

Dr. Edward Bach

Bach-Blüten-Therapie (BBT)

Sanfte Therapie mit poetischem Namen

Alternativmedizin wird kontrovers diskutiert. Unstrittig ist, dass trotz Hochleistungsmedizin und High-Tech-Diagnostik die Anzahl seelischer und körperlicher Störungen in der Bevölkerung zunimmt. Der Widerwille gegen rein symptomorientierte Medikamente und deren zahlreiche z.T. katastrophale Nebenwirkungen wächst.

„Es sind daher für den zukünftigen Arzt zwei große Ziele erkennbar: An erster Stelle sollte er den Patienten zur Selbsterkenntnis verhelfen, sie auf mögliche grundlegende Fehler hinweisen, auf Persönlichkeitsschwächen, an denen sie arbeiten sollten, um sie in Stärken zu verwandeln. Die zweite Aufgabe ... wird es sein, solche Heilmittel zu verordnen, welche die Regeneration des physischen Körpers unterstützen, den Geist zur Ruhe kommen lassen und das menschliche Streben nach Vervollkommnung anfachern; Heilmittel also, welche die Gesamtpersönlichkeit harmonisieren.“

Dr. Edward Bach

Was heute mit großem Interesse in der Psycho-Neuro-Immunologie erforscht wird, formulierte Dr. Edward Bach (1886 - 1936) bereits vor über 80 Jahren: Die Wechselbeziehung zwischen Körper, Seele und Geist. Fehlorganisationen bestimmter Funktionsabläufe im Gehirn, ausgelöst durch Negativstimmungen bzw. -schwingungen wie Sorge, Furcht, Schock, Spannung usw. können körperliche und seelische Störungen erzeugen.

Der Mediziner Edward Bach und der Psychoanalytiker C.G. Jung beschrieben zeitgleich und unabhängig voneinander die Archetypen der menschlichen Seele. Bach schuf hieraus eine ganzheitliche Heilmethode. Vergleichbar mit einer Ausleitungstherapie auf körperlicher Ebene lässt sich die Bach-Blüten-Therapie als eine seelische Harmonisierungs- und Klärungstherapie bezeichnen.

Auf der Suche nach Erklärung für die Wirkung feinstofflicher Mittel finden wir Interpretationsmodelle aus Biophysik, Gehirnforschung u.a. Neue Forschungen bestätigen inzwischen älteste Erkenntnisse aus der Volksheilkunde. Wenn z.B. die Indianer sagen, dass man sich, um seelisch gesund zu sein, „als Bestandteil einer Harmonie empfinden muss, die sich auf

alles Lebendige erstreckt“, so entspricht dies in etwa der Definition von der „komplexen Vernetzung aller Lebensvorgänge im Kosmos“.

Fakten wie folgende bestärken Bachs Erkenntnisse: Gestaute Angst oder im Gehirn gespeicherte negative Erfahrung verschlechtert als situationsbezogene negative Erwartungshaltung das Sehvermögen. * Prüfungsstress hinterlässt einen „Fingerabdruck“ im Immunsystem, der etwa einen Monat lang wirkt. * Je einsamer sich ein Mensch fühlt, um so stärker wird das Immunsystem geschwächt. * Ein unter Stress lange erhöhter Cortisolspiegel (Cortisol ist ein Stresshormon) ist Ursache (*nicht* Folge) bestimmter Chronifizierungen. Einige Störungen, bei denen ein erhöhter Cortisolspiegel angenommen wurde, sprechen oft sehr gut auf die Bach-Blüten Bach-Blüten an: Schuppenflechte, Stottern, Magengeschwüre, rezidivierender Herpes, Zahnfleischerkrankungen u.v.a.

Bachs Aussage, dass seine Mittel „die Gefäße aufschließen, die eine ... Einheit zwischen Seele und Körper erlauben“, bedeutet, dass eine energetische Harmonisierung gestörten Informationsflusses über das Limbische System oder im Hypothalamus erfolgt (Teile im menschlichen Gehirn, die eine wichtige Rolle für das Gefühlserleben spielen). Sicher ist, dass eine Beschleunigung der Schwingungsfrequenz von blockierten Anteilen des bioenergetischen Feldes mit einer Veränderung entsprechender energetischer Informationen wirkt. Die „Fingerabdrücke“ im Immunsystem werden auf feineren Energie-Ebenen ausgeschwemmt bzw. in höhere Schwingungen transformiert.

Ein Placebo-Effekt der Bach-Blüten wird u.a. durch die Hochfrequenzfotografie beim Color-Plate-Serum-Medikamententest widerlegt: Während krankes Blutserum nach drei Tagen *keine* Strahlungsphänomene mehr zeigt, sind diese bei mit Bach-Blüten behandelten Seren noch nach fünf Tagen sichtbar! Unter anderem ergab der Test für die Bach-Blüten, dass im akuten seelischen Negativzustand angezeigte Blüten eine sofortige Harmonisierung des Blutserumbildes hervorrufen.

Das Positive stärken, das Negative ignorieren

Bach-Blüten wirken konstruktiv auf geistig-seelische Abläufe, indem sie, einfach ausgedrückt, unsere immensen und allgemein stark unterschätzten Selbstheilungskräfte freisetzen und fördern. Störungen werden homöopathisch transformiert, also von der Wurzel her behandelt. Unmittelbarste Auswirkung ist die schnelle Veränderung des Denkens in eine positive Richtung, Erkenntnis- und Lernschritte sowie Wachsen der Ich-Stärke folgen, so dass mehr Energie zur

Problemlösung verfügbar ist. Neue Impulse zur Veränderung bisheriger Lebensgewohnheiten und zur Einübung positiver Verhaltensmuster werden frei. So sind die Bachschen Mittel auch besonders ideal zum Einsatz in der *Krisenintervention*.

Das Bach-Blüten-System besteht aus 38 Essenzen, die überwiegend aus den Blüten wildwachsender, heilsamer Blumen und Bäume hergestellt werden. (Ausnahme: z.B. *Rock Water*) Die speziellen Heilkräfte der verwendeten Blüten werden als feinstoffliche Information auf die Trägersubstanz Wasser übertragen, das dann in verdünnter Form eingenommen wird.

Jedes der 38 Mittel hat einen genau definierten Wirkungsbereich. Aus den 38 Blüten werden durch Gespräch und Beobachtung oder auch z.B. mit Hilfe eines Tensors die für die jeweilige Situation passenden Konzentrate gewählt. Es gibt Hilfsmittel wie Fragebögen u.dgl.; in erster Linie jedoch sind Einfühlung und Erfahrung gefragt: Wie wirken die Betroffenen jetzt, in diesem Augenblick (aggressiv, interesselos, überheblich, hilflos ...)? Berücksichtigt bei der Mittelfindung werden ferner der Zustand der Persönlichkeitsstruktur und die körperliche und vor allem die seelische Verfassung der Klienten.

Praxis

Achtung: Verwenden Sie nur **Original Bach-Blüten!** Es sind mittlerweile billigere nachgemachte und ähnlich aussehende Produkte auf dem Markt, die bei weitem *nicht* die Wirkung der Originalpräparate haben. Viele Apotheken führen die Original Bach-Blüten gar nicht mehr.

Bach-Blüten sind rezeptfrei erhältlich: Entweder als fertig gemischte Einnahmeflasche (i.d.R. 30 ml) oder als Stockbottle zum Selbermischen. Auf je 10 ml Wasser wird von jedem Mittel 1 Tropfen in die Einnahmeflasche gegeben (Ausnahme: *Rescue* 2 Tr. /10 ml). Zur Konservierung kann bis zu einem Drittel Alkohol oder Obstessig hinzugefügt werden. Grundregel für die Einnahme: Mindestens 4 x 4 Tropfen täglich auf oder unter die Zunge geben.



Chronische Zustände erfordern in der Regel eine mehrmonatige Behandlung, in akuten Fällen genügt eine Einnahme von 4 bis 8 Wochen. Im Notfall ist die Kombination *Rescue* angezeigt, die sofort den Zustand, in dem das psychoenergetische System blockiert oder dekompenziert (z.B. Schock), harmonisiert.

So ist die Bach-Blüten-Therapie eine im besten Sinn hervorragende und besonders positive, menschenwürdige und lebensbejahende Heilweise mit einzigartigen Vorteilen:

- Sie normalisiert, regeneriert, transformiert und beseitigt Blockaden und stärkt die Selbstheilkräfte.
- Sie besteht ausschließlich aus heilsamen Natursubstanzen, hat *keinerlei* schädliche Nebenwirkungen und macht *nicht* süchtig.
- Sie wurde *ohne* Tierversuche entwickelt, ist umweltschonend in der Herstellung, besonders kostengünstig und sparsam in der Anwendung.
- Sie therapiert auch zeitlich rückwirkend, z.B. bei der Heilung von Traumata.

Einsatzmöglichkeiten

1. Hilfe bei seelischen Problemen

Hierfür wird die Bach-Blüten-Therapie am häufigsten eingesetzt. Rechtzeitig angewendet, kann sie viel Unheil verhindern, denn psychische Störungen sind nicht nur quälend für die Betroffenen und deren Umfeld, sondern können auch die Ursache ernster Krankheiten und chronisch werden. In meiner Praxis setze ich die Bach-Blüten bei Interesse gerne gezielt zur Förderung psychotherapeutischer Prozesse ein. Oft verkürzen wir auf diese Weise einen Therapieverlauf deutlich.

2. Begleitende Behandlung

Ursprünglich hat Dr. Bach seine Therapie genau hierfür entwickelt und mit großem Erfolg als Arzt praktiziert. Dabei orientierte er sich allerdings immer am vorherrschenden psychischen Zustand der Patienten. Die Heilungschancen bei akuten und chronischen Krankheiten können, begleitend zur ärztlichen Therapie, durch zusätzliche BBT immens erhöht werden und sind in Krisen oft das bekannte Zünglein an der Waage.

Eine Grippe kann von Depressionen oder Ängsten begleitet oder eine Darmerkrankung die Folge einer schweren, nicht verarbeiteten psychischen Erschütterung sein, oder ein kranker Mensch kann sich in irgendeiner Weise sehr auffallend oder typisch verhalten (z.B. ungeduldig, apathisch, gereizt ...). Dann ist damit zu rechnen, dass die mit dem

psychischen Ausnahmezustand einhergehende körperliche Störung verschwindet, sobald die Psyche harmonisiert ist. Besonders deutlich lässt sich dies bei kleinen Kindern beobachten: Sie entwickeln oft körperliche Krankheiten, wenn sie sich ungeliebt fühlen, Angst haben oder Störungen ihrer Eltern symptomatisch ausleben. Heilung ist dann möglich, wenn die seelische Harmonie wiederhergestellt ist. Auch im Krebsgeschehen und anderen Chronifizierungen spielen psychische Konflikte bzw. Traumata eine entscheidende Rolle, und ihre Auflösung ist die Voraussetzung für eine Heilung.

3. Entwicklung der Persönlichkeit

Dieser Einsatzbereich, der sich übrigens auch sehr gut für eine Selbstbehandlung eignet, ist besonders wichtig, weil die Charakter- und Persönlichkeitsprobleme eines Menschen gleichzeitig seine psychischen Schwachpunkte sind und sich auch körperlich manifestieren können. Indem man mit Hilfe der BBT den Charakter saniert und / oder die Persönlichkeit harmonisiert, beugt man zugleich Störungen vor.

Beispiel: Ein übertriebenes Liebesbedürfnis, eine starke Ängstlichkeit, eine extreme Freiheitsliebe oder eine zwanghafte Moral usw. lassen sich bei geduldiger Behandlung auf ein harmonisches und für die Beteiligten erträgliches Maß reduzieren. Dabei wird nicht nur der ganze Mensch innerlich harmonischer, sondern kann auch sein äußeres Leben besser gestalten.

4. Lösung spezieller Probleme / Verwirklichung eines therapeutischen Zieles

Hier werden jene problematischen und störenden Charaktereigenschaften behandelt, die Probleme erzeugen oder die es unmöglich machen, ein gewünschtes Ziel zu erreichen. Man steht sich selbst im Weg, und es mangelt an Einsicht und Lernschritten. Es gibt *keine* andere bekannte Therapie, die hier eine positive Entwicklung in solch direkter, klarer und risikofreier Weise möglich macht.

Dr. Edward Bach entwickelt die Blütentherapie



24.9.1886

Geburt in Moseley bei Birmingham als ältestes von drei Kindern. Die Familie Bach (*übers.* „Klein“) ist walisischen Ursprungs und betreibt eine Messinggießerei. Früh hervortretende Eigenschaften bei Edward: Starker Wissensdrang und tiefes Mitgefühl für andere Wesen.

1903 – 1906

Lehrling in der väterlichen Messinggießerei. Die Beobachtung der körperlichen Krankheiten und der damit verbundenen seelischen Konflikte unter den Arbeitern (die sich keine ärztliche Betreuung leisten können) sowie der Wunsch, ihnen zu helfen, sich selbst zu helfen („Heal Thyself“), werden Auslöser für Bachs gesamtes späteres Schaffen. Nach längerem Schwanken zwischen dem Berufsziel Theologe oder Arzt entscheidet er sich für das Medizinstudium.

1906 – 1913

Studium in Birmingham und London. Approbation und Tätigkeit als Leiter der Unfallstation am University College Hospital. Assistent an der bakteriologischen und immunologischen Abteilung. Hier erkennt er Zusammenhänge zwischen spezifischen Bakterienstämmen im menschlichen Darm und chronischen Krankheitsverläufen. Aufbereitung verschiedener Bakterienstämme als Impfstoffe (Vakzine), die er zunächst regelmäßig verabfolgt, später nur noch, wenn die Wirkung der ersten Gabe nachlässt.

1917

Körperlicher Zusammenbruch. Operation eines bösartigen Milztumors mit der Prognose einer maximal dreimonatigen Überlebenschance. Jedoch völlige Überwindung dieser Krise innerhalb von drei Monaten durch den unbedingten Wunsch, seine Forschungsvorhaben zu Ende zu führen.

1918 – 1922

Anstellung im London Homoeopathic Hospital. Bach macht Bekanntschaft mit dem *Organon* von Samuel Hahnemann und vermutet, daß die von ihm definierte Darm-Toxämie mit dem Hahnemannschen *Psora*-Begriff identisch ist. Fortan Aufbereitung seiner Vakzine als

homöopathische *Nosoden*, die er je nach ihrer fermentierenden Wirkung auf Zucker in sieben Hauptgruppen einteilt: Proteus, Dysenterie, Morgan, Faecalis alcaligenes, Coli mutabile, Gaertner, Nr. 7 – die später nach ihm benannten Bach-Nosoden. Erfolgreiche Behandlung hunderter Patienten.

Wegen Bachs Verdienste um die Homöopathie wurden die Bach-Blüten-Konzentrate in den USA in die homöopathische Pharmakopoe aufgenommen.

Bach erarbeitet die sogenannten *Gemütssymptome* der Patienten und kann schließlich jeder Bakteriengruppe (Nosode) eine bestimmte seelische Persönlichkeitshaltung zuordnen. Seine neue Zielsetzung ist, statt aufwendiger bakterieller Untersuchungen die Diagnose nur noch anhand der Gemütssymptome zu stellen.

1920 – 1928

Eröffnung eines Labors am Crescent Park und einer Praxis in der Harley-Street sowie eines Beratungsraumes für Mittellose am Nottingham Place. In Zusammenarbeit mit den Homöopathen F.C. Wheeler, Dishington, Patterson und Clarke diverse Veröffentlichungen wie „*Die Beziehung der Impftherapie zur Homöopathie*“; „*Darm-Toxämie und ihre Beziehung zum Krebsgeschehen*“, „*Die Wiederentdeckung der Psora*“ sowie Beteiligung an homöopathischen Kongressen.

Die Erkenntnis, dass die sieben Nosoden nur die unter dem Begriff *Psora* zusammengefaßten Erscheinungen, nicht aber andere chronische Krankheiten heilen können, führt zu dem Wunsch, mehr und vor allem reinere Heilmittel zu finden. Bach vermutet, dass viele chronisch Kranke unbewusst eine Abneigung gegenüber Arzneien empfinden, die aus von der Krankheit selbst erzeugten Substanzen gewonnen werden. Er sucht und findet verschiedene Pflanzen mit ähnlicher Schwingungsfrequenz wie die Nosoden (z.B. *Ornithogalum* und *Morgan*), scheitert aber zunächst an der Frage der Polarität. Die homöopathisch aufbereitete Pflanze hat eine positive Polarität, die aus dem Darm gewonnenen wirksamen Nosoden eine negative.

Geistiges Postulat eines neuen Potenzierungsverfahrens, welches die Polarität ausschließt.

ab 1928

Verstärkte Beobachtung der psychischen Komponente beim Krankheitsgeschehen führt zu intuitiver Erkenntnis bestimmter seelischer Persönlichkeitstypen und Reaktionsweisen der menschlichen Natur. Bach nimmt an, dass Menschen je nach Zugehörigkeit zu einer dieser seelischen Persönlichkeitstypen auch auf Krankheitserscheinungen jeder Art in immer gleicher

oder sehr ähnlicher Weise reagieren. Erste Erprobung der Pflanzen *Impatiens*, *Mimulus* und *Clematis* in homöopathischer Form. Veröffentlichung von „*Some New Remedies and Their Uses*“ („Einige neue Mittel und ihr Gebrauch“).

ab 1930

Auf dem Höhepunkt seiner medizinischen Karriere, 42 Jahre alt, beschließt Dr. Bach spontan, die gut gehende Londoner Praxis und sein Labor zu verkaufen*, um sich in der unberührten Landschaft von Wales ganz dem Studium der verschiedenen menschlichen Persönlichkeitstypen und der Suche nach den spezifischen heilenden Pflanzen zu widmen. Er verbrennt in einem „Freudenfeuer“ sämtliche Vorgänge, Aufsätze und Utensilien seiner bisherigen Tätigkeit, denn er betrachtet diese nur noch als Vorstufe seiner neu zu definierenden Heilmethode.

* Als die Einnahmen aus diesem Verkauf verbraucht waren, lebte Bach bis zuletzt in bescheidenen wirtschaftlichen Verhältnissen, nur durch die Zuwendungen von Freunden und Spenden dankbarer geheilter Patienten unterstützt.

Zusammen mit seiner Assistentin Nora Weeks erfolgen Entdeckung und Zubereitung der ersten neun der sogenannten Zwölf Heiler: *Impatiens*, *Mimulus*, *Clematis*, *Agrimony*, *Chicory*, *Vervain*, *Centaury*, *Cerato* und *Scleranthus* in der Umgebung von Cromer, Norfolk.

Entdeckung des postulierten neuen Herstellungsverfahrens, der *Sonnenmethode*, in welcher das Problem der Polarität gelöst ist. Erste Formulierung seiner Erkenntnisse und Philosophie von Gesundheit, Krankheit und Heilung in der Schrift „*Heal Thyself – Heile dich selbst*“, seinem späteren Hauptwerk. Er schreibt es bewußt in einfacher, auch Laien verständlicher Sprache.

Ehemalige Kollegen wie Wheeler und Clarke erproben seine neuen Blütenmittel in ihren Praxen und ermutigen ihn, mit seiner Arbeit fortzufahren. Bach selbst behandelt in den Wintermonaten Patienten kostenlos.

Ab 1931

Entdeckung der letzten drei Mittel aus der Serie der Zwölf Heiler: *Water Violet*, *Gentian* und *Rock Rose*.

1932

Veröffentlichung der Schrift „*Free Thyself – Befreie dich selbst*“, die er nach einer Auflage nicht wieder erscheinen lässt, sondern als Vorarbeit zu weiteren Ausgaben von „*Heal Thyself*“ betrachtet.

Schriftwechsel mit der Ärztekammer, die schließlich droht, ihn aus dem Ärztereister zu streichen, falls er weiterhin medizinische Laien als Mitarbeiter beschäftigt und seine Erkenntnisse auch in Laienkreisen verbreitet. Bach folgt seiner Berufung und macht weiter.

1933

Zunehmende Entwicklung der Sensitivität. Entdeckung und Zubereitung weiterer vier Blüten, den sogenannten Vier Helfern: *Gorse, Oak, Heather* und *Rock Water*.

Dr. Bach stellt zwei großen Londoner Apotheken kostenlos die Muttertinkturen zur Verfügung mit der Maßgabe, die Mittel so preiswert wie möglich an die Öffentlichkeit abzugeben.

1934 – 1935

Bach entdeckt die letzten drei seiner ersten Heilmittelerie: *Wild Oat, Olive* und *Vine*.

Konzipierung seines Erste-Hilfe-Mittels Rescue.

In der vorläufigen Annahme, dass sein Heilungssystem damit abgeschlossen sei, lässt er sich in Sotwell, einem kleinen Ort im Themse-Tal, nieder, wo auch die meisten der von ihm bisher gefundenen Pflanzen wachsen.

Hier tritt Bachs persönliche Entwicklung in ein neues Stadium extremer Sensitivität. Nachdem er zur Blütenfindung immer bewusst selbst durch die negativen seelischen Blockierungen gegangen ist, erfährt er nun hintereinander weitere negative seelische Gemütszustände. In dem jeweiligen Zustand findet er auch jetzt die entsprechende Pflanze – quasi im umgekehrten homöopathischen Arzneimittelversuch. Nach Aufbereitung und Einnahme der Essenz sind die krankhaften seelischen Symptome innerhalb weniger Stunden verschwunden.

So findet er in rascher Folge mit Unterstützung seiner Mitarbeiterin Weeks weitere neunzehn Mittel, die er bis auf *White Chestnut* nach der von ihm jetzt entdeckten *Kochmethode* aufbereitet.

1936

Nach Abschluss dieser Serie weiß Bach, dass damit sein System vollständig und sein Werk vollendet ist. Er beschließt, seine Therapie und Erkenntnisse durch Vortragsreisen einer noch breiteren Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Am Abend seines 50. Geburtstages hält er den ersten öffentlichen Vortrag in Wallingford.

27.11.1936

Edward Bach segnet das Zeitliche. Seine von ihm als Nachfolger eingesetzten Mitarbeiter Nora Weeks und Victor Bullen führen sein Werk bis 1978 fort und bestimmen ihrerseits die noch heute im Bach Centre tätigen Verwalter und Custoden des Werkes.