

BLUMEN DIE DURCH DIE SEELE HEILEN

Bachblüten

VON EDWARD BACH

DIE BACHBLÜTEN UND IHRE
WIRKUNG AUF DEN MENSCHEN

DIE BACHBLÜTEN ALS
BEWUSSTES GEGENÜBER

VON MARTIN SINZINGER

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

1. Auflage 2020

Stephan Wunderlich Verlag
Gorheimer Straße 16
D-72488 Sigmaringen
Tel.: +49 (0) 75 71 / 687 02 61
Fax: +49 (0) 32 22 / 626 81 44
e-mail: info@stw-verlag.de
Internet: www.stw-verlag.de

Alle Rechte vorbehalten

ISBN 978-3-948803-00-1

Originaltexte: Edward Bach
Vorwort und charakterisierende Beschreibungen zu den Blütenfotos,
„Die Bachblüten und die Wirkung auf den Menschen“ und „Die Bachblüten als bewusstes Gegenüber“:
Martin Sinzinger
Biographie von Edward Bach: Stephan Wunderlich

Fotos: Martin Sinzinger

Gestaltung / Satz: Albert Wimmer, Stephan Wunderlich

Druck: Sowa Sp. z o.o., Piaseczno Business Park ul. Raszynska 13, 05-500 Piaseczno, Polen

INHALTSVERZEICHNIS

Die Fotos zu den Bachblüten 6
12 Heiler und andere Heilmittel,
Edward Bach 10

ANGST

Rock Rose 12
Mimulus 14
Cherry Plum 16
Aspen 18
Red Chestnut 20

UNSICHERHEIT

Cerato 22
Scleranthus 24
Gentian 26
Gorse 28
Hornbeam 30
Wild Oat 32

UNGENÜGENDES INTERESSE AN DER GEGENWARTSSITUATION

Clematis 34
Honeysuckle 36
Wild Rose 38
Olive 40
White Chestnut 42
Mustard 44
Chestnut Bud 46

EINSAMKEIT

Water Violet 48
Impatiens 50
Heather 52

ÜBEREMPFLINDLICHKEIT GEGENÜBER EINFLÜSSEN UND IDEEN

Agrimony 54
Centauray 56
Walnut 58
Holly 60

MUTLOSIGKEIT UND VERZWEIFLUNG

Larch 62
Pine 64
Elm 66
Sweet Chestnut 68
Star of Bethlehem 70
Willow 72
Oak 74
Crab Apple 76

ÜBERGROSSE SORGEN UM DAS WOHL ANDERER

Chicory 78
Vervain 80
Vine 82
Beech 84
Rock Water 86

Rescue, Dosierungsmethoden 88

Herstellungsmethoden 90

EDWARD BACH, HEILE DICH SELBST 92

DIE BACHBLÜTEN UND IHRE WIRKUNG
AUF DEN MENSCHEN,
MARTIN SINZINGER 134

DIE BACHBLÜTEN ALS BEWUSSTES
GEGENÜBER, MARTIN SINZINGER 148

Biographie von Edward Bach 164

DIE FOTOS ZU DEN BACHBLÜTEN

MARTIN SINZINGER

Die Essenzen aus 37 Blüten und Quellwasser bilden den bekanntesten Teil des Lebenswerkes Edward Bachs. Er selbst sah darin die Möglichkeiten zur Heilung aller Krankheiten, denn für ihn war die Verfehlung des Lebenszieles durch spezifische, seelische Dispositionen der Grund aller Krankheit und allen Leidens. Obwohl er Arzt war, behandelte er aufgrund dieser Einsichten weder Symptome noch herkömmlich diagnostizierbare Krankheiten. Sein Ansatz bestand darin, dem jeweils ganz individuellen, konkreten Menschen den verschatteten oder aus dem Fokus geratenen Blick zum eigenen Lebensweg, zum authentischen Lebenszweck wieder zu ermöglichen.

Sein Ziel als Arzt und Heiler war so einfach wie radikal: Er wünschte die vollständige Freiheit des Menschen. Er sah seelische Irrungen, psychische Fixierungen als Hindernis zu diesem Ziel allen Menschseins – und die Krankheit als Zeichen, als Aufforderung, der Freiheit hinderliche Bindungen zu überwinden. Zentral steht dabei die Einsicht als Mensch nicht nur Körper, sondern vielmehr Seele und Geist zu sein.

Diese Formulierungen von Seele, von Geist und Freiheit sind dabei keinesfalls trivial, sondern gründen in der Überzeugung, dass dem Menschen eine ewige, göttliche Existenz zugrunde liegt. Aller Eigennutz und jeder auch nur subtile Egoismus, der Wunsch um materielle oder psychische Vorteilsnahme und Sicherheit steht damit dem innersten Ursprung und Ziel des Lebens entgegen. Frei – und damit im eigentlichen Sinn „heil“ – ist der Mensch dann, wenn er sein Leben in diesem Sinn Selbst-Bestimmt und Selbst-Bewusst und damit nach den in seiner eigenen Seele veranlagten hohen ethischen und moralischen Werten bestimmt.

Edward Bach beschrieb damit ein Ideal, das er selbst sowohl bei sich, als auch als allgemeine kosmisch-menschliche Realität erkannte und lebte – einen Humanismus, der den scheinbaren Widerspruch vom transzendenten und konkreten Sein des Menschen über-

windet. Der Mittelpunkt seines Lebens und seines therapeutischen Ansatzes ist damit eine Synthese von Leben und Geist in und durch die Freiheit des Menschen.

Mich faszinierten daher Edward Bach als Mensch, seine „Philosophie“ und die Heilmittel gleichermaßen. Für mich klang in Edward Bachs Leben, seinen Aussagen und seinem Werk etwas an, das ich durch die Auseinandersetzung mit Rudolf Steiner und insbesondere durch das Kennenlernen von Heinz Grill sehr zu schätzen gelernt hatte.

Da ich von Kind an eine große Neigung zur Natur und ab der Jugend ein großes Interesse sowohl an Naturheilkunde, als auch an der Natur-Fotografie hatte, faszinierte mich die von Edward Bach initiierte Heilweise sehr. Mein Ansatz zur Beziehung zu den Pflanzen bestand dabei sowohl in soliden botanischen Kenntnissen, als auch in der von Heinz Grill beschriebenen Seelenübung zu den „Weisheitskräften“ in der Natur. Durch diese Übung legt sich im Menschen langsam ein Sinn für die sich in der Natur Ausdruck verleihende übersinnliche Ebene schöpferischer Kräfte an.

Die Pflanze kann dabei als „Mittler“ zwischen Erde und Kosmos, zwischen der irdischen Welt und den Kräften von Licht und Wärme erlebt werden. Sie gewinnt dadurch an tieferem Ausdruck, an Sinn und „Wesen“. Auf der Ebene von seelischen Eigenschaften scheinen Mensch und Pflanze eine tiefe Beziehung zu besitzen. Die Pflanzen verkörpern das, was im Menschsein als Tugend, als reine Fähigkeit der Seele in die Existenz treten kann.

Friedrich von Schiller fasst dieses Geheimnis in sehr schöne Worte:

*„Suchst Du das Höchste, das Größte? Die Pflanze kann es Dich lehren:
Was sie willenlos ist, sei Du es wollend – das ist's!“*

Und so machte ich mich auf die Suche nach den 37 „Seelenpflanzen“ von Edward Bach, um sie an Naturstandorten zu portraituren und damit gewissermaßen als „Gegenüber“, als konkrete Existenz darzustellen. In die unmittelbare Sichtbarkeit des Fotos

tritt dabei natürlich die physische Gestalt der Pflanze. Wir nehmen visuell ihre Struktur, ihre Farbe, ihre Gestalt wahr. In technischer Hinsicht ist ein Foto natürlich nur ein zweidimensionales Abbild einer visuell dreidimensionalen Realität, bei dem sogar noch alle weiteren Sinneseindrücke – wie z.B. Düfte – fehlen.

Durch die Auseinandersetzung sowohl mit den Aussagen von Edward Bach als auch mit den Pflanzen entsteht aber dennoch eine Begegnung, eine Beziehung. Die Blume ist nicht nur ein „Ding“, eine „Sache“, ein Objekt oder Motiv, sondern sie wird zum Gegenstand des Interesses, das über die Gegenständlichkeit hinausreicht. Und es – so meine Erfahrung und Überzeugung – offenbaren sich im Licht der Betrachtung und der Suche nach tieferer Erkenntnis, auch die tieferen Ebenen der pflanzlichen Existenz. Wie ein unsichtbarer und dennoch wahrnehmbarer Glanz, wie eine zarte Sphäre der „Ausstrahlung“ tritt dem Fotografen – und so hoffe ich – auch dem Betrachter der Fotografien ein „Hauch“ der „übersinnlichen“ Sphäre, des „Pflanzenwesens“ entgegen.

Die Bilder möchten daher die konkrete Beziehungsaufnahme des Menschen zu den Heilmitteln Edward Bachs fördern. Sie möchten anregen, das – nach Goethe – „offenbare Geheimnis“ sowohl in der Natur als auch im Menschsein eigenständig immer besser zu ergründen und in Erfahrung zu bringen. Denn gerade diese Schritte der eigenen Aktivität, des Interesses am „Sein des Anderen“, an der stillen Beziehung von Mensch und Blume fördern die Freiheit des Menschen im Sinne Edward Bachs.

Sie können damit wichtige Impulse zur Heilung vermitteln – zur Heilung des Menschen, aber auch zur Förderung der Natur. Was der Mensch an Beziehung und Freiheit erringt, übersteigt das rein individuelle Sein. Die Impulse und Möglichkeiten der Heilung durch die „Bach-Blüten“ können daher größer, umfassender und auch schöner gedacht werden, als „nur“ eine Linderung eigener Beschwerden zu erfahren. Sie können die Tür zu einer reellen Wahrnehmung der Verbundenheit alles Lebens öffnen und die Einsicht vermitteln, dass mein Interesse an einer Pflanze, an einem Menschen diese – körperlich – von mir getrennte Wirklichkeit auf seelischer Ebene näherbringt.

Indem ich selbst die Tugendkräfte der Pflanze als Wirklichkeit erkenne, prägt diese Erkenntnis auf stille Weise das Bewusstsein. Und damit trägt der Mensch auch in die Welt der Blumen wieder Kräfte hinein, welche diese heute – ohne diese Aktivität des Menschen – in zunehmendem Maß entbehren müssen.

„Heilung“ ist in diesem Sinne immer ein Prozess der Gegenseitigkeit. Ich bin dann „heil“, wenn ich selbst „Heil“ bringe, wenn ich den hoffenden Konsum in einen produktiven Prozess des Interesses und des In-Beziehung-Tretens verwandle.

Somit erschließt sich mit den Bach-Blüten, in der Auseinandersetzung mit den Gedanken Edward Bachs, mit der Betrachtung der „Therapeutika“ ein sehr schönes und hoffnungsfrohes Feld. Wenn es eine Krankheit ist, die uns zu dieser Beschäftigung führt, so könnte man mit einer gewissen Heiterkeit sagen „dann gibt es Schlimmeres“. Denn es wäre wohl schlimmer, diese Aspekte und Möglichkeiten des Lebens nicht entdeckt zu haben ...

DIE ZWÖLF HEILER UND ANDERE HEILMITTEL EDWARD BACH (1936)

EINFÜHRUNG

Seit unvordenklichen Zeiten ist es bekannt, dass die göttliche Vorsehung der Natur Mittel zur Vorbeugung und Heilung von Krankheiten gegeben hat in Gestalt göttlich angereicherter Kräuter, Pflanzen und Bäume. Die Heilmittel der Natur, die in diesem Buch vorgestellt werden, haben bewiesen, dass sie in ihrem gnadenreichen Wirken mehr als andere gesegnet sind und ihnen die Kraft gegeben ist, alle Arten von Krankheiten und Leiden zu heilen.

Bei der Behandlung mit diesen Heilmitteln wird der Art der Krankheit keine Beachtung geschenkt. Der Mensch wird behandelt, und während er gesundet, verschwindet die Krankheit, die abgeschüttelt wird von der erstarkenden Gesundheit.

Jedermann weiß, dass dieselbe Krankheit bei verschiedenen Menschen verschiedenartige Auswirkungen haben kann. Diese unterschiedlichen Auswirkungen sind es, die der Behandlung bedürfen, denn sie führen uns zur eigentlichen Ursache zurück.

Das Gemüt ist der feinste und empfindlichste Teil des Menschen und zeigt den Beginn und Verlauf einer Krankheit viel deutlicher als der Körper, und so gilt die Einstellung des Gemüts als Hinweis auf das oder die Heilmittel, die notwendig sind.

Bei der Krankheit verändert sich der Gemütszustand im Vergleich zum sonstigen Leben. Wer aufmerksam beobachtet, kann diese Veränderung häufig vor – manchmal auch lange vor – dem Auftreten der Krankheit wahrnehmen und durch eine Behandlung das Erscheinen von Beschwerden rechtzeitig verhindern. Wenn eine Krankheit schon einige Zeit besteht, wird die Stimmung des Leidenden uns ebenfalls zu dem richtigen Heilmittel hinführen.

Man schenke also dem Krankheitsbild keine Beachtung, sondern denke allein an die Lebenseinstellung und Stimmung des Erkrankten.

Achtunddreißig verschiedene Gemütszustände werden in einfacher Weise beschrieben. Es sollte keine Schwierigkeit sein, für sich selbst oder einen anderen den vorherrschenden Zustand oder die Kombination von Gemütslagen herauszufinden und so die notwendigen Heilmittel zu verabreichen, um eine Heilung zu bewirken.

DIE HEILMITTEL UND IHRE BEGRÜNDUNG

DIE 38 HEILMITTEL UND IHRE ZUGEHÖRIGKEIT ZU FOLGENDEN 7 GRUPPEN

1. Für jene, die Angst haben
2. Für jene, die an Unsicherheit leiden
3. Für jene, die nicht genügend Interesse an der Gegenwarts-Situation haben
4. Für jene, die einsam sind
5. Für jene, die überempfindlich gegenüber Einflüssen und Ideen sind
6. Für jene, die mutlos und verzweifelt sind
7. Für jene, die um das Wohl anderer allzu besorgt sind



Rock Rose

Helianthemum nummularium - Zistrosengewächse

SONNENRÖSCHEN

Jeder aufmerksame Bergwanderer kennt das Sonnenröschen, das als Halbsträuchlein kaum einmal 30 cm hoch wird. Aus dem niederliegenden, verholzten, mit Blättern besetzten „Stamm“ richtet sich der Blütentrieb auf.

Die Blüte wirkt hell, freundlich und doch auch sensibel. Sonnengelbe Blütenblätter umkränzen die Staubgefäße und die Stempel. Nach erfolgter Befruchtung durch ein Insekt bildet sich aus dem unterständigen Fruchtknoten eine kleine Samenkapsel, die wie ein Glöckchen am Stiel hängenbleibt, während sich nach oben immer weitere Blüten entfalten.

Dr. Edward Bach sah in dieser Pflanze ein Heilmittel für Schockzustände, und er mischte die Essenz „Rock Rose“ auch dem „Rescue Remedy“ bei. Bei Schrecken, der sich nicht auf materielle Dinge bezieht, bei Entsetzen vor Mord und anderen schrecklichen Dingen, soll die kleine Pflanze Ruhe und Besinnung spenden.

So ist es interessant unter dem Eindruck der Ausführungen Bachs die kleine Blume, die mit kargen Standorten vorlieb nimmt, einmal mehr besinnlich auf sich wirken zu lassen. Man kann sich den Standort und das Aussehen der Pflanze einmal genau einprägen, und gleichzeitig dem von ihr ausströmenden, unsichtbaren Wesen eine stille Aufmerksamkeit schenken.

Edward Bach: Das Heilmittel in Notfällen, ja, in allen Fällen, in denen es scheinbar keine Hoffnung mehr gibt. Bei Unfällen oder plötzlicher Erkrankung oder wenn der Patient sehr erschreckt ist oder große Angst hat oder wenn die Lage ernst genug ist, um den Anwesenden ebenfalls große Angst zu machen. Wenn der Patient nicht bei Bewusstsein ist, kann man ihm die Lippen mit dem Mittel benetzen. Zusätzlich kann man auch noch andere Heilmittel anwenden, wie zum Beispiel Clematis (Gemeine Waldrebe), wenn die Bewusstlosigkeit wie ein tiefer Schlaf scheint oder Agrimony (Odermennig) bei qualvollen Schmerzen usw.



Mimulus

Mimulus guttatus - Braunwurzgewächse

GEFLECKTE GAUKLERBLUME

„Bei Angst – ohne Entsetzen –, sondern eher bei ruhiger Angst gebe man Mimulus,“ so charakterisierte Dr. Edward Bach die Anwendung der Blütenessenz der Gauklerblume. Angst vor weltlichen Dingen, spreche auf Mimulus an, ergänzte er seine Aussage.

Die Pflanze ist weder bei uns, noch in England heimisch. Sie stammt ursprünglich aus Nordamerika und sie wurde zum Teil eingebürgert, zum Teil ist sie aus Gärten verwildert. Man findet sie hin und wieder an Bachläufen, jedenfalls immer nur dort, wo sie „nasse Füße“ hat.

So wirkt sie auch in ihrer ganzen Gestalt wässrig-krautig. Sie vermehrt sich sowohl durch Samen als auch durch Ausläufer und bildet dort, wo sie vom Schneckenfraß nicht zu sehr dezimiert wird, mit der Zeit größere Bestände.

Ihre Blüten sind durch einen tiefen Schlund gekennzeichnet, einer Form, die den Rachenblütlern z.B. auch beim Löwenmäulchen eigen ist. Die Oberlippe bildet sich bei der Gauklerblume in zwei, die Unterlippe in drei rundlichen Lappen aus. Durch die gelbe Farbe der Blüte und ihren ganzen Habitus wirkt die Pflanze heiter, wengleich sich die Blüten eben nicht öffnen, wie beispielsweise die Korbblüten der Sonnenblume, sondern einen eigenen Innenraum bilden.

Edward Bach: Furcht vor weltlichen, konkreten Dingen, vor Krankheit, Schmerz, Unfällen, Armut, Dunkelheit, Alleinsein, Unglück. Die Ängste des täglichen Lebens. Diese Menschen ertragen ihre Ängste, ohne zu klagen, und sprechen nur selten frei darüber zu anderen.



Cherry Plum

Prunus cerasifera - Rosengewächse

KIRSCHPFLAUME

Die Kirschpflaume gehört zur Familie der Rosengewächse, die Dr. Edward Bach mit vier Vertretern, nämlich „Wild Rose“, „Agrimony“ und „Crab Apple“ in sein Sortiment der 38 Blüten aufnahm.

Die Kirschpflaume wächst sowohl als Baum, als auch als Strauch und ist im Habitus sehr variabel. Sie steht manchmal in Hecken oder auch in alten Obstgärten und erinnert etwas an den sparrigen Wuchs der Schlehe, wobei ihre Äste sowohl bedornt, als auch glatt sein können.

Wie auch die Schlehe blüht die Kirschpflaume sehr früh und üppig. Die schönen Blüten mit ihren zarten Staubgefäßen können am Morgen von Reif überzuckert oder bei einem Wettersturz eingeschneit sein – was sie mit einer gewissen Robustheit übersteht. Dennoch währt die Blütezeit nur kurz und erst dann treibt das Laub.

Während in ihrem dichten Grün die Früchte reifen, ist dieses Gehölz sehr unscheinbar und erst wenn sich im Frühherbst die Äste unter deren Last biegen, fällt sie wieder auf. Das Aussehen dieser Steinfrüchte liegt tatsächlich zwischen Kirsche und Pflaume. Allerdings kommen sie weder im Aroma, noch in der Süße, an den Wohlgeschmack dieser domestizierten Kulturobstsorten heran.

Edward Bach: Furcht, den Verstand zu verlieren oder dass man gefürchtete, schreckliche Dinge tun könnte, die man nicht will und als falsch erkennt, während man trotzdem den Impuls erkennt, sie zu tun.



Aspen

Populus tremula - Weidengewächse

ESPE / ZITTERPAPPEL

Der Volksmund bedient sich der Espe für einen sehr sinnfälligen Vergleich: Jemand zittert wie Espenlaub. Die Zitterpappel, wie sie auch genannt wird, hat tatsächlich diese ganz auffällige Eigenart, dass ihr Laub ständig am Zittern, am Flüstern und am Rauschen ist. Der Grund dafür liegt – statisch gesehen – darin, dass der Blattstiel im Querschnitt nicht rund, sondern sehr stark längsoval ist. Dadurch kippt das Blatt beim leisesten Windhauch.

Die Espe ist ein sehr schnellwüchsiger Baum mit weichem, brüchigem Holz. Sie erreicht ihre endgültige Wuchshöhe von bis zu 35 m bereits nach 60 Jahren und wird mit etwa 100 Jahren nicht sehr alt. Die Zitterpappel ist eine typische Lichtholzart, die in Beständen nicht aufkommen kann und daher oftmals die Pionierbesiedelung von offenen Flussufern übernimmt.

Für die natürliche und weitere Verbreitung bedient sich die Espe ihrer in weiche Baumwolle gehüllten Samen. Diese trägt der Wind über das Land, wie er im Frühling auch den balsamischen Duft ihrer klebrigen Knospen verweht.

In der Pflanzenheilkunde verwendet man eine Salbenzubereitung aus diesen Knospen zur Behandlung von Rheuma, Entzündungen und Hämorrhoiden.

Edward Bach: Vage Ängste vor unbekanntem Dingen, die sich nicht begründen oder erklären lassen. In diesem Fall kann der Patient Angst davor haben, dass etwas Schreckliches passiert, ohne zu wissen, was dies sein könnte. Diese unbestimmten, unerklärlichen Ängste können ihn Tag und Nacht verfolgen. Die so Leidenden fürchten sich oft, über ihre Nöte zu sprechen.