



autourdemoi
phyto-santé



Notre consultant



Jacques David

Fleurs de Bach, le choix des vibrations

Porteuses de vibrations qu'on ne peut ni toucher, ni voir mais ressentir, les Fleurs de Bach sont une promesse douce de rééquilibrage émotionnel et donc de santé. À condition de bien les choisir. Or, toutes les marques se réclament du Dr Bach... Explications.

Patricia Riveccio

curative. Afin de stabiliser et de conserver le remède, on y a jouté de l'alcool, du brandy. On peut ensuite diluer cette « essence mère » à nouveau dans de l'alcool.

Bien choisir sa fleur

Chaque fleur a pour mission de détourner le sentiment négatif ressenti en sentiment positif. Étant donné que les Fleurs de Bach doivent agir avant tout sur le moral, il est impératif de découvrir la cause profonde de son problème : qu'y a-t-il derrière une peur, une incertitude, une

Parce qu'il considérait la maladie comme une conséquence d'une disharmonie entre le corps et l'esprit, le médecin anglais Edward Bach (1886-1936), homéopathe, adepte de la théorie « un esprit sain dans un corps sain », a élaboré dans sa maison de Mount Vernon, des préparations à base de plantes et de fleurs. Il met au point, en 1930, 38 élixirs qui ciblent des états émotionnels différents. Selon le Dr Bach, il suffisait de cueillir les plantes au moment de leur floraison maximale, de les laisser macérer dans de l'eau de source exposée au soleil. C'est à ce moment là que les fleurs transmettent à l'eau leurs vibrations sous forme d'énergie

solitude, un découragement, un désespoir, un manque de confiance, un manque d'intérêt pour le présent, une nostalgie... Soit on tente de prendre du recul par rapport à soi-même, ce qui n'est pas toujours facile, soit on s'adresse à un praticien spécialisé en élixirs qui proposera, au cours d'un entretien, une ou plusieurs fleurs adaptées à la personnalité de son patient. La posologie est facile : pour un traitement de fond, en cas de problème de sommeil ou de manque d'énergie par exemple, diluez 4 gouttes d'élixir dans un verre d'eau si le goût vous dérange, ou une toute autre boisson, 3 fois par jour pendant 3 semaines. Ou déposez les gouttes sous la langue en laissant agir quelques secondes avant d'avaler.

Une filiation difficile

Les recettes originales du Dr Bach ne sont pas protégées par un brevet, seule la signature manuscrite du Dr Bach l'est et est détenue par « *Les Fleurs de Bach' Original* » ou Bach Flower Remedies, issue du Centre Bach de Mount Vernon. C'est la raison pour laquelle plusieurs laboratoires proposent des élixirs estampillés « *méthode originale de Dr Bach* ». Pour avoir droit à cette filiation, il faut remplir des conditions précises : une fabrication artisanale par infusion aqueuse de fleurs sauvages fraîches, une dilution dans du cognac bio à 40 % du volume, une dilution au 1/240e bien que la société anglaise dilue au 1/500°. Cette dilution est, en réalité peu précise dans la mesure où, comme le précise Jacques David, florathérapeute et président de l'association « *Les Amis du Dr Bach* », « *le Dr Bach faisait une dilution qu'il exprimait en nombre de gouttes... Il avait indiqué comme mode préparatoire : "deux gouttes dans un flacon de 30 ml", sans ajouter de commentaire. Alors, quel compte-gouttes ? S'agit-il d'un compte-gouttes pharmaceutique calibré ?* » Aujourd'hui, viennent s'ajouter aux flacons traditionnels, des crèmes, des bonbons, des Fleurs de Bach du Bush qui répondent peut-être plus à des situations contemporaines... « *Si les Fleurs de Bach sont à l'origine de "réharmonisations" spectaculaires et nombreuses, elles ne répondent cependant pas à tous les cas. Le Dr Bach ne connaissait pas Tchernobyl, l'amiante, les pesticides...* », précise Jacques David.

Bien choisir sa marque

En dehors des Fleurs de Bach « *Authentiques* » fabriquées aujourd'hui par le Laboratoire Nelsons devenu propriétaire de la marque anglaise en 1993 qui est distribuée officiellement par le laboratoire Famadem, toutes ces marques françaises revendiquent la méthode initiale mise au point par le Dr Bach.



- **Biofloral** : l'élixir de départ est redynamisé avant la mise en flacon. Avantages certains des produits de la société qui vit au cœur de l'Auvergne : ils sont certifiés bio et biodynamiques (AB et Demeter) et comprennent une gamme de Fleurs de Bach en granules, sans alcool, pour les enfants.



- **Deva Les Émotions** : le laboratoire Deva, situé dans le parc naturel du Vercors, prépare des élixirs mères et floraux depuis 1986 et fabrique les trente-huit élixirs floraux de Bach selon la méthode originelle du docteur, avec une sélection rigoureuse de plantes et de fleurs récoltées sur les sites de cueillette labellisés AB. Son département Recherche, qui s'appuie sur les travaux d'universitaires, de médecins et thérapeutes spécialistes des émotions et de leurs implications, a donné naissance en plus à une gamme de 12 synergies d'huiles essentielles (Élixirs Essentiels), à utiliser en olfaction pour agir en complémentarité avec les élixirs floraux. La marque propose aussi 15 « *composés floraux* » et 96 « *élixirs* » Deva.

- **Élixirs and Co.** : formé en Angleterre, Gérard Wolf a fondé en 1993 sa société. Les essences de fleurs sont élaborées à partir de fleurs sauvages dont les sites de cueillette sont contrôlés par Ecocert. Le brandy à 40°, des essences-mères est bio et la dilution respecte celle de Bach. Cette marque propose des parfums d'ambiance aux huiles essentielles et aux fleurs de Bach, des parfums et produits dérivés incorporant des fleurs de Bach, et une gamme de soins visage et corps anti-stress aux fleurs de Bach, le tout dûment certifié bio.



- **Gaijalab** : cette toute jeune marque créée par Jacques David, président de l'association « *Les Amis du Dr Bach* » elle-même créée en 1977, voit une sélection de huit élixirs : ceux qui reviennent systématiquement, soit en traitement de fond, soit en traitement auxiliaire mais récurrent. Une pharmacie de base certifiée Ecocert et Nature et Progrès pour ceux qui souhaitent aller à l'essentiel. ■



Parmi les 38 essences florales de Bach, le chèvrefeuille associé aux sentiments de nostalgie, mal du pays, les regrets...

Infos pratiques

- ▶ Original Bach Flowers, en pharmacie, magasins diététiques, info. : www.bachflower.com
- ▶ Biofloral, en magasins bio, info. : www.biofloral.fr
- ▶ Elixirs and Co, info. et points de vente : www.lesfleursdebach.com
- ▶ Deva, info. www.deva-lesemotions.com et 04 76 95 35 87.
- ▶ Gaijalab, info. : 03 28 43 60 77 et info@gaijalab.fr