

Claudia Wartmann

Bach-Blüten in der Natur
Begegnungen mit den Pflanzen für die Seele

C LAUDIA W ARTMANN N ATÜRLICH

Ein Koffer voller Schuhe 8

Pflanzen für die Seele 9

Das Leben des Dr. Edward Bach 11

Von der Wiese ins Fläschchen 13

Die Entdeckung 13

Die Pflanzen 15

Das Wasser 19

Die Sonne 23

Der Mensch 25

Die Tautropfenmethode 27

Die Sonnenmethode 28

Die Kochmethode 31

Dosierung und Einnahme 33

Begegnungen in der Natur 37

1 Agrimony – Gemeiner Odermennig 38

2 Aspen – Espe / Zitterpappel 42

3 Beech – Rotbuche 46

4 Centaury – Echtes Tausendgüldenkraut 50

5 Cerato – Chinesische Bleiwurz 54

6 Cherry Plum – Kirschpflaume 58

7 Chestnut Bud – Rosskastanienknospe 62

8 Chicory – Wegwarte 66

9 Clematis – Gemeine Waldrebe 70

10 Crab Apple – Holzapfelbaum 74

11 Elm – Ulme 78

12 Gentian – Bitterer Enzian 82

13 Gorse – Europäischer Stechginster 86

14 Heather – Besenheide / Heidekraut 90

15 Holly – Stechpalme 94

16 Honeysuckle – Garten-Geissblatt 98

17 Hornbeam – Hainbuche / Hagebuche 102

18 Impatiens – Drüsiges Springkraut 106

19	Larch	–	Lärche	110
20	Mimulus	–	Gefleckte Gauklerblume	114
21	Mustard	–	Acker-Senf	118
22	Oak	–	Stiel-Eiche	122
23	Olive	–	Olivenbaum / Ölbaum	126
24	Pine	–	Waldföhre / Waldkiefer	130
25	Red Chestnut	–	Rotblühende Rosskastanie	134
26	Rock Rose	–	Gemeines Sonnenröschen	138
27	Rock Water	–	Quellwasser	142
28	Scleranthus	–	Einjähriger Knäuel	146
29	Star of Bethlehem	–	Doldiger Milchstern	150
30	Sweet Chestnut	–	Edel-Kastanie	154
31	Vervain	–	Eisenkraut	158
32	Vine	–	Weinrebe	162
33	Walnut	–	Walnussbaum	166
34	Water Violet	–	Wasserfeder	170
35	White Chestnut	–	Rosskastanie	174
36	Wild Oat	–	Wald-Trespe / Ästige Trespe	178
37	Wild Rose	–	Heckenrose / Hundsrose	182
38	Willow	–	Gelbe Weide	186

Pflanzensuche mit «Schatzkarten» 190

Kantonale Gartenbauschule Oeschberg	190
Bach-Blütenpfad in Yvonand	192
Botanischer Garten Freiburg	193
Seeburg-Park Kreuzlingen	193
Kraftpark im Burgenland	195
Blütezeiten der Bach-Blüten	196
Lebensräume der Bach-Blüten	197

Ein Lächeln für die Pflanzen 198

Literatur 204