



Presseinformation

Christof Jänicke/ Dr. Jörg Grünwald/ Aruna M. Hansen

Quickfinder Bach-Blüten

Der schnellste Weg zum richtigen Mittel

GU Quickfinder

132 Seiten

Format: 21 x 18,5 cm

Preis: 14,99 €(D) / 15,50 €(A) / 26,50 sFr

ISBN: 978-3-8338-1669-7

Erscheinungstermin: Februar 2010



Schnell und übersichtlich: Selbsthilfe mit Bach-Blüten

Vor nahezu 100 Jahren entdeckte der englische Arzt Edward Bach die Wirksamkeit von Blütenessenzen bei körperlichen und seelischen Erkrankungen. Die nach ihm benannten Bach-Blüten erfreuen sich aufgrund ihrer einfachen Handhabung und ihrer nebenwirkungsarmen, schnellen und zuverlässigen Wirksamkeit großer Beliebtheit. Sie ergänzen das Spektrum der alternativen Heilmethoden, die vom Laien zur Selbstmedikation – in erster Linie bei seelischen Beschwerden – eingesetzt werden können. Aus den insgesamt 38 Blüten die individuell passenden Mittel zu bestimmen ist nicht ganz einfach. Schnelle und übersichtliche Hilfe bietet der **Quickfinder Bach-Blüten** mit seinen bewährten Diagramm-Tafeln.

Edward Bach ging davon aus, dass körperliche Leiden Ausdruck eines Ungleichgewichts zwischen Körper, Geist und Seele sind. Die Bach-Blüten aktivieren die Selbstheilungskräfte und helfen, die innere Balance wiederzufinden. Einführend vermitteln die Autoren prägnant und leicht verständlich, was der Leser über Bach-Blüten und deren Anwendung wissen sollte. Nach den Vorgaben Bachs teilt das Expertenteam die verschiedenen Symptome im Beschwerdenkapitel in sieben Gruppen ein: Angst, Unsicherheit, Interesslosigkeit, Einsamkeit, Überempfindlichkeit, Mutlosigkeit und Sorge um andere. Ein zusätzliches Kapitel ist körperlichen Beschwerden gewidmet, wie Beschwerden im Klimakterium, Kopfschmerzen, Menstruationsbeschwerden oder Hautproblemen. In übersichtlichen Diagramm-Tafeln findet der Leser schnell die richtigen Bach-Blüten, die dazugehörigen Affirmationen sowie passende Blüten-Kombinationen. Im dritten Teil des Quickfinders werden die 38 Bach-Blüten nochmals eingehend im Porträt vorgestellt.

Christof Jänicke ist Arzt und Phytotherapiespezialist. Er war als Kinderchirurg tätig, bevor er in die pharmazeutische Industrie wechselte. Gemeinsam mit seinem Co-Autor Dr. Jörg Grünwald leitet er ein pflanzenheilkundliches Forschungs- und Beratungsunternehmen.

Dr. Jörg Grünwald ist internationaler Experte auf dem Gebiet der Pflanzenheilkunde. Seit fast 20 Jahren erforscht er die Wirkung von pflanzlichen Heilmitteln.

Aruna M. Hansen ist als Heilpraktikerin in eigener Praxis tätig. Zusätzlich bietet sie zu verschiedenen Themen (u.a. Bach-Blüten) Seminare an.