

Bach-Blüentherapie

Beratung
und Anwendung

Matthias Eisele, Tübingen
Arndt Spieth, Tübingen

Mit 38 Farbfotos aller Original Bach-Blüten



Deutscher Apotheker Verlag Stuttgart

Anschriften der Autoren:

Matthias Eisele
Arndt Spieth
Danziger Straße 18
72072 Tübingen
E-mail: matthias.eisele@web.de

Die in diesem Buch aufgeführten Angaben wurden sorgfältig geprüft. Dennoch können die Autoren und Verlag keine Gewähr für deren Richtigkeit übernehmen.

Ein Markenzeichen kann warenzeichenrechtlich geschützt sein, auch wenn ein Hinweis auf etwa bestehende Schutzrechte fehlt.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet unter <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-7692-4607-0

Jede Verwertung des Werkes außerhalb der Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Übersetzungen, Nachdrucke, Mikroverfilmungen oder vergleichbare Verfahren sowie für die Speicherung in Anlagen zur Datenverarbeitung.

© 2008 Deutscher Apotheker Verlag
Birkenwaldstr. 44, 70191 Stuttgart
www.deutscher-apotheker-verlag.de
Printed in Germany

Satz und Innentypografie: Gerd Schweikert, Stuttgart

Druck und Bindung: W. Kohlhammer, Stuttgart

Umschlaggestaltung: Atelier Schäfer, Esslingen, unter Verwendung eines Fotos von Hans E. Laux

Vorwort

Die Apotheken sind Anlaufpunkt für Menschen, die Ihre Gesundheit erhalten oder verbessern wollen, die Krankheiten zu behandeln haben und Beratung in dieser Hinsicht wünschen.

Neben der Behandlung mit Arzneimitteln, die nach der gängigen Lehrmeinung in der naturwissenschaftlich-orientierten Medizin eingesetzt werden, sind auch Heilmittel der alternativen Heilmethoden immer gefragt. Eine bekannte Richtung dieser Komplementär-Medizin sind die Bach-Blütenessenzen. Auch hier wollen Ihre Kunden eine kompetente Beratung.

- Wie werden Rescue-Tropfen und Rescue-Creme angewendet und wozu?
- Welche Blütenessenzen sind für einen hilfesuchenden Patienten geeignet?
- Wie sind die rechtlichen Rahmenbedingungen für die Abgabe von Bach-Blütenessenzen oder Mischungen?
- Wie hat sich die Bach-Blütentherapie entwickelt und wer war Dr. Edward Bach?

Mit diesem Buch geben wir Ihnen neutrale Informationen an die Hand, um alle diese Fragen rund um die Bach-Blütentherapie sofort und fundiert beantworten zu können. So können Sie Ihr Wissen im Bereich der Bach-Blüten erweitern und auch auf diesem Gebiet Kompetenz zeigen. Nebenbei ist die Beschäftigung mit den Einzelessenzen auch sehr spannend und lebendige Bilder der entsprechenden Menschentypen können vor Ihrem Auge entstehen.

Tübingen im Sommer 2008

Matthias Eisele
Arndt Spieth

Inhaltsverzeichnis

| | | |
|---|--|----|
| 1 | Bach-Blüten und naturwissenschaftliches Weltbild | 8 |
| 2 | Dr. Edward Bach – Kurzbiographie und Lebensphilosophie | 9 |
| 3 | Konzeptionelle Grundlagen der Bach-Blütentherapie | 12 |
| 4 | Übersichtsdarstellung der klassischen Bach-Blüten | 14 |
| 5 | Herstellung der Bach-Blütenessenzen | 20 |
| 6 | Anwendung und Dosierung | 21 |
| 7 | Bach-Blütenessenzen in der Apotheke | 24 |
| 8 | Erläuterung zu den Bach-Blüten-Beschreibungen | 25 |
| 9 | Die Original Bach-Blüten | 27 |
| | 1 Agrimony | 28 |
| | 2 Aspen | 30 |
| | 3 Beech | 32 |
| | 4 Centaury | 34 |
| | 5 Cerato | 36 |
| | 6 Cherry Plum | 38 |
| | 7 Chestnut Bud | 40 |
| | 8 Chicory | 42 |
| | 9 Clematis | 44 |
| | 10 Crab Apple | 46 |

| | | |
|----|----------------------|-----|
| | 11 Elm | 48 |
| | 12 Gentian | 50 |
| | 13 Gorse | 52 |
| | 14 Heather | 54 |
| | 15 Holly | 56 |
| | 16 Honeysuckle | 58 |
| | 17 Hornbeam | 60 |
| | 18 Impatiens | 62 |
| | 19 Larch | 64 |
| | 20 Mimulus | 66 |
| | 21 Mustard | 68 |
| | 22 Oak | 70 |
| | 23 Olive | 72 |
| | 24 Pine | 74 |
| | 25 Red Chestnut | 76 |
| | 26 Rock Rose | 78 |
| | 27 Rock Water | 80 |
| | 28 Scleranthus | 82 |
| | 29 Star of Bethlehem | 84 |
| | 30 Sweet Chestnut | 86 |
| | 31 Vervain | 88 |
| | 32 Vine | 90 |
| | 33 Walnut | 92 |
| | 34 Water Violet | 94 |
| | 35 White Chestnut | 96 |
| | 36 Wild Oat | 98 |
| | 37 Wild Rose | 100 |
| | 38 Willow | 102 |
| | 39 Rescue | 104 |
| | | |
| 10 | Repertorium | 105 |
| | | |
| | Literaturverzeichnis | 142 |
| | Bildnachweis | 143 |
| | Sachregister | 144 |
| | Die Autoren | 147 |

1. Bach-Blüten und naturwissenschaftliches Weltbild

Wir sind es gewohnt, medizinische Sachverhalte und den therapeutischen Einsatz von Arzneimitteln aus naturwissenschaftlicher Sicht zu betrachten. Die Forschung geht so nahe wie möglich an die Einzelheiten der Vorgänge im menschlichen Körper heran, um die Entstehung, den Verlauf und die Therapie von Erkrankungen zu erklären. Von diesem Denken sind wir geprägt.

Die Bach-Blüentherapie hat jedoch keine naturwissenschaftliche Grundlage oder Erklärung, denn sie ist nicht auf dem Hintergrund eines hauptsächlich naturwissenschaftlichen Weltbildes gefunden worden. Es ist nicht unser Anliegen, einen Beweis der Wirksamkeit der Bach-Blütenessenzen zu führen oder die Wirkungsweise auf naturwissenschaftliche Art zu erklären. Dr. Bach versuchte den Menschen durch sein Verhalten, seine geistigen und emotionalen

Muster zu verstehen. Wie in den folgenden Kapiteln genauer erläutert, hält er diese „Konstitution“ des jeweiligen Menschen als grundlegend für die Entstehung von Krankheit oder die Erhaltung von Gesundheit und Wohlbefinden. Welchen Einfluss die Einstellung zum Leben und der Umgang mit den Höhen und Tiefen der eigenen Biographie auf die Gesundheit hat, haben Sie vielleicht schon selbst feststellen können.

Die Bach-Blüten hat Dr. Bach auf rein intuitive Weise gefunden, ebenso die Art der Herstellung und Anwendung, wir können daher keine naturwissenschaftlich befriedigende Erklärung hierfür geben. Wollen Sie sich trotzdem mit der Bach-Blüentherapie befassen, so eröffnen sich interessante Einblicke in die Struktur des Inneren.

2. Dr. Edward Bach – Kurzbiographie und Lebensphilosophie

Anfänge und philosophische Grundlagen der Bach-Blüentherapie

Der am 24. September 1866 in Mosley bei Birmingham geborene Edward Bach studierte Medizin am Londoner University College Hospital und erhielt 1914 seine Approbation. Anschließend arbeitete er als Chirurg und medizinischer Leiter der Unfallstation des University College Hospital in London und wurde Assistent in der bakteriologischen und immunologischen Abteilung. Er stellte die Hypothese auf, dass je nach Krankheit bestimmte Bakterienstämme im Darm stärker vertreten sind als beim Gesunden. Daraufhin produzierte er aus den verstärkt auftretenden Bakterienstämmen Nosoden, die er den Patienten injizierte. Der Erfolg war überraschend groß und fand damals auch Anklang bei seinen Kollegen. Die Vielfalt der im menschlichen Darm vorkommenden Bakterien wurde von ihm in 7 Gruppen eingeteilt: Proteus, Dysenterie, Morgan, Faecalis alkaligenes, Coli mutabile, Gaertner, Nr.7 (heute Edwardsiella). Dr. Bach entwickelte dann ein Testverfahren, mit dem er feststellen wollte, welcher Bakterienstamm überwog und welche Nosode angebracht war. Jeder seiner 7 Nosoden ordnete er darüber hinaus 7 spezifische Gemütsymptome der Patienten zu.

1917 erkrankte er 3 Monate nach dem Tod seiner ersten Frau an einem Milztumor. Die

Ärzte prognostizierten ihm nur noch eine sehr kurze Lebenszeit. Dr. Bach überwand jedoch diese Krankheit und wechselte nach seiner Genesung an das Londoner Homeopathic Hospital, wo er sich nun auch mit den Ideen Hahnemanns beschäftigte. Dort stellte er bald fest, dass es zwischen seinen Entdeckungen und denen Hahnemanns viele Übereinstimmungen gab. Er produzierte nun die sogenannten Bach-Nosoden nach den homöopathischen Regeln als Pulver oder Tabletten und konnte dadurch auf Injektionen verzichten.

1920 eröffnete er eine gutgehende Allgemeinpraxis mit Labor in der berühmten Londoner Ärztestraße „Harley Street“. Bachs Forschungsarbeiten konzentrierten sich nun verstärkt auf die Suche nach „reineren“ Heilmitteln mit dem Ziel, die Nosoden durch Mittel aus Pflanzen zu ersetzen. Sein Augenmerk lag dabei zunehmend auf den psychischen Komponenten im Krankheitsgeschehen.

1928 fand er bei Wanderungen durch Wales auf intuitive Weise seine ersten 3 „Bach-Blüten“: Impatiens, Mimulus und Clematis.

1930 gab er seine Londoner Praxis auf, um sich in ruhiger ländlicher Umgebung ganz der Erforschung von natürlichen Heilmethoden zu widmen. In einsamen Wanderungen durchstreifte er die Wälder von England

und Wales auf der Suche nach geeigneten Pflanzen.

1931 schrieb er sein erstes kleines Buch „Heal Thyself“ (Heile Dich selbst), ein theoretischer Beitrag zu seiner Auffassung von Mensch und Welt, Gesundheit und Krankheit.

Bis 1933 hatte er 19 seiner „neuen Heilmittel“ gefunden, die er anfangs noch in die „12 Heiler“ und „7 Helfer“ unterschied. Im gleichen Jahr gab er die Broschüre „The Twelve Healers and Other Remedies“ (Die zwölf Heiler und andere Heilmittel) heraus, in der er die endgültige Formulierung seiner Heilmethode darstellte.

Während der Wintermonate behandelte er mit diesen Blütenessenzen viele Patienten kostenlos. Nachdem er anfangs die Blüten noch homöopathisch aufbereitet hatte, wendete er nun ein spezielles Herstellungsverfahren, die Sonnenmethode, an.

1934 ließ sich Dr. Bach in Sotwell im Tal der Themse nieder, wo die meisten seiner gefundenen Pflanzen wachsen. Hier entdeckte er 19 weitere Heilmittel, vorwiegend aus Baumblüten, und wendete dafür auf Grund der frühen Blütezeit meist ein zweites Herstellungsverfahren, die Kochmethode, an.

1936 betrachtete Bach seine Methode als abgeschlossen und begann mit Vortragsreisen, um seine Erkenntnisse einer breiten Öffentlichkeit zugänglich zu machen.

Am 27. November 1936 starb er überraschend an Herzversagen.

Wenn Sie etwas mehr über die Persönlichkeitsstruktur und das Weltbild von Dr. Edward Bach wissen wollen, lohnt es sich, sein Werk „Heile Dich selbst“, das er 1931 verfasst hat, zu lesen. Er gibt in diesem Buch „Heal Thyself“ tiefe Einblicke in sein Verständnis von Krankheit und Heilung, wie

auch seine Auffassung von der Welt und vom Menschen.

Zum besseren Verständnis seiner Lebensphilosophie sowie seines Wirkens – auch im Hinblick auf seine Blütentherapie – sollen nachfolgend einige besonders aussagefähige Passagen aus der deutschen Übersetzung seines Buches zitiert und kommentiert werden (Bach, E., Petersen, J.-E. R. (2000): Heile dich selbst mit den Bachblüten, Droemer/Knaur Verlag, München).

Dr. Bach verfolgte eine monistische Philosophie, also eine Einheitslehre, nach der alles miteinander verbunden ist. Alle Handlungen eines Menschen haben demnach auch direkte Auswirkungen auf den Handelnden. Sind negative Eigenschaften hinter diesen Handlungen wie Stolz, Egoismus oder Grausamkeit, so sind dies Taten gegen die Einheit, mit den entsprechenden Folgen auch für den Ausführenden. Bach schreibt:

„...dass es zwei grundlegende krankheitsverursachende Fehlerquellen gibt: Erstens die Trennung von Seele und Persönlichkeit und zweitens Grausamkeit oder falsches Verhalten gegenüber anderen, denn das ist eine Sünde gegen die Einheit.“

Negative Eigenschaften der Persönlichkeit führen nach Bachs Meinung zu Handlungen gegen diese Einheit. Um die Charaktermängel zu beheben, muss die entgegengesetzte Tugend entwickelt werden:

„Die eigentlichen Grundkrankheiten des Menschen sind Fehler wie Stolz, Grausamkeit, Hass, Eigenliebe, Unwissenheit, Unsicherheit und Habgier.“

„Krankheit lässt sich verhüten und heilen, wenn wir den Mangel in uns selbst entdecken und dadurch ausmerzen, ... indem wir die ihm entgegengesetzte Tugend in so mächtigem Maße entfalten,

dass sie den Mangel aus unserem Wesen hinwegfegt.“

Ärzte müssen sich nach Dr. Bach selbst aus allen Abhängigkeiten befreit haben, um in Ruhe und Meditation dem Kranken helfen zu können, seine Persönlichkeitsmängel zu entdecken und zu beheben. Wirtschaftlicher Zwang im Gesundheitswesen verhindert diese richtige Behandlung durch die Ärzte:

„Das System mit seinen wirtschaftlichen Zwängen lässt dem Arzt nicht die nötige Zeit für eine ruhige, friedliche Behandlung und nicht die Gelegenheit zur notwendigen Meditation, Besinnung und Dankbarkeit, die jeder braucht, der sein Leben dem Dienst an Kranken widmet.“

Als Mittel zur Prophylaxe und Heilung dienen Meditation und Heilmittel aus der Natur. Diese Heilmittel werden aus

den „schönsten Pflanzen und Kräutern“ hergestellt:

„Die Heilkunst wird aus der Domäne rein physischer Behandlungsmethoden des Körpers weiterschreiten zu spirituellem und mentalem Heilen.“

„Unter den verschiedenen Arten von Heilmitteln, die dann verwendet werden, werden sich solche befinden, die aus den schönsten Pflanzen und Kräutern gewonnen sind, die in der Apotheke der Natur wachsen und die aus göttlicher Hand mit Heilkräften angereichert sind für Geist und Körper des Menschen.“

Diese Aussagen geben Einblick in das philosophische Gedankengut von Dr. Edward Bach, das schließlich die Grundlage für die Entwicklung seiner Bach-Blütentherapie schuf.

3. Konzeptionelle Grundlagen der Bach-Blüentherapie

Die sieben Hauptgruppen der Blütenessenzen

Dr. Edward Bach hatte im Laufe seines Lebens und seiner medizinischen Praxis ein Krankheits- und Menschenbild entwickelt, das versucht, hinter jeder Erkrankung Sinn und Ursache im Menschen selbst zu erkennen:

Für Bach war Krankheit „... das Ergebnis eines Konfliktes zwischen Seele und Gemüt ...“

(Bach, E. (2006): Die Bach-Blüentherapie. Entstehung, Grundlagen und Praxis, 1. Aufl. Droemer/Knaur Verlag, München).

Er begründete diesen Konflikt durch krankmachende Gemütszustände, die er in sieben Hauptgruppen unterteilte: Angst, Unsicherheit, Ungenügendes Interesse an der Gegenwartssituation, Einsamkeit, Überempfindlichkeit gegenüber fremden Einflüssen und Ideen, Mutlosigkeit/Verzweiflung, Übergroßes Sorgen um andere.

Diese sieben Gemütszustände wiederum sah Bach durch 38 krankmachende „disharmonische Seelenzustände der menschlichen Natur“ (begründet in 38 Persönlichkeitstypen) verursacht.

Für Dr. Bach konnte eine echte Heilung nur erfolgen, wenn es dem Patienten gelingt, die ihn beeinträchtigenden negativen Gemütszustände durch Arbeit an sich zu überwinden. Zur Unterstützung für diese innere Arbeit wollte er dazu passende Blütenessenzen einsetzen. Somit ordnete er – untergliedert in sieben Hauptgruppen – den krankheitsverursachenden Seelenzuständen 37 Blütenessenzen zu. Für einen der negativen Gemütszustände wählte er Quellwasser.

Zuordnung der von Dr. Bach zusammengefassten 7 Hauptgruppen der negativen Gemütszustände zu seinen 37 Blütenessenzen und Rock Water:

Laut Dr. Edward Bach haben seine aus Blüten hergestellten Essenzen „die Kraft, die Schwingungsfrequenz in unserem Körper zu erhöhen und so mit der spirituellen Energie in Kontakt zu bringen, die den Körper und Geist reinigen und die Heilung bringen soll.“ Im Laufe seiner Forschungen soll er eine so hohe Sensitivität entwickelt haben, dass er angeblich nur ein Blütenblatt der betreffenden Pflanze auf die Zunge legen musste, um ihre spezifische Wirkkraft auf die Reaktionen in Körper und Gemüt zu erfühlen.

| Negative Gemütszustände | Zugeordnete Bach-Blüten |
|---|--|
| 1. Angst | Aspen, Cherry Plum, Mimulus, Red Chestnut, Rock Rose |
| 2. Unsicherheit | Cerato, Gentian, Gorse, Hornbeam, Scleranthus, Wild Oat |
| 3. Ungenügendes Interesse an der Gegenwartssituation | Clematis, Chestnut Bud, Honeysuckle, Mustard, Olive, White Chestnut, Wild Rose |
| 4. Einsamkeit | Heather, Impatiens, Water Violet |
| 5. Überempfindlichkeit gegenüber fremden Einflüssen und Ideen | Agrimony, Centaury, Holly, Walnut |
| 6. Mutlosigkeit, Verzweiflung | Crab Apple, Elm, Larch, Pine, Oak, Star of Bethlehem, Sweet Chestnut, Willow |
| 7. Übergroßes Sorgen um andere | Beech, Chicory, Rock Water, Vervain, Vine |

4. Übersichtsdarstellung der klassischen Bach-Blüten

Die 38 Blütenessenzen kurz und bündig



1 *Agrimony*

Gespielte Fröhlichkeit und Sorglosigkeit aus übermäßigem Harmoniebedürfnis

2 *Aspen*

Hohe Sensibilität mit Ängsten ohne erkennbare Ursache



3 *Beech*

Offene oder verborgene Kritiksucht und Engstirnigkeit

4 *Centaury*

Unterordnung aus Willensschwäche



5 *Cerato*

Mangelndes Vertrauen in die eigene Urteilskraft



6 *Cherry Plum*

Starke Emotionen führen zu extremer innerer Anspannung

7 *Chestnut Bud*

Lernt nichts aus eigenen Erfahrungen



8 *Chicory*

Kontrollierend und überfürsorglich, um im Mittelpunkt zu stehen

9 *Clematis*

Lebt in einer Traumwelt mit Desinteresse an der Realität

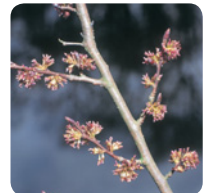


10 *Crab Apple*

Zwanghafte Sauberkeit und Ordnung

11 *Elm*

Plötzliche Angst, in schwierigen Lebenssituationen zu versagen



12 *Gentian*

Mutlosigkeit und schnelles Aufgeben durch mangelndes Vertrauen



13 *Gorse*

Resignation, ohne Hoffnung auf
Verbesserung

14 *Heather*

Egozentrisch, will immer im Mittelpunkt
stehen



15 *Holly*

Wird von negativen Emotionen beherrscht

16 *Honeysuckle*

Gedanklich immer in der Vergangenheit



17 *Hornbeam*

Mentale Erschöpfung

18 *Impatiens*

Ungeduldig, schnell und hektisch



19 *Larch*

Mangelndes Selbstvertrauen