

Selbstorganisierende, Bach-Blüten unterstützte Hypnotherapie

Die Bach-Blüten

In den 30er Jahren des vorigen Jahrhunderts entwickelte der englische Arzt Edward Bach ein alternativmedizinisches Verfahren um „disharmonische Seelenzustände der menschlichen Natur“ und die resultierende Erkrankung zu harmonisieren und damit zu heilen.



Die Störung des Gleichgewichts durch einen Konflikt zwischen Seele und Persönlichkeit (Gefühl und Verstand) war seiner Meinung

nach die Ursache für alle körperlichen Erkrankungen. Die Behandlung dieser Störungen könne, durch bestimmte Pflanzenteile, meist Blüten gelingen, deren positive Schwingungen auf ein Heilwasser übertragen werden. Es gibt 38 Essenzen, welche unterschiedlichen Gemütszuständen zugeordnet sind und durch einen gut verständlichen Leitsatz wie Bsp.: „Schuldgefühle machen krank“ für die Bachblüte 24, die Pinie, charakterisiert werden. Darüber hinaus gibt es ein Essenzengemisch, bekannt als „Rescue-Tropfen“.

Das postulierte Wirkprinzip der Bach-Blüten

Unzählige Menschen schwören auf die Wirkung von Bach-Blüten. Es wird berichtet, dass die Essenzen auch dann wirken, wenn sie zum Beispiel Kindern unbemerkt verabreicht werden. Selbst bei Tieren oder Pflanzen nehmen viele Menschen eine positive Wirkung wahr.

Wie kann das funktionieren?

Eine plausible wissenschaftliche Erklärung für ein stoffliches Wirkprinzip gibt es nicht. Weder bei den Bach-Blüten Essenzen, noch bei den homöopathischen Arzneien lassen sich, zu mindestens in den hohen Potenzen, Moleküle der ursprünglichen Substanz nachweisen. Dennoch hat sich gerade die Homöopathie zu einem anerkannten Heilverfahren entwickelt. Wissenschaftlich plausible Erklärungen für die Wirksamkeit dieser Arzneien gibt es kaum. Die Bach-Blütenherstellung unterscheidet sich dabei deutlich von der Herstellung homöopathischer Heilmittel. Es wird aber ein ähnliches „energetisches Wirkprinzip“ angenommen. Die Kraft der Heilpflanze soll durch dynamische Prozesse auf die Substanz übergehen. Die Erklärung für die berichteten Wirkungen könnte lauten: „Es gibt einfach Dinge die wir noch nicht hinreichend erklären

können.“ Wissenschaftlich lässt sich eine Erklärung eher durch psychologische Vorgänge herleiten, doch auch hier bleiben viele Fragen offen. Die ursprüngliche Bach-Blüthenherapie begründet sich auf ein medizinisch-psychologisches Dogma: „Die untrennbare Einheit von Psyche, bestehend aus bewussten (Persönlichkeit) und unbewussten (Seele) Anteilen sowie den Körper, in dem das psychische Ich zuhause ist. Stehen die psychischen Anteile miteinander im Konflikt, kommt es zu Krankheitssymptomen und einer Beeinträchtigung der körperlichen Funktionen. Das ist u.a. die Grundlage der psychosomatisch orientierten Medizin, der Psychoanalyse, der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie oder der Autosystemhypnose® nach Götz Renartz.



Heilung ist immer Selbstheilung, nie eine Fremdheilung. Diese Erkenntnis ist für viele Heiler oder Ärzte nahezu unakzeptabel, denn die Erfolge werden gerne gefeiert. Es liegt in der Natur der Menschen, dass sie gerne helfen und Ratschläge erteilen. Es bleibt aber stets der Erkrankte selbst, der die Voraussetzungen für die Heilung schaffen muss. Er aktiviert und optimiert seine eigenen Stoffwechselforgänge. Er verändert seine geistige Haltung und motiviert sich für positive Veränderung im Sinne der Heilung. Alle Heilverfahren, seien es Psychotherapie, Chirurgie oder Medikamente, welcher Art auch immer, haben die Aufgabe die Heilprozesse zu unterstützen, indem sie:

1. Die Bedrohung beenden (z.B. Operation/Familientherapie)
2. Angreifer schwächen (z.B. Antibiotika/Zytostatika)
3. Den Körper oder Geist stärken (z.B. Ernährung/Infusionen/Homöopathie)
4. Entwicklungen durch Lernen in Gang setzen (Psychotherapie/Desensibilisierung)
5. Neurotische Konflikte lösen, durch innere Auseinandersetzung mit Emotionen und Einleiten von persönlichen oder sozialen Veränderungen (z.B. Psychotherapie)
6. Die Wahrnehmung oder Bewertung von Symptomen verändern oder abschwächen (z.B. Psychopharmaka/Schmerzmittel/Hypnose)

Neurobiologie-Psychoimmunologie-Tiefenpsychologie

Die Wirkung der Bachblüten könnte mit den modernen Wissenschaften der Neurobiologie, Psychoimmunologie und Tiefenpsychologie folgendermaßen erklärt werden:



„Ein Patient, der sich für die Lösung seines Problems entschieden hat, führt sich durch selbstorganisierende Mechanismen, zur Heilung“.

Im Idealfall erkennt er im Laufe seiner Therapie die krankmachenden Konflikte oder Lebensgewohnheiten und führt gesunde Veränderungen herbei. Vertraut er jedoch allein auf die symptomatische Wirkung der Arznei, so wird er ebenfalls in mehr als 30% Erfolg haben, da die meisten symptomatischen Erkrankungen durch die unbewusst ablaufenden Steuerungen unseres Körper- und Psycho-Systems zur Selbstheilung tendieren. Darüber hinaus ist wissenschaftlich bewiesen, dass nahezu jede Therapie einen autosuggestiven Effekt hat, der oft verächtlich als „Placebo-Effekt“ bezeichnet wird. Erst in der neueren Zeit beginnt sich die Wissenschaft für diese autosuggestiven Effekte zu interessieren. In der Hypnosetherapie werden diese Effekte dagegen schon lange sehr erfolgreich eingesetzt.

Die Wirkung der Bachblütentherapie kann potenziert werden

Die gängigen Anleitungen für eine Bachblütentherapie lauten: „Jeder kann sie auch ohne Arzt oder Heilpraktiker durchführen und jeder darf nehmen, was er will“.

Es werden drei Verfahren zur Findung der richtigen Essenz vorgeschlagen:

1. Man liest sich die Leitsätze und Untersätze der jeweiligen Essenz durch und nimmt die, von der man glaubt, dass sie am besten passt. Wenn sie nicht wirkt, nimmt man eine andere.
2. Die Essenz findet den Patienten. Durch Auspendeln oder Anschauen der verschiedenen Essenzen spürt man einen Energiefluss und weiß, welche Essenz die Richtige ist.
3. Man lässt sich von einem erfahrenen Therapeuten beraten, dieser eruiert in einem Gespräch die körperliche und seelische Verfassung und wählt dann das Mittel, ähnlich der Repertorisation in der Homöopathie, mit den besten Aussichten auf Erfolg.

Der ursprünglichen Bach-Blütentherapie liegt eine psychosomatische Orientierung zugrunde. Psychische oder somatische Heilung mit nachhaltiger Wirkung kann nur eintreten, wenn anhand der Symptome eine Beschäftigung mit den krank machenden Problemen oder Konflikten resultiert. Diese Konfliktbewältigung funktioniert besser, wenn eine empathischer und zielgerichtete Kommunikation zwischen Patient und Therapeut stattfindet.





Mit Hilfe der selbstorganisatorischen Hypnotherapie lässt sich eine sehr empathische und zielgerichtete Kommunikation realisieren. Dabei gelingt der Zugang zum Unbewussten des Patienten. In einem leichten, selbstinduzierten Trancezustand, wird das unbewusste Wissen genutzt und die Substanzen anhand ihrer Leitsätze und Stoffeigenschaften getestet und mit dem seelischen Zustand des Patienten abgeglichen. Die Funktionen der Krankheits-Symptome werden überprüft. Dabei entsteht innere Klarheit über die Grundlagen der Störungen sowie die passenden Lösungen und der anzuwendeten Heilmittel. Die Wirkung der Therapie erhält eine eigene Dynamik.

Dieses Verfahren kann auch als selbstorganisierende, Bach-Blüten unterstützte Hypnotherapie bezeichnet werden. Es ist einmalig auf der Welt und kann nur von speziell ausgebildeten Ärzten angeboten werden.

Für wen ist der Einsatz der „Bach-Blüten-Hypnose“ sinnvoll?

Nicht jeder möchte bei einer Störung gleich einen Psychotherapeuten oder Hypnospezialisten aufsuchen. Viele Patienten vertrauen ihren Ärzten, deren Verordnungen oder den selbst gewählten Medikamenten oder Heilmitteln, so auch den Bach-Blüten. Der Erfolg dieser Strategien berechtigt deren Anwendung. Eine Kopfschmerztablette kann in vielen Situationen sehr hilfreich sein. Die Homöopathie hat ihre Berechtigung und ein ausgedehnter Waldspaziergang hat auch schon viele geheilt.

Nach dem Psychiater Paul Watzlawick neigen die meisten Menschen aber selbst bei Misserfolg dazu, die gleichen Fehler zu wiederholen, oder die gleiche erfolglose Lösungsstrategie noch einmal und im verstärkten Maße anzuwenden. Er nennt es „Mehr vom Selben“. Das Symptom wird sich dann aber zusehends verstärken. Wenn eine Therapie erfolglos ist, egal ob es sich um eine schulmedizinische oder alternativmedizinische handelt, sollte man bereit sein die Strategie zu ändern und nach einer effektiven Methode zu suchen, welche die eigentliche innere Heilung zulässt.

Die neue Therapieform der selbstorganisierenden, Bach-Blüten unterstützten Hypnotherapie ist für

- Menschen, die gute Erfahrungen mit alternativmedizinischen Methoden gemacht haben oder sich in diesem Lebenskonzept wohlfühlen, ohne aber auf wissenschaftlich-psychologisch fundierte Erkenntnisse verzichten zu wollen.
- Menschen deren Bach-Blüten Selbsttherapie an Grenzen gestoßen ist.
- Menschen die eine vollständige Heilung ohne Symptomverschiebung anstreben, ohne den Einsatz von Medikamenten oder Psychotherapie.
- Menschen, die keine klassische Hypnosetherapie möchten.

