der der Patient frei von seinen Problemen berichtet. Zudem orientiert sich Krämer in dem in der Regel zweistündigen Erstgespräch anhand eines von ihm erstellten Fragebogens.

Zusätzlich tragen körperliche Beschwerden zum Auffinden der notwendigen Bach-Blüten bei. So geben gestörte Bach-Blüten-Hautzonen deutliche Hinweise auf die erforderlichen einzelnen Blüten, während gestörte Akupunkturmeridiane auf benötigte Schienen verweisen.

Auf sensitivem Weg erschließen sich Krämer die so genannten „stummen Zonen“: Das sind gestörte Bach-Blüten-Hautzonen, an denen der Patient aber keine Beschwerden hat. Krämer ermittelt sie durch sensibles Ertasten der Aura.

Schließlich setzt er auch den von ihm entwickelten Bach-Blüten-Farbttest, eine speziell entwickelte Chakradiagnose sowie die Mondliniendiagnostik ein, ein Verfahren, bei dem psychosomatische Test- und Therapiepunkte auf Druckempfindlichkeit getestet werden.

Die 38 Bach-Blüten

Die Krankheit des Körpers an sich ist nichts anderes als das Resultat der Disharmonie zwischen Seele und Geist.

Edward Bach, 1932

In diesem Kapitel stellen wir Ihnen die 38 Blütenessenzen in alphabetischer Reihenfolge vor. Jede Blüte entspricht einem bestimmten Charaktertyp, der jeweils kurz skizziert wird. Viele Menschen haben bei ihrer ersten Begegnung mit den Bach-Blüten den Eindruck, dass fast jede dieser Blüten Züge ihrer Persönlichkeit verkörpert. Im Laufe der intensiveren Beschäftigung verringert sich die Anzahl der Blüten, die man noch für notwendig hält - teils weil die Blüten Oberflächensymptome beseitigen und die entsprechenden Mittel entbehrlich geworden sind, und teils, weil man mit Hilfe der Bach-Blüten allmählich zu seinem inneren Kern vorstößt.

Beobachten Sie sich selbst in diesem spannenden Prozess, der Ihnen viele aufregende Erkenntnisse über sich selbst vermittelt: über Ihre psychischen, seelischen und physischen Aspekte. Bei diesem Prozess können Sie nur gewinnen - die Bach-Blüten helfen Ihnen zu überprüfen, ob Sie Ihr Leben in Übereinstimmung mit Ihrem ursprünglichen Wesen und Wünschen führen. Falls Sie dabei feststellen, dass Ihr Lebensstil nicht Ihrer Wesensart entspricht, können Sie die Gelegenheit nutzen, einige Veränderungen zu Ihren Gunsten vorzunehmen. Sie werden dadurch ausgeglichener, glücklicher und gesünder.

Agrimony - Odermennig

Agrimonia eupatoria

Die Pflanze

Mehrjährige, 70 bis 80 Zentimeter hohe Pflanze mit wechselständigen, ovalen Blättern, die eine Art Rosette bilden, aus dem ein gerader Stängel wächst. Den Blütenstand bildet eine endständige Traube aus zahlreichen kleinen, gelben Blüten.

Der Odermennig ist in ganz Europa mit Ausnahme der arktischen Zonen beheimatet. Er bevorzugt Standorte an Weg- und Gebüschrändern.

Gesammelt werden die blühenden Sprossspitzen am Beginn der Blütezeit von Juni bis August. Herstellung der Blütenessenz nach der Sonnenmethode.

Gute Laune nur zum Schein

Menschen des Agrimony-Typs wirken stets sorglos und zufrieden, sind immer gut gelaunt und zu Scherzen aufgelegt. In Gegenwart anderer schlüpfen sie gern in die Rolle des allseits beliebten Gesellschafters, der stets für gute Laune sorgt und den grauen Alltag vergessen lässt.

Doch der Schein trägt. Mit ihrer aufgesetzten Fröhlichkeit versuchen sie lediglich, von den Problemen und Sorgen abzulenken, die sie quälen, wenn sie mit sich selbst allein sind. Sie glauben, Ruhe und Stille nicht ertragen zu können, und flüchten sich deshalb in Aktivität und Aufregung.

Auf Partys, Konzerten, Theater- oder Sportveranstaltungen, in Kinos, Kneipen oder vor dem heimischen Fernseher suchen sie ihrer eigenen inneren Realität zu entkommen. Auch Alkohol oder Drogen sind Mittel, auf die sie bei dieser ständigen Flucht durchaus zurückgreifen.

Menschen im Agrimony-Zustand sind sehr sensibel und harmoniebedürftig. Sie leiden unter jeder Art von Negativität. Da sie jedoch alle unangenehmen Gefühle zu verbergen suchen und anderen nie ihr wahres Gesicht zeigen, verlieren sie allmählich auch den Kontakt zu ihrem eigenen Inneren. Lediglich eine innere Unruhe - insbesondere abends vor dem Einschlafen, wenn äußere Ablenkung wegfällt - erinnert sie an ihre verdrängten Ängste und Sorgen. Diese Menschen fürchten im Umgang mit anderen, zuviel von sich preiszugeben, und so verlaufen ihre Beziehungen relativ oberflächlich. Zu einem tieferen seelischen Kontakt sind sie nicht fähig.

Aspen - Espe oder Zitterpappel

Populus tremula

Die Pflanze

Ein bis 25 Meter hoch wachsender Baum mit rundlichen, ovalen Blättern. Die typischen, abgeflachten Blattstiele ermöglichen die zitternden Bewegungen der Blätter im Wind. Die Rinde ist glatt und grau, die Knospen glänzend und leicht klebrig.

Die männlichen und weiblichen Kätzchen erscheinen bereits vor den Blättern. Eine der häufigsten Pappeln, die vom Polarkreis bis in die Gletscherregionen der Alpen vorkommt.

Geerntet werden die Zweigspitzen mit den Blattknospen und Blüten im März und April. Herstellung der Blütenessenz nach der Kochmethode.

„Mir ist oft unheimlich“

Menschen im Aspen-Zustand leiden unter vagen Ängsten, die sie nicht näher benennen können. Sie berichten, sie hätten Angst, wüssten aber nicht wovon. Oft quälen sie Zukunftsängste, düstere Vorahnungen oder Visionen von bevorstehenden Katastrophen. Diese können sie nicht begründen, und tatsächlich sind sie grundlos und entpuppen sich im nachhinein als reine Hirngespinnste. Dennoch steigern sie sich immer wieder in ihre irrationalen Horrorvisionen hinein und werden Opfer ihrer Angstvorstellungen.

Unheimlich wird es ihnen besonders bei Themen wie Religion und Tod. Sie fürchten sich im Dunkeln, vor Geistern, Gespenstern, dunklen Kräften oder Dämonen. Der Bereich des Okkulten macht ihnen zwar Angst, doch gleichzeitig übt er auch eine gewisse Faszination auf sie aus.

Letztlich handelt es sich bei Aspen-Typen um außergewöhnlich sensitive Menschen, die im Hinblick auf andere, unsichtbare, nicht manifeste Sphären eine besonders "dünne Haut" besitzen. Da sie die hierdurch - meist ungewollt - gewonnenen Eindrücke mit dem Verstand nicht rational erklären können, entstehen unerklärliche Ängste, die auf unbewusste Vorstellungen von diesen Ebenen projiziert werden und dadurch ihren irrationalen Charakter erhalten.

Beech - Rotbuche

Fagus sylvatica

Die Pflanze

Blattabwerfender Baum, der bis zu 30 Meter hoch wird. Der Stamm ist normalerweise gerade, die Rinde glatt, dünn und gräulich. Die Blätter haben einen behaarten Stiel. Die Blattfläche ist oval-elliptisch, teilweise rautenförmig. Die männlichen Blüten bilden große Knäuel am Ende von langen, hängenden Stielen. Die weiblichen wachsen zwei auf zwei auf einem geraden Stiel und sind von einer vierklappigen Hülle umgeben.

Verbreitet ist die Buche in allen gemäßigten Klimazonen Europas. Im Gebirge wächst sie bis in 2000 Meter Höhe und tritt auch als reiner Buchenwald in frischen, nordgerichteten Gebieten auf.

Zur Zubereitung der Blütenessenz werden die jungen Triebe mit den soeben geöffneten Blättern und den männlichen und weiblichen Blüten gepflückt. Herstellung nach der Kochmethode.

„Wie unfähig die anderen doch sind!“

Beech-Personen sind arrogant und intolerant. Während sie sich selbst für tadellos und fehlerfrei halten, sehen sie an anderen nur deren Fehler, die sie fürchterlich stören. Ständig nörgeln sie an ihren Mitmenschen herum und haben nicht das geringste Verständnis für deren Irrtümer und Missverständnisse; Mitgefühl und Toleranz sind ihnen fremd.

Aus ihrer vermeintlichen eigenen Unfehlbarkeit leiten Beech-Typen das Recht ab, andere ständig zu kritisieren, zu tadeln oder sich über sie mit verletzenden Bemerkungen lustig zu machen. Werden Sie selbst einmal von dem Missgeschick eines anderen betroffen, so ärgern sie sich maßlos über dessen „Dummheit“ und reagieren extrem, indem sie ihn ausfallend und mit wüsten Ausdrücken beschimpfen.

Mehr introvertierte Beech-Typen zeigen ihre intolerante Geisteshaltung nicht nach außen, sondern setzen andere in Gedanken herab. Sie erregen sich über deren Verfehlungen in gleicher Weise, schlucken ihre Wut jedoch hinunter, weshalb sie häufig unter innerlichen Spannungszuständen leiden.

Centauray - Tausendgüldenkraut

Centaurium umbellatum

Die Pflanze

Einjährige Pflanze, deren verkehrt eiförmige Grundblätter eine Rosette bilden und einen viereckigem Stängel, der 35 bis 40 Zentimeter hoch wird und sich im oberen Bereich verzweigen kann. Zum Zeitpunkt der Blüte sind die Grundblätter vertrocknet. Die Stängelblätter hingegen sind gegenständig und länglich oval. Ebenso wie die Grundblätter sind sie ganzrandig und unbehaart. Die rosafarbenen Blüten stehen in einer endständigen Doldentraube.

Das Tausendgüldenkraut ist in ganz Europa verbreitet. Es wächst hauptsächlich in Waldlichtungen, an Böschungen und Wegrändern auf sandigen, kalkarmen Böden.

Gesammelt werden die blühenden Sprossspitzen von Juni bis August. Die Herstellung der Blütenessenz erfolgt nach der Sonnenmethode.

Nicht nein sagen können

Centaury-Typen sind höfliche, freundliche, rücksichtsvolle und hilfsbereite Menschen. Nicht selten wird ihre Gutmütigkeit von anderen ausgenutzt, denn ihr starkes Verlangen nach Anerkennung macht es ihnen fast unmöglich, nein zu sagen oder sich zur Wehr zu setzen.

Die Angst vor Ablehnung lähmt ihre Willenskraft und hindert sie daran, ihre eigenen Wünsche und Vorstellungen zu verwirklichen.

Im Konfliktfall stellen sie um des lieben Friedens willen ihre eigenen Bedürfnisse sofort hinter denen anderer zurück. Stärkeren Persönlichkeiten ordnen sie sich willig unter und lassen sich leicht zu deren Werkzeug machen.

Häufig leiden die Betroffenen unter scheinbar unerklärlichen Schwächezuständen. Die Ursache hierfür liegt in ihrer mangelnden Abgrenzungsfähigkeit, wodurch sie unbemerkt Energie an ihre Umgebung abgeben.

Cerato - Bleiwurz oder Hornkraut

Ceratostigma willmotiana

Die Pflanze

Ein ursprünglich im Himalaya beheimateter Strauch mit bis zu einem Meter Höhe, mit rötlichem, nach außen gebogenem Holz. Die Blätter sind wechselständig, ungestielt und lanzettförmig geformt. Die Blüten sind hellblau und besitzen fünf, an der Basis weiße Blütenblätter. Sie wachsen in dichten Büscheln an den Enden der Zweige. Die Blüte- und Erntezeit der Blüten ist im August und September.

Die Bleiwurz ist eine Kulturpflanze, von der es keine Wildformen in England gibt.

Die Herstellung der Blütenessenz erfolgt nach der Sonnenmethode.

Wenn man der eigenen Meinung nicht traut

Das Problem von Cerato-Menschen besteht darin, dass sie ihrem eigenen Urteil misstrauen und deshalb ständig andere um Rat fragen. Sie haben keinen eigenen Standpunkt und wollen die Meinung der anderen hören, auch wenn diese sich dadurch teilweise belästigt fühlen.

Auch wenn sie sich einmal ihrer Sache sicher sind, suchen sie noch die Bestätigung für ihre Entscheidung von anderen. Widersprechen diese dann ihrer Meinung, werden sie völlig verunsichert. Sie verwerfen ihren eigenen Plan und übernehmen die Ansicht der anderen. Das führt häufig dazu, dass sie falsche Entscheidungen treffen, die sie hinterher bereuen.

Cerato-Menschen werden leicht Opfer von Betrügern. Diese erkennen schnell deren Unselbständigkeit, die bisweilen an Naivität und Einfalt grenzt, und nutzen ihre Leichtgläubigkeit aus.

Cherry Plum - Kirschpflaume

Prunus cerasifera

Die Pflanze

Kleiner, bis dreieinhalb Meter hoher Baum mit glänzend grünen, teilweise dornigen Zweigen. Die Blätter sind schlank oder oval und an der Unterseite mit dünnem Flaum bedeckt. Die Blüten erscheinen im Februar bis April und sind rein weiß, stehen meist einzeln, seltener in kleinen Gruppen. Sie sind mit zwei bis zweieinhalb Zentimetern größer als die der ähnlich aussehenden Schlehe. Die Früchte sind essbar, zwei bis drei Zentimeter groß, zunächst grün, später gelb oder rot und haben die Form einer Kirsche.

Die Kirschpflaume stammt ursprünglich aus dem Balkan, wächst heute jedoch in ganz Nordeuropa als Pflanze in Hecken und Dickichten.

Zur Herstellung der Blütenessenz werden die Zweigspitzen mit den Blüten nach der Kochmethode verwendet.

Das Gefühl, auf einem Pulverfass zu sitzen

Cherry-Plum-Menschen stehen unter starkem seelischen Druck und fürchten sich vor ihren eigenen Gefühlen, die ihnen tief und dunkel vorkommen. In Extremfällen leiden sie unter der zwanghaften Wahnvorstellung, die Kontrolle über sich zu verlieren und dann etwas Schreckliches zu tun. So werden sie teilweise von Zwangsvorstellungen beherrscht, etwa wenn sich ihnen beim Anblick eines Messers die Assoziation aufdrängt, dass sie damit einen ihnen nahestehenden Menschen töten könnten. Stehen sie auf einem hohen Turm, befällt sie die fixe Idee hinunterzuspringen. Oft erleben sie den plötzlichen Drang, jemand anderem weh zu tun - und sei es nur zum Spaß.

Die panische Angst, solchem unerklärlichen inneren Zwang nicht mehr widerstehen zu können und schreckliche Greuelthaten zu begehen, setzt diese Menschen unter einen enormen Druck. Entsprechend haben sie das Gefühl, auf einem Pulverfass zu sitzen, das jederzeit explodieren kann. Oft sind sie nahe daran „durchzudrehen“ oder „auszurasten“.

Der Cherry-Plum-Zustand ist die Folge von Verdrängungsprozessen. Alle aus dem Unbewußten aufsteigenden Impulse werden angstvoll verdrängt, so dass ein ungeheurer psychischer Gegendruck entsteht: Die verdrängten, dunklen Seiten der Persönlichkeit drängen mit Macht an die Oberfläche des Bewusstseins.

In diesem Zustand haben die betroffenen Menschen eine starke Angst vor der Konfrontation mit ihrer Schattenseite. Dies führt zu einem extremen psychischen Spannungs- und Verkrampfungszustand, der sich in Form von Zwangshandlungen aller Art, nervösen Ticks und unkontrollierbaren Zuckungen äußern kann.

Drogenkonsum kann ihn übrigens ebenso herbeiführen, insbesondere Horrortrips und unverarbeitete psychedelische Erfahrungen.

Chestnut Bud - Knospe der Rosskastanie

Aesculus hippocastanum

Die Pflanze

Laubabwerfender, bis 30 Meter hoher Baum. Die Blätter sind wechselständig mit einem rundlichen Stiel von 15 bis 20 Zentimeter Länge. Sie sind fingerförmig, bestehen aus fünf bis sieben Blättfedern, die wie die Finger einer Hand angeordnet sind. Die Blättfedern sind verkehrt eiförmig mit gezähntem Rand. Die mittlere Blättfeder ist immer größer als alle anderen. Die

Blüten sind zu Rispen zusammengefasst, deren Achse nach oben zeigt. Sie besteht aus fünf Kronblättern, die unterschiedlich gewellt und weiß, gelb oder rot gefleckt sind. Die Früchte in ihrer stacheligen Kapsel sind glänzend braun.

Die Rosskastanie stammt ursprünglich aus dem Balkan und ist jetzt in kultivierter Form in allen gemäßigten Breiten zu finden.

Geerntet werden die Knospen samt einem ca. 15 Zentimeter langen Aststück im April oder Mai, je nach Wetter. Herstellung der Blütenessenz nach der Kochmethode.

Wenn man aus Erfahrungen nicht klug wird

Chestnut-Bud-Typen haben tausend Ideen im Kopf, beginnen vieles und führen letztendlich doch nichts zu Ende. Sie sind in Gedanken meist zwei Schritte voraus und planen bereits, was sie als nächstes tun werden, noch bevor sie überhaupt die zunächst anliegende Arbeit begonnen haben. Ihr Interesse an einer Sache verfliegt sehr schnell, sie lassen diese unvollendet oder sogar kaum begonnen liegen und wenden sich etwas Neuem zu. So verwandeln sie jede Ordnung bald schon in Chaos, zumal sie nur ungern aufräumen und unangenehme Dinge bis zuletzt vor sich herschieben. Dadurch geraten sie häufig unter Zeitdruck, lassen sich aber trotzdem immer wieder von anderen Dingen ablenken.

Überall liegen bei ihnen angelesene Bücher und aufgeschlagene Zeitungen herum; auf ihrem Schreibtisch stapeln sich unerledigte Arbeiten, und die Papierkörbe sind verstopft.

In ihrer unsteten Art fällt es ihnen schwer, ihre Konzentration auf einen Punkt zu richten. Sie sind meist sehr vergesslich und zerstreut. Oft vergessen sie ganz plötzlich, was sie gerade sagen oder tun wollten.

Ihrer Oberflächlichkeit und mangelnden Konzentrationsfähigkeit haben sie es zu verdanken, dass sie aus Fehlern nicht lernen. Im Gegenteil begehen sie immer wieder aufs neue die gleichen Fehler, sowohl in weniger wichtigen als auch in wesentlichen Lebensbereichen.

Chicory - Wegwarte

Cichorium intybus

Die Pflanze

Mehrjährige Pflanze mit spindelförmiger Wurzel und bis zu einem Meter hohem Stängel. Von Grund an stark verästelt und meist mit borstigen Haaren bedeckt. Die Grundblätter bilden eine Rosette, beginnen im Herbst zu sprießen, halten den ganzen Winter an und vertrocknen während der Blüte. Die Stängelblätter werden nach oben hin immer kleiner und sitzen stängelumfassend. Ihre Oberfläche ist bei Wildpflanzen behaart. Die Blüten sind blau und nur vormittags geöffnet. Blütezeit ist Juli und August.

Die Wegwarte ist in ganz Europa verbreitet. Sie wächst vorwiegend an Wegrändern, Ackerrainen und auf Schuttplätzen.

Zur Herstellung der Blütenessenz nach der Sonnenmethode werden die Blüten gepflückt. Da sie sehr schnell verwelken werden immer nur zwei bis drei Blüten gleichzeitig gepflückt und dann möglichst schnell in eine Schale mit Wasser gelegt.

Wenn man andere mit Liebe erstickt

Chicory-Menschen sind auf den ersten Blick sehr fürsorglich gegenüber anderen, die sie scheinbar völlig uneigennützig bemuttern. Ihre Familie ist ihnen das Wichtigste, sie tun alles für sie, selbst wenn sie die eigenen Bedürfnisse dabei zurückstecken müssen.

Dass dies aber nicht wirklich aus Nächstenliebe geschieht, erkennt man daran, dass sie ihre Unterstützung auch ungewünscht den anderen zukommen lassen und sich dabei geradezu aufdrängen. Ungefragt geben sie Ratschläge und mischen sich in Angelegenheiten ein, die sie nichts angehen. Wehren sich die anderen dagegen, so reagieren sie sofort beleidigt oder verletzt auf diese Ablehnung ihrer vermeintlichen Fürsorglichkeit.

Tatsächlich nämlich treibt sie nicht die Nächsten-, sondern pure egoistische Eigenliebe. Sie wollen andere beherrschen und manipulieren sie ständig, damit sie das tun, was die Chicory-Menschen von ihnen wollen. Dabei appellieren sie vor allem an Dankbarkeit und Pflichtgefühl.

Um ihre Wünsche durchzusetzen, üben sie auf die anderen Druck aus. Sie brechen in Tränen des Selbstmitleids aus oder erpressen die eingeforderte Aufmerksamkeit und Zuwendung durch Krankheiten. Typisch sind spontane Migräneanfälle, Herzbeschwerden oder Asthmaanfälle bzw. alle Arten von Erkrankungen, die andere in Angst versetzen oder solche, die sie hilflos und pflegebedürftig machen. Schon Kinder im Chicory-Zustand klagen über Bauchschmerzen, wenn sie ihren Willen nicht bekommen.

Im Extremfall greifen sie auf das Mittel des Selbstmordversuchs zurück, dessen ausschließliches Motiv Erpressung ist. Der Suizid wird angedroht und unter günstigen Bedingungen auch versucht, aber so, dass der Betreffende rechtzeitig gefunden wird. Er will nicht wirklich sterben.

Chicory-Eltern gelten nach außen als sehr fürsorglich; in Wirklichkeit aber engen sie ihre Kinder so sehr ein, dass sich diese seelische Erstickung zum Teil körperlich als Asthma manifestiert.

Ihre oft strenge Erziehung legitimieren sie mit ihrer elterlichen Verantwortung, doch dahinter verbirgt sich ein illegitimer Machtanspruch. Sie bestrafen ihre Kinder häufig mit Liebesentzug. Materielle Zuwendung müssen die Kinder sich vielfach durch Wohlverhalten „erarbeiten“.

Clematis - Gemeine Waldrebe

Clematis vitalba

Die Pflanze

Mehrjährige, sommergrüne, holzige Kletterpflanze mit fester, hellbrauner Rinde und gegenständigen, zusammengesetzten, 15 bis 20 Zentimeter großen Blättern. Die Blattstiele sind lang und gewunden, so dass die Pflanze hochranken und sich festhalten kann. Die Blüten erscheinen in großen Blütenrispen am Ende kurzer Seitenzweige. Die Blüten haben keine Blütenblätter, dafür aber vier bis sechs mit Flaum bedeckte, ca. 18 Millimeter lange Kelchblätter mit grünlich-weißer Farbe. Blüte- und Erntezeit ist von Juli bis September.

Clematis wächst in Hecken, Dickichten und Wäldern auf kalkhaltigen Böden.

Die Herstellung der Blütenessenz erfolgt nach der Sonnenmethode.

Tagträumerei

Clematis-Typen leben mehr in einer Traum- und Phantasiewelt als in der Realität. Sie sind häufig geistesabwesend, träumen mit offenen Augen und nehmen von ihrer Umgebung wenig Notiz. Sie wirken verschlafen und erwecken den Eindruck, „nicht ganz da zu sein“. Bei Unterhaltungen hören sie gar nicht wirklich zu. Menschen und Dinge sehen sie an, ohne sie tatsächlich wahrzunehmen. Bald schon vergessen sie, was um sie herum gesprochen worden ist.

Da ihre Gedanken ständig abschweifen, sind sie bei ihrer Arbeit meist unkonzentriert und lassen sich leicht ablenken. Vor allem sind sie äußerst vergesslich, denn an äußeren Dingen sind sie prinzipiell nicht interessiert. Ihre Traum- und Phantasiewelt okkupiert sie derart, dass sie im realen Leben kaum zurechtkommen.

Aufgrund ihrer Unaufmerksamkeit erleben sie häufig kleinere Missgeschicke: Sie stolpern, fallen hin, bleiben irgendwo hängen, rempeln andere Leute unabsichtlich an oder lassen Gegenstände fallen.

Das Desinteresse an der realen Welt und die daraus resultierende Antriebsschwäche schlägt sich häufig auf der körperlichen Ebene nieder: Ihr Gesicht ist oft blass und ausdruckslos, ihre Hände und Füße sind meist kalt, da sie unter Durchblutungsstörungen leiden. Im Krankheitsfall machen sie sich kaum die Mühe, gesund zu werden, da sie ohnehin lieber im Bett bleiben und ihren Träumen nachhängen.

Crab Apple - Holzapfel

Malus pumila

Die Pflanze

Kleiner, bis neun Meter hoher ausladender Baum mit grauem Stamm und rissiger Rinde. Die Blätter sind oval, ca. vier Zentimeter lang, auf der Oberseite dunkelgrün und glatt, wogegen die Unterseite mit Flaum bedeckt ist. Sie sind wechselständig angeordnet und wachsen zusammen mit kleinen, harten Stacheln an den Trieben der Äste. Die Blüten wachsen in Büscheln von jeweils fünf oder sechs Blüten. Die Knospen sind intensiv rosa. Nach dem Öffnen der Knospen erscheinen die fünf Blütenblätter weiß bis rosa.

Der Holzapfel wächst in Hecken, Dickichten und in offenen Wäldern.

Geerntet werden die Zweigspitzen mit den Blättern und Blüten im Mai. Die Herstellung der Blütenessenz erfolgt nach der Kochmethode.

Der Ekel vor allem Unreinen

Menschen im Crab-Apple-Zustand empfinden ein zwanghaftes Reinheitsbedürfnis, sowohl auf körperlicher als auch seelisch-geistiger Ebene. Ihre Gedanken kreisen hauptsächlich um Dinge, die sie in irgendeiner Form als unrein, schmutzig oder abstoßend empfinden und von denen sie glauben, sich reinigen zu müssen.

Ihr Abscheu bezieht sich auf Schmutz, Bakterien, Spinnen, Ausscheidungen, Schweiß, Hautausschläge und Lebensmittel, die ihnen nicht mehr frisch erscheinen. Fremde Toiletten meiden sie, teils aus Ekel, teils aus Angst, sich zu infizieren. Sie neigen dazu, sich übertrieben oft zu waschen oder zu duschen, insbesondere wenn sie geschwitzt haben.

Seelisch fühlen sie sich unrein, wenn sie ihre eigenen Ansprüche nicht erfüllen können. Sie arbeiten mit krankhafter Pedanterie und verlieren häufig den Überblick, denn ihre Gedanken werden von völlig nebensächlichen Dingen in Beschlag genommen. Sie finden so lange keine Ruhe, bis die sie störende Angelegenheit in Ordnung gebracht ist.

Elm - Ulme

Ulmus procea

Die Pflanze

Großer, mächtiger Baum mit Größen bis 45 Meter und einer tief gefurchten, gräulichen Rinde. Die Blätter sind spitz zulaufend und fünf bis acht Zentimeter groß und oval. Sie haben einen kurzen Stiel, sind auf der Oberseite rau und auf der Unterseite weich behaart. Die Blüten erscheinen vor dem Öffnen der Blattknospen. Die kleinen und sehr zahlreichen Blüten sind in rotbraunen Büscheln angeordnet.

Die Blütezeit ist je nach Witterung von Februar bis April.

Die Herstellung der Blütenessenz erfolgt nach der Kochmethode. Es werden ca. 15 Zentimeter lange Triebe mit den Blüten gepflückt.

Wenn die äußere Anforderung zu hoch wird

Die Bach-Blüte Elm ist immer dann indiziert, wenn die äußeren Anforderungen vorübergehend so hoch sind, dass sich die Betroffenen hoffnungslos überfordert fühlen. Ihre Aufgabe liegt dann wie ein unüberwindlicher Berg vor ihnen, und sie fühlen sich ihr nicht mehr gewachsen. Schlagartig verlassen sie die psychischen und manchmal auch die physischen Kräfte, was sich in Form von geistigen Blackouts und Konzentrationsstörungen äußern kann.

Typisches Beispiel eines akuten Elm-Zustandes ist eine Prüfungssituation, in der der Kandidat unerwartet versagt, obwohl er eigentlich bestens vorbereitet ist und alles weiß. Zunächst stellt er alles korrekt dar. Dann aber wirft ihn eine unerwartete Frage aus der Bahn, so dass alles Gelernte plötzlich wie weggeblasen ist.

Eine weniger dramatische Elm-Phase durchleben Schüler, Studenten oder Seminarteilnehmer, die wegen der Fülle des Stoffes überlastet sind und dem Unterricht bzw. der Vorlesung nicht mehr folgen können.

Gentian - Herbstenzian

Gentiana amarella

Die Pflanze

Krautige Pflanze mit vierkantigem, geradem, beblättertem Stängel, die bis 30 Zentimeter hoch werden kann. Der bittere Enzian hat purpurrote Stängel mit dunkelgrünen, von drei kräftigen Adern durchzogene festsitzende Blätter, die die Form einer Lanzenspitze haben. Die bläulichroten Blüten wachsen einzeln oder in kleinen Büscheln aus den Blattachseln heraus. Eine Blüte befindet sich am Stielende. Die Blütenröhren sind doppelt so lang wie der Blütenkelch und fünfgeteilt. Die Blütezeit ist von August bis Oktober.

Die Pflanze gedeiht auf trockenem Hügelland, auf Felsen und Dünen.

Zur Herstellung der Blütenessenz nach der Sonnenmethode werden die Blüten gepflückt.

Wenn man immer alles schwarz sieht

Gentian-Typen haben eine pessimistische Grundeinstellung. Bei auftretenden Schwierigkeiten sind sie sofort entmutigt, da sie ohnehin nicht mit einem Erfolg gerechnet haben. Sie geben dann vorzeitig auf, jeder weitere Versuch erscheint ihnen sinnlos.

Ihre Sicht auf das Leben ist durch einen Grauschleier verdüstert. Sie machen sich ständig über irgend etwas Sorgen und haben auch keine Zuversicht, dass die Zukunft ihnen Positives bringt. Im Gegenteil sind sie stets wegen ihrer finanziellen und materiellen Absicherung beunruhigt.

Die Tragik der Gentian-Menschen ist, dass ihre negative Erwartungshaltung sich im Sinne der selbsterfüllenden Prophezeiung bestätigt. Ihren Misserfolg verdanken sie meistens ihren eigenen negativen Gedanken: Wer in Erwartung der Katastrophe wie das Kaninchen vor der Schlange gelähmt verharret, anstatt aktiv zu werden, braucht sich nicht über den ausbleibenden Erfolg zu wundern.

Gorse - Stechginster

Ulex europaeus

Die Pflanze

Unverwechselbarer, äußerst dorniger, dichter Strauch mit einem halben bis zwei Meter Höhe. Die Hauptäste sind behaart. Von ihnen zweigen mehrere kurze Äste, die grüngrau und gefurcht sind und mit vielen harten, spitzen und sich gabelnden Dornen besetzt sind, waagrecht ab. Die Blätter sind bei der Jungpflanze weich und behaart. Aus ihnen werden ein bis zwei Zentimeter lange, sehr spitze, grüne Dornen. Die in großer Menge erscheinenden Blüten sind goldgelb und entstehen in den Blattachseln der Triebe des Vorjahres. Die Hauptblütezeit ist im April und Mai, jedoch erscheinen vereinzelt Blüten fast das ganze Jahr über.

Der Stechginster wächst auf steiniger Erde, auf trockenen Wiesen und Heideboden.

Zur Herstellung der Blütenessenz nach der Sonnenmethode werden die Blüten im April, Mai oder Juni gepflückt.

„Mir kann ja doch keiner mehr helfen.“

Der Gorse-Zustand tritt bei Menschen ein, die sich in einer ausweglosen Situation befinden, etwa bei einer chronischen Krankheit, bei der alle Therapieversuche gescheitert sind. Wiederholte Rückschläge und vergebliche Versuche haben die Betroffenen mut- und hoffnungslos gemacht: Sie finden sich mit ihrem vermeintlich unabänderlichen Schicksal ab und halten jegliche weitere Bemühung für reine Zeitverschwendung. Wenn sie sich dennoch auf eine neue Behandlung einlassen, so tun sie dies gegen ihre innere Überzeugung und einzig ihren Angehörigen zuliebe.

Aus eigenem Antrieb aber unternehmen sie keine Therapieversuche mehr. Sie haben alle Hoffnung und jeglichen Ehrgeiz in dieser Hinsicht aufgegeben, obwohl ihr Leben in seiner Trostlosigkeit und Düsternis kaum erträglich ist.

Heather - Gemeines Heidekraut

Calluna vulgaris

Die Pflanze

Stark verzweigter Strauch, der 70 bis 90 Zentimeter hoch wird und gerade oder halbkriechend wächst. Die kleinen, nur zwei Millimeter langen Blätter stehen wechselständig, wobei jedes Blattpaar dem vorigen gegenüber anders ausgerichtet ist. Sie sitzen eng zusammen und haben eine dreieckige Form. Die Blüten sind rosa- bis lilafarben und wachsen als einseitwendige Trauben an den Zweigspitzen. Die Früchte sind innen in vier Nischen geteilte Kapseln, von denen jede einen kleinen Samen enthält.

Das Heidekraut ist fast in ganz Europa verbreitet. Es wächst vor allem auf Hochebenen, Weiden und Mooren, wobei es magere und saure Böden bevorzugt.

Zur Herstellung der Blütenessenz nach der Sonnenmethode werden die Blüten und frischen Zweige oberhalb der verblühten Pflanzenteile von Juli bis September gepflückt.

„Ich, ich, ich!“

Die Heather-Typen wollen stets im Mittelpunkt stehen, brauchen ständig Publikum und beanspruchen dessen vollständige Aufmerksamkeit. In ihrem übertriebenen Mitteilungsbedürfnis erzählen sie jedem Beliebigen, was sie beschäftigt. Dabei handelt es sich vielfach um belanglose Dinge, die niemanden interessieren. Aufdringlich überschütten sie den anderen mit ihrem Redeschwall und lassen ihn selbst überhaupt nicht zu Wort kommen. Versucht der andere, sich höflich dieser Zudringlichkeit zu entziehen, halten sie ihn oft am Ärmel fest.

Ihren „Kletten“-Charakter verdanken sie zudem ihrer Unfähigkeit, allein zu sein. Sie erzwingen die Zuwendung von anderen, ohne zu bemerken, wie anstrengend sie für diese sind.

Die Ichbezogenheit von Heather-Menschen zeigt sich teilweise auch in hypochondrischer Selbstbeobachtung. Die winzigsten Bagatellsymptome werden aufgebauscht und der Umwelt mitgeteilt. Werden diese Menschen dann tatsächlich einmal krank, sind sie wehleidig und verlangen sehr viel Zuwendung.

Holly - Stechpalme

Ilex aquifolium

Die Pflanze

Ein immergrüner Busch oder kleiner Baum, der bis zu zehn Meter hoch werden kann. Seine Blätter sind leuchtend dunkelgrün und lederartig. Sie sind wechselständig und wachsen auf einem kurzen Stiel. Ihr Rand ist ausgebuchtet, und sie verfügen über starke Dornen - vor allem die Blätter von jungen Pflanzen. Die weißen Blüten befinden sich in Doldenform an den Blattachseln. Männliche und weibliche Blüten wachsen meist an getrennten Pflanzen. Die Blütezeit ist Mai bis Juni. Auffallend sind vor allem die leuchtend roten Früchte im Herbst.

Die Stechpalme wächst im Hügel- und Bergland in Wäldern und Hecken.

Die Herstellung der Blütenessenz erfolgt nach der Kochmethode. Es werden ca. 15 Zentimeter lange Triebe mit den männlichen und weiblichen Blüten gepflückt.

Wenn man ständig vor Wut platzen könnte

Menschen des Holly-Typs stiften überall Disharmonie, wo immer sie auch hinkommen. Sie leben in einer ständigen ärgerlichen Unruhe und verschaffen ihrem inneren Druck ungeniert Luft, ohne Rücksicht auf die Gefühle anderer zu nehmen. Sie geraten leicht in Wut und lassen diese ungehemmt an anderen aus, finden sie doch immer einen Schuldigen.

Manchmal bekommen sie cholerische Anfälle - und sei es wegen der berühmten Fliege an der Wand. Manche suchen absichtlich Streit, indem sie andere provozieren. Andere wiederum behalten ihre Gefühle für sich, kochen aber innerlich und sind nahe daran, vor Wut zu platzen.

Sie sind immer unzufrieden und fühlen sich häufig grundlos unglücklich. Oft leiden sie unter negativen Gefühlen wie Hass, Neid, Eifersucht, Misstrauen oder Rachsucht. Sie können aber ihrem letztlich selbst verursachten Leiden kein Ende bereiten, da sie sich gegenüber positiven Gefühlen wie Liebe, Verständnis und Verzeihen verschließen.

Honeysuckle - Echtes Geißblatt

Lonicera caprifolium

Die Pflanze

Holzige Pflanze mit windenden Stängeln, die sich an anderen Pflanzen empor ranken. Diese sind reich verzweigt und behaart, vor allem die jungen Stängel. Die gegenständigen Blätter sind oval und auf der Oberfläche leuchtend grün gefärbt, nur die unteren Blätter sind gestielt. Die Blüten sind zu Quirlen im Zentrum der oberen Blüten zusammengefasst. Ihre Krone ist rosa- bis purpurfarben oder weißgelb. Sie sind röhrenförmig und werden drei bis vier Zentimeter lang. Blütezeit ist von Juni bis August.

Das Geißblatt wächst in Wäldern, Hecken und auf Heideböden. Die *Lonicera caprifolium* ist seltener als die *Lonicera periclymenum* (das gemeine Geißblatt), die gelbe Blüten hat.

Die Herstellung der Blütenessenz erfolgt nach der Kochmethode. Von verschiedenen Teilen der Pflanze werden ca. 15 Zentimeter lange Stiele mit den Blättern und Blüten gepflückt.

„Früher war alles besser und schöner“

Honeysuckle-Menschen leben in ihren Gedanken und Gefühlen mehr in der Vergangenheit als in der Gegenwart. Sie schwelgen häufig in Erinnerungen und sprechen immer wieder von der „guten alten Zeit“, in der ihrer Meinung nach alles viel besser und schöner war als heute. Das Glück, das sie in der vermeintlich heilen Welt vergangener Zeit empfunden zu haben glauben, scheint ihnen auf immer verloren gegangen, und geben sich daher auch keine Mühe, ihre gegenwärtige Situation zu verbessern. Da ihre Gedanken ständig auf die Vergangenheit gerichtet sind, haben sie zunehmend Schwierigkeiten, mit der gegenwärtigen Realität klarzukommen.

Ein Hinweis auf einen latenten Honeysuckle-Zustand ist die Vorliebe der Betroffenen für die Musik aus einer vergangenen Epoche ihres Lebens (z.B. Jugend, Studentenzeit), nach der sie sich zurücksehnen.

Die Flucht in die Vergangenheit wird häufig durch äußere Umstände, wie den Tod eines nahen Angehörigen, einen Wohnungs- oder Berufswechsel, den Auszug der erwachsenen gewordenen Kinder aus dem Elternhaus u.ä., ausgelöst.

Hornbeam - Weißbuche oder Hainbuche

Carpinus betulus

Die Pflanze

Weit verbreitete europäische Baumart mit typischem, glattem, grauem, längswulstigem Stamm. Die Hainbuche kann 25 Meter hoch werden und hat eine rundliche Krone mit aufsteigenden, an der Spitze überhängenden Zweigen. Die Blätter sind dunkelgrün und an der Unterseite mit Flaum bedeckt. Ihre Form ist herzförmig mit kurzem Stiel. Männliche und weibliche Blüten wachsen an demselben Baum und sind grün-grau gefärbt. Die männlichen Blüten wachsen in den Blütenachseln der Blätter des Vorjahres. Es sind lange, lose herabhängende Kätzchen. Die weiblichen Blüten, die am Ende der kurzen, seitlichen Triebe wachsen, stehen bis zum Heranreifen der Frucht aufwärts. Sie sind paarweise angeordnet und bestehen aus dreilappigen, großen Schuppen. Jede Blüte besitzt zwei rote Narben. Blütezeit ist in den Monaten April bis Mai.

Die Hainbuche ist in ganz Europa heimisch und bevorzugt Standorte in Wiesen, Weiden und lichten Wäldern.

Die Herstellung der Blütenessenz erfolgt nach der Kochmethode. Es werden ca. 15 Zentimeter lange Triebe mit den männlichen und weiblichen Blüten gepflückt.

Müdigkeit nach geistiger Überforderung

Personen im Hornbeam-Zustand haben sich geistig völlig verausgabt und leiden nun an einer ausgeprägten nervösen Erschöpfung. Sie sind ständig müde, abgespannt, energielos, antriebsschwach und haben ein extremes Schlafbedürfnis. Doch gelingt es ihnen nicht, durch ausreichenden Schlaf zu Kräften zu kommen, und sie fühlen sich morgens oft erschöpfter als abends vor dem Schlafengehen.

Es fällt ihnen sehr schwer aufzustehen und mit einer Arbeit zu beginnen. Allein schon der Gedanke daran scheint sie zu schwächen. Manchmal hängen sie quälend lange herum, bevor sie ihre Aufgaben angehen. Haben sie jedoch erst einmal begonnen, geht ihre Arbeit in der Regel gut voran.

Impatiens - Drüsentragendes Springkraut

Impatiens glandulifera

Die Pflanze

Einjährige, bis 1,80 Meter hohe Pflanze, mit kräftigen grün oder rot gerippten, verzweigten Stängeln. Diese sind innen hohl und erscheinen fast durchsichtig. Die Blätter sind grün und glatt mit scharf gezähnten Rändern und einer roten Mittelrippe. Sie sind lanzettlich spitz und zehn bis 15 Zentimeter lang. Die gestielten Blüten wachsen in kurzen, zwischen den obersten Blättern liegenden Blütenständen. Die Knospen sind oval und hellrot und fallen sehr schnell ab. Die Blüten sind malvenfarbig und lippenförmig. Die Blütezeit ist von Juli bis September.

Impatiens wächst an Fluss- und Bachufern und auf feuchter Erde in tiefen Lagen.

Zur Herstellung der Blütenessenz nach der Sonnenmethode werden nur die hell-malvenfarbigen Blüten verwendet.

„Schnell, schnell, schnell!“

Impatiens-Typen stehen unter Zeitdruck. Nichts kann ihnen schnell genug gehen, überall verbreiten sie sofort Hektik. Sie haben eine schnelle Auffassungsgabe, arbeiten schnell, sprechen schnell, bewegen sich schnell und schlingen ihr Essen in Rekordzeit hinunter.

Sie hetzen sich selbst oft bis zur Erschöpfung und treiben auch andere zur Eile an. Dabei macht deren relative Langsamkeit sie oft rasend, und sie reagieren ungeduldig und gereizt. Lieber arbeiten sie allein, so dass sie ihr Tempo durchhalten können.

Warten zu müssen ist für sie schrecklich. Nervös und ungeduldig überlegen sie dann, was sie in der Zwischenzeit hätten alles erledigen können. Wegen ihrer hektischen Lebensweise leiden sie meist unter einer starken nervlichen Anspannung und können nur schwer abschalten.

Menschen im Impatiens-Zustand gehen übrigens auch mit ihren Krankheiten sehr ungeduldig um. Sie ärgern sich sehr darüber, und Ihre Genesung kann ihnen nicht schnell genug gehen.

Larch - Lärche

Larix decidua

Die Pflanze

30 bis 40 Meter hoher, nadelabwerfender Baum. Der Stamm ist kerzengerade, die Rinde, die von zahlreichen Längsrissen durchzogen wird, ist im Inneren rot gefärbt. Die Hauptäste wachsen mehr oder weniger waagrecht. Die Nadeln stehen wechselständig oder in Quirlen auf den Zweigen. Die Früchte entwickeln sich aus den weiblichen Blüten und bilden drei bis vier Zentimeter lange Zapfen. Diese bestehen aus zuerst roten und dann braunen Schuppen. In der Achsel eines jeden Zapfens befinden sich zwei ovale, geflügelte Samen.

Die Lärche wächst meist in höheren Lagen. Sie bildet Wälder, ist aber auch vereinzelt auf felsigen Plätzen und Schuttkegeln zu finden.

Die Herstellung der Blütenessenz erfolgt nach der Kochmethode. Es werden ca. 15 Zentimeter lange Triebe mit den jungen Blattbüscheln und den männlichen und weiblichen Blüten gepflückt.

„Ich kann das nicht.“

Larch ist die Blüte für Menschen, die aus mangelndem Selbstvertrauen an ihren Fähigkeiten zweifeln. Während sie die anderen für tüchtiger als sich selbst halten, stellen sie grundsätzlich ihren eigenen Erfolg in Frage.

Sie sind schüchtern, gehemmt, fühlen sich anderen gegenüber unterlegen und leiden unter Versagensängsten. So fürchten sie sich vor allem Neuen, was sich in Form von Lampenfieber, Erwartungs- und Prüfungsängsten bemerkbar macht.

Bei auftretenden Schwierigkeiten verlieren sie schnell den Mut und geben auf. Diese Verzagtheit wird häufig als Feigheit gedeutet. Das Gefühl, ein Versager zu sein, belastet sie sehr stark. Auf Kritik und Tadel reagieren sie aus Betroffenheit sehr empfindlich.

Mimulus - Gefleckte Gauklerblume

Mimulus guttatus

Die Pflanze

Mehrjährige, krautige Pflanze mit hohlem Stängel bis 30 Zentimeter Höhe. Die Blätter sind glatt, rundlich und gegenständig angeordnet. Der breite Blattstiel ist unten mit dem des entgegengesetzten Blattes verwachsen. Das Blatt ist der Länge nach von mehreren Adern durchzogen. Die großen, gelben Blüten stehen einzeln an bis zu 4 Zentimeter langen Blütenstielen, die aus den Blattachsen der unteren Blätter wachsen. Die gefleckte Gauklerblume verdankt ihren Namen den roten Sprenkeln auf dem unteren Blütenblatt. Die Blütezeit ist von Juni bis August.

Standort sind feuchte Plätze in der Nähe von Bächen und Flüssen.

Zur Herstellung der Blütenessenz nach der Sonnenmethode werden die Blüten in den Monaten Juni bis August gepflückt.

Ängstlichkeit

Mimulus-Typen sind überaus ängstlich und sensibel. Sie reagieren überempfindlich auf äußere Reize wie Hitze, Kälte, Lärm, grelles Licht oder auch auf Aggressionen anderer. Im Gegensatz zu Aspen-Menschen beziehen sich ihre Ängste auf konkrete Dinge. Sie haben z.B. Angst vor Wasser, Gewittern, fremden Menschen, Einbrechern, Tieren, Schmerzen, Unfällen u.a.

In der Regel sprechen Menschen im Mimulus-Zustand nicht über ihre Furcht, doch können sie sie nicht verbergen, wenn sie mit dem Angst auslösenden Phänomen konfrontiert werden, etwa wenn sie aus einer Menschenmenge flüchten oder sich beim Arzt mit Händen und Füßen gegen eine Spritze wehren.

Auch für die Mitmenschen von Mimulus-Typen ist das Leben nicht leicht, denn auf deren Empfindlichkeiten muss immer Rücksicht genommen werden, was manchmal geradezu tyrannisch ist. Dabei wollen die Betroffenen es den anderen nicht schwer machen, aber sie handeln aus einem inneren Leidensdruck heraus, der ihnen keine Alternative lässt.

Mustard - Wilder Senf

Sinapis Arvensis

Die Pflanze

Eine einjährige, 30 bis 60 Zentimeter hohe Pflanze mit senkrecht nach oben wachsendem, verzweigtem Stängel. Dieser ist gefurcht und mit kurzen, rauen Härchen überzogen. Die Blätter haben eine raue Oberfläche und die Form einer Leier. Die unteren wachsen an kurzen Stielen, die oberen sind ungestielt. Die Blüten sind zunächst in dichten Trauben angeordnet, die sich strecken, sobald die Frucht gebildet wird. Sie bestehen aus vier hellgelben Blütenblättern.

Der Ackersenf wächst auf Feldern und Wegrändern. Blütezeit ist Mai bis Juni.

Die Herstellung der Blütenessenz erfolgt nach der Kochmethode. Von verschiedenen Pflanzen werden die Blütenköpfe oberhalb der verwelkten Blätter und Samenkapseln gepflückt.

Wenn grundlos Traurigkeit kommt

Personen im Mustard-Zustand leiden unter Phasen von Melancholie bis hin zu tiefer Niedergeschlagenheit, die ohne erkennbaren Grund auftauchen und wieder verschwinden können. In solchen Phasen verlieren die Menschen ihre Antriebskraft; sie ziehen sich ganz in sich zurück und leiden unter einer Schwermut, deren Schattierungen von Unlust, Melancholie, grundloser Traurigkeit bis hin zu schweren Depressionen reichen.

Die Betroffenen berichten von einem Gefühl völliger innerer Leere. Plötzlich erscheint ihnen alles sinnlos und düster, als ob jemand das Licht ausgeschaltet hätte.

Oak - Eiche

Quercus robur

Die Pflanze

Laubabwerfender Baum, der 20 bis 30 Meter hoch wird und dessen breite, kräftige Äste eine unregelmäßige Krone bilden. Die Rinde der jüngeren Zweige ist glatt und glänzend grau. Mit dem Altern der Zweige wird die Rinde immer dunkler und rissiger. Die des Stammes ist reichlich verkorkt und mit zahlreichen Längsrissen durchzogen. Die Blätter verfügen über einen sehr kurzen Stiel, sind verkehrt eiförmig und stark eingeschnitten. Eichen sind zweihäusig, es gibt also männliche und weibliche Pflanzen. Die Früchte sind ovale Hüllfrüchte, die Eicheln. Die weiblichen Blüten wachsen auf einem hängenden Stiel und bestehen aus zahlreichen Hüllblättern, die den Fruchtknoten umhüllen. Es stehen meist zwei bis fünf zusammen.

Eichen wachsen in reinen Eichenwäldern oder auch in Mischwäldern, meist mit Buchen zusammen, oft auch einzeln auf frischen, grundfeuchten Böden.

Zur Herstellung der Blütenessenz nach der Sonnenmethode werden die weiblichen Blüten gesammelt. Dazu wird ein Feld ausgewählt, das in der Nähe eines Eichenwaldes liegt.

Übertriebenes Pflichtgefühl

Menschen im Oak-Zustand arbeiten aus falsch verstandenem Pflichtbewußtsein sehr hart und bürden sich viel auf. Gegen Schwierigkeiten oder Krankheiten kämpfen sie verbissen an, selbst in aussichtslos scheinenden Fällen.

Sie geben niemals auf, Tapferkeit und Zuverlässigkeit sind ihre wesentlichen Merkmale. Sie fordern von sich selbst sehr viel und leisten Entsprechendes; häufig tragen sie sogar noch die Last anderer Menschen mit. Da sie nie klagen und offensichtlich über eine robuste Konstitution verfügen, fällt zunächst nicht auf, dass sie Raubbau an ihrer Gesundheit treiben. In Wirklichkeit übergehen sie ihre Tiefpunkte und ignorieren Müdigkeit, Kopfschmerzen und Schwächezustände.

Sie wollen sich nicht eingestehen, dass auch ihrer Leistungsfähigkeit Grenzen gesetzt sind, und zwingen sich mit eisernem Willen zum Durchhalten. Bagatellbeschwerden unterdrücken sie konsequent. Krankheiten versuchen sie möglichst rasch zu überwinden, um ihren Verpflichtungen nachzukommen, die längst zum Alibi für den permanenten Raubbau an ihrer Gesundheit geworden sind.

Olive - Olive

Olea europaea

Die Pflanze

Kleiner Baum, bis 15 Meter hoch, mit silbriggrünem winterhartem Laub, gedrehtem, oft knorrigem Stamm und ausgebreiteten, grauen Ästen. Die Blätter sind gegenständig, lanzettlich und ledrig und werden etwa sechs Zentimeter lang. Die Unterseite ist silbrig und die Oberseite hellgrün. Die Blüten wachsen in Trauben oder Büscheln aus den Blattachseln. Sie sind recht unscheinbar und bestehen aus jeweils 20 bis 30 Blüten mit je vier weiblichen Blütenblättern.

Das Hauptverbreitungsgebiet sind die kalkigen Böden des Mittelmeerraums.

Zur Herstellung der Blütenessenz nach der Sonnenmethode werden die Blüten im Mai gepflückt.

Völlig ausgepowert

Menschen im Olive-Zustand haben sich so sehr verausgabt, dass sie physisch und psychisch völlig am Ende sind. Das Leben ist ihnen nur noch Last. Bereits alltägliche Verrichtungen wie Waschen, Zähneputzen oder der Gang zur Toilette erscheinen ihnen wie ein unüberwindliches Hindernis.

Ihre Kräfte sind aufgezehrt, und sie möchten nur noch schlafen. Sie quälen sich energie- und antriebslos durch den Tag, sind nicht zu motivieren oder zu interessieren und können sich nicht einmal mehr freuen, da ihnen selbst hierzu die Kraft fehlt. Hobbys oder Angelegenheiten, die ihnen sonst Freude bereiteten, haben für sie jeden Reiz verloren.

Ein Olive-Zustand tritt meist auf nach Überarbeitung, chronischer Überanstrengung und langer, schwerer Krankheit, bei der sämtliche Energiereserven des Körpers aufgezehrt wurden. Die Betroffenen sind blass, apathisch, blicken ausdruckslos und sprechen leise.

Pine - Gemeine Kiefer

Pinus sylvestris

Die Pflanze

Immergrüner Baum, der 20 bis 30 Meter hoch wird. Seine Krone ist licht und unregelmäßig, die Rinde aschgrau und im unteren Teil des Stammes tief gefurcht. Der obere Teil ist ziegelrot, und die Knospen werden von zahlreichen Schuppen eingeschlossen. Die Nadeln stehen zu zweit auf Kurztrieben, wobei sie höchstens sieben Zentimeter lang werden. Sie sind blaugrün und im unteren Bereich gerade, während sie weiter oben sichelförmig gedreht sind. Die Blüten wachsen getrenntgeschlechtlich: Die männlichen kleinen Zapfen stehen in beträchtlicher Zahl im unteren Teil der jungen Zweige und produzieren eine große Menge von Blütenstaub, der vom Wind verbreitet wird. Die weiblichen Zapfen befinden sich einzeln oder in Büscheln zu zwei bis vier an den Spitzen der Zweige. Sie wachsen zu einem oval - länglichen Zapfen heran, der die Früchte enthält.

Die Kiefer wächst auf sandigen Böden.

Die Herstellung der Blütenessenz erfolgt nach der Kochmethode. Es werden ca. 15 Zentimeter lange Triebe mit den weiblichen und den in voller Blüte stehenden männlichen Blüten gepflückt.

Das ständige schlechte Gewissen

Personen im Pine-Zustand leiden unter Schuldgefühlen, die sie nicht zur Ruhe kommen lassen. Sie klagen sich selbst nicht nur bei tatsächlichen Verfehlungen an, sondern suchen regelrecht nach Argumenten, um ihr permanent schlechtes Gewissen zu rechtfertigen. Oft übernehmen sie sogar die Verantwortung für die Fehler anderer.

Weder mit Tadel noch mit Lob können sie angemessen umgehen: Tadel führt zu selbstzerstörerischen Selbstvorwürfen, wobei sie nicht darüber nachdenken, ob die

Zurechtweisung überhaupt berechtigt ist. Lob können sie ebenso wenig annehmen wie Geschenke. Von beiden glauben sie, dass sie sie nicht verdient hätten. Selbst wenn sie erfolgreich sind, werfen sie sich vor, dass sie es nicht noch besser gemacht haben. Sind sie einmal weniger leistungsfähig oder krank, geben sie sich in masochistischer Weise meist selbst die Schuld dafür.

Red Chestnut - Rote Kastanie

Aesculus carnea

Die Pflanze

Die rote Kastanie ist ein laubabwerfender, bis 20 Meter hoher Baum. Die Blätter sind wechselständig mit einem rundlichen Stiel von 15 bis 20 Zentimeter Länge. Sie sind etwas kleiner und derber als die der weißen Rosskastanie, fingerförmig und bestehen aus fünf bis sieben Blattfedern, die wie die Finger einer Hand angeordnet sind. Die Blattfedern sind verkehrt eiförmig mit gezähntem Rand. Die mittlere Blattfeder ist immer größer als alle anderen. Die Blüten sind zu Rispen zusammengefasst, deren Achse nach oben zeigt. Sie besteht aus fünf leuchtend roten Kronblättern, die unterschiedlich gewellt sind. Die Kapseln der matt braunen Früchte sind dunkelgrün, oberseits leicht glänzend und nur spärlich bestachelt.

Die rote Kastanie scheint das Ergebnis einer zufälligen Kreuzung zwischen der weißen Rosskastanie (*Aesculus hippocastanum*) und einer hellrot blühenden Kastanienart aus Kalifornien (*Aesculus pavia*) zu sein. Sie tauchte erstmals um 1820 auf und wird seither hauptsächlich als Zierbaum gepflanzt.

Geerntet werden die blühenden Blütenstände samt einem ca. 15 Zentimeter langen Aststück im Mai und Juni. Herstellung der Blütenessenz nach der Kochmethode.

Angst um andere

Menschen im Red-Chestnut-Zustand leben in ständiger Angst und Sorge um andere. Sie wachen mit Argusaugen über die Gesundheit ihrer Angehörigen, registrieren bei ihnen beunruhigt jede kleinste Befindensstörung und reagieren mit völlig überzogenen Vorsorgemaßnahmen. So packen sie ihre Kinder bei kühlem Wetter sofort dick ein, um eine mögliche ernste Erkrankung schon im Anfangsstadium abzuwenden.

Ihre überbesorgte Art ist für die Angehörigen natürlich nicht hilfreich, sondern belastend. Fährt einer von ihnen mit dem Auto weg, muss er später zu Hause anrufen und berichten, ob er heil angekommen ist.

Bei längerer Abwesenheit muss er sich in regelmäßigen Abständen telefonisch zurückmelden, damit sich sein überängstlicher Angehöriger nicht vergeblich Sorgen bereitet.

Rock Rose - Gelbes Sonnenröschen

Helianthemum nummularium

Die Pflanze

Wintergrüner, niederliegender Halbstrauch mit kurzen, stark verzweigten, verholzten Trieben, die alle den Boden berühren. Die schmalen, langen Blätter wachsen an kurzen Stielen. Ihre Oberseite ist grün, an der Unterseite befinden sich weiße, gespaltene Härchen. Die Blüten sind hellgelb, in Rispenrauben angeordnet, von denen zuerst die unteren Blüten einzeln oder paarweise blühen. Sobald sich der Blütenstiel nach unten biegt, verblühen sie recht schnell. Jede Blüte besitzt fünf Blütenblätter.

Das Sonnenröschen wächst im kalksteinhaltigen Hügelland.

Zur Herstellung der Blütenessenz nach der Sonnenmethode werden die Blüten von Juni bis September gepflückt.

Wenn man zu Tode erschrickt

Die Bach-Blüte Rock Rose ist angezeigt in seelischen Ausnahmezuständen, die geprägt sind von Panik, Entsetzen, nacktem Grauen bis hin zu Todesangst. Die Betroffenen sind vor Schreck wie gelähmt und unfähig zu reagieren. Sie fühlen sich der Situation hilflos ausgeliefert und wissen nicht mehr ein noch aus.

Auslöser dieser hochakuten Angst können lebensgefährliche Situationen sein, zum Beispiel Unfälle oder Beinahe-Verkehrsunfälle, lebensbedrohliche Krankheiten wie Herzinfarkt,

Gehirnschlag, Asthmaanfälle u.a. sowie beängstigende medizinische Befunde, etwa der Verdacht auf Krebs oder ein positiver Aids-Test.

Rock-Rose-Zustände können auch chronisch sein. Kennzeichnend für sie ist die Neigung, Unangenehmes schockartig zu verarbeiten. Die Betroffenen sind zart besaitet und haben schwache Nerven. Sie fühlen sich schnell überfordert und geraten dann leicht in Panik. Hektik, Nervosität und Unruhe in ihrer Umgebung machen sie völlig fertig. Häufig leiden sie auch unter Alpträumen, in denen das auslösende Trauma in symbolischer Form, zuweilen auch als klare Erinnerung, vorkommen.

Rock-Rose-Zustände sind häufig auf weit zurückliegende seelische Erschütterungen zurückzuführen, die der Betroffene längst vergessen hat, wie lebensgefährliche Geburtskomplikationen, Bombenangriffe während der Kindheit (insbesondere bei Personen, die während eines Bombenangriffs geboren wurden), körperliche Misshandlungen, Gewaltandrohung und anderes mehr.

Rock Water

Wasser aus heilkräftigen Quellen

Art des Wassers

Quellwasser, das aus der Tiefe der Erde in möglichst unberührter Natur an die Oberfläche gelangt. Das Wasser darf nicht verschmutzt und in irgendeiner Weise manipuliert sein. Gefasste Brunnen und öffentlich zugängliche, viel besuchte Quellen sind daher gänzlich ungeeignet. Als Orientierung kann der Hinweis dienen, dass der in Frage kommenden Quelle irgendeine Heilwirkung nachgesagt wird.

Herstellung nach der Sonnenmethode: An einem vollkommen sonnigen Sommertag wird Wasser aus der Quelle entnommen und dann für drei Stunden auf den Boden in die Sonne gestellt.

Starre Prinzipien

Menschen im Rock-Water-Zustand leben in einem inneren Gefängnis, in das sie sich durch ihr krampfhaftes Festhalten an allzu starren Prinzipien und eng gefassten Moralvorstellungen selbst

eingemauert haben.

In dem Bestreben, bestimmte Ideale zu verwirklichen und dabei anderen ein Vorbild zu sein, unterwerfen sie ihr Leben festen Regeln, die sie konsequent einhalten. Das Spektrum reicht von Diätvorschriften, strengem Antialkoholismus oder Vegetarismus, überzogenen Interpretationen allgemeiner Prinzipien wie Gerechtigkeit, Nächstenliebe, Arbeitsmoral, religiöser Ethik oder Sexualmoral bis hin zu religiösem Sektierertum.

Um ihren Prinzipien treu zu bleiben, müssen sie sich vieles versagen, was sich nicht mit ihren rigiden Grundsätzen vereinbaren lässt. Diese ständige Selbstverleugnung und Unterdrückung des Lustprinzips führt auf Dauer zu einer starken Kopflastigkeit und einem Zustand emotionaler Erstarrung, der durch die Unfähigkeit geprägt ist, echte Freude zu empfinden.

Scleranthus - Einjähriger Knäuel

Scleranthus annuus

Die Pflanze

Kleine, niederliegende Pflanze, wird fünf bis zehn Zentimeter hoch und besitzt zahlreiche gewundene Triebe. Die Blätter sind lanzettlich geformt und gegenständig angeordnet. Sie sind klein und je nach Standort hell- oder dunkelgrün. Die Blüten sind ebenfalls hell- oder dunkelgrün und stehen in Blütentrauben in den Gabelungen der Stängel oder an den Stängelenden. Es gibt keine Blütenblätter, statt dessen einen fünfgeteilten Blütenkelch. Die spitzen Kelchblätter sind an den Rändern weiß gefärbt. Die Blütezeit ist von Juni bis September.

Vorkommen in Weizenfeldern und auf sandigen Böden.

Zur Herstellung der Blütenessenz nach der Sonnenmethode werden die blühenden Stängel und Blätter von Juli bis September gepflückt.

Hin- und hergerissen

Menschen im Sceranthus-Zustand sind unfähig, sich für etwas zu entscheiden. Sie sehen stets beide Seiten einer Medaille, die Vor- und die Nachteile, aber sie scheitern bei dem Versuch zu

gewichten und können sich auf keine Möglichkeit festlegen. Tun sie dies doch, so zweifeln sie bald schon an ihrer Entscheidung und machen diese rückgängig. So gelten sie häufig als wechselhafte, unzuverlässige Menschen.

Diese innere Zerrissenheit äußert sich in vielen Bereichen. Bei ihrer Arbeit sind sie sprunghaft, beginnen bald dieses, bald jenes, ohne irgend etwas zu Ende zu führen. Ihre Arbeitsweise ist mal von hektischer Arbeitswut, dann wieder von lähmender Lustlosigkeit bestimmt. Ihre Stimmungen sind sehr schwankend, wobei sie von einem Extrem ins andere fallen können - mal sind sie himmelhoch jauchzend, dann wieder zu Tode betäubt. Ihre Gesten sind nervös und fahrig.

Die beschriebene Wechselhaftigkeit schlägt sich auch auf körperlicher Ebene nieder, etwa durch den Wechsel von Durchfall und Verstopfung, Heißhunger und Appetitlosigkeit und wechselnden Beschwerden, die kommen und gehen.

Star of Bethlehem - Doldiger Milchstern

Ornithogalum umbellatum

Die Pflanze

Die Pflanze wächst aus einer Zwiebel und ist eng mit dem Knoblauch und der Küchenzwiebel verwandt. Die Blätter, die direkt aus der Zwiebel wachsen, sind sehr schmal und lang. Sie sind dunkelgrün und haben einen weißen Mittelstreifen. Die Blüte wächst aus der Zwiebelmitte an einem blattlosen 15 bis 30 Zentimeter langen Stängel, der in einer Traube oder Dolde mit Blüten endet. Die mittleren Stiele der Dolde sind länger als die äußeren. Die Blüten besitzen keinen Blütenkelch, aber eine Blumenkrone mit sechs Blütenblättern. Diese sind reinweiß und haben entlang der Außenseite einen grünen Streifen. Die Blütezeit ist von April bis Mai.

Der doldige Milchstern wächst auf Wiesen und in kleinen Wäldern.

Die Herstellung der Blütenessenz erfolgt nach der Kochmethode. Wenn die Blüten geöffnet sind, werden die blühenden Dolden mit einem kleinen Stück des Hauptstieles von möglichst vielen verschiedenen Pflanzen gepflückt.

Seelische Verletzung

Star-of-Bethlehem als Blüte der seelischen Verletzung ist angezeigt bei Kummer, einer unglücklichen Liebe, nach einem seelischen Schock, nach Enttäuschungen, schlechten Nachrichten oder dem Tod eines geliebten Menschen. Hierbei ist es unerheblich, ob der krankmachende Einfluss aus einem plötzlichen, intensiven traumatischen Reiz besteht oder einer relativ geringen, dafür jedoch über einen längeren Zeitraum anhaltenden Frustration.

Das zugefügte Leid hinterlässt oft eine tiefe seelische Wunde, die bei jedem neuen Trauma wieder aufbricht und erneut schmerzt. Die psychische Belastbarkeit des Betroffenen nimmt dadurch stetig ab, bis ihn schließlich Kleinigkeiten bereits aus der Fassung bringen können und er völlig überschießend reagiert.

Sweet Chestnut - Edelkastanie oder Esskastanie

Castanea sativa

Die Pflanze

Stattlicher, bis zu 30 Meter hoher, laubabwerfender Baum mit einem starken Stamm mit glatter Rinde und einer rundlichen Krone. Die bis zu 20 Zentimeter langen Blätter sind kurzstielig, schmal, lanzettlich und vorn spitz. Der Rand ist mit zahlreichen kleinen Zähnen versehen. Während die Oberfläche der jungen Blätter behaart ist, sind die älteren Blätter kahl und dunkelgrün. Die Blüten wachsen getrennt. Die männlichen sitzen in Knäueln auf einer langen Blütenähre in den Blattachsen. Die weiblichen, ein bis drei an der Zahl, sind von einem Fruchtkelch, der aus miteinander verwachsenen Deckblättern besteht, umgeben. Die braunen Früchte der Esskastanie sind von einem „Kastanienigel“ eingeschlossen.

Die Edelkastanie ist in Südeuropa weit verbreitet, kommt aber in milden Lagen in ganz Europa vor.

Die Herstellung der Blütenessenz erfolgt nach der Kochmethode. Es werden ca. 15 Zentimeter lange Triebe mit den Blättern und den weiblichen und männlichen Blüten gepflückt.

Zutiefst verzweifelt

Menschen, die Sweet Chestnut benötigen, sind aufgrund eines unerwarteten Schicksalsschlages wie zum Beispiel des Todes eines Angehörigen, eines beruflichen Misserfolgs, finanziellen Ruins, einer schweren Krankheit oder plötzlicher Invalidität völlig verzweifelt und sehen keinen Ausweg mehr.

Ihnen erscheint im Augenblick alles sinnlos, und sie verspüren in sich eine große Leere. Sie wännen sich ihrem Schicksal hilflos ausgeliefert und mit ihrem Schmerz vollkommen allein. Ihre Seelenqual ist so groß, dass diese ihnen unerträglich vorkommt.

Ohne jede Hoffnung glauben sie sich selbst von Gott verlassen und fürchten, an ihrem Los zu zerbrechen. Sie können nicht mehr beten, sogar nicht einmal mehr weinen und fühlen sich wie abgeschnitten von der Welt mit ihrem Licht und ihrer Wärme.

Vervain - Eisenkraut

Verbena officinalis

Die Pflanze

Mehrjährige Pflanze mit einem vierkantigen, stark verzweigten Stängel, 60 bis 70 Zentimeter lang. Die Blätter sind gegenständig. Die unteren sind gestielt und länglich-lanzettlich. Die mittleren sind in drei Fiedern geteilt und die oberen einfach und länglich. Die Blüten stehen auf Ähren, die während der Blüte in der Länge wachsen und mit den anderen Ähren zusammen eine Art Rispe bilden. Die Blütenkrone ist hell-lila oder rosa. Die Früchte sind seitlich eingedrückte Kapseln mit herzförmiger Spitze.

Das Eisenkraut ist mit Ausnahme von Osteuropa in ganz Europa beheimatet und wächst auf Feldern und entlang von Straßen und Wegen.

Die Herstellung erfolgt nach der Sonnenmethode, wobei die blühenden Ähren ohne die verblühten bzw. welken Blätter gepflückt werden. Es werden möglichst junge Pflanzen gewählt, denn diese besitzen relativ wenige Knospen oberhalb der vollständig geöffneten Blüten.

Überbegeisterung

Vervain-Typen kennen in ihrer Begeisterung keine Grenzen und setzen sich bis zur Erschöpfung enthusiastisch für eine Sache ein. Mit großem Engagement und glühenden Reden versuchen sie andere von ihren Ideen und Vorstellungen zu überzeugen und reagieren heftig, falls sie dabei auf Widerstände stoßen. Dann bemühen sie sich durchaus aggressiv, den anderen umzustimmen.

Erreichen sie mit ihrem missionarischen Eifer nicht das gewünschte Ergebnis, sind sie zutiefst deprimiert und verlieren ihren Antrieb. Die Erfahrung, einer Situation ohnmächtig gegenüberzustehen, ist für sie niederschmetternd. Aus dem gleichen Grund reagieren sie sehr empfindlich auf Ungerechtigkeiten.

Vervain-Typen stellen extrem hohe Ansprüche an sich und setzen sich psychisch unter starken Druck. Ihre extrovertierte Lebensart und der Hang zur Selbstüberforderung führen zu einer dauerhaften Anspannung. Diese wird noch dadurch verstärkt, dass ihr Übereifer ihnen kaum Ruhepausen gönnt und sie sich fast ständig in einem Streßzustand befinden.

Zeitweilig erleben sie auch Phasen, in denen sie total überdreht sind und aufgrund ihrer überreizten Nerven völlig überschießend reagieren.

Vine - Weinrebe

Vitis vinifera

Die Pflanze

Kletterndes Gehölz mit bis zu 25 Meter langen Ästen. Die Rinde des Stammes ist dunkelbraun, die Zweige gelbbraun bis rotbraun. Die jungen Triebe sind häufig behaart und weisen gegenüber den Blättern Hafranken auf. Die wechselständigen, rundlichen Blätter verfügen über einen kräftigen Stiel. Sie sind drei- bis fünfflappig mit Einschnitten zwischen den abgerundeten Fiedern. Die Blüten bilden Rispen, die den Blättern gegenüberstehen. Die Krone besteht aus fünf Blütenblättern, die an der Spitze miteinander verwachsen sind. Sie bilden eine Art Schopf, der zum Zeitpunkt der Blüte abfällt. Die Früchte sind die Weintrauben. Die Blütezeit variiert je nach Klima.

Die Pflanze stammt vermutlich aus Kleinasien.

Die Herstellung erfolgt nach der Sonnenmethode, wobei die blühenden Blüten-Trauben gepflückt werden, wenn sie vollständig aufgeblüht sind.

Rücksichtslosigkeit und Skrupellosigkeit

Vine-Menschen wirken kompetent und selbstsicher - wie die geborenen Führernaturen, wovon sie selbst vollkommen überzeugt sind. Für die Schwierigkeiten anderer zeigen sie jedoch wenig Verständnis.

In der Annahme, den besseren Überblick zu haben, können sie sich rücksichtslos über deren Bedürfnisse hinwegsetzen. Dabei merken sie in ihrer unsensiblen Art gar nicht, dass sie den anderen weh tun. Vielmehr bilden sie sich ein, aufgrund ihrer eigenen besonderen Befähigung in deren Interesse zu handeln.

So entwickeln sie sich zu regelrechten Tyrannen und setzen skrupellos ihre eigenen Wünsche und Vorstellungen durch. Schwierigkeiten begegnen sie mit auflodernder Wut und Unduldsamkeit. Verschlossen gegenüber jeglicher Kritik beharren sie gnadenlos auf ihrer Meinung.

Vine-Typen sind unfähig, sich anderen unterzuordnen und Mitgefühl zu entwickeln.

Walnut - Walnuss

Juglans regia

Die Pflanze

Laubabwerfender Baum, der bis zu 20 Meter hoch wird. Die Rinde der Zweige ist glatt und weißgrau, die des Stammes dunkler, rissig und gefurcht. Die Blätter sind wechselständig, groß und bestehen aus einer ungeraden Anzahl von Fiedern (fünf, sieben oder neun). Diese sind oval und haben einen Stiel. Die Blattoberseite ist kahl, während sich an der Unterseite Haarbüschel befinden. Die weiblichen Blüten wachsen meist alleine und bestehen aus oval-länglichen Fruchtknoten. Die männlichen bilden hängende Kätzchen aus, die aus zahlreichen Blüten bestehen. Die männlichen Blüten wachsen aus den Zweigen, die bereits im Jahr zuvor gebildet wurden. Die weiblichen bilden sich am Ende der neuen Triebe. Die Steinfrucht besteht aus der Schale und einem holzigen Teil mit dem essbaren Samen.

Die Walnuss stammt ursprünglich aus Asien und bevorzugt humose, mineralreiche Böden.

Die Herstellung der Blütenessenz erfolgt nach der Kochmethode. Es werden ca. 15 Zentimeter lange Triebe mit den Blättern und den weiblichen Blüten gepflückt.

Verunsicherung in Phasen des Neubeginns

Die Blüte Walnut ist angezeigt in allen Lebensabschnitten, die durch Neubeginn charakterisiert sind und in denen der Betroffene unsicher auf die veränderte Situation reagiert, zum Beispiel nach einem Umzug, Berufs- oder Religionswechsel, nach der Eheschließung, Scheidung, Pensionierung u.a.

Walnut hilft, sich von Altem zu lösen und das Neue anzunehmen. Es bestärkt die Betroffenen, sich von ihrer Entscheidung zu Veränderung und Neubeginn nicht durch gut gemeinte Ratschläge anderer oder gesellschaftliche Normen abbringen zu lassen. Mit der Blüte Walnut gelingt es, sich auch in schwierigen Lebensphasen treu zu bleiben und gegen äußere Widerstände standhaft die eigenen Pläne zu verwirklichen.

Water Violet - Sumpfwasserfeder

Hottonia palustris

Die Pflanze

Wasserpflanze mit sehr zahlreichen, fein gefiederten Blättern, die am senkrechten Blütenstiel eine Rosette bilden. Mit Hilfe der Rosette hält sich der Blütenstiel an der Wasseroberfläche aufrecht, wobei die Blätter ins Wasser getaucht sind. Die Blüten sind fünfzählig, blasslila und innen gelb. Sie sind an einem blattlosen Schaft in Ständen übereinander angeordnet. Die Blütezeit ist im Frühsommer.

Vorkommen in langsam fließenden Bächen, Flüssen und in Seen.

Die Herstellung erfolgt nach der Sonnenmethode im Mai oder Juni. Dazu werden die Pflanzen am Stiel gepflückt.

Überheblichkeit

Personen dieses Typs sind selbständige, fähige Menschen, in vieler Hinsicht anderen überlegen und doch tolerant und angenehm. Sie können sich auch mit schwierigen Situationen objektiv auseinandersetzen und zwingen niemals anderen ihren Willen auf.

Hinter diesem angenehmen Verhalten verbirgt sich ihre Distanz gegenüber ihren Mitmenschen, die sich aus dem Gefühl der Überlegenheit entwickelt hat. Negative Gefühlsäußerungen wie z.B. Zorn halten sie für unter ihrer Würde, weshalb sie auch Streitigkeiten prinzipiell vermeiden.

Beruflich sind sie geschätzte Ratgeber. Privat ziehen sie sich zurück und werden zu Einzelgängern, da die geläufigen Freuden des Gesellschaftslebens ihnen zu banal sind. Infolge ihrer inneren Abschottung verkümmert allmählich ihre Fähigkeit, Gefühle der Zuneigung oder Liebe zu empfinden. So fühlen sich auch in Gegenwart anderer einsam. Ihr Stolz verbietet ihnen jedoch, selbst in Zeiten von Depression und Verzweiflung die Hilfe anderer anzunehmen.

Anfällig für diesen Zustand sind Menschen von auffallender Schönheit, überragenden Fähigkeiten oder solche, die in imagerträchtigen Berufen arbeiten, wie Politiker oder Schauspieler.

White Chestnut - Rosskastanie oder Weiße Kastanie

Aesculus hippocastanum

Die Pflanze

Laubabwerfender, bis 30 Meter hoher Baum. Die Blätter sind wechselständig mit einem rundlichen Stiel von 15 bis 20 Zentimeter Länge. Sie sind fingerförmig, bestehen aus fünf bis sieben Blattfedern, die wie die Finger einer Hand angeordnet sind. Die Blattfedern sind verkehrt eiförmig mit gezähntem Rand. Die mittlere Blattfeder ist immer größer als alle anderen. Die Blüten sind zu Rispen zusammengefasst, deren Achse nach oben zeigt. Sie besteht aus fünf Kronblättern, die unterschiedlich gewellt und weiß, gelb oder rot gefleckt sind. Die Früchte in ihrer stacheligen Kapsel sind glänzend braun.

Die Rosskastanie stammt ursprünglich aus dem Balkan und ist jetzt in kultivierter Form in allen gemäßigten Breiten zu finden.

Geerntet werden die männlichen und weiblichen Blüten im Mai oder Juni. Herstellung der Blütenessenz nach der Sonnenmethode.

Wenn die Gedanken quälend kreisen

Menschen im White-Chestnut-Zustand können nicht abschalten. Wie bei einer Schallplatte, bei der die Nadel hängen geblieben ist, gehen ihnen die immer gleichen Gedanken im Kopf herum, und die Betroffenen können nichts dagegen unternehmen.

Häufig wälzen sie sinnlos Probleme, ohne zu einer Lösung zu gelangen, oder führen endlose innere Dialoge. Manchmal fangen sie irgendwo eine Melodie auf, die sich in ihrem Kopf verselbständigt und sie tagelang verfolgt. Sie leiden oft unter Einschlafschwierigkeiten, da sie gedanklich nicht zur Ruhe kommen können.

Wild Oat - Waldtresse

Bromus ramosus

Die Pflanze

Graspflanze mit einem geraden, behaarten, unverzweigten halben bis anderthalb Meter langen Halm. Die Blätter sind lang, herabhängend und spitz zulaufend. Die röhrenförmigen Blattscheiden umklammern den Halm und sind mit langen, nach hinten gebogenen Härchen bedeckt. Die Rispe sitzt oben am Haupthalm und besteht aus vielen dünnen, in der Regel paarweise herabhängenden Rispenzweigen. Die Blütezeit ist im Juli und August.

Vorkommen in feuchten Wäldern, an Heckensäumen in Dickichten und an Straßenrändern.

Herstellung der Blütenessenz nach der Sonnenmethode. Es werden die blühenden Ähren gesammelt.

Suchen und warten auf die eigene Berufung

Die Blüte Wild Oat verkörpert einen Zustand, bei dem die Menschen nach ihrer Lebensaufgabe oder Berufung suchen. Sie wollen etwas Großes leisten, haben vieles ausprobiert, aber nichts entdeckt, was ihnen die gewünschte Erfüllung gebracht hätte. Sie sind unzufrieden, weil trotz ihrer Bemühungen kein Ziel erkennbar ist und sie den Platz in ihrem Leben noch immer nicht gefunden haben. Diese existentielle Enttäuschung ruft bei Ihnen Unzufriedenheit und ein Gefühl der Leere hervor, die anscheinend durch nichts auszufüllen ist.

Ihre unbestimmten Ambitionen bringen sie dazu, häufig Beruf, Partner oder Wohnung zu wechseln und vieles zu beginnen, das sie dann nie zu Ende führen.

Der Zustand der Unsicherheit bezieht sich nicht nur auf die große Leitlinie ihres Lebens. Selbst bei alltäglichen Entscheidungen wie z.B. beim Einkauf haben sie Schwierigkeiten, aus einer Vielzahl von Möglichkeiten etwas für sie Passendes auszuwählen.

Wild-Oat-Menschen lassen sich aus Frustration treiben und kompensieren die fehlende Orientierung durch Genusssucht (extravagante Autos, Mode, Reisen, Schlemmerei). Dennoch finden sie keine Erfüllung und werden nie das Gefühl los, das Leben ziehe an ihnen vorbei.

Wild Rose - Heckenrose

Rosa canina

Die Pflanze

Buschiger, laubabwerfender Strauch, der zwei bis drei Meter hoch wird. Die zahlreichen Zweige sind unten aufrecht, dann gebogen und schließlich abfallend. Im oberen Bereich tragen die Zweige zahlreiche kurze Nebenzweige. Beide sind mit zahlreichen Dornen besetzt. Die Blätter stehen wechselständig und sind unpaarig gefiedert. Die Blüten bilden endständige Doldentrauben mit fünf Kronblättern, die weiß bis leuchtend rot gefärbt sein können. Die Früchte der Heckenrose sind ovale Schließfrüchte mit behaarter Oberfläche, die im Blütenboden eingeschlossen sind. Der Blütenboden wird während der Fruchtreife fleischig und bildet die Hagebutte, die somit im Grunde keine echte Frucht ist.

Die Heckenrose wächst an Wald- und Straßenrändern sowie in Hecken und ist in ganz Europa weit verbreitet.

Die Herstellung der Blütenessenz erfolgt nach der Kochmethode. Es werden ca. 15 Zentimeter lange Triebe mit den Blättern und Blüten gepflückt.

Wenn man innerlich kapituliert hat

Menschen im Wild-Rose-Zustand haben - meist aufgrund äußerer Schwierigkeiten oder infolge von Schicksalsschlägen - innerlich kapituliert und unternehmen keinerlei Anstrengung mehr, an ihrer Situation noch irgend etwas zu ändern, da ihnen ohnehin alles sinnlos erscheint. Infolge ihrer Resignation lassen sie sich ohne jeden Antrieb völlig treiben und fügen sich fatalistisch in ihr Schicksal. Es ist ihnen alles egal, da sie der Meinung sind, ihr Unglück sei vorherbestimmt, ihre Krankheit erblich bedingt oder gar unheilbar.

Sie zeigen wenig Initiative, sind für nichts zu begeistern, reagieren auf vieles gleichgültig und finden sich mit allem ab, was auf sie zukommt. Ihr Leben verläuft ziemlich gleichförmig, ohne Höhen und Tiefen.

Willow - Gelbe Weide

Salix vitellina

Die Pflanze

Laubabwerfender Baum mit starkem Stamm und ausladenden Ästen. Die Rinde ist dick, graubraun und tief gefurcht. Die Zweige haben eine glatte Oberfläche und sind sehr biegsam und fest. Im Winter werden sie leuchtend orange und gelb. Die Blätter sind an kurzen Stielen wechselständig angeordnet. Sie sind schmal und lanzettlich mit einem spitzen Ende, fünf bis zehn Zentimeter lang, oben glänzend und unten samtig. Die männlichen und weibliche Kätzchen wachsen an unterschiedlichen Bäumen und sind lang und dünn. Sie erscheinen gleichzeitig mit den ersten Blättern und werden in erster Linie vom Wind bestäubt.

Die gelbe Weide wächst in tiefer gelegenen Feuchtgebieten.

Die Herstellung der Blütenessenz erfolgt nach der Kochmethode. Es werden ca. 15 Zentimeter lange Triebe mit den Blättern und Kätzchen der weiblichen und männlichen Blüten gepflückt.

„Warum gerade ich?“

Personen im Willow-Zustand haben schon viel Unheil erlebt, wofür sie stets andere, das Leben oder das Schicksal verantwortlich machen. Sie fühlen sich als Opfer, sind verbittert, misstrauisch, nachtragend, zornig und egoistisch und missgönnen anderen ihr Glück oder ihre Gesundheit. Ihr Denken kreist ständig um die Frage: "Warum gerade ich?"

Überzeugt von ihrer Benachteiligung fühlen sie sich berechtigt, an andere Forderungen zu stellen; hingegen sind sie nicht bereit, selbst zu geben. Voller Hass und Bitterkeit ziehen sie sich zurück. Sie sind unfähig zu genießen, da sie in allem nur Negatives sehen. Anstatt sich mit ihrer Umgebung und ihrem Schicksal auseinanderzusetzen, fressen sie ihre Wut in sich hinein und zerstören damit sich selbst.

Die praktische Anwendung der Bach-Blüten bei alltäglichen Beschwerden

Fallbeispiele

In diesem Kapitel stellen wir Ihnen einige Fallbeispiele aus der Praxis vor, die das breite Spektrum erfolgreicher Behandlungen mit Bach-Blüten zeigen.

Bettnässen

Eine Frau kommt mit ihrem zwölfjährigen Sohn in die Praxis und erzählt voller Verzweiflung, dass der Junge nachts immer noch ins Bett mache.

In diesem Fall werden die Blütenessenzen Cherry Plum und Agrimony verordnet, die tatsächlich innerhalb von zwei Wochen zur Beseitigung des Problems führen: Bis heute hat der Junge nicht mehr ins Bett gemacht.

Untertemperatur eines Neugeborenen

Nach der Geburt eines Jungen reguliert sich trotz ärztlicher Bemühungen dessen Körpertemperatur nicht. Sie bleibt zu niedrig. Als die verzweifelten Eltern ihren Bach-Blüten-Therapeuten um Hilfe bitten, verordnet dieser die Notfalltropfen. Die Ärzte sind mit dieser Behandlung einverstanden, und nach nur einem Tag hat das Baby normale Temperatur.

Ein völlig verstörtes Kind

Tobias (Name von der Redaktion geändert) wurde mit einem Herzfehler geboren, weshalb er im Alter von zwei Jahren am Herzen operiert wurde. Als Sechsjähriger hat er vielfältige Schwierigkeiten: Er ist wegen Sprachproblemen in Behandlung und zudem außergewöhnlich ängstlich. So ist es ihm nicht möglich, allein in ein keineswegs dunkles Untergeschoß zu gehen, in dem sich die Toilette befindet. Bei Spaziergängen fürchtet er sich davor, kleine Hügel im Park zu ersteigen. Wie versteinert bleibt er unten stehen.

Nachts leidet er unter Schlafstörungen. Er kann schlecht einschlafen und wird häufig wach. Dann sieht er zum Beispiel, wie grüne Männchen in seinem Zimmer laufen.

Tobias bekommt die Bach-Blüten Star of Bethlehem, Gorse, Heather, Larch, Olive, Honeysuckle, Mimulus und Walnut.

Nach einer Woche sind alle Ängste wie weggeblasen!

Kein Fall für die Sonderschule

Der fünfjährige Daniel (Name von der Redaktion geändert) leidet unter einer angeborenen muskulären Hypotonie (Muskelschwäche) und ist sprachbehindert. Er hat enorme Konzentrationsstörungen und bedarf dringend einer logopädischen Behandlung. Da er aber den Blickkontakt mit der Logopädin meidet, erscheint eine Sprachtherapie nahezu unmöglich. Daniel soll in eine Sonderschule eingeschult werden.

An diesem Punkt beginnt die Behandlung mit Bach-Blüten. Er erhält Star of Bethlehem, Mimulus, Walnut, Agrimony, Larch und Clematis.

Bereits nach einer Woche hat sich sein Verhalten normalisiert. Er sieht der Therapeutin in die Augen, wodurch auch eine logopädische Behandlung begonnen werden kann. Nach einiger Zeit wird die Blütenmischung überprüft und vom Therapeuten verändert. Schließlich können die Eltern erleichtert aufatmen: Ihr Sohn muss nicht in die Sonderschule gehen, sondern wird in eine normale Grundschule eingeschult.

Erhöhter Blutdruck nach Ortswechsel

Ein Patient mittleren Alters ist aus beruflichen Gründen regelmäßig für größere Zeiträume in Afrika. Jedes Mal, wenn er auf dem anderen Kontinent angekommen ist, erhöht sich plötzlich sein Blutdruck. Erst nach drei Monaten tritt eine Beruhigung ein. Das gleiche passiert in der umgekehrten Richtung. Kommt er nach Deutschland zurück, schnellt ebenfalls der Blutdruck für drei Monate hoch. Dieses Phänomen erlebt er bei jedem dieser Ortswechsel.

Schließlich nimmt der Mann, nachdem er wieder einmal nach Hause gekommen ist und sein Blutdruck sich wie üblich erhöht hat, Walnut und Scleranthus ein, woraufhin sich der Blutdruck innerhalb kurzer Zeit normalisiert.

Einsatz der Bach-Blütenmittel auf den Hautzonen

Wie bereits im Kapitel „Entdeckung der Hautzonen“ dargestellt, bieten die Bach-Blüten-Hautzonen eine sehr einfache und effektive Möglichkeit, mit den Blütenessenzen zu arbeiten. Bei körperlichen Beschwerden kann man mittels der von Krämer erstellten Hautzonen-Topographie leicht feststellen, welche Blüte für eine Behandlung in Frage kommt.

Dabei wurde häufig die Erfahrung gemacht, dass zusätzlich zur innerlichen Einnahme der Blütenmittel die äußerliche Anwendung in Form von Umschlägen oder Cremes die Wirksamkeit der Blüten vervielfacht. Nicht selten setzt die äußerliche Anwendung den Heilungsprozess überhaupt erst in Gang. Zudem verläuft er sehr viel schneller.

Auch ausschließlich seelische Probleme kann man effektiver auflösen, wenn man zusätzlich zur Einnahme der Blütenmittel die zu diesen gehörigen Hautzonen - vornehmlich die am Rumpf - mitbehandelt.

Wie erklärt sich diese erstaunliche Wirkung?

Die wesentlich stärkere Wirkung der Bach-Blüten bei ihrer Anwendung über die entsprechenden Hautzonen - insbesondere bei körperlichen Schwierigkeiten - wird verständlich, wenn man bedenkt, dass hierbei seelische Probleme genau dort behandelt werden, wo sie sich körperlich manifestieren. Erst wenn das negative Schwingungsmuster an dieser Stelle gelöscht ist, löst sich die Störung auch im körperlichen Bereich auf, vorausgesetzt, es bestehen hier nicht schon bereits unwiderrufliche Schäden.

Letztendlich handelt es sich bei den Bach-Blüten-Hautzonen um archetypische Hautzonen. Sämtliche feinstofflichen Arzneisubstanzen, die auf die von Edward Bach erstmals genau klassifizierten archetypischen negativen Seelenkonzepte einwirken, zeigen bei ihrer Anwendung auf diesen Zonen eine heilende Wirkung, unabhängig von der Art und dem Charakter der dort bestehenden Beschwerden. Hierzu gehören auch bestimmte ätherische Öle und Edelsteine. Sie lassen sich analog zu den Bach-Blüten auf diesen Hautzonen einsetzen (siehe Kapitel „Weitere Möglichkeiten der Neuen Therapien“).

Vereinfachte Diagnose am Beispiel einiger ausgesuchter Hautzonen

In Ihrem eigenen Interesse möchten wir Sie hier um etwas bitten: Wenn Sie Hautzonen in Ihre Selbstbehandlung mit einbeziehen wollen, konsultieren Sie zu Ihrer Sicherheit den topographischen Atlas der Hautzonen. Diesen finden Sie mit vielen einzelnen Abbildungen in *Neue Therapien mit Bach-Blüten 2* von Dietmar Krämer und Helmut Wild. Hier sind die Zonen exakt aufgeführt, so dass eine gezielte und wirkungsvolle Anwendung gewährleistet ist. Leider können wir aus Platzgründen nicht die graphische Darstellung aller einzelnen Hautzonen in dieses Buch einfügen: Sie sind so umfangreich, dass sie allein ein ganzes Buch füllen. Einige häufig auftretende Fallbeispiele aber sollen das Prinzip veranschaulichen.

Star of Bethlehem

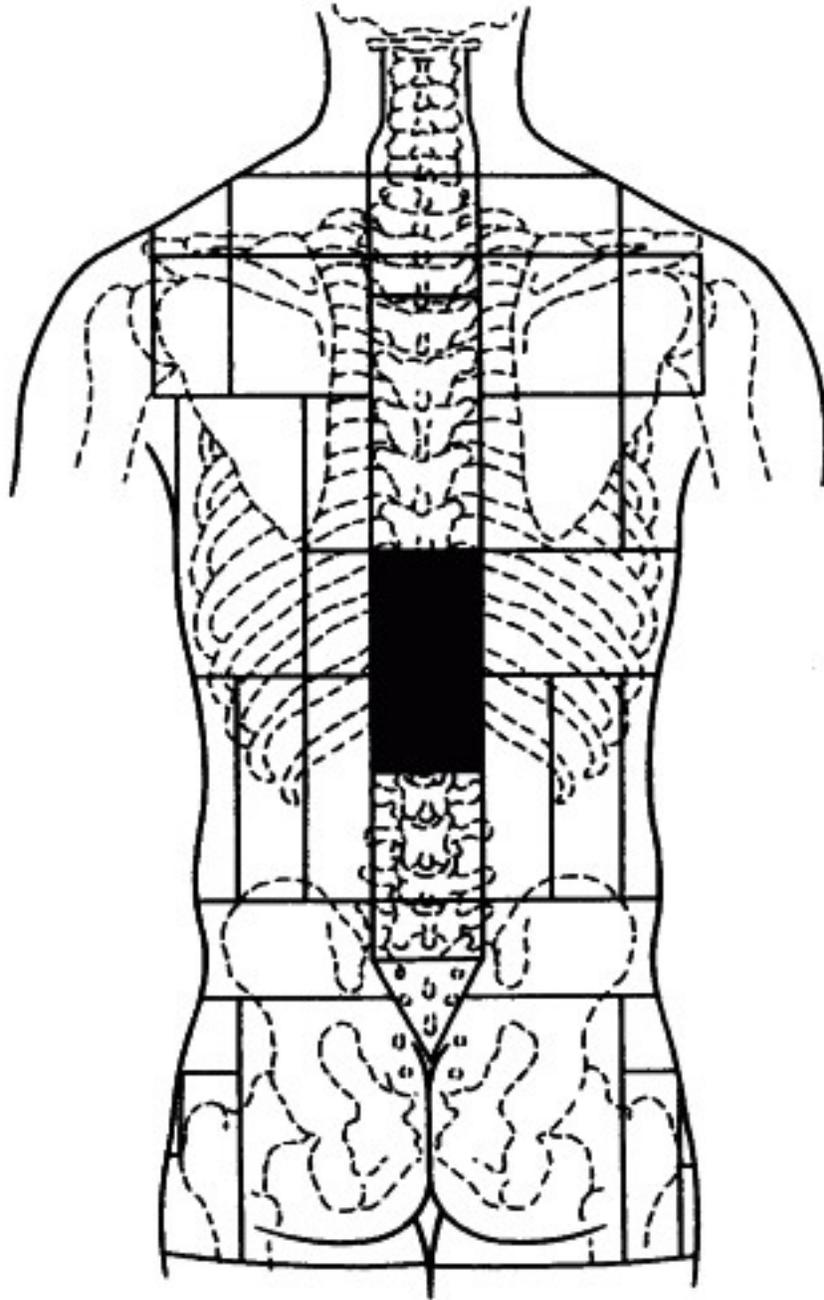


Abbildung 1 Indikation: Rückenschmerzen nach seelischen Schocks, emotionalen Verletzungen oder Enttäuschungen. Sie können in den Oberbauch ausstrahlen und dort ebenfalls Schmerzen verursachen.

Star of Bethlehem

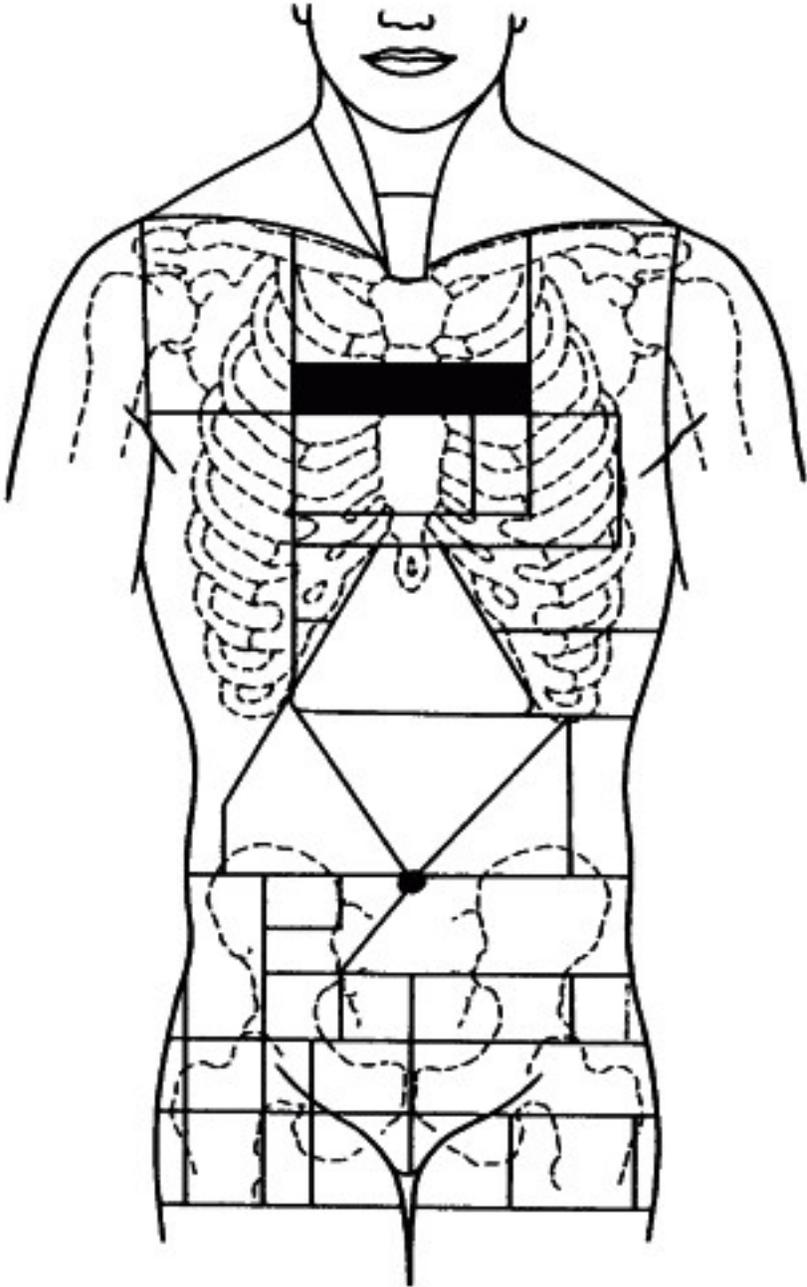


Abbildung 2 Indikationen: Druckgefühle in der Brust, Herzprobleme und Atembeschwerden nach seelischen Schocks, emotionalen Verletzungen und Enttäuschungen.

Pine

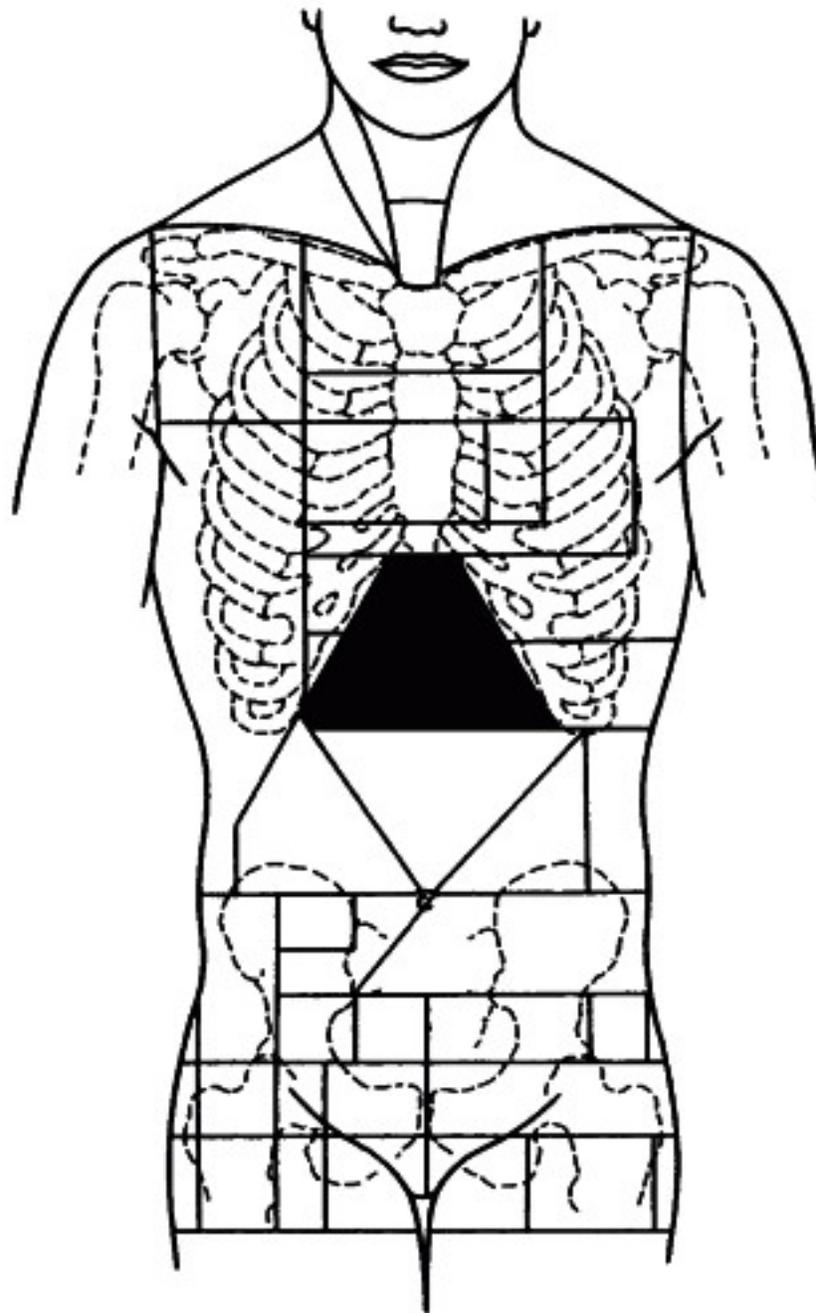


Abbildung 3 *Indikationen:* Druckgefühle im Oberbauch, Übelkeit und Magenschmerzen infolge Schuldgefühlen.

Pine

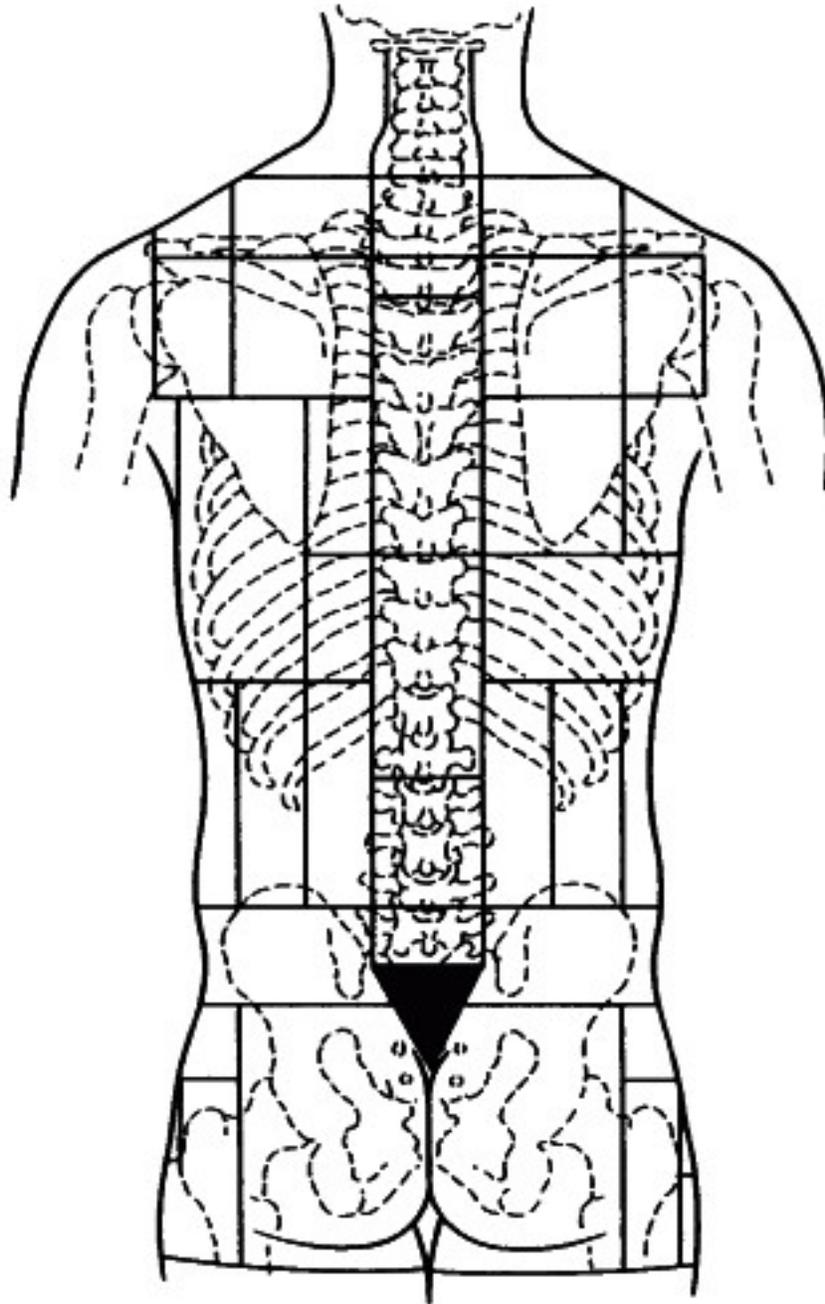


Abbildung 4 Indikationen: Schmerzen im Bereich des Kreuzbeins sowie Menstruationsbeschwerden infolge von Schuldgefühlen, insbesondere dann, wenn sich diese auf den Bereich der Sexualität beziehen. Sie können unbewusst und erziehungsbedingt sein.

Larch

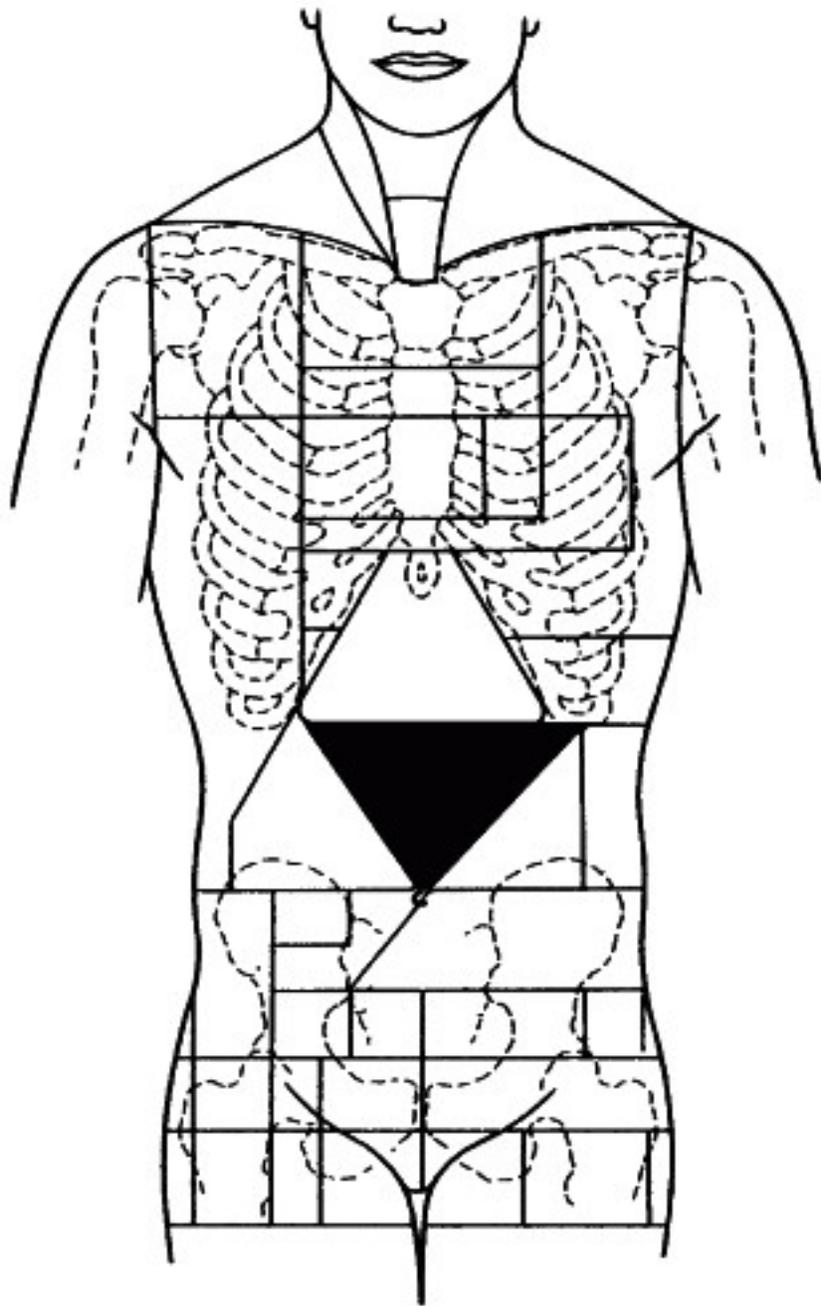


Abbildung 5 Indikationen: Flaues Gefühl im Bauch bis hin zu Übelkeit und Schmerzen infolge mangelnden Selbstvertrauens. Tritt häufig bei Prüfungsängsten auf.

Wild Oat

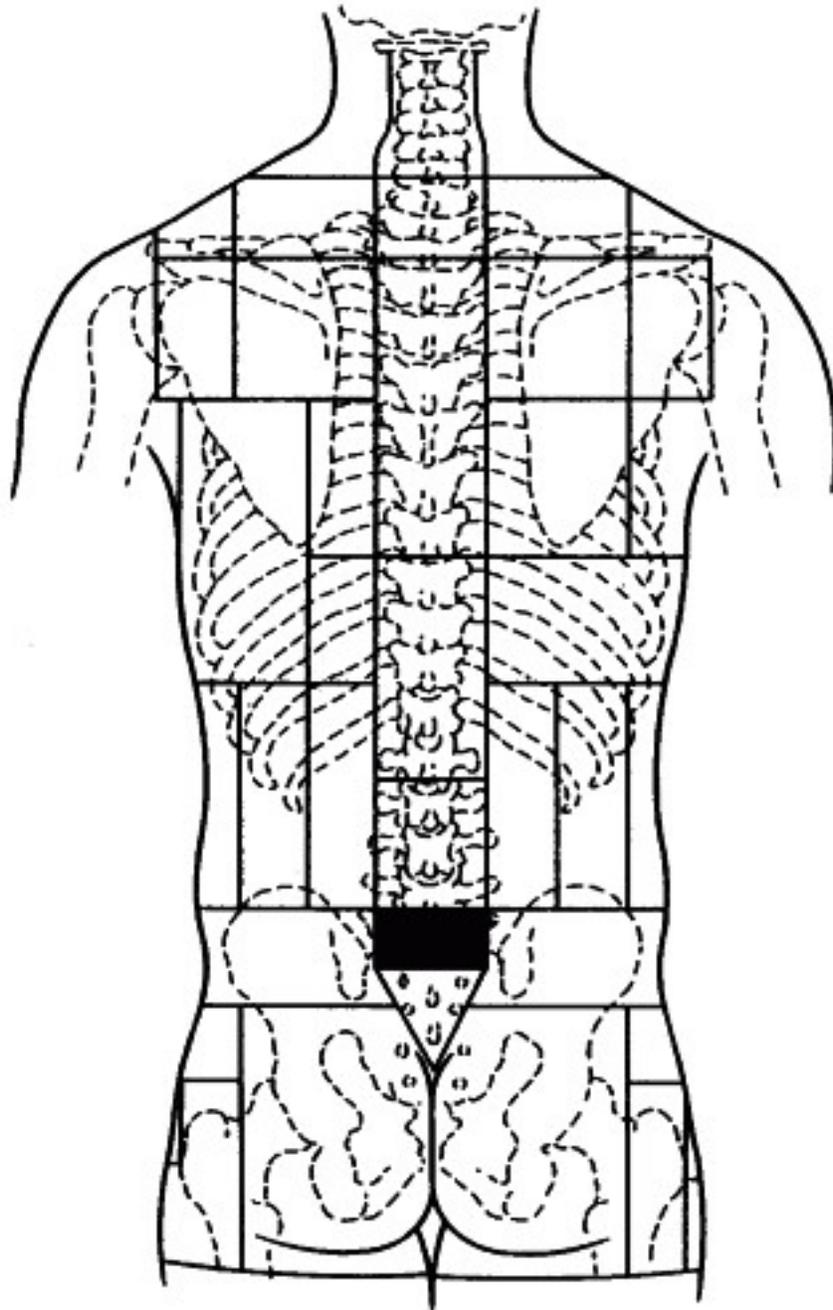


Abbildung 6 Indikation: Rückenschmerzen im Bereich des 5. Lendenwirbels in Orientierungskrisen und bei Orientierungsschwierigkeiten.

Wild Rose

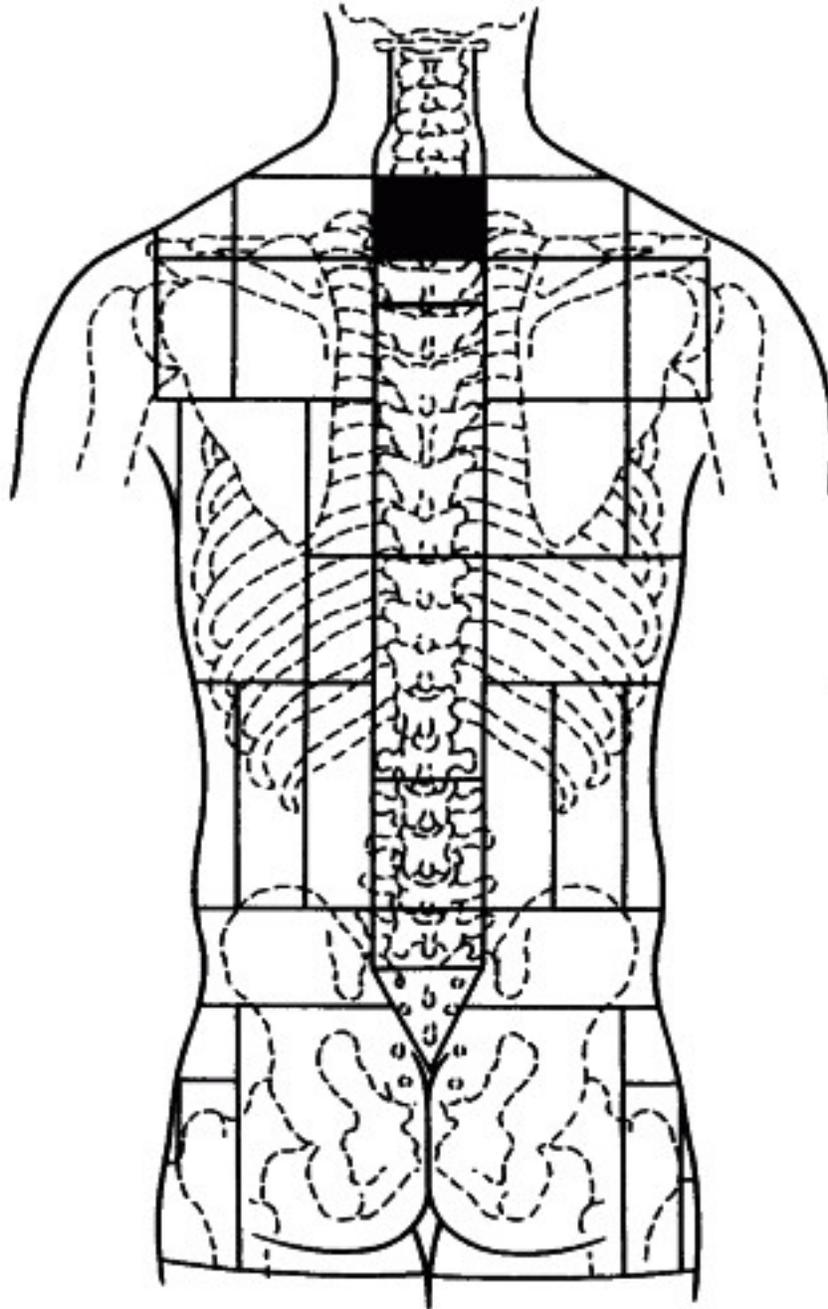


Abbildung 7 Indikationen: Kopfschmerzen, die vom unteren Nacken ausgehen, infolge früherer Resignation; Taubheitsgefühle und Kribbeln in den Fingern aufgrund von Wirbelblockaden in dieser Zone.

Olive

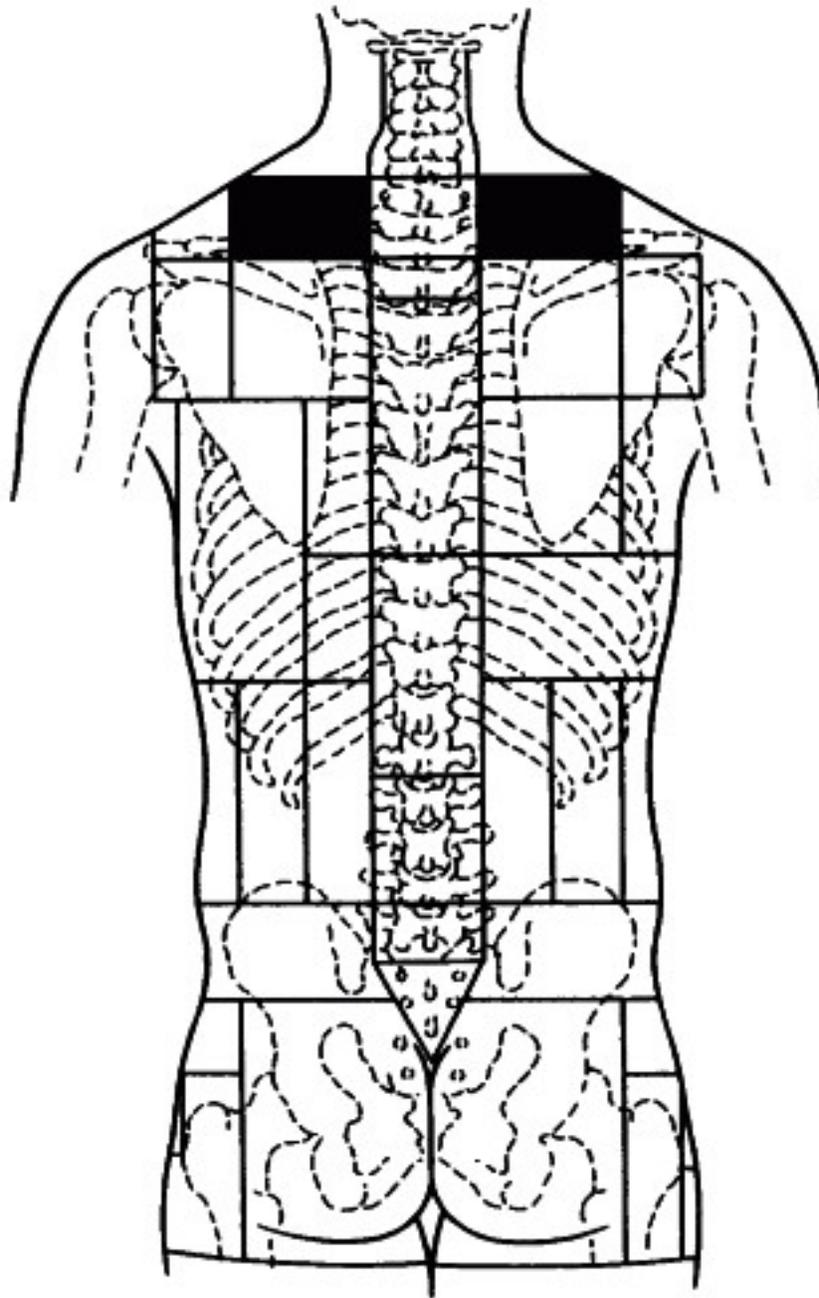


Abbildung 8 *Indikation:* Verspannungen und Verkrampfungen im Bereich der Trapezmuskel infolge von Erschöpfung und Überanstrengung.

Oak

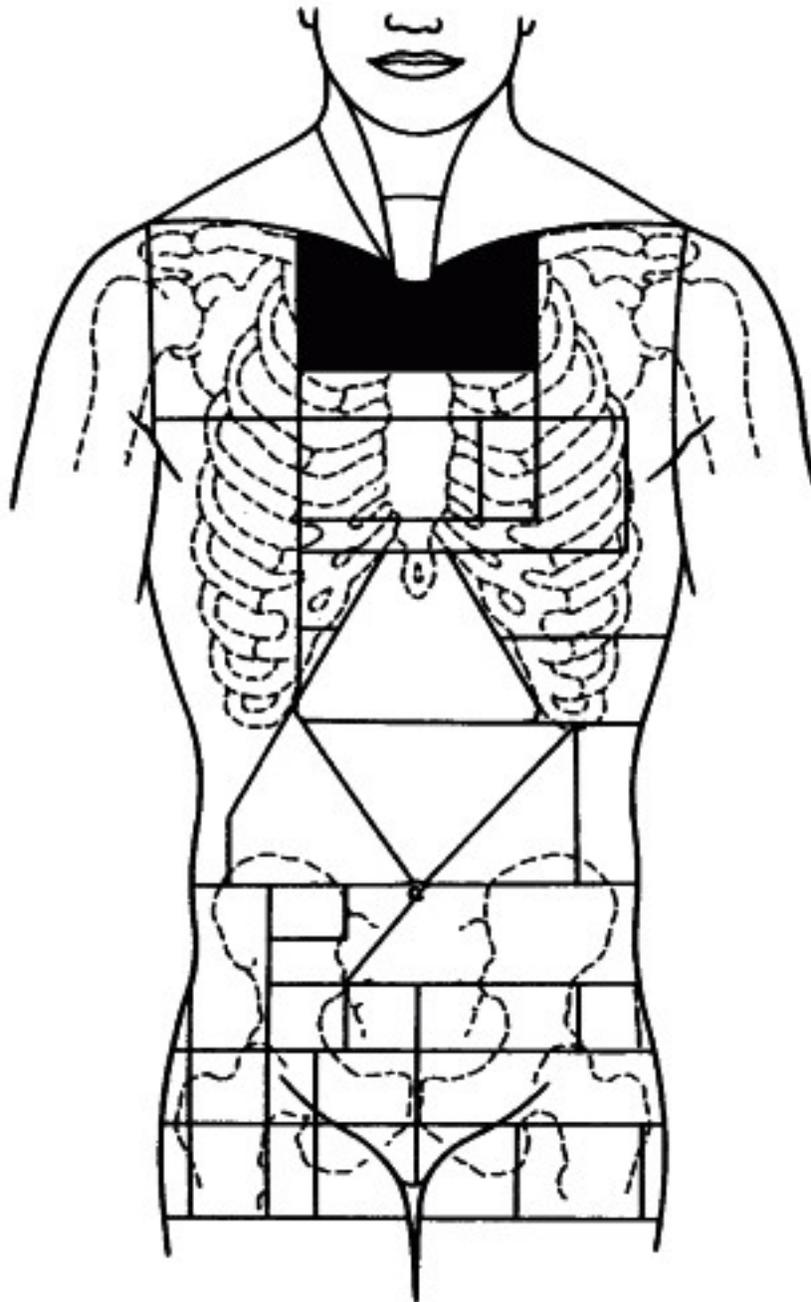


Abbildung 9 Indikationen: Husten und Druckgefühle im oberen Bereich der Brust in Zeiten von Überarbeitung, in denen Raubbau an der Gesundheit betrieben wird.

Fälle aus der Praxis

Gallenbeschwerden

Eine ältere Patientin klagte über kolikartige Gallenschmerzen. Sie berichtete, sie hätte bereits vieles versucht, aber noch nichts gefunden, was ihr Linderung verschafft habe. Bei der Untersuchung fiel auf, dass die Beschwerden nicht genau im Bereich der Gallenblase auftraten, sondern wesentlich tiefer, unterhalb des rechten Rippenbogens in der Honeysuckle-Zone. Dietmar Krämers Frage, ob sie öfter an die Vergangenheit denke oder gar unter Heimweh leide, bestätigte sie: Genau das wäre im Augenblick ihr Problem. Sie befände sich derzeit im Urlaub in einer nahe gelegenen Kurstadt, und es ginge ihr wie in jedem Urlaub: Nach etwa 10 Tagen beginne sie, fast ausschließlich an zu Hause zu denken. Dadurch könne sie den Urlaub nicht mehr genießen und zähle nur noch die Tage bis zu ihrer Heimreise. In dieser Situation träten auch immer die "Gallenbeschwerden" auf.

Der Patientin wurde eine Honeysuckle-Creme verordnet, die noch während des Urlaubs die Beschwerden beseitigte.

Kreuz- und Hüftschmerzen

Eine 34jährige Patientin, die seit längerer Zeit in psychosomatischer Behandlung ist, klagte plötzlich über akute Schmerzen im Bereich des fünften Lendenwirbels und in der rechten Hüfte.

Ihr wurde eine Creme mit der Bach-Blüte Wild Oat verordnet, die sie mehrmals täglich an den schmerzenden Stellen auftrug. Die Schmerzen lösten sich allmählich auf, und nach einer Woche war die Patientin völlig beschwerdefrei.

Beschwerden an der linken Kniescheibe

Ein besonders interessanter Fall ist der eines Ehepaares, das zur selben Zeit unter den gleichen Problemen litt: Sowohl die 40jährige Frau als auch ihr 45jähriger Mann hatten plötzlich Beschwerden in der linken Kniescheibe. Da sie keinen anstrengenden sportlichen Betätigungen nachgegangen waren und sich auch nicht gestoßen oder verletzt hatten, war ihnen diese erstaunliche Übereinstimmung völlig unerklärlich.

Bei der therapeutischen Befragung stellte sich heraus, dass das Paar vor gravierenden Veränderungen stand, da es im Begriff war umzuziehen und der Mann zudem gerade eine neue Firma gegründet hatte.

Das Paar bekam den Rat, die schmerzende Stelle jeweils mit einer Walnut-Creme einzureiben. Tatsächlich verschwanden in beiden Fällen die Beschwerden innerhalb weniger Tage.

Herzschmerzen

Bei einem 65jährigen Patienten traten plötzliche Herzschmerzen auf, die sich medizinisch nicht erklären ließen. Eine fachärztliche Untersuchung blieb ohne Befund.

Während des therapeutischen Gesprächs wurde deutlich, dass der Patient, ein selbständiger Geschäftsmann in der Bekleidungsbranche, sich in übertriebener Weise bemühte, den Kunden alle Wünsche zu erfüllen. Ihre Zufriedenheit war ihm in einem Maße wichtig, dass er sich ungebührlich anbiederte.

Er erhielt eine Centaury-Creme, mit der er die Centaury-Zone in der Brustmitte einreiben sollte. Sobald dies geschah, spürte der Mann, wie der unangenehme Druck von ihm fiel und die Herzschmerzen verschwanden.

Schmerzen in der Brust

Eine 35jährige Frau suchte beim Bach-Blüten-Therapeuten Rat. Sie hatte Schmerzen in der Brust, die sie zutiefst beunruhigten.

Der Schmerzbereich wurde in der Heather-Zone lokalisiert. Das therapeutische Gespräch förderte die Heather-Symptomatik zudem sehr deutlich zutage: Die alleinlebende Frau erzählte, sie litte zur Zeit furchtbar unter ihrer Einsamkeit. In Gesellschaft verhalte sie sich fast zwanghaft so auffällig, dass sie immer im Mittelpunkt stehe. Ihr vieles Reden störte sie dabei mittlerweile schon selbst.

Der Therapeut verordnete die Einreibung der betroffenen Zone im Brustbereich mit einer Heather-Creme. Nach dieser Behandlung verschwanden nicht nur die Schmerzen, sondern die Frau wurde auch wesentlich ruhiger.

Konzentrationsprobleme

Ein Fünfzigjähriger klagte über Konzentrationsprobleme. Es passierte ihm beispielsweise immer wieder, dass er in seinem Haus in ein anderes Stockwerk ging und, dort angekommen, nicht mehr wusste, was er dort wollte. Kehrete er wieder um, so fiel ihm der Grund dann doch ein.

Auf einem Seminar erfuhr er von der Chestnut-Bud-Zone auf der Oberseite des rechten

Oberschenkels. Mehrmals täglich stimulierte er diese durch leichte Schläge, was bereits zu einer Verbesserung seiner Konzentrationsfähigkeit führte. Die anschließenden Einreibungen mit Chestnut-Bud-Creme an der betreffenden Stelle führten schließlich dazu, dass es nicht mehr zu weiteren Gedächtnisausfällen kam, wie er sie zuvor erlebt hatte.

Anmerkung: Die Stimulation einer Bach-Blüte-Hautzone durch Schlagen, Kratzen oder Bürsten bringt in akuten Fällen manchmal bereits eine Verbesserung der Symptomatik. Dies kann unterwegs hilfreich sein, wenn man keine Blütenessenzen zur Hand hat.

Geschwollenes Auge

Eine 65jährige Frau, die morgens erwachte und ohne äußeren Grund ein geschwollenes rechtes Auge hatte, kam in die Praxis. Das Gespräch brachte folgendes zutage: Ihr Mann war erkrankt, und sie machte sich schreckliche Sorgen um ihn. Sie war ununterbrochen um ihn bemüht, redete auf ihn ein, was gut für ihn sei und was nicht, und versuchte auf jede erdenkliche Weise, seine Genesung zu voranzutreiben. Sie selbst nannte sich in diesem Zusammenhang überprotektiv.

Sie erhielt Chicory-Creme, mit der sie das geschwollene Auge einrieb. Bereits nach der zweiten Einreibung ging die Schwellung völlig zurück, und das Auge war wieder normal.

Hautausschlag

Eine 25jährige Frau litt unter einem psoriasiformen (d.h. psoriasisähnlichen) Hautausschlag auf der Innenseite ihres linken Oberarms, in der Mimulus-Zone. Immer wieder hatte sie sich in fachärztliche Behandlung begeben, war aber den unangenehmen, dicken und furchtbar juckenden Ausschlag nicht losgeworden. Obwohl dieser sich an einer relativ unauffälligen Körperstelle befand, belastete er die junge Frau psychisch sehr.

Es stellte sich zudem heraus, dass sie bei jedem banalen Symptom Angst hatte, es könne sich um eine ernste Krankheit handeln.

Sie erhielt eine Mimulus-Creme, mit der sie die betroffene Stelle eine Woche lang einrieb. Das Ergebnis: Der Ausschlag, der sich zuvor als nicht therapiefähig erwiesen hatte, war nach dieser Zeit vollkommen verschwunden und die junge Frau übergücklich.

Bauchkrämpfe vor Vorträgen

Ein beruflich erfolgreicher 49jähriger hatte ein Problem, das ihn zunehmend belastete. Der Manager musste immer wieder Vorträge halten. Anstatt sich aber an diese Situation zu gewöhnen und souveräner mit ihr umzugehen, litt er vor jedem Vortrag erneut unter Bauchkrämpfen, die von einem unangenehmen Leeregefühl im Kopf begleitet wurden.

Die Bach-Blüten konnten diesem Mann helfen: Bereits beim nächsten Vortrag war er ruhig und konzentriert. Er hatte Larch innerlich eingenommen und zusätzlich als Creme auf die Zone oberhalb des Bauchnabels aufgetragen.

Pickel am Kinn

Ein neunjähriges Mädchen war wegen extremer Ängste bei verschiedenen Fachleuten gewesen. Ein Allgemeinmediziner, ein auf Naturheilverfahren spezialisierter Arzt, ein Akupunkteur, ein Augendiagnostiker und schließlich ein Psychiater konnten ihr nicht helfen.

Als sie zum Bach-Blüten-Therapeuten kam, fielen diesem die vielen Pickel auf dem Kinn, also in der Aspen-Zone, auf. Zudem ergab das Gespräch, dass sie unter dem permanenten Gefühl litt, jemand sei bei ihr. Die Eltern konnten sie nie allein zu Hause lassen. Alles drehte sich in der Familie ausschließlich um dieses Mädchen, was allmählich die gesamte Familie verrückt machte.

Nachdem das Kind über einen kurzen Zeitraum Aspen eingenommen und zusätzlich mit einer Aspen-Creme das picklige Kinn behandelt hatte, verschwanden die Ängste ebenso wie die Hautunreinheiten.

Knieprobleme

Ein 46jähriger Mann kam wegen akuter Beschwerden am linken Knie in die Praxis des Bach-Blüten-Therapeuten. Er litt unter starken Schmerzen, die von der Kniescheibe ausgingen, wenn er das Knie beugte oder belastete. Eine zuvor eingeholte fachärztliche Diagnose hatte Arthrose gelauret.

Die Befragung des Patienten ergab, dass er vorhatte, seinen Arbeitsplatz zu wechseln, was auf starke Widerstände seitens seiner Frau stieß.

Nun wurde dem Mann die Blüte Walnut empfohlen, und zwar zur innerlichen Einnahme als auch äußerlich in Form von Bach-Blütencreme an der entsprechenden Hautzone am Knie. Nach vier Tagen war der Patient beschwerdefrei. Er freute sich auf die neue Arbeitsstelle, und es belastete ihn nicht mehr, dass seine Frau mit dem Wechsel nicht einverstanden war.

Schmerzen in der Hand

Dieser Fall ist ein weiteres Beispiel dafür, dass die Bach-Blüten auch dann Beschwerden aufzulösen vermögen, wenn ärztliche Kunst nicht mehr weiter weiß.

Ein 63jähriger Mann, der nach einem Schlaganfall halbseitig gelähmt und sprachbehindert war, litt unter großen Schmerzen in der linken Innenhand. Kein Arzt wusste Rat. Schließlich gelangte

der gepeinigte Mann in die Praxis eines Bach-Blüten-Therapeuten, der für die von den Schmerzen betroffenen Hautzonen die entsprechenden Blüten verordnete. Dem Patienten wurden regelmäßig Umschläge mit den Blüten Beech und Oak gemacht, woraufhin bald schon eine Linderung eintrat und nach wenigen Tagen die Beschwerden vollständig verschwanden.

Die Bach-Blütenschienen

Wie bereits dargestellt, entdeckte Dietmar Krämer, dass sich bestimmte negative Gemütszustände auseinander entwickeln. Wie auf einer Schiene (daher die Bezeichnung „Schiene“) verlaufen diese vom Kommunikationszustand über den Kompensationszustand zum Dekompensationszustand.

Zum besseren Verständnis geben wir Ihnen hier nochmals eine kurze Definition der diese Zustände charakterisierenden Blüten:

Die *Kommunikationsblüte* versinnbildlicht die Art und Weise, wie wir mit unserer Umgebung kommunizieren.

Die *Kompensationsblüte* steht für den Versuch, die Schwächen zu kompensieren

Die *Dekompensationsblüte* verkörpert den Zustand nach dem Scheitern der Kompensation, einen Endzustand, in dem der höchste Leidensdruck herrscht.

Die nachfolgende Darstellung der zwölf Schienen verdeutlicht die inneren Zusammenhänge und die Beziehungen der Blüten zueinander. Die therapeutische Anwendung der Schienen sollte, wie bereits erwähnt, ausschließlich dem erfahrenen Behandler vorbehalten bleiben. Grundsätzlich gilt, dass die drei Blüten einer Schiene keinesfalls gleichzeitig eingesetzt werden dürfen, da es sonst zu äußerst unangenehmen Reaktionen kommen kann.

Die zwölf Schienen

1. Centaury - Holly - Pine
2. Cerato - Vine - Wild Oat
3. Scleranthus - Rock Water - Crab Apple
4. Gentian - Willow - Wild Rose
5. Water Violet - Chestnut Bud - Beech
6. Vervain - Hornbeam - White Chestnut
7. Agrimony - Vervain - Sweet Chestnut

8. Rock Rose - Agrimony - Cherry Plum

9. Impatiens - Olive - Oak

10. Chicory - Red Chestnut - Honeysuckle

11. Mimulus - Heather - Mustard

12. Clematis - Impatiens - Mustard

Die zwölf Schienen setzen sich aus den „Inneren Blüten“ zusammen. Einige davon kommen mehrfach vor. Larch, die Blüte des Selbstvertrauens, hingegen zählt zu keiner Schiene. Krämer bezeichnet sie als Basisblüte, da den meisten negativen Gemütszuständen mangelndes Selbstvertrauen zugrunde liegt.

Faszinierend ist übrigens die erstaunliche Übereinstimmung der Bach-Blütenschienen mit den emotionalen Indikationen der Akupunkturmeridiane.

Die Äußeren Blüten

Zu den Äußeren Blüten gehören Star of Bethlehem, Elm, Walnut, Gorse und Aspen. Wie bereits erwähnt, umfassen sie negative Gemütssymptome, die als Folge von äußeren Einflüssen oder als Reaktion auf solche entstanden sind, zum Beispiel Schock, Enttäuschung, Mutlosigkeit in scheinbar ausweglosen Situationen, Verunsicherung in Phasen des Neubeginns u.a.

Einsatz bei Verletzungen

Eine besondere Bedeutung kommt den äußeren Blüten bei der Behandlung von Verletzungen zu. Hier werden sie aufgrund der nachfolgenden Indikationen lokal angewandt, unabhängig von der Topographie der Hautzonen.

Star of Bethlehem

Stumpfe Verletzungen
Prellungen
Verbrennungen
Sonnenbrand

Gorse

Wunden, die nicht heilen wollen
Verletzungsfolgen, die lange Zeit vergeblich behandelt wurden

Elm

Muskel- und Gelenksbeschwerden nach Überanstrengung
Rücken- und Schulterschmerzen nach zu schwerem Heben
Muskelkater als Unterstützung bei der Behandlung von Tennisellbogen

Walnut

Schnittwunden
offene Wunden
Vorbeugung gegen überschießende Narbenbildung
Behandlung von Narbenstörfeldern

Aspen

Ängste nach Berührung von magisch-okkulten Gegenständen

Die Anwendung erfolgt bei akuten Verletzungen in Form von Umschlägen, während man Verletzungsfolgen mit einer Bach-Blütencreme behandelt. Gleichzeitig sollten dieselben Blüten auch innerlich als Wasserauflösung eingenommen werden, indem man in viertel- bis halbstündigen Abständen je einen Schluck davon trinkt. Achten Sie darauf, dass Sie die Blütenessenzen nicht in offene Wunden geben. In diesem Fall nimmt man die Blüten zunächst nur innerlich. Sobald sich die Wunde geschlossen hat, legt man Umschläge auf oder setzt eine Bach-Blütencreme ein.

Die Äußeren Blüten können auch miteinander kombiniert werden. Bei massiven Verletzungen mit offenen Wunden empfiehlt sich beispielsweise eine Mischung aus Star of Bethlehem (für die Verletzung), Gorse (zur schnelleren Ausheilung) und Walnut (zur Verhinderung starker Narbenbildung).

Register der Gemütssymptome

Für augenscheinlich ähnliche Gemütssymptome scheinen häufig mehrere Bach-Blüten zu passen, was die Blütensuche erschwert. Zur besseren Orientierung finden Sie im folgenden Verhaltensmuster und Emotionen in alphabetischer Reihenfolge, die durch differenzierende Äußerungen den einzelnen Blüten zugeordnet sind. Diese erleichtern Ihnen das Auffinden der Blüte, die Sie benötigen.

Aufdringlichkeit

Chicory - Ich erteile oft ungefragt Ratschläge und dränge meine Hilfe förmlich auf.
Heather - Ich rede wie ein Wasserfall; dabei spreche ich nur über mich selbst.
Vervain - Ich rede oft wie ein Wasserfall über Themen, die mich begeistern.
Rock Water - Ich mische mich ein, wenn ich etwas moralisch anstößig empfinde.

Alleinsein

Agrimony - Ich suche die Gesellschaft anderer, um von meinen Problemen abzulenken.
Heather - Ich bin unfähig, allein zu sein und klammere mich daher stark an andere.
Impatiens - Ich arbeite lieber allein; andere können mit meinem Arbeitstempo nicht mithalten.
Water Violet - Ich bin ein Einzelgänger, lebe zurückgezogen und meide Gesellschaft.

Angst

Aspen - Ich leide unter vagen Ängsten und bösen Vorahnungen. Es ist mir im Dunkeln unheimlich.
Cherry Plum - Ich habe Angst durchzudrehen, auszuflippen und die Beherrschung zu verlieren.
Crab Apple - Ich habe Angst, mich zu infizieren und ekele mich vor Schmutz und Körperausscheidungen.
Larch - Ich habe Erwartungsängste, Prüfungsängste und Versagensängste.
Mimulus - Ich leide unter konkreten Ängsten, z.B. vor Wasser, Gewittern, Einbrechern, Hunden.
Red Chestnut - Ich habe häufig Angst um andere. Meine Gedanken kreisen nur um deren Wohlergehen.
Rock Rose - Ich gerate leicht in Panik und hatte auch schon Todesängste.

Anspannung

Agrimony - Mich befällt eine innere Unruhe beim Einschlafen; tagsüber bin ich ganz cool.
Cherry Plum - Ich bin ständig innerlich angespannt, um nicht die Beherrschung zu verlieren.
Impatiens - Ich bin permanent angespannt aus Ungeduld; nichts geht mir schnell genug.
Oak - Ich bin körperlich völlig verkrampft, da ich ständig meine Tiefpunkte übergehe.
Rock Water - Ich bin recht verhärtet, da ich an bestimmten Moralvorstellungen krampfhaft festhalte.

Vervain - Ich bin oft überdreht aus Überbegeisterung und unfähig, mich zu entspannen.

Antriebslosigkeit

Chestnut Bud - Ich schiebe unangenehme Dinge ständig vor mir her.

Clematis - Ich bin sehr verträumt und habe wenig Interesse an der Außenwelt.

Hornbeam - Ich bin andauernd müde und kann mich schlecht aufraffen.

Olive - Ich bin physisch und psychisch völlig fertig.

Mustard - Ich bin im Augenblick melancholisch und mir fehlt jeglicher Antrieb.

Wild Oat - Ich habe zu nichts Lust, nichts interessiert wirklich. Mir ist oft langweilig.

Wild Rose - Ich habe innerlich kapituliert, in meiner Resignation ist mir alles gleichgültig.

Ärger

Beech - Ich sehe sehr leicht die Fehler anderer und ärgere mich über deren Dummheit.

Holly - Ich ärgere mich sehr leicht und rege mich über alles Mögliche auf.

Impatiens - Es ärgert mich wahnsinnig, wenn ich warten muss; ich bin eben sehr ungeduldig.

Vervain - Ich bin wütend über mich selbst, wenn ich meine hohen Selbstansprüche nicht erfülle.

Water Violet - Ich halte Ärger als unter meiner Würde und ziehe mich daher zurück.

Willow - Meist schlucke ich den Ärger hinunter, vergesse ihn aber nur schwer.

Arroganz

siehe Überheblichkeit

Beeinflussbarkeit

Agrimony – Ich mache bei allem mit, um mich dadurch von meinen Problemen abzulenken.

Centaury - Ich kann nicht nein sagen, bin willensschwach und leicht zu beeinflussen.

Cerato - Ich bin beeinflussbar, weil ich unsicher bin und kein Vertrauen in meine eigene Meinung habe.

Holly - Ich rege mich sehr schnell auf und bin daher leicht zu provozieren.

Larch - Ich halte mich für unfähig und bin beeinflussbar wegen meines mangelnden Selbstvertrauens.

Walnut - Ich bin wankelmütig in Neubeginnphasen und getraue mich nicht, den letzten Schritt zu tun.

Begeisterung

Vervain - Ich besitze eine starke Begeisterungsfähigkeit mit Hang zum Übertreiben.

Wild Oat - Ich befinde mich noch auf der Suche; nichts interessiert mich wirklich. Mir ist oft langweilig.

Beherrschung

Cherry Plum - Ich habe ständig Angst, die Beherrschung zu verlieren und kontrolliere mich daher stark.

Holly - Ich verliere leicht die Beherrschung und werde schnell wütend. Ich bin leicht reizbar.
Impatiens - Ich reagiere wütend, wenn etwas zu lange dauert.
Vine - Ich bin völlig unbeherrscht und schreie und tobe, wenn es nicht nach meinem Willen geht.

Depression

siehe Traurigkeit

Durchsetzungsvermögen

Centaury - Ich gebe um des lieben Friedens willen nach, bin willensschwach und unfähig, mich durchzusetzen.
Chicory - Ich besitze ein diplomatisches Verhandlungsgeschick und neige zu emotionaler Erpressung.
Impatiens - Ich will alles ganz schnell regeln und reagiere aus Ungeduld häufig völlig überschießend.
Vervain - Ich versuche, andere mit glühenden Reden zu überzeugen und zeige oft missionarischen Eifer.
Vine - Ich setze mich rücksichtslos mit Gewalt durch und drohe notfalls mit Konsequenzen.

Egoismus

Chicory - Ich dränge meine Hilfe förmlich auf und versuche, andere unter meinen Einfluss zu bringen.
Heather - Ich bin völlig selbstbezogen; meine Gedanken kreisen nur um die eigene Person.
Vine - Ich bin rücksichtslos und skrupellos und setze kompromisslos meine Vorstellungen durch.
Water Violet - Ich bin stolz auf mich selbst, halte mich für etwas Besonderes und distanzieren mich von der Masse.
Willow - Ich fühle mich vom Schicksal benachteiligt und bin sehr fordernd aus Verbitterung.

Ehrgeiz

Crab Apple - Ich habe extrem hohe Ansprüche an mich selbst und an andere.
Vervain - Ich stelle höchste Ansprüche an mich selbst und bin nie zufrieden mit dem, was ich geleistet habe.
Water Violet - Ich will über der Masse stehen und neige dazu anzugeben.

Eifersucht

Holly - Ich bin leicht eifersüchtig und auch neidisch.

Einsamkeit

Chicory - Ich möchte ständig meine Lieben um mich haben, sonst fühle ich mich einsam.

Heather - Ich bin unfähig, allein zu sein und klammere mich stark an andere an.

Water Violet - Ich fühle mich auch in Gesellschaft anderer einsam.

Ekel

Crab Apple - Ich bin überempfindlich, was Gerüche betrifft, und ekele mich vor allem Körperlichen wie z.B. Schweiß.

Entscheidungen

Cerato - Ich bin sehr unsicher und brauche bei Entscheidungen die Bestätigung durch andere.

Scleranthus - Ich kann mich oft zwischen zwei Möglichkeiten nicht entscheiden und bin hin- und hergerissen.

Wild Oat - Ich bin ziemlich orientierungslos und weiß oft nicht, wo ich anfangen soll.

Walnut - In Phasen des Neubeginns reagiere ich verunsichert und kann mich nicht entschließen.

Erschöpfung

Centaury - Ich bin oft ausgelaugt durch die Gegenwart anderer.

Elm - Ich leide unter plötzlicher Erschöpfung, weil ich momentan total überfordert bin.

Hornbeam - Ich bin erschöpft und müde nach geistiger Anstrengung, Studium, nächtlichem Lesen etc..

Oak - Ich übergehe meine Tiefpunkte und arbeite trotz Erschöpfung weiter.

Olive - Ich bin physisch und psychisch am Ende.

Wild Rose - Ich habe resigniert und bin deshalb energielos.

Fehler

Chestnut Bud - Ich bin sehr nachlässig, arbeite oberflächlich und begehe häufig dieselben Fehler.

Clematis - Ich bin verträumt und begehe Fehler aus Unachtsamkeit.

Centaury - Ich falle immer wieder auf die gleiche Masche herein, weil ich nicht nein sagen kann.

Impatiens - Bei mir muss alles schnell gehen. In der Eile unterlaufen mir oftmals Fehler.

Vervain - Ich verzettele mich häufig aus Begeisterung.

Furcht

siehe Angst

Gedanken

Chestnut Bud - Ich bin stets in Gedanken zwei Schritte voraus und daher bei der Arbeit unkonzentriert.

Clematis - Ich bin ein Tagträumer und verliere mich gerne in Fantasien und Wunschvorstellungen.

Gentian - Ich bin ein Pessimist und neige zum Grübeln.

Pine - Ich leide unter quälenden Gedanken und führe entschuldigende Selbstgespräche.

Vervain - Ich führe oft Selbstgespräche und überzeuge andere in meiner Vorstellung von meinen Ideen.

White Chestnut - Ich kann meine Gedanken nicht abschalten; sie kreisen unaufhörlich.

Gedankeninhalte

Chicory - Ich Sorge mich ständig um andere.

Gentian - Ich mache mir Sorgen um alles mögliche (um die Zukunft, finanzielle Existenz u.a.m.).

Heather - Meine Gedanken kreisen meist um die eigene Person.

Honeysuckle - Ich schwelge gerne in der Vergangenheit.

Star of Bethlehem - Ich denke oft an vergangene unangenehme Dinge, früher erlebten Kummer und Schmerz.

Gespräch

Heather - Ich kann schlecht zuhören, weil ich die Aufmerksamkeit auf mich lenken möchte.

Impatiens - Ich nehme anderen vor Ungeduld häufig das Wort aus dem Mund.

Vervain - Ich möchte andere überzeugen und reiße daher oft das Gespräch an mich.

Heimweh

Honeysuckle - Ich leide schnell unter Heimweh, manchmal sogar im Urlaub.

Herrschaft

Vine - Ich setze mich rücksichtslos mit Gewalt durch und bin manchmal regelrecht tyrannisch.

Hoffnungslosigkeit

Gentian - Ich reagiere schnell entmutigt, weil ich bereits von vornherein zweifle.

Gorse - Ich bin ohne jede Hoffnung und glaube nicht, dass mir irgend jemand helfen kann.

Sweet Chestnut - Ich bin total verzweifelt und völlig am Ende. Alles erscheint sinnlos.

Wild Rose - Ich habe resigniert und innerlich kapituliert.

Hypochondrie

Heather - Ich beschäftige mich in Gedanken viel mit meiner Gesundheit und rede mir oft etwas ein.

Intoleranz

Beech - Ich bin sehr intolerant, nörgle, tadele und mache mich über andere lustig.

Impatiens - Es nervt mich wahnsinnig, wenn ein anderer langsamer ist als ich.

Rock Water - Ich bin intolerant gegenüber anderen Ideen und Weltanschauungen.

Vervain - Ich versuche andere zu überzeugen und kann die Meinung anderer schlecht akzeptieren.

Konzentrationsmangel

Clematis - Ich bin ein Tagträumer und lebe mehr in meiner Fantasiewelt.

Chestnut Bud - Ich bin in Gedanken meist zwei Schritte voraus und begehe Leichtsinnsfehler.

Honeysuckle - Ich lebe mehr in der Vergangenheit und habe wenig Interesse am Hier und Jetzt.

Hornbeam - Ich bin oft müde und unkonzentriert.

Olive - Ich bin völlig erschöpft und fühle mich total kaputt.

Wild Oat - Es gibt so viele Möglichkeiten, da fällt es mir schwer, mich auf eine zu konzentrieren.

White Chestnut - Ich kann nicht abschalten und werde von lästigen Gedanken abgelenkt.

Kritik

siehe Vorwürfe

Kummer

Agrimony - Ich mache Kummer mit mir selbst ab und versuche, mich abzulenken.

Heather - Ich neige zu Selbstmitleid und lamentiere und jammere laut.

Rock Water - Ich bin so erzogen, dass ich meinen Kummer nicht nach außen zeige.

Star of Bethlehem - Ich habe es bis jetzt nicht verarbeitet, denn es tut noch immer weh, wenn ich daran denke.

Mutlosigkeit

Elm - Ich fühle mich momentan überfordert und meinen Aufgaben nicht mehr gewachsen.

Gentian - Ich bin leicht entmutigt und glaube dann nicht mehr an den Erfolg.

Grorse - Ich bin vollkommen mutlos, weil ich schon viele Rückschläge erlebt habe.

Larch - Ich halte mich schlicht für unfähig. Andere können das alles viel besser.
Star of Bethlehem - Ich bin mutlos nach einem seelischen Schock (z.B. dem Tod eines Angehörigen).
Sweet Chestnut - Ich bin völlig verzweifelt und fürchte, an meinem Leid zu zerbrechen.
Wild Rose - Ich habe resigniert und innerlich kapituliert.

Nachlässigkeit

Chestnut Bud - Ich schiebe Unangenehmes grundsätzlich so lange wie möglich vor mir her.
Clematis - Ich bin unaufmerksam und nachlässig, weil ich ständig vor mich hin träume.
Heather - Ich bin absichtlich unordentlich, um damit die Aufmerksamkeit auf mich zu lenken.
Hornbeam - Ich bin aus Müdigkeit und Erschöpfung nachlässig, obwohl es sonst nicht meine Art ist.
Mustard - Ich bin aus einem Gefühl innerer Leere nachlässig, aber nur während melancholischer Phasen.
Olive - Ich bin physisch und psychisch völlig am Ende und daher zu vielem gar nicht in der Lage.
Water Violet - Ich fühle mich über bestehende Ordnungen erhaben („das Genie behält den Überblick“).
Wild Oat - Ich habe kein konkretes Ziel vor Augen und bemühe mich daher auch nicht.
Wild Rose - Ich habe resigniert und lasse mich treiben. Mir ist alles vollkommen egal.

Neid

Holly - Ich bin oft neidisch auf andere.
Willow - Ich fühle mich als Opfer und neige daher zu Missgunst.

Niedergeschlagenheit

siehe Traurigkeit

Optimist

Agrimony - Ich spiele den Optimisten, obwohl mich innerlich Sorgen quälen.

Perfektionismus

Centaury - Ich mache meine Arbeit so gut wie möglich, um anderen damit zu gefallen.
Crab Apple - Ich muss alles ganz genau machen, sonst bin ich mit mir nicht im reinen.
Oak - Ich besitze ein übersteigertes Pflichtgefühl und kann nicht ruhen, bis alles erledigt ist.
Rock Water - Ich bin ein Idealist und versuche, anderen ein Vorbild zu sein.
Vervain - Aus Begeisterung arbeite ich perfektionistisch und bin fast nie zufrieden mit meiner Leistung.

Water Violet - Ich will besser sein als andere, um damit mein Überlegenheitsgefühl zu rechtfertigen.

Pessimist

Gentian - Ich bin ein Pessimist und zweifle an allem.

Gorse - Nach so vielen Fehlschlägen kann ich nicht mehr an einen Erfolg glauben.

Probleme

Agrimony - Ich präsentiere stets eine fröhliche Fassade und gebe Probleme nicht nach außen zu.

Cerato - Ich frage immer andere um Rat, wenn Probleme auftauchen.

Gentian - Ich bin ein Pessimist und sehe überall nur Probleme.

Heather - Bei Problemen brauche ich jemand, um mich auszuweinen.

Vine - Ich löse Probleme stets souverän allein und brauche keine Hilfe.

Water Violet - Ich bin einfach zu stolz, um Hilfe anzunehmen.

Prinzipien

Rock Water - Ich bleibe meinen Prinzipien treu, auch wenn ich dafür meine Bedürfnisse unterdrücken muss.

Resignation

Gorse - Ich bin ohne Hoffnung und glaube nicht, dass mir noch geholfen werden kann.

Wild Rose - Ich habe innerlich kapituliert und resigniert.

Schock

Rock Rose - Ich habe einen fürchterlichen Schreck erlebt.

Star of Bethlehem - Ich habe einen seelischen Schock erlitten, das tut noch immer sehr weh.

Schreck

siehe Schock

Schuldgefühle

Crab Apple - Ich fühle mich innerlich unrein, weil ich meinen moralischen Ansprüchen nicht gerecht wurde.

Pine - Ich fühle mich schuldig, weil ich einen Fehler begangen habe.

Selbstgespräche

siehe Gedanken

Selbstkritik

Crab Apple - Ich kann mich selbst nicht so annehmen wie ich bin. Manchmal hasse ich mich regelrecht.

Vervain - Ich stelle hohe Ansprüche an mich selbst und bin nie mit meinen eigenen Leistungen zufrieden.

Selbstvertrauen

Centaury - Ich habe einen schwach ausgeprägten Willen und kann nicht nein sagen.

Cerato - Ich vertraue nicht auf meine eigene Urteilsfähigkeit und frage daher andere oft um Rat.

Larch - Ich traue mir sehr wenig zu und halte andere immer für besser.

Vine - Ich habe ein starkes Selbstvertrauen und setze mich immer durch, notfalls mit Gewalt.

Water Violet - Ich habe ein starkes Selbstvertrauen und bin mir stets bewusst, dass ich besser bin als andere.

Sorgen um andere

Beech - Ich kritisiere, tadele und nörgle, um andere auf ihre Fehler aufmerksam zu machen.

Chicory - Ich wache ständig über die Bedürfnisse anderer und gelte als überbeschützend.

Red Chestnut - Meine Sorgen um andere steigern sich bis zur Angst.

Rock Water - Ich habe strenge moralische Vorstellungen und möchte anderen ein Beispiel sein.

Vine - Da ich alles meist besser weiß, zwingen ich anderen häufig meinen Willen auf.

Sorgen um sich selbst

Crab Apple - Ich leide unter der Angst, mich zu infizieren und ekele mich vor Schmutz.

Gentian - Ich grübele ständig, hinterfrage alles und mache mir Sorgen um alles mögliche.

Heather - Ich lebe in ständiger Sorge um mich selbst und um meine Gesundheit.

Mimulus - Ich habe Angst vor Verletzungen, Schmerzen und Krankheit.

Stimmungsschwankungen

Scleranthus - Meine Stimmung ist schwankend: mal himmelhoch jauchzend, dann wieder zu Tode betrübt.

Stolz

siehe Überheblichkeit

Tadel

siehe Vorwürfe

Tagträume

Clematis - Ich träume mit offenen Augen und lebe in einer Fantasiewelt.

Honeysuckle - Ich schwelge sehr gerne in Erinnerungen an frühere schönere Zeiten.

Teilnahmslosigkeit

siehe Antriebslosigkeit

Traurigkeit

Gentian - Ich bin traurig, weil etwas schief gegangen ist.

Gorse - Ich bin sehr traurig, weil ich schon alles versucht habe und mir keiner helfen konnte.

Olive - Ich bin total erschöpft und völlig ausgelaugt, das ganze Leben scheint wie eine Last.

Mustard - Ich bin oft ohne jeden äußeren Anlass traurig und habe häufig melancholische Phasen.

Sweet Chestnut - Ich bin völlig verzweifelt und fürchte, an meinem Los zu zerbrechen.

Wild Oat - Ich bin deprimiert, weil ich weder Sinn noch Ziel in meinem Leben sehe.

Trost

Agrimony - Ich lehne Trost ab und mache alles mit mir selbst ab.

Heather - Ich brauche sehr viel Trost und leide furchtbar, wenn niemand für mich da ist.

Rock Water - Ich bin erzogen, nicht zu jammern, weil „man das nicht macht“.

Water Violet - Ich brauche keinen Trost, da ich glaube, dass mich sowieso keiner versteht.

Überempfindlichkeit

Agrimony - Mich nervt eine Geräuschkulisse, auch wenn sie nicht sehr laut ist.

Chicory - Ich fühle mich schnell persönlich angegriffen und reagiere beleidigt.

Crab Apple - Ich bin äußerst empfindlich gegenüber unangenehmen Gerüchen.

Impatiens - Mich regen Menschen auf, die langsamer sind als ich.

Mimulus - Ich bin empfindlich gegenüber lauten Geräuschen, grellem Licht, Kälte und Aggressionen anderer.

Larch - Bei Kritik und Tadel bricht mein ohnehin schwaches Selbstvertrauen völlig zusammen.
Pine - Bei Vorwürfen fühle ich mich sofort schuldig.
Vervain - Wenn ich Ungerechtigkeiten mit ansehen muss, packt mich ohnmächtige Wut.

Überforderung

Elm - Meine Arbeit liegt wie ein unüberwindlicher Berg vor mir.
Hornbeam - Ich habe mich geistig verausgabt und bin jetzt müde und erschöpft.
Oak - Ich kenne keine Tiefpunkte, weil ich sie grundsätzlich übergehe.
Olive - Ich bin kräftemäßig vollkommen am Ende, ich kann nicht mehr.
Sweet Chestnut - Ich bin nervlich überfordert infolge früherer Verzweiflung.
Vervain - Ich überfordere mich fast ständig, weil ich aus Begeisterung keine Grenzen kenne.
Wild Oat - Es gibt so viele Möglichkeiten, ich weiß nicht, wo ich anfangen soll.

Überheblichkeit

Beech - Ich verurteile schnell und mache mich gerne über die Fehler anderer lustig.
Rock Water - Ich fühle mich anderen in moralischem Sinne überlegen.
Vine - Ich bestimme, was getan wird. Wozu soll ich jemanden fragen!
Water Violet - Ich weiß, dass ich etwas Besseres bin. Andere halten mich deswegen für arrogant.

Unentschlossenheit

siehe Entscheidungen

Ungeduld

Cherry Plum - Ich stehe oft innerlich unter Druck und befinde mich ohne äußeren Anlass in Eile.
Impatiens - Ich bin sehr ungeduldig und ständig in Eile.
Vervain - Wenn ich von etwas begeistert bin, möchte ich es auch möglichst bald verwirklichen.

Ungerechtigkeit

Willow - Ich bin verbittert, weil mir ein Unrecht angetan wurde.
Vervain - Ich bin äußerst empört, wenn ich Ungerechtigkeiten sehe.

Unsicherheit

siehe Entscheidungen

Unzufriedenheit

Chicory - Ich bin unzufrieden, weil ich für meine Fürsorge nicht genügend Dank erhalte.

Holly - Ich bin ständig gereizt und grundlos unzufrieden.

Rock Water - Ich schaffe es nicht, meinen moralischen Ansprüchen zu genügen. Das erzeugt Frust.

Vervain - Ich habe sehr hohe Ansprüche an mich und bin daher ständig mit mir unzufrieden.

Water Violet - Mir ist hier alles zu alltäglich und banal; jemand wie ich hat Besseres verdient.

Willow - Ich bin verbittert, weil ich im Leben immer zu kurz komme.

Wild Oat - Ich bin unzufrieden, weil ich meine Lebensaufgabe noch nicht gefunden habe.

Verbitterung

Willow - Ich bin verbittert und fühle mich als Opfer. Es gelingt mir nicht, zu verzeihen.

Vergesslichkeit

Chestnut Bud - Ich bin ziemlich gedankenlos; mitten im Satz entfällt mir oft, was ich gerade sagen wollte.

Chicory - Ich leide öfter unter Gedächtnislücken und kann mich an vieles nicht mehr erinnern.

Clematis - Ich bin sehr vergesslich, weil ich viel vor mich hin träume und in Gedanken stets woanders bin.

Hornbeam - Ich vergesse öfters mal was, weil ich vollkommen übermüdet bin.

Verunsicherung

siehe Unsicherheit

Verzweiflung

Gorse - Ich bin nach so vielen Fehlschlägen ohne jede Hoffnung und glaube nicht mehr an Hilfe.

Star of Bethlehem - Ich habe einen seelischen Schock erlitten und komme nicht darüber hinweg.

Sweet Chestnut - Ich bin völlig verzweifelt und fürchte, an meinem Los zu zerbrechen.

Vorurteile

siehe Intoleranz

Vorwürfe

Beech - Ich neige zu Kritik und Tadel und nörgele gerne, auch wenn ich mich dadurch unbeliebt mache.

Chicory - Ich neige dazu, andere zu bevormunden und reagiere beleidigt, wenn ich selbst getadelt werde.

Holly - Ich bin oft wütend und mache dann andere für meine Fehler verantwortlich.

Larch - Ich reagiere aus Mangel an Selbstvertrauen sehr empfindlich auf Kritik und Tadel.

Pine - Ich fühle mich bei Vorwürfen sofort schuldig.

Warten

Centaury - Ich bin sehr rücksichtsvoll und warte geduldig, auch wenn es manchmal zu meinem Nachteil ist.

Cherry Plum - Wenn ich warten muss, komme ich innerlich so in Druck, dass ich fürchte, durchzudrehen.

Gentian - Wenn mich jemand warten lässt, befürchte ich immer gleich, dass ich nicht mehr drankomme.

Holly - Es ärgert mich wahnsinnig, wenn ich warten muss.

Impatiens - Es fällt mir sehr schwer zu warten, da ich furchtbar ungeduldig bin.

Rock Water - Warten finde ich sehr ärgerlich, weil man doch pünktlich zu sein hat!

Zuhören

siehe Gespräch

Zorn

siehe Ärger

Weitere Möglichkeiten der Neuen Therapien

Aus der Beobachtung heraus, dass es für jede Hautzone eine einzige Bach-Blütenessenz gibt, die beim Auflegen charakteristische Veränderungen in der Aura (dem „Energiefeld des Menschen“) hervorruft und bei Anwendung am Kranken körperliche Beschwerden an dieser Stelle lindert oder gar heilt, begann Dietmar Krämer auch mit ätherischen Ölen und Edelsteinen zu experimentieren. Hierbei stellte sich heraus, dass auch bei ätherischen Ölen jeweils nur ein einziges Öl existiert, das auf einer bestimmten Zone stets die gleiche Wirkung zeigt wie die für diese Zone passende Bach-Blüte. Für Edelsteine gilt entsprechend dasselbe.

Insgesamt prüfte er in Tausenden von Einzeltests über 200 verschiedene Essenzen auf sämtlichen Bach-Blüten-Hautzonen an unterschiedlichen Versuchspersonen. Da es bei ätherischen Ölen erhebliche Qualitätsunterschiede gibt, die das Ergebnis beträchtlich verfälschen können, testete er nach anfänglichen Misserfolgen die Öle mehrerer Hersteller. Außerdem musste er Schwankungen zwischen den verschiedenen Anbauländern und die Verwendung teilweise unterschiedlicher Sorten bei der Herstellung der Essenz berücksichtigen. Dieselben Testreihen führte er auch mit Edelsteinen durch.

Krämer entwickelte zudem ein Verfahren, mit dem man - ähnlich wie in der Homöopathie - Arzneimittelprüfungen mit Edelsteinen durchführen kann. Die Ergebnisse deckten sich im wesentlichen mit dem, was bei den entsprechenden Bach-Blüten bereits bekannt war. Dabei ergaben sich noch viele zusätzliche Indikationen, vor allem im körperlichen Bereich.

Übereinstimmungen von Blütenessenzen, Aromaölen und Edelsteinen

Die praktischen Erfahrungen, die Krämer und seine Mitarbeiter in ihrer Praxis damit gewannen, bestätigten die Übereinstimmungen zwischen Blütenessenzen, Aromaölen und Edelsteinen. Es zeigte sich aber sehr schnell, dass es Unterschiede in der Wirkung gab, die vor allem in chronischen Fällen eine Rolle spielen. Bei einem akuten Problem ist es nahezu egal, ob dieses mit einem passenden Stein, Öl oder der Bach-Blüte behandelt wird. In chronischen Fällen muss aber das Problem auf derselben Ebene behandelt werden, in der die Blockade besteht, sonst führt die Behandlung nicht zu dem gewünschten Erfolg.

Einbeziehung der chinesischen Akupunkturlehre

Die Einbeziehung der chinesischen Akupunkturlehre eröffnete Krämer der Bach-Blütentherapie völlig neue Möglichkeiten. Dies führte gleichzeitig zu einem tieferen Verständnis der zwölf Bach-Blütenschienen, die in Beziehung zu den zwölf Meridianen der Akupunktur stehen. Mit Hilfe der Akupunkturdiagnostik ist es möglich, objektive Bach-Blütendiagnosen zu erstellen.

Farben, Klänge, Metalle

Die aus der praktischen Anwendung gewonnenen Erfahrungen bildeten die Basis für weitere Forschungen. Dabei ließen sich auf den Meridianen Zuordnungen von Farben, Klängen und Metallen zu den Bach-Blütenschienen mit derselben Methode austesten, mit der auch die Entsprechungen von Edelsteinen und ätherischen Ölen auf den Bach-Blüten-Hautzonen ausgetestet wurden. Hieraus ergaben sich völlig neue Anwendungsformen für Farben, Klänge und Metalle, die jetzt nach den Indikationen der Bach-Blütenschienen eingesetzt werden können.

Aufgrund der oben angeführten Entsprechungen entwickelte Krämer schließlich einen Bach-Blüten-Farbttest. Dieser basiert auf den zwölf Farben, von denen sich jeweils eine auf eine Bach-Blütenschiene bezieht. Er bietet eine einfache Möglichkeit, Hinweise auf abgelehnte Seelenkonzepte zu erhalten, die aus dem therapeutischen Gespräch oft nur schwer erkennbar sind.

Anhang

Behandlung von Kindern mit Bach-Blüten

Dietmar Krämer & Hagen Heimann

Bach-Blüten für ihr Kind

Ein Ratgeber für Eltern



Die Bach-Blüten wurden vor über 80 Jahren von dem englischen Arzt Dr. Edward Bach entdeckt, der von dem Wunsch beseelt war, eine einfache, effektive Heilmethode zu entwickeln, mit der jedermann heilen kann. Heutzutage erfreuen sich die Bach-Blütenessenzen zu Recht einer großen Beliebtheit, welche sie aufgrund ihrer Einfachheit in der Handhabung und ihrer schnellen und zuverlässigen Wirksamkeit erlangten. Sie bilden einen wichtigen Eckpfeiler der «sanften Therapiemethoden» und sind in nahezu jeder Apotheke erhältlich.

In diesem Buch erklären die beiden erfahrenen Heilpraktiker Dietmar Krämer und Hagen Heimann, wie Eltern die sanfte Heilkraft der Blüten für ihre Kinder nutzen können. Sie beschreiben die seelischen Indikationen der einzelnen Bach-Blüten und wie diese am kindlichen Verhalten abzulesen sind. Zur einfacheren Blütenfindung wurde jede Blütenbeschreibung mit Elternzitaten ergänzt. Dies ist besonders hilfreich bei kleineren Kindern, die ihre Gefühle noch nicht in Worte fassen können.

Anhand praktischer Anwendungsbeispiele wird veranschaulicht, wie Kinder in bestimmten Lebenssituationen mit Bach-Blüten unterstützt werden können, beispielsweise bei

Eintritt in eine Kindertagesstätte
Schwierigkeiten mit den Geschwistern
Lernschwierigkeiten in der Schule

Dieser Ratgeber spiegelt über 20 Jahre Erfahrung in der Behandlung von Kindern mit Bach-Blüten wider und zeigt auf, wie Eltern ihrem Kind bei körperlichen und seelischen Problemen helfen können.

Isotrop-Verlag, Bad Camberg

ISBN 978-3-940395-03-0

Behandlung chronischer Probleme mit Bach-Blüten

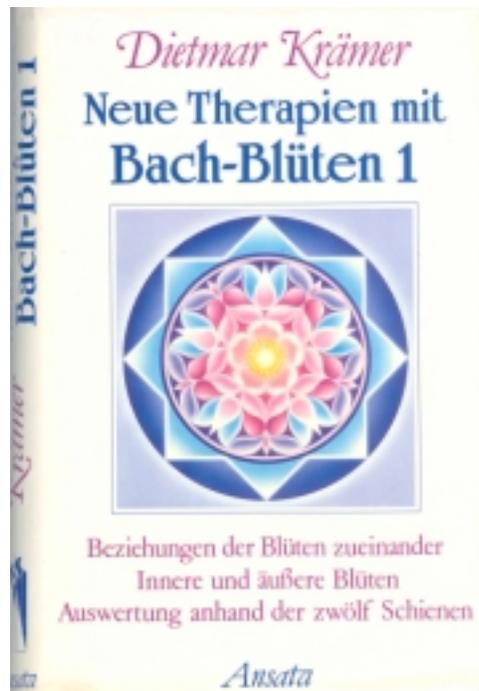
Dietmar Krämer

Neue Therapien mit Bach-Blüten 1

Beziehungen der Blüten zueinander

Innere und Äußere Blüten

Auswertung anhand der zwölf Schienen



Die Bach-Blütentherapie, obwohl 60 Jahre alt, hat erst in den letzten Jahren den ihr gebührenden Platz in der Naturheilkunde eingenommen. Obwohl Jahr für Jahr viele Bücher zu diesem Thema erschienen sind, kamen nur wenige wirklich neue Gesichtspunkte hinzu.

Eine große Ausnahme macht hier das vorliegende Werk von Dietmar Krämer. Als Sensitiver beschreibt er aufgrund praktischer Erfahrung und intuitiver Forschung therapeutische Konsequenzen, die der Bach-Blütentherapie neue Möglichkeiten eröffnen, und zwar nicht nur hinsichtlich der Diagnose, sondern auch bezüglich der Anwendung der Blüten.

Der erste Band beschreibt ein Therapiekonzept, das Ordnung in die 38 verschiedenen Blüten bringt und damit die Diagnose wesentlich erleichtert und vereinfacht. Über Beziehungen der Blüten zueinander (Schienen) lässt sich erkennen, welche Blüte mehr die oberflächliche Seite des Problems und welche die tiefere Ursache abdeckt. Die Auswertung anhand der Schienen dient hierbei zur Orientierung, wo sich im Bewusstsein des Kranken die inneren Konflikte befinden, und sie zeigt den zu beschreitenden therapeutischen Weg auf.

Das Werk enthält einen therapeutischen Fragebogen, der bei jeder Frage die möglichen Blüten unter Angabe ihrer Kurzcharakteristik zur Differenzierung ausweist. So ist es auch dem Anfänger möglich, bereits ohne große Kenntnisse der einzelnen Blüten Diagnosen zu erstellen. Diagnostische Hilfsmittel wie die Partnerdiagnose und die Diagnose anhand der Organsprache erleichtern die Wahl der richtigen Blüten.

Ansata Verlag, München

ISBN 3-7787-7067-5

Bach-Blüten Hautzonen

Dietmar Krämer / Helmut Wild

Neue Therapien mit Bach-Blüten 2

Diagnose und Behandlung über die Bach-Blüten Hautzonen

Mit einem topographischen Atlas der Hautzonen



Die Diagnose und Therapie über die neu gefundenen Bach-Blüten Hautzonen bildet eine wesentliche Erweiterung der Anwendungsmöglichkeiten der Bach-Blüten, die jetzt auch zur Behandlung körperlicher Beschwerden eingesetzt werden können.

Die beiden Autoren dieses Buches konnten jedem Bach-Blütenmittel Zonen an der Hautoberfläche zuordnen. Es sind insgesamt 243 Hautzonen, die auf über zweihundert übersichtlichen Zeichnungen genau lokalisiert sind. Die in Frage kommenden Blüten lassen sich so direkt vom Körper ablesen.

Durch die Anwendung in Form von Umschlägen oder Salben auf die gestörten Zonen läßt sich die Wirkung der entsprechenden Blüten enorm steigern. Nicht nur negative Gemütszustände lassen wesentlich schneller nach als bei der Einnahme in Form von Tropfen, sondern auch bei körperlichen Beschwerden bessert sich der Zustand häufig unmittelbar nach Aufbringung der Blüten auf die Haut.

So können seelische Probleme genau dort behandelt werden, wo sie sich körperlich

manifestieren. Auch vorbeugende Behandlungen über die Hautzonen sind möglich. Die Vorgehensweisen werden an vielen Fallbeispielen veranschaulicht, die die Wirksamkeit dieser neuen Therapieform mit Bach-Blüten untermauern.

Da sich das seelische Wohlbefinden auch auf der Haut spiegelt, lassen sich Bach-Blüten ebenfalls für die Schönheit einsetzen. Zahlreiche praktische Beispiele erläutern ihre kosmetische Anwendung.

Ansata Verlag, München

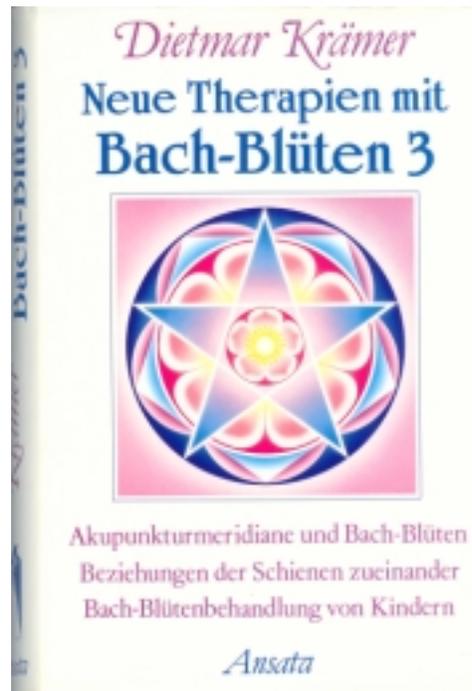
ISBN 3-7787-7068-3

Bach-Blütenschienen und Akupunkturmeridiane

Dietmar Krämer

Neue Therapien mit Bach-Blüten 3

*Akupunkturmeridiane und Bach-Blüten
Beziehungen der Schienen zueinander
Bach-Blütenbehandlung von Kindern*



Der Abschlussband der «Neuen Therapien mit Bach-Blüten» beschreibt im ersten Teil die Entsprechungen zwischen Bach- Blütenschienen und den Meridianen der Akupunktur. Der Autor zeigt anhand von übereinstimmenden Symptomen, dass die Bach-Blütenschienen und Akupunkturmeridiane Manifestationen ein und desselben Prinzips auf zwei verschiedenen Schwingungsebenen darstellen, was mit einer Fülle von neuen diagnostischen und therapeutischen Praxishinweisen dokumentiert wird.

Aus den in der Akupunktur bekannten Wandlungszyklen leitet der erfahrene Praktiker die Beziehungen der Bach-Blütenschienen zueinander ab, die eine Therapie mit ganzen Schienen zur

Steigerung der Wirkung der Blüten möglich machen. Diese neue Anwendungsform stellt in akuten Fällen und bei der Behandlung von Kindern eine wesentliche Vereinfachung dar. Neu gefundene Test- und Therapiepunkte (Mondlinienpunkte) ermöglichen eine objektive Blüten-Diagnose und erleichtern die Wahl der in Frage kommenden Schienenkombinationen. Mit der Entdeckung der Mondlinien erhielt der Autor den Beweis für die Richtigkeit seiner Annahmen und die Möglichkeit, die Nahtstelle zwischen Bach-Blütenschienen und Akupunkturmeridianen direkt zu behandeln.

Der zweite Teil gibt wichtige Hilfestellungen bei der Blütenbehandlung von Kindern. Ein speziell entwickelter Kinderfragebogen vereinfacht die Diagnose, und Beispiele zeigen, wie Einflüsse während der Schwangerschaft und Geburt sowie der Umgebung exakte Hinweise auf benötigte Schienen geben können.

Das Buch enthält weitere, in der täglichen Praxis getestete Diagnose- und Behandlungshinweise sowie zahlreiche Fallbeispiele. Der Autor dokumentiert ferner Zusammenhänge von typischen Träumen nach Einnahme der Blütenmittel und beantwortet viele Fragen zur Bach-Blütentherapie.

Ansata Verlag, München

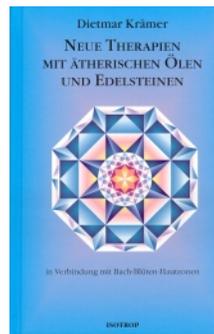
ISBN 3-7787-7069-1

Therapieergänzungen mit ätherischen Ölen und Edelsteinen

Dietmar Krämer

Neue Therapien mit ätherischen Ölen und Edelsteinen

in Verbindung mit Bach-Blüten-Hautzonen



In dem hier vorgestellten Buch zeigt der Heilpraktiker Dietmar Krämer, dass zu den von Dr. Edward Bach entdeckten Blütenessenzen Entsprechungen auf anderen therapeutischen Ebenen existieren. Anhand von über zwanzigtausend Einzeltests gelang es ihm nachzuweisen, dass jeweils achtunddreißig ätherische Öle und Edelsteine genau den Seelenkonzepten entsprechen, die auch die Bach-Blüten verkörpern. Diese Identitäten (und nicht nur Analogien!) wurden auf sensitive Weise ermittelt und bewähren sich seit über 15 Jahren in der Praxis. Ferner berichtet der Autor über die von ihm durchgeführten Arzneimittelprüfungen an Edelsteinen, die erstmals experimentell nachgewiesene Wirkungen zeigten.

Das hier neu vorgestellte Konzept vereinfacht die Diagnose und Anwendung sehr, da die ätherischen Öle und Edelsteine nach den einfachen Indikationen der Bach-Blüten verordnet werden können. Aufgrund dieser Entsprechungen gelten auch für sie die Bach-Blüten Hautzonen, wie der Autor anhand von praktischen Beispielen darlegt. Die Kombination dieser Verfahren verstärkt ihre Heilwirkungen enorm, sowohl bei negativen Gemütszuständen als auch bei körperlichen Beschwerden.

Zu den vielfach bewährten Anwendungsverfahren schildert der Autor zusätzlich Indikationen von Steinen und Ölen, bei denen Heilwirkungen bislang unbekannt waren.

Der Band beinhaltet durch die umfassende Darstellung der Bach-Blüten-, Aroma - und Edelsteintherapie im Grunde drei Bücher in einem. Er wendet sich sowohl an Therapeuten als auch an Laien und ist ein idealer Ratgeber für die Selbstbehandlung von negativen Gemütszuständen, Alltagsproblemen und auch körperlichen Beschwerden.

Isotrop-Verlag, Bad Camberg

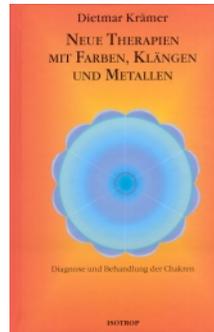
ISBN 978-3-940395-00-9

Therapieergänzungen mit Farben, Klängen und Metallen

Dietmar Krämer

Neue Therapien mit Farben, Klängen und Metallen

Diagnose und Therapie der Chakren



Der Autor legt mit diesem Buch die Ergebnisse seiner jahrelangen Forschungen auf dem Gebiet der feinstofflichen Energiezentren vor. Er beschreibt darin erstmals die wichtigste und bislang unentdeckt gebliebene Aufgabe der Chakren mit völlig neuen Einsichten in deren Wirkungsweise sowie eine Fülle neuer Diagnose- und Behandlungsmethoden. Dabei werden ausführlich Farbe, Form, Größe und Lokalisation der einzelnen Chakren beschrieben sowie die vom Autor entdeckten Austrittspunkte. Zwölf farbige Abbildungen zeigen die verschiedenen Arten von Chakrablockaden auf eindrucksvolle Weise.

Das Buch enthält ferner eine völlig neu entwickelte Farbtherapie, die mit 12 Farben, entsprechend den 12 Meridianen der Akupunktur arbeitet, einen vom Autor entwickelten Bach-Blüten-Farbttest, eine neue Klangtherapie auf der Basis der Resonanztöne der Akupunkturmeridiane sowie eine vollkommen neue Metalltherapie.

Detailliert dargestellt wird die sensitive Chakra-Diagnose und eine einfache Form der Chakrameditation. Außerdem enthält das Buch verschiedene Arten von Behandlungsmethoden für Therapeuten und auch für Laien zur Selbstbehandlung. Hierzu zählen u.a. das Beschallen der Chakren mit speziellen Klängen, das Auflegen von Metallen, das Bestrahlen der vom Autor entdeckten Chakrapunkte der Mondlinien und die innerliche Einnahme von Bach-Blütenkombinationen.

Isotrop Verlag, Bad Camberg
ISBN 978-3-940395-01-6

Bibliographie

Dietmar Krämer, Neue Therapien mit Bach-Blüten 1 - Beziehungen der Blüten zueinander, Ansata Verlag, München

Dietmar Krämer / Helmut Wild, Neue Therapien mit Bach-Blüten 2 - Diagnose und Behandlung über die Bach-Blüten Hautzonen, Ansata Verlag, München

Dietmar Krämer, Neue Therapien mit Bach-Blüten 3 - Akupunkturmeridiane und Bach-Blüten, Ansata Verlag, München

Dietmar Krämer, Neue Therapien mit ätherischen Ölen und Edelsteinen in Verbindung mit Bach-Blüten-Hautzonen, Isotrop-Verlag, Bad Camberg

Dietmar Krämer, Neue Therapien mit Farben, Klängen und Metallen - Diagnose und Therapie der Chakren, Isotrop-Verlag, Bad Camberg

Dietmar Krämer / Anne Simons, Neue Therapien mit Bach-Blüten - Das Praxisbuch, Ansata Verlag, München

Dietmar Krämer & Hagen Heimann, Bach-Blütentypen, Books on Demand GmbH, Norderstedt

Dietmar Krämer & Hagen Heimann, Neue Therapien mit Bach-Blüten, ätherischen Ölen, Edelsteinen, Farben, Klängen, Metallen, G. Reichel Verlag, Weilersbach

Hagen Heimann & Dietmar Krämer, Aura und Bach-Blüten - Das Handbuch der Aura-Deutung, Aquamarin Verlag, Grafing

Dietmar Krämer, Der Aufstieg der Kundalini - Ein Kundalini-Ratgeber für die Praxis, Aquamarin Verlag, Grafing

Hagen Heimann & Dietmar Krämer, Chakras und Mantras - Chakra-Heilung durch die Kraft der Urklänge, Aquamarin Verlag, Grafing

Dietmar Krämer & Hagen Heimann, Bach-Blüten für ihr Kind - Ein Ratgeber für Eltern, Isotrop-Verlag, Bad Camberg

eBooks

**Dietmar Krämer & Hagen Heimann, Bach-Blütentypen
erhältlich bei:**

[Apple iBook-Store](#) (nur über iPad, iPhone und iPod Touch abrufbar)

**Dietmar Krämer, Der Aufstieg der Kundalini
erhältlich bei:**

[Apple iBook-Store](#) (nur über iPad, iPhone und iPod Touch abrufbar)

www.beam-ebooks.de

www.readbox.net

www.libreka.de

txtr.com

Software

**Dietmar Krämer, Neue Therapien mit Bach-Blüten, ätherischen Ölen und Edelsteinen in
Verbindung mit Bach-Blüten Hautzonen, Media Connect, Augsburg. Software für PC &
Mac, erhältlich bei:**

www.isotrop.de

Bezugsquellen

für Bach-Blüten, ätherische Öle und Edelsteine

Isotrop-Versand

Frankfurter Str.155

D-65520 Bad Camberg

Tel. + Fax: 06434-54 55

E-Mail: info@isotrop.de

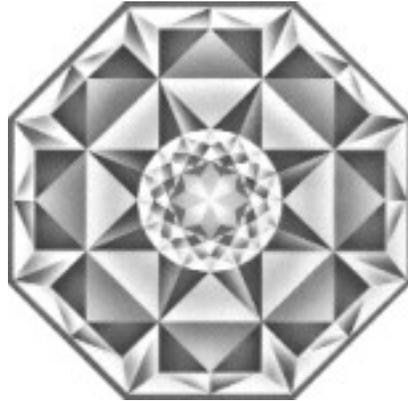
Internet: www.isotrop.de

www.alternativ-medizin.de

Sämtliche in diesem eBook vorgestellten Bücher können über den Isotrop Online Bücherservice bezogen werden:

www.bach-blueten-buecher.de

Seminare



Internationales Zentrum für Neue Therapien

mit Bach-Blüten, ätherischen Ölen und Edelsteinen

Postfach 1712

D-63407 Hanau

Fax: 06181- 24 640

E-Mail: info@dietmar-kraemer.de

Internet: www.dietmar-kraemer.de

Das Internationale Zentrum für Neue Therapien mit Bach-Blüten, ätherischen Ölen und Edelsteinen (C.I.N.T.) wurde gegründet, um

die "Neuen Therapien" einer breiten Öffentlichkeit vorzustellen

für interessierte Laien Vorträge und Workshops anzubieten

Therapeuten eine fundierte Ausbildung zu ermöglichen

dem Erfahrungsaustausch unter Praktizierenden zu dienen

Die Neuen Therapien basieren auf der langjährigen, praxisorientierten Forschung von Dietmar Krämer. Sie beinhalten im einzelnen:

Entdeckung der Topographie seelischer Reflexzonen (Bach-Blüten Hautzonen)

Neue Diagnose- und Therapieansätze in der Bach-Blütentherapie, die im wesentlichen auf den neu entdeckten Beziehungen der Blüten zueinander (Schienen) beruhen

Erarbeitung der Zusammenhänge zwischen Bach-Blütenschienen und Akupunkturmeridianen

Entdeckung neuer seelischer Diagnose- und Therapiepunkte (Mondlinienpunkte), die eine feinstofflichere Entsprechung der Akupunkturmeridiane darstellen

Erforschung der Beziehungen von ätherischen Ölen und Edelsteinen zu den Bach-Blüten, die jetzt nach den einfachen Indikationen der Bach-Blüten eingesetzt werden können

Erforschung der Beziehungen von Farben, Klängen und Metallen zu den Bach-Blüten-Schienen, Akupunkturmeridianen und Mondlinien

Erstmalige Arzneimittelprüfungen an Edelsteinen im Sinne der Homöopathie

Grundlagenforschung im Bereich der Chakren und Entdeckung der Chakra-Austrittspunkte

Erforschung der Zusammenhänge zwischen Chakren und Akupunkturmeridianen und Entdeckung der wichtigsten, bislang noch unbekanntesten Funktion der Chakren - der Kontrolle des so genannten Kontrollzyklus über die Fünf Elemente in der chinesischen Medizin

Erarbeitung neuerer Diagnose- und Therapiemethoden für die Chakren, u.a. die Beschallung mit speziellen Klängen und die Anwendung von Metallen auf Eintritts- und Austrittspunkten u.a.m.

Derzeit arbeitet das Internationale Zentrum für Neue Therapien in sechs Ländern und in vier Sprachen. Verantwortlich für die einzelnen Länder sind die lokalen Zentren in Hanau/Deutschland, Merate/Italien, Badhoevedorp/Holland und Mazkaret Batya/Israel.

Das komplette Ausbildungsprogramm *Neue Therapien mit Bach-Blüten, ätherischen Ölen und Edelsteinen nach Dietmar Krämer* beinhaltet 9 Seminareinheiten, bestehend aus 4 Wochenendkursen und 5 Workshops. Es umfasst folgende Themenschwerpunkte:

Charakteristika der einzelnen Bach-Blüten und deren Beziehungen zueinander

Auswertung und Hierarchisierung anhand der Bach-Blütenschienen

sensitive Diagnose über die Aura zum Auffinden gestörter Bach-Blütenhautzonen

Anwendungen von ätherischen Ölen und Edelsteinen auf Bach-Blütenhautzonen

Grundlagen der chinesischen Akupunktur zum Verständnis der tieferen Hintergründe der Bach-Blütenschienen

Einbeziehung der Chakren in diagnostische und therapeutische Maßnahmen

ergänzende Behandlungsmethoden mit Farben, Klängen und Metallen in therapieresistenten Fällen gemeinsames Erarbeiten von Therapieplänen anhand von Fallbeispielen

Für interessierte Eltern, die sich etwas intensiver mit den Bach-Blüten beschäftigen möchten, bieten wir folgende Tagesworkshops an:

Bach-Blüten für ihr Kind

Grundlagen der Bach-Blütentherapie. Diagnose und Behandlung von Kindern

Neue Therapien mit ätherischen Ölen & Edelsteinen

Behandlungen mit Aromaessenzen und Steinen in Verbindung mit Bach-Blüten Hautzonen

Dank

Wir danken Peter Latsch vom Isotrop Versand für die freundliche Überlassung der botanischen Beschreibungen der Bach-Blüten, ebenso Dietmar Krämers Mitarbeiterinnen Martina Gräf, Ruth Scheppach, Sigrid Sailer und Madeleine Meuwessen für die Ausarbeitung der anschaulichen Fallbeispiele aus ihren Praxen.