

Les Fleurs de Bach : thérapie à part entière ou secondaire ?

Bien souvent quand je présente ma spécialité à d'autres thérapeutes, ils me font part de leur étonnement que les fleurs de Bach puissent être une thérapie à part entière. C'est vrai que beaucoup les utilisent en complément de leur spécialité principale.

Seulement, le conseiller aura une approche différente car il ne les utilise pas « en complément » mais comme une méthode à part entière. C'est ce qui fait sa spécificité. Il offre un espace d'écoute où il est permis d'exprimer ses émotions, de mettre des mots sur ce qu'on ressent, sur ce qui fait mal et qui empêche de voir la lumière.

Il n'est pas fréquent dans notre monde occidental de pouvoir, pendant une heure, être écouté, dire ce qu'on a sur le cœur, poser les masques et laisser sortir ses pensées toxiques, ses émotions nocives et perturbées. Le conseiller est là pour recevoir sans jugement, sans minimiser la souffrance, sans non plus interférer ou interpréter avec sa propre expérience. Il accueille avec empathie et conseille les fleurs à partir de ce que lui a confié son client.

La différence est du même ordre qu'entre un médecin qui utilise parfois des médicaments homéopathiques (pour des choses pas graves, comme il vous le dira certainement) et un véritable médecin homéopathe qui a suivi une formation complète de cette spécialité médicale.

Il n'est pas question, dans notre approche de conseiller fleurs de Bach, de recettes toutes faites :  
Ah oui, vous vivez un deuil ? Vous devez avoir du chagrin alors prenez STAR OF BETHLEEM !  
Non : ce n'est pas systématique (c'est comme les...antibiotiques !!! ☺).

Peut-être que la personne aura besoin de cette fleur mais dans cette manière de procéder : où est l'écoute ? où est le respect de pouvoir exprimer autre chose, de ressentir autre chose : nous ne sommes pas des clones ! Cette personne aurait peut-être eu besoin d'un temps, d'un espace pour exprimer sa douleur et où l'autre (le thérapeute) l'écoute, la reçoit et l'accompagne pour lui permettre de suivre sa route ou de reprendre son chemin...

C'est un métier et cela s'apprend ! Il ne s'agit pas de techniques, de connaissances extraordinaires, de langage obscur, de main mise, de prescriptions ; non, il s'agit d'écoute, d'accueil, d'accompagnement, de partage, sans attente... Rien d'extraordinaire, en somme ! Lors d'un entretien avec un conseiller Fleurs de Bach, nous ne sommes ni dans l'analyse, ni dans la recherche du pourquoi, mais dans les émotions présentes ici et maintenant.

C'est bien cela qui fait la différence entre un conseil en Fleurs de Bach et une prescription complémentaire. Le client repart avec une connaissance de lui un peu différente : il a appris à mieux se connaître, il a pris conscience de ses réactions, de ses pensées, de ses émotions, il a dédramatisé et surtout, il a été accueilli dans son intégralité, dans ce qui fait qu'il est un être à part entière.

Et il repart avec un flacon d'élixirs (de 1 à 7 maximum). Pour chacune des fleurs utilisées, il a reçu un minimum d'informations qui lui permet de comprendre pourquoi il en a besoin en ce moment et surtout de les accepter.

J'ai parfois des personnes qui m'appelle pour me demander pourquoi leur thérapeute leur a conseillé de prendre telle ou telle fleur. Je ne peux pas répondre à ce type de question. Mais cela montre bien qu'une partie importante de notre travail de conseiller est d'expliquer et d'apporter les informations nécessaires au cheminement du client.

Donc, oui, le métier de conseiller en fleurs de Bach est une véritable spécialité et oui les fleurs de Bach ne doivent pas être minimisée dans leur action car c'est un moyen sûr et efficace de soulager la souffrance, au sens large.

Si vous voulez en savoir plus, faites l'expérience de consulter un conseiller fleurs de Bach : il y en a certainement un près de chez vous !

Un conseiller ne pourra pas vous donner un avis médical ! Consultez votre médecin si votre état de santé le nécessite.