



Bach-Blüentherapie **Essenzen für die seelische Harmonie**

Die Freunde der Naturheilkunde fanden sich vor kurzem wieder einmal zu einem interessanten „Stammtisch mit Thema“ in der Seniorenbegegnungsstätte in Mutlangen ein. Der Referent des Abends, Roland Keefer aus Spraitbach, war den Zuhörern kein Unbekannter mehr. Bereits im vergangenen Jahr hatte er alle mit seinen spannenden Ausführungen über die Psycho-Physiognomie in den Bann gezogen.

Zunächst ging Roland Keefer auf die Entwicklung der Bachblüentherapie ein. Der Londoner Arzt, Dr. Edward Bach (1886–1936) kam über die Homöopathie und die Phytotherapie zu einer Art „Seelentherapie“. Er ging davon aus, dass ein Problem, das auf der seelischen Ebene nicht ausgeglichen wird, zum körperlichen Problem wird. Es ist also das Bestreben dieser Therapieform einen angegriffenen Seelenzustand wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Deshalb orientiert sich ein Therapeut nicht an körperlichen Symptomen, sondern muss durch ausführliche Gespräche und Nachfragen, zur eigentlichen „Wurzel des Übels“ dringen. Manche Therapeuten setzen dazu auch die Kinesiologie oder die Methode des Pendelns ein.

Bach selbst war ein äußerst sensibler Mensch, der durch Selbstversuche zunächst für zwölf Seelenzustände die regulierenden Blüten fand. Im Laufe seiner Studien kamen noch weitere Blüten dazu und so kann ein Therapeut heute 38 verschiedene Blütenessenzen einsetzen. Die typischen Indikationsbereiche sind: Ängste und Phobien, Unsicherheiten, Schwäche, Interesseselosigkeit, Schul- und Lernprobleme, Isolationsgefühl und Einsamkeit, Abgrenzungsprobleme, Mutlosigkeit und Verzweiflung und zuletzt noch Übertreibungen. Die von Bach gefundenen Blüten sind eine Antwort auf die Ängste seiner Zeit.

Natürlich kennen auch andere Kulturen Blüten zur Behandlung von Seelenzuständen. Die dort verwendeten Essenzen spiegeln auch hier die Lebensängste der jeweiligen Kultur wieder. So haben viele der australischen Substanzen etwas mit „Feuer“ zu tun, einem „brennenden“ Problem des 5. Kontinents. Durch die kalifornischen und australischen Essenzen wurde die Palette auf 250 Essenzen erweitert.

Aus der Fülle der vorgestellten Pflanzen seien hier drei Beispiele genannt, die dem Bereich der Ängste zugeordnet werden. Die Mimose wird eingesetzt, wenn der Patient über eine ganz konkrete, benennbare Angst klagt. Die Zitterpappel dagegen kommt bei unklaren Angstzuständen zum Einsatz. Der Ausdruck „Zittern wie Espenlaub“ ist sicher vielen bekannt. Die Lärche kann den Anstoß zum Ausgleich bringen wenn das Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen am Boden liegen.

In der Regel bekommt der Patient nicht nur die Essenz aus einer Blüte, sondern meist werden Mischungen verabreicht. Diese werden ganz individuell für den Patienten zusammengestellt. Roland Keefer griff zu einem anschaulichen Beispiel: Ist ein Klavier verstimmt, wird eine Saite nach der anderen gestimmt, bis der Klang wieder rein ist. Genauso ist es beim Menschen: Fängt man mit einem Problem an, kommen in der Regel noch viele andere „Saiten“ dazu. Diese gilt es aufzuspielen und wieder in Ordnung zu bringen. Bachblüten liefern dabei die Hilfestellung. „Klavierspielen“ muss anschließend aber jeder selbst!