

*Philippe BABIELLE*

## **RSP & ELIXIRS FLORAUX**

### **Les thérapies holistiques**

Comme la plupart des praticiens en Restauration Somato-Psychique, j'ai depuis des années fait évoluer ma pratique vers un objectif précis :

*créer avec mes patients un projet thérapeutique capable d'amener la guérison  
ou comme le précise justement la RSP, leur donner les outils de leur auto-guérison.*

Au cours de mon parcours de thérapeute j'ai découvert les élixirs floraux dont le mode d'action m'a interpellé car, de la même façon que l'homéopathie, il s'agit d'une approche de terrain holistique et énergétique où la composante émotionnelle est déterminante puisque, comme le définit Bach, ses élixirs « soignent les humeurs».

### **Les élixirs floraux**

Créés par le Dr. Edward Bach en Angleterre dans les années 30, les fleurs de Bach se composent de 38 essences à base de plantes et de fleurs sauvages qui, chacune d'elles, visent une émotion spécifique et aident à mieux gérer les exigences émotionnelles de la vie quotidienne. Bach identifia 38 états émotionnels négatifs qu'il classa en 7 groupes :

- les peurs,
- les incertitudes,
- le désintérêt du monde environnant,
- la solitude,
- l'hypersensibilité face aux autres,
- le découragement, abattement, désespoir,
- L'emprise sur les autres.

Le principal intérêt de l'utilisation des FB réside dans le fait que leur efficacité dépend de la précision avec laquelle on identifie les émotions.

### **Des coïncidences**

La Restauration Somato Psychique coïncide avec l'utilisation des Fleurs de Bach. C'est pour moi une évidence dès le début de mon apprentissage de la RSP. J'ai donc travaillé sur les possibilités de créer des liens entre ces deux approches thérapeutiques pour qu'elles s'enrichissent l'une de l'autre.

Naturellement deux axes de réflexions se sont présentés :

- Utiliser la RSP pour identifier et prescrire l'élixir approprié.

## **sensoriel**

– utiliser les élixirs dans les protocoles RSP pour aider à déclencher des processus de cicatrisation psychique intermédiaires entre les synthèses.

La première approche est facile à mettre en œuvre et les résultats sont satisfaisants et la deuxième réflexion permet d'aller plus loin dans la quête de l'identité émotionnelle du patient, mais s'avère plus compliquée à utiliser. Elle répond mieux cependant à mes convictions thérapeutiques.

### **Critères**

Cette étude doit donner au thérapeute des outils pour consolider les vecteurs d'auto guérison sans occulter la nécessité, pour le patient, d'un travail conscient de compréhension de son histoire.

Je me suis donné comme critère que l'utilisation des FB ne sera efficace que si l'on sait que l'on ne combat pas une émotion (colère, peur, tristesse, jalousie, impatience...), mais que, comme en RSP, on apprend à la reconnaître, à l'accepter, et à identifier les situations récurrentes qui la provoquent, plus particulièrement celle qui, à l'origine, a servi de déclencheur. Et enfin ce qu'elle nous apprend de nous-même. Chacun s'autorise ainsi au ressenti de cette émotion qui devient l'expression de notre personnalité, de notre vécu et de notre interactivité avec notre environnement.

Les FB sont le complément judicieux du travail de compréhension de l'histoire émotionnelle du patient. Nous pouvons les utiliser selon deux protocoles :

- pour apaiser
- pour rechercher l'émotion d'origine.

La quête d'harmonie se fait par étapes successives. Il s'agit d'une suite de prises de conscience étalées sur un temps (plus ou moins long selon la capacité de l'individu) des liens entre les événements du passé qui ont créé les blessures psychiques et ceux du présent qui, de façon récurrente ouvrent à nouveau ces plaies et déclenchent des dysfonctionnements somatiques.

### **Le confort thérapeutique**

Par ailleurs, je mets en garde les thérapeutes de ne pas tomber dans le confort thérapeutique et d'utiliser la prescription d'élixirs floraux comme une « recette de cuisine ». En effet, ce n'est pas dans nos convictions d'utiliser un protocole thérapeutique pour répondre au besoin primaire du patient qui demande le soulagement de ses symptômes. Car, dans ce cas, nous condamnons directement tous nos efforts pour l'amener à se responsabiliser et prendre conscience de son histoire et des changements de comportement nécessaires à son amélioration. La douleur et tout autre symptôme sont des indicateurs, des signaux d'alarme, des jalons qui permettent à l'individu d'apprendre quelques choses de son état et des directions à explorer pour s'améliorer. Si nous faisons disparaître ce symptôme trop tôt il n'aura rien appris et il faudra attendre la prochaine crise pour reprendre ce travail.

### **RSP & élixirs floraux**

## sensoriel

Au début de mes recherches j'avais la simple ambition de présenter, de façon exhaustive, un tableau des correspondances entre les FB et les différents schémas psychiques identifiés par la RSP. Mais bien vite, il s'est avéré évident que cela n'était ni possible, ni souhaitable. Pas possible car il s'agit de coïncidences et non pas de concordances dans le sens où la liste descriptive des élixirs floraux n'est pas superposable à l'ensemble des résultats possibles d'une synthèse RSP. Ce n'est pas non plus souhaitable car, comme je le soulignais plus haut, il ne peut y avoir deux prescriptions identiques.

La synthèse RSP comme le protocole d'urgence donnent les indications nécessaires et suffisantes pour prescrire les élixirs appropriés.

Voici quelques coïncidences intéressantes pour une prescription objective.

- anticipations - peurs

- S+ BA2 coïncide avec Red Chestnut
- S+ V6 coïncide avec Aspen
- S+ AB1 coïncide avec Rock rose
- S+ V12 coïncide avec AGRIMONY
- S+ V9 coïncide avec Mimulus
- S+ BA3 coïncide avec Cherry Plum
- S+ BA6 coïncide avec HEATHER

- anticipations – non croyances

- P+ V11 coïncide avec WIL LOW
- P+ AB3 coïncide avec Gorse
- P+ V7 coïncide avec Cerato
- P+ V7 coïncide avec LARCH
- P+ V12 coïncide avec Scléranthus
- P+ AP2 coïncide avec Gentian
- P+ V2 coïncide avec WILD OAT
- P+ BA3 coïncide avec OAK
- P+ BA3 coïncide avec HORNBEAN

- insatisfactions subies

- S- V8 coïncide avec HOLLY
- S- V11 coïncide avec IMPATIENS
- S- V10 coïncide avec CHICORY
- S- V6 coïncide avec OLIVE
- S- V3 coïncide avec MUSTARDE
- S- V3 coïncide avec STAR OF BETHLEEM
- S- AB2 coïncide avec ROCK WATER
- S- AB3 coïncide avec SWEET CHESTNUT
- S- V12 coïncide avec HONEY SUKLE
- S- V4 coïncide avec CENTAURY
- S- SU coïncide avec CLEMATIS
- S- SU coïncide avec ELM

## sensoriel

- S- BA3 coïncide avec WILD ROSE
- S- BA4 coïncide avec WATER VIOLET
- S- BA5 coïncide avec WALNUT

- insatisfactions produites

- Tous les P- coïncident avec PINE

CHEST NUT BUD se situe à part. Il est possible de l'utiliser systématiquement car elle aide à intégrer les leçons de la vie pour éviter de répéter les mêmes erreurs – en rapport avec la systémie - et s'inscrit logiquement dans tout travail de changement de comportement.

De la même façon qu'il existe un protocole d'urgence en RSP qui permet de mettre en œuvre rapidement des circuits « réparateurs » en situation de crise, il existe un remède d'urgence, « Rescue », qui apaise les souffrances psychiques.

A ces prescriptions objectives on ajoutera des prescriptions subjectives que la connaissance de nos patients nous permettra d'affiner.

Lorsqu'une FB est identifiée en rapport avec une émotion restituée par la RSP, son utilisation doit provoquer, pour déclencher sa cicatrisation, des réactions identiques au travail de prise de conscience des événements à l'origine de la blessure émotionnelle qu'aurait effectué le patient.

Mais ne nous y trompons pas, ce travail doit être effectivement réalisé par le patient. Notre rôle de thérapeute est de valider que l'utilisation des FB n'a pas inhibé les processus d'auto guérison de la personne. Se sentant mieux, elle sera tentée de ne pas poursuivre un travail conscient fastidieux et à long terme.

On retrouve ici une notion intéressante qui revient inmanquablement dans le rapport entre l'individu et ses pathologies. La mise en difficulté, le traumatisme, le choc émotionnel causé par un dysfonctionnement organique, une maladie, un accident, provoque un regain d'énergie qui permettra d'inciter la personne au « combat » en lui donnant le courage de changer. Dès lors que le combat n'est plus nécessaire, rendu inutile par l'utilisation confortable d'outils efficaces pour supprimer les symptômes, la motivation retombe et le courage de changer disparaît.

Les FB seront utilisées pour renforcer les processus de cicatrisation mentale, le patient reconnaît de cette façon la pertinence et la nécessité du travail de changement qu'il doit mettre en œuvre pour avancer, se transformer, et sortir des schémas mentaux dans lesquels il s'est enfermé, chaque fleur de Bach éclairant la personne sur ses schémas.