

MECHTHILD SCHEFFER

**ERFAHRUNGEN
MIT DER
BACH-BLÜTENTHERAPIE**

MIT FRAGEBOGEN ZUR
SELBSTBESTIMMUNG DER RICHTIGEN
BACH-BLÜTENESSENZEN-
KOMBINATION

HUGENDUBEL

Inhalt

Vorwort zur 3. Auflage	9
I. HEILUNG DURCH DIE SEELE - ZUR AKTUALITÄT DER BACH-BLÜ- TEN-THERAPIE	11
II. WIE VERLÄUFT EINE BACH-BLÜTEN- THERAPIE?	19
Formen der Erstreaktionen — Verlaufsmodalitäten - Typische Reaktionen und positive Nebeneffekte	
III. DIE BACH-BLÜTEN ALS »ENTWICK- LUNGSHELFER« IN DER SELBSTVER- ORDNUNG	35
Willensschwäche aus Überforderung: Selbsterfah- rung mit Centaury - Eine Medizinstudentin ent- deckt das »bedürftige Kleinkind« in sich - Wieder- belebung und Aufarbeitung: Selbsterfahrung mit Star of Bethlehem - Andreas hat Schulprobleme - Ein Problem, das in jeder Partnerschaft einmal vorkommt... — Womit sich ein Ehepaar das Leben schwer machte: Angst vor Krankheit und Schuld- gefühlen	
IV. ERFAHRUNGEN MIT TIEREN UND PFLANZEN	47
Ein milieu-geschädigter Hund lebt sich ein — Eine Amsel wird gerettet - Eine Kuh gibt wieder Milch - Katzenschicksal: Fine und Möppi - Umzug mit Pflanzen - Ein Blatt »spielt wieder mit« - Der Feigenbaum im unfreiwilligen Winterschlaf - Schmarotzer auf der Flucht — Eine Tanne mausert sich	

V. ERFAHRUNGEN MIT RESCUE (NOT-
FALL- ODER ERSTE-HILFE-TROPFEN) . . . 55

Rescue als Vorbehandlung zu einer individuellen Blütentherapie — Rescue als tageweise Überbrückungshilfe bei heftigen Erstreaktionen zu Beginn oder im Verlauf einer Bach-Blütentherapie — Rescue als Sofortentspannung in der täglichen Arzt- oder Naturheilpraxis - Rescue als Katalysator, wenn andere, anscheinend richtig verordnete Bach-Blüten nicht so wirken, wie man es erwartet - Rescue, auch wenn der energetische Schock schon lange zurückliegt — Rescue zum Abfangen von Krisensituationen beim Verlauf chronischer Krankheiten - Klassische Anwendungsgebiete von Rescue: Individuelle Erste-Hilfe-Mischungen für besondere Gelegenheiten

VI. DIE BACH-BLÜTEN IN DER ARZT- UND
NATURHEILPRAXIS. 65

Bach-Blüten zur natürlichen Einleitung einer Geburt - Angst vor der Einschulung - Eine Schülerin überwindet ihre Labilität — Neurovegetative Störungen im Vorfeld einer Scheidung - Drogenentzugstherapie mit Unterstützung durch Bach-Blüten - Kontaktstörungen mit asthmatischen Beschwerden und Hautausschlag - Rückenbeschwerden mit chronischen Angst- und Erschöpfungsgefühlen - Schlafstörungen mit nächtlichem Bewegungsdrang - Sprachhemmung durch Schock und Ärger - Ein geriatrischer Fall - Krankheit im Endstadium - Die Bach-Blüten als Unterstützung bei der Therapie eines POS-Kindes - Die Bach-Blüten in einem Fall von frühkindlichem Autismus mit Epilepsie - Ein 24jähriger Schwerstbehinderter und seine Mutter - Wie eine 23jährige nach sieben Jahren Amenorrhoe ihre Mensis wieder bekam

Ein Schritt in die Zukunft

DIE BIOENERGETISCHE STRAHLUNG
DERBACH-BLÜTENESSENZEN. 95

Anhang: Fragebogen zur Selbstbestimmung der richtigen Bach-Blütenessenzen-Kombination115
Definition der Bach-Blütenessenzen	132
Therapeutischer Ansatz von Dr. Edward Bach133
Vereinfachte Wirkungs-Hypothese der Bach-Blütenessenzen135