

Содержание

Предисловие автора	11
Вместо введения. Эдвард Бах «Такая простая жизненная история»	15
Глава 1. Что такое цветочная терапия Баха?	17
Как возникла цветочная терапия Баха?	18
Основополагающие жизненные истины Эдварда Баха:	
философия цветочной терапии	22
Что желает рассказать болезнь? Основные принципы	
цветочной терапии Баха	24
Целебные растения – мощные природные целители	28
Как действуют цветы Баха?	32
Цветочная терапия Баха – самостоятельный метод	
нетрадиционной медицины	37
Цветы Баха и гомеопатия	37
Цветы Баха и ароматерапия	39
Цветы Баха и фитотерапия	41
Коротко о самом существенном	42
Глава 2. Цветочная терапия Баха в семье	43
Мнение Э. Баха об отношениях ребенка и родителей	43
Душа ребенка выбирает родителей	43
Роль родителей в воспитании ребенка	45
Детство – особый период жизни	47
Семейная система: одного виноватого не бывает	49
Когда цветы Баха могут помочь?	54
В семейной жизни	54
В лечении острых и хронических заболеваний	55
В укреплении иммунитета	58
Кому необходима цветочная терапия Баха: ребенку или родителям? ...	61
Глава 3. Как выбирать цветы Баха?	65
Определение цели	65
Соблюдение основного принципа цветочной терапии Баха	67
Методы выбора цветов Баха	69
Осознанный выбор цветочных средств	69
Интуитивный выбор цветочных средств	76
Сколько цветов Баха выбрать?	79
Выбор наиболее подходящей комбинации цветов Баха	81

Глава 4. 38 цветов Баха	83
Двенадцать Целителей	86
● Репешок • <i>Agrimony</i>	89
● Золототысячник • <i>Centaury</i>	93
● Цератостигма • <i>Cerato</i>	96
● Дивала • <i>Scleranthus</i>	100
● Горечавочка • <i>Gentian</i>	103
● Ломонос • <i>Clematis</i>	106
● Губастик • <i>Mimulus</i>	110
● Солнцецвет • <i>Rock Rose</i>	113
● Турча • <i>Water Violet</i>	116
● Недотрога • <i>Impatiens</i>	119
● Вербена • <i>Vervain</i>	123
● Цикорий • <i>Chicory</i>	127
Двенадцать Целителей и знаки зодиака	132
Семь Помощников	133
● Улекс • <i>Gorse</i>	136
● Дуб • <i>Oak</i>	139
● Олива • <i>Olive</i>	143
● Вереск • <i>Heather</i>	146
● Родниковая вода • <i>Rock Water</i>	150
● Виноград • <i>Vine</i>	154
● Костер • <i>Wild Oat</i>	159
Вторые Девятнадцать	162
● Осина • <i>Aspen</i>	164
● Алыча • <i>Cherry Plum</i>	167
● Каштан конский мясокрасный • <i>Red Chestnut</i>	170
● Орех • <i>Walnut</i>	174
● Падуб • <i>Holly</i>	177
● Бук • <i>Beech</i>	181
● Граб • <i>Hornbeam</i>	185
● Почка каштана конского • <i>Chestnut Bud</i>	188
● Каштан конский обыкновенный • <i>White Chestnut</i>	191
● Жимолость • <i>Honeysuckle</i>	194
● Роза • <i>Wild Rose</i>	198

● Горчица • <i>Mustard</i>	201
● Сосна • <i>Pine</i>	204
● Лиственница • <i>Larch</i>	207
● Вяз • <i>Elm</i>	210
● Птицемлечник • <i>Star of Bethlehem</i>	213
● Яблоня лесная • <i>Crab Apple</i>	217
● Ива • <i>Willow</i>	221
● Каштан съедобный • <i>Sweet Chestnut</i>	225

Семь групп эмоциональных состояний Эдварда Баха

- - для тех, кто страдает от одиночества – турча, недотрога, вереск
- - для тех, кто проявляет недостаточный интерес к событиям настоящего времени – ломонос, олива, роза, горчица, жимолость, каштан конский обыкновенный, почка каштана конского
- - для тех, кто чересчур озабочен благополучием других – вербена, цикорий, родниковая вода, виноград, бук
- - для тех, кто слишком чувствительно реагирует на влияние и идеи других – репешок, золототысячник, падуб, орех
- - для тех, кто страдает от нерешительности – цератостигма, горечавочка, дивала, улекс (или утёсник), костер, граб
- - для тех, кто боится – губастик, солнцезвезд, осина, алыча, каштан конский мясокрасный
- - для тех, кто страдает от подавленности и отчаяния – дуб, птицемлечник, вяз, каштан съедобный, лиственница, яблоня лесная, сосна, ива

Глава 5. Цветочная терапия Баха на практике	229
Как применять цветы Баха?	229
Внутреннее употребление цветов Баха	230
Наружное применение цветов Баха	235
Полезные рекомендации	236
Процесс терапии, или Когда ждать первых изменений?	239
Как долго надо принимать цветы Баха?	244
Почему цветы Баха не действуют?	246
Глава 6. Комбинации цветов Баха	249
Средство-спасатель «Формула Пяти цветов»	249
Другие комбинации цветов Баха	254

Глава 7. Рекомендации для различных жизненных ситуаций и возрастов	255
Когда не удается зачать ребенка...	257
Во время беременности	257
Во время родов	259
В послеродовой период	260
Для грудных детей и детей до трехлетнего возраста	262
Когда в семье появляется второй ребенок...	264
Для детей дошкольного возраста	265
С началом посещения детского сада или школы	265
Для детей школьного возраста	267
Для подростков	268
Если родители разводятся...	268
Для предотвращения нарушений сна	269
В случае различных физических проблем	270
Цветы, наиболее часто необходимые родителям	272
Глава 8. Истории из жизни	273
Поборов тошноту во время беременности, вернула себе и душевный покой	273
Цветы Баха – надежные помощники моей семьи	275
Борьба с двухлетним ребенком, или Приучение к горшку	278
На уход отца из семьи сын реагировал агрессивным поведением...	280
Спокойные родители, счастливые дети и сухие постели	281
Прощай, аллергия!	283
Названия цветов Баха на русском, английском и латинском языке ...	286
Ссылки.	287
Алфавитный указатель	298
Использованная литература	307
Об авторе	309