

Inhalt

Danksagung	7
Einleitung	8
Die Geschichte der Blüentherapie	17
Die Blütenessenzen von Dr. Bach	17
Andere Erkenntnisse	28
Wie wirken Blütenessenzen?	33
Der Geist regiert den Körper	33
Heilung durch Schwingungen	37
Von großer Bedeutung: Das menschliche Energiefeld ..	39
Erfahrungen mit der Blüentherapie	42
Wie die Blütenkonzentrate verwendet werden	45
Die Kunst der richtigen Auswahl	45
So fangen Sie an	47
Zwei besondere Diagnosemethoden zur Bestimmung der hilfreichsten Essenz	50
Reaktion auf die Behandlung	56
Wie man Blütenessenzen anwendet	58
Anwendung der Bach-Erste-Hilfe-Tropfen	63
Strahlungssenzen	64

Beschreibung der Blütenkonzentrate	69
Die verschiedenen Blütentherapiesysteme	69
Die Bach-Blütenessenzen – Leitfaden für das Bach-Repertoire	70
Die kalifornischen Blütenkonzentrate	91
Die australischen Bush-Essenzen	95
Die Frau in den Jahreszeiten des Lebens	98
Blütenessenzen im täglichen Leben	98
Der weibliche Lebenszyklus	99
»Winterdepression«	100
Die Anwendung bei Jugendlichen	103
Eßstörungen	106
Prämenstruales Syndrom (PMS)	108
Schwangerschaft und Geburt	112
Babys	114
Kinder	116
Menopause	118
Alter	120
Die letzte Veränderung	123
Lernen Sie, sich zu entspannen	128
Den Streß bekämpfen	129
Im Einklang mit der Natur	130
Die tiefe Atmung	132
Die tiefe Entspannung	134
Bewegung	136
Zum Schluß	141
Literaturhinweise und Bezugsquellen	144
Register	148