

LES FLEURS DE BACH, UNE AIDE, UNE PHILOSOPHIE

Le Dr Edward BACH est connu dans le monde pour ce qu'il est convenu d'appeler maintenant les Fleurs de Bach (Bach Flower Remedies). Ces préparations très simples ne datent pas d'aujourd'hui. Bach les a finalisées entre 1930 et 1936. Malgré l'évolution, ou la dégradation pour certains, de notre monde, elles gardent intactes leur originalité et leur capacité à aider l'homme dans sa quête d'équilibre et d'harmonie.

Pour ceux d'entre vous qui ne la connaissent pas, un petit rappel historique donnera les grands axes de cette belle histoire. Edward Bach était un médecin dont l'expérience professionnelle a été dense. Il est né en 1886 au Pays de Galles, diplômé en Médecine et en Chirurgie en 1913 et commence sa carrière à Londres. Avant de découvrir ce qui fait sa renommée, cet homme travaillait en milieu hospitalier, faisait de la recherche et avait encore le temps de consulter les patients dans son cabinet privé. Sa générosité, son écoute de l'autre, son sens de l'observation le rendaient de plus en plus sensible à la détresse humaine. Il a très vite compris que la maladie constitue un signal d'alarme, une façon brutale parfois pour chacun de nous de constater que quelque chose ne va pas dans notre royaume intérieur. En tant que médecin, il était troublé par le fait que les symptômes peuvent parfois être gommés, effacés grâce à des médicaments mais que la question existentielle de la personne reste entière si on se contente de cet effet. Ce qui a pour conséquence le plus souvent de faire passer la personne d'une forme de pathologie à une autre en général plus difficile ou plus globale, comme si notre corps nous disait: "Tu n'as pas compris, la douleur secrète est toujours là, il faut que tu m'entendes, je suis prêt à aller très loin pour que tu changes cet état".

Pour Bach, soigner n'est pas guérir, ce n'en est que le point de départ, guérir équivaut à transformer quelque chose d'important dans notre vie, guérir c'est changer. On peut le constater tous les jours avec des pratiques très simples comme l'alimentation : personne ne doute que passer à une alimentation plus légère et plus équilibrée est source de mieux-être, encore faut-il s'en rendre compte et avoir envie de le faire, et le faire. Il en va de même pour l'exercice physique. Il en va aussi de même pour la façon dont nous regardons le monde qui nous entoure, la façon que nous avons de fonctionner dans ce monde, la façon que nous avons de considérer notre fonctionnement intérieur, intime. Toutes ces petites choses nous ramènent à nos humeurs, à nos pensées et à ces moteurs secrets qui font que nous réagissons de telle ou telle façon devant les événements de notre quotidien. Chacun de nous est unique dans ce registre. Si votre fils a raté son bac, vous allez peut-être vous accuser de ne pas l'avoir assez aidé, une autre personne au contraire déversera toute une série de remarques critiques et "bien senties" au malheureux candidat, quant au dernier il va se faire

un souci d'encre pour l'avenir de son petit. Tout cela n'est pas calculé et correspond à des modes personnels, intimes, spontanément exprimés et vécus le plus souvent de façon automatique. C'est cette réalité qu'Edward Bach a cherché à mettre en lumière en ayant la conviction que c'est en aidant son prochain sur ce plan là qu'il pouvait lui proposer les outils de sa propre guérison par une réelle transformation intérieure.

Edward Bach nous dit quelque chose d'évident: "L'harmonie est source d'équilibre, manifestez votre confiance, votre foi, votre courage intérieur, la paix à laquelle vous avez le droit de prétendre. En renouant ainsi avec votre unité intérieure, vous êtes en dehors de l'emprise de la maladie ou du mal-être».

Les Fleurs de Bach sont donc des préparations simples faites par la rencontre d'une fleur, d'eau de source, de soleil. Chacune de ces préparations permet d'entrer en sympathie avec une forme d'état d'être particulier, Si on accepte un tant soit peu la proposition de renouer avec ce qui est vivant en nous, alors tout est possible, envisageable.

Cette forme de soin "de l'âme" dit-on parfois, très douce, permet à chacun à sa façon, à la vitesse qu'il souhaite adopter, d'aborder des domaines parfois insoupçonnés. Quelle surprise, et quelle joie, pour une personne nerveuse, tendue et impatiente de sentir vivre en elle sa capacité à la patience, à laisser venir les choses, à accepter le rythme différent de ses proches. Quoi de plus étonnant que de passer d'un état de peur profonde, panique, à la sensation d'un calme courage.

Les Fleurs de Bach sont au nombre de 38, chacune correspondant à une forme d'être particulier. La bibliographie sur le sujet commence à être très abondante dans notre pays. C'est sans doute l'occasion de découvrir un moyen de se retrouver dans son intimité et dans sa réalité.

F. Deporte