

LA NATURE DES ELIXIRS FLORAUX

Philippe DEROIDE

De tous temps, l'homme a utilisé les plantes pour se nourrir et se soigner. L'approche scientifique moderne du monde végétal, qui s'est développée dans notre monde occidental depuis le XVIII^e siècle, s'est construite sur une pensée matérialiste qui nous a conduit à étudier et à percevoir le monde végétal et la nature qui nous environne, en tant qu'objet, à travers ses constituants matériels, ses composants internes, aux formulations chimiques souvent d'une grande complexité. La biochimie végétale a mis en évidence la présence d'un grand nombre de substances curatives dans la plante, telles que les flavonoïdes, les alcaloïdes ou les tanins, pour n'en citer que quelques unes. Pour soigner, l'approche allopathique isole et utilise les principes actifs de la plante, ou leurs équivalents chimiques, dont l'action puissante est perçue aussi bien chez la personne malade que chez l'individu en bonne santé. De nombreux médicaments allopathiques ont été obtenus par traitement chimique de substances végétales : l'acide salicylique, dont l'un de ses composés est l'aspirine, se rencontre dans l'écorce du saule, ou encore la digitaline, aux propriétés tonicardiaques, que l'on trouve dans la digitale pourpre. La simple analyse chimique des plantes suffit-elle à expliquer leur action thérapeutique? Les plantes sont-elles médicinales uniquement par les principes actifs biochimiques qu'elles renferment?

LES ELIXIRS FLORAUX

• • •

Timidité, manque de confiance, culpabilité, ressentiment, peurs, colère ... Certains de nos états émotionnels et comportementaux nuisent à notre épanouissement personnel et sont susceptibles d'affecter notre santé. En harmonisant nos états d'âme, les élixirs floraux sont les outils adéquats que la nature met entre nos mains pour déclencher rapidement un changement comportemental et améliorer notre relation au monde.

Découverts par le Dr. Edward Bach, dans les années 30, et préparés à partir de fleurs, les élixirs floraux sont de subtils extraits liquides, dynamisés, qui nous invitent au changement, sans nous imposer quoi que ce soit. En modifiant subtilement nos énergies psychiques, les élixirs floraux stimulent un dialogue intérieur avec les aspects refoulés de la personnalité et éveillent en nous les qualités qui nous font défaut. Ils nous aident à prendre conscience et à surmonter nos faiblesses, nos tensions émotionnelles et nos blocages comportementaux. Ils nous permettent ainsi de changer de polarité et de passer intérieurement de l'ombre à la lumière, à l'image de la fleur qui éclot au soleil.

Par la façon dont ils sont préparés et utilisés, ils nous invitent à porter un regard nouveau sur la relation que nous entretenons avec la nature et sur notre compréhension de la santé et de la maladie.

Se rattachant à une tradition populaire et à un savoir ancestral, la phytothérapie nous ramène à cette correspondance essentielle qui existe entre l'homme et le végétal. Par la macération, l'infusion ou la décoction, la phytothérapie ne se contente pas d'isoler un principe actif. En utilisant les racines, les parties feuillées ou les fleurs, elle capte une impulsion thérapeutique plus complète, se manifestant à travers l'utilisation groupée des multiples substances dont la plante est constituée. De récents travaux scientifiques en biologie végétale ont montré que de nouvelles propriétés apparaissent par l'addition de substances qui, lorsqu'elles sont utilisées isolément sont dénuées d'effet. Le tout est plus important que la somme des parties et connaître séparément chacune des parties ne suffit pas à connaître le tout. La phytothérapie agit de manière plus douce, plus proche de l'alimentation. Elle régularise et stimule les fonctions organiques. Bien que son action se manifeste essentiellement au niveau matériel, elle s'inscrit dans une vision plus large de l'homme et de sa santé.

Alors qu'en allopathie et en phytothérapie le végétal est utilisé au niveau de ses constituants matériels, le système de santé par les élixirs floraux nous ouvre les portes d'une toute autre réalité en nous faisant découvrir (et ressentir) un nouveau champ d'action thérapeutique au sein du végétal que la pensée matérialiste n'est pas en mesure d'appréhender par les voies habituelles de la connaissance.

De nombreuses traditions anciennes sont en lien avec cette autre réalité pour y puiser et utiliser des forces de guérison qui ne se contentent pas de se manifester à travers la matière même de la plante. Ces traditions considèrent la nature comme vivante, au sein de laquelle tous les êtres (les plantes, les animaux, mais aussi le vent, les roches, les sources ...) sont animés par des forces, des principes vitaux et par le monde de l'esprit.

Dans notre société occidentale cette notion de la plante en tant qu'être s'est perdue. Dans la nature, on est passé de l'accord au décor : on intègre le végétal dans nos maisons, nos jardins, en tant que matériau anonyme et même si on admet une nécessité relationnelle avec lui – le besoin de sa présence - on se contente de le mettre en œuvre selon nos envies ou pour satisfaire notre plaisir, en lui reconnaissant son utilité, sa beauté ou son esthétique. Pourtant, quelque chose en nous a toujours conservé, et souvent sans que nous en doutions, une sorte de familiarité avec l'être végétal, un lien mystérieux qui, une fois épousé le regard colonisateur et dominateur, va se révéler en nous rendant réceptif au théâtre d'ombre et de lumière d'un sous-bois, au murmure des herbes ou à la parole des arbres.

En accordant une qualité d'âme (le courage, la confiance, la force de volonté ...) à telle ou telle fleur et en découvrant la méthode de préparation d'un élixir floral par infusion de fleurs, le Dr Edward Bach ne s'est pas contenté de mettre au point une technique, d'ailleurs très simple dans ses moyens, il est entré en lien direct avec le végétal et il a mis en œuvre un processus vivant capable de capter la totalité de la plante, non seulement dans sa matière, mais

aussi dans son esprit, dans sa nature essentielle. Et pour cela, il lui a fallu partir à la rencontre du règne végétal, non pas avec la tête et ses concepts intellectuels, mais avec le cœur, en abandonnant l'attitude dominatrice du scientifique, maître et possesseur de la nature.

Le système de santé par les élixirs floraux pénètre l'espace spirituel de la plante, au sein duquel se manifeste l'impulsion thérapeutique du végétal. Il capte l'énergie primordiale, archétypale de la plante et il la met en relation avec une qualité particulière de l'âme humaine. Ainsi, par exemple, le Bouton d'or est bien plus que cette fleur des champs de la famille des Renonculacées, avec ses caractéristiques botaniques mesurables et quantifiables. Cette plante en fleur représente l'archétype d'une "*estime de soi harmonieuse et équilibrée*" et son élixir floral va se manifester sur notre vie psychique en favorisant la reconnaissance de soi et de nos capacités propres. Voilà un élixir floral qui exprime une qualité de *confiance en soi* et qui s'adresse aux personnes qui doutent d'elles-mêmes, qui se sous-estiment ; un élixir floral qui sera bénéfique à l'âme timide, réservée, qui manque de confiance et qui a tendance à se dévaloriser.

Mais comment explorer sérieusement et sereinement cette dimension immatérielle d'où se manifesteraient ces nouvelles vertus thérapeutiques ? Dans notre monde occidental, la connaissance s'est développée au travers de deux pôles, apparemment opposés et inconciliaires : D'un côté nous avons l'approche scientifique moderne, liée à la matière, avec sa démarche objective, analytique et mécaniste. De l'autre côté nous avons l'approche artistique et intuitive, qui échappe à la matière, avec sa démarche subjective, sensible et contemplative.

D'un côté la matière et de l'autre l'esprit ! Le fossé qui existe entre ces deux pôles est immense. Il se nourrit d'une part d'un dogmatisme scientifique renfermé dans un matérialisme excessif et d'autre part d'un dogmatisme spirituel, enclin aux illusions et aux impressions psychiques superficielles. D'un côté une démarche scientifique, une technique humaine qui, avec son idéal d'objectivité, ne reconnaît pas la Nature en tant qu'être vivant, qui l'exploite et la détruit. De l'autre côté une démarche sensible et intuitive, mais qui, faute de clés de compréhension, risque de ne pas être comprise, acceptée et partagée.

Le défi posé aux chercheurs en thérapie florale consiste à réunir ces deux pôles afin d'utiliser la méthodologie précise et rigoureuse des sciences exactes en tant qu'outils de connaissance pour explorer le règne végétal dans toutes ses dimensions : visible et invisible, sensible et suprasensible. Car c'est à travers cette union des opposés (la rencontre de la tête et du cœur, de la raison et de l'intuition, de l'objectif et du subjectif) que se réalise le mariage de la conscience humaine et de celle du règne végétal.

LE LIEN A LA NATURE

Avez-vous remarqué la beauté de la nature ? Regardons ce qu'est le règne végétal, ce qu'est la plante, ce que sont les arbres, les fleurs. Cette fleur portée par cette tige, qui semble être l'aboutissement d'un effort, d'une rencontre entre un morceau de la Terre et un coin du ciel. Que sont donc les plantes, dans leur essence profonde ? Que font-elles ?

Toutes les plantes accomplissent la tâche d'amener ce qui est immatériel à la forme matérielle. Elles transforment la lumière en matière. La plante amène la lumière à la forme, elle ancre la lumière dans la forme. C'est cela la rencontre du ciel et de la Terre.

Nous pouvons comprendre cela avec le regard cartésien et conceptuel du scientifique moderne qui objective la réalité et qui la retranscrit en concepts intellectuels, permettant une compréhension analytique du monde qui nous entoure : je peux ainsi décortiquer la plante, la découper en mille morceaux pour l'analyser, la quantifier, la cataloguer. Expliquer le processus de la photosynthèse... Nous pouvons aussi choisir de poser un autre regard sur le monde qui nous entoure, sur la nature et sur les plantes. Un autre regard, qui ne part pas de la tête et des schémas mentaux habituels qui régissent notre relation au monde mais qui partent d'un autre lieu, plus secret, plus profond, celui où mon intérieurité va chercher à rencontrer l'intérieurité de la plante.

« Rares sont ceux qui restent tout à fait sourds au préche des pins.

*Leurs sermons sur les montagnes nous vont droit au cœur et si l'on pouvait, ne serait-ce qu'une fois,
emmener les gens en général dans les bois pour entendre les arbres plaider leur cause,
toutes les difficultés en matière de préservation des forêts s'évanouiraient ».*

John Muir, naturaliste

Les élixirs floraux sont préparés à partir de la fleur, la partie la plus aboutie du végétal, celle qui exprime le plus son individualité propre. Nous connaissons tous la relation qui existe entre les fleurs et les sentiments de l'être humain. Les fleurs rythment les grands moments de notre existence, depuis la naissance jusqu'à la mort. Au delà de leur beauté naturelle, de l'aboutissement de leurs formes, de leurs couleurs et de leurs parfums, les fleurs nous apportent quelque chose qui dépasse le simple plaisir esthétique.

Les élixirs floraux, à travers la fleur, nous transmettent le message essentiel de la plante, cette impulsion thérapeutique qui relie la plante au cœur de l'homme et qui s'adresse aux sentiments, aux émotions, au psychisme de l'individu. Comme l'être humain, la plante est un organisme vivant dont la nature essentielle ne peut être réduite à ses constituants internes. En l'étudiant dans sa dynamique de croissance nous découvrons qu'elle se structure, qu'elle se matérialise, sous l'action de différentes influences. Nous constatons d'abord la présence d'une activité formatrice qui modèle la matière végétale, qui édifie la plante et détermine sa forme à travers une succession de contractions et d'expansions. Cette action formatrice se manifeste dans la rencontre de ce qui vient du cosmos d'une part et de la terre d'autre part. La plante est terrestre par les substances minérales et organiques qui la constituent. Elle est cosmique, par l'action solaire qui transforme les substances mortes telles que le gaz carbonique en substances organiques propices à la vie, telles que les hydrates de carbone, et qui organise ces substances selon une forme particulière.

Et puis, au moment de la floraison, le végétal se transforme radicalement. Il interrompt pratiquement totalement sa croissance vers le haut et la tige feuillée laisse la place à la fleur dont la forme, la géométrie spatiale et l'apparence n'ont rien en commun avec le reste de la plante. Un nouveau champ de forces se manifeste dans le végétal et s'exprime dans la métamorphose que subit la plante lorsqu'elle laisse apparaître la fleur. Son action sur les forces formatrices donne naissance aux espaces intérieurs. Il agit comme énergie fonctionnelle en faisant apparaître le mouvement et comme énergie psychique en provoquant l'apparition de la conscience.

Ces nouvelles forces, qui ne font qu'effleurer la matière végétale au moment de la floraison, sont identiques à celles qui organisent la conscience et qui sont du domaine du psychisme chez l'être humain.

Ce n'est donc pas un hasard si la fleur parle intensément à nos sens, si elle fait vibrer notre âme. Dans son apparence physique, la fleur exprime une sensibilité, une qualité d'âme reflétant l'identité unique de l'espèce végétale. La forme archétypale de la fleur évoque l'âme humaine avec sa réalité intérieure qui s'ouvre sur le monde extérieur. C'est une qualité d'âme qui s'exprime dans la fleur et qui est captée par l'élixir floral, lors de sa préparation.



UNE NOUVELLE APPROCHE DE LA SANTE

Dans notre culture occidentale, la santé se définit souvent par l'absence de la maladie. A travers son approche symptomatique, la médecine moderne a accompli de grandes prouesses techniques mais sa vision purement mécaniste de l'être humain, dont la guérison procède d'une manipulation physique et biochimique, ne tient pas compte de nos sensibilités psychiques et spirituelles. Les recherches les plus récentes dans le domaine de la génétique confinent ainsi les processus de vie à un code génétique linéaire. La guérison devient une chasse aux agents morbides et quitte le champ de l'activité humaine pour celui du laboratoire. Dans cette vision, nous ne sommes pas responsable de la maladie, maladie qui n'a rien à voir avec l'homme et qui n'est présente que parce que nous n'avons pas encore trouvé les remèdes efficaces.

Une autre orientation de la médecine a émergé au cours du siècle passé. C'est celle qui reconnaît le rôle du mental et des émotions sur le corps et sur notre équilibre de vie. Car plutôt que de définir négativement la santé par l'absence de maladies, nous devons la considérer comme un état dynamique d'équilibre, une acceptation de la vie avec ses imperfections et ses contradictions, une capacité à répondre harmonieusement aux traumatismes de l'existence. La maladie n'est pas nécessairement une fatalité due aux hasards de l'existence. C'est un effet qui a sa cause et cette cause se trouve générée par notre comportement tout entier, par les excès divers que nous infligeons à notre organisme et par la manière dont nous gérons notre relation au monde.

Le Dr. Bach, qui découvrit les premiers elixirs floraux dans les années 30, comprit que la bonne santé est le résultat d'une harmonie psychique et spirituelle et que la maladie trouve son origine dans notre difficulté à exprimer pleinement notre véritable personnalité. Le système de santé par les elixirs floraux s'inscrit dans cette compréhension de la maladie, perçue comme étant l'expression de notre difficulté ou de notre incapacité à nous débarrasser de ce qui ne va pas en nous (les émotions refoulées, les traumatismes de l'existence non intégrés, les attitudes comportementales inadaptées, les habitudes de vie routinières qui sont un frein à notre évolution personnelle).



Les elixirs floraux ne sont pas des remèdes au sens classique du terme. Ils dépassent cette classification car leur rôle essentiel est de nous aider à franchir le plus harmonieusement possible les étapes de la vie. Au-delà d'être de simples remèdes s'adressant aux conflits internes, aux tensions

émotionnelles, aux blocages comportementaux et aux problèmes physiques qui en découlent, ce sont des catalyseurs d'évolution consciente qui nous incitent à développer nos qualités personnelles, à éveiller nos potentialités latentes. Ils intensifient la prise de conscience des perturbations existant dans la vie de l'âme et stimulent un dialogue intérieur, une rencontre avec les tensions et les disharmonies internes.

C'est avec l'apparition de nouveaux élixirs floraux, au cours des années 80, que l'on prit conscience de l'influence considérable que ces remèdes peuvent avoir sur l'évolution personnelle d'un individu. Dans le passé, la plupart des thérapies avaient pour finalité d'ajuster le malade à la situation de la vie donnée et à la réalité sociale. La santé véritable ne peut se manifester que lorsque nous sommes en mesure d'exprimer dans nos vies les qualités de notre Moi réel, profond, même si cela entraîne des bouleversements dans notre vie sociale, dans notre travail, dans nos relations avec autrui, dans nos modes de pensée et dans les images que nous avons de nous et des autres. Ce Moi est conditionné par la persona, la personnalité sociale, extérieure. Lorsque cette personnalité extérieure prend le dessus, lorsque les difficultés et les traumatismes de la vie ne sont pas intégrés correctement, l'équilibre de l'individu est rompu et il perd le contact avec son Moi réel.

Il existe une étroite relation entre la croissance d'une plante et la manière dont l'homme se saisit de la vie. Les élixirs floraux éveillent en nous les qualités que le monde végétal exprime à la floraison : harmonie, équilibre, beauté et créativité. La vie humaine, comme celle de la plante, consiste en une suite de métamorphoses dont le but ultime, pour l'homme, est la réalisation du soi. Les élixirs floraux nous aident à avancer sur ce chemin de vie.



LA PLACE DES ELIXIRS FLORAUX AUJOURD'HUI

Pour citer quelques exemples, les élixirs floraux s'utilisent pour surmonter la tristesse, le découragement, le manque de confiance en soi, les anxiétés, les états dépressifs... Utilisés occasionnellement, ils servent à surmonter une épreuve, à équilibrer une humeur, à supprimer une peur... Utilisés sur de plus longues périodes, ils facilitent la résolution des blocages émotionnels profonds qui sont souvent à l'origine de graves déséquilibres. Ils permettent de transformer les habitudes de vie routinières ou les comportements erronés qui ne permettent pas à notre véritable personnalité de s'exprimer et qui perturbent la santé.

Les élixirs floraux ne sont pas des médicaments. Bien qu'ils s'utilisent par ingestion orale, ils n'ont rien en commun avec les substances médicamenteuses utilisées aujourd'hui pour remédier aux troubles physiques et psychiques. Les tranquillisants, les anti-dépresseurs, les anxiolytiques et les analgésiques agissent sur les états émotionnels en modifiant la chimie du corps et du cerveau. Ils modifient notre état de conscience en nous plaçant sous leur contrôle, étouffant les émotions ou les sentiments que nous n'arrivons plus à supporter. Les élixirs floraux n'ont pas d'action directe sur la biochimie du corps. Ils agissent par résonance vibratoire en nous invitant au changement, sans nous imposer quoi que ce soit. Ils stimulent un dialogue intérieur avec les aspects refoulés de notre personnalité, en éveillant en nous les qualités qui nous font défaut, tout en respectant notre liberté intérieure, notre libre-arbitre. Ils nous aident à prendre conscience et à surmonter nos faiblesses, nos tensions émotionnelles et nos blocages comportementaux. On ne les utilise pas pour traiter telle ou telle maladie particulière mais pour harmoniser un comportement déséquilibré qui, suite aux excès divers que nous infligeons à notre organisme, générera la maladie.

Les élixirs floraux ne peuvent être assimilés à la phytothérapie classique, à l'aromathérapie ou à l'homéopathie. Ils ne contiennent aucune substance matérielle de la plante et ne sont pas utilisés sur la base de symptômes physiques, comme c'est généralement le cas en phytothérapie. Ils n'ont pas d'odeur particulière, excepté celle de l'alcool utilisé comme conservateur, et ne doivent pas être confondus avec les huiles essentielles. Le champ d'action des élixirs floraux est de nature vibratoire, comme pour les remèdes homéopathiques mais ils diffèrent de l'homéopathie par leur méthode de préparation et de dynamisation. En outre ils n'obéissent pas à la loi des similitudes qui est le fondement même de l'approche homéopathique : les élixirs floraux, utilisés à fortes doses, ne peuvent déclencher chez des personnes en bonne santé, des symptômes correspondant aux indications du remède.

Les élixirs floraux sont préparés uniquement à partir des fleurs fraîchement épanouies d'une plante choisie. La préparation, très simple en apparence, s'effectue en plein air, sur le lieu d'habitat des plantes sélectionnées. Un élixir floral est préparé à partir d'un " élixir-mère ", préparation de base obtenue en déposant les fleurs, alors qu'elles sont à leur épanouissement optimum, à la surface d'une eau de source très pure exposée au soleil pendant quelques heures. Bien que d'apparence simple sur un plan technique, la préparation d'un élixir floral requiert une connaissance précise et une perception très claire de la plante et de son environnement. Nous sommes en présence d'un véritable processus alchimique qui fait intervenir les quatre éléments : la *terre*, enveloppe nourricière et protectrice de la

graine, l'*air* dans lequel la plante se développe et s'épanouit avec l'apport de l'*eau*, avant de recevoir le *feu* au travers du pollen et de l'embrasement des fleurs. Le réceptacle utilisé pour la préparation de cette infusion solaire, contient l'*eau*, il est entouré d'*air*, déposé sur la *terre*, sur le lieu même où croît la plante sélectionnée et il reçoit le *feu* solaire. A cet équilibre qui se réalise au petit matin, s'ajoute la participation consciente du préparateur, la quinte-essencia, ce cinquième élément alchimique, essentiel à l'harmonisation et à la réussite de la préparation.

En stimulant un dialogue intérieur, en favorisant l'émergence des potentialités de l'âme, les élixirs floraux nous amènent vers une meilleure santé : physique, psychique et spirituelle. Ils n'agissent pas en supprimant nos symptômes ou en modifiant notre biochimie interne mais en nous permettant de faire l'expérience du déséquilibre (la peur, l'amertume, la sous-estime de soi...) et de l'autre aspect de la polarité (le courage, l'acceptation, la confiance en soi). Leur champ d'action est assez proche de ce processus dynamique au sein de la psyché, dont parle Carl Jung, la rencontre entre le soi et son ombre. Les élixirs floraux agissent en dehors de la volonté et ne modifient pas notre libre arbitre. On ne les subit pas car ils respectent notre espace intérieur. S'adressant à la vie intérieure de l'individu, ils nous aident à considérer activement la souffrance qui est en nous et à trouver sa véritable signification. Ils nous conduisent vers une plus grande responsabilité.

